

기독교무용 프로그램이 기독교성인여성의 건강관련체력, 면역반응 및 영적성숙에 미치는 효과에 대한 논평

강유정(경희대학교 외래교수)

연구자가 오랫동안 기독교무용에 관련된 이론적 배경을 만들려고 노력해왔고 또한 그 연구가 성경적인 방법인 말씀에 기준삼아 과학적 증명을 시도해왔다는 것에 찬사를 보내며 조금의 견해를 덧붙이고자 한다.

우리사회는 평균수명의 증가로 여성인구가 노령화됨에 따라 성인기 여성의 비율도 점차 증가하는 추세에 있고 동시에 교회안의 성인여성의 비율도 증가하고 있다. 이러한 시대의 흐름에 따라 교회와 사회는 각별히 여성도들의 건강에 대해서도 주의를 기울여야 한다. 사도바울은 “그런즉 너희가 먹든지 마시든지 무엇을 하든지 다 하나님의 영광을 위하여 하라(고전 10:31)”라고 가르쳤다. 즉 예배의 대상이신 하나님은 모든 삶의 영역에서의 주관자이시며 예배는 의식이 아니라 가정, 직장, 학교, 문화, 예술활동 등 삶의 전 영역에서 이해되어야 하며 성경적인 전인건강 역시 교회에서 뿐만 아니라 삶 속에서 누릴 수 있도록 도와야 한다는 의미이다.

이러한 기독교성인여성에게 있어서 성인기의 신체, 정신, 영적 측면 등 그 시기의 특성을 고려하여 운동적 차원, 여가적 차원, 전인건강의 차원에서의 무용프로그램의 필요와 효과검증이 같이 이루어진 연구는 미미하며, 자칫 주관적일 수 있는 신앙과 영적인 현상들을 다양한 근거에 입각해 객관적으로 증명해보이려는 곳곳의 노고가 엿보여 더욱 연구자의 연구가 의미가 있다고 생각된다.

기독교 성인여성을 대상으로 실시한 12주간 기독교무용 프로그램이 신체조성의 긍정적 변화와 건강관련체력을 향상시키고 면역기능을 유지·증진시키는 등 예방의학적 효과가 있으며 또한 본 기독교무용 프로그램의 말씀 나눔, 찬양, 기도 등의 구성요소들이 서로 상승작용(synergism)을 하여 영적인 성숙도 가져올 수 있는 것으로 나타난 긍정적 연구결과에 기쁜 마음이다.

“내 아들이 나의 법을 잊어버리지 말고 네 마음으로 나의 명령을 지키라 그리하면 그것이 내가 장수하여 많은 해를 누리게 하여 평강을 더하게 하리라(잠언 3:12)”의 잠언 말씀처럼 장수는 하나님의 축복이다. 하나님께서 주신 축복을 건강하게 누릴 수 있도록 목회자, 기독교의료인, 기독교체육인, 기독교예술인 등의 기독교공동체들이 연합하여 성경적인 전인건강과 전인치유문화를 형성해야 하며 앞으로도 삶속에서 성경적 전인건강을 실현할 수 있는 구체적인 프로그램을 개발하고 운영하는 것이 필요하다고 사료된다.

한편 논문 전체에서 언급하고 있는 전인건강(well-being)은 영적, 신체적, 정신적, 사회적 영역 등의 다각적인 차원을 고려한 개념인데 반해 본 연구에서는 정신적 차원, 사회적인 효과성 검증이 이루어지지 않아 통합적인 접근에 대한 후속 연구가 요구되는 바이다.