

중독에 대한 기독교적 조명



하재성 교수 (고려신학대학원)

하재성 교수는 고려신학대학원에서 M. Div.를 마치고, 총신에서 신학석사, 그리고 칼빈신학대학원에서 신학 박사 학위를 마쳤으며, 미국 밴더빌트대학교에서 Ph. D를 이수했다. 현재 고신대학원에서 실천신학을 가르치고 있다.

거짓 위로자들

오래 전에 보았던 두터운 담배 갑에 비해 최근의 것들은 상당히 세련되고 날렵해졌다. 더욱 눈에 띄게 달라진 것은 담배 갑의 양면에 붙어있는 무시무시한 경고문과 그림이다. 한 면에는 “임신 중 흡연은 유산과 기형아 출산의 원인이 됩니다”라는 경고와 금연상담전화번호가 나와 있다. 다른 한 면에는 만삭의 임산부가 태아에게 담배 연기를 뿜는 섬뜩한 그림과 함께 “19세 미만 청소년에게 판매금지! 담배연기에는 발암성 물질인 나프틸아민...비소, 카드뮴이 들어있습니다”라는 경고와 금연상담전화번호가 기록되어 있다.

오늘날의 사람들은 다른 중독 물질들에 비해 담배를 대단한 중독 물질이라고 생각하지 않지만, 담

배는 여전히 중독적인 요소들을 가지고 있다. 상담 학자로서 담배를 생각해 보면 담배는 많은 남성들에게 상담자 역할을 하는 것 같다. 그것을 끊으려고 마음을 먹은 사람들이 정작 힘들어 하는 것은 담배가 없다는 사실 자체 보다는 담배 없이 자신의 ‘감정’을 어떻게 다루어야 할지 몰라 당황스러워 하기 때문이다.

예를 들어 화가 난 사람은 포켓에서 급히 담배를 꺼내어 밖으로 나간다. 장례식장에서도 슬픔을 달래느라 담배를 핀다. 스트레스를 받고 힘든 상황에서 역시 담배를 찾는다. 담배는 그들에게 위로자이자 상담자이다. 담배를 끊는 것이 그토록 힘든 이유는 단순히 습관 때문이 아니라 ‘위로자’의 결핍에서 오는 불안과 두려움을 담배 없이 달래지 못



하기 때문이다. 그것이 워낙 오랫동안 습관이 되어 있어서 끊으려고 하면 강한 금단현상이 생기는 것이다. 그렇다면 궁극적으로 금연을 위해서는 쾌락과 보상에 반응하는 중독적인 체질과 몸의 기억을 대치시킬 수 있는 참된 위로자가 반드시 필요하다는 뜻이 된다.

한편 스스로 마약성 약물을 투여하여 중독에 빠졌던 한 여성은 오랫동안 고통스런 인간관계의 딜레마에 갇혀 있었던 사람이었다. 아버지가 일찍 돌아가신 후, 어머니는 혼자서 남은 사업과 가정을 돌보면서 깊은 고독과 외로움을 겪었다. 언제나 집에 오면 힘들어 울고 있는 엄마를 보며 안타까운 청소년기를 보낸 그녀는 열심히 공부하여 의대에 진학하였다.

불행하게도 함께 자랐던 여동생마저 일찍 세상

을 떠났다. 당시 대학생이었던 여동생은 어머니가 수요기도회에 다니러 간 사이 쓰러졌고, 이 여성이 근무하던 병원에 입원했으나 결국 깨어나지 못하고 세상을 떠났다. 동생이 죽었을 때 그녀의 감정은 특별했다. 동생이 떠나서 슬펐던 것이 아니라 혼자 살아남아서 '부담스러웠다'. 그것은 어머니의 잔소리에 대한 부담감 때문이었다.

남편을 일찍 보낸 어머니는 그 스트레스와 외로움을 딸들에게 잔소리함으로써 해결했다. 일어난다면 일어났다고, 앉으면 앉았다고, 걸어가면 걸어간다고 잔소리를 했다. 자기 힘으로 해결할 수 없는 가족사를 함께 겪어내고 있었지만, 자신을 전혀 공감해주지 못하고 억압만 하는 엄마의 지나친 모습에 뼈아픈 아픔을 느끼면서 그녀는 점차 약물 중독으로 도피하기 시작했다.

나름 고민하며 벗어나고자 애를 쓰면 쓸수록 중

독은 더욱 강한 힘으로 그녀를 사로잡았다. 근무지를 옮겨가며 새로운 분위기에서 고치려고 애를 썼으나 여전히 중독은 자신을 붙들고 있었다. 정신과 병동에 입원하여 치료까지 받았으나 여의치 않았다. 그 중독의 와중에 그녀는 구원에 관하여 질문하였다. “중독에 빠진 사람은 구원받을 수 없나요?”

그것은 알코올 중독에 빠졌던 한 미국인 여성이 필자에게 물었던 질문과도 상통한다. 자신의 몸을 가누기도 힘들만큼 비틀거리며 걷던 한 여성이 물었다. “하나님은 별주시는 하나님이신가요?” 결국 중독의 문제는 영적으로 하나님을 향한다. 중독자들은 스스로 거짓 위로자에게 사로잡혀 있다는 사실을 알고 있다. 그리고 절박하게 구원의 길을 모색하고 있다. 그들에게는 영적인 도움이 반드시 필요하다.

위험한 가짜 천국

중독을 우리 시대의 종교적 질병이라 지적했던 제럴드 메이(Gerald May)는 중독을 “사람의 의지와 욕구를 사로잡는 강박과 강압 혹은 몰입의 상태”를 가리킨다고 정의한다. 그에 따르면 중독이란 의지를 작동하지 않고 욕구에 굴복해버리는 것을 말한다. 자신의 의지를 양도한 상태에서 중독이 주는 쾌락에 몸을 맡기려는 중독은 중독자에게 위험한 가짜 천국을 약속한다.

모든 종류의 중독은 이와 같은 쾌락의 보상과 관련이 있다. 외로움을 느끼는 사람들이 포도주나 술을 한 잔씩 기울이기 시작하면 어느 새 중독의 수준에 와 있는 자신을 뒤늦게서야 발견한다. 그러면서도 중독자들은 스스로 그 중독에서 빠져나올

수 있다고 착각한다. 하지만 그것이 불가능하다는 사실을 깨닫는 것은 더 많은 시간이 지난 후이다.

물질중독의 재발률이 높은 이유는 그것이 단순한 신체적 중독이 아니기 때문이다. 몸이 중독을 기억할 뿐만 아니라, 중독이 불안한 감정을 달래주고 긴장 상태에서 두려움을 없애주는 것과 같은 인간의 기본적인 욕구를 만족시켜 준다. 그러므로 중독은 생각보다 복잡하고 까다로운 심리정신적 구조를 가지고 있다.

동성애적 행위 역시 심각한 중독의 성격을 가지고 있다. 남성과 남성 사이의 성 관계가 주는 쾌락과 보상이 이성과의 성관계와 비교할 수 없을 만큼 크고 강하기 때문이다. 그 결과가 에이즈라는 불치병으로 끝날 수 있다는 두려움이 있다 하더라도 우선 지금 그 쾌락을 얻고 싶은 강력한 유혹 자체가 중독의 특성들을 가지고 있다. 만일 사회적으로 동성애적 행위를 합법화시켜버린다면 그것이 가지고 있는 중독성은 가려지고, 그것을 중독으로 보는 사람들이 잘못되었다고 판결하게 될 것이 우려스럽다.

이런 중독자들에게는 공통적으로 “고통스러운 현실에서 도망치려는 욕구”가 있다. 중독은 그들에게 일종의 피난처를 제공해준다. 그들이 가진 중독의 동기는 “개인 삶의 구석구석까지 퍼지고 또 아주 큰 영향력을 행사 한다”(아치볼드 하트). 그리고 시간이 갈수록 중독 물질을 사용할 수밖에 없는 더 많은 이유들을 만들어낸다.

그런 의미에서 중독은 신앙적이고 신학적인 성격을 가진다. 신앙이란 궁극적 존재이신 하나님과

의 관계, 혹은 그분에 대한 신뢰와 관련이 있다. 그렇다면 중독자들은 자기도 모르는 사이에 중독물을 하나님처럼 의지하고 있다. 하나님과 함께 하는 곳이 천국이듯, 그들은 중독물과 함께 최고의 만족을 누리는 '가짜 천국'에서 오래오래 머물러 있기를 원한다. 그것은 신앙적인 행위이다.

물론 중독의 결과는 현실에서 가중되는 비참하고 고통이다. 중독은 영적으로 중독자를 참된 창조주와 그의 질서로부터 고립시킨다. 메이의 지적처럼 병적으로 자기만족에 집착함으로써 다른 사람을 사랑할 수 있는 능력을 박탈시킨다는 점에서 자기 중심주의이며 자신의 필요와 욕구를 절대화하는 자기 우상숭배이다. 우상이 가득한 곳에서는 결코 천국이 이루어질 수 없다.

또다른 형태의 중독인 일중독은 사회적으로 부정적이기 보다 오히려 긍정적인 결과들을 안겨다 준다. 그래서 그것은 중독으로 인정되기는커녕 오히려 사람들에게 칭찬을 얻는다. 사람들의 인정, 좋은 성과, 경제적인 이득 등이 보상으로 다가 온다. 하지만 일에 빠져서 쉬지 않고 일만 한 결과는 건강의 상실, 가족관계의 붕괴, 예배에 대한 경시 등으로 이어진다. 특히 가족 관계에 직접적인 영향을 미쳐서 당사자보다는 배우자와 자녀들에게 더 많은 해를 끼친다. 배우자나 자녀들은 중독자인 가족과 정상적인 관계를 맺지 못한 채 감정의 고갈 상태를 맞이할 수 있다. 중독이 주는 가짜 천국은 반드시 현실의 중요한 것들을 잃게 만든다.

결국 비참한 고통으로 끝날 중독이지만, 중독되어가는 처음 과정은 철저하게 쾌락이 이끌어간다.

하나님과 함께 하는 곳이 천국이듯,
그들은 중독물과 함께
최고의 만족을 누리는 '가짜 천국'에서
오래오래 머물러 있기를 원한다.
그것은 신앙적인 행위이다.

예를 들어 도박중독자들은 이중적 긴장과 쾌감에 갇힌 사람들이다. 큰돈을 벌 수 있다는 기대가 긴장감을 높일 뿐만 아니라, 많은 돈을 한꺼번에 잃을 수도 있다는 긴장이 그들을 가두어버린다. 그들에게는 강박적인 감정과 충동적인 행동이 자신의 행위와 선택을 지배하는 하나님이다.

남침례교 신학교의 목회상담학자였던 웨인 오츠(Wayne Oates)는 일중독을 가리켜 '우상숭배'라고 지적하였다. 그것은 하나님의 전능하심에 반하여 일을 통해 자신의 전능함을 입증하려는 자기숭배적 행위이기 때문이다. 만일 하나님을 간과하고 서러다 일을 통해 자신이 만족과 전능감을 추구하고 있다면 그것은 자기 숭배의 '죄'를 범하는 것과 같다. 사탄은 중독을 통해 하나님의 존재가 필요 없는 이기적인 만족을 추구하게 한다.

참된 천국은 진정한 쉼의 장소이다. 인간은 반드시 쉬어야만 한다. 하나님께서도 쉼의 모범을 보

우리는 예수님은 우리 모두의
죄를 대신 해서 십자가를 지셨고,
그 은혜를 믿고 의지하는 자들에게
무료로 나누어 주신다는 사실을
기억해야 한다.
그리고 자신이 완벽하지 않아도
사랑받을 가치가 있다는 사실을
중독자들에게 알려 주어야 한다.

여주시면서 일주일에 하루를 모든 의무와 일로부터 쉬게 하셨다. 낮에 일한다면 밤에는 쉬게 하셨다. 그 쉬를 통해 인간에게 중요한 관계들을 세워 가게 하셨다. 예배를 통한 하나님과의 관계, 쉬는 시간을 '함께 낭비함'으로써 가족 관계를 세우도록 하셨다.

하지만 중독이 주는 가짜 천국에는 쉬이 없다. 중독 물질이 없어지는 순간 불안은 순식간에 온 몸과 마음을 장악한다. 중독 대상이 사라지는 순간 삶의 균형은 붕괴된다. 참된 천국이 주는 형제자매의 인격적인 관계나 절대자이신 하나님과의 관계는 더 이상 존재하지 않는다. 거기에 남는 것은 이기주의, 치명적인 모험, 사회적 고립과 자기 학대뿐이다.

마음의 회복과 영적 자원들

하트 교수의 말처럼 중독자들의 행동만 멈추게 하려는 시도는 실패하기 쉽다. 왜냐하면 중독 행동에는 반드시 원인이 있고, 그것을 계속하게 하는 감정적 충동이 있기 때문이다. 중독은 중독자와 감정 사이에서 완충제 역할을 하고 있으므로, 그 행동만 멈추게 되면 불안이 더욱 가중될 뿐이다. 그러므로 가족이나 치료자들은 일방적인 지시나 협박 보다는 그 사람의 생애 이야기들을 통해 충동의 원인과 유발요인을 자각하도록 돕고, 그런 충동들을 피할 수 있는 길을 함께 모색해야 한다. 고통스럽겠지만 자신의 감정적 원인을 인식하고 직면하며 타인에게 말할 수 있도록 도와야 한다.

중독자들을 위한 도움은 밖에서 와야 한다. 그들은 자기 스스로 술을 끊을 수 있고 약물도 멈출 수 있다고 믿지만 그것은 허풍 가득한 자만이다. 사실상 그들은 중독에 대해 철저히 무기력하다. 언제든지 스스로 끊을 수 있다며 다른 사람의 도움을 요청하지 않는 것은 스스로 끊고자 하는 의지가 없다는 반증에 불과하다. 하나님 앞에서, 사람 앞에서, 자신의 처참을 깨달았을 때에만 비로소 치료는 시작될 수 있다. 이 때 가족과 교회가 중요한 이유는 중독자들의 마음을 상하게 하지 않으면서도 그들의 문제를 직면할 수 있도록 도와줄 수 있기 때문이다. 만일 가족 환경이 불완전하여 중독에 빠졌다면 더 큰 가족인 교회가 이것을 살피고 필요한 정서적, 영적 돌봄을 제공해 주어야 한다.

중독자들이 잊어버리기 쉬운 신앙적 개념이 있다면 그것은 바로 하나님의 은혜이다. 하나님의 은

혜는 중독자들을 비롯한 모든 죄인들과 결핍된 자들을 위해 무료로 준비된 은혜이다. 그 은혜는 중독자의 정서, 육체적 패턴, 가족과 사회적 관계, 하나님과의 관계 전체를 관통하며 회복을 일으키는 핵심적인 처방이 된다. 일 중독자들처럼 무슨 일을 하지 않아도 하나님의 은혜는 무료로 주어진다. 우리는 예수님은 우리 모두의 죄를 대신 해서 십자가를 지셨고, 그 은혜를 믿고 의지하는 자들에게 무료로 나누어 주신다는 사실을 기억해야 한다. 그리고 자신이 완벽하지 않아도 사랑받을 가치가 있다는 사실을 중독자들에게 알려 주어야 한다.

신학적으로 중독은 대개 결핍과 상처 등과 같은 인관관계에서 오는 죄의 폐해 상태에서 비롯된다. 예를 들어 어릴 때부터 자주 분노를 터뜨리는 무서운 아버지는 연약한 아들로 하여금 현실로부터 마약으로 도피행위하게 하는 죄를 짓는 것이다. 그 아들은 아버지의 죄 때문에 억압을 당하고, 자기 스스로에게 중독이라는 죄를 짓기 시작한다. 그의 타락한 의지는 중독이 주는 긴장감과 자극을 지속시키려는 중독에 자신을 빠지게 하고 방치해버린다.

중독은 타인의 죄와 자신의 죄가 주체할 수 없을 만큼의 로맨틱한 상승작용을 일으킨 결과이다. 죄의식은 점점 사라지고 달콤한 보상에만 몸과 영혼을 내맡기는 비참을 초래하는 것이다. 이것을 멈출 수 있는 것은 자신의 죄를 깨닫고, 자신의 상처를 싸매고, 새롭게 거듭날 수 있는 강력한 성령님의 역사를 요청하는 것이다. 자신과 주변 사람들의 강력한 기도의 도움 역시 빠트릴 수 없는 치유의 요소이다.

중독자들을 위해 절대자 하나님의 초월적 개입과 도우심은 반드시 필요하다. 중독으로부터 탈출할 수 있는 진정한 길은 하나님을 의지하는 것이다. 그분의 말씀과 성령의 이끌림을 받을 때, 자신의 중독을 지속시키는 중독 '부인'(denial) 행위와 자기기만을 성찰하게 되고, 그것이 자기 힘으로 해결될 수 없는 성질의 것임을 처절하게 깨닫게 된다. 하나님 앞에서 중독자는 비로소 자신이 죄인인 것과 자신의 비참을 알게 된다. 아울러 가족과 교회는 이런 영적 각성에 대해 지속적인 격려를 아끼지 않음으로써 중독으로 돌아가고자 하는 중독자의 강력한 관성을 억제하고, 중독에서 해방될 수 있도록 도울 수 있을 것이다.

이에 미국 알코올 중독 협회의 12가지 강령 가운데 첫 세 강령에서 중독에 대한 기독교적 조명의 궁극적인 해결 방향을 찾아야 할 것이다: 1단계: 우리는 알코올 중독의 힘 앞에 무력하게 되어 삶이 망가졌음을 인정한다. 2단계: 전지전능자로서 하나님을 인지하기: 우리 자신들보다 큰 힘이 우리를 온전한 정신으로 회복케 하실 수 있음을 믿는다. 3단계: 삶과 의지를 하나님의 보살핌 앞에 양도하기로 결심한다. 