

마음이 따뜻해지는 상담 이야기 1: 상담이 무어나고 물어신다면...

“상담이 뭐하는 거예요?” 이전에 필자가 상담을 공부한다고 할 때 많이 듣던 질문이었다. 그때만 해도 한국 사람들에게 상담은 익숙하지 않는 단어였다. 그런데 요즘은 한국 사람들에게도 상담이 무척 가깝게 다가온 듯 하다. 대학마다 상담 전공이 없는 대학이 없고, 치유, 힐링, 자존감 등의 말들이 키워드가 되고 있는가 하면 곳곳에 한인 상담실도 눈에 띄고 있으니 말이다. 그만큼 우리 마음에 상처가 많고 그걸 해결하고자 하는 필요도 많다는 뜻이리라. 좋은 상담자가 절실한 때이다.

필자가 이전에 들었던 그 질문에 대해 이제 상담을 가르치는 사람으로서 답을 해 본다면 뭐라 할 수 있을까? 간단하지만 의미있는 표현으로, “상담은 마음을 만지고 영혼을 살리는 대화”라고 말할 것이다. 마음과 영혼에까지 닿지 못한다면 그것은 상담이 아닌 수다에 불과한 것이다.

우리 마음은 참 복잡하고 미묘하다. 우리 마음을 들여다 보면 “주께서 나를 지으심이 신묘막측하심이라”는 고백이 절로 나온다. 우리 마음과 관련된 상당 부분은 뇌의 전기신호와 화학물질의 작용으로 이루어진다. 인간의 뇌는 작지만 그 신비는 우주를 탐험하는 것만큼 깊고 오묘하다. 상담을 받으러 오는 사람들은 대부분 이 마음에 깊은 상처를 가지고 온다. 마음의 상처란 눈에 보이는 것도 아니고 쉽게 사라지는 것도 아니어서 순간순간 쓰리고 아프게 하는 것이다.

사람의 마음은 양면성이 있다. 한편으로 마음은 얇은 유리조각 같아서 조금만 힘을 주면 바스락 하고 부서져 버린다. 작은 일에도 쉽게 상처 받고, 한번 받은 상처는 그 이전으로 돌아갈 수 없게 흔적을 남긴다. 하지만 또 한편으로 인간 마음은 탁구공 같은 탄성이 있어서 세계 부딪힐수록 반동적으로 그만큼 세계 튀어오른다. 우리는 아무리 큰 상처를 입어도 어느정도의 시간이 흐르면 그대로 주저앉지 않고 그 고통을 딛고 일어서는 회복 능력이 다 있다. 필자는 이런 놀라운 회복적 탄성 능력은 하나님께서 주신 귀한 선물이라 생각한다. 상담을 받으러 오는 내담자들과 함께 그들의 이런 능력을 발견하고 그들이 회복되는 과정에 동행하는 것은 상담자가 경험할 수 있는 귀한 축복이다.

필자는 대학에서 심리학을 공부했지만 졸업 즈음엔 이것으로는 부족하다는 느낌을 떨칠수가 없었다. 심리학이 영적인 영역에 대해 다루지 않았기 때문이다. 인간 내면에는 심리학 만으로는 설명될 수 없는 영적인 영역이 있다. 이 영적인 영역은 심리적 영역보다 더 깊고 근원적이기 때문에 이를 무시하고서는 진정한 치유는 불가능하다. 인본주의 심리학에 기반한 상담으로는 잠깐 좋아지는 듯하다가도 곧 재발하거나 더 나빠지는 이유가 바로 영적 영역을 다루지 않기 때문이다. 우리가 하나님을 만나고 하나님과의 교제를 통해 얻게 되는 평강과 회복의 은혜는 심리상담이나 때라피가 줄 수 있는 것보다 훨씬 더 능력있는 치유의