

Liberty University School of Divinity

**A STUDY OF PASTORS' EXHAUSTION AND RESTORATION:
THE CASE OF GOSHIN PASTORS IN KYUNGNAM, KOREA**

목회자 탈진과 회복에 관한 연구:

경남 지역 고신교단 목회자를 중심으로

A Thesis Project Submitted to
The Faculty of Liberty University School of Divinity
in Candidacy for the Degree of
Doctor of Ministry

by

Kang Wook Hwang (황 강 옥)

Lynchburg, Virginia

May 2017

Liberty University School of Divinity

THESIS PROJECT APPROVAL SHEET

MENTOR

Dr. Justin Yoojung Lee
Adjunct Professor of Practical Theology

READER

Dr. Sungtaek Kim
Director, Korean Ministries
Assistant Professor of Practical Theology

ABSTRACT

A STUDY OF PASTORS' EXHAUSTION AND RESTORATION: THE CASE OF GOSHIN PASTORS IN KYUNGNAM, KOREA

Kang Wook Hwang

Liberty University School of Divinity, 2017

Mentor: Dr. Justin Yoojung Lee

Korean churches, having experienced an unusual spike in growth in the 1980s, have fallen prey to slower and slower growth since the 1990s. Pastors, who had been in the center of the churches, took all the responsibility for the slowdown in growth. Hence, conflict has intensified among Christians, leading to phenomenon of pastors' exhaustion.

The problem is that the exhaustion has a great impact on churches as well as the pastors themselves. In addition, most pastors are experiencing this currently or will be experiencing it soon. Therefore, the researcher will study the biblical Sabbath, God's prevention and healing through God's prescriptions for the figures who were exhausted, and a theoretical background for ways to recover the exhaustion through the study of dissertations and books.

The researcher takes the questionnaire survey for measurable data from 40 pastors who have experienced exhaustion, and he will construct a statistical view of the survey, from reason and process to results and solutions. Through the study, the researcher seeks for specific theories for recovery and propose an alternative for these pastors, and others who may experience the same exhaustion.

Abstract length: 184 words

ABSTRACT

초록

A STUDY OF PASTORS' EXHAUSTION AND RESTORATION: THE CASE OF GOSHIN PASTORS IN KYUNGNAM, KOREA

목회자 탈진과 회복에 관한 연구: 경남지역 고신교단 목회자를 중심으로

Kang Wook Hwang (황강욱)

Liberty University School of Divinity, 2017

Mentor: Dr. Justin Yoojung Lee

80년대 한국교회의 초고속 성장은 1990년대 들어서면서 그 성장이 둔화되었다. 성장의 둔화는 그 중심에 서 있던 목회자들에게 모든 책임을 전가되었고 이로 인해 성도들 간의 갈등이 깊어지고 목회자 탈진현상으로 이어졌다.

문제는 이 탈진이 목회자 자신 뿐만 아니라 교회에도 커다란 영향을 미친다는 점이다. 그리고 대부분의 목회자가 겪고 있거나 향후 겪게 될 문제이기도 하다. 그래서 탈진극복을 위한 방안으로 성경적 인식과 성경 속의 탈진자들의 하나님의 처방을 통해 예방과 치료, 그리고 논문, 서적을 통해 이론적 근거를 연구할 것이다.

이 연구의 객관적인 현장 자료를 얻기 위해 탈진의 경험이 있는 목회자 40여명을 대상으로 설문조사를 실시하고, 이를 통해 탈진의 원인과 과정, 결과와 해결 방안에 이르기까지 통계적으로 고찰해볼 것이다. 본 연구자는 이 논문을 통해 탈진을 겪고 있는 수많은 목회자들에게 회복의 구체적인 원리와 대안을 모색해보고자 한다.

초록 길이: 115 words

CONTENTS

목차

ABSTRACT.....	iv
초록	
TABLES	x
표	
FIGURES.....	xii
그림	
SUMMARY	xiii
요약	
CHAPTER 1: Introduction	1
제 1 장: 서론	
1. Statement of the Problem.....	1
문제제기 진술	
2. Statement of Scope and Limitation	3
범위와 한계에 대한 진술	
3. Biblical and Theological Basis	3
성경적, 신학적 근거	
4. Method of the Study.....	4
연구 방법	
5. Review of Literature	5
문헌 검토	
CHAPTER 2: Understandings about Exhaustion	10
제 2 장: 탈진에 대한 이해	
1. Definition of Exhaustion.....	10
탈진의 정의	
2. Cause of Exhaustion	12
탈진의 원인	
1) Personal Cause for the Pastor	13
목회자 개인적 원인	

2) Microsystemic Cause for the Pastor	14
목회자의 마이크로 시스템적 원인	
3) Mesosystemic Cause for the Pastor	15
목회자의 메소 시스템적 원인	
4) Exosystemic Cause for the Pastor	16
목회자의 엑소 시스템적 원인	
3. Exhaustion in Biblical View	17
성경적 관점에 본 탈진	
5) Exhaustion of Elijah.....	17
엘리야의 탈진	
6) Exhaustion of Moses.....	30
모세의 탈진	
7) Exhaustion of Jacob	35
야곱의 탈진	
8) Exhaustion of Solomon.....	40
솔로몬의 탈진	
9) Exhaustion of Timothy	42
디모데의 탈진	
4. Symptoms of Exhaustion	46
탈진의 증상	
5. Relationship between Exhaustion and Stress.....	49
탈진과 스트레스 관계	
CHAPTER 3: Theoretical Understandings about Pastors' Exhaustion	52
제 3 장: 목회자 탈진에 대한 이론적 이해	
1. Understandings about Patoral Ministies	52
목회 사역에 대한 이해	
2. Understandings about Pastor's Exhaustion.....	55
목회자 탈진에 대한 이해	
1) Causes of Pastor's Exhaustion	55
목회자 탈진의 원인	
2) Symptoms of Pastor's Exhaustion	58
목회자 탈진의 증상	

3) Results of Pastor's Exhaustion	60
목회자 탈진의 결과	
CHAPTER 4: Survey and Statistical Analysis	63
제 4 장: 설문조사 및 통계분석	
1. Purpose of the Survey	63
설문의 목적	
2. Participants.....	63
참가자	
3. Procedure and Method of the Survey.....	63
설문 절차와 방법	
4. Composition and Contents of the Survey.	64
설문 구성과 내용	
5. Results of the Survey.	65
설문 결과	
1) Areas of Emotional Exhaustion.....	66
감정적 소진의 영역	
2) Areas of Depersonalization	75
비인격화 영역	
3) Items Relevant to Decrease in the Sense of Personal Achievement.....	78
개인적 성취감의 감소와 관련된 항목	
CHAPTER 5: Analysis of Research Results and Suggestions	89
제 5 장: 연구 결과 분석과 제언	
1. Results from Survey Analysis.....	89
설문 분석을 통한 결과	
1) Analysis of the Areas of Emotional Exhaustion.....	89
감정적 소진의 영역 분석	
2) Analysis of Depersonalization Area	90
비인격화 영역 분석	
3) Items Relevant to Decrease in the Sense of Personal Achievement	91
개인적 성취감의 감소와 관련된 항목	
2. Final Results of the Examination of Pastor's Exhaustion.....	92
목회자 탈진 최종 검사 결과	

3. Suggestions for Overcoming Exhaustion	93
탈진 극복을 위한 제안	
1) Sabbatical.....	93
안식	
2) Power of the Cross	97
십자가의 능력	
CHAPER 6: Conclusion	103
제 6 장: 결론	
APPENDIX A.....	106
부록 A	
BIBLIOGRAPLY	109
참고자료	
IRB APPROVAL.....	113
IRB 승인	

TABLES

표

표 1. 학자들에 따른 탈진에 대한 정의	11
표 2. 스트레스와 탈진의 차이점	50
표 3. 나는 하루 일과 중에 피로감을 느낀다	66
표 4. 나는 두통이나 목 뒷부분 또는 등 아랫부분의 근육에 통증을 느낀다	66
표 5. 하루 일과가 끝나면 너무 지쳐서 가족들과 시간을 보낼 만한 에너지가 없다	67
표 6. 교회일에 대한 염려로 잠을 설친다	67
표 7. 나는 몸이 아파서 하루를 쉬 적이 있다	68
표 8. 나는 충분히 수면을 취했을 때에도 피곤을 느낀다	68
표 9. 나는 쉽게 신경질을 내거나 화를 내는 경향이 있다	69
표 10. 나는 목회 생활에서 무력감과 낙담을 느낀다	69
표 11. 나는 내가 맡은 일이 너무 많아서 관심이 분산되고 일에 압도당하는 느낌이 든다	70
표 12. 교회 일에 압박감과 결혼생활과 가정생활 문제에 영향을 주고 있다고 느낀다	70
표 13 나는 당회나 제직회를 하는 동안 웬지 불안하다	71
표 14. 설교때 하나님과 함께 계신다고 말하지만 스스로 나에게서 멀리 떨어져 계신다	71
표 15. 나는 목회에 대한 나의 소명의식에 대해 의심이 든다	72
표 16. 개인적으로 기도하며 성경을 읽을 만한 충분한 에너지가 없다고 느낀다	72
표 17. 나는 설교할 때 책망하는 경향이 있다	73
표 18. 가끔 소리를 지른다	73
표 19. 고독하고 무시를 당한다고 느낀다	74
표 20. 박해를 당한다는 느낌이 든다	74
표 21. 사람을 만나 교제하는 것보다 서재에서 혼자 시간을 갖는 것을 좋아한다	75
표 22 나는 교회 안에 다른 교역자들과 친밀한 관계를 맺고 있지 않다	75

표 23. 나는 불가피한 경우를 제외하고 다른 교회의 동역자들과 접촉을 꺼린다.....	76
표 24. 성도들의 사정에 관심이 없고 거리를 두며 거의 기계적으로 대하는 경향이 있다.....	76
표 25. 다른 사람이 자신을 주시하고 있다는 느낌이 든다.....	77
표 26. 고독하고 무시 당한다고 느낀다.....	77
표 27. 나는 목사로서 강한 정체성이 없다.....	78
표 28. 스스로 확신이 없는 설교를 하는 나 자신을 발견할 때가 있다.....	78
표 29. 나는 다른 교회로 옮기거나 아예 목회를 그만둘까 생각을 하기도 한다.....	79
표 30. 나는 목회를 아예 그만 두고 싶은 생각을 해 본다.....	80
표 31. 나는 성도로부터 그다지 긍정적인 평가나 지지를 받지 못하고 있다.....	80
표 32. 교회를 열심히 섬기지만 정작 성도들은 별로 알아주는 것 같지 않다.....	81
표 33. 목회 생활에 대하여 기대하는 것과 목회 현실의 괴리로 인해 내적 갈등을 느낀다.....	81
표 34. 목회에 대하여 따분한 느낌이 들고 동기 부여를 잘 느끼지 못하고 있다.....	82
표 35. 내가 설교하는 것이 성도들의 생활에 어떤 영향을 주는지 확신이 없다.....	83
표 36. 사역의 효과성이 점점 떨어지고 있는 것 같다.....	83
표 37. 나는 예전만큼 나의 임무들을 잘 성취해내지 못한다.....	84
표 38. 나는 교회 일에 흥미를 덜 느낀다.....	85
표 39. 어떤 목표를 높이 세우고는 그 목표를 달성하지 못하여 실망하는 편이다.....	85
표 40. 나는 목회자로서의 나의 역할에 갈등을 느낀다.....	86
표 41. 목회가 사람을 섬기기 보다 물질적인 필요를 채우기 위해서가 아닌가 생각이 든다.....	86
표 42. 많은 성도들이 새로운 아이디어나 변화들을 별로 좋아하지 않는다.....	87
표 43. 전체 성도들의 사기가 비교적 낮은 편이다.....	87
표 44. 일이 안되면 자신이나 남을 탓한다.....	88
표 45. 나는 하루 일과 중에 피로감을 느낀다.....	92

FIGURES

그림

그림 1. 목회자 탈진 과정	56
-----------------------	----

SUMMARY

CHAPTER 1

INTRODUCTION

The purpose of this paper is to explore and prevent the exhaustion of pastors, which is currently or will be experienced by all the pastors in South Korea. The researcher thus aims to report the phenomenon and danger of the exhaustion of pastors who have been already exposed to such risks and help them recover from their state.

In the last five decades, Korean churches accomplished a massive growth in numbers unprecedented in world history. On the other hand, such explosive growth and revival has been supported by the devotion and sacrifice of pastors at the expense of their energy, work-life balance, and motivation. As the growth rate entered a period of stagnation in the 1990s, discord between the church session and the pastor deepened, and the latter came to be given all the responsibilities of the poor growth as they had been in the center of the growth of churches in years past. Not only that, despite the excessive number of pastoral candidates, new churches failed to grow due to decreasing church membership in accordance with the slowdown in growth, leading to a surplus of ministry-less pastors. In addition, even the pastors actively leading a church face employment instability subject to whimsical expulsion, leading directly to anxiety about the future and the pressures of family support, and eventually exhaustion.

Exhaustion can be experienced by anyone, even those who subscribe to the notion that it hits only those who fell into temptation because of weak faith and refuse to accept this reality, considering it as a result of a lack of prayer or faith. Thus, the researcher purposes to present how to prevent and overcome exhaustion in biblical ways.

CHAPTER 2

UNDERSTANDING ABOUT EXHAUSTION

Herbert Freudenberger, a psychiatrist, was the first to use the term *burn out* in the field of psychology, based on his own experience. Not surprisingly, exhaustion is often found mostly in people who help others. Many studies define exhaustion as a symptom in mind and body, an experience of fatigue in mind, body, and overall social aspects, added to a loss of confidence and hope because of a failure to achieve a desired outcome despite his or her best effort and devotion. It is impossible to present an indisputable cause of exhaustion, but it is generally accepted that anyone in the world, as opposed to specific types of people, may experience it.

To analyze the cause of exhaustion, the researcher of this paper considered the state not just as caused within an individual's mentality, but also detailed it externally, into systems (microsystem, mesosystem, and exosystem) to which pastors belong, similar to Lee Kwan Jik's analysis.

Exhaustion mostly involves physical, emotional, and spiritual symptoms. Physical symptoms include back pain, neck pain, migraines, stomach ulcers, indigestion, and so on; emotional symptoms include decreased motivation to achieve and reduced self-esteem. As for spiritual symptoms, people tend to distrust their abilities and gifts, and fall into despair by thinking that they are unable to lead other people. Some go so far as to believe that God abandoned them. Thus, if pastors experience exhaustion, it not only has negative effects on pastors' spiritual sense of duty and psychological stability, but it can also be damaging to their family, including their children, and their churches, their place of pastoral ministry.

In addition, exhaustion has severe effects on marital relations, such as imbalances in love

and respect, struggles in headship, and sometimes even affairs. In these ways, pastors' exhaustion is cause for extreme fatigue, confliction, loss of passion, marital problems, and negative effects on churches, among others. Therefore, it is necessary to find concrete ways to prevent exhaustion.

CHAPTER 3

THEORETICAL UNDERSTANDINGS ABOUT PASTORS' EXHAUSTION

In comparison with other jobs, the work of a pastor is very difficult. Their responsibilities are varied and they are frequently overburdened by the myriad services and visits demanded by their congregants. It is challenging to have regular office hours. Unlike the past, pastors are no longer respected and do not have authority. These are immediate causes of exhaustion.

Exhaustion is a gradual onset; it is hard to notice its beginning, but the result is serious. Pastors may start their ministries with big dreams in response to God's calling, but when they are captured by the trap of helplessness, disappointment, and despair, they become angry, sarcastic, and cynical. They show a repeated and paradoxical pattern of hating the very people they had initially dedicated their lives to serve, and try to work with more passion due to that sense of guilt.

Great men of the Bible have also experienced exhaustion and overcame it successfully: Elijah, Moses, Jacob, and Solomon in the Old Testament, and Timothy in the New Testament. By studying their situation and solutions, this researcher will find ways for pastors in the present to prevent exhaustion and overcome it.

In studying the biblical examples named above, the researcher starts with Elijah, who easily won the battle of Mount Carmel. However, when Elijah heard Jezebel say, "May the gods deal with me, be it ever so severely, if by this time tomorrow I do not make your life like that of one of them," he was very afraid and ran for his life to the wilderness. Under a broom tree he even asked God to take his life. Why did he do this? It was because he looked at people, not God; he focused on his own self-centered achievement. To restore him, God let him take a physical rest, showed Elijah his omnipotence, gave him a vision, and sent a fellow worker. All

the causes of Moses' exhaustion was due to internal bitterness. In the beginning of his ministry, Elijah tried to own every decision and responsibility. He could not lean on the helpful people around him and thought that he had to bear all his burdens alone. For Moses, who fell into a similar state of self-centeredness, God sent fellow workers, gave him hope through His word and miracles, and caused Moses to pray to finally overcome the exhaustion.

When Jacob fled from his brother, Esau, he was exhausted because he was afraid that Esau would kill him by the sword, and he felt a strong sense of guilt. God met Jacob in person and restored him with a blessing. Solomon was tired, too; he loathed his life and nearly gave up all hope. Fortunately, he did not stay long in this state. God helped Solomon conquer this by granting him balance in work, rest in his personal life, and faithful relationships with others. In the New Testament, the cause of Timothy's weariness was that he was not in line with God's gifts and will for him, and his pastoral ministry was vulnerable as many people apostasized after Paul was sent to prison. By God's grace, Timothy understood God's gifts and will for him, and was reminded of the purpose of his own work, which led to rest and restoration.

CHAPTER 4

SURVEY AND STATISTICAL ANALYSIS

The researcher selected 40 pastors who attended the 26th Masan Presbytery of The Presbyterian Church in Korea (Kosin) in Gyeongnam Province in 2016. The survey contained a questionnaire consisting of 18 questions regarding emotional exhaustion, 6 about depersonalization, and 18 related to the decrease in one's sense of personal achievement. The following were questions about emotional exhaustion:

- I feel tired during work hours
- I feel headache, or pain behind my neck or in my lower back muscles
- I have no remaining energy to spend time with my family after work due to excessive fatigue
- I cannot sleep well due to anxiety about church matters
- I once took a day off for physical sickness due to fatigue and stress
- I feel tired even after getting enough sleep
- I tend to be quick to annoyance or anger
- I feel helpless or disappointed in my ministry
- My attention is distributed among too many responsibilities, and I am overwhelmed by work
- The pressure from my church work has had a negative impact on my marriage and family
- I feel uneasy during meetings of the presbytery or the Ecclesiastical Committee
- I speak in my sermons of how God is with us, but I feel like God is not with me
- I doubt my calling for my ministry
- I do not have enough energy to pray and read the Bible on my own
- I tend to blame in my sermons
- I feel lonely and ignored
- I feel persecuted

Questions about depersonalization are as follows:

- I prefer being on my own rather than meet with people
- I do not have close relationships with other workers in the church
- I am reluctant to contact workers in other churches except when it is inevitable

- I am not interested in the circumstances of my church members and tend to react automatically toward them
- I feel like someone is watching me
- I feel lonely and ignored

Questions regarding a decrease in one's sense of personal achievement:

- I do not have a strong identity as a pastor
- I sometimes find myself preaching sermons with uncertainty
- I sometimes lose confidence and think of transferring to another church or giving up the ministry
- I sometimes think about just quitting the ministry
- I do not have a very positive reputation or support
- I think I am doing my best to serve the church, but my church members do not seem to recognize it
- I experience inner conflict due to the gap between my expectations in the ministry and the real-life situations
- I feel bored in my ministry and have little motivation
- I am not confident when I ask myself whether my sermons affect the lives of my church members
- The effectiveness of my ministry is decreasing more and more
- I feel less interested in the work my church is doing
- I find myself frustrated after I set goals too high and fail to achieve them
- I feel conflicted about my role as a pastor
- I wonder if I am in ministry more for satisfying my own needs rather than serving others
- Many church members do not like new ideas or changes
- The morale of the members is relatively low
- I blame myself or others when something goes wrong

CHAPTER 5

ANALYSIS OF RESEARCH RESULTS AND SUGGESTION

On average, more than 60% of respondents agreed with the following statements about emotional exhaustion from the survey: fatigue; headache, or pain in the neck or lower back muscles; feeling helplessness or disappointment; ministry has a negative impact on family; uneasiness during meetings of the presbytery or the Ecclesiastical Committee; feeling that God is absent; blaming during sermons; being quick to annoyance or anger; and feeling loneliness and ignorance.

In particular, about 10% of the respondents showed that they are in an advanced stage of exhaustion, marking *often* or *almost always* for questions regarding physical pain, inconsistent sleep, and emotional anxiety about church matters. About 57.5% of the respondents had possibility to become emotionally exhausted. Among all the responses, 17.2% were already experiencing exhaustion and 6% were in an advanced stage.

In the result of analysis of the depersonalization questions, almost 50% of the respondents answered that they preferred being alone to meeting other church workers, sense that they are being watched by someone, and feel lonely and ignored. Based on these responses, 53% of the pastors had possibility to become exhausted, 20% were already experiencing exhaustion, and 3.8% were in an advanced stage.

In the analysis of a decrease in one's sense of personal achievement, 65% of the respondents thought about transferring to another church or giving up the ministry. More than 60% answered that they are not well supported by the members, experience a gap between the pastor's expectation in the ministry and the real-life situations, feel conflicted about one's role as

a pastor, suffer through the low morale of members, and are prone to blame others. It was revealed that many pastors feel forced to fulfill God's calling in their role, rather than serving with pleasure and joy.

In terms of decrease in the sense of one's personal achievement, 54% were at risk of exhaustion, 21% were already experiencing it, and 5.8% were in an advanced stage.

The researcher suggests rest from God as one solution to overcome fatigue. All of humanity's problems can be resolved by fellowship with God. The pastor's exhaustion stems from various problems, such as poor relationships with church and denominational members, or declining personal health, but the most fundamental problem is his lack of fellowship with God.

Therefore, pastors who become tired during their ministry should enjoy a sabbatical for renewal beyond mere rest. Taking a sabbatical is essential and, particularly for these pastors, it is a mighty calling of invitation to rest by God.

CHAPTER 6

CONCLUSION

The researcher eventually has drawn the conclusion that a pastor is unlikely to maintain a successful ministry he cannot appropriately deal with exhaustion. Pastors are familiar with exhaustion. The results of survey answered by pastors in the Masan presbytery reveals that many pastors are exposed to exhaustion, which sometimes impacts their sense of calling. As stated in the results of the research, exhaustion's onset is due to excessive work hours, extreme fatigue without proper rest, which leads to a loss of motivation accompanied by anxiety and lethargy. Furthermore, pastors show a measure of social phobia due to the stress from human interactions and even have uncertainty in their sense of calling.

It is now necessary to actively endeavor to prevent of exhaustion, acknowledging that pastors may suffer from it. The wellness of a pastor may guarantee a healthy family and church; the pastors must keep in mind that exhaustion can be prevented and overcome by the power that God provides. Replenishing and fulfillment can be accomplished by a short sabbatical and a return to the grace of the cross. The sabbatical entails not only mere physical rest but also spiritual training with a desire to experience God's presence, beyond daily prayer and worship, with more emphasis on the latter.

The grace of the cross can be better and more profoundly enjoyed through the presence of God, and the sabbatical enables the power of the cross to show itself through renewed spiritual fellowship with Christ. Ultimately it is this spiritual fellowship – the knowledge of His presence, love, and comfort – that can be the solution to recover from exhaustion.

제 1 장

서론

1. 문제제기 진술

지난 120년간 한국 교회는 세계에서 유례를 찾아볼 수 없는 양적인 엄청난 부흥을 경험하였다. 이러한 대부흥의 배경에는 목회자의 헌신과 희생이 있었다. 그러나 이러한 헌신과 희생은 부흥이라는 목적을 이루었지만 또 다른 한편으로는 목회자에게 스트레스와 탈진을 동반하게 되었다. 이러한 부흥도 1990년대에 들어와 성장이 정체기에 들어섰고 2000년대 들어서는 오히려 성장이 둔화되는 현상이 일어났다.

한국교회는 10년 전쯤만 하더라도 한국의 기독교인의 수를 약 1,200만으로 보고 한국인 총인구의 약25%를 차지한다고 생각했었다. 그러나 2006년 통계청이 “2005 인구주택총조사” 결과를 보면, 총인구 4,728만 명 중 2,497만 명(53.1%)이 종교를 가지고 있었으며, 그 중 861만 6천 명(18.3%)이 기독교인으로 보고되었다. 이 숫자(2005년 통계)는 1995년과 비교할 때에 약 14만 4천명이 감소한 것(-1.6%)이고 이에 비해 천주교인은 219만 명(74%)이 증가했다.¹

그러나 아이러니한 상황이 일어나고 있는데 바로 성도 수는 정체 또는 감소현상을 보이고 있는 반면, 교회 수는 증가하고 있다는 것이다. 도시지역에서 한 건물 지나 한건물에 개척교회가 들어선가는 말이 있을 정도이다.

2005년 인구주택 총조사에 의하면 통계를 통해서 알 수 있는 사실은 1990년대 이후 한국교회의 성도 수는 오히려 줄어들고 있지만 교회 수의 증가는 개척교회가 증가하고 있다는 것을 의미한다고 했다. 그 뿐만 아니라 오늘날 교인들은 크고 화려한 교회로 몰리고 개척교회나 소형교회에 등을 돌리고 있어서 교회에도 부익부 빈익빈 현상이 나타나고 있다. 한편, 신세대의 등장과 함께 구세대

1) 대한민국 통계청, “2005 인구주택총조사”, 2006.

목회자들은 적지 않게 조기 은퇴의 압력을 받거나 목회를 지속하는 것을 힘들어 하고 있다. 오직 시대적 요구를 충족시키는 소수의 인기 있는 목회자들을 제외하고는 다수의 목회자들이 교인들의 불만에 시달리며, 심지어는 상당수는 직접 혹은 간접적으로 사임요구에 직면하고 있다. 이러한 상황에서 목회자의 탈진은 이상한 일이 아니다.²

이런 교회 성장의 침체기에 이르자 당회와 성도들과의 갈등은 깊어져 갔고 교회성장의 중심에 서 있었던 목회자들에게 성장 둔화의 모든 책임을 전가하기 시작했다. 그 뿐만 아니라 각 교단 신학교에서는 매년 배출되는 목사후보생은 넘쳐나고 있지만 교회 성장둔화로 인해 성도 수는 줄어들고 개척교회는 성공하지 못하고 결국 사역지 없는 많은 목회자들이 양산되고 말았다. 그 뿐만 아니라 현재 한 교회의 담임목회자로 교회를 담임하고 있을지라도 언제 교회에서 쫓겨날지 모른다는 고용불안의 상황이 이어지고 있고 이로 인해 미래에 대한 불안감과 가족에 대한 부양 책임감은 탈진으로 이어지게 되었다.

목회자의 탈진 문제는 오늘날 목회사역에 있어서 매우 중대한 관심사 중의 하나로 급격히 부상하고 있다. 목회자의 탈진은 자신을 진솔하게 드러내면 치유의 문은 열릴 수 있으나 그렇지 못하면 몸에 피가 돌다가 막혀 버리면 뇌졸중으로 쓰러지듯이 목회자의 탈진이 그와 같은 경우가 될 수 있다. 그 뿐만 아니라 이 탈진은 목회사역에 대한 의욕을 저하시키거나 사역을 포기하게끔 할 뿐만 아니라 신체적으로, 정신적으로 질병을 가져오게 하며 부부 및 가정에 불화의 원인이 되기도 하고 심지어는 술과 약물, 외도 등의 문제까지 유발하게 된다. 목회자들의 이러한 심각한 상황을 단순히 ‘시험 들었다. 믿음이 없어서 그렇다’ 이런 단순한 논리로 해석하고 또한 기도 부족, 믿음 부족으로 치부하는 것은 탈진이라는 문제해결에는 전혀 도움이 되지 않는다. 그 뿐만 아니라 많은 목회자들 자신이 목회자 탈진을 목회의 실패로 여기고 감추려하고 있으며 자신들이 탈진상태에 있다는 것 자체도 인정하지 않으려 한다. 뿐만 아니라 교회 건물과 출석 교인의 숫자에 의해서 목회자의 등급이 매겨지는 현 분위기에서는 탈진한 목회자가 계속 늘어날 수밖에 없다.

그리고 한국교회는 목회 업무가 너무 많을 뿐 아니라 그 업무 역시 경계가 서구 교회와 달리

2) 이정석, “신학적 혼동과 목회자의 탈진”, 「목회와 신학」 138, (서울: 두란노, 2000.12), 64.

애매모호하다는 것이다. 새벽예배로부터 시작되는 일과는 일정한 퇴근이 없이 언제든지 성도들이 부름에 늘 긴장감에 노출되어 있는 구조적 문제점을 안고 있다. 또한 교회성장을 교인들이 늘어난 것으로만 평가하는 한국교회의 생각은 교회 간의 경쟁심을 조장하고 성공적인 목사가 되어야 한다는 강박 의식과 교인이 늘어나지 못하면 목회에서 패배자라는 사상이 결국 목회자의 탈진현상까지 이어지게 된 것이다.

2. 범위와 한계에 대한 진술

본 논문의 연구의 범위는 한국교회 목회자들의 탈진 예방과 회복, 안식관 십자가의 능력을 통한 치유에 있다. 지금까지 한국교회 많은 목회자들은 사람을 치유하는 위치에 있었기에 목회자 자신이 탈진했다고 하면 부끄러움으로 생각하고 자신이 탈진했다는 것을 인정하지 않으려 하거나 또한 적극적으로 치료하려는 것을 거부했다. 그런데 이 탈진 문제는 목회자 한 자신의 문제만으로 끝나는 것이 아니라 교회 전체와 심지어 한국교회 전체에 심각한 영향을 미친다는 것이다. 이에 본 연구자는 직접 설문지 조사를 통해 목회자들의 탈진 상태를 통계적으로 파악한 후 분석 자료를 토대로 각종 서적, 논문, 정기간행물들을 참조하여 한국교회 목회자들의 탈진 회복의 방법을 제시할 것이다. 본 논문은 목회 사역으로 인해 탈진한 목회자 회복을 전제로 하지만 연구 자체가 탈진자를 선별하여 설문 조사한 것이 아니라 일반 목회자를 무작위로 선별하여 한 것임으로 인해 직접 탈진을 경험하고 회복한 이들의 경험이 주된 연구가 아닌 이론적인 회복이라는 점에서 본 논문이 정한 한계이다.

3. 성경적, 신학적 근거

한국교회의 목회 환경에 있어서 목회자의 탈진에 대한 이해가 너무 빈약한 것이 현실이다. 목회자의 탈진회복을 위한 체계적이고 구체적인 회복 방안의 가장 중요한 토대는 성경적 회복이다. 목회자들은 탈진은 일반인의 탈진과 달리 대부분이 목회사역의 현장에서 일어난다. 이 탈진은 엄격한 의미에서 영적침체라고 할 수 있다. 그 이유는 영적 침체가 탈진의 원인이면서 동시에 결과이기

때문이다. 그러므로 탈진회복에 있어서 가장 중요한 것은 내 자신의 의지와 노력도 필요하지만 무엇보다도 영적으로 하나님과의 관계회복이다. 성경에서도 탈진을 경험하다 하나님과 영적관계회복으로 탈진을 극복하고 하나님을 위해 쓰임 받았던 인물을 많이 찾아볼 수 있다. 출애굽기 18장의 모세, 창세기 28장의 야곱, 전도서 3장의 솔로몬, 열왕기상 18장의 엘리야, 디모데후서 1장의 디모데 등이다. 그러므로 본 연구자는 성경 속에서 믿음의 인물들이 경험한 탈진을 연구하고 그리고 그들이 어떻게 그 탈진을 극복하고 회복되었는지를 성경적인 관점에서 방안을 모색할 것이다. 그러므로 본 연구의 신학적인 근거는 신론, 기독교론이 될 것이다. 탈진회복에 있어서 가장 중요한 요소는 영적침체를 극복하는 것이다. 이를 위해 하나님과 관계형성, 하나님의 안식, 십자가의 능력의 회복을 통해 목회사역은 자신이 하는 것이 아니라 하나님의 인도하심이라는 것을 탈진회복을 통해 모색할 것이며, 야곱도 형 에서가 자기를 죽일지 모른다는 불안함 속에서 하나님을 만나 깊은 교제를 나누었듯이 본 연구는 탈진한 목회자들을 주님과 깊은 교제를 통해 탈진회복의 방법을 제공함에 목적을 둔다.

4. 연구 방법

본 논문의 연구 방법은 다음과 같다. 1장은 서론으로 연구와 목적과 관련된 문헌 연구를 통해 본 논문과 다른 논문의 차별성을 말하고 신학적, 성경적 근거를 말하며 연구 방법을 밝힌다.

2장에서는 일반적인 탈진의 정의와 증상, 성경적 관점에서 본 탈진, 탈진이 스트레스와 어떤 상관관계에 있는지 밝힌다. 3장에서는 목회자에게 탈진은 무엇이며, 목회자만이 가지는 탈진의 증상과 원인, 탈진의 결과를 밝힌다. 4장에서는 연구의 진행 과정, 참여자 선정과 배경, 방법 등을 밝힌다. 5장에서는 조사한 설문지를 통해 탈진이 감정적으로, 비인격화로, 개인의 성취감 감소가 어떻게 탈진에 영향을 주는지 밝힐 뿐만 아니라 탈진의 극복방안으로써 안식과 십자가의 능력을 성경적으로 신학적으로 다루며 인식과 십자가의 능력을 통한 탈진 극복방안을 제시한다. 그리고 전인전 회복방안으로 십자가의 은혜와 신앙과 관계회복을 통한 치유이다. 6장은 결론이다.

5. 문헌 검토

현재 한국교회에서 목회자의 탈진은 너무나 심각하고 많은 목회자들이 고통을 겪고 있음에도 불구하고 관심을 가지고 연구되어 지기 시작된 때는 1990년대에 들어서 서서히 문헌적으로 연구 발표되기 시작했고 2000년 들어서서야 목회와 신학이라는 잡지를 통해 관심을 가지고 본격적으로 연구되어지기 시작했다.

본 논문은 현재 탈진에 관련되어서 출간 되어진 논문, 단행본, 목회와 신학, 성경신학적 배경을 가진 주석, 신학전문 학술지 등을 참고하여 연구를 진행하려고 한다. 지금까지 탈진에 관해 연구 되어진 논문들을 보면 이론적인 연구와 탈진의 예방, 및 회복에 관한 연구, 탈진의 조절 및 매개변수에 관한 이처럼 탈진의 이론적인 연구나 상담학적, 조절 및 매개변수에 대해서 많은 연구가 주로 이루어지고 있다.

1970년 초 정신분석가인 허버트 프로이덴버거(Herbert Freudenger)가 자신의 탈진 경험을 통하여 “탈진”이라는 용어를 처음 사용된 이래 탈진에 관한 광범위한 연구가 진행되어 왔다. 우리나라에서도 2000년대 본격적으로 탈진에 대한 연구를 「목회와 신학」이라는 잡지를 통해 연구되어 지기 시작했다. 다루어진 주제를 보면 “한국 목회자의 스트레스와 탈진의 현주소”, “목회자 탈진에 대한 바울의 가르침”, “목회자의 스트레스와 탈진”, “목회자 탈진 그 주요 원인과 분석과 해결에 관한 소고”, “목회자의 탈진 자가 진단법”, “목회자와 스트레스”, “신학적 혼동과 목회자의 탈진” 등이다. 2000년대 들어서서야 본격적으로 탈진이 다루어지다 보니 그 연구주제들이 대부분 탈진의 정의, 원인, 성경적인 정의 등에 집중되어 목회자의 탈진에 대한 관심과 이론적인 연구에 많은 도움을 주었음에는 틀림이 없다. 하지만 이론적인 연구에만 집중하다 보니 현재 탈진으로 인해 고통 받는 목회자들에게 본인이 탈진상태구나 라는 자가 인식을 주었지만 탈진을 극복하고 벗어날 수 있는 구체적인 해결책을 잘 제시하지 못한 단점이 있다.

한국에서 이 탈진이 이관직의 연구로 인해 많이 알려지게 되었다. 이관직은 1994년 미국에서 한인목회를 할 때 한인목회자들이 탈진으로 인해 고통 받은 보고 “Stress and Burnout among Korean-American Pastors in American Culture: Implications Care” 제목으로 탈진에 대해 연구하였고

「목회심리학」에서 탈진을 구체적으로 다루고 있다. 이 책에서 다루고 있는 내용은 지금까지 탈진에 대한 연구가 개인의 심리내면적인 원인으로만 이해하려는 시도였다고 정의하며 이는 매우 부분적인 접근이며 통합적이고 전체적이지 못하다고 하였다. 지금까지 탈진을 단순히 개인심리적, 내면적으로 보았던 것을 ‘시스템적인 상호 관계적 인과관계의 접근 방식’으로 탈진을 새롭게 접근하고 있다는 것이 이 책의 장점이다. 그래서 탈진을 구체적으로 개인적인 영향, 마이크로 시스템적 영향, 메소시스템적 영향, 엑스시스템적 영향 등으로 세분화하여 탈진을 다루었다는 점이 다른 문헌들과의 차이점이다.

프랭크 미너스(Frank Minirth)와 3인은 「탈진된 마음이 치유」에서 이 탈진을 지금까지와 다른 영어로 쇠진으로 정의하였다. 이 책에서는 쇠진 현상의 원인은 바쁜 스케줄, 강한 성취 욕구, 아니오 하고 거절하지 못하는 성격, 실현되지 못하는 기대에서 쇠진 현상의 요인이라고 말했다. 그리고 탈진을 가리켜서 ‘마르다 콤플렉스’라고 정의하였으며 이것은 하나님과 다른 사람을 섬기므로 자신의 가치를 증명해 보이려고 하는 열의라고 했다. 마르다는 손님을 접대하느라 분주하였으므로 마리아가 가만히 앉아서 예수님의 가르침을 듣는 대신 자신을 거들어야 한다고 생각했다. 그때 예수님은 마르다에게 일의 우선순위를 잘못 설정하였음을 설명했다.³⁾ 즉 자신의 업적을 통해 가치를 증명해 보이려는 사람들이 바로 마르다 콤플렉스를 갖게 되는 것이다. 이 책은 현 시대의 목회자의 탈진원인을 아주 구체적으로 지적했다는 장점이 있다. 부흥이라는 지상과제를 최우선으로 생각하는 목회자들은 그 결과가 성취되지 못하여 모든 것이 소진되어진 마음을 치유하는데 도움을 주는 책이다.

김준수는 「복음과 상담 제8권」에서 목회자의 스트레스와 탈진에 대해 설명하면서 탈진을 개인적인 원인과 조직적인 변인들로 나누어 설명하였다. 책에서 그는 개인의 심리적이고 성격적인 변인들이 탈진의 개인적인 원인이 될 수 있고, 탈진을 유발하는 시스템적인 요인들이 있다고 보았다. 개인의 심리적 불안정, 지나친 인정에 대한 요구, 미성취된 개인생활, 일중독, 지기비하, 비교의식,

3) Minirth, Frank 외 3인, 「탈진된 마음의 치유」 김은철 역 (서울: 규장문화사 1995), 13.

권위주의가 탈진을 유발한다고 했다. 조직적인 변인들로는 지속적인 긴장과 스트레스, 불확실한 업무시간, 낮은 급여, 긍정적 피드백의 결여, 스케줄 조정의 불가, 가정을 위한 여가 시간의 부족, 휴식의 발탈 등을 제시하였다.⁴ 김준수는 목회자의 가장 일상적인 생활과 목회의 업무 부분에서 탈진의 원인을 찾아 그 해결책을 주었다는 점에서 장점이 있다고 할 수 있다. 지금까지 탈진에 대한 진단과 해결책이 문헌적인 반면에 김준수는 가장 가까이에서 접하고 그로 인해 나타날 수 있는 탈진을 언급하여 탈진을 당한 목회자에게 도움이 될 수 있다.

이홍배는 「목회자 탈진 클리닉」에서 목회자 탈진을 스트레스와 연관지어 다루었다는 점에서 다른 연구와 차이점을 둔다. 그는 이 책에서 스트레스에는 좋은 스트레스와 나쁜 스트레스가 있는데 좋은 스트레스는 우리를 영적으로 더욱 긴장시키고 육체적으로 건강하게 유지시켜주는 유익한 존재라는 것이다. 그래서 그는 탈진과 스트레스는 무관하지 않다면 스트레스에도 좋은 스트레스를 찾아 그것을 활용한다면 탈진 극복에 도움이 된다고 했다. 어차피 스트레스에 의해 야기되는 결과적인 현상이 탈진이라면 탈진의 전조인 스트레스를 잘 분별하여 좋은 스트레스를 통해 탈진의 극복을 유도한다는 점에서 상당한 장점이 있는 책이다.

탈진과 관련된 성경신학적 배경의 자료를 다루기 위해서 「카일.텔리취 주석: 열왕기상」, 「호크마 종합주석: 열왕기상」, 「호크마 종합주석: 민수기」, 「존 칼빈 원어 성경주석: 민수기」, 「신구약강해설교연구대계, Vol 3」, 「카일.텔리취 주석: 전도서, 아가서」 여러 주석류들과 「Novum Testamentum Grece」 헬라어 원전, 「키텔 단권 원어사전: 구약」 원어사전을 사용하여 엘리야, 모세, 야곱, 솔로몬, 디모데 등 성경속의 영웅들도 심각한 탈진을 겪었으며 또한 어떻게 탈진을 극복하였는지 성경적으로 신학적으로 분석 정리하여 이 시대의 목회자들이 성경적인 탈진 극복방안을 살펴보고자 한다.

현재까지 목회자의 탈진에 관한 연구를 보면 이론적인 연구에 관해서는 박혜성의 “목회자 스트레스와 탈진에 관한 연구”(1998), 마승자의 “목회자의 정신건강: 스트레스와 탈진을

4) 김준수, “목회자의 스트레스와 탈진” 「복음과 상담 8권」 (서울: 한국복음주의 기독교상담학회, 2007), 35-58.

중심으로”(2001), 이황영의 “목회자의 탈진과 그 위기관리에 관한 고찰”(1996), 오태균의 “목회자의 탈진에 대한 교회 교육학적 과제”(2009)에 집중하고 있다. 구체적으로 목회자의 이론적 연구는 이용우의 “목회자의 탈진에 관한 연구”(2005) 등이며 탈진의 예방, 및 회복에 관한 연구는 황용대의 “목회자 탈진 회복 방안으로서의 영성 훈련 프로그램”(2001), 이호중의 “한국교회 목회자의 탈진에 대한 치유 사역적 고찰”(2004), 박찬종의 “탈진한 목회자의 회복에 관한 연구”(2007), 고일한의 “가족생활주기이론으로 본 목회자의 탈진 예방”(2008) 등이며, 탈진의 조절 및 매개변수에 관한 연구는 정성인의 “역할갈등으로 인한 목회자의 탈진”(2009), 손의성의 “목회자의 내현적 자기애와 신 애착이 탈진에 미치는 영향 연구”(2011), 조규황의 “목회자의 탈진에 영향을 미치는 생태학적 변인 연구”(2014), 조국환의 “C.G 용의 개성화를 통한 목회자의 탈진 극복 방안에 대한 연구”(2015) 등으로 연구되어 졌다. 이처럼 탈진의 이론적인 연구나 상담학적, 조절 및 매개변수에 대해서 많은 연구가 이루어지고 있지만 안식과 십자가의 능력으로써의 탈진 회복은 전혀 연구되어지지 않고 있다.

이러한 배경에서 아브라함 조슈아 헤셸(Abraham J. Heschel)의 「안식」과 마르바 던(Marva J. Dawn)의 「안식」은 탈진에 빠진 많은 목회자들에게 회복의 길을 열어준다고 할 수 있다. 탈진의 가장 큰 원인은 안식의 부재이다. 안식은 단순히 쉼을 의미하는 것이 아니라 하나님과의 관계회복이다.

그래서 아브라함 헤셸의 「안식」에서 “안식이란 정상을 향한 상승이다” 라고 했다. 결국 안식은 하나님과 깊은 교제를 통해 오는 것이라는 의미이다. 그뿐만 아니라 그는 안식일 법규가 영적인 삶에서 차지하는 비중은 중력의 법칙이 자연에서 차지하는 비중만큼이나 크다고 했다.⁵ 그런 의미에서 아브라함 헤셸의 「안식」은 탈진이 왜, 어떻게 생겨나는지와 함께 탈진 회복에 있어서 안식이 가장 근본적인 해결책을 준 책이라고 할 수 있다.

마르바 던의 「안식」에서는 안식(쉼)의 정의를 내려주는 책이다. 대개 쉼이면 ‘노동과 작업의 중단, 힘든 일이나 긴장이나 모든 종류의 활동으로 부터의 자유를 의미한다’ 라고 생각하는데 마르바 던은

5) Ibid., 167.

안식(쉬) 이러한 것을 훨씬 넘는 것'을 의미한다고 했다. 그래서 완전한 쉬는 노동이 없는 단순한 육체적인 쉬 만을 의미하는 것이 아니라 그 이상이다. 안식일은 우리와 하나님의 관계를 좀 더 깊은 관계로 이끌게 하기 위해 특별히 구별된 날이며 그분과의 깊은 관계는 필연적으로 정서적으로 뿐만 아니라 영적으로 치유로 이어지게 하고 안식일의 쉬가 주는 가장 큰 결과는 우리의 현재 상황이 어떻든 간에 하나님의 임재를 알게 된다는 기회를 갖는다고 했다.

그러므로 마르바 던의 「안식」은 탈진에 빠진 목회자에게 안식의 중요성을 가르쳐 준다는 의미에서 우리에게 중요한 책이다. 그리고 이 책은 안식일의 쉬가 주는 가장 큰 결과는 우리의 현재 상황이 어떻든 간에 하나님의 임재를 체험하게 되는 기회를 갖게 한다는데 있어서 매우 중요한 의미를 지닌다고 할 수 있다.⁶ 그런 의미에서 아브라함 헤셀의 「안식」, 마르바 던의 「안식」은 탈진의 가장 큰 문제인 하나님의 임재의 체험의 부족함과 쉬의 부족을 채워주는 책이라고 할 수 있다.

그러므로 본 연구는 지금 수많은 목회자들이 겪고 있고 앞으로도 겪을 가능성이 있는 목회자의 탈진을 성경적, 신학적으로 탈진의 극복한 믿음의 영웅들의 모습 속에서 탈진 극복의 방법을 배우고 하나님이 주시는 안식과 십자가의 능력을 통해 회복의 길을 제시하고자 한다.

6) Marva J. Dawn, 「안식」 전의우 역 (서울: IVP 2001), 75-98.

제 2 장

탈진에 대한 이해

1. 탈진의 정의

1970년 초부터 정신과 의사였던 허버트 프로이텐버거가 자신의 경험을 통하여 심리학 분야에서 탈진(burn-out)이라는 용어를 처음 사용하였다. 그가 처음으로 탈진이라는 용어를 사용한 이후부터 탈진에 대한 광범위한 연구가 진행되어 왔다. 탈진 연구가들은 탈진이 나타나는 부류를 주로 사람을 돕는 업무에 종사하는 사람들에게 나타나는 것으로 밝혀내었다. 예를 들면 사회복지사, 교사, 간호사, 의사, 경찰, 상담사 등이다. 목회자들 역시 사람을 돕고 상담하는 일을 하는 것이 주업무임으로 여기에 포함된다고 할 수 있다. 탈진은 쓰이는 분야에 따라 그 이해를 달리해 왔고 탈진과 관련하여 학자마다 다양한 정의를 내렸다.

허버트 프로이텐버거는 탈진을 “어떤 원칙이나 생활방식, 혹은 관계 등에 헌신을 했으나 기대했던 결과를 가져오지 못했을 때 오는 피로나, 혹은 좌절의 상태”로 정의 했다.⁷ 에델위크(Edelwick)와 드로드스키(Brodsky)는 탈진을 “다른 사람들을 돕는 직업을 가진 사람들이 점진적으로 아이디어, 에너지와 목표를 잃어가는 것”으로 정의 했다.⁸ 그리고 매슬랙 탈진 검사지를 만든 매슬랙(Maslach)는 탈진을 “남을 도와주는 직업에 종사하는 사람들 가운데 발생하는 정서적인 고갈, 비인격화 그리고 개인적 성취감의 감소”라고 정의 했다.⁹ 이정석은 탈진을 “과로에서 오는 스트레스와 달리 자신감과 희망을 상실하게 되는 현상”이라고 정의하면서 최선을 다하여 노력하고 헌신했는데도 불구하고 아무런 결과가 없을 때 심지어 최소한의 기대도 이루어지지 않을 때, 정당한

7) Herbert J. Freudenberger, “The Staff Burn-Out Syndrome in Alternative Institutions”, *Psychotherapy: Theory, Research and Practice* (Dec, 1975), 73-8, Daryl Nuss, 목회와 신학 편집부 역, “목회자의 탈진, 어떻게 피할 수 있는가” 「목회와 신학」 138 (2000. 12), 97에서 재인용.

8) J. Edelwick & A. Brodsky, “Burnout: A Social Psychological Analysis”. Ed. W. Paine. *Job Stress and Burnout, Research, Theory and Intervention Perspectives*, (Beverly Hills: Sage Publications, 1982), 30-35.

9) C. Maslach, *Burnout: Stress of Disillusionment in the Helping Profession* (New York: Human Science Press, 1980), 14.

보상도 아무 보람도 주어지지 않을 때, 자신의 무능을 절감하게 되고 모든 것을 포기하고 싶은 상태에 빠지게 되는데 이러한 상태를 탈진이라고 정의 했다.¹⁰ 이만홍은 탈진이란 글자 그대로 힘과 기운이 완전히 빠져 있는 상태, 그리하여 정서, 신체, 사회 전반에 걸쳐 피로와 무의미를 느끼며 환경과 그 변화에 부적응을 보이는 독특한 심신증후군을 탈진이라고 정의 했다.¹¹

이처럼 탈진에 대한 정의는 학자들마다 조금씩 다르게 정의했지만 본 연구자는 이를 <표 1>에서 다음과 같이 정의해 보았다.

<표 1> 학자들에 따른 탈진에 대한 정의

학자	주요 정의
Herbert Freudenberger	헌신을 했으나 기대했던 결과를 가져오지 못했을 때 오는 피로나 혹은 좌절된 상태
Edelwick와 Brodsky	다른 사람들을 돕는 직업을 가진 사람들이 점진적으로 아이디어, 에너지와 목표를 잃어 가는 것
Maslach	남을 도와주는 직업에 종사하는 사람들 가운데서 발생하는 정서적인 고갈, 비인격화 그리고 개인적 성취감의 감소
이정석	과로에서 오는 스트레스와 달리, 자신감과 희망을 상실하게 되는 현상
이만홍	힘과 기운이 완전히 빠져 있는 상태, 그리하여 정서, 신체, 사회생활 전반에 걸쳐 피로와 무의미를 느끼며 환경과 그 변화에 부적응을 보이는 독특한 심신증후군

이상의 정의를 요약하면 ‘탈진’이란 원래 인간과 직접적으로 관련되어 사용되는 용어는 아니지만 서서히 인간과 연관되어 사용하기 시작하였으며 탈진은 모든 에너지가 소진되어 육체적, 정서적, 정신적으로 지쳐서 열정과 이상 그리고 목표를 상실한 상태라고 할 수 있다. 또한 탈진은 그 특성상 자기의 몸을 아끼지 않고 희생을 마다하지 않으며 다른 사람을 헌신적으로 도와주고 돌봐 주는 사람들에게 나타나는 일반적으로 증상으로써, 자신이 가진 능력 이상을 지나치게 사용함으로써 감당키 힘들 정도로 완전히 소진된 상태를 말하며, 타인의 이야기를 들어주고 그들을 돌보아주는 능력을 지나치게 사용함으로써 감당키 힘들 정도로 오랜 기간 동안 너무 많은 사람들과 너무 무거운

10) 이정석, “신학적 혼동과 목회자의 탈진”, 『목회와 신학』 138 (서울: 두란노 2000. 12), 66-73.

11) 이만홍, “사역자 탈진 증후군, 그 원인과 대책”, 『월간 목회』 (1997. 6), 385-6.

책임감에 짓눌려 어떠한 일을 더 이상 진행하기 힘든 상태로 일종의 정서적인 소진 상태라고 정의할 수 있다.

많은 학자들이 탈진에 대해 다양한 정의를 내리고 있지만 그들에게서 찾아볼 수 있는 공통점은 모든 정의들이 탈진을 신체적, 정서적, 그리고 정신적 고갈상태로 설명하고 있다는 것이다. 그리고 탈진은 모든 직업군의 사람들이 탈진을 경험할 수 있으나 그 중 특별히 다른 사람들을 위해 봉사하는 직종에 속한 헌신적이고도 열정적인 사람들이 탈진의 희생자가 될 가능성이 높다는 사실이다.¹²

이런 사람들에게 가장 중요한 것은 쉼, 성경적으로 이야기하면 안식이다. 우리의 육신이 지치면 따라서 마음과 영혼도 지치게 되어있다. 바꾸어서 말하면 우리에게 신앙의 슬럼프가 오는 것은 육신이 지쳤을 때이고 몸이 쉼을 얻지 못했기 때문이다. 그러므로 탈진회복에서 정말 중요한 것이 안식이다.

2. 탈진의 원인

탈진에 이르게 하는 요인이 ‘이것이다’ 라고 말할 수는 없지만 초기에는 탈진은 주로 남을 돕는 사람들에게 나타나는 것으로 이해 되어졌다. 하지만 사회가 점점 전문화되어 가면서 탈진은 다양한 직업을 가진 사람들에게 나타나는 것으로 이해 되어지고 있다. 탈진 전문가들은 탈진은 어떤 특별한 부류의 사람들에게만 나타나지 아니하고 이 세상 누구나 탈진을 경험할 충분한 가능성을 지니고 있다고 보고 있다. 특히 목회자라는 직분이 대표적인 남을 돕는 직업군에 속한다고 할 수 있다. 남의 이야기를 들어주고, 상담하고, 치유하고, 돕는 역할을 하는 직업상 탈진의 고 위험군에 속한다고 할 수 있다.

이관직은 탈진의 원인을 단지 개인의 심리 내면적인 원인으로만 이해하려는 것은 매우 부분적인

12) 안덕수, “한국교회 중년 남성목회자의 스트레스와 탈진에 관한 연구” (연세대연합신학대학원, 박사 2008), 11.

접근이라고 말한다.¹³ 탈진의 원인을 분석할 때는 목회자 개인 뿐 아니라 목회자가 속한 마이크로 시스템(microsystem), 즉 당회, 교역자회, 제직회를 고려해야 한다. 그리고 마이크로 시스템으로 이루어진 메소 시스템(mesosystem)인 교회가 목회자에게 미치는 영향을 고려해야 한다. 그리고 목회자나 교회 공동체에 직접적으로 영향을 끼치는 가족, 지역사회, 신학교, 노회, 총회와 같은 엑소시스템(exosystem)의 영향과 이 각 시스템 사이의 생태학적 상호 영향을 고려해야 할 것이라고 했다.

1) 목회자 개인적 원인

매슬락은 성격 유형이나 심리 내면적인 원인들이 탈진에 어느 정도 영향을 끼치는 것을 인정한다. 그러나 탈진은 본질적으로 직업과 관련된 스트레스와 대인 관계적 스트레스로 이루어진 환경적 요인과 가장 밀접하게 관계한다고 본다.¹⁴ 그러나 스트레스의 반응에서 개별적 차이가 존재하는 것처럼 탈진도 목회자 개인의 삶의 역사, 성별, 성격유형, 신체적 정신적 영적 건강성, 스트레스 취약성, 교회에서의 위치, 신학교육정도, 목회 철학과 비전, 목회자의 정체성과 소명의식과 같은 많은 변수에 따라 동일한 스트레스 상황에서도 탈진의 정도는 달라진다.¹⁵

목회자의 개인적인 성격에서 탈진의 원인을 찾아본다면 완벽 주의적이고 성취욕이 강하며, 동기가 강하고, 열정적이고, 에너지가 넘치고, 목회에 매우 헌신적이고, 적극적인 목회자일수록 탈진에 쉽게 노출될 수 있다. 이들은 완벽주의적인 사람이기 때문에 자신과 성도들에게 너무 많은 것을 기대한다. 예를 들면 목회에 대한 열정과 헌신도가 약한 목회자는 성도 수가 줄어들더라도 그 부분에 있어서 크게 신경을 쓰지 않지만 반면, 헌신도가 높고 성취욕이 높은 목회자일수록 성도 수가 늘어나면 성취감에 만족감을 느끼고 반면에 성도 수가 조그만 줄어들더라도 스트레스를 받고 매우 탈진할 가능성이 높다는 것이다. 그리고 의욕을 가지고 나쁨의 비전과 기대감을 가지고 새롭게 교회에

13) 이관직, 「목회심리학」 (서울: 국제제자훈련원 2005), 126-7.

14) Christina Maslach, *Burnout: The Cost of Caring* (Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1982), 9.

15) 이관직, 「목회심리학」 (서울: 국제제자훈련원 2005), 128-9.

부임했는데 자기의 열정만큼 큰 변화가 일어나지 않고 교회가 부흥하지 않을 때 심리적으로 더 큰 스트레스를 받아 탈진할 가능성이 높게 나타난다고 할 수 있다.

2) 목회자의 마이크로 시스템적 원인

교회 내에는 목회자가 직접적으로 관계하는 최소한의 시스템인 여러 마이크로 시스템이 존재한다. 예를 들어 당회, 제직회, 남전도회, 여전도회, 권사회, 교역자회, 장로회 등이다. 이들 또한 한 가정을 이루고 문제점을 가진 사람들일 수 있다는 것이다. 성도들은 의식적이든 무의식적이든 자신들의 가정의 문제점을 권위의 표상인 목회자에게 가져와 도움을 요청하게 된다. 그리고 자신들의 문제를 목회자의 문제와 연결하여 목회자와의 갈등을 유발하기도 한다. 목회자는 늘 문제점만을 가지고 찾아오는 성도들을 대하게 될 때 성도들의 건강한 면을 보기 보다는 부정적인 면에 초점을 맞추면서 자신도 모르게 점차 부정적인 입장을 취하게 되어 비인격화라는 탈진현상을 경험하게 되는 것이다.

특히 한국교회 대부분이 장로교회 정치 체계인 상황에서 담임목사와 장로들 사이에 갈등이 생기고, 그 갈등이 건강하게 해결되지 못할 때 목사는 장로들과의 대인관계에서 만성적으로 긴장과 스트레스에 시달리며 탈진에 취약해진다.¹⁶⁾

교회가 오래될수록, 교인들의 연령층이 높은 교회일수록 그리고 농촌교회일수록 당회 시스템은 변화를 거부하고 현상을 유지하려는 욕구가 강하다. 그와 같은 교회에서 의욕과 비전을 가진 목회자가 새로운 변화를 시도하면서 갈등을 겪거나 혹은 장로들의 억압에 어쩔 수 없이 순응하게 될 때 탈진의 위험성은 높아진다.

설문지에서 나타났듯이 마산노회(고신) 전부는 장로교회이고 교회 분포가 70%이상이 농촌인 관계로 당회, 제직회 등에서 탈진에 접어들 가능성이 있거나 탈진된 목회자들이 거의 절반 가까이(47.5%) 나타났고, 자신이 성도들이나 교회 속한 부류에 의해 무시를 당하거나 박해를 당한다고 응답한 자가 40%이상 나타났다는 것은 교회의 마이크로 시스템이 탈진 제공에 중요한 원인이 될 수 있다고 할 수 있다.

16) 조규황, “목회자의 탈진에 영향을 미치는 상태학적 변인연구” (총신대학교목회대학원, 박사 2013) 24.

3) 목회자의 메소 시스템적 원인

에드윈 프리드만(Edwin H. Friedman)은 목회자의 탈진을 목회자 자신의 배우자와 작은 시스템, 그리고 지역 교회 자체의 시스템이 상호적으로 어떻게 연결되는지를 바라보려 했다. 특히 그는 목회자의 탈진은 역기능적인 시스템에서 나타나는 희생양 또는 문제 환자의 증상이라고 지적하였다.¹⁷

지상에 완벽한 교회는 존재할 수 없다. 그리고 지상의 교회는 건강한 교회와 역기능적인 교회가 존재한다. 그런데 지상의 교회는 여러 가지 역기능이 나타나는 교회가 더 많다. 그러므로 목회자의 탈진은 역기능적인 시스템에서 나타나는 희생양이라 할 수 있다. 변화를 거부하고 사소한 일에 목숨을 거는 역기능적인 교회에서 목회자는 목회적 정체성을 겪게 되고 자신이 성도들에게 어떤 영적 영향력을 줄 수 있을지 의심을 가지게 된다. 이러한 고민이 깊어지면 교회에 대한 애정을 상실하게 되고, 결국 임지를 옮기려고 마음을 먹는다. 한국교회 대부분의 목회자는 설교를 통하여 성도들의 삶에 변화가 일어나기를 원하고 그 변화된 성도들을 통해서 힘을 얻는다. 그러나 자신이 열심히 설교했음에도 불구하고 변화되지 않는 성도들을 볼 때 설교의 능력과 자신의 무능함을 보며 탈진을 경험할 수 있다. 그래도 열심히 목회를 했는데 몇 년이 지났음에도 불구하고 성도들이 영적으로 변화되지 않고 제자리 걸음을 하고 있는 것을 볼 때에 좌절감을 가지게 되고 결국 이 또한 목회자를 탈진하게 한다.

메소 시스템으로써 교회 중에는 목회자를 탈진하게 만드는 교회가 있다. 교회 시스템 자체가 역기능적이어서 어떤 목회자가 들어가더라도 손을 들고 나오게끔 하는 시스템이다. 짧은 기간 안에 담임목사나 부교역자가 바뀌는 경우이다. 턱없이 낮은 사례금을 주면서 새벽부터 저녁 늦게까지 목사시키거나 때로는 교회 건축을 핑계로 사례금을 자진 반납하게 하는 것은 사람을 탈진시키는 교회 시스템이 가진 특징이다.¹⁸

지금 한국교회에서는 하루에도 몇 개씩 개척교회가 들어서고 있다. 하지만 80년대처럼 교회를

17) Edwin H. Friedman, *Generation to Generation: Family Process in Church and Synagogue* (New York: The Guilford Press,

18) 이관직, 「목회심리학」 (서울: 국제제자훈련원 2005), 135-6.

세웠다 하면 사람들이 몰려오던 시대는 이미 지났다. 십 수 년이 지났음에도 불구하고 성도수가 30-40명에 머물고 사례금이라야 최저 생계비도 되지 않는 참으로 열악한 환경 속에서 목회를 하는 이들은 결국 성장에 대한 압박감과 가장으로서 책임을 다하지 못한다는 자괴감이 목회자들에게 심한 스트레스로 다가오고 있고, 또한 현재 개척교회의 대부분이 문을 닫는다는 사실은 그만큼 개척교회 목회자들에게 탈진될 가능성이 높다고 할 수 있다.

4) 목회자의 엑소 시스템적 원인

목회자의 엑소 시스템에 해당하는 것으로 목회자에게 직접적인 영향을 끼치는 목회자의 가정이나 지역사회, 노회, 총회, 한국교회가 있다. 목회자의 배우자나 자녀들과의 관계성이 목회자의 삶과 사역에서 힘을 실어주는 것이 되기 보다는 힘을 빼앗아가는 것이 될 때 재충전의 가능성은 줄어들고 탈진의 위험성은 높아진다. 또 지역 사회의 시스템이 폐쇄적인 시스템이거나 농촌 사회에서 종종 볼 수 있는 유교의 영향이 강한 씨족 공동체 중심적인 시스템일 경우를 들 수 있다. 이와 같은 시스템이 교회의 복음 사역에 별 반응을 보이지 않을 때 목회자는 지치기 쉽고 비전이 흐려질 가능성이 높다.¹⁹⁾

신학교의 교육환경과 신학의 방향이 목회 후보생들과 교수들에게 탈진의 요인이 될 수 있다. 특별히 보수적인 신학교가 더욱 그러하다. 신학적으로 보수성을 유지하고 변화하는 사회 속에서 신학의 정통성을 유지해야 하는 보수적인 신학교일수록 탈진한 가능성이 높다. 창의성을 가지고 연구에 매진하는 교수들은 교단으로부터 신신학자라는 지탄을 받는 대신에 오히려 새로운 연구없이 강의안을 수 년 동안 사용한 보수적인 교수들이 오히려 인정을 받을 때 이 시스템 자체가 탈진시키는 시스템이 되는 것이다. 이렇게 되면 목사 후보생들은 새로운 신학을 공부하고, 연구하는 기대감을 가지기 보다는 신학대학원 3년 과정을 목사 안수를 받기 위한 한 과정으로만 생각하고 적당하게 공부하고 시간만 보내게 된다. 결국 이는 목사들의 학적, 영적 실력의 저하로 이어지게 되고 교수들은 처음 강단에 섰던 그 열정은 다 잃고 교단의 눈치를 보고, 학교 시스템에 적당하게

19) Ibid, 136-7.

순응하며 가르치는 현상이 벌어지는 것이다.

3. 성경적 관점에 본 탈진

탈진에 대한 잘못된 인식은 탈진이 영적으로 나태함으로 발생하는 증상이라고 생각하는 것이다. 그러나 탈진은 그리스도인이라면 살아가는 과정 속에서 누구나 겪을 수 있으며 특히 목회를 하는 목회자라면 언제든지 탈진의 위험성에 노출되어 있고 탈진을 내재된 상태로 살아간다고 할 수 있다. 성경에 나타난 위대한 믿음의 사람들도 탈진의 고통 속에서 자유롭지 못한 모습을 보여주고 있다.

스트레스에 의한 신경쇠약이나 심신의 기력 저하 등을 가리키는 ‘탈진’(burnout)이라는 말이 성경에 나와 있는 단어는 아니지만²⁰ 탈진현상으로 인하여 고통당했거나 탈진을 훌륭히 극복한 사례들이 성경에 나타나고 있다.

1) 엘리야의 탈진

바알과 아세라 선지자 850명과 갈멜산 전투 이후 완전히 절망해서 그 곳을 떠났었던 엘리야가 다시 북쪽 이스라엘로 돌아올 때에는 죽음을 무서워하지 않는 하나님의 진정한 선지자로 회복되어 말씀에 순종하는 모습으로 되돌아왔다. 이 장에서는 열왕기상 19장에 나타나 있는 성경구절을 분석함으로 구체적으로 엘리야가 왜 탈진할 수밖에 없었던 이유와 그에 따른 증상들, 그리고 탈진해 있는 엘리야를 하나님이 어떻게 회복하게 하셨는지 그 방법을 살펴보며 성경 속에서의 탈진 원인, 증상 그리고 회복 방법에 관해 고찰해 보고자 한다.

(1) 탈진의 원인

i) 사람을 바라봄

열왕기상 18장에 보면 엘리야는 바알과 아세라 선지자 850명과 갈멜산에서 이스라엘 백성들에게

20) Frank Minirth 외 3인, 「탈진된 마음의 치유」, 166.

온전한 순종과 믿음의 결단을 요구하며 홀로 나서서 850명 대결은 벌린다. 엘리야는 통 냇에 물을 채워 번제물과 나무 위에 부으라고 한다. 그로 인해 물이 제단에 흐르고 도랑에도 물이 가득 찼음에도 불구하고 하나님의 불이 내려 물에 흠뻑 젖은 제물과 도랑의 물까지 태워 그 곳에 있는 바알과 아세라 선지자들까지 잡아 죽임으로 큰 승리를 거두게 되었다. 그 이후에는 엘리야의 기도로 3년 6개월 동안 계속되었던 가뭄도 그치고 큰 비를 내리게 하였다.

이렇듯 엘리야는 바알과 아세라 선지자 850명과 갈멜산 전투에서 대승리를 경험하고 하나님의 살아계심을 몸소 체험하였다. 이런 큰 이적을 체험하고도 엘리야는 이세벨이 사자를 보내어 “내일 이맘 때에는 정녕 내가 죽으리라”는 위협의 말을 듣고는 엘리야는 낙담하여 그곳을 떠나 광야로 도망하였다. 엘리야가 떠난 이유에 대해서 학자마다 견해를 달리한다. 카일 텔리치(Keil C. F. Delitzsch F)는 엘리야가 이세벨의 협박에서 피하기 위해서 도망가려고 했다면 브엘세바가 아닌 유다 중 한 나라로 갔을 것이라고 말하며, 자신의 목숨을 위해서 도망갔던 것이 아니라 오히려 하나님께 엎드려서 그의 삶이 지쳐 있음을 토로하고자 했다고 주장한다.²¹ 다른 견해로는 엘리야가 하나님의 일을 하는 것 때문에 박해 받고, 또한 그의 목숨까지 위협받고 있었다고 이야기하며 두려워하여 목숨을 구하기 위해 도망쳤다고 주장한다.²² 또한 다른 주석에서는 “이 상황을 보고 바로 일어나서 그의 목숨을 위해 갔다”라고 해석하며 그가 목숨을 잃을까 두려워서 목숨을 구하기 위해서 떠난 것이라고 해석한다.²³ 이러한 견해들을 보았을 때 그의 여정에 대해서 확실한 원인을 이야기하는 것을 불가능하다.²⁴ 하지만 이 전에 바알과 아세라 선지자 850명과의 전투와 아합왕 앞에서 전혀 두려움 없이 하나님의 말씀을 선포할 때와는 전혀 다르게 엘리야는 이세벨의 위협을 듣고 난 뒤 하나님이 말씀하셨던 사역지를 떠나 다른 곳으로 이동하였다. 지금까지 그의 길을 인도해온(17:2, 8, 18:1) ‘여호와 말씀’을 반드시 기다려야 할 엘리야가 왜 성급하게 다른 행동을 하였을까? 따라서

21) Carl F. Keil and Franz Delitzsch, *Commentary on the Old Testament, Vol.3*, (Michigan: Willian B. Eedmans Publishing company, 1980), 253.

22) Leander E. Keck 외 10인(Eds), *The New Interpreter's Bible-A Commentary in Twelve Volumes, Vol.3*, (Nashville: Abingdon Press, 1999), 139.

23) Joseph S. Exell, *The Biblical Illustrator*, (Michigan: Baker Book House, 1952), 237.

24) Ibid.

엘리야의 마음속에는 두렵고 떨리는 감정 외에도 다른 어떠한 감정들이 그의 가슴에서 갈등하고 있었다는 것은 의심할 여지가 없으며 이들 중에서도 현저한 것은 깊은 실망과 굴욕의 감정이었다.²⁵ 다시 말해서 엘리야의 눈이 하나님으로부터 멀어져 있었다는 것이다. 이전의 전투에서는 그의 시선이 전쟁의 주인이시고, 또한 크고 강하시고 능하신 하나님께 맞추어져 있어서 다른 영향을 받지 않았지만 이세벨의 협박을 받았을 때에는 하나님은 보이지 아니하고 이세벨의 무서운 협박만 보였던 것이다. 일을 성취하시고 이루시는 하나님을 보지 못하고 자신의 목숨에 대해 협박하고 죽이려는 것에 초점을 맞추다 보니까 엘리야는 그 자리를 떠날 수밖에 없었던 것이고 깊은 고뇌와 실망에 빠져 탈진할 수밖에 없게 된 것이다.

ii) 성과 중심주의

엘리야가 탈진을 경험하게 되었던 이유 중의 하나는 바로 성과주의이다. 브엘세바로 떠난 엘리야는 혼자 광야로 들어간다. 하루 길쭉 가서 한 로렘 나무 아래에 앉아서 광야에서 하루의 여정 동안 그를 사로잡았던 삶에 대하여 지쳐 있음을 하나님께 이야기하며 죽기를 고하는 기도를 한다.²⁶ 그가 했던 기도 중에 “나는 내 조상들보다 낫지 못하니이다”(왕상 19:4)라는 구절에서 엘리야는 지금까지 선조들이 겪은 이스라엘 역사의 성공과 실패에서 자신 역시 한결음도 더 나가지 못했다는 실망을 하고 있음을 알 수 있다. 이것은 이스라엘을 여호와께 돌아오도록 하는 일을 필생의 사명으로 삼고 있었던 엘리야가 그 사명이 성공한 듯 보이는 순간에 닥친 위기가 그로 하여금 아무것도 이루지 못한 자의 좌절과 허탈감에 빠지게 한 것이다.²⁷

다시 말해 엘리야가 생각하기에 자기의 조상들은 하나님의 믿음의 도구가 되어 큰 업적을 이루었지만 본인이 바라보는 자신의 모습은 하나님 나라의 확장과 하나님을 위대하심을 드러내는 것이 아닌 오히려 자신의 목숨이 위협받고 있다는 생각에 그만 탈진에 빠지고 만 것이다. 그리고

25) Joseph Hammond, *The Pulpit Commentary: 1 Kings*, 「풀빛성경주석」, 박흥관 역 (서울:보문출판사, 1980), 684.

26) Carl F. Keil and Franz Delitzsch, 「카일델리취 구약주석-열왕기상」, 송종섭 역, (서울: 기독교문화사, 1992), 254.

27) 강병도 역, 「호크마 종합주석8-열왕기상」, (서울:기독교지혜사, 1989), 457.

이것은 역대상 19장4절 “여호와와 넉넉하오니”라는 고백에서도 찾아볼 수 있는데 “넉넉하다”는 말은 “라브”라는 “충분하다”는 뜻을 가진 단어로²⁸ “나는 일할 만큼 했고, 견딜 만큼 견뎠다”는 뜻으로 해석할 수 있다. 지금까지 자신이 사역했던 일에 대해 아무런 결과가 나오지 않고 오히려 더욱 악화되었다는 것에 대해 모든 희망을 포기하고 체념한 엘리야의 모습을 볼 수 있다. 엘리야가 가지고 있었던 성과중심주의는 4절 뿐만 아니라 10절, 14절에도 똑같이 나타나고 있다. 엘리야가 하나님께 이스라엘의 잘못을 고발하는 장면이 이 두절에 동일하게 나타나는데 이것을 통해 엘리야는 ‘하나님을 향해 가졌던 자기의 열심에 대해 기대했던 결과를 보지 못하고 오히려 잃어버렸다’고 생각한다는 것을 알 수 있다.²⁹ 이 구절에서는 또한 갈멜산 전투에서 바알과 아세라 선지자 850명과 전투에서 승리하면서 엘리야는 우상을 섬기는 사람들에 대한 하나님의 심판이 즉각적으로 내려질 것을 기대했지만 그렇지 않고 오랫동안 조용하게 지켜보고 계셨다는 것에 대한 암묵적인 책망에 대한 불평을 내포하고 있다.³⁰ 그만큼 엘리야는 자기가 한 일에 대해 뚜렷하게 결과가 나타나기를 기대했는데 그 결과에 대한 성과가 나타나지 않음을 보고 자신은 실패자로 생각했고 이로 인해 죽기를 간구하는 정도까지 낙심하고 탈진하게 된 것이다.

iii) 자기중심주의

엘리야가 가지고 있었던 자기중심적인 생각과 자기 의는 호렙산까지 이끌었던 하나님을 경험했음에도 불구하고 호렙산에 도착한 엘리야의 모습 속에서 찾아 볼 수 있다. 광야에서 홀로 로렙나무 아래에 누워 잠들어 있는 엘리야를 천사가 일어나 먹으라고 깨웠다. 엘리야가 눈을 떠 보니 엘리야 머리맡에 숯불로 구운 떡과 물 한 병이 있었다. 엘리야는 이 음식을 먹고 다시 누웠다. 천사가 또 와서 엘리야에게 일어나 먹으라 청하며 아직 갈 길이 멀다고 이야기했다(왕상 19:5-7) 이것은 하나님께서 엘리야에게 음식을 공급하시며 생명의 영양분을 제공하는 생명의 신으로서의

28) Ibid.

29) Ibid.

30) Ibid.

여호와를 강조한 부분이다. 다시 말해 너무 지쳐서 죽기를 구하였던 엘리야에게 하나님이 대응하신 방법은 엘리야에게 음식을 제공함으로 엘리야를 살리며 엘리야 자신의 생명은 하나님께 달려 있음을 보여주고 계신 것이다. 또한 엘리야는 하나님이 제공한 음식으로 40일을 버틸 수 있었으며 마침내 호렙산에 다다르게 된다. 이렇게 엘리야는 광야에서도 하나님께서 자신을 그대로 버려두지 아니하시고 자신을 위해 일하고 계심을 직접 경험하였다. 천사를 통해 음식을 제공받았던 엘리야는 하나님의 능력을 경험한 후에 그는 자신이 광야로 온 이후의 모든 과정도 하나님의 주권 속에 있음을 보았고, 이 전에 모세에게 행하였던 것처럼 엘리야 자신에게도 앞으로의 길을 지시하실 것이라는 분명한 희망을 갖게 되었으며, 앞으로 자신의 선지자 사역에도 필요한 지시들을 내리실 것이라는 기대를 갖게 되었다.³¹ 하지만 막상 호렙산에 도착한 엘리야는 엉뚱한 반응을 하고 있다. 뿐만 아니라 9절에서 하나님께서 “네가 어찌하여 여기 있느냐?”라고 물어 보셨는데 이 질문에는 하나님이 엘리야를 책망하고자 하는 의도가 있었던 것은 아니고 엘리야에게 자신의 생각과 감정을 다시 돌아볼 수 있도록 하기 위한 의도가 숨어 있었다.³² 이러한 질문을 통해서 엘리야에게 하나님은 통찰력을 주셨음에도 불구하고 엘리야의 자기중심적 사고는 계속해서 그로 하여금 탈진하게 만들었다.³³ 오히려 자신의 열심과 그렇지만 아무런 성과가 나타나지 않는 모습을 하나님께 고했으며, 자신의 지금 처지를 하나님께 한탄했다. 광야에서 엘리야는 자신을 보살피시는 하나님을 경험하기는 했지만 여전히 그의 마음속에서는 이세别的 무서운 협박과 자신이 지금 처해있는 어려운 상황이 다른 어떤 상황보다 더 크게 보였으며 자신이 원하고 기대했던 만큼 결과가 나타나지 않음으로 인해 좌절하고 희망을 포기한 채 아무런 의욕을 갖지 못하고 있는 것이다. 이것은 하나님을 직접 경험했음에도 불구하고 여전히 자신 앞에 놓여있는 환경만 바라보는 오로지 자기중심적인 생각으로써 이러한 생각이 결국 엘리야를 탈진하게 만들었다고 할 수 있다.

위에서 보았던 10절과 14절에서 자기중심주의의 모습도 찾아볼 수 있다. 엘리야가 하나님이 살아

31) Carl F. Keil and Franz Delitzsch, 「카일델리취 구약주석-열왕기상」, 255.

32) Ibid, 256.

33) Frank Minirth 외 3인, 「탈진된 마음의 치유」, 51.

계심을 보여주시고 심판하셨음에도 불구하고 “이스라엘 자손이 주의 언약을 버리고 주의 단을 헐며 칼로 주의 선지자들을 죽였다”(왕상 19:10)라고 이야기한다. 하지만 이러한 엘리야의 평가는 그가 처한 상황, 이세벨의 협박으로 인하여 그 지역을 떠나게 된 상황에 의해서 내려진 획일적이고 편파적인 평가이며 그가 원했던 결과를 보지 못한 것에 대한 불평이다. 왜냐하면 바로 전에 있었던 갈멜산 전투에서만 해도 ‘여호와와 불’의 이적을 접한 당시 백성들이 경악과 두려움이 어떠했는지 엿볼 수 있는 두 가지 요소가 있는데 이들은 즉각적으로 었드렸다는 점과 여호와가 하나님이라는 명쾌한 시인을 거듭 반복했다는 것이다.³⁴ 이것은 그가 처해있는 상황을 하나님의 시선으로 바라보는 것이 아니라, 절망하고 좌절해 있는 자신의 시선으로 인해 가려져 현실 상황을 잘못 바라보고 있는 것이다.

또한 자신이 원했던 만큼 결과물이 나오지 않자 실망했다는 것은 성과중심주의일 뿐만 아니라 자기중심주의 모습도 발견 되어지는데 이것은 자신이 중심이 되어 자신이 원하는 방향으로 진행되지 않는 것에서 오는 실망으로 볼 수 있다. 다시 말하면 엘리야의 절망은 자신이 지금까지 생각하고 원했던 하나님의 일하심과 하나님이 그 일을 진행해 나가시는 것에서 오는 많은 차이점에서 오는 말이고 자신의 생각하는 대로 하나님이 움직이셔야 한다고 생각한 것이다. 이것은 곧 자신이 하나님이 되어 그 일을 이루셔야 한다는 교만에서 비롯된 것이다. 이러한 모습은 ‘오직 나만 남았거늘’이라는 표현에서 찾을 수 있는데 이는 ‘나, 나만 남았다’는 식의 표현, 원문에는 ‘바드’라는 단어를 사용하면서 혼자 분리되어 고립되어 있음을 나타냈고, 이 고백은 더욱 그의 낙심된 마음의 상태를 잘 드러낸다.³⁵ 이어지는 하나님의 대답을 통해 드러난 바엘에게 무릎을 꿇지 아니하고 입 맞추지 아니한 7천명의 사람들과(왕상 19:18) 엘리야의 뒤를 이후 후계자가 될 엘리사는 몰랐다고 하더라도(왕상 18:4) 그에게는 브엘세바까지 동행하였던 그의 종도 있었고, 왕상18장에서는 오바댜가 숨겨 놓았던 100명의 선지학교 생도들도 있었다. 하지만 엘리야의 잘못은 하나님이 예비하시고 숨겨놓았던 동역자는 보지 못하고 너무 자기 자신에게만 집중함으로 자신의 사역만을

34) 강병도 역, 「호크마 종합주석8-열왕기상」, 441.

35) Carl F. Keil and Franz Delitzsch, 「카일델리취 구약주석-열왕기상」, 458.

바라보는 매우 이기적이고 편협적인, 자신의 눈으로 보이는 것으로만 모든 사역을 획일화하는 그런 과오를 범하게 되었다.

엘리야가 하나님 앞에 자신의 의를 드러내고자 했던 모습은 왕상 19장 10-14절에 명확하게 나타난다. 엘리야는 “내가 만군의 하나님 여호와께 열심히 유별하오니”라는 말로 시작하며 하나님께 이스라엘 백성들의 행위를 고발한다. 이것은 엘리야 자신만이 바알에게 무릎 꿇지 않은 자라고 생각하는 자만심에서 시작한다.³⁶ 자신이 얼마나 하나님께 충성하였고 하나님의 대한 열심이 얼마나 컸으며, 자신의 모든 것을 내 던져버리고 하나님을 나타내 보였는데도 여전히 죄악 속에서 살아가고 있는 이스라엘 백성들을 이야기하며 자신은 그들과 같지 않았음을 하나님께 고발했으며 이제 하나님을 의지하며 하나님의 말씀대로 사는 자는 자신 외에는 이 세상에 더 이상 존재하지도 않고, 사람들은 단 한 명 남은 하나님의 사람을 죽이려고 한다고 이야기 하는 것이다. 더 나아가 ‘나만’에 해당하는 원어 ‘바드’는 위에서 보았듯이 ‘분리되어 고립되다’는 개념이 강조되는 말로 오로지 엘리야 자신만이 홀로 남아 바알 숭배에 저항하는 하나님의 선지자로 강조하여 말한 것이다.³⁷ 또한 그러한 죄를 저지르고 있는 이스라엘 백성들을 사랑하고 다시 회복시킬 대상이 아닌 마땅히 하나님의 심판을 받아야 자들로 보고 있다. 엘리야는 지금 자신의 의로 충만한 상태이다. 하나님에 대한 자신의 헌신을 높임으로 다른 사람을 멸시하며 오직 나만 하나님을 온전히 섬기는 주님의 종이라는 사고는 매우 위험하다. 이러한 자기의 의를 하나님께 드러내고자 하는 것은 교만인데 이러한 것이 엘리야로 하여금 탈진하게 하는 원인이 되었다.

(2) 탈진의 증상

i) 도피, 자의적 고립

이세벨의 험박의 무서움으로 인해 엘리야는 하나님이 명하신 사역지를 떠나 브엘세바로 이동했다. 이유가 무엇이든 간에 엘리야가 모든 환경에서 벗어나고 싶다는 것을 보여주며, 종도 동행하지 못한

36) Frank Minirth 외 3인, 「탈진된 마음의 치유」, 51.

37) Ibid, 51.

채 혼자 광야로 들어가는 장면을 통해 엘리야가 극도로 고립감을 가지고 있었음을 알 수 있다.³⁸

로렘나무 아래에서 엘리야는 이제는 넉넉하오니 하나님께 생명을 거두어 달라고 이야기한다.

‘넉넉하다’는 것은 ‘이제는 할 만큼 했다’라는 뜻으로 더 이상 하나님의 일을 할 아무런 희망이나 기대가 없으므로 나의 생명을 취하라는 말을 하고 있는 것이다. 이것은 엘리야가 정신적으로 육체적으로 너무 지쳤음을 알 수 있고, 더 이상 하나님의 선지자로 부르심을 포기하고자 하는 도피의 모습이다.

고립의 모습은 호렘산에 도착한 후 굴에 들어간 장면에서도 발견할 수 있다. 굴에 도착한 엘리야에게 하나님께서 “너는 나가서 여호와 앞에서 산에 서라”(왕상 19:11)라고 말씀하셨다. 하지만 엘리야가 굴에서 나간 것은 강한 바람과 지진, 불이 지난 후 세미한 소리가 들려 올 때에야 비로소 얼굴을 가리고 나왔을 뿐만 아니라 하나님께서 산에 서라고 하셨음에도 불구하고 “굴의 어귀”에 섰다는 것이다. 이 장면은 하나님의 말씀에 불순종하지 않은 엘리야의 모습을 보여줌과 동시에 최대한 자신을 고립시키고 심지어 하나님에게 까지 자신을 드러내는 것을 기피하였던 것을 알 수 있다. 위에서 보았듯이 11절에서 하나님께 “나만 남았거늘”이라는 말에서는 엘리야가 얼마나 큰 고립감을 느끼고 있었는지는 확실하게 우리에게 알려준다.³⁹

ii) 육체적 탈진

광야 속 로렘나무 아래에 잠들어 있던 엘리야에게 천사를 보내 떡과 물을 하나님은 제공하셨다. 엘리야는 이를 먹고 다시 깊은 잠에 빠져든다. 그런 엘리야를 하나님의 천사는 한 번 더 깨워 음식을 먹도록 한다. 엘리야가 들어간 광야는 하나님의 산 호렘으로 나아가는 첫 번째 문턱인데 이는 엘리야가 처음부터 그곳을 목적을 하고 그 여정을 출발하였음을 볼 수 있다.⁴⁰ 목적지로 가던 엘리야가 중간에 로렘나무 앞에서 죽기를 청하며 잠이 들었고, 천사가 가져다 준 음식을 조금 먹은

38) 강병도, 「호크마 종합주석8-열왕기상」, 456.

39) Ibid., 456.

40) Ibid.

후에 다시 누웠다는 것은 그가 얼마나 극도로 육체에 피로감이 매여 있는지를 알 수 있다. 또한 호렙산으로 갈 때에 하나님이 주신 숯불에 구운 떡과 한 병 물(8절)의 힘을 의지하여 갔다면 그 전 로렘나무에서 엘리야는 완전히 탈진해 있었음을 알 수 있다.

iii) 자기 연민

열왕기상 19장 4절에 “여호와여 넉넉하오니”는 자포자기의 심정을 토로하는 것으로 밖에 볼 수 없다. 또한 ‘나만 남았거늘’이라는 말 속에는 자기 연민의 모습으로 인하여 모든 희망을 포기하고 체념하는 엘리야의 마음이 보여진다. 자신은 목숨을 걸고 최선을 다해 하나님의 일을 감당했지만 아무런 성과를 얻지 못한 것에 대해 실망하고 허무감을 느끼고 있다. 갈멜산에서 바알과 아세라 거짓 선지자들과의 전투에서 하나님의 살아 계심이 극명하게 드러났음에도 불구하고 엘리야에게 지금 돌아온 보상은 이세벨의 협박이었으며 이제 나만 남았다는 그 말에서 자기 자신에 대한 연민과 동시에 사역에 대한 어떤 기대도 찾지 못하고 있다. 그의 목적지였던 여호와의 산인 호렙산에 도착해서 ‘여호와 앞에서 산에 서라’는 하나님의 말씀을 들었음에도 불구하고 여전히 엘리야는 굴속에 있었으며 느즈막에 겉옷으로 얼굴을 가리고 굴 어귀에 서 있는 모습을 통해서도 모든 것을 체념한 엘리야의 모습을 볼 수 있으며 더 나아가 엘리야에게서 어떤 목적의식이나 하나님을 만난다는 기대감은 찾아볼 수 없다.

iv) 죽음을 구함

자기가 죽기를 구하고 있는(4절) 엘리야는 하나님이 주신 생명의 소중함을 알지 못하는 듯하다. 영적으로 육적으로 탈진으로 인하여 올바르게 판단할 수 있는 능력이 흐려진 모습으로 보여진다.

(3) 탈진의 극복

i) 육체적 회복을 위한 휴식

먼저 하나님은 탈진으로 인해 로렘나무 아래에 있는 엘리야에게 떡과 물을 제공한다. 이것은 심한

스트레스로 인해 탈진하고 있는 엘리야에게 심리적인 안정을 찾기를 원하신 하나님의 배려였다. 뿐만 아니라 이것은 앞으로 호렙산까지 가야할 엘리야에게 힘을 제공하였는데 이것은 하나님이 엘리야 앞에 있는 고난과 시련을 아시며 자신을 위해 넉넉하게 예비하시는 하나님이라는 것을 보여주신 사건이기도 하다.⁴¹

하나님은 엘리야에게 40일이라는 시간도 허락하셨다. 브엘세바에서 호렙산까지는 200마일의 거리이다. 다시 말해서 이는 대략 350Km로써 십 여일이 걸려야 도착할 거리이다.⁴² 따라서 하나님께서 엘리야로 하여금 단순히 호렙산에 도착할 목적으로 하셨다면 굳이 40일까지 걸릴 필요가 없다. 그 기간 엘리야는 광야에서 모세와 이스라엘 백성들을 만나로 먹여 주시고 지켜 주신 하나님을 생각하며 그 하나님이 지금도 나에게도 동일한 하나님이시라는 것을 알게 되었을 것이다.⁴³ 뿐만 아니라 광야에서 모세와 이스라엘 백성들이 보내었던 광야 40년 기간을 통해 그들을 훈련시키시고, 하나님의 백성으로서의 모습을 갖추게 하셨던 것처럼 엘리야도 마찬가지로 40일 동안 광야생활을 통하여 다시 한 번 자신의 믿음을 되돌아보게 하시고 그가 하나님의 부르심의 사역에 동참할 자로 만들어 가고 계신 것이다.⁴⁴ 하나님께서는 육체적으로 지쳐 있던 엘리야에게 가장 기본적인 필요를 공급하셨고 또한 충분히 쉬게 하심으로 육적으로 영적으로 다시 회복하게 하시고 그 힘으로 그 다음 사역에 대한 준비를 하게 하셨다. 하지만 계속해서 엘리야가 탈진을 겪고 있는 것을 볼 때 쉼을 허락하신 하나님의 배려가 엘리야에게 탈진을 완전히 벗어나게 하지는 못하였던 것 같다. 엘리야는 분명히 마음의 잘못된 뿌리로 인하여 탈진하였으므로 이러한 환경적인 방법이 온전히 탈진 극복의 방법이 될 수만은 없다. 하지만 이러한 쉼을 통해 엘리야는 분명히 탈진을 벗어날 수 있었으며 마침내 호렙산에 도착하여 하나님을 대면함으로 완전히 탈진을 극복할 수 있었던 것이다. 따라서 궁극적인 탈진의 회복을 위해서는 이러한 쉼과 공급은 없어서는 안 되는 과정임이 확실하다.

41) 정충하 역, 「매튜헨리 종합주석-열왕기상하」, (고양: 크리스찬다이제스트, 2009), 272.

42) 강병도 역, 「호크마 종합주석8-열왕기상」, 457.

43) Carl F. Keil and Franz Delitzsch, 「카일 델리취 구약주석-열왕기상」, 255.

44) Ibid.

ii) 자신을 돌아볼 수 있도록 하심

호렙산에 이른 엘리야에게 하나님께서 “엘리야야 네가 어찌하여 여기 있느냐”라고 질문하신다. 그리고 동일한 질문을 16절에서 한 번 더 하신다. 앞에서 보았지만 이 질문은 엘리야를 향한 어떤 책망을 포함한 것이 아니었다. 이 질문 속에는 엘리야 마음속에 감정들과 생각들에게 일깨움을 주기 위한 하나님의 의도가 들어 있었다.⁴⁵ 다시 말해 이 질문은 엘리야로 하여금 스스로 성찰케 하는 도전을 주었고, 그리하여 일종의 전환의 계기를 마련케 하는 기능을 하게 된 것이다. 엘리야의 머릿속에는 자신이 원했던 결과가 나타나지 않았음에 대한 실망과 또한 자기 뜻대로 움직여주지 않는 하나님에 대한 원망과 불평으로 가득하였기에 균형 잡힌 판단을 하기가 어려웠고 자신이 현재 처해있는 환경을 바라볼 수 있는 눈이 흐려져 있었다. 하나님께서 이러한 엘리야에게 자신을 객관적으로 볼 수 있는 통찰력을 주시는 질문을 두 번 반복하시면서 자신을 되돌아볼 계기를 주신 것이다.

또한 하나님께서는 엘리야에게 일의 결과를 묻지 않으셨고 그저 엘리야가 지금 어디 있는지 물으셨다. 성과중심적인 생각에 치여 괴로워하고 있는 엘리야에게 하나님은 자신이 원하는 것이 어떤 결과물이 아니라 엘리야 자신임을 보여주심으로 엘리야의 생각에 전환점을 제공하셨다.

iii) 하나님이 일하시는 방법을 보여주심.

열왕기상 19장 11-12절에는 하나님이 어떻게 나타나신 것에 대해 나온다. “여호와 앞에 크고 강한 바람이 산을 가르고 바위를 부수나 바람 가운데에 여호와께서 계시지 아니하며 바람 후에 지진이 있으나 지진 가운데에도 여호와께서 계시지 아니하며 또 지진 후에 불이 있으나 불 가운데에도 여호와께서 계시지 아니하더니...”(왕상 19:11-12) 여기에서 나오는 강한 바람, 지진, 불 등은 일반적으로 여호와 하나님께서 나타나실 때 수반되는 현상들이다(출 19:16-20). 뿐만 아니라 이러한 현상은 하나님께서 심판하러 오실 때의 증상이기도 하다.⁴⁶ 하지만 계속 이어지는 말씀에는

45) Ibid, 256.

46) 강병도 역, 「호크마 종합주석8-열왕기상」, 459.

정작 하나님이 나타나지 않으심을 알 수 있다. 이것은 하나님께서 그의 나라를 하나님의 분노로 파멸시키거나 무자비하게 심판하지 않으실 것이라는 것을 엘리야에게 말씀하신 것이다.⁴⁷ 위에서 보았던 것처럼 엘리야는 하나님이 어떤 수단을 동원해서라도 그들을 즉각적으로 심판하기를 기대했고, 불과 강한 바람과 지진처럼 웅장하고 초자연적인 하나님의 심판을 바랬다. 하지만 이러한 엘리야의 기대와는 정반대로 하나님은 그런 모습으로 나타나지 아니하셨다.

하나님은 오히려 그 다음에 이어지는 ‘세미한 소리’로 나타나셨다.(왕상 19:12) ‘세미한’에 해당되는 ‘테마마 다카’는 ‘고요하다’와 ‘굽다’의 결합어로 섬세한 것을 표현하는 단어 둘이 결합하여 대단히 미세함을 강조하고 있다.⁴⁸ 이는 하나님께서 엘리야에게 자비로우시고, 오래 참으시고, 선함과 진실함으로 나타내신 것이며 계속되는 엘리야의 불평에 대하여 하사엘과 예후, 사무엘에게 기름을 부으라고 대답하심으로 앞으로의 사역들을 알려주시며 동시에 죄악들을 그냥 내버려 두지 않으실 것이라는 것도 나타내신 것이다.⁴⁹ 여기서 하사엘과 예후에게 먼저 기름을 부으라고 말씀하신 것은 하나님께서 그들이 다른 신들을 섬기는 것에 대해 심판하실 것인데 그 심판의 도구로 그 두 왕을 선택하셨기 때문이다.⁵⁰ 이러한 말씀을 하심으로 자신의 방식대로 일이 해결되기를 원했던 엘리야에게 하나님 또한 하나님의 방식대로 일하실 것을 나타내심으로 지금까지 엘리야 내면에 깊게 뿌리 박혀 있던 자기중심적이고, 성과 중심적인 모습들을 치유하고 하나님이 일하시는 방식에 대해 알려 줌으로 앞으로 나아갈 방향에 대해 알려주시고 그 길로 다시금 갈 수 있도록 생각의 전환을 시키신 것이다.

하나님이 일하는 방법에 대해 엘리야는 자신이 최후의 선지자라고 생각하고 그 사역이 계속 이어지지 못하고 자신 때에 끝나리라고 생각했지만 하나님께서는 다음 하나님의 종인 엘리사를 찾아내심으로 다음 세대를 준비하셨다. 또한 엘리야 다음 세대에서도 바알과의 전투는 지속될

47) Carl F. Keil and Franz Delitzsch, 「카일델리취 구약주석-열왕기상」, 258.

48) 강병도 역, 「호크마 종합주석8-열왕기상」, 459.

49) Carl F. Keil and Franz Delitzsch, 「카일델리취 구약주석-열왕기상」, 259.

50) Ibid, 260.

것이라는 것을 알려 주시는데 이것은 ‘너를 대신하여’라는 말에서 알 수 있다.⁵¹ 다시 말해 하나님은 엘리야에게 하나님이 얼마나 크시며, 그 사역에 얼마나 위대하신가를 보여주신 것이다. 지금까지 엘리야는 자기중심에서 하나님을 바라보며 자신을 하나님 위치까지 높이며 자신이 하나님이 되어 하나님처럼 결정하려는 교만한 마음을 다시금 엘리야로 하여금 하나님의 자리가 아닌 피조물의 자리로 내려오도록 하신 것이다.

이어서 하나님께서는 이스라엘 가운데 바알에게 무릎 꿇지 않은 칠천 명을 남겨 주신다고 말씀하셨다(17절). 칠천 명은 아주 작은 수이지만 죄악이 판을 치고 있는 가운데에서 거룩한 자의 수가 칠천 명이라는 것은 결코 적은 수가 아님을 알 수 있다. 즉 하나님께서는 이 악한 나라를 반드시 심판하실 것이지만 그들은 결코 완전히 멸하시지는 않을 것이며 그 가운데서도 순결한 신앙을 지닌 사람들을 남겨 두심으로 하나님 백성으로서 이스라엘 공동체를 유지시킬 것이라고 밝히고 계신 것이다.⁵² 자신만 홀로 남았다고 생각한 엘리야는 하나님께서는 여전히 일하고 계셨으며 이미 칠천 명을 준비시키고 사용할 것임을 엘리야에게 보여주심으로 하나님의 일하심과 엘리야가 기대하는 방법이 얼마나 다른 것인가를 보여주시며 하나님을 철저히 바라보게 하시는 것을 알 수 있다.

iv) 비전을 주심

14절부터 하나님이 엘리야에게 앞으로의 일에 대하여 지시하는 내용이 나온다. ‘너는 네 길을 돌이켜’(왕상 19:15)라고 시작하는 말씀은 단순히 왔던 경로를 다시 되돌아가라는 말과는 다르다.⁵³ 왜냐하면 이어서 하나님이 말씀하신 지역은 다메섹인데 이 다메섹으로 지금 엘리야가 가는 길과 같은 행로이기 때문이다.⁵⁴ 따라서 여기서 ‘돌이키라’는 말은 보다 내적인 태도와 의식의 전환을

51) Wayne MacLeod 「컴파스 바이블 스터디-열왕기상.하」, (서울: 미션월드 2011), 150.

52) Carl F. Keil and Franz Delitzsch, 「카일델리취 구약주석-열왕기상」, 261.

53) 강병도 역, 「호크마 종합주석8-열왕기상」, 459.

54) Carl F. Keil and Franz Delitzsch, 「카일델리취 구약주석-열왕기상」, 259.

지시하는데 의미가 있다.⁵⁵ 지금까지 지난 일의 결과들을 바라보며 그 결과에 대해 실망하고 지쳐 있었다면 이제는 하나님이 명령하신 일들을 바라보며 나아가라는 뜻이고 새로운 사명과 소망을 가지고 하나님의 살아계심을 믿고 다시 시작하라는 의미이다.

v) 동역자를 허락하심

너무 혼자만 일하여 탈진되지 않도록 하나님은 엘리야에게 동역자를 주셨는데 무엇보다도 엘리야와 사역을 함께 감당할 수 있는 엘리사를 허락하심이다.(16절). 엘리야는 엘리사를 만나서 그의 겹옷을 벗어 엘리사에게 던진다. 겹옷을 던진다는 것은 엘리사에게 선지자적 사명으로 부르신다는 것을 상징한다.⁵⁶ 엘리사는 엘리야의 부름에 전혀 주저함도 없이 곧바로 일어선다. 이로서 엘리야에게서 하나님의 일을 함께 할 수 있는 동역자가 생긴 것이다. 뿐만 아니라 바엘에게 무릎 꿇지 않은 칠천 명을 남겨 주심으로 사역의 효율적인 진행, 그리고 고립감과 고독감을 해결해 주셨다.

2) 모세의 탈진

모세는 애굽에서 노예 생활하던 이스라엘 백성들을 출애굽시켜 가나안 땅으로 인도해 내었으며, 하나님을 직접 대면하여 40일 동안 이야기 했으며, 하나님이 인정하는 충성스러운 종이었던(민 12:7), 가히 구약시대를 대표하는 선지자라 할 수 있다. 하지만 이런 모세도 탈진으로 인해 고통스러워했다. 민수기11장 11-15절에서는 모세가 탈진에 대한 원인을 하나님께 이야기하는데 모세가 이야기하는 원인은 첫째는 하나님이 자신에게 맡겨 주신 일이 너무 무겁다는 것이고, 백성에게 고기를 줄 능력이 없다는 것이었다.⁵⁷ 하지만 모세가 탈진을 경험한 이유는 모세 자신의 내면에 있던 잘못된 마음의 쓴 뿌리였다. 이장에서는 신명기11장을 바탕으로 모세가 탈진할

55) 강병도 역, 「호크마 종합주석8-열왕기상」, 459.

56) Carl F. Keil and Franz Delitzsch, 「카일델리취 구약주석-열왕기상」, 260.

57) 강병도 역, 「호크마 종합주석4-민수기」, (서울:기독교회사, 1989), 224.

수밖에 없었던 원인과 증상, 그리고 하나님께서 어떻게 모세의 탈진을 극복하게 하셨는지 살펴보고자 한다.

(1) 탈진의 원인

i) 영웅주의

모세는 사역 초기에 모든 문제로 홀로 결정하고 홀로 책임을 지려 하였다. 따라서 모세는 온 종일 앉아서 백성들의 시시비비를 판결하였고 이러한 지나친 업무는 모세를 지치게 만들었던 것이다. 뿐만 아니라 모세 주변에는 장로들과 재능과 능력이 있는 사람들이 많이 있었음에도 불구하고 그들은 활용하지 못함으로 인해 탈진은 점점 더 심화되었던 것이다. 다시 말해 오직 자신만이 이 일을 할 수 있다는 생각에 빠져들면 그 공동체를 위해 하나님이 내려 주신 은사를 가진 사람들이 전혀 능력을 발휘하지 못한다는 것이며 이로 인해 자신은 육체적인 탈진과 함께 ‘하나님이 주신 일이 너무 버겁다’라는 핑계로 모든 책임을 하나님께 돌리려고 하는 것이다.

ii) 자기중심주의

모세의 자기중심주의 모습은 11-15절에서 찾아볼 수 있다. 11절에서 모세는 ‘어찌하여 종을 괴롭게 하시나이까’라는 말을 함으로써 원망을 표출하고 있지만 이 모든 것은 모세의 착각이었다.⁵⁸ 모세는 백성을 통제하고 관리하는 일이 자신에게는 커다란 고통이라고 생각했으며 그것은 너무 무겁고 힘겨운 짐이라고 불평하였다. 또한 자신은 하나님의 은혜를 입지 못한 자요 혼자 짐을 떠맡은 자라고 생각하고 있는데 하지만 하나님께서 날이면 날마다 그에게 은혜를 더해 주셨고 그의 모든 어려움을 날날이 해결해 주셨다.(출14:13-31, 16장)⁵⁹ 언제나 힘들고 지친 상태에 있을 때 하나님의 놀라운 도우심을 몸소 체험했던 모세지만 자기중심적인 생각으로 인해 오히려 하나님께서

58) 강병도 역, 「호크마 종합주석4-민수기」, 224.

59) Ibid.

주신 은사를 치욕으로 생각한 것은 하나님의 은혜를 망각한 행위였다.⁶⁰

뿐만 아니라 12-14절에서 모세가 하나님께 했던 이야기에 대해서 하나님께서는 단 한 번도 모세에게 그들을 가나안까지 안전하게 데리고 가라는 책임을 주신 적이 없었고, 그들에게 음식을 주어 먹이라는 책임을 주신 적이 없었다. 따라서 이러한 모세의 이야기는 자기중심적인 사고에서 나온 현실에 대한 ‘과장된 해석’이라고 할 수 있다.⁶¹

iii) 성과주의

모세는 15절에서 ‘나의 곤고함을 보지 않게’라는 말을 한다. 여기서 ‘곤고함’에 해당하는 히브리어는 ‘고통’, ‘재난’, ‘슬픔’ 등 온갖 인생의 ‘험악한 일들’을 일컫는 말로써 이제 막 시내산을 출발하여 가나안 땅을 향해 첫발을 내딛는 가운데서 벌써 이런 곤고함이 자기 앞에 닥친다면 앞으로 어떻게 이 백성들을 이끌고 가나안 땅을 향해 행군을 할 수 있을 것인가라는 염려에서 하나님에게 죽음을 구하고 있는 것이다.⁶² 다시 말해서 모세는 자신의 기대와 노력의 열매도 보지 못한 채 죽을 바에야 차라리 지금 죽는 것이 낫다고 생각한 것이다.⁶³

(2) 탈진의 증상

i) 육체적 탈진

애굽에서 종살이하던 이스라엘 백성들을 구출하기 위해 지도자로 부름 받은 모세는 입법, 사법, 행정의 3권을 모두 장악하고 있었다. 전쟁에 나가면 싸움을 지휘해야 했고, 하나님의 음성을 듣고 법을 제정해야 했고, 백성들 사이에서 일어나는 법적인 분쟁을 재판해야 했다. 이러한 일은 모세가 출애굽 이후에도 계속되었다. 재판관으로 하루 온 종일 백성들의 법적인 분쟁을 재판해야만 했다.

60) 존칼빈 성경주석 출판위원회 역 “존 칼빈 원어 성경주석 민수기” (서울:성서연구원, 1999), 22.

61) Canon H. D. M. Spence, *The Pulpit Commentary: Numbers*, (New York: Anson D. D. Randolph & Company, 1976), 108.

62) 강병도 역, 「호크마 종합주석4-민수기」, 225.

63) Ibid.

이것을 지켜보던 장인 이드로가 업무를 분담할 것을 제의한다. 홀로 모든 백성의 분쟁을 재판하면 그로 인해 모세도 지나친 과로로 힘들어 할 것이고 백성들 또한 기다리는 데에 기력이 쇠할 것이기 때문이다. 혼자서 이렇게 많은 일을 감당함으로 인해 육체적으로 피로가 쌓이게 된 것이다.(출 18:14-18)

ii) 원망과 책임회피

모세는 모든 일의 책임을 하나님께 돌리며 원망하고 있다. 12절에서 ‘내가 잉태하였나이까’라는 말을 하는데 이는 이스라엘 백성들을 돌볼 책임은 모세 자신에게 있는 것이 아니라 하나님이심을 강조하는 모세의 책임 전가성 발언이며, 고기를 달라고 소리치는 백성들에게 고기를 주실 책임을 가지신 분은 하나님이심을 강조하며 하나님을 원망하고 있는 것이다.⁶⁴ 이것은 모세가 하나님과 백성들 사이의 중보자로서의 역할을 잊어버리고 백성들과 똑 같은 죄를 저지르고 있는 모세의 모습을 볼 수 있다.

iii) 영적인 탈진

이스라엘 백성이 가데스 바네아에 이르렀을 때에 모세는 영적인 탈진에 상태에 이르게 되었다.(민 20:10-13) 출애굽 이후 계속된 이스라엘 백성들의 원망과 불순종은 광야 시대를 마감하는 때의 모세를 마침내 영적으로 탈진 상태에 이르게 하였다. 이스라엘 백성들은 바로 군대의 추격을 받았을 때(출 14:11), 마라에서 쓴 물로 인해 먹지 못하였을 때(출 15:24), 고기와 떡이 먹고 싶었을 때(출 16:2), 르비딤에서 마실 물이 없었을 때(출 17:3), 가나안 땅에는 크고 강한 아낙 자손이 있다는 소식을 들었을 때(민 14:2) 그들은 모세는 원망했다. 그리고 모세와 아론만이 지도자 노릇을 한다고 원망했고(민 16:3), 모세와 아론으로 인해 자기들이 진멸되었다고 원망하기 했다(민 16:41) 이러한 원망을 들었을 때 모세의 스트레스는 극심하게 되었고 그리고 가데스에서 물을 달라고 원망할 때

64) Canon H. D. M. Spence, *The Pulpit Commentary: Numbers*, 109.

모세의 인내는 한계점에 이르게 되었다. 그리하여 모세는 인간적인 모습을 드러내게 되었다.

지팡이로 반석을 두 번 쳐서 혈기를 드러내어 하나님께 범죄하고 말았다. 이로 인해 하나님은 모세의 가나안 입성을 허락해 주지 않았다.⁶⁵

모세는 어려움을 당할 때마다 하나님께 간절히 기도했고, 그게 모세를 40년 광야 생활동안 모든 어려움을 극복하게 한 비결이었다. 그러나 이번만은 달랐다. 그의 영성은 나락으로 떨어진 가운데 있었고 탈진에 상태에 있었기 때문에 결국 하나님 앞에 죄를 범하고 말았다.

모세의 영적인 침체의 위상을 잘 보여주고 있다. 모세는 나이가 많아서 죽은 것이 아니다. 죽는 순간까지 그는 눈이 흐리지 아니하고 기력이 쇠하지 아니하였다고(신 34:7) 성경은 기록하고 있다. 나이와 상관없이 건강했다는 것이다. 모세는 가나안 땅에 들어갈 수 없었기 때문에 이스라엘이 가나안 땅에 들어갈 수 있도록 죽은 것이다(민 27:12-23). 이것은 영적인 타락이 얼마나 중요한지를 알려주는 것이다.⁶⁶

(3) 탈진의 극복

i) 동역자를 세워 주심

모세의 육체적인 피로는 과로로 인한 것이었다. 하나님께서는 이러한 모세의 모습을 보시고 70명의 장로를 임명하여 주시고 모세에게 임한 영을 70명의 장로들에게 똑같이 임하게 하셨다(25절). 그리고 그들로 모세를 도와 함께 동역하게 하셨다.

ii) 소망을 주심

23절에서 ‘여호와와 손이 짧으냐 내가 이제 내 말이 네게 응하는 여부를 보리라’라는 말씀을 하셨다. 더 이상 아무런 소망이 없이 절망 가운데 살아가는 모세에게 하나님께서는 하나님이 친히 일하신 것을 나타내심으로 모세에게 소망을 갖게 하셨고 앞으로의 일을 기대하게 하심으로 탈진을

65) 박수암, “성경에 비취 본 지도자들의 탈진과 회복”, 「목회와 신학」 (1993. 11) 49.

66) 김기홍 외, 「영적침체 이렇게 극복하라」 (서울: 글로리아 (1998) 47-8.

극복하게 하신다. 뿐만 아니라 육십 만 명을 한 달 동안 고기로 먹이시겠다는 인간적인 계산으로 반응하였던 모세에게 ‘여호와와 손이 짧으냐’라는 말씀을 하심으로 인간 기준으로서의 하나님이 아닌, 전능하신 하나님, 즉 하나님의 하나님 되심을 보여 주시겠다고 약속하셨다. 이것은 자기중심적인 사고에 매였던 모세로 하여금 자신을 되돌아볼 수 있는 계기가 되었으며 동시에 하나님의 위대하심을 볼 수 있도록 하신 하나님의 방편이었던 것이다. 하나님이 이스라엘 백성들을 돌보시고 인도하신다는 것을 확실하게 보여 주심으로서 모세가 탈진을 극복하게 해 주셨다.

iii) 기도하게 하심

비록 모세가 계속되는 백성들의 원망과 불평으로 인해 극도의 탈진 상태에 이르러 혈기와 분노를 들어내기는 했지만 그때마다 자신에게 닥쳐온 어려움을 지혜롭게 극복하는 모습을 볼 수 있다. 즉 모세는 이스라엘 백성들의 원망과 이방 민족들과의 전쟁이라고 하는 내우외환의 위기 앞에서 언제나 하나님 앞에 엎드리는 모습을 보였다. 그것이 모세가 어려움을 극복하고 40년간의 광야생활을 이끌어간 비결이었다.

하나님 앞에 엎드려 자신의 어려움을 아뢰는 것은 가장 기본적이면서 동시에 가장 중요한 탈진극복의 방법이다. 실제로 대다수의 목회자들이 택하는 방법도 이것이다. 즉 모세가 하나님을 처음 만났던 호렙산으로 다시 가서 영성회복을 하였던 것처럼 탈진한 목회자들은 무엇보다 하나님과 자신과의 일대일의 만남, 개인적인 영적교제를 회복하는 것이 우선되어야 한다.⁶⁷

3) 야곱의 탈진

(1) 탈진의 모습

창세기 28장은 야곱에게 닥친 위기의 모습이 기록되어 있다. 장자권의 축복이 너무 좋아 형을 속여 장자권을 얻었으며 그 장자권을 얻기 위해 아버지까지 속였다. 그것이 야곱의 한계였다. 당장 눈앞의 이익은 잘 보는데 이 일로 인해 닥칠 위기, 아버지와 형을 잃어버릴 수도 있다는 것은 전혀 계산할

67) 박수암, “성경에서 비취 본 지도자들의 탈진과 회복” 『목회와 신학』 (1993. 11), 50.

수 없었기 때문이다.

야곱은 무척 머리 회전이 빠른 사람이다. 아버지를 속이고 축복을 받자 곧 이 일로 인해 형 에서가 자기를 죽일 것이라는 사실이 생각났다. 후회를 해도 너무 늦은 상태였다. 그래서 곧바로 야곱은 외삼촌 라반의 집으로 도망을 쳤다. 야곱이 자기 아버지의 집을 떠나기는 이번이 처음이었다.

“야곱이 브엘세바에서 떠나 하란으로 향하여 가더니 한 곳에 이르러는 해가 진지라 거기서 유숙하려고 그 곳의 한 돌을 가져다가 베개로 삼고 거기 누워 자더니”(창 28:10-11). 밤은 깊어 오지만 그는 쉴 곳도 피곤한 머리를 누일만한 베개도 없이 돌 하나만 발견했을 때 그는 심한 고독과 불안을 느꼈다.⁶⁸

광야 어디에서 형 에서가 갑자기 뛰어나올지 알 수가 없었다. 아마 야곱은 조금이라도 움직이는 것을 발견하면 형 에서가 자기를 죽이려 온 줄 알고 깜짝 놀랐을 것이다. 잠을 자거나 그늘에서 휴식을 취해도 형 에서인 줄 알고 깜짝 놀랐을 것이다. 잠을 잘 때에도 그는 도저히 안식을 얻을 수가 없었다. 밥을 먹어도 소화가 안되었을 것이다. 성경 어디를 보아도 형 에서가 야곱을 쫓아왔다는 기록은 없다. 형 에서가 쫓아왔다고 해도 야곱이 도망을 한 방향과는 전혀 달랐던 것 같다. 분명히 성경 기록을 통해 보더라도 야곱이 도망간 방향을 에서는 짐작하지 못했고, 그래서 쫓아오지도 못했다. 야곱은 형 에서가 쫓아오지 않았음에도 불구하고 늘 불안했다는 것이다. 이것이 사람의 모습이다. 누군가 뒤쫓아 오지 않아도 누군가 쫓아 올 것과 같은 불안함과 두려움으로 가득한 것이 사람이다. 나를 쫓아오는 사람이 없는데도 불구하고 누군가 나를 쫓아와서 위협하고 죽이려 하는 것 같다고 느끼는 사람이 있다.

지금 아버지를 속이고, 형을 속이고 도망하는 야곱의 상태가 바로 그러한 상태이다. 모두가 다 에서의 편인 것만 같고, 잠을 자다가 언제 형 에서의 칼이 자기를 죽일지 모른다는 두려움에 싸여 있는 것이다. 고독하고 도망자로서 너무나 심한 죄의식 때문에 불안하고, 두려우며, 초조하고, 지쳐 있었다. 그래서 다 포기하고 싶은 마음으로 이름도 모르는 지역에서 불안한 마음으로 잠을 설치는 야곱의 모습 속에서 심적 불안과 두려움으로 탈진한 모습을 발견할 수 있다.

68) 「신구약 강해설교 연구대계」, Vol 3 (서울: 기독교지혜사, 1992), 108.

창세기 32장에서도 야곱에게 닥친 위기의 모습이 기록되어 있다. 사람은 혼자 남아 있을 때 중요한 경험을 하게 된다. 사람들은 많은 사람들과 어울려서 세상을 살아가지만 어떤 때에는 주위 사람들과 공유할 수 있는 공감대를 찾지 못하여 소위 군중 속에 고독을 경험하게 된다. 그런데 야곱의 경우에는 군중 속의 고독이 아니라 군중 밖에서 몸과 마음 모두가 홀로 떨어져 불안하고 답답하고 힘든 마음을 철저하게 경험하는 야곱의 탈진한 모습을 발견할 수도 있다.⁶⁹

(2) 치료

i) 하나님을 만남

“꿈에 본 즉 사닥다리가 땅 위에 서 있는데 그 꼭대기가 하늘에 닿았고 또 본 즉 하나님의 사자들이 그 위에서 오르락내리락 하고 또 본즉 여호와께서 그 위에 서서 이르시되 나는 여호와니 너의 조부 아브라함의 하나님이요 이삭의 하나님이라 네가 누워 있는 땅을 내가 너와 네 자손에게 주리니”(창 28:12-13)

하나님은 인간이 믿지 않아도 언제나 인간 가까이 계신다. 하나님은 인간을 신앙적으로 훈련시키기 위해서 인간 가까이 계신다. 하나님은 야곱에게 당신의 변함없는 임재를 확신시켰다. 하나님은 야곱에게 모든 만물을 통해서 하나님을 알아볼 수 있는 영적인 눈을 뜨게 하셨다. 하나님은 야곱으로 하여금 인생을 살아가면서 모든 것을 경험하는 동안 전적으로 하나님을 의지하게끔 역사하셨다. 하나님은 인간의 완전한 구원을 위해서 항상 인간 가까이 계신다.⁷⁰

야곱은 자기 머리맡에 계신 하나님을 보았다. 자기와 함께 이 광야에 소풍 나온 듯 즐기시는 하나님을 보았다. 자기는 불안한데 발견한 하나님은 너무나 평안하였다. 자기는 두려운데 발견한 하나님은 너무나 은혜스러웠다. 드디어 하나님을 만난 것이다. 나의 하나님을 만난 것이다. 그제야 비로소 야곱은 힘을 얻었다. 두려움을 떨쳤다. 불안을 이겼다. 초조함에서 벗어날 수가 있었다. 불안함의 위기, 두려움의 위기에서 야곱은 하나님을 만남으로 인해 그 위기를 이겨냈다. 아니 그

69) Ibid., 201.

70) Ibid.

위기는 하나님을 만나는 기회가 되었다.⁷¹

하나님을 만났다고 해서 야곱의 삶이 바뀌었다는 것은 아니다. 여전히 사기꾼의 모습에서, 도둑놈의 모습에서 벗어나지를 못했다. 그래서 삼촌 라반과 서로 속이고 속이는 사이가 되어 버렸다. 나중에는 자기의 정당히 얻은 몫이라며 그 동안 모든 재산을 한몫 챙겨 야반 도주를 하게 되었다. 이것이 바로 야곱의 한계, 인간의 한계이다. 은혜를 받을 때 좋은 것은 그 순간 뿐이고 그것으로 끝이다. 은혜를 받는 것은 좋지만 내가 변하는 것은 너무 싫은 것이다. 이러한 야곱의 인생은 하나님과는 전혀 상관이 없는 여전히 야곱 혼자만의 인생일 뿐이다.

야반도주를 하게 된 야곱이 가기로 결정한 곳은 형 에서가 있는 고향이었다. 형 에서를 피해 도망하기는 했지만 언젠가는 반드시 만나야만 하기 때문이다. 지금이 바로 그때라고 생각한 야곱은 형이 있는 곳으로 갔다. 에서가 있는 곳을 향해 가던 야곱에게 한 가지 소식이 들려왔다. 에서가 군사를 이끌고 야곱이 있는 곳으로 온다는 것이다. 성질이 급한 형이 모든 것을 용서했으리라고는 생각하지 않았지만 이렇게 군사까지 이끌고 자기에게 올 줄은 미처 몰랐다. 야곱은 두려워지기 시작했다.⁷²

야곱이 압복강에 도착했다. 이제 내일 이 압복강을 건너게 되면 에서를 만나게 된다. 야곱은 식솔들을 먼저 강을 건너게 하고 자기 혼자만 이 강 이 편에 남았다. 자기에게는 할 일이 남아 있다고 생각했는데 바로 가까이 계신 하나님을 만나는 일인 것이다.

이 땅의 모든 그리스도인들은 그 마음 속에 항상 살아 계시는 하나님을 모시고 있다. 하나님은 인간을 대함에 있어 우리들 가까이 계실 뿐 아니라 우리 속에 직접 들어오셔서 섭리하신다. 또한 하나님은 우리 속에 하나님을 사모하고자 하는 열망의 불을 붙이시고 우리를 도와 그 약한 의지를 굳건하게 하시며 인간 영혼을 사랑의 날개 아래로 품으실 뿐만 아니라 구원받하고자 하는 영혼에 빛을 내려 주신다. 그리하여 하나님을 따르는 모든 그리스도인들은 하나님이 얼마나 그들 가까이 계신지를

71) Ibid., 202.

72) Ibid.

깨닫고 기뻐하며 하나님의 영원하신 법 속에서 진정한 기쁨을 누리게 되는 것이다.⁷³⁾

ii) 하나님의 축복

“내가 너와 함께 있어 네가 어디로 가든지 너를 지키며 너를 이끌어 이 땅으로 돌아오게 할지라 내가 네게 허락한 것을 다 이루기까지 너를 떠나지 아니하리라 하신지라”(창 28:15) 하나님의 축복은 야곱이 곤궁함으로 인해 탈진했을 때 내려졌다. 야곱은 자기 아버지의 집을 금방 떠났으며 고독을 느꼈다. 그러나 이러한 특별한 시험을 통해 하나님이 자기를 위해 준비해 두신 깊은 뜻을 보다 충분히 이해하게 된 것도 바로 이때였다. 야곱을 보호하기 위해 하나님이 천사들을 보낸 것도 큰 축복이지만 항상 야곱과 함께 하신다는 말씀은 모든 축복보다 더욱 큰 의미를 지닌다. 이제 하나님은 그가 함께 하는 자에게는 이루 말할 수 없는 친숙함으로 대해 주시며 무한한 사랑을 베푸신다.⁷⁴⁾

또한 하나님이 함께 하신다는 이 말씀은 보다 실질적인 도움의 말씀으로 “그런즉 이 일에 대하여 우리가 무슨 말 하리요 만일 하나님이 우리를 위하시면 누가 우리를 대적하리요”(롬 8:31)라는 말씀을 목회자들이 굳게 붙잡는다면 그리고 하나님이 우리와 함께 하신다는 확신을 가지고 있다면 어떠한 탈진의 원인들이 우리를 위협한다 하더라도 넉넉하게 이겨 나갈 수 있다.

iii) 자기 포기

압박장에서 야곱이 혼자 남은 이유는 자신을 떠나지 않고 늘 함께 하시겠다고 하신 하나님과 만나야만 할 때가 되었기 때문이다. 자기 인생에서 가장 큰 위기를 겪었다고 생각하는 이때, 그는 하나님과 만나야만 할 필요성을 절실히 깨달은 것이다. 이것은 철저한 자기 포기를 의미한다. 야곱은 밤새도록 하나님과 씨름을 한다. 죽음의 문제를 놓고 씨름을 한다. 허벅지 관절에 있는 둔부의 힘줄이 끊어졌다. 그러나 야곱은 물러설 수가 없다. 끊어지는 것보다 더 중요한 생명의 문제가

73) Ibid., 130.

74) Ibid.

달려있기 때문이다. 결국 그는 야곱에서 이스라엘로 거듭나게 되었다.

4) 솔로몬의 탈진

성경을 통해 탈진한 상태에 이른 사람의 모습을 찾는다면 그것은 전도서를 통해 나타나는 솔로몬의 모습이다. “전도서를 기록했을 때의 솔로몬은 지쳐 있었으며 용기가 상실되고 낙담하고 침체되고 권태와 실망 가운데 있었다⁷⁵고 할 수 있다.

전도서를 통해 우리는 솔로몬이 “심각한 우울증을 겪고 있다는 사실 즉 그의 마음은 가라앉아 있으며 탈진한 상태에 있다”⁷⁶는 것을 알 수 있다. 전도서 2장에서 솔로몬은 다음과 같이 말하고 있다.

“이러므로 내가 사는 것을 미워하였노니 이는 해 아래에서 하는 일이 내게 괴로움이요 모두 다 헛되어 바람을 잡으려는 것이기 때문이로다. 이러므로 내가 해 아래에서 한 모든 수고에 대하여 내 마음에 실망하였도다 일평생에 근심하며 수고하는 것이 슬픔 뿐이라. 그의 마음이 밤에도 쉬지 못하나니 이것도 헛되도다”(전 2:17, 20, 23)

솔로몬은 인생을 증오하였다. 그리고 해 아래서 행한 수고, 즉 인간들의 노력이 사람들에게 임하는 운명을 포함하여서 그에게는 악한 것으로 나타났다. 실망하였도다의 원문에는 ‘이예쉬’라는 단어로 사용하였는데 어떤 것에 관해서 소망을 포기하거나 낙담하는 뜻으로 사용하고 있다. 그리고 절망 속에서 전망이 없는 것을 말한다.⁷⁷

이와 같이 심각한 탈진의 문제를 안고 있는 것이다. 그러나 다행이도 솔로몬은 이러한 상태에 계속 그대로 머물러 있지 않았다. 그는 자신의 탈진을 극복하였고 또한 앞으로 닥쳐올 수 있는 탈진에 대한 예방책을 알았다. 그렇다면 솔로몬이 깨달은 탈진 극복 방법은 무엇인가?

75) Rick Warren, “탈진, 어떻게 예방할 수 있을까” 『목회와 신학』 (2001. 12), 93.

76) Ibid.

77) Carl F. Keil and Franz Delitzsch, 송종섭 역, 『카일델리취 구약주석-전도서, 아가서』, 99.

(1) 삶의 균형 유지

전도서 3장 1-4절에서 솔로몬은 다음과 같이 말한다.

“범사에 기한이 있고 천하만사가 다 때가 있나니 날 때가 있고 죽을 때가 있으며 심을 때가 있고 심은 것을 뽑을 때가 있으며 죽일 때가 있고 치료할 때가 있으며 헐 때가 있고 세울 때가 있으며 울 때가 있고 웃을 때가 있으며 슬퍼할 때가 있고 춤출 때가 있으며” 그러므로 이것을 통해 우리는 탈진한 사람들은 어떤 부분에선가 균형이 깨어져 있다는 것을 알 수 있다. 즉 탈진한 사람들은 그들의 삶에서 무시되고 있는 영역들이 있다는 것이다.

솔로몬에게 어떤 구체적인 문제가 있었는가? 전도서의 처음 두 장을 통해 발견하게 되는 그의 문제점은 그가 일 중독자였다는 것이다.⁷⁸ 솔로몬은 스스로 ‘나는 참으로 열심히 일하는 사람이다’라고 말하고 있다. 그는 죽도록 일했고 그러다가 탈진에 이르렀다. 즉 솔로몬은 그의 삶 가운데 일과 휴식이라고 하는 이 부분이 균형을 이루지 못했던 것이다. 결국 솔로몬의 삶 가운데서 휴식이라고 하는 삶의 영역이 무시되고 있었기 때문에 그는 탈진한 것이다. 그러므로 탈진을 극복하기 위해서 우리는 삶의 모든 영역에서 균형을 이루어야 한다. 즉 삶의 모든 것이 균형을 이루어야 탈진을 예방할 수 있고 탈진상태에서 벗어날 수 있는 것이다.⁷⁹

(2) 신실한 인간관계

솔로몬은 전도서 4장 9-12절에서 이렇게 말하고 있다.

“두 사람이 한 사람보다 나음은 그들이 수고함으로 좋은 상을 얻을 것임이라. 혹시 그들이 넘어지면 하나가 그 동무를 붙들여 일으키려니와 홀로 있어 넘어지고 붙들여 일으킬 자가 없는 자에게는 화가 있으리라 또 두 사람이 함께 누우면 따뜻하거니와 한 사람이면 어찌 따뜻하랴 한 사람이면 패하겠거니와 두 사람이면 맞설 수 있나니 세 겹줄은 쉽게 끊어지지 아니하느니라”

신실한 인간관계를 발전시키는 것이 솔로몬이 깨달은 두 번째 탈진 극복방안이다. 탈진하게 되는

78) Ibid., 93.

79) Ibid., 94.

이유 중의 하나는 감정적 지지가 부족할 때이다.⁸⁰ 우리는 자기 혼자만 존재한다고 생각하지만 사실은 모든 사람은 끊임없이 사랑과 관심, 지속적인 보살핌이 필요로 한다. 따라서 솔로몬은 전도서를 통해 강한 인간관계를 유지시키라고 말하고 있다. 둘이 하나보다 나은 것은 한 사람이 넘어질 때 다른 한 사람이 일으켜 줄 수 있기 때문이다. 신실한 인간관계란 다른 말로 서로 간의 인격적인 지지라고 할 수 있다. 탈진에 이른 사람들 가운데 많은 부분에 있어서 자신의 가족과, 배우자 친구들에게 무시당했다는 경향이 있다. 그래서 모든 사람들은 좋은 아내와 친한 친구들을 가지고 있어야 한다. “너는 할 수 있어”라고 믿어 주는 사람이 있다면 이미 경기에 앞서가고 있는 것이다. 특히 목회자는 낙담하고 있을 때 다시 일어설 수 있는 지지가 필요로 하는 사람이다.

즉 탈진한 사람들은 가까운 사람들과의 관계 형성이 원만하지 못하기 때문에 그 결과 자신이 그들의 지지를 필요로 했을 때 지지를 받지 못한다는 것이다.⁸¹ 성경적인 의미에서 볼 때 지지란 사람들이 함께 있어서 서로를 응원하는 시공간적인 인격적 지지망이라고 할 수 있다. 탈진한 상태에 있는 사람도 아무런 회복의 기미가 보이지 않을지라도 다른 사람들과의 인간관계를 통해 탈진에서 회복될 수 있다. 즉 가족이나 배우자 친구의 인격적인 지지와 유지를 통해 탈진은 극복될 수 있는 것이다. 이와 같이 탈진한 목회자들이 전도서에 나타난 솔로몬을 통해 배울 수 있는 탈진 극복방안은 삶의 균형 유지와 더불어 서로간의 신실한 인간관계의 발전이라고 할 수 있다.

5) 디모데의 탈진

먼저 연구자는 이런 전제를 해 본다. 그것은 과연 디모데가 탈진을 경험했을까? 이 질문에 대한 대답을 하기 위해서는 디모데후서 1장6절을 우리는 주목해볼 필요가 있다. 디모데후서 1장 6절에서 바울은 디모데에게 “그러므로 내가 나의 안수함으로 네 속에 있는 하나님의 은사를 다시 불일듯 하게 하기 위하여 너로 생각하게 하노니”라고 말하고 있다.

바울이 디모데 속에 있는 하나님의 은사를 다시 불일 듯하게 하기 위한다고 한 말씀의 의미는

80) Ibid., 95.

81) Ibid., 96.

무엇일까? 디모테 속에 있는 하나님의 은사의 불이 꺼졌다는 의미인가? 그래서 그것을 다시 불붙이기 위해서 바울이 편지로 다시 디모테의 은사를 불일 듯하기 위함인가?

‘다시 불일 듯하게 하다’는 신약에서는 본문에서만 나오고 70인 성경 창세기 45장27절에 연로한 야곱이 죽었다고 생각했던 요셉이 살아 있다는 소식을 들었을 때의 상태를 말한 때 나온다. 본문에서 하나님의 은사를 다시 불일듯하게 한다는 것은 하나님의 은사는 하늘로부터 내려온 불과 같아서 연료가 있는 동안에만 타기 때문에 그것이 계속 빛과 열을 내도록 하기 위해서는 인간의 집중된 주의가 필요하다는 뜻이 된다.⁸²⁾

디모테가 여러 상황 가운데 사역을 감당하는 동안 얼마나 많은 스트레스를 받았는지를 단정해서 말하기는 어렵다. 그러나 바울과 함께 사역할 때 당했던 사건들이나 그들이 처했던 생활 여건들을 생각해 볼 때 그 모든 것이 엄청난 스트레스를 주기에 충분했을 것이다.⁸³⁾

또한 위에서 살펴본 디모테후서 1장6절을 통해 볼 때 바울이 디모테에게 편지를 할 때 바울은 디모테가 가지고 있는 하나님의 은사에 불이 꺼져 있었다고 인식했다는 사실을 전제로 하고 있다고 할 수 있다. 그렇다면 바울이 말하는 디모테가 받은 하나님의 은사가 무엇이겠는가? 그것은 목회를 감당할 수 있는 목회적 은사라고 할 수 있을 것이다. 결국 디모테후서 1장 6절을 근거로 보았을 때 디모테는 하나님께로부터 받은 목회 은사가 상당 부분에 걸쳐서 침체 상태였다고 할 수 있다. 즉 디모테는 목회를 계속 해 나갈 수 있는 목회적 은사가 떨어진 채 상당 부분에 걸쳐 탈진의 상태를 경험하였다고 할 수 있을 것이다.

그렇다면 디모테는 무엇 때문에 탈진했을까? 사실 디모테는 신약성경에 나오는 많은 믿음의 인물 가운데서도 좋은 부모의 신앙적 배경과 목회 자질을 가진 목회자라고 할 수 있다. 즉 디모테는 외조모 로이스와 어머니 유니게로 이어지는 순수한 믿음의 유산을 물려받은 목회자이다. 그렇기에 디모테는 어려서부터 가정에서 철저한 신앙적인 교육과 성경적인 가르침에 따라 성장했다고 볼 수

82) 권성수, “목회자의 탈진에 대한 바울의 가르침” 「목회와 신학」 (2001. 12), 125

83) Daryl Nuss, “목회자의 탈진, 어떻게 피할 수 있는가” 「목회와 신학」 (2000. 12), 101.

있으며 이러한 디모테를 바울은 주 안에서 영적으로 낳은 아들이라고 부를 만큼 그를 아꼈다. 그러나 이러한 디모테도 두 가지 이유로 인해 탈진하게 되었다.

(1) 탈진 이유

i) 목회자의 약점이다.

디모테는 목회자로서 신앙적 유산을 가진 훌륭한 장점을 가지고 있었다. 그러나 동시에 약점도 있었다. 디모테는 바울이 1차 감옥에서 생활이 끝나고 바울을 대신하여 에베소 교회 목회를 맡았을 때 목회자로서 다음과 같은 약점을 가지고 있다.

그는 아직 청년의 정욕을 피해야할 젊은 사람이었다(딤후 4:12, 딤후 2:22). 디모테는 위장병이 자주 재발할 정도로 건강이 약했고(딤후 5:23), 기질상 부끄러움과 겁이 많은 내성적인 사람이었다(고전 16:10-11, 딤후 1:7-8). 그는 지도하기보다는 남들을 의지하는 것이 더 적절한 인물이었다. 젊고 약하고 수줍은 디모테를 하나님은 에베소 교회의 목회 지도자로 세우셨다. 목회자로서의 이런 약점을 가진 디모테이기에 어려운 목회 상황에서 탈진하기 쉬웠을 것이다.⁸⁴

ii) 목회 환경

에베소는 소아시아의 수도로써 디모테가 목회하던 곳인데 여기서 오네시보로를 제외하고 대부분의 사역자들이 사도 바울을 버린 일이 있었다. 바울이 에베소에서 약 3년 간 목회를 했기 때문에 에베소 교인들은 상당 부분에 걸쳐서 바울에게 의존하고 있었다. 그런데 바울에게 의존하던 아시아 성도들이 바울이 다시 체포되어 감옥에 갇혔다는 소식을 듣고 복음 사역은 이제 끝났다고 실망했던 것 같다.

바울이 디모테후서를 집필할 당시에는 아시아에 있는 모든 사람이 바울을 버렸으니 대배교가 일어난 것이다. 이런 배교적 목회환경 가운데서 디모테는 탈진하기 쉬웠을 것이다.⁸⁵

84) 권성수, “목회자의 탈진에 대한 바울의 가르침”, 127.

85) Ibid.

(2) 탈진 극복 방안

i) 은사 활용

바울은 목회 은사의 불이 꺼진 디모데에게 그 은사에 다시 불을 붙여야 한다는 것으로 해결책의 실마리를 풀었다.⁸⁶ 목회자는 자신이 받은 은사를 계속해서 활용해야 한다. 자연적으로 가지고 있는 은사든 아니면 주님으로부터 받은 영적인 은사든 목회 현장에서 계속적으로 활용해 나가야 한다. 성경에 나오는 달란트 비유나 므나 비유는 은사를 활용하지 않은 상태의 위험성과 부지런하게 잘 활용하는 상태를 대비적으로 보여준다. 바울은 디모데에게 “네 속에 있는 은사 곧 장로의 회에서 안수 받을 때에 예언을 통하여 받은 것을 가볍게 여기지 말며”(딤후 4:14) 라고 말하였다. 여기서 ‘가볍게 여기지 말라’는 것은 은사를 무시하거나 등한시 여기지 말라는 것이다.

그러므로 목회자는 은사의 부지런한 활용과 부단한 기도를 통해 은사를 계속 발전시켜 갈 필요가 있다. 하나님이 은사를 주셨다고 하여 하나님의 주권만 강조하고 인간이 그 은사를 계속 갱신해야 할 책임을 무시하면 안된다.⁸⁷ 이러한 은사의 계속적인 활용을 통하여 목회자는 자신에게 다가온 탈진을 극복할 수 있다.

ii) 사명 확인

바울은 탈진한 디모데에게 다시 불을 붙이기 위해서 복음을 확인할 뿐 아니라 바울 자신의 모델을 본받아 복음을 지키고 전달할 사명을 확인하도록 촉구했다.⁸⁸ 바울은 디모데에게 “너는 그리스도 예수 안에 있는 믿음과 사랑으로써 내게 들은 바 바른 말을 본받아 지키고 우리 안에 거하시는 성령으로 말미암아 내게 부탁한 아름다운 것을 지키라”(딤후 1:13-14) 라고 권면하였다. 여기서 ‘내게 들은 바 바른 말’과 ‘내게 부탁한 아름다운 것’은 바로 그리스도의 복음이다. 또한 바울은 디모데에게 “또 네가 많은 증인 앞에서 내게 들은 바를 충성된 사람들에게 부탁하라”(딤후 2:2)고

86) Ibid., 128.

87) Ibid., 129.

88) Ibid.

권면하였다. 그러므로 디모데에게는 바울로부터 전해 듣고 부탁받은 복음을 스스로 지켜서 다른 사람들에게 전파할 사명이 있었던 것이다. 디모데후서를 집필할 때 바울은 죽음 외에 지하감옥을 피해 나갈 방도가 없는 상황에 있었다. 바울은 인생경주를 마치면서 생명의 복음을 전수해야 할 사명이 있었고 바로 그 사명을 영적인 아들 디모데에게도 환기시켜 탈진한 디모데에게 다시 불을 붙인 것이다.⁸⁹⁾

오늘날 탈진한 목회자에게도 디모데가 사도 바울로부터 받은 권면과 마찬가지로 스스로에게 복음 전파의 사명에 확신이 있는지 확인해 보아야 한다. 왜냐하면 디모데가 그랬듯이 목회자에게 있어서 하나님께로부터 받은 사명을 확인하고 다시 불일 듯 하는 일이야 말로 탈진한 목회자들을 일으킬 수 있는 원동력이 되기 때문이다.

4. 탈진의 증상

탈진 전문가들은 어느 누구를 막론하고 탈진에 걸릴 수 있는 가능성을 가지고 있다는 것에 의의를 제기하는 사람은 없다. 또한 탈진 현상들이 더 많은 사람들에게 아주 광범위하게 나타날 가능성이 있다고 보고 있다. 또한 탈진은 한 두 가지 증상으로만 나타나는 것이 아니라 개개인이 처해있는 환경과 여건에 따라서 다양한 형태로 나타날 수 있다는 것이다.

연구자가 작성한 설문지에서 탈진의 증상을 세 부류로 나누었다. 첫째가 감정적 탈진, 둘째가 비인격화 탈진, 셋째가 개인적 성취감 감소와 관련된 것으로 항목을 나누어서 조사하였다. 목회자는 이 세 가지 항목에서 어떤 답변을 하느냐에 따라 탈진의 가능성을 예견할 수 있다. 여기서 감정적 탈진 증상이란 정서적 자원이 고갈됨에 따라 목회자들이 심리적 수준에서 스스로에게 더 이상을 줄 수 없다고 느끼게 되는 것을 뜻한다. 탈진 증상의 또 다른 양상인 비인격화는 목회자들이 성도들에 대해 부정적이고 회의적인 태도와 감정을 갖게 되는 것을 말한다. 세 번째 증상인 개인적 성취감 감소는 성도들과 관련된 자신의 일에 관하여 자신을 부정적으로 평가하는 경향을 말한다. 또한 이

89) Ibid., 130.

양상에는 자신의 목회 성과에 불만족하고 목회로 인해 스스로를 불행하다고 느끼게 될 수 있다는 것을 포함한다.

특별히 허버트 프로이덴버거는 탈진의 일반적 증상으로 이렇게 말하고 있다:

첫째, 극도의 피로감이다. 즉 힘이 없고 피곤하기만 하고 일상의 직무를 계속하기가 어렵게 느껴지면 이것이 첫 번째의 경고이다. 둘째는 고립으로 다른 사람들과 교제를 가질 시간적인 여유가 없다. 셋째는 권태감과 냉소주의이다. 넷째는 점점 더해가는 조바심과 성급함이다. 다섯째는 자만심이다. 여섯째는 자기의 진가를 인정받지 못하고 있는 생각 즉 노력한 만큼 제대로 인정받지 못하고 있다는 생각으로 반감이나 분노, 적개심, 같은 복잡한 감정을 경험한다. 일곱째는 일하는 방식에 변화를 주게 된다. 여덟 번째는 망상에 사로잡히게 된다. 이러한 망상은 탈진이 장기화되면 타인에게 인정받지 못하고 있다는 느낌이 확대받고 있다거나 위협받고 있다는 느낌으로 발전하게 된다. 아홉 번째는 정체성의 상실이다. 말을 더듬고 집중력도 떨어진다. 자신의 이름이나 날짜, 심지어는 자신의 언행에 대한 기억조차 감소될 우려가 있다. 열 번째는 신체적인 질병이다. 즉 두통, 만성 감기, 요통, 그리고 그 밖의 질병들, 역설적으로 이런 신체적인 증상들은 정신적 스트레스에 의해 유발되거나 심화 발전된다. 열 한 번째는 침체이다. 일반적인 몸의 침체와 탈진에 의한 침체는 분명한 차이가 있다. 탈진으로 인한 침체는 주로 일시적이고, 명확하고, 부분적이며 대개 삶의 한 부분에만 연관되어 있다. 이런 특성으로 침체를 겪는 탈진 환자들은 자신의 문제에 대해 타인에게 화를 내는 경향이 있다. 열 두 번째는 탈진의 심화로 인해 나타나는 심각한 침체현상이다. 열 세 번째는 자살충동을 갖는다는 점이다.⁹⁰

또 이만홍은 단계별로 탈진의 증상을 제시하였다:

첫째는 초기단계로써 웃음이 없어지거나 휴식과 식사 때를 거르게 되고, 시간 외 일이 늘어나며 휴가가 없다. 둘째는 중간단계로써 신체 증상의 호소가 늘어난다. 즉 피로, 안절부절, 체중의 감소, 두통, 불면, 근육의 긴장, 소화불량 및 잦은 병치레가 늘어나고, 작업 실적과 능력 감소, 술선 능력의 저하, 일에 대한 관심 저하, 작업지속능력이 저하되고, 정신 증상이 나타나는데 기분 변화, 우울, 분노, 불안, 좌절, 통제력 감소, 의심 증가, 사고유발이 증가하고, 마지막으로 사회적 위축되어 동료, 친구들, 가족들로부터 멀어진다. 셋째는 후기단계로써 사역을 바꾸거나 포기, 결근, 지각, 병가 등이 많아지고 일의 능률이나 창의성이 떨어지고, 정신증상으로 정서적인 탈진, 사고력 감퇴, 자존감의 저하, 우울, 좌절, 텃에 갇힌 느낌을 가지며, 자가 처방이 늘어나거나, 술이나 안정제, 항우울제, 수면제, 건강보조 식품 등의 사용이 늘어난다. 네 번째 후유증으로 사역 포기, 영적 타락과 자살, 직업병이 나타나거나 부부관계에도 심각한 영향을 미쳐 배우자 무시 신드롬, 주도권 싸움, 사랑이 식어지는 문제, 외도 등이 나타난다.⁹¹

90) Herbert J. Freudenberger, *The Staff Burn-Out Syndrome in Alternative Institutions, Psychotherapy: Theory, Research and Practice* (Dec, 1975), 112-3, Minirth, Frank 외 3인, 김은철 역, 「탈진된 마음의 치유」 (서울: 규장문화사 1995), 24-8. 재 인용

91) 이만홍, “사역자 탈진 증후군, 그 원인과 대책”, 「월간 목회」 (1997. 6), 385-6.

대체로 탈진의 증상은 신체적, 정서적, 영적인 징후로 나타난다. 신체적으로 허리 통증이나 목통증, 편두통, 위궤양, 소화불량 등의 징후를 동반할 수 있으며 탈진이 심할 경우 탈모 증상과 만성피로와 불면증을 경험하기도 한다.

감정적 증상으로는 개인의 성취의욕을 감소시키고 자존감을 상실하게 만든다. 탈진한 목회자는 자신의 존재나 인격, 그리고 자신이 하는 목회에 대해서 부정적인 생각을 품기 시작한다. 또 어떤 사람은 탈진과 아울러 영적 고갈을 경험하기도 한다. 하나님은 무능하고 하나님의 능력을 의지하기보다 스스로가 하나님의 역할을 대신하려고 한다. 개인적으로도 기도하고 말씀을 묵상하는 시간이 줄어든다. 그러나 시간이 흐를수록 자신의 힘으로 능력으로는 충분하지 못하다는 것을 깨닫는다. 급기야는 하나님은 물론이고 다른 사람들까지도 자신을 포기했다고 믿고는 스스로 자포자기 하게 된다.

질(J. Gill)은 탈진을 증상에 따라 세 단계로 구분하고 있다. 첫 번째 단계는 상대적으로 완만하고, 기간이 짧고, 단지 가끔 발생하는 징후들과 증상들로 특징 지을 수 있는데, 그 징후들과 증상들은 관찰이 가능하고 주관적으로만 경험되어진다. 두 번째 단계는 징후들과 증상들이 좀 더 확고해지고, 기간이 길어지며, 제거하기가 힘들어지는 정도에 이른다. 그리고 세 번째 단계는 징후들과 증상들이 만성적인 것이 되어서 신체적이고 심리적인 질병이 발생하고 점차 악화되는 것을 경험하게 된다.⁹² 그리하여 심리치료나 의료적인 도움을 받아야만 한다.

이와 같이 목회 탈진은 결국 다음의 세 가지 측면에서 목회자에게 부정적인 악영향을 끼친다고 말할 수 있다. 첫째, 탈진은 명백하게 목회자의 영적 소명감과 심리적 안정에 악영향을 끼친다. 둘째, 탈진은 교회 성도들을 교제하고 섬기는데 있어서 부정적인 영향을 끼친다. 셋째, 탈진은 목회자의 교회 전반적인 업무에 부정적인 영향을 끼친다.⁹³

이를 종합해 보면 탈진은 신체적, 정서적, 영적인 거의 모든 부분에 걸쳐서 영향을 미친다. 또한 탈진은 탈진을 경험하는 본인은 물론 주위의 많은 성도들에게도 영향을 미친다. 그래서 목회자가

92) J. Gill, *Burnout: A Growing Threat in the Ministry* (Human Development, 1980), 21-7.

93) 양병모, “목회자 탈진: 그 주요 원인과 분석과 해결에 관한 소고”, 『복음과 실천』 (2008. 봄호), 322.

탈진을 경험하게 된다면 목회자 개인 한 사람에게만 부정적인 영향뿐 아니라 목회자 가정과 자녀 그 목사를 청빙한 교회를 몰락시키는 직접적인 요인이 될 수 있으며 교단에게도 부정적인 영향을 끼치게 되어 목회 사역에 큰 손실을 가져올 것이다. 그리고 탈진의 후유증은 사역을 포기하거나 영적 타락과 자살 등에 까지 이르게 될 수 있다. 직업적인 병리 현상까지도 나타나기도 하는데 성공 증후군, 성적 유혹, 학위 취득증, 금전 유혹, 은사 남용증, 말씀과 삶의 괴리 현상으로 나타난다. 또한 부부관계에도 심각한 영향력을 미치는데 배우자 무시, 주도권 싸움, 외도 등의 문제를 일으키기도 한다. 이처럼 목회자의 탈진은 극도의 피로, 갈등, 열정의 상실, 부부관계의 문제, 교회에 악영향 등 목회의 위협을 가져온다, 그러므로 탈진을 예방할 수 있는 구체적인 방안이 모색되어야 한다.

5. 탈진과 스트레스 관계

앞에서 살펴 본 것처럼 탈진에 대한 이해를 바탕으로 본 장에서는 탈진과 스트레스는 과연 어떤 관계가 있는지 살펴보려고 한다. 일반적으로 탈진은 스트레스가 누적된 경우에 그 결과로 나타나는 것으로 이해되어지고 있다. 사실 누구나 삶을 살아갈 때 스트레스의 영향을 받지 않고는 살아갈 수 없다. 그러지만 이 스트레스를 너무 오랫동안 받다 보면 그것이 누적되고 결국 누적된 스트레스는 탈진을 초래하게 되는 것이다.

매슬락은 탈진을 이따금 일어나는 위기보다는 만성적이며 매일 경험하는 스트레스에 대한 반응인 것으로 보인다고 말했다.⁹⁴ 만성적 스트레스와 탈진을 결부시켜 이야기 한 것이다. 그러므로 과도한 스트레스가 계속 될 때에는 탈진의 원인이 된다는 것이다.

로이 오스왈드(Oswald, Roy M)와 그의 동료는 스트레스와 탈진의 차이점을 다음과 같이 설명하고 있다.⁹⁵

94) Maslach, C. and W. B. Schaufeli, "Job Burnout," *Annual Review of Psychology*, 52 (2001): 397.

95) Oswald, Roy M., 「목회자의 자기 관리」 김종환 역, (서울: 그리심 2007), 123.

〈표 2〉 스트레스와 탈진의 차이점

구분	원인	결과	특징
스트레스	적응 능력의 과대사용 너무 잦은 변동, 새로운 것, 변화	지각 능력의 상실 선택권 상실 유아기 행동으로 퇴행 원만하지 못한 대인 관계 속에 간헐 피로, 의기소침 신체적 질병	단순히 일에 대한 과로(overengagement) 감정이 너무 예민해짐 우선적으로 육체적 피해증상이 나타남 힘과 정력의 상실 당황, 공포증, 불안증이 나타남 성급하게 당신을 파멸시킨다. 그러므로 당신은 여유 있게 방관해서는 안 된다.
탈진	경청이나 돌봄 능력의 과대 사용, 도움을 원하는 사람들 이 주변에 너무 많을 때 과 중한 책임을 지냈을 때	육체적, 정신적 고갈 냉소적, 환멸 자기비하	일에 대한 완전한 이탈상(disengagement) 감정이 무디어 짐 우선적으로 감정적인 피해증상이 나타남 이상과 희망의 상실, 편협, 비인격성, 격리 감이 나타남 당신을 당장 파면시키지는 않지만, 그렇다고 삶의 가치를 연장해 주지 않는다.

이와 같이 스트레스와 탈진은 그 사람의 육체적으로 정신적으로 쇠약하게 만드는데 스트레스가 우리의 적응능력을 필요로 하는 반면 탈진은 우리의 끊임없는 돌봄 능력을 필요로 한다.

정동섭에 의하면 스트레스는 경고, 저항, 소진의 3단계를 거치면서 진행되는 것으로 설명하였다. 스트레스의 초기단계는 경고 반응이 나타나는데 이때 나타나는 신체적 증상들은 흔히 두통, 미열, 피로감, 식욕상실, 무력감, 근육통, 관절통 등이고 심리적 증상으로는 막연한 불안과 짜증 등이 나타나고 심신의 저항력이 저하되며 집중력이 떨어지고 잠을 이루지 못하게 되는 일이 흔히 일어날 수 있는데 스트레스가 저항 단계에 이르게 되어 만성적으로 스트레스가 쌓이게 되면 심리적으로 만성적인 불안이나 신경증세가 나타나기도 한다. 소진 단계에 이르면 여러 증상들이 더 이상 회복되지 않으면 질병 상태로 돌입하거나 심하면 사망에 이르게 할 수도 있는데 이 단계에 이르면 위장이나 신체의 어느 기관이 고장이 나서 이미 병이 되어 있거나 정신분열증 같은 병으로 나타날 수도 있다고 하였다.⁹⁶

스트레스와 탈진의 관계를 그 영향과 차례에 따라 설명하면 스트레스로 인해 탈진이 나타난다고 볼 수 있다. 그러나 스트레스와 탈진의 관계를 단순히 원인과 결과로만 볼 수 있겠지만 개별적으로

96) 정동섭, “목회의 스트레스 이렇게 대처하라”, 「복음과 신학」 (1993. 4), 247-8.

하나하나의 스트레스와 탈진 간의 관계는 원인과 결과로는 볼 수 없다고 할 수 있다. 그 이유는 스트레스는 반드시 나쁘다고 할 수 없고 적절한 스트레스는 목회자를 긴장하게 하고 깨어 있게 하는 좋은 영향을 주기 때문에 사람이 스트레스를 받는다고 그 스트레스가 인간에게 반드시 탈진을 이르게 한다고 확증할 수 없기 때문이다. 스트레스는 사람에게 일어날 수 있는 보편적인 현상이라고 할 수 있을지 모르지만 탈진은 스트레스만큼 보편적이지 않다. 물론 탈진에 빠질 가능성은 모두가 가지고 있지만 그렇다고 모든 사람들이 탈진에 빠지는 것은 아니다.

제 3 장

목회자 탈진에 대한 이론적 이해

1. 목회 사역에 대한 이해

목회자는 양을 돌보는 목자와 같다고 할 수 있다. 성경에서는 백성의 지도자들을 목자라고 불렀고, 목자의 역할을 충성스럽게 행할 사람들을 부르시고, 택한 백성들의 인도자로 삼았다. 예수님은 자신을 선한 목자라고 하시고 친히 부리신 제자들에게 “내 양을 치라”고 하셨다. 그러므로 “목회는 예수님께서 이 땅에 계실 때 자신의 양들을 인도하셨던 것처럼 맡겨 주신 양 무리인 교회를 이끄는 과업”이라고 할 수 있다.⁹⁷

목회자가 하는 일은 그 어떤 직업보다 그 범위와 종류는 다양함을 가지고 있다. 목회자의 기능이 다양하지만 우선 세 가지로 정의하자면 첫째로, 전달자로 설교, 예배, 교육, 전도를 통해 하나님의 복음을 전하는 일이다. 둘째, 목양으로 목회, 심방, 상담을 통해 위임받은 사람들과 그 전인적인 문제를 돌보는 일이다. 셋째, 조직과 관련하여 교회 공동체를 선하신 뜻대로 조직하고 관리하는 일로서 예배, 행정, 교육, 훈련, 선교, 관리에 관한 일이다.⁹⁸

이성희는 목회자의 역할들을 다음의 열 가지로 정리하였다:

첫째, 목회자는 상담자로서 어려움을 당한 자를 위로하며 개인적인 일과 가정적인 일을 할 수 있도록 용기를 주는 일을 한다. 둘째, 행정가로서 교회의 제반 프로그램을 계획하고 감독하고 달성하게 하는 일을 한다. 셋째, 목회자는 교회의 교육 프로그램을 감독하고 가르치는 일을 한다. 넷째, 학자로서의 목회자는 대학이나 신학교에서 가르치는 일과 스스로 연구하고 글을 쓰는 일을 한다. 다섯째, 목회자는 전도에 관한 다양한 업무를 감당하는 전도자로서의 역할을 한다. 여섯째, 영적 안내자로서 성도들로 하여금 더 깊고 성숙된 신앙을 갖도록 도와주는 일을 한다. 일곱째, 목회자는 설교자로서 웅변술을 발전시키고 설교를 준비하고 담화하며 연설하는 기술을 익히는 일을 한다. 여덟째, 개혁자인 목회자는 사회의 악과 불의에 대하여 발언하고 사회와 교회의 부조리를 고치고 그 일에 참여하는 일을 한다. 아홉째, 제사장으로서의 목회자는 예배를 관장하고 제반 예식을 집행하는 일을 한다. 마지막으로 목회자는 교회 음악에 관한 프로그램을 관장하는 일인 음악가로서의 역할을 한다. 이런 다방면의 일을 감당하고 사람과

97) 이명희, “목회자 갈등요인과 해소방안-부목회자를 중심으로”, 「복음과 실천신학」 (2008. 17), 37.

98) 박근원, 「오늘의 목사론」 (서울: 대한기독교서회 1993), 28.

수시로 접하고 상담해야 하는 일을 하는 목회자의 업무 특성상 쉽게 스트레스를 받고 탈진에 노출되기 쉬운 직업군에 속하는 것이다. 이같이 목회자의 기능과 역할은 종합적이고 다양하다. 이러한 다양한 요구들과 필요에 따라 목회자이기에 경험하는 삶과 고충의 모습도 있다.⁹⁹⁾

그 뿐만 아니라 한국교회는 외국의 교회에 비해 너무 많은 공적 예배와 심방이 있다. 우선 매일 새벽기도회와 수요일예배, 금요일기도회, 주일 낮 예배, 주일 저녁 예배 등 공식적인 예배만 따져도 일주일에 10회 이상 된다. 몇 부의 예배를 드려야 하는 대형교회 목회자들은 주일에 똑같은 제목으로 세 번 이상 설교를 하는 예가 상당히 있다. 한 주간에 설교의 실제 횟수는 그 수를 미루어 짐작할 수 없다. 그 외에도 각종 심방, 교회들의 경조사, 대 내외와 관련된 수많은 업무들이 목회자들 앞에 놓여 있다. 일반적으로 볼 때 목회자는 새벽기도회를 인도하다 보면 매일 새벽 4시에 일어나야 하고 각종 집회를 인도하다 보면 12시가 넘어야 잠자리에 드는 경우도 많다. 일정한 출퇴근 시간이 없는 생활이 장기간 지속되고 동시에 목회자 스스로 철저한 자기 관리가 이루어지지 않을 경우 탈진은 필연적으로 찾아오게 되어 있다. 그래도 과거에는 목회자 그 자체로서 존경을 받고 권위가 있었다. 그러나 지금 목회자는 과거의 목회자가 누렸던 존경은 훨씬 줄고 그 권위는 실추되었다. 이런 어려운 환경 가운데 더 큰 어려움은 사임의 압력을 받고 있는 목회자의 수가 늘어나고 있다는 것이다. 이러한 현상은 한국교회가 전통적으로 수직적인 교회 구조 속에서 모든 교회 사역이 목회자에게 집중되어 왔기 때문에 어쩔 수 없었다고 분석할 수 있다. 과도한 업무량은 전통적으로 한국교회 구조적인 측면에서 기인한 것이고 목회자의 권위 상실은 시대적인 변화의 일부분으로서 이러한 한국교회의 목회 구조가 목회자의 탈진을 가져오는 가장 대표적인 요인이라고 할 수 있다.

한국교회는 구체적으로 해야 할 일을 정해 주지 않고 있다. 특히 부교역자의 경우에는 구체적인 사역의 한계가 주어지지 않았을 때 항상 눈치를 보며 일을 해야 하는 부작용이 있으며 또한 자신의 고유한 영역이라고 여겼던 일들이 담임목사나 장로들에게 침범을 당했을 때는 심한 모멸감을 느낄 수 있는 것이다. 사역적인 부분에 있어서도 교회 일에서 완전히 벗어나 쉴 수 있는 여유를 가질 수

99) 이성희, “목회자의 자기관리”, 『복음과 신학』 (서울: 두란노 1989. 5), 125.

없게 되는 경우가 많이 있으며 사역과 가정의 한계를 그을 수 없다. 몸이 집에 있어도 언제 사역이 시작될지 모르는 긴장감이 계속 있는 것이다. 특히 사역과 가정의 한계가 불분명하면 가정생활이 지장을 받게 되고, 결혼생활의 불화가 생기게 되면 목회자를 가장 효과적으로 돕는 지원체계가 상실하게 된다. 장로교회 체계를 갖고 있는 교회가 많은 한국교회 상황에서 담임목사와 장로들 사이의 갈등관계가 형성되고 건강하게 해결되지 못할 때 목사는 장로들과의 대인관계에서 긴장과 스트레스에 만성적으로 시달리게 되고 그만큼 탈진하게 될 가능성에 취약해질 수 있다.

변화를 거부하고 사소한 일에 목숨을 거는 역기능적인 교회에서 목회하게 될 때 목회자는 탈진한 가능성에 쉽게 노출될 수 있다. 이런 교회에서 목회는 목회자에게 비전을 상실하게 만들고, 목회적 정체성에 혼란감을 겪게 하고 자신의 목회가 과연 성도들에게 어떤 긍정적인 영향을 주고 있는지에 대해 의심하게 된다. 나름대로 열심히 목회했다고 생각하면서 몇 년을 보냈는데도 성도들의 삶이 제자리걸음을 하고 있는 것을 문득 확인할 때 느껴지는 좌절감도 목회자를 탈진하게 한다. 문제는 탈진한 상태에서 다른 교회로 가게 될 때는 이미 에너지가 소진된 상태이기 때문에 새로운 교회에서 재충전될 때 까지는 시간이 걸릴 수밖에 없다는 것이다. 그런데 이 점은 새로 부임한 목회자에게 기대감을 걸고 있는 그 교회 성도들에게 실망감을 주어 결국 악순환적인 탈진을 유발시킬 수도 있다. 임지를 옮기는 과정에서 또 다른 문제점은 마치 이혼한 사람이 재혼을 할 때 또 다른 역기능성을 가진 배우자를 만나게 되어 다시 이혼하게 될 가능성이 높아지는 것처럼 새롭게 옮긴 교회가 겉으로 보기와는 다른 또 다른 역기능적인 교회일 때 목회자의 탈진은 더욱 심화되어 다시금 새로운 교회를 찾아 나서야 하는 상황에 처할 수 있다는 점이다.¹⁰⁰

그 뿐만 아니라 현대 목회자는 과거의 목회자보다 더 많은 스트레스를 받으며 목회를 하고 있다. 과거에는 목회자 그 자체로서 존경을 받고 권위가 있었다. 그러나 요즘 목회자는 과거에 우리의 선배들이 누렸던 존경은 줄어들었고 오히려 회사의 직원 정도로 생각할 정도로 그 권위는 실추되었다.

최근에 많은 목회자들이 목사라는 정체감을 떠나서 자기가 하나의 인격체라는 느낌을 갖지 못하는

100) 이관직, “목회자와 스트레스” 『신학지남』 (2000, 264호), 84-95.

경우가 있다. 이러한 가면은 목회자로 하여금 자신의 연약함을 노출시키지 않으려고 다른 사람들과의 거리를 유지하게 한다. 이로 인해 외형적인 거룩함이 가져다주는 안전한 상태를 즐길 수 있지만 자기 자신이 도대체 어떤 존재인지에 대해 혼돈과 고립 상태에 빠지게 된다. 교인들은 목회자에게 완벽한 삶을 요구한다. 때로는 목회자가 그들이 생각하고 있는 기준에 벗어나기라도 하면 즉시 비판의 날을 세워 비난하기도 한다. 그러므로 목회자는 이러한 교인들의 요구에 의해 하루도 스트레스에서 벗어날 수 없다.¹⁰¹

탈진은 이러한 여러 가지 스트레스에 의해 하나하나 쌓이다 보면 극심한 스트레스로 나타난다고 할 수 있다. 비록 어떤 스트레스는 일상적인 생활에서 필요한 것이며 어느 정도 학습과 성장발달에 필요한 것이기도 하지만 한꺼번에 과도하게, 아니면 끊임없이 계속된다면 그것이 가벼운 스트레스일지라도 계속 싸여서 목회자에게 신체적, 정신적, 영적으로 무기력하게 만들어 탈진에 이르게 한다. 결과적으로 이런 점에서 스트레스 역시 탈진의 한 원인이라고 할 수 있다.

2. 목회자 탈진에 대한 이해

1) 목회자 탈진의 원인

많은 목회자들과 성도들은 탈진 증상을 제대로 이해하지 못하고 있다. 일반적으로 사람들은 매년 정기적으로 정기검진을 통해 건강을 체크하듯이 목회자들 역시 왜 탈진에 이르게 되는지 알아야 한다. 목회자는 주로 성도들과의 사이에서 돌봄과 봉사라는 역할을 감당한다. 다른 말로 하면 성도들도 역시 목회자에게 그런 봉사를 기대한다고 할 수 있다. 그리고 목회자들도 이런 성도들의 기대에 부흥하기 위해 최선을 다해서 목회를 한다. 이런 상호작용 속에 목회자들이 성도들을 섬기고, 돌보아주고, 받아주는 것을 지나치게 하다 보면 너무 무거운 책임감으로 인해 탈진을 경험하게 된다.

양병모¹⁰²는 남을 도와주는 직업군에 속해 있는 목회자는 다른 직업보다 더 많은 스트레스와

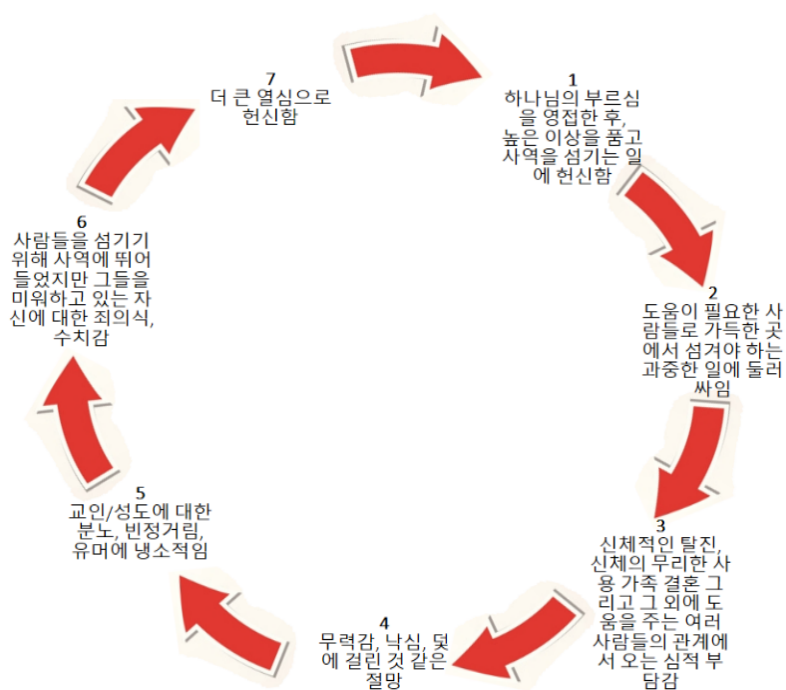
101) 이만홍, “목회자의 탈진 증후군, 그 원인과 대책” 『월간 목회』 (1997, 11), 388-9.

102) 양병모, “목회탈진 그 주요 원인과 분석과 해결에 관한 소고”, 『복음과 실천』 (2005. 35), 319-48.

탈진을 경험하고 있다고 지적하였다. 그는 목회자의 스트레스 정도를 측정한 미국의 전국 직업 안전과 건강연구소(The national Institute for Occupational Safety and Health)의 조사에서 130여종의 직업 중 목회자가 겪는 스트레스가 상위인 36위를 차지하고 있다고 보고 하였다. 목회자의 탈진이 주로 자신의 습관이나 일하는 태도가 형성되는 때인 사역 초기 몇 년 동안에 싹트기 시작하며 이 시기 목회자들이 그들의 소명을 이상주의적으로 바라보기 쉽다.

탈진의 시작은 포착하기 매우 어려울 수 있지만 그 결과는 매우 심각하다. 탈진은 결코 만만히 볼 문제가 아니다. 오스왈드가 말하는 목회자가 탈진하게 되는 과정을 다음의 <그림 1>로 정리하였다.¹⁰³

<그림 1> 목회자 탈진 과정



목회자가 탈진하는 가장 근본적인 이유는 하나님께서 부여하지 않는 짐을 스스로 지고 있기 때문이다. 이에 대해 할트(Hart A. D)는 4가지 근거를 들어 설명하고 있다:

103) Oswald, Roy M., 「목회자의 자기 관리」 (서울: 그리심 2007), 99.

첫째는 목회자는 사람을 대상으로 그들을 도우려고 하지만 또한 그 사람들이 탈진의 원인이 되기도 한다. 특별히 목회자는 그 사역의 중요성에 비해 첫 사역을 시작하게 될 때 갈등의 상황이나 의사소통과 관련하여 충분한 교육받지 못했다. 이러한 준비가 없는 사람들을 대하게 되기 때문에 목회자는 탈진을 경험할 수 있다고 하였다. 둘째로 목회자는 사역에 선명한 경계가 없다. 목회자들은 자신의 사역이 끝이 없다는 사실을 느끼지만 그 사역을 포기할 수도 중단할 수도 없다. 쉽이 없이 그 일에 매진 할 수밖에 없기 때문에 목회자는 탈진을 경험하게 된다고 하였다. 셋째로, 목회자는 성취에 대한 측정기준이 부족하다. 그 결과 수(number)의 딜레마에 빠지기 쉽고, 수적 성장을 부흥과 성장을 위한 대안으로 생각하게 된다고 하였다. 넷째로, 목회자는 교인들의 기대에 부응하도록 자신의 생활을 유지해 가야 한다는 생각에 빠져 완벽주의로 나아가기 쉽다고 보았다.¹⁰⁴

교인들은 목회자를 성직자로 생각하면서 자신들과 다른 부류라고 생각한다. 그래서 그들은 목회자들에게 한 차원 높은 교양과 인격을 요구한다. 이 같은 위치에 목회자들이 이르지 못할 때 교인들은 비난하기 시작한다. 교인들이 목회자들에게 거는 가장 큰 기대는 능력있고 은혜스러운 설교이다. 그렇다고 목회자가 매번 은혜스러운 설교를 할 수없는 것이다. 이렇게 목회자를 통해 설교에 은혜를 받지 못하거나 뛰어난 영성을 발견하지 못할 때 교인들은 목회자를 비난한다. 그리고 교인들의 마음에는 사실상 믿음이나 이성보다 감정이 더 앞서는 경우가 허다하다. 교회 안의 중직자 중에서도 직분과 달리 자신의 비위에 맞지 않거나 자신의 자존심이 상처를 입었거나 자신에 유익이 없을 때 불신자처럼 행동하는 경우도 있다. 믿음으로 이해하고, 이성적으로 판단하고, 주의 영광을 위해, 교회의 유익을 위해 일하지 않고 믿음보다는 감정적으로 처리하려고 한다. 현대사회의 특징인 실리주의가 교회 안에 만연하고 있으며 이것이 목회자로 하여금 갈등을 겪게 한다. 이런 현실에 직면하게 되면 탈진에 다다르게 되는 것이다.¹⁰⁵

목회자의 일 또한 결코 끝나는 법이 없는 것이 탈진의 원인이기도 하다. 왜냐하면 목회자는 계속 예배를 인도해야 하고, 결혼식과 장례식을 집례해야 하고, 위기 상황과 성도들과의 갈등을 계속 다루어야 하고, 절기행사를 치러야 하고, 병든 이들을 심방해야 하고, 연말이 되면 내년도 목회계획을 마련해야 한다. 이 목회의 연속성이 결국 목회자를 지쳐버리게 만드는 것이다. 또 목회의 불예측성도 마찬가지다. 목회자는 몇 달 혹은 몇 년 동안이나 어떤 일을 하고 나서도, 자기가 그

104) Hart, A. D. 「우울증이 목회사역에 미치는 임상적 연구」 김호원 역 (서울: 신광출판사 1991), 119.

105) 김준수, “한국교회의 목회 구조가 만들어 내는 탈진” 「목회와 신학」 (서울: 2000. 12), 121.

일을 완성했는지 도무지 확실치가 않다. 이것은 목회자의 주된 일이 사람을 돌보고 영적으로 양육하는 것이기 때문이다. 목회자는 자신의 목회가 과연 성도들에게 어떤 도움이 되는지 묻게 될 때 도움이 되었다고 생각되는 날도 있을 수 있겠지만 어떤 때는 자신이 아무 것도 성취한 게 없다고 생각될 경우도 있다. 즉 무언가를 이루었다고 확신할 수 없을 때 참담한 심정에 사로잡히기도 한다. 목회자는 자신의 일을 아주 열심히 해도 자기가 한 일의 결과가 확실히 나타나지 않는다는 걸 누구보다도 잘 알고 있다. 뿐만 아니라 목회자는 자신이 아주 가치 있는 일을 성취하고 있다는 것을 확신할 수 없어서 속상해 하기도 한다. 이처럼 실제적으로 구조적인 문제에서 목회자의 탈진의 원인을 발견하는 일이 혼란 일이고 안타까운 일이다. 목회자의 탈진 원인의 가장 중요한 요인은 실패로 인한 좌절일 것이다. 어떤 이유에서건 목회자가 실패했다고 느낀다면 이것이 그의 탈진의 근본 원인이라 할 수 있다. 실패로 인한 탈진을 경험하는 목회자는 목회가 시작된 지 얼마 지나지 않는 자립되지 못한 교회의 목회자의 경우 더욱 심각하다. 열심히 해도 늘어나지 않는 성도들은 자신의 능력을 의심케 만들고, 적은 성도들로 인한 경제적인 압박은 그의 삶을 힘들고 만들고, 목회의 실패자라는 주위의 시선으로 스트레스를 받게 되고, 교회성장을 위한 세미나를 쫓아다니면서 교회성장을 위한 애를 써보지만 부흥하지 않는 현실 앞에 자신은 실패한 목회자, 혹은 무능한 목회자라는 생각이 들어 많은 좌절감을 느끼고 탈진하게 된다.

2) 목회자 탈진의 증상

목회자 탈진의 증상은 탈진을 경험하는 목회자에게서 여러 가지 증상으로 나타난다. 일반적으로 개개인의 환경에 따라 여러 가지 증상으로 다르게 나타날 수 있다.

(1) 신체적 영역

목회자들의 탈진은 신체적인 영역에서 여러 가지 증상을 가져온다. 20년간 600명 이상의 목사와 선교사만을 전문적으로 상담해 온 맥머니(Louis McBurney) 박사는 억압된 분노와 스트레스의 결과를 다음과 같이 경고하였다. “억압된 분노와 스트레스는 목이 뻐뻐하거나 두통이나 허리통증, 그리고

피로감과 같은 근육통 증세로 나타난다.¹⁰⁶ 이런 가벼운 병이 반복되면 장기적으로 빈번한 감기, 위궤양, 대장염, 체중 감소, 편두통의 증상으로 발전한다.

(2) 행동적인 영역

정동섭은 목회자에게 나타나는 행동적인 차원의 탈진 증상을 다음과 같이 정리하였다:¹⁰⁷

첫째, 반론이나 불평, 말대답이 많아진다.
둘째, 일의 실수가 증가한다.
셋째, 필요 이상으로 일에 몰두 한다.
넷째, 말수가 적어지고 생각에 깊이 잠긴다.
다섯째, 말이 많아지고 말이 되지 않는 주장을 펼 때가 많다.
여섯째, 사소한 일에도 화를 낸다.
일곱째, 일에 집중하기가 어렵다.
여덟째, 기도나 묵상이 어렵다.
아홉째, 잘못된 일에 자신이나 남을 탓한다.
마지막으로 성생활에 관심이 없다

(3) 영적 영역

어떤 사람은 탈진 현상과 함께 영적 고갈 상태를 경험하게 한다. 그런 사람들은 사태를 파악하는 능력을 상실하거나 자신의 한계를 인식하지 못하는 것처럼 보인다. 그들은 대개 하나님은 무능하고 현재 자신이 처한 상황을 처리할 수 있는 사람은 자기 밖에 없다는 느낌을 점차적으로 강하게 갖는다. 엘리야의 경우가 그러하다, 바알과 아세라 신들과의 영적 전투에서 하늘에서 불이 내려 승리하지만 그 승리도 잠시 이세벨이 엘리야를 죽이려 하자 지금까지 그 승리는 온데간데없이 하나님 앞에 죽기를 청하는 나약한 존재로 전락하고 말았다. 하나님의 능력은 온데간데 없고 이세벨의 협박만 보였던 것이다.

106) 정동섭, “목회의 스트레스, 이렇게 대처하라”, 「목회와 신학」 (1993. 4), 255.

107) Ibid., 254.

(4) 개인적 성취 영역

개인적 성취감의 감소는 특히 성도들과 관련된 자신의 일에 관하여 자신을 부정적으로 평가하는 경향을 말한다.

(5) 체계적 영역

탈진의 현상을 개인뿐 만 아니라 목회자가 속해 있는 마이크로시스템, 메소시스템, 엑소시스템의 영향과 이 각 시스템 사이의 생태학적 상호 교육적 영향을 고려해야 한다.¹⁰⁸

일반적인 증상으로는 첫째, 에너지 감소로 인하여 자신의 사역에 대하여 신체적으로 일관성을 유지하기 힘들다. 둘째, 거룩하고 이상적인 목회사역에서 개인적 실패감을 맛보므로 자긍심이 감소한다. 셋째, 입출의 불균형으로 목회 사역에 많은 것을 투자하지만 그에 대한 보상이나 사례는 막연하다. 넷째, 무력감, 절망감으로 다른 길을 인식조차 못한다. 다섯째, 이상의 상실로 인해 세계관이 흔들린다. 여섯째, 냉소주의, 비관주의에 빠져 자기 자신이나 타인, 일, 조직체 등 모든 것을 냉소해 버린다. 일곱째, 자기 소진으로 모든 자원을 탕진해버린 듯이 보인다.¹⁰⁹

정신적인 증상으로는 무력감, 절망감 등으로 좌절감을 느낄 수 있고, 그렇게 되면 우울증으로까지 연결될 수 있는 것이다. 목회자의 탈진으로 인한 정신적 증상으로 죄책감을 들 수 있다. 책임의식이 강하거나 헌신적인 목회자일수록 더 강하게 나타난다. 이 밖에도 자신에게 주어진 일을 완벽하게 충분히 잘하지 못했다는 느낌, 무관심, 집중력 부족, 자기 비하, 환상에서 깨어난 느낌, 환멸, 자기 정체성의 상실, 심지어 정신 착란을 들 수 있다.

3) 목회자 탈진의 결과

목회자의 탈진은 개인과 가정과 교회와 사역을 넘어 치명적인 영향을 주게 된다. 목회자와 목회 현장은 밀접한 관계를 가지고 있다. 즉 목회자가 건강하면 교회도 건강해지지만 반대로 목회자가

108) 최종철, “목회자 탈진 요인분석에 관한 연구” (총신대목회대학원, 석사 2000), 4-5.

109) 이홍배, 「목회자 탈진 클리닉」 (서울: 엘멘 2000), 82.

탈진하면 목회자가 사역하는 교회도 하나님이 원하시는 모습과 멀어지게 되는 것이다. 목회자가 탈진하게 되었을 때에 대부분의 목회자가 이것을 극복하기 위해 두 가지로 나타나는데 하나는 쉼이고 또 하나는 일 중독증이다. 쉼으로 나타날 때는 탈진을 극복할 수 있는 길이 보이지만 만약 일 중독으로 나타난다면 더욱더 탈진의 위험은 증가되는 것이다. 일 중독증은 목회 업무에 몰두하느라 점심식사 할 시간도 없고, 저녁에도 교회 일을 놓지 못하고 집에까지 가져와 일을 한다. 이들 대부분은 강박 관념적 성격을 가지고 있으며 강박 관념적 성격은 일중독증과 무력감에 쉽게 빠지게 되는 성격이다. 그리고 일 중독증 목회자는 쉬는 것은 죄로 생각하고 바쁜 것이 체질화되어 바쁘지 않는 것을 비정상적으로 여긴다.

미너스 마이어 클리닉(Minirth-Meier Clinic)에서는 그곳에서 검사받은 목회자들의 75%이상이 과대 망상적 강박 관념에 사로잡혀 있다는 충격적인 보고서를 내어 놓았다.¹¹⁰ 즉 많은 목회자들이 자신이 할 수 있는 역량을 뛰어 넘어 심지어 하나님이 일하신 부분까지 자신이 감당해야 된다고 생각하면서 감당하는 경향이 있다는 것이다. 이런 경향이 있는 목회는 일 중독증에 사로잡혀 목회사역 가운데서 깊은 탈진으로 빠져들 수밖에 없는 것이다.

목회자 가정과 관련하여서는 낮은 보수, 가족과의 시간부족, 빈번히 찾아오는 긴급한 요청, 거절할 수 없는 요구들, 예기치 못한 계획 변경, 가정에 우선권을 둘 수 없는 목회자 가족 모두를 침체에 빠트리게 되는데 목회 탈진의 결과 가정이 고통을 받게 되고, 목회자의 탈진은 목회자 개인을 넘어서 사모와 자녀들의 탈진으로도 연결되며, 사모와 자녀들로 인하여 목회자 탈진이 촉진 될 수 있다. 탈진의 결과 가정의 파탄과 해체를 경험하게 될 위험이 있는 것이다.¹¹¹

탈진에 빠진 목회자는 무엇인가를 통해 위로를 받고 재충전하기를 바란다. 그래서 탈진한 목회자들 가운데 상당수가 기도원을 찾든지 아니면 전문적인 상담사의 도움을 받는다든지 하는 방법으로 탈진을 극복하고자 한다. 그런데 일부분의 목회자들은 이와 같은 정상적인 탈진 극복을 찾지 않고 비정상적인 방법인, 결코 있어서는 안 될 성적 타락의 길을 걷는 이들도 있다. 탈진한 목회자가

110) Minirth, Frank 외 3인, 「탈진된 마음의 치유」 37.

111) Faulkner, R, *Burnout in Ministry*. (Nashville: Broadman Press, 1981), 23-9.

자신에게 닥쳐온 탈진의 원인과 증상을 정확히 파악하지 못한 채 단순히 잠시 동안 도피하고자 하는 자포자기의 심정 가운데서 나온 행동이라고 할 수 있다.

이와 같이 목회탈진은 결국 다음의 세 가지 측면에서 목회에 부정적인 영향을 끼친다고 말할 수 있다. 첫째, 탈진은 명백한 목회자의 사기와 영적 심리적 안정에 부정적 영향을 끼친다. 둘째, 탈진은 교회 성도를 섬기는 데 있어서 목회적 돌봄의 질적 측면에 부정적 영향을 미친다. 셋째, 탈진은 목회자의 행적적 기능수행에 부정적 영향을 미친다. 그러므로 탈진이 심해질 경우 사역자의 목회탈진은 개교회를 몰락시키는 직적업인 요인이 될 수 있다.¹¹²⁾

112) 안덕수, “한국교회 중년 남성목회자의 스트레스와 탈진에 관한 연구” (연세대연합신학대학원, 박사 2008), 24.

제 4 장

설문조사 및 통계분석

1. 설문 목적

본 설문조사의 목적은 목회자의 탈진에 대한 이론적 근거와 조사를 바탕으로 목회자 탈진의 실태 및 현황을 알아보고 목회자의 탈진에 영향을 미치는 요인들을 분석함으로써 목회자의 탈진이 목회 생활에 어떠한 관계가 있는가를 밝히는 것을 목적으로 하는 것이다. 목회자가 경험하는 탈진의 실태 및 현황, 목회자의 탈진에 영향을 미치는 요인, 목회자의 탈진과 목회생활과의 관계의 실태를 파악하여 설문 결과를 통해서 알게 된 정보에 근거한 마산노회 목회자를 통한 탈진 예방과 회복을 위한 실현방법을 찾는 데 목적을 둔다.

2. 참가자

본 설문에 참가한 사람은 대한 예수교 장로회(고신) 2016년 제68회 경남지역 마산노회(봄노회)에 참석한 목회자(담임목사) 총40명을 대상으로 선정하였다. 연령대는 50대가 42%가 가장 많고, 60대가 35%이고 나머지 40대는 23%로 분포되어 있다.

3. 설문 절차와 방법

본 연구자는 리버티 대학교 IRB(Institutional Review Board)를 통해 승인을 받은 설문 동의서(Consent Form)를 설문 참가자들에게 직접 만남에서 인쇄된 설문지에 볼펜으로 내용을 기입하는 방식으로 진행하였다. 총 설문 시간은 30분이 소요되었다.

4. 설문 구성과 내용

본 설문은 총 42질문으로 이루어져 있다. 본 설문은 질문에 따른 여러 답들 가운데 1가지만을 선택하는 것이다. 설문지 내용은 감정적 소진의 영역(18문항), 비인격화 영역(6문항), 개인적 성취감의 감소와 관련된 영역(18문항) 등 크게 3가지로 구성되어 있다. 설문의 내용은 아래와 같다.

감정적 소진의 영역 질문으로 (1) 나는 하루 일과 중에 피로감을 느낀다. (2) 나는 두통이나, 목 뒷부분 또는 등 아랫부분의 근육에 통증을 느낀다. (3) 하루 일과가 끝나면 나는 너무 지쳐서 가족들과 시간을 보낼 만한 에너지가 남아 있지 않다. (4) 교회 일에 대한 염려로 밤에 잠을 설친다. (5) 나는 몸이 아파서 하루를 쉰 적이 있다. (6) 나는 충분히 수면을 취했을 때에도 피곤을 느낀다. (7) 나는 쉽게 신경질을 내거나 화를 내는 경향이 있다. (8) 나는 목회 생활에서 무력감과 낙담을 느낀다. (9) 나는 내가 맡은 일이 너무 많아서 관심이 분산되고 일에 압도당하는 느낌이 든다. (10) 나는 교회 일의 압박감이 나의 결혼 생활과 가정생활의 문제에 영향을 주고 있다고 느낀다. (11) 나는 당회나 제직회를 하는 동안 웬지 불안하다. (12) 나는 설교 때 하나님이 우리와 함께 계신다고 말은 하지만 스스로는 하나님이 나에게서 멀리 떨어져 계시는 것같이 느낀다. (13) 나는 목회에 대한 나의 소명의식에 대해 의심이 든다. (14) 나는 개인적으로 기도하며 성경을 읽을 만한 충분한 에너지가 없다고 느낀다. (15) 나는 설교할 때 책망하는 경향이 있다. (16) 가끔 소리를 지른다. (17) 고독하고 무시를 당한다고 느낀다. (18) 박해를 당한다는 느낌이 든다를 물었다.

비인격화 영역 질문으로 (1) 나는 사람들을 만나 교제하는 것보다 서재에서 혼자만의 시간을 갖는 것을 더 좋아한다. (2) 나는 교회 안에 다른 교역자들과 친밀한 관계를 맺고 있지 않다. (3) 나는 불가피한 경우를 제외하고는 다른 교회의 동역자들과의 접촉을 꺼린다. (4) 나는 성도들의 사정에 대해 관심이 없고 거리를 두며, 거의 기계적으로 대하는 경향이 있다. (5) 다른 사람이 자신을 무시하고 있다는 느낌이 든다. (6) 고독하고 무시당한다고 느낀다에 대해 물었다.

개인적 성취감의 감소와 관련된 영역의 질문으로 (1) 나는 목사로서 강한 정체성이 없다. (2) 나는 스스로 확신이 없는 내용을 가지고 설교를 하는 나 자신을 발견할 때가 있다. (3) 나는 목회에 용기를 잃고 다른 교회로 옮기거나 아예 목회를 그만 둘까 하는 생각을 하기도 한다. (4) 나는

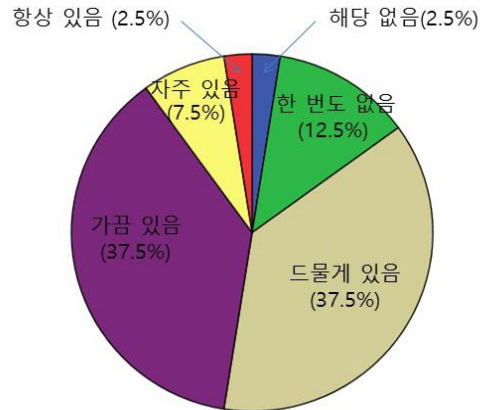
목회를 아예 그만 두고 싶은 생각을 해본다. (5) 나는 성도들로부터 그다지 긍정적인 평가나 지지를 받지 못하고 있다. (6) 나는 내가 교회를 위해 열심히 섬긴다고 생각하지만 정작 성도들은 별로 알아주는 것 같지 않다. (7) 나는 나 스스로 목회 생활에 대하여 기대하는 것과 목회 현실 사이의 괴리로 인해 내적 갈등을 느낀다. (8) 나는 목회에 대해 따분한 느낌이 들고 동기 부여를 잘 느끼지 못하고 있다. (9) 나는 내가 설교하는 것이 성도들의 생활에 어떤 영향을 주고 있는가 자문해 볼 때 확신이 없다. (10) 사역에 효과성이 점점 떨어지고 있는 것 같다. (11) 나는 예전만큼 나의 임무들을 잘 성취해내지 못한다. (12) 나는 교회 일에 흥미를 덜 느낀다. (13) 나는 어떤 목표를 너무 높이 세우고는 그 목표들을 달성하지 못해 실망하는 나 자신을 발견한다. (14) 나는 목회자로서의 나의 역할에 대해 갈등을 느낀다. (15) 나는 내가 목회를 하고 있는 것이 사람을 섬기기 위해서라기보다는 물질적인 필요를 채우기 위해서가 아닌가 하는 생각이 든다. (16) 많은 성도들이 새로운 아이디어나 변화들을 별로 좋아하지 않는다. (17) 전체 성도들의 사기가 비교적 낮은 편이다. (18) 일이 안되면 자신이나 남을 탓한다. 라고 질문했다.

5. 설문 결과

본 연구자는 설문에 참가한 사람들의 모든 데이터를 SPSS/Win 12.0 Version을 사용하여 분석 처리하였다. 설문결과는 빈도 분석을 통한 원 그래프 형식과 표로 나타내었으며 표기는 퍼센트 방식으로 하였다.

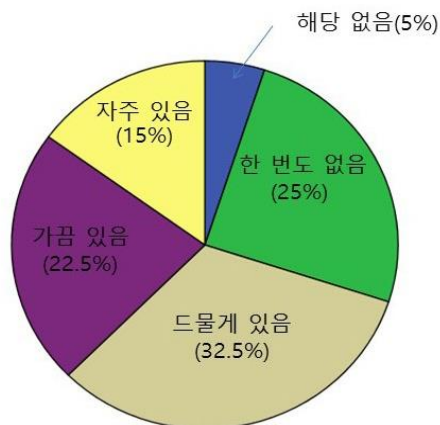
1) 감정적 소진의 영역

<표 3> 나는 하루 일과 중에 피로감을 느낀다.



응답자 85%의 목회자들이 하루 일과 중 탈진 상태에 접어들 가능성이 있는 드물게 피로감을 경험하는 것으로 나타났다. 그리고 탈진 상태가 시작되었다고 볼 수 있는 응답자는 47.5%가 탈진이 시작되었다고 볼 수 있는 단계까지 와 있다. 그리고 이미 탈진이 심각하게 진행된 목회자들도 2.5%나 해당이 되고 있다. 많은 목회자들이 설교, 심방, 상담, 교제 등으로 인해 목회생활의 피로감이 얼마나 크게 느끼는지를 알 수 있다.

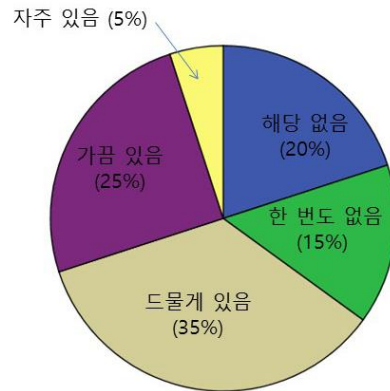
<표 4> 나는 두통이나, 목 뒷부분 또는 등 아랫부분의 근육에 통증을 느낀다.



위 그래프에서 볼 수 있듯이 두통, 목, 등 아랫부분의 통증을 호소하는 응답자들이 의외로 많이

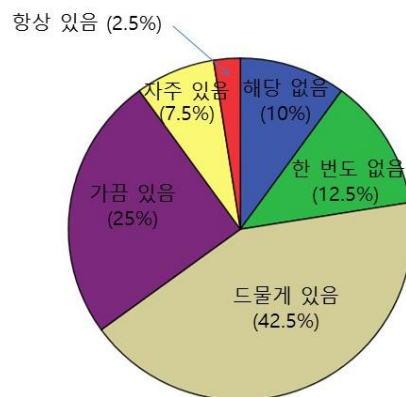
차지하고 있음을 할 수 있다. 탈진에 접어들 가능성이 있는 응답자들이 70%, 탈진에 시작되었다고 할 수 있는 응답자는 37.5%, 이미 탈진에 시작된 응답자도 15%나 있었다.

<표 5> 하루 일과가 끝나면 나는 너무 지쳐서 가족들과 시간을 보낼 만한 에너지가 남아 있지 않다.



65% 이상이 탈진에 접어들 가능성이 있는 위험 군에 속에 있음을 볼 수 있다. 이미 탈진에 접어든 목회자들도 30%나 해당되고, 5%의 목회자들이 이미 탈진이 심화된 상태임을 알 수 있다. 목회업무의 과중함으로 인해 많은 목회자들이 집에서 가족들과 함께 편안함과 안식을 누리지 못하고 있음을 알 수 있다.

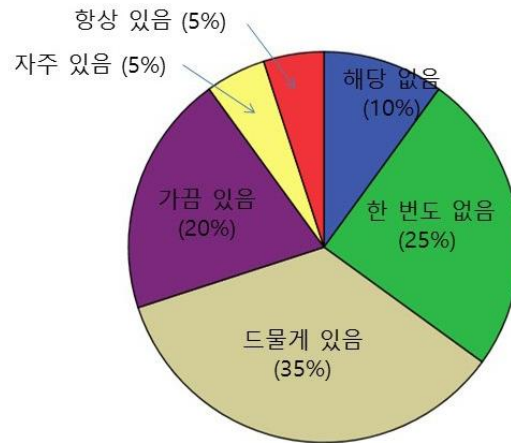
<표 6> 교회 일에 대한 염려로 밤에 잠을 설친다.



마산노회 많은 목회자들이(75%) 드물게 일지라도 교회에 대한 염려와 걱정으로 밤을 설친다는 것은 한편으로 하나님의 일에 충실하다는 것이요, 한편으로는 밤낮으로 교회사역을 내려놓지 못하고

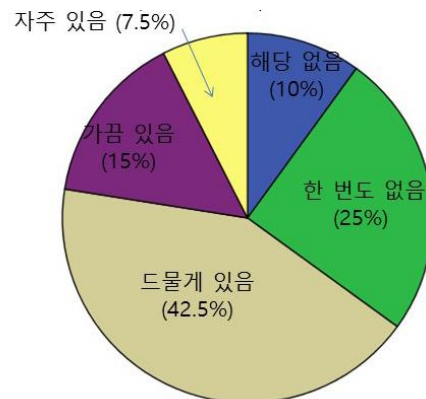
매여 있다는 것이다. 또한 설문지 응답자의 대부분이 담임목사라는 것이다. 그 뿐만 아니라 탈진이 이미 시작된 응답자도 10%나 되고, 심각한 탈진 상태에 빠진 응답자가 2.5%나 된다.

<표 7> 나는 몸이 아파서 하루를 쉰 적이 있다.



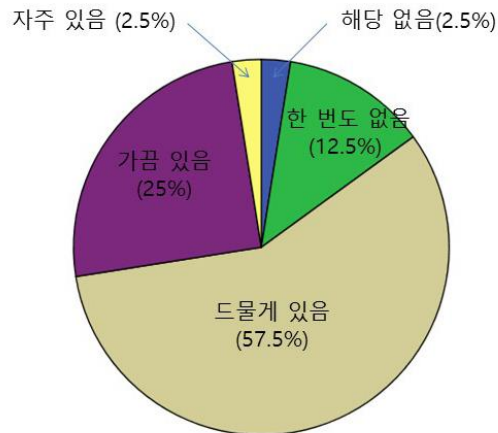
몸이 아파 하루를 쉰 적이 있느냐에 질문에 65%가 드물게 있다고 했다. 65%이상이 탈진에 접어들고 있다고 할 수 있다. 그리고 이미 탈진에 들어선 목회자가 30%나 된다는 것이 우려할 부분이다. 그 중에서 탈진이 매우 심각하게 진행된 응답자들도 10%에 해당된다는 것이다. 목회자들이 목회사역으로 인해 하루를 쉴 정도로 만성 질병에 고통하고 있음이 알 수 있다.

<표 8> 나는 충분히 수면을 취했을 때에도 피곤을 느낀다.



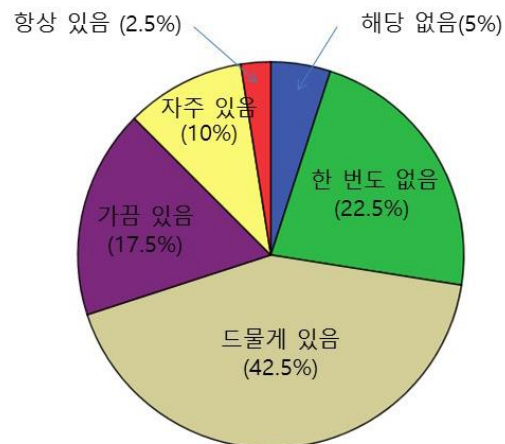
응답자 중 65%가 탈진 위험군에 접근했다고 볼 수 있다. 이미 탈진이 시작된 목회자들이 22.5%나 해당되며 탈진이 심화된 단계에 들어선 응답자들도 7.5에 해당된다. 절반 이상의 목회자들이 충분히 수면을 취하지 못하고 있는 것으로 응답했다.

<표 9> 나는 쉽게 신경질을 내거나 화를 내는 경향이 있다.



85% 이상이 탈진에 접어들 가능성이 있는 단계에 있다는 것은 많은 목회자들이 목회사역에 상당한 스트레스에 노출되어 있다는 것이기도 하다. 쉽게 신경질을 내거나 화를 내는 것은 내면의 모습을 표출하는 것이기도 하다. 탈진이 시작된 응답자들만 27.5%나 해당된다.

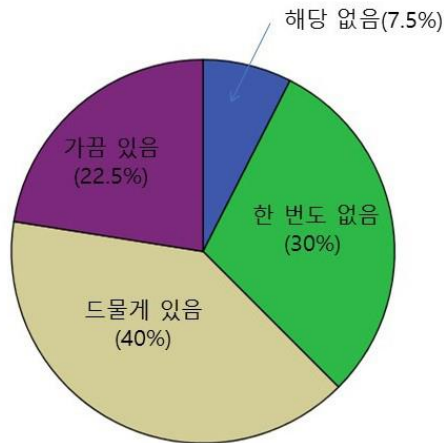
<표 10> 나는 목회 생활에서 무력감과 낙담을 느낀다.



목회생활에서 무력감과 낙담을 느낀다는 응답자 중 이미 탈진이 시작된 이들이 30%라는 것은

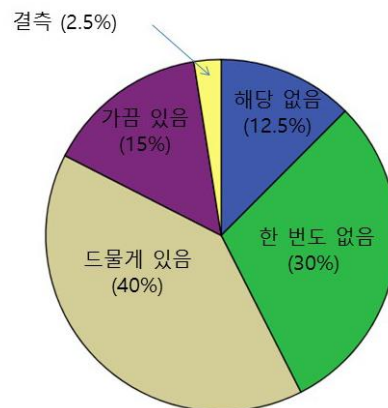
많은 목회자들이 목회생활의 기쁨과 만족감을 누리지 못하고 탈진상태에 있다는 것을 알 수 있다. 고위험군에 해당되는 탈진이 상당히 진행된 경우만 하더라도 12.5%나 된다.

<표 11> 나는 내가 맡은 일이 너무 많아서 관심이 분산되고 일에 압도당하는 느낌이 든다.



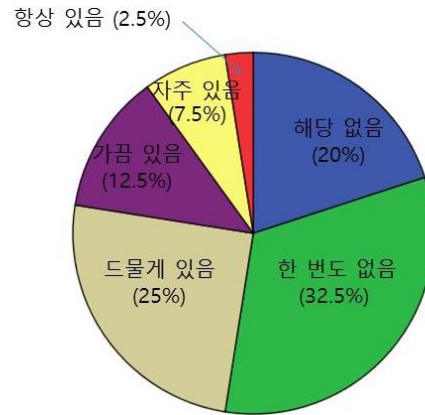
62.5%의 목회자들이 일의 과중함으로 인해 고통당하고 있음을 느끼는 것으로 나타났다. 탈진이 시작되었다고 할 수 있는 응답자도 22.5%나 된다.

<표 12> 나는 교회 일의 압박감이 나의 결혼 생활과 가정생활의 문제에 영향을 주고 있다고 느낀다.



응답자 중 57.5%가 드물게 혹은 가끔 자주 교회 일에 대해 압박감을 느끼고 있다고 답했다. 그 중에서도 2.5%는 교회 사역의 압박감이 가정생활과 결혼생활에 압박감을 주고 있는 것으로 나타났고, 탈진에 이미 접어든 응답자가 17.5%가 되고 있다.

<표 13> 나는 당회나 제직회를 하는 동안 웬지 불안하다.



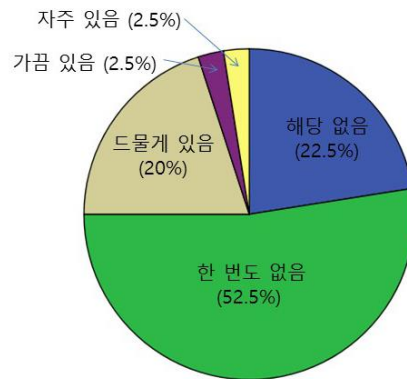
47.5%가 당회나 제직회를 하는 동안 불안감을 드물게 느낀다는 답변이 나왔다. 거의 절반 가까이 당회나 제직회가 목회자에게 불안감을 준다고 할 수 있다. 이 부분에 있어서 30%의 목회자들이 탈진 상태가 시작되었음을 알 수 있다. 결국 목회자들에게 가장 부담이 되고 힘든 사역이 당회나 제직회임을 알 수 있다.

<표 14> 나는 설교 때 하나님이 우리와 함께 계신다고 말은 하지만 스스로는 하나님이 나에게서 멀리 떨어져 계시는 것같이 느낀다.



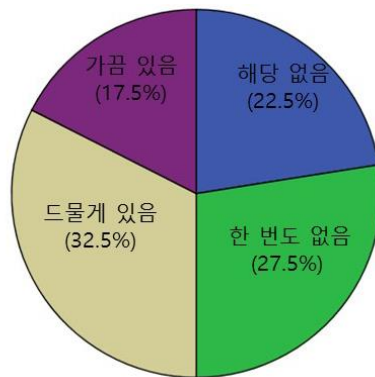
45%의 목회자들이 하나님의 임재를 체험하지 못하는, 설교의 내용과 동 떨어진 생활을 한다고 생각할 때가 종종 있다고 답변을 했다. 20%의 목회자들이 이 부분에 있어서 이미 탈진이 시작되었음을 알 수 있다.

<표 15> 나는 목회에 대한 나의 소명의식에 대해 의심이 든다.



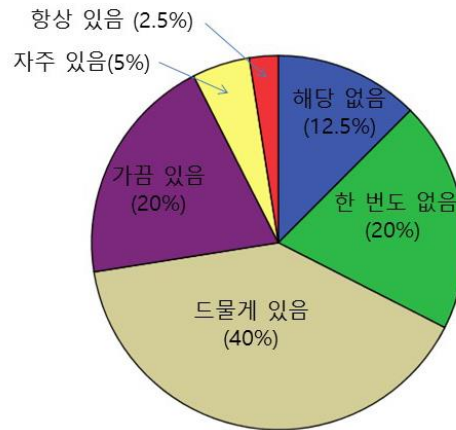
목회자의 소명 부분에 있어서는 75%의 목회자들이 확고한 소명으로 목회를 하고 있음이 드러났다. 그러나 25%의 목회자들이 드물게 의심이 들 때도 있다고 답변을 했고 2.5%는 자주 있다고 답변했는데 아주 작은 2.5%이지만 소명의식에 대한 의심을 가진다는 것은 심각한 문제이다.

<표 16> 나는 개인적으로 기도하며 성경을 읽을 만한 충분한 에너지가 없다고 느낀다.



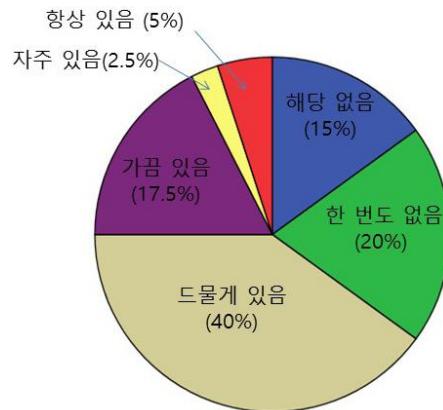
50%의 목회자들이 개인 경건 시간을 가질 에너지가 없다는 것을 가끔씩 느낀다는 것은 목회자들이 탈진에 빠질 가능성을 가지고 있음을 보여준다. 탈진이 이미 시작된 응답자들도 17.5%나 된다.

<표 17> 나는 설교할 때 책망하는 경향이 있다.



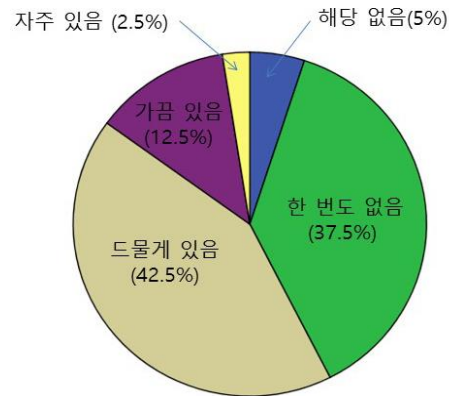
67.5%가 책망적인 설교를 할 때가 드물게 있음이 나타난다. 책망적인 설교를 한다는 것은 목회자가 그만큼 자신의 계획대로 이루어지지 않고 성도들도 잘 따르지 않고 있다는 것을 드러내는 것이다. 그리고 탈진이 이미 시작된 응답자도 27.5%나 나타났다.

<표 18> 가끔 소리를 지른다.



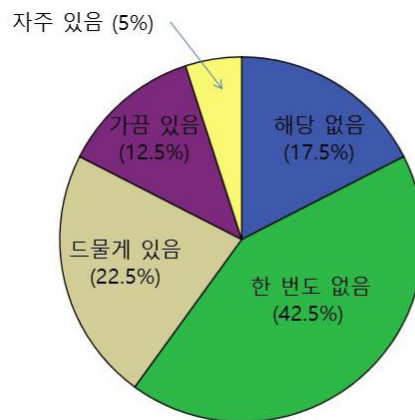
65%가 설교할 때 드물게 소리를 지르고 있다고 답변을 했다. 65%이상이 탈진에 접어들 가능성이 있고 이미 탈진에 시작된 응답자도 25%에 해당되며, 탈진 상태가 심화된 단계에 들어선 응답자들도 5%나 된다.

<표 19> 고독하고 무시를 당한다고 느낀다.



57.5%가 고독하고 무시를 드물게 당한다고 답변을 했다. 그 중에서도 탈진이 시작되었다고 할 수 있는 응답자들이 15%이다.

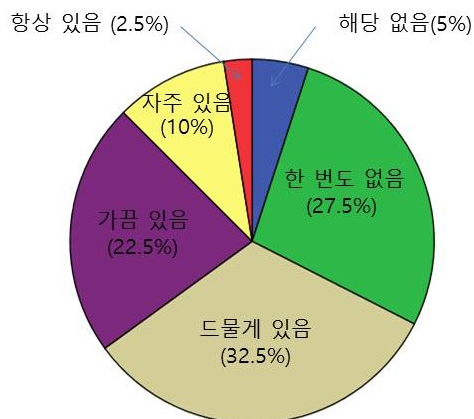
<표 20> 박해를 당한다는 느낌이 든다.



응답자의 40%가 탈진에 이미 접어들었거나 탈진에 접어들 가능성이 있는 이들이다. 어느 정도 목회자들이 성도들로부터 박해를 당하고 있다는 느낌을 가지고 있다는 것을 알 수 있다. 탈진이 이미 시작된 응답자들만 하더라도 17.5%에 해당된다.

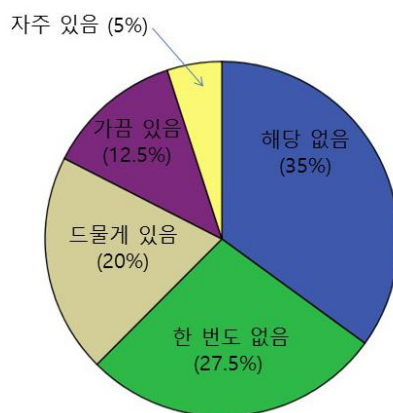
2) 비인격화 영역

<표 21> 나는 사람들을 만나 교체하는 것보다 서재에서 혼자만의 시간을 갖는 것을 더 좋아한다.



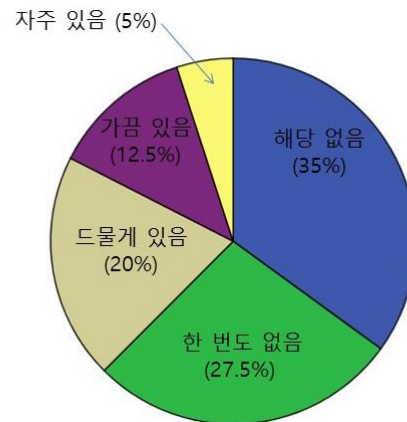
많은 목회자들이(67.5%) 목회사역의 힘듦으로 성도들과 교체보다는 혼자만의 시간을 더 좋아한다는 것이다. 그것이 하나님과의 일대일의 대면의 시간이면 좋겠지만 성도들과 만남 자체를 힘들어함으로 인해 혼자만의 고독의 시간을 보낸다고 할 수 있다. 탈진이 시작된 부류만 하더라도 35%나 되며 탈진이 심화된 응답자들만 하더라도 12.5%나 된다.

<표 22> 나는 교회 안에 다른 교역자들과 친밀한 관계를 맺고 있지 않다.



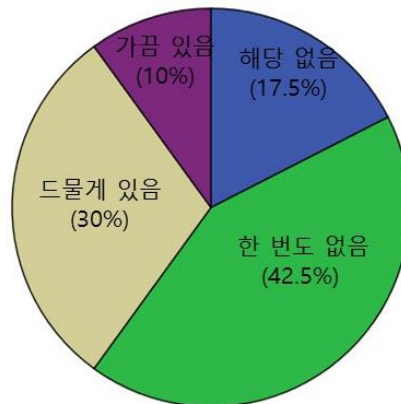
탈진이 시작되었거나 탈진의 가능성이 있는 부류가 37.5%가 된다. 같은 동역자인 교역자들과 관계가 원활하지 않다는 것은 목회사역에 고립을 의미하는 것이지만 다행히도 62.5%가 원활하게 다른 교역자들과 협력하여 사역하고 있다고 답을 했다.

<표 23> 나는 불가피한 경우를 제외하고는 다른 교회의 동역자들과의 접촉을 꺼린다.



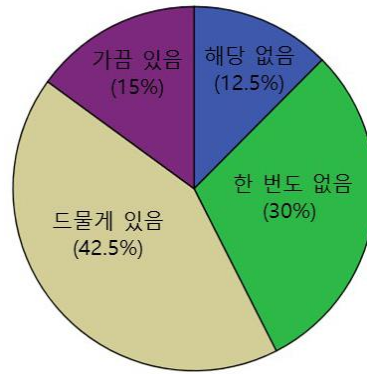
40%의 목회자들이 드물게 다른 교역자들과 접촉하는 것을 꺼린다고 답했다. 탈진이 시작되었다고 볼 수 있는 응답자도 12.5%나 되는 것으로 보아 성격상의 문제이기도 하지만 이런 응답자들의 경우 같은 교회 교역자들과도 접촉하는 것을 꺼리는 경우도 많을 것이다.

<표 24> 나는 성도들의 사정에 대해 관심이 없고 거리를 두며,
거의 기계적으로 대하는 경향이 있다.



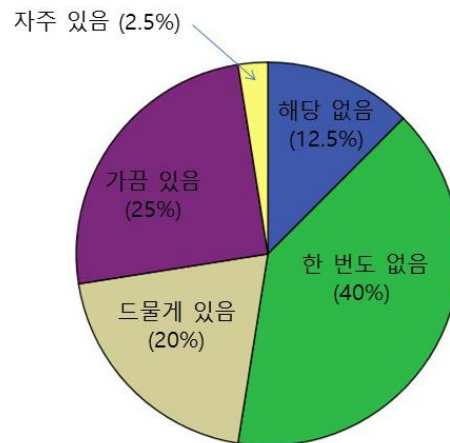
의외로 40%의 목회자들이 성도들의 사정에 대해 관심이 없고 드물게 그 이상으로 거의 기계적으로 대한다고 답을 했다. 목회자의 임무 중에 하나는 성도들을 아픔을 안아주고, 위로하고, 치유하는 일이어야 함에도 불구하고 관심이 없다는 것은 큰 문제일 수 있다.

<표 25> 다른 사람이 자신을 주시하고 있다는 느낌이 든다.



57.5%가 탈진의 가능성에 노출되어 있는 것으로 나타났다. 목회자가 누군가의 눈치를 보고 있다고 느끼고 있거나 누군가 자신을 안 좋은 면으로 지켜주고 있다고 느낀다는 것은 목회를 해 나가는데 있어서 자유롭지 못하다는 것이다.

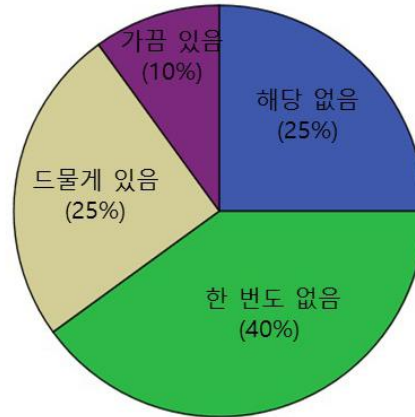
<표 26> 고독하고 무시당한다고 느낀다.



성도들에게 무시를 당하는지, 아니면 다른 동료 목회자들에게 무시를 당하는지 확실치 않지만 47.5%가 탈진이 시작될 수 있는 지점에 도달했다는 것이다. 탈진이 시작된 이들도 27.5%나 된다. 목회자에게 가장 중요한 것이 성도들로부터 존경을 받는 것에 있는데 드물게, 아니면 가끔 성도들에게나 동료들에게 무시당하고 있다는 것은 목회생활의 어려움을 보여주고 있고, 목회 환경의 변화를 보여준다.

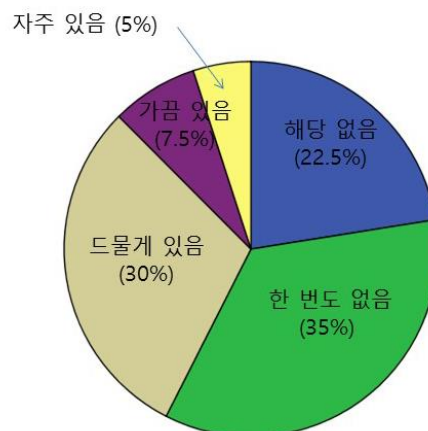
3) 개인적 성취감의 감소와 관련된 항목

<표 27> 나는 목사로서 강한 정체성이 없다.



적어도 80% 이상이 목사로서 강한 정체성을 가지고 목회할 줄 알았는데 35% 이상이 탈진이 시작될 수 있는 단계에 이르렀다는 것은 강한 충격으로 다가온다. 그 중에서도 10% 정도가 탈진이 시작된 부류에 해당된다. 마지막까지 남아 있어야 하는 것이 목회자로서의 정체성인데 오늘날 목회현장이 힘들고 있지만 많은 목회자들이 목사의 정체성마저 흔들린다는 것은 목사들의 현주소를 말해주고 있다.

<표 28> 나는 스스로 확신이 없는 내용을 가지고 설교를 하는 나 자신을 발견할 때가 있다.

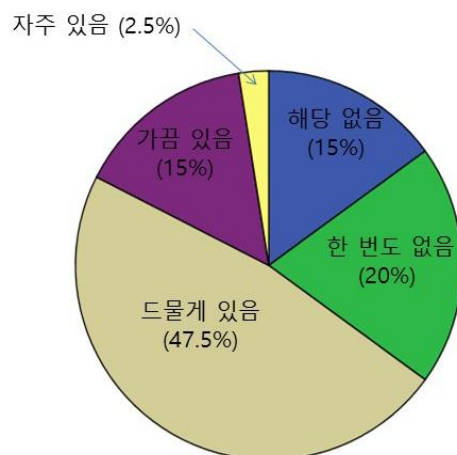


42.5%가 목회자의 가장 특권인, 하나님이 우리에게 주신 권위를 드물게, 아니 자주 설교를 하면서도 확신이 없는 설교를 하는 자신을 발견한다고 했다. 하나님이 주신 권위를 가지고 비록 지금

하나님의 대리자인 인간이 말씀을 전한다 할지라도 하나님의 말씀을 대언한다는 심정으로 설교해야 함에도 불구하고 12.5%는 탈진의 시작된 단계에 접어들었다는 것은 오늘날 성도들이 설교의 은혜를 못 받는 것은 성도들만의 문제가 아니라 오늘날 설교자의 문제이기도 하다.

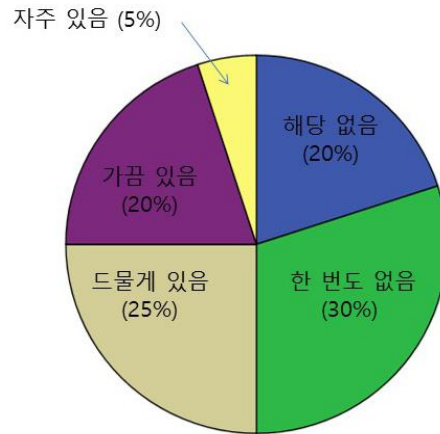
<표 29> 나는 목회에 용기를 잃고 다른 교회로 옮기거나

아예 목회를 그만 둘까 하는 생각을 하기도 한다.



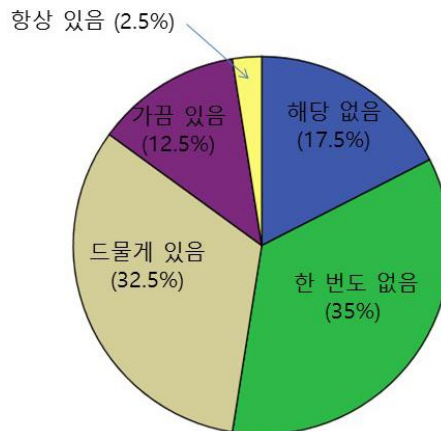
65%가 용기를 잃고 다른 교회로 옮기거나 아예 목회를 그만 둘까 하는 생각을 한다고 드물게 그리고 가끔, 자주 생각을 한다고 답했다. 목회현장의 어려움으로 이런 생각을 누구나 할 수 있는 일이다. 그러나 이 부분은 목회자만의 문제가 아니라 성도들의 문제가 더 큰 경우가 많다. 지금처럼 목회자의 권위가 없는 시대에서 소신 있는 목회를 한다는 것은 어찌 보면 참 힘든 현실이기도 하다. 그리고 탈진이 시작된 분들도 17.5%가 된다는 것은 오늘날 목회 현장을 대변해 준다고 할 수 있다.

<표 30> 나는 목회를 아예 그만 두고 싶은 생각을 해본다.



목회자의 절반이 드물게, 가끔, 자주 목회를 그만둘 생각을 한다는 것이다. 하나님의 부름심에 응답하여 목회를 시작하였지만 목회 생활 2-30년 흘러오면서 목회현장의 변화로 인해 심신이 지쳤을 수도 있고, 성도들과의 갈등으로 인해 목회를 그만 두고자 생각할 수도 있다. 이미 탈진이 시작된 부류가 25%나 된다.

<표 31> 나는 성도들로부터 그다지 긍정적인 평가나 지지를 받지 못하고 있다.

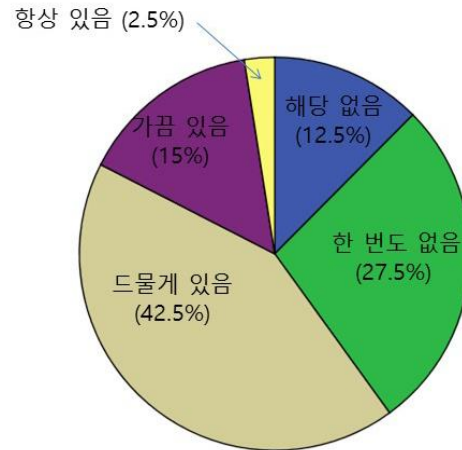


47.5%의 목회자들이 성도들로부터 드물게, 가끔, 항상 긍정적인 평가나 지지를 받지 못한다고 답했다. 목회자는 아무리 목회가 힘들고 사역이 많아도 하나님의 위로와 성도들의 지지를 받을 수만 있다면 힘을 얻어 목회를 할 수 있지만 성도들의 지지를 받지 못한다면 교회는 계속해서 문제가 생기고 목회자는 지치고 탈진에 빠질 수밖에 없다. 그런 의미에서 절반 가까운 분들이 탈진이

경계지점에 와 있다는 것은 현 목회의 현실을 보여주고 있다.

<표 32> 나는 내가 교회를 위해 열심히 섬긴다고 생각하지만

정작 성도들은 별로 알아주는 것 같지 않다.

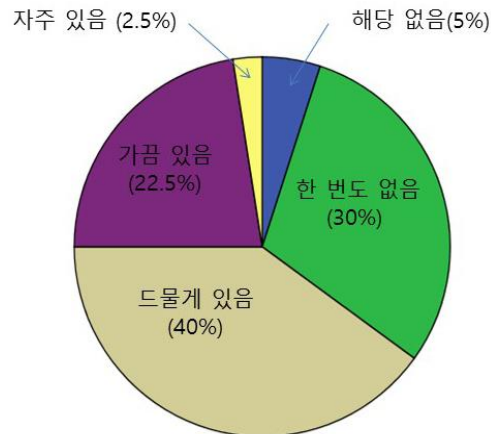


60%의 목회자들이 열심히 일은 하지만 드물게 성도들과 동떨어진 목회를 한다고 할 수 있다.

목회자 자신은 최선을 다해서 성도들을 섬기고 교회 사역을 하지만 정작 성도들은 알아주지 않는다는 것이다. 그 중에서 17.5%가 가끔을 그렇게 느끼고 있다고 답했다.

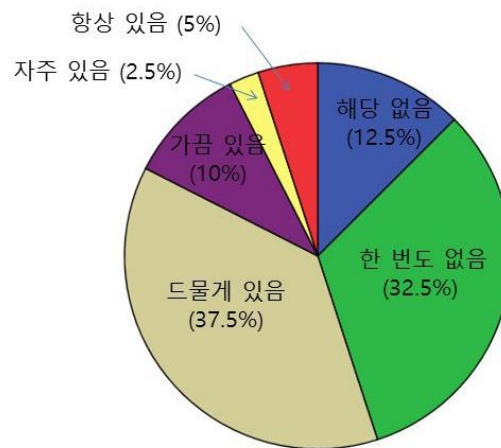
<표 33> 나는 나 스스로 목회 생활에 대하여 기대하는 것과

목회 현실 사이의 괴리로 인해 내적 갈등을 느낀다.



이 항목은 현 시대의 많은 목회자들이 안고 있는 갈등일 것이다. 처음 신학교에 갈 때 그 부푼 꿈은 없어지고 목회현장에서 겪는 성도들과 갈등, 당회원들과 갈등 등으로 인해 소명감은 사라지고 소신 없이 성도들에 이끌려 목회하는 자신을 발견할 때 누구나 한번쯤은 고민하는 문제일 것이다. 그래서 65%의 목회자들이 탈진할 가능성을 가지고 있는 부류에 속한다. 그 중에서 이미 25%가 탈진이 시작되었음을 볼 때 많은 목회자들이 이 부분에 있어서 고민을 하고 있음을 볼 수 있다.

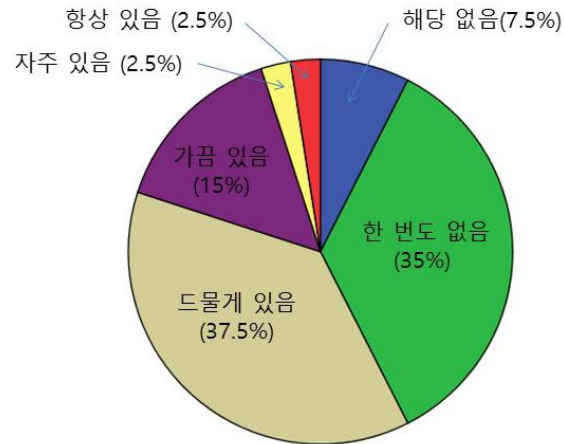
<표 34> 나는 목회에 대해 따분한 느낌이 들고 동기 부여를 잘 느끼지 못하고 있다.



45%의 목회자들이 탈진 위험군에 속해 있고 이미 탈진이 시작된 부류도 17.5%, 거의 매일 느낀다는 부류도 5%나 된다. 이것은 목회자의 소명감도 문제지만 목회자에 대한 성도들의 관점이 더 큰 문제다.

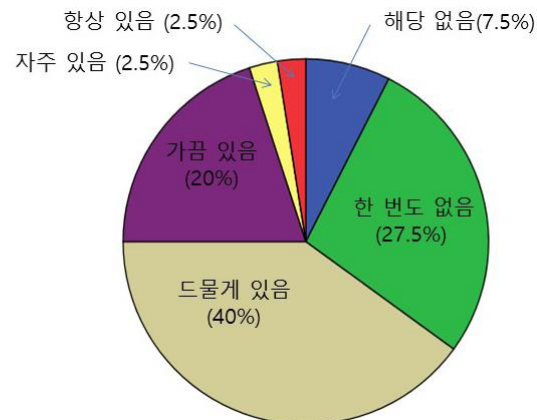
<표 35> 나는 내가 설교하는 것이 성도들의 생활에 어떤 영향을 주고 있는가

자문해 볼 때 확신이 없다.



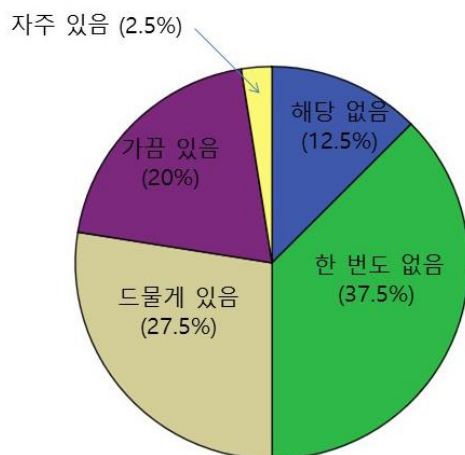
많은 목회자들이 탈진의 위험군에(57.5%) 속해 있다. 목회자는 하나님의 대리자로서 하나님의 말씀을 선포하는 자는 “하나님의 말씀은 살아 있고 활력이 있어 좌우에 날 선 어떤 검보다도 예리하여 혼과 영과 및 관절과 골수를 찔러 쪼개기까지” (히 4:12)한다는 확신으로 해야 함에도 불구하고 그런 확신이 없다는 것은 목회자 자신의 문제이다. 탈진이 이미 시작된 부류가 20%나 해당된다.

<표 36> 사역에 효과성이 점점 떨어지고 있는 것 같다.



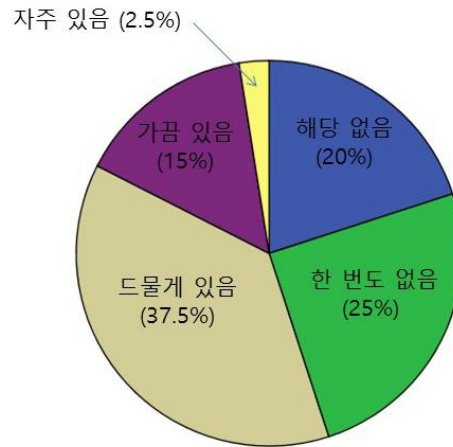
65% 이상이 드물게, 자주, 항상 사역에서 있어서 효과성이 점점 떨어지고 있다고 느낀다고 답을 했다. 열심히 사역 함에도 불구하고 효과가 점점 떨어진다는 것은 그만큼 한국교회 환경이 어려워졌다는 반증이다. 7-80년대만 해도 개척교회를 세우면 성도들이 모여들었는데 이제 그런 부흥의 시대는 지나갔다. 이런 현실을 목회자들이 받아들여야 한다. 모든 것을 주께 맡기고 최선을 다하면 하나님이 알아서 하실 것이요, 목회자는 부지런히 씨를 뿌리면 때가 되어 거둘 것이고, 추수는 누구라도 하면 그것이 하나님의 기쁨이 되는 것이다. 그래도 이런 어려운 시대에 35% 목회자들이 열심히 사역한 만큼 사역의 효과를 거둘 수 있다고 하니 오늘의 목회가 절망적이지는 않다고 할 수 있다.

<표 37> 나는 예전만큼 나의 임무들을 잘 성취해내지 못한다.



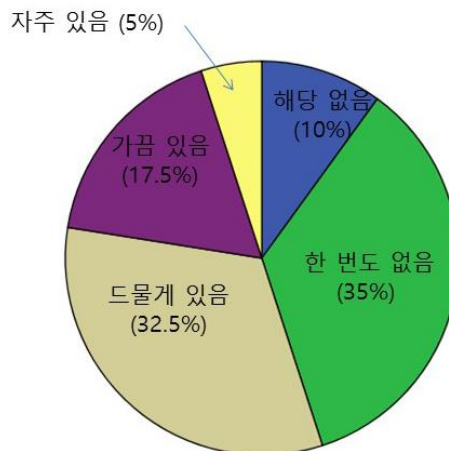
50%의 목회자들이 드물게 가끔 자신의 임무를 예전처럼 잘 성취하지 못함으로 답했다. 탈진이 이미 시작된 부류도 22.5%나 된다. 처음 목회를 시작할 때의 자신감은 목회생활 20년 30년이 지난 뒤에 이것은 어떻게 보면 당연한 모습이다. 그래도 50%의 목회자들이 목회사역을 잘 감당하고 있다.

<표 38> 나는 교회 일에 흥미를 덜 느낀다.



55%의 목회자들이 탈진이 시작될 수 있는 단계에 접어들었다. 드물게 가끔, 자주 교회 일을 하면서도 흥미를 못 느낀다고 답변을 했다. 아무리 목회사역이 하나님의 일이라고 하지만 그 일도 흥미를 느껴야 한다. 재미가 힘이 되고 그 일을 성취할 수 있는 원동력이 되는 것이다. 탈진단계가 시작된 목회자도 17.5%나 된다.

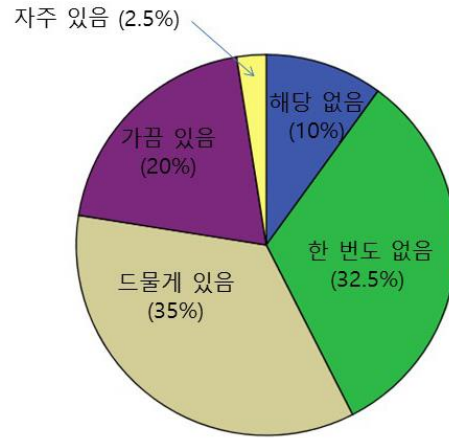
<표 39> 나는 어떤 목표를 너무 높이 세우고는 그 목표들을 달성하지 못해
실망하는 나 자신을 발견한다.



55%의 목회자들이 자신이 세운 목표를 달성하지 못해서 실망한다고 답변을 했다. 이 항목은 자신의 한계치를 깨닫고 그 목표를 낮추면 되는데도 절반 이상의 목회자들이 높은 목표치를

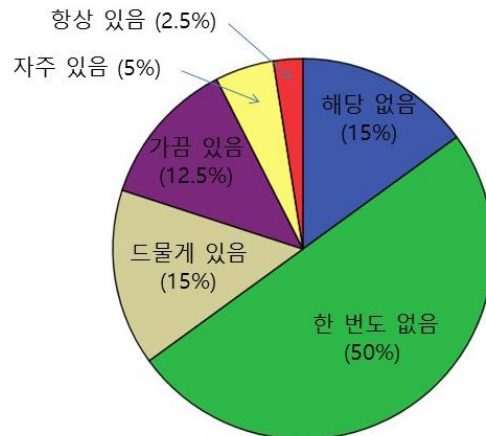
세워놓고 달성하지 못했다는 것으로 인해 탈진의 가능성을 안고 있다.

<표 40> 나는 목회자로서의 나의 역할에 대해 갈등을 느낀다.



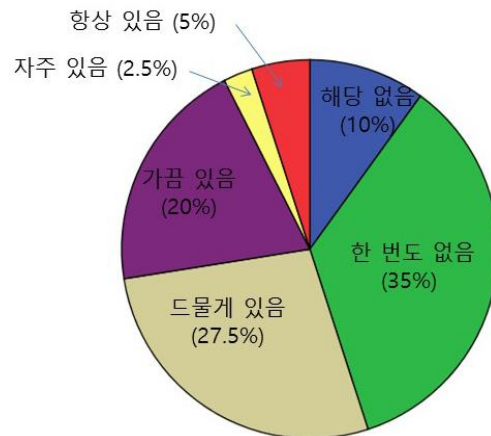
절반 이상(57.5%)이 목회자의 역할에 대해 갈등을 느낀다고 답변했다. 목회자로서의 자기 정체성에 혼돈이 있다는 것이다. 이것은 한국교회 특성상 어쩔 수 없는 현상이다. 설교사역 뿐 아니라 상담, 관혼상제, 성도의 사사로운 개인사까지 해결해야 하니 목회자들이 자신의 역할에 혼란을 겪는 것은 당연하다고 볼 수 있다.

<표 41> 나는 내가 목회를 하고 있는 것이 사람을 섬기기 위해서라기보다는
물질적인 필요를 채우기 위해서가 아닌가 하는 생각이 든다.



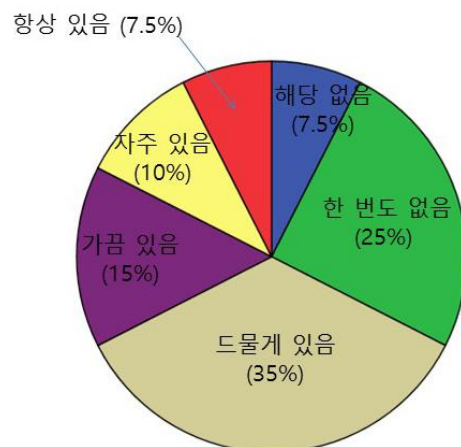
많은 마산노회 목회자들은 물질적인 부분에 있어서 갈등을 겪지 않는 것으로 나타났다. 경남 노회에 소속된 교회 중에 70% 이상이 농촌교회, 미자립 교회임에도 불구하고 65% 이상이 확고한 목회의 부르심에 긍지를 가지고 있음이 나타났다. 그러나 약 20%의 목회자들이 탈진이 시작된 단계임을 드러냄으로 인해 물질 문제로 인해 고민하고 있음이 드러난다.

<표 42> 많은 성도들이 새로운 아이디어나 변화들을 별로 좋아하지 않는다.



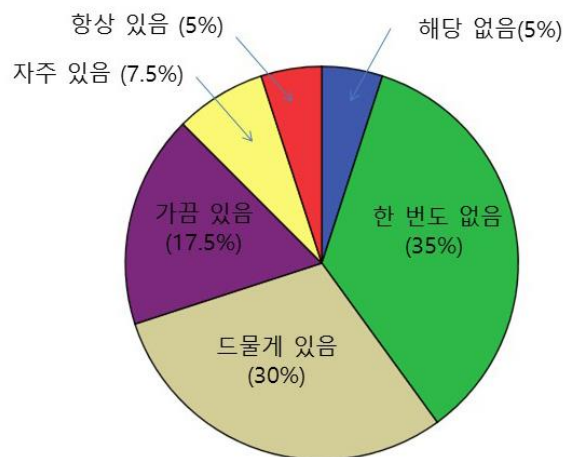
현 시대의 교회상을 반영한 결과라고 생각한다. 지금 성도들은 새로운 것을 싫어하고 성경공부나 봉사, 헌신 등을 별로 반가워하지 않는다. 그냥 주일날 교회에 와서 편안하게 설교만 듣고 은혜 받으면 주일을 잘 지키고, 하나님을 잘 섬겼다고 생각을 한다.

<표 43> 전체 성도들의 사기가 비교적 낮은 편이다.



67.5%가 성도들의 사기가 비교적 낮은 편이라고 답을 했다. 탈진 위험군에 해당되는 가끔, 자주, 항상 부분이 22.5%나 된다는 것은 목회자들의 책임 부분을 묻지 않을 수 없다. 탈진의 고위험군에 속하는 부분이 17.5%라는 것은 현재 마산노회 성도들의 상태를 잘 보여주고 있다.

<표 44> 일이 안되면 자신이나 남을 탓한다.



목회자가 일이 잘 안될 때 자신이나 남을 탓한다는 것은 탈진의 전형적인 모습이라고 할 수 있다. 목회자가 기도하는 자이고 성령이 충만하면 절대 남을 탓할 수 없다. 모든 일의 책임을 나의 부덕의 소치로 돌리고 더욱 기도하고 하나님 앞에 겸손하고 무릎을 꿇는 것이다. 이 부분에 있어서 60%의 목회자들이 탈진 가능성에 노출되어 있다는 것은 목회자의 소명의식의 문제이기도 하지만 더 큰 문제는 목회의 탈진에서 오는 현상이기도 하다. 목회가 재미가 있고 은혜가 있으면 남을 탓할 이유도 없다. 하나님과의 관계가 즐거우니 모든 것이 하나님의 섭리라고 생각한다. 30%의 목회자가 탈진에 이미 접어들었다는 것은 목회자들이 다시 한 번 하나님 앞에 겸손하게 무릎을 꿇을 때라는 것을 잘 보여준다.

제 5 장

연구 결과 분석과 제언

1. 설문 분석을 통한 결과

본 본문에 참가한 40명 중 남성이 100%이며 담임목사는 37명, 부목사가 3명이다. 주로 분포지역은 경남 창원시 일부와 함안군 지역교회들이다. 도시지역에 위치한 교회는 14교회이고 농촌 시골지역에 위치한 교회는 26교회이다. 설문지 참여한 참가자들은 현재 지교회를 담임하고 있거나 소수(3명)만 부교역자로 섬기고 있다.

1) 감정적 소진의 영역 분석

설문조사에 따르면 나는 하루 일과 중에 피로감을 느끼는지를 알아본 결과 응답자 중 85%가, 나는 두통이나, 목 뒷부분 또는 등 아랫부분의 근육에 통증을 느끼는지를 알아본 결과 70%가, 하루 일과가 끝나면 나는 너무 지쳐서 가족들과 시간을 보낼 만한 에너지가 남아 있지 않는지를 알아본 결과 65%, 교회 일에 대한 염려로 밤에 잠을 설친다고 응답한 자는 75%가, 나는 몸이 아파서 하루를 쉰 적이 있다 라를 알아본 결과 65%가, 나는 충분히 수면을 취했을 때에도 피곤을 느끼는지를 알아본 결과 65%가, 나는 쉽게 신경질을 내거나 화를 내는 경향이 있다는 것을 알아 본 결과 85%가, 나는 목회 생활에서 무력감과 낙담을 느끼는지를 알아본 결과 72.5%가, 나는 내가 맡은 일이 너무 많아서 관심이 분산되고 일에 압도당하는 느낌을 받는지를 알아본 결과 62.5%가, 나는 교회 일의 압박감이 나의 결혼 생활과 가정생활의 문제에 영향을 주고 있다고 느낀다를 알아본 결과 57.5%가 나는 당회나 제직회를 하는 동안 왠지 불안한지를 알아본 결과 47.5%가, 나는 설교 때 하나님이 우리와 함께 계신다고 말은 하지만 스스로는 하나님이 나에게서 멀리 떨어져 계시는 것같이 느끼는지를 알아 본 결과 45%가, 나는 목회에 대한 나의 소명의식에 대해 의심이 드는지를 알아본 결과 25%가, 나는 개인적으로 기도하며 성경을 읽을 만한 충분한 에너지가 없다고

느끼는지를 알아본 결과 50%가, 나는 설교할 때 책망하는 경향이 있는지를 알아본 결과 67.5%가, 가끔 소리를 지르는지를 알아본 결과 65%가, 고독하고 무시를 당한다고 느끼는지를 알아본 결과 57.5%가, 박해를 당한다는 느낌을 알아본 결과 40%가 의 순으로 탈진이 시작될 가능성을 지닌 것으로 나타났다. 특히 우리의 관심을 끄는 것은 응답자 중 10% 정도가 “자주 있었다, 거의 항상 있었다”에 해당되는 탈진의 심화단계에 들어선 항목이 두통이나 목 뒷부분 또는 등 아랫부분의 근육에 통증을 느낀다거나, 교회 일에 대한 염려로 밤에 잠을 자지 못하거나, 몸이 아파 하루를 권 적이 있거나 목회생활에서 무력감과 낙담을 느끼거나, 당회나 제직회를 하는 동안 웬지 불안하다고 응답한 부분에 관심을 가져야 한다.

감정적 소진의 영역에서 볼 때 탈진에 접어들 가능성을 가진 목회자는 전체 응답자중 57.5%가 되었다. 그리고 탈진이 이미 시작된 목회자는 17.2%이고, 탈진이 심화된 단계에 접어들어선 목회자는 6%이다.

2) 비인격화 영역 분석

설문조사에 따르면 나는 사람들을 만나 교제하는 것보다 서재에서 혼자만의 시간을 갖는 것을 더 좋아하는지를 알아본 결과 67.5%가, 나는 교회 안에 다른 교역자들과 친밀한 관계를 맺고 있는지를 알아본 결과 65%가, 나는 불가피한 경우를 제외하고는 다른 교회의 동역자들과의 접촉을 꺼리는지를 알아본 결과 40%가, 나는 성도들의 사정에 대해 관심이 없고 거리를 두며, 거의 기계적으로 대하는 경향이 있는지를 알아본 결과 40%가, 다른 사람이 자신을 주시하고 있다는 느낌이 드는지를 알아본 결과 57.5%가, 고독하고 무시당한다고 느끼는지를 알아본 결과 47.5%였다.

비인격화 부분에서는 나는 사람들과 만나 교제하는 것보다 서재에서 혼자만의 시간을 갖는 것을 더 좋아한다는 항목(12.5%)외에는 심각한 탈진에 들어선 항목이 없다는 것이다. 비인격화 영역에서 탈진 상태에 접어들 가능성을 가진 목회자는 53%가 되었다. 그리고 이미 탈진이 시작된 목회자는 20%이고, 탈진이 심화된 단계에 들어선 목회자는 3.8%이다.

3) 개인적 성취감의 감소와 관련된 항목

설문조사에 따르면 나는 목사로서 강한 정체성이 없는지를 알아본 결과 35%이고, 나는 스스로 확신이 없는 내용을 가지고 설교를 하는 나 자신을 발견할 때가 있는지를 알아본 결과 42.5%가, 나는 목회에 용기를 잃고 다른 교회로 옮기거나 아예 목회를 그만 둘까 하는 생각을 하는지를 알아본 결과 65%가, 나는 목회를 아예 그만 두고 싶은 생각을 해보는지를 알아본 결과 50%가, 나는 성도들로부터 그다지 긍정적인 평가나 지지를 받지 못하고 있다고 느끼는지를 알아본 결과 47.5%가, 나는 내가 교회를 위해 열심히 섬긴다고 생각하지만 정작 성도들은 별로 알아주는 것 같지 않다는 것을 느끼는지를 알아본 결과 60%가, 나는 나 스스로 목회 생활에 대하여 기대하는 것과 목회 현실 사이의 괴리로 인해 내적 갈등을 느끼는지를 알아본 결과 65%가, 나는 목회에 대해 따분한 느낌이 들고 동기 부여를 잘 느끼지 못하고 있는지를 알아본 결과 45%가, 나는 내가 설교하는 것이 성도들의 생활에 어떤 영향을 주고 있는가 자문해 볼 때 확신이 없는지를 알아본 결과 57.5%가, 사역에 효과성이 점점 떨어지고 있는 것 같은지를 알아본 결과 65%가, 나는 예전만큼 나의 임무들을 잘 성취해내지 못한다고 느끼고 있는지를 알아본 결과 50%가, 나는 교회 일에 흥미를 덜 느끼는지를 알아본 결과 55%가, 나는 어떤 목표를 너무 높이 세우고는 그 목표들을 달성하지 못해 실망하는 나 자신을 발견할 때가 있는지를 알아본 결과 55%가, 나는 목회자로서의 나의 역할에 대해 갈등을 느낀다고 생각하는지를 알아본 결과 57.5%가, 나는 내가 목회를 하고 있는 것이 사람을 섬기기 위해서라기보다는 물질적인 필요를 채우기 위해서가 아닌가 하는 생각이 들 때가 있는지를 알아본 결과 35%가, 많은 성도들이 새로운 아이디어나 변화들을 별로 좋아하지 않는다고 느끼는지를 알아본 결과 55%가, 전체 성도들의 사기가 비교적 낮은 편이라고 느끼는지를 알아본 결과 76.5%가, 일이 안되면 자신이나 남을 탓하는지”를 알아본 결과 60% 이었다.

개인적 성취감의 감소와 관련된 부분에 있어서 우리의 관심을 끄는 것은 응답자 중 17.5% 정도가 “자주 있었다, 거의 항상 있었다”에 해당되는 탈진의 심화단계에 들어선 항목이 전체 성도들의 사기가 비교적 낮은 편이라는 항목과 12.5%가 되는 일이 안되면 자신이나 남을 탓한다는 항목이다.

마산노회 성도들의 사기는 낮다는 것이요, 목회자는 자신이나 남을 탓하는 경향을 보인다는

것이다. 개인적 성취감의 감소와 관련된 부분에 있어서 탈진에 접어들 가능성이 있는 목회자는 54%이다. 그리고 이미 탈진이 시작된 목회자는 21%이고, 탈진이 심화된 단계에 들어선 목회자는 5.8%이다.

2. 목회자 탈진 최종 검사 결과

<표 45> 설문조사 누적 결과

결과					
		빈도	퍼센트	유효 퍼센트	누적퍼센트
유효	.26	1	2.5	2.5	2.5
	.43	1	2.5	2.5	5.0
	.62	1	2.5	2.5	7.5
	.86	1	2.5	2.5	10.0
	1.07	1	2.5	2.5	12.5
	1.10	1	2.5	2.5	15.0
	1.19	1	2.5	2.5	17.5
	1.26	1	2.5	2.5	20.0
	1.31	1	2.5	2.5	22.5
	1.36	2	5.0	5.0	27.5
	1.38	1	2.5	2.5	30.0
	1.40	1	2.5	2.5	32.5
	1.43	1	2.5	2.5	35.0
	1.45	3	7.5	7.5	42.5
	1.52	1	2.5	2.5	45.0
	1.64	1	2.5	2.5	47.5
	1.79	1	2.5	2.5	50.0
	1.81	2	5.0	5.0	55.0
	1.83	2	5.0	5.0	60.0
	1.86	1	2.5	2.5	62.5
	1.88	2	5.0	5.0	67.5
	2.00	1	2.5	2.5	70.0
	2.02	1	2.5	2.5	72.5
	2.07	1	2.5	2.5	75.0
	2.31	2	5.0	5.0	80.0
	2.40	2	5.0	5.0	85.0
	2.48	1	2.5	2.5	87.5
	2.55	1	2.5	2.5	90.0
	2.60	1	2.5	2.5	92.5
	2.67	1	2.5	2.5	95.0
	3.00	1	2.5	2.5	97.5
	3.14	1	2.5	2.5	100.0
	합계	40	100.0	100.0	

탈진상태결과					
		빈도	퍼센트	유효 퍼센트	누적퍼센트
유효	미탈진	27	67.5	67.5	67.5
	탈진가능	11	27.5	27.5	95.0
	탈진시작	2	5.0	5.0	100.0
	합계	40	100.0	100.0	

최종 결과를 보면 마산노회 목회자 40명 가운데 미탈진 27명, 탈진 가능 11명, 탈진 시작

2명이지만 미탈진 27명 중 8명(29.6%)은 1.79 이상으로 위험군에 속해 있다. 이들은 포함한다면 21명(52.5%)이 탈진이 가능하거나 이미 탈진이 시작되었음을 알 수 있다.

3. 탈진 극복을 위한 제안

1) 안식

(1) 안식의 성경적 이해

인간은 행복하고 건강한 삶을 꿈꾼다. 그러나 그러한 삶은 아무 노력 없이 쉽게 주어지지 않는다. 바쁘게 돌아가는 현대 사회 속에서 행복과 건강한 삶을 영위하는 것은 더욱 어렵다. 그래서 오늘날 현대인들은 돈과 시간을 투자하여 다양한 방식으로 건강과 행복을 위해 효율적인 휴식을 구하고 있다. 안식은 현대사회의 중요한 이슈로 부각되었고 더욱이 이는 하나의 성취 대상이 되고 더 나아가 중요한 비즈니스가 되었다. 그러나 현대인들은 안식을 추구함에도 불구하고 진정한 안식을 누리지 못하는 기이한 상황에 놓여있다. 목회자도 마찬가지다. 한국 목회는 일과 쉼이 구별되어 지지 않은 상황 가운데 참다운 안식을 누린다는 것은 불가능하다. 진정한 안식을 누리지 못하고 있는 목회자에게 있어서 행복한 목회는 여전히 숙제로 남아 있다.

성경에서 안식의 개념은 매우 중요하다. 성경에 등장하는 첫 안식은 하나님의 안식이다. 하나님께서는 6일간 천지만물과 사람을 창조하시고 7일째 되는 날 안식하셨다. 성경에서 하나님은 어떻게 안식하셨는가? “하나님이 그가 하시던 일을 일곱째 날에 마치시니 그가 하시던 모든 일을 그치고 일곱째 날에 안식하시니라 하나님이 그 일곱째 날을 복되게 하사 거룩하게 하셨으니 이는 하나님이 그 창조하시며 만드시던 모든 일을 마치시고 그 날에 안식하셨음이니라”(창 2:2-3)

하나님의 안식에 대한 단서는 창세기 2장 2-3절에서 찾을 수 있다. 그 구절에 의하면 하나님은 하시던 일을 마치신 후 안식하셨는데 ‘일곱째 날’에 하셨다. 2장2절에서 ‘하나님의 안식’과 관련된 것 중 육하원칙 중 ‘언제?’에 대한 것만 등장한다. 하나님의 안식과 관련하여 그 시기에 관련된 언급이 구체적으로 있는 이유는 무엇일까? 그리고 이후 하나님께서는 모세에게 율법을 전달하시며 이스라엘 민족의 안식을 주셨는데 이 역시 “안식일을 기억하여 거룩하게 지키라”(출 20:8)는

것이였다. 하나님은 일곱째 날에 하나님이 안식하는 것으로써 우리와 하나님의 안식과의 연결고리를 만드시고 우리를 하나님의 안식에 직접 초대하셨다. 언제 안식하는가는 하나님께서 안식에 있어 가장 중요하게 여기신 조건이다. 3절에 일곱째 날을 복되게 하시며 거룩하게 하심으로 직접 안식의 유익을 누리심으로 우리에게 본을 보이시고 인류에게 그 안식을 누리게 하신 것이다.

안식은 하나님이 이 세상이 창조된 이후 안식을 우리의 생활에 구체적으로 구현해낸 최초의 방편이였다. 성경에서 천지 창조 과정은 바로 이 안식일로 끝나치게 되었으며, 이 세상은 첫 안식일 이후 지속되였다. 안식일을 지내면서 창조 직후의 이 세상은 완전하고 완성된 모습으로 하나님의 생명이 이 세상 가운데 흐르게 되었다. 온전함, 생명, 바로 이것이 우리가 안식을 통해 얻기를 기대하는 것이다.

이러한 측면에서 영적, 정신적, 신체적으로 병든 목회자들에게 치유의 근본적인 방편으로써의 안식이 필요하다고 할 수 있다. 인간과 안식일은 창조 때 만들어진 것이다. 인간이 있을 때부터 안식일이 있었고 인간이 있기 시작했을 때 안식일도 처음 시작되었다는 것이다. 즉 안식일은 전 인류를 위해 만들어진 것이며, 안식일이 처음 만들어진 시점은 인간의 창조와 연관성이 있음을 예수님은 암시하고 있다. 안식일이 인간 창조 때 만들어지지 않고 이후에 만들어졌다면 인간이 존재했으나 안식일이 존재하지 않았을 때가 있었다는 것이다. 하지만 예수님의 이 말씀을 통해 이 안식일은 이스라엘뿐만 아니라 모든 인류를 위해서 창조 되어지고 만들어진 선물이라는 것을 알 수 있다.¹¹³

안식일(Sabbath)이라는 말 자체가 일차적으로 ‘그치다’ 또는 ‘중지하다’라는 뜻의 동사 ‘사바트’(sabbat)에서 파생되었기 때문이다. 출애굽기 31장16-17절은 “이같이 이스라엘 자손이 안식일을 지켜서 그것으로 대대로 영원한 언약을 삼을 것이니 이는 나와 이스라엘 자손 사이에 영원한 표징이며 나 여호와가 옛세 동안에 천지를 창조하고 제칠 일에 쉬어 평안하였음이니라”고 말한다. 히브리 학자들은 “쉬어 평안하였음이니라”는 부분을 “그쳐 회복하였음이니라”로 번역한다. 창세기 2장2절은 말 그대로 하나님이 일곱째 날에 ‘그치셨다’(개역 성경에는 ‘안식하시니라’ 되어

113) 박희석, 「안식일과 주인」 (서울: 크리스찬 다이제스트 2002), 95-6.

있다)고 말한다. 우리는 안식의 그림을 여러 면에서 생각해 볼 것이다. 안식일의 그림은 단지 일 자체에 대한 그림만이 아니라 성취와 생산의 필요에 대한 그림, 현대 사회가 요구하는 성공의 기준으로 인한 염려와 긴장에 대한 그림, 마치 우리가 하나님인 양 자신의 삶을 통제하려는 노력에 대한 그림, 소유욕과 문화에 대한 그림, 마지막으로 하나님을 삶의 중심에 두지 않고 살아갈 때 생겨나는 단조로움과 무의미에 대한 그림이기도 하다. 이 모든 면에서 우리는 자신의 필요를 채우고 세상에서 자신의 길을 가려는 모든 노력을 칠일마다 중단하는 리듬에 젖을 때 삶에서 일어날 수 있는 놀라운 치유를 발견하게 될 것이다.¹¹⁴

(2) 하나님과 사귄으로의 안식

본 연구자는 극심한 탈진에 빠진 적이 있었다. 그 탈진을 극복할 수 있었던 중요한 방편 하나님의 깊은 사귄이었다. 육체적으로 정신적으로 극심한 고통으로 인해 엘리야가 로렘나무 아래에서 죽기를 구한 것처럼 본인도 새벽마다 엘리야처럼 하나님 앞에 구하는 기도를 드렸다. 이 고통을 없애 달라는 기도가 아니라 이 고통을 벗어나게 해달라는 기도였다. 기도원에 올라가 몇 일 동안 하나님께 매달리며 하나님만 바라보며 기도하고 또 기도하였다. 오직 하나님과의 온전한 만남이었다. 하나님과 만남을 할 때마다 하나님은 고난을 이겨낼 수 있는 힘을 주시고, 고난을 뚫고 나갈 수 있는 방법도 허락해 주셨다. 교회의 일과 세상의 모든 일을 잊고 오직 하나님만 바라보는 하루 하루였다. 그런데 하나님과 만남이 결국 육체적으로 정신적으로 영적으로 회복이 되는 계기가 되었다. 모든 것을 내려놓고 하나님과 만나 참다운 안식을 하니 회복의 역사가 일어났던 것이다.

마르바 던은 보통 우리는 단지 하루 동안 염려를 제쳐 두는 것으로 무슨 도움이 되겠느냐고 생각을 하는데 안식을 진지하게 지킨 후에 발견한 것은 오히려 그 반대였다. 안식일들을 더 오래 즐길수록 안식일의 관습 자체가 내게 새로운 활력을 주어 주중에 긴장을 늦춰 줄 뿐 아니라 새로운 우선순위와 하나님의 임재에 대한 새로운 감각을 주어 남은 엿새 동안 긴장 자체가 덜 적대적인 형태를 띠게 했다. 안식일은 문제들로부터 도망치는 것이 아니라 그것들과 맞서기 위해 은혜를 받는

114) Marva J. Dawn 「안식」 전의우 역, (서울: IVP 2001), 3.

기회라고 말했다.¹¹⁵

랍비 시므온 벤 요하이는 창조 작업이 완료되자 일곱째 날이 다음과 같이 탄원했다고 한다. “우주의 주재이시며, 당신께서 지으신 만물은 저마다 짝이 있습니다. 한 주의 모든 평일이 짝을 가지고 있건만 저만 홀로 외톨이입니다.” 그러자 하나님께서 대답하셨다. “이스라엘 공동체가 네 짝이 되리라”¹¹⁶ 그래서 헤셸은 “안식일은 아무리 숭고하다고 해도 그 자체로 충분한 것은 아니다. 안식일의 영적 실체는 인간과의 교제를 요구한다. 여섯 날은 공간을 필요로 하고, 일곱째 날은 인간을 필요로 한다.” 고 말한다. 그래서 안식일은 신부이며 “영이 홀로 있는 것은 바람직하지 않다. 이스라엘이 안식일의 배필이 되어야 했던 것은 그 때문”임을 주장한다.¹¹⁷ 인간의 모든 문제는 하나님과의 교제로서 해결될 수 있다. 목회자에게 탈진의 문제도 성도와의 관계, 당회원들과의 관계, 개인의 건강 등 여러 가지 문제가 있지만 그 깊은 내면을 들어가면 가장 근본적인 문제는 하나님과의 교제의 부제이다.

연구자가 탈진의 인해 고통할 때 인간적으로 고통하며 울부짖을수록 문제는 더 깊어질 뿐이었다. 그런데 그 방향을 하나님께 바꾸니 깊은 산골 인간의 기척이라고는 없는 그곳에서 하나님만을 바라보며 깊은 안식을 취할 때 하나님은 본인을 만나 주셨다.

우리가 사는 세계에 양면이 있듯이, 안식일에도 양면이 있는 것이다. 안식일은 인간에게 뜻깊은 날인 동시에 하나님에게도 뜻깊은 날이다. 안식은 하나님과 인간 모두에게 관계가 있다. 그것은 하나님과 인간, 곧 양자가 계약을 체결했다는 표시이며, 하나님께 그날을 거룩한 날로 삼으셨고, 인간은 그날을 거둬 성화하고, 자기 영혼의 빛으로 그날을 빛내야만 한다.¹¹⁸

보통 “휴식”으로 풀이되는 “메누하”(menuha)에는 노동과 수고를 그만두는 것 이상의 의미, 힘든 일과 피로와 여러 종류의 활동에서 벗어나는 것 이상의 의지가 들어 있다. 메누하는 부정적인 개념이

115) Ibid, 40.

116) Abraham Joshua Heschel, 「안식」 김순현 역, (서울: 복 있는 사람 2007), 116.

117) Ibid, 116-7.

118) Ibid, 119.

아니라 실질적인 무엇, 본질적으로 적극적인 무엇이다. 헤셀은 고대 랍비들의 관점을 들어 메누하가 특별한 창조 행위를 낳았고, 그것이 없이는 우주가 완성되지 못했을 것임을 역설한다.¹¹⁹ 휴식은 하나님과 사귄다 교제이다. 탈진에 지친 목회자들은 그분이 창조하신 거룩한 안식으로 부르시고, 사귄다 교제로 하나됨으로 공간을 넘어선 시간의 재창조로 그들을 초청하고 계시는 것이다. 그러므로 이 초청에 대한 응답은 선택이 아니라 필수이다. 하나님이 인간을 위해 주신 안식을 하나님이 안식한 것같이 인간도 안식을 해야 한다. 하나님과의 안식의 연합을 통해 하나님과의 깊은 사귄다 교제로 하나 됨을 경험해야 한다. 그러므로 사역에 지친 목회자들이 단순한 쉼을 넘어 새롭게 재창조되는 거룩한 시간의 안식을 누리야 한다. 안식은 모든 이들에게 선택이 아니라 필수이며, 특별히 사역으로 인해 탈진에 모든 목회자들에게 안식은 하나님의 강력한 초대와 부르심이다.

2) 십자가의 능력

탈진 회복에서 있어서 또한 방안 십자가의 능력이다. 십자가의 능력은 무엇인가? 십자가의 능력은 죄와 사망에서 자유롭게 해주는 능력이며, 멸망해가는 영혼을 구원해 주시는 능력이다. 고린도전서 1장18절에서 “십자가의 도가 멸망하는 자들에게는 미련한 것이요 구원을 받는 우리에게는 하나님의 능력이라”고 말한다. 십자가는 그 자체가 하나님의 능력이며, 회복이다. 십자가는 곧 복음이다. 이 복음이 또한 하나님의 능력이다. 다른 말로해서 탈진 목회자가 결국은 복음으로 말미암아 살기 위해 하나님과의 만남의 관계를 맺고 있는가를 깨달아야 한다.

본 연구자가 극심한 탈진 속에서 회복할 수 있었던 이유는 안식과 더불어 십자가의 능력의 회복이었다. 극심한 고통으로 탈진이 왔을 때 모든 것을 버려두고 기도원으로 올라가서 하나님께 전적으로 매달리며 기도하였다. 사도바울이 “힘에 겹도록 심한 고난을 당하여 살 소망까지 끊어지고”(고후 1:8) 고백한 것처럼 모든 것을 포기한 상태, 회복불가능의 상태로 마지막 승부수를 던지기 위해 기도원으로 올라 간 것이다. 새벽에 엎드려 기도하는데 설교를 하는 강사를 통해 “십자가의 도가 멸망하는 자들에게는 미련한 것이요 구원을 받는 우리에게는 하나님의

119) Ibid, 73.

능력이라”(고전 1:18)는 말씀을 주셨다. 십자가의 능력 앞에 모든 것을 내려 놓기로 결심했다. 자아, 힘, 원망, 미움 등을 내려놓은 채 하나님만을 바라보며 나아가기를 결심했다. 십자가의 공활을 구하는 것이다.

바울이 전한 복음의 내용, 그리고 나아가 바울 자신이 그 능력을 체험한 사건은 십자가에 못 박히신 그리스도의 십자가에 초점을 맞추고 있다. 십자가의 죽음을 통과하지 않고는 부활의 능력을 경험할 수 없다. 그럼 십자가를 지는 방법은 무엇인가? 어떻게 하면 내 속에 그리스도의 능력이 머물게 할 수 있는가? 매일의 일상에서 내 자아를 죽이고 하나님을 바라보며 나아가는 것이다. 이것은 원하든 원하지 않든 신자에게 일어나는 모든 일에서 하나님의 절대주권을 인정하고 하나님의 손에 전적으로 맡기는 것이다. 자신 만을 위한 계획, 뜻, 수단, 방법 등 자기중심적인 생각을 부인하고 자아가 십자가에 못 박혀야 한다. 그럴 때 하나님이 뚜렷하게 보이기 시작한다. 우리가 알아야 할 것은 특히 탈진한 목회자는 현재 자신의 문제, 위기, 상처, 절망, 죄의 유혹 등으로 인해 극심한 고통 속에 있을 때 반드시 그것을 가지고 가야할 유일한 장소가 있는데 그곳이 바로 예수 그리스도의 십자가이다. 이곳에 오면 회복이 된다. 이곳에서는 패배가 승리로 바뀌어진다. 이곳에서는 수치가 영광으로 변환다. 이것이 바로 십자가의 승리이다. 그러므로 탈진한 목회자에게서 십자가의 복음의 회복은 너무나 중요하다.

(1) 십자가의 복음-예배

십자가 복음의 중심은 예배이다. 예배회복이야 말로 육적, 영적 탈진 상태를 회복하는 길이다. 예배라는 말에는 “가치를 어떤 사람이나 사물에게 돌린다”¹²⁰고 말하는 뜻이 있다. 연구자는 새벽미명에 깊은 산속에서 하나님과 예배함으로 응답의 역사와 문제해결의 은혜를 누리게 되었다. 예전에 매일 드렸던 예배였지만 모든 것을 포기한 채 오로지 하나님을 바라보고 얼굴을 구하는 예배를 드릴 때 탈진에서 회복되는 은혜를 누리게 되었다.

존 터너(John Turner)는 “그리스도의 이름으로 교인들이 모인다는 것은 이미 어떤 일이 일어나고

120) 아가페 성경사전 편찬위원회편, 「아가페」 (서울: 아가페출판사, 1991), 1274.

있다는 것을 의미하며 모든 예배 의식 속에는 누군가에게 어떤 종류의 회복이 일어나게 마련이다.”

¹²¹라고 했다. 터너는 예배할 때에 우리는 하나님을 찾게 되고, 그의 사랑과 지혜와 권능 속에서 하나님을 발견하고 하나님께 몰두할 때 그리고 하나님의 위대하심과 선하심에 대하여 더 많이 생각할수록 더욱 우리에게 믿음이 생기며 하나님이 우리에게 회복을 베푸실 조건이 생기게 된다고 한다.¹²²

터너는 예배를 통한 회복이 일어나기 위해서는 5단계가 있다고 했다.¹²³ 첫째, 육신을 편안히 하고 긴장을 푼다. 둘째, 마음을 진정시키고 자기의 마음에 하나님의 임재하심을 기대한다. 셋째, 두려움, 분노, 근심, 죄의식에서 자유하고자 하는 의지를 가진다. 넷째, 자신의 원하는 것을 형상화 한다. 다섯째, 하나님의 은총에 대해 감사한다. 이러한 마음 가짐으로 예배할 때 탈진으로 인해 고통하는 자들에게 하나님의 은혜와 회복의 역사는 일어나는 것이다. 모든 세상적인 생각을 내려놓고, 오로지 하나님의 은총을 간구하는 마음으로 하나님의 임재를 갈망할 때 하나님을 통한 회복과 치유의 역사는 반드시 일어난다.

(2) 십자가의 복음-기도

탈진한 목회자들을 자세히 살펴보면 하나님과의 대화가 막혀 있는 것을 발견할 수 있다. 연구자는 탈진을 극복하고자 몸부림 칠 때의 모습을 생각해 볼 때 기도의 몸부림이었다. 새벽마다 비록 하나님 앞에 험박성 기도를 드릴지언정 그 대상은 언제나 하나님이었다. 하나님이 이 문제를 해결해 주지 않으면 차리리 생명을 거두어 달라고 기도했을까라도 언제나 그 대상은 하나님이었다. 하나님과 관계가 깨어지지 아니하고 연결되어 있는 자는 언젠가는 회복의 역사는 일어나는 것이다.

사사기 15장에 삼손이 블레셋 사람 1,000명을 나귀 턱뼈로 죽이는 사건이 등장한다. 이 때 삼손은

121) John Turner, 「회복의 은혜」, 김상일 역 (서울: 기독교문서선교회, 1983), 125.

122) Ibid., 187.

123) Ibid., 234.

혼자서 1,000명을 대적함으로 인해 탈진했다.¹²⁴ 삼손은 자기의 갈증을 “여호와께 부르짖어”(삿 15:18) 호소하고 있다. 주께서는 이러한 고난에서 그를 인도하셨다. 하나님은 레히에서 우묵하게 파진 곳, 엔학고래(부르짖는 자의 샘)의 샘을 주시고 그곳을 터뜨리시어 물이 나오게 하셨다. 그것으로 삼손이 당한 탈진을 치료하시고 기갈을 면하게 하셨다.¹²⁵ 삼손이 라맛 레히에 주저앉아서 얼마나 간절하게 하나님 앞에 큰 소리로 부르짖었는지는 사사기 15:18절에서 나타난다. “삼손이 심히 목이 말라 여호와께 부르짖어 이르되 주께서 종의 손을 통하여 이 큰 구원을 베푸셨사오나 내가 이제 목말라 죽어서 할례 받지 못한 자들의 손에 떨어지겠나이다 하니” 은혜는 오직 하나님의 소관이지만 하나님은 언제나 오늘이나 이 은혜를 그리워하고 갈망하는 사람들에게 주신다. 그리고 그 은혜에 대한 영혼의 목마른 갈망은 바로 간절한 기도로 나타나는 것이다.

큰 싸움으로 탈진에 지쳐 있는 삼손은 여호와께 부르짖었고 하나님은 그 부르짖음의 소리를 들으시고 샘물을 열어주셨다. 먼곳이 아닌 그의 발밑에서 기도의 응답이 기다리고 있었다. 삼손은 그 샘물을 마시고 힘을 되찾았다.¹²⁶

역대하 20장 3절에 여호사밋이 기도하는 모습을 이렇게 기록하고 있다. “여호와께로 낮을 향하여 간구하고 온 유다 백성에게 금식하라 공포하매...” ‘여호와께로 낮을 향했다’는 말은 모든 위기적 상황 속에서 도와주실 수 있는 분은 오직 하나님뿐이라고 믿고 하나님만을 의지했다는 뜻이다. 즉 자기의 힘으로는 도저히 어찌할 수 없다 라는 것을 깨달았고 일찌감치 모든 것을 포기하고 하나님께만 마음을 두었다는 것이다.¹²⁷ 역대하 20장 12절에는 여호사밋은 “우리 하나님이여 저희를 징벌하지 아니하시나이까? 우리를 치러 오는 이 큰 무리를 우리가 대적할 능력이 없고, 어떻게 할 줄도 알지 못하옵고 오직 주만 바라보나이다” 여호사밋은 ‘오직 주만 바라본다’고 고백하고 있다. ‘오직 주만 바라본다’는 것은 세상적인 방법, 인간적인 모든 방법들을 포기하고 오직 하나님 절대

124) 주석편찬위원회, 「그랜드 종합주석-여호수아 사사기 룯기」, (서울: 제자원, 2004), 643.

125) Carl F. Keil and Franz Delitzsch, 송종섭 역, 「카일델리취 구약주석-여호수아, 사사기, 룯기」, 485.

126) Wayne MacLeod, 「컴파스 바이블 스터디-여호수아, 사사기, 룯기」, (서울: 미션월드, 2011), 315.

127) Wayne MacLeod, 「컴파스 바이블 스터디-역대상하 에스라 느헤미야 에스더」, 309.

신앙으로 나아가겠다는 신앙고백이다. 오직 주만 바라보는 자에게 반드시 회복의 역사는 일어난다.

십자가의 은혜를 고백하는 자는 오직 주만 바라보는 자이다.

기도는 하나님과의 대화이다. 기도는 하나님과의 교제로서 인간은 하나님과 교제하고, 하나님은 인간과 교제하시는 것이다. 요한계시록 3장20절을 보면 예수님께서 라오디게아 교회에게 하신 말씀이다. “불지어다 내가 문 밖에 서서 두드리노니 누구든지 내 음성을 듣고 문을 열면 내가 그에게로 들어가 그와 더불어 먹고 그는 나와 더불어 먹으리라”라고 말씀하신다. 예수님을 믿는 믿음, 즉 하나님을 의뢰하고 믿고 따르면 하나님은 그가 원하시는 것을 무엇이든 할 수 있다는 것이다.

하나님께 구하고 진심으로 우리 삶 속에 하나님의 뜻이 이루어지기를 열망할 때 어떤 일이 일어날 것에 대하여 언급은 없더라도 우리가 하나님 안에 거하는 것이다. 이렇게 하나님의 뜻을 구하고 상처를 안고 기도를 하면 회복되고 치유되는 역사를 경험할 수 있다.

(3) 십자가의 복음-하나님과의 관계회복

탈진한 사람들의 마음은 하나님의 사랑에 대한 확신의 결여를 가져온다. 왜곡된 마음으로 하나님을 보기 때문에 그의 눈이 바로 되기까지는 하나님의 모습이 결코 바로 이해되지 못한다. 입으로는 하나님에 대해 많은 말을 할 수는 있지만 깊은 마음 속에 하나님에 대한 쓴 뿌리를 가지고 있다.¹²⁸ 또한 사람에 대한 마음의 상처와 사람과의 관계에서 오는 스트레스로 인해 탈진한 사람들을 보면 영적인 삶에 있어서 심한 굴곡과 침체를 겪는다. 개인적인 관계에 대한 확신이 부족하기 때문에 신앙의 태도가 항상 주변의 상황에 따라 올라갔다 내려갔다 하는 심한 굴곡현상을 보이는 것이다. 신앙의 연수가 오래되어도 탈진에 빠진 사람들은 어려움이 생기면 항상 근본적인 회의에 빠져 “하나님이 계신가? 하나님이 나를 사랑하시는가” 등의 유아적 상태를 벗어나지 못한다. 그 마음에는 하나님의 놀라운 은혜와 체험이 있음에도 불구하고 여전히 죄에 묶여있고 하나님에 대한 왜곡된 생각을 하게 된다.

128) 주서택, 김선화, 「내 마음 속에 울고 있는 내가 있어요」 (서울: 순출판사, 1998), 35.

이렇듯 탈진은 하나님에 대한 오해를 불러 일으켜 하나님과의 관계를 왜곡시키게 되므로
하나님으로부터 오는 풍성한 사랑과 은혜를 차단하게 된다. 그러므로 탈진한 자가 우선되어야 할
관계회복있다면 하나님과의 관계이다. 하나님은 멀리 계시는 분이 아니라 언제나 내 곁에 계시고 내
문제를 얼마든지 해결해 주실 수 있는 분이라는 인식의 변환이 무엇보다도 중요하다.

제 6 장

결론

21세기를 살고 있는 우리는 탈진이라는 용어 자체가 낯설지 않는 시대에 살고 있다. 특히 목회자는 다른 전문 직종에 종사하는 전문가보다도 쉽게 스트레스를 받을 수 있는 환경과 여건에 처해있는 사실을 알게 되었다. 본 연구를 준비하면서 한국적 상황에서 목회하는 목회자들에게는 탈진의 영역에 적절히 대처하지 않으면 목회를 성공적으로 완수하기가 힘들다 라는 결론에 도달하게 되었다. 특히 마산노회 목회자들로부터 받아 본 설문지를 통해서도 많은 목회자들이 탈진에 노출되어 있으며 목회자로서의 소명감이 흔들리는 경우도 드러 있었다. 그 이유는 연구결과로도 나타났지만 대부분의 목회자들이 사역 시간의 과다와 극도의 피로감을 느끼며 게다가 적절한 휴식시간조차 제대로 갖지 못해서 의욕이 상실되며 근심과 무기력을 느끼는 경우가 많았다. 또한 인간관계로 인한 스트레스로 인해 대인 기피증을 가지고 있으며 하나님의 부르심을 소명감까지 흔들리는 분들도 있었다. 조사대상자들의 33%(미탈진 27명 중 8명(29.6%)은 1.79 이상으로 위험군에 속해 있다. 이들은 포함한다면 21명 52.5%) 탈진이 가능하거나 이미 탈진이 시작된 것으로 나타났다는 것은 아직은 크게 심각한 수준은 아닐지 모르지만 목회자 3명중 1명은 탈진이 시작되었다는 것은 다시 한번 되짚어 보아야 할 부분이다.

탈진은 정서적, 심리적, 영적 쇠진 현상일 뿐만 아니라 한 개인이 속한 공동체에도 심각한 영향을 주고 있음을 알 수 있었으며 특히 대인관계적인 문제로 인하여 탈진이 이루어지는 비중이 상당히 높은 것을 발견할 수 있었는데 반복적인 대인관계를 지속할 수밖에 없는 구조적, 조직 속에 속해 있기에 목회자는 탈진의 위험에 노출되어 있다. 이 탈진은 단순히 개인의 문제만으로 끝나는 것이 아니라 목회자의 배우자와 자녀에게도 부정적인 영향을 줄 수 있다. 이제 한국교회가 건강해지기 위해서는 목회자가 건강해져야 하고 건강한 목회 구조를 만드는 것 또 필요하다.

이제는 목회자도 자신에게 탈진이 올 수 있다는 것을 알고 예방하기에 적극적으로 노력을 해야 한다. 목회자가 건강해야 목회자의 가정과 교회도 건강해질 수 있다. 목회자는 슈퍼맨이 아니므로

목회자도 일반인처럼 탈진할 수 있으며, 탈진 또한 하나님이 주신 힘으로 얼마든지 예방할 수 있고 극복할 수 있다는 생각을 가져야 한다. 또한 적절한 휴식 또한 필요하다. 한국교회 정서상 출퇴근의 개념이 없이 언제든지 성도의 부름에 반응해야하는 목회자로서는 안식을 함으로써 육신적으로 회복할 수 있는 기회가 될 수 있으며 우리의 현재 상황이 어떻든 간에 하나님의 임재를 알게 되는 기회를 갖는다는 것이다. 그러므로 우리는 내 자신의 힘으로 비극을 해결하려고 할 필요가 없다. 오히려 영적인 쉼은 인간의 행복으로 연결되며 적절한 쉼은 우리를 모든 비극에서 건져내기는 충분하다.

일반적으로 일 중독에 빠진 사람들은 쉼을 죄악으로 여기며 쉬면서도 불안해 한다. 그러나 결코 쉼은 죄악이 아닌 하나님의 축복이다. 하나님은 하루에도 쉼을 통해 충전할 수 있는 밤의 안식을 주었으며, 한 주간에도 안식일(출 20:8-11)을 주었으며, 7년마다 안식년(출 23:10-11, 레 25:4-5)을, 일곱 안식년 후에도 희년제도(레 25:8-10)를 주었던 사실을 기억해야 한다. 그래서 가능하다면 목회자도 안식년을 가질 필요가 있다. 꼭 1년은 아닐지라도 1달 이라도 쉼은 얻어야 건강한 육체를 유지할 수 있다.

그런데 이 쉼은 단순한 육체적인 쉼도 해당하지만 더 중요한 것은 영적훈련(기도, 예배)이다. 목회자는 매일 기도하고 예배한다고 하지만 이 영적훈련은 하나님의 임재를 체험하는 것을 의미한다. 이 영적 훈련을 통해 우리를 구원하시고, 목회자로 부르시고, 헌신하게 하시는 하나님만을 다시 한번 바라보고 인내하는 것이 가장 중요한 안식의 유익이다. 안식은 바쁜 일상의 사역에서 벗어나 참된 안식을 통해 하나님과의 깊은 영적 회복을 누릴 수 있다. 사람들과 모든 사역을 내려놓고 오직 하나님께 찬양과 경배를 드리는 성령충만한 영적훈련을 통해 하나님의 부르심과 사명이 더욱 분명해질 것이다.

그리고 십자가의 능력을 다시 한번 불일 듯 하는 일이다. 바울이 디모데에게 “하나님의 은사를 다시 불일듯 하라고 당부하였듯이 탈진한 자에게 필요한 것은 체력도 중요하고, 물질도 필요하지만 십자가의 능력이 회복이다. 두려움에 사로잡혀 살아가던 12제자가 십자가의 복음의 능력을 체험하고 나서 담대히 주님의 복음의 전하는 능력자가 되었듯이 탈진한 목회자에게 십자가의 복음의 반드시

회복되어야 한다.

예수님께서 마태복음 6장 33절에서 “너희는 먼저 그의 나라와 그의 의를 구하라 그리하면 이 모든 것을 너희에게 더하시리라”고 하셨다. 하나님께서 내 삶을 조정하시며 인도해 주신다는 확신이 없다면 어쩌면 탈진은 당연한 것인지도 모른다. 내 삶을 온전히 나의 주인되신 하나님께 맡길 때에 무엇을 하든지에 자족함을 알며, 어떤 환경에 처하든지 그곳에서 평안과 기쁨 가운데 삶을 살아 갈 수 있을 것이다.

APPENDIX A

부록 A

설문서(한글)

탈진 진단을 설문 문항

※모든 항목에 있어서 지난 한 해 동안

①은 “나에게는 해당되지 않는 항목이다. ①은 “한 번도 그런 적이 없다”

②는 “드물게 있었다”

③은 “가끔 있었다”

④는 “자주 있었다”

⑤는 “거의 항상 있었다.”

②

1. 감정적 소진의 영역

① 나는 하루 일과 중에 피로감을 느낀다. (① ② ③ ④ ⑤)

② 나는 두통이나, 목 뒷부분 또는 등 아랫부분의 근육에 통증을 느낀다.

(① ② ③ ④ ⑤)

③ 하루 일과가 끝나면 나는 너무 지쳐서 가족들과 시간을 보낼 만한 에너지가 남아 있지 않다. (① ② ③ ④ ⑤)

④ 교회 일에 대한 염려로 밤에 잠을 설친다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑤ 나는 몸이 아파서 하루를 쉰 적이 있다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑥ 나는 충분히 수면을 취했을 때에도 피곤을 느낀다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑦ 나는 쉽게 신경질을 내거나 화를 내는 경향이 있다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑧ 나는 목회 생활에서 무력감과 낙담을 느낀다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑨ 나는 내가 맡은 일이 너무 많아서 관심이 분산되고 일에 압도당하는 느낌이 든다.

(① ② ③ ④ ⑤)

⑩ 나는 교회 일의 압박감이 나의 결혼 생활과 가정 생활의 문제에 영향을 주고 있다고 느낀다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑪ 나는 당회나 제직회를 하는 동안 웬지 불안하다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑫ 나는 설교 때 하나님이 우리와 함께 계신다고 말은 하지만 스스로는 하나님이 나에게서 멀리 떨어져 계시는 것같이 느낀다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑬ 나는 목회에 대한 나의 소명의식에 대해 의심이 든다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑭ 나는 개인적으로 기도하며 성경을 읽을 만한 충분한 에너지가 없다고 느낀다.

(① ② ③ ④ ⑤)

⑮ 나는 설교할 때 책망하는 경향이 있다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑯ 가끔 소리를 지른다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑰ 고독하고 무시를 당한다고 느낀다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑱ 박해를 당한다는 느낌이 든다. (① ② ③ ④ ⑤)

2. 비인격화 영역

① 나는 사람들을 만나 교제하는 것보다 서재에서 혼자만의 시간을 갖는 것을 더 좋아한다.

(① ② ③ ④ ⑤)

② 나는 교회 안에 다른 교역자들과 친밀한 관계를 맺고 있지 않다.

(① ② ③ ④ ⑤)

③ 나는 불가피한 경우를 제외하고는 다른 교회의 동역자들과의 접촉을 꺼린다.

(① ② ③ ④ ⑤)

④ 나는 성도들의 사정에 대해 관심이 없고 거리를 두며, 거의 기계적으로 대하는 경향이 있다.

(① ② ③ ④ ⑤)

⑤ 다른 사람이 자신을 주시하고 있다는 느낌이 든다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑥ 고독하고 무시당한다고 느낀다. (① ② ③ ④ ⑤)

3. 개인적 성취감의 감소와 관련된 항목

① 나는 목사로서 강한 정체성이 없다. (① ② ③ ④ ⑤)

② 나는 스스로 확신이 없는 내용을 가지고 설교를 하는 나 자신을 발견할 때가 있다.

(① ② ③ ④ ⑤)

③ 나는 목회에 용기를 잃고 다른 교회로 옮기거나 아예 목회를 그만 둘까 하는 생각을 하기도 한다.

(① ② ③ ④ ⑤)

④ 나는 목회를 아예 그만 두고 싶은 생각을 해본다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑤ 나는 성도들로부터 그다지 긍정적인 평가나 지지를 받지 못하고 있다.

(① ② ③ ④ ⑤)

⑥ 나는 내가 교회를 위해 열심히 섬긴다고 생각하지만 정작 성도들은 별로 알아주는 것 같지 않다.

(① ② ③ ④ ⑤)

⑦ 나는 나 스스로 목회 생활에 대하여 기대하는 것과 목회 현실 사이의 괴리로 인해 내적 갈등을 느낀다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑧ 나는 목회에 대해 따분한 느낌이 들고 동기 부여를 잘 느끼지 못하고 있다.

(① ② ③ ④ ⑤)

⑨ 나는 내가 설교하는 것이 성도들의 생활에 어떤 영향을 주고 있는가 자문해 볼 때 확신이 없다.

(① ② ③ ④ ⑤)

⑩ 사역에 효과성이 점점 떨어지고 있는 것 같다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑪ 나는 예전만큼 나의 임무들을 잘 성취해내지 못한다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑫ 나는 교회 일에 흥미를 덜 느낀다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑬ 나는 어떤 목표를 너무 높이 세우고는 그 목표들을 달성하지 못해 실망하는 나 자신을 발견한다.

(① ② ③ ④ ⑤)

⑭ 나는 목회자로서의 나의 역할에 대해 갈등을 느낀다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑮ 내가 목회를 하고 있는 것이 사람을 섬기기 위해서라기보다는 물질적인 필요를 채우기 위해서가 아닌가 하는 생각이 든다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑯ 많은 성도들이 새로운 아이디어나 변화들을 별로 좋아하지 않는다.

(① ② ③ ④ ⑤)

⑰ 전체 성도들의 사기가 비교적 낮은 편이다. (① ② ③ ④ ⑤)

⑱ 일이 안되면 자신이나 남을 탓한다. (① ② ③ ④ ⑤)

총 점수를 합산하여 해당되는 항목 수를 나누어 평균이 3으로 나오면 어느 정도 탈진 상태에 있다고 진단할 수 있다. 또 3이상이면 탈진이 상당히 진전되었다고 볼 수 있다.

총 점수를 합산하여

1-1.9 귀하는 아마도 탈진상태에 있지 않다고 볼 수 있다

2-2.9 귀하는 탈진 상태에 접어들 가능성이 있다.

3-3.9 귀하는 탈진 상태가 시작되었다고 볼 수 있다.

4-4.9 귀하는 아마도 탈진 상태가 심화된 단계에 있다고 볼 수 있다.

BIBLIOGRAPHY

참고 자료

1. 단행본 및 번역서

김명소 외. 「방송사 기자들의 심리적 탈진에 관한 연구: KBS, MBC, SBS 등 지상파 3사 취재기자를 대상으로」. 서울: 한국방송학보 2004.

김정호 외. 「스트레스의 이해와 관리」. 서울: 시그마프레스, 2007.

김기홍 외. 「영적 침체 이렇게 극복하라」. 서울: 글로리아, 1998.

박근원. 「오늘의 목사론」. 서울: 대한 기독교서회, 1993.

박희석. 「안식일과 주일」. 서울: 크리스찬 다이제스트, 2002.

오태균. 「목회자 탈진에 대한 교회 교육학적 과제」. 서울: 기독교교육정보 22, 2009.

———. 「목회자 탈진극복을 위한 교회성장학적 과제」. 서울: 개혁주의 교회 5, 2010.

유재성. 「목회자의 탈진 자가진단법」. 서울: 목회와 신학 182, 2004.

이관직. 「목회상담학」. 서울: 한국목회상담연구소, 2000.

———. 「목회심리학」. 서울: 국제제자훈련원, 2005.

이홍배. 「목회자 탈진 클리닉」. 서울: 엘멘, 2002.

Allender, Dan B. 「안식」. 안정임 역. 서울: IVP, 2010.

Dawn, Marva J. 「안식」. 전의우 역. 서울: IVP, 2001.

Greenfield, Guy. 「상처입은 목회자」. 황성철 역. 서울: 그리심 2004.

Hart, Archibald D. 「우울증이 목회사역에 미치는 임상적 연구」. 김호원 역. 서울: 신망애출판사 1991.

Holmes, Urban Tigner. 「목회와 영성」. 김외식 역. 서울: 대한기독교서회, 1988.

Heschel, Abraham Joshua. 「안식」. 김순현 역. 서울: 복있는 사람, 2007.

Minirth, Frank. 「무력감에 빠졌을 때」. 최혜주 역. 서울: 서울 말씀사 1997.

- Minirth, Frank and Les Carter 「탈진된 마음의 치유」. 김은철 역. 서울: 규장, 1995.
- Nee, Watchman. 「하나님의 말씀의 사역자」. 권혁봉 역. 서울: 생명의말씀사, 1982.
- Nuss, Daryl. 「목회자의 탈진, 어떻게 피할 수 있는가」. 목회와 신학 편집부 역. 서울: 목회와 신학 2000.
- Oates, W. E. 「신앙이 병들 때」. 정태기 역. 서울: 대한기독교출판사 1987.
- Oswald, Roy M. 「목회자의 자기관리」. 김종환 역. 서울: 세부, 2000.
- . 「사역자의 자기돌봄」. 서울: 그리심, 2007
- Sanford, John. 「목회자 탈진과 융 심리학」. 심상영 역. 서울: 한국심층심리연구소, 2011.
- . 「탈진한 목회자를 위하여」. 심상영 역. 서울: 나단, 1995.
- Towns, Elmer and Warren Bird. 「뉴 페러다임 시대의 11가지 교회 모델」. 이대숙 역. 서울: 요단, 2011.
- Keil, Carl F. and Franz Delitzsch. 「카일텔리취 구약주석-여호수아, 사사기, 룻기」 송종섭 역. 서울: 기독교문사, 1987,
- . 「카일텔리취 구약주석-열왕기상」. 송종섭 역. 서울: 기독교문화사, 1992,

2. 영서

- Carl F. Keil and Franz Delitzsch. *Commentary on the Old Testament. Vol.3*, Michigan: Willian B. Eedmans Publishing Company, 1980
- Christina, Maslach. *Burnout: The Cost of Caring*, Englewood Cliffs, NJ: Prentice-Hall, 1982.
- Edelwick J & Brodsky A, “Burnout: A Social Psychological Analysis”. Ed. W. Paine. *Job Stress and Burnout, Research, Theory and Intervention Perspectives*, (Beverly Hills: Sage Publications, 1982.
- Faulkner, Brooks. *Burnout in Minsrtry*. Nashville: Broadman Rress, 1981.
- Freudenberger, Herbert J. “The Staff Burn-Out Syndrome in Alternative Institutions”, *Psychotherapy: Theory, Research, and Practice*, 1975.
- Friedman, Edwin H. *Generation to Generation: Family Process in Church and Synagogue*. New York: The Guilford Press, 1985
- Gill, John. *Burnout: A Growing Threat in the Ministry*. Human Development, 1980.

Hart, Archibald D. *Understanding Burnout*. Theology News and Notes, 1984.

Maslach C, *Burnout: Stress of Disillusionment in the Helping Profession* (New York: Human Science Press, 1980.

3. 정기간행물

권성수. “목회자 탈진에 대한 바울의 가르침.” 「목회와 신학」, 12월 (2001): 124-35.

김상복. “목회자 탈진의 원인과 대처방안.” 「복음과 상담」, 13권 (2009): 121-9.

김준수. “목회자의 스트레스와 탈진.” 「복음과 상담」, 8권 (2007): 33-58.

———. “한국교회의 목회구조가 만들어 내는 탈진.” 「목회와 신학」, 8월 (2000): 121-6.

박수암. “성경에 비취 본 지도자들의 탈진과 회복.” 「목회와 신학」, 11월 (1993): 49-56.

박홍순. “바람직한 기독 지식인: 누가복음의 안식일 논쟁단락을 중심으로.” 「신앙과 학문」, 8월 (2008): 86-99.

양병모. “목회탈진 주요 원인과 분석과 해결에 관한 소고.” 「복음과 실천」, 10권 (2005): 320-29.

———. “목회 윤리에서의 자리 관리 방안으로서 목회자의 상호돌봄.” 「복음과 실천」, 14권 (2009): 232-43.

이관직. “목회자, 그들은 왜 탈진에 이르는가.” 「목회와 신학」, 12월 (2000): 85-95.

———. “목회자와 스트레스.” 「신학지남」, 264호 (2000): 84-9.

이만홍. “목회자의 탈진 증후군, 그 원인과 대책.” 「월간 목회」, 6월 (1997): 385-96.

———. “사역자 탈진 증후군, 그 원인과 대책.” 「월간 목회」, 6월 (1997): 267-71.

이명희. “목회자 갈등요인과 해소방안-부목회자 중심.” 「복음과 실천신학」, 17권 (2008): 37-42.

이상규. “목회가 부담스러울 때.” 「복음과 신학」, 11월 (2004): 110-6.

이성희. “목회자의 자기관리.” 「목회와 신학」, 11월 (1989): 125-9.

유재성. “목회자의 탈진 자가진단법.” 「목회와 신학」, 8월 (2004): 102-8.

이용원. “목사와 스트레스.” 「신학과 목회」, 6월 (1992): 96-9.

이정석. “신학적 혼동과 목회자의 탈진.” 「목회와 신학」, 12월 (2000): 66-72.

장재. “신명기 안식일 계명에 대한 소고.” 「성경과 신학」, 5월 (2007): 154-61.

———. “목회 윤리에서의 자기 관리 방안으로써 목회회자의 상호 돌봄.” 「복음과 실천」, 3월 (2009): 110-21.

정동섭. “목회의 스트레스 이렇게 대처하라.” 「복음과 신학」, 4월 (1993): 247-58.

황성주. “목회자 건강, 라이프 스타일에 달렸다.” 「목회와 신학」, 6월 (2000): 178-80

황태연. “현 한국선교구조 속에서의 연장/안식년 교육:한국 선교사의 연장/안식년 교육의 문제점과 당면 과제에 관하여.” 「KMQ」. 6월 (2011): 132-7.

Dary, Nuss. “목회자의 탈진 어떻게 피할 수 있는가” 「목회와 신학」, 12월 (2000): 96-105.

Rick, Warren. “탈진 어떻게 예방할 수 있을까.” 「목회와 신학」, 12월 (2001): 93-104.

Maslach, C. and W. B. Schaufeli. “Job Burnout,” *Annual Review of Psychology*, 52 (2001): 397-422.

3. 학위 논문

조규황. “목회자의 탈진에 영향을 미치는 생태학적 변인연구” (충신대학교목회대학원, 박사 2013).

안덕수. “한국교회 중년 남성목회자의 스트레스와 탈진에 관한 연구” (연대학교 신학대학원, 박사 2008).

IRB APPROVAL

IRB 승인

LIBERTY UNIVERSITY

INSTITUTIONAL REVIEW BOARD

7/29/2016

Kang Wook Hwang

IRB Exemption 2556.072916: A Study of Pastors' Exhaustion and Their Restoration with a Focus on Go Shin Pastors Who Are Living in Kyungnam

Dear Kang Wook Hwang,

The Liberty University Institutional Review Board has reviewed your application in accordance with the Office for Human Research Protections (OHRP) and Food and Drug Administration (FDA) regulations and finds your study to be exempt from further IRB review. This means you may begin your research with the data safeguarding methods mentioned in your approved application, and no further IRB oversight is required.

Your study falls under exemption category 46.101(b)(2), which identifies specific situations in which human participants research is exempt from the policy set forth in 45 CFR 46.101(b):

- (2) Research involving the use of educational tests (cognitive, diagnostic, aptitude, achievement), survey procedures, interview procedures or observation of public behavior, unless:
- (i) information obtained is recorded in such a manner that human subjects can be identified, directly or through identifiers linked to the subjects; and (ii) any disclosure of the human subjects' responses outside the research could reasonably place the subjects at risk of criminal or civil liability or be damaging to the subjects' financial standing, employability, or reputation.

Please note that this exemption only applies to your current research application, and any changes to your protocol must be reported to the Liberty IRB for verification of continued exemption status. You may report these changes by submitting a change in protocol form or a new application to the IRB and referencing the above IRB Exemption number.

If you have any questions about this exemption or need assistance in determining whether possible changes to your protocol would change your exemption status, please email us at irb@liberty.edu.

Sincerely,

G. Michele Baker, MA, CIP

Administrative Chair of Institutional Research
The Graduate School

LIBERTY

UNIVERSITY

Liberty University | Training Champions for Christ since 1971