

말이 상처가 될 때

When Words Hurt

신앙 성장 시리즈 35

말이 상처가 될 때

When Worlds Hurt

© 1997, 2002 RBC Ministries,
Grand Rapids, MI. Printed in USA.

인 쇄 : 2010년 11월 26일

발 행 : 2010년 11월 28일

감 수 : 김상복

번 역 : 강희숙

교 정 : 이재춘 / 신영균

편 집 : 신영균

발 행 인 : 김상복

발 행 처 : 한국 오늘의 양식사

(031)780-9565~8

인 쇄 처 : 소망사

(02)392-4232

발간사 / 4

말의 힘	10
결혼생활에서의 충돌	14
결혼생활에서의 언어폭력	23
극단적인 언어폭력으로 인한 상처	32
언어폭력에 대한 대응	39

표지그림 : 이종근의 행성금강도 금강산을 깎다.

발간사



생명의 말이 있고 죽음의 말이 있다. 하나는 언제나 살리는 말이고 하나는 언제나 죽이는 말이다. 언어폭력 때문에 받은 상처는 육체적 폭력으로 받은 상처보다 더 무섭다. 부부 간에나 부모와 자녀 간에, 이웃 간에도 언어폭력으로 인해 받은 상처는 정신적, 정서적, 육체적 피해를 일으킨다. 말은 치유를 할 수도 있고 상처를 줄 수도 있다. 말로 상대를 지배하고 공격하고 죄의식을 일으키고 조롱하고 변명하고 무시하기도 한다. 고향을 지르고 억압하고 협박하고 강요하고 보복할 수 있다. 늘 경험하는 것인데 이런 때 어떻게 반응해야 하나? 우리도 똑같은 언어폭력으로 대응할 것인가? 그렇다면 큰 불행을 초래할 것이다. 건강한 대응 방법은 사랑이다. 문제를 인정하고 의견 차이를 검토하고 잘못된 것은 차분하게 지적해 주어야 한다. 치유가 되려면 시간이 필요하다. 마음의 변화를 추구하고 결국 용서를 배워야 한다. 결국 마음도 말로 표현해야 한다. 언어를 잘 개발한 사람을 성경은 성숙한 자라고 부른다. 언어사용의 중요성을 인식하고 배워야 한다. 신앙인은 말로써 사람을 살려야 한다. 이 책자가 모두에게 도움이 될 것이다.

2010년 11월
한국오늘의양식사
발행인 김상복 목사



말이 상처가 될 때 — 결혼생활에서의 언어폭력 —

제프 올슨¹⁾

마샤는 속이 죄어오기 시작했습니다. 그녀는 다른 생각 없이 남편 댄에게 오늘 오후에 무엇을 할 계획인지 물었습니다. 자기가 그 때 집에 없어도 괜찮다는 것을 분명히 해두고 싶었기 때문입니다. 전 날 남편에게 이야기 하지 않고 장보러 간 것을 알고 남편이 화를 냈던 일로 인해 그녀는 아직도 마음이 어지러웠습니다. 어제 저녁 식사 중 무려 몇 분 동안이나 남편은 그녀를 노려보며 소리를 질러대고는 앞으로 자기와 미리 상의를 하지 않으면 수표책이고 자동차고 모두 빼앗아 버리겠다고 으름장을 놓았습니다. 그래서 다음 날 아침인 지금 마샤는 조심스럽게 남편에게 그날의

1) 제프 올슨(Jeff Olson)은 미국 미시간주의 전문상담사이며 RBC에서 일하고 있습니다.

계획에 대해 물어보고 있었던 것입니다. 늘 그랬던 것처럼 댄은 아내의 의도를 오해했습니다. “내가 무엇을 해야 할지를 왜 당신에게 말해야 하지?”라고 그는 물어뜯듯이 반문했습니다.

마샤는 자신의 몸이 더욱더 죄어오는 것을 느꼈습니다. “나한테 다 말해야 한다는 것이 아니고 나는 다만 당신이 오늘 오후에 하고 싶은 일이 있을 것 같아 물어보았을 뿐이에요.”라고 기가 죽어서 말했습니다.

“그래? 나는 그저 당신이 왜 내가 하는 모든 일을 말해 주기를 바라는지를 알 수가 없다는 것이야.” 댄은 더욱 화를 내며 말했습니다.

“왜 그렇게 흥분하세요? 내게 모든 것을 말해 줘야 한다고 말한 것이 아닌데요.” 마샤가 대응했습니다.

“내가 흥분한 것이 아니야. 당신은 항상 아무것도 아닌 일을 큰일로 만들어 버리잖아!” 댄이 으르렁거렸습니다.

“나는 아무것도 아닌 일을 큰일로 만들려고 한 적이 없어요. 마샤가 따지고 들었습니다.

“나는 단지 물어보았을 뿐인데...” 마샤가 미처 설명

을 다 하기도 전에 댄은 아내의 말을 자르고 고함을 질렀습니다.

“아니라고 하려 들지 마. 당신은 항상 그런 식이야!”

몇 초간의 어색한 침묵이 흐른 후 댄은 주먹으로 테이블을 치고는 계속 고함을 질러대었습니다.

“입 닥치고 그만 두지 못해! 당신은 말이야, 순종하는 아내가 된다는 것이 어떤 것인지 도대체 몰라. 하기가 멍청하니 그런 것 알 턱이 없지 뭐!”

“좋아요. 여보, 이제 그만 합시다. 마사가 물러섰습니다.

“어딜 그런 식으로 쉽게 빠져나가려고! 당신은 늘 얼렁뚱땅 끝내려 하고 있어!” 댄이 소리쳤습니다.

너무 화가 나서 마사도 소리 질렀습니다. “나는 당신이 내가 그만 물러서기를 바라는 것으로만 알았던 말이에요!”

마사는 계속해서 자신에 대해 해명하려 했지만 댄은 막무가내였습니다. 그는 그녀의 말을 계속해서 곡해하며 그녀를 더 모멸적인 이름으로 불렀습니다. 다행이도 전화가 걸려와 그 상황은 끝났습니다.

그러나 마사는 많은 다른 대화들에서도 그랬지만 이

대화를 끝내면서 자신이 하찮게 느껴지고, 당혹스러웠으며, 죄책감이 들었습니다. 자신이 한 말 가운데 어떤 말이 댄을 그토록 화나게 했는지 그리고 왜 남편이 자기를 이해하도록 할 수 없었는지에 대해 의아해했습니다. 마사와 댄의 대화는 부부가 대화 중에 말로써 상대방에게 상처를 줄 수 있음을 한 예로 잘 보여주고 있습니다. 주먹이 날아간 것도, 손바닥으로 친 것도, 몸싸움을 한 것도 아닙니다(그럴 수도 있었지만). 대신에 댄은 말로 아내를 때렸던 것입니다.

말이 무기가 된 것은 인간의 언어 역사와 함께 시작된 오랜 관례입니다. 그러나 아직도 우리는 이 문제의 심각성에도 불구하고 주의를 기울이지 않고 있습니다. 신체적, 성적인 학대 행위에 의한 상처에 대해서는 오랫동안 이해를 하고 주의를 기울여온 반면에 주먹보다 말이 훨씬 더 큰 상처를 줄 수 있다는 것을 우리는 아직 깨닫지 못하고 있습니다.

이 책의 목적은 상처를 입힐 수도 있는 말의 힘에 대해 우리의 주의를 환기시키는 데 있습니다. 여기서 1차적으로 다루는 문제는 결혼 생활에서의 말의 오용에 관한 것이지만 이 책에서 제시하는 원리들은 다른 인간관

계에서도 적용될 수 있을 것입니다.

다양한 수준의 말의 영향력과 폐해를 이해하고 그것에 적절한 방법으로 대응할 수 있도록 수많은 남편들과 아내들에게 도움을 주는 것이 이 책의 주된 관심사입니다. 우리 다 같이 결혼서약에 담긴 정신과 밝은 미래를 해치는 말에 관해 관심을 가지고 생각을 해 봐야 합니다.





말의 힘

우리가 하는 말의 중요성과 말의 힘을 과소평가해서는 절대로 안 됩니다. 신약성경의 저자 중 한 사람인 야고보는 사람의 혀가 신체 중 가장 작은 지체이지만 막강한 영향을 주는 힘을 지니고 있다고 말했습니다(약 3:1-12). 잠언서는 “죽고 사는 것이 혀의 권세에 달렸나니”(18:21) 라는 말씀으로 우리의 주의를 환기시켜 주고 있습니다. 우리가 서로 의사를 소통하기 위해 사용하는 언어는 칼과 같습니다. 유능하고 조심스러운 외과 의사의 손에 있으면 칼은 좋은 일을 할 수 있습니다. 그러나 부주의하거나 무지한 사람의 손에 있으면 큰 화를 입힐 수 있습니다. 말도 그와 같습니다.

말의 순기능

성경은 친절한 말은 상대방에게 큰 힘이 되고 자양분을 주며 상처 입은 마음을 고쳐줄 수 있다고 가르치고 있습니다. 잠언 16장 24절에서는 “선한 말은 꿀 송이 같아서 마음에 달고 뼈에 양약이 되느니라”라고 말씀합니다. 깊이 생각하고 하는 말은 자신감이 없고 상실감에 빠져 혼란을 겪고 있는 배우자에게 자신감과 희망과 의지를 회복시키는 데 도움이 될 수 있습니다. 예를 들면 남편은 “여보, 요즘 당신이 많이 참아줘서 고마워요. 내가 계속 일에 너무 빠져 있었던 걸 나 알고 있어요. 당신이 너무 힘들어하고 있는데 내가 너무 일에 정신이 팔려 알아채지 못했어요.” 라는 말로 아내의 기분을 살려줄 수 있을 것입니다.

말의 역기능

학창시절로 돌아가 “막대기와 돌맹이는 내 뼈를 부러지게 할 수 있지만 말로는 절대 그렇게 못 하지”라는 말대꾸를 기억해 봅시다. 이것은 거짓말입니다. 매정한 말은 “분명히” 상처를 줍니다. 때로는 깊은 상처를 말입니다. 누가 소리를 질러대거나 “바보”나 “멍청이”

라고 부를 때, 그것도 특히 배우자가 그렇게 부르면 오래오래 아프게 하는 상처를 입힐 수 있습니다.

우리는 혀의 공격력과 파괴력을 심각하게 생각하지 않는 경우가 자주 있습니다.

우리는 혀의 공격력과 파괴력을 심각하게 생각하지 않는 경우가 자주 있습니다. 생각 없이 하는 몇 마디 말이 배우자나 친구의 영혼을 죽일 수 있습니다. 잠언 12장 18절에 “혹은 칼로 찌름 같이 함부로 말하거니와”라는 구절이 있습니다. 야고보는 혀를 “죽이는 독이 가득한 것이라”(3:8) 라고 묘사하고 있습니다. 시편 52편 2절은 혀가 다른 사람들을 파멸시키는 “날카로운 삭도”라고 합니다.

위의 내용들은 우리가 말로 고통을 주는 일을 절대로 해서는 안 된다는 뜻일까요? 아닙니다. 그렇지 않습니다. “말로써 수술”을 해야 할 때가 있습니다. 때로는 고통을 줄 수 있는 예리한 말을 따듯한 마음으로 숨써 있게 해야 할 경우가 있습니다(잠 27:6). 우리에게는 이따금 훈계, 벌, 건설적인 비판이 필요합니다. 그런

말들이 필요하기는 하지만 아픈 것은 어쩔 수 없습니다. 그러나 그 상처는 “악의가 섞인” 고통은 아닙니다 (고후 7:8-10). 그런 고통은 성장에 도움을 주기 위한 것입니다.

말이 주는 고통 때문에 사랑이 담긴 본래의 의도가 사라지는 경우가 너무나 많습니다. 우리가 상대방에게 상처를 주는 말을 더 많이 쓰게 되는 것은 말다툼을 할 때일 것입니다. 불행히도 우리들 대부분의 결혼생활에서 말다툼을 너무나 흔히 보게 됩니다. 거의 모든 부부가 갈등과 견해차를 체험하는데, 그것은 부부가 말로써 상대방을 지배하고 상처를 주려할 때 나타나는 것입니다.



결혼생활에서의 충돌

결혼생활에서 충돌은 불가피한 것입니다. 각자의 성별, 가족배경, 인생경험 등에 의해 영향을 받는 결혼생활 속에 서로 자신의 견해를 적용시키기 때문에 대부분 부부들은 잦은 의견 불일치와 심한 견해 차이에 부딪히게 됩니다.

건전한 부부 사이에서는 이들 불일치가 비파괴적인 방법으로 해결됩니다. 심한 의견대립을 보이기는 하지만 많은 경우 통제 속에서 존중하며 그러한 대립을 허용하는 방식으로 충돌을 헤쳐나갑니다.

그러나 기실 대부분의 부부들은 의견 충돌 중에 말을 잘못하는 경우를 간헐적으로 경험합니다. 때로는 부부 관계가 최상일 때에도 대화가 단절되고 아주 보기 흉한 상태로 됩니다. 불공정하게 다투고, 차이점을 해결

하러 노력하지 않고 또한 상대방을 조종하고, 이기고, 최소한 되갚음을 하러 애쓴다는 면에서 우리 모두가 어느 정도는 떳떳하지 못합니다.

◆ 말로써 하는 지배와 공격의 유형들

결혼한 사람들은 모두 알게 모르게 말로써 배우자의 마음에 상처를 주고 지배해 왔습니다. 다음에 열거한 유형들은 비록 사람 사이의 관계에 따라 그 정도가 다양하기는 하지만 배우자들이 서로를 지배하거나 공격하기 위해 사용하는 가장 전형적인 술수들입니다.

1. 죄책감 갖게 하기

죄책감을 갖도록 하는 것은 사람들을 지배하거나 벌을 주는데 효과적인 방법입니다. 배우자들은 자신의 의견과 일치하지 않거나 자신에게 대든 것에 대해 상대방이 죄책감을 느끼게 할 수 있을 때 그들은 상대방을 지배하는 힘을 얻습니다. 죄책감을 느끼게 하는 말은 쉽고도 간단한 것일 수 있습니다. “지금 당신이 행복하기를 바라고 있어.”라든가 “어떻게 그렇게 오래 걸렸지?”와 같은 것들입니다.

“늘 ‘내가’ 잘못해서 그래.”처럼 더 민감하게 작용할 수 있는 말들도 있습니다. 어떤 여자는 남편의 잘못을 지적할 때마다 남편으로부터 이런 말을 들었습니다. 그렇게 함으로써 그 남편은 아내가 자기에게 부정적인 언급을 할 때마다 아내가 죄의식을 갖게 한 것입니다.

2. 흡잡기

부부가 서로 흡을 잡기 시작하면 건잡을 수 없게 됩니다. 일처리 하는 것부터 돈 관리, 차림새, 운전애 이르기까지 잘못을 들추어내어 상대방에게 잔소리를 할 수가 있습니다. 가끔이든 계속적이든 간에 흡을 잡게 되면 꾸지람을 하는 배우자는 우울감을 가지게 되고 상대방은 열등감을 가지게 됩니다.

3. 인신공격

이것은 배우자의 약점에 빗대어 부정적인 어휘를 사용하는 것입니다. 바보, 게으름뱅이, 멍청이, 얼간이, 천치, 울보 같은 경멸적인 호칭은 상대방을 위축시키고 하찮은 존재로 느끼게 합니다. 배우자들은 또한 “당신은 아내 역할을 제대로 한 적이 전혀 없었어” 라거나

“당신은 어떤 일도 제대로 해내지 못해” 라는 말로 인신공격을 하기도 합니다.

4. 큰 소리 내기

큰소리 내기는 많은 결혼생활에서 자주 일어나는 일입니다. “도대체 뭐가 문제야!” 또는 “입 닥치고 나 좀 내버려둬!” 라며 고함지르고, 분노를 터뜨리고, 소리를 질러 배우자에게 겁을 주는 것입니다. 소리를 지르는 쪽에게는 힘을 느끼게 해주고, 듣는 쪽에게는 열등감과 패배감을 느끼게 하여 또 다른 공격성 소리 지르기를 유발할 수 있는 일을 하거나 말을 하는 것을 두려워하게 합니다.

5. 빈정대기

빈정대기는 말로써 지배하려는 또 다른 방법인데 대개는 은연 중에 공격이 이루어집니다. “아무거나” 라든가 “아무렴” 같은 빈정거리는 반응은 (특히 눈동자를 굴리면서 말하면) 상대방의 의견을 무시하거나 비난하는 것입니다. 빈정대는 말을 하면 얘기를 주고받을 분위기가 결코 형성되지 않습니다. 분위기는커녕 상대방

의 기분을 잡치게 하고 공격적 배우자가 분위기를 주도하고 우위를 차지하여 대화를 망치게 됩니다.

6. 비난하기

비난은 한쪽을 잘못에서 벗어나게 하고, 그 잘못을 상대방이 뒤집어쓰게 합니다. 일이 잘못되면 그것은 부부 중 한쪽이 잘못했다는 것입니다. 예를 들면, 아내가 남편에게 자기 대신 누군가에게 전화를 걸어달라고 부탁해서 남편이 그렇게 했는데, 그 후에 그 전화 때문에 다른 가족과 문제가 생기게 되자 그 일로 남편을 비난했습니다. 어떤 남편은 아내에게 화를 내고는 자기가 화낸 것을 아내 때문이라고 했습니다. 이렇게 잘못을 떠넘기면 아무 잘못이 없는 상대방은 혼란에 빠지고 벌을 받은 느낌을 갖게 됩니다.

7. 깔보기

은근히 그렇든, 대놓고 그렇든 간에 깔본다는 것은 부부 중 한쪽이 상대방에 대하여 우월한 힘을 얻자는 것입니다. 아주 조용하게 그러나 우월감을 담은 목소리로 남편이 아내에게 당신이 이해하기에는 너무 어려

우니까 집안 돈 문제에 대해서는 걱정하지 말라고 애기하는 것이 그런 경우입니다. 어떤 사람들은 그들의 배우자가 했던 말이나 행위에 대해 여러 사람들 앞에서 배우자를 업신여깁니다. 여러 사람들 앞에서 힘을 과시하기 위해 “당신은 왜 그런 옷을 입었어?” 라든가 “그 옷은 별로인데!” 라고 하여 배우자가 자신을 초라하고 바보 같은 존재라고 느끼게 합니다.

❖ 지배하고 공격하는 데 왜 말을 이용할까요?

어떤 식으로든 대부분의 남편들과 아내들은 적어도 앞에서 언급한 술수 중 최소한 몇 개는 사용해 왔습니다. 그러나 문제는 말에만 국한되는 것이 아닙니다. 정작 문제는 개인적인 이기심, 분노, 아니면 불안감이 우리로 하여금 다음에 언급되는 어떤 목적을 달성하기 위해 말을 이용하게 만든다는 것입니다.

1. 내 방식대로 하려고

모든 사람에게는 이기적인 성향이 있습니다. 우리들 누구나 어느 정도는 자신이 원하는 대로 하기 위해 몸부림을 칩니다. 예수님의 이 땅에서의 삶을 주목받게

만든 것들 중 하나는 예수님이 이기적인 분이 아니었다는 것입니다. 예수님은 항상 자신보다는 다른 사람들의 이익과 하나님 아버지께서 목적하신 바를 앞세웠습니다. 그래서 역사상 그 누구보다 더 큰 고난을 당하셨습니다. 그리스도를 따르는 우리들은 그 분이 보여주신 이타적인 삶을 무조건 본받으라고 부름을 받았습니다(빌 2:35). 그러나 우리는 그러기에는 많이 부족합니다. 결혼생활에서의 의견대립이라는 관점에서 보면 오래된 부부들까지도 어린애 같은 행동을 하고 각자 마음대로 하려고 합니다. 배우자에게 위협을 하거나 죄책감을 갖게 하여 지배함으로써 우리는 효과적으로 자신이 이기적으로 원하는 것을 얻고 개인적 손실은 막으려 합니다.

2. 양ज्ञ음하려고

많은 사람들이 경멸적인 호칭으로 배우자를 부르거나 배우자에게 빈정대는 가장 큰 이유는 보복심 때문입니다. 어떤 배우자들은 옳든 그르든 간에 인신공격을 당했다는 느낌을 받거나 위신이 실추되었다는 느낌을 받으면 상대방에게 보복을 하려 합니다. 보복하는 것은 하나님의 일(롬 12:19)이라는 것을 잊어버렸거나 무시

하고 “양갓음” 하려는 의도와 더불어 화를 내며 반응합니다. 또 어떤 배우자들은 상대방에 대한 개인적 좌절감을 드러냅니다. 그들은 특별한 상황이나 혹은 다른 사람들에게 대해 화를 내며 일이 자기 뜻대로 되지 않으면 그것 때문에 누군가가 고통을 받기를 원합니다.

3. 숨기려고

마음을 열고 개인적인 일에 대해 책임을 지는 것은 결혼생활의 기본입니다. 이런 기본이 없으면 부부 사이가 성숙해질 수 없습니다. 그렇다고 인정하기가 쉽지는 않겠지만 이따금 우리는 말로써 우리 자신을 숨기고 감싸려고 합니다. 최초의 결혼커플인 아담과 이브처럼 우리는 두려워한 나머지 배우자나 하나님께 우리의 실패를 숨기려합니다(창 3:7-13).

다른 사람들에게 나쁜 행동을 하는 우리의 참모습을 볼 때 우리는 잘못을 인정하려 하지 않습니다. 우리는 마음이 상하게 될 때 너무나 빈번히 화를 냅니다. 우리가 숨김없이 인정하면 공격을 당하거나 버림을 받지는 않을까 두려워합니다. 마치 기소된 범죄자처럼 우리는 우리의 결백을 강하게 주장합니다(잠 16:2). 아담이 그

했던 것처럼 자기중심적 습성 때문에 우리는 종종 방어적이 되고 배우자를 비난하고 심지어는 하나님을 비난하기도 합니다(창 3:12). 예를 들면, 어떤 남편은 너무 화를 내는 바람에 아내가 그들의 관계에 대해 터놓고 말하기 어렵게 되었음에도 책임을 지기는커녕 오히려 “내가 당신을 위해 이 모든 것을 했는데 어떻게 나에게 대해 그렇게 말할 수가 있어!” 라고 말합니다.

우리는 모두 지금껏 우리의 방식대로 하기 위해 어느 정도는 교묘하고 위협적인 말들을 해 왔습니다. 그리고 불쾌한 말로써 배우자에게 “별”을 주었습니다. 그리고 잘못을 배우자에게 돌림으로써 자신을 감싸려 했습니다. 이와 같은 우리 자신의 모습을 보게 되면 우리는 더 솔직히 그러한 것들을 다 인정하고, 배우자에게 명확히 입힌 상처와 우리가 일으킨 문제들에 대해 후회해야 합니다.

우리의 속마음을 깨뜨려 솔직하게 털어놓으면 우리로 인한 상처를 치료하기 시작할 수 있습니다. 마음을 연 정직한 고백과 후회로써 신뢰를 다시 쌓기 시작할 수가 있으며, 결국에는 화해에 이르고 친밀한 상태로 돌아갈 수 있습니다.



결혼생활에서의 언어폭력

모든 결혼생활마다 언쟁이 일어나는 것을 우리는 알고 있습니다. 그러나 분별력이 있고 공정한 마음을 지닌 사람들은 결혼생활에 있어서 일상적인 충돌과 심각한 언어적, 정서적 학대 사이에는 분명한 차이가 있다는 것을 압니다. 우위에 선 배우자가 습관적으로 지배하고, 공격하기 위해서 말을 이용하기 시작하면 위험 선을 넘게 된다는 것은 너무나 알기 쉬운 일입니다. 그러한 결혼생활은 사랑하고 존경하는 관계가 아니라 자기중심적인 힘과 지배에 의한 일방적인 언어폭력적 관계로 바뀝니다.

부부간의 통상적인 충돌과 심각한 언어폭력 사이의 경계를 침범하는 일이 점점 늘어나면서 부부 관계는 억

압적으로 되고 점점 불평등해집니다. 부부 중 한쪽은 아니라고 대답하거나 자신의 견해와 의견을 표시할 자유를 갖지 못합니다. 다른 쪽은 거의 모든 또는 모든 힘을 갖고 있어서 대부분의 일이 이 지배력을 지닌 배우자가 바라는 대로 진행되어야만 합니다.

성경은 어떤 종류의 이기적인 지배도 가볍게 보지 않습니다. 억압 받는 자의 눈물을 보고 또 억압하는 자에게 권세가 있다는 것을 관찰한 전도서의 저자는 살아서 억압받는 것보다 죽는 것이 더 나을지도 모른다는 결론을 내렸습니다(전 4:1-2).

어떠한 경우에도 억압을 당하는 것은 무서운 경험입니다. 특히 결혼생활에서 그렇습니다. 그것은 남편과 아내에 대해서 하나님이 계획하신 상호 간의 사랑과 존경이 아닙니다(엡 5:21-28). 그것은 부부 중 한쪽이 상대방 위에 군림하는 것으로써 독재에 가깝습니다. 거의 모든 힘을 휘두르는 배우자는 자기의 지배력을 강화하기 위해서 상대방을 가족과 친구들로부터 떼어놓으려고 노력할 수도 있습니다. 또한 그들은 남들의 눈이 미치지 않는 상황에서는 육

체적, 감정적, 재정 방법으로, 심지어 성적인 방법으로 배우자를 억압할 수도 있습니다.

◆ 부부 중 누가 학대하는 억압자일까요?

경험이나 학술 연구에 의하면 남편들이 대체로 말로써 지배하는 쪽이라고 하지만 많은 아내들 또한 그 점에서 떼뻗하지 못합니다. 결혼생활에서 일어나는 대부분의 신체적 학대는 남편들이 저지르지만 배우자를 말로 지배하려는 잠재성은 남편과 아내 모두 갖고 있습니다.

말로써 상대방을 학대하는 방법이 모두 같은 것은 아닙니다. 어떤 사람들은 공공연하게 협박하고 요구합니다. 이들은 시편 10편 7절에서 말하는 “그 입에는 저주와 꾀함과 포학이 충만하며 혀 밑에는 잔해와 죄악이 있는” 사람과 비슷한 종류입니다. 다른 사람들은 눈에 뜨이게 공격하거나 많은 요구를 하는 것은 아니지만 그 방법이 지극히 교묘합니다. 그들은 삼손을 괴롭힌 그의 아내들과 같습니다. 삼손의 아내들은 자신들이 원하는 것을 얻어낼 때까지 삼손을 못살게 굴었습니다 (삿 14:16-17; 16:15-17).

❖ 배우자를 억압하는 말들은 어떤 것들이가요?

상대방을 자주 억압하고 통제하는 배우자들이 사용하는 언어적 술수는 그렇지 않은 사람들과 크게 다르지 않습니다. 차이가 있다면 그들은 더 자주, 더 강하게, 더 악의적으로 그런다는 것입니다. 그들이 사용하는 상대방에 대한 호칭은 대체로 더 인격비하성입니다. 더 교묘하고 혼란스럽게 죄책감에 사로잡히게 합니다. 빈정거림은 더 신랄하고 비난은 더 강렬합니다. 거기에도 위협, 강요, 무시 같은 술수들을 추가합니다.

위협

위협은 상대방에게 겁을 주고 으름장을 놓기 위해 사용됩니다. 자기가 원하는 대로 하지 않으면 이혼하겠다, 직장을 그만두게 하겠다, 나쁜 소문을 퍼뜨리겠다, 아이들을 빼앗겠다, 죽여 버리겠다, 자살하겠다고 위협할 수도 있습니다.

강요

강요는 더욱 분명하게 배우자를 지배하는 방식의 하나입니다. 배우자를 마구 부리고 하인에게 하듯 함부

로 말하는 것입니다. 그들은 “여보, 이것 좀 해줄래요?” 같이 정중하게 부탁을 하지 않습니다. 그들은 강요합니다. “그렇게 하지마!” 같은 말로 배우자를 지배하고 통제합니다.

무시

배우자의 생각이나 감정을 무시하면 배우자의 마음을 황폐하게 만듭니다. 지배 성향의 배우자들이 방금 말했거나 했던 일을 하지 않았다고 드러내놓고 잡아떼어서 상대방을 무시합니다. 그들은 상대방이 혼란을 일으키도록 사실을 왜곡하려 들고 자신이 상대방보다 우월하게 보이게끔 합니다. 이러한 심리작전이 상대방으로 하여금 자신을 비판하게 합니다. 그들은 배우자의 생각을 부정함으로 배우자가 스스로 자신에 대해 의심을 하게 만들 수 있습니다. 예를 들면, 남편이 아내에게 그녀의 잔소리가 자기를 무시하는 것으로 느껴진다고 말했을 때 아내는 남편이 너무 민감하다고 비난하거나 자기가 “잔소리”를 했다는 것을 완전히 부인함으로 남편의 말을 쓸모없게 하려 합니다. 극단적으로 지배적인 남편은 아내에게 “도대체 당신의 문제가 무

엇인지 모르겠어. 사람들이 당신을 대단하다고 생각해 줄 것 같아?”라고 말할 것입니다.

◆ 말로써 억압당한 배우자들은 어떤 반응을 보일까요?

학대받는 배우자들이 겉으로 나타내는 반응은 “내면”에서 나오는 것입니다. 그들 대부분은 그들의 결혼 생활에 내재된 문제에 대해 마음속으로 심한 죄의식을 느끼고 있습니다. 지배하려는 배우자들은 상대방에게 책임이 있다고 자주 암시합니다. 지배 받는 쪽은 그 어떤 잘못된 일에 대해서도 충격을 받고 배우자와 반대 되거나 그들을 화나게 하는 견해나 바람을 가지고 있다는 데 대해 죄책감을 가지는 경향이 있습니다.

일반적으로 느끼지 않거나 느끼려고 하지 않는 감정은 분노입니다. 무자비하게 조종되고 하찮은 존재로 무시당하고 이래라 저래라 지시당하는 것은 잘못된 것입니다. 그런 잘못된 대접을 받게 되면 의분이 일어나게 됩니다. 분노가 다 나쁜 것은 아닙니다(엡 4:26-27). 그러나 억압받는 배우자는 심지어는 자신들이 느끼는 분

노조차 인정하지 않습니다. 그들은 자신이 분노를 느끼게 되면 배우자를 더 화나게 할지도 모를 말이나 행동을 하게 될까봐 두려워합니다. 많은 사람들은 자신들이 필요로 하고 사랑하는 사람들에 의해 버림받는다느 두려움 속에서 살아가고 있습니다.

언어폭력을 당하는 아내들은 두려움을 느끼며 살아가는데다 설상가상으로 학대하는 남편에게 순종하는 것이 자신들의 영적인 책임이라고까지 느낍니다. 그들은 성경이 남편에게 아내 위에 군림하는 지배자의 권위와 권리를 주지 않았다는 것을 이해하지 못합니다. 성경은 또한 아내들에게 남편의 권위 남용에 대해 결코 의문을 제기해서는 안 된다고 하고 있지 않습니다. 두려움에 사로잡힌 순종은 결혼서약을 무시하는 일이며 아무 생각 없는 순종은 부부가 서로 사랑하고 존중하라는 성경의 취지를 무시하는 것입니다.

언어폭력으로 학대받는 많은 배우자들은 말로 공격을 당하면서 겉으로도 위축되어 갑니다. 어떤 사람들은 배우자의 요구에 따르고 어떤 사람들은 위압적인 배우자에게 화나게 해서 미안하다고 사과를 하기도 합

니다. 예를 들면 학대받은 한 아내는 남편이 화를, 분노를 터뜨리면 두려움에 움츠러들어 결국에는 남편에게 질문했다는 사실과 남편이 동의하지 않은 의사표시를 한 것에 대해 사과를 합니다. 그러면 남편은 자기를 그런 지경에 이르게 했는데도 불구하고 그것을 용서하는 자기와 같은 남편을 가진 것에 대해 감사해야만 한다고 아내에게 말합니다.

언어폭력을 당하는 대부분의 배우자들은 자신들이 당하고 있는 압박과 지배에 대해 제대로 인식하지 못합니다. 무엇인가 올바르지 못하다는 느낌은 갖고 있지만 잘못된 점이 무엇인지 딱히 집어낼 수가 없습니다. 좌절을 겪으면서, 그들은 자주 자신들을 학대하는 배우자들과 대화하며 논리적으로 따져 설득하거나, 배우자들이 오해하고 있는 것을 해명하려고 노력합니다. 그들은 배우자가 왜 그렇게 화가 났는지 설명해 달라고 부탁하기도 합니다. 그러나 상황을 분명하게 밝혀보려는 이러한 시도들은 대부분의 경우 소용이 없습니다.

언어폭력을 휘두르는 배우자들은 이성적인 태도를 가지려 하지 않습니다. 그들은 진지한 대화를 원하지 않습니다. 그들은 배우자의 의견을 무용지물로 만들거나 진실을 과장한 심리게임을 하려고 합니다. 그들은 언어폭력 전략을 추구합니다. 왜냐하면 그것이 상대를 지배하는 데 잘 먹히기 때문입니다.

유감스러운 것은 부부 중 언어폭력을 당하는 쪽이 이따금 상대방처럼 되어 육체적인 폭력으로 대응합니다. 해를 거듭하며 계속되는 교묘한 조종과, 불합리한 대접, 그리고 무시로 인하여 말로써 대응이 안 되는 궁지에 몰린 배우자는 육체적 폭력으로 대들게 될 것입니다. 그러나 폭력으로는 결코 결혼생활에서 일어나는 충돌이 해결되지 않습니다. 하나님은 폭력을 아주 싫어하십니다(말 2:16). 그런데 이런 육체적인 폭력은 배우자의 대응으로 전형적인 것도 아니고 확장된 지배와 억압 시스템의 일부도 아닙니다. 그것은 지배 역할을 뒤집자는 의도가 아닙니다. 대부분의 경우 그것은 수년 동안 받아온 억압과 학대를 멈추게 하기 위해 절박감 속에서 취한 미숙한 방법일 뿐입니다.



극단적인 언어폭력으로 인한 상처

언어폭력은 그 정도가 아무리 미미하더라도 상처를 남깁니다. 그런데 그 폭력이 극단적이 되면 더 깊은 상처를 남깁니다. 신체적 학대를 당할 때와 같은 멍든 자국은 보이지 않지만 상처는 거기에 크게 남아 있습니다. 사실 배우자로부터 극단적인 언어폭력을 당하는 사람들의 대부분은 죄책감, 모멸감을 겪으며 성난 말로 학대를 당하느니 차라리 신체적 학대를 당하는 것이 낫다고 합니다. 그들이 겪은 고통은 그들이 받은 정신적, 감정적, 육체적 상처에 자세히 나타나 있습니다.

◆ 정신적 상처

비이성적이며 상대방을 하찮게 여기는 배우자와 함께 오래 살면 학대를 받는 사람은 자신이 미쳐가고 있

는 것처럼 느끼게 됩니다. 그들은 무엇인가 아주 심각하게 잘못되었다는 것을 알고 있는데 배우자들은 그렇지 않다고 계속 부인하기 때문에 속이 터져버릴 것 같다는 느낌을 갖습니다. 그런데도 그들의 배우자들은 전혀 잘못된 것이 없으며 잘못된 것이 있다 할지라도 그것은 자기들과는 무관하다고 우겨댑니다.

학대받던 어떤 아내는 좌절과 혼란을 심하게 겪었기 때문에 머리털이 잡아 뜯기는 것처럼 느껴진다고 말했습니다. 무슨 일이 일어날지 그녀는 전혀 알지 못했습니다. 어느 날 대수롭지 않은 일이 남편에게 일어나면 다음 날에 그는 그것 때문에 화를 내는 것이었습니다. 아내는 애써 해명을 했지만, 남편은 그녀의 입장을 생각조차 하지 않으려 했습니다. 아내는 진실을 알았었지만 남편은 너무나 영리하고 설득력이 있어서 그녀로 하여금 모든 일이 자기의 잘못이라고 또는 남편이 그런 말을 한 적이 없다고 생각하게 만들었고 그녀는 남편을 믿지 않을 수 없다고 느꼈습니다. 그러나 그녀는 자신의 올바른 판단력을 저버린 것이 아닌지 항상 의심스러웠습니다.

자주 언어폭력을 휘두르는 사람과 결혼한 사람은 극단적인 자기회회에 시달립니다. 그들은 자신의 감정, 판단, 역량 그리고 인식능력까지 의심합니다. 그들의 견해가 줄곧 무시를 당하면 그들은 자신들을 비판하기 시작합니다. 계속적으로 너무나 경시당하고 인정받지 못하면 그들은 자신에 대한 확신과 자신들이 믿는 바를 위해 나설 능력에 대한 확신이 결여됩니다.

결혼생활에서의 심한 언어폭력으로 받게 되는 최악의 상처는 아마도 자아상실일 것입니다. 이것은 남편이든, 아내든 자신을 가치 없거나 목소리도 못내는 사람이라고 믿는 데서 시작됩니다. 그 누구도 독특한 가치를 지니고 있는 개인의 존재감을 진정으로 알아갈 수는 없습니다. 그러나 언어폭력적인 배우자들은 비슷하게는 물고 갈 수가 있습니다.

사람은 자기의 의견이나 감정, 성취, 꿈에 대해 자주 조롱당하거나 무시당하면 자신을 아무런 존재감이 없는 사람으로 생각하게 됩니다. 그런 잔인한 학대는 하나님께서 당신의 형상대로 지으신 피조물로서 우리 각자

에게 주신 영광과 존귀를 덮어버립니다(시 8:4-5).

감정적 상처

극단적인 언어폭력은 그 희생자로 하여금 자신이 보잘 것 없고 무기력하다고 느끼게 합니다. 언어폭력의 희생자들은 자신을, 자신이 처한 상황을 바꾸기에는 연약하고 도움이 안 되는 존재라고 생각합니다. 아무리 노력해도 아무것도 바꾸지 못하는 상황에서 살다가 보면 그들은 서서히 포기하게 됩니다. 관심이 없어지고 실의에 빠지기 시작합니다.

언어폭력에 시달려온 누군가를 아는 우리들 중 많은 사람은 언어폭력을 당한 사람들의 외모에 나타나는 변화를 알아차립니다. 한때 행복하고 외향적이며 활력과 희망에 가득 차 있던 사람이 이제는 불행하고 위축되고 처지고 풀이 죽어 좌절에 빠져 있습니다.

극도의 언어폭력을 경험한 배우자들은 또한 날카로운 배반의 칼이 파고드는 것을 느낍니다.

극도의 언어폭력을 경험한 배우자들은 또한 날카로운 배반의 칼이 파고드는 것을 느낍니다. 결혼 전에는 상대방이 자신을 친절하고 사려 깊고 이성적이고 합리적이고 융통성 있는 사람으로 믿도록 이끌어왔습니다. 어떤 이들은 친절하고 상대방을 존중하는 훌륭한 모습을 하고 있었습니다. 그런데 결혼 후 얼마 되지 않아 어두운 면이 나타나기 시작했습니다. 배우자가 그동안의 가식적인 모습에서 벗어나 전혀 다르게 바뀌었을 때 배신감이 온 몸을 감싸게 됩니다.

많은 사람들이 심한 배신감을 느끼며 포기하는 마음이 깊어집니다. 왜냐하면 교회에서도 그렇게 느끼도록 만들기 때문입니다. 극도의 언어폭력에 의해 희생당해 온 많은 여성들은 교회가 도움의 처소가 되지 못한다고 생각합니다. 많은 교회 지도자들은 언어폭력과 감정적 학대가 신체적, 성적 폭력만큼이나 중대하다고 고려해야 할 근거를 성경이 제시하고 있다고 믿지 않습니다. 어떤 사람들은 공격을 당하는 배우자가 집으로 가서 더욱더 남편에게 순종하고 더욱 남편을 사

랑하도록 노력하면 문제는 사라질 것이라고 믿습니다.

그러나 성경은 말이란 심각하지 않게 보일지라도 큰 상처를 줄 수 있다고 가르칩니다. 말은 타락할 수 있습니다. 말은 불과 같습니다(약 3:5-6). 말의 파괴적 효과는 지옥과 같을 수 있습니다(6절). 말은 치명적인 독이 될 수 있습니다(8절). 말은 장애를 일으킬 수 있습니다. 말은 사람을 죽일 수도 있습니다. 최악으로 찬 말은 우리를 영원한 형벌 속에 빠뜨릴 수 있습니다(마 5:22).

슬프게도 이러한 성경 말씀의 진실성은 말로 비하당하는 고통이 신체적 공격이 주는 고통보다 더 나쁘고 더 오래 지속된다는 것을 깨달았던 많은 사람들의 삶에서 입증되었습니다. 배우자를 못난이, 바보, 아무 짝에도 쓸모없는 사람이라고 부르는 것은 뺨을 때리는 것보다 더 나쁜 배신행위입니다.

육체적 상처

영혼에 영향을 주는 것은 결국은 육체에도 값을 치르게 합니다. 극단적인 언어폭력을 경험한 배우자들이

편두통, 신경성 경련, 심각한 복통 같은 스트레스와 관련된 증상들로 고통을 받는 것은 당연한 일입니다. 언어 폭력의 희생자들은 또한 탈진, 턱관절 장애, 과민성대장 증후군 같은 병으로 고통 받습니다. 이와 같은 육체적 고통은 불필요한 고난을 초래할 수 있으며 봉사하며 인생을 즐기기 위한 개인의 역량을 무너뜨릴 수 있습니다.





언어폭력에 대한 대응

어떤 사람들은 결혼생활에서 언어적인 학대는 그렇게 심각한 문제가 아니라고 생각할지 모릅니다. 그러나 언어적 학대를 받는 쪽에 있어온 사람들은 그 것이 얼마나 좌절감을 주며 파괴적인지 알고 있습니다.

모든 결혼생활에서 나타나기 마련인 지배나 몰인정 상태에 대해서는 언어폭력과 같은 더 극심한 경우에 요구되는 진지한 개입이 필요하지 않을 것입니다. 하지만 개별적으로나 혹은 교회 차원에서 거기에 더 많은 주의를 기울일 필요가 있습니다.

공격적인 언어 사용은 그것이 우리의 결혼생활에서

가볍게 스치고 지나가는 경우이건, 결혼생활 전반에서 일어나는 경우이건, 어떤 몇몇 중심 되는 인간관계의 원리를 바탕으로 대응할 필요가 있습니다. 결혼 생활에서 언어폭력을 당할 때의 대응책들에 대해 조목조목 자세히 관심을 갖기 전에 우선 말로 상처를 주는 배우자를 사랑하는 것이 무엇을 의미하는지 간단히 살펴봅시다.

◆ 사랑하는 것은 무슨 의미일까요?

우리들에게 상처를 주는 사람을 사랑하는 것이 어려운 일이라는 것을 우리는 다 잘 알고 있습니다. 사랑이란 그저 단순히 우리의 배우자를 더 기분 좋게 만들어 주는 것이 아닌 것은 분명합니다. 단지 그저 남편이나 아내에게 양보를 하는 것도 아닙니다. 충돌을 피하고 그저 사이좋게 지내는 것도 아닙니다. 간단히 말해 사랑하는 것은 배우자가 갖고 있는 최고의 관심사를 찾아내는 것입니다. 이것은 적어도 두 가지를 의미합니다. 첫째, 사랑은 배우자에게 진심으로 관심을 갖는 것을 의미합니다. 비록 그가 우리의 신뢰를 저버렸을 때도 그래야 합니다. 둘째, 사랑은 배우자를 화나게 하거나 불편하게 하더라도 배우자의 죄스러운 행태들에

맞서서 대처를 해 주는 것입니다.

온전하게 사랑하셨던 예수님도 때로는 맞서셨습니다. 예수님은 공격적으로 맞서서서 값을 높여 불러 사람들을 속인 환전상들을 성전에서 몰아 내셨습니다(마 21:12-13). 다른 사람들을 날카롭게 비판한 때도 있었습니다(마 23:13-36; 눅 11:39-54).

예수님께서 맞서셨던 것은 원수들에게 양갓음하기 위해서가 아니라 원수들이 입히는 손해를 알지 못하는 사람들을 깨우쳐주시기 위해서였습니다. 범죄자들에게 자기들의 죄를 인정하고 회개하고 하나님의 용서를 구할 기회를 주시기 위해 맞서셨습니다. 같은 방법으로 남편들과 아내들은 그들의 배우자가 분별력을 갖는 것을 보고 하나님과 화해하고 그들 자신과 서로 화해하는 것을 보고자하는 희망을 가지고 사랑으로 맞서야 합니다.

❖ 상처 받은 배우자가 할 수 있는 것은 무엇일까요?

배우자들이 그들이 말로써 받은 상처의 정도가 어떻

든 간에 문제를 보다 확실히 인식하고, 철저하게 자신을 성찰해 보고, 조심스럽게 계획하여 맞서며, 상대방이 변화할 시간을 주면서 대응해야 합니다. 상대방의 마음과 태도가 진정으로 변화되기를 주시하고 기다리면서 마음을 열고 용서하겠다는 소망을 키워야 합니다.

1) 문제를 확실히 인식하라

말로써 공격을 당한 배우자들은 그들의 상대방이 언제 어떻게 지배하고 공격하기 위한 말들을 하는지를 인식하는 것이 자신과 상대방에게 도움이 됩니다. 문제를 보지도 못하고 이해하지 못하면 그들은 사랑으로 그 문제에 맞설 수가 없습니다. 상처 입은 배우자들이 문제를 더 잘 인식하기 위한 한 가지 방법은 자신들의 지각과 생각과 느낌에 더 귀를 기울이는 것입니다. 그들은 배우자를 중요하게 생각하는 만큼 자신의 견해도 중요하게 생각할 필요가 있습니다.

극심한 언어폭력에 시달리고 있는 당신은 배우자가 그렇게 믿도록 유도해 온 만큼 우둔하지도 이기적이지도 과민하지도 잘못을 범하지도 않습니다. 당신의 의

견과 판단은 정당한 것입니다. 그러니까 당신 자신의 생각과 느낌대로 목소리를 높이십시오. 그들이 당신에게 말하는 것들을 들으십시오. 죽어 있던 당신의 감정을 일깨워 너무 오랫동안 억눌러왔던 분노를 느끼십시오. 느낌은 우리의 사고를 이끌어갈 만큼 믿을 만한 것은 아니지만 자동차 계기판의 많은 계기 중 하나처럼 무엇인가 잘못된 것을 알려주는 역할을 합니다.

당신의 배우자가 위압적인 말로 어떻게 언제 지배하거나 공격하는지를 계속 주시해 보면 당신이 맞서야 할 통제와 조작의 패턴을 이해하고 거기에 대비하는데 도움이 됩니다. 그런데 당신이 그렇게 주시를 하는 목적은 복수를 하기 위한 것이 아니라 이해를 하기 위한 것이라는 사실을 꼭 알아야 합니다. 그러한 기록이 나중에 당신의 배우자의 얼굴에 집어던질 악행목록이 되어서는 “절대”로 안 됩니다(고전 13:5).

그렇게 함으로써 당신은 언어폭력의 패턴을 알기 시작하고 상대방이 언제 어떻게 당신을 지배하고 괴롭히려 하는지 예측할 수 있게 될 것입니다. 일단 그렇게 되

면 그런 일이 일어날 때 무방비로 당하는 일이 줄어들 것입니다. 그런 문제가 다시 일어날 때 더 잘 맞설 태세를 갖추게 될 것입니다.

문제를 인식하는 또 다른 방법은 당신에게 언제 도움이 필요한지를 아는 것입니다. 언어폭력이 심각한 경우에는 이를 다루기 위해서는 강력한 제재조치가 요구됩니다. 당신은 아마도 그 문제를 혼자 해낼 수 있을지 확신하지 못할 수 있습니다. 재정적인 문제나 자녀양육문제 같이 당신이 혼자서 처리할 수 있는 수단이 없는 경우에 마주칠 수 있습니다. 그래서 경험과 수단을 가지고 있는 사람들의 도움을 구하는 것이 중요할 수 있는 것입니다. 적어도 당신은 믿을 만한 친구와 이야기를 나누거나 심각한 언어폭력의 양상을 이해하는 목사나 기독교 상담학자의 협력을 구할 필요가 있을 수 있습니다. 심각한 경우에는 학대받은 아내가 여성 센터의 도움을 청할 필요도 있을 것입니다.

2) 철저하게 자신을 성찰하라

배우자의 부당한 행동의 결과로 당신이 겪는 내부의

고통을 가볍게 축소하지 말고 자신의 내면을 성찰할 시간을 가져야 합니다. 배우자가 당신에게 저지른 죄에 대해서 화를 내고 우려하는 것이 마땅합니다. 그러나 먼저 자신의 눈에 “들보”가 있는지 살펴본 후에 그렇게 하십시오. 예수님은 우리가 먼저 우리 자신의 잘못을 바로 본 후에 다른 사람들을 바로 세우는 일을 해야 한다고 가르쳤습니다. 그렇게 하면 우리는 더 나은 위치에서 다른 사람의 잘못을 다룰 수가 있습니다 (마 7:3-5).

자기 성찰을 함에 있어서 중요한 것은 학대에 대해 자신의 대응책을 갖는 것입니다. 극단적인 언어폭력의 경우에는 너무나 심한 과정을 거쳤기 때문에 자신의 대응에 대해 책임을 지는 것이 특히 어렵다는 것을 알게 될 것입니다. 물론 배우자가 말로 가하는 학대에 대해서 당신은 결코 책임이 없어야 합니다. 당신의 배우자가 당신을 비난하면서 당신에게 책임을 떠넘기려 하지만, 당신은 배우자가 당신에게 버릇없이 대하거나 당신을 조종하려하거나 아니면 억압적으로 대하게 하는 빌미를 준 적이 없어야 합니다. 하지만 아마도 당신

은 배우자가 당신에게 못되게 굴고 쥐고 흔들도록 내버려둔 책임을 인정해야 할지도 모릅니다.

자신의 대응책을 가지면 무기력과 비통이 가슴속에 뿌리를 내리는 것을 막는 데 도움이 됩니다.

자기 성찰을 하는데 중요한 또 한 가지는 “왜” 당신이 배우자로 하여금 말로 당신을 지배하고 학대하게 내버려 두었는지를 심사숙고해 보는 것입니다. 극단적인 언어폭력에 대한 수없이 많은 이야기들은 언어폭력에 순종과 관용으로 대응하는 이유의 일부는 감정적인 또는 실질적인 버림받음에 대한 강렬한 두려움이라는 것을 입증하고 있습니다. 이러한 두려움에 찬 대응은 서로를 수용하거나 지지하는 데 대한 확신이 없는 불안하고 정착되지 못한 관계 속에 뿌리를 두는 경우가 자주 있습니다.

두려움은 종종 우리가 우리의 행복을 하나님께 의탁하는 것을 스스로 주저하게끔 합니다.

두려움은 종종 우리가 우리의 행복을 하나님께 의탁

하는 것을 스스로 주저하게끔 합니다. 우리의 삶에서 일어나는 고통스러운 일들은 우리가 하나님의 마음에 대해 의구심을 갖도록 했을 수도 있습니다. 하나님께서 우리를 보살펴주실까? 그분께서 우리를 보호해 주실까? 이런 질문들은 우리에게 하나님이 필요할 때 우리를 위하여 하나님이 그 자리에 계시는지에 대해 의구심을 가질 이유가 있을 때 우리의 신앙을 조금씩 갇아먹습니다. 그래서 가장 어려운 문제가 있을 때 하나님을 의지하는 데 갈등을 느끼게 됩니다.

우리의 의구심에도 불구하고 하나님께서는 도움을 간구하는 부르짖음을 들으십니다(시 10:17-18). 압박감 속에서 의구심에 몸부림치던 기드온은 기도 중에 의구심과 씨름하는 것은 하나님이 우리를 위해 계신다고 확신하는 과정의 일부일 수도 있음을 본보기로 보여주었습니다. 우리는 우리의 모든 의문에 대해 만족스러운 답을 얻지 못할지도 모릅니다. 그러나 우리의 정직한 갈등이 비록 아직 의구심이 남아 있더라도 하나님에 대한 부정할 수 없는 믿음을 회복시켜서 하나님을 대하도록 우리를 준비시킵니다(삿 6:1-17).

만약 당신이 극단적으로 학대를 당하고 있다면 혼자 남겨지는 것에 대한 두려움과 하나님께 의지하는 것에 대한 갈등이 올바른 방법으로 학대에 대응하는 것을 어렵게 합니다. 배우자가 어떻게 할 수도 있다는 두려움 속에서 계속 행동하면 당신은 더욱 자기보호적인 반응이라는 덫에 걸리게 되고 그로 인해 어려움만 가중됩니다(잠 29:25).

당신은 하나님에 대한 의구심으로 갈등을 겪으면서 당신이 큰 두려움 속에서 살게 하는 원인이 될 수도 있는 진실과 진솔하게 마주하여 이러한 두려움과 불신의 문제에 대처할 수가 있습니다. 당신은 당신의 고통스러웠던 과거와 현재의 결혼생활 방식 사이에서 어떤 연관성을 발견할 수도 있습니다. 두려움 때문에 폭력적인 배우자를 따르며 즐겁게 하려고 노력해 왔다는 것을 알게 될 것입니다. 만약 이것이 사실이라면, 당신이 두려움의 지배를 받은 결과 당신과 다른 사람들에게 끼친 영향을 신중하게 생각해 볼 필요가 있을 것입니다. 그리고 당신이 이미 오래 전에 죽어버린 관계를 되살려보려고 애쓰며 학대에 관용을 베풀었음을 인식해야 할 것입니다.

우리 모두는 우리가 상실한 것들과 현실적으로 대면하고 다른 사람이 우리에게 상처를 입힌 것을 인정하는 것이 고통스럽다는 것을 알게 되는 반면에 우리의 정직성이 우리가 잃어버린 것들을 받아들이도록 허용하고 하나님께 돌아가 상처받은 마음을 고치도록 동기를 부여합니다(시 147:3). 동시에, 다른 사람들이 우리에게 가한 사악한 대우에 대해서 우리가 어떻게 잘못 처신했는지를 솔직하게 대면하는 것은 우리로 하여금 우리 자신의 잘못된 대응에 대해 후회를 하도록 해 주며 하늘에 계신 아버지께서 우리가 그분께 돌아와 아버지께 의지하기를 간절히 기다리고 계신다는 것을 깨닫는 감동을 알도록 해줍니다(눅 15:20-24).

여기서 우리는 잠언 29:25의 말씀 “사람을 두려워하면 울무에 걸리게 되거니와 여호와를 의지하는 자는 안전하리라.”의 뜻을 진정으로 알게 됩니다. 비록 우리가 다른 사람이 우리에게 저지른 해악을 참아야 할지라도, 우리와 하나님과의 관계는, 다른 관계들과는 대조적으로, 우리가 아무리 하나님의 기대를 저버려도 절대적으로 안전하고 위협이 없다는 것을 알 수 있습니다. 하나님의 용서하심에 대한 확신 속에서 우리는 말로 지배하려는

배우자에게 두려움 가운데서가 아니라 사랑으로 적절하게 대응하는 용기와 희망을 발견할 수 있습니다(눅 7:47, 요일 4:18).

3) 언어폭력에 맞서라

성경은 우리에게 모든 사람들과 화평하게 살도록 노력하라고 가르칩니다. “할 수 있거든 너희로서는 모든 사람으로 더불어 평화하라”(롬 12:18). 그런데 어쩌면 당신은 배우자가 사랑과 조화 속에서 결혼생활 하는 것을 불가능하게 만든 상황에 처해 있을 수도 있습니다. 당신의 배우자는 그의, 혹은 그녀의, 공격적인 행동 방식을 깨닫지 못하거나 아니면 아랑곳하지 않을 것입니다. 그런 경우에는 되풀이되는 언어폭력에 당당히 맞서는 것이 필요합니다.

그러기 위해서 당신이 고려할 수 있는 두 가지의 선택이 있습니다. 배우자가 폭언을 하는 바로 그 시간에 맞서거나 감정이 덜 격앙되었을 때를 기다려 당신이 우려하는 것에 대해 배우자와 의견을 나눌 수 있습니다. 심각한 경우에는 폭언하는 배우자에게 혼자 맞서

는 것이 안전하지 않을 수도 있습니다. 당신은 신체적인 폭력 반응에 당연히 두려움을 느낄 수 있습니다. 그런 경우라면, 목사님이나 상담자가 함께하는 자리에서 배우자와 맞서는 것이 최상의 방법입니다.

당신이 정면대응을하기로 결정했으면 언제 그럴 것인가에 상관없이 학대의 내용이 무엇인지 밝히고, 받아들일 수 없는 한계를 설정하고, 조건이 지켜지지 않을 경우에 초래되는 결말을 내세우며 끝까지 대응하십시오.

첫째, 당신이 받은 언어 학대에 대해 설명하십시오. 이것은 지배하려 하고, 혼내려 하고, 무시하려는 배우자를 당신이 어떻게 생각하는지를 단순하게 말해 주는 것입니다. 예를 들면 아내는 남편에게 “당신은 모르고 있을 수도 있지만 나는 당신이 고함을 쳐서 나를 위협하려 한 것을 계속 주시하고 있어요. 그리고 당신은 지금 바로 그러고 있어요.” 라고 말할 수 있습니다. 남편은 아내에게 “여보, 나는 당신이랑 대화를 하고 싶은데 당신은 당신 방식대로 나를 끌고 가려고 조종하고 있

는 것처럼 보여요” 라고 말할 수 있습니다.

심한 경우, 학대를 가하는 배우자는 그가 한 일을 부인할 것이고 또한 더 심한 말로 위협하여 상대방을 뒤로 물러나도록 자주 시도할 것입니다. 이러한 주도권 잡기 시도를 예상하고 논의가 결길로 새지 않게 하는 것이 중요합니다. 배우자가 당신에게 말하는 방식을 설명하는데 주력하되 무엇을 이야기 했는지는 반드시 설명하지 않아도 됩니다. 이 때 설득하거나 설명하려 들지 마십시오. 왜냐하면 상대방은 합리적이기를 진정으로 원치 않기 때문입니다. 아니라고 부인하는 중에도 당신의 배우자는 여전히 당신을 지배하려고 노력하고 있다는 것을 가능한 한 친절하고 단호하게 지적하십시오.

둘째, 받아들일 수 없는 한계를 설정하십시오. 당신이 받은 학대에 대해 설명한 다음에는 곧이어 앞으로는 받아들일 수 없는 한계를 설정해야 합니다. 사랑은 부부가 저지르는 수많은 죄를 감싸주는 반면에 어느 시점에 적절한 제약과 한계를 설정해야 하는지도 압니

다. 당신의 배우자에게 당신이 더 이상 받아들일 수 없는 것이 무엇인지를 이야기해 주는 것이 한계 설정의 한 가지 방법입니다. 여기에는 배우자가 당신이 하는 일을 깎아내리며 비판하는 것, 당신을 경멸적인 이름으로 부르는 것, 당신에게 이래라 저래라 하는 것, 혹은 당신에게 소리 지르는 것은 잘못된 것이므로 당신은 더 이상 이러한 것들 좌시하거나 수용하지 않을 것임을 말하는 것이 포함될 수가 있습니다.

셋째, **결말을 내세우며 끝까지 대응하십시오.** 조건이 지켜지지 않을 경우의 결말을 내세우지 않으면 한계 설정은 별 의미가 없습니다. 여기서 결말이란 당신이 설정한 한계를 배우자가 인식 못 하거나 존중하지 않을 경우 (당신의 배우자가 아니라) 당신이 취할 행동입니다. 예를 들면, 아내가 남편에게 다음과 같이 말합니다. “지금 당신은 빈정거리면서 나를 얹잡아보고 있어요. 나는 더 이상 그런 식의 이야기를 받아들이지 않겠다고 당신에게 말했어요. 우리는 이 문제를 해결해야 돼요. 그러나 만약 당신이 내가 기대하는 것과 같은 존중심을 나에게 보여주지 않는다면 나는 이 대화를

그만 두겠어요. 당신이 나를 더욱 존중하며 대할 때, 우리는 다시 대화를 할 수 있어요.”

어떤 남편은 아내가 전화로 자주자주 고함을 치자 다 음과 같이 말했습니다. “당신이 내게 소리 지르고 있는 데 나는 그만두라고 부탁했소. 만약 당신이 계속 소리를 지른다면 전화를 끊어버릴 거요. 당신이 좀 더 예의를 갖추면 그 때 기꺼이 통화하겠소.”

결말은 학대의 정도에 알맞아야 합니다. 언어폭력이 심각하면 심할수록 결말 또한 심각해집니다. 이렇듯 심각한 결말들은 방을 뛰쳐나가 대화를 중단하는 것에서부터 법적으로 일시적 별거를 하고 부부관계를 중단하는 것까지 있습니다. 심각한 경우 합리적 기간이 경과한 후에도 아무런 진지한 후회나 변화가 없으면 기약 없는 별거도 배제할 수 없습니다.

이혼은 당사자 모두에게 지대한 영향을 미치는 극단적인 결말입니다. 성경에는 결혼생활 중에 학대받는 사람에게 이혼은 허락될 수 있지만 재혼할 권리는 없

다는 구절이 있습니다(고전 7:10-11). 물론, 언어폭력 상황이 이러한 난국에 이르면 피해를 입은 쪽은 사랑과 이해심이 많은 목회자나 기독교 상담사로부터 영적으로 인간적으로 지혜로운 지도를 받아야 합니다.

4) 변화에 필요한 시간을 주십시오.

반복되는 언어폭력에 상처를 받아온 사람들은 그들의 배우자들에게 그들의 행동을 변화시킬 충분한 시간을 주어야 합니다. 학대를 받은 사람이 자신이 받은 학대가 얼마나 심각한 것인지 인식하는데 오랜 시간이 걸렸던 것과 꼭 같이 학대를 가하는 배우자는 자신이 얼마나 많은 상처를 입었는지를 이해하는데 일반적으로 시간이 걸립니다. 많은 경우에, 공격자들은 너무나 자기중심적이어서 그들이 말로 초래한 파괴에 대해 이해할 실마리조차 갖고 있지 않습니다. 많은 사람들이 자신이 배우자에게 손찌검을 하지 않는 한 심각한 학대의 경계선을 넘지 않은 것으로 느낍니다. 배우자들이 계속 고통을 받고 있다고 호소하는 것을 억지로라도 귀담아 듣도록 해야 합니다. 그런 다음에야 그들은 배우자의 고통을 이해하기 시작할 수 있고 슬픔과 후

회가 담긴 의미 있는 표현을 할 수가 있습니다.

당신의 폭력적인 파트너가 너무 일찍 어려운 상황에서 벗어나지 않게 하는 것이 아주 중요합니다. 언어폭력을 휘두르는 배우자는 습관성인데다가, 자기를 속이며, 자기중심적 성격을 갖고 있기 때문에 그들의 마음이 부드럽게 변화되려면 자신들이 오랜 기간에 걸쳐 일으켰던 상처의 무게를 경험하고 고통을 느낄 수 있는 시간이 필요한 경우가 많습니다. 재빠른 사죄를 너무 믿지 마십시오. 당신의 배우자를 그가 저지른 죄로 받는 고통에서 구해내려 하지 마십시오. 잠언 19장 19절은 “노하기를 맹렬히 하는 자는 벌을 받을 것이라 네가 그를 건져 주면 다시 건져 주게 되리라.”라고 말하고 있습니다. 당신의 배우자가 당신에게 입혔던 상처를 깊이 생각하도록 시간을 주어야 합니다. 그래야만 당신의 배우자가 진정한 변화의 필요성을 느끼기 시작할 수 있기 때문입니다(시 51:17).

5)마음이 진정으로 변화되기를 기다리십시오.

중요한 점은 언어폭력에 의해 심각하게 상처를 받아

온 사람들은 그들이 어떤 종류의 회개를 기다리는지 안다는 것입니다. 배우자를 사랑하더라도 재빨리 사과를 하고 이어서 용서해 달라는 배우자의 요구에 굴복하면 안 됩니다. 진정으로 마음이 변화된 사람은 “내가 미안하다고 말했잖아 그러니 이제 당신이 용서하고 잊어버려야 해”라는 말을 하지 않습니다.

진정으로 회개한 사람들은 용서를 받는 데만 매달리지 않습니다. 용서를 받으려는 마음은 자기중심적인 행동의 연속선상에 있습니다. 진정으로 회개한 사람들은 그들이 배우자에게 주었던 고통을 마음에 품고 거기에 집중하는 진정한 의지를 보입니다. 그들은 그들이 과거에 배우자를 어떻게 지배하고 괴롭혔는지를 이해하기 위한 노력의 일환으로 도움을 찾습니다. 그들은 자신들의 말이 배우자들에게 어떤 상처를 주었는지 듣고자 하는 의지가 있으며 배우자를 비난하려 하지 않습니다. 그들은 “당신에게 그렇게 심하게 상처를 줘서 미안해. 그렇지만...” 같은 변명 같은 사과도 하지 않습니다. 참된 회개에는 “그렇지만...!” 이라는 말이 들어 있지 않습니다.

진정으로 회개한 사람들은 용서를 받는 데만 매달리지 않습니다.

진정으로 회개한 사람들은 그들이 행했던 용인될 수 없는 행동을 인식하고 거기에 대해 책임을 집니다. 그들은 배우자들에게 가져다 준 공포와 불신을 기꺼이 시인합니다. 그들은 자신들이 상처를 준 사람이 아무 일도 없었던 것처럼 행동하기를 기대하는 것이 잘못된 것인 줄 알고 있습니다. 그렇기 때문에 그들은 자기가 학대했던 상대방에게 용서와 신뢰라는 문제를 이해하도록 시간을 줍니다. 설령 상처 받은 쪽에서 신속히 용서를 베풀 수 있다고 하더라도 그런 용서가 신속한 관계 회복을 의미하지는 않는다는 것을 이해하는 것이 중요합니다. 회복은 과정이지 이벤트가 아닙니다.

6) 하나님께서 당신을 용서하신 것처럼 용서하는 것을 배우십시오.

용서보다 더 잘못 이해되는 주제는 없습니다. 그렇지만 공격을 받아 마음이 상한 사람이 “나는 당신을 용서

합니다.”라고 말하는 것보다 더 필요한 행동은 없습니다. 정작 필요한 일들을 실천하기가 가장 어려운 경우가 자주 있습니다.

예수님께서는 “만일 네 형제가 너에게 죄를 범하거든 경계하고 회개하거든 용서하라.”라고 말씀하셨습니다(눅 17:3). 이 간단한 말씀은 책망, 회개, 용서의 필요성에 대한 것으로서 진정 하나님의 사랑을 표현하는 것입니다.

하나님은 정직하게 자신들의 죄를 고백하고 하나님의 긍휼에 의지하는 사람들을 용서하십니다. 하나님은 잘못된 행동으로 초래된 모든 당연한 결말들을 없애주신다는 약속은 하지 않으십니다. 그 대신 상처를 입힌 사람들을 죄에서 해방시키고 상처를 받은 사람들을 분노에서 해방시킵니다. 그렇게 하지 않으면 서로 사랑하는 것이 불가능하기 때문입니다.

예수님은 우리의 원수를 사랑하라고 가르치십니다(눅 6:27-36), 그러나 남을 억압하는 잘못된 행동으로

초래된 결말들을 잊어버리거나 무시하라고 요구하지는 않습니다. 예수님은 다른 사람들이 우리에게 해를 끼치더라도 그들을 사랑하고 그들이 신실하게 회개하면 기꺼이 그들을 용서하라고 가르치십니다(눅 17:3).

우리에게 상처를 준 사람들을 사랑하는 것은 쉬운 일이 아닙니다. 우리를 심하게 괴롭혔던 사람들에게 사랑을 베풀고 싶은 경지에 도달하려면 우리에게는 시간이 필요합니다. 그러나 사랑을 베풀지 않고 계속해서 꺾은 채 내놓지 않으면 우리에게 상처를 주었던 사람과 똑같은 사람이 됩니다. 우리의 마음을 딱딱하게 만들고는 변화된 사람들을 용서하기를 거부한다면 그 것은 악을 악으로 갚는 것입니다. 우리에게는 그렇게 할 권리가 없습니다. 신약성경은 하나님 한 분만이 원수를 갚을 권리를 가지고 있다고 말씀하고 있습니다(롬 12:19-21).

복수할 권리를 하나님께 돌려드리는 것은 바로 우리 마음의 쓰라림을 제거하는 것입니다. 회개한 가해자가 결코 갚을 수 없는 빛을 탕감해 주는 것이 하나님의 방법으로 사랑을 보여주는 것입니다. 회개한 배우자의

값을 수 없는 빛을 탕감해 주는 것은 우리가 하나님께 용서를 받은 사람임을 드러내는 일입니다(마 6:14-15).

만약 우리에게 회개한 배우자를 용서하고자 하는 마음이 없다면 우리는 진정으로 자기반성을 할 필요가 있습니다. 복수심은 우리의 죄를 용서하신 자비로운 하나님을 경험해 보려고 하지 않았다는 징표입니다. 다른 사람에게 복수심이나 증오를 품는 태도는 우리 자신이 스스로 의롭다하는 마음이 하나님과 타인에게 우리들 역시 저지른 수많은 악행에 의해서 깨어져야 할 필요가 있다는 것을 보여줍니다.

물론 그와 같이 우리의 잘못을 깨닫는 것이 다른 사람이 우리에게 저지른 해악을 용서하는 구실이 되는 것은 아닙니다. 그러나 그러한 깨달음으로 말미암아 우리 모두는 그리스도의 십자가 아래에서 한 마음 한 뜻이 되어 있음을 다시 생각하게 됩니다. 그 깨달음은 또한 하나님이 우리를 사랑한 것 같이 우리가 다른 사람들을 기꺼이 사랑하지 못할 때 우리의 삶 속에 절실히 요구 되는 것은 바로 하나님의 사랑과 자비라는 것을 일깨워

줍니다. 오늘도 하나님이 베푸시는 자비를 누릴 수 있다는 것에 우리 모두 감사를 드립니다(요 3:16-18).

- ① 절망에서 희망으로(절판)
- ② 교회는 누구에게 필요한가?
- ③ 오 신실하신 하나님(절판)
- ④ 복 있는 사람
- ⑤ 균형 있는 가정생활
- ⑥ 왜 살아야 하나?(절판)
- ⑦ 행복한 결혼생활
- ⑧ 남자다운 남자(절판)
- ⑨ 여자다운 여자
- ⑩ 걱정 없이 살고 싶다
- ⑪ 다시 찾은 사랑
- ⑫ 어떻게 하나님의 뜻을 알 수 있을까요?
- ⑬ 하나님과 친해지고 싶다
- ⑭ 하나님은 어떤 예배를 원하시는가?
- ⑮ 어떻게 하면 마음이 평안한 부모가 될 수 있을까요?(절판)
- ⑯ 결혼의 약속(절판)
- ⑰ 어떻게 하면 자신에 대해 긍지를 가질 수 있을까요?(절판)
- ⑱ 균형있는 구원의 신앙
- ⑲ 균형있는 기독교
- ⑳ 하나님을 친히 알 수 있다!
- ㉑ 어떻게 성령에 충만할 수 있는가?
- ㉒ 교회 지도자의 자격
- ㉓ 갈등 해결의 방법
- ㉔ 깨어진 관계를 어떻게 해결하나?
- ㉕ 종교나 그리스도나 무엇이 다른가?(절판)
- ㉖ 돈에 대한 예수님의 비유
- ㉗ 일에서 만족을 찾는 방법
- ㉘ 하나님은 내가 건강하기를 원할까요?
- ㉙ 인생의 마지막을 아름답게 맞이하자
- ㉚ 금보다 귀한 것
- ㉛ 좋은 교회를 알아보는 방법
- ㉜ 확신을 가지고 하는 기도
- ㉝ 스트레스의 폭풍 속에서 살아남기
- ㉞ 분노가 타올 때
- ㉟ 말이 상처가 될 때

이 책이 보다 더 많은 사람들에게 읽혀지기를
원하시는 분께서는 뒤표지의 헌금 안내를 참고
하여 주시기 바랍니다.

「오늘의 양식」 「신앙 성장 시리즈」 구독청원서 및 선교헌금안내

청원 및 헌금		청원자 번호		전 화																															
주 소																																			
성 명		직 분		접수자																															
주 소				전 화																															
				H · P																															
우편번호		부 수		구독기간: 년 월 ~ 년 월																															
구 분		①신규 ②주소변경 ③부수변경 ④재신청 ⑤취소		헌금입금은 행 : ()은행																															
시리즈 번호	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	34	35
신청부수																																			

「오늘의 양식」과 「신앙 성장 시리즈」는 성도들의 영적 성장을 위해 제작되는 책자입니다. 이 책이 보다 더 많은 사람들에게 읽히기 위하여 오늘의 양식 제작비 권당 500원, 신앙 성장 시리즈 권당 600원을 헌금하여 주시기 바랍니다.