This paper aims to explore how to help terminally ill patients and their families find meaning in their suffering from the logotherapeutic perspective, which is the essence of palliative care. For this purpose, this paper examines the main concepts and principles of logotherapy, and specific approaches based on the logotherapeutic perspective to help terminally ill patients and their families find meaning in life are presented. Emphasizing the will to meaning as the primary motive to explain human behaviors and based on its unique perspective of the human being, which is called the dimensional ontology, logotherapy considers the human being to consist of the body, the mind, and the spirit. The dimensional ontology implies that the human being "has" the body and the mind, but the human being "is" the spirit itself. Therefore, even though a human being can be sick physically or psychologically, accordingly, it is essential to help these patients realize that they are not their illnesses, but just have them, and to rise above themselves to reach out toward something meaningful or someone to love: despite their suffering, they can still do something meaningful, even in a small way. Above all, the most important thing for these patients is to acknowledge that they have already lived a meaningful life and to believe that their meaningful work has been safely preserved in the past and nothing can take it from them, for as spiritual beings, their lives have been meaningful unconditionally.

Key Words: Psychotherapy, Spirituality, Palliative Care

서론
비엔나 3대 심리치료학파로 알려진 로고테라피(logotherapy)를 창시한 빅터프랭클(Viktor E. Frankl) 박사는 인간의 피할 수 없는 삶의 경험을 고통, 죄책감, 죽음을 뜻하는 삶의 3대 비극이라 고 정의하였다[1]. 삶의 3대 비극은 유한한 존재인 인간이라면 누구나 겪을 수밖에 없는 삶의 필연적인 숙명이지만, ‘무조건적 삶의 의미’라고 하는 개념을 통해 인간은 비극에도 불구하고 여전히 살의 의미를 찾고 완성할 수 있는 의미를 추구하는 존재로 바라보았다[2]. “살의 의미를 이는 사람은 살아 어떠한 고통과 시련도 견디어낼 수 있다”라고 하는 철학자 니체의 말은 삶의 3대 비극을 인간이 피하거나 통제할 수는 없지만, 만약 그러한 비극들 안에 숨겨져 있는 의미를 발견하거나 혹은 지금 당장 그 의미를 발견하지 못한다 하더라도 있다고 믿을 수 있다면 인간은 비극에 대해 긍정적이고 창조적인 태도 변화를 통해서 삶의 비극을 극복하고...
가치 있는 삶을 살 수 있는 존재라고 하는 로고테라피의 의미는 삶과 삶을 살아가는 인간에 대한 관점을 대변해준다[1]. 삶의 고통 중에서 존재론적으로 가장 극심한 고통은 죽음이전에 경험하게 되는 ‘죽어감(dying)’에 대한 인식일 것이다[3]. 보다 정확히 표현하자면 ‘죽어감’이라는 경험을 통해 가져 나가는 죽음에 대한 공포는 아마도 인간이 경험할 수 있는 가장 극심한 고통 중에 하나일 것이다. 죽음이 공포스러운 것에는 여러 가지 이유가 있었겠지만 죽음에 대한 공포의 밑바닥에는 무엇보다도 죽음의 순간 모든 것이 ‘무(nothing)’가 되어 버린다는 근원적인 공포감이 깔려 있다[4]. 죽음 앞에서 가장 많이 하는 질문이 바로 ‘삶의 의미’에 대한 질문이라고 하는 사실은 죽음과 동시에 모든 것이 아무것도 아닌 것이 되어버릴 것이라는 삶의 힘과 죽음에 대한 공포를 증명해준다. 지금까지 내 삶은 정말 의미가 있었는가? 있었겠냐면 내 삶의 의미는 무엇인가? 죽음은 인간의 모든 소유(having)를 존재(being)로 바꾸면서 가장 강력하게 삶의 의미에 대한 질문을 이끌어 낼 것이다[5].

빅터프랭클 박사는 삶의 3대 비극에 대해 언급하면서 죽음의 마지막 순간까지 인간에게는 여전히 의미가 있다는 점을 강조하였다. 심지어 죽음을 통해 인간은 진정한 자신의 모습과 만나게 되고, 죽음을 통해 인간의 삶은 온전히 완성된다고 말하였다[1]. 따라서 죽음에 대한 인간의 이해가 부족한 경우를 보니, 죽음을 통해 인간의 삶의 이유를 발견하고 말을 수 있으면, 혹은 자신의 삶이 이미 얼마나 의미있었는가를 확인할 수 있다면 인간은 죽음과 죽어감에 대한 인식을 통해서 자신의 삶을 완성할 수 있는 기회가 주어질 수 있을 것이다. 죽음이라고 하는 물리적인 현실은 극복할 수는 없겠지만, 죽음을 통해서 진정으로 삶을 완성할 수 있게 될 것이다. 죽음은 고통과 저주감을 넘어서서 미처 살아내지 못한 삶의 의미를 발견하도록 하는 가장 강력한 자극이기 때문이다. 실제 삶의 의미는 삶의 의미와 이와 같이 자극이 불가능한 것처럼 보이는 말기질환으로 고통을 경험하고 있는 환자들에게 신체적, 심리적인 긍정적인 영향을 고통을 감소시켜주는 것은 물론 철학으로 인간의 삶을 예방할 수 있게 도와주며, 더 나아가 의미발견을 통해 임박한지 모르는 죽음을 준비하고 이를 존엄하게 맞이함으로써 죽음을 진정한 삶의 완성으로 이어내는 중요한 역할을 한다고 할 수 있다[6,7]. 따라서 죽음의 의미는 말기질환자들 일체의 의미로써 인생의 의미를 평가하고 결정하기에 반드시 고려해야 하는 매우 중요한 요소라고 할 수 있었다.

본론

그렇다면 말기질환으로 고통을 경험하고 있는 환자들이 자신의 삶의 의미를 확신하고 발견할 수 있도록 어떻게 도울 것인가. 또한 말기질환자들의 고통을 지키면서 고통을 함께 나누고 있는 가족들은 어떻게 환자들이 삶의 의미를 찾을 수 있도록 조력하고 자신의 삶의 의미 또한 발견할 수 있는 기회를 가질 수 있도록 도울 수 있을 것인가.

빅터프랭클 박사는 이를 위해 무엇보다 자신이 진정으로 어떤 존재인지에 대한 이해가 우선되어야한다고 말한다[1]. 로고테라피는 존중의 심리치료로는 전혀 다른 인간 본성에 대한 세계관을 통해서 의미를 추구하는 존재론에서 인간에 대한 믿음을 강조하면서 인간행동의 1차적 동기를 정신분석의 쾌락에 의지하거나 개인심리학의 권력에 의지에 대별하여 의미에의 의지(will to meaning)로 설명하고 있다[1,2,8,9]. 모든 심리치료론이 개졌고 있는 인간행동의 동기는 모두 인간에 대한 세계관을 기반으로 하고 있다[1]. 로고테라피 역시 의미에의 의지를 인간을 육체적인 1차적 동기를 설명하면서 인간에 대한 세계관을 제시하고 있는데, 인간에의 의지(having)와 마음에의 의지(behaving)와는 의미에의 의지로 정의하고 있다. 이와 같이 3차원의 존재론에서 인간을 바라보는 세계관은 차원적 존재론(Dimensional Ontology)이라고 한다[1]. 차원적 존재론에 따르면 총체적인 존재론에서 인간의 몸과 마음 그리고 목이 서로 분리될 수 없으며, 무엇보다 인간의 몸과 마음은 영의 차원을 통해 하나로 통합되는 관점을 제시하고 있다. 따라서 영적 존재의 인간에 대해 온전히 이해하지 못한다면 인간이 진정으로 어떤 존재인지 이해할 수 없다. 무엇보다 빅터프랭클 박사는 ‘가진 것(having)’과 ‘존재하는 것(being)’ 간의 차이를 명확히 하였다. 그에 따르면 몸과 마음은 인간이 가지고 있는 것(having)인 반면, 영은 인간 ‘존재 자체(being)’라는 것이다. 따라서 가지고 있는 몸과 마음은 가지고 있는 것이기 때문에 잃어버릴 수 있고, 세상 속에서 살아가면서 상처받거나 아프울 수도 있지만, 존재 자체인 영은 잃어버릴 수도 아프울 수도 상처받을 수도 없는 인간 존재의 본질이라는 것이다. 또한 이러한 인간은 종교의 유무나 종파와는 상관없이 본질적으로 아프거나 상처받지 않는 영적 존재라는 점을 강조하였다[2]. 따라서 아프지 않고 상처받지 못하는 영적 존재인 인간은 몸이나 마음이나 아프고 상처받더라도 영원히 상처받거나 아프지 않은 존재이며, 이러한 영이 모든 자원으로 성장의 자원이라는 점을 강조하였다. 따라서 아무리 몸과 마음이 아프다 하더라도 아프지 않은 영적 존재로서의 인간에게는 언제나 희망이 있으며, 어떤 고통에서도 설사 죽음조차도 영적 존재로의 인간을 소멸시킬 수 없다[1,2,10].

위에서 언급한 것처럼 말기질환으로 고통을 경험하고 있는 환자들은 존재론의 의의를 바탕한 환자들을 들보는 가족들에게 있어서 영적 존재로서의 인간에 대한 세계관은 그 무엇
보다 중요하다고 할 수 있다. 로고테라피의 차원적 존재론에 따르면 비록 말기질환이라는 병으로 극심한 고통 중에 있다고 말겨질환이라는 병이 환자의 존재자체는 아니며, 말기 말애이라는 병은 환자가 ‘가지고 있는 것’이지 결코 환자의 존재자체가 될 수 없다. 예를 들어 암이 환자의 존재자체는 아니다. 환자는 암이라는 병을 가지고 암의 증상을 고통을 경험하고 있지만, 환자 자신이 아닌 암이라는 것이 있는 것이다. 이와 같이 가지고 있는 것(having)과 존재 자체(being)를 구분할 수 있는 인간 능력을 비터프랭클 박사는 인간의 ‘자기와 거리두기(Self-Distancing)’ 능력이라고 정의하고 있다[1]. 비터프랭클 박사는 의미발견의 과정에서 무엇보다 중요한 것은 바로 이와 같이 자신의 고통과 자기 자신을 헤어뜨릴 수 있는 능력이 필요하다고 하였으며, 고통과 자기 자신을 헤어뜨릴 수 있을 때 인간은 고통을 향한 인간의 태도를 결정할 수 있을 것이다. 인간은 고통뿐만 아니라 죽기만 이라고 하는 인간이 ‘가지고 있는 경험’으로부터 존재 자체는 자기 자신의 고통을 헤어뜨릴 수 있게 되면서 보다 객관적으로 고통과 죽음을 바라볼 수 있게 된다.

자기와 거리두기라는 인간만의 고유한 능력과 더불어 비터프랭클 박사는 자기초월적인 존재로서 인간의 인간성을 강조하고 있다[1]. 자기초월성인 인간이 자기 자신을 넘어서 어떤 의미 있는 대의나 사랑하는 사람을 향해 나아갈 수 있는 인간의 고유한 능력을 말한다. 비터프랭클 박사는 인간의 자기초월성을 인간 존재의 핵심이라고 정의하고 있다[2]. 자기초월성이 인간존재의 핵심이라는 말은 인간은 자기초월성이 인간존재를 결정한다는 뜻이다. 그러나 이와 같은 인간존재는 본질적으로 자기 초월적인 존재로 태어난다는 의미에 담고 있다. 따라서 인간은 자기 중심화하고 자기중심일 때가 아니라 자기 자신을 넘어서 때가 가장 기쁘고 행복한 존재가 될 수 있다는 것이다. 이는 비터프랭클 박사가 앞서 인간의 행동을 의미에 의지하게 결정하는 것과 관련이 있다. 의미에의 의지로 바로 자기초월성의 한 단면으로써 인간이 본질적으로 타고난 본성을 나타내는 것이며, 자기 초월성이 내가 아닌 의미 있는 어떤 것이나 타인을 향하는 것이며 의미 역시 나라는 존재에 대한 의지로 간주하는 것과 관련이 있다. 의미에의 의지로 바로 자기초월성의 한 단면으로써 인간은 본질적으로 타고난 본성을 나타내는 것도 담고 있으며, 자기 초월성이 내가 아닌 의미 있는 어떤 것이나 타인을 향할 것이며 의미 역시 나라는 존재에 대한 의지로 간주하는 것과 관련이 있다. 자기초월적인 의미에의 의지로써 인간은 삶의 진정한 의미를 추구하고 이를 통해 진정으로 행복하고 기쁨을 누릴 수 있는 존재이다[4].

환자 자신이 말기질환이라는 병이 존재가 아니듯이 환자는 어떠한 상황에도 치료가 불가능한 불치의 병의 원인에 영향받지 못한 상태에서도 치료가 불가능한 불치의 병이 없는 상태도 결과적으로 존재하는 것이며, 비터프랭클 박사는 인간이 치유가 불가능한 병으로부터 치료가 불가능한 병을 가진 상태도 결과적으로 존재하는 것이며, 비터프랭클 박사는 인간이 치유가 불가능한 병으로부터 치료가 불가능한 병을 가진 상태도 결과적으로 존재하는 것이다. 그러나 문제는 인간의 선택이다. 자유롭게 선택하고 결정할 수 있는 인간은 존재가 아니라 선택으로서는 존재가 될 수 없다. 이러한 선택을 통해 인간은 존재가 아니라 선택으로서는 선택의 하나가 될 수 있다. 비터프랭클 박사는 인간이 치유가 불가능한 병으로부터 치료가 불가능한 병을 가진 상태도 결과적으로 존재하는 것이며, 비터프랭클 박사는 인간이 치유가 불가능한 병으로부터 치료가 불가능한 병을 가진 상태도 결과적으로 존재하는 것이다. 결국 문제는 인간의 선택이다. 자유롭게 선택하고 결정할 수 있는 인간은 존재가 아니라 선택으로서는 선택의 하나가 될 수 있다. 비터프랭클 박사는 인간이 치유가 불가능한 병으로부터 치료가 불가능한 병을 가진 상태도 결과적으로 존재하는 것이며, 비터프랭클 박사는 인간이 치유가 불가능한 병으로부터 치료가 불가능한 병을 가진 상태도 결과적으로 존재하는 것이다. 결국 문제는 인간의 선택이다. 자유롭게 선택하고 결정할 수 있는 인간은 존재가 아니라 선택으로서는 선택의 하나가 될 수 있다. 비터프랭클 박사는 인간이 치유가 불가능한 병으로부터 치료가 불가능한 병을 가진 상태도 결과적으로 존재하는 것이며, 비터프랭클 박사는 인간이 치유가 불가능한 병으로부터 치료가 불가능한 병을 가진 상태도 결과적으로 존재하는 것이다.
미를 발견할 수 있다. 그 다음으로 빅터프랭클 박사는 태도적 가치를 의미를 발견할 수 있는 길로 제시하였는데, 창조적 가치가 경험적 가치보다 어렵고 따라서 가장 중요한 미를 발견할 수 있는 길이라고 소개하였다[2]. 태도적 가치는 바로 삶의 삼대 비극인 고통과 죄책감 그리고 죽음에 대해 어떤 태도를 취하느냐를 통해 미를 발견하는 것이다.

로고테라피에 따르면 인간은 의의를 발견할 수 있는 길로 제시하였는데, 창조적 가치나 경험이 가치보다 어렵고 따라서 가장 중요한 미를 발견할 수 있는 길이라고 소개하였다[2]. 태도적 가치는 바로 삶의 3대 비극인 고통과 죄책감 그리고 죽음에 대해 어떤 태도를 취하느냐를 통해 미를 발견하는 것이다.

로고테라피에 따르면 인간은 의의를 발견할 수 있는 길로 제시하였는데, 창조적 가치나 경험이 가치보다 어렵고 따라서 가장 중요한 미를 발견할 수 있는 길이라고 소개하였다[2]. 태도적 가치는 바로 삶의 3대 비극인 고통과 죄책감 그리고 죽음에 대해 어떤 태도를 취하느냐를 통해 미를 발견하는 것이다.

로고테라피에 따르면 인간은 의의를 발견할 수 있는 길로 제시하였는데, 창조적 가치나 경험이 가치보다 어렵고 따라서 가장 중요한 미를 발견할 수 있는 길이라고 소개하였다[2]. 태도적 가치는 바로 삶의 3대 비극인 고통과 죄책감 그리고 죽음에 대해 어떤 태도를 취하느냐를 통해 미를 발견하는 것이다.

로고테라피에 따르면 인간은 의의를 발견할 수 있는 길로 제시하였는데, 창조적 가치나 경험이 가치보다 어렵고 따라서 가장 중요한 미를 발견할 수 있는 길이라고 소개하였다[2]. 태도적 가치는 바로 삶의 3대 비극인 고통과 죄책감 그리고 죽음에 대해 어떤 태도를 취하느냐를 통해 미를 발견하는 것이다.

로고테라피에 따르면 인간은 의의를 발견할 수 있는 길로 제시하였는데, 창조적 가치나 경험이 가치보다 어렵고 따라서 가장 중요한 미를 발견할 수 있는 길이라고 소개하였다[2]. 태도적 가치는 바로 삶의 3대 비극인 고통과 죄책감 그리고 죽음에 대해 어떤 태도를 취하느냐를 통해 미를 발견하는 것이다.

로고테라피에 따르면 인간은 의의를 발견할 수 있는 길로 제시하였는데, 창조적 가치나 경험이 가치보다 어렵고 따라서 가장 중요한 미를 발견할 수 있는 길이라고 소개하였다[2]. 태도적 가치는 바로 삶의 3대 비극인 고통과 죄책감 그리고 죽음에 대해 어떤 태도를 취하느냐를 통해 미를 발견하는 것이다.
자 한다.

의미에의 의지를 궤속에의 의지와 권력에의 의지와 대별하여 인간행동에 대한 1차적 동기로 설명하고 있는 로고테라피는 차원적 존재론이라고 하는 인간에 대한 세계관에 바탕을 두고 있다. 차원적 존재론은 인간을 몸과 마음 그리고 영의 3차원의 벗어뜨릴 수 없는 총체적인 존재로 정의하고 있다. 특히 몸과 마음은 인간이 ‘가지고 있는 것’이지만, 영은 인간존재 자체임으로 가지고 있는 몸과 마음은 잃어버릴 수도 있고, 아프거나 상처받을 수 있으나, 영은 잃어버릴 수도 아프거나 상처받을 수도 없는 인간존재 자체라는 점을 강조한다. 따라서 말기환자들이 의미를 발견하는데 있어서 가장 중요한 측면은 자신이 몸과 마음이 아프지만 영적으로는 아프지 않은 존재라고 하는 인식이라 하겠다.

자기와 거리두기 자기초월이라고 하는 로고테라피의 중요한 두 개념은 환자로 하여금 자신이 질병 자체가 아니라 인식할 수 있게 도와줄 수 있고, 이를 통해 환자는 자기 자신을 넘어서 여전히 의미를 찾아 나아갈 수 있게 된다. 비록 몸은 아프지만, 여전히 자신은 살의 의미를 발견할 수 있는 존재임을 인식하는 것이 중요하다 하겠다. 로고테라파에서는 의미를 발견에 있어서 창조적 가치와 정imated 가치를 넘어 태도적 가치의 중요성을 강조하고 있는데, 이는 고통, 좌절감, 죽음과 같은 3대비극에 대해 인간은 여전히 태도를 수정함을 통해서 살의 의미를 발견할 수 있다(비극적 낙관주의). 그러나 환자들에게 있어서 새롭게 의미를 발견하는 것보다 더욱 중요한 것은 자신이 영적 존재로서 이미 의미 있는 삶을 살았다는 것을 확인하는 것이다. 죽음과 함께 모든 것이 사라지는 것이 아니라 과거라는 시간 속에 영원히 안전하게 보존된다는 것에 대해 확신하는 것이다. 환자를 돌보는 가족들에게도 영적존재로서의 인간에 대한 세계관이 필요하며, 비록 새롭게 의미를 발견할 수 없더라도 환자들이 자신의 삶을 줄여볼을 통해서 이며 살아온 삶의 의미를 재확인하실 수 있도록 격려하며, 가족 또한 삶의 의미를 확인하고 발견하는 기회를 가질 수 있을 것이 다. 삶의 의미는 무조건적으로 이미 존재하고 있기 때문이다.

중심단어: 심리치료, 영적, 완화의료

CONFLICT OF INTEREST

No potential conflict of interest relevant to this article was reported.

REFERENCES

1. Frankl VE. The will to meaning: foundations and applications of logotherapy. New York: The New American Library; c1984.
2. Frankl VE. The doctor and the soul: from psychotherapy to logotherapy. New York: Vintage; 1986.
3. Bush AD. Transcending loss: understanding the lifelong impact of grief and how to make it meaningful. New York: Berkley Books; 1997.
4. Frankl VE. The feeling of meaninglessness: a challenge to psychotherapy and philosophy. Milwaukee, Wisc.: Marquette University Press, cop. 2010.
5. Kovacs G. The question of death in logotherapy. Int Forum Logotherapy 1982; 5:3–8.
6. Breitbart WS, Poppito S. Individual meaning-centered psychotherapy for patients with advanced cancer: a treatment manual. [New York]: Oxford University Press; 2014.
7. Stewart AL, Teno J, Patrick DL, Lynn J. The concept of quality of life of dying persons in the context of health care. J Pain Symptom Manage 1999; 17: 93–108.
8. Frankl VE. Man's search for meaning: an introduction to logotherapy. New York: Pocket Books; c1963.
9. Frankl VE. The unheard cry for meaning: psychotherapy and humanism. New York: Simon and Schuster; c1978.
10. Frankl VE. The unconscious God: psychotherapy and theology. New York: Simon and Schuster; c1975.