

한 할머니의 영적 동반기

윤 희 순 수녀
모현 호스피스



남 산의 온갖 초목이 싱그럽게 생명의 시작을 알리는 5월이었다. 인터넷을 통하여 당신의 어머니

를 보아 달라는 이 경상님의 딸이 다음과 같은 메일을 보내왔다.

“우리 엄마는 늘 이웃에게 넉넉하게 나눔을 베풀 착하신 분이데, 지금은 암이 걸렸다는 소식에 화가 나있고 이런 병에 걸렸다는 것에 비관하고 있어요. 엄마는 불교 신자라 아플 때마다 관음보살을 찾으라고 하고 부처님을 찾으라고 위로로 드려도 어떤 것도 받아드리지 않습니다. 저는 무엇보다 어머니의 영혼이 걱정됩니다. 우리가 시골에 살 때 우리 집은 언제나 손님으로 넘쳐났습니다. 어머니는 지나가던 거지에게도 밥을 먹여 보내실 정도로 인정이 많으셨고요, 그런데 지금은.....”

처음 방문할 때 이경상 할머니의 고통의 신음소리는 세상의 어떤 외침보다 더 커보였다. 온 우주에 넘치는 생명의 향연과 달리 할머니는 육체의 통증으로 신음하고 계셨다. 남산 길을 내려오면서 새 생명의 경이로움에 넋을 잃었던 마음을 추수리고 할머니의 고통의 소리에 마음을 조율하고 나서, 신체의 통증척도를 사정하였다. 다행히 두서너 차례 방문 후 할머니의 신체적 통증과 증상 많이 호전되었다. 한 달 후 육체적 통증에서 자유로워지면서 또 다른 아픔이 할머니를 자극하기 시작하였다. 본래 갖고 있던 무릎 관절의 통증으로 자유롭게 다니지

못하는 어려움과 친구들은 잘 지내는데 왜 자신은 이렇게 아픈지를 호소하였다. 노년기의 외로움, 소외감이었다. 여지없이 육체적 고통 후에 심리 영적인 아픔을 드러내 보이셨다. 할머니는 본시 꾸밈없이 직설적으로 단순하게 말씀하시는 분이였기에 영적인 고통도 일상 언어로 투박하게 말씀하셨다. 할머니의 진부한 넋두리에서 핵심감정과 생각과 소원이 무엇인지를 알아내고 도움을 주는 것이 쉽지 않았지만, 이것이 나의 방문의 목적이 되었다. 노년기의 심리는 내향성, 수동성, 경직성이 점점 증가한다고 한다. 이러한 경향 때문에 이때는 자신의 존재 가치가 무척 낮은 반면에 마음을 바꾸기가 쉽지 않을 것 같다. 노년에 겪게 되는 4대 고통은 병, 가난, 외로움, 죽음이라 한다. 이경상님은 가난만 제외하고 다른 고통을 고스란히 안고 계셨다.

우리가 방문 할 때마다 할머니의 반복되는 심리 구조가 있었다.

“아이고 수녀님들!,” 우리 손을 덥석 잡고 우신다.

“어머니 그렇게 하루 종일 시계만 보고 언제오시나 하고 기다리시더니 왜 우세요!” 하고 며느리가 말한다.

“지난 한 주간 어떻게 지내셨어요?”

“뭘, 잠자고, 텔레비도 보고, 화초에 물주고, 그러지, 그런데 어깨도 쭈시고, 다리도 아프고, 왜 안 낫는지 모르겠어! 하루 종일 집에만 갇혀 있으니....”

“하루 종일 집에만 계시니 힘드시겠어요!”

할머니 어깨를 주무르면서 잠시 침묵했다. 할머

니 감정을 정리하는 시간을 고려했다.

“하루가 왜 이렇게 긴지 모르겠어!” 할머니는 지루한 마음을 표현하였다.

“할머니, 집에서 혼자서 계실 때 주로 무슨 생각을 많이 해요?” (활동량이 적기 때문에 관심사를 알아보기 위해서다)

“그저 군에 간 손자 생각하고, 아들 직장에 무사히 잘 다니고, 그리고 내 팔 다리 쭈시고 아픈 것 빨리 나았으면 하고 생각하지, 내 아픈 것만 생각하다 보면 울화가 치올라와. 왜 나만 이런 병이 생겼나하고? 내 친구들은 다 멀쩡히 잘 다니는데, 나만 이래.”

옆에서 머느리가 투명스럽게 그러나 애정이 담긴 말로 응수한다.

“아이, 어머니, 모두 어머니처럼 연세가 드시면 팔다리 쭈시고 아파해요. 어머니만 그런 것이 아니에요!” 할머니는 못 들은 척하신다. 듣고 싶지 않은 것 같았다. 할머니의 아픔과 내적 갈등이 공감되지 못한 것에 대하여 증채를 해야 할 필요성을 느꼈다.

“하루 종일 왜 나만 이렇게 아픈가하고 생각하다 보면 화가 나시는군요!”

“지나주에는 뭐 기쁜 일은 없으셨나요?”

“응, 딸들하고 숯가마 뜬질방에 갔었고, 외식을 같이 했어”

“아 좋은 시간을 보내셨네요?”

80살이 넘도록 농사꾼의 아낙네로 사시면서 자연이 순환하는 대로 평범하게 살아오신 할머니와의 이야기에서 어느 한국의 아낙네들처럼 삶에서 배어나오는 단순한 말투였다. 할머니는 불교신자였지만, 사실상 할머니의 삶에서 어떤 불교적인 가치가 할머니의 삶에 큰 영향을 주는 것 같지 않았다. 그래서 할머니의 마음을 읽고 도와주려면, 할머니가 바라는 소원을 알아내고 계획을 세우는 것이었다.

할머니와의 대화에서 끄집어 낼 수 있는 핵심 감

정과 소원은 집에서 혼자 있어야 하는 외로움, 그리고 팔다리 통증의 경감, 그리고 매일 외롭게 시간을 보내야하는 일상사들이었다. 여러 번 방문해도 주된 중심주제는 이 부분이었다.

농사를 지으면서 자연의 순리대로 살아오신 할머니에게 다리 통증 아픈 것에 공감을 해주면서 몸이 쇠잔해 짐은 자연적인 현상임을 4계절의 비유를 들어서 이야기하였다. 그리고 할머니에게 당신의 삶이 어느 계절과 같은지 스스로 대답하게 함으로써 점점 퇴행해가는 당신의 육체를 수용하도록 도와드리면서 삶의 마지막 완성인 인간의 죽음까지 생각하게 하였다. 그래도 할머니는 변함없이 고집스럽게 왜 나만 아픈가를 읊으신다. 때론 영적 돌봄의 한계와 무력감이 온다. 그러나 어찌 평생 할머니의 모습대로 살아온 방식을 내가 한번에 생각의 전환을 가져오게 할 수 있을까? 그래도 현재의 할머니의 마음을 이해해야하고 수용해야하는 많은 인내와 어머니 마음이 필요했다. 스승이신 창설자께서 말씀하신다.

“너는 그저 할머니가 말하는 대로 수용하여라. 변화시키는 것은 네 몫이 아니다. 그리고 네가 알지 못하는 방법으로 네가 돌보는 환자에게 무언가가 조금씩 씨앗이 뿌려졌을지 모른다.”

그리고 무료한 일상사를 좀더 무엇인가 할 수 있는 역할 의식을 주는 것이었다.

그래서 할머니가 가장 사랑하는 큰 아들(부처님께 빌어서 얻은 말 아들)과 군에 간 큰 손자를 위해서 부처님께 기도 해보라고 하였다. 관심이 하루 종일 자신에게만 있지 않고 남을 위해서 염원을 할 때 좀더 긍정적인 생각을 할 것이라고 생각하였다.

또한 할머니의 지루한 일상에 변화를 주기 위해서 낮돌봄 프로그램에 매번 초대하여 다른 사람들과 어울리는 기회를 제공하였다. 하루는 찰흙 빚기

공에 시간이었다. 이경상 할머니는 당신이 자연 친화적 삶을 사셨기 때문인지 고추, 수박, 꽃등을 아름답고 섬세하게 빚으셨다. 투박하고 굳은 손에서 그렇게 아름다운 작품이 나오리라고 상상을 못했고 그렇게 멋진 말을 할 줄 몰랐다!

“나는 애들(고추, 수박, 꽃들)이 내 친구였어, 근데 지금은 내게서 멀리 있는 것 같아” “이제는 애들이 내 마음속에 있어! 내 마음속에다 간직해야지” 하고 할머니가 대답하셨다. 할머니는 이 작업의 나눔을 통하여 당신이 다시 옛날로 돌아갈 수 없는 상실감을 표현하셨고 수용하셨다.

우리가 호스피스 환자들에게 영적인 도움을 줄 때는 단순히 환자들에게 마음의 평화만을 주는 것은 아니다. 현실을 직면하고 살아있는 날 동안 목표를 세우고 달성하도록 돕는 것이다. 심리 영적인 도움

을 주는 호스피스 인들은 이면에서 항상 어려움을 느낀다. 특히 현실과 직면하도록 자연스럽게 기회를 마련하고 함께 이야기를 나누기 위해서는 영적인 사정과 중재에 대한 훈련과 경험이 필요할 것이다. 이때 수반되는 것이 치료적인 의사소통이리라.

현재 이경상님은 난소암으로 오는 통증과 증상은 없다. 다만, 노화로 오는 여러 가지 신체 정신적으로 더 힘들어하신다. 그래서 아직까지 죽음은 할머니에게 먼 이야기며, 피하고 싶은 주제이다. 몇 달을 방문하면서 할머니한테서 작은 변화들이 일어나고 있었다. 할머니는 움켜지고 있는 손을 조금씩 펴는 모습을 보이신다. 또 이런 연습을 계속하고 계신다. 조금씩 펴지는 그 손안에 점점 채워지는 것은 마음안의 평화, 할머니가 사랑하는 부처님의 사랑 일게다.

위로(慰勞)

앞이 난 후에
향기로운 꽃을 만났고
싱그러운 열매를 얻었으니
사랑한 것 만큼이나
그대를 잃어버린 병이 깊어
상심의 이부자리 깔고
방에 누워 지냈다
문밖으로 나올 생각 못하고
집에 갇혀 지냈다
구완의 손길을 기다리는
시간은 점점 멀리 날아가버렸다
혈벗은 몸에
낮익은 모래바람이 불어왔고
자옥하게 이끼만 끼었다
한 모금 목 적셔 줄 우물은

그늘처럼 깊었고
빠는 쉽게 무너져 내렸다
절명의 순간들 뿐이었다
차라리 목숨 내놓으려고
곡기조차 끊어버렸다
적막강산, 깊은 잠이 들었는데
누군가 흔들어 깨워주니
따뜻한 말 한 마디 건네준
봄의 풀이었다
마음 풀어주는 글 한 줄 전해준
여름의 꽃이었다
눈빛으로 미소로 껴안아주었던
가을의 열매였다
그렇게 위로 받을 것이니
이 병이 씻은 듯이 나오리라

[인터넷 발췌]