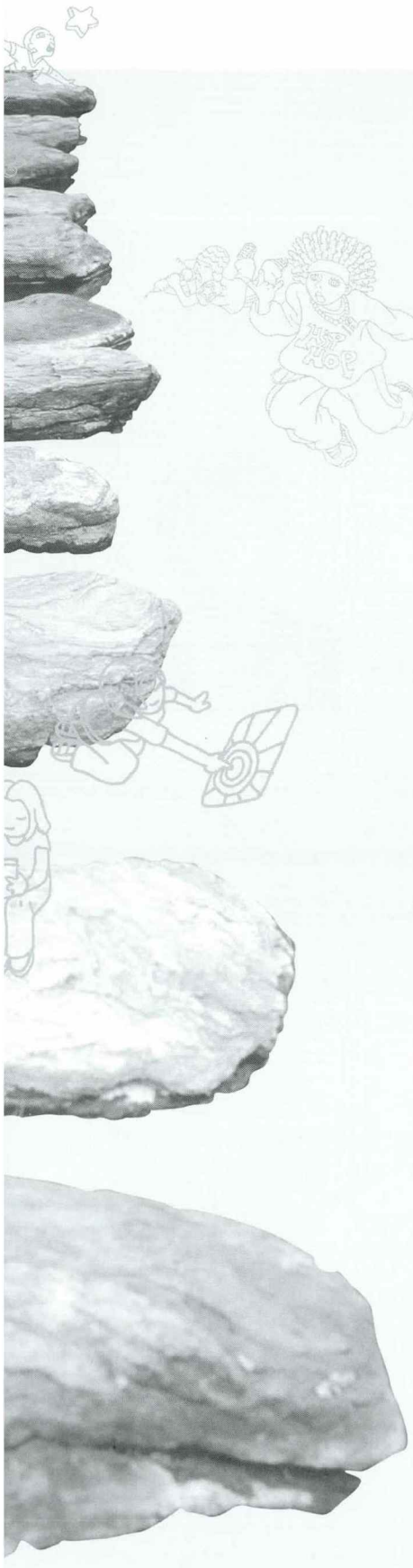
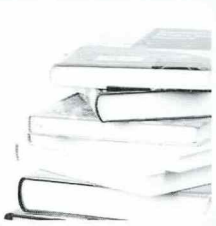
유비무환(有備無患)이 필요한 때!

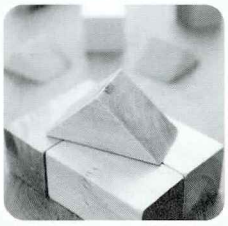
장 규 호
사)한국오리협회 고문

매일 새벽 나는 집 뒤에 있는 수원 광교산에 1시간 반 코스로 산행을 해오고 있다. 산행을 해온 지 벌써 5년 여가 다 되가는데, 산행을 하게 된 동기가 딱히 등산을 좋아하는 것은 아니고, 뇌졸중으로 쓰러진 후에 건강을 회복하려고 시작한 것이다.

필자가 쓰러졌던 시기가 1996년 6월이었으니까 벌써 10년 전 일인데, 쓰러진 후 1-2년간은 거의 폐인이 되다시피 할 정도였지만, 지금은 원활한 의사표현만 안될 뿐 몸 상태는 거의 회복이 되었다. 다리에 힘이 붙기 시작하고 폐활량이 늘어, 처음에는 조금만 올라가도 숨이 턱턱 막히더니 ,지금은 웬만한 산은 충분히 견딜 만하다. 또한 몸의 기능이 점차 개선된다. 사람이 나이가 들면 뭔가 알 수 없지만 하나씩, 둘씩 이상이 생기게 마련이다. 이러한 일들이 점차 개선된다. 제일 중요한 일은 새벽마다 산행을 하는 동안 생각에 생각을 거듭하게 된다. 예전엔 생각하고 바로 행동했었는데, 그러다 보니 당연히 후에 생각해 보면 판단이 부정확 했었다는 것을 인식하게 되는 일이 있었다.







하여튼 하루에 일을 한 번 더 되새김질해 보는 계기가 되어 좋다. 이게 다 등산을 하면서 달라진 점이다. 올라갈 때는 힘이 들고 해서, 이 힘든 일을 왜 사서 하나 해보지만 하지만 산행을 마칠 때쯤이면 그런 마음은 어디로 갔는지 찾아볼 수가 없고, 몸을 건강하게 해주는 등산에게 고마운 생각이 드는 것이다. 사실 산에 올라오는 사람들을 보면 원래 건강한 사람들도 있지만, 개중에는 몸이 불편한 사람들도 많이 있다. 이런 사람들을 (나를 포함해서)보면서 예전에 몸을 너무 혹사한 것에 대하여 반성을 하게 된다. 평소엔 건강에 대하여 너무도 자신만만하게 생각했던 터라 내가 쓰러진다는 것은 상상도 할 수 없는 일이었다. 물론 많은 농가들에게 이 말이 먼 나라 이야기처럼 들릴 수 있다는 것은 인정한다.

하지만 바쁜 생활 속에서도, 시간을 쪼개어 등산과 같은 운동을 통해 심신을 단련시켜야 한다. 한번 건강을 잃으면 그것을 다시 회복 하기란 너무도 힘들다. 유비무환(有備無患) 정신이 쓰러지기 전부터 있었더라면, 아마도 인생이 바뀌었을지 모른다. 사람의 건강과 업계의 건강상태도 일견 비슷한 점이 있다. 이것을 오리업계 상황에 비유하면 잘나갈 때(건강할 때) 몸을 챙겨놓지 못한 점이 불안감으로 다가오는 것이다. 그 동안 업계의 경기는 좋았지만 경기가 나빠질 때의 상황을 고려해서 뭐 하나 해 놓은 것이 없으니 불안할 수밖에……

어떤 우화가 생각난다. 아주 추운 겨울에 새(오리라고 하자) 한 마리가 맹추위를 겪으면서 내년에는 미리 대비하여 이런 고생은 말아야지라고 다짐을 하는데, 따뜻한 봄이 오면 그런 생각은 봄눈 녹듯이 사라져 버리고 또 다시 겨울만 되면 추위에 떤다는 이야기가 어쩌면 우리들의 모습하고 그렇게 닮았나 하는 생각을 해 보면서 씁쓸한 웃음을 짓게 된다.