

“당신은 어느정도 담배를 피우시나요” ⑥

당신도 담배를 끊을 수 있다



금연 모범운전기사의 기쁨

25년간을 하루도 안 빠지고 5갑을 줄담배로 피우면서 서울 시내를 돌아다니는 모범운전기사, 아니 흡연택시 운전기사입니다.

어느날 매일 하던 습관으로 손님을 태우고 담배를 태워 문체 신나게 달려가고 있었습니다. 뒷좌석 손님의 인상은 너무도 찌프러, 기분이 나쁜 표정으로 나를 못마땅하게 응시하며 금방 벼락이라도 내릴듯이 “모범운전기사님 담배를 좀 끄시지요. 손님이 피워도 문제인데 기사양반이 담배를 피우면 어떻게 합니까? 라는 따끔한 충고를 하더군요.

그래서 금연결심을 하고 금연학교에 입교해서 금연교육을 열심히 받아 성공적으로 교육을 수행했습니다.

이렇게 금연모범운전기사가 되고 보니 “왜 빨리 금연하지 않았던가” 하는 후회가 됩니다.

이제 금연후 아무리 오랜 시간동안 운전을 해도 피로감이 오지 않고 머리가 항상 맑고 개운하며 식욕이 좋아지고 활력있는 하루를 시작하고 마치게 되는군요.

정말로 새로운 건강생활의 기쁨이지요. 물론 금연교육 기간 동안에 금단증상 극복의 고통은 팔이 뒤틀리고 방바닥을 엉금엉금 기어 다닐 정도로 일도 못하고 3~4일을 불안과 초조한 정신적 갈등을 이기기에는 너무나 어려웠고 비었습니다.

몇번이고 손과 마음이 담배 있는 곳으로 움직여지는 것을 나도 모르는 무의식적 행위로 못견딜 정도였으니까요. 그러나 온집안 식구들이 온통 간호사가 되고 감시자가 됨으로써 4일을 넘기니까 금연의지가 마음을 주도하게 되었습니다. 이제는 너무나 흥가분하고, 많은 손님들을 깨끗하고 맑은 공기속에서 모실수가 있게 되었습니다. 그러나 안타까운것은 흡연손님이 승차하게 될 때가 큰문제이지요 그러나 손님들의 건강한 삶을 위해서 <차내에서는 절대금연>이라는 표지판을 달게까지 되었습니다. 그리고 금연전단을 뿌리면서 금연 캠페인하는 금연모범운전기사가 된것을 자랑스럽게 생각합니다. **72**
(서울위생병원 부설 5일금연학교 주임교수 교육학 박사)