

# 빈 등지 신드롬

유 회 현 · 유희현 산부인과 원장

**데**자 나이 40 하고도 셋!  
A부인은 말없이 거울 앞에 섰다. 어느새 그녀의 나이 43세. 얼굴에는 주름이 늘고, 샤워를 하려고 옷을 벗고 거울을 보니 여기저기가 울퉁불퉁하다. 뱃가죽은 늘어지고, 유방도 축 처진 몸매에 한숨이 절로 나온다. 이전 목소리도 높고 행동도 이쯤마 티가 풀풀 난다.

‘어이쿠, 이젠 나도 다 되었구나.’ 하는 생각에 잠겨 있는데 아이들의 종알거리는 소리가 들린다.

“요즘 이즘마들 왜 그러는지 몰라. 글썽 전철에서는 두 사람 자리에 혼자 딱하니 앉아 있고 버스에서도 자리 나면 밀치고 들어와서는 앉아 버리는 거 있지? 거기다가 버스를 타려고 줄을 서 있으면 방금 와 가지고는 새치기하구. 목욕탕은 또 어쩔고, 탕속에서 수영을 하질 않나. 여기저기를 튀기면서도 신경도 안 쓰는 거야. 나이 들면 다 그래? 얼굴들이 철판인가 봐. 진짜 빛나는 이즘마 정신들이라니까...”

A부인은 언젠가 TV에서 신세대와 이즘마 세대 간의 토크쇼를 본 적이 있다. 신세대들의 지적이 마치 자신을 겨냥한 얘기인 것 같아 뜨끔뜨끔했다. 이즘마 세대들의 반격도 만만치 않았지만 구차한 변명으로밖엔 들리지 않았다.

남편과의 관계도 변해가는 마찬가지이다. 어떤 사람이 지적했듯이 결혼 초 3년 동안 키스할 때마다 콩한 알씩을 모아두고, 3년이 지난 후

부터 평생동안 키스할 때마다 그 콩들을 한 알씩 꺼내도 다 못 꺼낸다는 이야기처럼 말이다.

남편과 처음 만났을 때를 떠올려 본다. 꿈 많던 대학 시절을 막 끝내고 직장에 들어가게 되었을 즈음이다. 꽃들이 만발한 4월에 직장 내 산악회에서 남편을 만나게 되었다.

등산이 처음인데다가 직장동료들도 제대로 알지 못해 쭈뼛거리는 그녀에게 미소를 지으며 다가와 말을 건넌 사람이 있었다. 그녀는 다정스런 눈매와 지적인 분위기를 지닌 그 남자의 관심이 싫지 않았다.

그날 이후 등산을 할 때마다 그녀는 그의 뒤를 따라다녔고, 그는 그녀의 손을 잡아주기도 하고 “힘들어요?”라며 염려도 해 주고, 간식도 나누어주는 호의를 보였다.

그 후부터 사내에서 만나면 자연스럽게 커피도 함께 마시고 식사도 같이 하는 등 친근해져 갔다. 그는 수려한 외모에 성품도 따스한 사람이어서 사내에서는 여직원들의 선망의 대상이었다.

어쩌다 그가 다른 여직원들에게 친근하게 대하는 것을 보면 질투가 나고 하루종일 우울한 기분을 감출 수가 없었다. 그녀는 그의 관심을 끌기 위해 갖은 노력을 하기 시작했다.

그도 그녀의 관심이 싫지는 않았는지 마침내 그녀에게 데이트 신청을 하기에 이르렀다. 그녀는 세상을 다 얻은 기분이었다. 하늘을 날 것만 같았다. 약속시간을 기다리는 동안이



그녀에게는 몇 년처럼 느껴졌다.

지금도 그때를 생각하면 A부인은 가슴이 설렌다. 그렇게 사랑에 빠져 행복했던 때가 엇그제 같다. 모두가 부러워했던 그와의 행복한 결혼식을 올리기까지 많은 우여곡절이 있었지만 충분히 견딜 수 있는 시련들이었다.

그렇게 결혼해서 어느덧 아이가 셋, 그리고 40대 중반에 접어들었다. 남편은 직장에서 독립해 광고회사의 사장이 되어 있다. 그러나 그와 함께 했던 그 많은 사랑의 속삭임과 몸짓들은 어느새 그녀의 삶 속에서, '꿈이었을까?' 하는 아련한 느낌만으로 남아 있다.

지금 그녀에게 있어서 현실은 그저 공허할 뿐이다. 그녀만 뻘뻘하고 모두가 앞으로 달려가는 듯 보이고 그녀는 아무 것도 남아 있지 않은 빈 등지 속에서 시든 목초를 씹고 있는 염소 같다.

그녀의 남편은 바쁜 회사 일에 매달려 그녀에게는 관심조차 없고 아이들도 어느덧 다 커서 그녀를 귀찮아한다. 그녀 또한 단조롭고 반복되는 집안 일에 매달리기가 너무 지겹다.

'나도 무언가 해 볼까?' 라고 생각해 보지만 자신도 없고 실패할 지도 모른다는 두려움이 앞선다. 취미생활을 하거나 만만치 않은 아이들 교육비 때문에 어렵고, 친구들과 만나고는 싶지만 아이들 끼니 거르게 할까 봐 엄두도 못 내겠다. 고작해야 TV 드라마나 오락 프로에 재미를 붙여 본다. 하루 중 멍하니 앉아 있을 때가 많아지고 괜히 눈물도 난다.

'우울증이 아닐까?' 라는 생각도 해본다. '도대체 나는 지금 왜 사는 걸까' 라는 막막함과 후회가 밀려오고 고독이 밀려온다. 아이들까지 결혼시키고 나면 더 허탈해질 것이 뻔

한데, 그래도 옛날엔 이렇게 무기력하지도, 나태하지도 않았는데...

창 밖을 내다보니 아이들의 맑은 웃음소리와 행복해 보이는 부부들의 모습 위로 햇빛이 부서진다. 부러웠다. 쏟아지는 햇살은 그녀를 위한 것이 아닌 것 같아 한숨이 새어나온다.

무심코 전화기를 들어본다.

"영숙아, 응- 뭐 해? 우리 만날래? 만나면? 왜, 그냥 같이 차마시고 밥먹고 그러면 되지. 바빠? 응. 그래 나중에 또 연락하자." 전화는 끊어지고 이번엔 남편에게 전화를 해 본다.

"여보세요. 당신이에요? 그냥... 바빠요? 오늘 늦는대구요? 네, 알았어요..."

수화기를 놓으니 허탈함이 밀려온다.

거울 속 눈가의 주름이 더 짙어 보인다. A부인은 살며시 손가락으로 주름을 펴보며 어색한 웃음을 짓는다.

여성들은 보통, 일찍은 30대 중반부터 40대에 이르기까지 사춘기 내지는 '빈둥지 증후군'에 빠진다. 이 때가 여성으로서 가장 위기감을 느낄 시기이다.

결혼을 하면서부터 여성들은 남편의 사랑을 받기 위해 노력하며 남편의 뒷바라지, 임신, 출산을 거치면서 20대를 보내고 30대에는 아이들을 기르는 일에 매달리다보면 세월이 어찌 가는지 인식조차 못 하게 된다.

경제적으로 안정을 찾아가야 하는 가운데 시댁에 적응하는 일도 만만치 않다.

그 시기를 지나고 나서야 여성들은 자신을 들여다 볼 마음의 여유를 갖게 된다. 하지만 그때는 이미 아이들도 다 커서 엄마의 간섭을 귀찮아하고 남편도 아내를 건성으로 대해 가족으로부터 상대적 애정결핍을 느

끼게 된다.

그제서야 여성들은 스스로에게 '내 삶은 어디서 보상받나, 나는 무엇을 할 수 있는가? 나는 누구인가!' 등의 질문을 하게 된다.

젊음은 사라지고 아무도 인정해 주지 않는 현실 속에 공허감과 무력감에 빠져 있다가 억압된 감정이나 상실감을 슬기롭게 옹해하지 못해 우울증에 빠지는 경우가 많다. 때로는 감정들이 밖으로 분출되어 외도도 서슴지 않는 여성들이 있다는 것을 상담을 통해 알 수 있다.

일시적인 감정의 혼란과 유희에 빠지면 상황은 더 악화된다. 잠시동안은 공허함이나 허탈감이 치유되는 것 같이 느껴지지만 쾌락과 이기적 욕구는 더 깊은 절망을 실어온다.

자신과의 갈등 속에서도 용기와 희망을 가지고 자신의 상황에 보다 더 유연하게 대처할 수 있는 슬기로운 길을 걸어야 한다. 남편과는 새로운 애정을 모색하고 아이들과의 잦은 대화로 외로움을 멀리 날려보자. 비어 버린 동지를 방관하지 말고 오래된 풀은 버리고 푸른 동지를 다시 꾸며 보자.

'아줌마 정신'을 과감히 탈출하자. '아줌마 티'를 벗어 던지자. 나이를 버리고 욕심과 미움, 분노, 피해의식 또한 모두 버리자. 그리고 새털같이 가벼운 마음으로 새롭게 시작하자.

오랜 세월동안 잊어버렸던 수줍음을, 미소를 다시 찾는 거다. 감성에 쌓인 때를 벗기고 우리를 위한 햇살을 느껴보는 것이다.

자유를 만끽하고 모든 것을 사랑하자. 그리고 무엇보다 나를 사랑하자. 당신은 어느덧 새 삶 안에 있을 것이다. (유희현산부인과 : 02-3444-0318)