

생각하는대로

오래 전 경상도 어디쯤인가 한 동네에서 의료선교를 하시는 외국인 수녀님이 계셨답니다. 이 수녀님은 자신의 거주지역에 조그만 진료소를 차려놓고 무료진료를 베풀었는데 가난하던 그 시절, 무료진료 혜택을 받기 위해 그 동네 사람은 물론 멀리서도 찾아오곤 했던가 봅니다.

진료소의 수용인원이 넘치자 수녀님은 안됐지만 무료진료 혜택을 그 동네 사람으로 제한할 수밖에 없었지요. 그래서 무료진료를 받으러 온 환자를 볼 때 가장 처음 묻는 말이 “무슨 동 삽니까?” 묻는 것이었는데 아무리 유창하다 해도 외국인이 하는 발음인지라 “무슨 똥 삽니까?” 로 들리기가 일쑤여서 사람들이 돌아서서 웃곤 했습니다. 수녀님은 사람들이 돌아 서서 웃는 까닭을 알 수가 없었지요.

그러던 어느 날, 먼 동네 아이 어머니 변비에 걸려 얼굴이 노래진 아이를 들쳐업고 진료소를 찾았는데 이 수녀님 처음 묻는 말 “무슨 똥 삽니까?” 물론 “무슨 동 삽니까”라고 물으신 거지요. 이 애 어머니는 “야, 이 수녀님 용하시다. 보자마자 똥 문제인 줄 아시네” 감탄하며 “똥 똥 삽니다” 하고 당차게 대답했다나요. 그런데 수녀님은 몹시 당황하셨대요. “아이구 내가 타동리 사람을 못 오게 했더니 ‘되는 동’ 사는데 왜 시비냐는 듯이 따지는구먼”하고는 백배 사죄를 하셨다나요.

외국인 수녀님이나 선교사님들의 서

툰 한국말 쓰기에서 나온 우스개 소리의 하나로 여길 수도 있지만, 사람이 생각하는 것에 따라서 들리는 것, 보이는 것이 다르게 지각되더라는 깨달음을 주기도 하는 일화였습니다. 동네 이름에 생각을 집중했던 수녀님에게는 ‘똥’도 ‘되는 동’으로 들리고 아이의 변비가 문제였던 애어멈에게는 ‘무슨 동’도 ‘무슨 똥’으로 들린 것처럼 말입니다.

저는 대학을 마치고 사회로 나가는 졸업생들에게 마지막 강의시간에는 ‘10년 후의 나’를 상상해서 적게 합니다. ‘10년 후의 나’는 10년 후의 내 모습을 구체적으로 마음 속에 그려서 그것을 상세히 묘사하는 작업입니다. 많은 학생들이 글쓰기를 시작할 때는 진부한 주제의 글쓰기를 과제로 받았다는 표정을 짓지만 막상 써내려 가기 시작하면 그 진지함은 이를 데 없습니다.

이 작업의 목적은 졸업을 앞두고 취업, 결혼, 학업으로 크게 분류되는 당장 목전의 문제에 급급하여 먼 앞날을 미처 생각하지 못하는 학생들로 하여금 최소한 10년 후의 나의 모습을 구체적으로 시각화 해볼 기회를 주기 위함입니다. 저는 이 ‘10년 후의 나’를 잘 보 관했다가 10년 후 졸업생들을 불러 돌려주면서 자신이 예견했던 모습과 10년이 흐른 후의 실제 모습이 얼마나 가까운지 보게 하려고 합니다. 이 학생들을 통해서 그대로는 아닐지라도 어느 정도 유사하게 실현된 모습을 보리

라고 저는 확신합니다. 왜냐하면 이 친구들은 자신의 앞날에 대해 생각하는 대로 보이는 것, 들리는 것을 소화해서 자신을 키워갈 것이기 때문입니다.

당뇨병을 가지신 분들을 대상으로 강의를 할 때에도 저는 가능하면 시각화를 이용하고 잘 관리된 당뇨인의 건강한 이미지를 활용합니다. 자신의 병에 대해 잘 알고 치료과정에 적극적으로 참여하는 의지를 보이는 분들은 합병증으로 덜 고생하지만, 일시적으로 혈당조절이 안 되는 것을 두고 지나치게 좌절하거나 아예 조절을 포기하는 분들은 안타깝게도 응급실을 통해서 많은 합병증을 동반한 상태로 입원을 거듭하는 것을 보아왔기 때문입니다. 따라서 건강한 당뇨인이란 아예 당뇨병에 걸리지 않은 사람보다 더 자신의 건강문제에 관심을 갖고 조절함으로써 큰 병에 걸리지 않고 적극적인 삶을 사는 사람이라고 정의할 수 있을 것입니다.

귀하가 당뇨인이시라면 '10년 후의 나'를 마음속으로 그려보십시오. 혈당조절을 포기하고 술과 담배, 탐식한 결과 합병증이 발생해서 고생하는 모습을 그리고 싶은 사람은 아마 없겠지요. 이런 모습은 어떨까요.

아침에 일찍 일어나 뒷산을 산책하고 내려온다. 부엌에 들어가면 맛있는 밥 냄새가 나지만 오늘은 식사 전에 잠깐 불일이 있다. 일주일에 한번 하는 일이다. 컴퓨터를 켜고 주치의가 근무하는 병원의 사이트에 연결한다. 화면에는 내 주치의가 환한 얼굴로 밤새 안녕하시냐고 인사한다. 컴퓨터에 연결된 기계에 손가락을 넣으면 기계에 부착된 센서가 혈당치는 물론 혈압, 콜

레스테롤 수치, 오늘의 내 행복지수를 측정해 주고 자료를 즉시 주치의에게 전송해 준다. 이 자료를 확인한 주치의는 이 자료를 근거로 처방 내용을 다시 내 컴퓨터로 전송한다. 컴퓨터에 부착된 기계에서 적당량의 인슐린이 포함된 패치가 프린터기를 통해서 나오면 일주일 전에 붙였던 것을 떼고 갈아붙이면 된다. 프린터 카트리지를 바꿀 때쯤 인슐린 카트리지도 갈면 되는데 제약회사 직원이 방문해서 갈아 줄 것이다. 컴퓨터는 또 식단작성기에도 연결되어 있어서 나의 컨디션에 맞춘 메뉴가 입력되면 조리기에서 적당한 재료를 만들어준다. 당분과 기름은 빼고, 토코페롤과 칼슘이 필요한 만큼 첨가된 스테이크라든지 프림을 넣지 않아도 부드러운 맛을 내주는 커피가 그런 메뉴이다. 식사를 마치면 맛있는 무가당, 무카페인 커피를 한잔 뽑아들고 내 방으로 간다. 서울에서 3시간 떨어진 곳에 집을 짓고 재택근무를 하기 시작한지도 5년이 넘었다. 굳이 교통체증에 시달리며 매일 출퇴근에 3시간을 소요하지 않아도 되는 재택근무를 한 후로는 나의 행복지수가 더 높아졌다.

한 달에 한번 회의가 있는 날, 출근하든지 아니면 화상회의에 참여해도 좋다. 월말에는 세계 당뇨인의 축제에서 나의 당뇨조절 체험기를 발표하기 위해 아내와 함께 호주로 일주일간 여행을 다녀올 것이다. 참, 주말에는 나의 60번째 생일을 기념하면서 내가 지도하고 있는 청소년 당뇨인을 초대해서 생일파티와 출판기념회를 함께 하기로 했는데, 출판사에서 CD Book의 최종점검을 받으러 오기로 되어있다. 세계적인 당뇨조절 체험기를 쓴 책인데 이번에 내는 3판은 책을 종이에 인쇄하지 않고 CD로 내니 좀 익숙치 않았지만 많은 화보와 정보를 담을 수 있다는 장점도 있다. ☞