

아버지를 보내 드리고

한 영 민

성모병원 호스피스 사별가족

지난 5월 18일은 아버지의 첫번째 기일이었습니다. 아버지의 암투병 1년 반, 그리고 가시고 난 뒤의 일년이란 시간은 참으로 길고도 힘든 여정이었습니다.

아버지께서는 2001년 1월에 대장암 말기 진단을 받았고 기대수명이 6개월 정도 남았다는 충격적인 선고를 받으셨습니다. 그 후 돌아가시기 까지 16개월간의 투병기간동안 아버지께서는 단 한 번도 병에 지는 모습이나 두려워하는 모습을 보이지 않으셨습니다. “이 병을 꼭 이겨내고 앞으로 10년은 더 살 거다”라고 말씀하셨고 실제로 그렇게 되리라 믿으셨지요. 항암치료를 받느라 힘들 때에도, 두 차례의 항암치료가 효과가 없다고 판정될 때에도, 또 힘든 몸으로 일본에까지 대체의학 상담을 받으러 나서실 때까지도 아버지는 강하셨습니다. 마지막에 통증이 온 후부터 돌아가실 때까지는 채 보름도 되지 않았습니다. 여의도 성모병원 호스피스 1인실에 들어가신 지 불과 6일만에, 조용히 나약한 모습으로 우리 곁을 떠나가셨습니다. 너무도 허무하게 그리고 갑자기…….

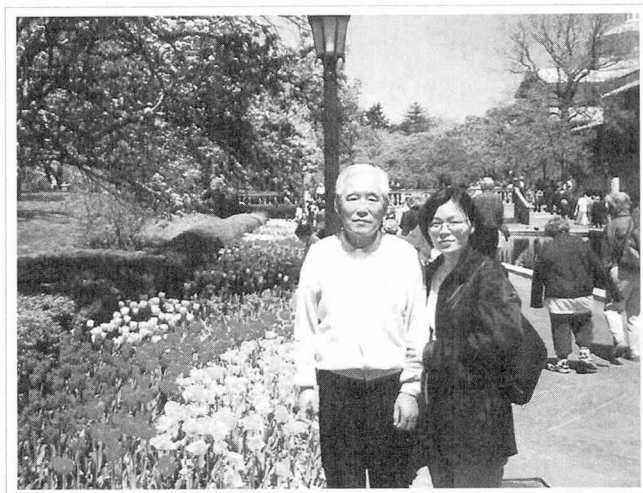
아버지께서는 96년 심장관막수술을 받으신 이후 돌아가실 때까지 수년간 심한 팔꿈질로 고생을 하셨습니다. 어쩌면 아버지는 ‘죽음’의 과정을 통해 그런 지독한 고통으로부터 벗어나 자유로워지신 건지도 모르겠습니다. 아니 그런 것이라고 믿습니다.

아버지는 슬하에 딸 넷과 아들 하나를 두셨고 76세로 생을 마감하실때까지 늘 저희 가족의 중심

이 되셨습니다. 투병하시느라 기력이 완전히 쇠진해진 상태에서도 당신의 사업체를 끝까지 돌보신 우리 가족의 엄격한 정신적 지주이셨지요.

어머니는 저하고 터울이 적은 막내 동생을 돌보아야 했기 때문에 셋째 딸인 저는 자연히 ‘아빠 딸’로 자랐습니다. 아버지와 저의 관계는 세월이 흐르면서 많은 변화를 거듭했습니다. 젊으셨을 때 술을 좋아하셨던 아버지와 단둘이서 데이트를 즐기는 딸이었고, 20대 후반에 들어 몇 년 동안은 아버지 회사에서 부하직원으로서 사회생활을 익힐 수 있었고, 마지막 암투병 기간에는 치료과정의 복잡한 문제들을 함께 의논하고 간호하는 보호자로 병상을 지켰습니다. 이토록 아버지와 함께 한 긴 시간들은 추억 그 이상의 것으로 아마도 지금의 저를 있게 하고 이전의 삶을 지속시키는 원동력이 되어주고 있다고 생각합니다.

저는 지금 뉴욕에 살고 있고 금융정보제공회사에서 일하고 있습니다. 아버지의 암 진단 통보를 받고 저는 회사를 4개월간 쉬기로 결정하고 한국에 들어가 아버지의 간호를 하였습니다. 멀리 사는 것만으로도 불효일 터인데, 얼마남지 않은 아버지의 시간을 같이 함께하고 싶었는데, 병드신 아버지를 돌보아드리던 그때의 일들은 지금 저에게 너무나 소중한 추억입니다. 그 이후에도 3개월마다 한번씩 귀국하여 1~2주 동안 아버지를 돌보아 드렸는데 가시는 마지막 순간 바로 곁에서 사랑하는 아버지의 임종을 뵈올 수 있었던 것을 정



말 다행으로 생각하고 있습니다.

사별 후 저는 슬픔과 함께 몸과 마음이 너무나 지쳤습니다. 마치 모든 것이 끝났다는 생각이 들었습니다. 다른 형제자매들처럼 자신들의 가족이 있었다면 아마도 슬픔을 극복하기가 조금은 쉬웠을지도 모르겠습니다. 아버지의 장례를 마치고 아무도 없는 뉴욕으로 돌아온 후 저는 회사 일을 제외하고는 아무것도 할 수가 없었습니다.

사별 후 처음 3개월정도는 기도하는 마음으로 오히려 차분하게 지냈습니다. 시간이 지나면서 저의 상태가 눈에 띄게 달라지는 걸 느끼기 시작했고 저의 수습되지 않는 생활에 저 자신도 두려워지기 시작했습니다. 워낙 사교적이고 긍정적인 저였는데, 문득 저의 삶을 돌아보니 가급적이면 사람 만나기를 거부하고, 외식이나 영화를 보러 간다거나 쇼핑을 한다거나, 소위 '나를 즐겁게 하는' 모든 활동을 일체 하지않고 있다는 거였습니다. 가족들의 통화에도 가급적 그런 내색을 하지 않았고 아버지에 대한 언급을 피했습니다. 그들도 마음이 아플 터인데 상처를 건드리고 싶지 않았기

때문입니다. 친구들을 만나면 그런 나의 아픔을 그들이 이해해 주겠나 싶어 내색하지않고 "괜찮아" 라고 하면서 저는 점점 고립되어 갔습니다. 울고 싶으면 혼자 울면서 아버지를 그리워하고 있었습니다. 임종하시던 최후의 그 모습을 잊을 수가 없었고, 그런 아버지의 죽음을 받아들일 수가 없었고, 너무나 어이없고, 죄스럽고, 무기력하다가도 화가나고, 불안하고 등등 정말이지 슬프다는 하나의 감정으로 사별의 고통은 표현되지 않았습니다.

전문가의 도움이 필요하다고 생각했습니다. 인터넷에서 찾아보니 뉴욕의 비영리단체 'Cancer Care (www.cancercare.org)' 에 사별카운셀링 프로그램이 있다는 것을 알게 되었고, 8월 16일 처음 상담을 받았습니다. 일대 일로 상담을 받는 45분 동안 저는 계속 울고 있었습니다. 제 마음에 쌓인 모든 감정을 누군가에게 얘기해야 했고, 젊은 상담자 빌 마리는 차분히 공감하면서 저의 눈물과 호소를 들어주었습니다. 저 자신이 놀랍게도 너무나 할 말이 많았습니다. 그녀는 저에게 몇 마

디만 해주었습니다. “당신이 느끼는 그 모든 감정은 너무나 자연스럽고, 모든 사별한 사람들의 공통적인 현상이다”. 또, “사람마다 힘든 기간이 얼마나 될지는 차이가 있지만 결국엔 극복하게 된다. 단지 노력을 하면 그 기간이 덜 힘들 것이다” 그 말이 얼마나 저를 위로했는지 모릅니다. 이런 고통을 안고 사는 사람이 세상에 나 혼자뿐이란 생각과 이러다가 다시는 예전의 내 모습으로 되돌아가지 못할 것 같은 두려움에 휩싸여 있었기 때문입니다.

세 차례의 개인 상담을 받고 마음의 준비를 한 후 그룹상담을 받았습니다. 제가 속했던 그룹은 암으로 부모와 사별한 그룹이었기 때문에 모두 아주 비슷한 입장이었고 누군가 한 마디만해도 나의 얘기를 하는 것처럼 공감이 되었습니다. 이 그룹상담은 일주일에 한번 오후 6시부터 90분 동안 만났습니다. 그 시간에 그룹은 자유롭게 각자의 추억을 얘기하기도 하고 감정을 표현하기도 하며, 그리운 이를 생각하면서 하는 어떤 의식적인 행동으로, 예를 들면 대화형식의 일기를 쓰고 그것에 대해서 함께 이야기를 나눕니다. 우리들은 남녀노소를 떠나서 즐거운 추억에 웃기도 하고 그리움에 울기도 하면서 시간을 보냅니다. 그룹상담 리더는 우리의 감정이 너무 치우쳐 대화의 방향이 왜곡되어 갈 때 간간히 거들면서 분위기를 이끌어 갑니다.

상담을 받으면서 제가 느낀 것은 ‘편안한 마음으로 속내를 털어놓으면서 운다는 것은 더 할 수 없이 좋은 치유 약’ 이 된다는 것이었습니다. 감정

은 안으로 가두어 쌓으면 병이 되지만 올바른 방법으로 발산하면 승화되어 나에게 거름이 된다는 생각을 했습니다. 그렇게 7번 정도 그룹상담을 받은 저는 한결 나아졌습니다. 그룹에 새로운 슬픔을 안은 이가 들어오면서 저는 그 사람의 감정의 단계를 지나고 있었음을 스스로 느끼게 되었습니다. 저는 더욱 차분해져 있었고 다시 활동적이고 적극적인 사람으로 되어가고 있었습니다. 제가 사별상담을 받지 않았더라도 시간이 지나면서 지금의 단계에 도달할 수 있었을지는 알 수 없지만 아마도 그 길이 더 길고 험난하지 않았을까요.

이 모든 과정을 겪으면서 한가지 진심으로 깨닫게 된 것은 ‘사람은 혼자서 사는 게 아니구나’ 하는 아주 단순한 진리였습니다. 지금까지 저는 실패를 모르고 자신감이 있는 편이었으므로 어리석게도 그전까지는 내가 누구의 도움을 필요로 하리라는 생각을 거의 해보지 않았습니다. 그러나 이번에 아버지의 투병과정을 지켜보면서 그 동안 여러모로 도움을 주려고 했던 친지와 친구들, 종교는 다르지만 한마음으로 가족들을 격려하며 위로하고 힘을 보태어 아버지의 마지막 가시는 길에 함께 하여주신 성모병원 호스피스 수녀님을 비롯한 여러분들, 뉴욕 Cancer Care 상담소에서 무료로 진심어린 도움을 준 상담원들, 하나에서 열까지 저는 도움을 받고 또 받았습니다. 비록 이 세상에서 아버지를 잃었지만 대신 더 큰 사랑을 받았고 이제는 베푸는 마음까지 배웠으니 이 또한 아버지의 마지막 선물이 아닐런지요.