

제10장 죽음 앞의 인간 우리는 어떻게 죽는가 1

마지막 죽음의 순간이 찾아오면 죽음의 과정이 다음과 같이 자연스럽게 이루어지기를 바란다. 나는 병원이 아니고 집에서 죽기를 바란다. 어떤 의사도 주위에 없기를 바란다. 의학은 죽음에 대해 무지한 것처럼 보인다. 죽음이 임박했을 때 지붕이 없는 열린 곳에 있었으면 한다. 죽음이 다가오면 음식을 끊고 마시는 것도 끊고자 한다.

나는 죽음이 진행되는 과정을 하나하나 예민하게 느끼고 싶다. 어떤 진통제, 마취제도 필요 없다. 나는 될 수 있는 대로 빠르고 조용히 죽고 싶다. 주사, 심장충격, 강제급식, 산소주입, 수혈을 바라지 않는다. 내가 죽어가는 자리에 참여한 사람들은 슬픔에 잠길 필요는 없고 오히려 마음과 행동에 조용함, 위엄, 기쁨과 평화를 갖추고 죽음의 경험을 함께 하기 바란다. 죽음은 광대한 경험의 영역이다. 나는 최선을 다해 삶을 살아왔으므로, 기쁘게 또 희망찬 마음으로 죽음을 맞이하고자 한다. 죽음은 다른 세계로 옮겨가는 것, 혹은 깨어남이다. 삶의 다양한 전개와 마찬가지로 죽음 역시 우리는 흔쾌히 받아들여야 한다.……

어떤 장례식도 열려서는 안 된다. 어떤 식으로든 목사의 설교, 그밖에 다른 종교인이 장례를 주관해서는 안 된다. 화장이 끝난 뒤 재를 거두어 우리 땅의 나무 아래 뿌려 주기 바란다.

- 스코트 니어링, 〈주위 사람들에게 드리는 말씀〉 중에서

죽음은 만인에게 평등하다

사람들은 왜 그렇게 '죽는다' 는 것을 두려워하는 것일까. 그건 아마도 '살고 싶다' 는 욕망이 본능적으로 우리를 감싸고 있기 때문이고, 살면서 친숙하게 대했던 모든 것들이 죽으면 한꺼번에 끝장나고 만다는 근본적인 상실감도 겹쳐 있기 때문일 것이다. 무엇보다 인간에게는 아직 경험해보지 못한 세계에 대한 원초적인 두려움이 있다. 여기에 또 하나, 죽으면 전혀 알 수 없는 낯선 환경에 툭 떨어져 길을 잃고 헤매게 될지도 모른다는 막막한 심정도 죽음의 공포를 더욱 부채질하는 요인이 되고 있다.

그러나 우리가 그토록 죽음을 두려워하는 가장 큰 이유는 '자신' 이 누구인지 잘 알지 못한다는 데 있지 않을까. 우리는 자신만이 갖고 있는 독특한 정체감으로 남과 다른 '자신' 을 특징짓는다. 그렇다면 그 정체감이란 구체적으로 무엇일까. 이름 석자, 성장 일대기, 나의 배우자, 내 일, 내 가족, 내 친구들…… 하지만 이런 것들도 가만히 생각해보면 나를 지키고 나를 안전하게 해주는 일시적인 주변 환경일 뿐이다. 쉽게 깨질 수 있고, 내가 필요로 하지 않으면 금방 멀어질 수도 있는 위험천만한 환경들. 그렇다면 진짜 '나' 는

누구란 말인가? 죽음의 순간이 오면 이러한 버팀목이나 주변 환경에 의해 비춰진 내가 아닌, 평생을 두고 애지중지해왔지만 실은 자신도 잘 몰랐던 맨몸의 벌거벗은 '나' 를 만나게 된다.

태어나서 죽을 때까지 인간의 일생이란 어쩌면 '진정한 나' 를 알고 만나러 가는 길에 다름 아닐 것이다. 이처럼 근본적인 존재로서의 나를 만나러 가는 길에서 평생 동안 살아왔던 '내' 가 낯선 '내' 가 되지 않기 위해서는, 우리는 삶의 하찮고 사소한 날들마저 진지하게 성찰하고 배움으로써 아름다운 나를 가꾸어 가야 하지 않을까.

우리는 죽음과 관련해서 최소한 4가지 진리는 분명하게 알고 있다. 누구나 죽는다는 것, 언제나 죽을 수 있다는 것, 어디서나 죽을 수 있다는 것, 마지막으로 누가 언제 어디서 어떻게 죽을지는 아무것도 정해져 있지 않다. 이처럼 인간은 죽음 앞에서 누구나 평등하다.

하지만 죽음 자체는 누구에게나 공평하다 해도 사람이 죽어가는 마지막 모습은 똑같지 않다. 바로 여기에 죽음준비 교육의 필요성이 있는 것이다. 즉 죽음에 임했을 때 올바른 태도를 가지는가 아닌가에 따라 그 사람의 죽음은 값진 죽음이 될 수도 무의미한 죽음이 될 수도 있다. 하지만 안타깝게도 아직까지 우리는 죽어가는 사람이 어떤 심리상태를 거치면서 죽어가는지 별로 생각해보지 않았다.

죽어가는 사람의 모습은 대개 9가지 유형으로 나누어진다. 첫째 두려움 혹은 절망, 둘째 부정, 셋째 분노, 넷째 슬픔, 다섯째 삶의 마무리, 여섯째 수용, 일곱째 희망, 여덟째 마음의 여유, 아홉째 밝은 죽음의 순으로 죽음을 받아들이는 과정이 전개된다. 물론 이런 과정이 꼭 순서대로 진행되는 것은 아니다. 대부분의 사람들은 죽음을 두려운 현상 혹은 절망으로 여기지만, 처음부터 죽음을 기꺼이 수용해 밝은 모습으로 미소 지으며 죽음을 맞이하는 사람도 있다.

사람이 죽어가는 모습은 동물의 죽음과는 또 다르다. 동물은 육체적으로 쇠약해지다가 죽게 되지만, 인간은 육체적으로는 쇠약해져도 정신적으로는 성장을 계속할 수 있다. 누구나 나이가 들면 육체적으로 노쇠해져가면서 정신마저도 나약해지기 십상이다. 그러나 육체의 기능이 쇠약해져 심신이 지쳐간다고 해서 마음마저 반드시 함께 늙어갈 이유는 없다. 시간의 흐름과 더불어 인간은 정신적·인격적으로 성숙을 거듭할 수 있다. 이런 의미에서 '죽음은 성장의 마지막 단계' 라고 말한다. 죽음을 준비해 밝은 모습으로 여유 있게 죽음을 맞이하는 것이야말로 우리가 이 세상에서 할 수 있는 가장 값진 행위가 아닐까.

사람은 죽는 순간 좋든 싫든 진정한 자기만의 모습을 드러낸다. 삶에서는 거짓이 통용되지만, 죽는 순간만큼은 자기 존재의 값어치를 남김없이 드러내게 마련이다. 죽는 시간을 마음대로 선택할 수는 없지만, 죽음이 갑자기 찾아올 때 어떤 태도로 임하느냐, 어떤 식으로 죽을 것인가 하는 것은 자신이 정할 수 있다. 죽음을 인생의 도전이자 자극으로 즐기면서 가치 있게 맞이하는 것은 적절하게 노력하기만 하면 누구든지 할 수 있는 일이다.

첫 번째 반응, 절망과 두려움

죽어가는 사람이 보여주는 첫 번째 반응은 바로 절망과 두려움이다. 죽으면 아무것도 없다고 생각하는 사람은 어떻게 해서든지 삶의 시간을 연장하려고만 한다. 결국 두 눈을 부릅뜬 채 공포와 두려움에 가득 찬 표정으로 죽음을 맞이하는 모습은 가족에게 안타까움만 남길 뿐이다. 사람들은 현재의 삶을 인생의 모든 것으로 여길 만큼 영혼이 메말라 있다. 삶 이후의 삶에 대한 어떤 실제적이거나 근거 있는 신념도 없이 대부분의 사람들은 궁극적인 의미를 상실한 채 자신의 삶을 이어가고 있을 뿐이다.

우리는 살면서 한 번도 어떻게 죽어야 하는지, 죽은 뒤 무슨 일이 일어나는지에 대해서 제대로 배워본 적이 없다. 그러다 보니 죽음에 대해 어떤 희망도 사람들에게 분명하게 제시된 적이 없다. 삶과 죽음의 의미에 대해서 알아야 할 꼭 필요한 교육은 외면한 채, 그렇게 많은 교과목을 청소년들에게 가르치고 있는 우리의 교육현실이 너무나 안타까울 뿐이다.

카르마의 비전 이란 말이 있다. 카르마(karma)는 ‘업(業)’ 또는 ‘인과응보’ 를 가리키는 산스크리트어인데, 여기서 카르마의 비전이란 비슷한 카르마를 지닌 존재가 주변 세계에 대해 일련의 지각방식을 공유하는 것을 일컫는다. 즉 비슷한 업이나 인과관계에 매여 있는 존재라면 세상을 인식하는 방식도 유사할 수밖에 없다.

예를 들어 인간은 강을 물로 보지만, 물고기는 자기가 사는 집, 신은 은총을 가져다주는 감로수, 아귀는 고름이나 썩은 피, 지옥에 빠진 존재는 끓어오르는 용암, 이수라는 무기로 간주한다. 동일한 강물임에도 전혀 다른 방식으로, 심지어 서로 모순된 방식으로 지각하는 것이다. 이처럼 동일한 대상도 카르마에 따라 다양하게 지각하고 있으므로, 결국 카르마의 비전이란 환상에 지나지 않음을 우리는 알 수 있다. 심지어 똑같은 인간이라 해도 사람마다 각자 고유한 카르마를 지니고 있으므로, 각자 자기만의 방식으로 사물을 바라볼 수밖에 없다.

사람들이 죽음을 절망 혹은 희망으로 너무나 다르게 보는 것도 바로 이 때문이다. 죽음을 절망으로 이해하는 사람은 자신만의 고유한 ‘카르마의 비전’ 이 죽음을 절망으로 보게 하기 때문이다. 마찬가지로 죽음을 밝은 희망의 근원으로 볼 수 있는 것도 역시 ‘카르마의 비전’ 이 그렇게 보게 하기 때문이다.

아무리 과학만능의 시대를 살고 있는 현대인이었지만 죽음에 대해서까지 “눈으로 볼 수 있는 것만 믿을 수 있다” 고 말한다면, 그것은 지나친 교만에 빠져 자신조차 제대로 보지 못하는 어리석은 태도일 것이다. 카르마의 비전에 의해 볼 수 있는 것만 볼 뿐인 우리가 어떻게 감히 죽으면 끝이라고 단정할 수 있겠는가. 자기가 붙어있는 나뭇잎 하나를 세상 전체라고 보는 벌레의 소견과 무엇이 다른가. 사랑, 자비, 영혼, 진리, 생명, 의미 등 우리에게는 눈으로 볼 수 없지만 너무나 고귀한 현상들도 무수하게 많다. 붓다도 “형상이나

소리에서 나를 찾지 말라” 고 『금강경』에서 말씀하신 바 있지 않은가.

‘죽으면 끝이다’ , ‘아무것도 없는 절망일 뿐이다’ 라고 생각하는 사람은 죽음 이후에 대해 과학적으로 증명해보라고 요구한다. 하지만 인간의 영혼 같은 보이지 않는 영역에 대한 접근과 이해에 있어서 과학적 연구방법은 너무나 불완전하다. 사실 현대 과학과 의학은 일반인들이 생각하는 것보다 훨씬 불완전하다. 죽으면 끝인가 끝이 아닌가 하는 문제는 과학적으로 증명할 수 있는 그런 차원의 것이 아니다. 그런데 과학으로는 증명할 수 없음에도 불구하고 우리는 죽으면 모든 것이 끝난다고 단정한다. 하지만 죽은 뒤 갑자기 새로운 현상을 겪었던 저 술한 임사체험자들의 증언을 우리는 어떻게 설명할 수 있을까. 죽음이 절망인지 희망의 근원인지는 결국 보는 사람의 생각에 달린 것이다.

말기암 환자 박씨는 어느 날 위암 말기라는 진단을 받았다. 암 선고 이후 늘 우울한 표정을 짓고 있는 박씨에게 무슨 걱정이 있느냐고 호스피스 봉사자가 물어 보았다. 그러자 박씨는 땅이 꺼져라고 한숨을 푸욱 쉬면서 이렇게 말하는 게 아닌가. “아무런 희망이 없다. 죽음은 곧 절망을 뜻하지 않는다. 정말이지 죽고 싶지 않다. 죽으면 모든 게 정지하고 끝나는 것인데 죽고 싶은 사람이 어디 있겠는가.” 이로부터 며칠 지나서 그는 죽었다. 박씨처럼 죽으면 모든 것이 끝이라고 생각해 죽고 싶지 않은 절망적인 상태에서 죽음을 맞이한 사례가 대부분의 한국인들이 보이는 마지막 모습이다.

(또 다른 60대의 남자도) 어느 날 갑자기 간암 말기 진단을 받았다. 친구인 의사가 잔여수명이 3개월 정도라고 말해주었다. 잠시 후 환자의 상태가 이상해지더니 온 몸이 굳어서 움직이지도 못하고 말도 못하는 상태가 되어버렸다. 그는 죽으면 어떻게 될까 생각해보았더니 ‘죽으면 꼼짝없이 지옥에 갈 수밖에 없겠구나’ 하는 생각이 들면서 갑자기 지옥의 공포가 몰려와 꼼짝도 할 수 없게 되었다. 그는 지옥에 대한 공포로 인해 영적인 위기를 겪은 것이다. 의사는 정신과 의사에게 의뢰했는데도 별 효과가 없자 마지막으로 호스피스에게 의뢰하였다.

병실을 찾아가 보니 환자는 침대에 똑바로 누워 무릎을 약간 세운 채 이빨을 부딪치는 소리가 들릴 정도로 덜덜 떨고 있었다. 그는 두 눈을 크게 뜨고 무언가 무서운 것이라도 보고 있는 듯 공포에 질린 얼굴 표정으로 천장을 응시하고 있었다. 호스피스 관계자가 “무엇이 그렇게 무서우세요?” 라고 물었다. 그는 덜덜 떨면서 들릴 듯 말 듯 “지-옥-에-갈-까-봐-서-” 라고 답하는 것이었다. 두려움으로 가득 찬 그의 마음을 안심시켜주자, 다음 순간 그는 갑자기 “감사합니다” 라고 말하면서 호스피스 봉사자의 손을 꼭 쥐기에, 다시 한 번 쳐다보니 굳어 있던 온 몸이 다 풀려있었고 말도 제대로 할 수 있게 되었다.

현대 물리학에 ‘불확정성 원리’ 라는 것이 있다. 관찰 대상과 관찰자의 관계 아래 관찰 내용이 형성된다는 원리로, 동일한 물리적 현상도 관찰자에 따라 그 내용이 달라진다는 뜻이다. 불확정성 원리를 죽음 현

상에 적용해보면 죽음은 두려운 현상으로 확정되어 있지 않다. 불확정성 원리에 입각해보더라도 죽음 이해가 사람에 따라 달라지는 것은 당연하다. 이런 맥락에서 보면 임종환자가 다양한 모습으로 죽음을 맞이하는 것도 이해가 된다. 사람마다 죽음을 서로 다르게 이해해 각양각색으로 죽어가고 있는 현실을 감안해 본다면, 죽음이 일률적으로 정해져 있지 않은 사실을 알 수 있다.

많은 사람들이 생각하는 것처럼 ‘죽음’ 이 우리의 마음을 두렵게 만드는 현상이 객관적으로 확실하다면, 누구든지 두려운 모습으로 죽어야 마땅할 것이다. 그러나 그런 식으로 생각하는 사람이 많은 것일 뿐, 모든 사람이 두렵게 죽는 것은 결코 아니다. 그 중에는 밝은 미소 속에서 죽음을 맞이하는 사람도 적지 않다. 따라서 죽음을 두려운 현상으로 확정하는 것은 죽음 자체가 아니다. 바로 우리 자신이 그렇게 착각하는 것일 뿐이다. 두려움 속에서 벌벌 떨다가 죽은 영혼이, 그렇게 두려움을 느낀 것은 스스로 선택한 상황 때문임을 알게 된다면 얼마나 후회할까.

인간은 ‘아직 확정되지 않은 존재’ , ‘미완성 교향곡’ 이다. 삶의 방식이 이미 확정된 다른 동물과는 다르게, 인간은 이미 확정된 부분도 있지만 아직 확정되지 않은 부분도 있다. 죽음의 방식도 절망이건 희망이건 어느 쪽으로도 가능하다. 아직 확정되지 않은 죽음의 방식을 어떤 식으로 정할 것인지는 자기 자신에게 달려 있다. 우리의 삶은 아직 채워지지 않은 부분을 스스로 채워가는 과정이라고 말할 수 있다. 죽음 역시 마찬가지이다.

두 번째 반응, 부정

죽어가는 사람이 보여주는 두 번째 반응은 자신의 죽음을 인정하지 않는 것이다. 대부분의 사람들이 죽음이 임박했다는 통보를 받고서 보이는 첫 반응은 “뭐라고요? 나는 아니야. 뭔가 잘못되었을 거예요” 라는 대답이다. 어느 환자는 자신의 병명이 잘못되지 않았나를 확인하려고 오래도록 시간을 허비한다. 그는 자신의 병력기록 차트가 그렇게 빨리 나올 리가 없으며, 다른 사람의 카드에 자신의 이름이 잘못 기재된 것이라며 이를 확인해달라고 요구한다. 그래도 별다른 반응이 없으면 퇴원하겠다고 나선다. 다른 병원을 찾아가면 자기의 병을 보다 잘 검사해줄 것이라는 기대감에서다.

자신의 죽음을 전적으로 또는 부분적으로 부정하는 행동은 죽어가는 환자 대부분에게서 나타나는 현상으로, 일종의 ‘자기방어’ 라고 할 수 있다. 뜻밖의 충격적인 소식을 전해들은 환자는 일단 자신의 죽음을 부정하고 본다. 더 이상 살 수 없다는 판정을 받았음에도 자신이 죽을 수도 있다는 사실을 잠시 생각했다는 즉시 떨쳐버린다. 죽음을 부정하거나 거부하는 것은 일시적인 방어수단이며 시간이 지남에 따라 ‘부분적 순응’ 으로 대체되게 마련이지만, 끝까지 죽음을 부정하는 경우도 있다. 죽어가는 당사자가 자신에게 임박해 있는 죽음을 부정하는 사례도 있고, 사랑하던 사람이 이미 죽었음에도 몇 달, 심지어 몇 년 뒤까지도 그의 죽음을 가족이 인정하지 않는 경우도 있다.

어느 기업체 회장 부인은 자신의 죽음을 인정하지 못한 상태에서 가족들마저 자신을 외면한 채 쓸쓸하게 생을 마감해, 필자를 비롯한 많은 이들에게 외로운 죽음이 어떤 것인지를 절실히 깨닫게 해주었다.

암 말기인 J부인은 내로라하는 대기업 회장의 아내로, 병원에서도 남부럽지 않은 VIP 대접을 받고 있었다. 하지만 필자가 가끔 면회를 가 보아도 J부인 외에 가정부와 간병인만 그 넓은 VIP룸을 지키고 있을 뿐, 정작 환자에게 필요한 가족들은 한 사람도 보이지 않았다. J부인은 남들이 보기엔 풍부한 재산과 사회적 명예, 장성한 자녀 등 이 세상에서 전혀 부러울 것이 없는 처지였다. 그러다 보니 J부인은 이런 현실적인 것들을 놔두고 이승을 떠난다는 게 생각도 할 수 없었다. 그녀는 이 모든 것을 이승에 남겨두고 홀로 외로이 세상을 떠나야 한다는 사실을 쉽게 받아들일 수 없는 모양이었다.

하지만 J부인의 현실은 그리 즐거운 것만도 아니었다. 부부 사이에 대화나 살가운 정은 이미 끝난 지 오래고, 바쁘다는 핑계로 남편은 2, 3일에 한 번 병실에 잠깐 들렀다가 무엇에 쫓긴 듯 바쁘게 나가기 일쑤였다. 자녀들 역시 바쁘다는 핑계로 얼굴 한 번 보여준 적이 없었다. 이처럼 외롭고 쓸쓸하게 죽을 날만을 기다리던 부인은 임종하던 날도 결코 이 현실을 받아들일 수 없다고 했다. 그러면서 결코 죽고 싶지 않다고 계속해서 말하다가 결국 “안 돼” 하고 소리치다가 숨이 멎어버렸다. 그녀는 그렇게 처절하고 두려움에 몸을 떨다가 두 눈을 부릅뜬 채 공포에 얼룩진 얼굴로 죽고 말았다. 그녀는 마지막까지 죽음을 인정하지 않았기 때문에, 결국 아무런 마무리도 하지 못했다.

세속적인 성취에만 몰두한 사람은 죽음에 대한 부정 혹은 거부감이 심하다. 사회적 성공이나 출세만을 지향해 앞만 보고 달려왔기 때문에, 평소에 죽음에 대해서는 생각해 볼 기회가 거의 없는 것이다. 이런 상태에서 갑자기 죽음이 찾아오면 그는 정신적으로 공황상태에 빠지게 된다. 모든 것을 세속적인 관점에서 돈이나 물질로만 바라보는 사고방식으로 평생을 살았지만, 죽음은 그런 식의 접근을 결코 허용하지 않기 때문이다. 그래서 더욱 죽음을 부정하게 되지만, 그러면 그럴수록 고통의 무게는 더 한층 커지게 마련이다.

죽음을 눈앞에 둔 사람이 자신의 죽음을 부정해 함께 나누었던 삶의 모든 시간들에 대해 솔직하게 말할 수 없다면, 사랑하는 사람들과의 인간적인 대화도, 진정한 작별인사도 나눌 수가 없다. 어느 환자는 호스피스 봉사자가 세 번이나 환자의 집에 찾아갔지만, 돌아누워 있을 뿐 말문을 열지 않았다. 그래도 호스피스 봉사자는 묵묵히 자기 할 일만 하고 돌아왔다. 네 번째 찾아가자 그는 미안한 마음이 들었는지 그동안 가슴에 담아두었던 말들을 폭포수처럼 쏟아내면서 영영 울었다고 한다.

자기 자신의 죽음을 인정하지 않고 세상을 원망하는 환자들은 마음의 문을 닫아버리기 쉽다. 이러한 절박한 상황에 놓인 환자 곁에는 일거수일투족을 잘 헤아려줄 사람이 있어야 한다. 죽음을 거부하는 환자들은 처음 한두 번은 누가 찾아와서 위로를 해주어도 말을 꺼내기조차 싫어하지만, 몇 번이라도 찾아가서

진심으로 환자의 딱한 사정을 들어주겠다는 자세로 관심을 보이면 환자는 그에게 마음속 이야기를 하나둘 털어놓기 시작한다. 그들은 자신의 절박한 심정에 어쩔 줄 몰라 하다가, 차츰 자신을 도와주기 위해 곁에서 기다리는 사람이 있다는 사실에 마음이 놓이며 아픔을 나누려고 한다.

세 번째 반응, 분노

죽어가는 사람이 보여주는 세 번째 반응은 세상에 대한 분노이다. 대부분의 임종환자들은 “왜 내가 죽어야 하나” 며 주위 사람에게 분노의 감정을 숨기지 않는 경우가 많다. 이들은 ‘아직 죽고 싶지 않다, 더 오래 살고 싶다’ 는 희망의 감정이 분노의 형태로 표출되곤 한다. 분노로 가득 찬 말기 환자와는 아무런 대화가 이루어지지 않는다.

마흔세 살의 여성이 3개월 전 속이 아파 내시경을 해본 결과, 급성 위암 말기라는 청천벽력 같은 진단을 받았다. 모든 것이 불과 3개월 만에 갑작스레 일어난 일이라 남편은 아내에게 알릴 여유와 기회조차 놓쳐버렸다. 환자의 병은 이미 손을 쓸 수가 없어 집 근처 일반 병원에 입원 중이었다. 그날 나는 어느 수녀님과 함께 세미나에 참석하러 서울로 가는 중에 전화를 받았다. 수화기에서 간병인의 다급한 목소리가 들려왔다.

“스님, 빨리 좀 와주세요. 우리 환자가 피를 막 쏟아요.”

병원에 도착해 병실 문을 열고 들어서는 순간의 그 풍경은 참으로 처참했다. 환자가 남편의 머리채를 붙잡고 매달려 고래고래 악을 쓰고 있었다.

“내가 죽는다고? 누구 맘대로……. 난 절대 못 죽는다. 누가 나보고 죽는데. 응? 그놈 데리고 와!”
내가 들어오자 의사가 따라 들어왔다. 그녀는 의사를 보더니 두 눈을 부릅뜨고 또 말했다.

“뭘라고요. 내가 죽는다고요?”

의사는 아무 말도 하지 못하고 서 있었다. 너무 다급하여 밖으로 나가 의사에게 자초지종을 물었더니, 암세포가 위벽을 뚫고 나가 위에 구멍이 난 상태인데 현재로서는 아무것도 할 수 없다고 했다. 이미 암이 전신에 퍼져 더 이상 손을 댈 수 없다는 것이었다. 병실로 들어오니 남편 목을 쥐어잡고 난리를 피우던 그녀가 나를 보자마자 동방 웃고름을 잡고 눈을 부릅떴다.

“보살님, 보살님! 이 손 좀 놔주세요.”

“스님, 안 돼요. 절대로 놓을 수 없어요. 날 살려주시기 전까지는요.”

“남편분한테 왜 그러셨어요?”

“조금 전부터 목에서 피가 올라와 남편에게 물어봤지요. 여보! 내가 왜 피를 토해? 응? 그랬더니 저 인간이 글썄, 오늘 내가 죽는대요.”

그녀는 악을 지르며 통곡했다. 그 소리가 얼마나 컸던지 다른 병실 사람들이 몰려올 정도였다.

“오빠! 사실대로 말해봐. 지금 무슨 소리를 하는 거야?”

병실에 함께 있던 오빠들은 동생을 붙잡고 울었다.

“미안하다. 도저히 말할 수 없었어. 부디 용서해라.”

“세상에, 내가 어떻게 그 말을 믿어요. 위염이라고 해놓고……. 지는 못 죽어요. 절대로……. 아니, 그것도 내가 겨우 몇 시간밖에 살 수 없다고……. 스님, 제발 날 좀 살려주세요. 이렇게 죽을 수는 없습니다.”

무엇보다도 자신이 죽을 수밖에 없는 사람이라는 진단이 내려지면 사람들은 세상과 주변사람, 심지어는 자신에게조차 억울하고 분하다는 생각이 본능적으로 치솟아 오르게 된다. 이런 사람들은 지금까지 살아온 인생이 너무 힘들었거나 가까운 사람으로부터 씻을 수 없는 상처를 입었을 경우, 분노의 화살을 자신을 불행하게 했던 사람이나 주변사람들에게로 돌린다. 하지만 이러한 잘못된 감정이나 왜곡된 정서에 대해서 호스피스나 성직자, 전문상담사들이 지속적으로 대화와 위로를 통해 긍정적으로 죽음에 임하도록 권면하게 되면, 환자도 서서히 안정을 되찾고 자신만의 정리할 시간이 필요하다는 것을 깨닫게 된다.

네 번째 반응, 슬픔

죽어가는 사람들이 보이는 네 번째 반응은 슬픔이다. 회복 가능성이 없는 환자가 시시각각으로 다가오는 죽음의 그림자를 느끼게 될 때, 증상이 점점 뚜렷해지고 몸이 현저하게 약해질 때쯤이면 그전까지 환자가 보여주었던 초연한 듯한 자세와 무감정, 분노 등의 감정은 극도의 상실감으로 바뀌게 된다. 이런 상실감은 여러 가지 양상을 띠게 된다. 유방암을 앓는 여인은 미용문제를 한탄하게 되고, 자궁암에 걸린 여인은 이제 자기가 여자가 아니라는 자조감에 사로잡히게 된다. 어느 오페라 가수는 턱과 얼굴에 심한 악성종양이 생겼다. 방사선 치료를 위해 이빨을 모두 뽑아내야 한다는 진단을 받고 충격과 함께 지독한 우울증 증세를 보였다. 아무런 준비도 없이 갑자기 찾아온 죽음에 대해 이런 식으로 극도의 상실감을 나타내는 것은 어쩌면 인지상정의 감정이라고 말할 수 있다.

죽음을 눈앞에 둔 사람은 크게 낙담하게 된다. 이때는 어떠한 격려나 위로의 말도 소용이 없다. 죽는다는 것은 최대의 슬픔을 당하는 것이므로, 슬퍼하지 말라고 위로할 수도 없는 노릇이다. 이처럼 우울한 시기엔 말없이 곁을 지켜주는 사람이 필요하다.

이때의 슬픔은 두 가지로 구분된다. 첫째, 병으로 죽게 되는 자신의 처지를 한탄해 슬퍼지는 경우로, 이는 ‘반응으로서의 우울’이다. 두 번째, 가까운 시일 안에 모든 것을 잃어버리게 되므로 우울해지게 되는 경우로, 이는 ‘죽음 예감을 통해 느껴지는 예비적 우울’이다. ‘반응으로서의 우울’은 이미 걸린 병으로 말미암아 야기되는 현상이다. ‘죽음 예감을 통해 느껴지는 예비적 우울’은 앞으로 일어날 자신의 죽음, 즉 미래의 상실에 의해 초래되는 현상이다. 다가오는 죽음을 예측하면서 미리 슬퍼하는 상태인 것이다. ‘반응으로서의 우울’의 단계에 이른 말기환자는 전에 비해 훨씬 할 말이 많아지고 의사나 간호사가 자신의 병에 적

극 개입해주기를 바란다.

필자와 오래 전부터 친분이 있던 한 여성의 죽음과정은, 인간이 죽기 전에 어떠한 슬픔의 감정에 놓이게 되는지를 여실히 보여주는 가슴 아픈 사례가 아닐 수 없다.

정씨 부인은 필자와는 오래 전부터 필자의 <웰다잉> 수강생으로 알고 지내던 사이였다. 정씨는 성격도 차분하고 평소 사려 깊은 말로 필자와 ‘죽음’에 관한 의미 있는 대화를 많이 나누며 허물없이 지냈다. 그런데 얼마 전, 이미 몇 년 전에 완치가 됐다고 믿었던 간암이 재발돼 의사로부터 시한부 판정을 받고 말았다. 평소 정씨 부인은 죽음에 대해서도 인생의 한 과정으로 인식하는 경향이 있어서 필자도 그러려니 하고 애써 담담하게 정씨 부인을 맞이하곤 했다.

하지만 그녀도 인간인지라 가끔 필자와 얘기를 나누면서 “정말로 내가 죽게 되는 건가요? 솔직히 이제 서서히 죽음이 두려워져요”라며 슬픈 표정으로 필자를 쳐다보곤 했다. 그러다가 그녀는 죽음을 며칠 앞두고는 스스로 죽음의 예감을 드러내는 ‘예비적 우울’ 상태에 빠졌다. 우선 도란도란 말도 잘하던 그녀가 서서히 말수가 줄어들기 시작했고 우울함이 지나쳐 깊은 상념에 빠져들곤 했다. 그리고는 자신을 돌보는 호스피스에게 들릴 듯 말 듯한 꺼져가는 목소리로 한 마디 한 마디 아주 힘겹게 속삭였다고 했다.

“오-늘-저-노-을-을-다-시-볼-수-가-있-을-까-요. 노-을-도-낙-엽-도-바-람-소-리-도-이-제-다-마-지-막-으-로-겪-게-되-는-세-상-의-모-습-이-라-고-생-각-하-니, 제-인-생-이-너-무-외-롭-고-슬-프-단-생-각-밖-에-안-들-어-요-.....”

그녀는 병상을 찾은 필자에게 자신의 주변을 살펴보면 문득 생경스러운 느낌이 들어 그 느낌을 가만히 음미해본다고 말했다. 아마도 정씨는 자신에게 다가오는 죽음의 그림자를 보고, 자신의 떠남을 생각하면서 이 세상과 앞으로 다가올 세상을 느끼고 있는 것 같았다. 죽음을 며칠 앞두고 정씨는 자신이 너무 자기만을 위해 이기적으로 살았다고 말하면서 사회에 조그만 공헌이라도 하고 싶다는 말을 가족에게 남겼다. 그러면서 자신의 병든 몸이나마 유익하게 쓰일 수 있도록 해달라고 가족들에게 마지막 부탁을 했다. 결국 정씨의 간곡한 뜻이 받아들여져 가족들은 회의를 통해 대학 병원에 정씨의 시신을 기증하기로 결정했다. 가족의 뜻을 전해들은 정씨는 조금이나마 세상의 빛이 돼서 이 세상을 떠날 수 있게 됐다고 만족하며 긴 여행길에 오를 수 있었다.

정씨 부인처럼 ‘죽음 예감을 통해 느껴지는 예비적 우울’의 단계에 들어서면 말수가 눈에 띄게 줄어든다. 말보다는 오히려 이심전심의 관계가 절실히 요구되는 상황이다. 말없이 손을 잡아주거나 머리를 쓰다

들어 주거나 옆에 조용히 앉아 있기만 해도 마음과 마음이 통한다. 이런 형태의 슬픔이 당사자에게는 필요 불가결하고 유익하기까지 하다는 사실을 가족들은 유념해야 한다. 이 단계를 거쳐야만 임종자는 체념할 수 있고 죽음을 편안히 맞을 수 있기 때문이다. 불안, 초조, 슬픔의 단계를 무난히 거친 환자만이 죽음에 순응할 수 있다. 임종자가 모든 것을 체념하고 죽음을 수용하고 있다면 가족들의 불안이나 걱정도 줄어들게 될 것이다.