

## 10강 웰다잉, 아름다운 마무리 (첫번째 시간)

### 스티브 잡스, 죽음의 축사

애플 CEO(최고경영자)인 스티브 잡스가 2005년 스탠포드 대학에서 했던 연설 동영상이 화제다. 각 포털과 동영상 사이트에서 스티브 잡스 동영상은 상위에 올라 있다. 그는 세계 최고의 대학 중 한 곳의 졸업식에 참석해 영광이라면서 자기 인생의 세 가지 이야기, 입양, 대학 중퇴, 그리고 죽음을 주제로 연설을 시작했다. 약 14분간의 연설은 스티브 잡스가 대학을 중퇴한 이유를 설명하면서 시작됐다. 스티브 잡스에 따르면 그의 생모는 미혼모에 대학원생. 스티브 잡스는 태어나자마자 대학을 나오지 않은 평범한 노동자 부부에게 입양됐다. 17년 후 대학에 진학했지만 마음 편히 학교를 다닐 수 없었다. 양부모가 평생 모은 돈이 고스란히 학비로 지출됐던 것. 그는 대학을 중퇴하기로 결심했다. 그는 “처음엔 무서웠지만 되돌아보면 대학을 그만둔 것은 내가 평생 했던 결정 가운데 최고의 선택이었다”고 고백했다.

세 번째 주제는 죽음. 그는 2004년 췌장암 판정을 받았다. 의사가 판단한 수명은 길어야 6개월. 췌장이 뭔지도 모르는 그에게 청천벽력 같은 선고였다. 주치의는 집에 가서 주변을 정리하라고 말했다. 그의 말대로 “가족들에게 완전한 작별을 고하라”는 뜻이었다. 그 날 저녁 스티브는 조직 검사를 받았다. 기적같은 일이 일어났다. 아주 드물게도 치료가 가능한 췌장암이라는 것. 수술을 받았고 회복됐다. 그 경험은 내면의 목소리에 더욱 귀를 기울이도록 만들었다.

“남의 인생을 사느라 삶을 낭비하지 마십시오...다른 사람의 의견이 여러분 내부의 목소리를 잠식하도록 놔두지 마세요. 그리고 가장 중요한 것은, 자신의 가슴과 직관을 따르는 용기를 가지라는 것입니다. 가슴과 직관은 여러분이 진실로 무엇이 되고 싶은지를 이미 알고 있습니다. 나머지 모든 것은 부차적입니다.”

“인생의 중요한 순간마다 곧 죽을지도 모른다는 사실을 명심하는 것이 저에게 가장 중요한 가르침이었습니다. 웬지 아십니까? 여러 가지 자부심과 자만심 그리고 수치심과 실패에 대한 두려움은 죽음과 직면할 때 모두 떨어져 나가 버립니다. 진실로 중요한 것들만 남습니다. 이걸 기억해 두세요. 죽음을 생각하는 것이야말로 무언가 잃을지도 모른다는 두려움에서 벗어나는 최고의 길입니다.”

“제가 17살 때 ‘하루하루가 인생의 마지막 날인 것처럼 산다면 언젠가 바른 길에 서있을 것’ 읽은 적이 있습니다. 이 글에 감명받은 저는 그 후 50이 넘는 지금까지 매일 아침 거울을 보면서 자신에게 묻곤 합니다. ‘오늘이 내 인생의 마지막 날이라면, 지금 하려고 하는 일을 정말 할 것인가?’”

“죽음은 우리의 숙명입니다. 삶이 만든 최고의 발명품입니다. 죽음은 우리 인생을 크게 바꾸어 놓습니다. 여러분의 삶도 머지않아 죽음에 마주치게 됩니다. 그러니까 인생을 낭비하지 마세요. 다른 사람들의 생각, 도그마에 사로잡혀서는 안됩니다.”

스티브 잡스 연설 당시 나이 50세. 그는 끊임없이 컴퓨터의 역사를 바꿔왔다. 그가 새로운 제품을 내놓을 때마다 시장의 반응은 뜨거웠다. 타임은 최근 탄생한 성공적인 발명품을 그가 내놓은 ‘아이폰’을 꼽았다. 여러 기능을 융합하는 데 성공했을 뿐만 아니라 감가가적이고 세련된 디자인으로 새로운 트렌드를 만들어냈다는 평가를 받았다. 그런 그가 미국 명문대 졸업식에서 죽음의 문제를 세상에 던졌다. 죽음을 그는 자기 삶의 원천으로 받아들이고 있는 것이다.

### 박정희 할머니의 여유

죽어가는 사람들 중 극소수의 사람들은 생의 얼마 남지 않은 시간들을 마음의 여유와 웃음으로 맞이한다. 이런 사람들은 자신에 대한 자긍심과 자부심이 강하여, 죽음에 임박해서도 마음의 평정과 여유를 지닌 채 적극적으로 죽음에 임한다. 이들은 매사에 긍정적인 태도를 지니고 살기 때문에 역경에 처했을 때도 정신적 충격을 덜 받는 사람들이다. 이들에게서 확실히 엿보건대, 평생 한두 번에 불과한 어떤 희열의 순간보다는 일상의 작은 만족감이나 마음의 여유가 훨씬 우리 삶의 질을 향상시키는 것 같다.

그러나 이들이 삶을 이렇게 살 수 있는 것은 그만큼 죽음을 충실하게 준비해왔기 때문임을 알아야 한다. 죽는 마지막 순간까지 태연함을 유지할 수 있는 지혜와 배짱이 있는 사람이라면, 삶에서 두려울 게 어디 있겠는가. 마음의 여유, 평정심은 죽음의 질뿐만 아니라 삶의 질마저도 향상시킨다. 죽음 앞에서 조금도 흔들리지 않는 평정심과 마음의 여유는 쉽게 얻을 수 있는 게 아니다. 어떻게 해야 마음에 그런 여유가 생길 수 있을까. 다른 무엇보다도 삶과 죽음의 실상을 꿰뚫어보는 지혜의 눈이 필요하다. 동양철학에 ‘허(虛)’, 즉 ‘마음을 비운다’는 용어가 있다. 우리는 삶에서 이해득실을 따지는 데 급급하다. 죽음에 대해서도 이러쿵저러쿵 헤아려보지만, 제대로 수판알을 튕기지도 못한다. 그런 메마른 지식, 얇은 지혜로는 죽음의 신비를 벗겨낼 수 없다.

평온한 마음으로 여유 있게 죽음을 맞이하는 것은 뛰어난 인물만 할 수 있는 일은 결코 아니다. 자기의 삶 속에서 적절하게, 끊임없이 노력하기만 한다면 누구나 성취할 수 있는 일이다. ‘아름다운 인생풍경’을 그리는 박정희 할머니(83세)는 예순의 나이에 수채화가로 화단에 데뷔해 인천 화평동에 ‘평안 수채화의 집’을 운영하면서 그림을 가르쳤다. 할머니는 아팠다가도 그림만 그리면 싹 낫는다며 요즘도 세상의 모든 아름다움을 기록으로 남기려는 듯 날마다 그림을 그린다. 하지만 할머니가 사람들과 나누고 싶은 것은 그림이 아니라 사랑인 듯했다. 30년 넘게 운영한 화실에는 붕어빵 만드는 이주머니, 공장 노동자, 평범한 주부, 학생 등 적잖은 사람들이 이곳을 거쳐 갔다. 지위 고하, 재산 유무에 상관없이 화실에서는 모두 평등

한 동호인이었다. 거기에선 좋은 옷도, 윤기 있는 얼굴도, 세상의 값비싼 것도 빛이 나지 않는다. 소박함, 진실됨, 따뜻함만이 어울린다.

할머니는 재능이 많아 다섯 자녀를 낳아 기르면서도 춤, 그림, 글, 요리, 바느질 모두 전문가 뺨치게 해내면서 팔방미인으로 살아왔다. 여든이 넘은 나이지만 아직도 활기는 여전하다. 지금도 그림을 그리고 글을 쓸 수 있을 정도로 건강은 ‘적당히 괜찮다’고 말한다. 남편 유영호 박사는 인천에서 이름이 난 양심적인 내과의사였다. 돈 버는 일보다 병을 고치는 데 관심이 많아 가난한 사람들에게 돈도 받지 않고 고쳐줄 때도 많았다. 할머니는 그를 가리켜 ‘히포크라테스 선서를 가슴에 낙인찍은 사람’이라고 말했다.

수채화가인 딸딸 유명애 씨는 할머니의 그림선생이자 같은 길을 가는 동호인이다. “우리 어머니는 인생을 연극하듯 즐겁게 사신 분이다. 전혀 포기가 안 되는 분이다. 어떤 고통이나 어려움을 당하더라도, 어려움을 견뎌다거나 자신을 들볶이는 커녕 모든 상황을 즐겼다. 결코 고갈되지 않는 활력을 지니고서 삶을 사신 분이다.” 할머니는 사위가 환갑을 맞았을 때, 30년 전 딸이 사위를 만나 결혼에 이르기까지 적은 기록을 엮어 선물하기도 했다. 할머니가 남긴 기록은 집안의 가보였다. 자녀의 이름을 딴 육아일기는 딸들의 혼수품 1호였다.

『박정희 할머니의 육아일기』는 지금까지도 아이를 키우는 엄마들에게는 교과서 같은 책이다. “죽음이 얼마나 준엄한 순간인데, 그런 순간에 간호사 부르고 의사 부르고 해야 하는가. 저이도 병원 가서 호흡기 콧고 그러지 말라고 말하더라.” 할머니는 담담하게 말했다. 머지않아 떠날 남편에 대한 아쉬움도, 갈수록 사그라져가는 자신의 육체에 대한 안타까움도 마음에 자리하지는 않는 듯했다. 아버지 박두성 선생도 열이 펄펄 끓고 맥박이 1분에 200번이나 뛰는데도 손님이 찾아오면 “아, 괜찮습니다” 말하면서 여유 있게 응대를 했다. 할머니의 아버지와 어머니 모두 깨끗하고 아름답게 죽음을 맞이함으로써 자녀들에게 고귀한 가르침을 주고 떠났다.

병원 문을 닫고 작년에 몸져누운 할아버지는 약한 치매가 온데다가 장례식을 준비할 정도로 고비를 맞기도 했지만, 이젠 위기를 넘겨 집에서 몸조리를 하고 있다. 할머니에 비해 며칠 내내 잠만 자고 있는 할아버지의 건강은 다시 조금씩 나빠지고 있다. 남편에게도, 또한 자신에게도 죽음은 머지않아 찾아오겠지만, 정작 할머니는 태연하게 말했다. “그림도 더 그리고 싶고, 하고 싶은 일도 많아서 걱정이다. 인간의 삶이란 적당히 시들어가는 것이다. 남편과 내가 서로 앞서거나 뒤서거나 죽어가는 모습을 기록으로 잡아놔야겠다. 저 양반이 가는 것도 구경거리이고, 나의 죽음도 구경거리이다. 나는 즐겁게 살았다. 하느님이 언제 올지 몰으신다면, ‘만사 오케이! 지금이 최고입니다!’ 라고 말하겠다.”

할머니는 어떤 어려운 상황 속에서도 절망한 적이 없고, 꿈을 잃은 적이 없고, 기쁨을 포기한 적이 없다.

죽음에 임하는 마음도 마찬가지이다. 할머니의 웃는 얼굴은 그에게 가장 어울리는 표정이다. 할머니는 죽는 마지막 순간까지도 여유 있게 웃지 않을까. 삶을 사랑하고 즐겼던 박정희 할머니, 이제 자기 자신의 죽음뿐만 아니라 할아버지의 죽음마저도 즐길 준비를 하고 있다. 할아버지의 죽음을 할머니가 어떤 식으로 기록할지 기다려진다.

## 스코트 니어링, 죽음 앞에서의 위엄

미국의 산업주의 체제와 당대 문화의 폭력성에 끊임없이 저항했던 스코트 니어링. 그의 마지막 순간은 평온하고도 위엄을 갖춘 품격 높은 죽음의 한 전형이었다. 평소 “죽음의 방식은 내가 살아온 삶의 방식의 반영”이라고 말했던 그는 더 이상 자기 몫의 짐을 운반할 수 없고 자신을 돌볼 수 없게 되자 죽음준비를 시작했다. 스코트 니어링은 1963년에 <주위 사람에게 드리는 말씀>이라는 글을 처음 썼고 1982년 이 글을 다시 수정했다.

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 끓고 마시는 것도 끓고자 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 뿌려주기 바란다. - 스코트 니어링, <주위 사람들에게 드리는 말씀> 중에서

침상에서 평온하게 누워 지내는 마지막 몇 달 동안, 그는 자기 자신이나 보이지 않는 누군가에게 말하듯

이 큰 소리로 말하기도 했고 잠을 자면서도 마치 다른 사람과 대화하듯이 말을 했다. “이제 거의 다 왔다. 내가 원하기만 하면 해방될 가능성이 있다는 말을 들었다. 나는 어디든지 자유롭게 오고 갈 수 있다. 나는 필요한 만큼만 머물고 싶다.”

죽기 한 달 전, 또 100살 되기 한 달 전의 어느 날 그는 “더 이상 음식을 먹지 않겠다”고 선언했다. 맑은 의식을 지니고서 죽음을 맞이하기 위해 그는 신중하게 여행 떠날 시간과 방법을 선택하고자 했다. 음식 섭취를 중단함으로써 서서히, 품위 있게, 그리고 평화롭게 육신의 옷을 벗고자 했다. 그는 이 무렵 “기쁘게 살았으니 기쁘게 죽으리라. 나는 내 의지로 나를 떠난다”라는 말을 즐겨했다. 생명이 기능을 다한 육체로부터 자연스럽게 떠나는 방식으로 그는 죽음을 준비했다. 동물들이 흔히 선택하는 죽음의 방식, 즉 아무도 볼 수 없는 곳으로 가서 음식을 섭취하지 않는 방식으로 동물들이 죽는다는 것을 아는 그의 아내 헬렌은 스코트의 뜻을 조용히 받아들였다.

1983년 8월 24일 아침, 헬렌은 스코트가 죽어가는 것을 지켜보았다. 작은 소리로 헬렌은 아메리카 토착민의 노래를 읊조렸다. “나무처럼 높이 걸어라. 산처럼 강하게 살아라. 봄바람처럼 부드러워라. 네 마음에 여름날의 따뜻함을 간직해라. 그러면 위대한 혼이 언제나 너와 함께 있으리라.” 헬렌이 또 그에게 말했다. “여보, 이제 무엇이든 붙잡고 있을 필요가 없어요. 몸이 가도록 그냥 두세요. 썰물처럼 흘러가세요. 당신은 훌륭한 삶을 살았어요. 당신 몫을 다 했구요. 새로운 삶으로 들어가세요. 빛으로 나아가세요.”

천천히, 천천히 그는 자기 육신에서 벗어나기 위해 점점 약하게 숨을 쉬더니, 마치 마른 잎이 나무에서 떨어지듯이 숨을 멈추었다. 그는 모든 것이 제대로 되어 있는지 시험하듯이 “종-아” 하면서 마지막 숨을 쉬고 떠나갔다. 헬렌은 스코트가 보이지 않는 세계로 옮겨갔음을 느꼈다. 미국에서 ‘현대의 소로우’로 평가되는 스코트 니어링의 삶과 죽음은 ‘서양의 장자’라고 일컬을 만큼 노동의 가치와 인생의 달관을 몸소 실천해 보여주었다.

## 죽어가는 사람의 유머

사람들은 흔히 유머와 웃음은 죽음과 전혀 다른 범주의 것이라고 생각하는 경향이 있다. 하지만 웃음이 죽음과 어울리지 않는다는 생각은 과연 어떤 근거에서 나온 것인가. 좀 더 깊이 생각해 보면, 우리는 죽기 바로 직전까지 살고 있는 것이므로 마지막 순간까지 미소 지으며 즐겁게 살아야 하지 않을까. 각국의 호스피스 자원봉사자들의 태도에는 공통점이 하나 있다. 이들은 불치병 환자들을 다루면서도 항상 밝은 모습과 유머로 임한다는 점이다. 그들이 환자와 함께 주고받는 이야기는 웃음과 유머로 흘러넘친다. 말기환자

에게 남아 있는 얼마 되지 않는 시간을 즐겁게 보내도록 하기 위해 그들은 환자들에게 마음 깊은 배려로 봉사한다. 기쁨과 감사의 마음이 봉사자로부터 자연스럽게 흘러나와 유머로 가득 찬 즐거운 분위기가 형성되는 것이다. 만일 호스피스 봉사자가 어두운 표정으로 봉사에 임한다면, 말기환자들은 당연히 얼굴을 돌릴 것이다. 자기 삶을 밝게 영위하지 않는 사람이 호스피스 봉사를 자원할 까닭도 없다. 자기 삶을 밝게 영위하는 사람, 또 자신의 죽음도 그렇게 준비하는 사람만이 호스피스 자원봉사에 뜻을 둘 수 있을 것이다.

미지의 세계로 떠나는 당사자도, 죽음을 자꾸만 부정적으로 생각하면 할수록 감정의 흔들림이 한층 심해지게 마련이다. 죽음이란 현실 앞에서는 누구든 긴장을 감추기 어렵다. 그러므로 억지 웃음이 아닌 자연스런 미소로 죽음에 임하기 위해서는 죽음을 충분히 준비하는 수밖에 없다. 죽음이러는 현실을 직시하는 냉철함과 확고한 생사관, 철저한 준비 자세, 여유 있고 평온한 마음가짐이 전제될 때 우리는 웃으며 죽을 수 있다.