

제 125호 응급 사례 2: 여교수의 사례-III

지난주에 이어 J교수의 사례 종결편을 보냅니다.

J교수는 자기 점검(self-monitoring)을 통해 일상 생활에 무의식적으로 사용하던 완벽주의 말투를 알아챌 (aware)수 있었고 그 때 마다 자기 교정 (self-correction)을 했습니다. 완벽주의 말투의 예를 들어보겠습니다.

"결코..."

"절대로..."

"다시 한번만 또 그러면..."

"주체에 감히..."

"이 멍청아!"

"끔찍해!"

"상상도 못하겠어!

"그걸 말이라고 하니?"

이런 식의 말투가 실은 자신과 남을 속박하고, 감시하고, 훈계하는 완벽주의 마음 상태의 표현이라는 것을 알게 된 것입니다. (딸아이가 얼마나 답답하고 절망적이었는지 자기 점검을 하고서야 비로소 깨달았다고 합니다)

J교수의 요즘 하루 일과는 딸 방에서 시작된다고 합니다. 딸이 쓰던 책상 위에 놓여진 사진을 보며 마음의 대화를 하는 것입니다. 사진 속의 딸은 J교수가 귀국할 때 엄마에게 주려고 꽃다발을 안고 서있는 다섯 살 때의 모습입니다. J교수는 딸에게 "잘 잤니?" "오늘은 기분이 어때?" "비가 와서 학교 안 가고 집에서 놀고 싶지? 엄마도 학교 가기가 싫구나..." 등등 딸이 살아 있을 때에는 바쁘다는 핑계로 미처 해 주지 못했던 다정한 말들과 마음에 떠오르는 생각들을 여과 없이 있는 그대로 솔직하게 이야기한다고 합니다.

J교수는 딸의 죽음을 통해 자신이 그 동안 자질구레한 일들에서 완벽을 추구하다 가 정작 가장 소중한 보물을 잃은 "큰 바보"였다는 것을 깨달았다고 합니다. 사시 사철 "완벽주의"라는 두터운 외투를 걸치고 사람들을 대하던 마음의 가면을 벗어 버리고, 이제는 부족한대로, 있는 그대로 자연스러운 자기를 보여주어도 마음이 편하다고 합니다. 이런 변화가 일어난 것은 딸의 태어남이 자기의 "돌이킬 수 없는 실수"가 아니라 크나큰 축복이었음을 뒤늦게 깨달은 후입니다. 딸이 유치원 때 그린 엄마의 초상화, 어머니날 카드에 쓴 정성스런 글에서 얼마나 엄마를 사랑하고, 사랑 받기를 갈망했는가를 "볼" 수 있게 된 후입니다. 치료를 통해 슬픔, 상실, 고통, 죄책감을 극복하면서 딸의 죽음 또한 질책이나 원망이 아니라 딸이 장님 엄마를 눈뜨게 해 준 무한한 선물로 받아들일 수 있게 되었습니다. 그 뒤로 J교수는 삶과 죽음이 따로 떨어진 것이 아니라 연결된 것으로 느끼게 되었고 매일 아침마다 딸과 다정한 대화를 할 수 있게 된 것입니다.

요즘 J교수를 보는 사람들은 그녀가 겸허해지고 부드러워지고 "인간다워" 보인다 고들 합니다. 그녀는 아들과 함께 주말마다 영아원에 가서 "버려진" 아기들을 돌 보는 자원봉사를 시작했습니다. 특히 IMF 직후 "돈 벌면 데리러 올께" 하고 부모 가 두고 간 아이들이 3-4년이 지나도록 부모가 찾지 않아 고아원에서 크는 모습을 볼 때마다 자기 딸애가 생각나서 너무나 가슴 아프다고 합니다. 돈은 훗날 벌 수 있지만 한번 자란 아이는 다시 아기가 되지 않는다는 말을 젊은 엄마, 아빠들(특 히 자기와 같은 커리어 우먼들)에게 꼭 들려주고 싶다고 합니다.

최성애