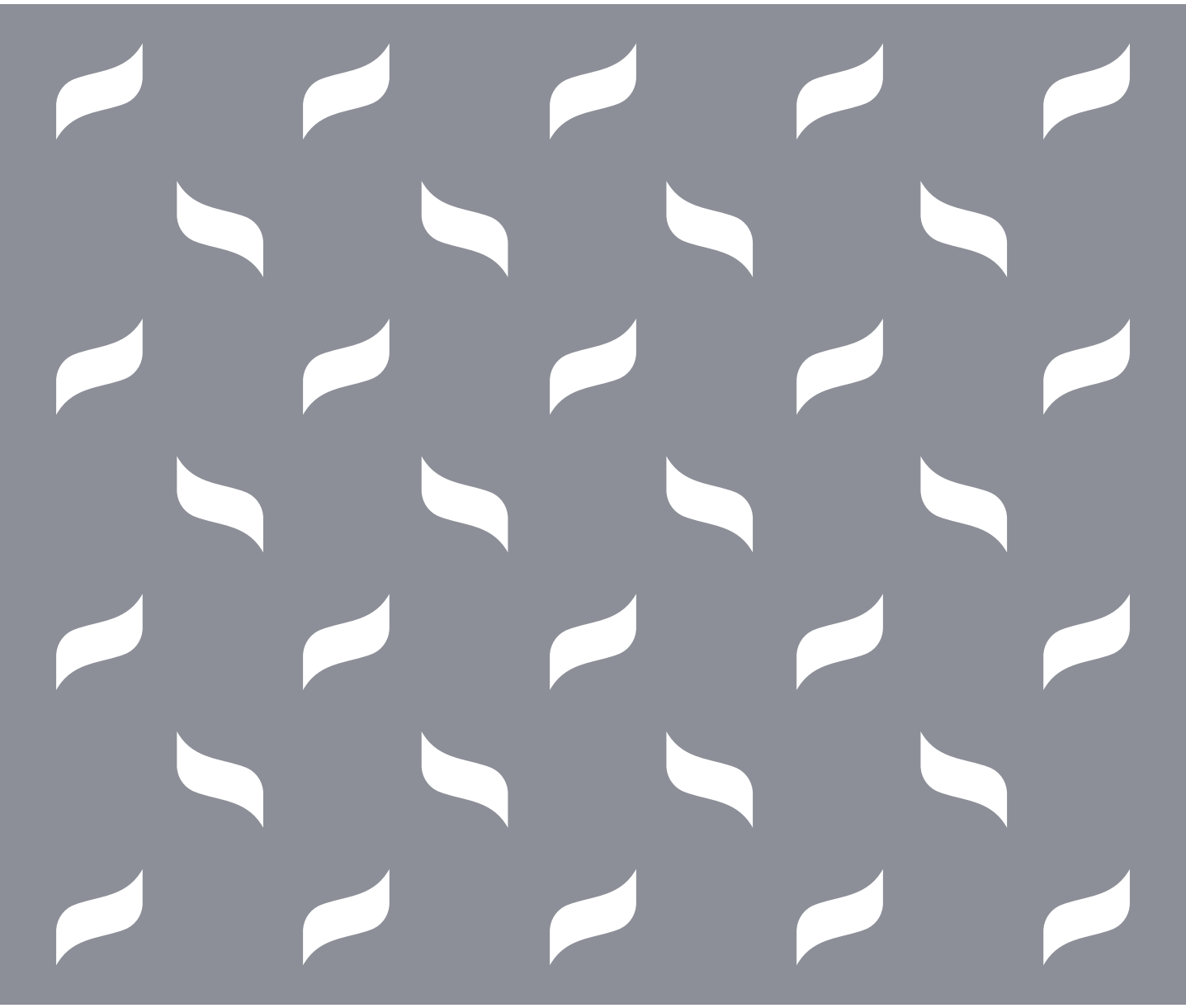
2026년

연명의료결정제도 수기 공모전

수상작 모음집



보건복지부

국가생명윤리정책원
국립연명의료관리기관

발간사

삶의 끝에서 함께 써 내려간 우리의 따뜻한 고백



백수진

국가생명윤리정책원
연명의료관리본부장

우리는 각자 자신의 삶을 살지만, 그 안에서 만나고 경험하는 또 다른 이의 삶이 때때로 우리에게 좋은 이정표가 되고 우리의 삶을 더 풍요롭게 한다는 것을 압니다. 특히, 삶의 마지막과 연결된 경험을 나눌 수 있는 연명의료결정제도 수기는 우리의 남겨진 삶을 더 깊이 있게 성찰해 볼 수 있는 기회를 주는 것 같습니다.

정성스럽고 진솔하게 자신의 삶의 이야기를 나누어 주신 한 분 한 분의 마음을 모아 2026년 연명의료결정제도 수기 공모전 수상작 모음집으로 엮으며, 이분들의 이야기를 통해 받은 우리의 감동과 여운이 국민 여러분에게도 전해지길 바랍니다.

이번 수상작에 담긴 여러분들의 생각과 환자와 가족이 함께한 시간, 상담과 의료 현장에서 마주한 경험 등을 통해 저마다의 상황과 선택은 다르지만, 한 사람의 삶을 소중히 여기고 그 결정을 존중하고자 하는 마음을 읽을 수 있어서 행복하고 감사했습니다. 이러한 삶의 끝에서 함께 써 내려간 따뜻한 이야기를 통해 우리가 함께 만들어 가는 연명의료결정제도가 우리 삶 속에 잘 자리 잡게 하는 자양분이 되길 바라고, 국민 여러분의 삶에서도 작은 여운을 남기고 생각을 여는 기회가 되길 바랍니다.

수상하지는 못했지만 응모해 주신 많은 분들의 삶에도 감사와 경의를 표하며, 다시 한 번 수상자분들에게 축하의 인사를 드립니다. 여러분이 나누어 주신 소중하고 따뜻한 고백이 모두의 공감을 이끌어 삶의 마지막 존엄과 사랑의 가치를 새기는 계기가 되길 기대합니다.

국가생명윤리정책원 연명의료관리본부장 백수진

CONTENTS

일반 부문

★
08 최우수상
당신의 마지막 문장은 누가 씁니까 임한호

★
10 우수상
할머니의 사랑법 이지희

The longest summer 이기청

★
14 장려상
사랑하기에, 우리는 존엄한 마침표를 준비합니다 양환근

마지막까지 남기는 사랑 조미점

새해 첫날의 선물:
이모님이 남기신 가장 따뜻한 작별 인사 신명호

무거운 문장을 내려놓을 수 있게 이도이

오래 살기 위한 가장 존엄한 유행 문지원

종사자 부문

★
26 최우수상
죽음을 곁에 두고 산다는 것 이서경(로젠요양병원)

★
28 우수상
마지막 서명이 담긴 위로 전혜련(서울성모병원)

보건소 상담실에서 마주한 삶의 마지막 인사:
사전연명의료의향서 그 숭고한 기록 함인숙(서대문구보건소)

★
32 장려상
어머니를 붙잡고 싶었던 아들의 눈물 오종산(아우내은빛복지관)

삶의 마지막 페이지를 아름답게 포장하다 이예림(부여군보건소)

오늘을 살아가는 힘 최요안나(서울성모병원)

마지막 순간에는 가장 나답게 조은영(국민건강보험공단)

어머니의 마지막 선물 '사전연명의료의향서' 김익수(국민건강보험공단)

일반 부문

2026년
연명의료결정제도 수기 공모전 수상작 모음집

★
최우수상

당신의 마지막 문장은 누가 씁니까
임한호

★
우수상

할머니의 사랑법
이지희

The longest summer
이기청

★
장려상

사랑하기에, 우리는 존엄한 마침표를 준비합니다
양환근

마지막까지 남기는 사랑
조미점

새해 첫날의 선물:
이모님이 남기신 가장 따뜻한 작별 인사
신명호

무거운 문장을 내려놓을 수 있게
이도이

오래 살기 위한 가장 존엄한 유행
문지원

최우수상

임한호

당신의 마지막 문장은 누가 씁니까

"휘이익, 푸슈. 휘이익, 푸슈."
인공호흡기는 쉬지 않았다. 그 규칙적인 소리를 나는 두 번 들었다. 처음에는 어머니의 침대 곁에 서서, 두 번째는 내가 그 침대에 누워서.

어머니는 선운사 동백꽃을 무척 좋아하셨다. 첫 항암 치료가 시작되던 날, 나는 어머니의 손을 잡고 말했다.
"엄마, 봄이 오면 선운사에 꽃 보러 가요."
어머니는 힘없이 고개를 끄덕이셨다. 동백꽃은 다른 꽃들과 달리 꽃송이째 통째로 떨어진다. 그것이 얼마나 묵직한 은유인지는, 훨씬 나중에야 알게 되었다.

2019년 겨울, 패혈증으로 중환자실에 옮겨지신 어머니의 가슴이 기계의 리듬에 맞춰 오르내리는 것을 유리창 너머로 바라보았다. 어느 날 저녁, 어머니는 창밖 노을을 바라보시다 조용히 말씀하셨다.
"모든 죽어가는 것들은 저렇게 예쁘구나."
그 말이 유언처럼 남을 줄은 몰랐다.

의료진은 연명의료에 관한 결정을 확인해야 한다고 했다. 서류를 손에 쥐고 나는 한참을 복도에 서 있었다. 우리는 죽음을 입에 올리는 것이 불길하다 여겼고, 설마 그런 날이 올 거라 생각하지 않았다. 그러나 그 서류는 분명히 말하고 있었다. 미리 말하지 않으면, 남겨진 사람이 대신 결정해야 한다고.

나는 어머니가 병원 드라마를 보시다가 무심하게 하셨던 말씀을 떠올렸다.
"나는 기계에 의지해서 사는 건 싫어. 그냥 자연스럽게 가고 싶어."
그 한마디가 내가 가진 전부였다. 어머니는 동백꽃처럼 지기를 원하셨다고 나는 믿었다. 꽃잎 하나씩 억지로 뜯기는 것이 아니라, 통째로, 자신의 방식대로.

2020년 새해 첫날 새벽, 어머니는 내 손을 꼭 잡은 채 마지막 숨을 거두셨다. 인공호흡기의 소리가 멈추었다. 창밖에는 폭설이 내리고 있었다. 어머니가 그토록 보고 싶어 하셨던 동백꽃은 아직 피지 않은 계절이었다.

그로부터 2년 뒤, 나는 급성호흡곤란증후군으로 응급실에 실려갔다. 깨어보니 어머니가 마지막을 보내셨던 바로 그 중환자실 침대에 내가 누워 있었다. 그리고 이윽고 들려왔다.

“휘이익, 푸슈. 휘이익, 푸슈.”
같은 소리였다. 그러나 이번에는 내 폐를 향해 흐르고 있었다. 말도, 요청도, 작별 인사도 할 수 없었다. 그때 비로소 이해했다. 어머니가 그 침대에서 느끼셨을 것을. 존엄이 조금씩 빠져나가는 감각을.

그러나 그 침대 위에서 나는 이상한 것을 느꼈다. 기계에 의존한 채로도, 몸 어딘가에서는 끊임없이 살고 싶다는 신호가 올라왔다. 숨 하나를 더 쉬려는 폐의 몸부림, 손가락 하나를 움직이려는 의지. 어머니도 그러셨을 것이다. 기계를 거부하고 싶은 마음과, 그래도 한 번 더 아들의 손을 잡고 싶은 마음이 동시에 존재했을 것이다. 삶의 의지는 죽음을 앞두고도 사라지지 않는다. 오히려 가장 선명하게 타오른다. 어쩌면 연명의료결정이란, 그 불꽃을 끄는 일이 아니라 그 불꽃이 제 방식대로 타다 꺼질 수 있도록 지켜주는 일인지도 모른다.

중환자실에서 나온 뒤, 나는 어머니의 유품을 정리하다 낡은 휴대폰을 발견했다. 임시저장 폴더에 문자 하나가 있었다. 날짜는 2020년 1월 1일이었다.

“아드 ㄹ고마어”

희미해진 시력으로, 떨리는 손가락으로 한 자 한 자 눌렀을 어머니의 마지막 말. 어머니가 생의 끝에서 붙잡으려 했던 것은 기계도, 치료도 아니라 오직 나를 향한 사랑이었다. 동백꽃처럼, 온 힘을 다해 통째로 피어난 마지막 꽃잎이었다. 나는 휴대폰을 쥔 채 바닥에 주저앉아 울었다. 그리고 답장을 보냈다.

“엄마, 나도 고마웠어요. 엄마가 나의 엄마여서.”

연명의료결정제도는 죽음을 서두르는 제도가 아니다. 삶의 마지막 장면을 자기 목소리로 쓸 수 있게 하는 제도다. 해가 지고 다시 뜨듯, 지는 것과 피어나는 것은 본래 하나의 순환이다. 어제의 해와 오늘의 해는 다른 존재이지만 같은 자리에서 다시 피어난다. 중요한 것은 그 마지막 장면을, 스스로 설계할 수 있느냐이다.

나는 올해 사전연명의료의향서를 작성했다. 기계의 리듬이 아니라, 나의 리듬으로 마지막 숨을 쉬겠다는 선택이었다.

2025년 봄, 나는 마침내 선운사로 향했다. 동백꽃이 만발한 길을 걸으며 말했다.

“엄마, 왔어요. 약속 지켰어요.”

그때 붉은 동백 한 송이가 바람도 없이 내 발 앞에 떨어졌다. 꽃잎 하나 흩트리지 않고, 통째로. 지는 것이 이토록 온전할 수 있구나. 흐트러지지 않고, 자기답게, 마지막까지.

동백은 통째로 진다. 그러므로 통째로 아름답다. 나는 그 꽃처럼 지고 싶다. 그것이 어머니가 내게 남긴 마지막 수업이고, 내가 이 제도 앞에서 배운 가장 인간적인 선택이다.

우수상

이지희

할머니의 사랑법

고단한 현실이 할머니를 짓누를 때면, 할머니는 늘 습관처럼 말씀하시곤 했다.

“에휴, 늙으면 빨리 죽어야지.”

그 말은 고단한 세월을 버텨온 당신이 스스로에게 건네는 일종의 넋두리 같은 것이었다.

하지만 할머니의 행동은 그 말과는 정반대였다. 오랜 고질병인 허리통증에 조금이라도 차도가 있다고 하면, 버스를 타고 30분은 가야 하는 먼 동네의 한의원도 마다하지 않고 찾아가셨다. 기침 한 번에도 ‘초장부터 잡아야 한다.’며 손수건을 목에 칭칭 감아 매고, 따뜻하게 데운 보리차를 연신 들이켜며 오던 감기도 야무지게 쫓아내곤 하셨다.

시장에 장을 보러 가실 때면, 무거운 장바구니를 양손에 쥐고 꼿꼿하게 걸음을 옮기셨고, 당신이 좋아하는 나물을 무쳐낼 때의 손길은 여전히 힘차고 단호했다. 누가 보아도 더 오래, 더 건강하게 살고 싶어 하는 할머니의 그 치열한 생의 집념이 나에게는 커다란 안도였다. 그 안도는 동시에, 할머니와의 이별을 아주 먼 미래로 치부하게 만들기도 했다.

‘아직은 더 오랫동안 할머니가 우리 곁에 계실 수 있겠구나.’

그러던 어느 날, 할머니는 가족들 몰래 ‘사전연명의료의향서’를 작성하고 오셨다. 그 사실은 집에 도착한 한 통의 우편물을 통해서야 비로소 우리 가족에게 알려졌다.

한동안 우리 가족은 그 낯선 서류 앞에서 침묵할 수밖에 없었다. 할머니의 그토록 뜨겁던 생의 의지를 보았기에, 서류에 담긴 중단이라는 단어는 더욱 시리고 차갑게 다가왔다. 하지만 할머니는 담담한 목소리로 당신의 마음을 꺼내 놓으셨다. 이제 우리 가족들에게는 희미해져 가는 기억 속 증조할머니 이야기였다.

증조할머니의 마지막은 유독 길고 고단했다. 백색의 병실 안에서 증조할머니는 기계의 숨소리에 의지해 하루하루를 버텨내셨다. 때문에 할머니와 가족들은 누워계시는 증조할머니의 얼굴이 아닌, 기계 모니터 수치와 경고음에 더 많은 눈과 귀를 빼앗기곤 했다. 살아있는 사람의 온기보다 차가운 기계의 박동을 확인해야만 했던 그 비인간적인 시간은 가족 모두에게 지울 수 없는 상처를 남긴 것이다. 또한 코와 입을 가로지른 인공호흡기의

관들이 증조할머니의 야윈 얼굴을 짓누르고 있었고, 임종 후에도 그 얼굴에는 깊고 선명한 압박의 흔적이 흉터처럼 남아 있었다.

그 흉터를 어루만지며 오열하시던 할머니의 뒷모습이 지금도 생생하게 기억난다. 할머니는 그때 결심하셨다고 했다.

"내 마지막은 그런 모습이 아니길 바랐다. 기계 소리에 묻힌 숨이 아니라, 너희들의 목소리를 들으며 작별하고 싶다. 그것이 너희에게 내가 줄 수 있는 마지막 배려라고 생각해서, 아직은 온전한 정신에 그런 결정을 하게 된 것이다."

할머니의 눈에 맺힌 것은 이별에 대한 공포가 아닌, 가족을 향한 깊은 자애였다. 증조할머니의 마지막 모습에서 느꼈던 그 시린 통증을 자식들에게는 물려주지 않겠다는 단호한 다짐. 그것이 할머니를 그 낯선 등록기관으로 발걸음하게 한 진짜 이유였다.

우편물을 마주했던 그날, 가족들의 반응은 할머니의 생각과 달랐었다. '연명의료'라는 단어 자체가 주는 서늘함에 우리 모두는 덜컥 겁부터 났던 모양이다. 마치 할머니를 서둘러 떠나보내야 할 것만 같은 죄책감이 앞섰기 때문이다. 하지만 증조할머니의 이야기를 듣고 난 후, 우리는 할머니가 쥐고 있던 그 얇은 종이가 사실은 당신의 삶을 스스로 매듭짓겠다는 강인한 책임의 증거였음을 깨달았다.

할머니의 결정은 이별이 두려워 내린 회피가 아니라, 사랑하는 이들을 위해 꺼내 든 가장 단단하고 용기 있는 선택이었다. 우리 가족 역시 함께 약속했다. 할머니가 바라는 순간까지 그 존엄을 지켜드리기로. 그리고 무엇보다 할머니가 우리 곁에 머무는 지금 이 순간을 더 환하게 채워나가기로.

그날 이후, 우리 가족에게는 묘한 변화가 생겼다. 죽음을 금기어처럼 여기며 회피하는 대신, 할머니와 함께하는 일상을 더 자주 기록하고 더 많이 웃기로 한 것이다.

할머니의 이별 준비는 역설적이게도 우리 가족에게 오늘이라는 하루의 소중함을 일깨워주는 계기가 되었다. 침대 위에서 기계에 의존해 숨을 이어가는 것이 아니라, 당신의 마지막 숨결까지 가족의 따뜻한 손을 잡고 평온하게 마칠 수 있도록 하는 것. 그것이 우리가 할머니께 드릴 수 있는 가장 큰 사랑이자, 연명의료결정제도를 통해 얻은 우리 가족만의 새로운 약속이다.

우수상

이기청

The longest summer

"아직 나이가 아주 많지는 않아 보이시는데 사전연명의료의향서 작성을 희망하시는 이유가 있을까요?"

그 질문은 나를 몇 달 전으로 데려갔다.

아빠가 계셨던 그곳, 호스피스 병동으로.

예후가 좋지 않은 암임에도 여러 차례에 걸친 항암을 견뎌내시고 큰 부작용 없이 건강을 유지하시던 아빠. 그런 아빠가 대상포진에 걸리신 후 급격히 안 좋아지시기 시작했다. 고열로 인해 응급실을 여러 번 방문하셨지만, 계속되는 검사에 지쳐가셨던 아빠는 병원에서 해줄 수 있는 부분이 더 이상 많지 않다는 결론에 도달하셨다.

종양내과 주치의 선생님 결정하에 다음 날 대형 병원에 입원하기로 한 전날, 여느 때처럼 적막하고 어두운 분위기의 저녁이었다. 계속된 어두운 분위기 탓에 아빠와 길게 이야기를 나눈 기억은 이미 가물가물했기에 나를 부르셨을 때는 조금 놀랐다.

"내일이..."

한참 동안 말이 없으신 이유를 파악하고 나는 더 놀랐는데 아빠가 눈물을 참느라 다른 곳을 보고 계셨기 때문이었다.

소문난 울보인 나와는 달리 평생 눈물을 흘리는 일이 손에 꼽을 만큼 적고, 가끔은 매정하리만큼 차갑기도 하셨던 아빠에게 휴지를 가져다드리자, 아빠는 겨우 눈물을 닦고 말을 이어 가셨다.
"네 생일인데, 나 때문에 아침 일찍부터 병원에 가야 하는구나." 하시며 또 한 번 참았던 눈물을 왈칵 쏟으셨다.
"생일 축하한다. 그래 이제 가 봐라."
나 역시 눈물을 참고 있었기에 황급히 돌아섰고 조그만 목소리로 감사하다고만 겨우 했던 것 같다. 그때는 그게 아빠가 떠나시기 전 서로의 마음을 전하는 마지막 대화가 되리라는 것을 몰랐다.

입원 후 며칠 만에 퇴원하셨지만, 그 이후에도 아빠의 고통은 줄어들지 않았다. 다른 종합병원 다인실에서 힘겨워하시던 아빠는 이제 항암이 아니면 호스피스 시설로 가겠다고 선언하셨다. 주치의 선생님은 지금 이런 상태에서 항암은 무리라며 완화의료 관련 소견서를 써주셨다. 우리는 아직 호스피스라는 선택을 받아들일 수 없었고 아빠를 집으로 모셨지만, 극심한 고통에 누워계시는 날이 점점 더 길어질수록 이제 집에서도 해드릴 수 있는

부분이 점점 적어짐을 느꼈다. 결국 우리는 호스피스 병동을 알아보기 시작했고 이마저도 대기가 있어 입원이 쉽지 않다는 사실에 망연자실했다. 다행히 가까운 곳에 자리가 났고, 마침 내가 구급차를 타고 아빠를 모시고 가게 되었다.

호스피스 1인실에서의 날들은 타 병원 다인실의 시끄럽고 불편한 생활보다는 친절하고 조용했지만, 때로는 그 적막에 숨이 막혔다. 모든 것이 힘겨운 사람 앞에서 먹는 것도 씻는 것도 죄스러워지는 비릿한 냄새와 고단한 숨소리로 찬 공간이었다. 가끔가다 고요를 깨는 것은 곡소리 아니면 찬송가 소리였다. 어쩌면 우리의 마지막일지도 모를 그 순간이 침묵으로 꽉 차 있다는 사실이 안타깝기만 했다.

결국 아빠는 입원 후 일주일 만에 임종기를 맞으셨다. 정신이 또렷했던 마지막 순간, 40년 넘게 해로한 엄마를 보고 입을 쭈욱 내밀어 뽀뽀해 주던 그 눈물 나게 아름다웠던 모습이 아직도 생생하다. 다시 단둘이 남은 병실에서 이제는 신지 못하실 신발과 이제는 쓰지 못하실 안경을 망연자실 쳐다보고 있던 그 순간도 기억난다. 그리고 내 다음 간병 차례가 돌아오기 전에 아빠께서는 세상을 떠나셨고 우리는 입관실에서 재회했다. 차가운 머리 위 듬성듬성해진 머리카락을 처음으로 쓰다듬었다.

아빠가 항암을 시작하신 이래 2년 동안 암 환우 카페에서 온갖 정보들을 마주했다. 그중에는 원하지 않은 연명의료로 고통받는 이들에 관한 이야기도 많았고, 심폐소생술을 받다 갈비뼈가 부러지는 고통을 겪기도 한다는 일화를 읽으면 내 갈비뼈가 아려왔다. 아무리 가족이라도 타인이 선호하는 죽음의 방식을 미리 묻는다는 것이 얼마나 어려운 일인지 절감한다. 그럼에도 미리 여쭤볼 것을 후회하는 것은 더 많이 오래가는 고통일 수 있다. 남겨진 이에게 후회와 죄책감이 전혀 남지 않을 수는 없다. 매 순간순간 자책할 부분이 넘쳐나는 간병 과정에서 그래도 마지막 고인의 뜻에 대해 확신할 수 있다는 것은 희귀한 축복인지도 모르겠다. 기억과 말투가 점점 희미해져 가기 전에 직접 호스피스 시설에 가겠다고 표현하시고 입원 시 직접 연명의료계획서에 서명하셨던 아빠 덕분이었다. 그 결정은 무엇보다 정갈하고 청렴했던 그분의 마지막 배려가 아니었을까 생각한다.

2026년 4월 비 내리는 날 그렇게 나도 사전연명의료의향서를 작성했다. 물론 막상 마지막 순간이 오면 내가 얼마나 약해질지는 모르겠다. 하지만 내 주변 사람들이 나에게 최선을 다하지 않았다는 불필요한 죄책감을 평생 안고 갈 가능성을 남기고 싶어 할 일은 없지 않을까. 아빠가 돌아가신 후 엄마는 한동안 'TV는 사랑을 싣고'라는 옛날 프로그램을 계속 돌려보셨다. 살아있는 사람은 그래도 언젠가는 볼 수 있다는 것이 묘한 위안이 된다는 엄마를 본다. 어쩌면 아빠와 같은 선택을 하며 나도 위안을 얻은 것 같다. 그렇게 우리는 각자의 방식으로 애도하며 살아내고 있었다. 그렇게 우리도 모르는 사이에 가장 긴 여름이 지나가고 있었다.

장려상

양환근

사랑하기에, 우리는 존엄한 마침표를 준비합니다

죽음은 오랫동안 우리 가족에게 입에 올려서는 안 될 철저한 금기어였습니다. 애써 외면해 왔던 그 무겁고 서늘한 단어가 제 삶의 정면으로 훅 치고 들어온 것은, 3년 전 세상에서 가장 크고 든든한 산이었던 아버지의 마지막을 지켜보면서부터였습니다.

평소 호탕한 웃음으로 우리 가족의 든든한 울타리가 되어주셨던 아버지는 갑작스러운 병환으로 쓰러지신 후 다시는 온전한 의식을 찾지 못하셨습니다. 중환자실의 차가운 공기 속에서, 담당 주치의는 이미 장기 손상이 심각하여 회복 가능성이 없는 '임종 과정'에 접어들었다고 조심스럽게 설명했습니다.

하지만 어머니와 우리 남매 중 누구도 선뜻 기계를 떼자는 말을 꺼내지 못했습니다. 머리로는 의학적 판단을 이해하면서도, 가슴으로는 그것이 마치 자식 된 도리를 저버리는 패륜처럼 느껴졌기 때문입니다.

결국 아버지는 온갖 주삿바늘과 굵은 인공호흡기 호스에 의지한 채, 사랑하는 가족들과 따뜻한 눈 맞춤 한 번, 다정한 인사 한마디 나누지 못하시고 세상을 떠나셨습니다. 퉁퉁 부어오른 아버지의 멍든 손을 붙잡고 오열하던 어머니의 모습은 제게 씻을 수 없는 아픔으로 각인되었습니다. 남겨진 우리에게는 '과연 그 고통스러운 연장의 시간이 아버지를 위한 최선이었을까' 하는 깊은 상처와 뼈아픈 후회만이 덩그러니 남았습니다.

그날의 중환자실과 장례식장의 풍경은 제게 인생의 중대한 숙제로 남았습니다. '나의 마지막은, 그리고 남으신 어머니의 마지막은 과연 어떠해야 하는가?' 며칠 밤을 뒤척이며 고민하던 중, 저는 '연명의료결정제도'와 '사전연명의료의향서'라는 것을 처음으로 알게 되었습니다.

솔직히 고백하자면, 처음에는 저 역시 이 제도를 '치료를 섣불리 포기하는 것' 혹은 '안락사'와 비슷한 것으로 막연히 오해했습니다. 하지만 자료를 꼼꼼히 읽어 내려가면서, 제 생각은 완전히 뒤바뀌었습니다. 이 제도는 삶을 체념하는 것이 아니라, '삶의 존엄한 마무리'를 지켜내기 위한 가장 적극적이고 주체적인 권리 행사였습니다.

가장 큰 안도감을 주었던 부분은 명확한 '기준'이었습니다. 사전연명의료의향서를 작성한다고 해서 당장 모든 치료를 거부하는 것이 절대 아니었습니다. 오직 의학적으로 소생 가능성이 없고 치료에도 불구하고 회복되지 않는 '임종 과정'에 이르렀을 때만 효력이 발생한다는 점이었습니다. 그 절망적인 순간에, 단지 기계적인 생명만을 연장하기 위한 심폐소생술, 인공호흡기 착용, 혈액 투석, 항암제 투여 등을 하지 않겠다는 명확한 의사표시였습니다.

더욱이 제가 가장 우려했던 부분, 즉 '환자가 고통 속에 방치되는 것은 아닐까' 하는 걱정도 기우였습니다. 통증 완화를 위한 의료 행위나 영양분, 물, 산소의 공급은 임종의 순간까지 결코 중단되지 않는다는 사실은 저와 가족이 가지고 있던 막연한 두려움을 완전히 씻어주었습니다. 이것은 치료의 포기가 아니라, '무의미한 고통의 포기'였습니다.

제도의 정확한 취지와 내용을 이해한 후, 저는 용기를 내어 어머니와 마주 앉았습니다. 처음에는 죽음에 대한 이야기를 꺼내는 것 자체를 두려워하시던 어머니도, 아버지의 가슴 아픈 선례를 떠올리며 점차 제 이야기에 귀를 기울이셨습니다. 저는 안내 자료를 보여드리며, 이 제도가 왜 필요한지 차분히 설명했습니다. 긴 침묵 끝에 어머니가 눈물을 훔치며 입을 여셨습니다.

"너희 아빠 그렇게 고생하며 가는 거 봤잖니. 나는 나중에 절대로 기계에 묶여서 너희들 고생시키고 싶지 않다. 아플 때 안 아프게만 해준다면, 갈 때는 자연스럽고 편안하게 가고 싶어. 너희들에게 아빠 때처럼 무서운 결정을 내리게 하는 짐을 지워주고 싶지 않구나."

어머니의 그 담담한 말씀 속에는 남은 삶에 대한 철학뿐만 아니라, 자식들이 행여나 다시 안게 될 죄책감마저 미리 거두어 주시려는 한없는 사랑이 담겨 있었습니다.

그해 청명한 가을날, 저는 어머니의 손을 잡고 미리 예약해 둔 국민건강보험공단 지사를 방문했습니다. 충분한 상담 끝에, 어머니와 저는 각자의 이름이 적힌 '사전연명의료의향서'에 신분증을 제시하고 나란히 서명했습니다.

서류에 서명을 마친 후 공단 문을 나서는데, 발걸음이 그렇게 가벼울 수가 없었습니다. 마음속 깊은 곳에 켜켜이 쌓여 있던, 아버지를 보낼 때 느꼈던 그 무거운 죄책감의 짐을 조금이나마 내려놓은 듯한 큰 후련함을 느꼈습니다. 만약 먼 훗날 내게, 혹은 어머니께 생의 마지막 순간이 오더라도, 우리 가족 중 그 누구도 생명 연장을 두고 갈등을 겪거나 상처를 짊어지지 않아도 된다는 사실이 엄청난 위안으로 다가왔습니다.

이제 제 지갑 한편에는 신분증과 함께 등록증이 자리하고 있습니다. 사전연명의료의향서는 결코 죽음을 부르는 우울한 서류가 아닙니다. 그것은 남겨질 사랑하는 가족에게 안겨주는 가장 따뜻한 배려의 편지이자, 내 삶의 마지막 페이지를 내 손으로 직접, 가장 나답고 아름답게 쓰겠다는 스스로와의 존엄한 약속입니다.

더 많은 사람들이 연명의료결정제도를 제대로 이해하고 참여하기를 바랍니다. 무의미한 기계음 속에서의 고독한 연장 대신, 사랑하는 사람들의 따뜻한 체온을 느끼며 평안하게 눈 감을 수 있는 '존엄한 마침표'를 미리 준비할 수 있기를 진심으로 소망합니다.

죽음을 준비하고 났더니, 역설적이게도 삶이 더욱 선명해졌습니다. 우리 가족은 든든한 이 약속을 가슴에 품고, 하늘에 계신 아버지의 몫까지 오늘 주어진 하루하루의 평범한 삶을 더욱 깊이 사랑하고 감사하며 살아가고 있습니다.

장려상

조미점

마지막까지 남기는 사랑

칠십 평생을 살면서 내가 떠난 뒤 남겨질 사람들에 대해 가장 오래 생각한 날은 뜻밖에도 친구의 장례식장이었다. 영정사진 속 친구는 환하게 웃고 있었다. 친구는 원래 잘 웃는 사람이었다. 시장에 가면 늘 덤을 챙겨 오고, 그 덤조차 옆 사람에게 나눠주던 사람이었다. 작은 일에도 잘 웃고, 사람 챙기는 일에 인색하지 않았던 사람. 그래서인지 영정사진 속 웃는 얼굴이 더 낯설고 더 아프게 느껴졌다.

며칠 전 병원에서 본 친구의 모습은 내가 알던 친구가 아니었다. 늘 먼저 전화를 걸어 "밥은 먹었냐"고 안부를 묻던 사람이 아무 말 없이 누워 있었다. 마른 손등 위로 핏줄이 선명했고, 힘없이 오르내리는 가슴을 보며 나는 처음으로 사람이 이렇게 천천히 멀어질 수도 있다는 걸 알았다.

병실 구석에 기대 서 있던 친구의 딸은 며칠째 잠을 못 잔 얼굴로 내 손을 붙잡고 울었다.
"이게 엄마를 살리는 건지, 붙잡는 건지 모르겠어요."
그 말이 오래 남았다. 살리는 것과 붙잡는 것. 비슷해 보이지만 전혀 다른 말이었다.

장례식장을 나와 집으로 돌아오는 버스 안에서 나는 창밖만 바라보고 있었다. 봄이었다. 벚꽃이 지고 있었고, 꽃잎은 바람에 흔들리다 가볍게 떨어졌다. 나는 그걸 보며 생각했다. 사람도 꽃처럼 질 때가 있는 걸까. 억지로 붙잡지 않아도 되는 때가.

그날 밤 잠이 오지 않았다. 괜히 누워 천장을 보다가 문득 두 아들 얼굴이 떠올랐다. 내가 만약 친구처럼 된다면, 숨은 이어지고 있는데 내가 나로 남아 있지 않다면, 몸만 이 자리에 있고 나는 이미 멀어져 있다면, 그때 우리 애들은 어떤 얼굴로 내 곁에 서 있을까.
살릴까요, 말까요.
그 잔인한 질문 앞에 내 자식들을 세우게 되는 걸까. 그 생각을 하는 순간 가슴이 덜컥 내려앉았다. 죽는 건 괜찮았다. 사람은 누구나 언젠가 죽으니까. 그런데 내 죽음 앞에서 내 자식들이 죄책감과 후회 속에서 결정을 내려야 한다는 건 견딜 수 없었다.

나는 오랫동안 연명의료를 포기라고 생각했다. 살릴 수 있는데 손을 놓는 것, 그렇게 믿었다. 그래서 두려웠고 어쩌면 비겁한 선택이라고도 생각했다.

그런데 어느 날 동네 복지관에서 우연히 들은 강의가 내 생각을 완전히 바꾸어 놓았다.

연명의료결정제도.
이름은 딱딱했지만 뜻은 의외로 따뜻했다. 살 가능성이 있는데 치료를 멈추는 것이 아니었다. 회복이 불가능한 임종 과정에서 무의미한 연명치료를 계속할지 스스로 선택하는 것이었다.

포기가 아니라 정리였다.
죽음을 향한 체념이 아니라 삶의 마지막까지 내가 나로 남기 위한 선택이었다. 생각해보니 내 인생 대부분은 선택의 연속이었다. 결혼할 때도, 아이를 낳을 때도, 집을 옮길 때도, 가게 문을 닫을 때도. 기쁜 순간에도 힘든 순간에도 나는 늘 선택하며 살아왔다. 그런데 왜 마지막 순간만큼은 내 선택이 아니어야 할까. 왜 내가 가장 사랑하는 사람들에게 그 무거운 결정을 남겨두어야 할까.

며칠 뒤 나는 사전연명의료의향서를 작성하러 갔다. 서명란 앞에서 펜을 한참 내려놓고 있었다. 이름 석 자를 적는 일이 내 삶의 끝을 받아들이는 일처럼 느껴졌다. 종이 한 장이었다. 생각보다 얇았지만, 그 종이 한 장의 무게는 내 칠십 년 삶보다 무겁게 느껴졌다. 이름을 쓰는데 손이 조금 떨렸다. 무서워서가 아니었다. 이제야 내 마지막을 정면으로 바라보게 되었기 때문이었다.

집에 돌아와 아들들에게 말했다.
“엄마가 나중에 많이 아프더라도 너희가 울면서 결정하지 않았으면 좋겠어.”
큰아들은 고개를 저으며 말했다.
“엄마, 그런 말 하지 마.”
나는 웃었다. 예전의 나라면 나도 그렇게 말했을 것이다. 죽음을 말하는 건 죽음을 부르는 것 같았으니까. 하지만 이제는 안다. 죽음을 말하는 것은 삶을 포기하는 일이 아니라 삶을 더 진심으로 들여다보는 일이라는 것을.

살아 있다는 건 참 신기한 일이다. 당연했던 숨 한 번, 밥 한 끼, 가족의 목소리 하나가 사실은 얼마나 귀한 것인지 나이가 들어서야 안다. 그래서 나는 남은 날들을 더 잘 살고 싶다. 더 많이 웃고, 더 많이 사랑하고, 더 많이 감사하면서. 그리고 마지막 순간이 온다면 그 마지막도 내 삶의 일부로 받아들이고 싶다. 죽음은 피할 수 없지만 죽음을 맞이하는 방식은 선택할 수 있다는 걸 이제는 안다. 내가 떠난 뒤 남겨질 사람들의 슬픔까지 내 몫으로 덜어낼 수 있다면 그것만으로도 충분히 의미 있는 준비라고 믿는다.

이제야 알 것 같다.
친구가 내게 남긴 마지막 인사는 죽음을 준비하는 일이 아니라, 사랑을 끝까지 남기는 일이었는지도 모른다.

장려상

신명호

새해 첫날의 선물: 이모님이 남기신 가장 따뜻한 작별 인사

2024년 12월 18일, 이모님을 요양병원으로 옮겨 모신 그날 저녁을 저는 평생 잊지 못할 것입니다. 입원 수속을 마칠 때까지만 해도 아무 말 없던 병원이었는데, 밤 9시가 넘어 담당 의사로부터 청천벽력 같은 전화가 걸려 왔습니다.

"환자분 신장 상태가 너무 좋지 않아, 오늘 밤을 넘기기 어려울 수도 있습니다."

떨리는 손으로 누님에게 전화를 걸어 "병원에서 전화가 왔는데 이모님 너무 상태가 안 좋으니 준비를 하라고 하네. 마음의 준비를 해야 될 것 같아"라고 말하던 그 밤은, 제 인생에서 가장 길고 참담한 밤이었습니다. 다행히 이모님은 그 밤을 넘기셨고 이튿날부터 신장 투석을 시작하셨지만, 그날 밤 심장 깊숙이 박힌 공포는 지금도 지워지지 않았습니다.

속 깊은 경상도 분이셨던 이모부님은 직장 문제로 울산 시가 식구들과 떨어져 이모님과 단둘이 생활하셨고, 자녀가 없다 보니 제 딸을 친손녀처럼 애지중지 품어주셨는데, 18년 전 이모부님이 일찍 세상을 떠나시고 이모님은 홀로 지내시면서 언니인 저희 어머님 집을 수시로 왕래하시며 사셨습니다. 그러던 이모님이 시간이 흘러가면서 신장 기능 저하와 고혈압, 망막 질환, 한쪽 귀의 청력 장애를 안고 계셨지만, 그 외로움 속에서도 조카들 앞에서는 언제나 흐트러짐 없는 모습이셨습니다.

그런 이모님이 대장암 판정을 받기도 훨씬 전, 이미 혼자 등록기관을 찾아가 사전연명의료의향서를 작성해 두셨다는 사실을 요양병원에 입원시키고 나서 알게 되었습니다. 수년 전 제가 처음 이 제도가 있다는 것을 지나는 말로 말씀드렸을 때 이모님은 그저 조용히 듣기만 하셨는데, 놀랍게도 이미 홀로 그 길로 다녀오신 뒤였습니다. 누가 권유해서가 아니었습니다. 남은 삶을 끝까지 스스로 결정하겠다는, 조용하지만 단단한 소신이었습니다. 돌아보니, 그것은 이모님이 평생 살아오신 방식 그대로였습니다.

요양병원에서 투석을 이어가며 버티시던 이모님에게 다시 위기가 찾아왔고, 의료진은 조심스럽게 저희에게 연명의료 결정에 관한 이야기를 꺼냈습니다. 의사 선생님은 이모님의 의식이 또렷함을 확인한 뒤, 이모님과 단둘이 마주 앉아 예전에 작성해 두신 의향서의 뜻이 지금도 변함없는지 여쭤보았다고 합니다. 이모님께서 의향서에 담긴 뜻과 지금도 다름이 없다고 분명히 말씀하셨다고 의사는 저희에게 조용히 전했습니다.

그 말을 들은 가족 중 누군가가 떨리는 목소리로 물었습니다.
“그럼 지금부터 산소도, 물도 다 끊는다는 건가요? 너무한 것 아닌가요?”

의사는 차분하게 고개를 저었습니다. 환자분은 연명의료 시술을 더 이상 하지 않는 것일 뿐, 통증 완화와 산소 공급, 수분 공급 등 환자의 편안함을 위한 치료는 끝까지 계속한다고... 한 번 서명했다고 끝나는 것이 아니라, 임종의 문턱에서도 다시 한번 당신의 말로 확인받고, 남겨진 가족의 두려움까지 살펴주는 이 과정이야말로, 사람의 존엄을 끝까지 지켜주는 가장 깊은 배려였습니다.

돌이켜보니 “사전연명의료의향서” 이 제도가 저희 가족들에게 준 가장 큰 선물은 “시간”이었습니다. 무의미한 연명의료 대신, 병실은 기계 소리가 아닌 도란도란 나누는 대화로 채우고, 평소 이모님을 살뜰히 챙기다 어느 순간 발길이 뜸해졌던 제 막내아우도, 병상 곁에서 이모님과 나눈 긴 이야기 속에 그간의 서운함을 눈 녹듯 풀어냈습니다. 울산에서 달려온 시동생 가족들과 오랜 지인들도 병실을 따뜻하게 채워주었는데, 만약 “중환자실에 격리되었다면 절대로 허락되지 않았을 소중한 풍경”이었습니다.

의식이 또렷하신 이모님은 가족들을 다 내보내고 저에게 펜을 가져오게 하셨고, 그 펜으로 곧바로 유언장을 쓰셨는데, 꼿꼿하고 단정한 그 손길이 지금도 눈에 선합니다. 제 딸은, 마지막까지 이모님의 손을 꼭 잡고 있었습니다. 말없이 전해지던 그 온기가, 어떤 말보다도 더 깊은 작별 인사였습니다.

2025년 1월 1일 새벽, 새해의 첫 빛과 함께 이모님은 평온하게 떠나셨습니다. 마치 마지막 선물처럼, 새로운 날의 시작과 함께. 이별이 반드시 차갑고 억장이 무너지는 것만은 아니라는 것을, 이모님은 마지막으로 우리에게 가르쳐 주셨습니다.

그리고 이모님과의 이별은 이제 제 삶의 방향도 바꾸어 놓았습니다. 저는 이후 사전연명의료의향서 상담을 알아보고 현재 등록기관의 상담사로 활동하고 있습니다.

상담실을 찾아오시는 분 중에는 막연한 두려움으로 망설이시는 분들도 계시고, 어떤 분들은 상담실을 찾아와서는 사전연명의료의향서를 작성하게 되면 몸이 아파서 병원을 찾을 때 무조건 콧줄을 뺄 수 있어서 등록하고 싶다고 하시는데 그럴 때마다 저는 이모님의 이야기를 떠올립니다. 이 제도는 죽음을 앞당기는 것이 아니라, 삶의 마지막 순간을 가장 아름답게 마무리할 수 있도록 돕는 것이라고. 이모님이 저에게 가르쳐 주셨듯이, 저 역시 누군가에게 그 따뜻한 이야기를 전할 수 있기를 바라며 오늘도 상담실 문을 엽니다.

장려상

이도이

무거운 문장을 내려놓을 수 있게

아들아, 엄마가 지금까지 너에게 말하지 못한 것이 하나 있다. 2020년 5월 13일, 엄마는 사전연명의료의향서를 등록했다. 나중에 내가 스스로 내 뜻을 분명히 말할 수 없는 상태가 되었을 때를 대비해 내 생각을 미리 남겨두었다. 그날이 선명하게 기억나지는 않는다. 날씨가 어땠는지, 어떤 옷을 입었는지, 담당자와 어떤 말을 주고받았는지, 무엇 하나 또렷하게 떠오르지 않는다. 다만 한 가지는 분명했다. 언젠가 엄마의 마지막 순간이 가까워졌을 때, 그 무거운 결정을 너 혼자 오롯이 감당하게 하고 싶지 않았다.

엄마에게는 아들인 네가 있다. 그리고 네 곁에는 이 결정을 함께 나눌 아빠도, 형제자매도 없다. 그 사실은 나에게 늘 든든하면서도 묵직했다. 아들이라는 단어는 때로 내게 가장 든든한 말이었지만, 어느 순간에는 네 어깨를 먼저 떠올리게 하는 말이기도 했다.

살다 보면 우리는 수많은 선택을 한다. 무엇을 먹을지, 어디에서 살지, 어떤 일을 할지, 누구와 만나고 헤어질지. 대부분의 선택은 내가 하고, 그 결과도 내가 감당한다. 그런데 삶의 끝에 가까워질수록 중요한 자기 결정이 끝내 가족의 몫으로 넘어가는 경우도 있다. 나는 그것이 늘 마음에 걸렸다.

혹시라도 내가 의식이 없고, 말할 수 없고, 회복 가능성이 없다는 말을 듣게 되는 날이 온다면, 너는 어떤 마음이 들까. 의사가 설명을 하고, 서류를 내밀고, 보호자의 결정을 기다리는 그 짧은 시간 안에서 너는 얼마나 많은 생각을 하게 될까.

“조금 더 해봐야 하지 않나.”
“엄마가 원하지 않으면 어떡하지.”
“너무 빨리 포기하는 건 아닐까.”

나는 네가 그런 문장들 사이에 오래 갇히지 않기를 바란다. 사전연명의료의향서를 쓴 것이 삶을 포기하겠다는 뜻은 아니다. 죽음을 서두르겠다는 뜻은 더더욱 아니다. 오히려 나에게는 삶을 끝까지 내 방식으로 책임지고 싶다는 마음에 가깝다. 나는 삶을 사랑한다. 가능한 한 건강하게, 온전한 내 정신으로, 환자분이 아닌 내 이름으로 살고 싶다. 아침에 일어나 물을 마시고, 나무 냄새를 맡으며 공원길을 걷고, 누군가의 이야기를 듣고, 내 손으로 밥을 챙겨 먹고, 글을 쓰고 싶다. 가끔은 쓸데없는 걱정도 하고, 핀잔이나 들을 게 뻔한 잔소리도 하면서 말이다. 하지만 더 이상 치료가 회복을 향하지 않고, 호흡기에 의존해 단지 시간을 붙드는 일만 남게 된다면, 나는 그 방식을 조용히 거절하고 싶다. 기계와 처치가 붙들고 있는 시간이 과연 나다운 시간일까. 나의 결정은 너를 밀어

내기 위한 것이 아니다. 너를 지키고 싶어서다. 부모는 자식에게 많은 것을 남긴다. 말투도 남기고, 습관도 남기고, 미처 풀지 못한 감정도 남긴다. 어떤 부모는 재산을 남기고, 어떤 부모는 빚을 남기고, 어떤 부모는 오래된 미안함을 남긴다. 나는 가능하다면 너에게 죄책감만은 남기고 싶지 않다. 엄마의 마지막 순간에 네가 어떤 결정을 했는지로 남은 생을 되짚지 않았으면 한다. "그때 내가 잘한 걸까"라는 질문이 너의 밤을 오래 괴롭히지 않기를 바란다. 네가 많이 고민하고, 미안해하고, 오래 아파할 수 있다는 것을 알기 때문이다.

그래서 결정했다. 혹시 그런 날이 온다면, 이것은 너의 결정이 아니고 엄마가 이미 해둔 선택이라고. 그렇게 등록을 했는데 막상 너에게는 말을 꺼내놓지 못했다. 밥을 먹다가도, 일과를 나누는 순간에도 "엄마가 말할 게 있는데"라고 시작하기가 쉽지 않았다. 너를 놀라게 하고 싶지 않았고, 걱정하게 만들고 싶지 않았다. 등록한 지 몇 해가 지났다. 시간이 흘렀어도 그 이야기는 여전히 입이 떼어지지 않는다.

하지만 이제는 생각이 조금 달라졌다. 말하지 않는 것이 배려라고 착각한 것일지도 모른다. 어떤 침묵은 약이 되기도 하지만, 어떤 침묵은 당황과 아픔으로 돌아올 수 있다. 사랑해서 말하지 않았던 일이, 사랑하는 사람에게 더 무거운 숙제가 될 수도 있다. 그래서 이제는 말하려고 한다.

아들아. 엄마는 사전연명의료의향서를 등록해두었다. 이것은 엄마가 삶을 가볍게 여긴다는 뜻이 아니다. 오히려 내 삶을 소중히 여기기 때문에, 마지막 순간까지 내 뜻을 분명히 남겨두고 싶었다. 나는 네가 나를 오래 붙들어주지 않았다고 죄책감을 느끼지 않았으면 한다. 어떤 선택을 했어야 했는지 뒤늦게 헤아리며 스스로를 괴롭히지 않았으면 한다. 엄마의 마지막보다 엄마와 함께 웃고 밥 먹고 이야기 나누었던 시간을 더 많이 기억했으면 한다. 우리가 염려하는 그 순간이 아주 늦게 오기를 바란다. 아니 아예 오지 않기를 간절히 바란다. 아직 하고 싶은 일이 있고, 쓰고 싶은 글이 있고, 걷고 싶은 길이 있다. 엄마의 하루에는 아직 다음이 있다. 그러니 이 이야기를 너무 어둡게 듣지 않았으면 좋겠다. 이것은 죽음에 대한 이야기가 아니라, 남겨질 사람이 덜 아프기를 바라는 마음에 대한 이야기다. 엄마가 너를 사랑하는 방식 중 하나다.

사람은 누구나 마지막을 혼자 통과한다. 하지만 그 마지막 때문에 남은 사람이 오래 무너지지 않도록 준비할 수는 있다고 생각한다. 내가 사전연명의료의향서를 등록한 이유는 바로 그것이었다. 내 마지막을 네가 책임지지 않아도 된다고 말해주고 싶었다. 내 선택은 내가 해두었다고 말해주고 싶었다. 그러니 너는 엄마를 놓아주는 사람이 아니라, 엄마의 뜻을 지켜준 사람으로 기억되었으면 한다. 언젠가 이 이야기를 마주 앉아 담담히 나눌 수 있기를 바란다.

너무 무겁지 않게, 너무 서두르지 않게. 차 한 잔을 앞에 두고, 엄마가 먼저 이렇게 말할 수 있으면 좋겠다.
"아들아, 엄마가 미리 정해둔 게 있어. 너를 힘들게 하고 싶지 않아서 그랬어."
그리고 네가 너무 놀라지 않았으면 좋겠다. 엄마는 내일 무엇을 할지, 내년에는 어떻게 살아갈지 고민하고 찾아보고 있다. 더 잘 살고 싶고, 내 몸과 마음도 조금 더 돌보고 싶다. 그러니 이 글은 끝을 준비하는 글이 아니라, 사는 동안 가장 나답게 살기 위한 작은 정리다.

아들아. 네가 엄마의 마지막을 책임져야 하는 사람으로 남지 않았으면 한다. 그저 엄마의 삶과 함께 있어준 사람, 엄마가 오래 사랑한 사람, 엄마가 끝까지 고맙게 생각한 사람으로 남았으면 한다. 그 마음 하나로 엄마는 오래전에 서명을 했다. 그리고 조금 늦었지만, 이제야 너에게 이 말을 건넨다.

장려상

문지원

오래 살기 위한 가장 존엄한 유행

초록색 대문을 열고 들어간 친정집은 정갈하게 다듬어진 푸른 잔디와 흐드러지게 핀 빨간 장미로 싱그러웠습니다. 너무 예쁜 풍경에 잠시 넋을 잃고 서 있는데, 뒤이어 대문이 열리는 소리가 들렸습니다.

“어, 집에 계신 거 아니었어요?”
“아, 잠시 볼일 보러 나갔다가 네가 오는 시간에 맞춰 들어왔지.”

가까이 살지만 자주 들르지 못하는 무심한 큰딸의 방문이 무에 그리 반가운지, 두 분은 현관문을 환하게 열어주셨습니다.

“어디 갔다 오시는 거예요?”

동반 나들이를 자주 다니시는 친정 부모님은 어느덧 일흔의 나이를 훌쩍 넘겨 영락없는 노부부였지만, 여전히 알콩달콩 노후를 즐기고 계셨습니다.

“우리, 오늘 보건소 가서 사전연명의료의향서 작성하고 왔다.”
“사전연명의료의향서요? 갑자기요? 왜요?”
“요즘, 그게 유행이야.”

친정엄마께서는 요즘 친구들 사이에서 유행하는 새로운 ‘장수 풍습’이라며 웃으셨습니다. 예전 어르신들이 수의를 미리 해두면 무병장수한다거나 영정사진을 미리 찍어두면 명이 길어진다는 믿음을 가졌듯이, 요즘은 ‘사전연명의료의향서’를 미리 작성해 두신다는 것이었습니다. 아직은 건강하신 두 분이지만, 나중에 생과 사를 오가는 순간 자식들의 결정에 무게를 더하지 않으려는 배려인 것 같아 감사한 마음이 들면서도, 자신의 의지로 삶의 마무리를 준비하시는 모습에 괜스레 코끝이 시큰해졌습니다.

그런 두 분의 모습에 겹쳐 25년 전 그날이 문득 떠올랐습니다.

“마음의 준비를 하셔야겠습니다.”

예비 시아버님의 사고 소식을 뒤늦게 접하고 부리나케 달려간 병원에서 의사가 TV 드라마에서나 들어봄 직한 말을 하고 있었습니다. 결혼을 앞둔 사이였지만 법적 가족은 아니어서인지, 그 말은 제 가슴보다 머리에 먼저 스쳐 허공으로 흩어졌습니다. 인공호흡기만 제거하면 곧 돌아가실 거라고 했지만, 당시 남자 친구였던 남편의

가족들은 누구도 선뜻 치료 포기를 결정하지 못했습니다. 너무나 갑작스러운 이별을 받아들일 수 없다는 가족의 의지, 기적 같은 일이 일어날지도 모른다는 희망으로 연명의료를 이어가길 원했습니다.

연명의료의 무의미함을 알면서도 놓지 못하는 그 마음을 너무나 이해했기에, 가늘게 떨리는 그의 손을 잡아주는 것 외에 제가 할 수 있는 일은 없었습니다. 그때 어렴풋하게나마 그런 생각을 했었던 것 같습니다. '예비 시아버님께서는 이 순간 자신의 마지막을 어떻게 결정하고 싶으실까.' 제삼자의 입장이라 이런 잔인한 생각을 했을지도 모르지만, 가족의 미래를 위해 너무 오랜 시간을 끌지 않으셨으면 좋겠다는 마음도 있었습니다. 그 마음을 알아채셨던 걸까요. 예비 시아버님은 병원 이송 후 만 하루도 되지 않아, 심폐소생술과 인공호흡기마저 무용지물이 된 채 임종을 맞이하셨습니다. 그렇게 올해로 25주기가 되었습니다.

친정 부모님께서는 종종 죽음에 관한 이야기를 꺼내곤 하셨습니다. 치매나 묏자리 같은 이야기도 담담하게 하셨고, 지인들의 부고 소식이 전해지는 날에는 부쩍 "우린 연명의료 안 한다"라는 의사를 밝히시기도 했습니다. 하지만 그럴 때마다 두 분 모두 아직은 건강하시기에 너무 먼 미래라 생각해 왔습니다. 그런데 어느덧 80대에 다다른 두 분이 의사 표명을 넘어 직접 서류를 작성하고 오셨다는 사실을 듣고 나니 마음이 아렸습니다. 지인들이 하나둘 생을 마감하고, 출산 소식보다 부고 소식이 더 자주 들리는 세상에 살고 계시기에 "더 오래 살려고 작성했다"라는 농담 뒤에 많은 말들이 숨겨져 있는 듯하여 쉽게 마음이 가라앉지 않았습니다.

하지만 이젠 사전연명의료의향서 작성과 연명의료계획서 같은 제도들이 더 이상 낯설지만은 않습니다. 이제는 죽음의 과정을 내가 미리 결정할 수 있고, 죽음의 질을 고민하는 시대가 되었다는 것을 어르신들도 긍정적으로 받아들이십니다. '사전연명의료의향서'는 그런 의미에서 내 삶의 주체가 곧 나임을 증명하는 마침표이자, 내 삶의 마지막을 스스로 결정하는 권리라는 생각이 듭니다. 아니, 어쩌면 단순한 권리를 넘어 가족들에게 줄 수 있는 가장 큰 사랑의 유산이 아닐까 합니다. 친정 부모님의 그 결정이 더욱 존엄하게 느껴지는 이유입니다.

따뜻한 커피 한잔을 나눠 마시며 도란도란 이야기를 나누다 보니 시간이 훌쩍 흘러 집에 돌아갈 시간이 되었습니다. 친정집을 나서는 큰딸의 뒷모습을 골목 어귀에서 사라질 때까지 지켜봐 주시는 부모님을 보며 조용히 기도해 봅니다. 오래 살기 위한 가장 존엄한 유행을 따르셨으니, 그 믿음대로 더 건강하고 오래 함께할 수 있기를 말입니다.

종사자 부문

2026년
연명의료결정제도 수기 공모전 수상작 모음집

★
최우수상

죽음을 곁에 두고 산다는 것
이서경(로젠요양병원)

★
우수상

마지막 서명이 담긴 위로
전혜련(서울성모병원)

보건소 상담실에서 마주한 삶의 마지막 인사:
사전연명의료의향서 그 숭고한 기록
함인숙(서대문구보건소)

★
장려상

어머니를 붙잡고 싶었던 아들의 눈물
오종산(아우내은빛복지관)

삶의 마지막 페이지를 아름답게 포장하다
이예림(부여군보건소)

오늘을 살아가는 힘
최요안나(서울성모병원)

마지막 순간에는 가장 나답게
조은영(국민건강보험공단)

어머니의 마지막 선물 '사전연명의료의향서'
김익수(국민건강보험공단)

최우수상

이서경
로젠요양병원

죽음을 곁에 두고 산다는 것

정신건강의학과 전문의로서 185병상의 요양병원을 운영한 지 십수 년이 흘렀다. 185병상은 누군가에게는 그저 병원 규모를 가늠하는 수일지 모르지만, 숫자로는 삶의 무게를 담지 못한다. 그 침상 하나하나에는 저마다의 깊고 오랜 생애가 담겨 있다. 매일 아침 회진을 돌며, 삶의 마지막 자락에 놓인 그 고귀한 생애들과 마주하게 된다.

요양병원은 죽음과 가장 가까이 닿아 있는 곳이다. 대학병원이나 급성기 병원처럼 심폐소생술이 긴박하게 펼쳐지는 극적인 순간은 드물지만, 오히려 그렇기에 이곳의 죽음은 더 조용하고, 더 천천히, 그리고 더 피할 수 없이 다가온다. 사람의 마음을 다루는 정신과 의사인 내가 환자분들의 마지막 시간을 지키는 요양병원을 하게 된 것은 어쩌면 운명이었는지도 모른다. 몸의 기능이 다해갈 때 가장 중요해지는 것은 사람의 '그동안 살아왔던 생에 대한 존중과 마음'일 수 있기 때문이다.

연명의료결정법이 시행되던 초기, 삶과 죽음의 현장에 있는 의사임에도 불구하고 처음에는 당황스러웠다. 개념에 대한 이해도, 서식도 낯설었고 절차는 복잡하게 느껴졌으며, 환자와 보호자들은 혼란스러워했다. 연명의료계획서, 연명의료중단등결정 이행서 등 딱딱한 용어가 적힌 서식들이 병실 안으로 들어올 때면, 환자와 가족들의 눈빛에는 의구심과 두려움이 서리곤 했다. 의료진 역시 법적 절차를 준수하는 데 우선해 서류의 칸을 채워 넣는 것에 중점을 두기도 했다.

그러던 중, 내 생각을 완전히 바꾸어 놓은 한 환자가 있었다. 치매가 꽤 진행되었지만 맑은 날에는 눈빛이 유독 선해지시던 80대 후반의 남성 어르신이었다. 어느 날 그의 아들이 무거운 발걸음으로 진료실을 찾아왔다.

"원장님, 아버지가 건강하실 때 기계에 매달려 의미 없이 삶을 연장하는 건 싫다고 늘 말씀하셨습니다. 그런데 지금은 치매 때문에 아버지의 직접적인 의사를 확인할 수가 없으니 그게 너무 마음에 걸립니다."

아들의 눈가가 이내 붉어졌다.

당시 환자는 스스로 의사표현을 할 수 없는 상태였기에, 가족 2인 이상의 일치된 진술이 필요했다. 나는 그날 진료실 테이블 위에 '연명의료중단등결정에 관한 환자의사 확인서(가족진술용)' 서식을 올려두고, 오랜 시간 그 가족과 함께 앉아 진지하고 진솔한 이야기를 나눴다.

그 과정에서 내가 진짜 하고 있던 일은 단순히 서류를 작성하는 것이 아니었다는 것을 깨달았다. 그것은 환자가 과거에 남겼던 가치관과 목소리를 아들의 기억 속에서 정성스럽게 건져내는 작업이었다. 생전에 나누었던 사소한 대화들, 아버지가 존엄하게 지키고 싶어 했던 삶의 모습들을 함께 꺼내어 들여다보았다. 죄책감과 슬픔으로 얼룩진 가족들의 마음을 정신과적으로 지지하고 위로하는 것, 그리고 법적 서식이라는 차가운 틀 안에 환자의 따뜻한 삶의 궤적을 담아내는 것이야말로 내가 이 제도 안에서 해야 할 가장 중요한 역할임을 깨달았다.

이 경험을 계기로 나는 연명의료결정제도가 단순히 '치료를 멈추는 사망 절차'가 아니라는 것을 깊이 배웠다. 그것은 삶의 마지막 순간까지도 한 인간을 끝까지 '인간으로서 대우하고 존중하는' 숭고한 제도다.

물론 현장은 여전히 치열하다. 임종기 판단을 두고 의료진 간의 면밀한 논의가 필요할 때도 있고, 가족들 사이에서 연명의료 중단에 대한 의견이 갈려 갈등이 일어날 때도 많다. 보호자가 죄책감 때문에 "조금만 더 연명치료를 해달라"며 오열할 때도 있고, 여러 사회경제적 이유로 고민을 치열하게 해야 할 때도 있다. 그럴 때마다 나는 의사라는 역할 너머의 조정자이자 중재자가 된다.

그래서 나는 우리 병원 의사들과 간호사들에게 늘 강조한다.

"연명의료계획서와 이행서는 단순한 행정 서식이 아니라, 환자의 삶을 기리는 마지막 '대화'입니다. 서명을 받아내는 것이 목적이 아니라, 그 과정을 통해 환자와 가족이 조금이라도 더 평화로운 이별을 맞이하도록 돕는 것이 우리의 본업입니다."

요양병원의 밤은 깊고 고요하다. 간간이 들리는 환자들의 기침 소리, 복도를 바쁘게 오가는 간호사들의 발소리, 산소발생기의 낮은 울림 소리가 병원을 채운다. 그 소리들 사이에서 나는 가끔 기도한다. 이곳의 어르신들이 맞이할 마지막 순간이 두려움이 아닌 평온함이기를. 그리고 그 여정을 안내하는 이 연명의료결정제도와 나의 작은 역할이 환자들의 존엄한 마무리에 따뜻한 보탬이 되기를 바란다.

죽음을 늘 곁에 두고 산다는 것은 처음에는 감당하기 무거운 업무였다. 하지만 지금은 아니다. 그것은 오히려 현재의 삶을 가장 진지하고 아름답게 바라보게 만드는 축복이다. 오늘도 우리 병원의 185개 병상은 저마다의 존엄을 품은 채, 평온하게 숨을 쉬고 있다.

우수상

전혜련
서울성모병원

마지막 서명이 담긴 위로

혈액종양내과 병동에서 일한 지 14년 차가 되었다. 그동안 환자분과 보호자분 곁에서 작성을 도와드린 '연명의료계획서'가 몇 장이었는지 이제는 헤아릴 수도 없다. 같은 양식, 같은 항목, 같은 설명. 솔직히 말하면, 어느 순간부터 그 한 장이 그냥 한 장처럼 느껴지던 때도 있었다. 매일 누군가의 마지막을 지켜보는 일이 반복되다 보면, 사람의 마음에도 굳은살이 박힌다. 환자분과 보호자분께 절차를 설명드리는 내 목소리가 어느 날부터 너무 익숙하고 매끄러워서, 내가 좀 무서워진 적도 있었다.

그런데 어느 봄날, 그 굳은살을 뚫고 들어온 환자분이 한 분 계셨다.

서른여덟 살, 두 아이의 엄마였다. 급성 골수성 백혈병으로 동종 조혈모세포 이식을 받았지만 일 년 만에 재발이 확인된 분이었다. 재관해 항암을 견디고 재이식을 준비하였지만, 치료 반응은 더뎠다. 남편은 거의 매일 병동을 찾아왔다. 그리고 올 때마다 침상 옆 벽에 사진을 한 장씩 늘려가셨다. 가족 여행 사진, 아이들의 어린이집 발표회 사진, 결혼식 사진. 처음엔 솔직히 좀 당황했다. 병실 벽이 거의 다 가려질 정도였으니까. 그런데 시간이 지나면서 알게 되었다. 그 벽은, 환자분께 '돌아갈 자리'를 매일 보여드리는 일이었다는 걸.

그러던 어느 오후, 담당 교수님께서 차분히 말씀하셨다.
"이제 연명의료계획서를 작성하셔야 할 것 같아요."
환자분은 산소마스크를 쓴 채 가쁜 숨을 고르며 우리의 설명을 들으셨다. 심폐소생술, 인공호흡기, 혈액투석, 항암제 투여. 교수님이 한 항목씩 짚어 설명하시는 동안, 나는 옆에서 환자분이 충분히 이해하고 계신지, 혹시 더 묻고 싶은 게 있으신지 살폈다. 환자분은 천천히, 그러나 분명하게 고개를 끄덕이셨다.

환자분께서 직접 의사 확인란에 서명을 하실 차례가 되자, 나는 태블릿 펜을 건네드리고 동의서 받침대를 받쳐드렸다. 손이 떨리셨다. 너무 떨려 글씨가 칸을 벗어났지만, 의사 표시는 분명했다. 이름을 다 쓰고 나서 환자분은 펜을 내려놓으시며 작게 웃으셨다.
"선생님, 이제 됐죠?"
그 짧은 한마디를 들으며 콧등이 시큰해지는 걸 참아야 했다.

이튿날 환자분은 의식을 잃으셨다. 나는 보호자분께 이행 절차를 차근차근 설명드렸다. 남편분은 한참을 종이를 들여다보다가, 작게 입을 여셨다.

"아내가 직접 사인한 게 있어서, 정말 다행이에요. 제가 결정한 게 아니라, 아내가 결정한 거니까요."

그 '다행'이라는 말이 한참을 머릿속에서 떠나지 않았다. 우리 병동에는 이미 의식을 잃은 채 응급실을 거쳐 올라오시는 환자분들도 많다. 그런 경우엔 가족분들의 진술 확인서나 전원합의 동의서로 절차가 진행된다. 그 때마다 보호자분들의 얼굴에 드리우는 무게를, 나는 너무 많이 봐왔다. "이 결정이 정말 어머니가 원하시는 게 맞을까요?"라며 며칠을 못 주무시는 자녀분들이 계신다. '내가 결정해버린 건 아닐까, 내가 빨리 보내드린 게 아닐까' 하는 죄책감을 평생 안고 사시는 가족분들도 계신다. 가끔은 형제분들끼리 의견이 갈려, 환자분 침상 옆이 아니라 면담실에서 한참 동안 언성을 높이시는 모습도 지켜봐야 했다.

그래서 그 남편분의 '다행'이라는 한마디가 나에겐 제도 그 자체로 들렸다. 환자 본인이 자신의 마지막을 직접 결정한다는 것이, 환자에게만 의미 있는 일이 아니라는 사실. 남겨질 가족의 죄책감까지 함께 덜어주는 일이라는 사실. 책으로는 알고 있었지만, 그날만큼 또렷하게 느낀 적은 없었다.

며칠 뒤 환자분이 돌아가셨다. 보호자분은 사진들을 떼지 않고 그대로 두셨다가, 마지막 인사를 마치고 나서야 한 장씩 차곡차곡 정리해 가져가셨다. 떠나시는 길에 내 손을 잡고, 한 번 더 말씀하셨다.

"선생님, 아내가 중환자실에서 혼자 보내지 않고, 가족들이 다 모인 자리에서 마지막을 맞이할 수 있어서 정말 다행이었어요. 저희가 그 결정을 내릴 수 있도록 곁에서 도와주셔서, 진심으로 감사합니다."

그 후로 나는 연명의료결정제도에 대해 다시 생각해보게 되었다. 그 한 장에 적힐 이름과 서명이, 환자분께는 마지막 자기결정이고, 남겨질 가족에게는 평생의 위로가 된다는 걸 이제는 안다. 14년 차의 굳은살이 다시 무뎌지려 할 때면, 나는 그 봄날을 떠올린다. 떨리던 손, 작게 웃으시던 환자분의 얼굴, "다행이에요"라고 말씀하시던 남편분의 목소리.

내일도 그날의 환자분처럼 직접 서명을 하시는 분도 계실 것이고, 가족분들이 대신 결정을 내리셔야 하는 분도 계실 것이다. 어느 경우든 나는 그 자리에 함께 있을 것이다. 14년이 지나도 여전히, 그 한 장이 가벼워지지 않기 때문이다.

우수상

함인숙
서대문구보건소

보건소 상담실에서 마주한 삶의 마지막 인사: 사전연명의료의향서 그 숭고한 기록

1. 낯선 시작, 그리고 예기치 못한 무게

나는 현재 보건소에서 간호조무사로 근무하고 있는 기간제 근로자이다. 불과 2년 전, 늦깎이 공부로 간호조무사 국가고시를 치르고 설레는 마음으로 사회로 나갈 준비를 하던 때가 떠오른다. 취업의 문턱에서 갑작스럽게 들려온 시아버님의 소천 소식은 내 삶을 잠시 멈추게 했다. 그렇게 1년이라는 시간을, 슬픔을 갈무리하고 가족을 돌보는 데 쏟았고, 다시 용기를 내어 발을 내디딘 곳이 바로 지금의 보건소였다.

처음 접해보는 보건소 현장의 일들은 모든 것이 생경하고 조심스러웠다. 매일같이 쏟아지는 민원 업무, 환자 응대까지... 어느 하나 쉬운 것이 없었지만, 그중에서도 내 마음을 가장 무겁게 짓눌렀던 업무는 바로 '사전연명의료의향서' 상담이었다.

국립연명의료관리기관에서 주관하는 교육을 이수하고, 선배들의 상담 과정을 곁에서 여러 차례 지켜보며 만반의 준비를 마쳤다고 생각했다. 하지만 막상 상담사라는 이름으로 책상 앞에 앉아 누군가의 '마지막'을 서류로 정리해 주는 역할을 수행하게 되었을 때, 그 책임감과 중압감은 이루 말할 수 없는 무게로 다가왔다.

2. 상담실 밖의 소란과 안의 정적

보건소 상담실 밖은 늘 북적인다. 어떤 날은 상담을 기다리던 한 남자 어르신이 "왜 이렇게 오래 걸리냐"며 밖에서 크게 짜증을 내시기도 했다.

하지만 막상 그분이 상담실 문을 열고 들어와 내 앞에 앉으셨을 때, 공기는 순식간에 바뀌었다. 방금까지 밖에서 큰소리를 치시던 모습은 온데간데없었다. 연명의료 거부 의사에 대해 조항 하나하나를 안내해 드릴 때마다, 어르신은 그 어느 때보다 신중하고 진지한 눈빛으로 내 설명을 경청하셨다. 거친 손마디로 펜을 쥐고 서명을 하시는 그 찰나의 정적 속에서, 나는 그분이 밖에서 내셨던 짜증이 어쩌면 죽음이라는 피하고 싶은 주제를 마주하기 전의 막연한 두려움은 아니었을까 생각했다.

어떤 여자 어르신은 상담실에 앉자마자 깊은 한숨과 함께 눈시울을 붉히셨다. "선생님, 나는 나중에 아파도 나를 돌봐줄 가족이 아무도 없어요. 그래서 내 마지막은 내가 스스로 준비해야 할 것 같아서 여기까지 왔어." 어르신이 손수건으로 눈물을 훔치실 때, 나 또한 가슴 한구석이 먹먹해져 한동안 다음 말을 잇지 못했다.

3. 나의 아픔이 거울이 되어

상담실을 찾는 어르신들은 대개 친정엄마 같고, 혹은 돌아가신 시부모님 같은 분들이다. 그분들이 본인의 마지막 모습을 스스로 결정하기 위해 정갈하게 차려입고 오신 모습을 볼 때마다, 나의 1년 전 기억이 환상통처럼

되살아나곤 한다.

1년 전, 시아버님은 폐렴으로 중환자실에 입원하셨다. 수시로 찾아오는 고비마다 의료진은 우리 가족에게 연명의료 여부를 물었다. 자식 된 도리로서 차마 포기할 수 없었다. 심폐소생술, 혈액투석, 인공호흡기... 현대 의학이 할 수 있는 모든 조치를 시도했다. 차가운 기계 장치들에 둘러싸인 아버님을 면회하며, 우리는 아버님이 다시 일어나실 것이라는 희망의 끈을 놓지 않았다.

하지만 아버님은 끝내 소천하셨다. 의식이 없는 상태로 수많은 줄에 매여 사투를 벌이셨던 그 모든 과정이, 지나고 나니 과연 아버님을 위한 최선이었을까 하는 의문이 남았다. 아버님의 고통을 연장한 것은 아니었는지, 차라리 그 시간에 기계 소리 대신 우리 가족의 목소리를 한 번 더 들려드리고 따뜻한 체온을 나누며 인사할 시간을 가졌더라면 좋았을 것이라는 뒤늦은 후회가 밀려왔다.

그래서일까. 상담실에서 마주하는 어르신들의 진지한 얼굴 위로 아버님의 마지막 모습이 겹쳐 보일 때면, '이 제도를 조금만 더 일찍 알았더라면 우리 가족의 이별은 조금 더 따뜻했을 텐데' 하는 간절한 마음이 들곤 한다.

4. 부모라는 이름의 위대한 희생, 그리고 존엄

상담을 받으러 오시는 분들의 대다수는 "진작부터 생각은 하고 있었는데, 여기까지 오는 게 참 큰맘이 필요했다"고 말씀하신다. 그리고 등록을 마친 뒤 약속이라도 한 듯 덧붙이시는 말씀이 있다.

"내 새끼들 고생시키고 싶지 않아서 왔어. 내가 짐이 되면 안 되잖아."

그 한 문장에는 평생을 자식 뒷바라지에 바쳐온 우리네 부모님들의 삶이 고스란히 녹아 있다. 자식을 낳아 기르며 자신을 돌보기보다 자식의 입에 들어가는 밥 한 숟가락을 더 귀하게 여겼던 그 지독한 사랑은, 생의 마지막 문턱에서조차 '배려'라는 이름으로 빛나고 있었다. 나는 그런 분들께 감히 말씀드린다.

"어르신, 자제분들을 생각하는 마음도 너무 귀하시지만, 무엇보다 어르신 본인의 삶을 존엄하고 아름답게 마무리하는 것을 가장 먼저 생각하셨으면 좋겠어요. 이건 자식들에게 짐을 안 지우는 것이기도 하지만, 어르신께서 스스로를 귀하게 여기시는 결정이기도 하니까요."

5. 상담실의 창가에서 맺는 다짐

보건소 간호조무사로서의 일상은 여전히 치열하고 때로는 지친다. 하지만 사전연명의료의향서 상담을 마치고 나가는 어르신들의 뒷모습을 볼 때면, 나는 이 일이 단순한 서류 등록 업무가 아님을 다시금 깨닫는다. 그것은 한 인간의 삶을 경청하는 일이고, 그분이 남기는 마지막 유언에 귀를 기울이는 일이며, 남겨질 가족들에게 후회 없는 이별을 선물하는 일이다.

시부모님이 가르쳐주신 이별의 무게를 기억하며, 내 앞에 앉은 모든 '부모님'들이 당신의 인생을 가장 존엄하게 마감하실 수 있도록 따뜻한 손길을 건네고 싶다.

비록 기간제 근로자로 시작한 서툰 첫걸음이었지만, 이곳 보건소 상담실에서 나는 죽음을 통해 삶을 배운다. 그리고 다짐한다. 앞으로 마주할 수많은 인연 속에서도, 기술적인 안내자가 아닌 진심 어린 마음으로 소통하는 간호조무사가 되겠노라고. 자식을 향한 무한한 사랑을 품고 오시는 우리 시대의 모든 부모님께, 그분들의 마지막 선택이 세상에서 가장 숭고한 배려였음을 잊지 않고 전해드릴 것이다.

장려상

오종산
아우내은빛복지관

어머니를 붙잡고 싶었던 아들의 눈물

상담실의 문은 언제나 삶과 죽음의 경계에 서 있는 이들의 묵직한 발걸음으로 열린다. 매일 출근하여 상담석을 정돈하면서, 나는 오늘 이곳에서 만날 이들이 품고 있을 저마다의 사연을 생각한다. 매일 다양한 이들을 마주하며 그들의 불안을 달래주는 것이 나의 일이지만, 어느 날 찾아온 한 중년 남성의 눈물은 여전히 내 가슴 가장 깊은 곳에 커다란 울림으로 남아있다.

그날 오후, 상담실에 찾아온 이는 다부진 체격의 중년 남성이었다. 언뜻 보아도 한 가정의 든든한 가장이자, 사회에서 제 몫을 단단히 해내고 있을 것 같은 덩치 큰 사내였다. 하지만 상담석에 앉은 그의 어깨는 걷잡을 수 없이 떨리고 있었다. 무엇이 이 강해 보이는 남자를 이토록 작고 유약하게 만들었을까? 긴장되는 순간 그는, 이내 참아왔던 고백을 굵은 눈물과 함께 쏟아내기 시작했다.

그의 어머니는 지금은 고인이 되셨지만, 그는 병원 중환자실에서의 모습을 회상한다.

하루하루 가쁜 숨을 몰아쉬며 생의 마지막 끈을 잡고 계신 어머니.

다른 형제들은 어머니가 조금이라도 편안하게 가실 수 있도록, 기계에 의존하는 연명의료를 중단하자는 의견에 모두 동의했다고 한다. 하지만 유독 그만은 결사반대했단다. 주위의 만류와 설득에도 불구하고, 그는 어머니의 연명의료를 끝까지 고집했다.

“이유는 단 하나였습니다. 어머니의 얼굴을 단 하루라도, 단 몇 시간이라도 더 보고 싶어서였습니다. 그리고, 자식 된 도리로 어떻게 내 손으로 어머니의 숨을 끊는 장치에 동의하겠습니까. 도저히 그렇게는 보내드릴 수는 없다고 생각했습니다...”

그것은 자식으로서 어머니를 조금이라도 더 세상에 붙잡아두고 싶었던, 그의 방식대로의 간절한 사랑이었을 것이다. 하지만 그 사랑의 결정을 처절한 후회로 뒤흔든 것은 역설적이게도 ‘어머니의 고통’이었다.

하루가 다르게 기계에 의존해 겨우 숨을 쥐어짜는 어머니의 모습을 곁에서 지켜보는 것은 지옥 같았다고 했다. 온몸이 붓고, 바늘과 호스로 가득 찬 인공호흡기 너머로 고통에 일그러지는 어머니의 얼굴을 마주할 때마다, 그는 자신의 선택이 사랑이 아니었음을 깨달았다고 했다.

말을 마치자마자 그는 큰 덩치를 웅크린 채 아이처럼 서럽게 통곡하기 시작했다. 상담실을 가득 채운 그의 울음소리는 자식의 깊은 후회이자, 어머니를 향한 눈물의 참회록이었다. 나 역시 밀려드는 짠함과 슬픔에 흐르는 눈물을 감출 수 없었다. 어떤 위로의 말도 그 순간에는 사치처럼 느껴졌다. 나는 그저 조용히 휴지를 건네고, 그의 곁에서 말없이 한참을 함께 울어줄 뿐이었다.

이윽고 감정을 추스른 그는 떨리는 손으로 볼펜을 쥐었다. 그리고 사전연명의료의향서 서식 위에 자신의 이름을 한 자 한 자 적어 내려갔다. 그가 꾹꾹 눌러쓴 서명은 단순한 행정 절차가 아니었다. 어머니에게 가했던 본인의 아픈 선택에 대한 통렬한 반성이자, 훗날 자신의 자식들에게는 결코 이런 고통스러운 짐을 지우지 않겠다는 가장 어른스러운 다짐이었다. 죽음을 준비하는 서류에 서명하는 순간, 비로소 그는 어머니를 온전히 보내드릴 마음의 준비를 마친 것처럼 보였다.

서류 작성을 모두 마친 그가 자리에서 일어나며 내 손을 꼭 잡았다. 눈물로 젖은 그의 손은 투박했지만 따뜻했다. 그가 나를 바라보며 말했다.

"상담사님, 정말 감사합니다. 그리고 이 연명의료결정제도가 있어서 정말 다행입니다. 저처럼 미련하고 이기적인 선택으로 부모를 고통스럽게 하고, 평생 후회 속에 살 자식들이 얼마나 많겠습니까. 나라에서 삶의 마지막을 스스로 결정할 수 있도록 이런 제도를 만들어 준 것이 너무나 고맙고 다행스럽습니다."

그가 남긴 '고맙다'는 말 한마디가 내 가슴속에 뭉클하게 내려앉았다. 그의 고백은 내가 매일 앉아있는 이 상담석이 얼마나 숭고하고 가치 있는 자리인지를, 이 제도가 우리 사회에 얼마나 절실한지를 온몸으로 일깨워 주었다.

사전연명의료의향서 상담사는 단순히 '존엄한 죽음'을 안내하는 사람이 아니다. 가족이라는 이름으로 서로에게 의도치 않게 줄 수 있는 가장 큰 상처를 막아주는 문지기이며, 삶의 마지막 페이지를 존엄과 평온으로 채울 수 있도록 돕는 가장 특별한 동반자이다.

그날 이후로도 나는 상담실에 오는 모든 내담자의 얼굴에서 그 중년 남성의 눈물을 본다. 그리고 매번 새로운 다짐을 가슴에 새긴다. 이곳을 찾는 모든 이들이 삶의 마지막 순간을 두려움이 아닌 안도로, 후회 없이 가장 아름답게 장식할 수 있도록, 언제나 그들의 눈물 곁에 묵묵히 함께 있어 주겠노라고.

장려상

이예림
부여군보건소

삶의 마지막 페이지를 아름답게 포장하다

벚꽃잎이 흐드러지게 피어난 4월, 나는 설렘과 긴장을 안고 대학병원 신규 간호사로 당찬 발걸음을 내디뎠다. 하지만 설렐 것만 같던 순간은 나에게 낭만 대신 '죽음'이라는 무거움으로 다가왔다.

오랜만에 평온했던 주말 데이 근무 중이었다. 오전만 해도 혈압과 혈당을 체크하며 나와 웃으며 대화를 나눴던 환자분이셨다. 그런데 불과 몇 시간 후, 아무리 불러도 일어나지 못하시고 갑작스럽게 생을 마감하셨다. 오랜 암투병으로 인해 양팔과 다리는 주삿바늘로 성한 곳이 없었고, 침상 옆에는 수북한 약봉지만 덩그러니 남겨져 있었다.

가장 가슴 아팠던 것은 임종을 지켜본 가족이 아무도 없었다는 사실이다. '내가 한 번이라도 병실에 더 자주 갔다면, 마지막 순간에 외롭지 않으셨을 텐데'라는 생각이 나를 잠식시켰고, 며칠 동안 마음이 아팠다. 간호사로서 환자의 죽음은 의연하고 담대하게 대처해야 한다고 배웠지만, 모든 것이 서툴렀던 신규 간호사에게는 잊을 수 없는 가혹한 성장통이었다.

그 아픔이 채 가시기도 전에 나는 새로운 환자들을 만나야 했고, 안타깝게도 몇 명을 더 떠나보내야 했다. "제발 그들에게 조금만 더 시간이 닿아, 하루라도 더 고통 없이 살았으면 좋겠다"는 나의 간절한 기도는 무참히 깨지기 일쑤였고, 죽음은 항상 예고 없이 찾아왔다.

더 많은 사람에게 삶의 마지막 순간까지 온전한 보람을 전하고 싶다는 열망으로, 2023년 9월 간호직 공무원이 되었다. 그리고 감사하게도 2024년 7월부터 '사전연명의료의향서' 등록 상담 업무를 맡게 되었다. 내가 근무하는 부여군은 인구 6만 명이 채 되지 않는, 고령층 비율이 아주 높은 농촌 지역이다. 처음에는 '과연 어르신들이 작성하러 많이 오실까?', '병원에서 본 것처럼 다들 암울한 모습으로 오시면 어쩌나' 걱정이 앞섰다.

하지만 상담 날이 되면 내 걱정은 보기 좋게 빗나갔다. 삼삼오오 다정하게 손을 잡고, 지팡이에 의지한 채 버스로 무려 1시간이 걸리는 먼 길도 마다치 않고 찾아오시는 어르신들이 많았다. 그분들은 문을 열고 들어서며 환하게 웃으시며 말씀하신다.

"내가 죽기 전에 생명 연장하는 거, 코에 호스 끼고 고생하는 거 안 하고 싶어서 왔어."

죽음을 앞두고 스스로 선택권을 가질 수 있다는 사실이 어르신들에게는 큰 위안이 되는지, 표정들이 참 밝으셨다.

말씀하시는 사연은 저마다 달랐지만, 결국 그 본질은 자기 자신에 대한 존엄과 남겨질 가족을 향한 깊은 사랑이라는 하나의 선택으로 수렴하고 있었다.

비가 내린 다음 날이라 구름 한 점 없이 가을 하늘이 드높고 푸르던 어느 날, 한 중년 남성분이 상담실 문을 두드렸다.
"제가 암에 걸려서 이제 남은 시간이 얼마 없는 것 같아요. 그동안 가족들이 저 때문에 참 많이 울었습니다. 제가 아무 의미 없이 병원 침대에 누워, 그저 숨만 겨우 붙이고 있는 마지막 모습까지는 도저히 보여주고 싶지 않네요."
그의 덤덤한 고백 속에 담긴 슬픔의 깊이가 느껴져 가슴이 아려왔다.

나는 조심스럽게 여쭈었다.
"여기 오시기까지 정말 쉽지 않으셨을 텐데, 혹시 가족분들도 이 사실을 알고 계시나요?"
"가족들은 끝까지 몰랐으면 좋겠어요. 아이들이 아직 어리고, 알면 많이 놀라고 슬퍼할 겁니다."
그의 깊은 배려를 들으며, 문득 병원에서 마주했던 수많은 이별의 순간들이 스쳐 지나갔다.

나는 진심을 담아 내 마음을 전했다.
"실례가 되지 않는다면, 제가 감히 한 말씀 드려도 될까요? 만약 제 아버지가 선생님과 같은 상황이시라면, 저는 가족들에게 이 서류를 작성했다는 사실을 미리 알려주셨을 때 훨씬 더 감사할 것 같아요. 언제가 될지 모를 이별의 순간에, '우리 아버지는 마지막을 앞둔 와중에도 끝까지 우리를 걱정하고 배려하며 마지막을 준비하셨구나' 하고 느낄 테니까요. 이건 남겨질 가족들에게 줄 수 있는 가장 큰 '사랑의 표현'이자 마지막 선물입니다."
내 말을 들은 그분의 눈가에 잠시 정적이 감돌았다. 이윽고 그는 깊은 숨을 내쉬며 고개를 끄덕였다.

상담을 마치고 돌아가는 문 앞, 그분이 나를 향해 돌아보며 엷은 미소를 지으셨다.
"처음에는 나에게 시간이 얼마 남지 않았다는 게 참 억울하고 원망스럽기만 했습니다. 그런데 오늘 선생님 말씀 덕분에, 남은 시간 동안 가족들에게 조금은 편안한 마음으로 마지막 이야기를 건넬 수 있을 것 같습니다. 고맙습니다."

그의 뒷모습을 보며, 간호사 시절 흘렸던 무력감의 눈물이 비로소 누군가에게 작은 빛이 되어주었다는 뿌듯함으로 치유되는 것을 느꼈다.

우리는 모두 살아있고, 언젠가는 죽는다. 죽음은 늘 우리 삶의 이면에 공기처럼 존재한다. 저마다 시기도, 이유도 다르지만 우리는 죽음 앞에서 가장 평등하다. 하지만 그 죽음을 스스로 준비할 수 있다는 것은 그 자체로 삶을 완성하는 의미 있는 일이다. 태어나는 것은 우리의 선택이 아니었지만, 삶의 마지막 자락에서 나를 존중하는 선택을 내리는 것은 스스로에게 줄 수 있는 가장 값진 선물이다.

사전연명의료의향서 등록 상담사로서, 나는 오늘도 소망한다.
나에게 주어진 하루 그리고 우리에게 주어진 이 소중한 하루하루가 모두에게 따뜻함과 소소한 웃음으로 가득 채워지기를. 그리하여 우리 모두가 삶의 마지막 페이지를 가장 나다운 모습으로 덮을 수 있기를 간절히 바란다.

장려상

최요안나
서울성모병원

오늘을 살아가는 힘

사전연명의료의향서 상담은 삶의 마지막을 향한 선택과 마주하는 자리이다. 연명의료를 원하는지, 원하지 않는지, 그 이유는 무엇인지, 가족들은 그 뜻을 알고 있는지 확인하는 시간이다. 나는 그 시간을 통해 삶의 마지막을 준비하는 사람들을 만나왔다고 생각했다.

그날 환자분은 나에게 한 가지 질문을 남겼다.

"삶의 마지막을 준비한다는 것은 무엇일까."

환자분은 혈액암으로 골수이식을 받은 뒤 폐이식편대숙주병이 발생한 상태였다. 폐기능은 20~30% 수준으로 떨어졌고, 2년 전부터 산소치료를 시작해 최근에는 거의 하루 종일 산소에 의존하고 있었다.

그럼에도 환자분은 자신의 상태를 담담하게 받아들이고 있었다.

"연명의료에 대해 정확히는 잘 몰라요. 어떨 때는 지금도 연명을 하고 있는 건 아닌가 싶기도 하고요."

그리고 앞으로의 상황에 대해서는 분명한 기준을 가지고 있었다.

"가래 때문에 흡인을 할 수도 있다고 들었어요. 한두 번은 몰라도 아예 목에 구멍까지 뚫고 싶지는 않아요. 그렇게까지 구차하게 지내고 싶지는 않아요."

이미 가족들과 자신의 생각을 나누었고, 가족들 역시 그 뜻을 존중하고 있었다. 호스피스에 대해서도 충분히 공유된 상태였다.

하지만 이 상담에서 오래 남은 것은 결정의 내용이 아니었다. 결정 이전에 존재했던 '환자분의 오늘'이었다.

환자분은 이동식 산소기를 착용한 채 상담실을 직접 찾아왔다. 호흡이 어려운 상태였지만, 얼마 전까지는 산소기를 사용하면서도 자신이 좋아하는 운동을 하며 일상을 유지하고 있었다. 가족들은 걱정하면서도 묵묵히 환자분의 선택을 존중하고 있었다.

많은 호흡기 환자들을 만나면서 느끼는 공통점이 있다.

폐기능이 떨어질수록 삶의 범위는 점점 좁아지고, 결국에는 “지금도 힘든데 더 나빠진다면 연명의료는 원하지 않는다”는 말로 이어지는 경우가 많다. 또한 호흡이 힘들어지면 함께 온 보호자가 대신 의견을 말하는 경우도 적지 않다.

그러나 그날은 달랐다.

환자분은 숨이 차 잠시 말을 멈춘 순간에도 가족에게 대신 말해 달라고 하지 않았다. 천천히 호흡을 고른 뒤 자신의 생각을 끝까지 이어갔고 남편은 그 옆에서 조용히 그 이야기를 듣고 있었다.

그 장면은 단순한 의향 확인이 아니었다. 한 사람의 삶이 그대로 드러나는 순간이었다.

“혈액암 진단 당시 기대여명이 두 달 남짓이라고 들었어요. 지금까지 살아온 것도 기적이라고 생각해요. 다 가족들 덕분이에요. 특히 남편에게 감사하죠. 제가 스트레스를 받지 않도록 늘 편안하게 해 줘서. 사랑하는 가족들을 더 오래 보고 싶은 마음은 크지만, 이런 순간이 왔을 때를 대비하는 건 필요하다고 생각했어요.”

그 말을 들으며, 이분은 사전연명의료의향서를 작성하러 오셨지만, 오래전부터 자신의 삶을 준비하며 살아오고 있었던 것은 아닐까 하는 생각이 들었다.

그날 나는 한 장의 의향서보다 더 분명한 삶의 모습을 마주했다. 삶의 마지막에 대한 결정은 어느 날 갑자기 만들어지는 것이 아니라, 지금까지 살아온 삶의 방식 속에서 자연스럽게 이어진다는 생각이 들었다.

상담을 마치고 환자분이 돌아간 뒤에도 한동안 그 여운이 쉽게 가시지 않았다.

앞으로 많은 분들과 삶의 마지막에 대해 이야기를 나누게 될 때, 그때마다 나는 묻고 싶다.
지금 무엇이 가장 소중한지, 어떤 삶을 살아가고 있는지에 대해서도.

그날 내가 만난 것은 죽음의 준비가 아니라, 주어진 오늘을 살아가는 힘이었다.

장려상

조은영
국민건강보험공단

마지막 순간에는 가장 나답게

평소와 똑같은 하루였다. 점심을 먹고 들어와 다시 모니터를 켜고 정신을 차리려는 순간 자동문이 열리며 누군가 들어오는 소리가 들렸다.

멀리서 오셨는지 거친 숨을 내뱉고 계시는 할머니 한 분이 서 계셨다.
"어떻게 오셨어요 선생님?" "그거 있잖아... 죽을 때 하는 거 안 하겠다고."

상담실까지 가는 짧은 길조차 거동이 불편하신 할머니에게는 지팡이가 무색할 만큼 위태로운 걸음이었다. 옆에서 부축해드리자 할머니는 연신 고마워요라며 인사를 건네셨고 사전연명의료의향서 작성을 진행하면서 여기까지 오게 된 할머니의 사연을 들을 수 있었다.

할머니의 배우자는 암 말기 환자였고 몇 달 전 오랜 투병 생활을 마치고 돌아가셨다고 했다. 할아버지를 간호하며 아픈 사람을 지켜보는 가족들의 마음은 얼마나 힘든지 잘 안다며 홀로 의식 없이 병실에 누워있기 싫다고 하셨다. 그리고는 무엇보다 자녀들에게 짐이 되기 싫다며 말끝을 흐리셨다.

자녀 이야기가 나오자 할머니는 갑자기 눈시울이 붉어졌고 할아버지가 큰 수술을 받을 때마다 먼 곳에 사는 자녀들이 시간을 내어 오는 것이 고맙기도 했지만 미안함이 가장 컸다고 말씀하셨다. 그러던 중 같은 병실을 쓰면서 친해진 보호자가 연명의료결정제도를 알려주었고 며칠간 고민하다 결심하고 여기까지 오게 되었다고 하셨다. 말씀을 이어 나가는 할머니의 떨리는 목소리에서는 죽음이라는 단어가 주는 위압감 때문인지 슬픔이 크게 묻어났다. 그러나 동시에 "마지막까지 자식들에게 인공호흡기를 차고 있는 모습을 보여주기 싫다"고 말씀하시는 눈빛에서는 자신의 마지막은 존엄하게 맞이하고자 하는 굳은 결심을 느낄 수 있었다.

나는 잘 오셨다고 말씀드리며 연명의료결정제도의 취지는 가족들의 짐을 덜어주기 위한 수단이 아니라, 오롯이 나 자신의 존엄한 마무리를 위한 선택이라고. 그렇기에 다른 누구의 눈치도 볼 필요 없이 본인의 의사를 가장 최우선으로 두셔야 한다고 진심을 담아 안내했다.

작성을 마치고 건강하시라는 나의 인사에, 할머니는 다시 한 번 감사하다며 화답하셨다. 밝은 미소를 지으며 돌아서는 그 뒷모습에서, 나는 굳건한 강인함을 느낄 수 있었다.

퇴근 후 집으로 돌아와서도 낮에 뵈었던 할머니의 뒷모습이 자꾸만 눈에 밟혔다. 한참을 곱씹다 보니 문득, 오년 전 세상을 떠나신 외할머니의 얼굴이 겹쳐 보였다. 외할머니는 내가 아주 어릴 때부터 당뇨와 고혈압으로

약을 복용하시며 투석치료를 받으셨다. 그리고 내가 고등학생 무렵에는 합병증이 심해져 발가락을 절단하는 수술까지 받으셔야 했다.

투석치료를 받는 날에도 힘든 내색조차 하지 않았던 할머니였지만 수술이 끝나고 발에 붕대를 감고 있는 할머니를 마주한 순간 처음으로 보이는 야윈 할머니의 모습이 그리고 표정에서 느껴지는 할머니의 고통이 생생하게 전해져 나도 모르게 눈물이 터져 나왔다.

"할머니, 내 신장 줄게. 아프지 마."라며 울먹이는 나에게 할머니는 "우리 강아지, 그런 소리 하지 마."라고 나를 다독여 주셨다. 영원히 내 곁에 있을 것 같았던 할머니는 다음 해 봄 갑작스레 쓰러지며 세상을 떠나게 되었다.

그때는 정신없어 몰랐지만 당시 의사가 엄마에게 인공호흡기를 끼면 할머니가 좀 더 살 수 있다고 말했다고 한다. 하지만 엄마는 삼촌과 상의 끝에 연명의료 시행을 원하지 않는다고 말했고 할머니는 편안하게 갈 수 있었다. 언젠가 가족들과 할머니를 뵈러 납골당에 갔을 때 이런 말을 한 적이 있다. 그때는 당장 할머니를 보내드리는 게 너무나 힘들었지만, 오랜 투병 생활로 지치셨을 할머니를 생각하면 마지막을 편안하게 보내드리는 것이야말로 할머니를 존중하는 길이자 당신께서도 가장 원하셨던 일이었을 거라고.

실제로 할머니의 마지막 모습은 누구보다도 편안해 보였다. 마치 그곳에서는 아프지 않던 젊은 시절로 돌아가, 이전처럼 누구보다 활기차고 행복하게 살아가고 계신 듯했다.

사전연명의료의향서 담당자로 일하며 다양한 연령대와 저마다의 사연을 가진 분들을 만날 수 있었다. 처음에는 긴장 어린 표정으로 들어오셨던 분들이, 등록을 마치고 돌아가실 때는 세상에서 가장 편안한 미소를 지으며 감사하다고 말씀해 주시곤 한다.

사실 나 역시 처음에는 죽음이라는 단어가 주는 무게감이 두렵고 피하고만 싶었다. 하지만 이 일을 통해 삶을 바라보는 시선이 바뀌었다. 진정한 삶의 의미는 무의미한 생명 연장에 있는 것이 아니라, 삶의 마지막 순간까지 '나다움'을 지켜내는 데 있다는 것을 깨달았기 때문이다. 죽음을 준비하는 과정은 결국 남은 삶을 더 가치 있게 살아가겠다는 다짐과도 같다. 인생의 가장 중요한 마무리를 준비하는 분들의 여정에 동행할 수 있어 참 감사하고 보람차다.

훗날 나 또한 나의 배우자와 다정히 손을 잡고 이곳을 찾아와 사전연명의료의향서를 작성하는 미래를 그려본다. 지팡이를 짚고 오셨던 어르신을 비롯해, 자신의 삶을 존엄하게 완성하고자 했던 분들에게 그 미소처럼 따뜻하고 평안한 마지막 순간이 찾아오기를 진심으로 소망한다.

장려상

김익수
국민건강보험공단

어머니의 마지막 선물 '사전연명의료의향서'

아직 쌀쌀함이 가시지 않은 4월 봄 벚꽃의 화려함을 시샘하듯 비가 내리는 날씨임에도 불편한 기색이 역력한 무거운 발걸음으로 문 앞을 머뭇거리던 어르신이 천천히 들어오십니다.

한 손엔 허름한 가방, 다른 손엔 지팡이를 짚으셨습니다. 어르신의 손은 고단했을 세월의 훈장처럼 울퉁불퉁 굵어진 손마디, 휘어진 손가락. 문득 돌아가신 어머니 생각에 가슴이 내려앉았습니다. 얼핏 보이는 가방 안에는 파스와 약 봉투가 가득 들어차 있습니다.

의자를 권하는 저에게 직설적이며, 단호한 감정을 담아 떨리는 목소리로 소리치듯 물으셨습니다.
"여기가 죽을 때 기계 안 달게 해 주는 곳 맞아요?"
순간 가슴에 큰 구멍이 난 것 같았습니다.
'이럴 땐 뭐라고 답변을 해야 하나?...'

초보 상담사인 저는 당황함을 추스르며 따뜻한 녹차를 권하고 이야기를 이어 갔습니다.

"아이고, 어르신... 가방엔 무슨 약이 그렇게 많으세요?"
"그러게 말이야. 요즘엔 약만 먹어도 배가 불러. 고혈압, 당뇨병, 말초신경장애, 류마티스 관절염, 수시로 찾아오는 신경통까지..."
웬만큼 아파서는 병원도 안 가신다며, 영감 만날 날이 곧 올 것 같다며, 그래서 여기를 찾아오셨다 하십니다.

그런데, 오늘 오면서 자녀들에겐 말도 못 꺼내고 오셨다 하십니다.
왜 알리지 않으셨냐 여쭤보니, "애들이 알면 뭐해, 걱정이나 하지."

그래도 신청을 결심하게 된 계기는 자녀들 형편 때문이었습니다. 넉넉지 못한 애들 형편에 보태주지는 못할망정 병원비며 간병비가 짐이 될까 두렵기까지 하다고 하십니다.

"내 몸에 주삿바늘 주렁주렁 꽂는 거, 콧줄 끼우는 거, 말도 못 하고 숨만 쉬는 모습... 애들한테는 그딴 거 보여주고 싶지 않아."

'어미의 마음이, 자녀들에 대한 사랑이 이토록 단단하고 비장할 줄이야...'
상담하는 내내 마음이 먹먹할 것 같습니다.

그래도 상담사로서 본분을 다하는 것이 중요하니, 책자를 펴고 '연명의료결정제도'를 설명해드렸습니다.
설명을 들으시는 동안, 어르신의 표정은 한숨과 탄식, 그리고 이따금 안도의 미소가 교차하더군요.
어르신의 심리상태가 매 순간 온전히 전해집니다.

작성 절차와 호스피스 선택과 이용방법, 가족의 반대나 변심으로 인한 철회 가능성을 안내하자 단호하게 쇳소리 섞인 강한 어조로 말씀하셨습니다.
"그럴 일 없시유!"
그러면서 눈물인지 땀인지 모를 물기를 손수건으로 훔쳐 내십니다.
"자식한테 해 준 것도 없는 내가 줄 수 있는 '마지막 선물'은 마지막 가는 길에 짐을 남기지 않는 것이야."라고 덧붙이십니다.

마지막 가족 열람 부분을 말씀드릴 때는 "안 하면 안 되는겨?" 하고 걱정스럽게 물으셨습니다.
'자녀들이 반대할까 봐 걱정되시는 것이었습니다.'

그래서 이렇게 말씀드렸습니다.
어르신께서 왜 그렇게 말씀하시는지 이해하고 공감하지만 '사전연명의료의향서'는 신청인이 온전한 의식을 가지고 계실 때, 본인이 스스로 미래에 다가올 존엄한 임종 방법을 결정하는 소중한 선택임을 말씀드리고, 이러한 결심은 오랜 고민 끝에 내린 것이니, 자녀분들에게도 어머니 입장에 대한 이해를 전달하시라고 알려드렸습니다.

설명을 모두 마치고 서명을 하시는 순간, 떨리는 손으로 굽은 손가락을 꾹꾹 눌러가며 이름을 새기시던 그 모습이 잊히질 않습니다. 자녀들에게 유산은 남겨줄 수 없어도, 마지막 선택의 고통만은 덜어주었다며 안도하는 모습에서 그것이 '어머니의 마음, 사랑의 실천', 그건 마치 세상 어디에도 없을 '경건한 예식' 같았습니다.

서명을 끝내고 나신 어르신은 무겁게 짊어지셨던 비밀 같은 '마음의 숙제'를 끝낸 듯 후련하게 말씀하셨습니다.
"이제야 마음이 후련해! 나 잘했지요?"

배웅하며 바라본 뒷모습에서 문득 깨달았습니다. '사전연명의료의향서'는 단순히 연명의료를 거부하거나 존엄한 죽음을 선택하는 서류가 아님을 말입니다.

남겨질 이들을 향한 배려이자, 말 없는 '사랑'이었습니다.

초보 상담사인 저는 오늘 이 자리에서 다시 다짐해봅니다.
자신의 삶을 돌아보며 가족을 향한 마지막 사랑을 완성하는 그 순간 작은 망설임도 함께 내려놓을 수 있도록, 심리적 안정을 줄 수 있는 믿음을 주는 상담사로서, 전문성을 갖추고 편안한 환경을 조성하며, 공감과 경청으로 곁에 있는 전문 상담사가 되겠다고 말입니다.

내일은 창구에 작은 화분이라도 하나 사다 놓아야겠습니다.

2026년

연명의료결정제도 수기 공모전

수상작 모음집

발행인 | 국가생명윤리정책원
국립연명의료관리기관

(04933) 서울특별시 광진구 능동로 400 보건복지행정타운 별관 2층

발행일 | 2026년 10월

편　집 | 국가생명윤리정책원 연명의료관리본부

전　화 | 1855-0075(수신자부담 1422-25)

팩　스 | 02-778-7597

제작 및 디자인 | 정원디자인 (Tel. 02-2164-3017)

ⓒ 이 책의 저작권 및 판권은 국립연명의료관리기관에 있습니다.