

## ♣ 1주년 잔치 소감문 ♣

- 일산대화가족모임 파주홍 여사 -

아마도 재작년, 혼자 나오시던 몇몇 여사님들과 소감 발표라는 걸 얼떨결에 해보고 이번이 두 번째 소감문입니다.

누구 앞에서 솔직하게 나의 얘기를 한다는 것은, 더구나 제가 대면하고 싶지 않았던 저의 단점과 저의 치부를 가감 없이 들어낸다는 것은 쉽지 않은 일인 것 같습니다. 그렇긴 하지만 저를 정면으로 마주하려는 이런 시도가 저를, 조금 더 편하고, 자유로운 사람이 될 수 있는 계기가 될 수 있길 바라며 소감문을 시작하겠습니다.

저는 전선생과 3년을 하루같이 연애해서 결혼을 하였고, 아들딸 낳고 잘 살아왔습니다. 일하고, 살림하고, 아이들 키우고 바빴지만, 즐거웠었고 보람됐었던 시간들이었습니다.

중. 고등을 거쳐 성인이 될 때까지, 그리고 좋은 기회로 영어권 국가에 가서 혼자 지내며, 학교를 다니고, 일을 하는 내내 저의 친정집은 점점 어려워지기만 했었습니다. 그래서 결혼 10년 후쯤 제대로 된 집을 장만하고, 경제적 상황이 안정되기 시작했을 때, 어려웠었던 학창 시절과 그때의 부모님이 떠올라 만감이 교차했었던 기억이 생생합니다.

저에게 있어 경제적 안정이 특히 더 절실할 수밖에 없었던 이유는, 자라는 내내, 어렸던 저로선 이유를 알 수 없었지만, 계속 어려워지기만 했었던 경험이 있었고, 급기야, 신혼 즈음 친정아버지께서 저와 전선생을 불러앉혀 놓으시고, 친정아버지의 뿌리 깊었을 도박과 관련한 사채 문제를 갑자기 꺼내놓으셨었기 때문입니다. 그제야 끊임없이 어려워지기만 했던 원인을 알 수 있었고, 마음이 참 많이 힘들었습니다. 그런 배경이 있었기에, 저의 가정이 경제적으로 안정되기 시작했을 때, 부모님이 겪으셨던 경제적인 문제를 답습하지 않으리라는 저의 바램이 이루어진듯해, 뿌듯했고, 감정적으로 많이 벅차올랐던 듯 합니다.

친정문제에 대해 안팎으로 열심히 돌보기로는, 저보다 전선생이 더 앞장을 셧었습니다. 그때, '친정 일로 인해, 전전공공할 저를 위해서 문제를 적극적으로 해결하는 거라던' 전선생 말을 기억합니다.

그런 상황들이 있는 후에 저에게도 같은 문제로 인한 어려움이 닥쳤기 때문에, 저는 참 무기력했었던 것 같습니다. 가족모임에서 얘기한 적이 있지만, 가장 힘들었던 시기에 저에게 있어 도박은, 마치 '지진'처럼 느껴졌었습니다. 제가 서있는 땅이 끊임없이 흔들리고 갈라지는, 그래서 그 밑으로 떨어지지 않으려 혼 힘을 다해 매달려 있는……. 도통 어떻게 해 볼 수 없는 천재지변 같은……. 어떤 땐 한쪽 뺨을 얻어맞아 정신이 없고 얼얼한 상태에서, 다른 뺨을 또 한 대, 세계, 얻어맞는 그런……. 저의 머리와 간의 크기로는 도저히 어찌해볼 수 없는 불가항력적인 것이라 느꼈었습니다. 어찌 보면 공포와 비슷한 감정이었지 않았나 생각합니다.

여기 계신 모든 가족분들도 그러셨겠지만, 그렇다고 매일매일이 폭풍 속은 아니었습니다. 그런 중에도 아이들을 열심히 키우고, 그 안에서 순간순간 행복했고, 도통 뭘가에 집중하기 어려웠던 때에도 각자 일을 하면서, 크고 작은 보람과 성취도 경험했었습니다. 특히 전 선생은 아이들 혹은 가까운 사람들에게 언제나 진심이었기에, 도박중독을 '병'으로 인식하지 못했던 그 시기의 저에게는 정말, 정말 혼란스럽기만 했던 시간들의 연속이었습니다.

그랬던 시기에 저를 힘들게 했던 또 다른 하나는, 언제나처럼, 문제를 직시하지 않고, 회피하고, 남을 속이기 위해 가면을 쓰고, 또 가장 크게는 스스로를 속였던 저 자신이었습니다.

아무 문제가 없다고 믿고 싶었고, 내가 더 잘 하면 된다 생각했었습니다. 아마도... 힘들수록 더 두꺼운 가면을 쓰려 했었겠지만, 들리고 싶지 않았던 저의 상태를 잘 숨기지는 못했을 거라 생각합니다... 그 시기 어느 때인가 가까웠던 저의 지인이 '왜 그렇게 공격적이냐'고 했던 말은 정말 제 마음에 아프게 꽂혔었습니다.

우여곡절 끝에 센터를 나오고, 도박을 질병으로 인식하긴 했지만, 머리론 인식을 했다 해도, 그것에 반응하는 방식은 달라지기 어려웠습니다. 비슷한 상황이 반복되면, 자동반사적으로 머리에 알람이 켜지면서, 멈출 수 없는 폭주 기관차처럼 저 자신을 끝까지 몰고 가고, 주체할 수 없는 감정에 휘말려 전선생에게 난폭하고 폭력적으로 굴었습니다. 둘 모두에게 참... 아픈 시간이었습니다. 하지만 아픔이 아픔으로만 끝나지 않을 수 있었기에 제가 오늘 이 자리에 있을 수 있다 생각합니다. 이렇게 말하니 마치 제가 무슨 연말 수상식이라도 나온 듯하네요^^ 하지만 실제로, 흔한 노래 가사처럼... 그 시간들은 저희 둘 모두에게 '아픈 만큼 성숙해질 수 있었던 시간'이지 않았을까 생각합니다. 그런 의미에서 전선생께 감사하다 말하고 싶습니다. 꽤 긴 시간 몹시 아프고, 외로웠을 전선생이... 2019년 봄, 처음으로 센터를 방문하자고 하지 않았었다면, 저는 그리고 전선생도 더 오래, 더 많이, 아프지 않았을까 생각합니다.

도박중독자이든 아니든 사람과에 관계는 반사경 같다 느낍니다. 서로에게 서로가 비친다 생각합니다. 그래서 참 어렵고 괴롭습니다. 누구에게나 자라면서, 그리고 성인이 되어 살아가면서 아픈 기억과 시간들이 있을 수밖에 없다 생각합니다. 저 또한 그런 시간들을 거치면서 고착된 나쁜 습관, 행동 방식이 있음을 잘 알고 있습니다. 제가 얼마나 방어적으로 대응하는지는 가장 가까운 전선생이 제일 잘 알고 있고, 가장 큰 피해자입니다. 저의 방어적 기질을 직접적으로, 지속적으로 꼬집어 준 사람도 역시 전선생이기도 했습니다. 스스로 알고 있으면서도 매번 참 아팠습니다. 방어적 일뿐 아니라, 신파에 달인이었고, 동정받고 싶고, 인정받고 싶은 욕구가 많은 저였기에 관계 속에서 힘들었습니다. 지금도 그런 부분이 많긴 하지만, 저는 도박문제를 마주하면서 그래도 많이 담대해지고, 담백해졌습니다. 저는 아마도 극단으로, 극단까지, 가야만 달라질 수 있는 사람인가 봅니다.

코로나로 인해 19년 말에 센터 상담이 불규칙해지면서 저희는 각자 와서 받았던 센터 개인상담을 멈추었습니다. 그리곤 21년 봄쯤, 심각한 '불안감'에 저는 혼자 가족모임에 나오기 시작했습니다. 이게 뭔가... 하며 왔다 갔다 했지만, 얼마간의 시간이 지난 후에 저는 평생 저를 따라다녔던 깊은 '자기연민'에서 자유로울 수 있었습니다. 그때는 그것만으로도 큰 해방이었고 신세계였습니다.

센터를 나온다고 해서, 매일 교본을 읽는다고 해서, 단시간에 크게 달라지기는 어렵다는 걸 우리 모두 알고 있습니다. 하지만 그런 시간들이 분명 저를 안으로 살찌운 시간들이었던 건 분명합니다. 온갖 망상과 잡념으로, 마치 ADHD 환자 같았던 저의 머릿속이 그래도 지금은 아주 많이 맑아지고, 모든 것이 한 걸 명쾌해졌기 때문입니다. 그뿐 아니라 부족하고, 넘어지고, 또 넘어지지만 있는 그대로의 나를 아껴주는 마음의 여유를 찾을 수도 있고, 쉽게 신파 장르로 넘어가지 않고 단순하고 긍정적으로 생각하는 습관이 자리 잡아가고 있기 때문입니다.

내가 도박문제를 극복하리라~!라고 생각하며, '내가 이기나 내가 이기나' 해봤던 시기가 있었습니다. 하지만 그런 시도는 결국 저희 두 사람을 정말 아프게만 했었습니다. 누군가에게, 어디선가, 들은 방법으로 문제를 대처하고 해결하려 했을 때도, 마치 맞지 않은 옷을 입을 듯 불편하기만 했었습니다. 대단히 순수한 저는 아니지만, 이솝 우화에 나오는 햇살 같은, 아니 햇살까진 아니어도, 나는, 바람으로 나그네의 옷을 벗길 수 사람은 아니구나... 하고 느꼈었던 기억이 납니다.

저에게 있어서, 살면서 만났던 문제 중에 가장 어려웠던 문제가, 이 문제가 아니었나 생각합니다. 하지만 언젠가 육성으로 들었던 신영철 박사님의 강의에서처럼, 도박중독이라는 어려운 문제를 통해 저희 부부가 본성을 회복할 수 있기를, 그래서 본래의 나로, 매일의 작은 기쁨에 감사하며 일상을 살아나갈 수 있기를 희망합니다.

매주 센터를 나오는, 쉽다면 쉽고, 어렵다면 어려울 수도 있는 습관을 통해, 일주일을 되돌아보는 계기로 삼고, 느끼고 더디지만 저의 길을 찾아가려 합니다. 그리고 오늘 이 자리를 빌려, 쉽지 않았을 그 어려운 낯선 길을, 먼저 내어 주신 선생님들과 여사님들께 감사한 마음 전하고 싶고, 더불어 저의 뒤에서 그 길에 조금 늦게 발을 들이신 다른 선생님과 여사님들께도 "잘!! 합시다!" 하며 응원을 드리고 싶습니다^^

외국에서 혼자 지낼 때도, 혹은 여러 문제로 힘들었을 때도 음악으로 치유받을 수 있는 DNA를 주신, 친정부모님께 감사한 마음입니다. 그리고 10년 이상 매주 저에게 해소 창구가 되어 주었던 북과 장구에게도 함께해 줘 고맙다 말하고 싶습니다^^ 살갑지 못한 말말이지만, 긴 긴 시간을 안갯속에서 지냈을 친정어머니에게 깊은 공감을 느끼고, 센터를 다니지 않고도 도박을 멈추고 건강히 일하며 살고 계시는 친정아버지에게도 또 한 번 감사한 마음을 느낍니다. 그리고 길에 유기되었었지만, 2년여 전 저의 식구가 되어준, 그래서 저의 식구들을 자주 거실로 모이게 해주는, 재투에게도 진심 고맙다 말하고 싶습니다~

끝으로 미성숙하고 부족한 저를, 처음 만난 그때부터 한결같이 지지해 주고, 아껴주는, 제 옆에 있는 저의 남편이자, 이제는 오래된 전우 같은, 전선생에게 정말 많이 고맙고, 그동안 너무 애썼다 말해주고 싶습니다. 그리고 앞으로도 잘~~해보자... 말하고 싶습니다.

저의 소감문은 여기까지입니다. 짧게 쓰고 싶었는데 생각보다 길어지는 걸 어쩔 수가 없네요^^  
들어주셔서 감사합니다!!