

속 편한 독백



#1 나는 모유. 엄마의 몸에서 나는 천연의 양식이다. 이 세상에서 나만큼 아기들에게 꼭 맞는 음식은 없다. 그 근거는 다음과 같다. 분유라는 것이 있다. 이 분유에도 성장하는 아기를 위한 여러 가지 영양소가 들어 있어 나를 대신하여 많이 사용되고 있으나, 그 조성이 늘 일정하다. 늘 똑같은 성분이다. 맛도 일정하다. 아무리 산해 진미라도 3일 동안 그것만 먹으면 질리게 마련이다. 그러나 나는 다르다. 달라도 아주 많이 다르다.

우선 나는 그때그때 다르다. 같은 적이 단 한 번도 없었다. 굳이 세계 보건기구 산하의 유니세프에서 공식적으로 모유의 특성을 '가변적'이라고 명기했다는 사실을 밝히지 않더라도 나는 인류가 생긴 이후 한 번도 같았던 적이 없다. 어떻게 다를까? 맛과 성분이 다르다. 아기가 모유를 찾는 상황에 따라 맛과 성분이 달라진다. 아기의 입술이 엄마의 유륜에 닿는 순간, 태아가 발생할 당시 하나의 기관이었던 피부와 뇌는 즉시 교감하기 시작한다. 그리고 아기의 상태를 분석한다. 지금 아기의 상태는 수분 2% 부족, 단백질 12% 필요, 당분 20% 필요, 지방질 5% 필요... 분석이 끝나면 엄마의 뇌에서는 각종 호르몬을 분비하고 대사과정을 조절하여 아기의 상태에 꼭 맞춘 모유를 만든다. 그로부터 3시간 후에는 그때의 아기 상태에 맞춘 전혀 다른 조성의 모유가 생성된다. 분유와는 달라도 너무 다른 것이다.



최현일 산부인과 전문의. 연세대학교 원주의과대학 교수와 효산의료재단 샘여성병원장을 역임하고 현재 효산의료재단 샘병원 연구원장으로 있다. 캐나다 밴쿠버 기독교세계관대학원을 졸업하였고, University of Washington 의과대학에서 Research Ethics 를 공부하였다. 기독교세계관학술동역회 부실행위위원장을 지냈다.

우리의 존재가 시작될 때부터 하나님이 우리 몸에 심어 놓으신 섭리의 여정을 따라가는 칼럼 일곱 번째입니다.

칼럼의 제목은 “God Cures, We Care”에서 가져왔습니다.

성육신하신 주님도 우리와 똑같이 하나의 세포에서 배아와 태아를 거쳐 성인이 되셨습니다. 그 예수님이 설계하시고 운행하시는 우리 몸의 지도를 따라 이곳 저곳을 다니며 숨겨진 섭리를 발견하는 여정을 시작합니다. 도움과 지도를 부탁드립니다.



#2 이제 나는 아기의 몸속으로 여행을 떠나보려 한다.
아기가 나를 빨아들이는 순간 나는 놀이동산의 롤러코스터처럼 순식간에 입 속에서 인후를 지나 식도로 들어간다. 식도는 표면이 매끄럽고 세포들이 많이 겹쳐져 있는 튼튼한 구조로 되어 있다. 뜨거운 음식이 들어와도 입안에는 물집이 생길 수 있지만, 식도는 견뎌낸다. 식도의 끝을 지나자 갑자기 시야가 넓어진다. 위장 속으로 들어왔다.

나는 앞으로 평생 이 아이가 먹는 것들을 소화해 낼 위장의 표면을 물끄러미 바라본다. 모유인 나는 부드럽게 위장 세포들 사이로 들어갈 수 있었다. 아직 생겨난지 얼마 되지 않아서 위장 표면은 깨끗하다. 위장의 세포들을 보호하기 위해 젤리같이 부드러운 점액 성분이 덮여 있다. 나 같은 음식물이 들어오면 어디선가 위산 성분이 나타나 모든 음식물을 산산 조각낸다. 피부에 닿으면 상처가 생길 정도의 강력한 위산이지만 점액 성분이 우리의 위장을 안전하게 보호해 준다.

#3 여기는 위장 속이다. 모유를 먹던 아기가 커서 어른이 되었다. 어른이 되면서 위장은 점점 지쳐간다. 예전에 모유를 먹던 때는 기억도 나지 않는다. 돌을 씹어 먹어도 소화시킨다는 터무니없는 소리를 믿으며 아무거나 먹어대던 시절도 있었지만, 이제는 절제하지 못하고 먹어치운 음식들이 위장에 흔적을 남긴다. 좀 규칙적으로 먹으면 좋으련만 인간들이 시도 때도 없이 먹어대는 바람에 실 틈이 없다. 위장 근육들이 계속 움직여서 음식을 소화시키려면 미토콘드리아에서 에너지를 만들고, 피를 끌어와서 근육과 세포들에 영양분을 공급해야 한다. 또 각종 효소들을 생산해야 하니 지치고 힘들다.

게다가 위장은 생각보다 예민하다. 걱정이나 고민, 화나는 일이 있으면 어김없이 영향을 받는다. 평소보다 위산 분비가 많아지고, 흡수 능력은 떨어지며, 피 순환이 적어진다. 그

래서 위장을 ‘제2의 뇌’라고 부른다. 사실 의학적으로도 그러하다. 태아 발생기의 동일한 신경 조직이 각각 뇌와 소화기관의 신경세포로 발달하였으며, 이 둘은 10번 뇌신경인 미주신경에 의해 서로 연결되어 있다. 따라서 뇌와 위장은 떨어져 있지만 서로 연결되어 있어 영향을 주고받는다.

#4 이제 중년의 위장이 되었다. 지난 40-50년 동안 먹으며 살다 보니 피부에 주름이 지고 검버섯이 생기듯이 위장에도 세월의 그림자가 보인다. 역류성식도염은 기본이고, 표재성위염, 위축성위염, 미란성위염 등 각종 흔적들이 나타난다. 인생에서 가장 힘들었던 시기에는 모르는 사이 위궤양까지 있었다고 한다.

뇌와 위장은 연결되어 있다는데, 왜 우리는 늘 한 방향으로만 영향을 받고 살았을까? 스트레스를 받으면 정서적으로 영향을 받고 심리적으로 약해지면서 속도 불편하고 어지러운 느낌이 든다. 가끔은 메스꺼움도 느끼면서 이게 무슨 큰 병이 아닐까 한층 더 긴장하고... 왜 늘 같은 원동력을 돌고 있는 걸까?

#5 속 편하게 살고 싶다. 기존과는 다른 원동력을 돌고 싶다. 이전과는 다른 뇌와 위장의 연결 구도를 갖고 싶다. 그러기 위해서는 필연적으로 ‘포기’라는 다른 궤도에 올라 봐야 하는가 보다. 아픔을 경험한 후 수동적으로 포기하는 아픔이 아니라, 주도적으로 포기하여 빈 공간을 마련하고 그 안에 진정으로 담고 싶은 것을 담아가는 것이 속이 편해지는 길 중 하나인 것 같다. ‘주도적인 포기’ 아니 한 걸음 더 나아가 ‘내려놓음의 은혜 체험’은 뇌와 위장의 연결 구도에 다른 상황을 만들어낸다. 역설적이지만 건강에 대한 염려를 아예 목숨을 맡기는 심정으로 내려놓는다면, 오히려 생겨난 담대함이 뇌의 생리적인 기전을 변화시키고 결과적으로 우리 몸을 변화시키는 새로운 궤도에 들어서게 만들 것이다.

#6 기억나지 않지만 모유의 정서를 상상해 본다. 모유는 지금의 내 상황에 꼭 맞는 성분으로 구성된 개인 맞춤형 메뉴이다. 오늘날과 같이 속 편할 날 없는 때에 내 속에 딱 맞는 모유는 그동안의 모든 상처들을 회복시켜 줄 것 같다. 모유를 먹이면서 나를 바라보던 어머니의 모습은 기억나지 않지만, 내 육신의 최초의 만나였던 모유의 감성으로 돌아가고 싶다. 그리고 속 편하게 살고 싶다. 

