

From : Kimbyung

Date : December 01, 2010

Subject : FW : 인생의 마지막 순간에 아쉬워하는 일들

♣인생의 마지막 순간에 아쉬워하는 일들♣

오츠 슈이츠 저서에서

1000 명이 넘는 죽음을 앞둔 그들이 죽기 전,
마지막 순간에 아쉬워하는 일들을 책으로
정리한 것을 옮겨본다.

◆자신의 몸을 소중히 하지 않았던 것 죽음을 앞둔 환자들의 한결같은 마음이다.

평소 자신의 몸을 좀 더 소중히 여겼으면

지금 내가 아프지 않았을 텐데...’라고
생각하는 사람들이 많다

오츠씨는 병에 걸리기 전에 검사 등에

돈을 쓰는 편이 현명 하다고 설명했다.

◆유산을 어떻게 할까 결정하지 않았던 것

오츠씨는 상당수의 말기 암 환자가

병원 침대에 누워 유산 상속 문제로 골머리를 앓는다고 했다.
또 환자가 죽고 나서 재산 문제로 가족 관계가
나빠지는 경우도 많이 접했다.

◆꿈을 실현할 수 없었던 것

많은 환자들은 꿈을 실현하기 위해 전력을
다하지 않았던 것을 후회했다.
연주자를 꿈꾼 한 말기 암 환자는 병동에서 불철주야 연습해 처음이자
마지막인 연주회를 열었다.
오츠씨는 “그녀의 최후는 아주 편안해 보였다”고 회고했다..

◆맛있는 것을 먹지 않았던 것

죽음을 앞둔 환자들은 식욕이 떨어지거나 최악의 경우 미각이 없어진다고 한다.
어느 말기 암 환자는 유명한 스시 집에 가서 마지막 만찬을 먹었지만
맛을 전혀 느끼지 못했다.
오츠씨는 건강을 잃기 전에 맛있는 것을 많이 먹어두라고 조언했다.

◆마음에 남는 연애를 하지 않았던 것

마음에 남는
연애는 죽음을 앞둔 사람에게 큰 버팀목으로 작용한다.
기억에 남는 연애를 했던 환자들의 얼굴은 상당히 온화했다고
오츠씨는 덧붙였다.

◆결혼을 하지 않았던 것

독신인 채 일생을 끝내는 환자들은
반려자를 만나지 못한 것에 대해 크게 후회한다.

◆아이를 낳아 기르지 않았던 것

곳곳이 투병 생활을 하던 한 80대 노파는
손자가 휠체어를 밀어주는 다른 환자의 모습을 보고
“선생님, 저도 아이를 하나 낳을 걸 그랬어요”라고 불쑥 중얼거렸다고
오츠씨는 전했다

◆악행에 손 댄 일나쁜 일을 저질러 병을 얻었다고

생각하는 사람들이 의외로 많다.
이들은 밤새 악몽에 시달리며 남은 생을 힘들게 보낸다.

◆감정에 좌지우지 돼 일생을 보내 버린 것

죽음이라는 큰 산 앞에 놓이게 되면
지금껏 해왔던 고민 등은 아주사소한 일이 돼버린다.
때문에 많은 환자들이 감정적인 문제로
수 없이 말다툼을 했다는 사실을 후회한다.

◆자신을 제일이라고 믿고 살아 온 것

회사 경영자 등 사회적 지위에 오른 사람들이 갖는 후회 중 하나다
주위 의견을 전혀 듣지 않고 유아독존적 삶을 살아온 사람들은
자신의 힘으로 어쩔 수 없는 ‘죽음’ 앞에 놓여
과거 오만했던 일들을 후회한다.

◆생애 마지막에 의지를 보이지 않았던 것 영화나 드라마에서 처럼 죽기 직전

“지금까지 고마웠다”고 말할 수 있는 경우는 드물다.
대부분의 환자들이 의식을 잃거나 말할 틈도 없이 눈을 감는다.
건강했을때 가족이나 친구들에게 하고싶은 말을 해두는 것이
현명하다

◆그밖에 후회하는 것들은 다음과 같다.

사랑하는 사람에게 ‘고마워요’라고 말하지 않았던 것

가고 싶은 장소를
여행하지 않았던 것

고향에 찾아가지 않았던 것

취미에 시간을 할애하지 않았던 것

만나고 싶은 사람을 만나지 않았던 것

하고 싶은 것을 하지 않았던 것

사람에게 불친절하게 대했던 것

아이를 결혼시키지 않았던 것

죽음을 불행하다고 생각한 것

남겨진 시간을 소중히 보내지 않았던 것

자신이 산 증거를 남기지 않았던 것

자신의 장례식을 준비하지 않았던 것 .