

2025 대한민국 헌혈공모전(수기)

제목 내 마음 속 고운 등불, 임 향한 꽃물(헌혈) 이어라

“첫 헌혈이 언제였는지 기억엔 없어도...”

“그때가 언제였지?” 내 인생 첫 헌혈이 언제였는지 도무지 기억나지 않는다. 아무리 떠올리려 해도 떠오르지 않는다. 고등학교 시절이었는지, 아니면 최전방 군부대에 서였는지 선명치가 않다. 하지만 명쾌한 기억의 하나는 헌혈 후지급 받아 한입 덩씩 베어 물면, 입안에서 사르르 달콤 달달하게 녹아들던 초코파이의 향과 맛이니, 술한 세월이 흘러간 오늘에도 결코 잊을 수 없는 꿀맛 자체였다.

그래서일까, 지금도 헌혈의 집에서 채혈이 끝난 뒤 10분간 휴식을 취하며 입안에 넣는 초코파이의 맛은 비록 그 시절에 비할 바는 아니라 할지라도 우리들 중장년세 대에게는 결코 잊을 수 없는 아름다운 추억의 한 장으로 길이 담기지 않을까 한다.

그날도 나는 천호동 8층 L/V 단추를 눌렀다

벚꽃이 무르익은 2025년 4월 둘째 주 화요일 오후, 서울 강동구 암사동 집에서 천호동 해공도서관으로 향하는 길 양쪽 도로변은 흐드러지게 피어난 벚꽃이 만개해 무르익어가는 봄날의 한순간을 화려하게 수놓고 있었다. 도서관에 들어서 가방을 벗어 놓기 바쁘게 다시 빠져나와 애마(자전거, 세븐-11호)에 올랐다. 일단은 도서관이 목적지가 아니었다. 천호역 인근으로 콧노래를 흥얼거리며 페달에 힘을 주기 시작했다.

이유는 하나, 바로 ‘헌혈의 집’ 으로 가기 위해서다. 올해 들어 두번째 헌혈하는 날이다. 평소에도 낙천적이고 긍정의 아이콘이라는 얘기를 자주 듣지만 특히 오늘같이 헌혈의 집으로 가는 날이면 늘 그렇듯이 약간의 흥분과 긴장이 수반되면서도 한편으로 기분은 업(Up) 되고, 동시다발로 이어지는 설렘은 대부분 헌혈에 나서는 이들의 공통된 마음이 아닐까 생각도 든다.



그래서 성공적으로 헌혈을 마치고 돌아오면 아내에게 ‘오늘의 가장 잘한 일, 착한

일' 을 한 대가로 헌혈증서며 기념품, 선물용 과자 등을 내놓으며 표나지 않게(ㅎㅎ) 자랑 아닌 자랑(?), 헌혈 미담을 늘어 놓느라 한동안 거실이 떠들썩해진다. 그리고 나면 득달같이 탁상용 달력을 꺼내어 붉은색 볼펜으로 다음 헌혈 기일을 명료하게 체크하고, 일기장을 펼쳐 오늘의 기분 좋은 순간들을 하나하나 떠올리며, 필자만의 보람과 감사의 느낌을 깨알같이 적기 시작한다.

가장 긴장되는 순간, “혈색소 수치도 매우 좋습니다”

이날도 그랬다. 대기표를 뽑아 들기 바쁘게 곧장 문진표를 꼼꼼하게 확인하며 오늘의 건강상태를 체크한다. 왜냐하면, 나의 마음은 오늘 이곳에서 꼭 헌혈을 하고 싶은 게 소망이고, 당연한 목표지만 혹여 나 한 사람의 실수나 바르지 못한 행동이 있음으로 인하여 해선 안 될 헌혈이 되었을 경우 자칫 수혈을 받은 다른 사람에게 위해(危害)가 되게 해서는 안 된다는 마음이 더 커짐에서다.

호출 번호에 따라 문을 열고 들어서자 2개월 전에도 만났던 선생님께서 “안녕하셨습니다. 어서 오세요. 혈압 체크하겠습니다.” “네 좋으시고요, 어제 편안히 충분히 수면은 취하셨어요? 식사는 하셨고요?” 상냥하게 맞아주며 인사를 건네는 간호사 선생님. 그 환한 미소만큼이나 설핏 드러나는 긴장된 마음을 풀어주기에 부족함이 없다.

“왼쪽 손가락 내밀어 주시겠어요?” 아, 그랬다. 이때가 제일 긴장된 순간이다. 매번 그랬다. 순서를 기다릴 때도, 혈압을 체크 할 때도, 주사바늘을 팔에 꽂을 때도 이때 처럼 긴장될 때가 없다. “네, 수치가 굉장히 좋으시네요. 나가셔서 두 컵 이상 물을 충분히 드시고, 앉아 계시면 우리 선생님이 불러 주실거예요. 조금만 기다려 주세요.” 내 마음이 환하게 밝아진다. 그러면 이제부터 여유로움에 자신감 뽐뽐 충전이다. 왜냐하면, 나의 피가 어느 누군가, 꼭 필요로 하는 분에게 잘 쓰여 질 수 있다는 자긍심으로 충만해져서다.

한데 그렇지 않은 경우가 몇 번 있었다. 다행스럽게도 최근엔 그런 예가 없었지만 근 3, 4년 전만 해도 왕왕 그런 현상이 있었다. 조바심을 치며 몇 개월을 기다렸다 다시 나가 확인해도 거꾸 수치가 기준 이하로 떨어져 발걸음을 돌린 경우가 있었으니, 당시 선생님의 말씀처럼 대체로 식습관, 계절과 도 무관하지 않았던 것도 같다.

그로 인해 그렇게 뒤돌아설 때면 무안함에 속상함도 속상함이려니와 “이젠 헌혈하지 말라는 얘기인가?” 하는 상실감에 자조적 생각을 가진 적도 있었음에서다. 하지만 다시 우뚝 섰다.

자랑스런 남편, 아빠로 더 새겨진 헌혈

내가 서울에서 첫 헌혈에 나서게 된 건 20여년의 군 생활을 마치고, 온 가족이 서

울로 이사 온 2002년 이듬해로부터 시작한 것으로 기억된다. 당시 직장이 잠실역 주변의, 그 때로선 인근에서 가장 높은 건물이었는데, 지금이야 잠실역사 내에 아담한 헌혈의 집이 자리잡고 있지만 그 시절엔 없었다. 하여 가뭄에 콩나듯 회사로 이동 헌혈팀이 와서 헌혈을 하곤 했다.



그러던 어느 날 출장에서 돌아와 회사로 향하는데, 주변 장미아파트 근처에 헌혈 차량이 주차돼 있는 것이다. 어떤 망설임도 없이 안으로 들어섰다. 상냥하게 “헌혈하러 오셨느냐” 는 물음에 “네” 하는 답변으로 시작된 헌혈이 2025년 지금에 이르고 있다. 당시 잠실에서 헌혈은 임시로 헌혈차가 1주에 한 번인가 요일을 정해놓고 오기에 직장인 개인적으로 그리 쉽게 할 처지는 아니었다. 그럼에도 헌혈 차가 헌혈의 집으로 바뀔 때까지 오랜 기간 발걸음이 이어진 추억 속 잠실에서 헌혈은 ‘내일생 100회를 목표로 한다’ 하며 시작되었고, 지난해부터는 잠실보다 집에서 가까운 천호동으로 연결되고 있다.

하지만 100회로 설정했던 목표에 아직은 턱없이 부족하다. 그 기간 동안 대형수술 등 건강과 신체적 정신적 이런저런 사유로 정체된 기간도 많아 강산이 두 번 하고도 절반이 더 지나간 오늘까지 헌혈대에 누운 건 4월 현재 59회에 불과하다. 그래서 간혹 언론에 오르내리는 ‘헌혈명장’ 이라 할 수 있는 100회를 넘은 분들이나 200회를 넘는 분의 소식을 접하면 절로 머리가 조아려지며 진정한 인간승리이자 존경의 대상으로 감사의 마음 크지 않을 수 없다.

거기에 비하면 필자가 행한 59회는 풋내기에 다름 아닌 ‘초년생’ 인 것만 같아 감히 드러내놓고 “저 이렇게 헌혈하고 있습니다” 하고 언급할 수도 없을 미미한 숫자에 불과할 따름이다.

헌데도 우리 집에서는 그렇게 생각지 않는다. 말 그대로 헌혈에 열렬한 사랑꾼, 청춘 헌혈 아빠로 불린다. 젊은 시절에는 대놓고 얘기하지도 않았지만 ‘대수롭지 않다(?)’ 는 식으로 무심히 지켜보던 아내나 아이들이, 지금은 헌혈 은장을 받고, 금장을 받으며, 시일이 흘러 나이 들어가면서도 멈추지 않고, 오히려 더 열정적으로 다음 할 때를 기다리고 있는 필자를 보면서 ‘엄지척’ 에 열렬한 지지자, 응원군이 된 지

오래다. 그래서 헌혈 후에 이어진 영상통화는 단연 아빠의 그 날 활동이 탑(Top) 이슈가 돼 있기 마련이다.

나는 왜 헌혈을 하는가?

지난 4월 9일 경기도 용인에 있는 군부대를 찾아 많은 장병과 대화를 나눌 기회가 있었다. 이때 헌혈 관련 얘기가 나와 “제가 여러분 나이대와 비슷한 시절, 산 정상 유격장에서 유격을 받던 4일째 되던 날이었습니다. 교관님의 호통과 기함(이 또한 훈련의 일종) 속에 오리걸음으로 훈련장까지 오르는데, 어제까지만 해도 지칠 대로 지쳐 파김치가 돼 있던 제 몸이 마치 그 당시 유명했던 영화 <헐크>에서의 주역 헐크가 된 것처럼 온몸에 에너지가 흘러넘쳐 유격 훈련복이 갈기갈기 찢어지고, 제 몸이 완전 근육 덩이로 부풀어 오르는 환상, 그런 느낌을 받은 적 있습니다. 그것은 무한대의 힘이었고 ‘할 수 있다’는 자신감이며 용기였습니다.” 하는 말과 함께 “지금도 많이는 하지 못했지만 헌혈을 하고 있습니다. 그것은 제 몸에 피가 남아돌아서 하는 것이 아닙니다. 어쩌면 자신도 모르게 행해지는 타인에 대한 사랑이자 봉사, 배려의 마음이며, 저 자신에 대해서는 자신감과 용기, 감사의 한 표현이 아닐까 생각도 하게 됩니다. 그래서 저는 앞으로 언제까지 이 헌혈대열에 동참케 될지는 알 수 없지만 받아만 준다면 제 생(生)이 다하는 날까지 그와 함께하고 싶습니다.” 했더니 장병들이 우레와 같은 박수를 보내기도 했다.

뿐만 아니다. 그래서인지 지금도 헌혈 뒤엔 몸 저 깊은 곳으로부터 더 큰 힘이 솟고, 찌뿌둥하던 신체 곳곳에 활력이 돌며 웬지 모르게 내 몸이 펴어나 가벼워진 듯한 경쾌한 느낌을 받곤 하니 이 또한 헌혈자만이 느끼고 간직할 수 있는 뿌듯함의 소산이 아닐까 싶기도 하다.



거기에 헌혈 관련 얘기가 나올 때면 꼭 이 말을 덧붙인다. “헌혈은 건강한 몸과 마음을 지닌 사람이면 누구라도 돈을 들이지 않고 행할 수 있는 값진 선행이요, 나와 다른 사람을 위한 가치 있는 운동이자 가장 쉽게 할 수 있는 애국입니다.” 이 얼마나 가치 있고 큰 보람인가!

이제는 아스라이 잊혀져 가는 그리움이기도 하지만 헌혈하는 날이 가까이 다가오면 어린 시절 섬마을 외갓집에 갈 때마다 당시 외할머니께서 외사촌 형제들이 잠이 들 때를 기다렸다가 시렁(선반) 한 귀퉁이 농작에 꼭꼭 숨겨둔 말린 낙지며 운저리, 명태(바다고기)등을 가져와 필자만 몰래 먹게 하던 외할머니의 그 따사로운 손길처럼 그 시절 그때가 생각나 추억 속 그리움과 더불어 그렇게 정겹고 설렘으로 기분이 들뜨곤 하기도 한다.

“할아버지, 하부지 헌혈 햄버거 고맙습니다. 잘 먹을게요!”

지난해 연말 무렵이었다. 매년 헌혈하고 받은 기념 쿠폰을 아내에게 주곤 했는데, 어느 날 아내가 쿠폰을 가지고 나오더니 그러는 거다. “이 햄버거 쿠폰 4장 모두 은지(큰딸)한테 주어야 겠어요. 세영이랑 하준이가 할아버지 선물이라고 하면 아주 좋아 하겠는데.” 하며 아내가 더 신나 하는 것 같았다. 그렇게 해서 사진을 찍어 보내준 바 있었는데, 어느 날 저녁에 영상전화가 왔다. 햄버거 가게에 자리를 자리를 잡고 있었다. 먹음직스러운 햄버거와 감자튀김 등을 앞에 두고 전화가 이어졌다.

먼저 초등학교 2학년인 큰 손녀가 “할아버지, 할아버지가 헌혈하고 받은 쿠폰으로 우리 식구 다 지금 햄버거 먹으러 왔다. 할아버지 이 햄버거 보여? 보이지.” 하며 장면을 보여주는 것이다. 그러면서 “할아버지 잘 먹을게요, 그런데 헌혈하면 아프지 않아?” 하기에 “하나도 아프지 않다” 고 했더니, 안심한 표정으로 “할아버지 저도 이 다음에 크면 할아버지처럼 헌혈해서 아픈 사람도 도와주고, 할아버지 할머니한테 햄버거 사주께.” 한다. 말만 들어도 배부르다. 어린이집에 다니는 막내도 질세라 목을 길게 디밀고 더듬거리는 어투로 “하부지 잠무깨요(잘 먹을게요)” 한다. 하하하.

딸·사위에서 손주들까지 기념품으로 받은 햄버거 세트를 앞에 두고 헌혈이 주제가 된 대화를 나누고, 잘 먹겠다고 하는 말을 들으면서 마치 큰 선물이라도 전해준 것 같은 마음에 뿌듯함이 든 것도 사실이었다. 그래서 이번에도 헌혈하고 난뒤 ‘이번에는 작은애한테 선물해 주어야겠다’ 생각하며 기념품을 고르며 간호사분께 얘기했더니, ‘아뿔싸’ 이제는 햄버거 쿠폰이 나오지 않는다고 한다.

아쉬운 마음이야 들지만 그럼에도 불구하고 한때만이라도 우리 아이들에게 할아버지표 헌혈햄버거를 선물할 수 있었다는 점, 손주들에게 이웃의 필요한 사람을 위해 헌혈의 의미를 조금이나마 생각할 수 있게 했다는 데서 감사하지 않을 수 없었다.

말이 나온김에 자랑(?) 한번 더하고자 한다. 헌혈 후에 받은 기념품 얘기다. 그동안 기념품을 많이 받았다. 초코파이에서 과자며 음료수, 영화표에서 목욕 및 손톱깎이 세트, 남성용 화장품, 햄버거, 커피, 편의점 쿠폰, 기타 등. 돌아보건대 기념품도 세월따라 그 폭이 바뀌는 것 같다. 하여 내가 받은 기념품들은 딸네를 포함해 친구, 지

인들에게 고루 주어진다. 지난해 연말 아내는 영화표를 들고 혼자 개봉된 지 얼마 안 된 ‘하얼빈’을 보고 와 “당신 덕에 재미있는 영화를 보고 왔네, 다음에도 부탁해.” 하며 함박 웃음을 지었다. 이 또한 헌혈이 준 묘약이지 않겠는가!

“친구야 고맙다... 덕분에 정말 잘 사용했데이”

3년 전 일이다. 집에서 가까운 경기도 하남에 거주하는 절친 ○○○으로부터 전화가 왔다. “○○야, 너 헌혈증서 모아 둔 것 있지? 그거 몇 장 나에게 줄 수 있겠냐?. 내가 조금 필요해서 그래.” 하는 것이다. 갑작스런 헌혈증서 얘기에, 무슨 큰일이 있나? 하며 걱정스레 물었더니, 멀리 지방에 홀로 거주하고 계시는 장모님께서 신장 관련 수술을 하게 될 것 같다는 얘기와 헌혈증서가 있으면 요긴하게 사용할 수 있다는 말이었다.

다음날 15매를 들고 찾아갔다. 친구의 손에 전해주며, “장모님께서 연로하신데, 수술이 잘 되기를 바란다” 며 힘을 북돋웠다. 거꾸 고맙다고 얘기하는 친구를 뒤로 돌아오면서 “야, 이거 헌혈증서가 이럴 때 이토록 요긴하게 사용하게 되는 수도 있구나.” 하며 그동안 헌혈에 나섰던 나 스스로가 대견해지는 기분이었다.

그런데 친구 장모님은 그 직후 다행스럽게도 몸상태가 좋아 지셔서 현재까지 수술을 하지 않고 계신다. 그리고 까마득히 잊고 있었는데 한참 뒤 친구와 얘기를 나누던 중 그 친구가 아는 지인이 헌혈증서가 꼭 필요했다고 한다. 하여 장모님을 위해 간직하고 있던 증서를 두말없이 그분에게 드렸고, 크게 감사 인사를 받았다는 것이다. “○○야, 네가 준 헌혈증 덕분에 장모님께서 지금까지는 수술(수혈)을 안하셔도 되고, 또 네 덕분에 내가 다른 사람에게 덕(德)을 베풀 수 있었다. 고맙데이.” 하고 말해 호탕하게 웃어 넘긴 적이 있다.

그랬다. 그때까지 나에게 있어 헌혈 후 받은 증서는 어떤 하나의 표식에 지나지 않았다. 그냥 의례적으로 받은 기념품의 한 일종으로 서랍장을 채우는 장식에 지나지 않았는데, 그게 아니었던 게다. 나에게겐 지금 당장 사용되지 않는 물건이지만 누군가 필요한 사람이거나, 위급한 이에게는 희망의 샘물이며, 생명으로 이어지는 감로주 같은 존재로 작용할 수도 있으니, 내가 행한 평소의 헌혈이 얼마나 소중한 일로 승화될 수 있는 것인가를 새삼 확인할 수 있었던 것이다.

“이 선생, 나도 이제 헌혈 전도사 다 됐어요”

한때는 직장에서 글쓰기와 블로그 활동도 왕성하게 했다. 특히 회사 내 인터넷 신문기자 - 편집장으로 재임 시엔 헌혈 관련 글도 자주 쓰면서, 글을 사이트(konas.net)에 기고하는데도 열정적이었다.

그 시기엔 지금처럼 청년들의 의사나 성향이 개인주의에 크게 경도되지 않은 때였는지 현철의 집에서도 자연스럽게 대화가 오갔고, 그 대화 내용과 분위기, 현철의 중요성과 필요성 등을 잘 엮어서 에세이 형식의 글을 쓰곤 했다. 그렇게 작성한 글을 회사 홈페이지, 인터넷 신문 사이트에도 올리고 나 개인 블로그에도 차곡차곡 올렸다.

이유는 명확했다. 이 글이 어찌 읽혀질지 모르고, 찻잔 속 미미한 역할에 불과할 수도 있겠지만 그럼에도 이 글을 통해 누군가에게 ‘현철이 좋은 것이구나’ 라거나 ‘나도 현철을 해야겠다’ 하는 의식을 조금이라도 갖게 할 수 있다면, 하는 바람이 컸기 때문이다. 그러면서 부족하고 작지만 친구, 선후배, 동창회 모임, 회식 자리에서 필자의 경험 소회를 자주 알렸다. 현철을 통해 느껴지는 자신감, 자긍심, 좋은 점을 알리는데 주저하지 않았다. 현철 그 자체가 마냥 좋았기에서다.

그러던 지난 2021년 국립서울현충원에서 중·장년들이 참여하는 ‘현충원보람이’ 활동을 하면서 알게된 전직 공무원 000선배와 대화를 나누다 필자의 경험을 소개한 바 있다. 그로부터 한참이 지난 어느 날, 우리들의 단톡(단체톡방)에 한 장의 사진이 올라왔다. 000선배가 올린 현철증서 사진이었다. 얼마 전에도 그가 올린 현철증서 사진에는 20회를 육박하고 있었다.

그러면서 “이 선생, 이 선생님 덕분에 이제 내가 현철 전도사가 다 됐어요. 나도 우리 친구 등 주변 사람들에게 현철의 좋은 점을 알리고 있습니다.” 하며 예의 사람 좋은 할아버지 미소를 보내고 있었다.

그날 나는 최고(?)의 ‘훈장’ 을 받았다

국가에서는 나라 위해 큰일 하신 분들에게 그 공적을 기려 포상을 한다. 훈·포장이다. 무궁화대훈장을 최상위에 두고 각 분야별로 여러 종류의 훈장이 있다. 전쟁터에 나가 무공을 세운 군인에게는 무공훈장이 수여되듯이, 대한적십자사에서 현철자에게 횡수에 따라 ‘은장-금장-명예장-명예대장’ 등 현철유공장을 수여하고 있다.

필자는 군 관련 직장에서 정년퇴직하던 해, 분에 넘치게도 회사가 주는 가장 큰 상인 ‘대회장’ 을 받기도 했다. 그런데 그때는 무덤덤했다. 하지만 봄 햇살이 대지를 따사롭게 뒤덮던 2022년 4월 어느 날인가? 대한적십자로부터 커다란 훈장, ‘현철유공장’ 과 ‘유공패’ 를 받았을 때는 달랐다. 아무렇지 않은 게 아니었다.

코로나 시기였지만 감사의 의미를 담아 정성스럽게 전해준 유공장·패와 함께 사진까지도 예쁘게 촬영해 주었으니, 환갑이 지난 즈른 나이임에도 가슴은 마냥 부풀고, 그냥 지나칠 수 없었다. 시집간 딸과 사위들에게 곧장 자랑스런 사진을 전송했고, 아

이들과 손주들로부터 축하 전화를 받음은 당상이었다. 거기에 아내의 축하 이벤트가 빠질 수 없음은 당연이었고.....ㅎ

‘칭찬은 고래도 춤추게 한다’ 는 말이 있지 않은가? 누군가에게 주어지는 상은 칭찬받아 마땅한 사람에게 주어지는 일종의 보상이기도 하지만 그와 함께 보다 더 큰 동기부여를 위한 또 다른 시그널이 되지 않을까 싶다. 그래서 부족하지만 필자를 포함해 헌혈자 거개가 자신이 받은 유공패에 대한 가치의 의미를 높이기 위해 더 큰 사명과 책임의식으로 헌혈에 임하게 되는 건 아닐런지.



나의 헌혈 여정, 그 종점은? 그래서 운동으로 더 다져!

지금이야 “헌혈하고 왔수다.” 하고 그냥 동네 아주머니에게 하듯 지나가는 말투로 하고 말면, 아내도 마찬가지로 ‘그러려니’ 하는 것 같지만, 그도 아닌 것처럼 보이는 것은 또 다른 변화이기도 하다. 내가 매고 온 가방에서 꺼내는 헌혈증서며 음료수, 쿠폰 등 기념품이 보이면 의외로 관심을 보인다. 하지만 아내는 한때 나의 건강상태와 관련해 염려한 바가 많았다.

언젠가 그날도 헌혈을 마치고 집안으로 들어서자 주방에 있던 아내가 대뜸 “(헌혈) 잘했어? 괜찮아? 어지럽거나 힘이 빠지고 탈수 현상 같은 것도 없고?” 하길래, 웃으면서 “무슨? 오히려 더 싱싱해진 것 같지 않아?” 하고 너스레를 떨자 “본인이 좋아서 하니 어떻게 말릴 수도 없지만, 이제는 나이 생각도 해야지.?” 한다. “나이, 왜? 내 나이가 어때서~~!” 하며 즉석에서 유행가 한 자락을 좌악 뽑아대자 고요하던 집안에 일대 웃음꽃이 한참 일었다.

아무래도 아내 입장에서야 남편의 건강, 나이를 생각해, 헌혈과 어떤 함수관계도 생각하는 것 같다. 하지만 지금 현재 나는 내 건강에 어떤 염려나 우려도 없다. 헌혈하는 사람은 우선 자신의 정신적 신체적으로 건강한 사람이라는 걸 스스로 자인(自認)하고 있다고 믿기 때문이다.

처음 ‘헌혈 100회’ 를 목표로 삼으며 팔을 걷었다. 어떤 거창한 이유를 든 것도 아니었다. 하지만 이제 세월이 흐름에 ‘나이 제한’ 이 있다면, 이 시점에서 과연 목표를 달성할 수 있을까? 하는 조바심이 이는 것도 사실이다. 또 도중에 내 몸에 어떤 이상이 있을지 그도 모를 일이다. 그럼에도 불구하고 나는 100회라는 그 목표를 향해 멈춤 없이 달려가고자 한다. 왜냐하면, 단지 100회라는 숫자에 혹하거나, 어떤 과시(?)가 담겨서도 아니다. 목표완결을 통한 헌혈인으로서의 보람, 거기에 어디선가 필요하고, 간절하게 기다리고 있을 ‘그 누군가를 위해서’ 라는 방점과 가장 큰 뜻이 담겨 있다는 믿음에서다.

꼭 그래서만은 아니지만 나는 운동에도 필사적이다. 오히려 그래서 더욱 건강을 다지고 운동에 적극적이고 열정을 붓는다. 아침 기상과 동시에 하는 40 여분의 각종 스트레칭은 하루 일상의 시작이다. 대충이 없다. 바쁜 일정이 아닌 한 틈날 때마다 팔굽혀펴기로부터 한 발 들고 균형잡기, 벽스쿼트-스쿼트, 플랭크는 기본이다. 그리고 다시 이어지는 28층 아파트 계단 3회 오르내림 운동에 멈춤 없고, 마무리는 한강 나만의 특설무대(고덕산트리전망대)에서 1시간30분여 소리(唱)로 매듭을 짓는다. 혈액순환이 원활하게 이뤄지는 필살기 운동요법이기도 하다. 건강한 몸에서 생성되는 피야말로 약자를 더 강자로 만들게 하는 첩경이지 아닐까 싶기도 하다. 내 몸에서 빠져나간 혈액이 보다 더 선명하고 건강해야 필요로 한 누군가에게 더 맞춤형, 이상적으로 쓰여질 수 있으리라는 마음가짐에서이다.

헌혈은 사회를 밝고 건강케 하는 실천운동

요즘 헌혈의 집에 가면 남녀노소가 따로 없다. 청소년에서 휴가 나온 군인아저씨, 연인과 함께, 친구끼리, 아이의 손을 잡고 온 엄마, 아빠, 중년의 신사, 흰머리 할아버지에 이르기까지 참 다양한 분들이 헌혈에 동참하고 있구나 하는 걸 절로 확인케 되며 그때마다 마음 훈훈해진다.

돌이켜보면 헌혈은 하는 사람만 계속해서 하는 게 아니다. 건강을 유지하는 사람이면 누구라도 가능하다. 단지 ‘잘 알지 못해서’, ‘나는 안 될 거야?’ ‘하는 사람만 하는 거 아니야’, ‘어디에 있는지 몰라서’, ‘처음 가기가 꺼려져서’ 등등으로 못하는 경우도 있을 것이다.

하지만 한번 가보면 되고, 알 수 있다. 헌혈엔 강제가 없지 않는가. 자유의사이며, 자발적이자 자연스러운 건강실천 운동이다. 거기에 헌혈을 통해 자신의 건강 척도를 알게 되는 건 덤으로 얻을 수 있는 이득이기도 하다.

간혹 TV 뉴스 속보나 아파트 방송 등을 통해 긴급히 〇〇형 피를 구한다는 보도나

소식을 접할 때가 있다. 많은 분들이 나서지만 수혈환자들을 위한 충분한 혈액이 구비되는데 한계가 있음을 보여주는 예(豫)일 것이다. 그럴때면 스스로가 당사자, 관계인이 아니면서도 얼마나 마음 조급해지던가? 한두번은 경험해 보았을 줄 안다.

결과적으로 나(우리)가 하는 헌혈은 어떤 과정, 어떤 연유가 되었건 어린 자녀와 손을 꼭잡고 재잘거리며 정겹게 걸어가는 엄마와 아이의 뒷모습처럼 조건반사가 아닌 무조건적 사랑, 이웃사랑의 실천이다. 그래서 헌혈은 감사함으로 장식되는 나의 삶이며, 나와 우리 가족, 내 이웃을 위한 보편적이며, 사회 전체를 위한 밝고 경쾌한 사랑의 실천운동인가 한다. 따사로운 햇살이 대지에 찬란하게 녹아드는 오늘처럼 헌혈대사랑 실천운동에 앞장서고자 하는 작은 소망을 가득 담아 본다. - 끝 -

감사합니다.