지니의 한국 사는 이야기
'나는야 1.5세 아줌마'

처방은 걷기

삶이 형벌처럼 느껴지는 날이 계속되었다. 새벽에 잠에서 깨면 눈물부터 나왔다. 오늘 나의 비극이 꿈이 아니라는 사실에 절규했다. 즐겁고 행복한 순간, 맛있는 음식을 먹고 깔깔 웃음이 터져 나올 때 더욱 괴로웠다. 때때로 찾아오는 불안 초조 증상에 가슴이 답답해져 호흡이 힘들어진다고 털어놓자 심리 상담사는 나에게 "걷기" 를 추천하였다. "햇살 좋을 때 좀 걸으세요."

하지만 한동안 걷지 못했다. 비가 오는 궂은날이 많기도 했지만 코로나19 사회적 거리두기가 강화되며 아이 셋이 모두 유치원, 학교, 학원 등을 가지 못하게 되었던 것이다. 집에 아이들만 두고 혼자 걸으러 나갈 수 없었고 모두 데리고 걸을 용기는 없어서 망설이기만 했다. 어쩌면 그냥 핑계가 필요했을지도 모르겠다. 남편 퇴근 후 저녁 시간이나, 남편이 재택근무하는 오전 등 걷고 싶다면 분명 방법은 있었다.

금쪽같은 나의 아들이 세상을 떠난 지 한 달이 지나서야 걸으러 나가야겠다는 생각이 들었다. 처서가 지나며 더위가 한풀 꺾이기도 했고 남편도 계속 운동을 권유하고 있어서 더 이상 미룰 수가 없었다. 그래서 별 채비도 없이 모자와 마스크만 챙겨 조금 빠른 걸음으로 동네를 걸었다. 이런 저런 생각을 하게 될 줄 알았는데 이상하게도 별 생각이 없었다. 걷다가 왈칵 눈물이라도 쏟으면 어쩌나 걱정했는데 정처 없이 걸으며 오히려 복잡한 머릿속이 단순해졌다. 오로지 걷는데만 집중하고 보이는 것, 들리는 것에만 반응하다 보니 거창한 사색에 잠길 틈이 없었다. 집에 아침 식사를 챙겨줘야 할 아이들이 기다리고 있지만 않았다면 계속 계속 걷고 싶었다.

그러고 보면 어릴 때 나는 잘 걷는 편이었다. 집에 잔치가 있을 때 엄마 손을 잡고 서너 정류장 거리에 재래시장까지 불평도 없이 엄마 걸음에 맞춰 열심히 따라다녔고 친구가 놀자고 하면 귀찮기는커녕 그곳이 어디든 뛰어나갔다. 중2 때 같은 반 친구들과 등산을 갔을 때도 날다람쥐처럼 잘 올라가서 나 스스로 놀라기도 했었다. 하지만 자동차 이동이 너무 당연한 캘리포니아에서 이십여 년을 살면서 걷기와는 자연히 멀어졌다. 걷는 일이 귀찮고 싫어졌고 어느새 걷는 것이 무슨 행사나 특별한 이벤트쯤 되어버렸다.

작년에 건강히 살아보겠다고 한동안 걷기 운동을 계속하다가 겨울이 찾아오고 날씨가 풀릴 무렵 코로나19가 시작되며 여태 걸을 엄두도 내지 않고 있었다. 늘 생각하는 것이지만 걷기 운동은 가장 간단하고 쉬우면서도 참 좋은 운동이다. 두 다리가 성한 사람 누구나 편한 신발만 있으면 다른 운동 기구 필요 없이 바로 시작할 수 있다. 동작이 복잡하지 않고 단순한 데다가 웬만한 사람들은 모두 걷는 방법에 익숙하기 때문에 무리를 할 필요도 없다. 게다가 좋은 날씨와 괜찮은 경치까지 함께 한다면 금상첨화라고 할 수 있다.

혼자 걷는 것도 좋지만 동행이 있어도 좋다. 오늘은 딸이 걷기에 동참했다. 태풍이 지나간 후에 하늘이 어찌나 선명하던지 "저 하늘 좀 보라" 며 둘이서 한참을 감탄했다.
"엄마, 저기 보이는 구름 모양이 새 같아!" 딸이 소리쳤다. 정말 새 한 마리가 파란 하늘 중앙에 턱 하니 보인다. 나는 생각한다. 혹시 하늘에서 우리 아들이 엄마 힘내라며 보내준 파랑새가 아닐까 하고 말이다.

영화 "포레스트 검프" 에서 포레스트가 평생 사랑했던 제니와 이별한 후 아무런 목적도 없이 왜 그렇게 쉬지 않고 뛰었는지 조금은 알 것 같다. 내 마음대로, 내 계획대로 되는 것이 없는 이 세상에서 그나마 걷고 뛰는 것은 아직 내 마음대로 가능하지 않은가! 내 마음대로 속도를 조절하고, 팔을 휘젓고, 방향을 바꾸고 멈추거나 다시 시작할 수 있음에 위로받고 안심한다. 그렇게 걷다 보면 언젠가 앞으로 나아갈 날도 오겠지.

* 한국에서 중학교 1학년을 마치고 미국으로 건너와 26년 동안 생활했던 필자는 2017년 8월부터 다시 한국에서 생활하고 있다. '나는야 1.5세 아줌마' 는 '재미교포1.5세 아줌마' 인 필자가 한국 생활을 하면서 전하는 생생하고 유쾌한 한국 이야기이다. 〈편집자 주〉

REDPOINT REALTY

꿈과 사랑이 싹트는 내 집 마련을 최선을 다해 도와드립니다.
귀하의 집을 30일안에 매매를 성사시키는 전문팀을 갖춘
Listing 에이전트 아이비를 찾아주세요

라미라다 단층집

대지 10,228sf
방4 화3 수영장
이런가격에 이런 집은
다시 보기 힘든 집
보시면 반할 단독 주택
$638,000

*독점*오렌지힐

오렌카운티 시내 전체와 카타리나 섬이
보이는 숨막히는 전망을 가진 집
방5 화3 넓은대지 10,000sf
단지내 최고의 자리에 위치한
집전체 업그레이드 되어 있는 집
보시면 한눈에 반하실
turn key 매물입니다.
$1,198,000

*독점*어바인 타운홈

많은 분들이 선호하시는 노스팍스퀘어
모델 하우스 같은 타운홈
방3 화3
렌탈 투자용으로 너무 좋은
수영장 뷰가 있는
백맨 하이스쿨 도보거리
$805,000

플러튼

풀러튼 새집 분양
방 3개 화 3개 1,578sf
$500,000부터

*독점*라하브라 단층집

대지 11000sf, 방3 화3
+ 넓은 보너스 룸
1,902 + 560sf 넓은 뒷마당
많은 과실 나무(아보카도,오렌지
자몽,석류,무화과,마카다미아 등)
$789,000

어바인 단독

55+ 시니어 단지 모빌홈
방 2개 화 2개 + DEN, 1,440sf
많은 분들이 선호 하는
안전하고 살기좋은 어바인
낮은 land lease
$199,000

뉴포트비치 상가 단독 건물

포텐셜 아주 좋은 뉴포트비치 번화가 위치
9대 까지 파킹할수 있는 단독 주차장
스페이스 넉넉한 마켓에 오래 있지 않을
매물입니다 주위 상권들 아주 활발한
지역입니다. 어서 서두르세요~
***건물 리스도 가능합니다
$2,250,000

부에나팍 SFR 싱글홈

방2 화2 1,232 sqft
완전 리모델링 끝난집
마당 있는 처음 집
구매나 투자용으로도
수익 아주 좋은 싱글홈
$515,000

주택,상가,사업체 투자매물 전문
차별화된 전문가의 서비스가
꼭 필요합니다

Leah Ivy Chang
Realtor
DRE Lic: 02086695

전 미국대학입시 코디네이터
칼리지 카운셀러
Member of NAR, CAR, PWR
LeahchangRealty@gmail.com

※ 새집 분양! 얼바인 및 레이크포레스드 여러지역
새집 매매 경험을 바탕으로 상담부터 투어, 입주하실때까지
자세히 도움 드리고 있습니다.
※ 첫 방문시 저와 함께 가셔야 더욱 많은 혜택을 드릴 수 있으며,
매입 거래시 어떠한 수수료도 지불하지 않습니다.

714.904.1202 / 949.501.8555
Buena Park: 6561 Beach blvd Irvine: 8 Corporate Park #220