

Editorial Comment: 장수의 요인

윤 가 현

전남대학교 심리학과

진시황제가 불로초를 구하기 위하여 노력했다는 이야기 속에는 두 가지 의미가 담겨 있다. 하나는 오래 살고 싶다는 인간의 기본욕구이고, 다른 하나는 어떠한 수단방법을 사용하더라도 누구나 죽음을 맞이한다는 사실이다. 여러 포유동물들의 진화과정을 고찰한 Sacher (1959)는 체중에 대한 뇌 무게의 비율이 수명의 폭(life span)과 상관관계가 있다는 주장을 했다. 인간도 진화과정에서 뇌 무게의 비중이 높아지면서 수명 폭이 늘어났지만, 그 수명 폭은 겨우 115년 전후로 알려져 있다.

생의학의 발달로 인하여 20세기 후반 인간의 평균수명이 빠른 속도로 늘어나면서 초고령자 비율도 높아져 누구나 장수(longevity)에 대한 기대를 하고 있다. 혹자는 이처럼 초고령자 비율이 늘어난 것을 혁명이라고까지 부르기 하는데, 예를 들면, Bronte(1993)는 장수혁명(longevity revolution)이 다른 혁명들에 비하여 너무나 갑작스럽게 나타났다는 표현을 했다.

선진국에서는 초고령자들의 생활양식에 이미 다양한 전공영역의 학자들이 관심을 가지고 있다. 예를 들면, Univeristy of Georgia의 노년학연구소에는 소장인 Dr. Leonard Poon을 비롯한 연구자들이 100세 이상의 장수자들의 삶을 1980년대부터 계속 관찰하면서 그들이 젊은 사람들과 무엇이 다른가를 소개하고 있다 (Poon, 2001).

초고령자 비율이 매우 낮았을 시절 장수의 요인을 찾을 때 장수한다는 분들이 먹는 음식을 비롯하여 신체 건강을 유지하는 특별한

비법들이 있는가를 살피는데 초점이 맞추어졌다. 그러다 보니 조용한 동네에서 평화롭게 또는 은둔하면서 살아가는 그들의 이야기가 마치 장수를 결정하는 가장 주요한 요인으로 부각되기도 했다.

그렇다면 이제 갓 노인이 된 요즈음 사람들이 그런 생활을 할 때 장수할 수 있는가? 아니다. 복잡한 세상에 익숙하다가 갑자기 조용하게 살려고 하다가는 오히려 수명을 단축시켜버릴 수도 있다. 최근에는 인생의 후반기에서도 자신의 삶에 대한 책임감이 강한 사람이 장수한다고 설명한다 (Bronte, 1993). 과거에는 노인이 되면 책임감을 거의 버려버렸지만, 노인에 대한 부정적인 태도를 버리고, 정신·정서·영적인 성장을 격려하고, 또 스스로가 죽음의 그 날까지 사회의 한 구성원으로서 참여하려는 의지를 보이는 자가 장수한다는 뜻이다.

유감스럽게도 대부분의 문화권에서는 정년퇴직제도가 있다. 우리 문화권에서의 정년퇴직은 수명 폭의 거의 절반에 미치지 못하여 이루어지며, 65세부터 노인으로 규정하는 것도 지극히 임의적이다 (윤가현, 1999). 시간이 흐를수록 과거와 달리 교육수준이 높은 사람들이 많아지면서 노인인구(고령자) 비율이 늘어나게 되는데, 그들은 어떻게 살아야 하는가에 더 큰 관심을 보일 것이다. 누구나 수명 폭에 가까워지면서 인간다움 삶을 영위하도록 하려면 정년퇴직제도가 사라져야 하고, 정년과 상관없이 사회참여가 보장될 때 장수도 보장될 것이다.

참 고 문 헌

- 윤가현 (1999). Editorial Comment: 노인의 기준. **한국노년학연구**, 8, 3-4.
- Bronte, L. (1993). **The longevity factor**. New York: Haper Perennial.
- Poon, L. W. (2001). Centenarians. In G. L. Maddox et al. (Ed.), **The encyclopaedia of aging** (3rd ed.). New York: Springer.
- Sacher, G. A. (1959). Relation of lifespan to brain weight and body weight in mammals. *CIBA Foundation Colloquia on Ageing: The Lifespan of Animals*, pp. 115-133.