■ 고사성어 ⑦

由江 權丞世

경북 영주생 검교공파 34세
-약력-
·개인전4회,초대그룹전250회
·대한민국 미술대전 초대작가, 운영위원, 심사위원 역임
·영남미술협회 회장
·유강 서화연구원 원장

낭중지추(囊中之錐) 주머니 속의 송곳이란 뜻으로, 재능이 뛰어난 사람은 숨어 있어도 남의 눈에 드러남의 비유.

전국시대 말엽. 진(秦)나라의 공격을 받은 조(趙)나라 혜문왕(惠文王)은 동생이자 재상인 평원군(平原君:趙勝)을 초(楚)나라에 보내어 구원군을 청하기로 했다. 20명의 수행원이 필요한 평원군은 그의 3000여 식객(食客) 중에서 19명은 쉽게 뽑았으나 나머지 한 사람을 뽑지 못해 고심하고 있었다. 이때 모수(毛遂)라는 식객이 자천(自薦)하고 나섰다.

"대감, 저를 데려가 주십시오."

평원군은 어이없다는 얼굴로 이렇게 물었다.

"그대는 내 집에 온 지 얼마나 되었소?"

"이제 3년이 됩니다."

"재능이 뛰어난 사람은 숨어 있어도 마치 '주머니 속의 송곳[囊中之錐]' 끝이 밖으로 나오듯이 남의 눈에 드러나는 법이오. 그런데 내 집에 온 지 3년이나 되었다는 그대는 이제까지 단 한 번도 이름이 드러난 적이 없지 않소?"

"그건 나리께서 이제까지 저를 단 한 번도 주머니 속에 넣어 주시지 않았기 때문이죠. 하지만 이번에 주머니 속에 넣어 주시기만 한다면 끝뿐 아니라 자루(柄)까지 드러내 보이겠습니다."

이 재치 있는 답변에 만족한 평원군은 모수를 수행원으로 뽑았다. 초나라에 도착한 평원군은 모수가 활약한 덕분에 국빈(國賓)으로 환대받으면서 구원군도 쉽게 얻을 수 있었다고 한다.

기호지세(騎虎之勢) 호랑이를 타고 달리는 기세라는 뜻. 곧 ①중도에서 그만둘 수 없는 형세. ②내친걸음.

남북조(南北朝) 시대 말엽인 581년, 북조 최후의 왕조인 북주(北周)의 선제(宣帝)가 죽자, 재상 양견(楊堅)은 즉시 입궐하여 국사를 총괄했다. 외척이지만 한족(漢族)이었던 그는 일찍이 오랑캐인 선비족(鮮卑族)에게 빼앗긴 이 땅에 한족의 천하를 회복하겠다는 큰 뜻을 품고 때가 오기만을 기다리고 있던 차에 선제가 죽은 것이다.

양견이 궁중에서 모반을 꾀하고 있을 때 이미 양견의 뜻을 알고 있는 아내 독고(獨孤) 부인으로부터 전간(傳簡)이 왔다.

"'호랑이를 타고 달리는 기세이므로 도중에서 내릴 수 없는 일입니다[騎虎之勢 不得下].' 만약 도중에서 내리면 잡혀 먹히고 말 것입니다. 그러니 호랑이와 함께 끝까지 가지 않으면 안 됩니다. 부디 목적을 달성하소서."

이에 용기를 얻은 양견은 선제의 뒤를 이어 즉위한 나이 어린 정제(靜帝)를 폐하고 스스로 제위(帝位)에 올라 문제(文帝)라 일컫고 국호를 수(隋)라고 했다. 그로부터 8년 후인 589년, 문제는 남조(南朝) 최후의 왕조인 진(陳:557~589)나라마저 멸하고 마침내 천하를 통일했다.

■ 우강 권이혁 전 장관 에세이

극락과 지옥

극락(極樂)과 지옥(地獄)은 불교용어이지만 우리들의 일상생활 중에서도 잘 사용되는 말이다. 불교에서 극락은 아미타불이 살고 있다는 정토(淨土)를 말한다. 살아서 염불한 사람이 죽어서 불과(佛果)를 얻는 곳으로, 더 없이 안락하여 즐거움만 있다고 한다. 극락세계, 서방정토(西方淨土), 십만억토(十萬億土), 안락국, 안락세계, 안락정토, 안양정토(安養淨土)라고도 한다. 즉 극락은 아미타여래(阿彌陀如來)가 관음보살(觀音菩薩)이나 세지보살(勢至菩薩) 등 극락세계의 성중(聖衆)과 함께 있는 불국토(佛國土)이다. 이곳은 아미타여래의 영원한 생명과 빛이 충만하고 있고 자비심이 넘쳐 흐르는 최고로 행복한 곳이며, 그야말로 악(惡)이 없는 세계이다.

이와는 반대로 지옥은 온갖 고통으로 가득 찬 세계이며 이승에서 악업을 지은 사람이 죽어서 가는 곳이다. 다시 말해 지옥은 지극히 비정하고, 비길 데 없이 악독하고 도리에 크게 어긋나는 악역무도(惡逆無道)한 세계이다.

그런데 우리들의 생활주변에서는 이지극히 대비적인 극락과 지옥에 관련된 속담이나 속설(俗說)이 여러 가지 있다. 대표적인 속담으로는 "들어보면 극락이고 보면 지옥이다"가 있다. 듣는다는 것은 타인을 통해서 듣는 것이고 본다는 것은 직접 자기 눈으로 보는 것이다. 남을 통해서 이야기를 들을 때는 그럴듯하게 느껴지지만, 직접 자기 눈으로 보니 영 반대라는 뜻이다. 그래서 듣는 것과 보는 것 사이에는 큰 차이가 있는 경우가 많은데 물론 그렇지 않은 경우도 있다.

이런 저런 속담 중에는 "극락과 지옥은 마음 속에 있다.", "지옥과 극락은 눈 앞에 있다"는 등의 말도 있다. 마음가짐에 따라서 이세상이 극락으로 비치기도 하고 지옥으로 비치기도 한다는 뜻이다. 어쨌든 극락이고 지옥이고 살아 있는 우리들로서는 가 본 일이 없는 곳이다. 그 세상이 어떠한 곳인지 체험할 길이 없는 것이다. 그렇지만 우리들 자신의 마음 속이나 생활 속에는 극락도 있고 지옥도 있다는 것이 나의 의견이다.

이 세상에서 사는 동안에 타인의 말을 듣는다는 것은 중요한 일이다. 나는 언제나 경청의 중요성을 강조해 오고 있다. 남의 말을 듣지 않는다는 것은 우리들이 취할 바가 아니다. 자신에게 좋은 말이건 싫은 말이건 들을 필요가 있다. 불교에서는 문법(聞法)이라고 하여 불법(佛法, 부처의 가르침 dharma)을 듣는 것을 중요한 일로 삼고 있다. 견불문법(見佛文法)이라는 말이 있다. 눈으로 대자대비한 부처를 보고, 귀로는 오묘한 교법(敎法)을 듣는다는 뜻이다. 불교에서 뿐만 아니라 우리들은 모든 경우에 진지하게 남의 말을 듣는 습관이 필요하다. 들어서 손해 볼 것은 아무것도 없다. 그런데 이왕이면 진지한 마음으로 듣자는 이야기이다. 물론 듣는 데에는 성실한 자세와 진상을 규명할 만한 능력이 필요하다. 듣는 것 자체가 학문하는 길의 하나라는 것은 우리들이 주지하고 있는 사실이다. 타인에게서 들은 것을 후에 확인하는 습관도 중요하다. 이렇게 하여 자신의 지식과 견식을 넓혀야 한다.

반면, 자신에게 유리한 부분만을 듣고, 마치 자신의 생각과 같이 타인에게 전하는 것은 오해를 더욱 증폭시키는 결과를 초래하여, 도의적으로도 옳지 않다. 증자(曾子)가 말한 "五日三省吾身(나는 자신에 대하여 매일 세 가지 반성을 한다)"중의 하나인 "傳不習乎(배우지 않은 것을 전하지 않았는지)"가 바로 이 점을 잘 말해주고 있다. 즉 자신은 잘 알지도 못하면서 남에게 그럴 듯하게 전하지 않았는가를 반성한다는 것이다.

이러한 종류의 사람이 예상 밖으로 많다는 사실을 우리들은 잘 알고 있다. "듣고 보지도 않는 것이 극락이다"라는 말도 있다. 그러나 듣지도 보지도 않는 종류의 사람들의 삶이 어떠한가를 아는 사람은 다 알고 있다. 어찌 생각하면 극락과 지옥은 종이 한 장의 차이라고 생각되기도 한다. 요는 마음가짐에 달려 있는 것이다.

1956년 일본에서는 재일 조선인·한국인이 북한으로 귀환 운동이 시작되었다. 부흥의 건축소리가 요란한 평양, 고층빌딩이 임립하는 북한이라는 선전이 대단했다. 일본신문들은 신흥 사회주의국가라고 북한을 치켜 올리고 많은 재일교포들이 귀환하도록 권유하는 데에 앞장섰었다.

당시는 한·일간 국교가 정상화되지 않았고, 과거의 식민지 지배청산문제도 해결되어 있지 않은 상황이었다. 이러한 상황에서 북한에 대하여 상대적으로 긍정적인 분위기가 조성되었고, 일본에서는 좌익이나 리버랄 지식인들, 언론인들이 중심이 되어 북한과의 교분이 증폭하였다. 그리하여 북한 비난의 선봉에 섰던 언론들까지도 1959년의 귀환운동에 관하여 호의적이었던 것이다.

일본으로서는 재일동포들의 빈곤, 민족차별, 미래에 대한 절망 등이 이 운동을 추진한 내인(內因)이었다. 북한의 내부사정도 원인을 제공하였다. 제 1차 5개년 계획이 실행 중에 있었으며 노동력 부족이 문제가 되었다. 한편으로는 1956년 소련의 후르시초프가 스탈린을 비판한 후, 조·소관계가 소원하게 되어 소련의 경제원조가 둔화된 것도 귀환운동의 원인이었다는 해석도 있다.

그러나 북송운동이 시작되고 불과 2-3년 만에 북한의 실상이 파악되었다. 귀환자 수가 매년 감소하고 80년대 중간에는 사실상 정지 상태에 이르렀다. 약 2,000명의 일본인 처가 동반했음에도 불구하고 북한귀국자의 소식은 잊혀지고 말았다. 10만명 가까이에 이르는 민족이동은 그 후 납치문제와 더불어 북한을 부정적으로 보는 부정캠페인을 산출시켰다. 일본에서 '들을 때는 극락, 볼 때는 지옥'이라는 속어가 유행된 것도 이때이다.

언젠가 어느 책에서 읽었던 구절이 생각난다. 가톨릭 신자가 신부(神父)에게 물었다. "사후세계는 있는 것입니까?" 신부가 대답하였다. "나는 여러분을 모시고 있는 버스 운전기사인데 목적지도 모르고 운전할 수는 없지요. 사후세계에는 아직 가본 일이 없지만, 있다고 생각하기 때문에 그 쪽을 향해서 운전하고 있는 중입니다."

재미있는 나무 이야기 ②

국화(菊花)

▣ 靑南 權寧漢 (안동전통문화연구회장)

가을에 생각나는 꽃이 무엇이냐고 묻는다면 우리는 누구라도 스스럼없이 국화라고 대답할 것입니다.

우리나라 사람들은 단군의 어머니를 닮아서 그런지 장미나 목련 등 무슨 화려한 꽃 냄새보다도 쑥과 한계통의 냄새를 지닌 이 시골뜨기 국화 냄새를 맡아야만 안심이 되고 마음이 편안해집니다.

그래서 가을이면 국화꽃을 따서 말려 베개 속에 넣고 그 냄새를 잠자리에서도 맡으며 지내왔는데 이것은 당연한 우리의 정서인 것입니다. 국화과에 속하는 다년생초인 국화는 당나라 이전부터 관상용으로 재배해 온 화초로서 사군자 중 하나이며 옛부터 무척 아낌을 받아왔습니다.

재배 역사가 오래된 국화는 그동안 많은 교배종과 품종 개량으로 지금은 약 200여 종에 달하는 각양각색의 꽃을 피우고 있습니다.

봄, 여름, 가을, 온갖 꽃들이 다투어 피어도 묵묵히 참고만 있다가 다른 꽃들이 모두 시든 다음, 맨 나중에 홀로 고고히 피는 국화는 세속에 잡된 것을 멀리하는 군자에 비유됩니다 .

지금은 재배 기술의 발달로 일년 중 언제라도 국화를 볼 수 있으나 옛날에는 한송이 국화를 피우기 위해 이른 봄부터 온갖 정성을 다 들여서 꽃을 피우고, 꽃이 피자 이내 찬서리로 시들어 가서 그렇게 정성을 들인 국화가 속절없이 얼어 죽는 아쉬움을 겪어 왔습니다.

그러기에 국화는 늘 우리들 가슴 속에 기쁨과 함께 강한 아쉬움과 긴 여운을 남겨 주고 있습니다.

이러한 마음을 시인 서정주씨는 '국화 옆에서'라는 시에서 다음과 같이 노래하였습니다.

한 송이 국화꽃을 피우기 위해
봄부터 소쩍새는 그렇게 울었나 보다
한 송이 국화꽃을 피우기 위해
천둥은 먹구름 속에서 또 그렇게 울었나보다.
그립고 아쉬움에 가슴 조이던
머언 먼 젊음의 뒤안길에서
이제는 돌아와 거울 앞에 선
내 누님같이 생긴 꽃이여.

우리와 함께 오래 살아온 국화는 우리의 민속 속에 깃들어 있습니다. 이른봄 국화의 새싹과 연한 잎은 좋은 봄나물로써 우리가 즐겨 먹어 왔습니다. 여름에는 국화의 잎을 기름에 튀겨서 잘 먹어 왔습니다. 가을에는 국화꽃을 따서 국화전을 부쳐서 즐겁게 먹었습니다. 그리고 겨울에는 국화꽃으로 빚은 국화주를 마셨고, 국화의 뿌리를 삶아서 안주 삼았습니다.

국화꽃을 말려서 베개 속에 넣어 그 향기를 일년 내내 즐겨왔으며 국화 잎은 드나드는 문에 발라서 그 아름다운 무늬를 늘 즐겨왔습니다.

그리고 국화주는 많은 사람들에게 더할 나위 없이 사랑을 받았으며 많은 시인묵객들이 국화주를 마시며 풍류를 즐겼습니다.

후한 무렵 여남 지방에 한건이라는 사람이 살고 있었는데 어느 날 그의 스승 비자방이 찾아와서 다음과 같은 예언을 했다고 합니다.

"금년 9월 9일에 너희 집에 액운이 닥쳐와서 반드시 큰 재앙이 있을 것인즉, 이를 면하려면 주머니를 만들어서 그 속에 산수유 열매를 가득 채워 팔에 걸고 집이 보이지 않은 높은 산에 올라가서 국화주를 마시며 그 날만 잠시 집을 떠나 있어야 한다."

한건은 스승의 말대로 그 날은 집을 비우고 모든 식솔과 함께 뒷산 너머로 가서 국화주를 마시며 하루를 보냈습니다.

그리고 그 다음날 집으로 돌아와 보니 소, 돼지, 닭, 개, 말 등 모든 가축이 다 무엇엔가 물려 죽어 있었습니다.

비자방은 이 말을 듣고,

"그 짐승들이 사람 대신 모두 죽은 거다, 국화주가 아니었다면 너희들도 모두 저 짐승들처럼 죽었을 거다."라고 위로하였습니다.

옛사람들은 국화를 오랜 친구에 비유했으며 화사하게 핀 꽃송이는 하늘에 비유했고, 황금빛 국화는 땅에 비유했습니다. 일찍 심고 늦게 피는 것은 군자의 덕이라고 생각했습니다.

국화는 꽃이 다양한 것 만큼 꽃말도 많은데, 흰꽃은 고결, 빨강꽃은 고상, 노랑꽃은 시련입니다.

장수를 가져다 주고 액운을 막아 주는 이 부적같은 신비의 신통력을 가진 국화는 꽃꽂이도 다양하게 이용할 수 있으며, 선물용 꽃으로도 좋습니다.

■ 역사기행

동학혁명과 청일전쟁

▣ 향촌 권 오 창 (본원 자문위원)

동학혁명(東學革命)은 동학당이 주동이 되어 동학군이 1894년 일으킨 농민전쟁이다. 이는 그 당시 정치 경제 사회 각 분야에 부조리한 현상에서 발발되었다고 볼 수 있다. 직접적인 원인은 1892년 고부군수 조병갑의 불합리한 징세에 항의하여 1894년 2월에 동학도 접주(接主) 전봉준(全琫準)은 많은 농민들을 이끌고 만석보를 파괴하고 고부 군아(郡衙)를 습격하고 무기를 탈취하여 무장하고 불법으로 징수한 세곡을 빼앗아 빈민에게 나누어 주었다. 이에 따라 나라에서는 동학교도들을 체포하여 징벌하고 그들의 가옥을 불지르고 강도 높은 탄압을 하였다.

전봉준 등은 동학도를 중심으로 재차 봉기하여 보국안민(輔國安民)의 창의문을 살포하고 태인, 정읍, 부안 등 각처의 농민들을 규합 합세하여 몽둥이와 죽창으로 무장하고 그 일부는 각 읍의 군기창에서 탈취한 무기를 가지고 관군과 대결하였다. 동학교도 동학군은 관군과 황토현(黃土峴) 전투에서 대승하였고 정읍 고창 무장을 점령하면서 영광, 함평에까지 이르게 된다.

나라에서는 홍계훈(洪啓薰)을 초토사(招討使)로 임명하여 이를 토벌케 하였으나 전주(全州)를 지날 때에 도망병이 많이 생겨 장성(長城) 전투에서 동학군에 대패하여 홍계훈은 동학군과 강화협상을 제의한다. 동학군의 요구는 전정, 군정, 환곡의 3정 문란의 시정과 지방관의 부정부패 근절, 일본인(日本人)의 상권침해 방지 등이었다. 이에 대한 협상안이 타결되어 휴전이 되었고 동학군은 각자 고향으로 돌아가고 해산되었다.

그러나 동학군은 암암리에 동학교도들의 조직을 계속 강화하였고 나라에서는 전라도에 집강소(執綱所)를 두어 그들이 지방행정에 참여하도록 하였으나 동학교도들은 정치개혁 12개 항을 발표하게 이른다. 그 내용은 탐관오리, 양반, 부호들의 횡포 엄징, 노비문서 소각, 신분차별의 개선, 과부 개가의 허용, 토지균분제 등을 요구하였다.

그러나 나라에서는 신속한 대책이 없는 사이에 동학군의 폭발적인 기세에 직면하게 된다. 급기야 이를 진압하기에는 한계에 봉착하여 위험을 느끼고 청국(淸國)에 원군을 요청하지 않을 수 없었다. 청국은 이를 받아들여 1894년 6월8일 섭사성이 이끄는 청군(淸軍) 선발대 2,400명이 아산만에 들어와서 6월12일부터 군사작전을 개시하였다.

한편 일본은 6월9일 일본군(日本軍)을 인천에 상륙시켜 일본공사관과 거류민 보호라는 명목아래 경인지역에 포진하였다. 이는 청국이 조선에 출병하려면 청국과 일본 간에 상호 사전 문서통보를 하여야 한다는 천진조약(天津條約)을 근거로 일본이 들고 일어나 조선에 출병한 것이다. 천진조약은 1885년 4월 조선문제로 청국과 일본이 천진에서 맺은 조약이다.

조선에서 동학군이 진압되자 조선에서는 청일양군(淸日兩軍)의 동시 철병을 요구했다. 청국은 역시 청일양국의 공동 철병안을 제안했으나 일본은 이를 거부하고 공동 간섭안을 제의한다. 이는 일본은 이미 조선을 식민지화 하려는 침략정책에 기인한 것이다. 이로 인한 청일 양국의 충돌로 마침내 동년 8월1일 조선 서해 풍도(豊島) 앞바다에서 청일해전(淸日海戰)을 시작으로 청일전쟁의 막을 열었다. 이때에 열강제국은 국외중립(局外中立)을 선언했다.

군사적으로 청국보다 우세한 일본은 동년 9월17일 청국의 북양함대와 일본함대가 압록강 하구에서 교전하여 청국의 함대 10척 중 5척이 침몰되고 3척은 파손되었으며 사망 850명, 부상 500명인 반면, 일본은 4척 파손 사망 90명, 부상 200명이었다. 이 해전으로 청국의 북양함대는 여순항으로 피신하였다.

더욱이 일본 육군은 성환, 평양에서 승리한 여세를 몰아 요동을 공격했고 해군은 아산만 등 서해에서 청국 해군을 격파하였으며 여순, 위해에서는 육해 양군의 합동작전으로 청군을 격파하였다. 여순항을 점령한 일본군은 시민 2만여 명을 학살하였는데 이를 '여순 대학살'이라고 기록하고 있다.

결국 청일전쟁은 일본의 승리로 끝났다. 열세인 청국은 화의를 제의하여 1895년 4월17일 시모노세키(下關)에서 청국측의 이홍장, 이경방, 오정방 등과 일본측의 이토와무쯔 외상 등이 참석하여 전문 11조로 된 시모노세키조약을 체결하였다.

이로써 일본은 조선에 있어서 국제적 위치를 확보하고 청국에 대하여서는 전쟁배상금과 요동반도, 대만, 팽호열도 등을 할양받았다.

그러나 러시아는 일본의 독주를 견제하고자 3국 간섭(러시아, 프랑스, 독일)으로 요동반도의 할양을 중지시켰다. 후일 러시아의 남하정책에 따라 노일전쟁이 일어나게 된다.

끝으로 동학혁명의 역사적인 의의는 조선에서 부딪히는 외세의 위험한 정세와 또한 동학당이 내부 지도계층의 분열로 인한 동학군의 세력이 약화되어 결국 혁명실패의 원인이 된다. 다시 말하면 대내적으로는 양반체제의 중심인 봉건제도에 저항하였고 대외적으로는 일본제국주의 침략에 대항하였으나 동학혁명은 실패로 끝난 것이다.

그렇다 하더라도 조선은 이에 자극되어 1896년 갑오개혁을 가져왔고 국제적으로는 청일전쟁을 유발하게 된 것이다.

■ 건강칼럼

하루 1시간은 운동을 하자

▣ 毛村 權五福 (본원 편집위원)

우리 모두의 사람들은 앞으로 닥쳐 올 제2의 인생을 어떻게 살아갈 것인가 하고 진지하게 생각해 본 일이 있는가?

제2의 인생이란 인간의 노후를 말한다.

노후란 老人이 된 이후의 生活이다. 세계보건기구(WHO)는 노인을 65세 이상의 사람이라고 정의하고 있다. 사회보장이 잘 된 나라에서는 노후야말로 골든 에이지(Golden age)라고 하여 인생을 즐기는 행복의 기간으로 생각하고 있다. 선진국에서처럼 제2의 인생이 행복의 길이 되느냐 아니냐는 바로 스스로의 노력여하에 달려있다. 제2의 인생에서 행복한 삶이란 70세에 부부가 '정구'를 즐겁게 칠 수 있는 삶, 더 행복한 삶이란 80세에 부부가 흰 눈이 덮인 들판을 마차로 힘껏 달릴 수 있는 삶, 아주 극치의 행복한 삶이란 90세 이상 된 부부가 두 손을 잡고 매일 산책을 즐기는 삶이라고 한다. 흔히 즐거운 노후라면 골프를 가르치기 쉬우나 골프보다는 '정구'를 예시한 것은 서민적이라 할까 보편성이 있어 좋다. 사실 서구의 노인 중에는 골프를 즐기는 사람들이 그리 많지 않다. 이는 그것도 노인에게는 경제적 부담이 크고 그 나름대로 제약이 많기 때문이 아닌가 싶다.

70세가 된 부부가 흰 정구트레이닝 복을 입고 여유있게 정구공을 넘겨주고 또 넘겨받는 모습은 매우 매혹적인 광경이다. 80세에 핀란드나 노르웨이의 넓은 눈밭을 개가 끄는 마차에 실려 덜커덩 거리며 달린다는 것은 또 하나의 행복의 그림이 될 것이다. 겉으로 보기에는 편편하지만 마차는 많이 흔들리고 그럴 때마다 서로가 부딪치게 되면 즐거운 비명을 지르며 웃게 된다.

90세의 부부가 손을 꼭잡고 매일 산책을 즐긴다는 것은 또 다른 신선의 그림이다. 만약에 그 장소가 바다물이 찰랑거리는 해변가라면 더욱 정취가 있겠고 비록 한강이나 낙동강 강변 또는 마을 앞 실개천이라도 좋다. 지난 날의 행복했던 시절을 미소로 회상하며 우리는 행복하게 세상을 살아왔고 지금도 행복하다고 이야기하며 걷는다면 그것이 바로 행복이 아니겠나.

행복을 얻으려면 첫째는 건강해야 한다. 건강이 나쁘면 90세까지 살지도 못할 것이며 더욱이 90세에 부부가 산책을 즐긴다는 것은 매우 어려운 일이다. 80세에도 내외가 추운 지방 특히 도심에서 떨어진 곳을 여행한다는 것은 그리 쉽지 않다. 미국의 한 의학박사는 75세에 부부가 남의 도움없이 세계여행을 할 수 있다면 그 부부는 매우 건강한 사람들이라고 말한 바가 있다.

따라서 또 한번 노후의 행복은 바로 건강의 바탕 위에서 세워지는 삶이라는 것을 일깨워 준다.