

변화를 두려워 하지 않는 어른으로 살아가고 싶다면

- '불안 대신 인문학을 선택했습니다'를 읽고 -

이윤영 작가는 대학에서 국문학을 공부하고 20년간 방송작가로 활동하다가 현재는 문해력과 표현력 향상을 고민하는 작가이자 연구가로 살고 있다. <글쓰기가 만만해지는 하루 10분 메모> <어쩌면 잘 쓰게 될지도 모릅니다> 등을 썼으며, 그동안 읽고 쓰고 가르치며 접했던 수많은 책에서 얻은 깨달음과 삶의 통찰이 담긴 <불안 대신 인문학을 선택했습니다>가 나왔다. 이 책은 자유롭고 단단하고 주체적인 어른이 되기 위한 43가지 삶의 태도를 담고 있다. 그런 의미에서 작가는, 관점의 전환을 통해서 행동의 변화를 이끌어 낼 수 있으며 삶의 크고 작은 문제들에 유연하고 유쾌하게 대처할 수 있는 사유의 도구로 인문학을 추천한다.

누구나 한 번쯤 만나는 삶의 위기

나이가 들어가면서 자연스럽게 고독과 고립, 불안과 같은 감정들에 대해 깊이 사유하게 된다. 다소 부정적인 감정이 내포되어 있다고 생각하지만, 혼자 있는 시간을 통해 자기 자신이 어떤 사람인지 제대로 알고 성장시킬 수 있는 기회로 삼을 수 있다는 깨달음을 얻는 것이 중요하겠다. 프리드리히 니체는 "고독이야말로 인간이 가질 수 있는 가장 순수한 즐거움"이라고 말했고, 하이데거는 불안을 통해 삶의 방향성과 목적을 찾아가라고 말했다. '나이가 들수록 불안과 같은 부정적인 감정에 더욱 적극적으로 대처해야 합니다. 막연한 근심, 걱정거리를 그대로 둘 것이 아니라 나는 어떤 사람인지를 자각하고 발전하게 해주는 소중한 '감정'이라는 것을 인지하고, 나를 더 새롭게 발전시켜주는 에너지로 활용해 보기를 바랍니다.(23쪽)'라고 말하는 작가의 조언처럼 내면의 힘을 키우려는 노력이 필요하다는 생각이 든다. 또한 자신을 있는 그대로 받아들이고, 다른 사람의 기준과 잣대에 좌지우지되지 않는 자신만의 철학을 가지고, 자신을 증명하려 애쓰지 않으면서, 타인의 시선으로부터 자유롭고 견고한 사람으로 살아가기 위해 인문학에 기대어 보는 것도 괜찮을 것 같다.

존재의 의미를 묻다

말은 그 사람의 인격이라고 생각한다. 같은 입장이 아니라는 이유로, 공감할 수 없다는 이유로 누군가를 비방하고 모욕하고 헐뜯는 말을 쏟아내는 사람들이 있다. 예쁜 말만 하고 살기에도 인생은 너무 짧은데 말이다. 다른 사람에 대해서 말할 때 그 사람의 입장에서 생각해 보고 평가하고 비판하는 태도는 삼가는 것이 중요하다고 생각한다. 말에 대해서만큼은 몇 번이고 절제를 권하는 것이 과하지 않다(76쪽)고 했듯이, 성숙한 아름다움을 위해 말수를 줄이려는 노력을 해야 할 것 같다.

*나이가 들수록 유난히 깊어 보이는 사람이 있습니다.
특별히 치장을 하지 않아도 내실이 있어 보이고,
내면의 힘이 느껴지는 사람들입니다.
그들의 한결같은 특징 중 하나는 말수가 적다는 것입니다.
말은 많이 하면 할수록 '독'이 됩니다.
아무리 좋은 말도 많이 하게 되면
결국 좋지 못한 결과를 낳게 됩니다.
말의 위험한 속성이지요.
(72쪽)*

아무도 가르쳐주지 않지만 배워야 하는 것들

'좋은 리더'가 되고 싶다는 생각을 항상 가지고 있다. 하지만 '어떤 리더가 좋은 리더인가?'에 대해 자신 있게 말하지 못했다. 작가는 이에 대해 명쾌한 해답을 제시한다. 팀원들에게 적절히 위로나 격려를 해주는 사람이라고. 위로는 따뜻한 말이나 행동으로 괴로움을 덜어주거나 슬픔을 달래주는 일시적인 행위이고, 격려는 용기나 의욕이 솟아나도록 북돋워주는 것을 말한다. 또한 '다른 사람에게 위로나 격려를 건넬 때에는 그것이 자기만족을 위한 가벼운 위로인지 진정 상대를 위한 것인지 한 번 더 숙고해야 한다(131쪽)'는 말에 공감한다. 위로와 격려를 적절한 시기에 적절한 언어로 표현할 수 있는 리더가 되기

위한 노력이 필요하겠다.

*마음이 담기지 않은
가벼운 위로가 만연하고 있는 시대입니다.
상대에게 진정 필요한 것이 위로인지 격려인지
잘 구분하는 것도
현명하고 지혜로운 리더이자 어른이 되기 위한
최소한의 덕목이 아닐까 생각합니다.
(131쪽)*

중년의 삶은 태도로 결정된다.

중년 이후에 삶의 전성기를 맞이하는 사람들에게는 공통된 특징이 있다고 한다. '남다른 도전 의식'이 그것이다.

나이라는 틀에 자신을 가두지 않고, 새로운 분야와 창조적인 상황에 자신을 데려다 놓는 것을 멈추지 않는 태도를 갖고 있는 것이다. 또한 신체와 정신을 가꾸는 노력을 할 뿐만 아니라, 지나친 자기혐오에 빠지지 않으려고 자신을 객관적으로 바라보려 노력한다고 한다. 품위를 유지하면서 우아하고 겸손한 태도로 자신만의 전성기를 만들어 가고 있는 사람들을 보면 닮고 싶다는 생각이 든다. 타인의 목소리에 귀 기울이고, 극진한 태도를 보여주면서 자신의 오늘이 최고의 전성기라고 믿으면서 살 수 있었으면 좋겠다.

지속 가능한 변화를 유지하는 힘

경험을 기록하는 일이 삶에 큰 변화를 줄 수도 있다는 작가의 생각에 동의한다. 글 쓰는 일은 삶과 밀접하게 연관되어 있다. 블로그에 글을 쓰거나, 기획안을 쓰거나, 리뷰를 쓸 일이 종종 생긴다. 머릿속에 있는 생각을 글로 표현하면서 마음이 정돈되는 경험을 자주 하고 있다. 희미했던 의지가 선명해지고, 다짐이 확고해지는 느낌을 받는다. 나만의 서사를 만들어간다는 만족감과 쾌감이 있다.

변화와 낯섬을 두려워하지 않는 관찮은 어른으로 살아가기 위해, 기록하고 사유하고 발견해 내는 과정을 즐기고 온화한 마음 상태를 유지하려 노력해 보면 좋을 것 같다. 부끄러움을 아는 어른으로, 불안 때문에 휘청이는 일 없는 단단한 어른으로, 자기 확신이 있는 어른으로 살아가기 위해 인문학적 태도를 가진 사람들이 많았으면 좋겠다. 그렇게 모두가 잘 사는 세상이 되었으면 좋겠다.

잘 산다는 것은 특별한 무언가가 필요한 일이 아닙니다.

그저 후회 없는 하루를 보내고

그 안에서 기쁨과 만족을 느낀다면

그것으로 충분합니다.

(225쪽)