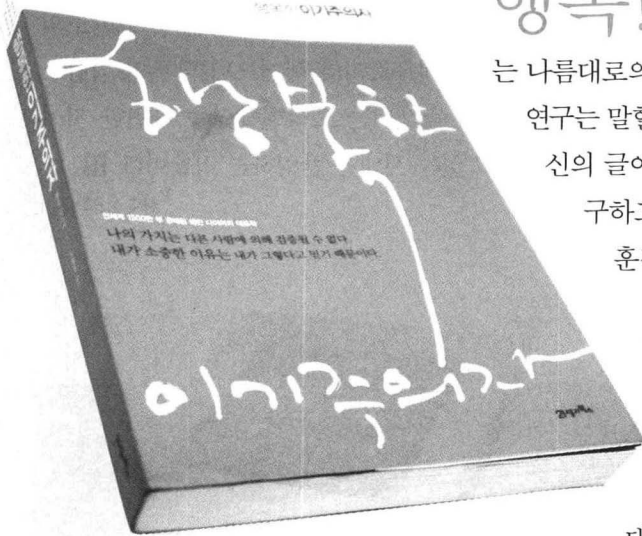


웨이인 다이어 《행복한 이기주의자》

치열한 삶에 가장 필요한 것은 행복을 추구하는 용기

글_ 정태연(중앙대학교 심리학과 교수)



《행복한 이기주의자》웨이인 다이어 지음 | 오현정 옮김 | 21세기북스 | 값 10,000원

행복! 이 행복이야말로 우리들 삶의 가장 주요한 원동력이면서 동시에 궁극적인 목표다. 그래서 옛 성현의 말씀이나 종교 교리에 는 나름대로의 행복론이 빠짐없이 등장한다. 그 뿐인가. 오늘날에도 학문적 연구는 말할 필요도 없고 이름깨나 알려진 식자(識者)들은 심심치 않게 자 신의 글이나 말을 통해 행복론을 들먹이기 일쑤다. 구체적 차이에도 불 구하고, 그러한 행복론들 대개는 적어도 외견상 타인 중심적이고 교 혼적이며 도덕적이다.

이에 비해 웨인 다이어(Wayne Dyer)의 행복론은 이채롭다. 가 령, 나보다는 타인을 우선시하고, 도덕과 관습 등 외적인 기준 을 삶의 잣대로 삼고, 현재가 아닌 미래를 중시하는 삶은 결코 행복해 질 수 없다는 점이 그렇다. 더군다나, 역자의 용어로 이기주의가 행복에 이르는 길이라는 다이어의 주장은 행복에 대한 일반적 통념과 다르다는 점에서 도발적이고, 행복에 이르는

적어도 피상적으로 아주 손쉬운 방법을 제시한다는 점에서 실용적이다.

그렇다면 다이어가 말하는 행복한 이기주의자는 어떤 사람일까? 그러한 사람의 특성을 한마디로 요약하면 지금 현재의 자신을 사랑하는 사람이고, 두 마디로 요약하면 여기에 더하여 능동적이고 독립적으로 자신의 삶을 영위하는 사람이고, 세 마디로 요약하면 이 들에 덧붙여 다른 사람들을 자신과 마찬가지로 있는 그대로 인정하고 그들과 개방적으로 상호작용하는 사람이다.

먼저, 지금 현재의 자신을 사랑한다는 것은 말 그대로 자신을 있는 그대로 수용하고 그 가치를 인정한다는 것이다. 저자가 지적하고 있듯이, 이 사회는 어떤 외적인 기준을 제시 하고 우리들로 하여금 그 기준에 맞추도록 끊임 없이 회유하고 협박한다. 그래서 대부분 사람들의 자아개념은 지금 현재의 내 모습에 근거한 것이 아니라, 다른 사람과 같은 외부 기준과의 비교를 통해 만들어진 상대적인 것이다.

그러한 자아개념 속에는 좋고 나쁜, 옳고 그른, 선하고 악한 등과 같은 이분법적 판단이 내재해 있다. 뿐만 아니라, 사람들은 이러한 판단에 의해 필연적으로 생기는 자신의 부정 적인 측면들을 숨기고 없애고자 노력한다. 그러나 문제는 이러한 노력에 앞서 우선적으로 지금 나를 있는 그대로 온전히 수용하는 것이다. 그렇지 않으면, 심하게는 현재의 나에 대

해 늘 불만족해 하면서, 미래의 허상적 자아상을 추구하는 헛된 삶을 살게 된다.

이처럼 지금의 나의 모습을 조건 없이 있는 그대로 수용하고 인정하는 사람이 다이어가 말하는 자신을 사랑하는 사람이다. 이러한 사람은 외부적 평가나 비교에 대한 두려움이 상대적으로 적거나 없기 때문에, 자신을 방어할 필요가 없고 외적인 기준에 맞도록 자신을 치장하거나 억지로 행동할 필요가 없다. 자신을 방어할 필요가 없을 때, 자신을 있는 그대로 놓아둘 수 있을 때, 우리는 지금 현재에 존재할 수 있다.

둘째, 행복한 이기주의자는 자신의 삶을 능동적이고 독립적으로 영위한다. 이러한 특징은 앞서 언급한 것과 별개가 아니라, 지금 현재 자신을 있는 그대로 수용할 때 거의 저절로 나타나는 특징이다. 그들은 자신이 진정으로 원하는 것이 무엇인지를 알고 있고, 그것을 주도적으로 추구할 수 있는 내적 에너지를 가지고 있다. 또한, 그들은 현재를 중시하기 때문에 자신이 원하는 일의 성취여부를 떠나 그 과정에서 행복을 만끽한다.

흔히들 사람들은 자기가 정말 하고 싶은 일이 있는데 기회가 없어 못한다고 푸념한다. 그러나 그들 대부분은 실제 자신의 진정한 소망을 알지 못한다. 왜냐하면, 그들 처럼 사회적 요구와 기준에 지나치게 민감하게 반응하고, 과거에 대한 죄책감과 후회 및 미래에 대한 걱정과 계획에 매몰되어 있을 경우, 지금 현재 자기 내부의 목소리를 있는 그대로 듣는다는 것은 거의 불가능하기 때문이다.

지금 현재의 자기를 사랑하는 사람은 내적으로 안정되어 있기 때문에, 외부적 안정을 추구할 필요가 크지 않다. 말하자면, 다른 사람의 인정을 구하거나 그들에게 의존할 필요 없이, 자신이 원하는 삶을 주체적으로 살아갈 수 있다. 반대로, 그렇지 못한 사람들은 심리적으로 불안하기 때문에, 현실적 안정을 통해 그 불안을 해소하고자 한다. 그들은 변화와 미지의 세계에 대한 탐색을 두려워함으로써 궁극적으로 침체된 삶을 살게 된다.

그렇다고 해서, 행복한 이기주의자에게 타인의 인정과 칭찬, 사회적 의무나 정의 등 외적 요인들이 무조건 중요치 않다는 것이 아니다. 저자가 독자에게 전달하려는 진정한 메시지는 다름 아니라 그런 사람들은 내적 동기에 의해 움직이기 때문에, 삶이 외부적 요인에 의해 휘둘리지 않는다는 점이다. 즉, 그들은 자신들의 삶을 능동적이고 주체적으로 영위하기 때문에, 사회적 요인들을 주도적으로 관리하고 다스릴 수 있다.

셋째, 행복한 이기주의자는 자신과 마찬가지로 다른 사람들도 있는 그대로 인정하고 수용하며 그들과 개방적이고 건설적인 관계를 맺는다. 일견 저자가 말하는 이기주의자가 자신의 이득만을 앞세워 타인을 전혀 배려하지 않는 사람이라고 오해할 수도 있겠지만, 실제 그가 얘기하고 있는 행복한 이기주의자는 이와는 정반대의 사람이다. 어떻게 이런 일이 가능할까? 거기에는 몇 가지 가능한 이유들이 있다.

진화론에 따르면, 인간은 이기적인 욕구와 이타적인 욕구를 다 가지고 있다. 그러나 이기적인 욕구가 더 본질적이고 더 강력하기 때문에, 삶의 가장 기본적인 원동력은 이기적 욕구에 달려 있다. 그래서 이기적 욕구가 충족되었을 때, 이타적인 욕구가 생긴다고 단순화시켜 말할 수 있다. 결국, 다이어가 언급하듯이 자신을 사랑하고 배려하는 사람이 다른 사람들을 위해서도 넉넉한 마음을 가질 수 있는 것이다.

또한, 자신을 있는 그대로 인정한다는 것은 자신의 여러 측면들을 충분히 이해하고 있으며 그러한 점들을 선악의 판단과 상관없이 수용한다는 것이다. 많은 연구들이 지적하듯이, 우리는 자신을 통해 타인을 바라보기 때문에, 자신의 좋거나 나쁜 모든 점들을 이해하고 수용할 때, 타인의 그러한 점들을 이해하고 수용할 수 있게 된다. 결국 우리가 지금의 자신을 긍정적으로 받아들일 때, 타인을 있는 그대로 인정할 수 있게 된다.

그렇다면, 결론적으로 행복한 이기주의자가 되는 것은 쉬운 일인가? 아마 책 제목만 본 독자들의 기대와는 너무나 달리 사실 그러한 사람이 되는 길은 매우 멀고 험난하다. 이 책 말미에서 보듯이, 그러한 사람은 인본주의 심리학자 매슬로가 말하는 자아실현한 사람, 현상학적 심리학자 로저스가 말하는 완전히 기능하는 사람, 뿐만 아니라 불교에서 말하는 세상의 이치를 깨달은 사람과 다름 아니다.

결국 다시 원점으로 돌아와서 행복에 이르는 손쉬운 길은 없다. 누구나 힘겨운 성찰과 반성 없이 자신을 이해할 수는 없는 법이고, 고뇌와 좌절 없이 자신을 있는 그대로 수용할 수도 없다. 자신이 진정으로 원하는 일을 하면서 산다는 것이 얼마나 큰 용기를 필요로 하는지 경험해보지 않고서는 삶의 치열함을 알 수 없다. 행복만이 있을 때 그것은 더 이상 행복이 아니다. 행복은 불행과 함께 할 때 비로소 행복이 되는 법이다. ☞