

출판, 신문, 방송 등 대중매체의 발달로 우리는 넘쳐나는 정보와 지식을 얻게 되었다. 더군다나 컴퓨터와 이를 이용한 인터넷의 출현으로 어떠한 정보라도 찾아낼 수 있는 세상이 되었다.

그로 인해 많은 문제점들이 제기됨에도 불구하고 우리는 좋은 이야기와 정보가 아주 대중적 지식이 되었다. '이기는 방법', '꿈을 그리고 실현하는

내 안에서 꺼내는 행복한 인생



방법', '세계 경영', '성공 인생', '성공 비즈니스', '제3의 인생을 준비하고 이루어 나가기', '세계화', '나의 한계를 뛰어 넘는 도전', '지구환경과 기후 대재앙', '녹색혁명', '웹 2.0과 UCC 마케팅 그리고 성공전략', '성공 핵심은 디자인', '바이오 테크놀로지', '유비쿼터스', '성공을 위한 심리학', '내 안의 거대한 능력과 가능성을 실현시키기' 등 수 많은 말들이 웬만한 사람이면 다 알아듣고

인용할 정도가 되었다.

이 모든 것이 우리에게 중요한 것은 인생에 있어서의 성공과 그로부터 얻으려는 행복이 궁극적 목표이다. '돈을 많이 벌면 행복할 거야', '성공하면 행복할 거야', '권력 있는 높은 지위에 오르면 행복할 거야', '유명해지면 행복할 거야', '명예를 얻으면 행복할 거야' 하는 믿음 때문에 어떻게 하면 그렇게 될 수 있을까 하고 방법을 찾아 나서게 되고 이에 대한 많은 방법과 이론들이 나오게 되는 것이리라.

핵심은 '큰 목표를 세우고, 긍정적 마음 자세로, 기존의 방법이 아닌 전혀 새로운 접근 방법을 써서 시간을 효율적으로 사용하면 그 목표를 달성하게 되고 행복도 찾을 수 있다' 이다. 그렇게 성공적으로 목표를 달성하고 행복을 찾았다는 많은 사례도 인용된다.

'나도 그렇게 해야지...', '야, 너도 이렇게 해봐.'



장금순 전무
바이엘코리아(주)
동물의약사업부

그런데 어느 날 뜬금 없이 ‘느림의 미학’, ‘슬로우 푸드’ 등의 아주 비효율적인 주제가 끼어 들어 우리를 당혹스럽게 만든다. 아니, 이 광속의 시대에 느림의 미학이라니? 말도 안되는 수작으로 인기를 끌고 돈 좀 벌어 보려는 것 아닌가?

그런데 그렇지만도 않은가 보다.

요즘 뜨는 이야기 중에 ‘제주도 올레길’이 있다. 스페인 북부에 있는 산티아고 순례길(카미노 데 산티아고 ; Camino de Santiago)을 따서 만든 ‘걷는 길’이다. 산티아고 순례길은 800km에 이르는 코스로 세계적으로 유명한 곳이다. 제주도 올레길은 200km 정도로 규모는 작지만 푸른 바다와 파란 하늘이 내내 함께 해 아름답기로는 산티아고 순례길보다 훨씬 뛰어나다는 평이다.

이 두 코스의 공통점은 그 먼 길을 천천히, 가능한 한 아주 천천히 걷는 것이라고 한다. 제주 올레길의 캐치프레이즈는 ‘아주 놀멍 쉬멍(놀면서 쉬면서)’이고 그 상징도 제주 조랑말이다. 우리가 배워오고 실천해 온 효율성, 초스피드, 제일 먼저, 빨리빨리의 습관과 가치로는 도저히 이해가 되지 않는 일이다.

여기서 ‘천천히’를 강조하는 것은 천천히 갈수록 그 코스에서 더 많은 것을 보고, 느끼고, 배우고, 깨달아 얻을 수 있다는 것이다. 빠른 속도로 후딱 마치고 나면 순례자들에게 남는 것은 하나도 없이 그저 ‘내가

해냈다’는 것이 전부이며, 막상 무엇을 이루었는지는 알지도 못한다. 마치 고속도로를 시속 150km로 썹- 하고 달리고 나면 그 도중에 무엇이 있었는지 주위 풍경은 어떠했었는지 제대로 기억할 수 없는 것과 같은 이치이다.

며칠 전 장마 중 하루 잠깐 비가 멈추었던 날, 30℃의 높은 기온과 습도로 인해 모두들 힘들어하던 저녁이었다. 당연히 너도나도 선풍기와 에어컨을 있는 대로 켜 수밖에 없었고, 결국은 과부하로 인해 아파트 단지가 정전이 되고 말았다. ‘곧 복구되겠지’ 하고 밖에 나가 저녁을 먹고 돌아 왔으나 아직 깜깜하기만 하다. 관리자에게 물으니 12시나 되어야 복구될 것이라 한다. 할 수 없이 진학 공부를 하고 있는 아들을 포함해 온 가족이 한강변으로 나갔다. 아주 짜증을 내면서. 그 짜증은 더워서 보다는 아들이 공부를 할 수가 없어서였으리라.

강변에 나가서 아들에게 모처럼 맘을 훌쩍 쏟으며 달리기를 했다. 모처럼 맘을 흘리며 전속력 질주를 한 아들에게 녀석은 스트레스가 많이 회복되는 것 같았다. 원치 않던 짜증나는 상황이 뜻밖에도 아들에게 스트레스를 풀 수 있는 기회를 만들어 준 것이다. 필자는 속으로 ‘(정전 사고가) 꼭 나쁘기만 한 것은 아니군’ 하며 중얼거렸다. 내가 멈추었던, 외부 요인에 의해 멈추었던 간에 그 ‘잠시 멈춤’이 우리에게 행복을 가져다 준 것이다.

긍정의 틀로 나의 일과 하루에 참 의미를 부여하면 우리는 좀 더
행복해질 수 있지 않을까?

그런 마음으로 접근한다면 자유무역협정이나 골치 아픈 질병들도
우리에게 어려움이나 걱정만을 가져오는 것이 아니라 행복에 좀 더
가까이 갈 수 있는 기회가 될 것이다.

어느 유명한 심리학자의 저서를 보니 행복은 생물학적으로 타고나는 것이 50%, 나의 환경(태어난 국가, 사회, 가정, 자연환경 등)에 의한 것이 20%, 개인이 의도적으로 하는 행동과 생각에 의한 것이 30%라고 한다. 타고난 것은 어찌지 못하므로 우리가 할 수 있는 환경의 변화, 행복을 위한 행동과 의식에 대해 우리가 노력하여 자신의 인생을 더욱 행복하게 만들 수 있을 것이다.

우리 개인이 할 수 있는 방법이란 생각의 틀을 진정한 행복을 추구하는 방향으로 가져가야 한다는 것이다. 자신이 하고 있는 일에 대해 긍정의 틀을 가지고 의미를 부여해야 한다고 한다. 소유보다는 의미에 중점을 둔다는 이야기다.

행복을 가장 가로막는 주적은 '돈에 대한 지나친 추구'와 '남들과의 비교'라고 한다. 나의 행복에 필요한 것을 가졌다 해도 내 재산 규모를 계산하고 남들과 비교하면

행복은 찾을 수 없다는 것이다.

정말 아주 더운 여름이다. 그러나 그 더위가 사람들이 삼계탕, 백숙을 찾게 만들고, 우리 양계인들은 더위에 지친 사람들에게 몸보신을 할 수 있는 닭고기를 공급하여 그들을 행복으로 가까이 가게 돕는 의미있는 일을 하게 되는 것이다.

긍정의 틀로 나의 일과 하루에 참 의미를 부여하면 우리는 좀 더 행복해질 수 있지 않을까?

그런 마음으로 접근한다면 자유무역협정이나 골치 아픈 질병들도 우리에게 어려움이나 걱정만을 가져오는 것이 아니라 행복에 좀 더 가까이 갈 수 있는 기회가 될 것이다.

모든 국민들이 우리 닭고기 요리로 이 더운 여름을 활기차고 행복하게 생활하시길 소망해 본다. 