

손에 쥐어진 행복 vs 춤추는 별

“행복은 어쩌면 불완전한 삶의 여정 안에서 ‘춤추는 별’과 같은 것이다. 행복은 우리가 의미 있고 가치로운 삶을 지향할 때, 자기 자신을 끊임없이 갈고 닦으며 타인과 함께하는 삶 속에서 자석에 끌리듯 우리의 일상에 바싹 붙어있는 것이 아닐까?”

누군가 나에게 가장 인상 깊었던 소설을 꼽으라하면 나는 주저 없이 조지 오웰의 ‘동물농장’과 올더스 헉슬리의 ‘멋진 신세계’를 꼽을 것이다. 특히 헉슬리의 ‘멋진 신세계’는 1932년에 쓰였다고는 믿기지 않을 만큼 세련되게 인류 문명이 나아가는 자화상의 끝을 잘 보여주고 있다. 지금 우리 사회는 병적으로 행복의 갈증을 호소하고 있는 듯하다. 넘쳐나는 행복 관련 도서들과 행복전도사들은 상업주의에 편승해 자칫 행복의 본질을 흥미하게 만든다. 따라서 우리는 ‘행복이란 무엇인가?’라는 근본적인 문제를 짚어봐야 하는 충분한 이유를 가진다.

‘멋진 신세계’에서는 하수구 청소부부터 최상위 지배자까지 모든 계층에 있는 사회구성원들이 행복한 삶을 보낸다. 어떤 상황에서든 ‘소마(soma)’ 1g만 있으면 최고의 행복을 지속적으로 누릴 수 있으며, 부작용도 전혀 없다. 그들에게 행복은 자판기에서 껌을 사는 것처럼 아주 손쉬운 선택일 뿐이다. 이 사회가 추구하는 최고의 가치는 ‘공유와 안정’이며, 동시에 ‘현실에 의문을 품고 더 알고자 하는 마음’을 가장 위협한 반사회적 요인으로 규정한다. 왜냐하면 이것은 곧 혼란의 씨앗이 되기 때문이다. 따라서 이 사회의 구성원들은 ‘주어진 행복’을 유지하기 위해 스스로 존재의 이유를 찾아 나서는 ‘자유’를 기꺼이 포기 한다. 바로 이점에서 우리는 행복의 딜레마(dilemma)에 직면하게 된다. 인간의 본성은 늘 자신의 근원과 존재의 이유를 탐구하도록 설계되어있기 때문이다. 그 무엇으로도 이 강력한 동기(meta motive)를 억압할 수 없으며, 우리는 이것을 ‘적극적 자유’라고 부른다. 인간은 손에 쥐어지는 행복을 거부하고 혼돈과 역동의 현실세계로 나아가는 용기를 가진 존재임에 틀림없다.

심리학에서 행복은 ‘주관적 안녕감’ (subjective well-being)으로 정의한다. 행복은 다분히 개인적 수준에서 지각되는 정서작용이기 때문이다. 행복에 대한 우리의 일반적 오해 중 하나는 돈이나 사회적 지위가 행복의 필요조건이라는 생각과, 행복 자체를 삶에서 쟁취해야할 목적물처럼 간주하고 있다는 사실이다. 하지만 먹고사는 생존의 수준을 넘어서면 물질의 양(量)이 행복의 질(質)을 견인하지 못한다는 것이 다양한 행복 연구에서 일관되게 지지되는 결론임을 명심해야한다. 긍정심리학의 선구자인 마틴 셀리그만은 사회적 관계와 의미 있는 삶의 추구, 타인을 위한 배려와 봉사 같은 것이 행복의 중요한 요소라고 이야기하고 있다. 동료 심리학자인 미하이 칙센트미하이이는 몰입(flow)의 중요성을 이야기한다. 여기서 flow란 고된 등정의 끝에 산위에서 맛보는 말로 표현하기 어려운 그런 느낌이다. Drive 3.0의 저자 다니엘 핑크는 성공적인 삶의 조건으로 ‘숙련된 삶’을 이야기하고 있으며, 여기에는 반드시 ‘숙련의 고통’이 전제된다고 강조한다.

행복은 어쩌면 불완전한 삶의 여정 안에서 ‘춤추는 별’과 같은 것이다. 행복은 우리가 의미 있고 가치로운 삶을 지향할 때, 자기 자신을 끊임없이 갈고 닦으며 타인과 함께하는 삶 속에서 자석에 끌리듯 우리의 일상에 바싹 붙어있는 것이 아닐까? 축복의 가을, 살아 숨쉬는 모든 생명이 행복 하길 기원한다.

Written by C.E.O James Roh(노상충)

“춤추는 별을 잉태하려면 반드시 스스로의 내면에 혼돈을 지녀야 한다.” _ 프리드리히 니체



James Roh