

# 과잉의 시대: 행복 찾기

“문제는 과잉이다. 관계의 심리적 결핍을 채우기 위해서 매달리고 집착하는 것이다. 어찌 보면 사람들이 핸드폰을 휴대하는 것이 아니라, 몸뚱이가 조그만 핸드폰에 붙어 다닌다는 표현이 적합할지 모르겠다.”

오늘날 우리의 일상은 과잉으로 넘쳐난다. 그 중 IT 기술의 발전으로 인한 정보의 생산은 과거 수백 년 동안 만들어질 수 있는 양을 단 며칠 만에 만들어낼 만큼 획기적이다. 문제는 정보생산의 주체가 불특정 다수로 이동됨으로써 그 양에 비해 질을 담보해내지 못하고 있다는 것이다. 이처럼 주체할 수 없는 양의 정보가 우리의 의도와는 상관없이 일상을 파고들으로써 우리의 삶은 오히려 혼란스러워질 수 있다. 처리할 수 없을 만큼 쏟아지는 것은 분명한 과잉현상이다.

재 독일 철학자 한병철 교수는 ‘시대마다 그 시대의 고유한 질병이 있는데, 우리는 ‘과잉’으로 인한 신경증’에 노출되어 있다고 이야기한다. 그는 이를 ‘피로사회’로 정의했으며, 독일 문화 비평가 중 가장 영향력 있는 사람이 되었다. 과거의 질병은 특정한 생물학적 박테리아들에 의해서 전염됨으로써 인류의 위협이 되었지만, 오늘날 항생제의 발달로 바이러스 시대는 끝이 났다. 대신 21세기 초의 병리학적 상황을 지배하고 위협하는 것은 바로 신경성 질환인 것이다. 서유럽의 1/3에 가까운 사람들이 정신질환으로 병원신세를 지고 있다는 현실이 이를 잘 대변해 준다.

카톡이나 페이스북, 밴드와 같은 SNS는 이러한 시대적 심드롬을 대변한다. 밥은 안 먹어도 SNS를 하지 않고는 살 수 없다고 할 만큼 열광적으로 빠져 있다. SNS의 본질은 ‘호모필리(homophilly)’라고 하는 인간의 관계추구 본능을 이용한 것이다. 다른 사람들과 연계되어 있어야 자신의 생존력이 유지될 수 있다는 것을 우리 몸은 잘 알고 있다. 이것은 수백만 년 동안 진화의 과정을 통해서 아주 강력하게 우리의 DNA에 녹아져 있는 생존 메커니즘이기 때문이다. 어쩌면 SNS는 군중 속에서 고독함을 느끼는 현대인들에게 하나의 심리적 돌파구인 듯하다.

문제는 과잉이다. 관계의 심리적 결핍을 채우기 위해서 매달리고 집착하는 것이다. 어찌 보면 사람들이 핸드폰을 휴대하는 것이 아니라, 몸뚱이가 조그만 핸드폰에 붙어 다닌다는 표현이 적합할지 모르겠다. 잠시라도 핸드폰에서 떨어져 있으면 불안증을 보이기도 한다. 아침에 눈을 뜨면서 핸드폰을 찾고, 침대에 누워서 잠이 드는 순간까지 핸드폰을 만지작거리다. 일터에서 미팅을 할 때나, 가까운 친구들과 함께 하는 자리에서도, 심지어는 가족과 오붓하게 함께 해야 할 소중한 시간까지, 우리의 ‘주의(attention)’는 온전히 그 조그만 물체로부터 빠져나오지 못하고 있다.

이러한 형태의 결핍충족은 우리가 지향하는 좋은 삶과는 거리가 멀다. 마치 눈에 보이기만 하면 시도 때도 없이 먹어대는 음식처럼, 과잉은 쉽게 비만이 되어 우리 몸속에 독을 품게 된다. 행복을 추구하는 인간에게 필요한 것은 결핍을 채우기 위한 ‘관계의 대량화’가 아니라, 생산적이고 의미 있는 관계의 ‘질적 지향’이다. 지금 내 곁에 있는 동료와 친구, 가족이 바로 이러한 행복의 구심점임을 명심하자.



James Roh

