‘지금, 여기’에 강렬한 스포트라이트를 비추라

| **기시미 이치로, 고가 후미타케** | **전경아** 옮김 |

인생이란 원인과 결과로 이루어진 하나의 스토리가 아니라 순간순간의 연속이니 지금 이 순간에 집중할 것을 역설합니다(편집자 주).

철학자 등산의 목적이 '정상에 오르는 것'에 있다면 그것은 키네시스[1] kinesis적 행위라고 할 수 있지. 극단적으로 말하자면 헬리콥터를 타고 정상에 올랐다가 5분가량 머무르고 다시 헬리콥터를 타고 내려와도 상관없지. 물론 산 정상에 오르지 못한 경우 그 등산은 실패고. 하지만 목적이 산 정상이 아니라 등산하는 그 자체라면 에네르게이아[2]energeia적 행위라고 할 수 있지. 산 정상에 올랐는지는 관계없다네.

청년 그런 주장은, 참 말이 안 나오네요! 선생님은 완전히 자기모순에 빠져 있어요. 세간에 망신당하기 전에 제가 그 뻔뻔한 가면을 벗겨드리죠!

철학자 허, 그거 고맙군.

청년 선생님은 원인론을 부정하면서 과거를 바라보는 것을 부정하셨어요. 아시겠어요? 과거 따윈 존재하지 않는다, 과거에 의미는 없다고 말이지요. 그 점은 인정합니다. 확실히 과거는 변하지 않아요. 변할 수 있는 건 미래밖에 없겠죠. 하지만 지금 에네르게이아적인 삶의 방식을 설명하시면서 계획성을 부정하고, 결국엔 나의 의지로 미래를 바꾸는 것조차 부정하고 있습니다. 선생님은 되돌아보는 것을 부정하면서 앞을 내다보는 것까지 부정하고 있어요. 그건 마치 길도 없는 곳을 눈을 가린 채 걸으라고 등을 떠미는 것과도 같다고요!

---

1) 키네시스란 아리스토텔레스의 '목적론적 운동'을 말한다. 어떠한 가능성이 있는 사물(뒤나미스, 잠재태)이 목적을 완전히 실현한 상태(엔텔레케이아, 완전현실태)로 나아가는 과정으로, 정해진 목적을 향해 가는 운동이다.

2) 에네르게이아란 현실태現實態라고 하여 키네시스 중 목적의 완성보다는 '실현해가는 활동'에 초점을 맞춘다. 다시 말해 실현이 되어가고 있는 상태, '과정의 상태'에 있음을 뜻한다. 실행되고 있는 동시에 존재하고 있는 것으로, 그 자체로 완전한 가치를 가진다.

철학자 뒤도 앞도 보이지 않는다고?

청년 보이지 않아요!

철학자 당연한 것 아닌가. 대체 뭐가 문제라는 거지?

청년 무슨 말씀입니까?

철학자 자네가 극장 무대에 서 있는 모습을 상상해보게. 그때 극장 전체에 불이 켜져 있으면 객석 구석구석까지 잘 보일 거야. 하지만 자네에게 강렬한 스포트라이트를 비추면 바로 앞줄조차 보이지 않게 돼. 우리 인생도 마찬가지라네. 인생 전체에 흐릿한 빛을 비추면 과거와 미래가 보이겠지. 아니, 보이는 것 같은 기분이 들겠지. 하지만 **'지금, 여기'에 강렬한 스포트라이트를 비추면 과거도 미래도 보이지 않게 되네.**

청년 강렬한 스포트라이트요?

철학자 그래. 우리는 좀 더 '지금, 여기'를 진지하게 살아야 하네. 과거가 보이는 것 같고, 미래가 예측되는 듯한 기분이 드는 것은 자네가 '지금, 여기'를 진지하게 살지 않고 희미한 빛 속에서 살고 있다는 증거일세. 인생은 찰나의 연속이며, 과거도 미래도 존재하지 않아. 자네는 과거와 미래를 봄으로써 스스로에게 면죄부를 주려 하고 있네. 과거에 어떤 일이 있었든지 간에 자네의 '지금, 여기'와는 아무런 상관도 없고, 미래가 어떻게 되든 간에 '지금, 여기'에서 생각할 문제는 아니지. '지금, 여기'를 진지하게 살고 있다면 그런 말은 나오지 않을 걸세.

청년 하, 하지만…

철학자 프로이트의 원인론에 서게 되면 인생을 원인과 결과로 구성된 하나의 큰 이야기로 보게 된다네. 언제 어디에서 태어나서, 어떤 어린 시절을 보내고, 어떤 학교를 나와서 어떤 회사에 들어갔는가.

그래서 지금의 내가 있고, 미래의 내가 있다고 하는 식으로 말이야. 확실히 인생을 이야기에 비유하면 재미있고 이해하기도 쉽지. 그래봤자 그 이야기 끝에는 '흐릿한 미래'가 보일 뿐이야. 그럼에도 그 이야기에 따라 살려고 하지. 내 인생은 이러니까 이대로 살 수밖에 없다, 나쁜 것은 내가 아니라 과거인 환경이다. 이렇게 과거를 들먹이며 탓하는 것은 자신의 인생에 면죄부를 주는 걸세. 인생의 거짓말과 다름없지. 하지만 인생이란 점의 연속이며, 찰나의 연속이다. 그것을 이해한다면 더는 이야기가 필요하지 않을 걸세.

청년 그런 식이라면 아들러가 말한 생활양식도 같은 이야기가 아닙니까?

철학자 생활양식은 '지금, 여기'에 관한 이야기이며, 자신의 의지로 바꿀 수 있다네. 직선처럼 보이는 과거의 삶은, 자네가 '바꿀 수 없다'는 결심을 번복한 결과로 그렇게 보이는 것에 불과하지. 그리고 앞으로 펼쳐질 인생은 완전히 백지 상태에 놓여 있네. 쭉 뻗은 레일이 깔려 있는 것이 아니라. 거기에 이야기는 없어.

청년 하지만 그건 찰나주의(순간주의), 아니 보다 더 나쁜 향락주의일 뿐입니다!

철학자 그렇지 않아. '지금, 여기'에 스포트라이트를 비춘다는 것은, 지금 할 수 있는 것을 진지하고 빈틈없이 해나가는 것을 뜻한다네.(끝)

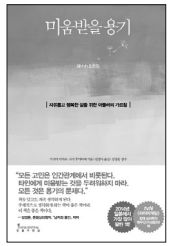
• 이 글은《미움받을 용기》에서 발췌하였습니다.
• 이 글은 미내사의 허락 없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | **기시미 이치로**岸見一郎 | 철학자. 1956년 교토에서 태어나서 현재까지 교토에 살고 있다. 서양 고대철학을 전공했고, 특히 플라톤 철학을 공부하면서 이와 함께 '아들러 심리학'을 연구했다. 아들러 심리학에 관해 깊이 있게 파고들어 왕성하게 집필 및 강연 활동을 펼쳤고, 정신과의원 등에서 수많은 사람을 상대로 카운슬링을 했다. 일본아들러심리학회가 인정한 카운슬러이자 고문이기도 하다. 저서로는 2014년 일본에서 크게 사랑받았던《미움받을 용기》와《아들러_인생을 살아가는 심리학》《불행의 심리 행복의 철학_사람은 왜 고뇌하는가》《아들러 심리학 실천입문》 등이 있다.

저자 | **고가 후미타케**古賀史健 | 프리랜서 작가. 1973년생이다. 잡지사에서 활동한 후 현재는 서적 라이팅(이야기를 듣고 집필하는 형식)을 전문으로 하는데, 비즈니스 서적을 비롯해 논픽션 등 수많은 베스트셀러를 탄생시켰다. 리듬감과 현장감 넘치는 인터뷰 원고로 정평이 나 있으며, 인터뷰집 《열여섯 살의 교과서16歲の敎科書》 시리즈는 총 70만 부가 넘게 팔렸다. 20대의 끄트머리에 '아들러 심리학'을 접하고 상식을 뒤엎는 사상에 큰 충격을 받았다. 그 후 몇 년에 걸쳐 기시미 이치로 씨를 찾아가 아들러 심리학의 본질에 대해 문답식으로 배웠고, 그리스철학의 고전, 대화 형식을 취한 《대화편對話篇》을 모티브로 삼아 이 책을 집필했다. 단독 저서로는 《스무 살의 나에게 추천하고 싶은 문장 강의20歲の自分に受けさせたい文章講義》가 있다.

역자 | **전경아** | 중앙대학교를 졸업하고 일본 요코하마 외국어학원 일본어학과를 수료했다. 현재 출판 번역 전문 에이전시 베네트랜스에서 번역가로 활발히 활동 중이다.
옮긴 책으로는 《아이의 두뇌 습관을 바꿔라》 《외동아이 잘 키우는 55가지 지혜》 외 다수가 있다.

추천도서 마음에 담은 책 GoodBook



미움받을 용기

자유롭고 행복한 삶을 위한 아들러의 가르침

기시미 이치로, 고가 후미타케 지음 | **전경아** 옮김 | **김정운** 감수 | 인플루엔셜 | 값 14,900원

심리학 제3의 거장 '아들러', 용기의 심리학을 이야기하다!

어릴 때부터 성격이 어두워 사람들과 쉽게 친해지지 못하는 사람이 있다. 언제까지 다른 사람들과의 관계 때문에 전전긍긍하며 살아야 할지, 그는 오늘도 고민이다. 이런 그의 고민에 "인간은 변할 수 있고, 누구나 행복해 질 수 있다. 단 그러기 위해서는 '용기'가 필요하다"고 말한 철학자가 있다. 바로 프로이트, 융과 함께 '심리학의 3대 거장'으로 일컬어지고 있는 알프레드 아들러다.

《미움받을 용기》는 아들러 심리학에 관한 일본의 1인자 철학자 기시미 이치로와 베스트셀러 작가인 고가 후미타케의 저서로, 아들러의 심리학을 '대화체'로 쉽고 맛깔나게 정리하고 있다. 아들러 심리학을 공부한 철학자와 세상에 부정적이고 열등감 많은 청년이 다섯 번의 만남을 통해 '어떻게 행복한 인생을 살 것인가'라는, 모두가 궁금해하는 질문에 답을 찾아가는 여정을 그렸다.

첫 번째 밤부터 다섯 번째 밤까지의 순서로 진행되는 동안 철학자와 청년의 대화는 점점 긴장감을 불러일으키며 재미를 더한다. 특히 철학자의 주장에 이어지는 청년의 반박은 공감대를 한껏 불러일으킨다. 여기에 시대를 읽는 유쾌한 문화심리학자이자 《남자의 자격》, 《에디톨로지》의 저자 김정운 교수가 감수를 맡아 내용의 깊이까지 더해졌다.