책이름: 코리안 탈무드

작가: 홍익희/김정완/이민영

이 책을 읽게된 계기:

이 책은 가족 중 한 명이 이벤트에 당첨되어 받아온 책이다. 표지가 굉장히 노랗고 세련됐다. 최근들어 자기계발에 대한 관심이 굉장히 많아졌다. 2021년이 벌써 끝이 보이기 시작하는데 아직 나는 많은 것을 해내고 싶은 마음에 급하게 읽게되었다.

인상 깊었던 구절/부분:

가장 인상 깊었던 부분은 97페이지부터 시작되는 “열정적으로 일에 몰입하라” 챕터이다. 예전에 읽엇던 <시크릿>이라는 책이 생각났다. “일에 몰입하기 위해서는 기도하듯 하면 된다. 열렬히 기도할 때 사람은 손을 들게 되는데, 그만큼 하나님께 자신의 소원이 간절하다는 것을 말하고자 하는 것이다. 기도를 건성으로 하면 당연히 응답을 받을 수 없다. 일도 마찬가지다. 무아지경에 빠질 정도로 몰입하지 않으면 어떤 일이든 성공하기 힘들다”라는 구절이 있다. 이 문장이 인상깊었던 이유는 지금까지의 나의 행동들에 대해 다시 반성하는 계기가 되었다. 무아지경에 빠질 정도로 내가 열심히 몰입해서 해낸 일이 지금까지 있었나? 라는 생각이 들었다. 기억이 나지 않는 것을 보니 최근에 정말 몰입한 일이 없었구나 를 깨닫게 되었다. 매번 다양한 사건과 일들에 시달리며 내 할 일에 몰두해보지 못했던 것 같다.

일상 속 수많은 정보와 신호 자극으로 우리의 주의력은 늘 분산되어 있다. 주변의 다양한 자극을 차단하고 주의력을 모으기 위해 소소한 습관을 바꿔낼 필요가 있다고 생각한다. 앞으로 하루에 5분, 10분, 30분씩 조금씩 늘려가면서 내 일에 몰입하는 시간을 만들어야겠다는 다짐을 하게 되었다. 또한, 평소에 내 몰입을 방해하는 요소들(예를 들어, 카카오톡 알림, 광고, 유튜브 등)을 파악하고 이 방해요소를 줄여나가야겠다.