<1>

나는 소위 말해서 ‘살아지는 대로 사는 사람’이다. 내일 할 일, 이번 달의 목표, 연초면 다들 하곤 하는 신년 계획 그리고 더 나아가 인생의 목표까지. 사람들은 그 정도는 각각 다르지만 각자의 계획을 세우고 지키려고 노력한다. 여행 계획을 세울 때 이 개인간의 차이가 가장 두드러진다. 시간별로 쪼개서 일정을 짜며 플랜 B, 플랜 C까지 미리 생각해 놓는 사람이 있는 한편, ‘자유’ 여행의 이름에 걸맞게 여유와 유연성을 가지고 여행하는 사람들이 있다. 나는 후자에 속한다.

나는 원체 성격이 계획을 철저하게 세우고 지키는 편이 아니며 즉흥적인 면이 강하다. 그래서 늘 ‘살아지는 대로 살면 된다’는 생각을 갖고 살아왔다. 모든 일이 꼭 순서대로 이행되어야 하는 것은 아니고 얼마든지 변경될 수 있다. 그 순간에 하고싶은 일을 하면 되고 하고싶지 않다면 바꾸면 된다. 이런 내 성격과 습관은 시간 관리와 계획 수행의 중요성이 가장 부각되는 수험 생활 때에도 여전했다. 몇 시부터 몇 시까지는 어떤 과목을 어디까지 공부하고, 자는 시간 일어나는 시간까지 철저히 지키는 나의 친구와는 다르게 나는 그 날 공부해야 할 분량만 설정하고 때에 따라 집중이 잘 되는 과목과 시간을 선택해서 바꿔가며 공부했다. 할당된 공부량을 채우지 못하는 날들도 꽤 있었고, 밤에 공부가 더 잘 되는 탓에 수면 시간이 바뀌어 시험 기간마다 공부 때문이 아니라 생활 패턴을 돌리느라 고생하는 정도였다.

<2>

이러한 나의 성정은 나태해지기 가장 쉽다. 나는 나의 이 여유로움의 단점에 대해 수 없이 지적을 받아왔다. 하지만 이것을 머리로는 이해하고 있어도 가슴으로는 그다지 받아들이지 못했다. 내가 받아온 결과들이, 그것이 노력 때문이었든 혹은 운이 따라줬든 웬만하면 최선의 결과는 아니더라도 만족하며 수긍할 수 있을 정도로 무난했다는 점이 내 생각이 변하지 않는 데에 기여를 했다. 또한 나는 원래 이런 사람이라고 단정짓고 타인의 말을 한 번이라도 더 듣거나 나 자신을 되돌아보려는 노력을 하지 않았던 탓이다.

나는 내 생각이 얼마나 잘못됐었는지 직접 내 생활의 변화로 느꼈다. 상황의 압박과 주변의 부담 그리고 의무감에 하루하루를 게임 퀘스트 클리어하듯 해치워 갔던 수험생 때와 달리, 대학에 진학하고 나서는 무엇을 언제 어떻게 공부할 것인지 등 선택의 폭이 넓어졌고 모든 선택지가 열렸다. 더군다나 올해는 코로나 사태로 대면 강의를 진행하지 않게 됨에 따라 시간을 더욱 자율적으로 활용할 수 있게 되었다. 매일이 정해진 틀에 맞춰 같은 일정의 반복이었던 지난 학교 생활이 끝나고 한순간에 새로운 상황을 맞이하게 된 것이다. 처음에는 자유를 얻었다는 생각이 들었다. 정규교육과정이 간신히 붙들고 있던 나를 놓아버린 것 같았다.

밤에 깨어 있고 해가 뜨면 잠에 드는 야행성의 생활 패턴은 햇빛을 보기 힘들게 만든다. 대면 강의가 정상적으로 이루어졌다면 그래도 시간표에 맞춘 삶을 살았을 텐데 비대면 비실시간 강의로 공부를 하다 보니 새벽에 강의를 듣고 과제를 하는 것이 일상이 되었다. 가족과 반대가 되어버린 이 패턴은 식습관을 무너뜨린다. 식사를 제때에 하지 않고 몸에 좋지 않은 간편식으로 대충 배고픔만 해결하게 되거나 반대로 과도하게 먹게 된다. 그리고 외향적이거나 활동적이지 않은 내 성격도 여기에 더 보탠 것 같다. 운동을 하나 하는 데에도 작심삼일이 용할 지경이니, 큰 노력이 필요하다. 수험생인 친구들은 더더욱 만날 수가 없었다.

또, 포스트 코로나시대에 가장 위험한 것 중 하나가 ‘코로나 블루’이다. 번아웃은 자각하지 못한 순간에 찾아온다. 의욕이 없어지고 사소한 일조차 힘들어지면 ‘한 것도 없는데 왜 나는 아무것도 못하고 있지’라는 생각에 자책을 한다. 이런 부정적이고 쳐지는 생각은 또 다른 우울과 무력감을 부른다. 악순환의 시작이다. 나의 모든 상황이 행복을 파괴하는 방향을 향했다.

나태가 우울을 부른다. 규칙적이거나 계획적이지 못하고 유연함으로 위장한 게으름이 하나하나 쌓여 정상적인 생활을 파괴했다. 여기서 규칙과 계획이 얼마나 중요한지 몸소 느꼈다. 그리고 나는 무의미하게 흘려보내는 시간이 아까워 아르바이트를 늘렸는데, 웃기게도 출근하는 시간만큼은 꼭 지켜야하는 것이니 열심히 잘 지켰다. 나는 여기서 또 지켜야만 하는 계획이 주는 적당한 압박과 스트레스는 삶에 필수적이라는 것을 깨달았다.

나는 나의 이러한 면들이 단지 나의 성격이고 사람의 여러 유형 중 하나라고 생각했었다. 하지만 내게 부정적인 영향을 미친 것이 무엇인지, 그 원인은 무엇인지 하나하나 짚고 거슬러 올라가며 생각해보니, 이런 나의 ‘성격’은 그냥 무기력함의 자기 합리화였을 수도 있다는 생각을 했다. 그 합리화 뒤에 숨어 하고싶지 않은 일에서 도피할 수 있는 핑계를 대고 있던 것이다. 나는 고등학교 시절을 무기력의 악순환에서 벗어나지 못했고, 후회스러운 시간을 낭비하며 보냈다. 그 악순환에 허덕이느라 벗어날 생각도 하지 못했었다. 다른 여러 외부적인 요인들도 분명히 존재했지만, 그 원인 중 가장 큰 것이 바로 자신을 돌아보지 않고 비판적으로 생각하지 않은 과오라는 생각이 들었다.

무계획이 계획일 수는 없다. 무계획은 단지 무계획일 뿐이다. 부담되지 않을 정도의 계획은 하루의 적당한 원동력이 될 수 있다. 무리한 계획이 주는 역효과만 주의하면 된다. 여태 의식하지는 못했지만 나는 ‘더 이상 이렇게 살면 안되겠다’ 싶을 때 다이어리를 꺼내곤 했다. 일기도 잘 쓰지 않아 늘 방치되던 다이어리에 나도 모르게 오늘 꼭 해야만 하는 일을 적어 내린다. 그것을 지키는 지의 여부는 두 번째 문제이다. 지금의 상태에서 벗어나는 가장 좋은 방법이 일단 무엇을 시작해야 하는지 앎에 있다는 것을 나도 무의식적으로 알고 있었다는 걸 느꼈다.

내가 내 삶의 모토, 좌우명 격으로 생각했던 ‘살아지는 대로 살자’는 것이 스스로를 조절하지 못했을 때 얼마나 큰 역풍으로 돌아오는지, 그리고 그 일을 겪었음에도 주변과 자신을 돌아보지 않아 자신의 상황을 알지 못했던 것을 알게 되었다. ‘살아지는 대로 사는’ 것이 아니라 ‘사는 대로 살아지는’ 것이다.