<https://www.youtube.com/watch?v=NrSYCqxWB3E>

week4

due 23-09-27

‘출구 없는 모든 감정은 병을 일으킨다.’ 라는 언급이 깊이 공감되었다. 평론가님은 의외로 감정을 잘 표현하는 사람들이 글쓰기를 어려워하는 경우가 많다며, 표현하는 것과 글로 정리하는 것은 같은 에너지라고 이야기한다. 사람을 대상으로 하는 표현이 아니더라도, 글이 감정표현을 위한 하나의 창구가 된다는 것이다. 누르면 고장이 나도록 설계된 것이 사람이기에, 이러한 관점에서 글쓰기가 가진 강력한 힘을 확인할 수 있다.

모든 인간은 원초적으로 자기표현의 욕구를 가지고 있다고 생각한다. 스스로의 안에 있는 것, 감정과 생각을 다양한 방식으로 표현할 때 자유로움과 행복감을 느낀다. 글쓰기는 사려 깊고 섬세한 자기 표현의 한 수단이 된다. 나의 감정을 찬찬히 들여다보고 신중하게 언어를 골라 표현하는 것이다. 그리고 기록으로 남는 그 과정과 결과물은 그에 공감하는 또 다른 이들을 위로한다.

나 또한 글쓰기와 가까이 지내온 사람들 중 하나라고 생각한다. 되짚어보자면 중학교 2학년 즈음부터, 안 쓰는 sns계정에 감정과 사건들을 기록하기 시작했다. 감정이 격해지거나 혼란스러웠던 순간들을 모조리 글밥으로 쏟아내고는 복기하며 천천히 정리하곤 했다. 감정에 매몰되어 머리가 뜨거워지는 감각이 싫어 머리를 식히기 위한 습관이었다. 처음 주제를 시작할 때는 떠오르는 대로, 느껴지는 대로 열심히 받아 적다가 감정이 한풀 꺾이면 처음부터 다시 읽어보며 객관적인 분석을 시작했다.

오랜 시간이 지난 후에도 흔적처럼 남은 그 시절의 글들은 읽어보기 참 재미있더라. 무려 미래의 나를 위로하기도 했다. 그 시간들이 나와의 관계에 큰 도움이 되었다고 느낀다. 감정과 사건들을 시간 속에 그저 흘려보내기 보다는 한 줌이라도 붙잡아 들여다보고 생각을 더한 까닭이다. 글을 쓸 때면 고요하게 스스로와 마주할 수 있고 마음 속 쌓였던 이야기들에 귀를 기울일 수 있다. 나의 자기표현 수단이자 감정의 출구였다.

요즘 세상이 어지럽다는 생각을 한다. 현대인들의 마음도 점차 삭막해지고 메말라간다. 마음이 어려운 사람들을 많이 본다. 그저 억눌린 채 곪아가는 감정들을 많이 본다. 글쓰기가 조금 더 보편화되면 좋겠다. 반드시 글쓰기가 아니더라도, 사람들이 내면의 것들을 건강하고 고요한 공간에 정리하며 스스로를 위로할 수 있다면 좋겠다. 자신과의 관계를 단단하게 다지고 그로 인해 서로 사랑할 수 있길 바란다. 세상을 향한 작은 바램이다.