

사설

애초부터 무기력증 환자 만들지 말아야

현대사회에서는 무기력한 사람들이 늘어나고 있다고 한다. 그 일단이 노숙자들이다. 이들 중에는 일할 수 있는 충분한 신체적 조건을 가진 사람들도 있다고 한다. 그러함에도 모든 것을 포기하고 노숙하는 것이다. 이들 중 상당수는 무기력증을 앓고 있다고 한다. 이들 뿐만이 아니다. 학교에서도 공부는 않고 멍하니 허공만 쳐다보는 학생들도 있다. 아예 학교도 가지 않은 채 불도 켜지 않는 컴컴한 방구석에서 웅크리고 앉아 있는 경우도 있고, 이들은 아무 것도 할 수 없고 어떤 효과적인 도움도 활용할 수 없다고 믿고 있는 것이다. 이 같은 무기력은 아무리 열심히 노력해도 노력한 만큼 대가를 얻을 수 없다는 느낌으로부터 시작되는 경우가 많다고 한다.

배우자 및 아동학대 희생자에게서도 자주 나타난다고 한다. 이처럼 어떤 특정 상황에서 열심히 했음에도 불구하고 어쩔 수 없었던 나쁜 경험들이 계속 쌓이고, 이런 경험이 모든 상황으로 일반화되어 나타나는 무기력을 우리는 학습된 무기력이라 한다. 학습된 무기력이 만성적으로 지속되면 우울증이 변화되는 경우가 많다. 때문에 우선 이런 조건을 만들어주지 않아야 할 것이다.

그런데 너무나 바쁜 현대사회를 살아가는 사람들은 그런 조건들을 만들어가고 있는 것이 현실이다. 물론 의도적으로 그렇지는 않은 것이지만, 그 누가 가족들을 그런 상황으로 몰아가겠는가. 그런데 조그만 방심이 이런 현상을 빚어내게 되는 것이다. 핵가족제도 속에서 살아가는 현대인들, 바쁘게 움직여야 삶을 부지할 수 없기에 아침 일찍 집을 나선다. 그리고 늦은 밤이 되어서야 귀가한다. 이러한 동안 어린 자녀들은 방치될 수밖에 없지 않겠는가. 서민들은 물론 부유층도, 그래서 얻어지는 게 무기력증 환자인 것이다. 이런 무기력증을 그대로 방치하면 영원히 사람 구실 못하는 인간으로 변모해버리기도 한다. 때문에 그에 대한 대책을 강구해야 할 것이다. 이 같은 학습된 무기력 상태에 빠지지 않게 하려면 성공 경험을 많이 하도록 도와주는 것이 필요하다. 긍정심리학의 창시자이자 학습된 무기력 분야의 최고 권위자인 마틴 셀리그만 교수팀은 동물들의 '숙달된 무기력'을 실험하던 도중 이 원리가 인간의 무기력증이나 우울증에도 적용된다는 사실을 발견했다.

이후 20여년 간의 숱한 실험과 현장 조사 연구를 통해서 비판주의에 빠져 있는 사람들의 상황해석과 언어표현 습관을 긍정적, 낙관적으로 바꿔줬다. 누구나 희망에 찬 낙관주의자가 될 수 있다는 인지적 치료법을 개발했던 것이다. 이들은 처음에는 무기력의 타성에 빠진 개에게 실험했다. 이 개는 물이 젖은 바닥에 전기가 흘러도 피할 생각도 않고 그대로 엎드려 있을 정도로 무기력했다. 그래서 실험실 바닥에 전기를 흘린 후에도 개가 무기력하게 엎드릴 때마다 목줄을 당겨서 안전한 방향으로 옮겨줬다. 그렇게 수없이 전기가 흐르지 않는 안전한 방향으로 피할 수 있다는 사실을 반복해서 경험토록 했던 것이다.

그러던 어느 날 또 전기를 흘려서 고통을 주었을 때 그 개는 놀랍게도 예전과는 달리 발뺌 일어나 안전한 방향으로 뛰어 들어갔다. 즉, 긍정적인 경험을 반복적으로 하게 되면 자신감이 회복된다는 것을 보여주는 실험결과였던 것이다. 그렇다. 긍정은 매우 중요하다. 특히 인간은 이 세상 그 어느 생물체보다도 학습능력이 뛰어나다. 때문에 모든 사람들이 긍정적인 삶을 영위할 수 있도록 노력해야 할 것이다. 하지만 그 무엇보다도 중요한 것은 애초부터 무기력증 환자를 만들지 않는 것이다.

자세에 있어서 너무나 달랐다. 데카르트가 이성(理性)을 모든 것의 기준으로 삼는 철저한 합리주의자라면, 파스칼은 이성을 존중하면서도 그 한계를 분명히 인정하는 사상가였다. 데카르트는 "나는 생각한다. 고로 나는 존재한다."라고 말하였지만, 파스칼은 오히려 "오만한 인간이여! 신의 말씀을 들어라."고 충고한다.

전자(데카르트)의 신은 이성으로 생각되는 철학자의 신인 데 반하여, 후자(파스칼)의 신은 심정으로 느껴지는 종교인의 신이다. 데카르트의 회의(懷疑, 의심)가 학문적 진리에 도달하기 위한 방법적 회의였다면, 파스칼의 그것은 종교적 진리에 육박하기 위해 믿음으로써 탐구하는 회의였다. 이에 파스칼은 데카르트를 분명히 반대하는데, 『팡세』에는 다음과 같은 구절이 있다.

"나는 데카르트를 용서할 수 없다. 그는 신 없이 지나치려고 하였다. 그러나 그는 세계에 운동을 주기 위해서, 신으로 하여금 한 손가락을 움직이게 하지 않을 수 없었다. 그 다음에는 그에게 신이 필요치 않았다."

*본란의 내용은 본지 편집방향과 일치하지 않을 수도 있습니다.



강성욱 교수의 철학이야기

광주교육대학교 명예교수, 철학박사 유튜브 강성욱 철학티비, '강성욱을 문학티비' 운영중

우정이 철천지 원수로-데카르트와 파스칼(1)

않았다. 그러나 이탈리아의 물리학자이자 수학자인 토리첼리(1608년~1647년)가 1643년 로마에서 유리관과 수은을 사용하여 '토리첼리의 진공'을 발견하였고, 이 이야기를 전해 들은 파스칼은 약 1년 동안 모든 시간과 정력을 이 실험에 집중하였다. 그 결과, 그의 독자적인 실험 결과를 논문으로 발표하여 '근대적인 물리 실험법의 창시자'로서 명예를 얻게 되었다.

안연주의 신앙(신의 은총에만 의지하여 도덕적 엄격주의를 지켜 나감)에 접하여 최초의 회심(回心, 죄악의 삶에서 하 나님 앞으로 나아가고자 하는 마음의 변화)을 경험한 파스칼은 1647년 건강이

나빠져 파리로 갔고, 이곳에서 27년이나 연상인 데카르트의 방문을 두 번 받는다. 이때까지만 해도 두 사람 사이에 진공의 본질에 대한 의견 차이는 없었다. 그러나 이듬해 파스칼이 기압(공기의 무게로 인해 생기는 압력)의 문제를 해결하기 위해 실험을 했는데, 데카르트는 그 실험을 시(示)한 사람이 바로 자신이라고 말하며 파스칼을 비난하기 시작했다. 그러나 파스칼 역시 그 실험은 자기 자신의 착상이라고 주장하며 양보하지 않았다.

두 사람은 모두 17세기의 프랑스가 낳은 천재적 사상가들이었다. 하지만 물리학의 영역에서 뿐만 아니라 성격이나 인 생관, 세계관 또는 신과 진리를 대하는

입장과 감정이 한 공간에 모여 있음을 실감한다. 누군가에게는 절박한 외침이고, 또 다른 누군가에게는 일상의 불편일 수 있다. 그 사이에서 내가 가장 크게 느끼는 책임은 '질서'보다 '안전'이다. 모두가 무사히 일상으로 돌아가는 것, 그것이 집회 대응의 출발점이자 지켜야 할 원칙이라 생각한다. 그동안 집회 대응은 사전적·예방적 관

리에 중점을 두어 왔다. 그러나 최근에는 집회의 자율성과 책임을 존중하는 방향으로 대응 기조가 변화하고 있다. 통제 중심에서 벗어나, 필요한 경우에 한해 사후적·보충적으로 질서를 지원하고 안전을 확보하는 역할로 패러다임이 전환되고 있는 것이다.

이에 경찰은 주체 측과 충분히 소통하며 이동 동선과 집결 장소를 점검하고, 인파

밀집 구간 관리와 긴급차량 통로 확보 등 안전 확보에 힘쓰고 있다.

집회의 자유가 온전히 존중받기 위해서는 그 자유가 안전 위에서 있어야 한다. 서로를 향한 작은 배려와 책임이 모일 때, 집회 현장은 갈등의 공간을 넘어 성숙한 시민 의식이 드러나는 신뢰의 공간으로 나아갈 수 있을 것이다.

박소현 고흥경찰서 경비안보과

독자투고

최근 도심 곳곳에서 다양한 집회와 시위 가 이어지고 있다.

집회는 헌법이 보장한 소중한 권리이자 시민이 자신의 뜻을 표현하는 중요한 통로다. 그러나 많은 인원이 동시에 모이는 공간인 만큼 작은 변수 하나가 예상치 못한 사고로 이어질 수 있다는 점에서 현장에서는 사람으로서 늘 긴장감을 느끼게 된다. 집회 현장에서 근무하다 보면 서로 다른

집회 시위 대응 패러다임 전환, 경찰의 역할은 달라지고 있다

오늘의 운세 2026년 4월 6일 월요일 (음력 2월 19일)

- 48년생 꿈꿨던 대로 득실을 따져보자. 60년생 주교받는 관계 순해가 없어진다. 72년생 똑똑한 지만 회초리를 맞아보자. 84년생 약속 지키기 위한 고정을 가져보자. 96년생 주먹만 휘둘러 후회할 수도 있다.

- 49년생 너무나 좋은 것에 실체를 알아내자. 61년생 충추고 노래하고 경사를 맞이한다. 73년생 그렇다 의견일지 아예 동무 해 보자. 85년생 노력의 대가 지갑이 든든해진다. 97년생 대신하는 자리 주인공이 되어간다.

- 50년생 더없는 호사에 마냥 즐거워진다. 62년생 위기에서 기회로 반전에 성공한다. 74년생 흉이리도 감할까 조심을 더해보자. 86년생 열심히 하기에 밑줄을 그어보자. 98년생 막내 역할 잘한다. 친정을 들어보자.

- 51년생 고행집 나트니 무 처음을 지켜보자. 63년생 시험은 백점 만점만 세기 볼라진다. 75년생 부족한 부분은 정성으로 채워보자. 87년생 승려진 계승이 밖으로 깨나. 99년생 젊음이라는 특권 공을 만들어보자.

- 52년생 꽃기는 욕심, 다된 밥을 쏟아내. 64년생 잊지 못할 추억이 가슴에 뜨거워진다. 76년생 아부음이 커도 현실과 타협하자. 88년생 조금은 건방지게 쿨대를 늘어보자. 100년생 어둠은 지나고 희망이 밝아온다.

- 53년생 소소한 일상을 마음 깊이 저장하자. 65년생 허황된 목표여도 포기는 금물이다. 77년생 궁하면 통한다. 발품을 팔아보자. 89년생 어려서 은판단 주위 믿지 못한다. 101년생 주지 못하는 미안함, 애써 외면하자.

- 54년생 눈으로 안 보이는 것이 다가. 66년생 귀해진 대접 비단옷이 걸려진다. 78년생 수업에 집중하는 학생이 되어보자. 90년생 달라진 상황에 빠르게 적응하자. 102년생 경로의 발전으로 기대에 부응하자.

- 55년생 중무장은 기본 전투력을 키워보자. 67년생 공이 떨어라 해도 장단을 맞춰보자. 79년생 은대했던 약속 낙서가 되어간다. 91년생 이해하고 고대독하는 법을 배워보자. 103년생 미리하는 준비로 예쁨을 받아보자.

- 56년생 경험에서 나온 지혜를 깨닫자. 68년생 여럿을 위한 희생 가치를 더해준다. 80년생 느긋한 기다림 바쁘게 굴어보자. 92년생 실력은 자신 있다. 앞으로 나서보자. 104년생 쉽지 않은 허락 건뎌줄을 돌려야 한다.

- 57년생 식구 같은 손님 안이주고. 69년생 은근히 호우 유혹할 강개 받아보자. 81년생 애매한 감정을 짚어보자. 93년생 미루고 있는 숙제 문제를 크게 한다. 105년생 살려고 흥분되는 제안을 들어보자.

- 58년생 벽속고 통성한 진치를 보여보자. 70년생 달콤한 애정 표현 청춘이 다시 온다. 82년생 때기 아니면 뒷집 지고. 94년생 부진이라는 꼬리표가 떨어진다. 106년생 생각은 멈추고 행동으로 옮겨보자.

Goheung Spaceship Terminal. 제16회 고흥 우주항공축제. 2026.5.2. (토) - 5.5. (화) 고흥군 봉래면 나로우주센터 일원. 주최/주관 고흥군 고흥군축제위원회

광전매일신문 e-mail : gwangmae5678@hanmail.net. 회장 송암 발행인 대표이사 정길화. 편집인 권광춘 편집국장 박신주. 대표전화 (062)525-9775. 회장실 (내선)210. 임원실 (내선)207. 총무국 교 2002. 광고국 교 2006. <팩스> (062)528-4566. 편집국 교 2001. 정경부 교 2003. 사회부 교 2004. 사업국 교 2007. 인쇄 (주)대 한칼라 본지는 신문윤리강령 및 그 실천요강을 준수합니다. 구독료 월 3,000원 / 147/01원