



기록하는 삶

김주성(괴산군의회 의원)

조선 후기 실학자 다산 정약용은 전라도 당진에서 유배기간 중 집필을 시작하여 1818년(순조18)에 목민심서를 완성했다. 목민심서는 벼슬을 하는 이들(목민관)이 지켜야 할 준칙과 덕목 등에 관해 쓴 것으로 조선 후기의 사회상과 정치를 엿볼 수 있으며, 현재의 정치인, 관료, 경영인 등에게 대표적인 지침서로 꼽힌다.

충무공 이순신은 1592년부터 1598년 임진왜란 동안 군중에서 2,500여 일 동안 일기를 써 내려갔는데, 200여 년이 지난 난중일기라는 이름이 붙여졌으며, 이는 국보 제76호로 지정되었으며 유네스코 세계기록유산에 등재되었다.

이러한 기록은 특별하고 위대한 사람만이 할 수 있는 것은 아니다. 어린 시절을 떠올려보면 학생들은 숙제로서 일기를 써야 했다. 방학 때에는 개학이 임박해서 한꺼번에 썼던 기억이 있을 것이다. 미리 숙제를 해야지 하면서 다짐했음에도 그 약속을 지키기란 쉽지 않았다. 당시에는 이해하지 못 했지만 일상적 글쓰기가 그만큼 중요했기 때문일 것이다.

일기와 같은 기록의 가치, 중요성, 실천 등에 대해서 이야기하려 한다. 기록은 기회요, 스토리텔링이요, 콘텐츠이며, 기록의 기본은 글쓰기다.

글쓰기를 하면 똑똑해진다. 글쓰기는 머릿속에 있는 생각과 감정, 보고 듣고 관찰한 것을 정리하고 표현하는 과정이다.

정보를 수집하는 과정에서 머리와 손을 사용하게 되며 신체와 두뇌의 활동량이 증가한다.

글쓰기는 정신건강에 좋다. 스트레스를 받는 등 감정적으로 어려움을 겪을 때 글쓰기를 통해 우울감, 불안한 생각, 스트레스를 줄일 수 있다.

글쓰기를 통해 말과 행동의 변화를 가져온다. 글을 쓰는 과정에서 생각을 논리적으로 정리하게 되며 대화를 할 때 본인의 생각을 상대방에게 정확하게 전달할 수 있다. 이 외에도 글쓰기의 장점은 많다.

종이 위에 필기구로 쓰던 것이 이제는 컴퓨터와 스마트폰으로 대체되었으니, 이러한 도구들을 적극 활용할 필요가 있다. 틈틈이 메모를 해두고 하루 혹은 일정한 단위로 마감하면서 인터넷에 기록을 남겨보면 어떨까. 영농일지, 맛집, 장소, 나와 이웃들의 이야기 등 글쓰기의 소재는 무궁무진하다. 나에게 익숙하고 하찮게 여겨지는 것들이 누군가에게는 소중한 유익한 정보가 될 수 있다. 또한, 요즘의 온라인상에서의 글쓰기를 통해 예상하지 못 했던 공감을 받거나 위로를 받을 수 있으며 연결과 확장을 경험할 수 있다. 누군가에 맡기기보다 나 스스로가 해야 느낄 수 있다.

글쓰기는 사진, 영상 등 다양한 미디어와 결합해서 효과가 증가되며 콘텐츠가 되어 부가가치를 이끌어낼 수 있다. 자기 만족에서 시작된 기록이 콘텐츠에 대한 보상, 나아가서는 작가로 등단할 수 있다.

인터넷에서 검색했을 때 정갈하게 정리된 우리의 기록을 발견한다면 감동적이지 않을까. 자신에게 맞는 매체(플랫폼)를 선택해서 기록하는 삶을 실행에 옮겨보자.