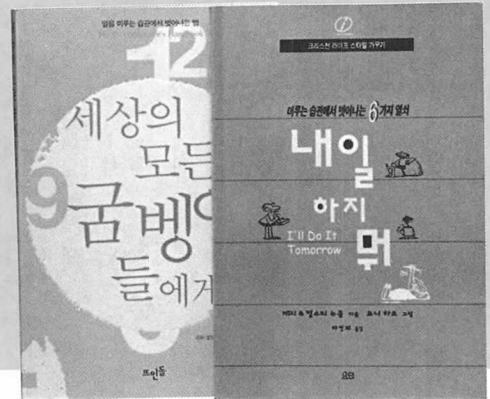


“오늘 할 일을 내일로 미루지 말라”

《세상의 모든 굼벵이들에게》와 《내일 하지 뭐》

《세상의 모든 굼벵이들에게》와 《내일 하지 뭐》의 지은이들은 사람들이 일에 대한 두려움 때문에 차라리 일을 하지 않는 편을 선택한다고 말한다. 그리고 일을 미루는 것은 단지 ‘나쁜 습관’ 일 뿐이라고 지적한다. 일을 미루는 심리적 이유와 교묘한 자기 합리화의 방법을 적나라하게 보여주는 두 책은 미루는 습관을 고치는 확실한 방법을 가르쳐준다.



뜨인돌/A5신/232면/8000원

요단/A5신/208면/6500원

쉬운 일을 어렵게 만들려면 어떻게 할까. 방법은 간단하다. 그 일을 미뤄두기만 하면 된다. 그렇다면 일을 간단하게 처리하는 방법은 자명해 지는데, 그것은 바로 일을 제때 처리해 버리는 것이다. “오늘 할 일을 내일로 미루지 말라”는 격언이 단호한 어조로 말하고 있듯이 말이다. 하지만 그게 어디 말처럼 쉬운가. 해야 할 이유는 적는데, 미뤄야 할 이유는 언제나 넘쳐난다.

두려움 때문에 일을 미루게 돼

처리해야 할 서류작업이 있다. 망설임 끝에 결심하고 책상에 앉는다. 펜을 드는 순간, 책상이 너무 어지러워 보인다. 책상을 청소한다. 그리고 나니 커피가 마시고 싶어지고 커피를 마시고 나니, 이번엔 혹시 중요한 이메일이 도착한 것이 아닐까 하는 생각이 든다. 이메일을 확인하다 내친 김에 친구에게 편지를 한 통 쓰고, 웹서핑까지 한다. ‘이제 슬슬 일을 시작해볼까’ 하는데, 웬걸 시계 바늘은 어느새 자정을 지나가고 있다. 이제는 ‘한 슴푼 자고 내일 맑은 정신으로 하지 뭐’ 하는 생각이 슬그머니 들기 시작한다. ‘어차피 오늘 마무리짓지도 못할 일이었어’ 하는 자기 변명이 시작되는 것도 이때부터다. 그런데 바로 이 지점이 미루기가 시작되는 출발점이기도 하다.

그렇다면, 우리는 왜 일을 미루는가. 이유는 간단하다. 단지 그 일을 하기 싫기 때문이다. 《세상의 모든 굼벵이들에게》(리타 엠렛, 최정미, 뜨인돌)와 《내일 하지 뭐》(제리 쿨스티 뉴콧 외, 마

영래, 요단)는 우리가 일을 미루는 이유가 무엇인지 분석한다.

이들 책의 지은이들은 우리가 일을 미루는 이유가 일에 대한 두려움 때문이라고 말한다. 완벽에 대한 두려움, 실패에 대한 두려움 때문에 일을 미룬다는 것이 지은이들의 공통된 분석이다. 이들 가운데 특히, ‘미루기의 달인’들은 실패하는 것을 가장 두려워한다. 지은이들은 이들이 ‘해야 한다’는 강박감에 빠져 있는 ‘강박증 환자’며, ‘할 수 없을지도 모른다’는 공포감에 시달리고 있는 ‘패배주의자’들이라고 분석한다. 이들의 머리 속을 가득 채우고 있는 것은 “해야 할 것이냐 하지 말아야 할 것이냐”는 고민과 갈등 등. 그러나 선택은 대부분 ‘차라리 아무것도 하지 않는 쪽’으로 기울어진다. 이들이 진정으로 두려워하는 것은 그 일에 얼마나 많은 시간과 에너지를 소모해야 하느냐가 아니라, 단지 시작 그 자체다.

일을 미루는 것은 습관일 뿐

지은이들에 따르면 일을 미루는 것은 단지 ‘나쁜 습관’ 일 뿐이다. 《내일 하지 뭐》는 “우리가 습관을 만들어가지만 나중에는 습관이 우리를 만들어간다”는 지그 지글러 박사의 말을 인용하면서 습관의 무서움을 이렇게 경고한다.

“일을 한 번 미룰 때마다 미루는 습관을 하나씩 엮어 가는 것과 같다. 그리고 계속 그렇게 하다 보면 쉽게 끊을 수 없는 여러 겹의 두꺼운 꾸러미가 된다.”

지은이들은 우리가 일을 미루는 심리적인 이유가 무엇인지 파헤친다. 그리고 일을 미루기 위해 동원하는 갖가지 ‘교묘한’ 수법들과 자기 합리화의 ‘뻔뻔한’ 방법들을 적나라하게 보여준다.

이들 두 책은 인간이 핑계거리를 찾아내는 데 얼마나 천부적인 소질이 있는지를 새삼 깨우쳐 준다. ‘책을 더 읽고 더 많은 정보를 얻기 위해, 더 나은 작업환경에서 일하기 위해, 자기가 하고 있는 일이 탐탁치 않기 때문에’ 등 사람들은 일을 미루기 위해 끊임없이 핑계거리를 찾아낸다.

그렇다고 이 책들이 게으르고 미루기 좋아하는 사람들에게 창피를 주기 위해 씌어진 것은 아니다. 이들 책의 진정한 가치는 미루는 습관을 고치는 분명한 지침과 세밀한 해결책을 제시한 데 있다. 그런데 지은이들이 일러주는 방법은 의외로 간단하다. ‘계획을 세우는 습관을 가져라’ ‘주변을 깔끔하게 정리하라’ ‘하기 싫은 일을 먼저 하라’ ‘마감일을 정하라’ 등 누구나 다 알고 있고 수십번 다짐했을 법한 방법들이다. 결국 지은이들이 말하고 있듯, “문제는 언제나 실천”이다. “세상의 모든 굼벵이들”이며, “내일 하지 뭐” 하는 생각을 버리고 지금 당장 이 책을 읽어라. — 최갑수 기자