

half/time

어느새 6월이다. 이제 전반전을 마감하고 우리에게 하프타임이라고 부를 수 있는 시간이 한 번 주어진다. 직장인이라면 누구나 바라는 황금 같은 휴가철이 온 것이다. 대개 휴가가 되면 별다른 고민 없이 산이나 바다, 해외로 휴식만을 즐기러 가기가 십상이다. 그러나 올 한해만큼은 색다르게 보내는 것은 어떨까. 이 하프타임을 얼마나 잘 활용하느냐에 따라 후반전의 성패가 달려 있기 때문이다.

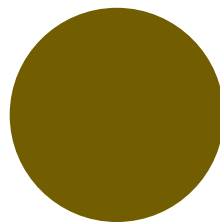
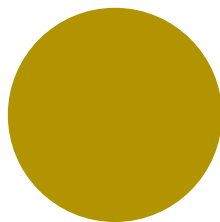
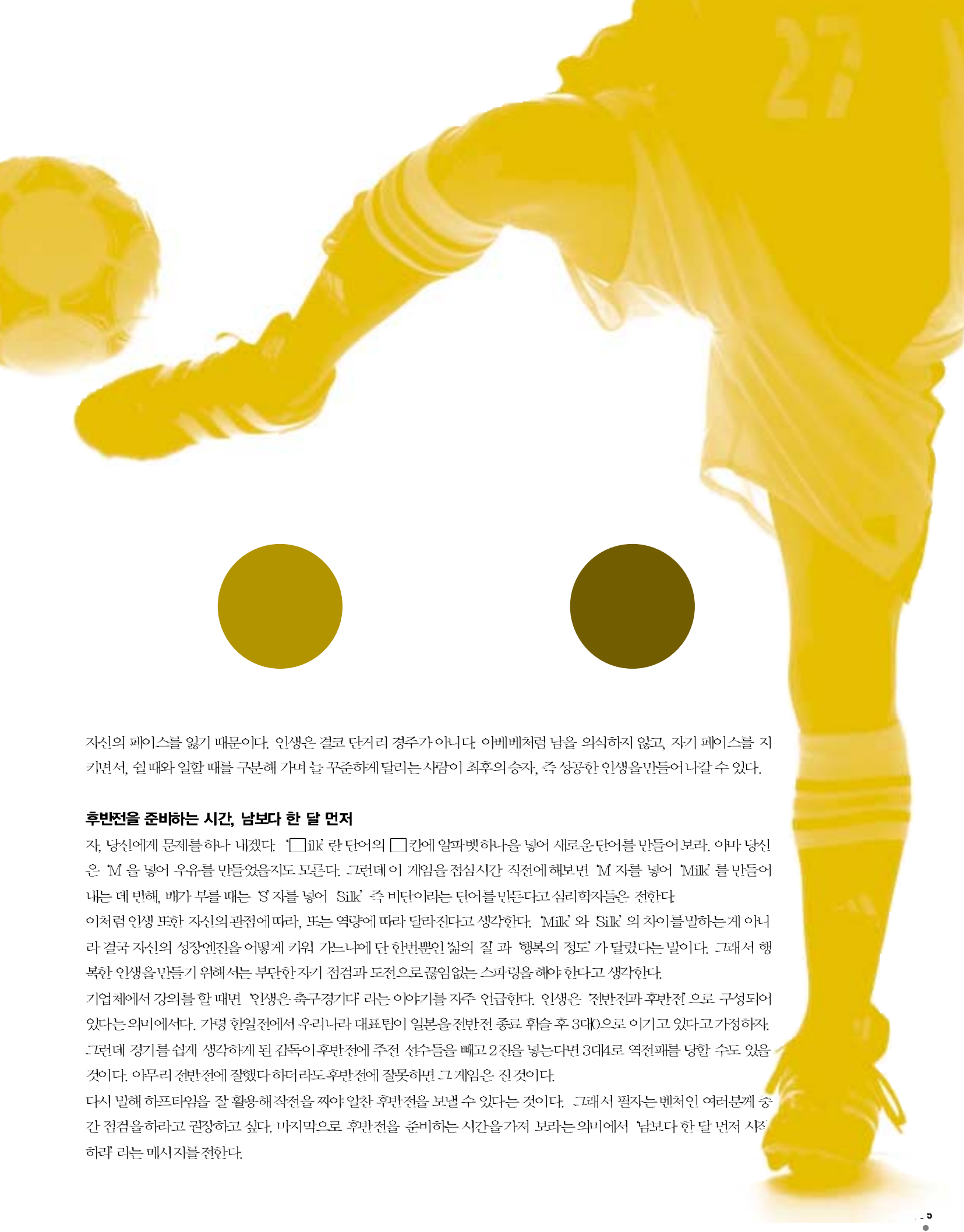
비전의 재충전을 위한 하프타임

야마 당산은 1990년대 요구르트 광고에 나오는 불가리아 장수촌노인들을 기억할 것이다. 그들은 요즘 어떻게 되었을까? 들리는 바에 따르면 이제 그곳에 더 이상 장수노인은 없다고 한다. 사회주의 체제가 무너지고 자본주의 시장원리가 도입되면서부터 오래 사는 사람이 사라졌다는 얘기가. 불가리아 농촌도 속도의 흐름 속으로 편입되었기 때문이다. 그리고 사회주의 시절엔 경쟁할 필요가 없었던 그들 사이의 인간관계가 경쟁체제로 달라졌기 때문이다. 그렇게 종다는 요구르트를 매일 마시고 맑은 공기와 자연의 혜택 속에서 사는 불가리아 장수촌노인의 생명력도 무시무시한 변화의 속도 앞에 굴복하고 말았다는 것이다.

하프타임, 자신의 페이스를 점검하자

1960년 로마 올림픽 마라톤에서 금메달을 차지한 에티오피아의 아베베 선수 이야기이다. 아베베 선수가 당시 세계 신기록을 3분이나 앞날 수 있었던 것은 경기 도중 다른 선수가 자신을 추월해도 늘 일정한 속도로 달리는 새로운 비법 덕분이었다. 그런 방법으로 아베베는 4년 뒤에 열린 도쿄 올림픽에서도 금메달을 목에 걸어 마라톤을 2연패한 마라토너가 되었다.

이러한 마라톤의 비법은 우리네 인생에도 그대로 적용된다. 마라톤 경기에는 페이스메이커(Pace maker)라 해서 같은 편 선수의 속도를 조절하거나 일부러 무리하게 달림으로써 상대방 선수의 기운을 빼는 역할을 맡은 선수가 끼여 있다. 그 페이스메이커의 의의적인 '오버'에 흥분해서 장단을 맞추는 마라토너는 결국 후반부에 탈진하고 뒤처지게 마련이다. 자신보다 잘 나가는 동료, 자신을 추월한 후배, 카리스마가 번쩍이는 상사 등의 타인을 의식하는 심리가 때론 동기부여도 되고 승부욕이 솟아올라 삶의 활력이 되기도 하지만 정도가 지나치면 정서를 고갈시키고 체력마저 탕진하기 십상이다.



자신의 페이스를 잃기 때문이다. 인생은 결코 단거리 경주가 아니다. 아베베처럼 남을 의식하지 않고, 자기 페이스를 지키면서, 실패와 일할 때를 구분해 가며 늘 꾸준하게 달리는 사람이 최후의승자, 즉 성공한 인생을 만들어나갈 수 있다.

후반전을 준비하는 시간, 남보다 한 달 먼저

자, 당신에게 문제를 하나 내겠다. '□ilk'란 단어의 □칸에 알파벳하나를 넣어 새로운 단어를 만들어보라. 아마 당신은 'M'을 넣어 우유를 만들었을지도 모른다. 그런데 이 게임을 점심시간 직전에 해보면 'M'자를 넣어 'Milk'를 만들어 내는 데 반해, 배가 부를 때는 'S'자를 넣어 'Silk' 즉 비단이라는 단어를 만든다고 심리학자들은 전한다.

이처럼 인생 또한 자신의 관점에 따라, 또는 역량이 따라 달라진다고 생각한다. 'Milk'와 'Silk'의 차이를 말하는 게 아니라 결국 자신의 성장엔진을 어떻게 키워 가느냐에 단 한번뿐인 삶의 질과 행복의 정도가 달렸다는 말이다. 그래서 행복한 인생을 만들기 위해서는 부단한 자기 점검과 도전으로 끊임없는 스파링을 해야 한다고 생각한다.

기업체에서 강의를 할 때면 '인생은 축구경기다'라는 이야기를 자주 언급한다. 인생은 전반전과 후반전으로 구성되어 있다는 의미에서다. 가령 한일전에서 우리나라 대표팀이 일본을 전반전 종료 휘슬 후 3대0으로 이기고 있다고 가정하자. 그런데 경기를 쉽게 생각하게 된 감독이 후반전에 주전 선수들을 빼고 2진을 넣는다면 3대4로 역전패를 당할 수도 있을 것이다. 아무리 전반전에 잘했다 하더라도 후반전에 잘못하면 그 게임은 진 것이다.

다시 말해 하프타임을 잘 활용해서 작전을 짜야 알찬 후반전을 보낼 수 있다는 것이다. 그래서 필자는 벤치인 여러분께 중간 점검을 하라고 권장하고 싶다. 마지막으로 후반전을 준비하는 시간을 가져 보라는 의미에서 '남보다 한 달 먼저 시작하라'라는 메시지를 전한다.