

마음도 통하고 말도 통하는 말하기를 수강하고 많은 생각을 하였고 나를 다시 되돌아보는 시간을 가졌다. 교수님께서 말씀하시는 말이 다 맞는 말이었다. 하지만 실천하기 어려운 부분들이 많은 것 같다. 먼저 내가 밝아야 상대방에게 좋은 에너지를 줄 수 있다는 것. 그런데 20대 초반과는 달리 후반에 되면서 내가 먼저 밝기가 참 힘든 것 같다. 아무래도 타인보다는 내 것을 먼저 신경 쓰다 보니 에너지도 많이 없다. 또한 잘 맞지 않는 사람에게 에너지를 쓰는 것이 쉬운 일이 아니다. 다음으로 '내가 먼저 마음을 줘야 상대의 마음을 얻기 쉽다'고 말씀하셨다. 하지만 선뜻 마음을 주기가 힘든 것 같다. 연애편만 아니라 일자리, 등 사람관계에서 마음을 선뜻 주었다가 상처를 받은 경험이 있어서 그러하다. 그래서 마음을 받는 것도 부담이 돼서 불편하고 마음을 주는 것도 두려움이 앞서는 것 같다. 문득 의문점이 들었는데 과연 모든 사람에게 마음을 선뜻 줄 수 있을까? 마음을 준다는 것은 어떤 것일까? 잘 모르겠다. 하지만 그럼에도 불구하고 내가 선뜻 마음을 열어보려는 노력은 할 필요가 있는 것 같다. 강의에서 나온 나를 오픈하게 만드는 사람은 나는 솔직한 사람이라고 생각한다. 자기의 진솔함을 드러내는 사람에게 나는 오픈하게 되는 것 같다. 진솔한 사람이 되려고 노력해야겠다고 느꼈다.

대화에서 몸말이 가장 중요하다는 것을 다시 한 번 느꼈는데 모든 인간은 말하고 싶어 하는 욕구가 있다. 다들 말하기를 좋아하지 듣는 것을 좋아하는 사람은 많이 없는 것 같다. 상대가 말을 할 때 눈을 잘 마주치며 공감해주는 것이 마음을 열게 하는 중요한 부분이라는 다시 한 번 복기할 수 있었다. 굿 리스너. 잘 듣는 것, 공감이 사람의 마음을 얻는데 가장 큰 역할이라고 생각한다. 그러면 살아가면서 어떻게 이러한 것들을 적용 시킬 수 있을까? 그리고 어떻게 하면 상대방에게 진심으로 대할 수 있을까? 상대의 말을 듣고 공감한다는 것은 사실 정말 상대의 말에 관심이 있어야 하고 마음을 헤아릴 줄 알아야 한다. 내가 마음이 가지 않는 상대방에게도 과연 그렇게 할 수 있을까? 그렇다면 그냥 영혼 없이 대답하고 끄덕이는 것이 되지 않을까? 그렇게 된다면 상대방에게 오히려 안 좋은 영향을 줄 수 있지 않을까? 생각한다. 더욱 많이 경험하고 부딪혀봐야지 나만의 굿 리스너가 될 수 있을 것 같다. 하지만 강의를 통해서 마음을 달아놓지는 말아야겠다고 깨달았다.

내가 새롭게 만나는 사람들은 다 새로운 사람들이니 상처받을 걱정과 두려움 때문에 편견을 가지지 않고 마음을 열려는 노력이라도 해보아야겠다. 그것을 강의에서 가장 크게 느끼고 깨달은 부분인 것 같다. 연기를 지망하는 연극영화과 학생으로서 타인의 마음을 헤아리는 일이 필수불가결한 부분이다. 인물을 연기해야 하는 것은 캐릭터를 이해해야 가능한 부분이기 때문이다. 굿 스피커가 되기 이전에 굿 리스너가 되는 사람이 되기를 소망한다. 그리고 하루를 시작할 때 작은 실천의 목표를 세워서 좋은 습관을 만들어 사람의 마음을 얻을 수 있는 사람이 되도록 노력해야겠다.

