

# 오감을 활용한 글쓰기<sup>1)</sup>

정기철(한남대) \*

## 〈 목 차 〉

- |                   |                |
|-------------------|----------------|
| 1. 서론             | 4. 오감을 활용한 글쓰기 |
| 2. 오감을 활용한 글쓰기 모형 | 5. 결론          |
| 3. 오감 활성화하기       |                |

## 1. 서론

햇빛 도시, 컴컴한 지하철, 햇볕이 들지 않는 아파트. 아파트에 들어서면 보이는 것이라고는 앞 동 아파트의 뒷모습뿐<sup>2)</sup>. 길을 걸을 때에도 귀에 이어폰을 꽂고 앞만 쳐다보고 걷고, 버스 정류장이나 기차역, 병원 대기실에서도 스마트폰을 꺼내들고 인터넷 검색과 게임에 몰두한다. 심지어 가족끼리 밥을 먹을 때에도 시선은 스마트폰에 고정되어 있다. 대화가 실종된 지 오래다. 대화는 커녕 이제 서로의 눈을 맞추는 것도 불편하다. 이게 현대인이 처한 환경이고 현대인의 생활 모습이다. 이러한 환경 속에서 생활하는 현대인들은 각종 신경

\* 이 논문은 2012학년도 한남대학교 학술연구조성비 지원에 의해 연구되었음.

- 1) 이 논문은 국어국문학회 제52회 정기학술대회, 주제 발표에서 발표한 내용을 수정한 것이다. 지정 토론자로 여러 도움 말씀을 해주신 양병호 선생님께 이 자리를 빌려 감사드린다.
- 2) 우리나라 사람들의 81%가 도시생활을 한다. 그 중 84%가 아파트, 다세대주택 등 자연과는 동떨어진 곳에서 생활하고 있어 오감을 충분히 발현하는 삶과는 거리가 먼 삶을 살고 있다.

중에 시달리고 있다.

현대인이 겪고 있는 각종 신경증은 자연과 동떨어진 생활에서 비롯된 것이다. 좀 더 정확히 말하면 자연과 동떨어진 생활을 하면서 세계와 교감하는 오감이 닫히고 세계와 교감하는 오감이 닫히면서 그것을 받아들일 때 생기는 느낌과 생각의 통로가 닫히고 느낌과 생각의 통로가 닫히면서 자신을 포함한 세계와 소통하는 기회와 능력을 잃었기 때문에 각종 신경증에 시달리게 되는 것이다.

현대인은 자기표현의 기회를 잃고 있다. 자기표현의 기회를 잃은 현대인은 세상과 교감하고 그 과정에서 자기를 확인하고, 이해하고, 실현하는 기회를 잃은 채 부정적인 나, 비관적인 나, 불만투성이인 나, 미래가 없는 나, 언제나 외톨이인 나를 거둬들여 놓아두고 있다. 그래서 현대인은 행복하지 않다.

행복은 외부의 힘에 의해 충족되거나 완성되지 않는다. 진정한 행복이란 나를 이해하고 나를 실현하는 과정에서 생성되는 것이다. 따라서 행복하기 위해서는 ‘나’를 확인하고 이해하는 과정이 필요한데, 그것은 나를 나 안의 ‘나’와 나 아닌 다른 사람에게 표현했을 때 되돌아오는 반응과 울림 속에서 이루어지는 것이다. 나를 있는 그대로 표현하였을 때 인간은 정확한 ‘나’의 모습을 바라볼 수 있다. 즉, 자기표현을 통해 ‘나’의 기본 욕망과 본성을 확인하고 자기감정을 스스로 조절할 수 있으며, 다른 사람들의 반응과 관계 속에서 ‘나’를 확인하고 ‘나’를 정확하게 이해할 수 있으며 결핍동기를 조정해나갈 수가 있다. 그래서 결국 분노와 결핍동기를 해결하고 충족해나가면 세상의 모든 사물을 있는 그대로 바라볼 수 있는 ‘투명한 지각’을 갖게 되는 것이다. 그리고 이 ‘투명한 지각’이 자기실현의 중요한 자질이 되어 자기실현을 통해 진정한 행복에 이르게 되는 것이다.

오감(五感)을 깨우고 활성화해야 한다. 그 이유는 ① 기분·감정·감성·정서, 지각·인지·사유·사고 등이 모두 오감에서 출발하기 때문이고 ② 그에 비해 현대인은 도시 생활로 인해 오감을 충분히 발현하지 못하고 있으며 ③ 오감을 발현하는 일이 ‘나’를 표현하는 행위의 근간이 되기 때문이다.

## 2. 오감을 활용한 글쓰기 수업 모형

인간은 오감을 통해 사물을 받아들인다. 인간은 오감을 통해 생명활동의 기본인 정보를 수집하고 주위 환경에 적응해나간다. 매일 아침 눈을 뜨면서 무엇을 보게 되고, 다양한 소리를 듣고, 냄새를 맡고, 여러 가지 맛을 느끼고, 무엇인가를 피부로 느끼면서 살아간다. 오감으로 받아들인 사물은 물리적인 에너지 형태로 전달되며 이 과정에서 감각기관은 물리적 에너지를 전기적 에너지로 변화시키는 과정의 변환(Transduction)의 과정을 수행한다. 이렇게 변환된 신호가 뇌로 전달되면 전두엽(frontal)·두정엽(parietal)·측두엽(temporal lobe)·후두엽(occipital lobe) 등 대뇌피질로 형성된 대뇌의 감각기관이 활동하고 이어 두정연합영역이 활동하게 된다.

하지만 두정연합영역은 자극이 들어오지 않으면 활동하지 않으며, 우리는 한 가지 감각만으로 세계를 인지하는 것이 아니라 몇 가지 감각을 동시에 활용하여 세계를 인지한다. 바꾸어 말하면 오감은 자극하면 할수록 더욱 발달하고, 오감 발달은 두뇌 발달과 밀접한 관련이 있다는 것이다. 뿐만 아니라 오감을 충분히 활용하여 세계를 이해할 때 세계를 올바르게 이해할 수 있다.

인간의 오감에 대한 논의들을 종합하면, 부정적인 사고를 낮추어 긍정적인 사고와 삶의 의지를 높여주고, 이상행동을 줄이며 자신에 대한 긍정적인 신념을 갖게 하고, 정서적으로 행복감을 느끼게 하여 심리적으로 안정감을 높여 결과적으로 삶의 질을 높이는 효과가 있다는 것이다.

하지만 현대인은 장래에 대한 불안감과 너무 많은 생각 때문에 행복을 놓치고 있다. 사실 생각은 추상적인 것이다. 따라서 현대인이 많은 생각을 하면 산다는 것은 실체가 없는 추상적인 세계에서 산다는 것을 의미한다. 그래서 현대인에게는 행복마저 추상적인 것이고 막연한 것이 된다. 현대인이 돈이나 권력, 또는 물질적인 것에서 행복을 찾으려고 노력하는 것은 바로 이 때문이다. 돈이나 권력, 물질적인 것이 인간에게 진정한 행복을 가져다주지 못한다는 사실을 알면서도 그것들이 행복을 가져다 줄 것이라고 우격다짐 식으로 우기고 믿는다. 그럴수록 행복은 더 막연한 것이 되고 그래서 더욱 불안하고 불행하다.

이러한 현상은 대학생들에게서도 그대로 일어난다. 취업난으로 인한 미래

에 대한 불안이 가중되고, 사회적으로 꼬리표처럼 따라다니는 ‘80만 원 세대’는 그들의 삶을 더욱 움츠리게 만든다. 많은 스펙을 쌓아야한다는 부담은 늘 너리에서 벗어나지 않아 고민거리를 양산하고 어떻게 이 난국을 헤쳐나아야 할지 생각하고 또 생각한다. 그러면서 동시에 이 모든 것에서부터 자유스러워지고 싶은 욕망도 강하다. 귀에 이어폰을 꽂고 자기만의 세상에 몰입하기도 하고, 자신의 모습을 감춘 채 컴퓨터나 스마트폰 속으로 빠져들기도 한다. 스마트폰이 자신의 일상을 빼앗아 간다는 것을 알면서도 또 다시 스마트폰 속으로 빠져든다.

행복은 모든 감각을 활짝 열고 세상의 모든 것을 음미하고, 몸으로 부딪쳐 느끼고 체득(體得)해갈 때 생기는 것이다. 살갓을 스치고 지나가는 바람의 부드러움을 느낄 때, 사랑하는 사람의 냄새를 맡을 때, 엄마가 요리하는 소리를 편안한 마음으로 듣고 있을 때, 멋진 풍경이나 그림을 눈으로 보고 감상할 때, 감미로운 소리를 조용히 만끽할 때 우리는 행복을 느낀다. 그리고 그것들을 다른 사람과 나누는 ‘관계맺음’을 통해 우리는 진정한 행복을 누릴 수 있다.

미래에 대한 불안과 온갖 생각 때문에 순간순간이 가져다주는 행복을 느끼지 못하는 대학생들을 위해 오감을 깨우고 활성화하여 그것들을 글로 쓰는 수업을 기획하고 실시하였다.<sup>3)</sup>

차시	오감자극활동	주요내용	준비물
1차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오감과 삶</li> <li>• 내 감각 확인하기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오감으로 느끼는 일상생활</li> <li>• 오감으로 느끼는 삶의 중요성</li> <li>• 나에게 특별히 발달한 감각 찾기</li> </ul>	
2차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집단구조화 및 친밀감 형성</li> <li>• 생각과 감각의 차이</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 생각·감각카드 만들기</li> <li>• 게임: 혼자왔슈, 둘이왔슈!</li> <li>• 각자 오감 별칭 짓기</li> </ul>	빈명찰 색칠도구 카드용지
3차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 호흡-이완</li> <li>• 감각-집중훈련</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 한마음박수-감각박수</li> <li>• 지감소개, 호흡하기</li> <li>• 감각-집중기법설명(실습)</li> </ul>	감각별칭명찰 음악CD
4차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 미각자극</li> <li>• 자아존중감 높이기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 과일먹기상상</li> <li>• 미각희망편지쓰기</li> <li>• 미각-집중기법 훈련</li> </ul>	과일그림 포장사탕 편지지

3) 오감활성화하기 수업 모형은, 이미은, 『오감자극 생활프로그램이 대학생의 심리적 안녕감에 미치는 영향』(한서대학교 대학원 박사학위논문, 2012.)의 프로그램을 응용하여 글쓰기 수업 모형으로 발달시킨 것이다.

5차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 후각자극</li> <li>• 긍정적자아인식</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 집중력 테스트</li> <li>• 감각채널 바꾸기</li> <li>• 후각-집중기법훈련</li> </ul>	후각자극제
6차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 청각자극</li> <li>• 환경조절력</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 시를 통해 감각 느끼기</li> <li>• 패턴병을 이용한 내 칭찬</li> <li>• 청각-집중기법 훈련</li> </ul>	청각자극제
7차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 시각자극</li> <li>• 내적귀인</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 셀카로 나를 만나요</li> <li>• 감각마인드맵 그리기</li> <li>• 시각-집중기법훈련</li> </ul>	시각자극제
8차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 촉각자극</li> <li>• 낙관적사고</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 생각 따라 느낌도 달라져요</li> <li>• 우리집의 평면도</li> <li>• 촉각-집중기법 훈련</li> </ul>	촉각자극제
9차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 오감자극</li> <li>• 자기주장성</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 감각빙고게임</li> <li>• 내 감각파이 그리기</li> <li>• 통합감각-집중기법 훈련</li> </ul>	오감자극제
10차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 하루 동안 오감을 활짝 열고 생활하기</li> <li>• 오감을 열고 생활한 내용 간단하게 정리하기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 어느 하루를 선택하여 오감을 활용하여 정리하기(전주 과제)</li> <li>• 하루 오감 활동지를 보고 간단하게 글쓰기</li> </ul>	활동지
11차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 마음의 눈으로 사물을 받아들이기</li> <li>• 사물의 속성 떠올리기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ‘물’을 마음으로 눈으로 만아들이기</li> <li>• 물의 속성 떠올리기</li> <li>• 물의 속성을 객관적인 속성과 주관적인 속성으로 나누어보기</li> </ul>	
12차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 동사·형용사·부사의 속성 떠올리기</li> <li>• 속성을 살려 간단한 문장 쓰기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 동사(먹다·웃다), 형용사(산뜻하다), 부사(아마도)의 속성 떠올리기</li> <li>• 먹다·웃다, 산뜻하다, 아마도를 쓰는 상황을 떠올리거나 간단한 문장 이어쓰기</li> </ul>	
13차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 사물에 생명 불어넣기</li> <li>• 사물과 인간, 나와 비교하기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ‘커피’와 인간의 공통점과 차이점 찾기</li> <li>• ‘커피’와 나의 공통점과 차이점 찾기</li> </ul>	
14차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 사물에 ‘나’ 이입하기</li> <li>• 오감을 활성화는 글쓰기 종합 평가</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• ‘물’에 나를 이입하여 글쓰기</li> <li>• 오감을 활성화하여 글쓰기에 대한 느낌말하고 평가하기</li> </ul>	
15차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 사물 끌어안기</li> <li>• 사물과 대화하기</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 사물을 5분 이상 끌어안고 충분히 느끼기</li> <li>• 사물을 끌어안고 대화 나누기</li> <li>• 사물을 끌어안고 대화 나누는 장면 사진 찍기 - 일정한 시간이 지나고 다시 사진보고 느끼기</li> </ul>	사진

16차시	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 사물과 나는 대화를 글자수에 맞게 표현하기</li> <li>• 종합 정리</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• 사물과 나는 대화를 바탕으로 시조 형식의 글로 표현하기</li> <li>• 오감을 활용한 글쓰기에 대한 설문 조사</li> </ul>	
------	--	---	--

### 3. 오감 활성화하기

#### 3.1. 오감 집중 훈련

‘오감을 활용한 글쓰기’ 수업은 모든 생각을 버리고 자신의 내면에 집중하는 것으로 시작한다. 이 때 유용한 방법은 복식호흡과 무념무상의 명상법이다.

- ① 다리를 어깨 넓이로 벌리고 편안하게 앉는다.
- ② 팔은 자연스럽게 내려뜨리고 손은 손바닥이 위로 하게 하여 무릎 위에 올려 놓는다.
- ③ 눈은 전방을 보고 바르게 앉는다.
- ④ 시선은 15° 정도 위를 바라본다. (턱이 자연스럽게 약간 들린다)
- ⑤ 시선을 코끝에 얹어 놓는다는 기분으로 편안하게 눈을 감는다.
- ⑥ 심호흡을 하여 호흡을 정리하고 단전으로 숨을 들이 쉬고 내린다.(복식호흡)
  - 복식호흡이 잘되지 않을 때에는 왼손을 안으로 가게 말아 쥐어 단전에 대고 의식적으로 배를 볼록 내밀어 숨을 들이 쉬고, 배를 훌쩍하게 하며 숨을 내쉬는 행동을 반복하여 연습한다.
- ⑦ 명상 CD를 틀어주고 CD 내용에 따라 명상하도록 한다.
  - 명상 CD의 주된 내용은 머릿속으로 ‘5 - 4 - 3 - 2 - 1’을 떠올리며 무상무념의 상태를 더욱 깊게 하는 것이다.

복식호흡과 무념무상의 명상법은 학생들이 어느 정도 익숙해질 때까지 매 시간 반복하는 것이 좋다. 학생들이 복식호흡과 무념무상의 명상법에 익숙해져 수행하기 어렵게 되더라도 매시간 도입 부분에서는 학생들이 마음을 가라앉히고, 머릿속의 복잡한 생각을 버리고, 자신의 감각에 집중할 수 있도록 유도하여야 한다.

학생들은 자신의 감각에 집중하지 못했던 평소와 달리 감각에 집중했을 때

사물에 받아들이는 폭이 매우 다름을 실감하게 될 것이다. 예를 들어 ‘커피’를 대상으로 감각 훈련 전과 후는 매우 다르다.<sup>4)</sup>

<커피 - 청각>

- 카페에 앉아 있을 때 들리는 커피원두 가는 소리
- 만들어진 커피를 들고 자리로 갈 때 잔에 부딪히는 얼음소리
- 머그잔에 커피믹스를 풀고 섞을 때 스푼이 잔에 닿는 소리
- 우유거품을 만들 때의 소리, 샷을 내릴 때의 소리
- 캔커피 뚜껑을 딸 때 나는 딸각 하는 소리

감각 집중 훈련을 하기 전에는 커피에 대한 청각(소리)은 4 ~ 7개에 그치지만 감각 집중 훈련을 한 후에는 대략 20개의 청각(소리)를 떠올린다. 이러한 현상은 미각·후각·미각·촉각 훈련에서도 거의 동일하게 일어난다. 특히 학생들은 커피의 청각과 촉각 훈련에서 많은 어려움을 겪는다.

학생들은 사물에 따라 특별히 어려워하는 감각이 있는데 가령 ‘물’의 경우에는 시각과 청각을 제외한 미각·후각·촉각을, ‘핸드폰’의 경우에는 미각·촉각·후각을, ‘비’에서는 후각과 미각에서 느끼는 감각을 표현하는 것을 어려워하였다. 그리고 촉각에 의한 감각은 특별한 경우를 제외하고는 거의 모든 사물에서 표현하는 것을 어려워하여 촉각에 대한 감각 집중 훈련이 필요하다는 것을 알게 한다.

<커피 - 촉각>

- 카페에 있는 재떨이 안 커피가루의 촉촉함
- 커피믹스가루를 흔들어 손바닥에 올려놓았을 때 느껴지는 까끌함
- 휘핑크림의 부드러움, 커피가 담긴 머그잔의 따뜻함
- 커피 잔에 꽃아주는 빨대를 씹을 때 느끼는 딱딱하고 까끌함
- 커피찌꺼지를 만질 때 뭉쳤다가 풀어지는 부드러운 느낌(핫팩 만지는)

촉각은 모든 동물에게서 발달되어 있으며 어린 유아에게서도 가장 먼저 발

---

4) 이하 모든 예문은 논문 분량을 고려하여 2~5개만 예시하였다. 자세한 예시는 국어문학회 제25회 정기 학술대회 발표지에서 볼 수 있다.

달하는 감각으로 알려져 있다. 이러한 특성 때문에 촉각을 가장 원초적이고 본능적인 감각이라고 부른다. 하지만 촉각을 일상생활에서 별로 중요하지 감각으로 여기는 경우가 많다. 이는 특별한 자극이 없는 한 반응하지 않는 촉각의 특성 때문이기도 하지만 항상 외부를 향해 열려 있는 감각이기 때문에 촉각으로 받아들이는 감각을 중요하지 않게 처리하기 때문이다.

하지만 촉각은 구성원과의 친근함과 애정을 나누는 데 매우 유효한 감각이다. 어머니가 아픈 배를 쓰다듬어주면 아픈 배가 낫는 것은 마찰에 의한 전기 자기장과 온열 때문이기도 하지만 피부로 느껴지는 어머니의 애정과 심리적 안정감에 기인하기도 한다. 사랑하는 사람과의 스킨십은 서로의 친근감을 높이고 사랑의 감정을 높이는데 매우 유효한 행위이다.

오감에 대한 각각의 집중 훈련이 끝나면 오감을 모두 활용하는 훈련을 하고 간단한 글쓰기로 연결하는 과정으로 옮겨간다. 오감을 모두 활용하는 훈련은 하나의 사물을 대상으로 다섯 개의 감각을 모두 활용하는 훈련 방법이 있고 어느 시간, 어느 하루를 정하여 정한 시간과 정한 하루를 생활하면서 다섯 개의 감각을 모두 활용하는 훈련 방법이 있다. 각각의 오감 훈련의 과정과 결과를 평가하고 분석하여 두 방법 중 어느 방법을 선택할지를 결정해야 한다.

일반적으로는 어느 시간, 어느 하루를 정해 오감을 활짝 열고 활동하는 것이 효과적이다. 오감에 대한 각각의 집중 훈련을 통해 활성화된 오감 능력을 정한 시간과 하루에 적용해봄으로써 오감 활성의 폭을 넓히고 깊게 한 다음에 한 사물을 대상으로 모든 오감을 활성화는 하는 단계를 거치면 더욱 효과적으로 오감을 활성화할 수 있다.

〈예시: 오감활동 기록지〉

	시각	청각	후각	미각	촉각
기 상 (내 방)	-어지러운 내 방의 풍경	-알람소리 -냉장고의 윙윙 소리	-내 머리 냄새	-텃텃한 입맛	-이불의 부드러움 -핸드폰 터치
외출준비	-거울 속 내 모습 -옷장 속의 옷들 -화장 변신 후의 나...	-물 트는 소리 -옷 입을 때 부스럭 소리	-삼푸, 폼클렌징, 화장품 냄새	밥을 씹을수록 더해지는 고소함	-차가운 물, 따뜻한 물 -폼클렌징의 부드러운 거품 -옷감의 느낌

				구수함과 매움	-화장품을 바를 때 터치감 -햇살의 따사로움
집을 나감	-복도 창 밖의 풍경 -봄벌이 비추는 학교 가는 길 풍경 -길가 현수막 문구 -간판들 -지나가는 사람들의 옷차림	-차 소리 -사람들의 말소리 -앞에 가는 여자 구두굽소리 -계단 올라갈 때 터벅대는 소리 -힘들어서 헉헉대는 소리	-무안가타는냄새 -지나가는 여자의 화장품 냄새		-폭신한 운동화의 느낌 -햇빛의 따사로움과 서늘한 바람
강의 시간	-교실 안 아이들, 막 들어오는 학생들 -교수님과 마이크 -뒤에 ppt 화면	-시끄러운 말 소리 -교수님의 설득력 있는 목소리 -수업 중에 울리는 핸드폰 알람 소리 -누군가의 하품 소리	남학생들의 땀냄새 웬지 나는 것 같은 발냄새		-책상과 의자에 닿는 느낌 -수업전 긴장감에 느끼는 손안의 촉촉함 -인사를 주고 받으면서 기쁨
〈 하 락 〉					

기상·외출준비: 아침에 무의식중에 끄는 알람소리는 짜증난다. 어지러운 내방 풍경과 끈끈한 머리냄새, 텁텁한 입맛. 아침은 썩 좋지 않은 것들로 가득하지만 햇살이 따사롭게 비추면 이내 이불의 보드라움이 느껴지면서 좋아져 버린다. 어김없이 눈뜨자마자 보게 되는 카톡. 그렇게 아침은 시작이다. 거울 속 내 모습은 정말 처참하다. 전쟁고아가 보이는 듯한 모습... TV를 켜고 씻고 옷을 입을 때면 신데렐라가 된 나는 설렌다. 따뜻한 물에 몸을 적시고 부드러운 거품 세안을 하면 그 개운함이 날아갈 듯하다. 화장을 끝나치면 짜잔! 오늘 하루도 시작이다.

집을 나섬: 복도 창 밖으로 날씨를 확인하고 힘차게 내려간다. 햇빛이 따사로운게 진짜 봄인듯하다. 차들이 지나가고 사람들은 바빠 가거나 웃으며 즐겁게 지나간다. 똑같은 길, 익숙한 풍경은 지켜올 새도 없이 지나치기 바빴다. 지각하면 안된다는 신념으로 오늘도 난 뛰다. 앞에 가는 여자도 늦었나보다. 10cm하이힐을 신고 어찌 그리 잘 뛰는지 신기할 따름이다. 5층까지 올라가는 문대 계단은 다리를 힘 풀리게 하고 호흡은 턱까지 차오르게 한다.

강의 시간: 애들은 저마다 신이 나서 즐겁게 떠들고 있고 나는 책상에 앉았다. 보드라운 나무의 느낌, 뛰어오느라 더워서 그런지 엉덩이가 차가운 곳에 앉는 느낌이 좋다. 교수님이 오시자 이내 조용해지고 책상 끄는 소리는 귀를 어지럽힌다. 인사를 잘하는 12학년 아이들이 정말이지 예쁘다. 수업 중에 누군가는 하품을 하고 누구는 카톡소리에 자신도 깜짝 놀라 후다닥 소리를 끈다.  
<하 락>

오감활동 기록지는 ‘하루 동안 오감 활짝 열고 기록하기’라는 제목으로 미리 과제를 내준 것이다. 일주일 동안 스스로 편한 날을 정하여 순간마다 느끼는 오감을 기록하도록 하였다. 그리고 수업 시간에 오감활동 기록지를 보며 간단한 글쓰기를 주문하였다. 간단한 글쓰기를 할 때 기록한 오감을 충분히 떠올리도록 하고 그 때의 상황과 연결해 볼 것을 권장하였다. 하루 동안 오감을 활용하여 생활해보는 경험도 중요하지만 경험한 오감을 글로 쓰는 것도 매우 중요하다. 글쓰기를 통해 자신이 느꼈던 오감은 더욱 구체적인 형태와 의미를 갖게 된다. 오감을 글로 표현하다보면 자신의 행위와 감정과 맞닿아 있게 된다. 그 행위와 감정을 연결하여 글로 쓰다보면 자신의 감정을 구체적으로 직면하게 되고 그것을 표현함으로써 ‘자기표현’의 즐거움을 경험하게 된다.

어느 시간 동안, 또는 어느 하루 동안 오감을 활성화 하여 생활하고 그 과정에서 느낀 점을 글로 표현하고 나면 한 사물을 대상으로 오감을 모두 활용하는 활동을 진행할 수 있다. 이러한 과정을 거치면 사물을 대상으로 한 오감 활동을 일상적인 시간, 장소, 행동, 상황과 연결할 수 있어 오감 활동의 영역이 훨씬 다양하고 풍부해진다.

### 3.2. 오감 확장하기

오감을 활성화하는 활동이 어느 정도 이루어지면, 하나의 사물을 오감으로 정의하고 그 이유를 적고 발표하는 활동을 통해 사물을 우리의 삶 안에서 구체적으로 확인하고 표현하는 활동으로 발전시킬 수 있다. 하나의 사물을 시각·청각·미각·후각·촉각 등을 정의 문장 형태로 기술하고 사물을 그 감각으로 정의한 이유나 경험을 쓴다, 각각의 감각을 “○은 \_이다”의 정의문 형태로 쓰는 이유는 사물을 받아들이는 해당 감각을 분명하게 인식하게 하기

위해서이다.

사물에 대한 감각을 분명하게 정의하고 인식하여야 기술하는 내용이 분명해지고 다양해질 수 있다. 정의가 흔들리거나 분명하지 않으면 우리의 인식은 자유로울 수가 없고 자유롭지 못하기 때문에 다양하거나 풍부해질 수 없다. 그래서 “○은 \_이다”와 같이 정의문 형태의 기술을 통해 사물을 받아들이는 감각을 단정하게 하는 것이다.

다음은 ‘비’를 각각의 오감으로 규정하고 그 이유와 경험들을 자유롭게 적은 글이다. 특히, 오감 중 자신이 가장 빈약하다고 생각하는 감각에 더 집중하도록 하였다. 그리고 사물의 특성도 잘 살펴서 그 사물을 받아들이기 어려운 감각에 집중하도록 하였다.

● ‘비’는 시각이다.

- 비가 오는 날 창 밖을 볼 때 젖어가는 풍경들이 보이면 ‘비가 오고 있구나’라는 느낌이 든다. 비가 오는 장면을 눈으로 보고 나서야 귀가 열리고, 그 다음에 기분이 센치해지므로 비는 시각이라고 생각한다.
- 우산을 쓰고 버스 정류장에 서서 고인 빗물과 내리는 비가 만나 툭툭 튀어 오르는 것을 한참동안 지켜본 적이 있다. 그 툭툭 튀는 순간은 빗을 지니고 있다. 비는 내게 땅에 내리는 별이다.

● ‘비’는 청각이다.

- 비는 눈으로 보는 의미가 크다고 할 수 있지만 청각적으로 음미하는 빗소리는 더욱 운치가 있고 사색적이다. 아스팔트나 나뭇잎 등 떨어지는 장소에 따라 음악적 요소가 더해진다. 한여름 나무에 떨어지는 빗소리를 들어보시길
- 창밖에서 후두둑 하는 빗물 소리가 들린다. 천둥번개소리도 생각난다. 비오는 날 차들이 지나갈 때 쇠악 - 하는 소리가 떠오른다.

● ‘비’는 미각이다.

- 행군할 때 목이 말라 내리는 빗물을 혀로 적서 먹은 적이 있다. 첫 맛은 달달하고 끝 맛은 약간 비릿하다. 첫 맛의 달달함을 지금도 잊을 수 없다.
- 비 오는 날 처마 끝 물받이 통 밑에서 놀아본 적이 있는가. 신나게 장난치다 보면 자연스럽게 비를 마시게 된다. 비의 맛은 즐거운 추억을 불러일으킨다.

● ‘비’는 후각이다.

- 비가 내려서 아스팔트 도로 위를 적시기 시작하면 비 특유의 냄새가 난다. 비가 오는 장면을 생각하면 눅눅한 공기 중의 그 비 냄새가 가장 먼저 머리속에 떠오르기 때문에 비는 후각적이다.

- 비 오기 전 흙냄새와 비가 왔을 때 버스에 타면 나는 텁텁한 냄새가 있어 후각적이다.

● ‘비’는 촉각이다.

- 밖에서 비를 만날 때 가장 먼저 비가 온다는 것을 알게 하는 감각이 촉각이라고 생각한다. 눈으로 보기 전에 비가 한 두 방울 머리카나 몸에 떨어지면 비가 온다고 느끼기 때문이다.

- 개인적으로 나는 일기예보를 보고 비가 온다는 것을 미리 안 적도 있지만, 주로 밖에 나왔을 때 비를 맞아보고서야 우산을 가지러 가곤 한다. 또한 보이는 것만으론 가늠할 수가 없어서 창문을 열고 손을 뻗어 비가 오는지 안 오는지 확인을 하곤 했다. 일기예보가 틀린 경우도 많아서 오히려 직접 느끼는 편이 낫다.

오감으로 받아들인 사물이 글이 되거나 사물에서 느낀 오감이 한 편의 글이 되기는 결코 쉽지 않다. 글쓰기를 위해서는 오감으로 받아들인 이유와 그 이유의 바탕이 되는 구체적인 경험이 필요하다. 그러한 구체적인 경험은 글감이 되기도 하고 문장이 되기도 하며 문단이 되기도 한다. 그리고 그것들은 ‘나’의 오감과 삶을 살찌우는 요소로 작동한다.

비는 시각이나 청각으로 받아들이는 것이라고 생각했다면, 촉각·후각·미각으로도 비를 받아들일 수 있다는 것을 알게 되었을 것이다. 학생들은 ‘맞아!’하고 공감하기도 하고 그런가 하면 ‘그래?’하고 의문을 제기하기도 한다. 하지만 전반적으로 자신이 느끼지 못한, 경험하지 못한 사실들을 이해하고 공감한다. 내가 경험하지 못해서 선뜻 받아들이지 못한 감각과 경험들은 학생들의 오감을 발달시키고 사물을 또 다른 위치와 시각으로 받아들이는 데 직·간접으로 영향을 미친다.

비는 시각이나 청각으로 받아들이는 것이라고 생각하였다 하더라도 ‘우산을 쓰고 버스 정류장에 서서 고인 빗물과 내리는 비가 만나 툭툭 튀어 오르는

것을 한참동안 지켜본 적이 있다. 그 툭툭 튀는 순간은 빛을 지니고 있다. 비는 내게 땅에 내리는 별이다.’는 글을 읽으면서 비를 시각으로 받아들이는 내 감각은 또 다른 차원으로 발전하게 된다.

## 4. 오감을 활용한 글쓰기

### 4.1. 마음의 눈으로 사물 받아들이기

‘오감으로 사물을 받아들여라’는 말과 ‘마음의 눈으로 받아들여라’는 말을 서로 깊은 관계에 있다. 오감으로 사물을 받아들이기 위해서는 마음으로 눈으로 사물을 받아들여야만 가능하며, 마음으로 눈으로 사물을 받아들이기 위해서는 오감으로 사물을 받아들여야 한다.

사실, 우리 주변의 모든 것은 쓸거리가 될 수 있다. 자연물·인공물·인물·장소·사건 등 구체적인 것들뿐만 아니라, 느낌·감정·정서·관념·사상 등 추상적인 것 모두가 쓸거리가 될 수 있다.

하지만 사물이나 현상을 무심히 지나친다면, 오감으로 받아들이고 마음의 눈으로 받아들이지 않는다면 그것들은 아무런 의미가 가치가 없으며 좋은 쓸거리가 될 수 없다. 그래서 우리의 선조들은 “心不在焉이면 視而不見하고 聽而不聞이니라.(마음에 있지 아니하면 보아도 보이지 아니하고, 들어도 들리지 않는다.)”고 하였다.

인간의 눈은 세 개라 한다. 그 세 개는 육안(肉眼), 뇌안(腦眼), 심안(心眼)이다. ‘육안’이란 우리 육체에 달려 있는 눈을 말하는데, 아무런 생각이나 감정 없이 겉으로 드러난 형태나 현상만을 보는 것을 말한다. ‘뇌안’이란 뇌를 지칭하는 개념이 더 강하여 시시비비를 가리거나 논리적으로 인식하는 것을 말한다. ‘심안’이란 말 그대로 ‘마음의 눈’이다. 사물이나 현상을 있는 그대로만 보는 것이 아니라 사물과 현상에 마음을 담아 사물과 현상을 관통하여 그것의 본질, 참 의미를 읽어 내는 것이다.

뇌안이 사물과 현상을 과학적으로 분석하여 본질에 도달하게 한다면, 심안은 사물과 현상이 우리의 삶에 어떠한 의미를 부여하는지, 사물과 현상이 우

리 생활에서 어떻게 작용하여 우리 삶을 변화시키는지에 관심을 갖는다. 뇌안이 체계적이고 논리적이러 심안은 체계와 논리를 초월한다. 즉, 육안과 뇌안이 사물과 현상에 집중한다면 심안은 우리의 삶에 관심을 갖는다.

심안으로 사물과 현상을 바라보면 사물과 현상의 근원적인 본질에 도달하게 된다. 이러한 본질을 ‘속성(屬性)’이라고 한다. 심안, 즉 ‘마음의 눈’으로 사물과 현상을 보면 사물과 현상의 본질인 속성을 파악할 수 있다.

<물을 ‘마음의 눈’으로 읽기 - 물의 속성>

- 물은 물로 진압이 가능하나, 물은 불로 진압할 수 없기에 더 위력적이기도 하다.
- 물은 무색무취의 공통점이 있으나 무기질에 따라 맛이 다르기도 하다.
- 어머니 자궁 속 양수는 우리를 키운다.
- 특정한 형태를 지니지 않는다. 하지만 담는 용기에 따라 형태를 가진다.
- 일정온도가 되면 끓는다.

물의 속성들이다. 과학적인 속성들도 포함되어 있지만 우리의 경험, 우리 삶에 끼치는 영향과 가치들을 파악해낸 것들이다. 이러한 물의 속성들을 모두 글쓰기의 자료로 삼을 수 있다. 하지만 좀 더 좋은 글쓰기 자료들을 선택하기 위해 객관적인 속성과 주관적인 속성으로 나누어 살펴볼 수 있다.

이 때 객관적인 속성이란 과학적인 속성을 말하는 것이 아니라, 내가 생각하고 느끼기에 다른 사람들도 모두 생각할 수 있는 속성을 말하는 것이다. 그리고 주관적인 속성이란 나에게 특별한 경험이 되었던 속성이며 동시에 새로운 의미와 가치를 부여할 수 있는 속성들이다.

사람에 따라 물의 객관적 속성과 주관적 속성에 대한 생각은 다 다를 수 있다. 그러나 ‘다르다’는 것은 ‘옳고 그름’과는 별개의 것이다. 육안이나 뇌안으로 보면 ‘옳고 그름’이 있을 수 있으나, 심안으로 보면 ‘옳고 그름’은 있을 수 없다. 마음의 눈으로 보면 ‘옳고 그름’을 초월하여 인간의 삶 속에서 구현되는 사물의 본질에 눈 뜰 수 있다.

또한 마음의 눈으로 보면 ‘있고 없고’의 문제는 중요하지 않다. ‘있을 수 있는 일, 있을 수 없는 일’도 초월한다. 마음의 눈으로 보면 모든 사물과 현상은

‘있을 수 있는 일’이고 ‘있는 일’이다. 그래서 과학으로 설명할 수 없는 일도 마음의 눈으로 보면 설명할 수 있고 모두 존재하는 일들이다. 그래서 마음의 눈은 인간의 삶을 더욱 풍성하게 하고 윤택하게 한다. 예술은 모두 이 ‘마음의 눈’으로 사물과 현상들을 바라보는 데에서 출발한다. 그래서 예술은 인간의 삶을 풍성하고 윤택하게 하는데 기여하는 것이다.

마음의 눈으로 사물을 봐서 사물의 속성을 파악하는 것은 명사에만 한정된 것이 아니다. 동사·형용사·부사·관형사·감탄사 등 모든 품사에 적용할 수 있다. 모든 품사, 즉 모든 단어는 독립적 의미와 기능을 가지고 있을 뿐만 아니라, 독자적인 경험뿐만 아니라 문화적인 관습까지 담고 있다.

## 4.2. 사물에 생명 불어넣은 글쓰기

오감을 활짝 열고 마음의 눈으로 사물을 보는 것이 가능하면 이제 사물에게 ‘생명 불어넣기’를 한다. ‘생명 불어넣기’는 생명이 없는 것을 생명이 있는 것으로, 무정(無情)의 것을 유정(有情)한 것으로, 사람이 아닌 것을 사람인 것처럼 받아들이는 것을 말한다.

가령, 투명한 물의 속성을 ‘물은 자신의 속을 다 보여준다.’고 유정의 것으로 표현하거나, ‘물은 인자하다’고 하여 사람의 인격으로 표현할 수 있다. 혹은 ‘물은 스스로 깨끗해지기 위해 물결을 일으킨다.’하여 물을 의지를 가진 사물로 표현한다든지, ‘用心如水(마음 쓰기를 물과 같이 하라)’라 하여 물의 속성을 인간의 삶의 지표로 끌어안는 것들을 모두 ‘생명 불어넣기’라 할 수 있다.

‘생명 불어넣기’는 수사법으로 치자면 활유법과 의인법에 해당하고 격언과 금언의 생성 원리이기도 하다. ‘생명 불어넣기’를 통해 사물과 현상의 본질에 더욱 가깝게 다가설 수 있고, ‘생명 불어넣기’를 통해 사물과 현상의 본질에 다가서면 우리의 삶과 글쓰기는 더욱 풍부해지고 윤택해질 수 있다.

<‘물’에 ‘생명 불어넣기’>

- 물은 인자하기도, 냉정하기도 하다.
- 자신의 몸으로 더러운 것을 손수 씻어내 준다.
- 더운 사람에게 시원함을, 추운 사람에게 따뜻함을 선물해 준다.
- 화가 나면 모든 것들을 집어 삼켜 자신의 몸 밑으로 가라앉게 만든다.

물에 ‘생명 불어넣기’를 하면 물의 속성은 구체적이 되기도 하고, 더욱 추상적이 되기도 한다. 또한 일반적이 되기도 하고 특수한 것이 되기도 하며, 은유적이고 상징적인 것이 되기도 한다.

‘생명 불어넣기’를 하다보면, 새로운 표현을 하고 싶다는 욕구와 나와 의 관계를 자주 떠올리는 경험을 하게 된다. 새로운 표현을 하고 싶다는 욕구는 사물을 새로운 오감으로 받아들이고 있다는 것과 새로운 오감으로 받아들이고 싶다는 욕구가 생겼다는 것을 뜻한다. 그리고 나와 의 관계를 자주 떠올리는 것은 사물의 본질에 다가가고 있다는 것과 사물의 본질을 내 삶의 본질에 투영하여 내 삶의 본질을 깨닫고 싶은 욕망의 발현이기도 하다.

### 4.3. ‘나’를 사물에 이입하여 글쓰기

사물의 속성을 더욱 구체화하기 위해서는 ‘나’를 사물에 이입하여 파악하는 것이다. 이러한 활동이 나를 ‘사물화’하는 것인지 사물을 ‘나화’하는 것인지 바라보는 사람의 태도와 시각에 따라 다르겠지만, ‘나’를 사물에 이입하는 것은 ‘나’의 속성과 가치를 좀 더 분명하게 파악하는 일임과 동시에 글쓰기의 재료가 되는 ‘사물’을 글쓰기의 재료로 펼쳐놓는 일이다.

모든 글은 ‘사물에 관한 글’이거나 ‘사물을 통해 그 무엇을 말하는 글’로 나눌 수 있다. ‘사물에 관한 글’에는 설명문이 대표적이다. 설명문을 제외한 거의 모든 글을 ‘사물을 통해 그 무엇을 말하는 글’이라고 할 수 있다. 이 때 ‘그 무엇’이란 바로 ‘나’이다. ‘나’가 오감으로 받아들인, 보고·듣고·맛이나 냄새, 피부 감각으로 느낀 것들이 단독으로 또는 다른 감각들과 섞이고 합해지면서 생각을 형성하고 그것들이 무언가를 말하는 것이 글이다.

따라서 행복한 글쓰기, 글을 쓰는 사람도 행복하고 글을 읽는 사람도 행복한 글쓰기를 위해서는 ‘나’를 사물에 이입하는 활동과 과정은 반드시 필요하다. 그래야만 글의 내용이 풍부해지고 글을 읽는 사람들의 공감과 감동을 이끌어낼 수 있다.

- 나는 물처럼 작은 충격에도 마음에 파문이인다.
- 나는 물처럼 더러운 것을 닦아낸다.

- 나와 물은 내 주변 사람들에게 없어서는 안 될 꼭 필요한 존재이다.
- 물은 화가 나면 모든 것들을 집어 삼킨다. 나도 화가 나면 모든 음식들을 집어 삼킨다.

사물과 나의 같은 점을 찾는 일을 나를 사물에 이입하는 과정이고 결과다. 이입(empathy)은 사물과 나를 동일시하는 것이다. 사물에 '나'를 이입하는 것 이어서 대부분 의인화 기법을 사용한다. 이입은 사물의 새로운 면과 사물의 아름다움을 찾아내는 데 매우 중요한 요소이자 태도이다.

이입은 글쓰기에서 매우 중요하다. 이입이 없이는 글쓰기를 할 수 없다. 설명문이나 직접적인 소개 같은 것은 이입이 필요 없지 않느냐고 반문할 수 있으나 전혀 그렇지 않다. 이입은 내가 사물을 보는 시각이며 태도이다. 사물을 어떤 시각에서 바라보느냐 하는 것은 사물의 모양을 파악하는 데 매우 중요하다. 그리고 태도, 어떤 오감을 얼마만큼 활용하느냐와 사물과 나와의 관계를 어떻게 설정하느냐 하는 것은 글의 내용과 문체를 결정한다. 하나의 사물을 설명하고 있지만, 각기 다른 내용과 문체로 설명하는 것은 사물을 바라보는 시각과 태도가 각기 다르기 때문이며, 이는 이입의 방법과 정도가 다 다르기 때문이다. 따라서 사물과 '나'의 같은 점을 찾으려는 노력은 사물에 '나'를 이입하는 기초적인 작업이자 풍부하고 독창적인 글쓰기의 출발점이라 할 수 있다.

나와 관계가 맺기에 익숙해지면 하나의 사물을 선택한 뒤, 내가 오롯이 그 사물이 되어 짧은 글을 쓸 수 있다. 사물에 나를 이입하는 정도를 좀 더 강화하여 사물을 오래 관찰한 뒤 오롯이 그 사물이 되어 사물의 기능과 쓰임뿐만이 아니라 행위와 감정, 생각까지 확대하여 글을 쓸 수 있다.

다음은 '물'에 '나'를 이입하여 쓴 글이다.

나는 면을 삶고 있다. 나를 요리 재료로 삼은 여자가 배가 고프는 모양이다. 나는 지금 냄비의 일정 온도, 나의 끓는점이 되어 끓고 있다. 몸과 함께 면이 삶아지고 있다. 여자는 라면의 생명은 졸깃한 면발이라며 식어버리다 못해 차가워진 내 몸에 면을 다시 행구고는 다시 끓고 있는 나에게 면을 투하한다. 투명한 내 몸에 붉은 조미료를 섞어 맛을 낸다. 난 기본적으로는 맛이 없기 때문이다.

보글거리는 내 몸 속에서, 날 싫어하는 고양이처럼 면은 나를 본질적으로 거부한다. 라면을 흡입한 여자가 짜다며 다시 나를 찾는다. 그 여자는 싱크대로가 냄비를 씻는다. 나는 라면의 잔재들을 씻어낸다. 그 여자가 설거지를 하다가 말고 통화를 한다. 수도꼭지를 잠글 줄 모르는걸까. 나는 씹 없이 하수구 속으로 흘러들어가고 있다. 아마 나는 하수구 속에 고여 썩어버릴 것이다. 그 썩은 나는 결국 오염되어 많은 돈을 들여야 원래의 내가 되겠지.

사물에 ‘나’를 이입하여 글을 쓰다보면 사물의 기능과 용도, 쓰임과 순환의 고리 뿐만이 아니라 상대에 대한 인식과 이입이 동시에 이루어진다. 즉, ‘끓는 점이 되어 면을 삼고, 면을 행구고, 조미료를 받아들이고, 여자의 갈증을 해소하고, 냄비를 씻고, 하수구로 흘러가고, 하수구 속에 고여 썩는’ 물의 기능과 용도, 쓰임과 순환의 고리를 ‘나’의 입장에서 파악하고 기술할 뿐만 아니라, 상대인 ‘그녀’에 대한 인식과 이입이 동시에 이루어진다. 상대인 ‘그녀’는 ‘지금 배가 고프고, 졸깃한 면발을 좋아하여 면이 어느 정도 익으면 찬 물에 행구어 다시 끓이고, 수도꼭지를 잠글지 몰라 아까운 물을 하수구로 흘러보내는 습관을 가지고 있다’는, 상대의 상태와 행위, 그리고 습성과 습관에 대한 인식과 기술이 동시에 이루어진다.

짧은 글이지만 이 글에는 ‘나’, ‘나’의 이입이 이루어진 ‘물’, 그리고 ‘나’의 이입이 이루어진 ‘그녀’의 삼각 구도를 갖고 있다. ‘그녀’는 제3의 인물인 여자일 뿐이라고 할 수 있겠지만 이 글에서 ‘그녀’는 물의 상대자이자 ‘나’의 이입이 이루어진 대상이다. 적어도 ‘나’는 배 고프면 라면을 끓여 먹고, 라면을 끓일 때 면을 찬물에 행구고, 전화 받느라 수도물을 그냥 하수구에 흘러보낸 적이 있는 ‘나’이며, 그 ‘나’가 이 글에서는 ‘그녀’에게 이입된 것이다.

나·물·그녀의 삼각 구조는 세계를 받아들이는 또 다른 태도와 탄탄한 표현 구조를 갖게 한다. 언어는 ‘기표(記票, signifier)와 기의(記意, signified)의 이중구조로 되어있어 단선적인 뜻과 상상의 세계를 가질 뿐이다. 그러나 사물에 ‘나’를 이입하면서 삼각구조가 생기고 복합적인 뜻과 상상의 세계를 갖게 된다. 이러한 삼각구조는 은유(隱喩, metaphor)가 지닌 삼각구조와 관련이 깊다.

은유가 고차원적인 사유의 결과이며 인간의 지니고 있는 최고의 표현 기법

인 것은 ‘나·원관념·보조관념’의 삼각구조를 가지고 있기 때문이다. 삼각구조는 이중구조와는 달리 면이 생기는데, 이 면이 바로 상상력이다. 이 면, 즉 상상력은 ‘나·원관념·보조관념’의 세 꼭지가 서로 근접성이 떨어질 때 넓어지고 확대된다. 그리고 이 꼭지점 간의 균형이 이루어졌을 때 은유의 효과는 더욱 커진다.

이렇듯 상상력을 확대하고, 표현의 묘미를 극대화하는 효과적인 방법 중 하나가 ‘사물에 나를 이입’하는 것이다. ‘사물에 나를 이입’하는 첫걸음은 바로 사물과 나의 닮은 점을 파악하는 것, 파악하기 위한 과정과 결과로 사물에 나를 이입하는 것이다.

## 5. 결론

오감을 활용한 글쓰기 마지막 시간에 모두 10개 문항을 통해 강의에 대한 설문 조사를 실시하였다. 중요한 몇 가지 문항과 그 결과를 정리하면, ① 수업을 오감의 중요성을 알게 되었다 : 많이 그렇다 - 75%, 조금 그렇다 - 15.6% ② 수업을 통해 오감 능력이 향상되었다 : 많이 그렇다 - 65.7%, 조금 그렇다 - 21.96% ③ 조금 더 연습하면 오감 능력을 더 발달시킬 수 있을 것 같다 : 많이 그렇다 - 84.4%, 조금 그렇다 - 6.3% ④ 오감 능력을 높이는 수업과 활동은 필요하다 : 많이 그렇다 - 100% ⑤ 이 수업을 다른 사람에게 권하고 싶다 : 많이 그렇다 - 75%, 조금 그렇다 - 15.6% ⑥ 이 수업의 심화 과정이 있으면 수강 신청할 것이다. 많이 그렇다 - 84.4%, 조금 그렇다 - 15.6% 등과 같이 답변하였다.

설문 조사 결과를 간단히 정리하면, ① 학생들은 오감의 중요성에 대해 잘 모르고 있지만 ② 오감의 중요성을 알려주고 적합한 수업을 진행하면 스스로 오감 능력이 향상된다는 것을 느끼게 되고 ③ 오감을 활성화하는 훈련이 표현 능력과 글쓰기 능력을 향상시키고 ④ 오감을 활성화하는 수업이 필요하며 심화과정도 필요하다는 것을 알 수 있다.

문제는 현대인의 각종 신경증의 원인이 오감의 발현을 어렵게 하는 생활환경과 자기표현과 자기실현의 기회를 박탈하는 디지털 환경에 있다는 사실을

자각하는 것이다. 그래서 이미 무뎠진 오감을 깨우고 활성화하는 훈련과 수업이 필요하다는 인식과 오감을 활용한 글쓰기 수업을 진행하는 행동까지 이어져야 한다.

행복한 글쓰기를 위해, 행복한 삶을 위해, 잠들어 있는 오감을 깨우고 활성화하는 활동과 글쓰기 수업이 간절하다.

## 〈참고문헌〉

- 박기석, 『문학치료학 연구 서설』, 『문학치료연구』1집, 한국문학치료학회, 2004.
- 변학수, 『문학치료』, 학지사, 2007.
- 이봉희는 「글쓰기 치료:소설 고쳐 쓰기를 통한 자아성찰 사례」, 『새국어교육』 제80호, 한국국어교육학회, 2008.
- 정기철, 「전자문화시대의 시조」, 『韓國言語文學』 第58輯, 2006.
- 정운채, 「고전시가론에 대한 문학치료학적 조명」, 『한국시가연구』통권10, 한국시가학회, 2001.
- 정운채, 『한국고전비평자료집』, 계명문화사, 1988.
- James W. Pennebaker, Ph.D 지음, 이봉희 역, 『글쓰기 치료』, 학지사, 2007.
- Walter J.Ong 지음, 이기우·임명진 옮김, 『구술문화와 문자문화』, 문예출판사, 1995.

## 【국문초록】

현대인이 겪고 있는 각종 신경증은 자연과 동떨어진 생활에서 비롯된 것이다. 좀 더 정확히 말하면 자연과 동떨어진 생활을 하면서 세계와 교감하는 오감이 닫히고 세계와 교감하는 오감이 닫히면서 그것을 받아들일 때 생기는 느낌과 생각의 통로가 닫히고 느낌과 생각의 통로가 닫히면서 자신을 포함한 세계와 소통하는 기회와 능력을 잃었기 때문에 각종 신경증에 시달리게 되는 것이다.

오감(五感)을 깨우고 활성화해야 한다. 그 이유는 ① 기분·감정·감성·정서, 지각·인지·사유·사고 등이 모두 오감에서 출발하기 때문이고 ② 그에 비해 현대인은 도시 생활로 인해 오감을 충분히 발현하지 못하고 있으며 ③ 오감을 발현하는 일이 ‘나’를 표현하는 행위의 근간이 되기 때문이다.

오감을 활용한 글쓰기 마지막 시간에 모두 10개 문항을 통해 강의에 대한 설문 조사를 실시하였다. 설문 조사 결과를 간단히 정리하면, ① 학생들은 오감의 중요성에 대해 잘 모르고 있지만 ② 오감의 중요성을 알려주고 적합한 수업을 진행하면 스스로 오감 능력이 향상된다는 것을 느끼게 되고 ③ 오감을 활성화하는 훈련이 표현 능력과 글쓰기 능력을 향상시키고 ④ 오감을 활성화하는 수업이 필요하며 심화과정도 필요하다는 것을 알 수 있다.

문제는 현대인의 각종 신경증의 원인이 오감의 발현을 어렵게 하는 생활환경과 자기표현과 자기실현의 기회를 박탈하는 디지털 환경에 있다는 사실을 자각하는 것이다. 그래서 이미 무뎠진 오감을 깨우고 활성화하는 훈련과 수업이 필요하다는 인식과 오감을 활용한 글쓰기 수업을 진행하는 행동까지 이어져야 한다.

행복한 글쓰기를 위해, 행복한 삶을 위해, 잠들어 있는 오감을 깨우고 활성화하는 활동과 글쓰기 수업이 간절하다.

주제어 : 관계맺음, 결핍동기, 상위동기, 결핍인지, 위안과 치유, 창조적 행위, 감성적 동물, 아말감.

【Abstracts】

## Crisis of Korea language and Strategy of Overcome

—Focusing on ‘Writing with Implying Five Senses’

Chung, KI-Cheol

To make a happy Life, first, writing is required to arouse senses for contemporary men. In contemporary society, people who are isolated from environment and locked up buildings in cities lost abilities to sense objects and express it. Therefore, literature also has withdrawn from life of people in today's societies.

To make ‘I’ and literature happy, begin express ‘I’ with writing with emotional language. Furthermore, we need to aware our five senses and activate them to create writings which represent ‘I’ with emotional language. Reasons are that 1) feeling, emotion, sensibility, perception, awareness, reason, thought are driven from five senses but 2) comparatively contemporary people does not manifest their senses due to city life and 3) expressing ‘I’ is based on manifesting senses.

Happy literature must be restored. Literature was initially pleasant deeds and comforting self. To reconstruct happy literature, delightful writing needs to be accomplished and method composing literatures with heart instead of brain need to be learned for happy writing ‘A man is sensitive animal’. Man has both reason and sensibility, but sensibility has stronger power than reason. Sensibility generate initiatively when people make important decision and receive some things has meaning to ‘I’. However,

contemporary people's sensibilities have shrunk. Sensibility is driven from five senses, but city life intervenes manifesting of five senses. Therefore, contemporary people are misfortune.

For happy literature writing, and happy life, inactivated five senses are need to be generated and verifying writing is required desperately.

Key words : Contraction of Relationship. Deficiency-Motivation. Metamotivation. Deficiency-Cognition. comfort and heal. Creative actions. Sensitive animal. Amalgam

이 논문은 2012년 12월 30일에 투고되었으며, 2013년 2월 4일에 심사 완료되어 2월 15일에 게재가 확정되었음.