

# 속도경쟁사회에서 여가회복을 위한 성찰

## Recovery of Leisure in Competitive Speed Society

지현진  
경희대학교

Hyunjin Ji(after60@paran.com)

### 요약

본 연구의 목적은 무엇이 여가다운 여가인가를 되짚어 보고, 속도경쟁 사회에서 우리에게 진정으로 필요한 여가는 무엇인가에 대한 성찰의 기회를 제공하는 것이다. 이를 위해 주요 여가개념을 분석하여 이 개념 안에 함축된 우리 사회의 가치판단을 읽어내고, 여가 본연의 가치를 회복하기 위해 필요한 논의를 전개하였다. 결론은 다음과 같다: 첫째, 자기계발과 사회통합 등 사회 순기능적 효과를 가져 오는 진지한 여가의 상대적 우월성을 강조하다보니 일상적 여가가 지닌 본연의 가치는 하향 평가되는 오류를 범하였다. 일상적 여가는 그 자체를 수행함으로써 삶의 균형을 이루려는 인간 본연의 욕구를 충족시켜줄 뿐 아니라 신체적, 심리적으로도 긍정적인 효과를 동반한다는 점을 간과하지 말아야 한다. 둘째, 진지한·일상적 여가의 이분법적 구조의 오류를 극복하기 위해 여가행위의 재연방식으로 정의한 빠른·느린 여가 개념에 대한 이론적 검토가 좀 더 세밀히 이루어져야 할 것이다. 셋째, 우리가 구태의연하고 생산적이지 못하다고 배척해온 삶의 방식도 그 자체를 구현함으로써 충분히 의미가 있다는 의식의 전환이 필요하다.

■ 중심어 : | 속도경쟁사회 | 진지한·일상적 여가 | 빠른·느린 여가 |

### Abstract

This study is to explore what kinds of leisure we really need in our competitive speed society and what the true leisure should be like. The present researcher analyzed the concept of serious·casual leisure and its implications on our social values. The conclusions of this study are as follows: First, we might have made a mistake paying too much attention to serious leisure while ignoring the value of casual leisure, because serious leisure has been thought to produce positive effects on self-development and social integration. It is important to note that casual leisure could not only satisfy human's need for balance in life and also contribute to her/his physical and psychological wellbeing. Second, In order to correct an error of sticking to the dichotomy of serious·casual leisure, the concept of fast·slow leisure, which defines leisure based on the way of its presentation, was also discussed. Third, the way of life which we considered unproductive should be reconsidered as it has a meaning in itself.

■ keyword : | Competitive Speed Society | Serious · Casual Leisure | Fast · Slow Leisure |

## I. 들어가며

슈퍼스타 K, 위대한 탄생, 나는 가수다, 오페라스타,

K-pop 등 수많은 경쟁방식의 프로그램들이 인기리에 방영되었거나 새로운 시즌을 준비하고 있다. 우리는 언제부터인가 생방송 리얼리티 경쟁프로그램에 열광하

접수번호 : #120329-004

접수일자 : 2012년 03월 29일

심사완료일 : 2012년 05월 11일

교신저자 : 지현진, e-mail : after60@paran.com

시작했다. 시청률이 높은 버라이어티 프로그램의 내용도 미션을 수행하는 개인 대 개인, 혹은 팀 대 팀의 경쟁 형태로 이루어지는 것이 많다. 현대인의 승부욕을 꿰뚫어보거나 하듯 각종 매체는 도전, 경쟁을 통해 승자나 영웅을 만드는 일에 혈안이 되어 있다.

지나친 경쟁의 폐해는 이미 우리 사회 곳곳에서 나타나고 있는데, 최근엔 유명사립대에서 4명의 학생들이 잇달아 자살한 사건이 발생했다[1]. 이유는 학점에 따른 차등 등록금부과와 같이 지나친 경쟁체제에 대한 부정적응으로 추정된다. 누군가의 목숨을 담보로 한 강렬한 저항에 여러 번 맞닥뜨린 후에야 지나치게 앞만 보고 가진 않았는지 반성을 할 정도로 우리사회는 경쟁이라는 바이러스에 만성으로 감염되어 있다.

경쟁은 속도를 요구한다. 뒤잡기보다는 빨리잡거나 뒤로가기가 선호되는 세상이다. 이러한 기호는 많은 것을 등장시켰는데, 일상에서 그러한 예를 찾기도 어렵지 않다. 방송을 보기 위해서는 예약녹화를 하거나 일정 돈을 내고 다시보기 기능을 이용하며, 때론 네티즌들이 올린 영상을 온라인에서 어렵지 않게 찾아볼 수 있다. 원하는 상품을 하루 만에 받아볼 수 있는 배송서비스도 생겼고, 요리법이나 정보를 찾기 위해 더 이상 책을 뒤적일 필요도 없다. 온라인으로 실시간 예약할 수 있는 셀러리멘들을 위한 무박 해외여행 패키지, 텔레비전 기기의 복합기능(다시보기, 동시보기, 예약녹화, 타매체와의 융합) 등은 개인이 활동을 빠르게 전환시킬 수 있도록 고도의 유동성을 제공하지만 막간의 쉼은 허용하지 않는다. 기다림의 과정이 짧아진 만큼 사유의 시간도 그만큼 줄어들었다.

이제 경쟁과 속도는 복잡성, 동시성을 필요로 한다. 한 번에 한 가지만 느긋하게 하던 여유는 사라진지 오래다. 현대사회의 획기적인 발명품 중의 하나인 세탁기는 세탁을 하는 중에도 다른 무언가를 동시에 할 수 있게 해준다. 동시행동이 불가능했던 독서의 형태는 오디오북이라는 기술 혁신으로 인해 운전하거나 걸으면서도 책을 읽거나 학습할 수 있게 되었다. 급세기 최고의 발명품과 다름없는 아이폰의 등장은 또한 모든 것이 손 안에서 해결될 수 있게 함으로써 시간간의 제약도 극복할 수 있게 해주었다.

인간행동이 점차 복잡하게 구성되어가고 있다는 사실은 전 세계적으로 시행되는 생활시간조사(Time Budget Survey) 설문지 설계에도 여실히 반영된다. 생활시간 조사의 응답자는 자신의 하루 시간소비내역을 10분 간격으로 기록하는데[2-4] 행동 기록 시 주행동과 동시행동으로 나누어 기록하게 함으로써 시간소비가 복잡하게 이루어지고 있음을 기정사실화 하고 있다. 고도의 기술개발은 더 많은 것을 동시에 할 수 있게 해주었기 때문이다. 혁신적 기술의 도입은 또한 아날로그방식의 삶은 비효율적이며 마치 디지털화된 삶이야말로 많은 것을 동시에 이룰 수 있어 효율적인 것이라는 환상을 창조하기에 이른다.

디지털혁명은 우선 우리 일터의 모습을 변화시키고 있다. 직장은 더 이상 일만 하는 곳이 아니다. 중간휴식 시간이나 퇴근 후엔 동료들끼리 모여 운동도 하고 연주도 할 수 있는 인프라를 제공함으로써 보다 많은 직원들이 회사에 더 오래 머물게 하였다. 퇴근 후 가정에서는 가사와 육아를 해야 하거나 가정용 컴퓨터로 못 다한 잔업을 수행하는 생활패턴이 증가하였다. 즉 직장가정의 고정적 역할과 기능을 변화시켰다. 디지털화는 우리 삶의 시간 구분도 혼란스럽게 만들었다. 카페는 더 이상 마시고 얘기하는 공간에 머물지 않고 일하고 회의하고 거래도 가능한 인터페이스의 확장된 공간으로 이용되면서 과거 음악 감상과 사교가 주로 이루어지던 순수한 유희공간의 면모를 상실하기 시작했다. 다시 말해, 일과 여가를 위한 시간과 공간의 구분은 점점 더 모호해져서 어느 것 하나 온전히 누리는 모습을 찾아보기 어려워진 것이다.

시간경계의 해체는 노동의 악순환을 불러온다. Shor[5]는 주5일 근무나 법정노동시간의 감소가 여가시간의 증가를 가져왔다는 주장을 정면으로 반박한다. 노동시간을 줄이기 위해 발명된 기술과 기기들을 구매·사용하기 위해 사람들은 오히려 더 많은 시간을 '노동하고 소비하는' 잠행적 순환을 거듭하고 있다고 주장한다. 셀러던트(salaryman+student: 회사를 다니면서 동시에 학교도 다니는 사람), 점심족(점시시간을 자기계발을 위해 알차게 활용하는 집단), 웨저족(work+leisure: 일과 여가의 경계가 무너진 사람)과 같은 신인

류의 등장이야말로 속도경쟁사회에서만 볼 수 있는 현상들이다.

최근에 일고 있는 오디션 프로그램의 열풍 또한 그냥 좋아서 하는 이들보다는 열심히 하고 잘하는 사람이 더 높이 평가받는 성과 주의적 사회적 가치를 담보한다. 숙련된 여가지식과 능력을 배양한 이들의 여가가 사회적으로 더 바람직하며 그렇지 않은 이들보다 삶의 행복감도 더 느낀다는 연구결과가 공론화되면서 더욱 짜임새 있는 시간사용을 통해 이를 권장하는 공감대도 더욱 확대되었다.

이렇듯 사회의 속도에 맞추어 사는 데 급급하다보니 우리가 간절히 원하는 여가는 무엇이며 과연 여가다운 여가를 보내고 있는지에 대한 기본적인 물음조차 던지지 못하고 살아간다. 우리가 그동안 인지해온 여가의 본질이라는 것이 과연 어떠한 결과물을 내거나 일처럼 열심히 해야만 온전한 것인가? 노동외의 시간에 빈둥거림과 낮잠과 같이 단순한 휴식활동을 하는 것은 사회적 재생산 차원에서 바람직하지 않은 것인가? 자기개발과 여가의 결합이 공공연히 권장되어 오지는 않았는가? 본 연구의 출발은 이렇게 수많은 성찰적 물음을 던지는 것에서 시작한다.

자유 시간에 조차도 자기 개발적 활동이 권장되고, 재충전이란 용어로 휴가가 정당화되는 사회에서 Stebbins[6]의 진지한 여가(serious leisure)는 여가를 합리적이고 생산적인 행위로 채색함으로써 웅장 할 만한 것이란 사회적 명분을 제공하였다. 진지한 여가개념은 이미 과거의 많은 연구들을 통해 긍정적이고 사회통합적인 효과를 발산한 것으로 입증되어왔으며 상대 개념으로서의 일상적 여가(casual leisure)는 철학적, 실증적 검토 면에서 홀대를 받아온 것은 사실이다. 상대적 열등개념으로 언급되어온 일상적 여가를 되짚어 봄으로써 그동안 미처 깨닫지 못한 여가의 본질에 대한 각성을 시도해보고자 한다. 또한 진지한·일상적 여가만큼 학계의 관심을 받지는 못했지만 영국의 여가사회학자 Rojek[7]이 언급한 빠른·느린 여가의 개념도 함께 살펴봄으로써 여가이론 속에 함축된 사회적 가치를 읽어내는 작업도 함께 병행할 것이다. 본 연구는 현대사회의 성과 주의적, 일 중심적 가치가 우리의 여가적 삶의 형

태와 이론적 틀에 어떻게 투영되어있는지를 살펴봄으로써 무엇이 여가다운 여가인가를 되짚어 보고, 속도경쟁 사회에서 우리에게 진정으로 필요한 여가는 무엇인가에 대한 성찰의 기회를 제공하고자 한다.

## II. 연구자의 분석틀

연구자는 성찰적 관점에서 연구자의 경험, 관찰, 직관을 통해 사회현상을 분석하고, 문헌연구를 통해 여가이론을 재고해봄으로써 여가회복을 위한 의식의 전환과 이론적 확대의 필요성을 역설하였다.

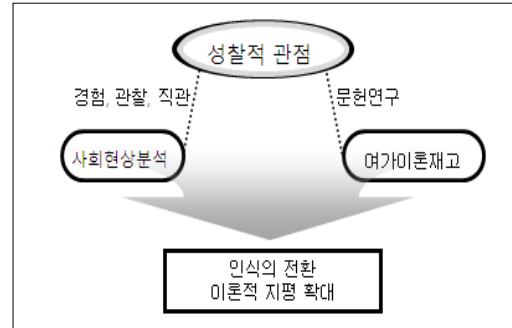


그림 1. 연구의 분석틀

## III. 둘러보기

### 1. 여가 이론의 재고

Stebbins의 ‘진지한·일상적 여가’ 이론은 성과주의적·일 중심적 사회적 가치에 편승해 주목을 받기 시작하면서 1990년대 이후 여가분야의 이론적 토대를 형성하는데 상당한 기여를 해왔다. 진지한 여가는 자기개발이나 경력개발을 도모하는 아마추어, 취미가, 직업적 자원봉사자란 3대 키워드로 설명될 수 있는 반면, 일상적 여가는 그 외로 분류되는 여가행위들로서, 내적보상을 추구하며 즐기기 위해 어떠한 훈련도 요구하지 않는 즉흥적인 행위로 정의될 수 있다[6]. Stebbins[6]는 ‘진지한 여가’야말로 자기개발과 전문경력, 사회통합에 기여한다고 주장한다. 반면, 단순한 일상적 여가활동은 지루하

고, 여가정체성이 부족하며, 개인이나 사회적으로도 공헌하는 바가 적다고 주장함으로써[8] 이러한 활동이 진지한 여가에 비해 도덕적으로 열등하다고 설득한다. 그의 논리는 이후 수많은 학자들의 공감을 얻으면서 실증 연구를 통해 입증되어 왔다. 진지한 여가를 추구할수록 여가활동의 전문화를 꾀할 수 있으며 그것이 초래하는 중독적 현상마저도 긍정적인 심리적 효과(웰빙, 행복감 등)를 가져온다는 연구결과[9-17]들은 노동 중심적이고 속도경쟁적인 사회 분위기와 어우러져 별 비판 없이 수용되었다. 심지어 진지한 여가는 궁극적으로 도달해야 할 이상적인 여가상태로 맹신되는 연구경향이 연구 제목이나 주제에 반영되기도 하였다[16][18]. 뿐만 아니라 진지한 여가 정도를 측정하는 척도도 이미 개발되어 있어[19][20] 그것이 학문적으로 차지하고 있는 위상을 실감하게 해준다. 고도의 도전감, 성취감을 동반한 진지한 여가가 삶에 역동성과 행복감을 제공하는데 기여해 온 것은 사실이다. 그러나 이러한 논점에서 볼 때 도전감이나 성취감이 부재된 여가의 가치는 상대적으로 저평가될 수밖에 없었다.

고도의 도전감과 몰입감으로 무장된 진지한 여가가 일상적 여가보다 우세한 가치를 지녔다고 보는 Stebbins의 이분법적 논리는 외양상론 Csikszentmihaly[21]의 몰입이론의 틀 안에서 지지되는 듯 보인다. 그러나 몰입이론을 제대로 들여다보면 이 두 개의 개념은 늘 상생하는 관계는 아니다. Csikszentmihaly의 몰입이론은 몰입의 정도를 최저에서 최고수준까지 그 범주를 연속선상에 두고 있다[22 재인용]. 그는 일상적 여가활동과 같은 최저몰입(micro flow) 활동을 중단했을 때 사람들은 오히려 더 지치고, 짜증을 내며, 좌절하게 되어 마침내는 건강을 해치게 된다는 연구결과를 밝힌다. 즉 몰입감의 정도가 여가 그 자체가 인간의 삶에 미치는 영향만큼 절대적이진 못함을 의미한다.

Hutchinson과 Kleiber[23]의 연구결과 또한 크게 다르지 않다. 좋지 않은 상황에 처했거나 만성 스트레스를 지닌 사람들과의 인터뷰를 통해 일상적 여가활동에의 참여는 적응력과 자기 보호력을 키워주고, 자아감을 재건하거나 보존함으로써 궁극적으로 건강과 웰빙에 기여한다는 결론을 내었다. 나아가 많은 시간과 관심을

쏟는 열정의 형태가 오히려 독이 될 수 있다는 관점[24]에도 동의하고 있다.

최근 진지한·일상적 여가의 이분법 논리에 새로운 인식의 전환을 유도한 것은 Shen과 Yarnal[22]의 연구이다. 그들은 특정 단체의 여성들로 하여금 Stebbins의 일상적 여가활동 범주에 들어가는 활동들을 경험하게 한 후 진지한·일상적 여가경험을 특징짓는 13가지 개념(성취감, 소속감, 자존감, 사회화, 자유감 등)을 문항으로 제시하고 각 문항을 5점 척도로 평가하도록 하였다. 연구결과 진지한 여가활동으로 인해 과생되는 긍정적인 효과, 예를 들면, 자존감 향상, 성취감과 정체성 경험 등이 일상적 여가활동을 통해서도 공유될 수 있다는 점이 발견되었다.

실제로 일상적 여가활동도 진지한 여가활동 못지않게 우리의 삶에서 중요한 순기능을 담당한다는 사실이 앞서 언급된 선행연구들을 통해 입증된 것처럼 여가행위의 도전감이나 몰입감 만큼이나 행위의 자율성, 일상성, 비형식성은 인간의 삶에 긍정적으로 기여한다는 점을 알 수 있다.

Russell[25]은 ‘게으름에 대한 찬양’이란 저서에서 노동 중심적 산업사회의 통념에 반기를 들고, 인간의 진정한 자유와 독창성을 회복하기 위해 사색하는 습관이 필요하며 그것의 원천은 게으름에서 비롯한다고 역설한다. 케번처럼 취급될 수 있었던 그의 주장은 최근 한 의학적 실험결과가 뒷받침해주고 있다. 아무것도 하지 않았을 때의 우리 뇌를 MRI로 찍어보니 뇌가 훨씬 활발히 작동한다는 사실을 발견하고는 독창적이고 싶다면 종종 아무것도 하지 않는 시간이 필요하다는 결론에 도달한다[26]. 무위의 행위조차도 기여하는 바가 있다는 결론은 인간에게 어떠한 유형의 여가이든 의미가 있다는 명분을 제공한다. 물론 앞선 실험 결과로 인해 우리는 또다시 진지한·일상적 여가가 저질렀던 오류를 범할지 모른다. 사회적·경제적으로 통합적·생산적 가치를 가진 여가를 권장하는 것처럼 무위의 활동이 가진 생리학적인 효능을 강조함으로써 이 역시 그러한 연유에서 할 만한 가치가 있다는 논리로 이어진다면 말이다.

지금까지의 논의에서 한 발 더 나아가 Rojek[7]은 진지한·일상적 여가의 개념이 과연 합당한지에 대해 의문

을 던진다. 그는 진지한·일상적 여가의 개념보다 빠른·느린 여가의 개념의 재고를 주장한다. 경력과 통합을 기준으로 진지한·일상적 유형의 어느 한쪽으로 활동을 고착시켜 정의할 경우 여가행위 자체가 지닌 유동성이나 다양성 등을 간과할 수 있다는 것이다. 대신 빠른·느린 여가 개념은 특정 이데올로기로부터 자유로우면서 단지 여가의 재연방식으로 정의되는 기술적인(descriptive) 용어임을 부각시킨다.

빠른 여가라 함은 활동을 빨리 빨리 전환하거나 다수의 행위를 동시에 할 때를 일컫는다. 인터넷이나 고도의 기술발달은 빠른 여가의 탄생에 혁명적인 기여를 해왔다. 예를 들면 워크맨으로 음악을 들으면서 스트레칭을 한다거나, 거실의 텔레비전 시청 중 개봉 중인 신작 영화를 바로 구매해 감상하고 중간에 다른 기능을 이용해 물품구매도 자유롭게 하는 것 등이 이에 해당된다.

반면 느린 여가는 소설책을 읽는다거나 낮잠을 자는 등 서사적 여유를 향유할 수 있는 여지가 허용되는 행위를 지칭한다[7]. 우리나라 국민의 여가활동 실태를 조사한 이래 TV시청은 성별이나 연령을 초월해 가장 대중적인 여가활동으로 선정되어 왔다[4][27]. TV시청이란 행위는 느린 여가의 대표적인 예이지만 여기에 복합적인 행위가 결합되었을 때 우린 빠른 여가의 범주에 포함시킬 수 있다. 재연방식이 곧 행위의 범주를 결정하는 것이다. 다행히 ‘빠른’이나 ‘느린’이란 개념에는 ‘진지한’이란 단어가 함축되어 있는 일처럼 열심히 하고 전문가처럼 잘해야 사회 통합적으로 가치가 있고 자기 계발에 유익한 것이란 고정관념도 존재하지 않는다. 이 개념을 실증적으로 증명한 연구들도 아직 없다. 빠른·느린 여가의 개념은 마치 아무것도 쓰여 있지 않은 백지와도 같아서 여가를 담아내는 데 있어 매우 유용한 이론적 틀을 제공할 것으로 보인다.

우리가 주목해야할 점은 여가행위가 부여하는 사회적·개인적 가치보다는 인간성 회복의 차원에서 인간 본연의 모습을 찾아가는 행위로서의 가치이다. 여가에는 사회 공헌적 여가도 있고 사회적으로 유해한 여가도 있으며, 자기 계발적 여가도 있고 자기 파괴적 여가도 있다. 물론 어떠한 여가이든 허용된다는 것을 의미한진 않지만 사람들의 여가선택과 가치는 다차원적일 뿐 아

니라 여가활동을 주도하는 사회 도덕적 가치나 경계 역시 지속적으로 변한다는 사실을 인정해야한다. 타인을 해하지 않는 사회적 책임을 동반한다면 개인의 자율성에 의해 선택된 여가는 그것이 무엇이든시간에 그것을 하는 것만으로도 이미 행위의 목적을 이룬 셈이다. 여가를 설명하는 많은 개념들 역시 여가의 본질을 해치지 않는 선을 지켜야 한다. 그렇지 않고 특정 이데올로기의 관점에서 여가의 행위와 가치를 판단한다면 우리는 큰 틀에서 이미 여가의 본질을 훼손하고 그것이 지닌 다양성을 상실하게 된다.

## 2. 속도경쟁사회의 반향, Slow

호이징하[28]는 인간의 문화는 춤추고 웃고 따라 하기와 같은 다양한 놀이 형태들로 시작되었다고 주장하지만, 그의 호모루덴스(Homo Ludens: 놀이의 인간) 모델보다 지금 우리를 압도하고 있는 건 노동 중심의 호모 파베르(Homo Faber: 도구의 인간) 모델이다. 도구를 만들어 환경을 지배하는 인간은 지금의 사회에서 더 자연스럽게 수용되기 때문이다. 노동 중심적 사회에서 새로운 기술 중심적 사회로의 전환은 외양만 변했을 뿐 시간과 공간의 구속이 더욱 커지고, 지식노동에 대한 새로운 부담이 가중되었다. 이러한 변화는 사회구성원들의 지속적인 학습을 요구하게 되는 데, 평생교육의 모토가 바로 여기에 있다. 학습시간의 연장, 노동시간과 공간의 파편화에 대해 삶 속도와 방향에 대한 회의는 느낌에 대한 예찬으로 이어진다.

최근 삼정KPMG 경제연구원은 ‘슬로(slow)’가 경영관리기법과 사업영역에서 새로운 트렌드로 부상할 것이라 보고하였다[29]. 삼성경제연구소 역시 ‘비즈니스의 새로운 기회, slow’에 대한 연구보고서를 통해 느낌의 가치를 경제적 측면에서 분석하여 주목을 받았다. 감속, 친환경, 감성, 건강이란 4가지 키워드가 생활양식을 지배할 것이라 예상하면서, 이러한 트렌드가 경영에도 이어져 여유와 자율, 휴식과 재충전, 꼼꼼한 공정관리, 느낌의 가치점목이란 경영트렌드를 생산할 것이라 제안하였다. 정확히 말하자면 슬로경영이 스피드경영을 대체하기 보다는 스피드경영의 부작용과 한계를 보완하는 것이란 입장을 보인다[30].

느림으로 회귀하고자 하는 움직임은 과히 세계적인 아니다. 빌게이츠로 대변되는 초고속 디지털문화의 본고장인 미국에서도 잘 나가던 실리콘 벨리 사장들이 원초적인 아날로그적 삶을 추구하기 위해 전원회귀를 지향하는 해프닝이 일어났다. 이들을 지칭해 슬로비족(slobbies)이라 하는데, 'slow but better'란 의미가 함축되어 있다[31]. 세계 경제의 중심국이 되기 시작한 중국도 예외는 아니다. 북경의 화이트칼라 노동자들은 일찍 일어나고 늦게 취침하며, 통근하는 데 많은 시간을 소모하고, 불규칙한 식사와 좌식근무를 오래하는 것으로 유명하다. 그들 사이에서는 어느 틈엔가 슬로 리빙(slow living)을 추구하는 움직임이 시작되었다. 바쁜 도시 생활로부터 벗어나기 위해 슬로 라이프 클럽(slow life club)에 가입하여 함께 영화감상, 독서, 여행, 사진찍기, 요리 등을 경험하곤 한다[32].

한국에서도 2000년대 들어서야 붐을 일으킨 민간 주도의 주말농장의 증가도 같은 맥락에서 이해할 수 있다. 안전한 먹거리를 재배하겠다는 목적과 콘크리트 속에서만 생활하는 이들에게 전원체험을 안겨주겠다는 목적, 그리고 숲 가쁜 도시생활을 벗어나 여유로운 삶을 원하는 이들의 욕구가 더해져 유행된 여가활동이다. 최근에는 대학의 캠퍼스 안에서 농사를 짓는 특이한 현상이 발생하고 있다. 레알 텃밭 학교는 지난해 고려대학교에서 처음 시작되어 현재는 이화여자대학교와 서울시립대학교 등으로 확대되어 시행되고 있다[33]. 취업준비에 여념이 없어야 할 대학생들이 농기구를 잡게 된 데에는 각박한 경쟁적 삶으로 부터의 탈출과 자연과의 교감을 통한 여유로움이 필요했기 때문일 것이다. 최근 급성장한 커피산업 역시 비슷한 맥락에서 해석해 볼 수 있다. 한때 자판기나 믹스커피의 유행은 '마셨다'라는 결과에 치중된 문화적 징후였다. 이제는 깊은 풍미를 갖춘 커피를 마시기 위해 물의 온도와 커피의 신선도, 커피를 내리는 기술 등 만드는 과정까지 즐기는 문화가 점차 선호되면서 커피전문점은 자판기를 압도하기 시작했고 바리스타 교육의 범람을 가져왔다.

이처럼 느림에 대한 사회문화적 기호는 바로 산업 부분으로 이어지곤 하는데, 느림을 모토로 한 도시개발도 좋은 예이다. 슬로 시티(slow city)의 탄생은 바로 슬로

푸드(slow food)에 뿌리를 두고 있다. 1986년 맥도날드가 로마 한복판에 까지 파고들어가자 이탈리아 북부지역을 중심으로 지역전통음식을 지키기 위한 운동으로 시작되었다. 좋은 음식, 건강한 환경, 지속가능한 개발, 공동체적 삶의 추구 등을 목표로 한 슬로 시티 가입지역은 세계 20개국 135곳으로 늘었고, 한국은 아시아 유일의 가입국으로 총 6곳이 슬로 시티로 지정되었다[34]. 국내의 경우 전라남도 지역에 4곳이나 집중되어 있는데, 전라남도는 슬로 푸드, 갯벌, 재래시장, 마차 체험 등의 프로그램을 운영하고 생태길을 조성해 저탄소 친환경 지역공동체 소득창출이라는 슬로 시티의 기본 이념과 철학을 구현하고 있다[35][36]. 슬로 시티의 탄생은 관광산업에도 영향을 미치고 있다. 단기간의 다양한 체험을 추구하는 패키지여행에 반해 생긴 슬로 투어리즘(slow tourism)은 풍부한 자연자원을 여유롭게 즐기자는 목적으로 관광지에서 손으로 만들고, 먹고, 느끼는 총체적인 체험을 추구한다[37][38].

느림의 추구는 비단 도시 관광 개발에 국한되지 않고 우리 삶의 구석구석으로 흡수되고 있다. 우선 스포츠 영역에서도 조급함과 경쟁주의는 최첨단 기구나 약물을 이용한 기록 생산, 맹목적인 승리 추구로 이어져 스포츠 본연의 가치와 철학이 배제되고 있다는 자성의 움직임이 생겼다. 이정식[39]은 스포츠에서 느림을 실천하기 위한 강령으로 생태적 운동법을 생활화하며, 강압적 규약을 철폐하여 자연스포츠를 장려해야 한다고 제안한 바 있다. 느림을 추구하는 대표적인 운동을 슬로 엑스사이즈(slow exercise)라고 일컫는다. 슬로 엑스사이즈로 불리는 대표적인 운동 4가지, 요가, 태극권, 필라테스, 코어의 운동 원리와 특징을 분석한 결과, "느리고 부드러운 동작으로 주로 이루어지는 데, 호흡법을 활용하여 육체와 함께 정신수련을 함께 꾀하는 운동"이라는 공통의 메커니즘이 발견되었다[40].

속도와 경쟁이 가치를 생산하는 사회에서 역으로 느린 삶에 대한 동경은 균형을 향한 인간의 원초적인 욕구를 일깨워 준다. 우리가 구태의연하고 생산적이지 못하다고 배척해온 삶의 방식도 그 자체를 구현함으로써 충분히 의미가 있다는 생각의 전환이 이제 필요하다.

#### IV. 나가며

본 연구의 목적은 속도경쟁사회에서 우리에게 진정으로 필요한 여가는 무엇이며, 무엇이 여가다운 여가인가를 성찰해보는 기회를 제공하기 위함이다. 이를 위해 널리 공론화되어온 진지한·일상적 여가 이론 안에 함축된 사회 통합적 가치판단을 읽어내고 나아가 여가 본연의 가치를 회복하기 위해 필요한 새로운 개념(빠른·느린 여가)도 소개하였다. 앞의 논의들을 정리하면 다음과 같다.

첫째, 자기계발과 사회통합 등 사회 순기능적 효과를 발하는 진지한 여가의 상대적 우월성을 강조하다보니 일상적 여가가 지닌 가치는 하향 평가되는 오류를 범하였다. 일상적 여가는 그 자체를 수행함으로써 삶의 균형을 이루려는 인간 본연의 욕구를 충족시켜줄 뿐 아니라 신체적, 심리적으로 긍정적인 효과도 동반한다는 점을 간과하지 말아야 한다.

둘째, 진지한·일상적 여가의 이분법적 구조의 오류를 극복하기 위해서 여가의 재연방식으로 정의하는 빠른·느린 여가 개념에 대한 더 많은 논의가 이루어져야 한다. 여가를 설명하는 개념들은 여가의 본질을 해하지 않은 범주 안에서 설명되어야 하기 때문이다.

셋째, 속도경쟁사회에 대한 반향으로 느림에 대한 기호와 실천이 사회·문화·경제 전 영역에서 일어나고 있으며, 이는 삶의 균형을 향한 인간의 원초적인 욕구를 일깨워 준다. 우리가 구태의연하고 생산적이지 못하다고 배척해온 삶의 방식도 우리에게 행복감과 충만감을 선물할 수 있다는 생각의 전환이 필요하다.

산업 중심적이고 경쟁적인 사회에서 우리가 상실한 것은 생산성이나 사회 통합성으로 채색되어야만 당당히 추구할 수 있게 되어버린 여가권(餘暇權)일지 모른다. 여가를 인간의 존엄성과 인간성 회복을 위해 필요한 하나의 권리로 인식하게 된다면 굳이 Stebbins의 이론을 빌어 합리성과 생산성으로 무장할 필요는 없을 것이다. 또한 몰입이나 관여도 같은 인접개념들로 여가의 기능성을 부각시키는 연구에 과도하게 편중되지도 않을 것이다. 여가가 당당히 누려야 할 인간의 기본권이란 사실은 여가의 정체성을 확고히 했을 때 인정받을 수

있다. 그러기 위해서는 여가학을 이루는 개념과 이론들에 대한 성찰적 재고, 실증적 연구들을 통해서 여가의 본질을 제대로 이해하려는 노력이 우선적으로 이루어져야 한다.

진지한·일상적 여가가 지닌 도덕적 도착증을 극복하기 위해서라도 빠른·느린 여가의 개념에 대한 논의가 좀 더 왕성히 진행되길 바란다. 빠른 여가가 보다 변화무쌍한 여가를 얘기하고 있다면 느린 여가는 안정적이고 지속적이며 규칙적인 여가를 의미한다. 빠른·느린 개념의 기준이 여가의 목적성이나 공헌도가 아닌 활동 자체가 가지고 있는 운동성에 중심을 두고 있기 때문에 여가의 본질을 변질시키지 않는다는 점에서 더 논의될 가치가 있는 것은 분명하다. 물론 이 개념이 학술적 논의의 중심에 선다면 진지한·일상적 여가가 직면한 이론적 검증과정을 피할 수 없을 것이다. 진지한·일상적 여가의 이론적 정착을 위해 많은 실증연구가 뒷받침되었던 것처럼 빠른·느린 여가의 속성을 해부하는 경험적 연구가 뒷받침된다면 이론과 개념의 확장, 재정립을 통해 여가학의 지평을 여는데 기여할 것이다. 이와 더불어 여백의 중요성, 적절한 선포의 사용을 권장하는 사회를 만들기 위한 성찰과 담론의 장도 보다 활발히 펼쳐지길 희망한다.

#### 참고 문헌

- [1] 김준호, KAIST 학생 4명 이어 교수까지 자살... 왜?, 연합뉴스, 2011년 4월11일.
- [2] 통계청, 1999 국민생활시간조사.
- [3] 통계청, 2004 국민생활시간조사.
- [4] 통계청, 2009 국민생활시간조사.
- [5] J. Shor, *The overworked American*, BasicBooks, 1991.
- [6] R. A. Stebbins, *Amateurs, professionals, and serious leisure*, McGill-Queen's University Press, 1992.
- [7] C. Rojek, *Leisure and culture*, Macmillan Press LTD, 2000.

- [8] R. A. Stebbins, "The costs and benefits of hedonism: some consequences of taking casual leisure seriously," *Leisure Studies*, Vol.20, pp.305-309, 2001.
- [9] 김미량, 김동제, 권창제, "레크리에이션 전문화와 참여만족 및 행복의 관계: 진지한 여가의 조절효과와 검증", *한국체육학회지*, 제61권, 제1호, pp.387-396, 2012.
- [10] 박수정, "스포츠여가 참여자의 몰입, 진지한 여가, 마니아 및 중독의 인과모형 분석, *한국여성체육학회지*", 제21권, 제6호, pp.125-136, 2007.
- [11] 신승엽, "골프연습장 참여자의 여가몰입, 운동중독 및 심리적 행복감의 관계", *한국여가레크리에이션학회지*, 제34권, 제1호, pp.19-31, 2010.
- [12] 이연주, 김미량, "대학생의 진지한 여가, 레크리에이션 전문화, 몰입 및 행복의 관계", 제22권, 제4호, pp.2401-2411, 2011.
- [13] 장진우, 강효민, "진지한 여가로서 생활체육 참가자와 여가경험 및 여가정체성의 관계", *한국체육학회지*, 제46권, 제4호, pp.329-338, 2007.
- [14] 최성범, "진지한 여가로서의 골프참여와 레크리에이션전문화의 관계", *한국사회체육학회지*, 제42권, pp.1389-1399, 2010.
- [15] 허진영, 송기현, "여가스포츠 참여자의 각성추구 성향과 운동중독 및 심리적 웰빙의 관계", *한국여가레크리에이션학회지*, 제35권, 제2호, pp.127-137, 2011.
- [16] 황선환, "스키어들의 여가활동 참가정도가 레크리에이션 전문화와 진지한 여가에 미치는 영향", *한국사회체육학회지*, 제40권, pp.811-819, 2010.
- [17] X. L. Qian and C. Yarnal, "Benefits of volunteering as campus tour guides: the rewards of serious leisure revisited," *Journal of the Canadian Association for Leisure Studies*, Vol.34, No.2, pp.127-145, 2010.
- [18] 남경완, 권육동, "스포츠참여 대학생의 스포츠 소비감정이 진지한 여가에 미치는 영향", *한국여가레크리에이션학회지*, 제34권, 제2호, pp.81-93, 2010.
- [19] 김미량, "진지한 여가 척도개발", *한국체육학회지*, 제48권, 제4호, pp.397-408, 2009.
- [20] 나종민, 황선환, "문화반응이론을 적용한 진지한 여가척도의 재평가", *한국여가레크리에이션학회지*, 제35권, 제1호, pp.107-116, 2011.
- [21] M. Csikszentmihalyi, *Beyond boredom and anxiety*, San Francisco: Jossey-Bass Publishers, 1975/2000.
- [22] X. S. Shen and C. Yarnal, "Blowing open the serious leisure-casual leisure dichotomy: what's in there?," *Leisure Sciences*, Vol.32, pp.162-179, 2010.
- [23] S. Hutchinson and D. Kleiber, "Gifts of the Ordinary: casual leisure's contributions to health and well-being," *World Leisure Journal*, Vol.47, No.3, pp.2-15, 2005.
- [24] F. Stenseng, J. Rise, and P. Kraft, "The dark side of leisure: obsessive passion and its covariates and outcomes," *Leisure Studies*, Vol.30, No.1, pp.49-62, 2011.
- [25] B. Russell, *계으름에 대한 찬양* (송은경 역), 사회평론, (원저 1985 출판), 1997.
- [26] <http://slow.posterous.com/>
- [27] 문화체육관광부, 한국문화관광연구원, *2010 국민 여가활동조사*.
- [28] J. Huizinga, *호모루덴스* (김윤수 역), 까치 (원저 1947 출판), 2008.
- [29] 김명전, "느림(slow)의 경쟁력에 주목하라", *내일신문*, 2010년 12월22일.
- [30] 유다연, "FAST문화 속 'SLOW'에 주목하라", *창업경영신문*, 2010년 9월 30일.
- [31] 정준, "빨리빨리 문화와 느림의 철학", *한국논단*, 2006(10).
- [32] H. Wang, "Slowing down," *Beijing Review*, pp.12-13, 2011(2).
- [33] 이승준, "'스펙'대신 텃밭 가꾸는 까닭? 재밌잖아요", *한겨레신문*, 2011년 4월15일.



- [34] 이희정, “오르비에토-느림에서 미래를 찾는다”, 한국일보, 2010년 11월4일.
- [35] 김진명, “섬에서 만끽하는 ‘느림’의 미학”, 내일신문, 2010년 8월 3일.
- [36] 정승호, “슬로시티의 진화”, 동아일보, 2010년6월 8일.
- [37] 이정식, 이영환, “Slow tourism 구현을 위한 신여가 스포츠 문화 창달방안”, 움직임의 철학: 한국체육철학회지, 제17권, 제4호, pp.65-79, 2009.
- [38] M. Loftus, “Slow down: we’re moving too fast,” National Geographic Traveler, Vol.25, No.1, pp.16-20, 2008.
- [39] 이정식, “현대스포츠에 있어서 ‘느림’의 철학적 모토와 실천강령”, 움직임의 철학: 한국체육철학회지, 제16권, 제4호, pp.319-337, 2008.
- [40] 김현나, “느림의 운동, 슬로 엑스사이즈의 정의와 의미”, 한국여가레크리에이션학회지, 제29권, pp.23-34, 2005.

#### 저 자 소 개

지 현 진(Hyunjin Ji)

정회원



- 1995년 5월 : 노스캐롤라이나대학교 채플힐캠퍼스(여가학 석사)
- 2005년 8월 : 연세대학교(사회체육학박사)
- 현재 : 경희대학교 강사

<관심분야> : 여가학, 노년학