

니체를 읽고도 여전히 힘든 삶에 대하여
— 『사는 게 힘들냐고 니체가 물었다』를 읽고

20221022 국어국문 김지서

『사는 게 힘들냐고 니체가 물었다』를 다 읽고 나서, 나는 이 책을 단순한 “니체 입문서”나 “힐링 에세이”로 부르기가 어려워졌다. 읽는 동안 내 머릿속에서는 계속해서 두 개의 축이 서로 부딪혔다. 한 축은 “삶에 적용되는 니체의 이론이 실제로 나에게 힘이 된다”는 체감이었고, 다른 한 축은 “철학이라는 ‘학문’을 이렇게 응용해도 되는 건가?”라는 염려였다.

이 독후감은 그 두 축 사이를 오가는 기록에 가깝다.

책을 통해 느낀 바, 나의 경험과 겹쳐진 지점, 그리고 마지막으로 “철학과 인문학이 정말 삶에 기여하는가?”라는 고민까지, 한 번에 묶어 적어보려 한다.

1. 삶에 적용되는 니체의 이론이 준 힘에 대하여

1) “편안함만을 바라는 사람에게 행복은 오지 않는다”

이 책에서 내 마음을 가장 먼저 세게 찔렀던 문장은 바로 이것이다. “편안함만을 바라는 사람에게 행복은 오지 않는다.”

우리는 보통 “편안 = 행복”이라고 생각한다. 스트레스 없고, 시험도 없고, 갈등도 없고, 돈 걱정도 없는 상태. 그런데 니체는 인간을 그렇게 단순하게 보지 않는다. 니체에게 인간은 “그냥 안전하게 오래 사는 존재”가 아니라, 자신의 힘이 증대되는 느낌을 추구하는 존재다.

이 책은 쇼펜하우어의 비관주의와 니체의 사유를 나란히 놓고 설명한다. 쇼펜하우어가 인생을 “욕망과 권태 사이를 왔다 갔다 하는 시계추”로 본 반면, 니체는 고통과 싸우며 능력을 키우고, 그 과정에서 느끼는 “해냈다”는 감각에 더 주목하는 듯하다. 힘에의 의지는 “더 많이 소유”하려는 욕망이라기보다, “더 크게 존재하고 싶어 하는 충동”에 가깝다.

이 문장을 읽으며 나는 마음 한 구석이 쿡 찢리는 것만 같았다. 나는 늘 편안한 상태, 아무도 나를 뭐라고 하지 않고, 몸도 멀쩡하고, 과제도 착착 끝난 상태를 욕망해 왔다. 그 속에서는 분명 마음이 한결 가벼워지지만, 이상하게도 “살아 있다”는 느낌은 멀어진다. 반대로 몸이 힘들고, 마음이 지쳐도, 내가 내 힘으로 어떤 과정을 버텨내고 완주했을 때의 감각은, 단순한 안락보다 훨씬 더 오래 남는다.

책은 니체의 말을 빌려 이런 경험을 이름 붙여 준다. 뭔가를 견디고, 넘기고, 만들어내는 순간 우리는 ‘행복’이라 부르기 난감한, 그러나 분명한 “충만함”을 느낀다. 이 책이 말하는 니체의 이론은, 그 충만함을 “힘에의 의지”가 충족되는 순간으로 설명해 준다.

또한 행복을 편안함만이 있지는 않은 것, 즉 불편함과 괴로움이 함께 존재해야 따라오는 것으로 상정함으로써, 니체의 ‘극복’과 관련한 모토가 단 한 문장 안에서 매우 잘 드러났다고 느껴졌다.

2) “운명애: 바꿀 수 없는 것을 사랑할 수 있을까”

이 책의 중심에는 아무래도 운명애(amor fati)가 있다.

3장에서는 이렇게 묻는다. “내 맘대로 되는 일은 왜 하나도 없을까?” 이후 저자는 흔히 우리가

취하는 세 가지 태도를 먼저 보여준다.

1. 극단적 자유의지론 - “하면 된다.” 안 되면 순전히 너 탓이다.
2. 숙명론 - “어차피 안 된다.” 처음부터 모든 것은 정해져 있고, 나는 그냥 끌려갈 뿐이다.
3. 그리고 운명애 - 바꿀 수 없는 조건은 인정하되, 그 안에서 자신의 힘을 단련하고, 나중에는 그 조건 자체를 사랑하게 되는 태도.

나는 이 셋 사이를 왔다 갔다 하던 사람에 가까웠다. 일이 잘 안 풀리면 “내가 더 열심히 했어야지” 하며 자신을 몰아붙였다가, 어느 순간에는 “어차피 환경이 이 모양이니까, 아무리 해도 안 돼”라면서 모든 걸 내려놓고 싶어 했다.

둘 다 결국 나를 소모하는 방식이었다. 하나는 무한히 나를 채근하는 내면의 폭군이었고, 다른 하나는 아무 것도 하지 못하게끔 팔과 다리를 묶어 버리는 변명 같았다.

이 책이 소개하는 운명애는 그 사이 어딘가의 기묘한 자리였다. “그래, 이건 내 힘으로 완전히 바꾸기 어렵다”를 인정하면서도, 그 조건 안에서 “그래도 어떻게 살 것인가”를 포기하지 않는 태도. 니체가 말하는 운명애는 “주어진 운명을 무조건 좋아하자”는 억지 위로가 아니라, “이 운명을 어떻게 써먹을 것인가”라는 적극적인 질문에 가깝다.

언젠가 내가 지금의 삶을 돌아봤을 때, “그때 그 병, 그때 그 실패, 그때 그 관계의 갈등이 있었기에 지금의 내가 있다”고 말할 수 있다면, 그 순간이야말로 운명애의 완성일 것이다. 책은 그런 가능성을 보여주며, 독자에게 “너는 네 운명을 어떻게 견디고 사용할 것인가?”를 묻는다.

3) “의미를 찾지 않을 때 의미 있는 삶이 된다” - 놀이와 영원회귀

2장은 “삶의 의미를 어디서 찾아야 할까?”라는 질문으로 시작한다.

니체의 유명한 세 단계 정신—낙타, 사자, 아이—가 등장한다.

- 낙타: 사회와 도덕이 요구하는 짐을 묵묵히 짊어지는 단계. “해야 한다”를 그대로 등에 싣고 간다.

- 사자: 그 모든 “해야 한다”에 “아니오!”를 외치며 부정하는 단계. 하지만 아직 새 가치를 만들지는 못한다.

- 아이: 놀이하는 존재. 규칙을 새로 만들고, 웃고, 무너뜨리고, 다시 쌓는다. 여기서 비로소 창조가 시작된다.

나는 이 구조가 참 정확하다고 느꼈다.

지금까지의 나는, 꽤 오랫동안 “낙타”였다. 정해진 과제, 정해진 요건, 정해진 이상적인 학생상. 그것들을 묵묵히 짊어지고 가는 것이 곧 나 자신이라고 믿었다. 그러다 벽에 부딪히면 잠시 “사자”가 된다. “이게 다 무슨 의미야?” “다 때려치우고 싶다”는 마음. 하지만 이 사자의 단계는 그저 파괴일 뿐, 새로운 삶의 모양을 제시하지는 않는다.

아이의 단계, 놀이의 단계로 건너가는 일은 생각보다 어렵다. 내가 하고 싶은 것을, 새로운 규칙으로 만들어 보고, 스스로에게 “그래도 괜찮다”고 말해 주는 작업이 필요하니까.

여기서 니체의 영원회귀 사상이 겹쳐진다.

“지금 이 삶이 영원히 반복된다고 해도, 이 삶을 다시 살겠는가?”

이 질문은 나에게 갑자기 들이닥친 심리테스트 같았다. 하루 종일 피곤한 몸을 이끌고 수업에 쫓기고, 과제에 치이고, 건강 걱정을 하며 사는 나날을 “영원히 반복해도 좋다”고 말할 수 있을까? 정직하게 말하면, 당연히 아니다.

하지만 이 질문은 나를 죄책감에 빠뜨리기보다는 “그렇다면 어떤 하루는, 언젠가 다시 살아도 좋다고 말할 수 있게 만들고 싶은가?”를 묻게 만들었다.

뜻밖에도 이 질문을 품고 살다 보니, 소소한 선택 하나도 조금은 달라졌다. 오늘 하루를 완벽하게 만들 수는 없더라도, “오늘 이 한 장면만은 다시 반복되어도 좋겠다” 싶은 순간을 하나쯤 고의적으로 만들어 보고 싶어졌다. 친구와 웃으며 길을 걷는 장면일 수도 있고, 글 한 줄을 진심으로 써 내려가는 장면일 수도 있다. 니체 이론이 삶에 적용된다는 것은, 어쩌면 바로 이런 작은 방향의 전환에서 시작되는지도 모르겠다.

4) “예술은 삶의 위대한 자극제다” - 허무와 예술에 대하여

7장은 허무감에 대해 다룬다. “왜 인생이 자꾸만 허무하게 느껴질까?”

여기서 니체는 단순히 “허무하지 마라”라고 말하지 않는다. 허무감은 근대의 이론들이 만들어낸 세계관의 한 부산물이기도 하다. 과학은 세계를 “목적 없는 인과의 집합”으로 설명하는 데 뛰어나다. 하지만 “그래서 나는 왜 살아야 하지?”라는 질문에는 침묵한다.

이 공백을 메우는 것이 니체에게는 예술이다.

책은 “예술은 삶의 위대한 자극제다”라는 문장을 전면에 내세운다. 예술은 세계를 아름답게 포장하는 장식이 아니라, 우리가 세계를 새롭게 느끼도록 감각을 재조직해 준다. 고통과 상실과 실패를 단순한 “불행”에서 “어떤 이야기의 재료”로 바꾸는 힘.

책은 예술을 단지 미술관에 걸린 그림, 무대 위의 공연, 종이 위의 시로 한정하지 않는다. 자기 삶 전체를 하나의 작품처럼 꾸리는 태도까지 예술의 범주 안에 가져온다. 이 말은 “더 화려하게 살라”는 의미가 아니라, 이미 주어진 재료—내 몸, 내 과거, 내 관계, 내 상처—로 내가 어떤 작품을 만들지 고민해 보라는 요청처럼 들렸다.

소설을 쓰고 싶어하는 나에게 이 말은 특히 와 닿았다. 마음이 망가져 버린 날, 그 감정을 그대로 견디기만 하면 너무 고통스럽지만, 그것을 언어로 옮기기 시작하면, 고통은 온전히 나를 찢는 존재에서, 문장을 떠받치는 구성요소가 된다. “이 감정은 언젠가 내 시의 한 행이 되겠지”라는 생각은, 현실 도피가 아니라 고통을 재배치하는 일종의 예술적 전략이다.

이 책에서 니체의 예술론을 읽으면서, 나는 내가 무심코 해오던 그런 작업들을 다시 보게 되었다. “아, 내가 한날 취미로 여겼던 이 시 쓰기가, 사실은 허무와 싸우는 내 방식이었구나.”

2. 나 자신의 경험과 연결해 본 니체

이 책을 읽으면서, 나는 자연스럽게 내 삶을 들여다보게 되었다. 특히 최근의 나는, 건강과 학업, 관계에서 여러 번 넘어졌고, 그때마다 스스로에게 참 가혹했다.

1) 아픈 몸, 놓친 수업, 그리고 운명애

어느 시기에 나는 연달아 몸이 안 좋아져 수업을 빠지게 되었고, 과제가 밀려 있었다. 그때 나는 나 자신에게 이렇게 말했다. “너는 왜 이렇게 약하냐. 왜 미리미리 못 하냐.” 이 말은 어느새 내 안의 주된 목소리가 되었다. “네가 제대로만 했으면 됐어. 안 된 건 다 네 탓이야.”

그러다 피곤과 죄책감이 쌓여 버티기 힘들어지면 반대편의 목소리가 튀어나온다. “이건 다 환경 탓이야. 일정이 너무 빠세고, 상황이 너무 나빠. 네가 뭘 해도 달라지는 건 없어.”

이 목소리는 전형적인 숙명론자였다.

그때 이 책의 3장에서 말하는 운명애를 떠올렸다.

운명애는 이 둘을 동시에 비켜간다. 내 몸이 잘 회복되지 않는 현실, 이미 지나가 버린 마감, 놓쳐버린 수업들, 남들보다 더 느린 속도. 이것은 현재 시점에서 내가 쉽게 바꾸기 힘든 조건들이다.

그렇다면 다음 질문은 이렇게 바뀐다: “이 조건들까지 ‘안고’ 살아가려면, 내 삶 속에서 어떤 리듬을 만들어야 할까?”

여기서 나는 스스로에게 너무 익숙한 이상형의 “나”를 잠시 내려놓았다. 건강도 좋고, 정신도 항상 안정적이고, 계획대로 모두 해내는 상상의 나. 그 환상과 현실의 나 사이의 거리는 너무 멀어서, 늘 나를 실망시키기만 했다.

운명애의 관점에서 보면, 포인트는 “그 상상의 나가 되느냐”가 아니라, “지금 이 조건 속에서 어떤 스타일의 나를 만들어 갈 수 있느냐”이다.

예를 들면, 몸이 약한 나의 하루는 더 많이 쉬를 포함해야 하고, 그만큼 더 적은 일을 해도 괜찮다는 새로운 규칙을 부여할 수 있다. 대신 그 적은 일을 할 때만큼은 최선을 다한다는 또 다른 규칙을 만들 수 있다. 이런 식의 조정은 단순한 포기가 아니라, 조건을 인정한 위에서 삶을 다시 설계하는 작업이었다.

이런 생각까지 오게 한 것이, 이 책 속 니체의 언어였다.

2) 관계의 갈등과 “사랑의 투쟁”

관계에서도 이 책은 나에게 묘한 힘을 주었다. 4장에서 니체는 “고귀한 인간은 자신의 적을 필요로 한다”고 말한다.

여기서의 ‘적’은 단순히 나를 괴롭히는 악인이 아니라, 나를 시험하고 성장을 자극하는 존재이기도 하다. 고귀한 인간에게 싸움은 파괴가 아니라, 서로를 더 높은 곳으로 밀어 올리는 “사랑의 투쟁”이 될 수 있다고, 책은 설명한다.

나는 갈등을 매우 힘들어하는 편이다. 누군가 나에게 날카로운 말을 하면, 그 사람을 피하거나, 그 사람을 마음속에서 악역으로 만들어 버리고 싶어진다.

하지만 니체의 시선은 나에게 묻는다. “이 갈등을 통해 너는 무엇을 배울 수 있을까?”

물론 실제 상황에서는 이렇게 고귀해지기가 거의 불가능에 가깝다. 여전히 화나고, 서운하고, 억울하다.

그럼에도 불구하고, 갈등이 생길 때마다 “이 사람은 나를 얼마나 무시해?” “어떻게 나한테 이럴 수 있어?”에서 한 걸음 물러서, “이 상황에서 나는 내 방식대로 어떻게 멋있게 대응할 수 있을까?”를 떠올려 보는 습관이 조금씩 생겼다.

그 질문 자체가 이미 나를 수동적인 피해자의 자리에서, 삶을 꾸려 나가는 예술가의 자리로 옮긴다. 이 책의 니체식 조언이, 아주 현실적인 갈등 앞에서까지 항상 통하는 것은 아니겠지만, 적어도 나에게 “한 번 다르게 생각해 볼 여지”를 만들어준 것만은 사실이다.

3) 허무감, 글쓰기, 그리고 예술로서의 삶

허무감은 내게 자주 찾아오는 손님이다. “이렇게 열심히 해 봐야 뭐 하지?” “결국 다 지나가고 잊히는 건데.” 이런 생각을 품고 있던 때에, 7장에서 만난 문장, “예술은 삶의 위대한 자극제”는 묘하게 위로가 되었다.

그 위로는 “살다 보면 좋은 날이 올 거야” 같은 종류가 아니다. 오히려, “그래, 인생은 본질적으로 목적 없이 흘러갈지 모른다. 그럼에도 우리는 그 흐름 위에 색을 입힐 수 있다”는 식의, 좀

더 냉정한 위로에 가깝다.

나는 글을 쓰는 것을 좋아한다. 힘들었던 경험을 텍스트로 옮겨 담을 때, 그 경험은 더 이상 나를 맹목적으로 공격하는 흥기가 아니다. 문장 안에서 위치를 바꾸고, 다른 이미지와 엮이고, 때로는 웃음이 되기도 한다.

이 책을 읽으며 나는, 내가 해오던 이 작업이 사실은 니체가 말한 “삶을 예술로 만드는 태도”와 크게 다르지 않다는 생각을 했다.

운명애가 “주어진 것을 사랑하는 법”이라면, 예술은 “주어진 것을 다시 배열하는 법”일지도 모른다. 내가 겪은 상처와 실패들을 그대로 두지 않고, 이야기와 문장과 이미지라는 형식 안에 다시 집어넣는 것. 그 과정이 바로 예술적 승화이고, 그 순간 우리는 허무의 한가운데서도 조금은 웃을 수 있게 된다.

3. 철학(인문학)은 정말 삶에 무언가를 기여하는가? - 전기가오리의 철칙과 함께

여기까지 쓰고 나면, 자연스럽게 마지막 질문이 남는다.

“그렇다면, 철학과 인문학은 정말 삶에 무언가를 기여하는가?”

‘전기가오리’라는, 철학과 관련한 공부 모임과 도서들을 출판하는 출판사의 강의에 참여했을 때 이런 말을 들은 적이 있다.

“철학을 포함한 인문학은 삶에 별로 기여하지 않습니다. 그것은 통계학 자체가 삶에 별로 기여하지 않는 것과 마찬가지입니다.”

이 말은 내가 『사는 게 힘들냐고 니체가 물었다』를 읽는 내내 마음 한구석에 붙어 있었다.

왜냐하면 이 책이야말로, 철학을 “세계 읽기”보다 “삶에 힘을 주는 말”로 가져오려는 시도이기 때문이다. 인용된 말씀을 기준으로 볼 때, 이 책은 철학의 본령에서 조금 벗어나 있는 셈이다. 엄밀한 의미에서의 철학이 아니라, 철학을 차용한 자기계발서에 더 가까운 것일 수도 있다.

그래서 나는 이 지점에서 일부 인정하고, 일부는 반박하고 싶다.

1) “세계 읽기”로서의 철학 - 기여하지 않는다는 말의 진실

먼저, ‘학문으로서’의 철학은 기본적으로 “세계 읽기”를 목표로 한다는 점을 인정해야 한다.

개념을 정교화하고, 논증을 구성하고, 사유의 지형도를 그리는 일. 이런 작업은 당장 내 내일 아침 기상을 도와주지 않는다. 내가 내일 조금 덜 우울해지는 데에 직접적으로 도움을 주지도 않는다.

이 점에서 보자면, 니체든, 칸트든, 메를로퐁티든, 그들의 사유는 원래 “삶을 좀 덜 힘들게 하기 위해” 만들어진 것이 아니다. 그들은 세계를, 인간을, 인식을, 도덕을, 존재를 읽어내기 위한 이론을 구축한 사람들이다.

이 레벨에서 “철학은 삶에 별로 기여하지 않는다”는 말은, 사실 꽤 정직한 진단이다.

2) 하지만 “사용된 철학”은 다르게 이야기한다

그러나, 그것으로 끝낼 수만은 없다.

『사는 게 힘들냐고 니체가 물었다』는 철학을 그 자리 그대로 두지 않고, “사용”한다. 니체의 개념들을 가져다가, “사는 게 힘든 사람”이라는 구체적인 독자의 위치에 맞게 다시 배열한다.

물론 이 과정에서 위험이 생긴다.

- 니체의 급진적이고 난해한 사유가 슬로건으로 축소될 위험,
- 불편하고 모순적인 지점들이 지워진 채 “용기 내!” “괜찮아질 거야!” 같은 말로 포장될 위험,

- 독자가 철학을 “나를 달래줄 명언의 창고” 정도로만 소비하게 될 위험.

그럼에도 나는, 이 위험을 감수할 만한 가치가 있다고 느낀다. 왜냐하면 내가 실제로 이 책을 통해 내 삶을 다시 바라보는 시선을 얻었기 때문이다.

운명애, 영원회귀, 예술, 힘에의 의지 같은 개념이, 내 경험과 닿기 전에는 그저 시험에 나오는 이론 항목처럼 느껴졌다면, 이제는 “아, 이럴 때 이런 렌즈로도 볼 수 있겠구나” 하는 사유의 도구가 되었다.

여기서 나는 질문을 조금 바꿔야 한다고 생각하게 된다.

“철학은 삶에 기여하는가?”가 아니라,

“철학을 어떻게 사용할 때 삶에 기여하는가?”

철학이 삶에 기여한다고 말할 수 있는 순간은, 그것이 다음과 같이 작동할 때인 것 같다.

- 나를 비난하거나 위로하는 단순한 말이 아니라, 내 상황을 다른 각도에서 보게 하는 새로운 언어를 줄 때.

- 현실 도피가 아니라,

지금의 조건을 인정하면서도 다른 선택을 해볼 용기를 건드릴 때.

- “내가 이렇게 느끼는 건 나만 이상해서가 아니구나”라는, 이상하게도 냉정하면서도 근본적인 위안을 줄 때.

『사는 게 힘드냐고 니체가 물었다』는 바로 이런 방식으로 철학을 “사용”하는 책이었다. 철학을 원래의 자리에서 끌어내려 삶 속으로 집어넣는 이 시도가 완벽하다고 말할 수는 없다. 하지만 내 경우에는, 꽤 유효했다.

나는 여전히 자주 무너지고, 여전히 내 삶을 사랑한다고 자신 있게 말하기 어렵다. 그럼에도 불구하고, 이 책을 읽은 뒤로는 무너졌을 때 떠올릴 수 있는 문장과 질문이 하나 더 생겼다.

“지금 이 순간이 영원히 반복된다고 해도 괜찮겠니?”

“이 조건까지도 안고, 그래도 살아 보겠니?”

그 질문들은 나를 즉시 구원해 주지는 않지만, 최소한 조금 덜 엉망인 선택 쪽으로 한 발 밀어준다. 이 정도 기여라면, 나는 “철학이 삶에 완전히 기여하지 않는다”고 단정짓지 못하겠다.

맺으며 - 니체의 질문에 대한 나의 임시 답

책의 제목처럼, 니체가 내게 묻는다.

“사는 게 힘드냐.”

나는 대답한다. “네, 힘들어요.”

그러면 니체는 이 책을 통해 다시 되묻는 것 같다.

“그래도, 그 힘들까지 안고 네 삶을 사랑해 볼 수 있겠니?”

“너를 죽이지 않는 것들이, 언젠가 너를 더 강하게 만들 수 있다고 믿어 보겠니?”

나는 아직 선뜻 “네”라고 말하지 못한다.

하지만 지금은 이렇게 답해 볼 수 있을 것 같다.

“당장은 사랑한다고 말할 수 없어요.

다만 언젠가 ‘그래도 나, 꽤 괜찮게 버텼다’라고 말할 수 있게 해보려고요.

그러기 위해서 오늘 하루를, 조금 덜 미워해 보려고요.

그게 내가 할 수 있는, 가장 작은 운명애의 시작인 것 같으니까요.”

그리고 이 답을 생각해 내는 데, 니체라는 철학자와, 그를 삶의 언어로 풀어 낸 이 책이 분명히 작은 힘이 되어 주었다.

그렇다면, 이 정도는 말해도 되지 않을까.

“철학이 삶에 기여하는 바가 없을지도 모른다.

하지만 적어도, 오늘의 나에게는 조금 기여했다.”