

Special Issue ③

행복 콘텐츠 사례: 행복 콘텐츠를 찾는 사람들

| 김원제 (유펠러스연구소 소장, 성균관대 겸임교수) |

‘아픈’ 대한민국, 행복을 찾아서...

책, TV, 영화, 여행, 공연, 외식, 식품, 아파트까지 지금 대한민국은 ‘힐링(Healing)’ 열풍이다. 힐링 이전에는 ‘웰빙(well-being)’이 있었다. 웰빙은 2000년대 초반 물질만능주의와 과다경쟁사회에 지친 현대인의 새로운 삶의 방식으로 대두되었다. 웰빙을 추구하는 웰빙족은 부(富)의 축적보다 심신의 건강과 행복을 추구한다. 이러한 웰빙의 개념에서 한발 더 나아가 마음의 위안과 치유까지 확대된 개념이 바로 힐링이다. 그렇다면 이러한 개념들이 우리 사회 화두로 자리 잡은 까닭은 무엇일까? 그만큼 대한민국이 ‘아프다’는 뜻 일게다. OECD 회원국 중 자살률 1위가 대한민국이고, 그에 비례해 행복지수도 24위에 머무르고 있다. 이런 상처를 치유하고 또 다시 내일을 살아갈 힘을 얻기 위해 오늘도 우리는 적극적으로 ‘행복’을 찾는다.

행복 찾기의 단초는 우선 ‘서점가’에서 찾을 수 있겠다. 최근 출판계는 ‘웰빙’, ‘힐링’, ‘행복’으로 이어지는 키워드로 설명된다. 2011년 <아프니까 청춘이다(김난도 著)>, 2012년 <멈추면, 비로소 보이는 것들(헤민 스님 著)>, 2013년 상반기 <꾸베씨의 행복여행(프랑스와를로르 著)>까지 공감과 치유의 메시지를 전하는 도서가 베스트셀러를 차지하고 있다.

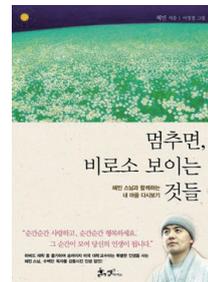
서점가의 ‘힐링’ 열풍



김난도 ‘아프니까 청춘이다’



헤민스님 ‘멈추면, 비로소 보이는 것들’



아픔을 치유하고 행복을 찾는 방법은 소박한 행동으로 구현되기도 한다. 초록 자연에서 야외활동을 통한 치유, 이른바 ‘힐링여행’을 떠나는 사람들이 늘고 있다. 힐링여행의 대표적인 콘텐츠가 자연 휴양림과 주말 농장이다. 산림청은 전국의 휴양림을 이용하여 ‘산

림 치유'라는 힐링 상품을 내놓고, 전국 국공유림에 '치유의 숲'을 조성하고 있다.

자연에서 얻게 되는 마음의 여유로 자아를 성찰하고 내면의 수행을 통해 행복을 얻을 수 있다. 이러한 행복을 추구하는 사람들은 '템플스테이'를 이용한다. 2002년 첫 시행 이후 매년 40%이상의 증가율을 보이고 있는 템플스테이는 종교적 신념을 넘어선 하나의 문화체험 공간으로 탈바꿈했다. 또한 국내 여행객뿐만 아니라 국외 여행객의 이용이 많아 '한류 콘텐츠'로 자리매김하고 있다. 템플스테이 외에도 천주교의 '피정' 등 문화체험과 심신 수련의 장으로 종교체험이 확대되고 있다.

방송, 진솔한 소통으로 우리 사회를 힐링

방송계에도 변화의 바람이 불고 있다. 신변잡기식 인터뷰보다는 진솔하고 속 깊은 대화, 딱 막힌 인위적 스튜디오 보다는 탁 트인 자연을 무대로, 무한 경쟁보다는 화합과 소통이 대세로 떠오르고 있다.

그 선두에 SBS '힐링 캠프-기쁘지 아니한가'가 있다. 산으로 강으로 캠핑을 떠나는 콘셉트로 게스트의 진솔한 인생 이야기를 통한 시청자의 힐링을 목적으로 한다. MBC '아빠 어디가'는 산골 오지에서 연예인 아빠와 자녀들이 겪는 에피소드로 구성된다. 시청자들은 천진난만한 아이들의 성장기를 지켜보며 가족의 소중함과 아이들의 순수함을 통해 힐링을 경험한다. 또한 KBS '개그콘서트'의 '우행쇼(우리나라 행복 하십쇼)' 코너는 청년 실업 문제, 음주 문화 등 사회적 현상을 역설적으로 풍자하며 웃기면서도 슬픈, 이른바 '웃픈 개그'로 시청자들의 마음을 대변하고 있다.

디지털위성방송사인 KT스카이라이프는 휴식과 명상을 위한 힐링채널 '휴(休)'를 송출하고 있다. 국내외의 유명 명소와 좋은 풍광, 명화, 사진 등을 통해 시청자들에게 정서적 안정과 편안한 안식을 주기 위해 만든 휴먼 감성 방송을 지향하고 있다.

사실 힐링이라는 개념이 가장 실제적으로 드러나는 영역은 종교이다. 힐링을 주제로 한 많은 베스트셀러의 저자들 대부분이 종교인이고, 가장 적극적으로 힐링프로그램을 제공하는 것도 종교단체다. 그 연장선에 종교방송이 있는데, 평화방송의 'TV 신앙상담 따뜻한 동행'과 평화방송 라디오의 '홍성남 신부의 속풀이 칼럼' 등이 힐링프로그램을 표방하며 인기를 얻고 있다. 불교계에서는 인터넷 모바일TV방송인 에브리온TV와 협약을 맺고 포교원TV를 오픈해 운영하면서 '헤민스님의 마음치유 콘서트' 등 힐링 및 치유와 같은 최신 트렌드를 반영하는 콘텐츠를 제공하고 있다. CTS기독교TV의 '하나님을 부르세요 콜링 갓'은 기도가 필요한 이들의 아픔과 고민을 함께 나누는 프로그램으로 회를 거듭할수록 실시간 전화, 게시판, 눈 등을 통한 프로그램 참여가 급증하고 있다. 또한 청취자들을 위로하고 격려하는 형식의 장수 프로그램인 극동방송의 '소망의 기도' 역시 20년 넘게 방송되고 있다.



SBS 힐링캠프 방송모습



MBC '아빠 어디가' 포스터



KBS 개그콘서트 '우행쇼' 방송모습



온라인, e-힐링을 넘어 ...

온라인 힐링콘텐츠도 확대되고 있다. ‘기분 좋은 힐링타임’을 캐치프레이즈로 내세운 생명전자방송국(www.LPTV.kr)은 물소리, 산새 소리 등 자연소리명상과 휴(休) 메시지, 힐링뮤직, 포지션테라피, 요가, 세계 명상의 메카로 불리는 세도나, 신비로운 아쿠아마린 수정 등 다양한 힐링콘텐츠를 서비스하고 있다. 또한 병원 등 의료기관의 온라인 기반 힐링콘텐츠 서비스도 줄을 잇고 있다. 대표적으로 강북삼성병원은 온라인상에 ‘힐링카페, 직장인 마음치유’를 개설하고 직장인 정신건강 상담을 제공하는 힐링서비스를 제공 중이다.



또한 온라인 게임업계에서도 힐링 트렌드가 도입되고 있다. 힐링게임을 목표로 제작된 액션 RPG <플레이>의 경우, 프랑스 유명 동화작가 프레드릭 피요(Frédéric Pillot)가 원화 작가로 게임 제작에 참여하여 감성적인 채색에 귀엽고 정감 있는 캐릭터로 구성된 게임 그래픽을 구현하였고, 초등학교 필수 영단어와 다양한 문장을 활용하면서 자연스럽게 영어 학습을 할 수 있도록 구성되었다.

스마트 환경, 행복콘텐츠의 새로운 창구로 다양한 서비스 제공

스마트폰의 확산에 따라 애플리케이션(이하 앱)이 행복콘텐츠의 새로운 창구로 부상 중이다.

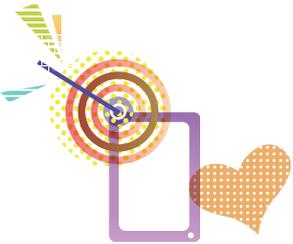
‘힐링’을 전면에 내세운 앱들이 등장하고 있는데, ‘힐링타임’은 감성적 배경화면과 음악을 통해 심리적 휴식을 취할 수 있도록 도와주는 앱이다. 시간과 날씨에 맞는 배경화면을 추천해 주고, 상쾌한 아침과 평안한 숙면을 취할 수 있도록 음악을 추천하는 서비스로 불면증이 있는 사람들에게 유용하다. 뮤직테라피를 위한 앱으로 임상실험을 통해 검증된 음악을 제공하는 앱 ‘힐링테라피’도 있다. 이 앱에서 제공하는 음악은 자연치유 리듬, 알파파, 잠재의식 메시지 등으로 주제별로 선택이 가능하다. ‘힐링툰즈’ 앱은 화가 날 때, 머리가 아플 때, 의욕이 없을 때, 마음이 복잡할 때에 힐링을 위한 음악을 선곡해주는 앱이다. 음악은 사용자가 직접 재생 목록을 만들어 원하는 곡만 듣거나 구분된 곡을 전체 재생할 수 있다.

차의과학대학교 통합의학대학원 미술치료학과는 이용자의 상태를 표현할 수 있는 컬러를 찾아주고 감상할 수 있는 앱 ‘심리본색-당신의 본능컬러’를 서비스하고 있다. 이용자가 선호 색상을 선택하고 그에 대응하는 심리정보를 제공해 색 심리와 색 성향을 알아볼 수 있으며, 이후 선호하는 색의 에너지 감상으로 집중력 향상과 스트레스 완화 등 셀프 힐링효과를 경험할 수 있게 해준다.

심리적 힐링 뿐 아니라 육체적 피로를 완화하는데 도움을 주는 힐링앱도 활발하게 출시되고 있다. 자생한방병원에서 개발한 앱 ‘통증 잡는 탱크 스트레칭’은 통증이 발생하는 부위별, 증상별 구분에 따라 통증을 해소할 수 있는 가장 적합한 운동을 제시하는 스트레칭 가이드를 제공하는 앱이다. 이 앱을 설치한 스마트폰을 손에 들고 움직이게 되면 운동을 할 때마다 자이로센서가 작동해 운동 횟수를 소리와 진동으로 알려주는 알림 기능을 제공한다. ‘해피슬립’ 앱은 불면증 해소와 숙면에 도움을 제공하는 앱이다. 자연의 소리를 활용한 수면 환경, 코골이 녹음 기능, 자면서 뒤척임 등 수면 상태를 체크해 심한 뒤척임이 감지되면 수면유도 소리가 자동으로 나오는 기능 등 다양한 수면유도기능을 제공한다.

채팅 및 커뮤니티에 ‘힐링’을 접목한 앱도 출시되고 있다. 2012년 12월 오픈된 ‘세이톡’은 출시 후 앱다운로드 상위권에 올랐다. 이 서비스는 비실명제 익명기반 서비스로 500여 개가 넘는 고민상담방을 통해 타인과 소통하고 정서를 공유하는 ‘힐링채팅’이다. ‘비나비나’는 힐링 커뮤니티 앱으로 기존 커뮤니티처럼 가볍고 재미있는 글들은 물론 사용자들의 다양한 사연과 소망이 게재되면 추천이 가장 많은 사람에게 운영자가 직접 전화해 통화를 하고 소원에 맞는 도움을 준다. 지인들에게도 쉽사리 꺼낼 수 없는 힘든 본인의 고민, 걱정, 바람을 공유함으로써 응원과 위로를 받을 수 있는 공간을 제공한다.

이처럼 우리는 다양한 콘텐츠들을 이용하면서 심신의 아픔을 치유하거나 행복을 구한다. 대한민국에 노래연습장이 넘쳐나는 이유는 일상의 행복을 구하고자 하는 아픈 영혼들이 그만큼 많다는 것일 게다. 국민이 행복해야 국가도 행복할 수 있다. 개인 스스로 치유[행복]를 위해 노력하는 것도 중요하지만 국가의 사회적 치유[행복]에 대한 노력도 필요하다. 행복을 찾는 사람들이 더 쉽고 다양한 콘텐츠를 제공받을 수 있도록 행복콘텐츠에 대한 국가적 고민이 지속되어야 할 것이다.



힐링커뮤니티 앱 '비나비나'



힐링 채팅 앱 '세이톡'

