

간절히 원한다는 것의 정도

매일같이 오전 6시에 일어나 새벽 운동으로 하루를 시작하는 이들이 있다. 바로 체육학과 학우들이다. 이들은 국가대표와 메달 등을 목표로 피나는 노력을 쏟는다. 그러나 세상에 드러나는 것은 결과와 메달, 기록뿐이다. 노력하는 과정에 대해서는 중요하게 다루지 않는다. 하지만 때로는 결과보다 삶의 과정이 중요할 때도 있는 법이다. 결과보다 화려하지 않아도 과정은 아름다울 수 있기 때문이다. 10면에서는 이들의 심층적인 인터뷰를 통해 '운동선수의 삶'은 어떤지 세세히 담아보았다.

이선우 수습기자 sunwoolee4747@naver.com

최미르 학우 (체육 레슬링 21)

"시간을 되돌린다고 해도 망설이지 않고 이 길을 다시 선택할 만큼 가치 있는 그 인생을 살아온 것 같아요"

Q. 안녕하세요! 간단한 자기소개 부탁드립니다.

A. 저는 지금 한국체육대학교 21학번으로 체육학과에서 레슬링을 전공으로 하고 있는 최미르입니다.

Q. 운동을 시작하게 된 계기가 무엇인가요?

A. 중학교 1학년 때 학생부 선생님이 레슬링부 감독도 같이 맡고 계셨습니다. 제가 평소에 운동하는 걸 보시고 레슬링을 해보는 거 어떠냐고 추천해주셨어요. 부모님의 반대로 전문 체육으로는 하지 못하다가 스포츠클럽 형식으로 레슬링을 시작했습니다. 그러던 중 레슬링부를 맡고 계시는 코치님이 제가 꼭 레슬링을 했으면 좋겠다고 부모님을 설득해주셨습니다. 그렇게 운동을 본격적으로 시작하게 되었습니다.

Q. 운동을 하면서 생긴 목표나 이루고 싶은 꿈이 있나요?

A. 학술지에서 한 분야의 전문가가 되려면 7년 이상을 전문적으로 몰두해야 한다는 내용을 봤습니다. 제가 레슬링을 8년 정도 했으니, 이제는 전문가에 속하지 않나 싶습니다. 이 정도 해왔으면 레슬링으로 돈을 벌어보는 게 일단 저의 첫 목표예요. 그리고 저의 최종적인 목

표는 레슬링을 많은 사람에게 가르치고 싶습니다. 해외에서 우수한 성적을 거둔 나라의 훈련 프로그램을 보면 자율적으로 프로그램을 짜주고 이에 대해 어떤 선수가 얼마만큼의 노력을 가지냐에 따라 성취를 다르게 받아줄 수 있도록 프로그램을 짜주거든요. 아직까지 한국에는 그런 프로그램이 부족한 것 같습니다. 그래서 어떻게 이러한 프로그램을 자연스럽게 우리나라에 들여올 수 있을지 생각하면서 목표를 설정했습니다.

Q. 그러면 그 꿈을 이루기 위해서 구체적으로 어떤 노력을 하고 있나요?

A. 일단은 여러 선수의 훈련 프로그램을 유심히 보고 있어요. 어떤 식으로 해야 선수들이 좀 더 적극적으로 참여하고, 훈련의 질이 나빠지지 않을지 고민하고 있습니다. 그리고 학교에서 자격증도 많이 따게 해주잖아요. 선수를 돌볼 수 있도록 도와주는 여러 가지 자격증도 많이 공부하고 있어요. 아무래도 코치나 지도자라는 직업이 선수를 직접 만나고 가르치는 직업인데 너무 틀에 박힌 사고 관념이나 전형적인 생각만을 가지고 있으면 그 선수가 그 정도까지밖에 성장을 못 한다고 생각했기 때문에 더 넓은 시야를 갖추기 위해 노력 중입니다.

Q. 운동할 때 포기하고 싶었던 순간이 있었나요? 있었다면 어떻게 극복했나요?

A. 제가 1학년 말에 슬럼프가 크게 왔어요. 양쪽 발목 인대가 과열돼서 운동을 하지 못했고, 자연스럽게 많이 쉬면서 컨디션이 좋지 않았습니. 또한, 선후배 관계에 있어 마찰도 많았고 적응이 어려웠습니다. 운동이 고되고 관두고 싶었죠. 그럴 때마다 저는 주변 사람들과 대화를 자주 했습니다. 부모님한테도 얘기하고 제가 믿고 의지하고 있는 선배들한테 찾아가서 고민을 털어냈어요. 그때 선배님들이 다독여주면서 밤도 사주시고 응원이나 충고를 해주셨죠. 덕분에 다시 레슬링을 하고 싶다는 생각만으로 열심히 치료하고 잘 먹고 긍정적으로 생각하다 보니까 몸도 성장하고 마음도 다잡을 수 있었습니다.

Q. 본인의 신조나 좌우명이 따로 있나요?
A. 제가 기독교인인데 제가 행하는 모든 것은 주님의 뜻대로 이루어지겠다고 생각하고 있습니다. 제가 팔에다가도 타투를 새겼거든요. 항상 주님의 이름으로 모든 일이 잘 될 거라고 생각하고 있습니다.

Q. 운동을 하면서 가장 성취감은 드는 때는?
A. 솔직히 말하자면 반복된 일상이 많이 질리기도 합니다. 그렇지만, 오늘도 다치지 않고 하루를 알차게 잘 마무리 했다는 생각도 들어서 하루의 운동이 다 끝난 후에 성취감이 드는 거 같습니다. 그리고 제가 생각지도 못할 때 반복된 숙련으로 인해 몸이 움직여서 기술을 성공했을 때 가장 큰 성취감을 느끼는 것 같습니다.

Q. 운동하면서 정말 간절했던 순간이 있었나요?
A. 제가 4학년이어서 느끼는 건지 모르겠는데 아무래도 저학년 후배들은 할 일도 많고 과제도 많다 보니까 운동을 소홀히 하는 편이 있는 것 같아요. 그러다 보면 운동에 흥미를 잃을 수밖에 없어요. 점점 더 하기 싫어지고 의욕, 열정도 잃을 수 있어요. 저는 후배들이 운동을 재미있게 했으면 좋겠어요. '해야 돼, 해야 돼'라는 강박보다 '어차피 해야 하는 거 즐기자'라고 생각하고 한다면 결과가 따라올 거라고 믿습니다.



F2 Fair fighting MMA 경기에서 상대선수와 겨루고 있는 최미르 학우.

Copyright 2020. 박종혁 All rights reserved.

A. 저는 항상 결승전 때 간절했습니다. 3등은 '그래도 메달 땀'이라고 생각하면, 웃으면서 시상대에 올라갈 수 있어요. 그런데 2등은 시상대에 올라간 후 표정이 다 안 좋습니다. 결승전에서 진 후 바로 시상대에 올라가니까 분했던 마음이 남아있는 채로 시상대에 올라가는 거죠. 저도 그리고 싶지 않아서 늘 결승전 때는 우승을 간절히 바라며 시합에 임하고 있습니다.

Q. 출전한 대회 중 가장 기억에 남는 대회가 있었나요?

A. 저는 중학교 3학년 때 나갔던 소년체전이 가장 기억에 남는 것 같아요. 왜냐하면 제가 결승전에서 이기고 있었는데 마지막에 20초를 남기고 상대방이 동점을 만들었어요. 레슬링은 동점 시 마지막에 점수를 낸 선수가 이기는 규칙이 있습니다. 사실상 역전을 당한 거죠. 제가 일어나 보니까 8초가 남아서 어떻게 이기지 고민을 하는 찰나. 코치님이 "네가 할 수 있는 것을 최대한 해봐라"라고 외쳐주셔서 대치기라는 기술로 점수를 따낼 수 있었습니다. 그렇게 0.3초를 남기고 재역전에 성공하며 우승을 했습니다.

제 레슬링 인생에서 제일 기억에 남는 시합이 아닐까 생각합니다.

Q. 우리 학교 후배들한테 조언해 주고 싶은 말이나 레슬링을 추천하는 한마디 부탁드립니다.

A. 본인이 가진 목표를 즐기라고 말해주고 싶습니다. 며칠 전, <Show me the money 11> 우승을 한 래퍼 이영지의 우승 후기를 봤어요. 우승하는 장면을 계속 상상하고 되새겨야 테자부가 되어서 실제로 그 결과가 찾아온다고 하더라고요. 저는 그 말이 마음에 와 닿아서 학우 여러분도 원하는 목표를 계속 상기했으면 좋겠습니다. 마지막으로 레슬링이 걸로는 무섭고 다칠 것 같은 거친 스포츠처럼 보이지만 요즘 유행하는 주짓수나 복싱, 유도보다 부상으로부터 자유로운 안전한 종목입니다. 제가 초반에 말씀드렸다시피 기술을 성공할 때에 희열감을 크게 느낄 수 있는 운동입니다. 요즘 송파, 태릉 등 레슬링을 체험할 수 있는 체육관이 많으니깐 한 번쯤 찾아보시고 1일 무료 체험으로 경험해보시는 것도 나쁘지 않을 것 같습니다. 감사합니다.



테니스 훈련 중인 이은지 학우

Q. 안녕하세요! 간단한 자기소개 부탁드립니다.

A. 저는 체육학과 테니스부 20학번 이은지입니다.

Q. 테니스를 처음 시작하게 된 계기는 무엇인가요?

A. 초등학교 2학년 때, 친언니가 다이어트를 목적으로 테니스를 시작했고 덩달아 저도 테니스를 시작하게 됐습니다. 그런데 언니가 매번 상을 받았고, 그 모습이 멋져 보여서 초등학교 4학년 때부터 본격적으로 운동을 시작했습니다. 언니 덕분에 시작한 만큼 제 롤 모델도 친언니입니다. 항상 포기하지 않으며, 무너지더라도 금방 털고 일어나는 긍정적인 태도를 정말 배우고 싶어요. 존경하는 만큼 언젠가 꼭 뛰어넘고 싶은 대상입니다.

Q. 선수 생활 중 달성하고 싶은 꿈이 있나요?

A. 어디 가서 제 이름을 말했을 때 누구나 다 '잘하는 선수'로 기억되는 게 저의 목표예요. 최종적인 목표는 체육학과 선수라면 누구나 꿈꾸는 국가대표가 되는 거예요. 국가대표가 된 후 은퇴하게 된다면 직접 테니스장을 지어서 사람들에게 운동을 알려주고 싶어요. 꼭 선수들이 아니더라도 많은 사람에게 테니스를 접하게 하고 싶어요. 생각보다 테니스를 한 번도 안 해본 분들이 많더라고요. 테니스를 대중적인 스포츠로 만드는 데 이바지하고 싶습니다.

Q. 위와 같은 꿈을 가지게 되기까지 어떤 과정이 있었나요?

A. 고등학교 1학년 때 체질을 땀 실력이 안 됐는데 운이 좋아서 뛰게 됐어요. 당연히 결과는 좋지 못했죠. 그날 자존심이 너무 상해서 이 악물고 더 열심히 했던 거 같아요. 그러면서 점차 실력이 늘었고 국가대표라는 꿈을 가지게 됐습니다. 또 토너먼트에서 계속 쉽게

이은지 학우 (체육 테니스 20)

"늘 처음처럼 하던 거 하자라는 생각으로 매 경기를 임하면서 점점 단단해지는 제 자신을 볼 수 있었어요"

떨어지다가 한번 4강에 진출했어요. 그때 많은 사람이 저를 대하는 태도가 달라졌어요. 잘해야만 사람들이 알아준다는 생각이 그때 들었죠. 사람들이 저를 알아줬으면 하는 마음에 더 열심히 했던 거 같아요.

Q. 운동을 하면서 반성할 점이나 후회되는 점이 있나요?

A. 일단 대학교에 들어와서 전보다 나태해졌습니다. 운동에 소홀해져서 수업 들으니까 괜찮다고 자꾸 합리화하고 죄책감을 가지지 않고 열심히 하지 못했습니다. 그게 가장 후회해서 다시 돌아간다면 제 자신을 채찍질 하면서 나태해지지 않으려고 노력할 것 같습니다.

Q. 어떤 마음가짐으로 경기에 들어가나요?

A. 테니스는 토너먼트 경기다 보니 항상 시합 전에 상대선수 경기 영상을 보면서 취약점이나 플레이 스타일을 파악하고 경기에 임합니다. 그리고 경기 중에는 '일단 내 거 하자', '늘 처음처럼만 하자'라는 생각으로 마인드 컨트롤을 합니다. 지고 있더라도 상황에 기죽지 않고 이기고 있더라도 자만하지 않고 차분히 경기를 마치면 좋은 결과가 따라오는 거 같습니다.

Q. 만약에 현재 테니스 선수를 안했다면 어떤 일을 하고 있을 것 같나요?

A. 저는 테니스가 아니더라도 다른 운동을

했을 것 같아요. 가만히 잘 있지 못하고 아무것도 안 하면 몸이 뻣뻣해지고 근질거리는 성격입니다. 다른 운동 어떤 것이든 찾아서 했을 겁니다. 특히 개인 종목보다는 다수가 경기를 할 수 있는 축구나 야구 등 단체 종목을 해보고 싶어요. 아마 많은 선수가 함께 경기를 만들어 나가는 운동을 하지 않았을까요.

Q. 선수 생활을 하면서 슬럼프가 오거나 크게 무너졌던 적이 있었나요?

A. 제가 중학교 때 코치 선생님을 잘못 만나서 테니스를 아예 그만둘 뻔 했던 적이 있어요. 그때 차별이나 막말이 좀 심해서서 되던 것도 안 됐어요. 자존감이 떨어지니까 성적이 안 나왔어요. 또 제가 허리디스크가 심하게 터져서 시술까지 했었어요. 재화를 정말 많이 했고 어떻게든 빨리 이겨내려고 했어요. 처음에는 운동을 못 하다 보니까 멘탈적으로 거의 무너지기 직전이었는데 시간이 약이라는 생각이 많이 들어요.

시간이 지나니까 다 해결해주더라고요. 그 후론 무너지거나 힘든 상황이 오면 시간에 맡기고 생각 없이 열심히 하고 있습니다. 테니스는 열심히 한 만큼 결과가 그대로 나온다고 믿고 있어서 다시 돌아오도록 꾸준히 열심히 했던 거 같아요.

Q. 같은 종목 운동을 하는 후배들한테 꼭 조언하고 싶은 말이 있나요?

A. 제가 4학년이어서 느끼는 건지 모르겠는데 아무래도 저학년 후배들은 할 일도 많고 과제도 많다 보니까 운동을 소홀히 하는 편이 있는 것 같아요. 그러다 보면 운동에 흥미를 잃을 수밖에 없어요. 점점 더 하기 싫어지고 의욕, 열정도 잃을 수 있어요. 저는 후배들이 운동을 재미있게 했으면 좋겠어요. '해야 돼, 해야 돼'라는 강박보다 '어차피 해야 하는 거 즐기자'라고 생각하고 한다면 결과가 따라올 거라고 믿습니다.

