

## 고운말 차림표

### ◎ 아무리 화가 나도 막말은 하지 말자.

일상생활에서는 물론, 화가 났을 때도 과격하고 단정적이고 극단적인 표현은 삼갑시다.  
화가 나서 감정 조절이 안 될 때는 이 두 가지 말을 참고 하세요.  
“보통일이 아니에요.” “이러시면 곤란합니다.”

### ◎ 비교하는 말을 할 땐 신중하게 하자.

비교급 유형의 질문을 받으면 “글쎄? 어떻게 더 나올까?” 하고 잠시 생각을 고르는 시간을 갖고, 비교를 하더라도 “A는 이런 점이 좋고, B는 저런 점이 좋고” 하는 식으로 긍정적으로 말해봅시다. 습관적으로 자신의 처지를 남과 비교해 꾸며내는 것도 바람직하지 않아요.

### ◎ 나에게도 남에게도 도움이 되지 않는 꾸밈과 불평은 자제하자.

애써 선한 일을 하고도 그 향기가 달아나게 하는 것이 부정적인 불평과 꾸밈이지요. 정 꾸밈하고 싶다면 그 꾸밈을 나 자신에게 돌리고 남을 탓하는 일은 삼가는 것이 더욱 성숙한 모습이겠지요.

### ◎ 애덕을 가지고 상대방의 말에 맞장구를 치자.

사랑이 많고 지혜로운 사람이란 다른 사람의 말을 잘 들어주는 사람일 것입니다. 상대방의 말을 귀담아 듣고 ‘동의, 공감, 격려, 정리’의 뜻을 담은 긍정적인 맞장구는 더 많이 쳐주고, 통명스럽고 부정적인 맞장구는 삼갑시다.

### ◎ 사랑이든 사물이든 함부로 비하하는 말을 삼가자.

아무리 친한 사이라도 예의를 갖추어 일하는 습관을 들입니다. 아무리 문제가 많은 사람이라 해도 인격을 깎아 내리는 표현을 함부로 하지 않도록 하고, 설령 상대방이 자리에 없거나 못 듣는다 해도 멀리나 모욕이 담긴 말을 하지 않도록 늘 조심합니다.

### ◎ 농담이나 유머를 지혜롭게 하자.

제대로 된 농담이나 유머는 언제 들어도 즐겁고, 보편타당성이 있고, 남의 기분을 상하게 하지 않고, 향기로운 여운을 남기지요, 농담이나 유머는 적당하게(Appropriately), 시기적절하게(Timely), 다정하게(Tenderly) 해야 한다는 폴피어즐의 말도 기억하세요.

### ◎ 비록 흥을 보더라도 좀 더 고운 말로 순화시켜서 하자.

험담을 하는 자리에서 그 표현이 지나치다 싶으면 좀 더 순화된 말로 바꾸어보거나 중재하는 말을 해봅시다. 설령 흥을 보았더라도 결론만은 긍정적으로 내리도록 분위기를 전환해 봅시다. 무엇보다 좋은 것은 첫 대화를 좋은 말로 시작하는 것이겠지요.

### ◎ 자신을 표현할 땐 잘난 체하지 않는 겸손함을 지니자

잘난체하는 발언은 듣는 이를 불편하게 합니다. 자신의 생각만 옳다고 고집하는 것, 위협적이거나 명령 투의 강한 말씨도 겸손과는 거리가 멀지요, 잘못을 했을 때 솔직하게 인정하며 용서를 청하는 것, 다른이의 충고를 잘 받아들이는 것도 겸손의 덕을 닦는 것 이지요.

### ◎ 때와 장소에 맞는 말을 하자.

기쁜일로 축하의 말을 건넬 때, 슬픈 일로 위로의 말을 건넬 때에도 한번 더 신중하게 생각하는 지혜를 발휘합니다. 문병이나 문상을 갔을 때는 상대방의 입장을 헤아려 요란 하거나 교훈적인 말보다는 소박하지만 인간적인 말로 따뜻한 마음을 전하세요.

### ◎ 기분 좋은 상징 언어들을 자주 사용하자.

시적이고 상징적인 언어들은 사랑의 마음을 부드럽게 하고 기분 좋게 합니다. ‘맘씨가 좋으세요.’ 대신 ‘맘씨가 비단결 같으세요.’, ‘바다를 닮은 마음이에요.’, ‘목소리가 좋아요’ 대신 ‘노래를 듣는 것 같아요’ ‘음성이 예술입니다.’ 라고 해보는 건 어떨까요.