

제 0 교시

정신무장 영역

성명		수험 번호																		
----	--	-------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

- 한글자 한글자를 읽으면서 가슴에 새기시오.
- 가장 중요한 것은 실천에 옮기는 것임을 명심하십시오.

○ 지금껏 열심히 달려오신 당신께, 드브 올림

공부가 잘 안돼,
 지금 내가 하고 있는 이 공부에 성과가
 매우 하찮은 것처럼 느껴져.
 과연 이게 점수로 연결될까?
 아니야, 오늘은 좀 피곤하니까....
 이런 타협이 엄습해.

심지어 말이지,
 수많은 친구는 다 떨어져 갔어. 이 자리에서.
 내가 지키고 있는 이 자리에서, 다 떠나갔다고.
 전 국민을 보잖아요?
 다 놀러 갔어.
 근데 나는 지키고 있는데,
 나의 노력이 하찮게 느껴져.
 이 노력이 결국 마지막에 그걸 가져올 것이다. 확신을 못해.
 그럼 공부가 더 안돼.
 집중력이 흐트러지고.

이런게 있잖아,
 하찮은 건 맞아.
 그러나, 그게 아주 고귀해.
 그게 쌓이고 쌓이고,
 적분 배웠잖아,
 쌓이고 쌓이고 쌓여서 빛나는 보석이 될 거라고.
 그걸 믿어야 돼.
 그걸 믿어야
 지금 이 자리에서 내가 땀 뚝뚝 떨어지면서 자릴 지키고 있는데
 문제가 풀어지고 있지도 않은데
 그럼에도 불구하고 그걸 믿어야,
 더욱더 이 자리에 그 집중을 유지한 채로

이 자리를 지킬 수 있다고
 그게 쌓여간다고.
 그리고 나서 여러분 한번 생각해 봐.
 이 여러가지 요소가 마지막 시험현장에서 어떻게 발휘될지를.

단언컨대,
 여러분이 자기 자신을 믿는 믿음의 정도 있잖아
 뭐라고?
 당신이 당신을 믿는 그 믿음의 정도가
 점수가 되어 나타날 거예요

널 믿어,
 당신이
 당신을.

-한석원 선생님의 폭염을 이길 전력 수급 영상,
 <여러분 전력을 다하세요>. 중에서-

"어떻게 내가 늦잠을 자지? 아씨."
 이래야 된다고.
 켈 침에 생각을 딱 바꾸고,
 행동을 계속 바꿔,
 습관이 바뀌면 인생이 바뀐다.
 그 누구한테도 무시당하면 안된다.

무엇이든지 하나에 딱 꽂히면
 끝장을 보는 성격이 중요하다.
 타고난게 아니라,
 계속 하면 돼...그냥...계속하면 잘하게 돼.....

열심히 하던 애가 더 열심히해서,
 당장 쉬운 길이 아닌
 어려운 길을 택한 거라면 성공할거다.

2

정신무장 영역

근데 게으름을 피우다가...

다른 애들 노력하는데 지는 쳐 자고 놀다가

그런 애들은

10년 더해도 안되고 20년 더 해도 안 돼.

뭐가 그리 걱정이 많아?

그냥 하지.

슬럼프다 할때부터 슬럼프다.

니가 모르니까 시간이 많이 걸리는거야.

니가 모르니까 어려운 거야.

세상에 어려운 건 없다.

사람이 하는건 다 하는거야.

하늘을 날 순 없지만...

사람이 하는건 다 할 수 있다는 전제하에 살아야 돼.

모르겠다 하지말고 가르쳐주세요 하고

어렵다 하지말고 열심히 해본 다음 말하라고.

생각 하나하나가 너 삶 전체를 바꾸고

나중에 니 새끼도 바꾸고 니 손자도 바꾸고

니 엄마의 삶도 바꿔. 알겠냐?

-이충권 선생님의 어록 중에서-

“절벽 끝에서 발을 헛디더 떨어지더라도

제 힘으로 벼랑을 기어오르는 ‘호랑이 새끼’ 들에게만
미래가 있는 법이다.”

-마르고 닳도록, 〈이겨놓고 싸우는 법〉 중에서-

“마음을 비우고 오로지 오늘 하루만을 최선을 다해
충실하게 살면 된다!”

-마르고 닳도록, 〈이겨놓고 싸우는 법〉 중에서-

“스스로를 믿고 즐기치게 가라, 중심은 너 자신 이다”

-마르고 닳도록, 〈이겨놓고 싸우는 법〉 중에서-

“그래, 이렇게 하면 뭐가 돼도 될 수 있겠다.

죽이 되든 밥이 되든 해보자.

그게 좀 힘들어도 해내겠다. 라는 판단이 선다면 올인하라!

신중하게 결심하고, 결심했다면 어떤 어려움이 있더라도
실행해 내라.”

-마르고 닳도록, 〈이겨놓고 싸우는 법〉 중에서-

“네가 12월 3일 수능에서 꼴딱 망했을 때, 아무도 그것에
대해 보상해 주지 않는다.

그 ‘영광’이 순전히 너의 것이듯, 그 ‘책임’도 전적으로 너의
것이다.

마음을 비우고 하루하루에 충실히 임하라”

-마르고 닳도록, 〈이겨놓고 싸우는 법〉 중에서-

“네 삶의 주인이 되는 길이 편할 리가 없다.

외롭고 힘들어 주저앉아 울고 싶을지도 모른다.

두려움과 의구심이 불쑥불쑥 머리를 쳐들지도 모른다.

네 힘으로 극복하라

그게 어른 되어가는 과정이다.”

-마르고 닳도록, 〈이겨놓고 싸우는 법〉 중에서-

“약한 소리 집어치워라. 냉정을 회복하고, 호랑이의 눈으로
야심차게 바라보아라.”

-마르고 닳도록, 〈이겨놓고 싸우는 법〉 중에서-

“이겨 놓고 싸워라.

반드시 이기게 되어 있는 ‘필연의 길’을 찾아내고,

스스로의 판단을 믿고 그 길을 걸어가라. 집요하게!”

-마르고 닳도록, 〈이겨놓고 싸우는 법〉 중에서-

“꿈꾸는 목표에 걸맞는 과정.

외롭고 힘든 과정을 거치지 않으면 안된다.

너에게 익숙한 그 방식과 결별해야 한다.”

-마르고 닳도록, 〈이겨놓고 싸우는 법〉 중에서-

“매일 하루씩만 최선을 다해 살고, 그렇게 살아낸 하루를 돌아보며 성취감을 느낄 것.

오늘 하루를 최선을 다해 살지 않고, 미래에 뭔가 이룰 수 있을 것이라는 ‘개꿈’은 집어치워라”

-마르고 닳도록, 〈이겨놓고 싸우는 법〉 중에서-

“두 번의 실패는 용납될 수 없다.

적의 숨통을 단번에 끊을 수 있는 칼 하나와

잘 연마된 검술 하나 정도는 가지고 있어야 한다.”

-마르고 닳도록, 〈이겨놓고 싸우는 법〉 중에서-

“안 하면 불안하지 않고

하면 불안하지만,

더 하면 불안은 극복된다.”

-2019 수능 수험생들을 위한 강남하이퍼 응원문구 중에서-

의심하지 마라.

그것 또한 공부의 중요한 능력이다.

할 수 있다는 생각 자체가 실력이다.

-강성태, 미쳐야 공부다-

“이 하루만큼은 나의 손에 달려있다.

오늘, 그래 오늘만큼은 나의 것으로 만들 수 있다.”

-강성태, 〈미쳐야 공부다〉 중에서-

“불합격은 시험 당일 결정되는 것이 아니다.

바로 이 순간 결정된다.

지금 당신은 합격인가?”

-〈강성태 영단어 어원편〉 중에서-

“너에게는 아직 꿈을 이루기 위한 충분한 시간이 있어”

-애니메이션 〈피터팬〉 중에서-

“오늘이란 평범한 날이지만,

미래로 통하는

가장 소중한 시간이야.”

-애니메이션 〈UP〉 중에서-

“IF YOU CAN TAKE IT, YOU CAN MAKE IT.
YOU CAN DO THIS, LOUIS.”

“견딜 수 있으면, 해낼 수 있어. 넌 할 수 있어 루이.”

-영화 〈언브로큰〉(2014) 중에서-

“잠깐의 고통을 견디면, 영원한 영광을 누릴 수 있어.”

-영화 〈언브로큰〉(2014) 중에서-

“실패하는 게 두려운 것이 아니라,

노력하지 않는 게 두렵다.”

-마이클 조던-

“나와의 싸움에서 이기는 것,

중요하다.

하지만 매번 내게 싸움을 걸 수 있는 용기,

그것이 더 중요하다.”

-매니 파퀴아오-

“뜨거운 열정보다 중요한 것은

지속적인 열정이다.”

-페이스북 CEO 마크 주커버그-

스스로 존경하면

다른 사람도 그대를 존경할 것이다.

-공자-

“가장 큰 영광은 한번도 실패하지 않음이 아니라,
실패할 때마다 다시 일어서는 데에 있다.”

-공자-

“한 걸음씩이라도 걷다 보면,
목적지에 닿을 수 있다.
멈춰 서면 그 이상으로 나아갈 수 없다.
노력이란 평범할 것일지도 모른다.
하지만 평범한 일을 꾸준히 지속하면
분명히 비범한 일이 된다.

-이케다 다이사쿠-

“똑같은 생각과 똑같은 일을 반복하면서
다른 결과가 나오기를 기대하는 것보다
더 어리석은 생각은 없다.”

-아인슈타인-

“할 수 있다, 잘 될 것이다, 라고 결심하라.
그리고 나서 방법을 찾아라.

-에이브러햄 링컨-

“10년 뒤에 내가 무엇이 되어 있을까를 항상 생각하라.
인생은 자기가 생각한 대로 된다.
목표를 세우면 목표가 나를 이끈다.
새우잠을 자더라도 고래꿈을 꾸어라.
달팽이도 마음만 먹으면 바다를 건널 수 있다.”

-정호승 시인-

“나보다 땀을 더 흘린 선수가 있다면,
금메달을 가져가도 좋다.”

-레슬링 국가대표 김현우 선수-

(2012 런던올림픽 그레코로만형 66kg 급 금메달)

“우리가 무슨 생각을 하느냐가
우리가 어떤 사람이 되는지를 결정한다.”

-오프라 윈프리-

“세상이 그대를 과소평가할지라도, 절망하지 말라.
그대는 누가 뭐라 해도, 우주 유일의 존재다.”

-이외수, 〈하악하악〉 중에서-

“한두사람의 비평에 상처받아 쉽게 포기하지 마세요.
나에 대해 잘 알지도 못하고 쉽게 한 말에
너무 무게를 두어 아파하지도 말아요.
용기를 내어 지금 가고있는길, 묵묵히 계속 가면 돼요“

- 〈멈추면 비로소 보이는 것들〉 중에서 -

“중요한 것은 새로운 도전과 모험을 통해
자신의 인생을 원하는 방향으로 이끌어 가는 것이다.”

- 〈악순환에 빠진 내인생 선순환으로 바꾸는
긍정습관〉 중에서-

당신의 무궁한 가능성을 믿고 끝까지 최선을 다하세요.
꿈을 향해 희망을 갖고 달려나가다 보면 가능성이
보일겁니다.

할 수 있어, 넌.

한 글자로는 “꿈“

두 글자로는 “희망“

세 글자로는 “가능성“

네 글자로는 “할 수 있어“

-〈불법사전〉 중에서-

“멈추지 말고

쓰러지지 말고

앞만보고 달려

너의 길을 가”

-쳐진 달팽이,〈말하는 대로〉 중에서-

“더 상처 받지마
이젠 울지 마 웃어 봐
너 가는 길이 너무 지치고 힘들 때
말을 해줘 숨기지 마
넌 혼자가 아니야
우리도 언젠가
흰수염고래처럼 헤엄쳐
두려움 없이 이 넓은 세상
살아 갈 수 있길
그런 사람이길”

-YB, 흰수염고래 -

“인생에서 한 번 짚은 멋지게 공부해야 하는 때도 있는
법이다”

-2018.09.27 드브 플래너 중에서-

“믿어야 한다. 너 자신을 믿을 수 있어야 한다.
하루하루 네가 쏟아부는 모든 노력의 과정, 그 조각조각들.
그것들이 모이고 모여 “너”를 만든다.
시험장에선 그렇게 만들어진 “너” 밖에 믿을 건 없다.”

-2019.04.08 드브 플래너에서-

“심장이 뛰는데 넌 왜 멈추려 하는가.
제대로 해 볼 것인가
이대로 여기서 포기할 것인가.”

-2018.06.23. 드브 플래너 중에서-

“너는 오르막길을 오르는 중이라 힘이 든 거란다.
좀만 더 올라가면,
더 멀리 내다볼 수 있는 곳이 너를 기다리고 있을 거야.”

-2019.03.04 드브 플래너 중에서-

“지금은 내가 습관을 만들지만,
나중엔 습관이 나를 만든다”
-2018.2.14 드브 플래너 중에서-

“남들 하는 만큼 적당히 공부하고
적당히 노력하여
적당히 결과를 받아들이는 것인가?”
-2019.03.18 드브 플래너에서-

“강한 자가 살아남는 것이 아니다. 살아남는 자가 강한
것이다.”

“난 엄마의 꿈이고 아빠의 자랑이다”

“미래의 내가 지금의 나를 돌아본다고 해보자, 그 순간
하나 부끄러움 없기를 바라며....
이게 다 어른이 되어가는 과정이란다”

“당신의 오늘 하루는 당신 예상보다 훨씬 잘 풀립니다.
당신은 잘 될 것이며, 잘할 것이며, 잘 해낼 것입니다.
모든 긍정은 당신을 위한 말이에요.
당신은 충분한 사람입니다.”

“내가 사랑하는 사람을 위해 살아라, 치열하게..
그렇지 않으면 소중한 것들을 지켜낼 수 없게 된다.”

“내가 가진 열정이 어느 정도인지 온 세상에 보여줘”

“지금 내가 경쟁해야 할 상대는
주변에 있는 사람들이 아니라,
어제의 나 자신이다.”

“너에게 맞는 길을 찾아서
 너의 마음에 드는 자전거를 골랐다면
 즐기치게 페달을 저어 가라.
 자꾸 두리번거리다 보면 균형 감각을 잃을 수밖에 없다.”

“everything is gonna be alright
 다 괜찮을 거야.”

“시험을 준비하는 사람은 있잖아, 그 어느 순간에도 자기
 자신에게 상처를 주면 안돼.”

“굴복하지 않고, 끝까지 너의 길을 따라 갈 수 있겠는가?”

“이렇게 내가 열심히 할 수 있게 해준 환경에 감사하자.
 나, 부모님, 그리고 주변 사람들에게.”

“주변에서 너의 모습을 지켜봐주고 응원하는 사람들에게
 감사하자.
 힘들다고 투덜대지 말자.
 따뜻하게 대하자.
 그들이 없다면 이 기나긴 힘든 여정을 혼자 힘으로 가기란
 불가능하다.
 감사하고 또 감사하자.”

“겁쟁이는 변명도 많다.”

“너에게 너 자신이, 그리고 너를 사랑하는 사람들이 걸었던
 기대를
 너가 처참히 무너뜨렸을 때,
 그 비참함을 감히 네가 감당할 수 있다면 그렇게 살아라.
 감당할 수 없다면, 어떻게 해야겠는가”