



통찰력게임 소식지

2020년 8월 (제 39호)

직관은 단편이다

우리에게 직관적으로 다가오는 것은 전체 그림의 일부만입니다. 왜냐하면 전체 그림은 너무도 방대하고 심오해서 결코 작은 개인의 의식으로는 전체를 볼 수 없기 때문입니다.

전체를 이해하는 것은 그래서 나중에 시간이 지나고 더 넓은 공간적 영역에 설 때입니다. 당신이 만일 50세쯤 되었다면 지난 30년을 돌아보십시오. 그동안 지나온 길을 들여다보면 각 시점마다 그때 무슨 일이 일어났는지, 그 일의 의미가 자신의 인생에서 어떤 의미였는지 이해하게 될 것입니다. 그러나 다시 그 당시로 돌아가면 결코 그때의 단편적인 삶의 모습을 통해서도 30년 후에 들여다보는 전체 그림을 알 수 없을 것입니다.

그와 같이 지금 당신에게 닥쳐온 상황이, 자신이 해결해야 하고 원하는 것과 어떤 관계를 지니고 있으며, 어떻게 행동해야 하는지를 즉각 알 수는 없을 것입니다. 단편적 이해만을 붙잡을 수 있는 의식으로는 결코 무의식의 전체 그림과 그로부터 오는 직관적 느낌의 전체 의미를 이해할 수 없기 때문입니다. 그저 지금 해야 할 행동이 무엇인지 '느껴질' 뿐입니다.

그러나 그 느낌 속에 전체 그림이 들어있습니다. 마치 사과 한 알 떨어지는 그 현상 속에 중력이라는 천체의 법칙이 드러나듯이. 그러므로 행동하세요. 작은 것이라도 행동하면 무의식의 정보는 점점 더 쉽게 의식화되어갑니다. 지금 느껴지는 대로 행동하고 그 결과에 따라 수정하고 목표를 향해 나아가보세요. 다만 '의식'에만 의존하지 말고, 지성적 의식과 직관적 무의식의 신호를 모두 받아들여 가장 적합하다고 '느껴지는 대로' 행동하는 것입니다.

그렇게 하기 위해서는 두려워하지 말아야 합니다. 행동하고 그 결과에 민감하게 깨어서 갈 길을 조금씩 수정해나가면 됩니다.



이원규¹⁾ 두손

목차

1) 《깨어있기-의식의 대해부》, 《관성을 넘어가기》 저자. 통찰력게임 개발 및 제작

다가오는 강좌 소개

● 제31차 통찰력게임 안내자교육 레벨 III

통찰력 시범게임을 직접 진행하고 키트 판매도 할 수 있는 ‘본게임 안내자’를 위한 교육입니다. 안내자가 되어 투명한 거울이 되는 연습을 통해 우리는 ‘나’라는 것이 의식이라는 작은 틀이 한정되지 않고 더 무한하고 거대한 존재의 표현임을 봅니다.

- 일시: 2020.8.22(토) 오전 10시 ~ 오후 6시
- 안내자: 이해영 마스터
- 장소: 신청자에게 개별 통지



참가신청서
작성하기

● 제14차 통찰력 미니게임 교육

통찰력 미니게임이란 안내자 없이 본인 혼자 내면에서 통찰을 끌어올리고 싶거나, 참가자가 1인 단독으로 안내자의 안내를 받고 싶을 때 적용하기 좋은 방식입니다. 보드판, 주사위, 크리스탈 없이 카드 네 종류(어울리기, 생명력, 위기, 깨어있기 카드)만 사용하며, 통찰력게임의 핵심을 담고 있으면서도, 더 쉽게 일상의 주제들과 연결되고 빠른 시간 안에 무의식의 방향을 정리할 수 있습니다.

- 일시: 2020.9.16(수) 저녁 7시 ~ 10시
- 안내자: 이해영 마스터
- 장소: 신청자에게 개별 통지



참가신청서
작성하기

● 제21차 통찰력게임 마스터교육 (안내자교육 레벨 I)

통찰력게임 마스터란, 통찰력게임 시범게임(3시간)과 워크숍(이틀 과정)을 진행할 수 있는 안내자를 말합니다. 숙련된 마스터는 심사를 거쳐 워크숍과 딜러교육을 진행할 수 있는 자격이 주어집니다.

- 일시: 2020.10.30(금) 오후 2시 ~ 11.01(일) 오후 5시 (2박 3일)
- 안내자: 이원규 그랜드마스터
- 장소: 홀로스 함양연수원



참가신청서
작성하기

통찰력게임 동정動靜

*통찰력게임 마스터/딜러분의 근황을 알려주시면 (진행 강좌나 책 발간 등) 본란에 게재해드리고자 합니다. 편집부로 연락 주십시오. cpo@herenow.co.kr

● 마스터·딜러분들의 8월 게임 일정을 알려드립니다

- 통찰력 시범게임, 8/12(수) 오후 2시-5시, 서울 마곡동, 이해영 마스터, 문의 010-7108-8381
- 통찰력 시범게임, 일시 협의(30세 이하), 경남 함양·거창, 김성욱 딜러, 문의(문자) 010-5362-7152
- 통찰력 시범게임, 매주 목요일 오후 3시-6시, 부산 남천동, 유은정 마스터, 문의 010-4878-0916
- 통찰력 시범게임, 일시 협의, 부산, 홍성향 마스터, 문의 heeso@artistcoach.co.kr
- 통찰력 시범게임, 일시 협의, 인천, 이한솔 마스터, 문의 010-7217-1212
- 통찰력 시범게임, 일시 협의, 경기 양평, 칼(김용훈) 딜러, 문의 010-6209-1975
- 통찰력 시범게임, 일시 협의, 서울 강남, 오경아 딜러, 문의(문자) 010-2678-2879
- 통찰력 시범게임, 일시 협의, 전남 여수·순천, 차화진 딜러, 문의 iljuiin@naver.com
- 통찰력 시범게임, 일시 협의, 대구, 이세민 딜러, 문의 010-5054-5555

통찰력게임 동정 動靜

*다른 통찰력게임 마스터/딜러님들께서도 근황을 알려주시면 (게임 진행 일정이나 후기, 기타 등등) 본란에 게재해드리고자 합니다. 편집부로 연락 주세요. cpo@herenow.co.kr

● 함양에서 32차 통찰력게임 워크숍이 진행되었습니다

7월 26일, 27일 양일간 함양연수원에서 이원규 그랜드마스터가 안내하는 통찰력게임 워크숍이 열렸습니다. 아래에 참가자 후기를 소개합니다.



저절로(화가, 홀로스백일학교)

통찰력게임은 자신의 절실한 주제를 탐구하고 성취하기 위해 보드게임이라는 형식으로 자신의 의식을 넘어서 무의식에 접속하는 것이다. 보통의 경우에 우리가 힘들고 스스로가 해결하거나 결정하기 어려운 일에 직면하면 누군가에게 조언을 구하거나, 자신의 머릿속에서 이리저리 계산기를 두드려 마지못해 어느 쪽으로든 결정하게 된다. 통찰력 게임은 중립적인 진행자가 보드 게임을 진행하면서 게임 참여자가 자신이 원하거나 해결하고 싶은 절실한 주제를 선정하도록 돕는다. 주제를 성취하기 위해 에너지, 관계, 지혜, 장애, 감정 등의 요소로 나누어진 카드를 각각 뽑게 되고 참여자가 뽑은 카드 메시지를 자신의 주제와 연관시켜 무의식에서 그 관계성과 통찰을 이끌어내도록 자극한다. 그리고 게임이 진행되는 동안 참여자가 보이는 행동패턴 등을 예리하게 캐치해서 그런 성향이 주제를 성취하는 데 어떤 관련성을 가지고 있는지 스스로 파악해내도록 한다. 다양한 방향에서 참여자가 주제를 성취하기 위해 스스로 성찰하도록 돕는 것이다.

통찰력게임은 늘 같은 패턴으로 맵도는 자신의 의식 속에서 해매거나 누군가에게 결정을 의지하는 것이 아니라, 게임을 통해 자신의 무의식에 접속하여 자신이 얻은 통찰을 통해 직접 해결책을 찾아나가는 방식이다. 자신의 주제에 절실하면 할수록 깊은 무의식에 접속하여 좀 더 포괄적인 정보를 얻을 수 있다. 이렇게 얻은 결론은 그 누구도 아닌 자신 스스로의 확신을 기반으로 하기 때문에 믿음의 에너지가 크다. 그래서 결과에 대한 만족도도 높다. 답은 늘 우리 안에 있었다. 그리고 거기에 믿음의 힘을 강하게 신는다면 우리가 바라던 것이 곧 눈앞에 펼쳐질 것이다.

세실(주택관리사)

생명력, 어울리기, 깨어있기 테마로 진행되는 통찰력게임에서 “정화”의 생명력카드는 최근 4년 동안 직장에서 쌓였던 분노 감정인가 하고 해석해 보려는데 그 다음의 생명력카드 “책임”은 울컥하는 마음으로 책임에 대한 강박정서가 떠올리지며 정화카드에 대한 아!! 하는 온전한 통찰로 이어지고 오랜 세월동안에 나의 몸과 마음에 부정적으로 작용되어 왔던, 무거운 짐과 같았던 해묵은 눌린 정서의 해소와 관련된 통찰이었습니다. 더불어 인생을 살면서 책임감은 중요한 것이기에 건강한 책임감의 인식 전환을 할 수 있는 계기도 되었습니다.

“마음이 허전한데도 관계맺기를 꺼리는” 위기카드에서는 사람 간에 갈등이 싫기 때문이라고 어렵듯이 느낌이 떠오르는 하나 명료한 통찰로 이어지지는 않았는데 다음날 안내자님의 안내에 따라 가슴에 손을 얹고 심장호흡을 하는 중에 몸과 마음에 격한 울림처럼 통찰이 올라왔습니다. 사람 간의 갈등으로 힘들어도 불구하고 소통하고, 교감하고, 어울리고, 사랑하고, 미워하는 자연스런 생명에너지가 부족한 것을 통찰하게 되었으며 안내자님의 지침대로 생명에너지 강화를 위해 삶에서 가장 활기 있었던 때를 몸으로 느껴보며 그 기운을 증폭시키는 훈련을 생활 속에서 실천하도록 다짐해 봅니다. 직장을 잠시 접고 휴식하면서 좌절감과 무기력증에 빠져있던 중에 1박2일 워크숍 참석을 결정하기 힘들었으나 통찰력게임을 통해 오랜 세월 동안의 묵은 정서를 털어내고 마음에 새로운 각오와 새로운 자신감을 일깨워주는 귀한 시간을 경험하게 해주신 그랜드마스터님께 감사드리며 함께 참석해 주신 도반분들께도 감사드립니다.

● 서울에서 열린 통찰력게임 시범게임

오경아 딜러의 안내로 지난 7월 15일과 25일, 두 차례에 걸쳐 통찰력게임 시범게임이 진행되었습니다. “가장 중요한 룰 중에 하나인 ‘동의 하에 조언하기’가 알면서도 순간 놓칠 수 있음을 알아챌 수 있는 시간이어서 더욱 소중한 게임이었습니다. 에너지가 쓰이는 만큼 그 에너지가 헛되지 않았음에 더욱 감사합니다.” 라는 안내자님의 전언을 함께 전합니다.

Grace _ 7월 15일 시범게임

정말 통찰력게임은 생각, 감정, 무의식 정리의 끝판왕이네요. 하고 나면 이미 주제를 이룬 것처럼 개운하고, 게임을 하는 도중에 일어나는 모든 일들이 나 자신을 거울처럼 비추어 주는 것 같아서 스스로를 돌아볼 수 있는 기회도 되었던 것 같습니다. 작은 게임판 위에서 이리저리 돌고 돌며 아직 갈 길이 있고 남은 여정이 있고, 게임을 제대로 끝내고 싶다는 욕망까지... 현실감이 있었어요^^ “비록 허탈하더라도 아름답게 살고싶다” 하는 마무리 명제도 좋았구요. 무엇보다도 에르나 님을 비롯하여 함께 참여해 주신 분들의 유머와 재치로 참 많이 웃었습니다. 감사합니다~



마들렌 _ 7월 15일 시범게임

끝까지 하지 못한 아쉬움이 있지만, 펼쳤던 카드들을 모두 종합해서 생각해보니 현재 한 가지 메시지가 떠오릅니다. ‘꿈은 갖되 가벼워져라.’ 어느 것에도 얽매이지 않는 상태를 갖기 위해서는 우선 욕망으로부터 자유로워져야겠다는 생각입니다. 요즘 특이하게도 공원에 눈에 띄지도 않던 참새가 이뻐보였는데, 그 가벼움이 좋아보였던 것 같아요. 그냥 한마리 참새처럼 가벼워지기부터 깨어있으려 합니다. 즐겁게요^^ 안내자님 수고 많으셨구요, 좋은 메시지가 오가는 흥미로운 시간이었습니다. 다들 얻으신 메시지로 기쁨의 길로 들어서길 바랍니다~

Breeze(주부) _ 7월 25일 시범게임

뜻밖의 기회로 통찰력게임에 참여하게 되었습니다. 통찰력게임에 대해 전혀 모르는 상황에서 준비 없이 참여하게 된 저는 신비하고 충격적이었습니다. 자존감의 문제는 제게 너무도 종종 낙심을 주었는데(쉽게 해결될 것 같지 않았고 극복할 방법도 잘 몰랐습니다) 통찰력게임을 통해 일회적인 인연으로 만난 멤버들과 소통하고 투영하면서 가능성을 느끼고 용기를 얻을 수 있었습니다. 생명력카드는 저를 위해 준비된 든든한 마술 호리병 같았으며, 어울림카드는 길으로는 관계가 쉬워보이는 듯하지만 늘 관계가 어려웠던 제게 아주 중요한 메시지를 주었던 것 같습니다. 제 문제가 무엇인지, 제게 꼭 필요한 게 무엇인지 명확히 깨닫게 해주었습니다. 함께 참여한 멤버들의 어려움과 경험들이 제 것처럼 다가오는 소중한 경험이었습니다. 게임을 이끄는 에르나 님이 경계를 지키면서 제시해주시는 화두는 적절했고 인상적이었습니다. 시간이 너무도 짧다고 느껴지며 아쉬움 가득한 시간이었습니다. 제게 무언가 큰 계기가 되어줄 시간이 될 것 같은 느낌이 듭니다. 소중한 나를 위한 깨달음의 경험이었습니다. 또 하고싶어요~~~



그린(회사원) _ 7월 25일 시범게임

새로운 환경과 새로운 사람들 속에서 자신을 오픈하기를 갈망하면서도 그것을 실천하기란 참 어렵다고 느낍니다. 더구나 관계맺음의 과정에서 이전의 패턴이 반복되고 그것을 통해 제 오래된 분노 같은 감정이 드러날 때면, 저는

관계맺음 자체를 포기하곤 했습니다. 그런데 최근 가까운 사람들에게 제 감정을 폭발시키는 일련의 일이 생겼고, 그것을 통해 분노의 궁극적 원인은 결코 상대방에게 있는 것이 아님을 깨닫게 되었습니다. 상대방에게 투사했던 분노를 그로부터 분리시켜 스스로 다루어야만 함을 값비싼 경험을 통해 겨우 알게 되었다고나 할까요.

오늘의 게임에서는 자신의 분노와 용서라는 키워드가 겹쳐짐을 새롭게 알 수 있었습니다. '과거에 잘못을 저지른 나-이를 용서할 수 없음'이 분노를 크게 만든 원인이 아닐까 합니다.

제가 오늘 최종적으로 가져온 주제는 '타인과 관계맺는 과정에서 생기는 자신의 오래된 감정(특히 분노)을 타인에게서 분리시켜 독립적으로 다루고 싶다. 자신의 감정을 건강하게 다루면서 타인과도 건강하게 관계맺고 싶다.'입니다. 그런데 관계맺음을 주저하게 만드는 원인에는 분노 외에도 두려움이 또한 자리잡고 있습니다. 자신을 있는 그대로 드러냈을 때에 상대방의 반응, 그리고 거절에 대한 두려움이죠. 그런데 오늘 여러분들과 같이 게임을 하면서 두 번째 또한 한결 가벼워지는 경험을 할 수 있었습니다. 에르나 님, 마루맘 님, Breeze 님, 나비 님, 모두 처음 만나는 분들, 서로 많이 다를 것 같은 분들과의 만남에서 서로의 비슷함을 발견한 경험은 앞으로의 저의 삶, 뿌리내림에 있어 묵직한 닻이 되어줄 것 같습니다. 그리고 덕분에 새로운 만남을 향해 계속해서 용기낼 수 있을 것 같습니다. 여러분만의 삶에서 녹여낸 고유한 지혜에, 그리고 사랑의 깊이에 여러 번 감탄하면서, 그 순간 함께 울고 웃으며 하나될 수 있어서 정말 행복했습니다. 에르나 님의 고유한 여정, 그 여정을 오픈해주신 용기에 또한 감사드립니다. ♡

● 대구에서 열린 통찰력게임 시범게임

이세민 딜러의 안내로 대구에서 6월 27일과 7월 24일 각각 통찰력게임 시범게임이 진행되었습니다. 아래에 참가하신 분들의 소감을 실습니다.



오○민 _ 7월 24일 시범게임

처음 통찰력게임에서 답을 얻을 주제문을 나눌 때 안내자님과 대화를 통해서 진짜 나의 주제를 발견할 수 있어서 신기하면서도 좋았습니다. 스스로의 문제를 발견하기도, 문제를 알아도 스스로 해결하는 방법을 찾기가 어려운데 편안한 시간을 통해서 답을 구해나갈 수 있어서 참 좋았습니다. 감사합니다.

곽○희 _ 7월 24일 시범게임

나에 대한 반성, 비판적인 태도로 임했던 게임 초반. 다양한 키워드, 질문들을 통해 가능성에 대해 생각해보는 시간이었습니다. 문이 열린 느낌~^^

정○옥 _ 7월 24일 시범게임

오늘은 저의 감정을 많이 느꼈던 시간이었습니다. 놓아줍이란 카드를 통해 삶의 여백 없이 운동, 독서 등의 시간으로 끊임없이 추구하는 것뿐만 아니라 생각 없이 단순하게 행동하고 즐거운 일을 발견하고 함께 나누는 것의 가치를 느낀 시간이었습니다.

김○국 _ 6월 27일 시범게임

내 안에 있는 근심 걱정들을 진솔하게 얘기할 수 있는 좋은 기회가 되었고, 앞으로 잘 이겨낼 수 있을 거라는 믿음, 자신감도 통찰력게임을 통해 알게 되어 좋은 경험이었습니다.

정○옥 _ 6월 27일 시범게임

지난번에도 했었지만 통찰력게임을 할 때마다 새롭게 느껴집니다. 묵직했던 지난번 게임과 달리 이번 게임은 진솔하면서도 좀 더 가볍고 편안한 기분으로 임해서 즐길 수 있어 좋았습니다. 오늘 얻은 통찰을 삶 속에서 실천하도록 해보겠습니다. 감사합니다!!

통찰력게임, 그 철학과 구성요소 (18부)

이원규 (미내사클럽 대표, 통찰력게임 제작자)

통찰력게임이 개발된 이후 게임 딜러와 마스터들이 점차 많아지면서 게임의 구조와 그 구성요소들의 의미 및 어떤 배경 위에서 그 모든 것이 형성되었는지 알고 싶다는 문의가 있습니다. 특히 딜러 교육을 시작한 마스터로서 게임의 기본철학을 소개하는 글이 있으면 교육에 도움이 되겠다는 요청이 있었습니다. 그래서 [소식지 22호에서부터](#) 통찰력게임 보드와 게임 구성 카드들이 이러한 모습을 지니게 된 의미와 그것이 어떻게 무의식의 지혜를 끌어올리는 도구가 될 수 있는지, 그 배경이 되는 철학과 통찰을 일으키는 원리들 하나하나를 살펴보고 있습니다. 통찰력 딜러와 마스터들, 그리고 통찰력게임에 관심을 가지고 해보려는 분들에게 도움이 되기를 바랍니다.

먼저 이 게임은 초기 개발에 참여해주신 미내사 운영위원들이 커다란 힘이 되어주셨다는 것을 알려드립니다. 그분들이 없었다면 이 게임은 출현되지 못했을 것입니다. 이 자리를 빌어 천강, 화동, 구당, 초현, 우심, 칼라, 우현, 허유, 이길로 님 외 여러분께 깊이 감사드립니다.

느낌으로 듣기

통찰력게임은 느낌을 중요하게 여기면서 게임을 진행합니다. 무의식에서 올라오는 정보가 느낌을 통해 전달되기 때문입니다. 그런데 이 느낌이란 말에는 깊은 의미가 있습니다. 보통 느낌이라 하면 감정적 느낌과 감각적 느낌이 있다고 알고 있습니다. 그러나 그 사이에 우리 통찰력 마스터들이 ‘감지(感知)적 느낌’이라 부르는 것이 있는데 ‘호오(好惡)가 없는 분별되는 느낌’을 말합니다. 이 감지는 신경생리학에서 퀄리아(qualia)라고 부르는 것과 유사하며 사물에 대한 우리의 주관적, 내적인 분별되는 느낌입니다. 즉, 사과를 보면 보통은 모두가 같은 사과를 보고 있다고 여깁니다. 그러나 신경생리학에서는, 이 사과에 대해 개개인에게 시각적으로 다가오는 ‘느낌’이 결코 똑같지 않으며, 사실은 각자의 주관적 느낌으로 보고 있다고 말합니다. 그 주관적 느낌은 개인이 경험한 사과에 대한 현실이 무엇이었느냐에 따라 다르게 느껴진다는 것입니다. 참가자의 문제는 참가자 스스로가 가장 잘 알고 그의 무의식을 통해서 최선의 방책이 나올 수 있다는 통찰력게임의 원칙이 여기서 나옵니다. 예를 들어 마트에서 빨갛고 빛나는 사과만 사 먹어본 젊은이가 가진 이미지와, 사과농장에서 끊임없이 해충을 잡고, 비료를 주며, 병충해를 방지하기 위해 약을 치며 사과를 길러온 농장 주인이 가진 이미지는 완전히 다를 것입니다. 따라서 각자가 똑같은 빨간 사과를 보더라도 그 ‘느낌’은 현저히 차이가 날 수 밖에 없습니다. 그러나 우리는 모두 똑같은 사과를 본다고 착각하며 살고 있는 것입니다. 우리의 일상을 잘 살펴보면 이렇게 ‘사실’이라고 여기지만 각자가 개별적으로 느끼는 주관적인 ‘느낌의 세계’에 살고있음을 알 수 있습니다. 그것은 ‘내’가 보는 모든 사물과 사람, 상황

과 관계에 있어서도 마찬가지입니다.

또 한 가지, 우리가 느낌의 세계에 살고 있다는 것을 단적으로 보여주는 예가 있습니다. 바로 카그라스 망상증(Capgras delusion)입니다. 이 환자는 어머니를 보고 가짜 엄마라고 생각합니다. 그의 시각피질과 감정을 주관하는 편도체간의 연결고리가 끊어져 시각적 인지는 있지만 그에 연결된 감정과 느낌이 약해져, ‘어머니의 느낌’을 못 느끼기 때문에 그렇습니다. 그래서 그 환자는 자신의 어머니와 똑같이 생겼지만 실체가 없는 가짜라고 여깁니다. 즉 느낌이 있어야 실체라고 여긴다는 것입니다. 이것은 극단적인 예이지만 사실 우리가 경험하는 모든 사물과 사람, 상황들에도 이와 같은 ‘느낌’이 있습니다. 즉, 연필은 연필 같은 느낌이 있고, 선풍기는 선풍기 같은 느낌이 있습니다. 만일 이 사물들에 그런 느낌이 없다면 우리는 그 사물을 가짜이거나 그저 공허한 시각적 분별대상으로만 보게 될 것입니다. 내실이 없는 허깨비와 같은 것이지요. 그러므로 느낌이 있어야만 우리는 그 대상을 대상으로 보게 됩니다. 그리고 그 느낌에는 방대한 경험적 정보가 함축되어 있습니다. 느낌은 일종의 경험적 정보덩어리인 것입니다.

자, 이제 그렇다면 통찰력게임에서는 이 ‘분별되는 느낌’이 어떤 역할을 하는 것일까요? 느낌은 앞에서 이야기 했듯이, 주관적이며 동시에 실체라고 여기게 하는 토대입니다. 그러므로 이 느낌에 기반해서 통찰이 일어나면 그것은 참가자의 삶을 변화시킬 ‘힘’이 발휘되는 것입니다.

게임도중 카드의 단어나 문장을 듣고 가슴에 질문을 하면 즉시 어떤 ‘느낌’이 떠오릅니다. 그 느낌은 무의식이 우리에게 보내주는 ‘정보’로서의 느낌입니다. 그런데 ‘선풍기에게 선풍기 같은 느낌이 있듯이’ 그 느낌에도 우리가 알 것 같은 어떤 ‘느낌’을 전해주고 있다는 것입니다. 다만 그 느낌이 의미하는 바가 정확히 질서 잡힌 형태로 다가오지 않고 단편적이고 상징적으로 오기 때문에 즉각 그 뜻을 파악하기 힘듭니다. 그래서 그 느낌에 대해 ‘의식적’이 되기가 쉽지 않습니다. 왜냐하면 ‘의식’은 ‘이해할 수 있는 정보’만을 받아들이기 때문입니다. 그런데 직관적 정보는 단편적이어서 ‘이해할 수 없는’ 형식으로 다가옵니다. 따라서 통찰력게임에서는 이 단편적인 느낌을 ‘의식화’시켜서 다른 정보들과 연계시켜 그 의미를 찾아내도록 돕게 됩니다.

이를 위해 통찰력 안내자는 참가자의 ‘느낌’이 올라오거나 변화하는 것을 민감하게 알아채고 거울처럼 되비쳐주어야 합니다. 그때 참가자는 그 느낌들을 ‘의식하고’ 연합하여 통찰로 이어지게 할 수 있는 것입니다.

그래서 안내자는 참가자의 ‘말’을 듣지 않고 ‘느낌’을 듣습니다. 느낌을 듣는다는 말은 참가자에 온통 주의를 쏟아 그의 미묘한 행동의 변화, 몸짓의 변화, 눈가의 축축함, 목소리 톤의 변화 등이 그가 하는 ‘말의 내용’보다 더 중요하다는 것입니다. 이런 것들에서 어떤 ‘변화’가 일어나면 그 순간 그의 무의식에서 정보가 올라오고 있다는 의미이기 때문입니다. 통찰력게임은 안내자가 참가자에게 어떤 ‘조언’을 하거나 ‘컨설팅이나 해석’을 해주는 것이 아닙니다. 오로지 참가자의 무의식에서 올라오는 신호를 캐치해서 그것을 그대로 거울처럼 되비쳐주는 것이 안내자의 역할입니다. 이 되비쳐주는 느낌의 변화를 ‘의식’한 참가자는 그것을 기반으로 자신의 주제와 연관된 정보들을 통합하고 통찰로 이어지게 됩니다.

그러므로 안내자는 참가자의 ‘말’을 듣지 않고 ‘느낌’을 듣는 것이 중요합니다. (다음 호에 계속)