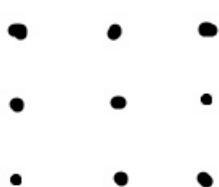




## 통찰력게임 소식지

2020년 9월 (제 40호)

### 통찰은 경험에서 자유로울 때 일어난다



좌측과 같이 점 아홉 개로 이루어진 사각형에 4개의 연결된 직선을 그어 모든 점을 통과하라는 수수께끼를 풀 때 우리의 과거 경험에 통찰을 방해한다는 것을 알아챌 수 있습니다. 한번 풀려고 시도해보십시오.

시도해본 후에 다음 글을 읽어보세요.

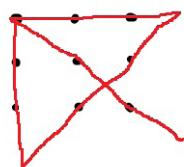
우리 마음은 오직 사각형 안에서 선을 긋던 경험 때문에 마음이 거기에 한정됩니다. 그리고 해답은 사각형을 넘어서는 곳까지 선을 연장하여 그어야 나오기 때문에 그 경험을 통해서는 도저히 해답을 발견할 수 없습니다. 그와같이 통찰도 과거 경험에 한정되어서는 결코 일어나지 않습니다. 통찰은 바로 우리의 경험을 넘어설 때 오는 것입니다.

우리의 눈은 모든 것을 보지만 눈 자신을 보지는 못합니다. 왜냐하면 눈은 늘 밖을 향해서만 열려있어 주의가 밖으로 뻗어나가 대상에 닿을 때만 ‘본다’는 경험을 해왔기 때문입니다. 그러나 대상을 본다는 것은 보는 눈 자신도 거기에 있음을 증거하며, 대상을 통해 스스로가 있음을 알아차릴 수 있습니다. 다만 그런 통찰은 밖으로 주의를 보내 보던 과거의 방식을 고집하지 않고 탐구할 때 가능하겠지만 말입니다.

그와같이 우리 내면의 느낌과 마음의 상상을 보는 ‘의식’도 모든 의식적 대상을 경험하고 있지만, 경험하는 모든 ‘의식적 대상을 통해’ ‘의식 자체’도 ‘경험되고 있음’을 알아차리지는 못하는 것입니다. 이것을 위해서는, 눈이 대상을 통해 증거되듯이, 의식 자체 역시 의식적 대상을 통해 스스로가 알아차려질 수 있어야 합니다. 이 최종적인 통찰을 통해 우리는 모든 경험에서 자유로워져 자신의 모든 경험을 사용하는 통찰을 이룰 수 있게 됩니다.

또한 그때 통찰력 안내자는 훌륭하게 게임을 안내할 수 있을 것이며, 참가자에 대해 투명한 거울로서의 역할을 잘 해낼 수 있을 것입니다. 왜냐하면 조언하려는 자기 마음의 상상에 구애받지 않고 그저 참가자의 드러난 느낌을 맑게 비춰줄 수 있을 것이기 때문입니다.

답 :



이원규<sup>1)</sup> 두손

목차

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

다가오는 강좌 소개 \_ 2쪽

통찰력게임 동정 \_ 3쪽

통찰력게임, 그 철학과 구성요소 (19부) \_ 7쪽

## 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: 2020.10.24(토) 오전 10시 ~ 오후 6시
- 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 진행 할 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



### ● 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: 2020.11.18(수) 저녁 7시 ~ 10시
- 안내자: 이해영 마스터
- 장소: 신청자에게 개별 통지



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, 9/10(목) 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, 인천, 이한솔 마스터, 문의 010-7217-1212
- 통찰력 시범게임, 일시 협의, 강원 원주, 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

### ● 통찰력게임 소식지 함께 읽기 모임이 마무리되었습니다

지난 6월부터 홍성향 InsightMaster(통찰력게임 마스터)가 주축이 되어 원격으로 진행해온 ‘통찰력 소식지 읽기 모임’이 8월 25일에 종료되었습니다. 깊은 관심으로 함께하는 모임이어서 좋았습니다. 게임을 통해 사람을 도우려는 열정을 보았고 참가한 모든 분들에게 감사한 마음이 들었습니다.

아래에, 모임을 이끈 홍성향 마스터와, 함께 해준 다른 안내자분들의 후기를 공유합니다.

#### 통찰력게임 안내자 대상, 통찰력게임 소식지 함께 읽기 모임(1호~38호)을 마무리 지으며 \_ 홍성향 (통찰력게임 마스터, 코치)

약 세 달 간, 통찰력게임 안내자 간의 진하고도 깊은 여정을 이번 주에 마쳤습니다. 매주 한 번 한 시간 대화를 나누는 걸 석 달 했더니, 어느 새 정이 들었는지 아직도 그 여운이 제 가슴 한 구석에 남아있습니다.

무엇에 관심을 기울이고, 무엇을 선택하느냐에 따라 우리가 만나는 사람들이 달라집니다. ‘통찰력게임’이라는 화두로 만난 우리는 개인으로서는 자신의 삶을 더 잘 살아보고 싶어 하는 사람들, 안내자로서는 우리가 만나는 사람들의 삶을 올곧이 잘 돋고 싶어 하는 사람들이었습니다.



8월 25일 모임 장면 (홍성향 마스터 제공)

본 읽기모임은 제게 ‘통찰력게임 안내자 III’ 과정을 이수하고 안내자가 되신 분들이 통찰력게임에 대해 끈을 놓지 않으면서도 그 배움을 깊이 있게 가져가셨음 하는 마음으로 만든 자발적 공부 모임이었습니다. 다 진행한 지금, 언제나 그렇듯 누군가를 위해서 시작한 무엇이 결국은 제 스스로에게 가장 큰 유익을 가져다 주었음에 대해 고개 끄덕이게 됩니다.

연령, 나이를 떠나서 소식지를 통해 자신에게 찾아온 ‘통찰’들을 다양하게 주고받은 우리. 그것은 안내자로서의 배움을 떠나 각자의 삶을 살아가는 한 개인으로서 역시 깊어지는 과정이었습니다.

우리는 다시 각자의 삶으로 돌아갑니다. 여전히 그 삶을 사는 나는 같은 존재이고, 살아가고 있는 그 삶도 크게 다를 바 없을 수 있습니다만, 그 삶을 살아가는 내가 조금 더 깊어진 만큼 우리의 삶도 조금씩 달라질 거라 믿습니다. 지금 눈앞의 0.01 각도로 몸을 움직인 것은, 멀리보면 아주 다른 삶으로 만들 수 있는 힘을 가졌습니다.

2020년 12월 3일, 우리가 마무리 한 날 이후로 품기로 한 각자의 문장. 잘 품고서 우리 또 만나요. 그 때는 더 맑아지고, 투명해진 존재들로 만나 Zoom에서 한바탕 통찰력게임 할 수 있길 바랍니다. 감사합니다. 덕분입니다. 행복했습니다.

#### 모임 참가자의 후기: 김○희 안내자

1. 소식지 읽기를 통해 내게 남은 가장 큰 통찰은 무엇인가요?

: 지성, 감성, 에너지. 세 가지 차원의 재정렬로 조화와 균형 잡기

2. 소식지 읽기 모임에 참여한 전반적인 소감을 한 개인으로서, 또한 게임 안내자로서 나눠주세요.

: 궁금했던 통찰력 카드의 철학적 배경과 만들게 된 의도를 알게 되어 그 깊이와 가치에 다시 놀랍고 감사하다. 부분에서 전체로 이어지며 읽은 내용이 성숙한 인간으로 성장하는 여정을 보는 것 같았다. 삶을 살아가며 귀한 하나의 도구가 될 수 있다고 생각된다. 안내자로서의 활동은 시작하지 않았지만, 각자의 매력적

인 색깔로 진행하고 계신 선생님들처럼 함께 성장하는 따뜻하고 평온한 안내자가 되고 싶다.

3. (선택) 읽기 모임은 끝났지만, 앞으로 100일 동안 품어볼 나의 절실한 주제 문장은 무엇인가요? (3번 남겨주신 분은 오늘부터 100일 후 알람메시지를 드릴게요)

: 나의 목소리로 표현하기  
(함께 하신 선생님들과 이끌어주신 선생님 감사합니다.)

### 모임 참가자의 후기: 남○현 안내자

1. 소식지 읽기를 통해 내게 남은 가장 큰 통찰은 무엇인가요?

: 삶의 ‘목적(의도)’이란 건 수동적으로 나에게 다가오는 건지, 능동적으로 내가 만들어내는 건지 궁금했는데. 소식지를 읽으면서 깨닫게 된 것은 “매 순간 순간 속에서 올라오는 감정과 느낌을 통해서 희미하게 들리는 수동적 목적을 능동적으로 선명하게 만들어야 하는구나.” 까지 도달하게 됐습니다.

2. 소식지 읽기 모임에 참여한 전반적인 소감을 한 개인으로서, 또한 게임 안내자로서 나눠주세요.

: 평소 제가 관심을 가지는 무의식과 마음의 원리를 홍성향 코치님을 포함한 다른 안내자분들과 함께 생각을 주고받을 수 있어서 매 순간 행복했습니다^^ 평소 나를 이해하는 과정에서 의문이 생겼던 것들이 소식지 스터디를 통해서 많은 부분 이해가 되었고, 다른 안내자분들의 통찰을 들으면서 미처 발견하지 못한 내 마음의 소리까지 들을 수 있었습니다. 결과적으로 나를 더 많이 알게 됐고, 나를 아는 방법에 대해서 많이 배웠습니다. 나 자신을 아는 법을 익혔으니, 참여자에게 스스로 자신을 바라볼 수 있도록 안내자로서 선명한 거울 역할을 할 수 있겠다는 자신을 얻었습니다.

3. (선택) 읽기 모임은 끝났지만, 앞으로 100일 동안 품어볼 나의 절실한 주제 문장은 무엇인가요?

: “나는 영향력 있는 예술가가 되고싶다.”

### 모임 참가자의 후기: 오○순 안내자

1. 소식지 읽기를 통해 내게 남은 가장 큰 통찰은 무엇인가요?

: 투명한 거울이 된다는 것은 자신의 의도를 잠시 멈추고, 끊임없이 지금 이 순간 느껴지는 상대의 느낌에 집중해야 한다는 것 그리고 ‘나’가 진행하려 하는 마음에서도 자유로워져야 한다는 것이 와닿았습니다. 거울이 되는 것은 말처럼 쉬운 것이 아님을 느꼈습니다.

2. 소식지 읽기 모임에 참여한 전반적인 소감을 한 개인으로서, 또한 게임 안내자로서 나눠주세요.

: 먼저, 소식지 읽기 모임에 참여하면서 통찰력게임 곳곳에 숨어있던 의미와 원리들을 읽고 그것을 다른 사람들과 나누면서 깊이를 더해갈 수 있었던 것이 참 좋았습니다. 그리고 통찰력게임 안내자로써 도움이 되는 부분도 있었지만, 저의 삶을 돌아보고 방향을 잡아 나아가는데도 많은 도움이 되었습니다. 자신의 이성으로 판단하는 것에서 무의식적 느낌이 주는 신호들을 알아차리고 그 무의식적 느낌에 집중해보는 의도가 일어나게 되었고, 일상에서 다가오는 메시지들을 주의깊게 살펴보도록 도와주었던 것 같습니다.

모임을 하면서 거의 처음 보는 분들이었지만, 수용적인 분위기에서 자연스럽게 말을 이어나갈 수 있었습니다. 이야기를 들을 때면 제가 놓치고 있었던 부분이나 전혀 생각하지 못했던 부분들을 다른 사람들의 이야기를 통해 되새겨 볼 수 있었고, 다른 사람들의 지혜를 통해 배움을 얻는 시간이었습니다. 개인적으로는 1시간이 짧다면 짧은 시간이었지만 생각보다 알차게 하고 칼같이 끝나는 것이 좋았습니다. 진행해주시는 홍성향 코치님께서 능숙하고 시간 배분을 잘 진행해 주셔서 감사했고, 모임을 하는 과정에서 참여자들을 소소하게 배려해주시는 것이 느껴져서 감사했습니다.

게임 안내자로써는 안내를 하면서 놓치고 있었던 부분들, 중요하게 여겨야 하는 것들을 되새김하는 시간이었고, 통찰이 일어나는 원리, 절실한 주제의 의미와 필요성, 느낌으로 본다는 것에 대한 의미, 카드의 의미 등 여러 가지 내용들을 읽으면서 통찰력게임에 대한 마음의 원리에 대해서 이해할 수 있는 시간이 되어 좋았습니다.

3. (선택) 읽기 모임은 끝났지만, 앞으로 100일 동안 품어볼 나의 절실한 주제 문장은 무엇인가요?

: 지금 이 순간 나의 생명력을 어디에 쓰고 있는가에 따라서 존재의 삶이 형성된다.

(홍성향 코치님 아끼는 말씀 못 드렸는데 그동안 모임 진행해주셔서 정말 감사했습니다. 덕분에 여러 딜러 분들도 만나고 한번도 만나뵌 적은 없지만 함께 나눌 수 있어서 정말 좋았고 언젠간 어디에선가 모든 분들 만나뵐 수 있었으면 해요^^)

### 모임 참가자의 후기: 이○민 안내자

1. 소식지 읽기를 통해 내게 남은 가장 큰 통찰은 무엇인가요?

: 소식지 38호의 내용에서 표현하지 않으면 다른 일상적인 인상들과 섞여 사라지고 만다라는 부분이 소식지 읽기 모임을 통해 느껴지는 가장 큰 통찰입니다.

소식지 읽기 모임을 통해 의도를 가지고 상황을 만나서 관찰할 수 있는 기회로서 매주 진행되었던 ‘읽기 모임’이라고 하는 상황에서 받은 자극으로 순간순간 마음에 떠오르는 것을 지각하고 그것을 인상으로 남겨 표현하는 것. 이는 의도되었던 의도되지 않았던, 이러한 모임을 통해 표현되어짐으로서 쉽게 사라지고 말 수도 있었던 통찰력 게임에 대한 관심을 지속시키며 더 깊이 있게 생각 해 볼 수 있었던 시간이 되었습니다.

2. 소식지 읽기 모임에 참여한 전반적인 소감을 한 개인으로서, 또한 게임 안내자로서 나눠주세요.

: 집단지성의 힘. 같은 글을 통해서라도 나만의 의식뿐만 아니라 함께 참여하는 분들과 역동을 함께 나눌 수 있는 시간이 참으로 귀했습니다. 같은 단어라도 그것이 누구의 눈과 마음을 통해 전해지는가에 따라 참으로 다양한 스펙트럼으로 빛이 날 수 있다는 것을 경험할 수 있어서 감사했습니다.

3. (선택) 읽기 모임은 끝났지만, 앞으로 100일 동안 품어볼 나의 절실한 주제 문장은 무엇인가요?

나에게 있어서 절실함은 무엇에 연결되어 있는가? (절실함이 무엇인지를 찾는 것. 그것이 저의 절실한 주제입니다.)

### 모임 참가자의 후기: 차○진 안내자

1. 소식지 읽기를 통해 내게 남은 가장 큰 통찰은 무엇인가요?

: 작고 사소해도 행동하는 것. 조금씩 수정해나가면 된다는 깨달음을 얻었다.

2. 소식지 읽기 모임에 참여한 전반적인 소감을 한 개인으로서, 또한 게임 안내자로서 나눠주세요.

: 개인으로서는 지난 6월부터 “나는 작은 활동을 한다.”를 품고 있다. 통찰력게임 소식지 읽기 모임으로, 나는 작고 사소하더라도 행동하고 있음을 알아챘다. 첫 나눔 때 가장 기억 남는게 제1호의 ‘작고 사소’였다. 어제의 마지막 나눔은 제39호의 ‘작은 것이라도 행동, 느껴지는 대로 행동, 조금씩 수정’이 눈에 들어왔다. 무언가를 시작할 때 나는 완벽하게 해내려고 하는 편이다. 이번 통찰력게임 소식지 읽기 모임을 하는 동안, 나는 작은 것이라도 행동으로 옮기고 조금씩 수정하면서 내 방법과 방향을 찾게 되었다. 완벽한 것도 좋지만, 조금씩 수정하는 재미도 맛보는 중이다. 아, ‘빈 마음’으로 잡드는 생활도 유지하고 있다.

안내자로서는 “절실한 주제”의 중요성을 깨닫는 시간이었다. 그 절실한 주제는 자발적 참가일 때 빛을 보는 것 같다. 앞으로 내가 안내자로서 참가자들의 “절실한 주제”를 얼마나 떠올리게 할 수 있을까하는 걱정이 들지만, 참가자가 스스로 해낼 수 있다는 믿음도 생겼다. 지금 나는 ‘탁한 거울’일지도 모른다. 통찰력게임을 거듭할수록 나는 ‘투명한 거울, 맑은 거울’이 될 거란 희망도 품어본다.

3. (선택) 읽기 모임은 끝났지만, 앞으로 100일 동안 품어볼 나의 절실한 주제 문장은 무엇인가요?

: “나는 ‘여전히’ 작은 활동을 한다.”

(모두 수고 많으셨습니다. 모임 만들고 이끌어준 홍성향 코치께 고맙습니다!)

## ● 전남 순천에서 차화진 딜러의 안내로 시범게임이 진행되었습니다



8월 26일 전남 순천 (차화진 딜러 제공)

### 오월 님

지난 항상 정돈되어 있지 않던 머릿속이 깔끔하게 정리된 느낌이다. 내가 원하는 목표로 달려가기 위한 구체적 계획들을 수립하는 과정에서 '통찰력 게임'은 나에게 큰 도움이 되었다. 모든 답은 나 자신에게 있다는 말을 내 입으로 내 목소리로 밖으로 내뱉으니 저 안에서 무언가가 쑥 하고 나오는 느낌. 시간이 흑하고 흘러가는 게임의 끝을 보고나면

마음이 뭔가 후련해진다. "지금 이 순간"에 집중하자!

3시간 진행되는 데에 있어서 부담은 "전혀" 가지지 않아도 된다. 나 자신에 집중하다보면 놀라울 정도로 시간 순삭 되어있을테니! 안내자님이 중간중간 해주시는 나의 현재 상황을 정리해주시는 멘트가 큰 위로가 된다. 나혼자 꿈꿔 앓던 걱정들의 원인과 해결에 큰 도움을 주신다. 모든 답은 나에게 있다고 하지만 안내자님이 주시는 조언도 게임의 과정에 큰 역할을 하는 것 같다.

## ● 대구 이세민 딜러의 안내로 시범게임이 진행되었습니다



8월 14일 부산 연화리 (이세민 딜러 제공)

### 혜○미 님

#재미있었고 신기했던 게임

#생각을 다르게

#진짜 나를 볼 수 있었던 시간

솔직하게 이야기할 수 있었고, 마음이 따뜻해졌고 힘이 생겼고 나를 사랑하게 될 수 있었던 시간

### 최○연 님

나에 대해, 그리고 서로에 대해 더 깊이 알고 끈끈해질 수 있었던 시간이었어요

그리고 그 시간이 너무나 행복했어요

나의 느낌에 집중하고,

한번도 생각해보지 않은 방법으로 생각해본다는 것!

이 시간을 선물해주셔서 고맙습니다.



## 통찰력게임, 그 철학과 구성요소 (19부)

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 길어올리는 도구가 될 수 있는지, 그 배경이 되는 철학과 통찰을 일으키는 원리를 하나하나를 살펴보고 있습니다. 통찰력 딜러와 마스터들, 그리고 통찰력게임에 관심을 가지고 해보려는 분들에게 도움이 되기를 바랍니다.

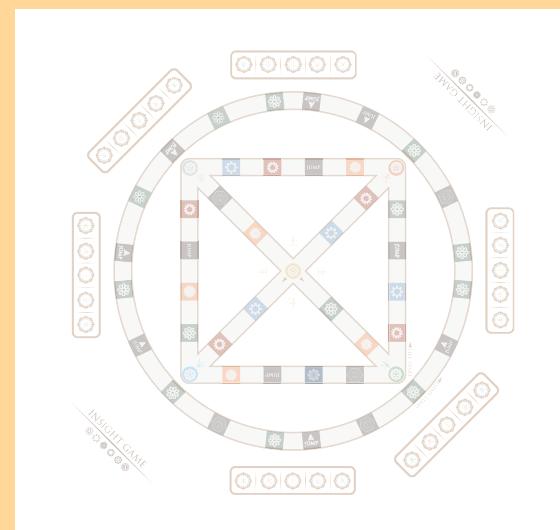
먼저 이 게임은 초기 개발에 참여해주신 미내사 운영위원들이 커다란 힘이 되어주셨다는 것을 알려드립니다. 그분들이 없었다면 이 게임은 출현되지 못했을 것입니다. 이 자리를 빌어 천강, 화동, 구당, 초현, 우심, 칼라, 우현, 허유, 이길로 님 외 여러분께 깊이 감사드립니다.

### 통찰은 상반되는 것들 간의 통합에서 온다

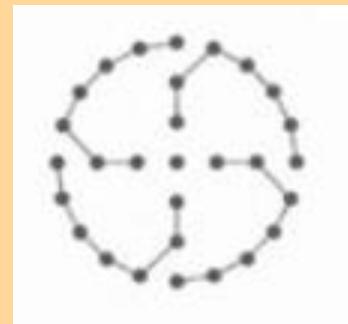
지난 6월부터 홍성향 InsightMaster(통찰력게임 마스터)가 주축이 되어 여러분들과 원격으로 진행해온 ‘통찰력 소식지 읽기 모임’에 지난 8월말 초대받아 참여해봤습니다. 깊은 관심으로 함께하는 모임이어서 좋았습니다. 게임을 통해 사람을 도우려는 열정을 보았고 참가한 모든 분들에게 감사한 마음이 들었습니다.

그런데 거기서 “게임판이 왜 육판과 같은가?”, “시범게임은 3시간 정도라 주제를 충분히 해결하지 못하고 끝나는 경우도 있는데 이때는 어떻게 해야 하는가?”라는 질문이 나왔습니다. 그래서 이 두가지 질문에 대해 이번 호에 좀 더 상세히 설명하려고 합니다.

먼저 게임판에 대한 것입니다. 기본 개념은 23호에서 소개했으니 육판에 대한 것만 더 추가하려 합니다. 우리 전통적인 육판은 보통 중앙의 북극성을 중심으로 북두칠성이 그 주변을 도는 것에서 본따왔다고 합니다. 즉 중앙에 움직이지 않는 북극성이 있고, 그 주변에 춘하추동의 네계절을 뜻하는 4방위에, 북두칠성이 끊임없이 움직이



는 것입니다. 중앙의 북극성은 음양이 잘 조화를 이룬 태극과 같아서 움직이지 않고, 주변의 북두칠성은 음이나 양에 치우친 분노, 기쁨, 슬픔, 두려움으로, ‘나’라는 기준에 따라 상황과 만나면서 끊임없이 희로애락을 일으키며 움직입니다. 게임판의 구조는 바로 이것을 상징합니다. 즉, 여기에는 움직임과 움직이지 않음이라는 상반되는 현상이 관계맺고 있습니다. 바로 이 부분에 큰 의미가 있습니다. 왜냐하면 통찰은 상반되는 것들 간의 통합에서 이루어지기 때문입니다. 우리가 의식적으로 통찰을 일으키기 어려운 이유는 의식이 상반되는 것들을 결코 만날 수 없는 것으로 정의 내려놓고 더 이상 돌아보려고 하지 않기 때문입니다.



우리의 의식적 마음속에서는 좋은 것을 싫은 것과 엄밀하게 구분합니다. 좋은 것은 좋은 것이고, 싫은 것은 싫은 것이며, 이것은 이것이고 저것은 저것입니다. 이렇게 엄밀히 구분해 놓은 것들을 기반으로 ‘의식’은 작용합니다. 만약 이것이 저것이 되고, 저것이 이것이 된다면 의식은 혼돈을 일으키며 더 이상 분별을 명확히 해낼 수 없을 것입니다. 의식은 이렇게 분별에 좋은 도구입니다. 그렇게 때문에 기준이 명확합니다. 달리 말하면 반대로 하나의 틀에 구속되어 있기도 합니다. 그래서 아닌 것은 아니며, 맞는 것은 맞고 틀리는 것은 틀립니다. 따라서 의식 속에서는 이것과 저것이 통합되어 하나가 될 가능성이 희박합니다. 그것은 의식의 불가피한 특성입니다. 분별되어 구별되는 것들이 다시 분별할 수 없는 상태로 바뀐다면 의식은 그것을 용납할 수 없을 것입니다.

그러나 무의식은 느낌으로 되어 있습니다. 거기에는 분별이 없거나 가변적입니다. 그저 오늘 이 느낌이었다가 내일 저 느낌으로 바뀔 수 있습니다. 그래서 또한 이 둘이 통합될 가능성이 있습니다. 서로 반대되는 것들이 더 이상 반대되지 않을 수 있는 것입니다.

연필은 쓰는 것이고, 지우개는 지우는 것으로 서로 상반됩니다. 하나는 창조하고 다른 하나는 파괴하는 것과 같습니다. 이 둘은 결코 서로를 수용할 수 없는 관계이며 절대적이어서 통합될 수 없을 것 같습니다. 이것이 바로 의식의 분별分別세계입니다. 따라서 이 분별의 세계에서 연필은 결코 지우개가 될 수 없습니다. 그러나 느낌의 세계에서는 다릅니다. 느낌에는 지우개도 연필도 없습니다. 그저 무언가 생겨나는 현상과 사라지는 현상이 있을 뿐입니다. 그리고 그 두가지 현상은 서로 대립되지 않고 생멸이라는 하나의 현상으로 통합됩니다. 왜냐하면 연필이 없으면 지우개는 의미가 없으며, 지우개가 없으면 연필도 크게 쓸모가 없어질 것이기 때문입니다. 이 둘은 서로에게 없어서는 안될 필수불가결의 관계를 맺고 있습니다. 바로 이 통찰에 이르면 연필과 지우개는 상호보완적인 둘이며, 따라서 크고 깊은 관점에서는 ‘하나’라고 할 수 있는 것입니다. 이때 드디어 ‘새로운 삶’으로의 도약이 일어납니다.

움직이는 것과 움직이지 않는 것, 희로애락의 다채로운 변화를 통해 우리는 위기危機를 만나기도 하고, 거기서 통찰을 얻기도 하며, 사람들과 어울리기도 하고, 생명의 힘을 자각하게 됩니다. 이것이 통찰력게임 보드가 육판과 같은 모양을 지니게 된 경위입니다. 그러니 게임을 하며 그 내밀內密한 의미를 깊이 맛보십시오.

두 번째로, 시범게임은 3시간에 한정되는데 게임 주제에 따라 짧은 시간 동안 해결이 되지 않고 끝나는 경우에는 어떻게 하는가?

사실 게임에서 생명력이나 어울리기, 위기, 깨어있기 카드들이 하는 역할은 일종의 ‘자극’입니다. 게임판을 움직이며 도달하는 각각의 지점들에서 카드가 뽑히면 그 카드에 들어있는 ‘생각지도 못한’ 단어나 문장들을 들으며 ‘나의 주제’가 자극을 받고 무의식에서 그 자극에 대한 답변을 받게 되는 것입니다. 이러한 답변들이 모이고 쌓여 하나의 커다란 그림이 그려지면 마침내 ‘의식’이 알지 못하던 새로운 ‘통찰’로 이어지게 되는 것입니다.

그 과정에서 가장 중요한 점은 ‘주제를 잊지 않는 것’입니다. 그렇게 되면 이 주제가 무의식에 안착하고 마음의 저변에 안착된 주제는 내가 어떤 상황을 만나고 다른 이의 어떤 생각을 만나든 모든 것이 ‘내 주제를 이루어줄’ 하나의 ‘소재’로 쓰이게 됩니다. 그래서 우리는 안내자 교육에서 주제를 원순 바닥이라고 한다면, 카드에 쓰인 문구나 게임판에서 만나는 상황에 대한 인식이 오른손 바닥이 되고, 이 둘이 만나 ‘소리’를 내게 되는데 바로 이 소리가 무의식이 주는 ‘신호’라고 말해왔습니다. 주제는 ‘내가 가야 할 방향’입니다. 그리고 상황에 대한 인식이나 외부 자극은 이 주제와 만날 때 우리 마음은 어떤 반응을 일으킵니다. 이 반응이 바로 무의식이 주는 ‘신호’인 것입니다. 그 신호를 불잡고 깊이 들어가 의식화하면 거기서 주제를 해결할 어떤 힌트가 주어질 것입니다.

그러므로 이 주제만 잊지 않는다면 게임이 끝나고도 얼마든지 통찰을 일으킬 자극을 만날 수 있는 것입니다. 예를 들어 주제가 늘 마음에 품어진 사람은 책의 한 구절을 읽다가도 그 구절이 주제와 연관된 그의 무의식을 자극합니다. 또 어떤 사람을 만나 그가 하는 한마디 말, 그가 하는 한가지 행동도 나의 주제와 연관된 무의식을 자극할 수 있습니다. 또 지나가는 버스 소리나 공중을 나는 새 소리도 주제와 연관된 마음을 자극할 수 있습니다. 이 모든 자극의 순간에 깨어서 그 자극을 주제와 연관을 시킨다면 조만간 ‘의식’은 생각지도 못할 깊은 통찰을 만나게 될 것입니다. 그러므로 시범게임이 끝나고 주제가 해결되지 않은 참가자에게 “앞으로 100일간 이 주제를 마음에 품고 살면서 모든 일상의 자극에 열려있으라”고 하십시오. 그러면 게임에서와 같은 통찰을 얻을 수 있을 것이라고 말입니다.

여러분 모두 통찰력게임을 즐기기를 기대합니다. 고맙습니다. (다음 호에 계속)