

지난 10월에 있었던 캐시 타일러의 자기변형게임 워크숍이 12월 8일부터 다시 진행됩니다. 예상외의 효과를 얻은 참가자들의 추천이 있어 2차 워크숍을 실시하게 되었습니다. 드문 기회이니 많은 참여 바랍니다.  
(편집자 주)

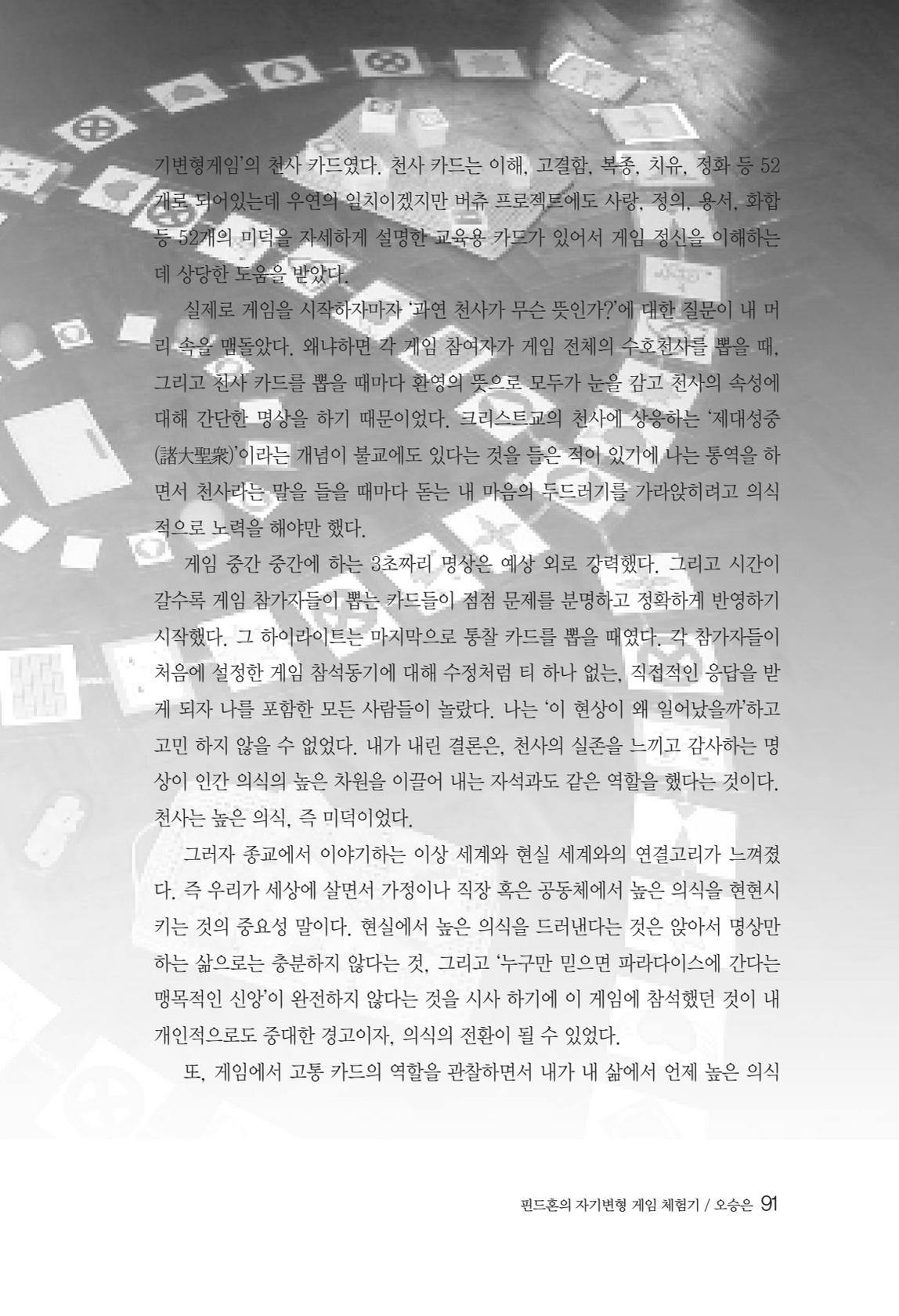
# 이원성의 환상세계가 통합되는 우주적 드라마

오승은 (버추 프로젝트 강사, 자기변형게임 통역)



지난 10월 초 국내에서는 최초로 핀드혼 공동체의 조이 드레이크와 캐시 타일러에 의해서 개발된 보드게임인 ‘자기변형게임’ 워크숍이 있었다. 특히 캐시 타일러의 방한으로 이루어진 이번 워크숍은 국내 최초라는 타이틀 못지않게 참석하신 사람들의 전력이 예상외로 높았다. 모든 일은 무한한 관계의 망 속에 존재한다는 힌두, 불교적 사고에 비추어 보더라도 세상에 중요하지 않은 관계는 아무것도 없다고나 할까...

나는 현재 인성교육프로그램인 버추(미덕) 프로젝트의 트레이너로 일을 하고 있다. 자기변형게임 워크숍의 통역을 맡으면서 제일 먼저 내 눈에 들어온 것은 자



기변형게임'의 천사 카드였다. 천사 카드는 이해, 고결함, 복종, 치유, 정화 등 52개로 되어있는데 우연의 일치이겠지만 베퉀 프로젝트에도 사랑, 정의, 용서, 화합 등 52개의 미덕을 자세하게 설명한 교육용 카드가 있어서 게임 정신을 이해하는데 상당한 도움을 받았다.

실제로 게임을 시작하자마자 '과연 천사가 무슨 뜻인가?'에 대한 질문이 내 머리 속을 맴돌았다. 왜냐하면 각 게임 참여자가 게임 전체의 수호천사를 뽑을 때, 그리고 천사 카드를 뽑을 때마다 환영의 뜻으로 모두가 눈을 감고 천사의 속성에 대해 간단한 명상을 하기 때문이었다. 크리스티교의 천사에 상응하는 '제대성중(諸大聖衆)'이라는 개념이 불교에도 있다는 것을 들은 적이 있기에 나는 통역을 하면서 천사라는 말을 들을 때마다 듣는 내 마음의 두드러기를 가라앉히려고 의식적으로 노력을 해야만 했다.

게임 중간 중간에 하는 3초짜리 명상은 예상 외로 강력했다. 그리고 시간이 갈수록 게임 참가자들이 뽑는 카드들이 점점 문제를 분명하고 정확하게 반영하기 시작했다. 그 하이라이트는 마지막으로 통찰 카드를 뽑을 때였다. 각 참가자들이 처음에 설정한 게임 참석동기에 대해 수정처럼 티 하나 없는, 직접적인 응답을 받게 되자 나를 포함한 모든 사람들이 놀랐다. 나는 '이 현상이 왜 일어났을까'하고 고민 하지 않을 수 없었다. 내가 내린 결론은, 천사의 실존을 느끼고 감사하는 명상이 인간 의식의 높은 차원을 이끌어 내는 자석과도 같은 역할을 했다는 것이다. 천사는 높은 의식, 즉 미덕이었다.

그러자 종교에서 이야기하는 이상 세계와 현실 세계와의 연결고리가 느껴졌다. 즉 우리가 세상에 살면서 가정이나 직장 혹은 공동체에서 높은 의식을 현현시키는 것의 중요성 말이다. 현실에서 높은 의식을 드러낸다는 것은 앉아서 명상만 하는 삶으로는 충분하지 않다는 것, 그리고 '누구만 믿으면 파라다이스에 간다는 맹목적인 신앙'이 완전하지 않다는 것을 시사하기에 이 게임에 참석했던 것이 내 개인적으로도 중대한 경고이자, 의식의 전환이 될 수 있었다.

또, 게임에서 고통 카드의 역할을 관찰하면서 내가 내 삶에서 언제 높은 의식

이 드러나도록 허용하는 지도 생각해 보게 되었다. 게임 참가자들이 주사위를 던져서 나온 수에 따라 게임판을 전진하는데, 운이 없으면 고통카드 4개로 상징되는 우울증에 걸리게 된다. 그러면 지금까지 얻었던 의식 카드들이 모두 뒤집혀 그 내용을 알 수 없게 되고 다음 차례가 올 때까지 아무 일도 못하는 상태가 된다. 의식 카드는 게임을 하면서 얻는 재산과 같은 것이어서 의식 카드를 뒤집으면 눈앞이 안보이고 가슴이 답답해지는 것 같은 현상이 일어났다. 물론 참가자들이 이것은 게임이라는 것을 분명히 알지만 말이다. 이는 인간이 살면서 겪는 여러 가지 예측불허의 불행한 사건, 사고와 우울한 마음과의 관계를 보여 준다. 자기변형게임에서는 의식 카드를 모아 다시 전진하게 되는 과정을 통해, 우울증에서 벗어난다는 것이 새로운 통찰, 의식을 얻는 것임을 보여준다. 나는 우울한 마음을 극복하기 위해 명상하는 것도 중요하지만 관계와 일 혹은 책을 통해 새로운 통찰의식을 얻어야 한다는 분명한 교훈을 얻었다. 왜냐하면 문제가 심각할수록 자기 세계에 갇히기 쉽기 때문이다. 나도 오랫동안 심리학 공부를 했지만 이처럼 분명하게 내 뇌리에 심인성 우울증의 치료법이 새겨진 것은 처음이었다. 높은 의식(천사의 속성, 미덕)을 개발하는 것은 결국 우리가 누구인지, 진정으로 어떤 존재인지 아는데 도움을 주기에 그를 통해 결국 개인이 가진 문제를 풀 수 있다는 것이다.

그러자 고통의 의미가 나에게 다른 각도로 다가왔다. 자기변형게임에서는 눈물이 그려진 고통 카드를 4개 얻게 되면 우울증에 걸리는데, 그 과정은 고통 카드 숫자가 점진적으로 늘어나서 된 것일 수도 있고 아니면 마른 하늘에 친 날벼락 처럼 하루 아침에 운 없이 우울증에 걸리게 된 것일 수도 있다. 두 경우 모두, 고통의 역할은 과거를 반성하고 철학적, 종교적인 고민을 하게 하여 새로운 의식이 들어올 공간을 준비해주는 것이다. 여기에는 인간은 영적인 존재라는 것, 그리고 자기변형게임의 틀에도 상징된 것처럼 물질계, 감정계, 정신계, 영계의 순으로 발전해 나아간다는 대전제가 깔려 있다. 따라서 어떻게 보면 고통과 우울은 기존의 의식 세계에서 한 단계 업그레이드 되게 만드는 프로그램이라고나 할까...

아무튼 자기변형게임에서는 천상의 세계에서 물질계에 태어나 충분한 의식

카드를 얻으면 물질계에서 죽고 다시 감정계에 태어나게 되고, 그 세계에서 통용되는 의식 카드를 충분히 얻으면 죽고 다시 정신계, 영계에 차례로 태어나는 과정을 통해 자연스럽게 인간이 영원히 발전하는 영적인 존재라는 믿음을 게임 참가자들에게 전달한다. 아울러 삶에서 천사(높은 의식)와 의식, 통찰의 중요성을 보여준다.

이번 자기변형게임 워크숍에 참석한 경험이 나의 잠자던 의식을 흔들어 깨우는 강력한 경험이었음을 고백하고 싶다. 내 삶에서 풀지 않고 내버려둔 숙제에 대한 자각을 분명히 했고, 의식을 높이고 그 의식을 실천하는 삶의 중요성에 대해서도 크게 깨달았다. 또 다른 참가자들의 인생과 내 인생의 이해가 따로 또 같이 발전되어 가는 놀이 속에서 나는 경이로움을 보았다.

힌두교에서는 삶을 '브라만의 놀이'라고 한다. 자기변형게임에서도 삶이 '공부 놀이'임을, 인생 전체가 배움의 장이자 깨달음의 공간임을 자연스럽게 보여준다. 거기에는 삶과 죽음, 선과 악, 빛과 어둠, 미와 추라는 이원성의 환상세계가 통합되는 우주의 거대한 드라마가 펼쳐진다. 우리는 모두 주연 배우이자 감독인 것이다. (끝). 

- 이 글은 미내사의 허락없이 무단 전재나 배포를 할 수 없습니다.