

## 섬세한 배경의식

| 이원규 미네사 클럽 대표 |

자기변형 게임을 하는 동안 알게된 것은 아무리 어린나이의 아이라도 그 안에는 자신의 내면을 속속들이 보고 경험하는 깊은 의식이 있으며, 그 배경의식의 촘촘한 그물망을 통해 내면에서 일어나는 모든 것을 지켜보고 있다는 것이었습니다. 평상시에는 그저 어린아이라고 생각되지만 그에게 적절한 질문을 던지면 아주 많은 것들이 깊이있는 울림을 가지고 드러나게 됩니다. 이 글을 통해 여러분의 자녀들 또한 일반적인 생각과는 달리 모든 것을 알고 있다는 것을 새삼 느낄 수 있으며, 그들을 성인으로 대하면 스스로 책임감 있는 삶을 살아갈 기회를 주는 것임도 알게 될 것입니다(편집자 주).

지난 설 친지들이 모인 자리에 함께 했던 아이들과 자기변형게임을 해보았습니다. 늘 긍정적이고 밝은 웃음의 초등학교 6학년인 I(남자)와 대학교 2학년인 R(여자)이 먼저 게임에 참여하였습니다.

변형게임은 게임 초점을 정하는 것에서부터 시작합니다. 이제 중학교에 들어가는 I는 '특목고에 가는 것'을 목표로 정하였고, R은 '공무원 시험에 합격하고 싶다'를 게임 초점으로 삼겠다고 했습니다. 그러나 이 목표들이 부모님이나 주위 사람들에 의해 주입된 신념이

아닐까 하는 우려가 있어, 좀 더 심층에서 원하는 것이 무엇인지 찾아보고자 몇가지 질문을 던졌습니다.

우선 R에게 물었습니다. “공무원 시험에 합격하고 싶은 이유가 뭐지?”

“돈을 안정적으로 벌기 위해서”라는 대답이 나왔습니다. 결국 안정적인 직업과 생활을 위한 수입을 위해서구나 하는 생각이 들어 다시 물었습니다.

“그렇게 돈을 벌어서는 무엇에 쓰려고 하니?”

“안정된 생활을 하며 즐겁게 살아야죠.”

이번에는 R의 대답을 좀 더 확인하기 위해 잠시 시간적 틈을 준 후에 물어보았습니다.

“누군가 지금 내가 해야 할 공부를 다 해준다면, 다시 말해 내가 해야 할 일을 모두 해주는 사람이 있다면 너는 무엇을 하고 싶니?”

“여행을 가고 싶어요.”

“어떤 곳으로 여행을 가고 싶은데?”

“역사적 의미가 있는 유적지에.”

“그곳에 가고 싶은 이유는?”

“역사서적에서 배운 사실들을 좀 더 경험적으로 느끼기 위해서요.”

“역사에 관심이 많구나. 그렇게 경험적으로 느끼는 것이 너에게 어떤 의미를 갖지?”

“역사는 항상 반복된다는 것을 알기 때문에 생생하게 느낀 과거의 역사적 사실들은 내가 앞으로 삶을 살아가는 데 커다란 지표가 되고 도움이 될 것이기에 중요하다고 생각되요.” R은 어릴 때부터 역사에 관심이 많아 큰 흥미를 느끼고 있었으며, 따라서 당연히 사적지에 다니는 것이 그의 큰 즐거움이었습니다.

“그러면 공무원 시험에 합격하는 것과 지금 말한 내가 원하는 것은 어떤 연관성을 가지고 있지?”

“공무원 시험에 합격해서 생활이 안정되면 가고 싶은 유적지에 여행을 갈 수 있잖아요.”

“그렇구나.”

이로써 R의 게임초점은 나름의 큰 중요성을 가졌다고 판단되어 그대로 하기로 했습니다. 공무원 시험은 자신이 진정으로 하고 싶은 일을 위한 준비과정이기 때문입니다.

이번에는 I에게 물어보았습니다. “너는 제일 하고 싶은 일이 뭐지?”

“우주과학자가 되는 거예요.”

“언제부터 그런 생각을 하게 되었지?”

“어릴 때부터인데, 과학이 재미있었고, 특히 별들을 좋아했어요.”

I는 별자리 이름을 거의 다 외우고 있으며, 우주과학을 좋아했습니다.

“그러면 특목고에 가는 것과 그것은 어떤 관계가 있을까?”

“우주과학을 공부하려면 좋은 대학에 가서 훌륭한 교수님들에게 공부를 배워야 하잖아요? 그러려면 좋은 고등학교에 가야겠지요.”

“아, 그렇구나.”

이로써 I가 정한 게임 점도 단순히 주변의 압력에 의해 정해진 목표가 아니라 자신이 진정 좋아하는 것을 하기 위해 정한 중단기의 목표임이 드러났으므로 그것을 게임초점으로 삼고 게임을 시작하기로 했습니다. 중간중간 12세 아이에게는 이해하기 힘든 단어들 나오면 그것을 설명해주며 진행해 나갔습니다. 예를 들면 ‘무의식 봉투’의 무의식을 설명할 때는 “네가 보고 느끼며 알게 되는 것과 속으로 생각하는 것들은 의식적이라 하지. 그와는 달리 생각하지 못하고 있는 것이나 또는 네가 안다고 생각은 안 되지만 가끔 너도 모르게 말하게 되는 것들, 또 그것이 네 안에 들어가 보이지 않게 쌓이는 것들을 무의식이라고 해. 예를 들면 바다를 생각해봐라. 네가 가본 남해에 보면 섬들이 있지?”

“네.”

“그 섬들이 물 밖에서는 떨어져 있잖아. 그리고 네 눈으로 볼 수 있지. 이렇게 물 밖에 있어서 눈으로 볼 수 있는 것과 같이, 네 마음 속에도 네가 볼 수 있는 생각이 있고, 볼 수 없는 생각이 있는데, 그렇게 볼 수 있는 생각을 의식적이라고

하는 거야.”

“네~”

“그런데 물 속은 어때?”

“보이지 않아요.”

“그렇지만 섬을 따라 물 속으로 들어가면 어떨니?”

“더 큰 땅이 있고, 계속 내려가면 다른 섬들과도 연결되어 있지요.”

“그렇지! 바로 그렇게 물 속에 있어서 우리 눈으로 볼 수 없는 섬 아래 땅들처럼, 네 안에도 네가 ‘알지 못하는’ 생각들이 있어. 그것을 무의식이라고 하는 거야.”

“아, 그렇군요. 저도 그럴 때가 있어요. 알지 못하는 생각들이 떠오를 때요.”

“그렇구나.”

이런 식으로 어려운 단어들은 가능한 이해할 수 있게 설명을 하면서 게임을 이어갔습니다.

상세한 게임진행 상황은 생략하기로 하고(3월에 시범게임이 진행되므로 참여해보시면 아실 수 있을 것입니다), 게임도중 I에게서 발견한 놀라운 깊이에 대해 이야기할까 합니다. 물론 R에게서도 심도있는 이야기들이 많이 나왔지만 그는 대학2년생이었으므로 크게 놀라지 않았는데, I에게서 나온 이야기들은 나이에 비해 조금 의외의 깊은 내용들이었습니다.

게임에는 ‘의식칩’이나 카드를 뽑은 후 거기에 쓰인 단어가 자신의 게임 초점과 연관되어 어떤 의미를 지니는지, 또는 어떤 느낌을 주는지 묻는 과정이 있습니다. 그 과정에서 I가 ‘집중’에 연관된 칩과 카드들을 뽑았고 우리는 모두 잠시 눈을 감은 후 그 단어가 자신에게 느껴지는 느낌이나 떠오르는 생각들을 발표하도록 했습니다. I는 자신이 공부를 잘하고 싶는데 집중이 잘 안된다고 말했습니다.

“왜 집중이 안되지?”

“자꾸 혼잣말을 하게 되고 안절부절 못해서 그런 것 같아요.”

“혼잣말은 어떤 때 하게 되는데?”

“머리 속에서 많은 생각들이 일어나는데 말할 친구가 없으니까, 자꾸 혼자서 말하게 돼요.”

“아, 그렇구나. 그럼 언제부터 그랬는지 생각나니? 맨 처음 그렇게 된 것이 언제부터일까?”

“음, 초등학교 4학년 때부터인 것 같아요.”

“무슨 일이 있었는데?”

“그때 친구들이 무슨 일로 저를 비판했는데, 제가 그 말에 상처를 받았어요. 그 친구들이 비판을 많이 하니까 상처받는 것이 두려워서 친구들과 말도 잘 안하게 되고, 어울리지 않게 되었어요. 점점 혼자 있는 시간이 많아지고, 그러다 보니까 생각들이 많이 떠올라요. 그것에 대해 함께 말할 친구들이 없어서 저도 모르게 아무도 없는데 혼잣말을 하게 된 것 같아요.”

“아, 그렇구나. 그것이 집중을 못 하는 것과 무슨 관계가 있니?”

“생각이 많이 떠오르는데 말할 사람이 없으니까 집안 여기저기를 움직여다니며 혼잣말을 하게 되고 산만하게 되는 거지요.”

“그렇구나. 친구들이 비판을 많이 한다고 했는데, 너는 친구들을 비판하지 않니?”

“저는 거의 하지 않아요.”

“거의 하지 않는다면 가끔은 하는 모양이구나.”

“네, 가끔 하지요. 그런데 저는 그냥 제 의견을 말하는 것인데 친구들은 그것을 비판이라고 생각하더라고요.”

“그렇구나. 그러면 네가 받은 비판에 대해서 그것을 거꾸로 생각해보면 어떨까?”

“아! 그러면 친구들도 그냥 자기 의견을 말하는 것인데 제가 그것을 비판으로 받아들일 수도 있겠네요?”

“그렇겠지. 그렇다면 네 친구들이 하는 말에 상처를 받지 않아도 되겠구나?”

“그럴 수 있을 것 같아요. 그 애들도 그냥 의견을 말하는 것뿐이니까요.”

이러한 마음의 상처는 성인(成人)들에게서도 흔히 일어날 수 있는 일이며, 많은 이들이 위와 같은 통찰을 하지 못해 그것을 넘어가지 못하기도 합니다. 그것에 대해 I는 아주 정확히 핵심을 찾아냈던 것입니다. 진행자는 그저 무슨 일이 있었는지 알고 싶은 마음에 질문만 했는데도 모든 문제와 해답을 I 스스로 해냈던 것입니다. 이것이 자기변형게임의 힘이 아닐까 생각합니다. 스스로를 모두 내어놓고, 자발적으로 문제의 답을 찾으며, 원하는 일을 이루는데 방해되는 점들을 발견하는 것이지요. 게임을 진행하다 보면 자연스럽게 참가자의 장애가 되는 내면의 문제들이 드러나게 됩니다. 그것은 아이, 어른 모두에게 가능합니다.

게임을 하면서, 아이를 아이로 대하면 그는 늘 아이로 남아있을 것이지만, 그를 책임감 있고, 섬세한 의식의 소유자로 생각하고 대하면 우리는 그에게서 놀라운 현자의 모습을 볼 수 있을 것이라는 생각을 했습니다.

일 년에도 수많은 사람들이 찾아오는 핀드혼 공동체에서 처음 오는 사람들이 자신을 열고 공동체 구성원들과 하나가 되도록 하기 위해 시작했다는 이 게임은 이제 의식을 확장시키고, 심리치료를 하며, 서로를 묶는 좋은 도구로 거듭났습니다. 여러분들 가족간의 대화를 위해서, 또는 봉착한 문제 해결이나, 원하는 목표를 달성할 구체적인 방안을 찾기 위해 이 게임을 많이 활용해주시기 바랍니다.

매달 두 번의 시범게임을 가질 예정이니 많은 참여 바랍니다(66쪽 참조). 

- 이 글은 미내사의 허락없이 무단 전재나 배포를 할 수 없습니다.