십육신성도(十六身聲道)와 스파이럴 다이나믹

| **딜란 뉴컴** | **박병오** '지금여기' 번역위원 옮김 |

지난호에 이어 육신성도와 스파이럴 다이나믹, 홀론 개념의 이해를 소개합니다. 5월 21~23일에는 워크숍도 진행되니 관심있는 분은 미리 신청바랍니다. 158쪽 참조(편집자 주).

십육신성도 수직형태(Vertical Form)의 배경

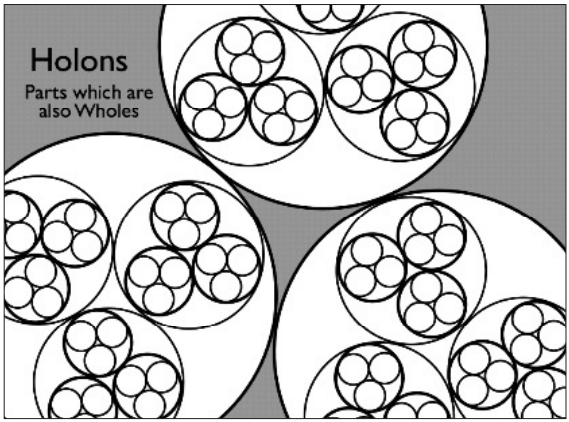
저는 돈 벡(Don Beck)과 크리스 코헨(Chris Cohen)의 "스파이럴 다이내믹스(Spiral Dynamics)"라는 책을 읽고 있었는데, 이것은 심리학자 클레어 그레이브스(Clair Graves)와 심리-사회적 발달과정에 대한 그의 연구 내용을 담고 있습니다. 그때 저는 이 책에서 말하는 음양운동의 차이에 대해 생각나는 것들을 책의 여백에 메모하고 있었죠. 예컨대 그들은 에고 중심적이고 힘이 주도하는 발달단계와 이것이 균형을 잃었을 때 나타나는 폭력적인 행동들에 대해 설명한 바 있습니다. 저는 이것이 날숨에 '아(a)'하는 소리와 동작, 또는 역경(易經)의 화(

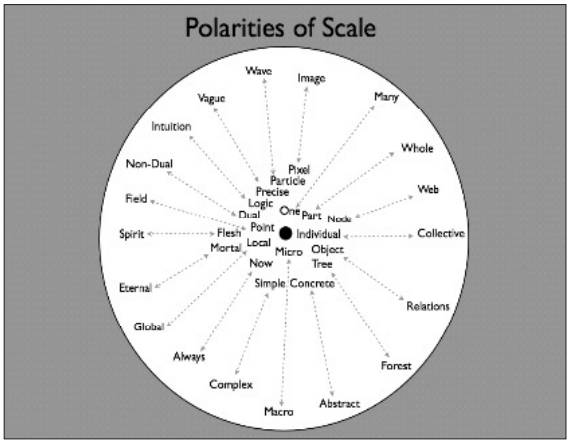
火)에 지와 대응된다는 것을 알고서 그것을 적어두었고 이런 식으로 계속 읽어나갔습니다. 저는 그저 제 눈에 드러나 보이는 이런 여러 대응관계들을 기록하고 있었던 거죠. 그 책 한권을 이렇게 읽고나서 저는 그 결과를 보고 깜짝 놀랐습니다. 역경에 대응시켜보면 실제로 이것이 일렬 이진수 코드(straight binary code)처럼 보였거든요. 그가 말하고 있는 생명조건들에 있어서 그것들은 서로 들어맞았습니다. 대처 메커니즘(coping mechanism)에 있어서도 그랬고요. 그 패턴들을 들여다볼수록 그것은 단순하고 명쾌해졌습니다. 뭔가 있을 법했죠.

그래서 저는 스파이럴 다이내믹스 연구진의 리더 몇 명에게 전화를 걸었습니다. "저 이 패턴 알아요. 만나서 이야기 좀 할까요?" 저희는 함께 토론했고 그들 또한 이것을 이해했습니다. 정부로부터 보조금을 받아 저희는 더 깊이 연구하게 되었습니다. 음양의 상호작용이 몸과 마음에 미치는 다이나믹이 서로 다른 가치, 신념, 감정패턴과 스파이럴 다이나믹 이론이 제시하는 서로 다른 발달단계의 사회적 다이내믹스에 어떻게 연관되는지에 대한 많은 주제들을 가지고 몇 달 동안 연구했고, 역경에 기록되어 있는 고대의 패턴들과 1950년부터 1990년까지 이루어진 클레어 그레이브스의 연구와도 연관 있음을 확인하게 되었습니다.

그러나 이것들이 매우 구체적으로 관련되어 있어 보이긴 했지만, 그 당시엔 여기에 어떤 체계(order)가 있는 건 아닐까하는 의문이 들었습니다. 그래서 저희가 할 수 있는 독특한 연구를 행했는데, 이것을 서로 다른 체계들을 가진 춤으로 표현할 수 있었습니다. 저희는 거의 2주일 동안 서로 다른 많은 체계들을 시도해본 결과, 이 체계를 찾아냈고 지난 모임에서 여러분이 느꼈던 것이 바로 그것입니다. 저희 모두는 '체계들 모두가 비슷한데! 정말 흥미롭군!'하고 말들을 했죠. 납득이 됩니

다. 이 체계는 마치 강력한 굉음과도 같았습니다. 모든 사람이 그와 같은 하나 의 경험을 했습니다. 그들은 '이거 좋은데! 확실하군.'이라고 말했죠. 강력한 무언가가 일어난 것입니다.





모든 부분들은 전체들이다 : 홀론에 대한 소개

십육신성도 이론을 더 잘 이해하는 한 가지 방법은 "홀론(holons)"의 개념을 검토하는 것입니다. "홀론"이라는 용어는 1960년대 후반 아더 케슬러(Arthur Koestler)가 만들었습니다. 조안나 메이시(Joanna Macy)는 이렇게 말합니다. "모든 살아있는 시스템(세포나 인체와 같은 유기체가 될 수도 있고 사회 또는 생태계 같은 초유기체가 될 수도 있다)은 홀론입니다. 이것은 그것들이 이중적인 성격을 가진다는 것을 의미합니다. 즉 시스템과 하위시스템들 모두가 그 자신이 전체이면서 동시에 더 큰 전체를 이루는 부분입니다." (http://www.joannamacy.net/livingsystems/163-theholonicshiftandhowtotakepartinit.html)

모든 전체는 부분으로 이루어지고(그것들이 먼지이든 시스템이든 유기체이든), 모든 부분은 또 다른 전체로 이루어지므로 전체와 부분사이에는 장력이 생깁니다. 크리스 로프팅(Chris Lofting)이 말하듯이 동전을 하나 가지고 있다면 여러분은 동전의 앞면과 뒷면(두 개의 서로 다른 부분)을 가지고 있는 것입니다. 하지만 여러분은 전체(홀론)로서의 동전 그 자체도 가지고 있습니다. 그 동전이 5센트입니까, 25센트입니까? 그 동전이 앞면과 뒷면 두 면의 전체가 되겠지만 그것 역시 더 큰 전체의 부분입니다. 5센트짜리 동전이라고 할 때, 여러분 집의 동전을 담아두는 그릇 속에 있는 모든 동전들이나 주(州), 나라, 전 세계에 있는 모든 5센트들이 그러한 전체가 될 수 있습니다. 따라서 우리가 무엇이든지 어떤 '것'을 가졌다고 한다면 그것은 제가 될 수도 있고, 여러분이 될 수도 있고, 여러분이 이 글을 읽고 있는 스크린이 될 수도 있으며 어떤 분자가 될 수도 있습니다. 우리는 홀론의 수준에서 모든 '것'은 더 큰 것의 부분이라는 것을 이해합니다. 우리 모두가

이 방의 부분 또는 여러분이 사는 나라의 부분인 것처럼 말이죠.

찰스와 레이 이임스(Charles and Ray Eames)부부는 이 홀론의 개념과 스케일을 보여주는 "The Powers of 10"(http://www.youtube.com/ watch?v=A2cmlhfdxuY)이라는 동영상을 만들었습니다. 시카고 솔저 드에 소풍 나온 어느 커플의 모습에서 시작되는 이 동영상은 땅으로부터 멀어지기 시작하는데 매10 마다 여러분은 관찰자로서 그 장면에서 멀어지는 또 다른 'power of 10'입니다. 이어서 여러분은 공원전체, 시카고, 미시건호수, 지구, 태양계를 보고 마침내 우리가 알고 있는 우주전체를 보게 됩니다. 이제 카메라는 방향을 바꾸어서 공원에 있는 그 커플에게로 다시 돌아갑니다. 이제는 남성의 손등을 들여다봅니다. 여러분은 세포를 보고, 분자, 원자, 쿼크(quark)와 물질의 구성요소까지 보게 되는데, 이것은 많은 이들이 순수한 에지로 생각하고 있는 것이고 거시수준에서 본 우주와 매우 비슷해 보입니다. 우리 우주의 모습이 미시적으로, 거시적으로 무척 닮았다는 것을 보면서 왠지 겸허해지고 또 심오하기도 합니다.

홀론은 어떤 것을 보면서 모든 것은 더 큰 전체 속의 한 부분이라는 것과 각 부분은 다시 그 속에 더 작은 부분들을 가지고 있다는 것을 인식하고 있습니다. 따라서 모든 "것"은 부분들과 전체들의 미시적/거시적 스펙트럼인 홀라키(holarchy)라고 부르는 것 속에 포함되어 있습니다. 하이어라키(hierarchy) 또한 전체와 부분들의 관계를 보여주는 일종의 지도이지만 이것은 한 방향으로만 흐릅니다. 즉, 하이어라키는 '위에서 아래로'의 형태구조를 강조하는 반면, 홀라키는 양방향으로 균등하게 흐릅니다.

조안나 메이시의 말을 들어보겠습니다. "모든 시스템은 '홀론'입니다. 즉, 그것은 하위시스템들로 구성되는 독립적인 전체이면서 동

시에 더 큰 시스템을 이루는 부분입니다. 따라서 홀론들은 '내포된(nested) 하이어라키들'을 형성합니다. 시스템들 속의 시스템들, 회로들 속의 회로들, 장(場)들 속의 장(場)들처럼 말이죠. 각각의 새로운 홀론수준(이를테면 원자에서 분자까지, 세포에서 기관까지, 개인에서 가족까지)은 분리된 부분들의 총합으로는 만들어내지 못하는 새로운 속성들을 만들어냅니다. 규칙이 위로부터 부과되는 사회들에게 익숙한 통제적인 하이어라키와는 아주 다르게 '내포된 하이어라키('홀로나키(holonarchy)'라고도 부르는)'에서의 질서는 아래에서 위로 향하는 특성이 있습니다. 이 시스템은 부분들이 자발적으로 상호적응하면서 협동하여 서로에게 득이 되는 이 질서를 스스로 만들어냅니다. 질서에는 상호구별이 뒤따르며, 구성요소들은 그들이 역할을 공조하고 새로운 반응을 만들어내면서 다양화됩니다.

인간의 발달과정

(인간발달과정에 주목하는 이유와 몇 가지 기정사실들)

인간이 유아에서 성인이 되는 선형적인 시간동안 어떻게 발달하는가의 관점에서 살펴보기로 하겠습니다. 맨 처음에는 자신과 타인에 대한 느낌이 없습니다. 단지 전체성에 대한 반사적이고 무의식적인 느낌만 있을 뿐이죠. 우리는 그저 존재하고 느끼고 반사적이고 무의식적으로 반응할 뿐입니다. 하지만 마침내 우리는 세상을 더 알게 되어서 그곳에 다른 사람들과 대상들이 있다는 것을 알게 됩니다. 우리 개인 또는 부분적인 본성에 대해 더 의식하게 되는 것이죠. 그리고서 우리는 학교에 가서 예절바르게 행동하고 훈련받고 조직화되며 다른 모든 부분들을 다루는 법을 배우기 위해 노력합니다. 우리는 (바라건대) 직업

을 갖고 성공적인 경력을 쌓고 세상에서 위대한 일들을 하게 됩니다. 그런 후 우리의 의식은 더 확장되고 삶에는 자신의 성공보다 더 중요한 것이 있다는 것을 깨닫습니다. 다른 부분들(사람들)로 가득한 더 큰 세상도 있다니! 우리의 느낌은 그 전체를 향해 이끌리기 시작하고, 그 전체를 포괄하려 시도합니다. 그때가 되면 아마도 우리는 부분들과의 접촉을 완전히 잃어버렸다는 것을 깨닫습니다! "내가 지금 어디에 있지? 살아가려면 사실 돈도 좀 벌어야 되는데!" 따라서 삶 전체를 통해 우리는 이러한 부분과 전체의 관계를 조정하기 위해 노력하고 있는 것입니다.

이것을 들여다보기 위한 또 다른 방법도 있습니다. 우리는 개인적인 발달단계의 관점에서 뿐만 아니라 단순히 더 유형학적이거나 문화적인 관점에서도 그것을 볼 수가 있습니다. 한 가지 예를 들어보겠습니다. 어떤 사람들과(또는) 문화들은 영적인 것에 자연적으로 익숙합니다. 이것은 단순히 그들이 진화하여 이른 단계가 아니라 그들의 자연스러운 성향입니다. 그들은 거의 그렇게 태어났습니다. 그들은 마음과 몸, 둘 다로 전체를 껴안도록 이끌리는 경향이 있고, 그들에게는 정말이지 현실에 기반을 두고 현실적으로 느끼는 것이 자주 일종의 도전이 되곤 합니다. 그들은 자신의 직접적인 욕구들과 직면하거나 그것을 충족시키는 것을 흔히 회피할 수 있습니다. 따라서 그들에게는 전체로부터 아래로 '내려가서' 그들의 부분적인 본성까지도 껴안아야 하는 도전과 인생의 과제가 부여됩니다. 또 어떤 사람들은 천성적으로 그야말로 '현실적'이어서 "그럼! 이것이 현실이지, 이 친구야. 저런 녀석들은 신경 쓸 필요 없어. 난 모든 게 나와 내 가족을 위해 돌아가도록 만들 거야!" 이들은 포괄적인 전체보다는 지엽적인 부분들과 훨씬 더 많은 관

계를 맺습니다. 그리고 그들은 위로 '올라가서' 더 거대한 전체와 함께 흘러가는 법을 배우도록 끊임없이 도전받고 또 초대될 것입니다.

우리 주변에 많은 것들이 있지만 한 번에 한 가지에만 주의를 모을 수 있다는 것을 기억하 니까? 물론 이 방안에는 많은 사람들이 있고, 이 방이라는 전체 속에는 많은 작은 것들이 있습니다. 하지만 우리자신으로 말하자면 우리는 지금 우리만의 작은 우주의 중심에 있습니다. 더할 나위 없이 우리자신은 우리만의 중심에 기초를 두고 있는 것입니다.

이것이 여러분입니다. 여러분은 여기에 있습니다. 전체와 여러분이 맺고 있는 관계는 여러 가지 층들로 분류할 수가 있습니다. 이것은 다층구조(혹은 복잡성)를 이루고 있습니다. 하나의 전체에 대한 하나의 부분은 8개의 층들로 쪼갤 수 있고, 각각의 층들에는 점점 더 많은 사람들이 있습니다. 전체의 얼마나 많은 부분들과 관계를 맺고 있는 것이 편안하 니까? 어느 층들 속에서 여러분은 잘 활동하시나요? 어떤 사람들은 전체와는 멀찌감치 떨어진 관계 속에 있는 것을 좋아합니다. 아마도 여러분은 일상적으로 여러분이 무척 잘 아는 대여섯 명의 사람들과 직접적으로 교류하는 것을 선호합니다. 그리고 그 이상이 되면 압도당하는 기분을 느끼기 시작합니다. 이건 말도 안 되고 너무 번잡하고 '현실적이지 않다'라고요. 아니면 여러분 중에는 그런 복잡함을 즐기는 분들도 있을 것입니다. 그 상황 속에 더 많은 요소들이 포함될수록 여러분은 더 큰 도전을 느끼고 살아있다는 느낌을 더 많이 갖게 됩니다. 대부분의 시간을 같은 사람들과 같은 일을 하면서 보낸다는 것은 대단히 지루해보입니다! 그래서 우리가 이 모델, 즉 하나의 부분에서 하나의 전체를 잇는 이 내재적인 다이내믹스들, 그리고 이 각

각의 층들이 갖고 있는 내재적인 도전과 가치들을 검토하고 있는 것이지요.

십육신성도 수직형태의 이용

지난 번 우리가 이러한 동작들을 배우면서 여러분은 그 동작들에서 나오는 작은 스토리들을 느낄 수 있었을 것입니다. 맞나요? 각 레벨은 그것을 지원하는 각각의 자연스러운 사이클이나 대조적인 다이내믹스들의 순환고리를 가지고 있습니다. "나는 그걸 원하고 또 필요해요. 그래서 그것을 가질 거예요. 그러면 그것에서 내가 필요한 측면들을 완전히 이해할 수 있고, 그때 나는 그것을 버릴 준비가 되고 다시 돌려주겠죠."라고 말할 수 있는 것처럼 말이죠. 따라서 더 큰 스토리 속의 작은 스토리 사이클에 포함된 저는 인생이라는 전쟁터를 허우적거리며 나아가고 그리고는 죽습니다.(어(aw)-으(uh)-으(uh)-어(aw)) 그러므로 여기서 우리는 전체 스토리의 한 프렉탈, 즉 스토리의 작은 부분을 다루게 되지만, 근원적으로 이것은 본질적인 것입니다. 우리가 오늘 하려고 하는 것은 이 각각의 작은 스토리들이 과연 무엇일까, 그리고 어떻게 이것들이 모여서 더 긴 스토리 속의 한 장(chapter)을 이루게 되는지에 대해 조금 더 깊이 들어가 보는 것입니다. 지금 이것은 전체와 관련된 '부분'의 관점에서 보게 되는 것이지만 이것은 그저 하나의 관점일 뿐입니다. 그것은 단지 현실의 한 차원일 뿐이죠. 왜냐하면 전체 또한 부분들을 창조하고 있기 때문입니다. 부분들이 전체를 창조하는 것만이 아닙니다. 저는 제 의식이 몸의 각 부분들에 영향을 주고 있고 어떻게 그 부분들이 자신의 역할을 하는지를 몸의 감각을 통해 아주 잘 알고 있습니다. 그래서 우리가 창조하고 지구 전체에 미치는

영향만큼 지구 전체도 우리를 창조하고 있습니다. 이것은 양방향으로 작용합니다. 단지 부분들이 모여 전체를 만든다고만 생각하는 것은 자만심입니다. 좀 오만한 생각이죠.

자, 지금은 지구에 관한 워크숍이 아니라 인간이라는 작은 부분들을 위한 워크숍입니다. 우리가 이 작은 여행을 하는 동안, 한 단계에서 다른 단계로 갈 때마다 어떤 문제(stuff)들이 따라다닙니다. 이것은 "그래서 난 뭔가를 원했고 그것을 가졌고, 그저 그것을 사랑했고 그런 후 놓아줬어."라고 말할 수 있는 그런 판에 박힌 여행이 아니니까요. 우리 모두에게 스토리가 꼭 그런 식으로 진행되는 것은 아니죠.

하지만 놀랍게도 삶은 계속됩니다. 모두가 그들만의 방법으로 자신만의 독특한 여행을 창조합니다. 모든 이들은 서로 다른 경험을 가지고 여기에 이릅니다. 저는 이 십육신성도 수직형태가 그러한 스토리가 이상적으로 수정된 버전 같아서 이것을 사랑합니다. 이것은 마치 여러분이 자신에게, 여러분의 몸과 마음에게 그 스토리의 이상화된 버전을 날마다 이야기해주는 것과 같습니다. 아마도 여러분은 자기 인생의 어느 특정단계를 그런 이상적인 방법으로 살지 못했을 수도 있겠죠. 하지만 여러분은 이 일련의 방법들을 균형 잡힌 건강한 삶을 창조하고 여러분의 심신을 매일 더 긍정적이고, 건설적이고, 생명을 북돋아주는 버전으로 채우기 위하여 사용할 수 있습니다.

여러분은 현존하는 것이 무엇인지, 그리고 여러분이 살고 있거나 살았던 현실과 이러한 이상화된 형태사이의 차이가 무엇인지를 알아챔으로써 그러한 차이에서 생기는 불균형을 바로잡게 됩니다. 여기에는 일종의 간극공간이 있습니다. 이 잠재적인 차이는 하나의 처리과정(processing)을 촉발하고 마련해줍니다. 그것은 여러분을 위해 하나의 프로세스를 짜고 여기에 필요한 원동력을 만들어냅니다. 그러면

여러분은 그 처리과정을 느끼게 됩니다. 그렇죠? 여러분 각자는 서로 다른 모습으로 이 간극을 가지고 있다고 저는 확신합니다. 그래서 그것은 상대계와 절대계 사이에 존재하는 장력과도 같습니다. 그렇습니다. 우리는 이러한 상대적인 삶들을 살고 있죠. 이것은 위대합니다. 이것은 그 삶들 가운데 절대공간과 에 지 프로세스들을 품고 있습니다.

우리는 다양한 인생의 상황들에서 일어나는 에 지를 항상 완결 짓지는 못한다는 것을 아는 것이 대단히 중요합니다. 끝맺지 못한 일(business)인 거죠. 우리 모두는 그것을 알고 있습니다. 그 정체되었거나 아니면 아직 완전히 처리되지 못한 에 지는 다른 일을 하기 위해 움직이는 우리를 뒤로 잡아당깁니다. 하지만 당연히 삶은 계속 나아갑니다. 그리고 우리는 많은 것들이 완결되지 않는다는 것에 익숙해집니다. 심지어는 알아채지도 못합니다. 우리는 부족한 부분을 채워 넣고, 보상하고, 그것을 피해다니는데 너무나 쉽게 익숙해집니다. 그래서 이 양극성들로 연결된 전체 사슬 속을 지나가면서 우리 삶의 모든 레벨들에서 미처 끝맺지 못한 일들을 마칠 기회를 갖게 됩니다.

물론 이것은 깊이 있는 문제이기도 합니다. 이 수직형태를 한번해보면 여러분의 삶은 더 이상 예전의 삶이 아닙니다. 여러분의 모든 일들은 완결되고 인생은 하나의 거대한 연결된 전체이며 여러분은 세상과 완벽한 조화를 이루고 있습니다. (비록 많은 사람들이 일련의 전체동작들을 마치고나서 이러한 느낌을 잠시 동안 느끼기도 하지만 말이죠. 이것을 '공식경험(state experience)'이라고 부르지만, 이것이 여러분의 모든 '골칫거리'들이 완전히 처리되고 완결되었다는 정확한 신호는 아닙니다. 공식경험이 무엇인지, 그리고 이 경험들이 더 큰 그림에 어떻게 들어맞는지는 나중에 살펴보게 될 것입니다) 여러분이 이 시퀀스를 거칠 때마다 여러분의 몸과 마음에는 기회가 주어집니다. 각 레벨

에서의 각각의 동작들은 몸과 마음이 무엇이든 '완결되지 않은' 것들을 처리할 수 있도록 도와줍니다. 이 시퀀스를 거칠 때마다, 혹은 여러분이 그 일부라도 함께할 수 있는 잠깐 동안의 시간을 선택한다면, 그것은 더 깊이 들어가고, 여러분 자신과 세상 속에 있는 존재의 그 특별한 방식에 더 깊이, 더 충만하고 완전하게 연결되는 또 하나의 기회가 될 것입니다.(끝)

• 이 글은 미내사의 허락없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | **딜란뉴컴** | Dylan Newcomb은 미국 메인주에서 태어나 줄리어드에서 작곡과 춤을 전공하였으며, 활동무대를 네덜란드로 옮긴 이후에는 Netherlands Dance Theater 에서 여덟 시즌을 춤추며 보냈습니다. 지난 10년간은 자신의 공연을 위해 직접 안무와 작곡을 했으며, Lucas Hoving production prize, Silver Dance Prize, Phillip Morris Prize 등을 비롯한 여러 개의 네덜란드 예술상을 수상하였습니다. 유럽과 아시아, 미국 등지에서 활발히 활동하였으며, 동시에 오랫동안 비파사나와 명상, 요가를 수련해왔고, 특히 에 지 심리학에 깊은 관심을 가지고 의식과 몸의 통합에 열중해오고 있습니다.

Dylan의 "The 16 Ways"는 16가지의 동작으로, 그 안에 켄 윌버의 통합이론, 태극음양 이론, 에 지 심리학, MBTI, 클레어 그레이브즈의 스파이랄 다이나믹 기법이 통합되어 있어 의식확장과 심신치유의 새로운 장을 열고 있습니다. 그는 이 기법을 통해 전 세계에서 워크숍과 강의를 하고 있으며 더불어 사회활동과 예술 훈련에도 적용하고 있습니다. 특히 유럽에서 격년으로 열리는 컨퍼런스(켄 윌버의 통합비전을 사회에 적용하는 것에 초점을 맞춘 국제회의)에서 초청받아 발표를 하고 있습니다.

역자 | **박병오** | '지금여기' 번역위원

홍도희 '지금여기 번역위원' 옮김

웨이브 1 베이지색 – 생존하는 데 필요한 감각
잘 다듬어진 직감과 내적 감각, 무력함

삶의 여건

무력함 / 연약함 / 두려움 — 완전히 / 소멸되는 것을 / 막기 위함

내향적

적응능력

자신이 생존하기 위해 모든 에 지를 쏟아 붓는다 — 확고 / 강함 / 분노

외향적

필요를 충족하기 위해 움직인다.

내적으로 필요한 것을 보충할 필요성을 인지한다

들이쉼 어(aw)

내쉼 으(uh)

주역괘 # 12 天地否 – 차단, 부조화, 분리

- 위와 아래가 상호작용이 없는 경우 지구상에 존재하는 그 어떠한 국가도 생존하지 못한다. 안은 음, 밖은 양인 경우 안으로는 약하지만 겉으로는 요지부동이다(Thomas Cleary).
- 하늘(天)이 갈라지고 땅(土)이 도래한다(King Wen).
- 부로 발음하는 고대중국식 문자 '불(不)'은 부정'을 의미한다
- 이 괘와 연관된 많은 말들은, 예를 들어 '삶은 고통이다', '삶은 지옥이야', '삶은 일이다', '삶은 신이 인간에게 주는 잔인한 농담'들과 같이 무력감과 희망없음의 느낌을 만들어내는 것들에 연관되어 있다(Carol Antony).

웨이브 2 보라색 – 혈육
신비로운 세상에서 조화와 안전을 추구. 정지

삶의 여건

정지 / 방어적인 자세 / 편협성 — 피해를 예방하 / 기 위함

판단

자신의 분명한 경계선 안에서는 안정

적응능력

자신이 속한 그룹안에서 친하게 지냄 — 친밀감 / 매력 / 즐거움

알아차림

다른 사람과 재미있게 놀면서 자신을 키워나간다.

내쉼 – 위 (ü)

들이쉼 – 오(o)

주역괘 # 31 澤山咸 – 매력. 수용. 민감함

- 유지하는데 좋음. 다른 사람과 잘 단결한다.
- 어느 분야에서 예민한지를 관찰하면 우주의 삼라만물의 상태가 보인다(Thomas Cleary).
- 최소의 사회를 구성하는 단위이며 가족은 원자와 같이 양극과 음극을 끌어당긴다(R.L. Wing).
- 자신이 다른 사람을 어떻게 양육하는지 관찰하라. 이것은 자신이 무엇을 제공하는지를 보기 위함이다. 자신의 입에 무엇이 들어있는지 관찰하는 것은 자신을 어떻게 양육하는지를 관찰하는 것이다(Alfred Huang).

웨이브 3 빨간색 – 파워 신
충동적으로 표현, 속박에서 벗어나 자유로워지기, 강해지기

삶의 여건

억제하다
억누르다
위협하다

자신의 힘을
강화하기 위하여

사고

리스크 계산, 자신의 신념이 확고

적응능력

상당히
외향적인
행동

확장하는 경향
저항적
자율적

느낌

자신의 배짱대로 한다

들이쉼 우(u)

내쉼 아(a)

주역괘 # 64 火水未濟 – 아직까지 미완성, 전진

- 어려움 극복, 행동 개시
- 결말이 있기 전 미래가 보장
- 혼란한 상황에 질서를 부여하고 당신은 이러한 상황의 요소들과 상당히 친숙하여 이 요소를 평가하고 당신의 목표를 달성하기 위해 구성할 수 있다(R.L. Wing).
- 이것은 부주의한 채 어떤 일을 추진하는 것을 경고한다. 경계심을 품고 자신을 아껴서 예측하지 못한 **상황에 대비해야 한다**(R.L. Wing).

웨이브 4 파란색 – 진정한 힘
목표 발견, 질서확립, 미래보장

삶의 여건

큰 그림
어떤 미래가
다가올 지 예상

큰 그림의 일부가
되기 위해서

직감적

큰 그림에 바탕한 알아차림

적응능력

나의 적절한
위치를 찾는다

자세함
지금 어떤 상황인가
확실성

민감

모든 부분에 내 자신을 일치시키고 신경 쓴다

내쉼 에(e)

들이쉼 이(i)

주역괘 # 32 雷風恒 – 지속적이고, 인내하고, 스스로 변신

- 즉 질서 정연한 삶과 조화를 이루는 장기적인 목표를 향해 갈 때 성공이 온다(R.L. Wing).
- 사회기관에 무조건 따르라는 것은 아니고 건전하고 원만한 직업 환경을 지원하는 기관에 소속한다는 것을 의미(R.L. Wing).
- 원망하지 말고 자신을 아끼면 다음 성공으로 이끌어 가는 계기가 된다(I Ching).
- 지속적인 시간은 우주조화를 특징짓는다. 이 법칙은 현실 가운데 모든 움직임을 주관하는 불멸의 법칙이다. 알아차림과 자연의 형성 사이에 존재하는 끌림에 의해 만들어진 에너지에 의해 움직인다. 우주 전체의 두 가지 **좋은 점이다**(C. Anthony).

웨이브 5 주황 – 뭔가를 추진
번영하기 위하여 분석하고 전략을 짠다.

삶의 여건

조직화된 씨앗 아
이디어
착수하다

목표를 달성하기
위하여

감지하다
실용적이고 사실에 관하여 분명하게 한다.

적응능력

내가 하는 일을
진척시킨다

개발
함양
확장

직감하다
감정에 몰입하기 위해 더 큰 계획을 개발한다

들이쉼 이(i)

내쉼 에(e)

주역괘 # 42 風雷益 – 증대, 개발, 수확, 이익

- 천둥과 바람이 서로를 증대시키는 것을 관찰 한 후 자신을 증가시키고 개발하는 방법을 알아 낼 수 있다. 상대방의 장점을 발견하면 이것을 모방하여 이 세상의 모든 것을 자기 것으로 만든다(Wilhelm/Baynes).
- 증대란 높은 것을 줄임으로 낮은 것을 증대시킴을 말한다. 인간의 즐거움은 무한하다 그리고 무언가를 성취하고 있다면 의미가 있다(Thomas Cleary).
- 현 상황에 특별한 에 지를 지휘한다. 많은 것들이 가능해 진다. 심지어 아주 어려운 일도 가능해진다. 현재 시간을 최대한 활용하고 앞으로 상황은 바뀔 것이다. 하루 하루 목표를 계획하여 달성하고 자신을 아껴라. 단기적인 목표는 자신이 처한 환경에 이익을 주기 위해 달성하고 환경은 여기 6효에서 말한 성공 법칙을 적용해야 한다(R.L. Wing).

웨이브 6 록 – 다른 사람과의 유대관계
자아탐색, 다른 사람과의 동등화

삶의 여건

개방, 자유로움
관대함
다양함

자유와 공평의
이름으로

느낌
나의 감각을 다른 사람들에게까지 확장하기

적응능력

다른 사람들이
하는 방식에 참여

단결
참여
지역사회 지원

사고
다른 사람들의 필요가 충족되도록 협상

내쉼 아(a)

들이쉼 우(u)

주역괘 # 63 水火旣濟 – 이미, 완전하게, 조화, 도움

- 지속적으로 수정하여 유익하려고 하며 옳고 적절한 상황에서 확고하고 유연하려는 자세(Thomas Cleary)
- 유일하게 모든 효가 제 위치에 놓여 있는 괘이다. 그렇기 때문에 조심스럽게 생각해 볼 요가 있다. 완벽한 평형이 되는 순간 다시 혼란의 상태로 돌아가려는 움직임이 있게 된다(Wilhelm/Baynes).
- 모든 것이 완벽한 질서 가운데 있어 보인다. 그러나 현재 갖고 있는 이상에 대한 환상을 유지하려고 애쓰지 마라. 그것은 자신을 속이는 일이다(R.L. Wing).
- 외부 변화, 여러 힘의 갈등 가운데 균형을 이룬 후 이 대성괘를 받게 될 수 있다. 그러나 그 갈등의 근본 원인을 취급하지 있고 그가 이룬 것은 단지 밧줄에 매달려 계속적으로 주의를 하고 균형을 이루기 위해 노력이 필요한 것과 같은 불안정한 상황이다(C. Anthony).

웨이브 7 노란색 – 유연한 흐름
시스템의 통합과 따르기

삶의 여건

통합 협력 가치 — 전체의 선을 충족시키기 위함

알아차림
모든 관계 요소를 수용하기

적응능력

분명하고 실질적으로 행동 — 정의하기, 효율성, 분리하기

판단
확실하고 기능적인 거리감을 형성

들이쉼 오(o)

내쉬기 위(ü)

주역괘 # 41 山澤損 – 줄이기, 경제적, 더 적은 양으로 더 늘리기

- 혼란한 상황에 질서를 부여하고 당신은 이러한 상황의 요소들과 상당히 친숙하여 이 요소를 평가하고 당신의 목표를 달성하기 위해 구성할 수 있다(R.L. Wing).
- 이 괘는 부주의한 채 어떤 일을 추진하는 것을 경고한다. 경계심을 품고 자신을 아껴서 예측하지 못한 상황에 대비해야 한다(R.L. Wing).
- 균형의 법칙과 가감, 베풀거나 받는 것이 주된 주제다. 지나친 것은 줄이고 반면 부족한 것은 채우고 하는 것이 우주의 법칙이다.

웨이브 8 하늘색 – 전체를 볼 줄 앎
동시에 일을 진행하고 거시경영

삶의 여건

에 지 곳곳에 스며든다 현재충실하게 존재 — 온전함을 실현하고자 한다.

외향적
외부세상과 완벽하게 하나가 되고자 한다

적응능력

모든 사물과 연관성을 갖고 살아간다 — 반응을 잘하고 이타적인 행동

내향적
세상에 존재하는 것은 모두 내안에 존재한다

내쉼 으(uh)

들이쉼 어(aw)

주역괘 # 11 地天泰 – 평화. 시 지. 내부에 스며듬

- 우주의 힘이 정확하고 조화로움을 표현하듯 유용한 법칙과 우수한 시스템을 만들기에 최적의 기회이다(R.L. Wing).
- 중국 한자어 '태(太)' 는 물이 아주 원만하게 흐르는 것을 나타낸다. 주역에서 '태(太)'가 바로 이것을 의미한다(Alfred Huang).
- 하늘이 위에서 아래로 움직이고 땅은 아래에서 위로 움직인다. 그러나 대에서는 하늘과 땅이 하나되어 움직인다
- 작은 것이 떠나고 큰 것이 도래한다. 좋은 징조(I Ching).