



닥터 윤
심리상담발달센터

성심인성연구원

한국형에니어그램이 만들어 가는 상담 복지 교육매거진

www.kenneagram.com

월간

나눔과 힐링

ISSN 2288-2251
등록번호 : 금천 라 00140호

제 45 호

2017년 1월 25일~2017년 2월 24일
발행인 · 편집인 : 윤운성
기사제보 : 02-3446-3165 / FAX : 02-515-6784
인쇄 : 한국에니어그램교육연구소

'월간 나눔과 힐링'은 매월 25일에 발간하여 한국에니어그램교육연구소의 소식과 학술단체 및 복지단체의 소식을 전하는 통합 매거진입니다.

blog.naver.com/kenneagram



C · O · N · T · E · N · T · S



<ul style="list-style-type: none"> • 시를 통한 힐링 7면 우종의 상경을 자각하게 하는 시 (여행 - 임영준) • 책 읽어주는 상담가 박한경 전임교수 신화와 심리학이야기 - 에르스와 프슈케 <부> • 한국애니메이션교육연구소 한국형애니메이션 45 심화단계 • 애니메이션과 성장프로그램 애니메이션과 함께 영혼강제라 발견하기 영혼의 자유와 영적 활기 <부> • 애니메이션 복키메 한국형애니메이션교육연구소 교수자료 열아보기 • 애니메이션 교육후기 한국형애니메이션 교육후기 • 애니메이션으로 보는 세상 애니메이션과 돈 : 두레움에서 사랑까지 생존하기 영역 2 : 소비 <부> 	<p>03</p> <hr/> <p>05</p> <hr/> <p>07</p> <hr/> <p>09</p> <hr/> <p>11</p> <hr/> <p>13</p> <hr/> <p>15</p>	<ul style="list-style-type: none"> • 애니메이션과 영화 영화와 심리학 보통 사람들 <부> • 애니메이션과 여행 북을 부르는 세계 여행 고궁에서 왕의 기운 받기 <부> • 애니메이션도 떡국의 역사 새로운 한 해를 알리는 떡국 드셨습니까? • 책 · 교육도구 소개 감사도구 및 교육도구 소개 • 문화소식 연극, 영화, 콘서트 등 이달의 문화소식 • 연구소 소식 및 회원동정 연구소상센터소식, 회원 및 직문강사 동향 • 연구소 교육일정 한국애니메이션교육연구소 2월 교육일정 	<p>17</p> <hr/> <p>19</p> <hr/> <p>21</p> <hr/> <p>23</p> <hr/> <p>25</p> <hr/> <p>27</p> <hr/> <p>29</p>
--	---	---	---

한국형애니메이션이 만들어 가는 상담 · 복지 · 교육 매거진

한국애니메이션교육연구소 www.kenneagram.com
 서울특별시 금천구 가산동 60-19 SJ테크노빌 1116호 한국애니메이션교육연구소
 TEL. 02 3446-365 | FAX. 029515-6784 | Email. help@kenneagram.com

여행

임영준

어떨결에 떠나자

기대는 조금만 하고

눈은 크게 뜨고 짐은 줄이자

어디라도 좋겠지만 사람과 영키지 않는
순수한 곳이라면 만사를 팽개치고
뒷일도 접어두자

여정에 뛰어들어 보물이 드러나면
꿈꾸던 보자기마다
가득히 채워오자

문물을 얻지 말고 세상에 담아오자
태엽을 달아 넣어지게 우려먹자

돌아오면 바로 어디론가 곧
떠날 준비를 하자



신화와 심리학이야기

에로스

프로쉬케

〈1부〉

비현경 전임교수

신화(神話)는 우주의 기원, 인류의 탄생, 신이나 영웅의 업적, 민족의 역사 등 고대인의 사유나 표상이 반영된 신성한 이야기이다. 어느 나라 어느 민족이든지 자신들의 신화를 가지고 있으며 그것은 끊임없이 후대에게 전해져 내려왔다. 그리스 로마 신화가 오늘날에 이르기까지 문학이나 미술, 심리학 등 각 분야에 서 영향을 미치고 있는 것은 그것이 단순히 재미있는 이야기에 그치지 않고 시대를 초월한 인간 심리의 비밀을 지니고 있기 때문이다. 즉 신화의 가치는 인간 생존의 가장 중요한 문제들 - 전 생과 평화, 삶과 죽음, 신과 악, 사랑과 질투 등 - 에 필요한 지식의 끊임없는 원천이 된다는 것에 있다. 그래서 신화를 이해하는 것은 곧 인간을 제대로 알고 이해할 수 있는 기회를 제공한다는 것이다. 특히 심리학의 어원이나 심리학의 용어들, 정신분석학 용어 중에는 그리스 로마 신화에서 유래된 내용이 많이 있는데 인간을 이해하기 위한 학문인 심리학이 신화의 유래를 빌어 오는 것은 지극히 당연하다고 하겠다.

따라서 서구 문화에 많은 영향을 미친 그리스 로마 신화를 통하여 심리학을 이해하는 것은 상담심리학을 배우고 펼치는 심리학자들에게 도움이 될 것이라는 취지에서 신화에 얽힌 재미있는 심리학이야기를 시리즈로 올리려고 한다.

옛날 어느 나라의 왕에게는 딸이 셋 있었다. 세 명 모두 절세미인이었지만 특히 막내인 프로쉬케는 말로 칭찬할 수 없을 만큼 빼어난 아름다움을 가지고 있었고 머슴씨 또한 고왔다고 한다. 이러한 소문이 이웃나라에까지 퍼지자 여러 나라의 왕자들이 너도나도 찾아와 구혼을 하였고 언니들은 모두 이웃 나라로 시집을 갔으나 프로쉬케에게는 그 아름다움 때문에 아무도 감히 청혼을 하지 못했다.

자연히 미의 여신 아프로디테(Aphrodite)의 신전에 경배하는 인간의 수가 줄어들자 아프로디테는 아들 에로스를 불러 프로쉬케로 하여금 세상에서 가장 추한 남자를 사랑하게 함으로서 그녀를 멸하러 하였다. 그리하여 에로스는 새벽녘에 프로쉬케의 침실에 몰래 잠입하여 프로쉬케를 화살로 쏘려고 다가가는 순간 프로쉬케의 아름다움에 넋을 잃어 화살을 치운다는 것이 그만 자신신을 찌르고 말았다. 결국 에로스는 어머니의 명을 따르지 못하고 신전으로 돌아와 금화살에 찔린 상처 때문에 프로쉬케를 그리워하기 시작했다. 에로스는 프로쉬케의 아버지에게 명하여 그녀를 산으로 보내라 한 후에 그녀를 자신만이 아는 공전에 숨겨 놓고 밤마다 찾아와서 사랑을 나누었다. 낮에는 태양신 헬리오스의 눈을 피할 수 없었으므로 에로스는 자신에 대해 너무 공급하여 가지 말 것을.



큐피드의 정령으로 들어가는 프시케

행복한 나날을 보냈으나 낮에는 홀로 공전을 지키던 프로쉬케는 외로움을 참지 못하고 언니들을 공전에 불러 지난 이야기를 하였다. 그러나 인간이 지은 것이라고는 볼 수 없는 화려한 공전에서 호사스럽게 사는 프로쉬케를 보자 언니들은 그만 시기심이 생겨 얼굴을 틀림없이 지 않는 남편은 괴물이 틀림없으며 조만간 너를 잡아먹을 테니 등간간 너를 준비했다가 확 인해 보고 괴물이거든 칼로 찌르라며 프로쉬케를 부추겼다. 프로쉬케는 한 귀로 흘러들으려 하였으나 결국 의심의 마음을 억누르지 못하고 등간과 칼을 침대 밑에 준비하였다가 에로스와의 잠든 틈을 타 몰래 등간에 불을 붙여 에로스의 얼굴을 마주보았다.

그러나 거기에는 괴물이 아닌 미소녀인 평화롭게 잠들어 있는 것이었다. 프로쉬케는 그동안 그토록 보고 싶어하던 남편의 얼굴에 눈을 놓다가 그만 등간이 기우는 것을 보지 못하고 에로스의 어깨에 쓰러져 죽은 기를 한 방울을 떨어뜨리고 말았다. 어깨가 뜨겁하여 잠이 깨 에로스는 등간과 칼을 들고 당황하여 서있는 프로쉬케를 보고는 모든 것을 깨닫고 "의심이 자리잡은 마음(프로쉬케)에는 사랑(에로스)은 머물 수 없다."는 한마디만을 남긴 채 떠나버린다. 프로쉬케는 낙담하여 어느 신전에 들어 정성껏 제를 올리며 자신의 죄를 참회했다. 마침 그 신전의 주인은 괴물의 여신 테메테르였으며 여신은 프로쉬케를 안쓰럽게 여겨 "네 남편은 아프로디테의 아들인 에로스이다. 남편을 만나고 싶거든 여신 아프로디테의 화를 풀어야 한다."고 일러준다.



테메테르에게 큐피드로부터의 신물을 보여 주는 프시케

그 말을 들은 즉시 프로쉬케는 아프로디테의 신전을 찾아가 용서를 빌다. 완고한 아프로디테는 괴물 창고에 밀, 보리가 모두 섞여 있으니 하루동안 종류별로 분류해 놓으면 명령을 한다. 너무 해있는 프로쉬케 앞에 갑자기 깨미끼가 나타나니 괴물을 모두 분류해준 다음 사라진다. 이에 더욱 화가 난 아프로디테는 강 건너에 황금 털을 가진 양의 털을 가져오라고 말을 한다. 양에게로 다가가는 프로쉬케에게 강의 신이 갈대의 목소리를 빌어 그 양은 보기에 순하나 몹시 거지니 해가 지고 양들이 모두 돌아가면 나 무동치나 털물에 질러있는 털을 건어라고 일러준다.

그러하여 프로쉬케는 여신의 두 번째 시험에도 통과한다. 이에 떨치지 않고 아프로디테는 자승의 페르세포네를 찾아가 '아름다운 몸'을 받아오라고 명한다. 자승은 죽지 않고서는 갈 수 없는 곳 이어서 프로쉬케는 이제 죽을 때가 되었다고 생각하고 목숨을 끊으려 질벽으로 올라가는데 어디선가 낯선 목소리가 들려오며 자승으로 들어갈 수 있는 길과 방법을 소상히 알려준다. 목소리의 도움으로 인해 프로쉬케는 무사히 페르세포네를 만나고 '아름다운 몸'의 상자를 얻게 된다. 페르세포네는 돌아가는 길에 질벽 상자를 열어보려는 안빈디노를 만나고 그 상자를 열어보고 만다. 프로쉬케는 신들의 아름다움이 공명해 그만 상자를 열어보고 만다.

〈2부〉에서 계속

한국에니어그램교육연구원 4.5 심화판계

2017. 1. 13(금)~15(일)
은양관광호텔



주제 : 심층에니어그램 의식수준 부제 : 여기 그리고 지금
주관 : 은양관광호텔 정소 : 은양관광호텔
일자 : 2017.01.13 ~ 15



교육시작



1시부터 시작된 45단계 교육에서 간단히 자기소개를 하는 교육생.

조별모임



유형별 발달수준에 대한 집단토의를 하며 의견을 나누고 있다.

유형별 경험나누기



유형별로 패널들이 모여 기본유형의 형성과 발달, 부모의 양육과 아동의 초기경험을 발표하였다.

유형별 심화체험



유형별 심화된 체험을 통해 진정한 자기 자신을 발견하는 활동이다.

유형별 행동특징



유형별 패널들이 나와 유형의 행동을 몸으로 표현하고 있다.

동작명상



'여기 그리고 지금'을 통하여 진정한 자아를 찾아 심리적 평화를 추구할 수 있도록 동작 명상을 하였다.

체험나누기



2박 3일로 진행된 한국에니어그램 4.5 심화판계를 통해 얻은 지식과 체험을 나누는 시간.

에니어그램과 함께 영혼잠재력 발견하기 영혼의 자유와 영적 활기

<부>

에니어그램과 함께 영혼잠재력 발견하기 (윤은성 역, 2015) 중 발췌



인간은 '우주-제한된 공간과 시간의 일부'라고 부르는 전체의 한 부분이다.

그렇기 때문에 인간은 자신과 자신의 생각, 자신의 감정을 전체와 분리되어 있는 것으로 경험한다. 이것은 의식에서 일어나는 일종의 시각적 착각이다. 우리는 이 감각에 갇혀서 개인적 욕망과 주변의 가까운 사람들에게 대한 사랑에 묶이게 된다. 우리가 해야 할 일은 이 감각에서 자유로워져서 사랑의 영역을 넓혀 모든 살아 있는 것을 끌어오는 것이다.

- 알버트 아인슈타인(Albert Einstein) -

이 책에서 우리는 모든 사람이 필연적으로 경험할 수밖에 없는 상처 에는 알려지거나 알려 지지 않은 많은 영적인 에너지가 있는데 자유 에 대해 언급했다. 프랑스 단어 베리타르(bessure)는 상처와 축복 모두 는 이 에너지에 연결되거나 이 에너지를 이용하게 될 때 일어난다고 를 의미한다. 상처를 받지 않은 사람은 아무도 없으며 모든 사람이 경 생각하는 것이다.

또 어떤 사람들은 신이 모든 자유를 한다고 믿는다. 그래서 우리는 단 지 신께 청하고 신에게 복종하거나 종교 의식에 따르기만 하면 되는 중요한 문제는 '내 삶의 상처를 어떻게 축복으로 바꿀 수 있느냐'이다. 우리 혼자서는 상처를 치유하고 그것을 축복으로 바꿀 수 없다고 생각

한다. 기법이나 심리 분석, 치료, 프로그램, 혹은 정보기 상처받은 가슴 과 영혼을 치유할 수 있다면 모든 사람들이 치유될 것이다. 그러나 뭘 해 탐색해보려고 한다. 이것은 '브레쉬르', 즉 상처가 자유로 바뀌는 가 그 이상 이 필요하다. 사랑은 가장 중요한 치료 에너지이다. 산-그 표현이 무엇인든 신성한 생명의 근원을 의미하는 은 사랑이며 그렇기 때문에 모든 자유의 근원이다.

에니어그램을 처음 알게 된 20년 전부터 우리는 에니어그램이 주는 통찰을 인간 영혼의 자유에 적용했다. 우리가 자신의 영혼을 얼마나 개발할 수 있는-나는 우리가 얼마나 자유로웠느냐에 달려 있다. 그리 고 에니어그램은 이 자유의 과정을 안내해 준다. 에니어그램이 다른 체계에 비해 탁월한 면은 유형별로 각각 다른 치유법을 제시하고 있

다는 점이다. 지난 수십 년간 우리 문화는 의식이 성장하고 자유의 과정이 일어나 는 것을 경험했다. 그리고 자유에 도움이 된다고 하는 많은 이론, 철 학, 기법들을 개발해 왔다. 영적인 자유에 대해서는 많은 사람들이 두 가지 태도를 취 한다. 어떤 사람들은 모든 자유는 자기 자유 즉, 우주

에 대해 말하는 것은 힘 있고 높은 존재에 대한 신뢰다. 우리 자신보 다 더 힘 있는 어떤 존재가 우리를 사랑한다는 것을 신뢰하지 않는다 면 우리는 다른 사람과 삶에 대해 영원히 의심을 품게 될 것이다. 그래 서 기도를 통해 신께 자유를 청하는 것이 필요하다. 우리는 자유 의지 를 부여받았기 때문에 신은 우리가 청하기 전에는 우리의 삶에 개입 하지 않으신다. 기도는 우리의 정열이며 사랑은 그 응답이다. 그래서 기도가 첫 단계다. 그러나 동 시에 중요한 것이 은혜를 받으려는 우리 의 실질적인 노력이다.

이 길을 따라 가다보면 자유가 일어나는 과정이 어디에서 어떻게 기로 마치는지를 발견할 수 있을 것이다. 다른 사람에 대한 의심, 불어버림 에 대한 저항, 내 생각을 자신과 다른 사람에게 강요하지 않고 사랑을 선택하려 하지 않는 것, 이러한 태도들이말로 신성한 사랑이 우리에게 돌아와 자유하게 하는 것을 기로하는 것들이다. 이것이 영적 성 장을 위해 살펴보아야 할 개인적인 문제들이다.

본 바탕이 될 수 있는 인간을 느낄 수 있을까?

우리를 치유하는 것은 힘 있고 높은 존재에 대한 신뢰다. 우리 자신보 다 더 힘 있는 어떤 존재가 우리를 사랑한다는 것을 신뢰하지 않는다

면 우리는 다른 사람과 삶에 대해 영원히 의심을 품게 될 것이다. 그래 서 기도를 통해 신께 자유를 청하는 것이 필요하다. 우리는 자유 의지 를 부여받았기 때문에 신은 우리가 청하기 전에는 우리의 삶에 개입 하지 않으신다. 기도는 우리의 정열이며 사랑은 그 응답이다. 그래서 기도

가 첫 단계다. 그러나 동 시에 중요한 것이 은혜를 받으려는 우리 의 실질적인 노력이다. 이 길을 따라 가다보면 자유가 일어나는 과정이 어디에서 어떻게 기로 마치는지를 발견할 수 있을 것이다. 다른 사람에 대한 의심, 불어버림

에 대한 저항, 내 생각을 자신과 다른 사람에게 강요하지 않고 사랑을 선택하려 하지 않는 것, 이러한 태도들이말로 신성한 사랑이 우리에게 돌아와 자유하게 하는 것을 기로하는 것들이다. 이것이 영적 성 장을 위해 살펴보아야 할 개인적인 문제들이다.

추진성에 만족하는 요즘과 같은 물질세계에서 영적 자유에서 가장 중 요한 것은 '시간이 걸리는 과정'이라는 것을 받아들이는 것이다. 달라 이 의미는 이렇게 말했다. "즉각적인 자유를 믿는 사람은 심리적인 좌 절을 경험할 것이다." 자유는 과정이다. 그리고 삶은 영혼을 성장시키 는 과정이다. 영혼의 자유 과정은 희망을 낳는다. 우리가 현재의 삶보 다 더 성장할 가능성이 없다면 삶은 무의미할 것이다.

희망이란 믿기를 막연히 버리는 것과는 완전히 다르다. 우리가 자신과 다른 사람을 위해 막연히 믿기를 버릴 때 우리의 생각은 구체적이지 않다. 이러한 생각들은 현실에 기초를 두고 있지 않다. 자유 안에 담겨 있는 희망은 신은 존재한다는 사실 그리고 우리 인의 세 지능의 중심 이 존재한다는 사실에 바탕을 두고 있다. 사고, 감정, 행동 중심의 세 지능은 신의 세 가지 중요한 속성 즉, 진실, 신, 아름다움을 나타낸다.

이 세 지능들은 에니어그램의 각박성태에서 서로 얽혀서 자기중심성 을 만들어 낸다. 이것들이 서로에게서 자유로워지면 자신의 진정한 정 체성을 드러나게 되고 진정한 자신에게로 가까이 간다. 그리고 이것은

로부터 삶의 에너지가 발산되어 나온다. 에니어그램의 각박성을 끌어안기 우리가 치유라고 부르는 희망의 과정은 그것과는 반대라고 여겨지는 경험, 즉 내면의 어둠을 마주하는 것에서 시작된다. 우리가 자신의 의학과 결합 을 직면할 수 없다면 그것들로부터 도망치게 되고 그것

들을 우리의 적으로 만들어버린다. 그렇게 되면 이 적과 싸우고 그것 을 없애려고 할 것이다.

역사적으로 가장 큰 악은 악을 없애기를 원하는 사람들에게 의해 계속 나타났다. 처음에는 악을 파괴하는 것이 훌륭한 일로 여겨지지만 이러 한 태도를 잘 살펴보면 그것도 또한 폭력임을 깨닫게 된다. 폭력은 또 다 른 폭력을 낳기 때문에 우리는 다른 방법을 찾아봐야 한다.

이것은 이 지구 역사적 사살만이 아니라 우주 전체의 진실이며 우리 내면이라는 소우주도 마찬가지이다. 폭력은 폭력을 낳는다. 그래서 개 인적 성정에 있어서도 폭력적인 접근으로는 아무런 긍정적인 것을 얻 을 수 없다. 처음에는 믿기를 얻을 수 있는 것처럼 보이지만 궁극적인 결과는 부정적이다.

그래서 에니어그램이 우리에게 주는 자유를 위한 통찰에서도 첫 번째 단계는 에니어그램이 설명하는 성격유형의 진정한 본안과 단점도 끌어안으라는 것이다. 이러한 단점에 대해 우리가 보이는 첫 번째 반 응은 거부와 회피이다. 우리는 자신이 그 문제를 이미 직면해서 다루

었다고 스스로를 설득하려 한다. 혹은 우리는 처음부터 그런 문제를 갖고 있지 않았다고 생각하려 든다. 우리는 우리가 좋아하지 않는 성 품과 싸우면서 그 문제를 극복했다고 믿는다.

그러나 진실은, 우리가 영혼을 성장시키기를 원한다면 인간 본성의 어 두운 면에서 시작해야 한다는 것이다. 이 어두운 면은 상처받은 우리 들의 지어 그 이상인 것이다. 에니어그램의 영적 안에서 이러한 악을 만나 는 것은 온전한 영혼을 되찾기 위해 아주 중요한 과정이다.

가장 강력한 적은 우리가 인식하지 못하는 적이다. 우리는 자신의 강 박을 무시하고 회피함으로써 고통을 기증시키고 영혼의 잠재력을 깨 발하지 못하면서 표면적인 인박을 얻는 것에 인도한다. 반면에 각박을 끌어안음으로써 우리는 묻혀 있는 보물, 고통 속의 선물 즉, 브레쉬르 의 세계를 발견한다. 우리는 내면의 통합을 이루어내는 가능성을 창조 한다. 우리는 각박을 통해 세 지능의 진실, 신, 아름다움에 가까이 가며

그림으로써 영혼에 가까이 간다. 우리가 치유라고 부르는 희망의 과정은 그것과는 반대라고 여겨지는 경험, 즉 내면의 어둠을 마주하는 것에서 시작된다. 우리가 자신의 의학과 결합 을 직면할 수 없다면 그것들로부터 도망치게 되고 그것

활용방법

직업카드를 이용한 진로탐색



- ▶ 직도리 게임
- ▶ 뒤집어 짝 맞추기 게임
- ▶ 카드 뽑기
- ▶ 덧붙여 말하기 게임
- ▶ 빙고게임
- ▶ 스피드게임
- ▶ 덩고 게임
- ▶ 이구동성게임

빙고게임

인원 제한없음
준비물 직업 빙고판

- ▶ 가로 세로 5~7개의 빙고판을 만들 & 칸에 맞게 리더가 직업명을 불러 주고 적게 함
- ▶ (빙고 기준 정함) 가로 세로 한 줄 or 대각선 or □자 등
- ▶ 각자 돌아가며 직업명을 부르고 해당되면 표시해 나감
- ▶ **빙고가 성립되면 빙고를 외치고 승자가 됨**

스피드게임

인원 5~10여명 정도
준비물 직업설명카드

- ▶ 학생들이 잘 알고 있는 직업명 카드 30~40개 정도 또는 에너그램 유형별로 각 팀에게 나누어줌
- ▶ 팀으로 나눌 경우 각 팀의 대표 정함 & 팀의 대표가 직업명 카드의 설명을 읽어주면 팀원은 답을 맞힘
- ▶ **가장 신속히 많이 맞는 팀이 승리자가 됨**

딩고게임

인원 3~8명 정도
준비물 직업설명카드

- ▶ 몇 가지의 유형별 카드를 골고루 합하여 사람의 수에 따라 적당히(인당 5매) 나누어줌
- ▶ 자신에게 배부된 카드를 보고 어떤 유형의 카드를 모을 것인지 마음 속으로 정함 & 리더가 하나 둘 셋하면, 자기가 버리고 싶은 카드 한 장을 오른 쪽 사람 앞에 놓음
- ▶ 자기 앞에 놓인 카드를 가지고 와서 가지고 있던 카드와 맞춰 봄. 마음 속에 그랬던 같은 유형의 카드가 모두 모이면 "딩고"를 외침

한국형에니어그램 1단계 교육과정 후기

2016년 한해 한국에니어그램교육연구소의

한국형에니어그램 1단계 교육을 수료하신 분들의 수기를 모았습니다.

에니어그램의 체계와 프로그램에 대해 궁금증을 가진 분들과 '한국형에니어그램 성격유형검사(KEFT)'를

통해 성격유형을 파악하고자 하시는 분들에게 참고가 되었으면 합니다.

에니어그램 그 첫걸음

· 한국형에니어그램 1단계

에니어그램, 늘 궁금은 했지만 수강료가 좀 부담되어 망설였는데- 진로를 바꾸는 과정에서 이에 대해 좀 더 알 수 있을
 까 하는 마음에 수강을 결심했습니다. 그렇게 에니어그램 첫 걸음을 땀는데, 9시부터 저녁 7시까지 빼곡한 수업일정이었
 지만 예시를 곁들인 귀에 쑥쑥 들어오는 강의에 시간가는 줄 모르고 재미있게 교육받았습니다.
 수강료가 아깝지 않은 교육이었어요.
 유형별 조별 활동은 아; 이렇게나 다른 생각을 하는구나! 신기할만큼 놀라웠습니다. 더불어 2단계, 3단계 계속 공부해 나
 뿐만 아니라 서로 다른 우리의 관계에 대해서도 배우고 이해하고 싶은 마음이 강해졌습니다.
 에니어그램, 첫걸음을 떼기 어려웠지만 한 번 시작하니 매력에 빠져드네요~

"무"에서 시작하라

· 한국형에니어그램 1단계

다른 기관에서 8주동안 30시간의 에니어그램 강의를 듣고 전문가자격을 취득한 이후 풀리지 않는 궁금증과 의심스러운
 마음으로 에니어그램전문가로서의 길을 가아하니 하는 걸등이 싹트고 있을 무렵, 그래도 가장 믿을직하다는 기관을 추
 찬받아 오게 되었습니다.
 처음 강의를 시작했을 때 들었던 말은 모든 경험과 지식을 내려놓고 "무"에서 시작하라는 말씀이었습니다.
 설레이는 마음으로 듣게 된 강의는 정말 오직 '질'했다는 생각이 들 정도로 명쾌하고 복잡한 마음이 싹 정리되는 느낌이었
 습니다. 다음 2단계도 기대가 됩니다. 어질러져 있던 저의 책장을 말끔하게 정리해주는 것 같은 강의 정말 감사드립니다.

자기를 이해하고 타인을 사랑하는 방법

· 한국형에니어그램 1단계

올해 처음 에니어그램이라는 것을 알게 되었다. MBTI로만 알던 성격유형이 에니어그램을 만나고 새로운 차원으로 열렸
 다. 인간의 기본기질이 더욱 선명하고 내면의 욕구와 두려움에 기반한 핵심내용이 나를 이해하는 데 너무나 명쾌해서
 두려움 지경이었다. 10시간의 긴 시간이 그다지 힘들지 않았고 유형별 워크샵을 통해 정말 신기하고 재미있는 통찰도 얻
 었다. 오는 길에 창신년용과 성인용 검사지를 구입해서 오자마자 시구들을 얹어놓고 검사를 했는데 내가 예측한 결과
 가 나와서 통쾌했다. 검사지 해설을 하며 시구들과 워자질 유래한 수다는 수업을 듣느라 피로했던 몸과 맘을 상쾌하
 게 힐링해 주었다.
 강행군에도 8번 특유의 에너지를 잃지 않고 열강해주신 지미선 강사님께도 감사드립니다. 열심히 배워서 다른 사람들이
 "자기를 이해하고 타인을 사랑하는 방법"을 알도록 지혜를 나누며 도움 수 있는 날을 기대하며...

알면 알수록 공감해지는 매력!

· 한국형에니어그램 1단계

주말 아침부터 교육을 받아야 한다는 부담을 안고 교육장에 도착했다. 막연히 에니어그램이 무엇인지를 알고자 하는
 목적만을 가지고 있었지만 강사선생님의 에니어그램을 통해 나를 알아가는 시간이 되었으면 한다는 말이 인상깊었다.
 명상을 통해 나를 돌아보는 것으로 프로그램을 시작하게 되었다. 에니어그램의 9가지 유형의 특징에 대해 들으며 내 내
 면에 가지고 있는 핵심정서에 대해 생각해보게 되었고 내가 다른 사람과의 관계에서 끊임없이 투쟁하던 것이 무엇인지
 알 수 있었다. 이어서 남개에 대한 설명을 들었고 남개가 어떤 역할을 하는지 공명해졌다. 2단계에서 구체화한다고 하니
 좀 더 알아봐야겠다는 생각이 들었다.
 나를 좀 더 이해하고 받아들이 수 있는 시간이 되었다던 거 같이 감사하고 유익한 시간이었다.

MBTI와는 달라!

· 한국형에니어그램 1단계

처음 에니어그램에 대해서 선배들로부터 추천받았을때, MBTI와 크게 다르지 않을것이라 여겼는데, 실제로 1단계 과정 교
 육을 받아보니 MBTI와 다르고 더 세분화 되어있고, 나에게 대해서 좀더 잘 알게 된 거 같이 좋았다. 특히 내 유형이 어떤
 사람이고 어떤 부분이 취약하며 어떤 부분을 보강하고 어떤 목표를 세워야할지 알려주고 또한 사람이리는데 여러 사람
 이 있고 그 사람이 왜 그런 행동과 대화를 하는지 알게 되어 많은 부분에서의 오해가 해소되는 것을 느꼈다. 앞으로 2단
 계 3단계 계속 신청할텐데, 앞으로 어떤 교육이 이어질지 기대된다.

돈의 9가지 영역 생존하기 영역 2: 소비

에니어그램과 돈 : 두려움에서 사랑까지(윤성영 역, 2015) 중 밑체



1. 소비에 관해 내가 가지고 있는 신념은 무엇인가?

1. 돈을 지출하는 것에 대해 내가 믿는 것은 무엇인가?
 - a. 돈을 쌓아두는 것이 아니라 쓰여져야 되고 공유되어야 한다.
 - b. 절약이 최고다(그리고 인생의 힘든 날을 위해 자축해야만 한다).
 - c. 내가 잘 사는 것을 멈추게 할 어떠한 것도 없을 것이다.
 - d. 위에 답 없다. 내 의견은 _____
2. 소비에 대한 좋은 접근법에 대해 내가 믿는 것은 무엇인가?
 - a. 소비에 대해 훈련받고 교육받아야만 한다.
 - b. 자유롭게 유연히 일어나는 행동에 그저 반응하고 싶다.
 - c. 그 소비에 대한 가치가 있을 때만 소비해야한다.
 - d. 위에 답 없다. 내 의견은 _____

3. 소비욕구에 관해 내가 믿는 것은 무엇인가?
 - a. 내 소비욕구는 매우 제한적이다. 음식과 집만 필요하다.
 - b. 내 소비욕구는 매우 강하며 억누르기 어렵다.
 - c. 내 소비욕구는 욕망과 구분이 어려우며 그림으로 무제한이다.
 - d. 위에 답 없다. 내 의견은 _____

2. 소비를 하게 될 때 실질적으로 나는 어떻게 행동하는가?

실제적인 행위를 신뢰 있게 지켜보는 것이야말로 우리의 행위를 종종 변화시킬 수 있는 유일한 강력한 행동인 것이다. 내 소비는 때때로 일관성이 있는가? 내 소비에 구동과 계획을 시행하고 있는가? 혹은 나는 무계획적인 소비자인가? 돈이 없을 때조차도 나는 소비하는가? 충동을 느낄 때 더 소비하는가? 나 자신을 좀 더 낫게 느끼게끔 만들기를 원할 때 더 소비하는가? 할 일판에 때 물건을 사러 달려 나가는가? 꼭 그 물건을 사야만 한다 라고 판단할 때 나 자신에게 소비를 허락하는가?

어떻게 주의를 기울여볼까?

- 내 소비에 대해 어떻게 주의를 기울일까?
- 내가 소비하는 범주를 내가 아는가?
- 내 소비패턴에 대한 감각을 가지고 있는가?
- 그리고 내 소비 패턴이 내가 버는 수입패턴과 어떻게 맞는가?
- 내 돈이 어디로 흘러나가는지 내가 의식하고 있는가?
- 내가 사는 물건에 고마움과 교훈을 느끼고 있는가?
- 혹은 내 소비에 대해 갈등하고 죄의식을 느끼는가?

친구들과 함께 있고 인제 라고 말할 수 없을 때 더 소비하는가? 좋은 때에 사람들을 대접하기를 좋아하는가 혹은 믿을 수 없을 정도로 구두쇠인가? 나 자신을 다른 이들과 더 멋지게 보이게 하기 위해 소비하는가? 다른 이들과 교제하기 위해 지출하는가? 어떤 물건을 소유하고 싶다는 의미에서 지출하거나 끝지 않은 생각을 차단하기 위해서 지출할 때, 우리는 결핍-기쁨, 만족, 가치수용, 존경의 결핍-을 생각한다. 소비가 우리를 결핍의 경험으로 수파시키는 몇 가지 방식이 있다.

3. 만약 내가 나를 먹여 살리는 물건들에게만 돈을 지출한다면 무엇이 변할 수 있었는가?

만약 우리가 우리 자신을 먹여 살리지 못하면 우리의 욕구를 충족시키기 위하여 다른 이들에게 마리를 돌려게 되고 주는 차 보다는 받는 자가 된다. 우리 자신의 욕구에 정직할 수 없고 그 욕구를 직접적으로 그리고 정직하게 호칭할 수 없다면 배고프고, 좌절하고, 분노하고, 마음이 다치고, 부끄러운 상태에 머무를 것이다. 양육에 대한 우리의 욕구를 부정할 때, 마음 올 다치게 되고 진실된 것과 우리에게 활용 가능한 것들을 경험하기가 불가능하다. 그래서 우리는 진짜 우리를 양육시키는 것이 무엇인지를 생각해 보는 시간을 가져야만 한다. 이것은 자기 탐닉과 혼동되어져서는 안 된다. 육 신과 영혼을 먹여 살리기 위해 당시는 무엇을 진짜 필요로 하는가? 당신이 필요로 하는 것에 관해 명확해짐에 따라 당신은 어떤 힘을 얻을 것인가? 어떻게 이 힘이 당신을 균형감속에서 안정감, 좋은 인간관계, 좋은 인간관계, 그리고 자극을 가지면서 살 수 있게 하였는가? 우리 자신에 관해 스스로 들을 때, 그리고 우리가 진짜 갈망하는 것을 우리 자신에게 주게 될 때, 그것이 어이긴 뜨거운 것인지를 깨닫고, 아름다운 음악을 들을 수 있는 시간간간간에 보살핌 을 받고 사랑 받고 있다는 것을 느낄 수 있는 것이다.

4. 속세적인 것에 대한 영적인 훈련으로서의 소비

2번 영역을 위한 도움이 되는 영적인 훈련은 "깊은 경창"이다. 반사적으로 소비하는 것보다, 우리의 몸과 내적인 소리에 깊은 경창의 자세를 취함으로써 써 의식적으로 소비하는 행위를 선택할 수 있다. 깊이 경창한다는 것은 훈련을 필요로 한다. 모든 방향에서 메시지는 온다, 그것은 조율해야 되는 주 의력을 요구한다. 비로 이 순간 내가 진짜 원하고 필요로 하는 것은 과연 무엇인가? 우리의 욕망과 세계의 욕망에 우리 자신을 깊이 경창하도록 허 용할 때, 우리가 얼마만큼 진짜 연관되었느냐 라는 경창에 의해 양육되어 지고, 지원되고, 사랑받고, 감명받게 되는 것이다. 깊은 경창에 대한 훈련을 얻어하는 것이야말로 정신을 진짜 양육시키는 존재에 정신이 연결되도록 해줄 것이야말로 비로 이것이야말로 부를 창출하고 번영을 경험하는 당신의 길로 나아가는 두 번째 단계인 것이다.



영화와 상담심리학

보통사람들 <3부>

2

영화와 상담심리

2. 상담심리에 대한 이해

(3) 상담의 과정

상담의 과정은 시간을 중심으로 초기, 중기로 나누는 게 보통이다. 그러나 실제 임상현장에서 상담은 과정을 나간 직후 상담자가 찾아왔을 때 상담자가 해야 할 일은 인사하는 일이다. 이것은 편하게 느끼기 어려운 내담자가 새로운 상담자와 상담환경에 적응하도록 도우는 일이다. 그 다음의 과정은 내담자로 하여금 찾아온 목적을 표현할 수 있도록 돕는 것으로 계획하는 것이 용이하지 않다. 따라서 상담의 과정에서 이루어져야 할 과정을 중심으로 살펴보는 것이 더 효율적이라고 할 수 있다.

맨 처음 내담자가 찾아왔을 때 상담자가 해야 할 일은 인사하는 일이다. 이것은 편하게 느끼기 어려운 내담자가 새로운 상담자와 상담환경에 적응하도록 도우는 일이다. 그 다음의 과정은 내담자로 하여금 찾아온 목적을 표현할 수 있도록 돕는 것이다. 이 때 상담자는 내담자의 표현을 듣는 한편, 내담자를 평가하는데 필요한 자료들을 수집할 필요가 있다. 그 다음은 앞으로 이루어질 내담자 문제의 개념화를 토대로 상담의 목표를 수립하는 일이다. 목표는 장기와 단기 목표로 수립하며, 목표에 따른 상담계획이 마련된다. 상담의 목표들은 내담자와의 합의에 의해서 수립되는 것이 권장된다. 일단 내담자의 특징, 환경적 요인, 그리고 나타난 문제와의 관계를 역동적으로 파악하고, 그에 따른 상담 목표와 계획이 수립되면, 그 다음은 여러 가지 기법들을 적용함으로써 문제해결을 위한 실제적 노력을 하는 단계로 이어진다. 처음에 수립된 상담의 목표가 달성되어 가면 상담 과정의 종결을 고려하게 된다. 이 종결단계에서는 중상이나 처음 호소된 문제들의 해소뿐 아니라 상담과정에서 드러난 보다 심층적인 문제의 변화도 함께 평가해야 한다. 이 과정에서 중심적인 일은 상담의 효과를 이미 설정된 목표 달성 여부에 비추어 평가하고, 그것에 따라 종결시기와 추후지도의 빈도 및 과정을 결정하는 것이다(김병식, 1997).

(4) 상담의 목표

상담의 일반적 목표는 크게 행동의 변화, 정신건강의 증진, 문제의 해결, 효율성의 증진, 그리고 올바른 의사소통으로 나누어 살펴볼 수 있다.

- ① 행동의 변화 : 상담은 개인이 좀더 생산적이고, 행복한 생활을 하는 데 방해가 되는 행동은 감소시키거나 제거시키고, 만족스러운

고 성공적인 생활을 시는 데 도움이 되는 행동은 형성시키거나 증가시키는 것을 목표로 한다.

② 정신 건강의 증진 : 상담의 목표는 적극적으로 정신건강을 촉진하는 데 있다. 정신적으로 건강한 사람은 책임감이 있고, 독립적이며, 인격적으로 성숙한 사람이다. 소수의 부적인 내담자뿐만 아니라 다수의 정상적인 내담자들이 문제나 부작용에 빠지는 것을 사전에 예방하도록 하여 전체 내담자들의 정신건강을 증진시키는 것을 목표로 한다.

③ 문제의 해결 : 내담자에게 상담이 필요한 것은 그들에게 스스로 해결하기 어려운 문제가 있기 때문이다. 상담자를 찾아오는 사람은 자신의 문제 해결에 상담자가 도움이 될 수 있다고 믿는 사람이다. 그러므로 상담은 내담자의 문제를 해결하는 것을 목표로 하여야 한다.

④ 개인적 효율성의 증진 : 효율적인 인간은 문제를 인지하고 정의하고 해결할 수 있는 능력을 지니고 있으며, 독창적으로 사고할 수 있고, 자신의 행동을 통제할 수 있으며, 좌절이나 적대적인 예매한 상황에서 적절하게 반응할 수 있다고 한다. 따라서 상담에 의해 생산적인 사고를 증진시키고 적응적인 인간관계를 형성하며, 다양한 문제 상황에 효과적으로 대처할 수 있는 능력을 얻게 되면, 개인적 효율성은 증진될 수 있다.

⑤ 바른 의사결정 : 상담에서는 개인이 선택하고 결정하기 위해서는 필요한 정보를 제공하고, 의사결정에 영향을 줄 수 있는 정서적인 문제나 심리적인 특성을 확인하고 분석하며, 장애가 되는 면은 극복하도록 돕는다. 이러한 관점에서 상담이란, 의사결정이 합리적이고 효율적으로 이루어질 수 있도록 원조하는 것을 목표로 한다.

3. 영화와 상담심리학의 만남

(1) 영화의 필진성

필진성이란 외간상 사실적이거나 진실해 보이는 정도나 질을 의미한다. 영화가 갖고 있는 필진성은 영화 속 세계가 허구임에도 불구하고 영화를 관람하는 관객의 정서적인 간극을 봉합하는 역할을 함으로써 관객이 영화 속 세계로 침잠할 수 있도록 한다. 이렇게 영화와 봉합된 관객은 쉽게 전이나 동일시가 일어나는 상태가 되어 자신의 심리적 세계로 속 들어가게 된다. 상담은 상담자와 내담자의 상담관계가 형성된 것을 바탕으로 내담자의 심리적 세계를 탐험하는 것이다. 영화관람은 이런 상담의 경험과 비슷한 심리적 새조를 만든다.

(2) 영화와 투사기제

영사기를 통해 투사된 영화를 보며 관객은 자신의 심리적 세계를 투영시키게 된다. 즉, 자신의 무의식적이고 비합리하지 않은 특성을 영화 속 등장인물에게 반영시킨다. 영화를 관람하면서 어떤 등장인물이나 행동을 매우 싫어한다면, 자신의 부정적 측면을 투사한 것일 수 있다. 반대로 자신도 모르는 자기의 이상적 측면을 투사할 수도 있다. 중요한 점은 투사된 이미지까지 못한 무의식적 측면으로 이를 의식화하는 것이 상담의 목표라는 것이다. 자신이 영화의 등장인물에 투사한 긍정적, 부정적 특징을 의식화하여 자기 안에 기억하고 완전히 인식하고 깨닫게 되면 자기실현에 한걸음 다가갈 수 있기 때문이다.

(3) 영화의 인지적 측면

영화를 보면 영화 속 주인공과 나 자신을 비교하거나 새로운 해석을 할 수 있고, 삶의 의미를 회복시켜준다. 이러한 영화의 인지적 측면은 삶의 의미를 회복시켜주고, 행동 변화의 통찰을 촉진하며 개인적 이해를 심화시켜준다.

<4부>에서 계속

복을 부르는 새해 여행 고궁에서 왕의 기운 받기

계사년 첫 시각인 설 연휴를 무의미하게 흘러보내기보다 복을 찾아가는 것은 어떨까.
또 한 번 힘차게 살아갈 힘을 충전할 수 있는 새해 희망을 찾아보자.



이것도 왕의 기운이 머물러 있을 것 같은 고궁. 이번 설날에는 고궁에서 당당하고 기운찬 왕의 기운을 나눠 받고 계사년 첫날을 시작하는 것은 어떨까? 설 연휴 기간 내에 한복을 입고 가면 무료입장이 가능하고, 설날에는 관람객 전원이 무료로 입장할 수 있다.

▶ 설맞이 세시풍속 프로그램 마련 운현궁

고궁의 행사를 즐기고 싶다면 설날에는 운현궁으로 발길을 돌리자. 흥선대원군의 사저였던 운현궁은 이번 설을 맞아 차례상을 전시하며 차례상 차리는 법 등 세시풍속에 대해 알려주는 프로그램을 준비했다. 이번 행사에는 하례하식을 버리고 간소하지만 장성이 담긴 상차림법을 소개한다. 일부 공간에서 보수공사가 진행되어 상행에 따라 운현궁 내 일부 관람이 제한될 수 있으니 관리소에 미리 문의하는 것이 좋다.



위치 서울시 종로구 삼일대로 464
관람시간 오전 9시~오후 5시(입장 마감시간 오후 4시)
입장료 설 연휴 무료 관람 가능
문의 운현궁관리소(02-766-9000)
운현궁 관람 코스 수직사-노인당-노락당-이로당

▶ 느긋한 휴식을 즐길 수 있는 곳 창경궁

고궁 신책의 즐거움을 한껏 느끼고 싶다면 이번 설 연휴 기간에 창경궁을 방문해보자. 신저택에 지어진 창경궁은 그 덕분에 숲이 많고, 신책로의 아름다움이 창덕궁의 비원에 비견될 만큼 뛰어나다. 무엇보다 자연 그대로의 길을 잘 살려 경복궁과 달리 좀 더 아늑하고 오밀조밀한 신책로와 장소가 많다. 따라서 사람이 많이 찾기도 번잡함을 가려주기 때문에 부부가 함께 느긋한 휴식을 취하기에 좋다. 한때 왕의 신책로, 왕의 숲이라 불렀던 창경궁에서 명절의 떠들썩함을 잠시 벗어나 휴식을 취하는 것도 좋지 않을까.



위치 서울시 종로구 창경궁로 185
관람시간 오전 9시~오후 6시(입장 마감시간 오후 5시)
입장료 설날 무료, 설 연휴 기간 한복을 입은 관람객은 무료(일반 관람 어른 1천원, 18세 이하·65세 이상 무료(산본증 제시)외국인 제외)
문의 02-762-4888~9
창경궁 관람 코스 흥화문-육친교-명정전-문정전-승문당-빈민문-황민정-경춘전-환경전-통명전-인화당-영춘헌-집복헌-풍기대-성종태실-송민사-팔각종석탑-대운석(사물왕)-관덕정

만클 떡이 귀했기 때문.

남과 북이 만나는 경기도와 강원도에서는 만두에 떡을 합친 떡만두국을 먹었다. 설날 아침상 풍경은 팔도팔색(八道八色)이다. 그러나 그 안에 갖은 장성은 모두 마찬가지다.



전라도 팽떡국

육수를 낼 때 보통 쇠고기를 사용하지만 가장 으뜸은 꿩고기로 육수를 내는 것이라 고 한다. 꿩은 겨울이 되면 먹을 것이 부족해 깊은 산 속에서 민기로 내려온다. 그래서 꿩사냥이 쉬웠다. 꿩을 사냥하기가 점점 어려워지자 닭을 사용하게 되었다. 이제 는 팽떡국이 아니라 닭떡국이 꽤해졌다. “팽 대신 닭”이라는 말이 바로 여기에서 유 래되었다고 한다.



경상도 굴떡국

몸에 좋은 굴은 겨울이 제철이다. 해산물이 풍부한 특히 경상남도 지방에서는 굴을 넣어 떡국을 만들었다.



충청도 올갱이 떡국

논이나 민물기에서 나는 올갱이(다슬기)는 충청도의 전통적인 향토음식이다. 올갱이를 잡아 부침도 해먹는다. 떡국에 올갱이를 넣어 구수한 맛의 떡국을 즐긴다.



개성 조랭이 떡국

원래 호리병처럼 생긴 조랭이(조롱박)는 옷에 달고 다니면 액운을 막아준다고 한다. 또 다른 해석도 있다. 혁명으로 집권한 조선이 들어서면서서 고려의 수도인 개성지방 사람들의 원한이 사무쳤다. 그래서 보라는 뜻이 목을 조르고 비늘어 만든 것이 조랭이 떡국이라고 한다. 일설에는 이성계를 생각하면서 만들었다고도 한다. 어쨌든 시연 이 많은 떡국이다.



강원도 떡만두국

강원도는 쌀이 별로 나지 않는다. 그래서 떡국에다 보리나 잠곡을 섞어 만든 떡만두 국을 만들어 먹는다. 그 이복은 만두국이 떡국을 대신한다. 요즘은 떡만두국 대신 두 부떡국이 유행이다. 떡국도 이처럼 진화하고 있다.

그러면 마지막으로 제주도에서는 어떤 떡국을 먹을까? 필자가 청송년기까지 보낸 제주도의 설날 아침상에는 떡국이 없었다. 그렇다고 만두를 먹지도 않는다. 그저 일반 차례상과 같이 하얀 쌀밥을 차례상에 올린다. 필자의 이야기는 쌀로 떡국을 만드는 풍습이 없다는 것이다.

제주도에서는 쌀밥을 ‘곤밭’이라고 한다. 고운 밥, 하얀 밥이라는 이야기다. 옛날에 이 ‘곤밭’을 먹을 수 있는 기회는 명절 때 와 제사 때 밖에 없었다. 그래서 어릴 적에는 명절은 물론이거니와 제사 때는 즐거움 날이었다. 어쨌든 떡국이든, 만두든, 그리고 ‘곤밭’이든 간에 조상에게 차례를 지내고 세배 아침을 맞이하려는 경건하고 정성스러운 마음거침은 어느 지역이나 꼭 같을 것이다. 그러나 우리 모두의 설이 아니겠는가?

**떡국의 역사
새로운 한 해를 알리는
떡국 드셨습니까?**

설날은 순 우리 말이다. 한자로는 원일(元日), 세수(歲首), 연두(年頭)라고도 한다. 한자 그대로 모두 한 해의 첫 날을 의미한다. 따라서 설이란 묵은 해를 떨쳐 버리고 새해를 맞는 날이라는 뜻이다. 그러면 순수 우리 말인 ‘설’이라는 단 어는 어디에서 유래된 말일까? 설의 기원에 대해서는 여러 견해가 있다.

한 설 먹는다고 해서 ‘설’?

하나는 ‘한 설 나이를 더 먹는다는’에서 유래했다고 한다. 곧 ‘설’이 ‘살’로 된 것인데, ‘머리가 머리’(집중이나 물고기, 곤충을 세는 단위)에서 왔다는 사실을 근거로 이렇게 유추하는 것이다.

언어학에는 모음교체(母音交替)라는 말이 있다. 상반된 두 모음이 서로 바뀌어 의미 분화를 주는 것. 모음 ㅏ가 ㅑ로 바뀌어 뜻이 분화하는 것처럼 말이다. 갖이 길, 갖이 쓰이는 ‘서’에서 왔다는 주장이 있다. 그러니 한 해를 새로 세운다는 뜻이 된 다는 견해도 있다. ‘강이 신다’와 같이 쓰이는 ‘서’에서 왔다는 주장이 있다. 그러니 한 해를 새로 세운다는 뜻이 된 다. 예를 들어 새해부터는 담배나 술을 끊겠다던지, 운동을 시작하겠다던지 등의 이야기가 될 수 있다.

‘설다(제대로 익지 않다)’, ‘낯설다’, ‘설 어둡(해가 진 뒤 완전히 어두워지지 않은 어둡어둡한 때)’과 같은 ‘설’에서 왔다는 견 해도 있다. 새로운 해가 시작되거나 아직은 완전하지 않아 익숙하지 않다는 의미가 될 수 있다.

떡국, 무병장수와 재물을 기원

그러면 설날 아침에는 왜 떡국을 먹는가? 아마 “새해의 시작인 만큼 엄숙하고 청결해야 한다”는 의미에서 떡국을 먹기 시 작했을 것이다. 떡국에 들어가는 가래떡은 무병장수와 풍요를 기원했고, 썩 썩의 등근 모양은 화폐를 형상화하여 재물이 많이 들어오길 바라는 것이라고 한다.

우리나라의 경우 꼭 똑 같은 떡국이면서 지역마다 좀 색다르다. 지역특성에 따라 각기 다른 재료와 떡 모양새가 다르다. 풀 이는 방백도 다르다. 그러면 각 지역마다 떡국이 어떻게 서로 다른지 떡국으로 만나보는 팔도기행(八道紀行)을 떠나보자. 우선 충청, 전라, 경상 삼도는 농작물이 풍부한 떡국도 다양하게 발달했다. 바다와 인접한 지역에서는 풍부한 해산물을 활용해 소박하면서도 푸짐한 떡국을 끓였다. 반면 함경, 평안, 황해도는 떡국 대신 만두를 먹었다. 쌀 농사를 짓기 힘든

한국에너지그림교육연구소 검사도구 및 출판도서를 소개합니다.

구매문의 02)3446-3165

※ PDF 파일을 다운받아 도서 표지를 클릭하시면, 보다 상세한 도서 정보를 확인할 수 있습니다.

검사도구



KEPSTI 한국형에너지그림 간판성격유형검사



KEP7I 한국형에너지그림 성격유형검사



KEPT-J 한국형에너지그림 성격유형검사 청소년용



KEP7I-CLS 한국형에너지그림 진로 및 학습유형검사



KEP7I 한국형에너지그림 아동용 성격유형검사



KEPT-Y 한국형에너지그림 2판성격유형검사 아동·청소년용



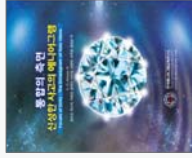
KEPSTI 한국형에너지그림 성격자유형검사

한국에너지그림교육연구소 검사도구 및 출판도서를 소개합니다.

구매문의 02)3446-3165

※ PDF 파일을 다운받아 도서 표지를 클릭하시면, 보다 상세한 도서 정보를 확인할 수 있습니다.

출판도서



• 통합의 측면 : 신성한 사교의 에너지그림



• 에너지그림과 함께 영혼잡재력 발견하기



• 한국형에너지그림 사례집II



• 에너지그림 실제 가이드



• 에너지그림 성격유형



• 에너지그림으로 본 다문화·세상



• 성공적인 자녀양육을 위한 9가지 성격



• 에너지그림 지능



• 에너지그림과 돈 : 두라움에서 사랑까지



• 에너지그림을 통한 지혜리더십



• 에너지그림의 깨달음



• 정단지능과 변명을 위한 9가지 설계원리



• 에너지그림 정복



• 영화로 배우는 심리학개론



• 필수 에너지그림



• 한국형에너지그림 사례집

더 많은 도서 확인하려면



• 에너지그림 명상



• 에너지그림 2



• 역삼에너지그림 가이드



• 변화하는 사회 속에서의 자기효능감

눈으로 뒤덮힌 하안제 상으로 떠나보세요! '눈꽃열차'로 떠나는 꿈과 낭만의 기차여행



미스터

개봉예정일 2017.02.16
감독 김태완
출연 정우, 강하늘, 김해숙



2017 한옥박람회

기간 2017.02.09(목) ~ 2016.02.12(일)
장소 킨텍스 제1전시장 3홀
행사소개

2017 한옥박람회는 전통한옥 설계 및 시공, 건축자재부터 인테리어, 가구까지 전통건축과 현대건축 등 폭넓은 전통건축산업 업체와 기관이 참여하는 최대 규모의 행사입니다. 한옥에 관련된 산업체, 기관, 장인, 일반 소비자가 모두 한자리에 모여 한옥을 찾고자 하는 일반인부터, 한옥을 찾고 있는 업체 관계자들이 필요한 정보를 접할 수 있으며, 함께 한옥산업과 문화가 나아갈 방향성을 논의할 수 있는 자리입니다.



간송과 백남준의 만남 - 문화로 세상을 바꾸다

일시 2016.11.09(수)~2017.02.05(일)
장소 DDP 배움터 2층 디지털박물관
행사소개

간송미술문화재단에서는 [간송과 백남준의 만남 - 문화로 세상을 바꾸다] 전시를 위해 조선 중기화단의 대가 연담 김명국과 조선 근대화 의 대가 현재 심사정의 대표작들과 함께 기이하고 독특한 품행으로 잘 알려진 조선 후기 호생관 최복의 신수화 및 인물화 그리고 조선 말의 대표적 화원화가 오일 강승언의 작품 등을 출품합니다. 1900년대 독일 플락사스 활동기의 대표작인 1900년대의 기념비적 파피르스 영 상인 [머리를 위한 선], 1970년대의 대표적인 [TV 부채]와 [TV 첼로] 등 이 나옵니다. 1980년대 이후 시기의 대표적 설치 작품인 [비디오 상들 리에 편], [코끼리 마저], [텔레 시는 토끼], [TV 시계]도 놓칠 수 없는 명작을입니다.



도서 소개

한국형에니그램 세계집1 - 인관간계를 중심으로-

이 책은 많은 사람들의 사례증상으로 이루어졌기 때문에, 전천히 음미하면서 읽으면 많은 인간관계의 방식을 이해하게 될 것이다. 또한 자신의 삶과 비교하면서 접근하면 더욱 공감할 수 있을 것이다. 처음부터 읽을 수도 있지만 자신의 유형을 중심으로 중간 중간에 필요한 부분을 읽고, 간단한 인간관계에 대한 도움을 받는다면 더욱 긍정적인 도움을 줄 수 있다.



에니그램 성격 : 자기발전과 인간관계

많은 직장인들이 요즘 '직장생활이 인생의 전부'는 아니라는 사실을 자각하기 시작했다. 한 회사에서 일생동안 일생하고 일할 수 있는 사회구조도 붕괴되고 있다. 이런 시대에 본인의 신조와 인생의 지침을 잃어버린 채 우왕좌왕하는 사람들이 참 많다. 이는 일본뿐만 아니라 산수덕들도 공통적으로 겪고 있는 현상이다. 이 책은 새로운 삶의 방식을 실현시키기 위한 지도일 뿐이다. 그 쪽 보다는 저 쪽으로 가는 게 좋다고 제한하는 지도인 것이다. 변화의 시대를 살아간다 보면 삶은 좋은 것만 좋은 것만 세로운 목표를 향해 전진해야 하고 자신의 두 다리로 정상을 향해 올라갈 수밖에 없다. 그리고 그 정상에 행복과 풍요로운 인생이 있기를 바라는 것은 너무나도 당연하다.

이런 상황에서 여러분은 에니그램이라는 지도를 얻었다. 조금은 불기사외한 지도를 받았다. 에니그램과 만날 수 있던 단 것은 행운이다. 그러나 에니그램이라는 지도는 결코 쉽지 않다. 필자는 처음부터 이 지도를 신봉하려고 강요하고 싶지 않다. 항상 의문을 갖고 일상 생활 속에서 에니그램의 신봉성을 검증해 주기를 바란다. 에니그램은 그 의미와 가치를 이해하는 사람들에게는 기존의 어떤 인간학이나 심리학보다 귀중한 지혜를 제공해 준다. 이러한 지혜는 자신뿐만 아니라 주위 사람들에게도 새로운 차원에서 각자의 능력을 발휘할 수 있는 기회를 줄 것이다. 이 책이 여러분의 인생지도로 유용하게 활용될 수 있기를 간절히 바란다.

한국에니이그렘그룹 사무식



2017년 1월 3일 한국에니이그렘교육연구소에서 한국에니이그렘 그룹 2017년 사무식 및 위촉식을 진행하였다. 홍운성 회장님의 신년사를 시작으로 오직에는 2017년 전임교수 임명식과 각 기관의 위촉식이 진행되었다. 연구소의 단계 교육의 효과적인 전달을 위한 PPT 변경 안과 강의 시연을 통해 다시 한번 서로 교학상장하는 시간을 가졌다.

정심초등학교 특강



2017년 1월 6일(금) 금천 정심초등학교에서 학생을 대상으로 에니이그렘 특강을 진행하였다. 박현경 전임교수의 지도 하에 진행된 에니이그렘 특강은 에니이그렘을 통한 자기 성격의 파악과 진로방향 설정뿐만 아니라 학우와의 관계 개선과 건강한 성격의 발전을 위한 방법에 초점을 두었다.

부산여자대학교 교수 역량강화 1단계 교육



2017년 1월 3일(화) 부산여자대학교에서 교수들을 대상으로 역량강화를 위한 1단계 교육을 진행하였다. 에니이그렘에 대한 성격이론 및 구조와 함께 한국에니이그렘 성격유형가사를 통해 유형별 특성과 단계 - 분열 및 통합에 대하여 익혔고, 에니이그렘 훈련을 통해 역량을 강화할 수 있는 실제적인 방법을 터득하는 시간이었다.

한국에니이그렘 가족상담



2017년 1월 6(금)~8일(일) 한국에니이그렘교육연구소에서 류정자, 김명수 전임교수의 지도 하에 한국에니이그렘 가족상담이 진행되었다. 본 과정은 여러 가지로 발생할 수 있는 가족의 문제와 위기들을 에니이그렘의 지혜를 이용하여 원만하게 해결을 하여서 행복한 가족을 만들 수 있도록 도움을 주는 과정이다.

유니스트 영재캠프



2017년 1월 11일(수) 울산과학기술대학교(UNIST)에서 지미신, 이도경 전임교수의 지도 하에 중학교 2학년과 대학생 120명을 대상으로 영재캠프를 진행하였다. 중학생 멘티와 대학생 멘토로 짝을 이루어 한국에니이그렘을 활용하여 성격을 파악하고, 진로 설정에 도움을 줄 수 있는 다양한 워크숍을 진행하였다.

한국에니이그렘 4.5심화단계



2017년 1월 13(금)~15일(일) 온양관광호 호텔에서 한국에니이그렘을 4.5 심화 과정을 진행하였다. 전문강사취득을 위한 필수과정인 심화교육은 '심층 에니이그렘 의식수련'이라는 주제와 '여기 그리고 지금'이라는 부제를 통해 진행되었으며 지금 여기에서 각 유형의 본질적인 신성 한 사고에 대한 접근과-유형별 노예 명상 등을 통해 여기 그리고 지금-지금을 체험하였다.



이후 일정은 한국에너지그린교육연구소 홈페이지에서 확인 가능합니다

www.kenneagram.com

SUN

MON

TUE

WED

THU

FRI

SAT

02

FEBRUARY 2017

29

30

31

1

2

3

4

5

6

7

8

9

10

11

12

13

14

15

16

17

18

19

20

21

22

23

24

25

26

27

28

1

2

3

4

* 서울검사지
08:00-12:00 / 서울교육장
황은신 전임교수

* 도구임크강
10:00-18:00 / 서울교육장
이도경 전임교수

* 1단계
09:00-19:00 / 서울교육장
황은신 전임교수

* 2단계
10:00-18:00 / 서울교육장
이도경 전임교수

* 중고등학생을 위한 꿈너머꿈
10:00-17:00 / 서울교육장
박현경 전임교수

* 부산통합과정
09:00-19:00 / 부산교육장
황은신 전임교수

* 우등치료
08:30-17:00 / 서울교육장
정준진 교수 특강

* 3단계
08:00-19:00 / 서울교육장
이도경 전임교수

* 부산통합과정
08:00-19:00 / 부산교육장
황은신 전임교수

* 리더십
10:00-18:00 / 서울교육장
지미신 전임교수

* 서울통합과정
08:00-19:00 / 서울교육장
박현경 전임교수

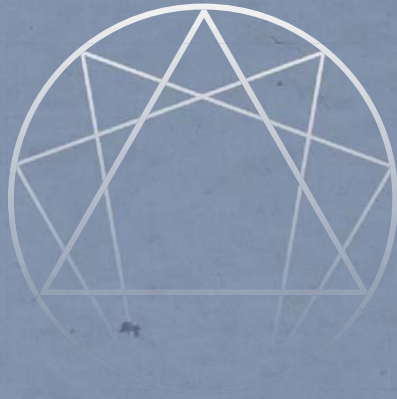
* 서울통합과정
09:00-19:00 / 서울교육장
윤전성 전임교수

* 중고등학생을 위한 꿈너머꿈
10:00-17:00 / 서울교육장
박현경 전임교수

* 리더십
10:00-18:00 / 서울교육장
지미신 전임교수

* 서울통합과정
08:00-19:00 / 서울교육장
황은신 전임교수

본 지에 나온 내용의 무단전제 및 복제를 불허합니다.



ISSN 2288-2251
등록번호 : 금천 라 00139호
2017년 1월 25일~2017년 2월 24일
편집기획 및 디자인 : 류재현

발행인 · 편집인 : 윤운성
기사제보 : 02-3446-3165 / FAX : 02-515-6784
인쇄 : 한국에너지그림교육연구소
편집위원 : 김새한별, 안신영, 윤완진

'월간 나눔과 힐링'은 매월 25일에 발간하여 한국형에너지그림의 소식과 학술단체 및 복지단체의 소식을 전하는 통합 매거진입니다.