

자기계발이라는 이름의 종교: 코칭프로그램의 자기테크놀로지를 중심으로*

이 숙 진

I. 들어가는 말 : 자기계발의 시대

최근의 통계에 의하면 우리나라 직장인 3명 가운데 2명은 자기계발을 하고 있으며,¹⁾ 심지어 사원 10명 중 9명이 자기계발을 하고 있는 대기업도 있다.²⁾ 샐러리맨(salary man)과 학생(student)을 결합한 '샐러던트(saladent)'라는 신조어³⁾가 생겼을 정도로 직장인들의 경우 자기계발은 선택이 아니라 필수가 되었다. 이러한 사태를 반영하듯 자기계발은 직장인들의 가장 중요한 새해 소망의 하나이지만 동시에 가장 압박을 받는 스트레스 원인으로 손꼽힌다.⁴⁾

현재 우리사회에서는 직장인만이 자기계발에 관심을 갖고 있는 것은 아니다. 취업을 앞둔 대학생들의 경쟁적 스펙 쌓기에서부터 중고생의 자기주도 학습, '성공하는 10대들의 7가지 습관'이라는 제목을 단 워크숍, 어린이 자기계발동화 시리즈의 발간 및 '초등학생을 위한 자기경영아카데미', 학부모와 주부를 대상으로 한 '자녀성공을 위한 코칭'에 이르기까지 자기계발에 대한 관심은 전사회적 차원으로

* 이 논문은 2012년도 정부(교육부)의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 연구되었음(NRF-2012-S1A5B5A02-023664).

1) 대한상공회의소가 2010년 10월 18일부터 27일 사이에 직장인 635명을 대상으로 '재직근로자 자기계발 현황'을 조사한 바에 의하면 66.6%가 자기계발을 한 것으로 나타났다. 상공회의소 홈페이지 http://www.korcham.net/EconNews/KcciReport/CRE01102R.asp?m_menu=&m_DataID=20101117001&m_chamcd=B001&m_query=&m_queryText=&m_page=1

2) <현대중공업 직원 90%는 '매일 자기계발'>, 《뉴스1코리아》, 2013.9.4. <http://news1.kr/articles/1307734>

3) <직장 학업 병행 '샐러던트'>, 《중앙일보》, 2010.1.18.

4) 방승배, <직장인 10명 중 7명 '자기계발 강박증'>, 《문화일보》, 2007.8.16.

확산되고 있다. 이러한 각계각층의 자기계발에의 욕망은 자기계발서적의 범람과 컨설팅/클리닉이라는 이름을 지닌 자기계발 산업의 호황으로 이어져 바야흐로 우리사회는 '자기계발의 시대'라고 해도 과언이 아니다.

우리사회에서 '자기계발'하면 제일 먼저 떠오르는 것은 외국어 공부나 업무 관련 지식 및 기술의 학습, 대인관계의 기술, 재테크 공부 방법 등이다. 실제로 출판 시장의 자기계발서는 경제경영서와 함께 묶여 직장생활을 위한 실용적 도서로 간주되고 있다. 그러나 최근 베스트셀러 반열에 오른 대중적 자기계발서의 목록을 보면 자기계발이 단순히 실용적 역량의 향상만을 의미하지 않는다. 《성공하는 사람들의 7가지 습관》, 《시크릿》, 《연금술사》 등과 같은 스테디-베스트셀러는 업무 역량보다는 삶을 대하는 개인의 태도나 정신, 습관 등을 중시하고 있다. 이러한 종류의 서적은 사회적 성공이나 행복에 이르기 위해 즐겁게 일하는 태도나 본능적 욕구를 통제할 수 있는 의지, 혹은 긍정적 사고 등을 조언한다. 성공을 위한 단순한 방법만이 아니라 그 자체로 자율성, 자아실현, 정신적 성장 등을 강조하고 있다. 이처럼 최근의 자기계발문화는 실용적 차원을 넘어서 영적, 심미적 자기계발의 논리와 방법으로 진화하고 있다.

이 글은 현재 우리사회에서 급속하게 확산되고 있는 자기계발 열풍을 새로운 '종교현상'의 하나로 보고 자기계발의 자기테크놀로지에 나타난 '종교적 성격'에 주목한다. 특히 자기계발의 실천이 어떠한 방식으로 주체형성의 메커니즘에 개입하고 있으며 그러한 과정을 통해 형성된 주체는 어떠한 특성을 지니는지 규명하고자 한다. 이를 위해 대규모 공개 코칭의 자기계발 프로그램인 서울 랜드마크포럼(Landmark Forum, 이하 [LF]로 표기)을 구체적인 분석대상으로 선정하였다. [LF]는 1971년 존 폴 로젠버그(John Paul Rosenberg, 후에 Werner Erhard로 개명)라는 세일즈맨이 자기계발분야와 사이언톨로지(Scientology) 등의 가르침을 종합하여 만든 '에르하르트 세미나 트레이닝(EST)'이라는 독창적인 집중 코칭 프로그램에서 시작

되었다. 엄청난 부와 인기를 누리던 ‘EST’는 1990년대 초 자기계발 전문업체인 랜드마크에듀케이션(Landmark Education)으로 합병되었고,⁵⁾ 현재 20개국 115개 지부에서 220여만 명의 수료생을 배출한 글로벌 자기계발 프로그램으로 급성장하고 있다.⁶⁾ 필자는 서울랜드마크포럼에 수행자 신분으로 참여하는 동시에 다른 수행자들을 인터뷰하는 참여관찰의 방법으로 이번 연구를 진행하였다.

논의의 순서는 대중문화의 하나로 등장한 최근의 자기계발 열풍에 대한 연구사적 검토로 시작하여, [LF] 수행자들의 자기테크놀로지에 나타난 종교성을 밝히고, 마지막으로 자기계발 현상의 배후에 작동하는 신자유주의의 논리와 주체 형성의 관련성을 규명한다.

II. 자기계발에 대한 연구의 흐름과 종교 연구

자기계발 현상에 대한 해외학계의 연구는 이미 많은 성과를 축적하고 있다. 특히 서구학계의 연구는 크게 두 패러다임에 기초하고 있다. 미셸 푸코의 문제의식을 수용한 ‘통치성학파’의 연구와 앤소니 기든스(Anthony Giddens)의 문제의식을 수용한 ‘성찰성학파’의 연구가 그것이다. 거시적으로 보면 전자는 자기계발문화를 비판적으로 접근하는 반면, 후자는 자기계발문화에서 긍정적 측면을 찾으려고 하는데,⁷⁾ 이러한 차이는 ‘근대성’을 보는 시각과 맞물려 있다.

5) Jules Evans, *Philosophy for Life: and other dangerous situations*, Not Applicable, 2012; 《삶을 사랑하는 기술 철학을 권하다》, 서경조 옮김, 더퀘스트, 2013, 204-206쪽.

6) 1991년 EST를 구입한 랜드마크에듀케이션은 [LF], [LF]실천세미나(LF in Action), [LF]고급과정(LF Advanced Course), [LF]인트로덕션 리더 프로그램(Introduction Leader Program)으로 이어지는 다양한 프로그램을 개발하여 오늘에 이르고 있다. www.landmarkeducation.com 참조.

7) 이러한 맥락에서 이루어진 대표적인 연구로는 Nikolas Rose, *Governing the Soul: The Shaping of the Private Self*, London and New York: Routledge, 1990; Nikolas Rose, *Inventing our Selves: Psychology, Power, and Personhood*, Cambridge: Cambridge University Press, 1998; 크리스토퍼 래쉬, 《나르시시즘의 문화》, 최경도 옮김, 문학과지성사, 1989; 미키 맥기, 《자기계발의 뒷》, 김상화 옮김, 모모사, 2011 등이 있다; 일본의 경우 최근에 나온 대표적 저서로는 宮崎 學, 《自己啓發病 社會》, 祥伝社, 2012가 있다.

국내의 경우는 그 어느 국가보다도 자기계발서가 범람하고 자기계발의 바람은 뜨겁지만 이를 대상으로 한 학문적 연구는 미흡한 편이다. 자기계발과 밀접한 관련을 지닌 분과학문은 심리학, 교육학, 경영학 등이다. 그런데 심리학에서는 심리치료나 치유의 문제와 관련하여 자기계발을 접근하는 경향이 강하고,⁸⁾ 교육학에서는 자기계발을 평생학습이나 자기주도적 학습과 관련하여 연구하는 경향이 강하며,⁹⁾ 경영학은 조직론의 입장에서 자기계발에 접근하는 경향이 있다.¹⁰⁾ 분과학문의 차이에도 불구하고 이러한 접근방식들은 어떻게 하면 자기계발을 잘 할 수 있으며 이를 위한 효과적인 프로그램은 무엇인가에 관심을 집중하고 있다. 즉 이들 분야의 연구는 프로그램의 개발 및 실천에 초점을 두고 있다. 이는 자기계발을 자연스러운 것 혹은 사회변화에 따라 모든 사람이 따라야 하는 필연적인 것으로 간주하기 때문에 나타나는 현상이다. 따라서 어떤 측면에서 보면 이들의 접근 방식 자체가 자기계발의 한 부분을 이루고 있는 셈이다.

사회학이나 문화연구(cultural studies)의 경우는 이와는 다른 관점에서 출발하고 있다. 특히 문화사회학 계열의 연구자들은 자기계발을 자연적이며 필연적이며 당연한 것으로 간주하기보다는 왜 이러한 현상이 나타나며 그러한 것이 자연스러운 것으로 간주되는가를 사회문화 변동과 관련하여 탐구하는 경향이 있다. 이러한 관점으로 국내에서 자기계발을 본격적으로 분석한 최초의 연구자는 서동진이다. 그는 미셸 푸코(Michel Foucault)의 문제의식을 수용하여 최근 한국사회의 사회변동과 관련하여 등장하는 자기계발 현상을 담론분석의 관점에서 분석하였다.¹¹⁾ 푸코와 서동진의 관점을 수용하여 한국 기독교의 자기계발 담론을 분석한 연구도 있

8) 김혜영, 이동귀, <직장인의 자기계발 동기와 심리적 안정감의 관계>, 《한국심리학회지 산업 및 조직》, 22권2호, 2009, 261-293쪽.

9) 이혜성, <변화강제교육과 자기계발학습>, 《교육학연구》, 제41권3호, 2003, 465-482쪽.

10) 임병진, <다윗을 통한 성공적인 삶을 위한 자기계발에 관한 연구>, 《한국로고스경영학회》, 11권1호, 2013, 161-174쪽.

11) 서동진, <자기계발의 의지, 자유의 의지: 자기계발 담론을 통해 본 한국 자본주의 전환과 주체형성>, 연세대학교 박사학위 논문, 2005; 이 논문을 수정, 보완한 것이 서동진, <자유의 의지 자기계발의 의지: 신자유주의 한국사회에서 자기계발하는 주체의 탄생>, 돌베개, 2009이다.

다.¹²⁾ 한편 담론분석에 초점을 두는 이러한 연구들과는 달리 자기계발 담론을 수용, 실천하는 수행자에 대한 연구¹³⁾와 담론분석과 수행자 연구를 결합한 연구도 등장하였다.¹⁴⁾

이처럼 사회학이나 문화연구 진영이 자기계발을 ‘사회현상’이나 ‘문화현상’으로 접근하는 반면, 이 글은 자기계발을 ‘종교현상’으로 보고 접근한다. 즉 대중문화의 옷을 입고 나타난 자기계발 열풍을 새로운 형태의 ‘종교현상’으로 규정하고 출발한다. ‘종교적인 것(the religious)’을 동원하여 신비감의 후광을 덧씌우는 대중문화 속의 자기계발 현상에 주목하고자 하는 것이다. 최근의 종교연구는 대중문화의 의미형성 과정에서 나타나는 ‘종교적인 것’의 역할에 주목하면서 누가 왜 어떤 맥락에서 종교적 상징과 의례를 끌어들이는지를 묻는다.¹⁵⁾ 전세계적으로 유행을 찾아보기 힘든 한국사회의 인터넷 열풍,¹⁶⁾ 젊은 여성층을 중심으로 급격하게 확산되고 있는 다이어트 및 성형 열풍,¹⁷⁾ 자식교육에 목숨을 거는 한국 부모들의 교육열¹⁸⁾에서 ‘종교적인 것’을 읽으려는 시도가 대표적인 예이다.¹⁹⁾

이 대목에서 종교가 무엇인가라는 종교 정의(definition of religion)의 물음이 제기될 수 있지만 이 글에서는 종교에 대한 ‘본질적 정의’를 내리고 시작하지는 않는다. 종교의 정의는 유용한 출발점이 될 수 있으나 선택의 폭을 좁히는 경향이 있

12) 이숙진, 〈신자유주의 시대 한국 기독교의 자기계발 담론: 여성교인의 주체화 양식을 중심으로〉, 《종교연구》, 60호, 2010.

13) 전상진, 〈자기계발의 사회화: 대체 우리는 자기계발 이외에 어떤 대안을 권유할 수 있는가?〉, 《문화와 사회》 제5권, 2008.; 정가영, 〈한국의 칠포 담론에 관한 연구: 재현과 현실 사이의 여성들: 성별화된 자기계발서와 그 수용자를 중심으로〉, 《한국사회학대회(1)》, 2007.12, 625-637쪽.; 손지희, 〈여대 ROTC와 신자유주의적 자기계발주체〉, 《여/성이론》 통권 제24호, 2011.6, 40-60쪽.; 태희원, 〈신자유주의적 통치성과 자기계발로서의 미용성형 소비〉, 《페미니즘 연구》 제12권 1호(2012), 157-191쪽.; 오찬호, 〈자기계발에 대한 세대 사회학적 접근: 세대별 자기계발 유형에 관한 연구〉, 한국사회학회 전기사회학대회, 2009.6, 1215-1222쪽.

14) 이범준, 〈한국의 자기계발 담론과 젊은 직장인들의 수용과 실천에 대한 연구〉, 서울대학교 박사학위논문, 2010.

15) Jang Sukman, "The Religious in Modern Korean Culture," *Korea Journal*, Summer 2007, pp. 4-11.; 임현수, 〈놀이의 근대적 변용: 스포츠와 종교적 사유〉, 《종교문화비평》, 제3호, 2003, 15쪽.

16) Yoo Ki Bbeum, "Looking for Salvation beyond a Risk-ridden Reality: The Religious Nature of Korean Internet Culture," *Korea Journal*, Summer 2007, pp. 12-40.

17) Park Sang Un, "Beauty Will Save You": The Myth and Reality of Diet in Korean Society," *Korea Journal*, Summer 2007, pp. 40-71.

18) Lim Hyunsu, "A Religious Analysis of Education Fever in Modern Korea," *Korea Journal*, Summer 2007, pp. 70-98.

19) 북한의 주체사상을 '국가종교'로 보는 관점도 이와 유사한 맥락에서 있다. Eun Hee Shin, "The Sociopolitical Organism: The Religious Dimensions of Juche Philosophy," *Religions of Korea in Practice*, Princeton and Oxford: Princeton University Press, 2007, pp. 517-525.

으며 해당 주제에 대한 검토를 시작하기도 전에 그 주제를 ‘알고 있다’고 가정하게 만들기 때문이다.²⁰⁾ 따라서 종교에 대한 엄밀한 정의보다는 ‘종교’와 ‘종교적인 것’을 다소 느슨한 용어로 사용하면서 경험, 신화, 교리, 의례, 사제 등과 같은 종교의 하위 개념들을 분석도구로 사용하고자 한다.²¹⁾

한편 이 글은 자기계발에 대한 담론분석보다는 자기계발 담론을 실천, 수용, 소비하는 수행자에 대한 연구를 지향한다. 그 동안 자기계발 수행자에 대한 연구는 자기계발서적 독자나 플래너의 유저들에 대한 연구를 선호해 왔는데 이는 대중성 확보와 연구과정의 수월함 때문이다. 그러나 이러한 방식의 연구는 자기계발의 가르침이 수행자의 몸에 각인되는 과정을 면밀하게 추적할 수 없다는 약점을 지니고 있다. 수행자가 어떤 방식으로 어느 정도로 철저히 실천하는지에 대하여 직접적 관찰이 용이하지 않기 때문이다. 시간관리 플래너를 사용하거나 관련서적을 섭렵한 이후 코칭 프로그램을 선택한 인터뷰이(interviewee)들은 독서를 통한 ‘이해’와 이해한 것을 ‘실천’하는 것은 전혀 다른 문제라고 말한다. 때로는 이 ‘홀로 수행자들’은 이해와 실천의 간극을 좁히고 자기계발의 지침을 지속적으로 실천하기 위하여, 동일한 목적을 지향하는 수행자끼리 온/오프라인의 모임을 결성해 각자의 노하우를 공유하거나 공개강의를 통해 시간관리 테크닉 등을 배우기도 한다. 그러나 간헐적으로 진행되는 오프라인의 모임은 멤버의 잦은 교체와 소수의 참여자에 그치는 경우가 많아서 표본추출에 어려움이 있다.

이에 반해 코칭 프로그램은 체계적으로 고안된 자기 테크놀로지가 작동하는 과정과 수행자들의 변화하는 모습을 면밀하게 관찰할 수 있는 장점이 있다. 따라서 이 글에서는 코칭 프로그램에 주목하였고, 특별히 글로벌 자기계발프로그램 회

20) Malory Nye, *Religion: The Basics*, Routledge, 2008; 《문화로 본 종교학》, 유기쁨 옮김, 논형, 2013, 35-36쪽.

21) 이러한 맥락에서 종교의 정의를 내리는 대신 종교의 여러 차원을 제시한 니니안 스마트의 접근방식은 유용하다. Ninian Smart, *Worldviews: Crosscultural Explorations of Human Beliefs*, New Jersey: Prentice Hall, 2000; 《종교와 세계관》, 김윤성 옮김, 이학사, 2000.

사인 랜드마크 에듀케이션에서 제공하는 서울[LF]를 연구대상으로 삼았다. [LF]를 연구대상으로 선정한 이유는 대중적 인기와 대표성 때문이다.²²⁾ [LF]의 한 수행자는 이 프로그램에 대한 인상을 다음과 같이 서술하였다.

하루 열두 시간씩 사흘 동안 진행되는 포럼을 통해 최소한 80% 정도로 짐작되는 사람들이 변한다. 직접 포럼을 경험한 나로선 이견 기적이다. 광장의 기적이다. 여기에 대한 선형적인 논리의 틀은 없다. 논리(이성)는 감동(감성)과 충돌하지 않고 정교하게 작동된다. 노파심에 말하지만 [LF]는 종교가 아니다. 종교적 틀을 일정 차용한 흔적은 엿보이지만, 그렇다고 하여 종교는 분명 아니다. 또한 심리 치료도 아니다. 명상도 아니다. 가장 가까운 용례를 든다면 [LF]는 자기계발 프로그램으로서의 교육 과정이다.²³⁾

한 수행자의 인상이지만 매우 중요한 메시지가 포함되어 있다. [LF]는 종교 프로그램이 아니라 교육 프로그램이라는 지적인데 이는 [LF]의 공식적 입장이기도 하다.²⁴⁾ 이처럼 [LF]는 공식적 비공식적 차원에서 '종교'로 간주되지 않지만, 연구자의 시선으로 보면 그 프로그램이 실천, 수용될 때 종교적 요소와 성격이 포착될 수 있다. 따라서 이 프로그램은 종교라는 개념의 렌즈로 자기계발문화를 탐색하는 본 연구의 대상으로 적절하다.

[LF]가 어떠한 방식으로 수행자들의 자아와 공명하며, 어떠한 '의례적 장치'를 통해 자기계발의 '신화'와 '교리'가 내면화되는지를 규명하기 위하여, 필자는 남녀

22) 연구대상자 선정을 위한 사전조사에서 자기계발관련 업무를 수행하거나 회사의 교육담당 부서에 종사하는 인터뷰이들은 한결같이 "여느 코칭 프로그램과 견주어도 뒤떨어지지 않는 뛰어난 탁월함이 있다"고 진술했다. 또한 고가의 참여비용과 3일동안 하루 12시간 씩 진행되는 빡빡한 일정에도 불구하고 매번 120~150명의 참가인원을 확보하고 있는 점은 이 프로그램에 대한 높은 신뢰를 반영하는 것으로 판단했다.

23) 한 수행자가 쓴[LF]참관보고서이다. blog.naver.com/report25/150123543603

24) <http://www.landmarkworldwide.com/>

수행자 34명에 대한 심층 인터뷰를 시도하였다. 특히 수행자 신분으로 참가한 필자는 여타 수행자들이 프로그램 진행과정 중에 어떻게 말하고 행동하는지 그 변화 과정을 고찰하였으며, 여타 수행자들과 리포트²⁵⁾를 맺어 자기계발프로그램의 수행 과정과 내용 그리고 참가자들의 의식/무의식적 욕망 등을 관찰할 수 있었다. 필자가 직접 참여한 프로그램은 [LF],²⁶⁾ [LF]실천세미나,²⁷⁾ [LF]고급과정,²⁸⁾ [LF]이브닝 세션,²⁹⁾ 그리고 [LF]오픈세션³⁰⁾이다.

III. 자기테크놀로지를 통해 본 자기계발의 세계

[LF]가 다양한 통로를 통해 수행자들에게 제공하는 가르침은 매우 강력한 권위를 갖고 있다. 수행자들은 [LF]의 가르침을 단순한 정보나 지식이 아니라 삶의 방향을 제공하는 소중한 지도 혹은 나침반으로 받아들인다. 따라서 수행자들에게 [LF]의 가르침은 종교의 세계에서 등장하는 신화와 교리의 위상을 지니고 있다. [LF] 수행자들은 그러한 신화와 교리를 자기 테크놀로지를 통해 내면화하면서 새로운 주제로 탄생한다.

[LF]의 가르침을 한 문장으로 요약하자면 다음과 같다. “돌파구 방법론

-
- 25) 리포트(rapport)는 프랑스어의 ‘가져오다’, ‘참조하다’에서 파생된 용어로 환자와 의사 사이의 심리적 신뢰관계를 뜻한다. 교육, 상담, 인류학적 연구방법 등에 많이 적용되는데 가령 교육자, 상담자, 인류학자 등이 학생, 내담자, 연구대상과 리포트를 형성하면 풍부한 정보나 훨씬 나은 효과를 얻을 수 있다.
- 26) 필자가 참여한 21회[LF]은 2012년 12월 7~9일 매일 14시간(오전 9시-오후 11시)과 11일 3시간 30분(오후 7:30-11시) 동안 진행되었다. 7~9일 동안의 포럼은 여의도동 C빌딩 C홀에서 수행자 127명과 [LF]졸업생자원봉사자 30여명이 참여하였으며, 11일 이브닝 세션은 명동 B회관 대화의실에서 수행자, 졸업생자원봉사자, 게스트 등 500여명이 참여하였다.
- 27) 필자가 참여한 랜드마크 실천세미나는 10주 동안 (2012년 12월 22일-2013년 3월 9일) 매주 토요일(오전 10시-오후 1시 30분) 총 10회 개최되었는데 필자는 총 6회 참여하였다.
- 28) 필자가 참여한 제9회 [LF]고급과정은 2013년 1월 18~20일 매일 14시간(오전 9시-오후 11시)과 22일 3시간 30분(오후 7:30-11시) 동안 C빌딩 C홀에서 개최되었다. 수행자 120명과 자원봉사자 30여명이 참여했으며, 이브닝 세션(22일)에는 350여명이 참석하였다.
- 29) 랜드마크 이브닝세션은 [LF]나 [LF]고급과정의 마지막 강좌로서 수행자들이 자신의 지인들을 초청하여 함께 수행하는 일종의 공개 교육프로그램이다. 필자가 게스트의 자격으로 참여한 프로그램은 19회, 20회, 22회, 23회 [LF]과 제10회 [LF]고급과정의 이브닝세션이다.
- 30) 랜드마크 오픈세션은 [LF]에서 다루는 내용 중 일부를 소개하는 프로그램으로서 내국인 리더가 진행한다. 주로 실천세미나 수행자가 초청한 게스트들이 참여할 수 있으며, 필자는 이 연구의 사전준비작업의 일환으로 2012년 7월~9월 동안 총 3회 참여하였다.

(breakthrough methodology)으로 무한한 기능성의 영역을 새롭게 창출할 수 있다.” [LF]에 따르면 우리 모두는 기정사실로 간주된 모종의 ‘진실’속에서 살고 있으며 그 테두리 안에서만 행동한다. [LF]는 기정사실화된 그 무엇을 ‘분별’하도록 돕는 역할을 한다. 따라서 [LF]가 제공하는 새로운 관점을 자신의 삶에 적용하면 돌파구를 찾게 되어, 자신의 삶에 부착된 과거의 제약이 모두 사라지며 새로운 기능성의 영역을 창출할 수 있다. 돌파구를 얻게 될 대표적 영역은 ‘관계 커뮤니케이션’과 ‘개인적 생산성’, ‘자신감’, ‘영향력과 변화의 능력’, 그리고 ‘삶의 질’이다.³¹⁾ 이러한 [LF]의 교리는 교육과정 내내 다양한 사례를 통해 변주되고 수행자들은 다양한 테크닉을 통해 그것들을 내면화한다. 이번 연구는 자기계발 수행자의 자기 테크놀로지에 집중하기 때문에 [LF]가 제공하는 신화와 교리에 대한 본격적 분석이나 평가는 차후의 과제로 남겨둔다.

그러면 자기 테크놀로지(technologies of the self)란 무엇인가? 푸코에 의하면 “개인이 어떤 목표, 예를 들면 행복, 순결, 지혜, 완전무결, 불멸의 상태에 도달하기 위하여, 자신의 수단이나 타인의 도움을 받아 자신의 몸과 영혼, 생각, 행위, 존재방식 등에 변형을 가하는 일련의 테크닉”이다.³²⁾ 요컨대 개인이 어떤 목표를 실현하기 위해 자신을 변화시키는 과정이다. 학자들은 푸코의 이 개념을 좀 더 발전시켜 자기 테크놀로지의 단계를 설정하기도 하였다. 채펠(Clive Chappell)과 그의 동료들은 자기 테크놀로지의 실천 과정을 자기알기(knowing oneself), 자기통제(controlling oneself), 자기돌봄(caring oneself), 자기(재)창조((re)creating oneself)의 4가지로 나눈 반면,³³⁾ 니콜라스 로즈는 자기알기(know yourself), 자기숙련(master

31) 서울[LF]선전 리플렛 참조.

32) Luther H. Martin, Huck Gutman, and Patrick H. Hutton eds, *Technologies of the Self: A Seminar with a Michel Foucault*, Amherst: The University of Massachusetts Press, 1988, p. 18.; Michel Foucault, *Technologies of the Self: A Seminar with Michel Foucault*, Amherst and Boston: University of Massachusetts Press, 1988; 《자기의 테크놀로지》, 이희원 옮김, 동문선, 1997, 36쪽.

33) Clive Chappell, Carl Rhodes, Nicky Solomon, Mark Tennant, Lyn Yates, “Pedagogies for personal change in the ‘self-help’ literature”, in *Reconstructing the Lifelong Learner: Pedagogy and Identity in Individual, Organisational and Social Change*(pp. 57–69), London and New York: RoutledgeFalmer, 2003, pp. 67–69.

yourself), 자기돌봄(care for yourself)의 3가지로 나눈다.³⁴⁾

이 글에서는 위의 두 분류를 종합하여 자기알기, 자기숙련, 자기재창조의 세 테크닉으로 재분류하였다. 자기돌봄의 테크닉은 자기 테크놀로지의 토대이자 전제이기 때문에 별도의 항목으로 다루지 않았다. 그리고 이 세 테크닉은 어디까지나 분석의 편의를 위해 구분한 것으로서 서로 중첩되어 있을 뿐만 아니라 상호작용을 한다. 또한 세 테크닉이 단계적으로 일어나는 것도 아니다. 이러한 점을 유념하면서 [LF] 수행자의 자기 테크놀로지에서 나타나는 세 테크닉의 성격을 살펴보고자 한다.

1. 자기 알기(knowing oneself)

오래 전부터 고전종교와 철학은 고유한 자기알기 테크닉을 제공하여 왔다. 소크라테스의 문답법(산파술)을 비롯하여, 유교의 수양론, 불교의 수행법, 도교의 수련법 등은 그 대표적인 사례이다. 오늘날 점증하고 있는 자기계발의 프로그램은 자신의 삶과 행위를 평가 진단·측정·개선·교정하는 등의 기술을 수반한다는 점에서 이 시대의 대표적인 자기의 테크놀로지라고 할 수 있다. 고전종교와 최근의 자기계발 프로그램이 제공하는 자기알기 테크닉은 서로 다른 사회역사적 맥락과 깊이의 차이가 있지만, 자기에 대한 지식을 확장하고 자기 변화를 꾀한다는 공통점을 지니고 있다.

마크 텐넌트(Mark Tennant)에 의하면 자기알기 테크닉은 자신의 세계관과 패러다임의 점검, 억압되고 은폐된 감정 및 사고의 의식화, 자아-개념(self-concept)과 자아-존중(self-esteem)과 이상적 자아(ideal self) 사이의 불일치 분석, 생애 되돌아보기, 타자의 시선으로 자기 새롭게 보기, 심리검사를 통해 기준규범에 대한

34) Nicolas Rose, *Inventing ourselves: Psychology, Power and Personhood*, Cambridge: Cambridge University Press, p. 29.

자신의 태도 측정하기 등으로 이루어져 있다.³⁵⁾ 채펠과 그의 동료들에 의하면 자기 알기는 자신이 정상(normality)의 범주에 들어가는가를 확인하고 자신의 결점(자아 존중감의 결여, 성공 감정의 결핍, 꿈의 결핍)을 측정하는 행위인데, 여기에는 계산가능한 주체(calculable subject) 개념이 깔려 있다.³⁶⁾

대부분의 자기계발 프로그램에서는 '자기문제화(problematizing the self)'가 자기 알기의 중요한 전제로 등장한다. 자신이 문제를 지닌 존재라는 사실이 전제되어야 자기 알기가 의미를 지니기 때문이다. 또한 자기문제화는 교정 가능한 주체 개념과 밀접한 관련을 맺고 있는데 이때 교정해야 하는 '자기'의 영역은 영성, 몸, 습관, 태도, 재정상태, 인간관계를 맺는 방식 등 매우 다양하다. 이처럼 자기문제화에서 시작하여 자기교정으로 연결되는 자기 알기는 변화의 주체 및 대상을 사회 제도나 구조가 아니라 '자기 자신'으로 설정한다는 점에서 중요한 의미를 지니고 있다.

그런데 [LF]에서는 '분별하기(distinction)'를 자기 알기의 핵심으로 삼고 있다. '분별하기'를 통하여 "항상 알고 있었던 것의 밖에서 자신과 다른 사람들을 볼 때, 자신이 누구이며 다른 사람들이 누구인지를 발견할 수 있다"³⁷⁾고 강조한다. 실제로 수행자들은 '분별하기'를 실천함으로써 과거와 현재의 자신에 대한 지식을 확대하고 있다. 대인관계에서의 심각한 문제를 '분별하기'를 통해 해결하였다는 한 수행자의 고백을 보자.

친구한테조차도 하고 싶은 말을 한 적이 거의 없어요. 담아 둔 말을 하고 나서, 후회하지 않은 날이 없었거든요...4~5세 때부터 친척집에서 (부모와 떨어져

35) Mark Tennant, "Transforming Selves," *Journal of Transformative Education*, Vol. 3 No. 2, April 2005, p.108.

36) Clive Chappell, Carl Rhodes, Nicky Solomon, Mark Tennant, Lyn Yates, *op. cit.*, p. 67.

37) 랜트마크포럼 리플렛

제) 살았어요. 친척집에는 사촌이…매일 트집을 잡아 때렸어요… 여기 (얼굴)
홍터가 그때 생긴 거예요… 직장에서나 친구한테나 하고 싶은 말 못하고 참
고 하는 게, 그때 사촌들한테 안 맞으려고 말 못하고 참아서…그랬던 것 같아
요.(F40F, 201212:9)

그는 아동기의 고통스러운 경험에서 “억울함을 토로하면 괴롭힘을 당한다”는 이야기를 지어내었고, 평생 이 이야기 속에 갇혀서 습관적으로 자신의 감정을 억눌렀으며, 그 결과 대인관계의 심각한 문제를 겪게 된 것으로 스스로 진단하였다. 그의 이러한 해석과 진단은 “과거 사건은 이미 종결되었음에도 불구하고, 그 사건에 대한 이야기가 남아서 현재뿐만 아니라 미래에도 영향을 미치고 있다”는 [LF]의 가르침에서 영향을 받은 것이다. ‘사실(fact)’과 ‘이야기(story)’를 분별하면 관계 커뮤니케이션에서 돌파구가 마련될 것이라고 이 수행자는 확신하게 된 것이다.

[LF]의 자기알기 테크닉에서는 사실과 이야기의 분별 이외에도 여러 차원의 분별하기가 시도된다. 가령, 자신의 강점(strong suit)³⁸⁾에서 얻은 것과 잃은 것을 분별하기, 라켓(Racket)³⁹⁾을 가지고 상대를 대하였던 자신을 분별하기, ‘이미/늘 듣기(already/always Listen)’에 익숙해진 자신을 분별하기 등이 그것이다. 특히 ‘이미/늘 듣기’에 대한 분별은 LF의 자기기획이 목표하는 ‘무한한 가능성의 세계’를 여는 중요한 열쇠이다. [LF] 교리에 따르면 우리의 머릿속에는 자신의 경험이나 인류의 오랜 경험을 통해 습득된 선입견이나 고정관념이 있는데 이를 ‘내면의 작은 목소리’라고 한다. 그 작은 목소리는 ‘이미/늘 듣기’의 형식으로 표출되는데 이로 인해 무한한 가능성의 세계가 차단된다. 코페르니쿠스의 지동설처럼 혁명적인 아이디어가 처음에 어떠한 대접을 받았는지를 상상해보면, 우리가 얼마나 ‘이미/늘 듣

38) [LF] jargon의 하나인 강점(strong suit)은 삶에서 성공하고 결과를 만들어 내기 위해서 의존하는 ‘고정된 존재방식’이다. 고정된 존재방식이란 과거에 내린 결정의 산물로써 미래에 어떠한 존재로 있을지를 정해준다.

39) [LF] jargon의 하나인 라켓(Racket)은 자기의 관점에서 사태, 사건, 사람을 보고 주장하는 것으로서 일종의 위장된 감정이다.

기에 길들여져 있는지 잘 알 수 있다. 지동설로 인해 무한한 가능성의 세계가 현실화되었듯이, '이미/늘 듣기'를 강요하는 그 '작은 소리'와 '진정한 자신의 소리'를 분별하면 새로운 가능성의 세계가 열린다는 것이다. 이처럼 무한한 가능성의 세계를 추구하는 [LF]의 삶의 기획은 주체의 자유와 자율성을 표방하면서 정치적 사회적 제도적 목표를 달성하는 신자유주의 통치성과 조응하는데 이 점에 대해서는 후술할 것이다.

[LF]수행자들은 자기알기 테크닉을 구사할 때 고백과 소크라테스식 문답법을 적극 활용한다. 헤이디 림케는 자기계발 서적을 분석하면서 세 가지 유형의 고백을 제시하였는데, 자기고백(self-confession), 동료간의 고백(peer confession), 사제 앞에서의 고백(priestly confession)이 그것이다.⁴⁰⁾ [LF]에서는 자기고백⁴¹⁾이나 동료(수행자)끼리의 고백⁴²⁾보다는 사제 앞에서의 고백이 훨씬 더 빈번하게 등장한다. 포럼은 3일 동안 강도 높게 지속되며, 하루 4회 혹은 5회의 세션이 열리는데, 각 세션마다 수행자들은 포럼리더 앞에서 공개 고백을 한다. 포럼리더는 수행자의 고백을 이끌어내기 위하여 아래와 같은 문답법을 활용한다.

수행자: 암 판정이 난 뒤 생활은 엉망이고...요새는 점점 걱정 때문에 불면증으로 시달립니다. 여태까지는 (가족이) 돌보아주고 있지만...(병이) 더 악화되거나 장기화되면 남편이고 아이들이고 (저를) 떠날까봐 걱정에 잠도 못자고...

40) Heidi Marie Rimke, "Governing Citizens through Self-Help Literature," *Cultural Studies* 14(1) 2000, p. 67.

41) [LF]에서 자기고백(self-confessions)은 자기에게 쓰는 편지와 매일 주어지는 과제를 통해 수행되고 있었다. 자신이 [LF]를 통해 성취하고자 했던 것, 실제로 성취하고 있는 것, 자신과 자신의 삶을 위해 창조하는 가능성에 대하여 스스로 검열하고 성찰함으로써 자기에 대한 지식을 확장시키고 있었다.

42) [LF]에서 수행자 간의 고백(peer confession)은 매일 5~6회 정도 꾸러지는 소모임에서 행해졌다. 소모임의 구성원 선정은 무작위로 이루어지며, 구성원들은 포럼리더의 주제 강연(교리/신화)을 듣고 매뉴얼대로 자신의 생각과 행위를 진단/재구성하여 상호고백을 하는 과정에서 자기에 대한 지식을 확장시킨다. 이러한 형식의 고백은 성경구절이나 교리에 비추어 자신을 성찰하면서 자신의 생각을 교인들끼리 나눔으로써 공통의 지향점을 모색하는 그룹바이블스터디(GBS)와 매우 유사하였다.

사제: 현재 자신을 가장 괴롭히고 있는 것은 무엇인가요? 암인가요, 가족이
냉담해질 것 같은 염려인가요?

수행자: 현재는... 남편이 무심해질까봐 그게 더 걱정이예요.

사제: 자, 팩트는 무엇인가요? 사실(fact)와 해석(interpretation)을 분별해보세
요. 가족이 떠난 것이 실제 일어난 일인가요?

수행자: 아니요

사제: 그렇담, 무엇이 팩트인가요?

수행자: 제가 암을 앓고 있다는 것이요

사제: 그렇습니다. 암이 심해지는 것과 가족이 떠나는 것을 연결시키는 것은
당신이 만들어낸 이야기입니다. 그 신파이야기로 인해 당신은 더 병들고
있는 겁니다. (냉소적인 표정을 지으며) 상처를 들춰서 거기에 소금을 뿌
리는 걸 즐기시는군요.

수행자: ...

사제: 지금은 병에 집중하여 건강식하고 운동하고 치료해야하는 시기인데, 정
작 병은 방치하고 일어나지 않은 미래에 온 에너지를 집중하고 있는 겁
니다. 자 이제 왜 신파이야기에 갇혀있는지 거기 매달리게 되었는지 그
근원을 찾아봅시다.(중략) (F40P 201212:7)

여기서 포럼리더는 수행자가 직면한 문제와 그 문제를 다루는 ‘고정된 방식’
을 일깨워 주기 위하여 실제 일어난 사실(fact)과 그것에 대한 해석(interpretation)
을 분별하게 하고, 실재(reality)와 실재에 대한 이야기(story)를 분별하도록 이끈다.
이 순간 수행자들은 신자(제자)가 되고 포럼리더는 사제(구루)가 된다. 수행자는 포
럼리더 앞에서 고백하는 동안, 자신이 누구이고 무엇을 어떻게 해야 할 지가 “마치
불빛이 쬐지듯” 환하게 보였다고 진술하는데, 이는 고백과 문답법으로 이루어진

[LF]의 자기알기 테크닉이 효과적으로 작동하고 있음을 보여준다.

이러한 고백의 기술에서 중요한 지침으로 강조되는 것은 '정직'이다. 자기 행동이나 상황, 내면에 대한 진솔한 고백이 이루어져야 정확한 자기진단(self-diagnosis)과 자기알기가 가능하기 때문이다. [LF] 중에는 일상에서는 보기 힘든 성스러운 분위기가 형성되어, 회심한 종교인의 간증처럼 수행자들의 어두운 이면이 낱낱이 고백된다. 개신교 교인인 한 수행자는(M40H 201212:9) 교회공동체에서도 보기 드문 “바닥의 경험을 다 말하고 자기를 드러낼 수 있는” 이 공간에 대해 경이감을 표하였다.

늘 자살을 생각하고 살았어요. 서른 알가량의 수면제를 중탕을 해서 녹여 먹은 적도 있고, 연탄도 준비했어요. 실패 안하려고 공리를 많이 했죠. ...다른 사람들은 (포럼의) 첫날부터 막 눈이 뜨였다고 하는데 저는 그저 그랬어요. 그런데 둘째 날 저녁에 막 눈물이 쏟아졌어요. 참 신기한 게, 제가 삶의 무게를 너무 무겁게 지고 살았다는 걸 알게 되었어요. ... (F30G 201304:23)

불화와 불운으로 점철된 가족사와 당시의 불안한 생활을 토로했던 이 수행자는 스스로 봉인해 두었던 이야기를 꺼내어 고백하는 과정에서 그 동안 의식적, 무의식적으로 외면해 왔던 자신의 한 측면을 더 잘 알게 되었다고 진술했다. 인간은 이야기를 하면서 자기를 이해한다고 한 폴 리코르(Paul Ricoeur)의 말을 따르자면, 체험을 진술하는 행위는 자기발견과 자기해석의 과정이다.⁴³⁾ 여기저기 흩어져 있는 사건과 분절된 경험을 일관된 줄거리로 재구성하는 일은 무의미로부터 의미를 만들어내는 창조적 작업이다. 자기 정체성을 깨닫는 중요한 장치가 언술행위라는

43) Paul Ricoeur, *Time and Narrative*, Chicago: University of Chicago Press, 1984~1988; 《시간과 이야기》 김한식, 이경래 옮김, 문학과지성사, 2004.

점에서 수행자들의 이러한 고백은 자기알기 테크닉의 핵심이다.

종교의례에서도 고백의 테크닉은 용서와 화해, 그리고 거듭남을 위한 필수적인 장치이다. 특히 고백의 종교라고 불리는 가톨릭에서는 내면에서 일어나고 있는 유혹과 욕망이 설령 자신에게 불리할 수 있는 것이라 할지라도 신이나 공동체 앞에서 고백할 의무가 있다.⁴⁴⁾ 죄의 공개고백은 자신이 죄인임을 자인하고 죄를 제거하여 깨끗함을 회복하는 수단이며, 사회적 코드에 위반되는 욕망이나 행위를 어두운 곳에서 끌어내어 진솔하게 드러냄으로써 용서와 정화를 얻게 하는 장치이다.⁴⁵⁾ 그런데 [LF]에서의 고백은 가톨릭의 고백의 테크닉과는 달리 '강점'과 '라켓'에 의해 형성된 '고정된 존재방식'에 사로잡힌 자기를 드러내는, 곧 자기알기의 주요한 통로이다.

자기알기 테크닉을 구사하는 [LF]수행자들에게 보이는 두드러진 특징의 하나는 모든 상황이나 사태의 원인을 자기 자신에서 찾으려는 경향이다. 즉 타인이나 상황 혹은 사회구조의 탓으로 돌리지 않고 자기 자신이 '책임적 존재'가 되려고 한다. 이와 유사한 경우는 대중적 자기계발서의 독자에게서도 발견된다. 레베카 헤즈리든(Rebecca Hazleden)에 의하면 자기계발서를 통해 자기에 대한 애정과 관심을 발견한 독자는 자기에 대한 책임이라는 윤리적 정체성을 형성한다. 따라서 그녀는 이러한 태도를 긍정적으로 평가한다.⁴⁶⁾

그러나 모든 상황의 원인을 자기 자신에서 찾는 이러한 태도는 신자유주의의 지배테크놀로지와 공명하는 측면이 있기 때문에 의도한 것이 아니라할지라도 비윤리적일 수 있다. 즉 자기알기의 테크닉은 주체적이고 능동적인 자기실현을 고취하는 것 같지만, 무한경쟁을 유도하는 후기자본주의의 논리에 포획된 주체로 우리

44) 미셸 푸코, 《자기의 테크놀로지》, 72-73쪽.

45) 위의 책, 76-77쪽.

46) Rebecca Hazleden, "Love Yourself: the Relationship of the self with Itself in Popular Self-Help Texts," *Journal of Sociology* 39(4), 2003, p. 415 참고.

를 길들이는 테크놀로지로 전락할 수 있다.

2. 자기숙련(mastering oneself)

[LF]의 자기 기획에서 자기알기 못지않게 중요한 위치를 차지하고 있는 것이 '자기숙련'이다. [LF]의 졸업생들을 대상으로, 10주 동안 진행되는 실천세미나(LF in Action)와 3일 동안 강도 높게 진행되는 [LF]고급과정(LF Advanced Course)은 변화를 만들고 숙련하는데 헌신하는 시간으로서 여기서 자기숙련의 테크닉이 가장 잘 나타난다. 이 두 프로그램을 통해 수행자들은 “변화 만들기에 숙련되기, 실제로 숙련되기, 자신의 정체성에 숙련되기”⁴⁷⁾라는 다소 난해한 과제를 수행하는 것이다.

물론 자기숙련은 고전종교와 철학에서도 중요한 테크닉으로 등장한다. 푸코는 서구문화가 산출한 자기숙련의 대표적인 두 양식을 그리스도교와 스토아 전통에서 찾았다. 그에 의하면 그리스도교 전통에서는 자기숙련이 '자기포기'로 나타나지만, 스토아 전통에서는 점진적 자기연마로 나타난다.⁴⁸⁾ 동양종교 안에서도 이상적 자아의 실현을 위한 수단으로서 자기숙련이 차지하는 의미와 형태는 매우 다양하게 나타나고 있다.⁴⁹⁾

종교전통에 따라 자기숙련의 방법과 그 함의가 다르듯이 자기계발에서도 매우 다양한 형태의 자기숙련이 등장한다. 지난 10여 년간 한국사회에서 활발하게 소비되어온 각종 플래너와 자기계발서적은 '자기관리'의 유용한 도구로 여겨져 왔다. 자기관리에는 플래너 작성 등의 시간관리를 비롯하여 행동의 목록화, 목표 설

47) 9회 랜드마크 고급과정 중 포럼리더 강연.

48) 미셸 푸코, 앞의 책, 64쪽.

49) 불교에서는 단계를 밟아 일시에 깨닫는 점수돈오(漸修頓悟), 일시에 뒤지만 공행(功行)이 익은 뒤에 차차 깨닫는 돈수점오(頓修漸悟), 차츰 뒤아가면서 차츰 깨닫는 점수점오(漸修漸悟), 단번에 진리를 깨친 뒤 번뇌와 습기를 차차 소멸시켜가는 돈오점수(頓悟漸修), 일시에 깨치고 더 뒤를 것이 없이 공행을 다 이루는 돈오돈수(頓悟頓修) 등 자기숙련에 관한 다양한 입장이 있다. <돈오점수>, 《한국민족문화대백과사전》, 한국정신문화연구원, 1991.

정, 매일의 습관, 결과 측정, 개인적 수행 관리, 인생목표의 재서술과 구성, 신념과 가치를 조직의 사명 및 비전에 포함시키거나 조화시키는 행위 등이 포함되어 있다.⁵⁰⁾ 이때 자기관리는 자기통제(self-control), 자기규제(self-regulation), 자기감시(self-monitoring), 자기훈련(self-discipline) 등을 포함한다.⁵¹⁾

인터뷰에 응한 수행자들은 [LF]에 참가하기 이전에 다양한 자기계발의 도구를 활용해 본 적이 있었다. 자격증 획득, 외국어 습득, 재테크, 심지어 다이어트에 이르기까지 역량강화라는 구체적인 목표를 달성하기 위한 방편으로 플래너를 사용하였다. 그들은 목표설정→과제수행→반성→새로운 목표설정으로 이어지는 궤도를 따라 자신을 효과적으로 통제함으로써 새로운 자기를 만들어가는 자기숙련의 테크닉을 구사한 것이다.

거의 모든 유명한 (자기계발)책들은 다 읽었죠. (지침에 따라) 하라는 건 거의 다 해본 것 같아요. (제가) 원래 올빼미형인데, 새벽형으로 바꾸려고 기를 쓰고 애쓴 적도 있고, 분단위로 시간을 쪼개서 살았던 플래너 유저였구요 ... 그런데 [LF]에 참가한 첫날, 그동안 애썼던 그 모든 노력이 오히려 (저를) 무력하게 만들었다는 생각이 들었어요. 참 힘들었거든요.... 아까 리더님이 말해주신 “변하면 변할수록 그대로”라는 프랑스 속담이 진짜 맞는 것 같아요. 뭔가 고치면 그 고친 것 때문에 또 다른 문제가 생기고...(F20D 201305:4)

이 수행자의 진술에서 엿볼 수 있듯이 범람하는 자기계발서가 제안하는 자기통제의 테크닉은 종종 예기치 못한 부작용을 낳기도 한다. 시간관리표를 철저히 지키느라 원만한 인간관계가 엉망이 된다든지, 자신의 기본적인 욕구를 억누르는

50) Clive Chappell, Carl Rhodes, Nicky Solomon, Mark Tennant, Lyn Yates, *op. cit.*, p. 68.

51) Mark Tennant, *op. cit.*, p. 109.

등의 역효과가 생긴다. 이러한 점을 주목한 스티븐 코비는 ‘시간’이 아니라 ‘사람’ 위주의 원칙 곧 우리자신이 관리대상이 되어야 한다고 주장하였다. 그의 저서 《성공하는 사람들의 7가지 습관》은 “주도적이 되라” “목표를 확립하고 행동하라” “소중한 것부터 먼저 하라” “심신을 단련하라” 등과 같은 지침에 근거한 일상습관의 실천을 강조한다.⁵²⁾ 책 내용의 대부분은 이러한 습관들을 실천하도록 고무하는 동기부여와 기존의 습관을 진단하고 교정하기 위해 매일매일 행해야 할 훈련과 팁을 제공하고 있다. 자기관리는 이러한 습관들의 실천을 통해 실현될 수 있다고 보기 때문이다.

[LF]수행자들이 구사하는 테크닉은 이러한 대중적인 자기계발서에 나타나는 자기관리 즉 자기통제, 자기규제, 자기감시, 자기훈련의 테크닉과는 달리 ‘자기숙련’에 가깝다. 자전거타기의 경우처럼 한번 균형감각을 몸에 익히면 평생 탈수 있듯이, 분별하기라는 ‘돌과구’ (breakthrough)를 만드는 경험을 숙련한다면, 무한한 영역의 자기계발이 가능하다는 것이 [LF]의 핵심 교리이기 때문이다. 그리하여 [LF]수행자들은 “변화 만들기에 숙련되기, 실제로 숙련되기, 자신의 정체성에 숙련되기”를 실천함으로써 “사적인 생활영역과 일터 모두에서 많은 사람들이 불가능하다고 생각하는 수준의 성과를 달성할 수 있는 능력”⁵³⁾을 습득할 수 있다고 확신하였다.

(그동안은) 늘 허덕였어요. 재택 근무하는데 시어머니는 (제가) 놓고 있는 줄 알아요. 시댁일로 늘 스탠바이, 아이들 뒤치다꺼리에 집안일은 해도 해도 끝이 없고... 기름기가 짝 빠진 느낌, 뼈에 바람이 드는 느낌...일에 끌려 다니며

52) Stephen Covey, *The 7 Habits of Highly Effective People*, London: Simon & Schuster, 1989; 《성공하는 사람들의 7가지 습관》, 박재호외 옮김, 김영사, 1994.

53) 9회 랜드마크 고급과정 중 포럼리더 강연.

늘 동동거렸어요... 여기 와서야 (일에 허덕이며 사는 이유가) 칭찬에 약한 범
생이 기질의 제 강점 때문이라는 걸 깨달았어요. (F40L 201302:23)

이 수행자는 효과적이지 않은 일상을 개선하고자 메모지와 시스템 다이어리
류를 사용하여 일의 우선순위와 목표를 설정하는 등 각종 시간관리 테크닉을 시도
한 경험자였다. 이러한 시간관리의 테크닉에도 불구하고 일의 뒷에서 헤어날 수가
없었던 그가 자기알기의 테크닉으로 자신의 강점을 분별하고 숙련의 테크닉을 통
해 삶의 여유를 찾은 것이다. 자신이 처한 상황은 변화되지 않았지만 자신의 '강점'
을 분별하고 자신의 새로운 정체성에 숙련되기를 통하여 강박적 일중독으로부터
자유롭게 되었다는 것이다.

또 다른 수행자는 자기알기의 테크닉을 통해 발견한 자신의 '라켓'을 분별하고
이를 숙련하고자 하였다. 어떠한 행위를 반복하는 이면에는 얻는 것과 잃는 것이
있다는 [LF]의 가르침을 따라 작성한 목록의 일부는 다음과 같다.

바꾸려고 했던 부분 거부(무시)했던 부분	연수	존재 방식	
		잃은 것	얻은 것
화, 불평	15년	친밀감, 사랑	지배력, 옴음
흡연과 과식	15년	건강, 활력, 절제력	포만감, 스트레스해소
뒷담화	10년	인간관계, 만족	타인무시, 지배력
충고무시	10년	인내력, 인간관계	타인무시, 지배력
책임전가	10년	신뢰	지배력 자기합리화

그가 큰 효과를 얻은 것은 화를 다스리는 자기숙련인데 그 과정은 다음과 같
다. 우선 화를 낸 세 가지 사례를 떠올리고 육하원칙에 따라 그 과정을 기록한다.
또한 충족되지 않은 기대는 무엇이었는지, 제대로 전달되지 않은 커뮤니케이션이
있었는지, 그리고 좌절된 의도에 대하여 성찰한다. 그런 후 '사실'과 그에 대한 '해
석'을 분별한다. 마지막으로 자신이 '화'를 냄으로써 무엇을 잃고(costs) 무엇을 얻
었는지(pay off) 대조한다. 이러한 분별을 통해 자신이 상대를 지배하고자 상대를

왜소하게 만듦으로써 상대와의 친밀한 인간관계를 잃게 되었음을 인지하게 되고 결국 이러한 자기숙련을 통해 10여년 이상 지속되었던 고정된 존재방식으로부터 자유함을 얻을 수 있었다고 고백하였다.

재정적으로 힘들어지니까 짜증이 많아졌어요. 식구나 직원들에게 불평하고 막 열내고.. [LF]을 처음 할 때 다른 사람들에 비해(저는) 밋밋했어요. 이번에 (고급과정을 하면서) 많은 걸 얻어가요. ...전화해서(유학중인) 아들에게 사랑한다하고, 동생한테도...민망했는데 눈 딱 감고했어요. 동생은 “어, 뭐 하는 거요” 하면서도 “나도 사랑하요” 하더라고요. ...월요일에 출근했는데 달라졌어요. 뭐가 격하게 바뀐 건 아닌데...환자들이 불만하는 것을 상세하게 설명해 주면서도 하나도 짜증내지 않는 저를 봤어요. 직원들한테도 짜증이 안나고... 시간이 천천히 흐르는 느낌 그런거요. 여유가 생겼다고 해야 하나...(M40F 201304:23)

이들 수행자의 진술에서 엿볼 수 있는 것처럼 자기숙련은 ‘분별하기’와 같은 자기알기의 테크닉과 동시에 작동한다. [LF]수행자들의 자기숙련의 테크닉은 목표를 달성하기 위해 디테일에 집중하기보다는 다른 각도에서 상황을 바라보거나 자신을 성찰하는 것에 중점을 둔다. 이러한 태도는 신체와 정신을 금욕주의적으로 통제하는 계몽주의적 자기계발의 전통보다는 일과 인간관계에서 여유와 만족감을 추구하는 낭만주의적 자기계발의 전통과 맞닿아 있다. 자신의 강점과 라켓 분별 이외에 관계 커뮤니케이션에서도 숙련의 테크닉이 활용되고 있다.

유학가서...(사람들로부터) 상처를 많이 받았어요. (인간관계를) 다 끊고나니 아내밖에 없었어요. ...(숙련의례를 하면서) 팩트와 해석을 분별하다가 불편한

관계가 (저의)선입견 때문일 수도 있다 싶더라고요…그저께 리더가 (연락 끊은) 아버지께 전화하고 오라고 했을 때 솔직히 (포럼을) 포기할까 했어요. 난감했죠. …포럼 끝나고 (집으로)가는 길에 제 인생에서 중요했던 세 사람에게 전화했어요. …아버지께 전화하기 전에 느꼈던 두렵고 도망치고 싶었던 것보다는 낫더라고요. …리더가 가르쳐준 인롤하는 팁(tip)대로 담담하게 (전화를)했어요. …(M40H 201212: 9)

관계 커뮤니케이션을 향상시키기 위하여 이 수행자가 숙련한 것은 ‘인롤’(enrollment)⁵⁴⁾이다. [LF]에서 사용하는 독특한 개념어의 하나인 “인롤”은 가능성의 세계를 열어주는 열쇠로 간주된다. 상대방을 인롤하기 위해서는 진정성과 나눔이 전제되어야 한다. 관계 커뮤니케이션에서 돌파구를 찾으려는 수행자들은 [LF]의 지도에 따라, “…이 당신 탓이라고 여겨왔습니다. …을 마음에 담아두고 있었습니다. …에 분노해왔습니다. …을 후회합니다.” 등의 대화방법을 숙련하였다. 그 결과 그들은 인롤 대화의 숙련을 통해 자기표현을 마음껏 할 수 있는 자유함과 마음의 평화를 얻을 수 있었다고 진술하였다.

이처럼 [실천세미나]와 [고급과정]은 [LF]에서 배운 권위 있는 가르침을 일상 생활에 적용하도록 훈련하는 과정으로서 ‘신화의 의례화’ 과정에 해당한다.⁵⁵⁾ 자기 숙련의 목표는 자기알기의 테크닉으로 깨달은 자기에 대한 지식을 토대로 자기변화를 시도하고, 그러한 변화를 지속적인 반복을 통해 수행자의 몸에 각인시키는 데 있다. 이때 포럼리더는 스포츠의 코치처럼 경기를 승리로 이끌기 위하여 새로

54) [LF]가 정의하는 인롤먼트란 “새로운 가능성이 다른 사람에게 나타나게 하여 그 가능성에 그들이 감동을 받고 마음이 움직이고 영감을 받는 것이다.” 영어 enrollment과 registration는 한국어로 둘 다 ‘등록’으로 번역되지만 그 의미는 사뭇 다르다. 결론과정을 예로 든다면, ‘enrollment’는 결혼으로 이어지기 위해 상대의 마음을 움직이게 하는 것이며, ‘registration’는 일종의 혼인신고이다. 만약 상대와 인롤하지 못한 상태에서 청혼한다면, 특수한 경우를 제외하고는 결혼으로 이어지기 힘들다.

55) 고급과정을 소개하는 리플렛에는 “고급과정은 참가자가 랜드마크의 기본 분별을 삶의 모든 부분에 적용하여 자유로움과 살아있다는 기적을 경험할 수 있도록 하기 위한 세미나”라는 선전문구가 있다.

운 정보를 제공하고, 강도 높은 훈련을 실시하며, 경기의 흐름을 읽어내는 통찰력 및 강력한 동기를 부여한다. 그리고 [LF]수행자는 유능한 코치를 둔 운동선수처럼, 자기계발의 전문가인 리더의 권위에 기대어 자신이 제대로 분별을 하고 있는지 점검한다.

수행자를 이끄는 과정에서 포럼리더는 연민, 동정, 공감과 같은 감정을 철저히 배제한다. 가령 남편의 외도로 고통을 토로하던 한 수행자(F30R, 201212: 7)는 자신의 비통한 이야기에 몰입되는 바람에 포럼리더의 코칭을 제대로 따르지 않자 ‘대화 납치자’라는 호통을 들어야 했으며, 어떤 수행자(F40P 201212:7)는 “자신의 상처에 소금뿌리기를 즐기는 신파작가”라는 비난을 받았다. 이러한 조롱과 비난에도 불구하고 수행자들은 포럼리더의 과격한 언행을 포럼을 효과적으로 이끌고 청중의 시선을 집중시키기 위한 하나의 지도방식으로 이해하고 있었다. 이러한 태도가 가능한 것은 자기계발의 전문가인 포럼리더가 자신들을 이해하고 올바르게 양육하는데 도움을 준다는 굳건한 ‘신앙’ 때문이다.⁵⁶⁾

[LF]수행자들은 시간관리에 집중하는 기존의 자기계발 프로그램을 ‘자기통제의 도구’로 보는 반면, 자신들이 수행하는 숙련의 테크닉은 ‘자유의 통로’라고 생각한다. 이들의 경우 ‘숙련의례’를 통해 어떤 것에 능숙해짐으로써 변화된 자기에 대한 만족도가 높을 뿐만 아니라, 시간표나 계획표에 구애받음 없이 자기주도적으로 테크닉을 구사하기에 자신들의 수행과정을 억압이 아닌 자유로 인식한 것이다.

그러나 그 이면을 보면 다른 판단이 가능하다. 자기계발서 독자나 플래너 유저들이 시간과 목표에 의존하는 경향이 큰 반면, [LF]의 자기테크놀로지는 포럼리더라는 전문가의 권위에 대한 의존도가 높다. 자기알기의 테크닉에서도 포럼리더에 크게 의존하고 있었다. 즉 수행자들은 포럼리더에게 자기진단의 준거점을 두었

56) Heidi Marie Rimke, *op. cit.*, p. 62.

을 뿐만 아니라 숙련과정에서도 포럼리더가 요청한 메시지를 에코인형처럼 복창하기도 하였다. 포럼리더라는 전문가에 대한 이러한 의존은 “자기계발의 실천들은 외부에서 부과하는 강압적인 윤리에 의해서가 아니라 능동적 수행자가 자기 테크놀로지를 통해 스스로 실천하는 윤리”라고 강조한 기든스의 평가를 무색하게 만든다. 물론 자기테크놀로지의 작동에는 자율적으로 자기정체성을 추구하고 자신의 삶의 스타일을 찾아 자기 존재를 매일 새롭게 하는 자기 실천의 측면이 있다. 그러나 자기숙련의 테크닉이 구사되는 과정에서 포럼리더에 대한 지나친 의존도는 자율적 발전을 방해하는 요인이 되고 있다.

3. 자기재창조(re-creating oneself)

자기재창조의 테크닉은 자기알기 및 자기숙련의 테크닉과 상호작용하면서 ‘자기변화’를 유도하는 경향이 있다. 사실 자기재창조의 고전적 모델은 ‘개종’에서 찾을 수 있다. 종교인들은 고백 혹은 회심 이후 과거의 삶을 포기하고 새로운 삶의 방식을 수용하고 그에 따른 새로운 테크놀로지를 실천한다. 자기계발 프로그램에서 등장하는 자기재창조의 테크닉은 사도 바울이 겪은 회심체험의 ‘세속적 버전’이라고 할 수 있다.⁵⁷⁾ 자기비판적 성찰 이후에 기존의 사유와 행위를 포기하는 행위가 뒤따르기 때문이다.

자기계발문화에서 자기재창조의 테크닉은 수행자들이 작성하는 ‘자기사명선언서’ 및 ‘소망리스트(wish list)’에서 명확하게 나타난다. 이러한 선언서와 리스트는 자신의 내적 욕망을 현실화하는 보조장치로서 ‘창조적 회복을 위한 도구’라 할 수 있다. 자기사명선언서에는 “나는 ○○○이다”라는 자기선언, 확고한 비전과 가치관에 입각하여 자신이 어떠한 사람이 되고 싶은지(성품), 무엇을 하기를 원하는지

57) Mark Tennant, *op. cit.*, p. 111.

(공헌 및 업적) 등의 내용이 포함되어 있다. 스티븐 코비는 이를 ‘개인헌법’이라고 부른다.⁵⁸⁾

“선언할 때 가능성이 창조된다”⁵⁹⁾는 [LF]의 가르침은 ‘선언’이야말로 대표적인 자기재창조의 테크닉임을 잘 보여준다. 용서하는 말을 건네는 순간, 분노와 증오심이 사라지는 것처럼 언어에는 강력한 힘이 있다. 말씀에 의한 우주창조를 선포하는 유대-기독교 경전의 경우처럼 종교는 오래전부터 언어의 힘에 주목해왔다. 선언은 새로운 미래를 창조하고 비전을 확립하며 가능성을 가로막는 장애물을 제거하는 힘을 가진 대표적인 미래기반의 언어이다.⁶⁰⁾

인터뷰이들은 “자신을 ○○○라고 선포(말)하고 ○○○처럼 사유하고 행동한다면 이미 그러한 존재”라는 [LF]의 신화를 믿고 실천하고 있었다. 부모와 떨어져 친척집을 전전하며 외로운 아동을 보낸 한 수행자(F30F201302:14)는 자신의 새로운 정체성을 “사랑스러운 사람”으로 선언한 이후, 실제로 사랑스러운 사람처럼 생각하고 행동하려고 노력하였고 그 결과 관계 커뮤니케이션이 자유로워졌음을 증언하였다. 이러한 방식으로 수행자들은 새로운 자기정체성을 선언하는 행위를 통해 자기재창조의 테크닉을 구사한다. 이는 미래를 선취하는 일부 기독교계의 치유관과 유사하다. 외병 중인 환자가 미래에 치유될 것에 대한 믿음을 표현하는 것이 아니라 “이미 치유해주셔서 감사함”을 먼저 고백하고 치유된 사람처럼 행동하는 새벽기도의 현장에서처럼, 자기계발에의 강한 의지는 새로운 정체성을 선언함으로써 이를 선취한다.

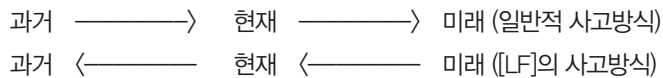
보통 사람들의 경우 과거의 경험과 과거에 대한 지식이 현재의 자기정체성에 영향을 미치고, 그들은 현재보다 더 나은 미래를 향하여 노력한다. 이러한 구도 하

58) 스티븐 코비, 앞의 책, 174쪽.

59) [LF] 포럼 강연 중에서.

60) Steve Zaffron, Dave Logan, *The three laws of performance: rewriting the future of your organiza*, Jossey-Bass, 2009; (위대한 성과의 법칙), 비즈니스 맵, 2010, 151쪽.

에서는 미래가 항상 ‘언젠가’이다. 그런데 ‘언젠가 미래’라는 말은 나름의 위안을 주는 효과가 있지만 결코 다다를 수 없는 환상일 뿐이라는 것이 [LF]의 교리이다. 따라서 [LF] 수행자들은 미래의 존재방식을 현재로 끌어오으로써 새로운 주체를 창조하고, 새롭게 창조된 정체성의 시선으로 과거를 재해석하는 태도를 취한다. 이를 도표화하면 다음과 같다.



채펠과 그의 동료들에 의하면 대부분의 자기계발서에 나타난 자기재창조의 테크닉은 비판적으로 자기를 드러내는 ‘고백’을 한 후, 과거의 잘못된 습관이나 사유 혹은 존재방식을 포기하고 새로운 정체성을 창출하는 과정을 거친다. 그 과정에는 자신의 신념과 전제들에 도전하고 그것들을 변화시키는 행위를 통하여 대체서사(replacement narratives)를 개발하는 것도 포함되어 있다. 대부분의 자기계발서적이 제공하는 대체서사는 과거의 사건과 해석을 다시 서술하는 재언어화(re-languaging)의 작업과 관련이 있으며, 새로운 정체성을 구성하는 중심서사의 성격을 띠고 있다.⁶¹⁾ 그런데 자신의 삶에 부과된 과거의 제약을 철저히 단절하는 것에 집중하는 [LF]수행자들이 구사하는 대체서사는 이와 달리 시간의 흐름에 역행하는 특성(미래→현재→과거)을 지니고 있다.

[LF]의 자기재창조 테크닉이 지닌 또 하나의 특성은 창의력 발휘와 자기표현에 장애가 될 수 있는 모든 것을 무화(無化)시킴으로써 자기재창조가 가능하다는 교리에 있다. [LF]의 구루는 “삶은 비어있고 아무런 의미가 없다. 인간은 의미를 만드는 기계다”라는 선언을 수행자들에게 30회 이상 복창하도록 요구한다. 나아가

61) Clive Chappell, Carl Rhodes, Nicky Solomon, Mark Tennant, Lyn Yates, *op. cit.* p. 69.

우리를 가득 채우고 있는 모든 고통, 기쁨, 의미 등은 실체가 없고 다만 자신이 부여한 느낌, 감정, 생각일 뿐이라고 설파한다. 삶은 비어 있고 의미가 없다는 논리는 수행자들로 하여금 그들 자신이 부여했던 모든 규범과 틀에서 벗어나게 하는 효과를 낳는다. 이렇게 하여 수행자들은 무(nothingness)로부터 삶을 창조할 수 있으며 자신이 바라는 존재가 될 수 있다. 다큐멘터리 <오래된 인력거>(2011)의 감독 이성규는 [LF] 수행자로서의 경험을 자신의 블로그에 썼다.

“미래를 다시 쓰라.” 이 말은 지난 주말 랜드마크 포럼에서 Mr. Aljor에게 내내 들었다. 그는 문답식으로 우리를 자신의 논리 속으로 끌어당기면서 “인간은 의미를 만드는 기계다. 하여, 삶은 비어있고 아무런 의미가 없다”란 결론 속으로 우리를 몰고 갔다. 그 비어 있는 ‘무’의 상태에 현재로서의 미래를 다시 쓰라고 말했다. 그것은 현재에 대한 자신의 모든 것을 자유의지에 의한 선택부터 시작하는 것이라고 말했다. 그래서 월요일 새벽, 나는 내 모든 것을 선택했다. 내가 지닌 모든 불리함이며 장애를 통틀어서 말이다. 그러곤 나는 내 몸속의 수분을 남김없이 뺄 정도로 울었다. 그건 과거에 대한 단절과 다시 쓰게 될 미래에 대한 환희였다.⁶²⁾

누구에게나 어찌할 수 없는 한계가 있다. 그것은 열악한 재정이나 학력일수도 있고 질병이나 재능일 수도 있다. 그러나 대부분의 [LF] 수행자들은 위의 수행자처럼 그러한 한계를 주어진 것이나 장애물로 인식하기보다는 스스로 “선택”한 것으로 본다. 다시 말하자면, 무엇이 장애물로 인식된다면 그 장애물에 집착하게 됨으로써 자신이 원하는 삶을 자유롭게 살 수 없게 되지만 그러한 장애물을 삶의 조건

62) 다큐감독 이성규 <http://blog.naver.com/report25?Redirect=Log&logNo=150123701836>

으로 스스로 선택한 것이라고 생각하면 상황은 달라진다. 이러한 방식으로 자기재창조의 테크닉을 구사한 수행자들은 자신들을 제약하던 삶의 정황이 크게 변하지 않았음에도 불구하고 새로운 정체성을 선언한 이후, 훨씬 여유 있는 생활을 하며 두려움이나 걱정으로부터 자유로워졌다고 진술한다. 자기재창조 테크닉의 효과인 셈이다.

수행자들의 선언이 공허한 외침에 머무르지 않고 새로운 존재를 창조하는 힘이 되기 위해서는 ‘온전함’이 동반되어야 한다. 여기에서의 온전함이란 다른 사람의 동기가 없더라도 자신이 선언한 내용에 전적으로 헌신하는 것을 말한다. 재택 근무와 시집살이로 자신을 돌아볼 틈이 없었다는 한 수행자는 자신이 선언한 것에 헌신함으로써 변화된 ‘자기’를 발견할 수 있었다고 고백하였다.

([LF]고급과정)을 등록할 수 있는 상황이 아니었어요. 돈도, 시간도, 하루 14시간을 버틸 체력도 없었거든요... 그럼에도 등록한다! 선언했어요. ...이건 진짜 간증거리인데요...결정하고 나니 남편과 시누이와 가사 일을 분담하게 되고... 해결방안을 찾는 쪽으로 에너지가 집중되더라고요. ...여기서(LF) 크게 공감한 건, ‘그러나’(but)를 ‘그리고’(and)로 바꿔서 생각하는 훈련이에요. 진짜 마술같은 일이 생겨요. 실은 오늘 (인터뷰)약속도 못 지킬 뻔했어요. ...그런데, “약속이 있다 그러나 일이 생겼다”를 “약속이 있다 그리고 일이 생겼다”로 바꾸고 나니 약속시간 전에 일을 끝낼 방도를 찾게 되더라고요. 올해는 어학원도 다니고 여행도 가려고요. 그동안 아예 꿈도 못 꾸고 있었죠. “but”속에 갇혀 버린거죠. ...이젠 “어학원과 여행을 가고 싶다. 그리고 돈과 시간이 없다”로 바꾸고 나니 이제 돈과 시간만 만들면 되잖아요.(F40L 201302:23)

이렇듯 자기재창조는 자기변화의 가능성을 만들어내고 자기변화에 직접적으

로 작동하는 테크놀로지라고 할 수 있다. 자기재창조는 자기변화의 원동력이기도 하고 결과물이기도 하다. 자기알기의 테크닉을 통해 고정된 존재방식을 분별하고 재해석하기 시작한 순간부터 자기재창조의 테크닉은 작동하며, 자기숙련의 과정과도 연동되어 끊임없이 영향을 끼친다. 또한 위의 수행자의 진술에서 드러나듯이 자기재창조는 일회성으로 그치는 것이 아니라 반복하여 성취되는 경향이 있다. 자기 테크놀로지를 통해 수행자들은 포럼리더의 도움을 받아 어떠한 양식의 기준에 부합하는 이상적 형태로 자신을 변화시키거나 변형시키는 실천을 한다.

이러한 측면에서 보면 [LF]의 자기테크놀로지는 주체를 발명하는 대표적인 장치이고, [LF]의 수행은 주체화의 과정이며, 자기재창조의 테크닉을 통해 새로운 정체성을 확립한 수행자들은 어떠한 주어진 원칙에 맞추어 ‘발명된’ 자기계발적 주체라고 할 수 있다.

IV. 자기계발문화에 나타난 종교성과 신자유주의적 주체

앞 장에서 [LF]수행자들이 자기테크놀로지를 통해 자기계발의 교리를 내면화 하는 과정을 살펴보았다. 이 장에서는 [LF]로 대표되는 자기계발문화의 종교적인 측면을 보다 구체적으로 살펴보고 그 사회문화적 함의를 탐색한다.

1. 자기계발의 종교

[LF]는 종교집회와 구조적 기능적 차원에서 유사성을 지니고 있다. 이를 구체적으로 살펴보자. [LF]의 절정은 [LF]의 졸업식에 해당하는 마지막 날의 이브닝 세션이다. 이브닝 세션이 진행되는 대형빌딩의 대회의장에는 당회 [LF]수행자, [LF]를 이수한 졸업생 그리고 이들이 초대한 게스트 등 5백여 명이 가득 차있다. 일련

의 자기테크놀로지를 통해 새롭게 재창조된 수행자들의 증인이 되는 게스트들은 앞으로 새로이 등록할 예비수행자이다. 잘 차려입은 [LF]수행자들이 변화한 자신을 선언하는 깃발을 쫓는 순간 그 곳은 특별한 의미로 충만한 시공간으로 변화된다. 변화된 주체의 탄생을 축하하는 축제의 공간은 열광적인 종교집회나 간증집회와 같은 아우라를 지니고 있다. 이러한 아우라로 인해 때때로 [LF]는 외부자에 의해 ‘이상한 종교집단’으로 오인되기도 한다.

마지막 이브닝 세션은 자기계발의 구루인 포럼리더가 [LF]에듀케이션 회사의 정보와 교육방법의 특성 및 유용성을 상세하게 설명하면서 본격적으로 시작된다. 포럼리더가 “지난 3일간의 포럼 동안 자신에게 어떠한 변화가 있었는지 나누어 줄 수행자는 손을 드시라”고 말하면, 홀을 가득 채운 게스트 앞에서 자신의 비밀과 다양한 상처를 공개할 준비가 된 20~30명의 수행자들은 손을 번쩍 든다. 어떤 수행자는 청중 앞에서 고백할 기회를 놓칠까봐 단상 앞으로 미리 나가 기다리기도 한다. 마이크 앞에 설 기회를 얻은 수행자는 일상의 공간에서는 도저히 말할 수 없는, 깊은 자신의 상처를 저돌적으로 드러낸다. 공개고백은 3일간의 [LF]를 통해 자신이 얼마나 자유롭고 행복한 존재로 변화했는지에 대한 것으로 항상 마무리된다. 종교의 간증집회에서 죄가 깊으면 깊을수록 받은 은혜가 더 충만하듯이, 상처가 깊을수록 자기변화의 감동은 더 극적으로 표출된다.

당근과 채찍으로 선수의 잠재력을 끌어내는 운동코치처럼, 자기계발의 구루는 때로는 격려로, 때로는 조롱과 비판으로 수행자를 효과적으로 단련시킨다. 이 때 수행자들은 한결같이 자신이 훨씬 행복하고 자유로운 인간이 되었다고 고백하면서 그러한 세계로 이끌어준 리더에게 감사한다. 인간정신의 가장 깊고 가장 어두운 측면을 다루는 종교인들은 초월을 추구하면서도 역설적이게도 이 땅의 카리스마에게 복종하려는 강한 욕망을 지니고 있다. ‘권위주의적’ 종교의 특징인 카리스마적 지도자에 대한 무조건적 신뢰는 [LF]수행자들에게서도 종종 목격된다.

개항기 한국 개신교가 제사 거부와 같은 ‘단절의 수사학’을 통해 신앙공동체 내부의 통합을 이끌어 내었듯이 [LF]가 구사하는 단절의 수사학은 짧은 일정 동안 수행자 간의 돈독한 유대감 형성에 유용한 장치로 기능한다. 하루 14시간에 이르는 강도 높은 훈련을 받는 동안 수행자들은 일상세계와 철저히 단절된다. 공간배치에서도 ‘구별의 정치’가 작동한다. 신도들이 우러러 볼 수밖에 없는 높은 강대상에서 사제가 신의 말을 선포하듯이, 포럼리더도 항상 단상에서 [LF]의 교리를 선포한다.

[LF] 수행자들의 자기 테크놀로지가 ‘자기’(self)의 담론들과 결합하는 방식도 종교적 정체성의 형성 과정과 매우 유사하다. 회심을 통해 자기변화를 겪은 종교인들은 과거의 삶을 포기하고 새로운 삶의 목표를 향해 새로운 테크놀로지를 실천하는데, 자기계발의 수행자 역시 과거의 사고방식 및 삶의 태도와 결별하고 전적으로 새로운 삶을 살아가기 때문이다.

[LF]는 자본주의적 종교와 유사한 모습을 보여주기도 한다. 현금을 더 많은 돈을 벌기 위한 종자돈(seed money)으로 변질시킨 ‘타락한’ 종자믿음(seed faith)처럼, 구원의 징표를 현세적 성공에서 찾는 친자본주의적 종교처럼, 모든 것을 상품화하는 후기자본주의의 특성이 [LF]에서 보이기 때문이다. 하나의 증거는 자기계발의 종교에 입문하기 위해서 수행자는 적지 않은 돈을 지불해야 한다는 점이다. 또한 자기계발 ‘상품’을 판매하기 위해 다양한 장치가 작동되는가 하면, 소비자를 끌기 위한 마케팅 전략이 등장하기도 한다. 가령 [LF]수행자나 졸업생들은 얼마나 많은 사람을 ‘인롤’하여 마지막 이브닝 세션에 초청하느냐에 따라 자기계발의 의지와 실천력이 판가름된다. 이는 복음주의적 교회의 새생명축제나 전도폭발대회에서 얼마나 많은 사람에게 전도했느냐가 신앙의 가시적 징표로 암암리에 간주되는 것과 유사하다. 마지막 이브닝 세션은 인롤된 게스트를 “등록(registration)”하도록 권유하는 ‘마케팅 공간’이기도 하다. 또 다른 증거는 유능한 자기계발의 구루인

포럼리더가 수십 억대의 연봉을 받는 CEO나 테크노크라트(technocrat)와 같은 위상을 지니고 있다는 점이다. 게다가 포럼리더는 기회가 있을 때마다 [LF]가 얼마나 많은 대기업의 사랑과 신임을 받는지를 강조하는데, 실제로 [LF]의 알짜고객은 비윤리적 기업으로 비판받는 록히드(Lockheed)나 몬산토(Monsanto)와 같은 포춘 선정 100대 기업이다. 요컨대 [LF]는 '자본가를 위한 종교'의 성격이 농후하다.

자기계발의 종교는 행복에 이르는 지름길을 찾아다니는 신자유주의적 주체들에 의해 변성하기도 한다. 이 '세속종교'의 전도사들은 자신들의 신화와 교리를 깨우치고 숙련한다면, 누구든지 성공하고 행복한 삶을 영위할 수 있다고 외친다. 세속적 성공이든 마음의 평안이든, 원하는 것은 무엇이든 달성할 수 있는 지름길을 제공한다고 주장한다. 경기를 승리로 이끄는 치어리더의 힘찬 구호처럼, 이 단순한 메시지는 다양하게 변주되면서 수행자들에게 강력한 동기를 부여한다. 여기서 문제는 물질적 성공이나 내면적 성공에 도달하기 위하여 '자아의 팽창'(ego-inflation)이라는 공허한 의례가 동원된다는 점이다. 때때로 자기비움의 종교적 가르침인 것 인양 코스프레(costume play)하지만, 근본적으로는 무한한 자기애의 욕망을 감추지 못하는 것이다.

이처럼 자기변화의 수사학으로 무한한 능력을 추동하면서 '힘'에 대한 인간의 욕망을 부추기는 자기계발이라는 이름의 종교는 타자에 대한 보살핌과 공동체에 대한 관심에서 취약한 면모를 보일 수밖에 없다. 신의 정의를 실현하기 위해 자신을 변화시키려는 종교나 인간의 존엄성을 지키기 위해 사회개혁을 추구하는 사회운동과 달리, 세속적 성공을 위해 자신을 변화시키도록 고무하는 자기계발의 종교에는 윤리성이 탈각되기 쉽다. 물론 [LF]에서는 자기변화를 완성시키기 위해서는 가족과 공동체를 '인물'시켜야 한다는 논리를 설파하지만, 이는 자신의 성공을 위한 수단적 가치로 작동하고 있기에 공동체에 대한 관심은 사실상 외면되고 있다.

2. 자기계발의 주체와 신자유주의

인간이 생존과 행복을 추구하는 사회적 동물이라면, 자신의 잠재력을 계발하려는 노력은 보다 나은 삶을 추구하는 인간의 원초적 심성일 수 있다. 그런데 최근 우리사회의 자기계발 열풍은 더 나은 미래에 대한 인간의 소박한 욕망이나 본능으로만 설명할 수 없다. 여기에는 자기계발의 욕구를 불러일으키고 그 욕구를 활용하는 모종의 ‘권력’이 작동하고 있기 때문이다. 푸코는 일찍이 이러한 측면을 간파하였다. 그는 누군가 스스로의 실천으로 자신을 적극적으로 구성한다고 해도, 실은 스스로가 이러한 실천을 만들어내는 것이 아니라 “그가 속한 문화 속에서 발견한 양식이며 그의 문화 그의 사회 그가 속한 사회적 집단들이 그에게 제의하고 부과한 양식들”이라고 보았다.⁶³⁾ 요컨대 [LF]를 포함한 자기계발의 자기 테크놀로지에도 그 속에 특정한 정치적 이념이 스며있다는 말이다.

지난 30년간 글로벌 정치경제 질서를 지배한 신자유주의는 어떤 조건에도 구애받지 않고 스스로가 설정한 목표를 추구할 ‘개인의 자유’를 강조해 왔다. 앞서 언급한 바 있듯이, 푸코의 통치성(governmentality) 개념을 수용한 이른바 ‘통치성 학파’⁶⁴⁾는 개인의 자유의 강조를 신자유주의 통치성의 맥락에서 파악했다. 즉 서구 자본주의의 한계를 타개하기 위하여 등장한 자유주의의 통치성을 “자유를 통한 통치(governing through freedom)”로 본 것이다.⁶⁵⁾ 자율적 행위자는 자기 삶의 기획과 관리의 책임이 철저히 자기 자신에게 달려있음을 자각하는 자이다. 그런데 “사람들로 하여금 자기 행복을 스스로 복돋워야 하는 개별화되고 능동적인 주체로 바

63) 미셸 푸코, 《미셸푸코의 권력이론》, 정일준 옮김, 새물결, 1994, 113쪽.

64) 통치성이란 서구 근대의 권력 행사방식을 설명하기 위하여 푸코가 후기(자)전에서 도입한 개념이다. 통치(govern)와 사고양식(mentality)을 결합한 신조어로서, “특정한 사고양식을 통한 통치”라는 함의를 지니고 있다.

65) Nikolas Rose, “Governing ‘advanced’ liberal democracies”, in A Barry, T. Osborne and N. Rose, eds, *Foucault and Political Reason*, London: UCL Press, 1996, pp. 37–64.

라보도록 고무⁶⁶⁾하는 신자유주의의 지배전략은, 자아실현을 향한 개인의 열망과 선택을 유도하는 방식으로 행사된다. 통치성의 관점으로 볼 때, 시장의 원리를 경쟁에 두는 신자유주의 통치성과 자율적인 주체 형성은 불가분의 관계에 있는 것이다.

[LF]수행자 연구에서 드러난 자기계발의 주체와 신자유주의적 주체의 공통점은 자기 삶의 의미와 가치를 스스로 부여하면서 선택행위를 통해 삶의 질을 극대화하려 노력하고 그 결과에 대해 ‘능동적으로 책임지는 자아’라는 점이다. 앞서 보았듯이 [LF]수행자들은 모든 상황의 원인을 사회구조나 상황 자체에서 찾지 않고 오로지 자기 자신에게서 찾는 능동적이고 책임적 존재가 되려는 속성을 지녔다. 여기서 ‘능동적’ 인간은 자신이 무엇을 욕망하는지를 스스로 해석하고, 자신의 목표를 ‘자율적으로’ 정하고, 목표에 가장 효율적으로 도달하기 위해 여러 방법을 ‘자유로이’ 선택/활용하며, 그 결과에 대한 책임은 온전히 자신에게 있음을 자각하는 존재로 표상된다.⁶⁷⁾

[LF]수행자들의 경우 자신이 처한 상황은 변화되지 않았지만, 자기의 테크놀로지를 통해 변화된 자신들은 삶의 여유와 자유로움을 경험하고 있다고 진술한다. 또한 [LF]의 고유한 자기 테크놀로지를 통해 무한한 가능성을 창출하는 창조적 인간이 된다는 교리는 자유와 해방의 선언으로 들리기도 한다. 그러나 과연 능동성, 자유, 자율성으로 표상되는 자기계발적 주체들은 진정 자유롭고 자율적인 생활을 영위하는가? 이러한 물음에 대하여 통치성 학파의 대표적 이론가인 니콜라스 로즈는 부정적 견해를 표명한다. 신자유주의 통치성이 작동하는 사회에서 개인은 표면적으로는 자유롭고 자율적으로 선택하는 것 같지만, 실제적 삶의 영위에서는 전문가의 지식과 권위에 점점 의존하게 된다는 것이다. 이러한 맥락에서 개인의 자

66) Wendy Larner, "Neo-liberalism: Policy, Ideology, Governmentality", *Studies in Political Economy*, vol.63, no.5, 2000, p. 13.

67) 이숙진 앞의 글 참조.

유 실현이라는 기획 역시 시장의 논리와 자본의 작동방식에 크게 좌우된다. 이러한 점들은 자기계발담론이 생산한 주체의 자유성과 능동성에 대해 의문을 제기한다. 앞에서 지적하였듯이 [LF] 수행자들 역시 자기 테크놀로지를 구사하면서 포럼 리더에 높은 의존도를 보인 바 있다.

자기계발에 몰두하는 주체의 치명적 문제점은 무엇보다도 극단적인 개인화이다. 무한경쟁, 승자독식, 대박, 쪽박 등이 일상어가 된 우리사회에서 예측 불가능한 앞날의 대비책은 ‘오직 자신’뿐이라는 믿음이 공고해지고 있는데, 이러한 분위기에 편승하여 이 시대의 자기계발담론은 무한경쟁에서 살아남는 것도 탈락하는 것도 위기에 대처하는 것도 모두 개인의 소관이라고 강조한다. 자기 스스로의 계발·관리·경영이라는 담론적 실천을 강조함으로써 결과적으로 개인을 능력의 최종단위로 만들고 있다. 그 결과 자기 자신을 적극적으로 책임지는 ‘자율적 개인’으로, 더 나아가 ‘오직 자신만’을 관심하는 개인으로 주체화된다. 이처럼 자유롭고 능동적인 개인의 의지가 강조되면서 그간 공공의 영역에서 관리되던 위험과 위기까지도 개인의 책임으로 전가되는 사회는 구조적으로 폭력적일 수밖에 없다.

[LF]를 비롯한 이 시대의 자기계발 프로그램은 대부분 테크노크라트(technocrat)처럼 전문적 지식과 실력은 출중하나 윤리와 가치에 관심이 없는 주체를 생산하는 장치 역할을 하고 있다. 옳음과 그름, 좋음과 나쁨의 판단을 배제하고 얼마나 효과적으로 목표점에 도달할 수 있는가에만 집중한다는 점에서 오늘날의 자기계발 프로그램은 컨베이어 벨트(conveyer belt)와 같다. 이는 알랭 드 보통이 말하는 ‘무신론자를 위한 종교’와 상통할 뿐만 아니라,⁶⁸⁾ 후기자본주의의 논리와 완벽하게 조응한다.

68) Alain de Botton, *Religion for Atheists: A Non-believer's Guide to the Uses of Religion*, Hamish Hamilton, 2011; 《무신론자를 위한 종교》, 박종서 옮김, 도서출판 청미래, 2011.

V. 나가는 말

최근 한국사회에서 빠른 속도로 확산되고 있는 자기계발의 열풍을 대중문화의 옷을 입고 나타난 새로운 종교현상의 하나로 보고 그 성격을 여러 측면에서 분석하였다. 특히 대규모 자기계발 코칭 프로그램의 하나인 [LF]가 제공하는 자기 테크놀로지를 자기알기, 자기숙련, 자기재창조의 세 차원으로 나누어 분석하였다. [LF] 수행자들의 자기 테크놀로지는 여타의 자기계발 프로그램에서 등장하는 테크놀로지와 공통성을 지니면서도 차이성을 보였다. 사실(fact)과 해석(interpretation)의 차이를 강조하는 ‘분별하기’, 자기통제보다는 자기숙련에 대한 강조, 미래의 시점에서 과거를 해석하는 방식 등이 특징적인 것으로 나타났다.

이러한 특징들을 지닌 자기 테크놀로지들을 통해 [LF]수행자들은 자기변화와 자기재창조를 시도하였는데 그 과정에는 종교적 성격이 드러나고 있다. ‘돌파구 방법론’으로 무한한 가능성을 창출할 수 있다는 [LF]의 가르침은 수행자들에게 ‘성스러운 이야기’ 즉 ‘신화’로 기능하고 있으며, 3일에 걸쳐 매일 14시간씩 행하는 고강도의 모임과 고백의 현장은 뜨거운 부흥집회와 같은 ‘의례’의 현상이며, 높은 강단에서 권위적 자세로 LP의 가르침을 선포하고 수행자들의 고백을 이끌어 내는 포럼리더는 ‘사제/구루’이며, 인물을 통한 예비수행자 등록시키기는 고도의 ‘포교’전략이다. 이처럼 [LF]에 나타난 자기계발의 몸짓은 대중문화의 옷을 빌린 하나의 새로운 세속종교이다.

그런데 자기계발이라는 이름의 세속종교는 신자유주의의 지배 테크놀로지와 조응하고 있다. 신자유주의는 개인의 자유를 지고의 덕목으로 내세우면서 모든 것을 개인의 책임으로 귀속시키는 체제로서 무한경쟁의 논리를 그 속성으로 하고 있다. 따라서 신자유주의는 우리사회를 ‘피로사회’를 넘어 ‘허기사회’로 견인하고 있다. 그런데 자기계발 열풍은 신자유주의의 냉혹한 논리에 도전하기보다는 자유와

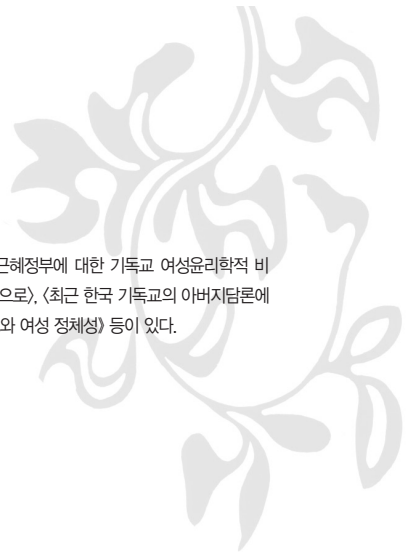
성공, 힐링과 행복이라는 메시지로 신자유주의의 논리에 편승하고 있다. 나아가 다양한 자기 테크놀로지를 통해 신자유주의의 논리를 확대 재생산하고 있는 것이다. 따라서 자기계발이라는 이름의 종교는 ‘자본가를 위한 종교’이며 ‘신자유주의에 봉사하는 종교’인 것이다.

이처럼 자기계발이라는 종교가 자본주의적이고 신자유주의적인 논리에 편승하여 확산되고 있을 때 한국의 제도종교들은 어떤 태도를 취하고 있는가? 즉 불교, 천주교, 개신교, 그리고 신종교들은 자기계발에 대해 어떠한 인식과 태도를 취하고 있는가? 이는 다음 과제로 남겨 놓고자 한다.

_이숙진

성공회대학교 연구교수. 주요논문으로 <여성정치세력화와 여성대통령 만들기: 박근혜정부에 대한 기독교 여성윤리학적 비평>, <신자유주의시대 한국기독교의 자기계발 담론: 여성교인의 주체화양식을 중심으로>, <최근 한국 기독교의 아버지담론에 대한 비판적 성찰: '착한' 가부장주의를 중심으로> 등이 있고, 저서로는 《한국기독교와 여성 정체성》 등이 있다.

lucidleekr@naver.com



【표1 심층인터뷰 대상자】

	녹취록	성	연령	직업	수행프로그램	참여동기	수행후 변화
1	M50A	남	50대초	마트주인	LF/AD/ILP	개인적 생산성 향상	관계커뮤니케이션
2	F40A	여	40초	다단계판매자	LF	개인적 생산성 향상	자신감
3	F20B	여	20대후	취준생	LF	경제적 파워	자신감
4	M70B	남	60대후	대학동문회장	LF	관계커뮤니케이션	관계커뮤니케이션
5	M40C	남	40대초	자동차영업직원	LF	개인적 생산성 향상	삶의 질 향상
6	F40C	여	40중반	전업주부	LF	삶의 질 향상	삶의 질 향상
7	M30D	남	30후반	보험설계사	LF	개인적 생산성 향상	건강회복/삶의 질 향상
8	F20D	여	20대중	취준생	LF	관계커뮤니케이션(아버지와의 불화)	관계커뮤니케이션
9	M30E	남	30대중	자동차영업직원	LF	개인적 생산성 향상	관계커뮤니케이션/자신감/영향력과 변화를 만드는 힘
10	F40E	여	40대초	영업직원	LF	삶의 질 향상	삶의 질 향상-건강문제해소
11	F40F	여	40대초	손해보험사	LF	삶의 질 향상	관계커뮤니케이션/삶의 질 향상
12	M40F	남	40대후	의사	LF	삶의 질 향상	관계커뮤니케이션/삶의 질 향상/영향력과 변화를 만드는 힘
13	F30G	여	30대초	음악교사	LF	삶의 질 향상	관계커뮤니케이션/자신감/삶의 질 향상/영향력과 변화를 만드는 힘
14	M20G	남	20대초	대학생	LF/AD/ILP	자신감	자신감/영향력과 변화를 만드는 힘/삶의 질 향상
15	F50H	여	50대중	잡화점 가게주인	LF/AD/ILP	관계커뮤니케이션/개인적 생산성 향상	관계커뮤니케이션/개인적 생산성 향상/삶의 질 향상
16	F50I	여	50대초	중학교교사	LF/AD/ILP	관계커뮤니케이션	관계커뮤니케이션
17	M40H	남	40대초	대학강사	LF/AD/ILP	영향력과 변화를 만드는 힘	관계커뮤니케이션/개인적 생산성 향상/영향력과 변화를 만드는 힘
18	F20J	여	20대후	초등교사	LF/AD/ILP	관계커뮤니케이션/개인적 생산성 향상	영향력과 변화를 만드는 힘
19	F30K	여	30대	공군대위	LF/AD/ILP	영향력과 변화를 만드는 힘	관계커뮤니케이션/영향력과 변화를 만드는 힘/삶의 질 향상
20	M20I	남	20대후	초등교사	LF/AD/ILP	관계커뮤니케이션	관계커뮤니케이션/자신감
21	F40L	여	40대초	다단계판매원	LF/AD/ILP	개인적 생산성 향상	관계커뮤니케이션/개인적 생산성 향상/영향력과 변화를 만드는 힘
22	F50M	여	50대후	귀농 전업주부	LF/AD/ILP	관계커뮤니케이션	관계커뮤니케이션
23	M30J	남	30대중후	직장인	LF/AD/ILP	개인적 생산성 향상	관계커뮤니케이션/개인적 생산성 향상/자신감/삶의 질 향상
24	M30K	남	30대초	선교사(목사)	LF/AD/ILP	관계커뮤니케이션	관계커뮤니케이션
25	F40N	여	40대초	공무원	LF	관계커뮤니케이션	관계커뮤니케이션/영향력과 변화를 만드는 힘/삶의 질 향상
26	M30L	남	30대중	연구원	LF/AD	개인적 생산성 향상	관계커뮤니케이션/삶의 질 향상

27	M40M	남	40대초	아동교재 영업직	LF	개인적 생산성 향상	관계커뮤니케이션/개인적 생산성 향상/자신감/영향력과 변화를 만드는 힘/삶의 질 향상
28	F40O	여	40대초	전업주부	LF	관계커뮤니케이션	관계커뮤니케이션
29	M50N	남	50대초	연극배우/제작자	LF/AD	개인적 생산성 향상	관계커뮤니케이션/개인적 생산성 향상
30	F40P	여	40대초	주부	LF	관계커뮤니케이션	삶의 질 향상
31	F30Q	여	30대초	직장인(교육팀)	LF/AD/LP	개인적 생산성 향상	관계커뮤니케이션/개인적 생산성 향상
32	F30R	여	30대중	백화점파트타임직	LF/AD	개인적 생산성 향상	관계커뮤니케이션/삶의 질 향상
33	M30O	남	30대후	핀드매니저	LF/AD	개인적 생산성향상	삶의 질
34	F40S	여	40대초	학교사무직원	LF/AD	관계커뮤니케이션(아들과의 갈등)	관계/개인적 생산성, 삶의질

※ 알파벳 M과 F는 남성과 여성, 숫자는 연령대, 마지막 알파벳은 첫 인터뷰순서이다.

참고문헌

- 서동진, 2009, 《자유의 의지 자기계발의 의지: 신자유주의 한국사회에서 자기계발하는 주체의 탄생》, 돌베개.
- 이범준, 2010, 〈한국의 자기계발 담론과 젊은 직장인들의 수용과 실천에 대한 연구〉, 서울대학교 박사학위논문.
- 이숙진, 2010, 〈신자유주의 시대 한국 기독교의 자기계발 담론: 여성교인의 주체화 양식을 중심으로〉, 《종교연구》 60호.
- 전상진, 2008, 〈자기계발의 사회학: 대체 우리는 자기계발 이외에 어떤 대안을 권유할 수 있는가?〉, 《문화와 사회》 제5권.
- Chappell, Clive, et al., 2003, *Reconstructing the Lifelong Learner: Pedagogy and Identity in Individual, Organisational and Social Change*, London and New York: RoutledgeFalmer.
- Covey, Stephen, 1989, *The 7 Habits of Highly Effective People*, London: Simon & Schuster; 스티븐 코비, 1994, 《성공하는 사람들의 7가지 습관》, 박재호의 옮김, 김영사.
- de Botton, Alain, 2011, *Religion for Atheists: A non-believer's guide to the uses of religion*, Hamish Hamilton; 알랭 드 보통, 2011, 《무신론자를 위한 종교》, 박중서 옮김, 도서출판 청미래.
- Evans, Jules, 2012, *Philosophy for Life: and other dangerous situations*, Not Applicable ; 줄스 에반스, 2013, 《삶을 사랑하는 기술 철학을 권하다》, 서경조 옮김, 더퀘스트.
- Foucault, Michel, 1988, *Technologies of the Self: A Seminar with Michel Foucault*, Amherstand Boston: University of Massachusetts Press ; 미셸 푸코, 1997, 《자기의 테크놀로지》, 이희원 옮김, 동문선.
- Hazleden, Rebecca, 2003, "Love Yourself: the Relationship of the self with Itself in

- Popular Self-Help Texts,” *Journal of Sociology* 39(4).
- Jang Sukman, 2007, “The Religious in Modern Korean Culture,” *Korea Journal*, Summer.
- Larner, Wendy, 2000, “Neo-liberalism: Policy, Ideology, Governmentality”, *Studies in Political Economy*, vol.63, no.5.
- Lim, Hyunsu, 2007, “A Religious Analysis of Education Fever in Modern Korea,” *Korea Journal*, Summer.
- Martin, Luther H, Gutman, Huck., and Hutton, Patrick H, eds, 1988, *Technologies of the Self: A Seminar with a Michel Foucault*, Amherst: The University of Massachusetts Press.
- McGee, Micki, 2005, *Self-Help, Inc.: Makeover Culture in American Life*; 미키 맥기, 2011, 《자기계발의 텃밭》, 김상화 옮김, 모요사.
- Nye, Malory, 2008, *Religion: The Basics*, Routledge; 멜러리 나이, 2013, 《문화로 본 종교학》, 유기쁨 옮김, 논형.
- Smart, Ninian, 2000, *Worldviews: Crosscultural Explorations of Human Beliefs*, New Jersey: Prentice Hall; 니니안 스마트, 2000, 《종교와 세계관》, 김윤성 옮김, 이학사.
- Park Sang Un, 2007, ““Beauty Will Save You””: The Myth and Reality of Diet in Korean Society,” *Korea Journal*, Summer.
- Lasch, Christopher, 1979, *The Culture of Narcissism: American life in an age of diminishing expectations*, New York: W. W. Norton; 크리스토퍼 래쉬, 1989, 《나르시시즘의 문화》, 최경도 옮김, 문학과지성사.
- Rimke, Heidi, M. 2000, “Governing Citizens through Self-Help Literature,” *Cultural Studies* 14(1).
- Ricoeur, Paul, 1984~1988, *Time and Narrative*, Chicago: University of Chicago Press; 폴 리코르, 2004, 《시간과 이야기》, 김한식, 이경래 옮김, 문학과지성사.
- Rose, Nikolas, 1996, “Governing ‘advanced’ liberal democracies”, in A Barry, T. Osborne and N. Rose, eds, *Foucault and Political Reason*, London: UCL Press.

- _____, 1998, *Inventing our Selves: Psychology, Power, and Personhood*, Cambridge: Cambridge University Press.
- Tennant, Mark, 2005, "Transforming Selves," *Journal of Transformative Education*, Vol. 3 No. 2, April.
- Yoo Ki Bbeum, 2007, "Looking for Salvation beyond a Risk-ridden Reality: The Religious Nature of Korean Internet Culture," *Korea Journal*, Summer.
- Zaffron, Steve, Logan, Dave, 2009, *The Three Laws of Performance: Rewriting the Future of Your Organization and Your Life*, Jossey-Bass; 스티브 제이프론 외, 2010, 《위대한 성과의 법칙》, 비즈니스 맵.

이 글은 우리사회에서 급속하게 확산되고 있는 자기계발 열풍을 새로운 '종교현상'의 하나로 규정하고 그 성격을 분석하였다. 그 동안 상대적으로 많이 이루어진 자기계발에 대한 담론분석보다는 자기계발 담론을 실천, 수용, 소비하는 수행자에 초점을 두는 참여관찰의 방법을 시도하였다. 자기계발 프로그램이 제공하는 자기 테크놀로지를 자기 알기, 자기숙련, 자기재창조의 세 차원으로 나누고, 수행자들이 행하는 자기계발의 실천이 주체형성의 메커니즘에 개입하는 방식을 분석하였다. 그 결과 자기계발이라는 이름의 세속종교는 신자유주의의 지배 테크놀로지와 조응하고 있음을 알 수 있었다. 즉 자기계발의 종교는 개인의 자유를 지고의 덕목으로 내세우면서 모든 것을 개인의 책임으로 귀속시키는 신자유주의의 냉혹한 논리에 도전하기보다는 자유와 성공, 힐링과 행복이라는 메시지로 신자유주의의 논리에 편승하고 있음을 드러내었다. 나아가 다양한 자기 테크놀로지를 통해 신자유주의의 논리가 확대 재생산되고 있음을 밝혔다. 요컨대 이 시대의 자기계발문화는 '자본가를 위한 종교'이자 '신자유주의에 봉사하는 종교'로 기능하고 있는 것이다.

주제어: 자기계발이라는 이름의 종교, 신자유주의 통치성, 자기테크놀로지

Religion in the Name of Self-Help : Focusing on the Self-Technologies of the Coaching Program

Lee, Sook Jin

Sungkonghoe University

This paper attempted to explore the religious nature of self-help fever in recent Korea. As a participant observer, the author paid attention to the self-technologies of some self-helpers who were attending and consuming self-help discourses in coaching programs. For the sake of depth analysis, self-technology was divided into three dimensions, that is, self-knowing, self-mastery, and self-recreation. It was revealed that self-technologies as an instrument of self-help played a major role of producing a new subjectivity. Such a subjectivity corresponds to the governmentality of neo-liberalism which put a stress on competition, success, and self-responsibility for failure in society. Furthermore, self-help movement reproduces and magnify the logic of neo-liberalism. In conclusion, self-help as a new kind of secular religion in our society is a religion for capitalists and neo-liberalism.

Key Words: Religion in the Name of Self-Help, governmentality of neo-liberalism, the self-technologies

투 고 일: 2014. 01. 07

심 사 일: 2014. 02. 18

계재결정일: 2014. 02. 21