



01편 이야기의 힘



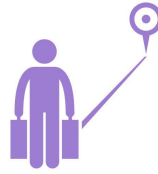
The power of a story

- [1] 오디세우스가 사이렌의 유혹을 피하려고 자신의 선원들에게 자신을 자신의 범선 돛대에 묶어 달라고 요구한 것을 기억할 것이다.
- [2] 하지만 생각해 보면 그는 자신이 나머지 선원들에게 하라고 명령했던 것처럼 그저 자신의 귀에 밀랍을 넣어서 많은 고통을 모면할 수도 있었을 것이다.
- [3] 오디세우스는 남이 하기 싫어하는 일을 하기 좋아하는 사람은 아니었다.
- [4] 사이렌은 누구든 그들(사이렌)의 소리를 들었던 자가 살아서 후에 그 이야기를 할 수 있을 경우에만 죽임을 당할 수 있었다.
- [5] 오디세우스는 일이 벌어지고 난 후에 자신의 죽음에 이를 뻔했던 항해를 이야기함으로써 사이렌을 완파했다.
- [6] 그 학살은 이야기 하는 것 안에 있었다.
- [7] 오디세우스 신화는 행동 변화의 주요 특징을 강조하는데, 우리의 경험을 자세히 이야기하는 것이 그것에 대한 지배력을 우리에게 제공한다는 것이다.
- [8] 심리 치료 상황에서든, 알코올 중독자 갱생회 후원자와 이야기하든, 성직자에게 고백하든, 친구에게 털어 놓든, 또는 일기장에 쓰든, 우리의 솔직한 공개는 우리의 행동을 눈에 띄게 하고, 어떤 경우에는 우리가 그것을 처음으로 볼 수 있게 한다.
- [9] 이것은 자각하는 의식 밖에서 자동성의 수준을 수반하는 행동에 특히 해당된다.



02편 현상 유지 경향을 극복한 이민자들

Immigrants Overcome the Phenomenal Tendency



- [1] 만약 특정한 자아상을 유지하는 게 중요하다면 그것을 윤을 내는 것도 이치에 맞다.
- [2] 우리는 부정적인 정보를 걸러 냄으로써 이것을 적극적으로 한다.
- [3] 또 다른 선택은 최소한 우리에게 불리하게 되돌아올 가능성이 조금이라도 있는 행동을 하는 것을 그저 피하는 것이다.
- [4] 내가 걸인 옆을 지나가지 않기 위해 길을 건넌다면 내가 관대함이 부족하다는 것을 스스로에게 드러낼 필요가 없을 것이다.
- [5] 본국에 남아 있는 이민 지망자는 자신이 갔더라면 성공했을 것이라는 허구를 언제나 유지할 수 있다.
- [6] 현재의 상황을 유지하려는 이러한 경향을 극복하는 데는 꿈을 꾸는 능력, 즉 상당한 양의 자만심이 필요하다.
- [7] 이것이 아마도 이민자들, 적어도 절망에 떠밀리지 않은 이민자들이 가장 부유하거나 가장 교육을 받은 사람들이 아니라 특별한 추진력을 가지고 있는 사람들인 경향이 있는 이유이며, 이 점이 우리가 그들 가운데 그렇게도 많은 성공한 기업가를 발견하는 이유다.



08편 협업하는 법을 배우는 것의 중요성

The Importance of Learning to Collaborate



[1] 교육이 지적 자립성을 높여야 한다는 생각은 배움에 대한 매우 편협한 관점이다.

[2] 그것은 지식이 타인에 의존한다는 사실을 무시한다.

[3] 자동차를 수리하기 위해 정비사는 누가 부품을 제공할 수 있고 누가 부품을 전달할 수 있는지 어떤 차가 리콜되었는지를 어떻게 알아 낼 수 있는지, 그리고 최신 설계 혁신에 대해 어떻게 배울 수 있는지 알아야 한다.

[4] 오늘날 자동차는 전 세계에서 오는 기술에 의존하기 때문에, 관찮은 자동차 정비사는 자동차 산업 내의 지식 공동체 전체에 퍼진 지식에 접근할 수 있을 것이다.

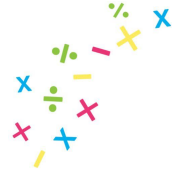
[5] 따라서 배우는 것은 단지 새로운 지식과 기술을 개발하는 것에 관련된 것이 아니다.

[6] 그것은 또한 우리가 어떤 지식을 제공해야 하는지, 그리고 우리가 어떤 격차를 채우도록 도와줄 타인에게 의존해야 하는지를 인식하면서 다른 사람들과의 협업을 배우는 것에 관련된 것이다.



04편 초등 수학의 층

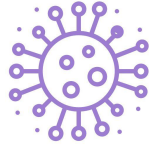
Layers of elementary school mathematics



- [1] 기원전 350년에서 275년 사이에 Alexandria에 살았던 유클리드는 고대에 가장 영향력 있는 기하학 저서인 '기하학 원론 (The Elements)'을 저술했다.
- [2] 그 당시 이집트의 왕이었던 프톨레마이오스는 그 책을 읽는 쉬운 방법에 대해 그의 조언을 구했다.
- [3] 수학에는 왕도가 없습니다 라고 유클리드는 대답했다.
- [4] 초등 수학도 마찬가지다.
- [5] 하지만 그것은 탐의 바닥을 다루기 때문에, 그것이 세우는 층수는 더 적다.
- [6] 고등 수학에서처럼 긴 논증의 사슬은 없다.
- [7] 이것이 그것(초등 수학)이 아이들에게 적합한 이유 중 하나다.
- [8] 하지만 다른 의미로는, 그것은 더 어렵다.
- [9] 일부 층은 마치 물속에 지어져 보기 어려운 것처럼 숨겨져 있고 식별하기 어렵다.
- [10] 그것들을 알아채려면 통찰력 있는 관찰이 필요하다.
- [11] 그것들은 놓치고 건너뛰기 쉽다.
- [12] 초등학교 수학은 정교하지는 않지만 지혜가 담겨 있다.
- [13] 그것은 복잡하지 않지만 심오하다.



05편 곰팡이의 중요성



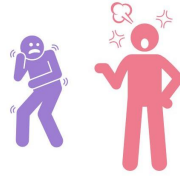
Importance of Mold

- [1] 곰팡이는 '동물'이나 '식물'만큼 광범위하고 활동적인 범주인 생명체의 왕국 중 하나를 구성한다.
- [2] 현미경으로 봐야만 보이는 효모는 곰팡이이며, 세계에서 가장 큰 유기체에 속하는 뽕나무버섯 *Armillaria*의 불규칙하게 퍼져 나간 망도 그렇다.
- [3] 현재 최고 기록을 보유하고 있는 것은 오리건주에 있는데, 무게가 수백 톤이고, 10평방 킬로미터에 걸쳐 퍼져 있고, 2천 살에서 8천 살쯤 되었다.
- [4] 아직 발견 되지 않은 채 남아 있는 더 크고 더 오래된 표본들이 많이 있을 것이다.
- [5] 지구상에서 가장 극적인 사건 중 많은 것들이 곰팡이 활동의 결과였고, 지금도 계속 그렇다.
- [6] 식물은 곰팡이와의 협력 때문에 단지 약 5억 년 전에 물 밖으로 나왔는데, 곰팡이는 식물이 자기 자신의 뿌리를 발달시킬 수 있을 때까지 수천만 년 동안 뿌리 시스템 역할을 했다.
- [7] 오늘날 식물의 90% 이상이 때때로 '우드 와이드 웹'이라고 불리는 공유 네트워크에서 나무를 연결할 수 있는 균근균에 의존한다.
- [8] 이 아주 오래된 연결은 육지에서 모든 알아볼 수 있는 생명체를 낳았고, 그 생명체의 미래는 건강한 관계를 형성하는 식물과 곰팡이의 지속적인 능력에 달려 있다.



06편 자존감을 떨어뜨리는 비난에 대한 두려움

Fear of self-esteem-deprecating criticism



[1] 우리가 다른 사람이 우리에게 적대적으로 사용할 가능성이 있는 모든 걸 우리 자신에게 말하는 것은 우리를 그것에 무감각하게 만들지 않는다.

[2] 그것은 우리가 그런 말을 들을 만하고 그 비난이 타당할 것이라고 믿게 만들 뿐이다.

[3] 게다가, 누군가가 승인과 칭찬으로 여러분을 빛낼지 아닐지에 대한 너무 많은 변수가 있어서 모든 사람과 모든 것을 완전히 그리고 전체적으로 덮는 것은 거의 불가능하다.

[4] 확인을 구하고자 한다면 필요한 것은 확실성으로, 우리 자신에게서 찾을 수 없는 바로 그런 종류다.

[5] 그러나 사람들의 의견 특히 부정적인 의견은 그들 자신이 가지고 있지 않고 할 수 없다고 스스로 알고 있는 것에서 주로 비롯된다.

[6] 여러분은 결국 자신의 자존감의 근거를 다른 사람들의 불안에 두는 것을 그만두고, 자신의 진정한 신념을 찾는 데 시간이 아무리 오래 걸리더라도, 그것에 자존감의 기반을 두기 시작해야 한다.

[7] 내가 그것을 받을 만하지 않다는 나의 믿음이 내가 내 자신의 적수 역할을 한 이유가 아니었다는 것을 나는 늘 알고 있었다.

[8] 다른 사람들에게 상처받을 것에 대한 두려움이 그 이유였다.



07편 좋은 행동의 영향력



The influence of good behavior

[1] 우리가 배려와 관심, 감수성과 재치, 정직과 진실성, 관대함과 품위, 관용과 용서로 남을 대하는 행동을 할 때 우리는 다른 사람이 되기 시작한다.

[2] 그리고 그런 것이 상호주의의 본질이며 상호주의 자체가 도덕의 기초가 되는 깊이 새겨진 본능 중 하나여서, 우리는 다른 사람들이 우리와 관계를 맺는 방식을 항상 아니라도 확실히 자주 바꾸기 시작한다.

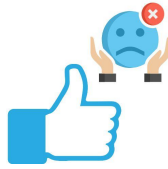
[3] 느리지만 확실하게, 적어도 우리가 활동하는 더 친밀한 환경에서는 새로운 분위기가 느껴지기 시작한다.

[4] 나쁜 행동은 쉽게 전염될 수 있지만, 좋은 행동도 그럴 수 있고, 그것(좋은 행동)이 보통 장기적으로 승리한다.

[5] 우리는 다른 사람들을 배려하는 사람들에 의해 행복한 기분이 든다.



08편 유용한 부정적 감정



A useful negative emotion

[1] 여러분이 경험을 통해 배우고 자신의 안전지대 밖으로 대담하게 이동할 때 감정은 개인 학습의 가장 큰 탈선기가 될 가능성이 있다.

[2] 여러분의 몸이 긴장되고, 머리가 지끈거리며, 입이 마르고, 손에 땀이 나고, 호흡이 빨라지며, 아드레날린으로 상기됨을 느낄 때가 있을 것인데, 이것이 모두 파괴적인 감정이 작용하고 있다는 징후다.

[3] 다른 때 여러분은 하루 내내 무거운 다리를 끌면서 기분이 '울적' 하거나 '꿀꿀'하고, 또는 단절된 느낌이거나, 의기소침하고 또는 '그저 관심이 없다고 느낄 수도 있다.

[4] 덜 극적이긴 하지만, 이러한 반응 또한 파괴적인 감정의 징후일 수도 있다.

[5] 이런 일이 일어날 때는, 여러분의 실험으로부터 배우는 것에 집중하기가 매우 어려울 수 있다.

[6] 그러나 이러한 종류의 감정은 또한 유익하고 탐색할 가치가 있다.

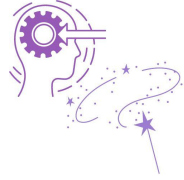
[7] 감정은 그저 처리되거나 억눌러져야 하는 '문제'가 아니다.

[8] 그것은 또한 '여기에 배워야 할 뭔가가 있다고 신호를 보낸다.

[9] 만약 여러분이 그 징후를 읽을 준비를 할 수 있다면, 여러분이 느끼고 있는 방식으로 왜 느끼고 있는지 이해하는 것이 변화를 만드는 중요한 자극제가 될 수 있다.



9-10번 마술로 인한 인식의 변화



A change in perception due to magic

- [1] 내 친구 중 한 명인 David는 Massachusetts에 있는 한 식당의 상주 마술사였다.

- [2] 매일 밤 그는 테이블 주변을 돌아다녔고, 동전들이 손가락 사이로 빠져나가 그래서 안 되는 바로 그곳에 다시 나타났다가 다시 사라지고, 둘로 나뉘었다가, 감쪽같이 사라졌다.

- [3] 어느 날 저녁 손님 두 명이 떠난 지 얼마 안 되어 식당으로 돌아와 David를 한쪽으로 끌어당겼는데 불안해 보였다.

- [4] 그들은 자신들이 식당을 나갔을 때, 하늘이 충격적일 정도로 파랗고 구름은 크고 생생해 보였다고 말했다.

- [5] 그가 그들의 음료에 뭐라도 넣었던 것인가? 몇 주가 지나면서 이런 일이 계속 일어났는데, 고객들은 다시 돌아와서는 전보다 차량 소리가 더 크고, 가로등은 더 밝으며, 보도의 문양이 더 매력적이고, 빗줄기가 더 상쾌한 것 같았다고 말했다.

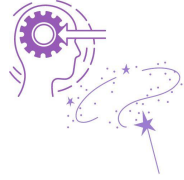
- [6] 그 마술 기법은 사람들이 세상을 경험하는 방식을 바꾸고 있었다.

- [7] David는 왜 이런 일이 일어났다고 생각하는지 나에게 설명했다.

- [8] 우리의 인식은 상당 부분 예상으로 작동한다.



9-10번 마술로 인한 인식의 변화



A change in perception due to magic

[9] 처음부터 완전히 새로운 인식을 끊임없이 형성하는 것보다는 적은 양의 새로운 감각 정보로 업데이트된 예상된 이미지를 사용하여 세상을 이해하는 것이 인지적 수고가 덜 든다.

[10] 마술사들이 그들의 직무를 수행하는 사각지대를 만드는 게 바로 우리의 선입견이다.

[11] 점진적인 약화에 의해 동전 속임수는 손과 동전이 작동하는 방식에 대한 우리 예상의 지배를 느슨하게 한다.

[12] 결국, 그것(동전 속임수)은 우리의 인식에 대한 우리 예상의 지배를 더 전반적으로 느슨하게 만든다.

[13] 식당을 나서자마자 하늘이 다르게 보였는데 그것은 손님들이 예상한 대로가 아니라 당시 거기 있는 그대로 하늘을 보았기 때문이다.

[14] 우리의 예상에서 벗어나도록 속으면 우리는 우리 감각에 기대게 된다.

[15] 놀라운 것은 우리가 발견하기를 기대하는 것과 실제로 보았을 때 발견하는 것 사이의 차이이다.