

DELPHI

VERITAS VINCIT OMNIA

How to fix your
entire life in 1 day

트위터 아티클 조회수 1억
회를 달성한, 인생을 하루만
에 바꾸는 방법

How to Live?

불확실성의 시대, 앞으로 우리는 무엇을
하며 어떤 방식으로 살아가야 할까?

DELPHI

대답 대신 질문을, 답변 대신 관점을



매거진 델포이란?

그리스 델포이에 위치한 아폴론 신전은 고대 세계의 중심이자 지혜의 샘이었습니다. 수많은 왕과 현자들이 중대한 결정을 앞두고 델포이로 몰려들어 신의 뜻을 구했습니다.

델포이의 신탁은 때로는 난해하고 애매하여 다양한 해석을 낳았지만, 결국에는 옳은 길을 제시했습니다.

오늘날 블록체인 세계의 '오라클'도 이 델포이 신전에서 유래했습니다. 현실 세계의 정보를 블록체인에 연결하는 오라클은, 델포이의 신탁처럼 복잡하고 다양한 정보를 블록체인에 전달합니다.

그 모호함 속에 진리를 품고 있는 델포이의 신탁처럼, 매거진 델포이 역시도 한 주제에 대한 다양한 의견들을 나누며 그 안에서 진리를 품고자 합니다.

CONTENTS

04

신영서 Delphi Editor

2026년, 어떻게 살아야 할까

현재 절대적인 가치로 추앙받는 특정 직역의 위상 역시 기술의 변곡점 앞에서는 언제든 흔들릴 수 있었다. 결국 해답은 외부가 아닌 내부에서 찾아야 했다

08

Arang(Haru)

Formula Labs

외주 맡긴 자아

불안 속으로 걸어 들어가 되, 자기 자신을 잊지 않는 것, 그것이 우리가 해야할 일이다

06

Blockchain Valley

How to fix your entire life in 1 day

진짜 변화는 단순히 "올해는 더 성실해져야지"라고 자신을 설득하는 것보다 훨씬 더 깊은 곳에서 일어난다.

10

Contributor

점성술로 보는 2026년

2026년은 앞으로 어떻게 될까? 행성과 별의 움직임을 통해 전망하는 2026년

2026년 어떻게 살아야 할까



“현재 절대적인 가치로 추앙받는 특정 지역의 위상 역시 **기술의 변곡점** 앞에서는 언제든 흔들릴 수 있었다”

2026년의 새해가 밝았으나 미래를 향한 대중의 기대는 그 어느 때보다 낮게 가라앉아 있었다. 이는 미래가 암울하거나 변화가 없을 것이라는 냉소 때문이 아니라, 오히려 감당하기 어려운 속도로 몰아치는 변화 그 자체가 공포가 된 탓이었다.

특히 인공지능이 불러온 거대한 파동은 개발자와 화이트칼라 계층의 일상에 실시간으로 불안을 전이시켰다. 물론 그 과정에서 변화의 실체가 다소 과장된 측면도 있었으나, 기술의 완성도를 떠나 이미 우리 사회가 인공지능이라는 방향으로 모든 자원과 기대를 쏟아부으며 거대한 항해를 시작했다는 점에 주목해야 한다. 인류가 한 번도 가보지 못한 경로로 출항한 이 함선의 종착지가 어디일지는 이제 인간의 예측 범위를 넘어선 영역이 되었다.

임계점을 넘어선 변화의 속도 앞에서 휴식은 사치가 되었고, 대중은 형용할 수 없는 피로감 속에서 다음을 준비하느라 분주하다. 불확실성이 사회 전체를 짙게 덮고 있는 상황에서 수많은 이들은 미래를 예언한다는 목소리에 필사적으로 귀를 기울인다. 사주의 인기가 올라가고 저마다 자신만이 정답이라고 외치는 인플루언서와 유튜버들이 범람하는 현상 또한 이러한 불안의 맥락과 궤를 같이할 것이다.

그러나 역설적으로 지금 이 시점에서 가장 경계해야 할 태도는 세상을 완벽히 이해하거나 예측할 수 있다고 믿는 오만이다. 기후 위기나 인구 절벽 같은 거시적인 상수를 제외한다면, 기술이 어떤 경로로 사회를 재편하고 부를 창출할지는 그 누구도 단언할 수 없었다.

과거 팬데믹 시기에 컴퓨터공학이 영원한 정답인 양 몰려갔던 이들이 지금은 취업 걱정을 하는 것처럼, 현재 절대적인 가치로 추앙받는 특정 직역의 위상 역시 기술의 변곡점 앞에서는 언제든 흔들릴 수 있었다. 유행을 뒤쫓는 거시적 예측은 투자의 관점에서나 생존의 관점에서나 손익비가 매우 낮은 선택일 뿐이었다. 결국 해답은 외부가 아닌 내부에서 찾아야 했다.

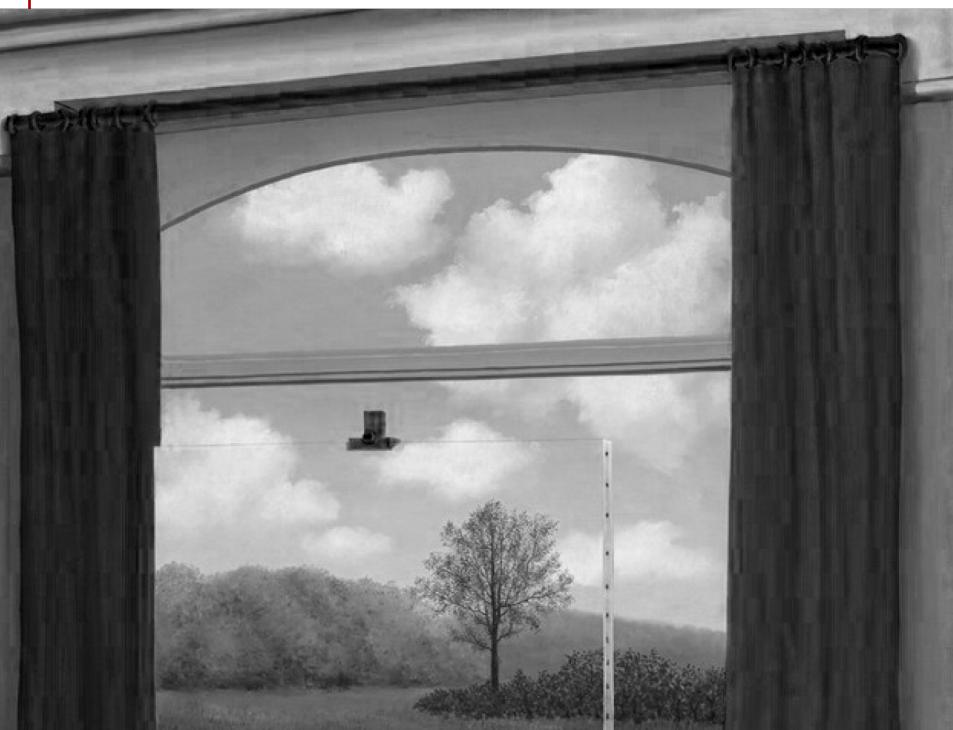
오로지 불확실성만이 유일한 상수인 시대에서 가장 영리한 전략은 세상을 예측하는 연산 장치를 무리하게 가동하기보다 나라는 엔진의 사양을 먼저 파악하는 것이다. 불확실성이 강 할수록 외부 변수를 계산하는 것보다 내가 무엇을 진정으로 좋아하고 어떤 것에 압도적인 강점이 있는지를 아는 것이 성공 확률을 비약적으로 높이는 길이기 때문이다.

이제는 세상을 이해하려 애쓰기보다 나 자신을 이해하는 데 모든 노력을 기울여야 한다. 나를 아는 것은 외부 환경에 흔들리지 않는 고유의 궤적을 만드는 일이며, 이는 어떤 시대적 변화 앞에서도 유효한 최후의 생존 무기가 된다.

인공지능의 발전은 개인이 새로운 지식 체계와 다양한 도메인에 접근하는 비용을 사실상 제로에 가깝게 만들어 놓았다. 따라서 지금 가장 현명한 선택은 특정 분야에 매몰되어 정답이 내려오길 기다리기보다, 다양한 영역에 자신을 노출하고 그 과정에서 드러나는 나만의 본질과 적응력을 확인하는 것이 가장 효과적이다.

세상을 예측하려는 무모한 도전을 멈추고 대신 다양한 경험 속에서 스스로의 가능성을 실험하며 자신을 정의해 나가는 것만이, 예측 불가능한 미래를 돌파할 유일하고도 강력한 생존 방식이다.

“스스로의 가능성을 실험하며 자신을 정의해 나가는 것만이, 예측 불가능한 미래를 돌파할 유일한 생존 방식이다





How to fix your entire life in 1 day

@thedankoe의 X article을 번역함

저는 대부분의 사람들이 하는 새해 결심 따위는 명청한 짓이라고 생각합니다. 대부분의 사람들이 삶을 바꾸는 방식이 완전히 잘못되었기 때문이죠. 대부분의 사람들은 남들이 다 하니까, 혹은 사회의 패워 게임에서 우위에 서고 싶다라는 표면적인 의미 때문에 결심을 만들곤 합니다. 하지만 그런 결심은 실은 그 어떤 본질적인 변화를 만들어내지 않습니다. 진짜 변화는 단순히 "올해는 더 성실해져야지"라고 자신을 설득하는 것보다 훨씬 더 깊은 곳에서 일어납니다.

1. 원하는 자리에 가기 위해선 행동이 아니라 정체성을 바꿔야 한다

사람들은 언제나 목표를 향해 나아가기 위해 행동을 바꾸는 것에만 집중하고, 더욱 더 중요하고 본질적인 요소인 나 자신을 바꾸는 것에는 집중하지 않습니다. 대부분의 사람들은 표면적인 목표를 세우고 처음 몇 주 동안만 의지력을 불태웁니다. 그러다 금방 옛날 방식으로 돌아가죠. 썩어빠진 토대 위에 멋진 삶을 지으려 했기 때문입니다.

성공한 사람을 떠올려 보세요. 보디빌더, 수천억 자산가, 혹은 불안함 없이 군중을 휘어잡는 카리스마 넘치는 사람 말입니다. 그 보디빌더가 건강하게 먹기 위해 매번 '고통스러운 인내'를 할까요? CEO가 팀을 이끌기 위해 매일 자신을 채찍질하며 출근 할까요? 겉보기엔 그래 보일지 몰라도, 사실 그들은 다른 방식의 삶은 상상조차 할 수 없는 사람들입니다. 보디빌더에게는 오히려 불량식품을 먹는 게 고역이고, CEO에게는 알람을 무시하고 침대에 누워 있는 게 더 힘든 일입니다. 이 문장은 단순해 보이지만, 놀랍게도 많은 이들이 간과합니다. 특정한 결과를 얻고 싶다면, 그 결과에 도달하기 훨씬 전부터 그 결과를 만들어내는 라이프스타일을 이미 가지고 있어야 합니다.

2. 정체성이 바뀌지 않는 이유는 정체성을 바꾸지 않고 싶어하기 때문이다

정체성을 바꾸고 싶다면 마음이 어떻게 작동하는지 이해하고 재프로그래밍해야 합니다. 그렇다면 정체성은 어떤 방식으로 형성되는 걸까요? 정체성은 다음과 같은 주기로 형성됩니다. 먼저, 목표를 설정하고, 목표의 렌즈로 필요한 정보만 습득합니다. 그리고 두번째로, 행동하고 피드백을 받으며 이를 통해 다시 행동을 수정하여 자동화한다 세번째로, 이렇게 결정된 행동이 곧 '나'라고 믿으며 정체성을 고정합니다.

할 일을 미루는 이유는 "의지력이 부족해서"라고 말하지만, 사실은 완성된 작업물을 공유했을 때 받을 비판이나 심판으로부터 자신을 보호하려는 목표를 달성 중입니다. 퇴사하지 못하는 이유 역시도 "용기가 없어서"라고 하지만, 실제로는 안전함과 예측 가능성이라는 목표를 쫓고 있는 것입니다. 이처럼 진짜 변화는 목표를 바꾸는 것을 의미합니다. 여기서 목표란 미래에 대한 투영이자 인식의 렌즈입니다. 렌즈가 바뀌어야 그 목표를 돋는 정보와 아이디어가 보이기 시작합니다.



How to fix your entire life in 1 day

3. 정체성을 바꾸지 않고 싶어하는 이유는 정체성을 바꾸는 게 두렵기 때문이다

그렇다면 이 편안함과 예측 가능성에 대한 안주는 어떻게 해야지 없앨 수 있나요? 그것은 알면 됩니다. 우리는 모르기 때문에 두렵고, 그렇기 때문에 안주합니다. 그렇다면, 이 안락함에서 벗어나기 위해선 어떻게 할지 알고, 판단해야 합니다. 그리고 우리는 그러한 능력을 “지능”이라고 부릅니다.

지능은 목표를 세우고, 행동하고, 감지하고, 비교하고, 다시 수정하며 행동하는 피드백 루프를 돌리는 능력입니다. 지능이 높은 사람은 문제를 해결할 때까지 반복하고(iterate) 버팁니다. 반면 지능이 낮은 사람은 장애물을 만나면 바로 포기합니다. “나에게 맞는 방법은 없어”라고 믿는 것 자체가 낮은 지능의 증거입니다. 높은 지능은 어떤 목표든 충분한 시간과 시행착오만 있다면 달성 가능하다는 사실을 이해하는 것입니다.

이제 여러분은 왜 새해 결심이 도돌이표로 끝나는지, 그리고 어떻게 하면 이 도돌이표에서 벗어날 수 있는지를 배웠습니다. 그렇다면 이제 적용할 차례입니다. 변화는 결핍과 불만이 극에 달했을 때, 그리고 그 긴장감이 질문을 통해 터져 나올 때 시작됩니다. 하루를 통째로 비우고 다음 프로토콜을 따라 하세요.

4. 하루 만에 완전히 새로운 삶으로 발전하는 구체적인 계획

1) 원하는 정체성을 찾기 : 다음 질문에 답하며 현재 삶의 고통을 직시하세요.

- 당신이 참고 살기로 타협한 '지루하고 끈질긴 불만'은 무엇입니까?
- 지난 1년간 가장 많이 했던 불평 3가지는 무엇입니까? 그 불평을 하는 당신의 '행동'만 본다면, 당신은 사실 무엇을 원하고 있는 것입니까?

2) 기존 정체성에서 벗어나기 : 휴대폰에 알람을 맞추고 다음 질문이 뜰 때마다 지금 하는 행동을 멈추고 생각하세요.

- 11:00am: 지금 이 일을 함으로써 회피하고 있는 것은 무엇인가?
- 3:15pm: 나는 지금 '내가 혐오하는 삶'으로 가고 있는가, '원하는 삶'으로 가고 있는가?

3) 새로운 정체성으로 맞추기 : 오늘 얻은 통찰을 바탕으로 목표를 설정합니다.

옛 패턴을 완전히 끊었다는 증거가 될 단 하나의 구체적인 결과는?

그 결과를 위해 이번 달에 반드시 완수해야 할 프로젝트는?

OPINION

외주 맡긴 자아



Arang(Haru)

Formula Labs

메타인지의 아웃소싱이 우리 시대의 가장 은밀한 위협이다

새벽, 알림이 울린다. 반쯤 감긴 눈으로 화면을 확인하는 순간, 우리는 이미 무언가를 잊어버리고 있다. 무엇을 확인하려 했는지 기억나지 않는다. 손가락은 이미 타임라인을 스크롤하고 있다. 5초 전의 의도는 증발했고, 알고리즘이 제안하는 다음 콘텐츠가 시야를 채운다.

문제 해결(Solution)은 이제 과잉 공급 상태다. AI는 코드를 짜고, 문서를 요약하고, 전략을 제안한다. 질문만 던지면 답이 나온다. 정작 희소해진 건 문제 정의(Problem Definition)다. 무엇을 물어야 하는지, 왜 그 것이 중요한지를 아는 능력.

AI는 세상의 불편함을 스스로 감지하지 못한다. "이게 왜 문제지?"라고 의문을 품는 것은 여전히, 어쩌면 영원히 인간의 영역이다. 역설이 여기 있다. 도구가 강력해질수록 우리는 도구에 기대고, 기댈수록 그 능력을 잊는다. 내비게이션에 의존하면 길 감각이 사라지듯, AI에게 생각을 맡기면 생각하는 근육이 위축된다.

메타인지의 아웃소싱. 이것이 우리 시대의 가장 은밀한 위협이다. 기술이 대체하는 것이 "일"만이 아니라 "생각"이라면? 단순 반복 작업이 줄어드는 건 좋다. 문제는 의식적으로 지키려 하지 않으면, 사고와 창의성이 필요한 영역까지 서서히 위임하게 된다는 점이다.

AI에게 초안을 맡기고, 방향을 맡기고, 결국 판단까지 맡긴다. "AI가 이렇게 추천했으니까"가 이유가 된다. 그 순간 우리는 도구의 사용자가 아니라 도구의 실행자가 된다. 프롬프트를 잘 쓰는 것이 AI 시대의 핵심 역량이라고들 한다. 동의하지 않는다. 진짜 역량은 "이건 진짜 내 생각인가, AI가 정리해준 생각인가"를 구분할 수 있는 감각이다.

AI가 쓴 문장이 내 문체와 비슷하면서 나보다 더 완벽하게 느껴질 때가 있다. 솔직히, 그게 무섭다. 마음 맞는 친구가 있다면 이런 느낌일 거라고 생각하게 되는 나 자신이. 하지만 그건 우정이 아니라 투영이다. AI는 나를 이해하는 것이 아니라 반영할 뿐이다. 반영과 이해 사이의 간극에서 자아가 혼들린다.

을바른 질문이 가치를 창출한다. AI 에이전트에게 무엇을 물을 것인가, 그 결과를 어떻게 해석하고 연결할 것인가. 여기에 경쟁력이 있다. 도구를 더 잘 사용하는 꿀팁을 찾는 것이 아니라, 내 주변의 '진짜 문제'를 찾는 훈련이 필요하다.

지루함을 견디는 능력. 스스로 생각하고 버티는 연습. 도파민 디톡스가 있었듯, 조만간 AI 디톡스를 말하는 사람들이 나올 것이다. AI 가 정리해준 기억은 깔끔하고 정돈되어 있지만, 그런 불현듯한 순간은 만들어내지 못한다. 감정은 비 효율적이고 지저분하다. 바로 그래서 인간적이다.



불안에 나를 한 번 더 던지는 삶. 불안 속으로 걸어 들어가되, 자기 자신을 잊지 않는 것

불안에 나를 한 번 더 던지는 삶. 그것은 불안을 제거하거나 회피하는 것이 아니다. 불안 속으로 걸어 들어가되, 자기 자신을 잊지 않는 것이다.

쉽지 않다. 나도 매일 실패한다. AI가 모든 것을 대신해주는 시대에 "내 생각"을 지키는 것이 이렇게까지 어려운 일이 될 줄 몰랐다. 새벽, 다시 알림이 울린다. 이번에는 화면을 켜기 전에 잠시 멈춘다. 내가 무엇을 확인하려 했는지 기억해본다. 그것이 시작이다.

editor's note



Andy Warhol
Campbell's Soup Cans
1962

앤디 워홀의 팝아트 이후로 예술가의 창의성은 더 이상 한 뛰어난 개인의 영감에 의존하는 것이 아니라, 마치 공장에서처럼 찍어낼 수 있는 기성품과 같은 것이 되었다

지능이 공장에서 찍어낼 수 있는 그런 흔해빠진 제품이 되어버린 이 순간, 우리는 과연 무엇을 선택해야 할까?

Dialouge

점성술로 보는 2026년



주요 전망

플루토가 물병자리에 자리 잡은 시대가 본격적으로 가동되면서 집단적이고 혁명적인 변화가 가속되는 가운데, 주요 천체들의 이동이 꿈을 현실로 만들고 환상을 구조로 바꾸는 강력한 리셋을 일으킬 것

해왕성

1월 말에서 2월 초에 해왕성이 양자리로 완전히 재진입하여 이전 물고기자리 시대의 경계 없는 융합과 영적 용해가 끝나고, 양자리 특유의 대담하고 개척적이며 자기주장을 강하게 드러내는 형태로 꿈과 이상이 나타남. 새로운 신앙이나 이데올로기, 창조적 비전이 불타오르기 시작하는 시기

토성

2월 중순에 토성이 양자리로 재진입하며 2028년 4월까지 약 2년 반 동안 머무르게 되고, 특히 2월 20일 경 토성과 해왕성이 양자리 0도 근처에서 정확히 합을 이룸. 이는 2,000년 만에 처음 있는 매우 희귀한 사건으로, 현실과 환상의 강력한 충돌이자 동시에 융합되는 지점

천왕성

목성이 사자자리로 이동하며 2027년 7월까지 1년 내내 만남. 이는 12년에 한 번 오는 특별한 행운의 시기로, 창의력과 자아 표현, 리더십, 즐거움, 스포트라이트가 폭발적으로 확대. 빛나도 좋다는 우주의 허락이 내려지며 예술, 연애, 자기 브랜딩, 리더십 프로젝트가 크게 성공할 가능성성이 높아짐

DELPHI

VERITAS VINCIT OMNIA