"마음관리 잘하면 모두가 행복 바리스타"

행복 강의로 제2 인생 여는 전남대 이무석 명예교수

"유럽으로 효도여행을 다녀온 할머니에게 아들이 '어머님 즐거우셨죠'라고 묻습니다. 하지만 어머니는 '본 것이 하나도 없다. 깃대만 보이더라'라고 답하죠. 그 어머니는 가이드가 '저를 놓치면 한국에 못 돌아갑니다'라며 보여준 깃대만을 바라보다 온 것입니다. 이것이 대부분의 사람이 '목표를 이루면 행복해지겠지'라는 생각으로 인생을 살아가는 방법입니다. 자신의 묘비에 '내일이면 행복할 사람 여기 잠들다'라고 새겨지는 인생을 살아서는 안됩니다."

지난 2월 전남대 의대 정신과를 퇴임하고 'KBS 아침마당 목요특강', 'EBS 60분 부모', '행복하게 사는 방법' 등 '정신분석학' 강연을 통해 활발한 활동을 하고 있는 이무석(65) 명예교수.

국내 단 5명밖에 없는 국제정신분석가 중 1명인 이 교수는 "돈, 명예, 결혼 등 어떤 목적에 도달하면 행복할 것이라는 잘못된 관념이 행복을 놓치게 한다"고 말했다.

어떤 목표에 빨리 도달하는 것도 중요하지만 주위를 둘러보고 내가 살아가는 삶이 어떤 것인가를 다시 한번 되돌아 보라는 얘기다. 이것이 '행복 지수'가 높은 삶을 살아가는 방법이란다.

목표만을 쫓는 사람들은 행복지수가 낮고 삶의 만족을 느끼지 못하면서 한 번 실패하면 크게 좌절하고 만다.

이 교수는 이를 이겨내려면 현실을 받아 들여야 된다고 강조한다. 과거의 실패를 통해 현재의 나를 발견하고 행복한 미래를 창조해야 한다는 것이다.

이 교수는 "'본인 잘난 맛에 산다는 말'은 절대 나쁜 말이 아니다"며 "자존감이 높은 사람은 자신을 다이아몬드로 여기지만 반대의 경우 스스로를 하찮은 존재로 여긴다. 스스로 대단하다고 생각하는 사람이 보다 행복한 삶을 살아간다"고 강조했다.

이 교수는 인생은 고통의 연속임을 깨달아야 한다고 말한다. 고통 속에서 보너스로 따라오는 행복을 찾으면서 사는 것이야말로 삶의 진정한 아름다움을 느낄 수 있다는 것이다. 큰 고통을 이겨낸 사람은 다른 사람의 고통을 이해하는 정도가 다르고, 이런 이들이 다른 사람들을 위로할 때, 상대방은 더 큰 위로를 받는다는 것이다. 그런 의미에서 '행복전도사 최윤희'의 죽음을 안타까워했다.

"루푸스의 고통은 겪어보지 않고는 모르기 때문에 그녀가 죽음을 선택할 수밖에 없었던 사실에 대해서는 어느정도 이해가 갑니다. 하지만 최윤희씨는 '행복해지세요'라며 너무 행복만을 외치며 살았습니다. 그래서 결국 고통이 다가오는 순간 죽음을 선택했고, 국민은 더 큰 충격을 받았습니다. 그녀가 그 고통을 안고 행복을 이야기했더라면 더 많은 사람들이 위로를 받았을 것입니다."

이 교수는 1980년부터 전남대병원 정신과 교수로 재직하면서 대한신경정신의학회 부회장, 한국정신분석학회 회장, 대한신경정신의학회 회장 등을 역임했다.

/김경인기자 kki@kwangju.co.kr
/사진=최현배기자 choi@kwangju.co.kr

엄태원 교수 보건환경연구원 특강

광주시보건환경연구원(원장 문용운)은 26일 오전 10시 보건환경연구원 2층 회의실에서 환경분야 MOU체결기관인 광주환경기술개발센터와 공동으로 '숲 건강 전도사' 엄태원 상지대 교수를 초청, 강연회를 연다.

엄 교수는 숲의 가치, 숲의 건강치유 효과 등을 소개하며 숲을 활용한 인간의 건강과 삶을 조명할 예정이다. 엄 교수는 산림 건강 생태 전문가로 산림청 숲 가꾸기 평가위원, 국립산림과학원 생태연구 공동연구원 등을 맡고 있다.

/윤현석기자 chadol@kwangju.co.kr

김종 시인 '고운 최치원 문학상'

고운 최치원 선생의 문학적 업적을 기리기 위해 제정한 '고운 최치원 문학상' 제2회 수상자로 김종 시인(62·광주문화원 연합회장)이 선정됐다. 수상작은 시화집 '그대에게 가는 연습'.

김 시인은 나주 출생으로 목요시동인, 원탁시, 광주시문인협회 회장, 국제 펜 광주지회장을 지냈으며 현산문학상과 민족시가 대상 등을 수상했다.

/김대성기자 bigkim@kwangju.co.kr

브룬디 출신 난민 마라토너 한국인 됐다

5년 전 국제마라톤대회에 출전하려고 한국에 왔다 난민으로 인정받았던 아프리카 브룬디 출신의 마라토너가 이번에는 국적까지 취득해 '코리안 드림'을 이뤘다.

법무부는 25일 올해 일반귀화 허가를 받은 국적 취득자 20명을 대상으로 국적증서 수여식을 한다. 브룬디 출신인 도나티엔(33)씨는 2005년 대구서 열린 국제마라톤대회에 출전하려고 입국했다가 난민 신청을 해 그 해 6월 인정받았다. 당시 그의 모국 브룬디는 종족 갈등으로 내전을 겪고 있었고 가족은 살해된 상태였다.

광주·전남 교사 6명 '올해 과학교사상'

'과학교육 광주' 빛났다

광주·전남 교사 6명이 '올해의 과학교사상' 수상자로 선정돼 이 지역 과학교육의 명예를 빛냈다.

광주·전남교육청은 25일 교육과학기술부가 주최하고, 한국과학창의재단이 주관하는 2010년 '올해의 과학교사상'에 광주 4명, 전남 2명의 교사가 선정됐다고 밝혔다.

과학교육 부문에 선정된 서석초교 박성일 교사는 과학교과 연구회 등을 통해 교실 수업 개선 및 학습 방법 개선에 힘쓴 공로를 인정받았고, 임곡초교 최영호 교사는 영재교육 지도교사 등 영재교육연구회 활동을 통해 영재교육발전을 위해 남다른 열정과 노력을 기울인 공로를 인정받아 과학교육 부문에 선정됐다. 또, 과학문화 교육에 선정된 만호초교 김상철 교사는 과학탐구교실, 청소년과학탐구대회 지도교사로 활동하며 학생들의 과학 생활화 및 대중화에 기여한 공로를 인정받았고, 문산초교 이경학 교사는 과학교육 신장을 위해 물리교육학 박사과정을 수료하고 소외계층 학생들에게 과학교육의 기회를 제공하는 등 학생들의 학력격차 해소에 기여한 공로를 인정받아 과학교육 부문에 선정됐다.

〈박성일〉

〈최영호〉

〈이경학〉

〈김상철〉

담양고 김송철 교사는 토요과학교실 등 농촌지역의 방과 후 활동을 통해 지역사회 과학교육 활성화에 이바지한 공로를 인정받아 과학문화 부문에, 여수개도중 심우상 교사는 다양한 체험활동과 탐구활동을 통해 학생들의 과학에 대한 흥미를 유발하는 등 과학의 저변 확대에 기여한 공로를 인정받아 과학문화 부문 과학교사로 뽑혔다.

8회째를 맞은 '올해의 과학교사상'은 최근 3년 동안의 실적을 평가해 과학(수학) 교육 분야 및 과학문화 분야에서 탁월한 업적을 가진 초·중·고 교사를 발굴 시상, 전국적으로 50명이 선정됐다.

/윤영기기자 penfoot@kwangju.co.kr

김강렬·오병윤·이형석, 경제진단 책 펴내

〈김강렬〉

〈오병윤〉

〈이형석〉

시민운동과 노동운동 등에 몸담아 온 광주지역 인사 3명이 공동으로 서민경제를 진단하는 책을 펴냈다.

시민운동가 김강렬씨와 오병윤 전 민노당 사무총장, 이형석 전 청와대 비서관 등은 '빛고을 광주화폐사업-침몰하는 광주서민경제, 보이지 않는 대안을 따라서 떠나는 여행'이라는 제목의 책을 펴내고 26일 오후 7시 YMCA 무진관에서 출판기념회를 갖는다.

이들은 정통 경제전문가는 아니지만, 침체한 지역경제에 대해 '너희는 그동안 뭐했나? 라는 질문을 받는다면' 이라는 자성적인 물음에서 시작해 지역경제에 대한 대안 있는 접근을 모색했다.

저자들은 책에서 수도권에 집중된 권력과 자본, 사람의 문제로 지역경제가 피폐해져 가고 있다고 진단하고 지역연대은행의 설립, 지역제조업의 복원, 지역유통망 개선 등 지역산업과 연계한 새로운 지역경제구조를 형성해 나가자고 강조했다.

저자들은 서문을 통해 "이 책은 하나의 제안서라고 생각한다. 지역경제의 비참한 현실, 보이지 않는 미래를 염려하는 차원에서 나름의 아이디어를 총 집합해 본 것"이라며 "더 많은 사람이 더 좋은 아이디어를 생산해 내기를 기원하면서 이 책에 우리의 생각들을 대안으로 제시해봤다"고 설명했다.

/최권일기자 cki@kwangju.co.kr

"포기마다 사랑으로 버무렸어요"

SK텔레콤·남구청 '사랑의 김치' 소외가구 전달

SK텔레콤 서부마케팅본부와 광주 남구청은 25일 남구 송하동 중증장애인 직업재활시설 제석근로사업장에서 김장철을 맞아 '사랑의 김치' 담그기 행사를 가졌다.

이날 김장 행사에는 방성제 SK텔레콤 서부마케팅본부장을 비롯한 SK 브로드밴드, SK텔레콤 대리점사장 등 지역 SK텔레콤 업체들이 참가해 1600여 포기의 김치를 담갔다.

특히 최영호 남구청장과 생활공감 주부모니터단 등 80여 명의 자원봉사자가 함께해 의미를 더했다.

이날 담근 김치 400상자는 남구에 거주하는 소년소녀가장과 독거노인 등 저소득계층 300세대와 복지시설 10곳에 전달될 예정이다.

방성제 SK텔레콤 서부마케팅본부장은 "이번 행사에서 마련한 김치가 어려운 이웃에게 의미 있는 선물이 되길 바란다"고 말했다.

/김경인기자 kki@kwangju.co.kr

KT IT서포터즈 '지식나눔'

함평 다문화 IT교실 수료

KT IT서포터즈 광주팀과 함평다문화가족지원센터는 25일 함평 다문화센터 특별교육장에서 다문화가정 IT교실 수료식을 가졌다.

KT IT서포터즈 광주팀은 지난 8월부터 이달까지 3개월 동안 함평다문화센터와 합동으로 이지역 다문화여성 30명에게 컴퓨터기초 교육, 인터넷 활용, 사진 꾸미기, 동영상 제작 등의 교육을 했다. 이번 IT교육은 결혼이주여성들이 한국에서 겪는 문화적 차이와 언어소통의 어려움을 해소하는데 큰 도움을 줬다.

인도네시아에서 시집온 모마리씨는 "내년에는 컴퓨터 관련 자격증에도 도전 하겠다"고 말했다.

KT IT서포터즈 지난 2007년 출범해 무료 IT지식 나눔 봉사활동을 펼치고 있으며, 올해는 다문화여성과 중소상공인 및 자영업자를 위한 IT·스마트폰 활용교육 등을 중점적으로 진행했다.

/김경인기자 kki@

'통일벼의 아버지'

허문회 교수 별세

통일벼 개발을 주도해 쌀 자급자족에 기여한 허문회 서울대 명예교수가 24일 오후 2시55분 별세했다. 향년 83세.

고인은 서울대 농업생명과학대 교수로 32년간 재직했으며, 1970년대 당시 벼 육종기술상 불가능한 것으로 판단되던 '원연종 간 삼원교잡(멀리 떨어진 3개 종을 교잡)'을 통해 병에 강하고 수확량이 많은 통일벼를 개발하는데 앞장섰다.

한국작물학회장과 한국육종학회장, 아시아·오세아니아 육종학회 및 국제벼유전학회 상임이사를 맡은 바 있다. 지난 9월 '과학기술인 명예의 전당'에 헌정되기도 했다. 빈소는 경기도 수원시 아주대병원 장례식장, 발인은 26일 오전 7시. 연락처 031-219-4112.

동구 소외가구에 '사랑의 연탄' 4000장

롯데백화점 광주점과 광주은행 직원들은 25일 동구청 직원들과 함께 동구 관내 독거노인과 저소득 가정에게 1가구당 200장씩 4000장의 사랑의 연탄을 배달했다.

/최현배기자 choi@kwangju.co.kr

생활 게시판

여러분의 생활정보를 실어 드립니다. opinion@kwangju.co.kr이나 광주광역시 동구 금남로 2가 20-2 광주일보 생활게시판 담당자 앞으로 보내주시기 바랍니다. ☎ (062) 2200-628 FAX (062) 222-4938, 222-4918

화촉

▲박순형(광주상공회의소 사무국장)·위난경씨 장남 성범군 박광영·최옥희씨 막내 혜연양=27일(토) 오전 11시 광주 메리어트웨딩홀 1층(에메랄드홀)

▲이묘신(기아자동차)·문선례(도원꽃농원)씨 장남 정웅군 김성석(보성녹돈 이사장)·이애순씨 장녀 선혜양=27일(토) 오전 11시 40분 광주 메리어트웨딩 1층.

▲윤순자씨 장남 전태안군 고점석·김애길씨 장녀 아라양=27일(토) 낮 12시 30분 천주교 광주 삼각동 성당.

▲황경묵(분향초등학교 교장)·이삼임씨 장남 정호군 김종태·마영숙씨 막내 세영양=27일(토) 오전 11시 40분 경복궁 웨딩컨벤션 1층(고운홀)

▲최찬범·남현숙씨 장남 준성군 김영준(광주시 동구 총무국장)·노숙희씨 차녀 진양=27일(토) 오전 11시 50분 한국교직원공제회 3층 웨딩홀.

▲윤영기(전 전남도청본부장)·백영자씨 차남 상훈(금호산업)군 홍순원·조계옥씨 장녀 영순(인천계양고 교사)양=27일(토) 오후 1시30분 서구 상무지구 홀리데이인호텔 3층(구 에벌루션).

▲정상길·김일순씨 장남 지원군 정윤성·최순자씨 삼녀 정희양=28일(일) 오전 11시 40분 프라도호텔 2층(다이아몬드홀)

▲여관구(대성약국)·최영숙씨 차남 인혁군 곽기운·나유덕씨 막내 혜선양=28일(일) 낮 12시 광주 호텔 예술의 전당 5층(벨라지오홀)

▲김진수(한국조세 연구원)·이현숙씨 아들 영빈군 정영준(㈜해양도시가스 대표이사)·한미옥씨 딸 승연양=28일(일) 오후 3시 서울 강남구 역삼동 GS타워(아모리스홀)(구. 강남 LG타워)

동창·동문회

▲북성중 27회 동창회(회장 윤영천) 월례회=26일(금) 오후 7시 화정동 장어촌. 062-368-3392.

▲제22회 광주상고 동창회(회장 한충석)·제10회 광주여상고 동창회(회장 김경모) 2010년도 정기총회 및 송년회=26일(금) 오후 6시 30분 한국농어촌공사 광주지사 2층 웨딩홀. 011-646-1373.

▲광주상고 39회(회장 정환규) 졸업 20주년 기념행사(추진위원장 이명노)=27일(토) 오후 6시 서구 쌍촌동 웨딩의 전당 Y(구 영산강예식장) 062-372-6200.

▲광주진흥고 6회 동창회(추진위원장 김인환) 졸업 30주년 기념행사=27일(토) 오후 5시 동구 지산동 무등파크호텔 4층 크리스탈룸. 010-6797-0661.

▲서석고등학교 4회 졸업생 30주년 기념식(추진위원장 임경동)=27일(토) 오후 6시 농성역 메리어트웨딩홀. 016-633-5117.

▲서석고 광주 남구 모임(회장 류강환)=30일(수) 오후 6시 프라도호텔(다이아몬드홀)

▲재광보성중학교동문회 제3차 동문총회 및 송년회(회장 이금채)=12월 2일(목) 오후 6시 30분 운암동 그랑시아웨딩홀 5층. 011-657-6833.

알림

▲여성발전센터 무료 상담=가정폭력, 성폭력, 성매매 등 상담. 국번없이 1366. 휴대전화를 사용할 경우 062-1366.

모집

▲수도방위사령부 제33경비단 호남 전우회=김인기(부회장·불사조 321기) 011-633-5747.

▲운암골 족구회 회원=일요일 오후 운암동 예술고. 011-609-2850(전일찬).

▲푸른복지 문화센터 무료 수강생 모집=홈패션, 리본공예, 웃음치료, 칼라믹스, 종이접기, 댄스스포츠 등. 010-9940-1769.

부음

▲고종섭씨 별세 진형(영산지고 교장)·진환(조선대 겸임교수)·진구(광주시 북구청)·진석(조선대 교수)·진광(순천대 교수)씨 부친상=발인 27일(토) 조선대병원 장례식장 1분향소. 062-231-8901.

▲장연림씨 별세 최정식·영식·안순·정순·길순씨 모친상=발인 26일(금) 무등장례식장 102호. 062-515-4488.

▲윤계임씨 별세 류근기(전남도의원)씨 모친상=발인 28일(일) 곡성장례식장 061-362-7575. 010-3613-7901.

謹 삼가 故人의 冥福을 빕니다 弔

故 강봉규 님(남/69세)
子/子婦 : 강정수 / 박윤옥, 정만 / 박병호
• 호실102호 • 발인:11월 26일 • 장지:영락공원

故 최판도 님(남/79세)
子/子婦 : 최심호 / 임순례
女 / 壻 : 최희자 / 최미범
• 호실101호 • 발인:11월 26일 • 장지:영락공원

故 조일제 님(남/83세)
子/子婦 : 조광훈 / 문은영
女 / 壻 : 조혜성 / 한순택, 인성
• 호실401호 • 발인:11월 26일 • 장지:곡성죽곡선영

孝 금호장례식장 http://www.mykumho.com 문의 (062)227-4000

謹 고인의 명복을 빕니다 弔

▲김정부·정배·종배·상배 씨 부친상 최훈·모성진 씨 빙부상 발인:11월26일(금) 00시00분 장지:강진 강진읍 선영 연락처:250-4409

▲유영식·영복·영수·영구 씨 모친상 고용석·김태완·김성호·이재열 씨 빙모상 발인:11월27일(토) 08시30분 장지:강진선영 연락처:250-4410

그린장례식장 24시 대기 / (062)250-4455