



# 남자, 당신의 솔직한 몸 이야기

“음담과 패설에서 벗어나 진짜 몸과 마주하라”

## ‘나는 남자다’

KBS 생로병사의 비밀 제작진 지음

생물학적으로 다 그렇듯 인간 그 중에서도 남성(자)의 몸은 나이가 들어가면서 무너지기 시작한다. 40대, 아니 30대 중반이 넘어서기가 무섭게 체력과 정력이 감퇴하기 시작하고 몸이 보내는 각종 이상신호에 시달리면서 일터와 가정에서 접할 수 있는 곳을 잃어간다.

이처럼 매순간이 전투 같은 치열한 ‘인생 서바이벌 쇼’ 한 가운데서 힘겹게 살아가고 있는 남자가 우리의 아버지, 남편이다. 마치 ‘나가수’(나는 가수다)에서 고군분투하는 프로 가수처럼 말이다.

힘든 일상과 남성갱년기로 고민하는 대한민국의 남성들의 문제를 심층적으로 분석한 책 ‘나는 남자다-남자도 몰랐던 몸과 사랑에 대한 밀착 보고서’가 출간됐다.

2007년 KBS 생로병사의 비밀 ‘남자의 몸’ 3부작을 만들었던 제작진(대표자 장성주)이 그것을 토대로 남자의 몸과 건강에 대해 좀더 구체적으로 소개하고, 당시 다루지 못했던 솔직하고 속 깊은 고민의 해결 과정까지 고스란히 담았다.



남성들이 육체적인 문제에 맞닥뜨렸을 때 일반적으로 취하는 잘못된 해결 방법과 그것을 이끄는 뒤떨린 성관념의 근원을 알아보기 위해 남자의 탄생부터 발달, 그리고 노화과정을 상세하게 따라간다.

육체적인 변화과정뿐만 아니라, 그 정신적 성숙 과정 역시 함께 추적하면서 다양한 관점으로 남자의 몸과 마음을 분석했다.

특히 책은 중년 남성의 위기라고 할 수 있는 ‘남성갱년기’에 대해 집중적으로 조명한다. 갱년기의 증상은 갑작스럽게 느껴지지만 이는 자연스러운 노화의 과정이다. 남성호르몬인 테스토스테론은 30대가 되면 해마다 1퍼센트씩 그 분비량이 감소하기 시작한다. 본인도 느끼지 못할 정도로 감소하다가 50대 전후가 되면 뚜렷한 갱년기 증상을 느끼게 된다는 것이다.

발기부전과 성욕감퇴를 동반하는 남성갱년기의 구체적인 증상을 인터넷 참가자들의 생활고백으로 전하고 이를 여과 없이 수록했다.

또한 남성의학 전문의들의 실질적인 조언과 더불어, 실제로 갱년기의 돌과구를 마련한 남성들을 만나 구체적인 해결 방법을 담

았다. 저자는 몸은 예전 같지 않고 어떤 위치에서도 소외받지 않기 위해서는 나부터, 내 생각부터 바꾸는 일이 선행되어야 한다고 말한다.

이를 위해 가장 먼저 실천해야 할 일은 이제껏 불변의 법칙이라고 믿어왔던, 성관계에 대한 남자들의 잘못된 관념부터 수정해야 한다는 것으로 교감은 없고, 사정만을 목표로 하는 이런 무의미한 성관계는 오래 지속되지도 않고 쉽게 지치기만 하기 때문이다.

또 이런 남자의 ‘사냥꾼의 본능적 습성’을 버리고 새로운 성관념을 쫓겨, 실행하도록 촉구한다.

저자는 이러한 과정을 ‘섹스리노베이션’(sex-renovation)이라고 부른다. 그리고 인생 전환점인 남성갱년기를 겪고 있는 시점이야말로 정작 섹스리노베이션이 필요한 시점이라고 말한다.

저자는 또 “검증되지 않은 정보와 음침한 생각들 속에서 빠져나와 몸과 마음에서 일어나는 섬세한 변화에 귀 기울여라”고 충고한다.

‘무작정 따라가거나, 새롭게 시작하거나’ ‘다시 쓰는 중년의 성(性)’ 등 남자를 위한 가이드와 부록으로 엮은 ‘국제발기능력검정서’도 유용한 자료다.

〈랜덤하우스·1만2000원〉  
/김대성기자 bigkim@kwangju.co.kr

## 열혈 축구 팬 최영미, 축구와 인생을 말하다

### ‘공은 사람을 기다리지 않는다’

최영미 지음

시집 ‘서른, 잔치는 끝났다’의 시인 최영미(50)씨가 축구를 소재로 한 에세이집 ‘공은 사람을 기다리지 않는다’를 냈다.

그동안 ‘시대의 우울 : 최영미의 유럽일기’ ‘길을 잃어야 진짜 여행이다’ 등 여행과 미술 관련 에세이를 여러 권 펴낸 그는 열혈 축구 팬이기도 하다.

1998년 프랑스 월드컵을 계기로 축구의 매력에 빠지기 시작한 그는 박진감 넘치는 축구를 관전하며 흥어오르는 열정을 맛보면서 축구 관련서를 두루 읽고 영국 잡지 ‘월드 사커’까지 구독했다.

2002년 한일 월드컵부터는 신문과 잡지에 축구 관련 글을 쓰면서 공개적으로 애정을 과시했다.

2005년 출간한 시집 ‘돼지들에게’에 축구장에서 느



낯 감정과 철학을 담은 시 9편을 담기도 했다.

“기대하는 곳으로부터만 공이 날아오는 한국사회와 달리, 운동장에서 공은 어디서 날아올지 모른다. 예측 불가능성, 그것이 게임의 본질이다”고 말하는 최씨는 ‘유럽 축구 기행’ ‘우리들의 놀이터-K리그 관전기’ ‘월드컵의 추억’ 3부로 나눠, 평소 담아온 축구에 대한 열정을 풀어낸다.

그녀가 축구와 같이 치열한 삶을 살았듯 책에 실린 27편의 글에는 ‘육체의 언어’로서 축구에 대한 환희뿐만 아니라, 작가가 사회의 불합리와 삶의 과정에서 벌여온 고군분투까지 고스란히 담겨있다.

〈이승·1만3000원〉

/김대성기자 bigkim@kwangju.co.kr

## 미술은 애초부터 음란하기 위해 존재했다

### ‘아트파탈’

이연식 지음

미켈란젤로의 ‘다비드’는 아무렇지 않게 성기를 드러내고 있지만 지금껏 크게 문제되지 않았다. 반면 과거 예술 속 여성의 성기는 마치 이 세상에 없는 것인 양 취급됐다. 앵그리가 말년에 그린 ‘샘’이 유명한 예다. 성기와 음모가 있어야 할 자리에 아무것도 없이 처리한 유럽 회화의 전형적인 모습을 보여준다.

광주 출신 미술평론가이며 미술사자인 이연식씨가 성과 예술의 관계를 소개한 ‘아트파탈’을 냈다.

저자는 “미술은 애초부터 음란했고 음란하기 위해 존재했으며 음란함을 매개하는 것이 미술의 중요한 구실이었다”고 강조한다.



또 미술과 음란함의 관계가 밀접했음을 강조하면서 예술적으로 승화된 다양한 ‘음란함’을 보여준다.

미술사에서 등장하기 시작한 노출과 발가벗기의 역사, 여성들의 노출을 아찔하게 표현한 조선의 풍속화와 일본의 우끼요에 등 흥미로운 내용이 많다.

한편 이씨는 서울대학교 미술대학(서양화 전공), 한국예술종합학교 미술이론과 전문사 과정을 졸업했다. 영화와 소설에 등장하는 미술 ‘통념’을 파헤친 ‘미술영화 거들떠 보고서’를 출간했다. 서예가 학정 이돈흥씨의 장남이다.

〈휴먼아트·1만5000원〉

/오광록기자 krah@kwangju.co.kr

## 영암 F1 경기장 가기 전 읽어 보세요

### ‘F1의 모든 것’

김재호·강재형 지음

영암에서 열리는 2011 F1 코리아 그랑프리를 앞두고 F1을 알기 쉽게 풀이한 ‘F1의 모든 것’이 출간됐다.

모터스포츠 전문가이자 해설가인 김재호씨와 강재형 MBC 아나운서가 공동 집필한 책은 ‘지구촌에서 가장 빠른 레이스’ F1을 이해하는데 필요한 모든 것이 담겨져 있다.

김재호 해설가는 지난해 코리아 그랑프리 미디어 총책임자로 일했다.

강재형 아나운서도 15년간 자동차 경주 중계를 맡은 베테랑으로 두 사람



은 2006년에도 자동차경주 소개서인 ‘카레이싱 이야기’를 펴냈다. 경주차의 실체와 목숨을 걸고 달리는 드라마의 세계, 자동차 경주장 이야기는 물론 드라이버들을 지원하는 팀과 이들의 문화를 알기 쉽게 소개하고 있다.

관전 요령, 경기 규정에 대해 명쾌하고 정확한 설명을 곁들여 초보자도 F1에 쉽게 다가갈 수 있게 했다.

〈기쁜하늘·1만8500원〉

/김대성기자 bigkim@kwangju.co.kr

## 근화건설 회장이 틸틈이 쓴 수필집

### ‘바다를 품다’

김호남 지음

지역 중견건설업체 근화건설의 김호남(63) 회장이 일상생활에서 틸틈이 소재를 발굴해 쓴 글을 모은 수필집 ‘바다를 품다’를 펴냈다.

지난 2006년 ‘새들은 함부로 집을 짓지 않는다’와 올해 초 ‘삶의 물레는 돌고 도는데’를 출간한 데 이어 세 번째 수필집이다.

책은 바다를 삶의 터전으로 희망과 미래를 고민하면서 생명에 접근하려는 노력 등을 담고 있다. 가족에 대한 관심에서 비롯된 그의 생명성 탐구는



일상이란 사업이든 모든 행동의 근간과 인간에 대한 사랑의 귀착지라는 생명이라고 강조하고 있다.

또 사업가이자 교육자의 시각으로 지역 사회의 현안과 문제를 지적하고 해법을 제시했다.

작가는 ‘어떻게 살 것인가’, ‘어떻게 많은 사람에게 유익함을 줄 것인가’에 대해 사유하고 고민하면서 책을 펴내게 됐다고 말한다.

〈시와사람·1만원〉

/박정욱기자 jwpark@kwangju.co.kr

## 영혼의 허기를 채워준 그때 그 짜장면·카레...

### ‘소울푸드’

성석제·백영옥·김어준 외 지음

음식 본연의 맛과 가치를 떠나서 말 그대로 ‘영혼의 허기’를 달래주는 음식을 만난 기억은 누구에게나 하나 둘 쫄음 있을 것이다. 이처럼 수많은 음식 중 ‘영혼에 이로운 음식’을 ‘소울푸드’(Soul Food)라고 부른다.

살아갈 힘을 주는 맛, 상처 난 마음을 다독이는 맛, 그 맛은 몸에 해로운 불량식품이어도, 세상이 아무리 낯선 사람을 원한다 해도 끈적끈적 씹어삼켜 영혼의 허기를 채우는 에너지원이 된다.

성석제, 백영옥, 이종걸, 김창완, 김어준 등 21명의 글쟁이들이 자신만의 소울푸드를 맛깔스러워하게 풀어 쓴 ‘소울푸드-삶의 허기를 채우는 영혼의 메시지’가 나왔다.



작가들이 고백하는 소울푸드에 대한 이야기는 다양한 음식만큼 한없이 다채롭다.

낯선 여행지에서 눈물과 함께 먹었던 카레 한 그릇, 별다른 재료 없이도 맛있게 먹었던 떡볶이, 찻집에서 먹었던 면장떡, 찻집 내리는 날 연인과 함께 먹었던 고소한 피자, 무슨 맛인지 정말 궁금했던 짜장면을 처음 먹던 날 등 작가들의 추억과 삶이 버무려져 특유의 향을 발한다.

또 구수한 이야기와 함께 볼 수 있는 음식 일러스트도 미각을 돋운다.

육체보다 영혼이 허기진 사람들이 많은 요즘, 읽는 이에게 자신만의 소울푸드를 떠올리게 함으로써 파스한 위안과 영혼의 포만감을 느끼게 한다.

〈청어람미디어·1만2800원〉

/김대성기자 bigkim@kwangju.co.kr

## 신간

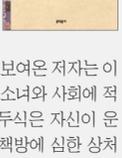
▲치즈랑 소금이라 콩이랑=가쿠다 미츠오, 가오리 예쿠니 등 일본 나오키상을 받은 인기 여성 작가 4명이 유럽 슬로 푸드를 찾아 여행한 이야기를 엮어 낸 단편 소설집. ‘공중정원’으로 유명한 가쿠다는 스페인 바스크 지역을 돌아본 뒤 ‘신의 정원’을 집필했고, ‘냉정과 열정 사이’의 예쿠니는 포르투갈 알렌테주 지역을 주제로 아름다운 글을 썼다.

〈시드페이퍼·1만2000원〉

▲태엽 감는 여자=폴리처상 수상작 ‘종이시계’를 쓴 앤 타일러가 1976년에 발표한 소설. 평범한 사람들의 일상에서 행복의 의미를 찾아 온 저자는 이번 소설에서도 잔잔한 스토리를 통해 메시지를 전한다. 남편과 사별한 어머니는 20년 넘게 일한 정원사를 해고하고 홀로 외롭게 지낸다. 성장한 자식들도 어머니와 함께 지내기를 꺼리며 멀어져간다.

〈멜론·1만3500원〉

▲사소한 문제들=2005년 ‘악어때가 나왔다’로 문학동네작가상을 받은 안보윤(30)씨의 네 번째 장편 소설. 데뷔 후 사회적 약자에 관심을 보여온 저자는 이번 소설에서도 가정과 학교에서 폭력에 시달리는 소녀와 사회에 적응하지 못한 동성애자의 삶을 그렸다. 동성애자 두식은 자신이 운명하는 현직방에 은둔하며 살고 있다. 어느 날 현직방에 심한 상처를 입은 아영이 숨어든다.



▲과학철학=박영대 동아대 철학과 교수 등 19명의 과학철학 전공자들이 그대부터 현대까지 과학철학의 흐름과 쟁점, 다양한 관련 논의를 소개했다. 과학철학은 전문적이고 추상적인 과학을 일반인들이 이해할 수 있도록 알기 쉽게 설명하거나 과학기술과 관련된 사상의 전개와 이에 대한 가치평가 등을 다루는 철학의 한 분야다.

〈창비·3만2000원〉

▲청소년, 코끼리에 맞서다=점점 늦게 잠자리에 들어 늦게 일어나고, 감정기복이 심해지고, 충동적으로 행동하는 청소년기의 특징을 뇌과학적 측면에서 분석했다. 프랑스 일간지 ‘리베라시옹’에서 과학 기자로 활동하고 있는 나탈리 르비살은 신경생물학 연구 결과들을 토대로 청소년기의 예측 불가능성의 원인을 찾는다. 청소년기 아이들을 곁에 둔 부모와 교사들에게 유용한 책이다. 〈한울림·1만2000원〉

▲시진핑=일본의 중국 전문 기자인 소마 마사루가 중국의 유력한 차기 주석 후보인 시진핑(習近平) 부주석에 대해 꼼꼼히 평했다. 저자는 다양한 자료와 현장취재를 통해 시진핑이 누구인지, 어떻게 중국 최고의 권력자에 올랐는지, 어떤 치열한 경쟁과 암투의 과정을 겪었는지 심층 분석했다. 한국어판에는 시진핑과 북한의 김정일을 비교한 부분도 추가했다. 〈한국경제신문·1만5000원〉



▲밤새 이빨들이 도망갔어요=치과의사 김재성씨가 치과를 싫어하는 아이들을 위해 쓴 ‘치과동화책’ 시리즈 세 번째 권. 손가락을 빠는 버릇 등 치아에 나쁜 습관을 알려주고 치아의 구조와 역할을 소개한다. 마녀 치과의사, 초콜릿 병정 등 귀여운 캐릭터들이 등장해 아이들의 나쁜 습관을 고쳐준다. 동화를 읽으면서 영어를 배울 수 있도록 본문 내용을 영어로 번역해 책 마지막 부분에 실었다.

〈신빛미디어·1만원〉

▲자서 강이지 볼=베스트셀러 ‘책 먹는 여우’의 작가 프란치스카 비어만의 신작 동화. 쇠로 된 것은 무엇이든 끌어당기는 ‘자서 강이지’ 북과 에트나의 이야기를 통해 동생은 부모님의 사랑을 빼앗아가는 존재가 아니라 둘도 없는 친구이자 힘을 합쳐 어려운 일을 함께 헤쳐나갈 수 있는 소중한 가족임을 깨닫게 해준다.

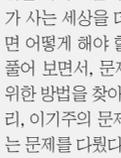
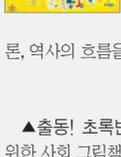
〈주니어김영사·9500원〉

▲출동! 초록반이 간다=유치원 아이들을 위한 사회 그림책. 유치원에서 내준 숙제 ‘우리가 사는 세상을 더 아름답고 살기 좋게 만들려면 어떻게 해야 할지’를 아이들이 가족과 함께 풀이 보면서, 문제를 파악하고 이를 해결하기 위한 방법을 찾아 나간다. 쓰레기 문제, 먹을거리, 이기주의 문제 등 아이들의 생활과 직결되는 문제를 다뤘다.

〈시공주니어·9500원〉

〈유진주니어·1만원〉

## 어린이 책꽂이



▲도대어랑 주먹도끼랑 어떻게 다를까?=구석기 시대의 주먹도끼, 신석기 시대의 빗살무늬토기, 청동기 시대의 팔주령, 고구려의 고분 벽화, 신라의 금관, 백제의 금동대향로, 고려 청자, 조선의 풍속화와 백자 등 선사시대부터 조선에 이르기까지 우리나라의 중요문화재를 빠짐없이 소개했다. 시대별 유물을 통해 각 시대의 특징을 알 수 있는 것은 물론, 역사의 흐름을 자연스럽게 배울 수 있다.

〈시공주니어·9500원〉