

“저랑 웃음으로 한번 통해 보시겠습니까”

‘웃음으로 소통하라’ 출간 김영식 남부대 교수

“힘이 들어 힘이 세집니다. 예를 써야 예가 나오고요. 힘들어 죽겠다고 하지 말고 힘이 들수록, 힘이 세진다고 생각하세요. 그래야 사는 게 즐거워지고 감사합니다. 하하하”

돈을 쓰지 않고도 최고의 효과를 볼 수 있는 약이었다. 의사들마저 최상의 약이라고 추천하는 명약 중의 명약이다. 몸스타은 박사는 이것을 “가장 건강한 사람들이 추구하고, 사랑하고 창조하는 것”이라 표현했다. 무엇일까? 바로 웃음이다.

광주 지역에서 이런 웃음을 강의하는 사람이 있다. ‘한국 웃음요가 창시자’로 현대 인물사전에까지 등록된 김영식 남부대학교 교수. 일주일에 12시간 수업에 외부 강연을 3~4개씩 소화하는 인기 강사인

그는 요즘 상코피를 쏟고, 과로로 입원해도 행복하다고 말한다.

“저보다 힘든 사람에게 웃음을 알려주면, 그 사람이 또 다른 사람에게 희망을 전달할 테니 얼마나 감사한 일입니까. 그게 제가 세상에 해야 할 일이지”

그는 사랑하는 가족을 하늘로 보내야만 했던 아픔이 있다. 중학교 때 아버지가, 대학교 1학년 때는 사랑하는 여동생이 병으로 세상을 떠났다. 몸과 마음을 다잡기 위해 ROTC에 입관해 특전사를 지원했다. 하지만 그것도 잠시, 이번엔 큰 형이 위암 말기라는 소식이 들렸다.

“고향에서 형을 간호하면서 어렸을 때 같이 놀았던 동네 냇가, 산을 업고 다니며 많은 이야기를 나눴

어요. 하지만 말기암이라 손을 도리가 없었죠”

결국 군 말년휴가를 나온 그는 형의 상어를 들어야만 했다. 잇따른 가족의 죽음에 어머니는 진정제 없이 잠을 못 이뤘다. 전공을 살려 교사 생활을 시작했지만, 부임 첫해부터 학교에 불이 나는 등 연달아 불행이 겹쳤다. 매일 술을 마셨고 모든 게 그를 좌절 시키기만 했다. 죽고만 싶었다. 그렇게 그는 3번의 자살을 시도했다.

“자취방에서 술과 약을 몽땅 먹었죠. 다행히 구토를 해 살았다고, 다음 날 아침 해를 봤습니다. 이렇게 죽을 운명은 아닌가 보다란 생각이 들더군요. 여동생, 형, 아버지의 삶을 대신해 최선을 다해 인생을 살아가기로 마음먹게 됐습니다”

그때부터 그는 세상에 웃음을 전파했다. “내가 직접 겪으며 풀어야 했던 한과 눈물을 누군가 갖고 있다면, 그걸 풀었던 방법으로 전달해줘야겠다는 사명감

같은 게 들었다”고 그는 말했다.

10여 년간 배운 요가와 웃음을 접목시켜 ‘웃음요가’를 만든 것도 그 이유에서였다. “그냥 웃으면 힘이 되니까 사발웃음, 장사웃음, 활쏘기 웃음, 민속 놀이에 나온 동작을 응용해 자연스럽게 웃음을 유도하는 것이죠. 요가의 호흡법도 접목시키구요. 운동을 하면 근육이 적응되듯, 웃을수록 웃는 것도 쉬워집니다”

김씨는 최근 ‘웃음으로 소통하라’라는 책을 출간했다. 웃음에 대한 그의 철학이 가득 담긴 그의 책에서 그는 ‘0100 범국민 웃음운동’을 통해 웰빙 시대를 넘어 웰딩 시대를 준비하자고 제안한다. ‘0세부터 100세까지 웃는 세상을 만들자는’ 모토로 행복한 삶을 살다 행복하게 생을 마감하자는 것이다. /박정렬기자 halo@kwangju.co.kr



대촌동주민센터, 사랑의 쌀·성금 전달



대촌동주민센터(동장 양귀영)는 최근 주민자치위원회와 통장단 등이 마련한 ‘사랑의 줌도리 쌀과 이웃사랑 성품 전달식 (쌀 20kg 18포, 떡국떡 152 BOX, 참치선물세트 25개) 등 56포와 성금 200여 만원을 사회 소외계층에게 전달했다.

한국대학홍보협-광주U대회 조직위 협약



한국대학홍보협의회(정철 회장, 호남대 홍보실장)는 최근 제주 그랜드호텔에서 2015 광주세계육상대회를 위한 2015 광주유니버시아드-한국대학홍보협의회 업무 협약식(2015.1.28)을 체결했다. (호남대학교 제공)

‘자랑스러운 조대인상’ 역대 수상자 간담회



조선대학교 총동창회(회장 이정남)는 최근 ‘자랑스러운 조대인상’ 역대 수상자 초청 간담회를 갖고, 모교 발전과 총동창회 발전 방안 등에 관한 의견을 교환했다.

로봇 이용 인공관절수술 성공 600회 돌파

화순전남대병원 송은규 원장

로봇 수술분야 국내최고 권위

화순전남대병원이 최근 로봇다 수술 600례를 돌파했다.

화순전남대병원은 국내 대학병원 최초로 지난 2004년 7월부터 로봇다 수술을 시작했으며, 지난해 8월 로봇다 수술 500례를 돌파했다. 2004년 당시만 해도 낯설었던 이 수술방식은 송은규 전 전남대병원장 등의 선구적인 의지에 힘입어 과감히 도입됐으며, 이후 학회와 환자들의 호응 속에 널리 퍼졌다. 송 원장은 현재 로봇 인공관절수술 분야의 국내최고 권위자로 명성이 높다.

무릎관절 분야 명의로 꼽히는 송은규 원장은 지난 24일 75세의 노인을 대상으로 무릎 인공관절 로봇다 수술을 했다.



송은규 원장이 로봇을 이용한 인공관절 수술을 하고 있다.

‘로봇다 수술’은 인공관절 삽입을 위해 절삭해야 하는 범위의 깊이, 각도를 컴퓨터로 계산한 다음, 가상현실 속에서 ‘모의수술’을 해본 뒤 로봇이 직접 시술하는 방식이다. 로봇을 사용하지 않을 때보다 인공관절이 견고하게 삽입돼 내구성이 길어지고, 수술후 합병증과 부작용이 적으며 회복이 빠른 것이 장점이다.

고도의 정확성과 정밀성을 기할 수 있는 것도 또 다른 장점이다. 수술현장에서 0.5mm의 오차만 생겨도 로봇다작동이 작동할 때 안전성 면에서는 최적이다. 고령의 환자는 골다공증이 심한 경우도 많아 수술시 자칫 잘못하면 뼈가

깨지거나 부서질 수 있는데, 로봇다 수술은 이런 문제점도 방지할 수 있다.

600례 수술을 마친 송원장은 “화순전남대병원엔 꾸준한 투자를 통해 로봇다 수술의 경우 현재 국내 으뜸의 최신 버전을 사용중이다”고 말했다. /채희종기자 chae@kwangju.co.kr

목포 연동주민센터 ‘작은 도서관’ 개관



오는 2월 준공 목포시 연동주민센터 내 ‘연꽃 작은 도서관’이 개관한다.

연꽃 작은 도서관은 지난해 문화체육관광부 공모사업으로 선정돼 국비 4375만원으로 착공에 들어갔다. 면적은 83㎡로, 아동·일반·영어 등 각 분야 서적 2900여 권이 비치될 예정이다. 특히 영어도서 600여 권을 소장, 목포시내 설치된 작은 도서관 가운데 유일하게 영어도서를 갖추게 됐다.

이와 함께 올해 목포시 옥암동 1249번지 부지에 새로 신축하는 부주동 주민센터 내에도 작은 도서관이 들어선다. 부주동 주민센터 내 작은 도서관에는 국비 6125만원이 투입된다. 올해까지 목포시에 설치될 작은 도서관은 연동, 부주동 등 구도심 8곳, 신도심 2곳 등 모두 10곳에 이른다. 이들 도서관은 주민대표 지역 주민들로 구성된 작은 도서관 운영위원회가 관리하게 된다. /목포=고규석기자 yousou@

명퇴 앞둔 교장 40년 교직원 생활 책으로

광주 무등중 이종현 교장

40여년간 교직에 몸담으면서 얻은 지혜를 모은 책이 출간돼 눈길을 끈다.

오는 2월 말 명예퇴직을 앞둔 광주 무등중학교 이종현 교장이 에세이집 ‘사소함에서 느끼는 즐거움’(굿디커뮤니케이션스·1만5000원)을 냈다. ‘스토리텔링 북’이라는 부제가 붙은 이 책은 에세이 형식이지만 사실은 명상록에 가깝다. 저자인 이 교장은 “평소 교육 현장에서 느낀 문제, 직장 생활 문제, 일상의 행복 등을 메모해 책을

내게 되었다”며 “사소한 메모들이 누군가에게는 도움이 될 것 같아 목숨을 부러보았다”고 출판 배경을 밝혔다.

이 교장은 1951년 장성출신으로 목포교육대학을 졸업하고 조선대에서 경제학, 고려대 교육대학원에서 교육행정을 전공했다. 초·중·고 교사를 거쳐 광주시교육청 중등교육과장, 교육국장 등을 역임했고 운남고교장, 동부교육청 교육장을 지냈으며 올 2월 무등중 교장을 끝으로 명예퇴직한다. /박성천기자 kspark@

앤 헤서웨이, 美 배우조함 여우조연상

영화 ‘레미제라블’에서 ‘판틴’으로 열연한 앤 헤서웨이가 27일(이하 현지시각) 미국 배우조합(SAG) 시상식에서 여우조연상을 받았다고 AP 통신이 이날 보도했다.

헤서웨이는 아카데미 수상 이력을 지닌 여배우 엘리 필드, 헬렌 헌트, 니콜 키드먼, 매기 스미스 등 쟁쟁한 경쟁자들을 물리치고 여우조연상을 거머쥐었다.

그는 수상 소감으로 “나는 지금까지 배우로서 살아온 모든 순간을 사랑한다. 엄청난 연기들 사이에서 나를 뽑아줘 감사하다”고 말했다. /연합뉴스

◆목포해양경찰
◇경정급 전보 ▲경무기획과장 경정 박남수 ▲경비구난과장 경정 김도수 ▲해상안전과장 경정 이종만 ▲수사과장 경정 박정수 ▲정보과장 경정 박승모 ▲3009함장 경정 김충관 ▲1508함장 경정 이재현 ▲1006함장 경정 박정민 ▲1107함장 경정 정영진

인사

◆부산일보
▲부일IS 사장 안병길 ▲기획실장 조 선 ▲의료경영연구소장 이상일 ▲경영투자실장 김용환 ▲총무국장 이준영 ▲광고국장 진용성 ▲독자서비스국장 오광석 ▲문화사업국장 이진균 ▲디지털미디어국장 박영홍 ▲부일인쇄 부사장 김덕원 ▲해양문화연구소장 윤한영

내방

▲오재일(5·18 기념재단 이사장)씨 ▲박용철(LH 광주·전남지역 본부장)씨 ▲유대진(/부분부장)씨

생활 게시판

여러분의 생활정보를 실어드립니다. opinion@kwangju.co.kr 이나 광주광역시 동구 금남로2가 20-2 광주일보 생활게시판 담당자앞으로 보내주시기 바랍니다. TEL 062-2200-684 FAX 062-222-4938, 222-4918

동창동문회

▲광주 사대부중 제4회 동창회(회장 전성수)=2월 4일(월) 오후 5시 30분 유명회관 062-512-5574.
▲목포고 제5회 동창회(회장 조재욱) 월례회=2월 5일(화) 오후 6시 금강산식당 062-224-0808.

중친회

▲진주강매 광주전남 시·군·구 중회 회장단 회의 개최=2월 2일(토) 오전 11시 회관 3층 대강당 062-228-3368.

알림

▲중고컴퓨터 기증하실 분=광주·전남도에 생활이 어려운 중증 장애인이에게 중고 PC를 기증하실 개인, 단체, 기관 환영. (사)장애이민저실전 광주·전남운동본부 062-511-0030.
▲무료자선봉사는 장애인 등 불우

이웃을 위한 연말연시 위로행사로 음향장비(앰프 등) 무상대여, 접수 후 가능여부 결정 010-7274-4321.
▲광주장애이민저실터 무료 상담 =장애를 이유로 인권침해나 차별을 당한 장애인 상담 및 지원 광주장애이민저실터 연구소 062-369-0420 (1577-5364).
▲프르네 학습증진컨설팅 저소득층 자녀 무료상담 =학교부적응, 성적부진, 성적저하, 교우관계, 정서장애, 게임중독. 010-6392-7137.
▲지적장애인 성인 주·야간보호 서비스 실시 =월~금 오후 5시~9시 사랑모아 주간보호센터 062-385-0422.
▲사회복지법인 수완실버빌 노인종합복지센터=65세 이상 요양등급판정 1~2등급 인정받은 자. 기초생활서비스·의료서비스·재활서비스, 여가, 사회, 주·야간보호. 062-959-2340.
▲이주여성긴급지원센터=부부갈등·가족갈등·체류·국적취득 등 어려운 일이 생기거나 도움이 필요할 때, 가정폭력·성폭력·성매매 등 폭력 피

해로 인해 긴급보호가 필요할 때 자국어로 상담 및 보호시설 연계가 가능한 기관. 경찰, 병원 보호시설 및 유관기관들이 요청하면 현장에 직접 방문하여 상담 및 통역을 통한 긴급지원서비스함. (광주센터 상담시간 : 평일 오전 9시~오후 6시) 062-366-1366, 367-1577, 368-1577.
▲(재)한국소년보호협회 광산청소년지립생활관 호남지역 가출 및 위기 청소년보호시설 =무료숙식, 심리치료, 자립지원, 수시 입소가능. 12~22세 남자. 062-953-6101.
▲북부비만, 피부관리 셀프무로 체험 =광주시 북구 우산동 말바우 시장 보광 한의원 3층 나비엘 우산갤러리. 062-261-5875, 011-9614-3348.
▲대한노인회 광주 취업지원센터 일자리 안내 =광주시에 거주하는 심신 건강한 60세 이상 노인(주민등록증 지참) 동구센터 062-223-8324, 서구센터 062-431-4529, 남구센터 062-432-0947, 북구센터 062-433-6050, 광산구센터 062-942-0204.

모집

▲자원봉사 캠프지기는 지난2동·학운동·지원1동주민자치센터, 주 1회 오후 1시~5시. 동구자원봉사센터 062-228-1365, 062-608-2425.
▲전문봉사단 교육 수강생 =모집 분야는 수지침·동화구연, 교육일정은 3월부터 주 1회. 동구자원봉사센터 062-228-1365, 062-608-2425.
▲경로당 문화활동 전문 강사 =모집대상은 건강증진·여가프로그램 진행가능자, 활동 장소는 동구 관내 경로당. 동구자원봉사센터 062-228-1365, 062-608-2425.
▲등하교 도우미 =동구 관내 초등 학교 인근 거주 여성. 동구자원봉사센터 062-228-1365, 062-608-2425.
▲‘마늘 죽염 건강요법’ 주민건강교실 =매월 둘째주 금요일 저녁 7시. 남구 봉선동 연아빌딩 1층·인산죽염광주지사 062-651-1175-6.
▲한국마사회 광주지점 문화교실 무료 수강생 =노래교실(화·수·오후

2시), 꽃꽂이교실(수·오전 10시), 탁구교실(수·오후 2시), 자율탁구교실(화·목·오전 10시), 영어교실(화·목·오후 4시) 062-410-5000.
▲사람의 학교 문해 한글과정 자원봉사(여)교사 및 학생 =성인한글 기초·중급·고급반, 중입검정교사반(월·화), 한문, 기초영어반 모집. 교육시간 월~금 오전 9시~12시30분, 오후 2시~4시. 062-951-5397, 011-9456-6037.
▲김경자 국악학원 국악지도사는 국비지원 어린이 국악지도사 양성 모집 011-617-7713.
▲디딤돌 장애인아학 교사·학생 =초·중·고 졸업생 준비하시는 장애인 및 수업을 만들어갈 선생님, 오치4거리에서 도보로 3분 010-3423-1567.
▲스키동호회 실천클럽 회원 =광주에 거주하는 30~40대 남녀 011-635-1400.
▲한미음 장애인지리 생활센터 장애인 사물놀이=장구, 징, 풍과리, 북 함께 하실 장애인, 약기 후원 받음.

062-431-8025, 010-9676-0828.
▲한국웃음요가연구소소장 김영식 박사) 국제 웃음요가 지도자 양성 =웃음치료, 웃음요가 무료 상담 www.hahayoga.co.kr 062-381-8254, 011-9374-7482.

▲박정순씨별세 이영대·영환·영순·영선씨 모친상=발인 30일(수) 조선대행인 장례식장 5분향소 062-231-8905.
▲이상록씨 별세 규선·영섭·판선·금자·경자·향자·정희씨 부친상=발인 29일(화) 무등장례식장 101호 062-515-4488.

부음

謹 삼가 故人의 冥福을 빕니다 弔

故장인성 (남/77세) 子/子婦: 정석훈/노순희, 석민/정영숙, 석주/서유은 女/婿: 정현희/이재현 • 호상: 201호 • 장자: 영락공원	故김귀식 (남/74세) 子/子婦: 김경필/안연미, 영철/정영숙 女/婿: 김현숙/민경본, 현지/김주태, 현민/신정삼 • 호상: 301호 • 장자: 배상 문덕 선영
故민병준 (남/74세) 子/子婦: 민희경/조성민 未成人: 박정숙 女/婿: 민희경/조성민 未成人: 박정숙 • 호상: 401호 • 장자: 영락공원	故주영숙 (여/65세) 子/子婦: 김경표/김혜진 女/婿: 김선영/곽동욱 • 호상: 402호 • 장자: 해남 향산 선영
故원귀영 (여/82세) 子: 김광연, 영철 孫: 김지훈 • 호상: 101호 • 발인: 1월 30일 • 장자: 영락공원 • 연락처: 227-4385	

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