

“숨가쁘게 뛰느라 놓친 것들, 걸으면 다 보입니다”

광주일보 리더스 아카데미 2기 2학기 첫번째 강연 - 서명숙 제주 올레 이사장

성공만 좇던 기자생활 피로감에 ‘걷기’ 시작 “11월 제주올레걷기축제로 자신과 만나세요”

“특종을 위해서라면 휴가 중에도 아이 손을 붙들고 취재 현장으로 달려가는 그런 기자였어요. 덕분에 대한민국 여성 정치부 기자 1세대로 시주주간지사상 첫 여성 편집장이라는 성과를 얻기도 했어요. 마감에 독촉하는 여자라는 뜻에서 ‘마녀’라는 별명도 얻었죠. 그렇게 25년 동안 앞만 보고 달려왔는데 어느 순간 몸과 마음의 평안을 잃고 난관처럼 표류하는 제 모습을 발견했어요. 일에 대한 열정과 건강을 되찾고 싶다는 절실함에 걷기 시작했습니다.”

16일 광주시 서구 라마다플라자 광주호텔에서 광주일보 리더스 아카데미 2기 2학기 첫 번째 강연이 열렸다. 이날은 제주 올레 서명숙(58)이사장이 ‘슬로라이프 여행’을 주제로 1시간 30분 동안 열띤 강연을 펼쳤다. 지난해 4월 네 번째 강사로 초청됐던 서 이사장은 두 번째로 찾은 강연에서 시종일관 여유있는 모습이었다. 그녀는 기자로서 숨가쁘게 뛰어왔던 과거와 제주 올레 이사장으로 느끼게 되고 있는 현재를 설명하며 원우들에게 큰 호응을 얻었다. 서 이사장은 이날 강연장에서 오기 전

광주전을 직접 걸었던 느낌을 전하며 평생을 달려왔던 ‘기자’가 걷기에 전념자가 된 이유를 전했다.

“마녀라는 별명처럼 경쟁에서 살아남기 위해 독하게 일했어요. 가슴에는 기자라는 사명감을 채우고 눈은 성공만을 바라보며 살아온 제가 마흔일곱이 되면서 건강에 이상 신호가 왔어요. 불면증 때문에 며칠 동안 잠도 못 이루고 병원을 찾았을 때는 차라리 어디가 아파서 병원을 입원하고 싶은 심정이었어요. 그런데 아무 이상이 없다는 말에 오히려 충격을 받았어요. 온 몸이 아파 제대로 움직일 수도 없는데 원인을 알 수 없다는 사실에 두려움이 엄습했죠.”

‘스트레스와 과로를 피하고 운동을 해라’ 그녀에게 내려진 처방전이었다. 자신을 따르는 수많은 후배들 생각에 스트레스와 과로는 피할 수 없다고 여겼다. 그래서 운동을 선택했다. 이후 에어로빅, 헬스, 수영, 요가, 재즈댄스 등 10개도 넘는 종목을 섭렵했다. 길게는 열흘, 짧게는 하루 만에 모두 포기했다. 이리서는 도저히 안되

겠다는 절실함으로 마지막으로 도전한 것이 바로 걷기였다. 돈도 필요하지 않고 누구나 할 수 있으며 혼자서도 가능하다는 점이 마음에 들었다. 하지만 그것도 쉽지 않았다. 처음 집을 나섰을 때는 15분만 걸어도 숨이 턱 막혔던 그녀는 점차 걷는 즐거움을 발견해나갔다.

“천천히 걸으면서 그동안 보지 못했던 자연을 발견하고, 생각을 정리할 수 있었어요. 15분에서 30분, 한 시간 이상 걸으면서 몸과 마음이 건강해지는 걸 느꼈어요. 기자로 일하며 휴가도 제대로 쓰지 못했던 지독한 일 중독자가 오직 걷기 위해 휴가를 쓸 정도로 달라졌어요. 그렇게 향한 곳이 바로 스페인 산티아고 순례길이에요.”

지천명이 되던 해 사표를 쓴 그녀는 산티아고 길 800km를 36일간 걸었다. 언어가 통하지 않는 곳에서 끝이 보이지 않는 길을 걷다 보면 외로움과 육체적인 피로가 몰려왔다. 이를 막고도 한걸음씩 내딛다 보니 도시에서 살면서, 기자로서 치열하게 달려온 사이 지나친 것들이 보이기 시작했다. 끝없는 옥수밭이 이어진 산티아고 길을 걸으며 제주도 돌담길을 떠올릴 때쯤 영국인 여성을 만났다. 한국을 두 번 방문했다는 길동무가 남긴 말은 그녀에게 충격이었다.

“영국인 친구는 한국 사회가 명문대학,



서명숙 올레길 이사장이 16일 라마다호텔에서 열린 광주일보 리더스 아카데미 2학기 개강 강연에서 제주 올레길을 만들게 된 이유를 전하며 ‘걷기’의 효능에 대해 설명하고 있다. /사진=최현배기자 choi@kwangju.co.kr

높은 연봉, 커다란 명예라는 동일한 목표를 위해 아침부터 밤늦도록 경쟁하고 있다고 했어요. 숨 쉴 틈도 없이 빠르게 사는 한국에서 느리게 걸을 수 있는 ‘길’이 필요하지 않겠느냐는 말을 듣고 제주 올레 길을

만들게 됐어요.” 서 이사장은 제주를 찾는 이들에게 당부한다. 올레 길을 두 발로 느리게 걸으며 바람새와 바다내음을 마주하고 그 속에 살고 있는 사람과 문화를 천천히 음미하

를. 제주를 온몸으로 느끼며 올레 길을 무대로 문화예술까지 펼쳐지는 2014제주올레걷기축제는 오는 11월 6일부터 8일까지 제주올레 17·18·19 코스에서 펼쳐진다. /양세열기자 hot@kwangju.co.kr

김명진 전 원내대표 비서실장 ‘자랑스런 북성인상’ 수상



김명진 전 민주당 원내대표 비서실장이 오는 20일 북성중학교 총동창회가 주최하는 ‘제39회 북성인 한마음 대축제’에서 ‘자랑스런 북성인상’을 수상한다. 이 상은 국가와 지역사회발전에 공헌하고 학 교 명예를 높여 후배들에게 귀감이 되는 동문에게 수여되는 상으로, 김 전 비서실장은 광주 세계 수영선수권대회지원법 등 광주 지역발전에 필요한 입법, 예산확보에 기여한 공로가 인정됐다. /홍형기기자 redplane@kwangju.co.kr

광주미디어아트 창의시민포럼 류재한 전남대 교수 대표 취임



전남대 불어불문학과 류재한 교수가 ‘광주미디어아트 창의시민포럼’ 대표로 취임했다. ‘광주미디어아트 창의시민포럼’은 최근 열린 제2차 총회에서 류재한 교수를 대표로 추대했다고 16일 밝혔다. 임기는 2016년 7월까지다. 류 대표는 “광주의 창의적 자원들을 모아 문화·예술·산업·기술의 창의네트워크를 구축하겠다”고 말했다. /채희중기자 chae@



고은초 작가, 박남기 교수, 이용교 교수, 정양권 작가, 임성열 교사, 이송준군

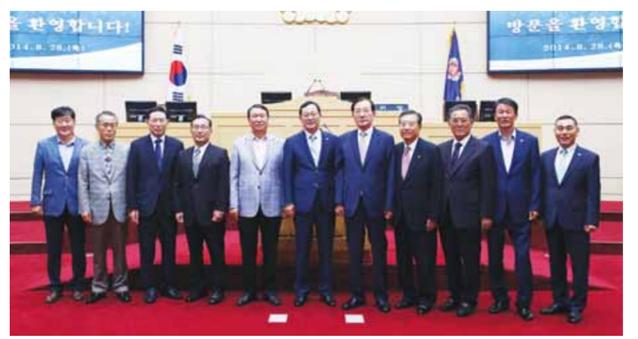
‘나비고치, 세상을 향해 날다’

광주시청자미디어센터, 미디어컨퍼런스 개최 작가 고은초·박남기·이용교 교수 등 6명 강연

광주시청자미디어센터(센터장 배승수)는 미디어가 만드는 사회 변화를 이야기하는 ‘2014광주비영리미디어컨퍼런스’를 개최한다. 24일(수) 저녁 7시 시청자미디어센터 2층에서 ‘나비고치, 세상을 향해 날다’라는 주제로 열리는 이번 컨퍼런스는 여행, 미디어, 교육, 복지 등 다양한 테마에 어울리는 6명의 강연자가 사회의 긍정적 변화에 대해 진솔한 이야기를 풀어낼 예정이다. 컨퍼런스 주제발표에 나선 첫 번째

강연자는 ‘3650일 하드코어 세계일주’의 저자인 여행 작가 고은초 씨다. 그녀는 10년 이상 여행자로 살아오면서 거주와 정착이라는 가치관 그리고 현재 진행하고 있는 프로젝트에 대해 이야기를 한다. 이어 최근 세계 3대 인명사전인 ‘마르퀴스 후즈’에 등재되어 광주교육유년본부에 이끌고 있는 박남기 이사장(광주교육대 교수)과 시민과 함께 꿈꾸는 복지공동체 온라인카페를 10년간 운영해 오면서 지역 사회 복지관련 정책, 실천적 대안을 제시

해온 이용교 광주대 교수 등이 연사로 나선다. 이에 앞서 진행되는 오픈 섹션에는 세월호 다큐멘터리를 제작한 광주시청자미디어센터 청소년 제작단 ‘동그라미’단장 석산고 이송준 학생, 56개국 여행을 통해 한국의 아름다움을 세계에 알리고 있는 아이슬란드 NGO포토코디네이터 정양권 작가, 학교현장에서 창의적 미디어 교육을 실천하고 있는 광주동초등학교 임성열 교사가 청중을 만날 계획이다. 자세한 사항은 광주시청자미디어센터 홈페이지에서 확인할 수 있다. 문의 062-650-0320. /양세열기자 hot@kwangju.co.kr



전남도의회 역대 의장 한자리에

지방자치 발전방향 모색

전남도의회(의장 명현관) 역대 의장들이 모여서 지방의회 발전에 머리를 맞댔다. 이 자리에는 이호균, 김재무, 서욱기, 김충철, 이완식, 명현관, 배광연, 차봉근, 박인환 의장, 장일·윤시석 부의장이 참여했다. 도의회는 최근 전직 도의장들을 초청한 가운데 간담회를 갖고 지방자치가 부활한 이후 걸어 왔던 4반세기를 회고하면서 앞으로 나아가 할 길이 무엇인지에 대해서 허심탄회한 의견을 교환했다. 이날 모임을 주선한 명현관 의장(해남1,

새정치)은 주어진 임기 동안 평소 소신인 유급보좌관제와 지방의회 인사권 독립을 이끌어 내는데 혼신의 노력을 다하겠다면서 전직 의장들의 축적된 경륜과 지혜를 보태 줄 것을 요청했다. 명 의장은 이 자리에서 “제10대 의회 의장으로서 정치와 신뢰, 배려와 나눔의 정신으로 도의회를 이끌어 나가겠다”면서 “건전한 비판과 대안을 제시하는 의회, 생산적이고 소통하는 의회, 독립성과 자주성을 갖춘 의회, 연구하고 공부하는 의회로 탈바꿈 시키는데 열정을 바치겠다”고 말했다. /윤현석기자 chadol@kwangju.co.kr

생활 게시판

여러분의 생활정보를 실어드립니다. opinion@kwangju.co.kr 이나 광주광역시 동구 금남로 238 광주일보 생활게시판 담당자앞으로 보내주시기 바랍니다. TEL 062-220-0647 FAX 062-222-4938. 222-4918

동창회

- ▲광주 북성중 총동창회(회장 정균표) 주관 북성인한마음 대축제=20일(토) 오전 9시 모교운동장(우천시 체육관)
- ▲학교법인 유은학원(광주상고·광주여상·동성고·동성중·동성여중) 총동문회(회장 전주연) 유은 동문 한마음대축제=21일(일) 오전 10시 광주 동성고 운동장문의 유은학원 총동문회 사무국 062-361-2680.
- ▲송원고 총동문회(회장 황명성) 9월 정기월례회의=23일(화) 오후 7시 광주 서구 농성동 마리아주웨딩스퀘어 3층 062-384-7447.
- ▲재광 순천 매산고 총동창회(회장 장진훈) 정기모임=25일(목) 오후 7시 30분 광주 서구 내방동 ‘좋은친구’ 010-3601-7701.

중친회

- ▲진주 강씨 광주·전남중친회(회장 강원구) 운영위원회=20일(토) 오전 11시 30

- 분 진주 강씨회관 3층 대회의실 062-228-3368.
- ▲광산 이씨 필문회(회장 이태고) 월례회 및 교양강좌=25일(목) 오후 6시 30분 월산동 우미추어탕 062-369-1171.

알림

- ▲광주자살예방센터(24시간 365일 운영)=자살 숨기지 마세요 주위사람과 대화하세요 정신건강 및 자살위기 상담전화 1577-0199, 062-600-1908(담당자 조우상)
- ▲광주동구정신건강증진센터=주간지 서비스(주 5일운영) 회원 정신건강상담 서비스 무료제공 및 만성정신질환자에 대한 사례 관리(가정방문) 서비스 제공 062-233-0468.
- ▲아동학대예방을 위한 상담·신고 전화 운영=아동학대는 아동의 건강한 발달을 저해하는 신체적·정신적·성적 학대와 방임을 말한다. 우리의 미래인 아이들이 학대로부터 자유로워질 수 있도록 여러분의 관심을 필요로 합니다. 아동학대와 관련한 상담 및 신고전화 1577-1391은 24시

- 간 운영. 초록우산 어린이재단 광주아동보호전문기관.
- ▲지역주민의 정신건강을 위한 열린 마음 상담센터=북구지역 5개 아파트 단지 내 지역주민의 정신건강을 위한 무료 상담소(우울, 불안, 치매, 스트레스, 알코올, 흡연, 약물, 도박, 인터넷 등) 062-525-1195.
- ▲대한사회복지회 광주지부=미혼부 모상담 및 임양상담 24시간, 위탁가정 상담, 입양가족 역량강화 프로그램 운영, 입양가족 자조모임 운영 062-222-9349.
- ▲‘금융컨설팅’ 채권·채무·재테크 무료 출장 상담=다중 채무·개인회생 및 파산 안내, 사업자 및 개인 채권 서류 검토 작성 대행, 재테크 절세 방법 상담 010-6392-4585.
- ▲광주북구중독관리센터 무료상담=알코올 외에도 인터넷, 도박, 니코틴, 약물로 인해 어려움을 겪고 있는 분들과 가족의 회복을 위해 무료 상담 및 정보제공, 교육 실시. 062-526-3370.
- ▲노인돌봄종합서비스사업=만 65세 이상의 노인 중 혼자 힘으로 일상생활을 영위하기 어려운 노인을 대상으로 가사 및

- 활동지원 등의 서비스를 요양보호사가 가정으로 방문하여 돌봄서비스를 제공. 광주서구지역자활센터 062-351-3029.
- 모집**
- ▲동구자원봉사센터 동화구연 ‘궁덕궁덕, 고운소리아기쟁이의 외출’수강생=동화구연에 관심이 있고 사회참여활동을 원하는 여성을 대상으로 10월 2일까지 기초반, 심화반 각각 선착순 20명 모집 문의 062-228-1365, 062-608-8920.
- ▲광주북구청소년상담복지센터 ‘힘나는 학습클리닉’=청소년들의 학습동기를 유발하고 학습 습관과 시간 관리를 효율적으로 배우고 적용할 수 있는 ‘힘나는 학습클리닉’ 집단상담 프로그램 운영. 062-268-1388.
- ▲살레시안 가족합창단(단장 나금주, 지휘 김철수)=살레시오 초·중·고 졸업자 및 그 가족이며, 합창에 관심있는 분이든 누구나 환영함(부부 중 한분이라도 동문이면 됨), 연습은 매주 화요일 오후 7시30분 상무중학교(운천저수지 옆) 010-3404-

- 3712(단장).
- ▲무등 예술종합 평생교육원(국비지원 100%) 수강생=교사를 위한 반주법, 리더쉽과 스피치, 뮤지컬 탭댄스(일반부·자격증반), 음악치료 심리 상담사 자격증반, 북구 두암2동 무등파크 1차 상가 2층 062-269-6669, 010-3606-0230.
- ▲광주동구정신건강증진센터 회원=음악(악기)에 재능이 있는 자원봉사자 모집, 최소 6개월, 주 1회 2시간 가능하신분. 062-233-0468.

부음

- ▲박용호(전 고충근의회의원)씨 별세 태진(자영업)·주선(금호고속)씨 부친상=발인 18일(목) 광주 만평장례식장 301호 062-611-0031.
- ▲양중봉씨 별세 성진(전주 완성경찰서장)씨 부친상=발인 19일(금) 광주 그린장례식장 4층 특실 062-250-4455.

| | |
|--|--|
| 상가 故인의冥福을 빕니다 | |
| 101호 故강금원 남(남) 父: 강대성 母: 정양희 女: 강지연 *발 인: 9월 18일 *장 지: 영락공원 *연락처: 227-4385 | 102호 故전정민 남(남/84세) 子/子婦: 전호영/강진우, 전호진 女/婿: 전미경/조종환 *발 인: 9월 18일 *장 지: 영락공원 *연락처: 227-4386 |
| 401호 故전두열 남(남/46세) 父/兄: 전용욱/정경숙 妹/妹弟: 전덕임/노윤수, 전영희/지경연 *발 인: 9월 18일 *장 지: 영락공원 *연락처: 227-4383 | 402호 故나영숙 남(여/51세) 子: 재 욱, 재 영 女: 재 인 夫君: 재욱영 *발 인: 9월 19일 *장 지: 영락공원 *연락처: 227-4314 |
| 孝 金호장례식장 http://www.mykumho.com | |
| 문의 (062)227-4000 | |