

음식을 약처럼 먹고 마시고 바르니 '치유의 기적'이...

행복한 책 읽기

김민철 '문학 속에 핀 꽃들' (센터 권)

천기누설-약초보감

MBN '천기누설' 제작팀 지음

블로장생을 꿈꿨던 진시황은 불로초를 찾기 위해 수많은 산하를 세상 곳곳에 보냈다. 사람들은 이따금 '세상 어딘가에는 모든 병을 고치고, 오래 살 수 있도록 돕는 신비로운 약초가 있을 것'이라는 생각을 하게 된다. 더구나 현대 의학으로 도저히 손을 쓸 수 없는 중병이나 백악이 들지 않는 지긋지긋한 질병을 오래 앓은 사람일 수록 이 생각은 더욱 간절하다.

산과 들에 숨어 살면서 병을 고친 사람들과 이들이 소개하는 치유의 비법을 소개해 인기를 끌고 있는 종합편성방송 MBN의 '천기누설' 제작팀이 1화부터 85회까지 소개한 몸에 기적을 일으킨 약초 200여 종을 총망라한 '천기누설-약초보감'이 나왔다. 이 책은 올 최고의 건강 베스트셀러 중 하



모르면 잡초 알면 약초 '자연 약재'의 비밀 의학 전문가들의 꼼꼼한 검증과 감수 거쳐

나인 '천기누설'에 소개된 약재와 식품을 집대성했다. MBN의 '천기누설' 제작팀이 취

재한 '병을 고친 사람들'은 한결같이 "한 주먹씩이나 되는 약약을 입에 털어놓고 살던 삶에서 벗어나 건강을 되찾았다"라는 놀라운 이야기를 들려줬다. 그들의 기적은 멀리 있지 않았다. 음식을 약처럼 먹고 마시고, 몸에 바르고 치유에 성공했다.

그 비결은 자연에서 찾았다. 이들은 "음식을 약처럼 대하는 습관을 기르기 위해서 무엇보다 우리 주변에 숨겨진 자연의 명약들은 무엇인지, 그리고 어떻게 먹어야 몸에 좋은지부터 알아야 한다"고 입을 모은다.

잘못된 식습관을 바로잡아 이른바 성인 병이라 불리는 고혈압, 당뇨병을 비롯한 간암, 위암 등을 극복한 수많은 사람이 직접 만들어 먹은 그 방식을 고스란히 책에 담았다. 또 모르면 잡초지만 알고 먹으면 보약이 되는 '숨겨진 자연의 약재'의 비밀을 소개한다.

또 현대 의학으로는 설명할 수 없는 '자연의 신비한 힘'으로 각종 암, 당뇨, 고혈압 등을 치유한 사람들의 비밀을 집요하게 추적했고, 이와 관련된 풍성한 정보와 지식을 제공한다.

누구나 주변에서 손쉽게 구할 수 있는 채소에서부터 깊은 산골짜기 속 한 떨기 피어난 이름 모를 약초에 이르기까지, 지금껏 우리가 미처 몰랐던 야생 음식들의

탁월한 의학적 효능에 대해 생생하게 알려 준다.

특히 자연 속에서 약초와 식품으로 병을 고친 사람들은 가장 중요한 것은 '예방'이라고 소개한다. 현대 의학은 병을 고치는데 도움을 주지만 예방에는 한계가 있다는 것이다. 이에 건강한 삶을 위해 병원보다는 '자연의 처방'에 더 깊은 관심을 기울여야 한다고 말한다.

또 우리 몸과 마음의 밸런스를 가장 잘 유지시켜주는 동시에 인위적 치료가 아닌 '자연스러운 치유'가 가능한 약과 먹을거리를 구할 수 있어야 한다.

의학전문가들의 꼼꼼한 검증과 감수를 거친 것도 이 책의 특징이다. 서재걸 대한자연치료학회 회장, 김달래 경희대학교 한의대 교수, 이광연 한의학 박사 가 책에 소개된 약재와 음식을 감수했다.

<(주)다운북스컴퍼니·8만5000원>
/오광록기자 kroh@kwangju.co.kr

꽃과 문학은 궁합이 맞았을 환상적인 마리아주다. 문학에서 꽃이 등장하면 아름다움을 넘어 깊이 있는 소재나 상징으로 중요하게 쓰일 때가 많다.

이 책은 해양학과를 나온 기자 출신이 소설 지방생을 꿈꾸던 끝에 출간한 향기로운 책이다. 우리 근현대 문학에 등장한 하고 많은 꽃들 중 어느 누구도 문학 속에 핀 꽃들을 다룬 사람이 없다. 그런데 그 꽃을 통해 문학에 접근하여 자상하게 일러주고 꼼꼼하게 짚어주는 센스라니!

저자는 학창시절부터 수많은 소설을 읽으면서 문학에 대한 관심을 놓지 않았다. 야생화에 대한 해박한 지식을 사진과 함께 결부시켜 작품 속 꽃의 의미를 해석했다. 지금도 사람들 기억에 남을만한 소설을 쓰고 싶다는 미련을 갖고 있다고 한다.

이 책은 무려 33개의 소설과 100개의 꽃이 나온다. 문학 작품 속에 나오는 모든 꽃들은 과연 계절에 핀 꽃들일까? 우리는 책을 읽다가 꽃이 등장하면 아무렇지도 않게 무시코 읽고 지나칠 때가 많다. 계절에 우는 새나 계절에 피는 꽃이 소설에 나오면 그만이지만 계절을 잘못 찾은 꽃 한 송이가 작품 전체를 망치기도 한다.

이들테면 봄에 피는 꽃을 가을에 피우려는 작품도 있다. 아동문학도 간혹 엉뚱한 계절에 꽃을 피우는 경우가 있는데 더욱이 독자가 어린이라서 위험천만이다.



새로 나온 책

▲60세 이상만 고용합니다=자동차와 항공기, 가전제품 등에 쓰이는 금속 부품 등을 생산하는 일본 가토제작소는 1888년 창업 이래 가장 혁신적인 실험을 한다. 60세 이상만 고용을 하는 것이다. 회사는 2001년 4월 노인 15명을 고용한 이후 나카쓰가와 인구 6만 명 중 30퍼센트에 이르는 60세 이상 노인을 채용한다. 고용 기간은 직원에 '그만두고 싶을 때까지'다. 회사 매출액은 2001년 이후 3배 가까이 늘었다.

<북카리버·1만3000원>

▲하버드 피드백의 기술=세계적인 베스트셀러 '대화의 심리학' 공동 집필자이자 하버드 법학대학원 교수인 더글러스 스톤과 실라 한의 책. 하버드 협상연구소 교수진이 밝히는 피드백 100% 활용법이다. 책은 예상치 못했던 상황에서 상대가 갑자기 내뱉는 수많은 의견, 연례 평가, 요청하지도 않은 충고를 성숙한 태도로 받아들이는 효과적인 방법도 알려준다. 피드백 받

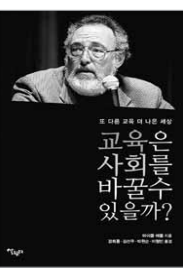


기의 괴로움에서 벗어나는 데 필요한 실용적이고 빈틈없는 팁으로 가득하다.

<21세기북스·1만8000원>

▲교육은 사회를 바꿀 수 있을까?=실천 교육학의 세계적 석학 마이클 애플이 들려주는 더 나은 교육을 위한 책. 세월호 참사는 왜 내가 제기한 주장들이 한국적 맥락에서 중요한지를 잘 보여준다. 이 참사는 우리가 더욱 정의로운 사회를 만들기 위한 반계모니 운동들을 조직하고 지키는 일을 반드시 지속해야 할 필요성을 일깨운다. 교육은 그러한 운동을 조직하고 지키는 데 중요한 역할을 한다.

<살림터·1만6000원>



▲엄물처럼 서러워서='만다라'의 작가 김성동이 역사를 잊어가는 시대에 대해 건네는 역사 이야기. 저자가 바라본 우리나라 역사는 패배했지만 웅장했던 역사다. 역사는 승자의 기록이라고도 한다. 승자들이 꾸러 가는 역사가 오늘의 현실인 것이라면, 역사의 패자들은 무엇을 할 것인가? 저자는 패자의 지식들인 우리가 탄식만 하고 있을 수는 없다고 말한다. 그는 진실을 감추고 잘 가르치지 않는 시대가기 때문에 피를 토하는 심정으로 책을 썼다.

<작은숲·1만7000원>

▲땅을 여는 꽃들=시력(詩歷) 50년을 앞둔 시인 김형영의 아홉번째 시집. 지난

5년간 써온시가운데 53편을 추려 시기별로 나누어 묶었다. 간결하고도 응축된 시어로 관악산 자락 자연에서 얻은 몸과 마음의 여유를 담담히 담아낸 그간의 시적 경향이 여전하다. 자신의 정서를 직접 드러내기보다 일상을 풀어 안아 자연이나 주변 사물과의 소통을 시도하면서 교감을 꾀하는 시인 특유의 묘사가 잘 드러난다.

<문학과지성사·8000원>

▲경제대왕 속종(상,하)=정기인의 경제역사대하소설. 초기자본주의가 도입된 속종시대의 거시경제자료들을 발굴해서 창작했다. 속종은 임진왜란과 병자호란으로 폐허가 된 나라를 조국근대화과 경제개발에 몰두해서 경제대국으로 일궈낸 경제대왕이었다. 책에는 속종 뒤에 질패 시장에서 무역업을 한 장사꾼 장욱정(장희빈)이 있었다는 우리가 몰랐던 사실이 생생하게 그려져 있다. 그녀는 화초처럼 자란 속종에게 경제마인드를 심어주었다.

<매일경제신문사·각 권 1만3000원>

어린이 책

▲몬티의 모험=세상의 끝이라고 불리는 언덕 너머를 가보겠다는 꿈을 향해 거침없는 도전을 하는 꼬마 미어캣의 모험 이야기를 담은 그림책. 책을 읽는 아이들에게 여행과 모험이 주는 짜릿한 경험을 하게 한다. 내가 원하는 것을 이루기 위해 어떤 마음을 품고, 행동해야 할지를 깨닫게 해준다.

<키즈엠·9000원>

▲나는 사람이 두렵다=성추행을 당한



소년이 사건을 숨기려는 학교와 별어나간 길고 긴 진실 게임을 그린 실화 동화. 저자는 남성 성폭력 피해자의 목소리를 봉인

해 버린 한국 현실에 물음표를 던진다. 자신의 권리를 요구하면 약자가 될 뿐이라는 '강자의 교육'이 만연한 우리 사회에 경종을 울린다.

<북멘토·1만1000원>

▲나도 이유가 있어!=아이들에게 인생의 슬픔, 아픔에 대한 면역력을 키워 주는 그림책. 버려진 인형인 모모링이 아이에게 관심을 갖고 아이의 내면 속 이야기를 들려주고, 또 엄마로 변신해 아이에게 엄마의 입장을 설명해준다. 모모링의 이야기들 들은 아이는 단양된 마음을 열게 된다.

<씨줄북스·1만3000원>

▲할머니가 또 시간대요=회혼례를 시작으로 엄마의 할아버지와 할머니의 혼례 과정을 엄마가 딸에게 들려준다. 아이들은 마치 엄마와 함께 자신의 외증조할아버지와 외증조할머니의 혼례 과정을 지켜보는 것과 같은 기분으로 재미있게 전통 혼례에 대해 알아가게 된다. 전통 혼례의 전 과정을 하나하나 따라가며 잊혀져 가는 전통 혼례의 모습을 아이들에게 전달할 수 있도록 했다. <그린북·1만2000원>



인영옥 1999년 광주일보 신춘문예 동화 당선

남한 노총각과 북한 꽃미녀의
예측불허 결혼일기

박수홍 ♥ 박수애 양준혁 ♥ 김은아

매주 금요일 밤 11시

에정통일!

TV 조선

양준혁 ♥ 김은아

박수홍 ♥ 박수애