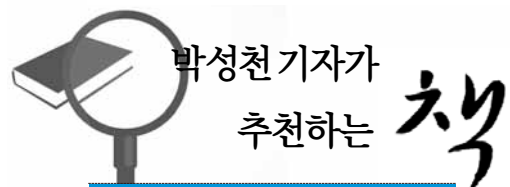


행복 or 불행, 당신 마음먹기 달렸다



박성천 기자가 추천하는 책

불행 피하기 기술

롤프 도벨리 지음·유영미 옮김

“좋은 삶은 돈이나 재능, 주변의 사람들과는 관계없다. 우리가 인생을 살면서 오직 내 마음대로 할 수 있는 것은 내 생각뿐이다. 그러나 어떻게 머리를 잘 쓰느냐에 행복이 달려 있다.”

열핏 도발적이고 이해하기 어려운 말로 들린다. 그러나 곰곰이 생각해보면 이해되는 면이 없지 않다.

우리는 종종 어떻게 사는 것이 바람직한 삶인지 자문하곤 한다. 그뿐 아니라 과연 운명은 어떤 역할을 하는지, 행복의 정체는 무엇인지와 같은 형이상학적인 질문을 하기도 한다. 그러나 돌아오는 답은 의례적이며 그다지 효과적이지 않는 경우가 대부분이다.

그 이유는 무엇일까. 답은 간단하다. 좋은 삶은 대단한 무엇인가를 추구하기 이전에 잘못된 상황을 미리 피하는 것이 전제돼야 한다. 그러나 대개의 경우 ‘하지 말아야 할 것들’을 안 하기가 더 어렵다는 점이다. 사람들의 내면에는 금지된 것, 차단된 것을 실현하거나 해제하고자 하는 욕망이 있다.

‘스마트한 생각들’로 전 세계 250만부 판매를 기록했던 롤프 도벨리 리가 5년 만에 ‘불행 피하기 기술’



마음대로 할 수 있는건 생각 뿐
완벽 바라기 보다 계획하는 삶
실패 인정하고 남과 비교 말아야

을 들고 독자에게 돌아왔다. ‘영리하게 인생을 움직이는 52가지 비밀’이라는 부제가 말해주듯 저자는 인생에서 불행이라고 여겨지는 것을 피하는 법을 조목조목 이야기한다.

독일 아마존 베스트셀러이자 총리부터 많은 CEO들이 읽은 책은 전 세계 18개국 출간 계약이 이뤄질 만큼 선풍적인 인기를 끌었다. 책은 단순한 저술이나 자기계발서가 아닌 좋은 삶에 대한 도발적인 답을 담고 있다. 저자 특유의 냉철한 통찰력과 유머가 저변에 깔려 있어 읽는 동안 지적인 자극을 경험할 수 있다.

책의 핵심은 간단하다. 행복한 삶을 살기 위해서는 ‘생각의 함정’에 빠지지 말라는 것이다. 그 함정이 이성적이고 합리적인 생각을 방해하며 결국은 불행으로 이끈다는 논리다. 저자는 사람들이 흔히 하는 착각 가운데 하나가 행복해지는 방법이 따로 있는 것처럼 단정하고 그것을 좇아간다는 것이다.

눈길을 끄는 것 중 하나는 ‘수정의 기술’에 관한 부분이다. 저자는 완벽한 설정은 없다고 단언한다. 즉 확정된 계획이 중요한 것이 아니라 계속해서 계획해나가는 삶이 중요하다는 의미다.

“당신이 수정을 내키지 않아 하는 이유는 실패를 처음에 계획을 잘 못 세운 탓이라고 해석하기 때문이다. 잘못된 생각이다. 계획은 완벽할 수 없고, 어쩌다 수정 없이 실현된다면 그것은 순전히 우연이다.”

또한 저자는 전략적인 방식의 하나로 ‘블랙박스

사고’를 하라고 조언한다. 다시 말해 자신만의 블랙박스를 만들라는 뜻이다. 중요한 결정을 내리는 순간 머릿속을 스치는 모든 생각, 감정, 결론을 기록해 후일 어떤 부분에서 실수로 이어졌는지 분석해보라는 얘기다.

“받아들이고 싶지 않은 현실이라도 받아들여야 한다. 머릿속에서 자신만의 블랙박스를 만들어라. 중요한 결정을 내리는 순간은 물론 지우고 싶은 실패까지 그 과정에서 머릿속을 스쳤던 모든 생각을 기록해보라.”

또한 불행을 피하는 방법으로 ‘질투의 독성’에 대해서도 경고한다. “언제나 나보다 잘나가는 사람은 있다”는 사실을 인정하면 질투라는 함정에 얽매이지 않는다는 것이다. 저자는 “흥미롭게도 우리는 대단한 사람보다는 자신과 나이, 직업, 환경, 삶의 방식이 비슷한 사람들을 질투한다”며 “아무와도 비교하지 말라. 질투에서 자유롭지 않은 사람은 행복할 수 없다”고 강조한다.

이밖에 책에는 인생의 주도권을 쥐는 법으로 ‘타협할 수 없는 원칙 정하기’, ‘애초에 문제를 피하는 것이 이익이다’, ‘소중함 나를 어떻게 다룰까’ 등이 담겨 있다. 또는 세상의 말에 속지 않는 방법으로 ‘스스로를 떠받치지 말라’, ‘더 많이 만날수록 더 좋은 인연을 만나다’, ‘이룰 수 없는 소망도 있다’와 같은 항목도 소개하고 있다.

〈인플루엔셜·1만5800원〉

/박성천기자 skypark@kwangju.co.kr



이언 맥과이어 지음·정병선 옮김 '얼어붙은 바다'

2016년 맨부커상 후보작이자 2018년 더블린 국제 문학상 후보작인 이언 맥과이어의 장편소설 '얼어붙은 바다'가 출간됐다.

소설은 포경선의 항해를 소재로 한 해양소설로 극한의 상황에서 대립하는 두 인간의 모습을 그린 강렬한 스틸러물이다. 출간된 해 '뉴욕 타임스 북 리뷰'(올해 최고의 책 10권)에 선정됐고 이외에도 많은 매체에서 '올해의 책'으로 꼽혔다.

작가는 추위와 폭력에 대한 생생한 묘사, 거친 육설을 가감 없이 드러낸 문장으로 독자들을 북극 한복판의 고래잡이배로 초대한다. '피와 오줌으로 얼룩진 이야기'라는 더 타임스의 평가처럼 시각적, 후각적으로 강렬한 인상을 준다. 작가의 포경에 대한 충실한 자료 조사가 뒷받침되었음은 물론이다.

이야기는 포경선 '볼런티어' 호가 영국에서 북쪽으로 가는 항해를 시작하는 것으로 전개된다. 20대 후반의 아일랜드 출신 의사 패트릭 섬너는 선박의 보일러 담당이다. 그는 전직 군의관으로 세포이 항쟁 당시 인도에서 복무했으며 그때 입은 부상으로 다리를 절뚝거리다. 한편 같은 배에 탄 작살수 헨리 드렉스는 상식이나 도덕 따위는 신경 쓰지 않는 짐승 같은 사내다.

이언 맥과이어는 이 작품이 두 번째 장편임에도 맨부커상과 국제 문학상 후보로 지명되며 단숨에 인지도를 올렸다. 거칠고 충격적인 내용과 달리 소설을 전개해나가는 솜씨는 매우 유연하다.

〈열린책들·1만3800원〉

/박성천기자 skypark@kwangju.co.kr



이종호 지음 '침대에서 읽는 과학'

지진이 계속 일어나는 데 원자력발전소는 안전할까? 화성에서 인간이 살 수 있을까? 우주선 말고 우주에 나갈 방법은 없을까? 우리 모두는 과학으로 이루어진 세상에서 살고 있다. 더욱이 4차 산업혁명 시대를 이끄는 과학은 점차 중요한 부문으로 대두되고 있다. 이공계 전문가나 과학을 전공하지 않더라도 과학에 관심을 갖고, 세상을 움직이는 원리인 과학을 이해해야 한다.

이종호 과학저술인협회 회장이 펴낸 '침대에서 읽는 과학'은 검색창에서 우주까지 과학으로 보는 일상에 초점을 맞춘다. 저자는 프랑스 페르피낭대학에서 공학박사 학위와 과학국가박사 학위를 받았으며 프랑스 문부성이 주최하는 우수 논문상을 수상했다. 또한 특허 10여 개를 20여 개국에 출원하는 등 이론과 실재를 넘나들며 왕성하게 활동하고 있다.

이번 책은 제목이 말해주듯 주변에서 일어나는 일들, 일상의 이면에 숨어 있는 과학 관련 이야기 중에서 중요하고 흥미로운 부분 267지를 골랐다.

예를 들어 이런 내용이다. 같은 인간인데 왜 여자가 남자보다 오래 사는 것일까? 연구 결과 호르몬과 염색체도 중요하지만 더 중요한 것은 환경과 생활태도라는 것이다.

또한 일본은 왜 작은 바위섬인 독도에 집착하는 것일까? 주변이 황금여장이기 때문이라는 이유도 있지만 바로 아래에 묻혀 있는 메탄 하이드레이트 때문이다. '불타는 얼음'이라고 불리는 메탄 하이드레이트는 메탄을 함유한 얼음 상태의 물질로 이산화탄소 발생이 적은 청정에너지다.



〈북카라반·1만4000원〉

/박성천기자 skypark@kwangju.co.kr

러셀 로버츠 지음·이현주 옮김 '알약으로 텔레비전을 만드는 경제학'

알약으로 텔레비전을 만든다는 말은 언뜻 보면 황당하게 느껴지기도 한다. 하지만, 이 말 속에는 중요한 경제 이론이 담겨 있다. 그 이론은 바로 19세기 경제학자 데이비드 리카도가 주장한 비교우위론으로, 각 나라들은 자기 나라가 가지고 있는 자원에 따라 특화되는 산업이 다르다는 것을 뜻한다. 각 나라들은 상대적으로 더 유리한 산업에 집중하고, 다른 국가와 무역을 하는 것이 양국 모두에게 유리하다는 이론이다.

'알약으로 텔레비전을 만드는 경제학'은 자유무역과 보호무역을 하는 각각의 경우에 우리가 어떤 환경에서 어떻게 살아가게 되는지를 소설 형식으로 그려낸 경제 픽션이다. 스탠포드 대학교수이자 베스트셀러 저자인 러셀 로버츠는 이 책을 통해 우리 선택이 그대로 부유와 빈곤을 결정짓는 결과가 됨을 강조하며 그 선택이 어떤 모습의 미래를 만들어내는지 생각할 수 있도록 무역과 관련된 여러 가지 쟁점에 대해 이야기한다.

또, 자유롭게 국가 간의 무역이 행해지는 현실을 돌아보게 하고, 그 중심에서 국가 간의 관계를 어떻게 구축해 나가야 하는지, 선택으로 우리 미래의 삶이 어떻게 바뀌는지, 환경에 따라 삶의 방향이 어떻게 달라지는지, 그 안에서 얻을 수 있는 것은 무엇인지에 대해 생각할 수 있는 기회를 준다. 나아가 우리가 해야 하는 선택과 나아가야 할 방향 등에 대해 더 깊게 숙고하고 최선의 선택을 하도록 길을 제시한다.



〈북스토리·1만5000원〉

/전은제기자 ej6621@kwangju.co.kr

대산 인테리어 (사업부)

광주광역시 북구 증흥동 373-14
광주역후문 증흥삼거리 부근

신축건물 설계시공 상가인테리어 조립식건물
징크시공 케미시공 판넬시공 렉산시공 데크시공
싱크대 샷시 실내인테리어 아파트인테리어



한샘가맹점

(싱크, 불박이, 욕실, 마루, 창호, 도어) 062-522-0482

광주전남 기능장 호

국무총리상 표창
보건복지부 장관상 표창
광주광역시 시장상 표창 광주남구 청장상 표창

大山 프리모 남녀 가발

특수가발 별매 (원터치) 테잎 x 핀 x
이용기능장 원장 직접 시술 1만여명 내공
매주화요일 휴무 (일요일 정상 영업)
본점: 광주광역시 남구 주월동 라인가든 아파트 상가2층
062 673 5858(모발모발)



H.M사
등급제품 130만원 59만원