

“돈 없이도 행복할 수 있는 방법 알려 드려요”

‘0원으로 사는 삶’ 박정미 작가 광주 한걸음가게서 북토크

英 한국계 회사서 해고 당한 뒤 ‘거지 생존 스킬’로 2년 버텨
자급자족·물물교환 등 생활철학 실천...함께 하는 삶 깨달아

“어디 가도 들을 수 없는, 돈 없이 먹고 사는 내 가지 기술 지금부터 알려드리겠습니다.”
지난 9일 광주시 동구 총창로 한걸음가게(대표 김지현)에서 에세이 ‘0원으로 사는 삶’의 저자 박정미 작가 북토크가 열렸다. 박 작가는 이 책을 통해 돈과 소비의 굴레에서 벗어나, 삶의 본질과 인간을 위한 사랑의 방식을 찾도록 돕는 새로운 시각을 제시했다.
“직장에서 해고당했을 때 가장 두렵게 느껴졌던 질문은 ‘어떻게 먹고 살지?’였어요. 생존을 유지하기 위해 할 일이 모두 돈벌이에 기반하고 있다는 사실이 저를 질식시키는 기분이었죠. 그래서 저는 결심했습니다, 돈 없이 살아갈 방법을 한 번 찾아보려고요.”
2014년 스물아홉이었던 박정미 작가는 새로운 도전을 위해 영국 런던의 한국계 회사에 입사했지만, 직장 상사와의 갈등 끝에 해고당했다. 수중에 남은 돈은 300만 원. 한 달 방값이 150만 원이던 그

때 극심한 우울에 빠진 그의 눈에는 가만히 앉아 내뿜기만 하는 숨이 줄줄이 새는 돈치럼 보였었다.
‘돈이 없으면 행복도 없을까?’라는 질문에서 시작된 ‘0원으로 살기’ 프로젝트는 그의 삶을 완전히 뒤집어놓았다. 돈 한 톨, 계획 한 줄 없이 2년 간 여행을 떠난 그의 이야기는 생존, 사랑, 자아실현에 대한 새로운 시각을 전했다.
자급자족, 스킵다이빙, 물물교환 그리고 언어먹고 언어자기. 그는 ‘무모한 거지 생존 스킬’이라고 칭한 이 네 가지로 2년을 살아냈다. 빈 건물을 무단 점거해 살며(스쿼팅), 남비되고 버려지는 음식을 먹고(스킵다이빙), 집이 없는 대신 자신의 노동력으로 숙식을 해결하고, 이따금 타인의 도움을 받으며 히치하이크로 여행해 곳곳을 돌아다녔다.
프로젝트 과정에서 박 작가는 돈으로 인해 남들과 끊임없이 자신을 비교하며 스스로를 착취했던 시간을 돌아봤다.
“두려움을 극복할 수 있었던 건, 사람들의 도움과

자연이 무조건적으로 내게 베풀어주는 사랑 덕분이었어요. 누군가 먹을 것을 나눠주고, 재워줬던 그날 들마다 저는 사람의 사랑과 신뢰를 배웠죠. 거기서 조금씩 ‘나는 혼자가 아니다’라는 깨달음을 얻었습니다.”
돈 없는 사람은 결코 사랑받지 못할 것이라는 믿음이 깨지자 박 작가는 처음으로 무조건적 사랑의 힘을 경험했다. 자연이 주는 것들, 만나는 사람들의 도움과 자비 속에서 삶이 충만해졌다.
그는 ‘어떻게 나의 꿈을 이룰까?’라는 고민 대신 ‘어떻게 모두가 함께 살 수 있을까?’, ‘다른 생명체와 공존하며 어떻게 사랑할 수 있을까?’하는 질문을 던졌다. 그가 깨달은 진정한 자아실현은 나의 생존과 사랑을 넘어서 모든 존재를 포괄하고, 그들과 함께 길을 찾는 데서 시작된다는 것이다.
9년 전 한국에 돌아온 박 작가는 더이상 0원으로



‘0원으로 사는 삶’ 저자 박정미 작가의 북토크가 지난 9일 광주시 동구 총창로 한걸음가게에서 열렸다.

살지 않지만 무소비를 지향한다. 프로젝트 당시 배운 자급자족, 낭비 활용 등의 생활 철학은 여전히 그녀의 삶의 중요한 일부로 남아 있다. 돈 사용을 포기하는 대신 필요한 만큼 활용하고, 그 안에서 단순하고 충만한 삶을 살아가는 것을 선택했다.
한편, 이번 행사를 통해 한걸음가게의 ‘삶을 위한 도시, 삶을 위한 이야기’ 시리즈가 막을 올렸다. 한 걸음가게는 도시에서 좀 더 나은 삶, 함께 사는 삶을 꿈꾸는 이들에게 필요한 이야기를 전하기 위해 이 시리즈를 선보인다. /글·사진=서민경 기자 minky@



GA코리아 플러스지사, 산불피해 성금 전달

GA코리아 플러스지사 최석호 대표 및 산하기관 전 직원이 산불피해 지역 지원을 위한 성금 2900만 원을 전달했다. <사진>
17일 전달된 성금은 최석호 지사장 및 산하기관 전 직원이 모금한 성금으로 산불피해 지역 지원을 위해 사용될 예정이다. 최 대표는 “산불로 인해 어려움을 겪고 있는 이웃들을 위해 마음을 담아 성금

을 전달하게 됐다”며 “하루빨리 피해 지역이 일상을 회복하길 바란다”고 말했다.
한편, 최석호 대표는 지난 2013년 광주 아너소사이어티 11호로 가입했으며 2014년에는 GA코리아의 여러 지점들과 함께 ‘작한 일터’에 가입하는 등 다양한 나눔 활동을 펼쳐오고 있다. /서민경 기자 minky@kwangju.co.kr



대한기계설비건설협회, 동신대 인재양성 지원금

대한기계설비건설협회가 지난 15일 동신대학교에 기계설비 분야 인재 양성 활성화를 위한 지원금 1000만 원을 전달했다. <사진>
이날 지원금 전달식에는 동신대 이주희 총장, 송경웅 대외협력부총장, 대한기계설비건설협회 조인호 회장, 허용주 수석부회장, 전상철 광주·전남회장 등이 참석했다. 지원금은 건축공학과와 소방안

전학과 등 관련 학과 교육환경 개선, 장학금 등에 활용될 예정이다.
조 회장은 “기계 설비 산업 분야는 지속 가능성과 미래 비전이 큰 산업으로 평가받고 있다”며 “앞으로 기계설비산업을 이끌어갈 미래 인재 양성에 힘써주시길 부탁드립니다”고 말했다. /윤영기 기자 penfoot@kwangju.co.kr

농협중앙회, 호남권 농·축협 임직원 교육 진행



농협중앙회(회장 강호동)는 지난 15일 농협광주본부 대강당에서 호남권 농·축협 임직원 120여 명을 대상으로 ‘농·축협 시설물 건립 및 재난안전 교육’을 진행했다. <농협 광주본부 제공>

인구보건복지협회 광주전남지회 인구문제 인식개선 캠페인



인구보건복지협회 광주전남지회는 지난 15일 보건복지부와 한국보건복지인재원이 공동 주관하는 ‘인구문제 인식개선 릴레이 캠페인’에 동참했다. <인구보건복지협회 광주전남지회 제공>

생활 게시판

여러분의 생활정보를 실어드립니다. opinion@kwangju.co.kr이나
광주광역시 동구 금남로 224 SC제일은행 빌딩 9층 광주일보 생활게시판 담당자앞으로 보내주시기 바랍니다. TEL 062-220-0655 FAX 062-222-4918

알림

- ▲광주 북구민을 위한 개인 무료 법률상담소=기초생활수급자, 조손가족, 저소득층, 영세민, 교도소 복역자, 사회취약계층자 무료상담 010-6444-8572.
- ▲광주시·전남도 재난심리회복지원센터 무료 상담=코로나19 등 각종 재난으로 심리지원을 위한 무료상담 1670-9512.
- ▲보호처분 또는 형사처분 받은 대상자 ‘허그일자리’ 무료 취업프로그램 신청=취업상담, 직업훈련, 일자리알선, 취업교통비 지원 등 취업지원 및 긴급원호, 숙식제공, 주거지원 등 지원지원 신청 접수, 한국법무보호복지공단 광주전남지부 062-513-9936.
- ▲일가정양립지원본부 무료 상담=가정 폭력, 성폭력, 성매매 등 상담. 국번없이 1366. 휴대전화를 사용할 경우 062-1366.
- ▲광주시노인보호전문기관 24시간 노인학대 상담, 학대피해노인전용상담, 노인학대 신고·연계제

- 노인학대로 힘들어 하고 계신 분들, 노인학대를 목격하시거나 알게 되신 분들은 망설이지 마시고 노인보호전문기관으로 연락주세요 연중무휴, 24시간 전화상담 1577-1389.
- ▲북구열린마음 상담센터 무료상담=정신건강&중독 무료상담(음주·우울·불안·스트레스·치매·인터넷) 지역주민 누구나 참여가능 062-526-3370.
- ▲광주남구중독관리통합지원센터=중독 문제(알코올, 니코틴, 인터넷, 약물, 도박)로 고민하는 대상자와 가족에게 무료 상담, 다양한 프로그램 제공 062-413-1195.
- ▲광주서구중독관리통합지원센터마음건강주치의운영=정신건강의학과전문의를 통한 중독·자살·우울 문제 등 매주 수·금요일 오후 2시~5시 무료상담 062-654-3802.
- ▲비영리민간단체 노후를 돕는 사람들 노후생애를 위한 무료교육=50세 이상 중장년층 남녀 15기 모집 주 3일(월·수·금) 1일 2시간씩 6개월간 진행. 영어, 심리상담, 생애설계, 노래, 댄스, 명심보감 등 진행. 062-223-1357.
- ▲사랑마루협동조합 사회적취약계층을 위한 복지장려서비스=기초생활 수급자, 조손가족, 무의탁 독거노인, 저소득층, 장애인(3급 이상) 장의입관용품무로지원, 장례지도사무로지원 062-369-4009.
- ▲지적장애인 성인 주·야간보호 서비스 실시=월~금 오후 5~9시 사랑모아 주간보호센터 062-385-0422.
- ▲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.
- ▲지역아동센터광주지원단 방과 후 돌봄 이용안내=방과후 돌봄이 필요한 아동을 위한 보호·교육·정서지원·문화체험·식식제공 등 다양한 서비스 제공 062-522-9976.
- ▲전남사회복지협의회 법률서비스 ‘법률홍탁터’ 무료 상담=민사·형사 소송 이전 법률상담과 법교육, 조력기관 연계 등 1차 법률서비스 지원 월~

- 금 오전 10시 ~ 오후 5시 061-285-1161.
- ▲아동일시보호 상담=미혼부모아동, 결손가정 아동, 경제적 사정, 아동 학대 등 양육환경에 어려움이 있는 6세미만의 아동들이 안정된 환경에서 성장할 수 있도록 입소상담, 광주영아일시보호소 222-1095,1096.

모집

- ▲조록우산 어린이재단 광주가정위탁지원센터 위탁부모=부모 사망, 이혼, 실직, 가출, 학대 등으로 친부모와 살 수 없는 아이들을 일정 기간 위탁할 인원 상담 062-351-1206.
- ▲신창동 보은사 목련합창단 단원모집=성악 또는 찬불가 배우기에 관심이 있는 일반인 남녀, 매주 수요일 오후 1시 정기연습, 신창동 대광로제비앙아파트 후문 80미터 010-4622-7838.
- ▲정보기술분야 직업훈련생 모집=15세 이상 장애인 대상. 소프트웨어 개발 및 전산 사무행정. 교

오늘의 날씨

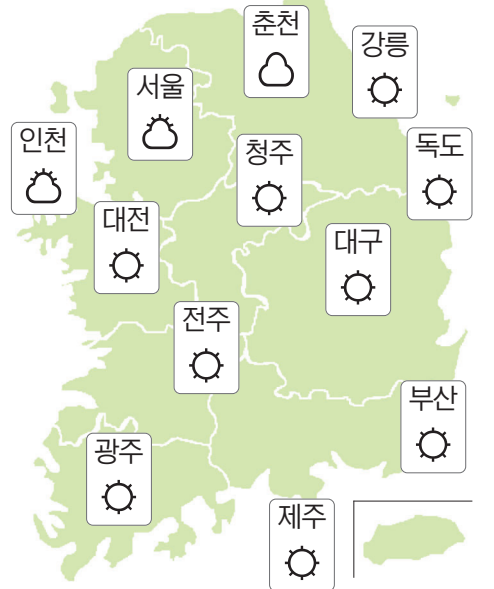
해뜨	05:57	달뜨	-:-
해짐	19:70	달짐	08:43

낮과 밤 기온차 주의

토요일 밤부터 5mm 미만 비

광주	맑음	15/24	보성	맑음	11/24
목포	맑음	13/19	순천	맑음	12/25
여수	맑음	14/20	영광	맑음	13/22
나주	맑음	10/24	진도	맑음	12/20
완도	맑음	14/22	전주	맑음	16/25
구례	맑음	12/25	군산	맑음	15/22
강진	맑음	13/23	남원	맑음	12/25
해남	맑음	12/22	흑산도	맑음	12/18
장성	맑음	13/25			

◇전국 날씨



◇바다 날씨

		오전	오후
		파고 (m)	파고 (m)
서해 남부	앞바다	0.5~1.0	0.5~1.0
	면바다(북)	0.5~1.5	0.5~1.5
	면바다(남)	0.5~1.5	0.5~1.5
남해 서부	앞바다	0.5~1.0	0.5~1.0
	면바다(서)	1.0~2.5	1.0~2.0
	면바다(동)	1.0~2.5	1.0~2.0

◇물때

목포	간조	만조
	10:20 22:15	05:10 17:01
여수	05:48 17:35	11:38 -:-

◇생활지수

	미세먼지	보통
--	------	----

◇주간 날씨

19(토)	20(일)	21(월)
17/24	15/25	12/26
22(화)	23(수)	24(목)
15/20	13/23	9/21

- 육기간 1년. 교육비 무료. 훈련수당 지급. 전남직업능력개발원 061-320-7024.
- ▲사회공헌활동 기부은행 돌봄봉사자 모집=어르신 돌봄봉사자 모집, 만 13세 이상 가능, 동구노인종합복지관 062-232-4953.
- ▲꿈을 돕는 사람들(광주학당)=한글, 기초반, 초등반, 중등반, 영어기초반, 한문, 컴퓨터 등 수시모집(무료강의), 서방시장 안쪽 관리사무소 옆 062-512-5788, 062-262-1542.
- ▲공군전우회 광주광역시지부 2025년도 정기총회=광주·전남·전북 공군예비역(장교,준사관,부사관,사병,단기사병,퇴직 군무원), 22일 오후 6시 광산구청 앞 화정명갈비 2층 연회장 010-2115-0945.

부음

- ▲조삼순씨 별세, 임호상(취소리기획 대표)씨 모친상=여수 제일병원장례식장 VIP2, 발인 19일 오전 9시. 061-692-4444.