

새 책

▶사랑은 혁명처럼, 혁명은 영화처럼 (오동진 지음)=당대의 영화 평론가 오동진이 최근에 쓴 평론을 모았다. 택시 운전사, 미안해요 리키, 남산의 부장들, 바이스 등 정치적 욕망이 다분한 영화에서부터 내 사랑, 인생 후르츠 같은 대자연의 법칙을 실파한 영화 등 총 74편을 담았다. 이처럼 오동진 평론가는 달관의 경지에 이르렀다는 듯 모든 분야의 영화를 능수능란한 글쓰기로 조망한다. 썰물과밀물. 1만6000원.



▶중학생 뇌가 달라졌다(이홍철·이혜나·이준원 지음)=이 책은 KBS '시사기획 창'이 2019년 전두엽 변화가 급격히 일어나는 중학생을 대상으로 70일간 스마트폰 사용 절제 실험을 한 뒤 자기 조절, 작업 기억 등 전두엽 기능 개선과 정서, 가족 관계에서 일어나는 긍정적인 변화를 기록했다. 또 이 실험을 함께한 이준원 전 덕양중학교 교장의 스마트폰 절제력 키우기 실천 워크북 등도 담겼다. 마더북스. 1만6000원.



▶오늘도 좋아하는 일을 하는 중이야 (안영진 지음)=막막한 미래 때문에 힘든 취준생처럼 저자 또한 몇년 전만 해도 20대 백수였다. 저자는 프로그램 개발자, 승무원, 마케터 등 여러 직업을 거쳐왔지만 1년을 채우지 못하고 퇴사하기 일췌였다. 이에 그는 달리기를 시작했고, 어느덧 풀코스 9회, 250km 사막 마라톤, 철인 3종 완주하기까지 이르렀다. 책에서는 저자가 달리기를 통해 어떻게 위로를 얻었는지 전해주고 있다. 서랍의날씨. 1만4500원.



▶나이들어도 스타일나게 살고 싶다 (소콜라 지음·이진원 옮김)=40대 이후 후독신 생활을 시작, 십여년간 치열하게 살아온 저자의 기록이다. 고된 업무에서 벗어나기 위해 파트타임으로 전환, 일정한 소득과 건강 유지, 집 정리, 금전·시간·건강관리 등이 담겼는데, 일 본에서 출간 두 달 만에 10만부라는 판매고를 올리는 등 많은 이들에게 공감을 사고 있다. 윌렛북스. 1만2000원.



▶태풍이 찾아온 날 (린다 애쉬먼 지음·유태은 그림)=미국의 대표 아동 문학가 린다 애쉬먼이 글을 쓰고, 뉴욕 타임스 '베스트 그림책상', '에즈라 잭 키츠상'을 받은 한국 작가 유태은이 그림을 그린 책이다. 평화로운 어느 섬에 태풍이 찾아오자, 사람과 반려동물, 육지 동물과 바다 동물, 크고 작은 곤충들이 재난에 대비하는 모습을 담았다. 창비. 1만3000원.



▶남남 한식이야기3(문은주, 광기혁 글·그림)=이 책은 한식의 유래를 알려주는 만화로, 이번에 발간된 책이 시리즈의 완결편이다. 한식진흥원의 감수를 받아 신뢰할 수 있는 정보만 담겼는데, 특히 이번 완결편에서는 고기국수와 갈치구이, 오메기떡 등 제주 전통음식이 소개됐다. 스튜디오돌꽃이. 1만2000원. 송은범기자 seb1119@ihalla.com



코로나 시대 서울 밖에서 찾는 새로운 삶

김동복 등 공저 '슬기로운 뉴 로컬생활'

강화에서 제주까지 13편 지역공동체 중심 분투기

전국 228개 시·군·구 10곳 가운데 4곳이 사라질 위기라고 한다. 이런 곳이 2013년 75곳에서 2018년엔 89곳으로 늘었다. 땅 덩어리는 그대로인데 인구가 감소하면 시민 한 사람이 부담해야 할 세금이 증가할 수 밖에 없고 그만큼 소비 어려움도 줄게 된다. 반면 서울 등 수도권 인구는 급증한다. 2019년에는 수도권 인구가 우리나라 전체 인구의 절반을 넘어섰다. 국토의 90%에 가까운 땅을 놔두고 인구의 절반이 10분의 1 밖에 안되는 좁은 곳에 모여다니 아무리 수도권에 자원이 넘쳐난다고 해도 버틸 도리가 있겠나 싶다.

코로나 시국은 우리가 당연하게 여겨온 것들을 돌아보게 하고 있다. 낯선 바이러스의 등장에 속절없이 무너지는 대도시의 생활도 다르지 않다. 새로운 삶의 패러다

임을 요구하는 시대에 그 해답을 서울 밖에서 찾아온 이들이 있다. 새로운사회를여는연구원 기획한 '슬기로운 뉴 로컬생활'에 소개된 사람들이다.

'서울 이외의 지역'인 지방에 번두리란 뜻이 있어 말에서부터 뿌리 깊은 편견이 드러난다는 이유로 '로컬'이란 용어를 택한 이 책엔 김동복 등 아홉 명이 쓴 열세 편의 이야기가 담겼다. 필자들은 지역공동체를 중심으로 분투하고 있는 젊은 혁신가들을 찾아 그들의 목소리를 실어나르고 있다.

'로컬'의 현장은 협력과 연대의 공동체로 섬과 세상을 잇겠다는 강화 청풍 협동조합을 시작으로 제주까지 닿는다. 강화 책방 시점, 시흥 월곶 빌드, 광주 무등산브루어리, 속초 칠성조선소, 순창 방랑싸움, 남원 사회적협동조합 지리산이음, 목포 관창아마루, 군산 로컬라이즈군산, 수원 테퍼퍼&잡지 사이다와 행공동 골목박물관, 대구 북성로 사회혁신 클러스터,



청주 촌스런, 서귀포 솔앤유 독립출판사&어썬 제주다.

무엇인가를 지키고 싶어서, 남들처럼 살고 싶지 않아서 등 저마다 사연을 안고 도전에 나선 이들은 오늘도 언제 어디서 불어올지 모를 바람에 몸을 맡긴 채 항해하고 있다. 이들을 만난 필자들이 지방으로 향하려는 사람들에게 덧붙이는 말이 있다. "내가 발 딛고 선 로컬이 곧 세상의 중심이라는 생각이 필요하다. 그럴 때 로컬의 자원과 가치, 로컬과 사람들의 필요, 또 로컬과 세상의 관계 맺기가 비로소 보이고 가능해질 것이다." 스토어하우스. 2만2000원. 진선희기자 sunny@ihalla.com

생존 욕구가 키워온 영터리 만병통치약

리디아 강 등 '돌팔이 의학의 역사'

링킨은 수은이 들어간 두통약을 복용했다. 햇볕에 거의 노출되지 않았는데도 구릿빛 피부를 지녔던 다윈은 비소 중독을 의심받았다. 히틀러는 맹독 스트리키닌으로 만든 강장제를 수년간 먹었다. 에디슨은 코카인이 들어간 와인을 즐겨 마시며 실험을 했다.

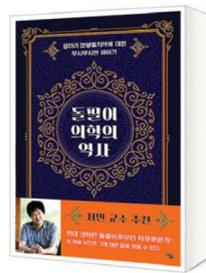
환자가 왜 아픈지 알지 못하고 원인을 안다고 해도 치료법이 없었던 시절에 의사들이 기댈 곳은 온갖 식물이나 기원이 불분명한 민간요법이었다. 보체는 아이에게 야편을 먹이거나, 건강한 외모를 위해 비소를 쓰고, 성욕 증가를 위해 스트리키닌을 먹는 것처럼 말이다.

의대를 졸업하고 전문의 과정을 마친 리디아 강과 역사학자인 네이트 페더슨이 공저한 '돌팔이 의

학의 역사'는 영터리 만병통치약이 걸어온 길을 담았다. 환자를 치료하려는 선의도 있었지만 과학에 대한 무지공매함으로 더 나쁜 치료 결과를 불러온 인류 의학사의 악(惡)의 측면을 살폈다.

인간의 절망을 이용하는 만병통치약들은 수은·비소·라듐과 같은 원소들, 식물과 토양, 소름끼치는 벌레들, 심지어 시체들에서 처방을 가져왔다. 전염병을 막기 위해 진흙을 먹었던 오스만제국 사람부터 검투사의 피를 활아 먹는 고대 로마의 간질 환자까지 그릇된 요법의 배경에는 인간의 생존 욕구가 존재한다. 더 오래 살려는 욕망으로 끓는 기름에 고통을 당하고, 거머리를 몸에 집어넣는 실험적 요법까지 견뎠다.

미국에서는 1906년 순수 식품



의약품법이 생기면서 안전하지 않은 성분이나 불순물을 단속하기 시작했다. 하지만 의학이 발전된 오늘날도 돌팔이들은 영원한 젊음, 완벽한 미모를 원하는 이들의 마음을 파고들며 건강관리와 화장품 산업에 손을 뻗고 있다. 영터리 약들이 효과를 확인하며 떠도는 일화나 이름난 의사들을 들먹인다. 모든 것을 치유하려고 한다면 그것은 최악의 방식이 될 수 있다. 부희령 옮김. 더봄. 2만5000원. 진선희기자

이 책 김중근의 '제주건설사' 증보판

"일제 하찌마끼 도로 실제 확인 안돼"



'제주건설사' 증보판에 실린 1960년대 5·16도로.

김중근 전 제주도 수자원개발사업소장이 '제주건설사'를 냈던 해가 2017년 8월이다. 초판에 대한 호응은 높았지만 그이전 부족한 부분이 보였다. 퇴직 후 뜻하지 않게 얻은 장으로 불편해진 몸에도 공공도서관 등을 찾아 다시 자료를 살피고 꼭 3년 만에 초판보다 150쪽 넘게 늘어난 690쪽 분량의 증보판을 묶었다.

1960년 공직에 입문했고 제주도 개발국장, 건설교통국장 등 40년을 건설직 공무원으로 재직했던 저자는 그 시절에 도로, 교량의 설계와 공사를 직접 감독했다. 그는 이번에 행정기관에서 생산된 자료를 기초로 도로 건설 관련 기록을 바로잡으려 했다. 1982년, 1993년, 2006년 제주도

"1937년 환상선 계획 오인"

5·16도로 개통식 날짜 등 '제주도지' 오류 사례 수정

에서 내놓은 '제주도지(濟州道誌)'를 대표적 오류 사례로 꼽았다. 집념어린 작업 끝에 펴낸 증보판에서 저자는 횡단도로(5·16도로)가 총 연장 44km로 완공됐고 1938년 12월 1일 지방도로 지정되었다고 했다. 5·16도로 개통식 날짜는 1963년 10월 11일로 수정했고, 도로포장은 1945년 광복 시점이 아니라 1961년 이후 이루어졌다고 밝혔다.

특히 '제주도지'에 일제강점기 일본군 20만명을 한라산에 주둔시켜 약 35km '하찌마끼 도로'를 냈다고 했는데 저자는 사실과 다르다고 했다. 조선총독부판보 등을 볼 때 일본군 주둔 병력은 7만5000명이었던 것이다. 1962년 5월 '제주도지'에 게재된 당시 제주도 건설공사의 기고문을 근거로는 지금의 5·16도로를 보수해 이용했고 실제 '하찌마끼 도로'는 개설되지 않았다는 주장을 폈다.

그는 1937년 수립된 도로개발10개년 계획에 담긴 환상선을 '하찌마끼 도로'로 잘못 본 것 같다고 했다. 환상선은 중산간 지대를 한 바퀴(110km) 순환하는 도로로 폭 10m로 신설할 계획이었다. 저자는 "일본군 사단병력이 주둔했던 오름 등에 진지 구축과 물자 수송용 도로를 만들었다는 병사와 노무자들의 증언에 의해 잘못 전해진 것으로 보인다"고 덧붙였다. 5만원. 진선희기자



www.jewwelling.com



해녀영양식 제주해녀들이 직접 만든 해삼몸국



해삼몸국은 이런 분들이 드시면 특히 좋아요!

- 정서적으로 안정되고 집중력이 요구되는 수험생
- 어머니가 차려준 집밥을 그리워하는 혼밥족
- 요즘 들어 부쩍 입맛이 없어하는 연로하신 부모님
- 면역력 높이는 특별 영양식을 선호하는 미식가



해삼몸국은 해녀들이 영양식으로 드시던 비법 그대로 제주전통방식 레시피로 만들었습니다.



해삼몸국의 특징

- 8시간 동안 우려낸 깊고 진한 국물
- 잘 건조된 모자반을 찬 물에 불려 염분을 뺀 몸
- 바다의 인삼으로 불리우는 몸에 좋은 해삼
- 3無 첨가로 안전하고 건강하게 드실 수 있습니다.

조리 방법



전자레인지 조리시

해동 후 전자레인지용 용기에 넣어 전용 덮개 또는 랩을 씌워 약 4분(700W 기준) 데워 드시기 바랍니다. *1KW 기준 3분



냄비 조리 시 (직접 가열 시)

해동 후 개봉하여 냄비 푼베기에 부은 후 약 3~4분간 더 끓여서 드시기 바랍니다. 소금이 되어 있으니 기호에 맞게 양념을 더 넣어 드세요 오래 끓이면 짭 수 있으니 조리시간을 준수하여 주세요



중탕 조리시

해동 후 끓는 물에 제품을 봉지채 그대로 넣고 약 3~4분간 더 끓여서 드시기 바랍니다. * 끓는 물 중탕 조리 시 제품이 터질지 모르니 냄비의 뚜껑을 닫지 마십시오

※ 개인 취향에 따라 '청양고추'와 '대파', '후추'를 넣어 드시면 더 맛있게 드실 수 있습니다.

소비자 상담실 070-4187-9000

제조 판매원 신한에코 제주특별자치도 제주시 죽성서길 7-10