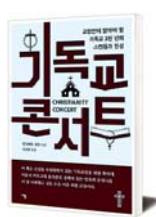


새 책

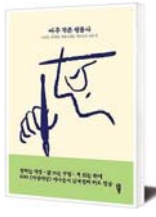
▶기독교 콘서트:교양인이 알아야 할 기독교 2000년의 스캔들과 진실(만프레트 뤼츠 지음, 오공훈 옮김)=항상 알고 싶었지만, 감히 묻기는 두려웠던, 기독교 이야기! 유대교의 작은 종파였던 기독교가 어떻게 세계적인 종교가 됐는지, 어떻게 로마제국을 기독교 제국으로 만들었는지, 무적의 계르만 민족이 어떻게 기독교를 믿는 민족이 됐는지 등을 생생하게 알 수 있다. 더봄. 2만2000원.



▶우주철학서설-어둠의 인식론과 사회철학(손석춘 지음)=“지금까지 철학은 우주를 망각했다”는 명제 아래 새로운 문명의 서들이 될 ‘우주철학’을 제안한다. 인류의 우주적 진실과 삶의 의미를 탐색한 우주철학은 20세기 이래 우주과학의 발전에 근거해 과학적 선행론과 사회인식론을 제대로 실천명령을 제안한다. 철수와영희. 2만원.



▶아주 작은 형용사(김재원 지음)=오랜시간 KBS 아나운서로 활동한 김재원의 에세이집. 냉엄한 현실 속에서 갖가지 상처로 얼룩진 현대인들에게 전하는 특별한 ‘위로집’이다. 책의 모든 주제어는 형용사로 이뤄져 있으며, 보편적 삶 속 깃든 소중한 가치를 진솔하게 풀어내어 여운 깊은 울림을 선사한다. 걷는사람. 1만5000원.



▶아이와 간다면, 캐나다(영어 학원 12년 대신, 캐나다 1년 어학 연수)(박은정 지음)=영어 교육 전문가인 저자가 ‘외국살이 교육 여행’을 준비하면서 접점할 사항들과 2년 동안 아이 교육을 성공적으로 이끌며 터득한 알짜 정보와 알뜰살뜰 노하우를 담았다. 저자는 교육 전문가답게 아이의 정서, 대인관계까지 고려해 교육 여행의 효과를 최대한으로 끌어올렸다. 길벗. 1만8000원.



▶달님이랑 꿈이랑(쓰고 그림 양선)=모두가 잠든 밤, 잠 못 자는 한 아이에게 달님이 찾아온다. 아이는 달님을 따라 베개 속에 사는 꿈을 만나러 간다. 아이는 달님과 함께 꿈이 살 집을 짓는다. 꿈이 살던 어두운 세상은 아름다운 것들로 채워진다. 빈티지한 그림체와 파스한 이야기가 어우러지며 다정한 손길로 꿈을 돌보는 아이의 순수한 마음이 빛나는 그림책. 사계절. 1만3000원.



▶BH 청와대 그 마지막 15일(남궁창성 지음)= 2008년부터 청와대를 출입하고 있는 현직 기자가 문재인 전 대통령 퇴임 전인 2022년 4월 25일부터 윤석열 제20대 대통령이 취임한 5월 10일까지 청와대 마지막 15일과 윤석열 대통령실 하루를 정리한 기록이다. 대통령실이 청와대에서 윤석열로 옮겨가는 시간과 동행하며 신구정권의 갈등과 충돌, 청와대의 마지막 모습을 생생하게 담았다. 선인. 2만3000원.



“좀 더 즐거운 대화 할 수 있게 되길”

이진희의 ‘사실은 이렇게 말하고 싶었어요’

괜찮은 대화법 찾아가는 한 직장인의 변화의 여정

“공감 능력을 타고나지 못했고, 어린 시절을 불안정한 애착 속에서 자랐고, 내향적이고 소심하기까지 하다. 이 점들은 자격지심이 되어 나를 늘 붙잡았다”는 저자는 쉽게 바꿀 수 없는 과거와 성격 대신 대화법을 바꿨다.

그리고 “그 덕분에 자존감이 높다는 게 어떤 느낌인지, 무엇이 공감인지 구체적으로 알게 되었다... 이 살가운 변화를 당신과 하나하나 나누고 싶다”는 마음을 책 ‘사실은 이렇게 말하고 싶었어요’(이진희 지음, 마일스톤 펴냄)에 담았다. 이 책은 말로 누군가에게 상처를 주고 또 상처받기도 하면서 깨달은 경험들에 대한 기록이자 좀 더 괜찮은 대화법을 찾기 위해 여러 번 고민 증인 한 직장인의 이야기다.

덧붙여 출판사는 “마음으론

이게 아닌데 싶지만 상대와의 관계가 어색해질까봐, 행여 그 사람 마음에 상처라도 입힐까봐 누르고 삼켜야 했던 말들을 이제는 솔직하게 할 수 있다는 작은 선언이자 더 이상 내 마음을 아프게 하는 말은 허락하지 않겠다는 다짐이기도 하다”고 책을 소개한다.

‘공감의 대화법을 찾아 나선 소심한 라디오PD의 여정’이라는 부제가 말해주듯 저자 이진희 작家的 직업은 라디오PD다. “진짜 공감을 알고 방송을 만들고 싶어”는 저자가 “대화법을 공부할 이유” 중의 하나다.

책은 크게 5장으로 구성됐다. 1장 ‘내가 하고 싶은 말’ 중 ‘제가 말은 곧잘 하는데요?’ 중에서 저자는 “대화법은 하루아침에 바뀌지 않는다. 하지만 찬찬히 정성을 들이고 꾸준히 애쓰면 매순간 유용하다... 꼭 한 번 해볼 만한 가성비 좋은 노력”이라고 말한다.

2장 ‘공감으로 가는 길’ 중



‘공감에 대한 오해를 풀다’ 중에선 “공감은 상대의 결정, 즉 수단과 방법에 동의하는 것이 아니다. 그런 ‘생각’을 할 만큼 괴롭고 힘든 상대의 느낌을 있는 그대로 받아들여주면 된다”고 피력한다. 이어 작가는 3장에서 본격적으로 비폭력 대화, 4장에서 두려운 대화 상황을 풀어놓는다.

책을 쓰면서 “그 누구보다 나 자신에게 큰 도움이 되었다”는 저자가 에필로그에 남긴 당부인 말을 옮긴다. “대화 속 폭력을 의식하며 평화를 향해 살아가길, 그 누구보다 자기 자신에게 먼저 연민과 공감의 손길을 건네길 기도한다.” 1만6000원. 오은지기자

내 몸에 맞는 맞춤 면역 솔루션 적용

헤더 모데이의 ‘면역의 모든 것’

면역 체계가 하는 일은 생각보다 많다. 내 몸의 면역 체계가 올바르게 작동하느냐에 따라 질병으로 고통받다 죽을지, 건강하게 장수를 누릴지 결정된다고 한다. 면역학자이자 알레르기 전문의인 헤더 모데이는 책 ‘면역의 모든 것’(코리아닷컴 펴냄)에서 “면역 체계가 올바른 방식으로 적절한 시기에 활동하도록 도와려면 사실 아주 조금의 기술만 있으면 된다”고 강조한다. 사람들의 면역 유형을 네 가지로 나누고, 각 유형별로 면역 균형을 회복할 수 있는 맞춤형 면역 처방전을 제공한다.

저자는 “틀어진 면역 체계의

균형을 바로잡으려면 우선 자신의 면역 유형을 알아야 하고, 거기에 맞게 생활 방식을 바꾸어야 한다. 그러면 면역 체계도 점차 정상 궤도로 돌아갈 것”이라고 피력한다. 책에는 자신의 면역 유형(다발성 면역, 판단 오류 면역, 과활동성 면역, 약한 면역)을 확인할 수 있는 간단한 자기진단테스트도 담겼다.

저자가 “면역을 바로잡는 데 중요한 요소들만 뽑아 누구나 어디서든 따라 할 수 있는 형태로 만든 ‘도구상자’라고 소개하며 일독을 권하는 이 책은 크게 두 개의 파트, 11장으로 구성됐다.

저자는 앞부분에서 현대인이



겪고 있는 면역 체계의 위기와 면역 체계의 기본 구조를 살핀 후 네 가지 면역 유형에 관해 이야기한다. 각 면역 유형별 신체 변화를 다룬 실제 사례도 소개하며 독자의 이해를 돕는다. 그리고 면역 불균형을 만드는 요인을 짚고, 틀어진 면역 균형을 맞추는 방법을 제시한다. 최영은 옮김. 1만7000원. 오은지기자

이 책 김선연의 ‘시골 육아’

시골에서 이뤄낸 성장담

두 아이와 떠난 경상북도 상주에서 올해로 시골살이 2년차. 도시 육아의 쓴맛을 본 저자는 20년 차 교사 생활을 잠시 접고 ‘시골 육아’를 택했다. “2일 행복하기 위해 5일 버티는 삶의 반복”인 도시생활에서 피곤하고 힘들때 아이들에게 향하던 짜증. 저자는 “엄마의 감정을 아이들에게 전가해 평생 이고 갈 상처를 주고 싶지 않았다”고 했다.

아이들과 자연 속에서 어울리며 써 내리간 책 ‘시골 육아’(김선연 지음, 봄봄 펴냄)는 시골에서 이뤄낸 아이와 부모의 눈부신 성장담이다.

출판사는 “저자가 경험한 시골 육아란, 아이는 모자람 없이 배우고 부모는 잔소리 없이 우아하게 육아하는, 행복 그 자체다. 그 무해한 순간들을 세세하게 이 책에 담았다”고 소개한다.

저자도 “아이들은 도시에서는 천대받음 잡초 앞에서 쉽게 감탄하며 발걸음을 멈춰 세웠다. 그 경험은 아이들 스스로 그림을 그리게 했고, 책을 읽고 일기를 쓰게 했다. 아이들은 시골의 작은 병설유치원에서 놀이가 자신

들의 발돋움 자연에서 저절로 생태교육하며 마당 밭을 열심히 뛰어놀았다. 매일 행복하다고 말하는 아이들 마당 텃밭에 자기 몫의 씨

를 뿌리고 일구었으며, 매일 매일 행복하다고 말한다”(프롤로그 중)며 시골생활의 일상을 전한다.

책은 크게 5장으로 구성됐다. 1장과 2장에선 ‘아이에게 화풀이하는 내가 싫었다’ ‘휴직서를 쓰고 시골행을 결심하다’ ‘제주, 부산

말고 경상북도 상주’ ‘80년 된 농가에 집을 풀다’ ‘로켓배송, 키즈카페 아무것도 없는 일상’ ‘사계절 한가운데 우리가 산다’ 등을 통해 도시 육아의 쓴맛과 시골생활의 불편함의 미학을 전한다.

3장과 4장은 ‘내 인생의 주인공이 되는 학교’ ‘놀아줘야 한다는 부담이 사라진 주말’ ‘잔소리하지 않아도 스스로 독서’ ‘폭풍과 한파를 즐기는 힘’ ‘텃밭에서 수확하는 삶의 지혜’ 등을 통해 시골학교와 자연의 가르침을 전한다. 마지막 5장은 ‘잉여로운 시골 생활’을 보내고 있는 저자의 이야기다.

다만 저자는 “우리 식구의 시골살이가 누군가의 부러움을 사진 않았으면 좋겠다. 시골 육아가 천만다행하게도 우리 식구에게 잘 맞았을 뿐, 도시 육아의 쓴맛을 달래는 데 시골행이 유일한 정답은 아니”라며 “아이들이 한 살이라도 어릴 때 자연에서 살아보고 싶은 부모들이 참고 정도만 해주기를 바란다”고 말한다. 1만4800원.

오은지기자 eioh@ihalla.com



**제주특별자치도지사**



**오영훈**

**취 축 임**

CONGRATULATIONS

**제주특별자치도교육감**



**김광수**

새로운 제주, 더 나은 제주를 향한 힘찬 출발을 함께 응원합니다!

**자랑스러운 산림조합 조합원 당선인**

**제주특별자치도의회의원**



**김경학**

**제주특별자치도의회의원**



**이상봉**

**제주특별자치도의회의원**



**양용만**

**제주특별자치도의회의원**



**고태민** (조합원 배우자)

**제주특별자치도의회의원**



**김대진**

**제주특별자치도의회의원**



**양병우**

**제주특별자치도의회의원**



**강상수** (조합원 배우자)

**산림조합중앙회 제주지역본부 본부장 한민 외 직원 일동**  
**제주시 산림조합 조합장 김근선 외 조합원 일동**  
**서귀포시 산림조합 조합장 오형욱 외 조합원 일동**

**취 축 임**

CONGRATULATIONS

**제주특별자치도의회의원**



**원화자**

제주특별자치도의회의원 취임을 진심으로 축하드리며 앞날에 무궁한 발전과 더 큰 영광이 함께 하시길 기원합니다.

**제주여자상업고등학교 제12회 동창회**  
회장 양희순 외 회원 일동