

SENIOR **조선**

DECEMBER
2012
VOL.08

멋지게 나이 드는 이들을 위한 섹션 매거진 senior.chosun.com



Theme of the Month
걷기 위해 떠나라



세상의 기대, 모두의 찬사로 증명되다

초고속주행에서도 목소리를 높여 이야기할 필요 없을 정도로 놀라운 정숙성! **동아일보**
 럭셔리 세단답게 편안하지만 차체는 유럽스타일로 탄탄하게 세팅된 기분! **매일경제**
 속도계를 보지 않는다면 속도를 느낄 수 없을 정도로 정숙하다! **서울신문**

TO THE GREATEST **K9**



3.8 GDI 프레스턴트

“이것은
조그마한 소음에도
예민하게 반응하는
성악가 조수미씨가
K9의 정숙성에
감탄한 순간의
표정”

표정이 진실을 말한다

명차의 약속, K9 Only-1 프로그램

* 본 프로그램은 예고요이 변경될 수 있으며 자세한 내용은 홈페이지 및 가까운 지점·대리점으로 문의 바랍니다.

K9 헤드업디스플레이(HUD) 패키지 무상장착

- 대상 : 11월 K9 출고 고객
- 내용 : 헤드업디스플레이 패키지 (23만원) 무상장착 또는 1% 최저금리 할부 (연수율 30% 이상) 중 택 1

K9 고객 사은 프로그램

- 대상 : 11월 K9 출고 고객 (엔트, 리스, 렌서카량 개월회사 임직원 제외)
- 내용 : K9 로마로 최고급 골프백 또는 특 1급 호텔 패키지 이용권 중 택 1

K9 개런티 프로그램

- 대상 : 11월 K9 출고/등록 고객 (엔트, 리스, 렌서카량 개월회사 임직원 제외)
- 내용 : 출고일로부터 30일 내 품질 불만 시 차량 교환 (주행거리 500~1,500km 기준)

www.kia.co.kr
 구입문의 1588-1100

고객센터 및 24시간
 080-200-2000

정부 공인 보증번호 및 등급 ▶

K9 3.8 GDI 자동 변속 : 복합 연비 20.4km/l (도시 연비 24.2km/l, 고속도로 연비 17.7km/l) | CO₂ 배출량 170g/km | 배기량 3.352리터 | 엔진출력 1870kg | 복합 CO₂ 배출량 184g/km - 4등급
 K9 3.8 GDI 자동 변속 : 복합 연비 20.4km/l (도시 연비 24.2km/l, 고속도로 연비 17.7km/l) | 배기량 3.352리터 | 엔진출력 1870kg | 복합 CO₂ 배출량 184g/km - 4등급
 * 복합 연비 : 20.4km/l (도시 연비 24.2km/l, 고속도로 연비 17.7km/l) | 배기량 3.352리터 | 엔진출력 1870kg | 복합 CO₂ 배출량 184g/km - 4등급
 * CO₂ 배출량 : 184g/km (도시 연비 24.2km/l, 고속도로 연비 17.7km/l) | 배기량 3.352리터 | 엔진출력 1870kg | 복합 CO₂ 배출량 184g/km - 4등급
 * CO₂ 배출량 : 184g/km (도시 연비 24.2km/l, 고속도로 연비 17.7km/l) | 배기량 3.352리터 | 엔진출력 1870kg | 복합 CO₂ 배출량 184g/km - 4등급

- 차량의 정숙성으로 얻는 놀라운 기쁨은 이루 말할 수 없다.
- 앞기 시공구입 차량 및 대차량에 따라 다르게 적용됩니다.
- 기타 자세한 내용은 전국 어디서나 동일한 가격과 조건으로 고객님의 신차를 지키겠습니다.

KIA의 신개념 맞춤형 컨설팅 서비스
Smart Q Service
 원격서비스/정비센터/콜센터/Door-to-door/24시간
 (문의처: 02-2000-2000)

inside

VOL.08 DECEMBER 2012 <시니어조선>은 멋지게 나이 드는 이들을 위한 섹션 매거진입니다.



COVER

기아자동차를 대표하는 프리미엄 세단 K9은 기능과 디자인을 절묘하게 결합시킨 자동차다. 첨단 기능에 남성적 디자인을 기미해 자동차의 완성도를 높인 것. 이노디자인 회장이자 세계적인 디자이너인 김영세는 K9을 "내관과 외관이 일관성이 있다. 진취적인 남성의 이미지가 느껴지는 실내 디자인은 차량 외부로 이어진다. 그 정면을 바라보면 당당한 남성의 모습이 연상된다"고 평했다. 사진은 지난 11월 초 인천 송도의 '트라이볼' 앞에서 포즈를 취한 김영세 회장과 K9.

사진 김민재(아트캐머스)

- 06 **GALLERY** 서울의 기억
서울은 어떤 기억이 담긴 공간일까? 1950~60년대 서울의 다양한 모습을 담아낸 사진가 김한용의 작품들을 소개한다.
- 08 **TREKKING** 걷기 위해 떠나라
세계적으로 도보여행을 이끄는 주역이 바로 시니어다. 중장년의 그들이 자신만의 호흡대로 천천히 산길들길을 걷는 이유는 무엇일까.
- 12 **PEOPLE** 꿈꾸는 네 남자, 형제가 되다
이들을 주목하라. '더 하베스트'라는 새로운 공간 안에서 의기투합, 형제라는 이름으로 웃고 우는 네 남자 이야기.
- 14 **MEMORIES** '제비다방'에서 모던보이 이상을 추억하다
여러 편의 작품에서 다방을 배경으로 살아가는 이들의 일상을 그린 이상, 그가 직접 운영한 제비다방과 당대의 남인을 훑쳐본다.
- 15 **DINING** 소중한 이를 위한 12월의 만찬
센스 있는 남편들만 아는 특별한 레스토랑 4곳. 이곳에서라면 낯간지러운 이벤트 없이도 아내를 미소 짓게 할 수 있다.
- 16 **THANKS TO** 그분에게 드리고픈 선물
한 해를 마무리하는 12월, 늘 그렇듯 올해도 누군가에게 마음을 보냈다. 각계 명사들이 그 누군가에게 전한 감사의 인사.
- 18 **BOW TIE** 고이 매어 나빌레라
남자가 최고로 멋진 순간, 바로 그때를 위해 존재하는 아이템 보타이. 올 연말은 보타이로 매력을 발산해보는 건 어떨까?
- 19 **MUST-KNOW** 당신의 면도는 안녕하십니까?
사춘기 이후 거의 매일같이 하는 면도, 그 면도에 대해 얼마나 알고 있나? 어쩌면 아직까지 모를 수도 있는 7가지 면도 상식.
- 20 **THIS CAR** K9, 그리고 디자이너 김영세
기아자동차를 대표하는 프리미엄 세단 K9, 자동차에도 일가견이 있는 세계적인 디자이너 김영세가 바라본 K9의 매력.
- 22 **HEALTH** 아직도 위안을 두려워하는가?
우리나라 성인 남성이 가장 잘 걸리는 암, 서울아산병원 위장관외과와 길병식 교수와 위암에 대해 우리가 궁금해하는 것들을 이야기했다.
- 23 **FINANCE** 집 크기 줄이지 마세요
다수의 시니어들이 자녀의 교육이나 결혼에 신경 쓰느라 제대로 노후대비를 하지 못한 게 현실. 주택이자 없다면 자금 확보는 더 어렵다.
- 24 **COMMUNITY** 어려운 이웃 돕는 게릴라 봉사단
시니어 봉사클럽 '게릴라 봉사단'. 봉사는 남이 아닌 자신을 돕는 것이라고 굳게 믿는 이들을 만나보자.
- 26 **INFOPACK** 눈에 띄는 12월 아이템
제너스포르츠의 스키 재킷과 벨루티의 지갑, 피아제와 바쉐론 콘스탄틴의 시계들... 올겨울을 따뜻하게 해줄 몇 가지 아이템.
- 27 **CULTURE** 이달의 문화
알찬 연말을 위한 문화소식. 반 고흐 전시, 유역화의 새 영화, 오페라의 유령 내한 공연, 그리고 중년 남성에게 필요한 책까지 한가득.

PUBLISHER
시니어조선
발행인 양근만 yangkm@chosun.com
방정오 cbang@chosun.com

CO-PUBLISHER
시니어파트너즈
대표 박은경 maypark@yourstage.com
상무 김형래 hr.kim@yourstage.com
팀장 전영선 ys.chun@yourstage.com

EDITORIAL & ART
편집장 정지현 toctoc@chosun.com
선임기자 박소란 psr@chosun.com
객원기자 노준형 jh.roh@yourstage.com
박철진 soook49@naver.com
남미영 willena@chosun.com

포토그래퍼 C 영상미디어
디자인 별디자인
미술교정 김경애 aesiwon@naver.com
교열 최귀열 aroma1510@naver.com

ADVERTISING
부장 박정훈 jpjh@chosun.com
차장 양훈식 huns@chosun.com

MARKETING
팀장 정하나 hana@chosun.com
대리 흥은애 bhong@chosun.com

ONLINE
부장 이재훈 jacopas@chosun.com
기자 박준현 pjh81@chosun.com
웹에디터 문형경 ellira@chosun.com

INFORMATION
취재 편집 02-724-7868
광고마케팅 02-724-7886
재무 02-724-7864
대표 메일 senior@chosun.com
트위터 @seniorchosun
페이스북 www.facebook.com/seniorchosun

창간일 2012년 4월 25일
발행일 매월 넷째 주 수요일
등록번호 서울 다10391
등록일자 2012년 3월 19일
발행소 서울특별시 중구 세종대로21길 30
인쇄 (주)타라티피에스
출력 아이엔지프로세스

※ <시니어조선>은 서울 강남구, 서초구, 송파구, 목동, 여의도, 한남동, 동부이촌동, 원효로, 한강로, 명동, 남대문로, 무교동, 공덕동, 서교동, 디지털단지, 경기 분당, 과천, 일산, 영통, 기흥 등 수도권 프리미엄 지역 및 오피스 밀집지역 조선일보 독자들에게 배포됩니다.

※ 본 매거진은 저작권법에 따라 보호받는 저작물이므로 무단 전재와 무단 복제를 금지하며, 본 자료의 전부 또는 일부를 이용하시려면 반드시 <시니어조선>의 서면 동의를 받으셔야 합니다.

휴가의 모든 것이 포함되어 있는 프리미엄 올 인클루시브, 클럽메드

[지정일 특가] 발리, 푸켓, 빈탄, 말레이시아 체러팅 - 성인 129만원 부터

지정 출발일에 대한 자세한 사항은 클럽메드 예약과 및 홈페이지를 통해 확인 가능합니다.
본 상품은 12월 ~ 2월 출발 한정 판매 상품으로 조기 마감될 수 있습니다.

클럽메드 프리미엄 올 인클루시브 패키지

	+		+		+		+		+		+	
왕복 항공권 공항 픽업 서비스		타입별로 제공되는 다양한 객실		1일 3식의 다채로운 레스토랑		오픈바에서 즐기는 무료 음료와 주류		어린이를 위한 연령별 키즈 클럽		스포츠 및 레저 액티비티 G.O 강습		매일 밤 나이트 엔터테인먼트

02-3452-0123
www.clubmed.co.kr

Club Med
WHERE HAPPINESS MEANS THE WORLD



GALLERY



1950s 남대문로 한국은행 본점 앞 로터리

옛 통화백화점 옥상, 지금의 신세계백화점 자리에서 찍은 사진이다. 좌측에는 한국은행과 상업은행이, 우측에는 우체국이 있었다. 중앙의 도로와 로터리가 잘 보이는 위치를 찾아 촬영했다. 지금은 이 로터리에 큰 분수대와 조각작품들이 자리를 잡고 있다. 1950년대 서울 시가지의 모습이 한눈에 보이는 사진이다.

1960s 명동 입구 미도파백화점

명동 입구 건너편에는 미도파백화점이 있었다. 지금은 롯데백화점이 자리하고 있다. 이 사진은 사진을 열정적으로 찍던 30대 때, 눈이 오는 거리 풍경을 담기 위해 해마다 촬영한 것이다. 백화점 앞으로 1950, 60년대에 활발하게 운행했던 전차가 달리고 있다.



1950s 덕수궁스케이트장

대한문에서 덕수궁으로 들어가면, 오른쪽에 자그마한 연못이 있었다. 겨울이 되면 이 연못에 얼음이 얼어 훌륭한 스케이트장으로 변신했다. 아이들은 이곳에서 스케이트를 타며 겨울을 만끽했다. 요즘은 겨울이 되면 서울 시청 광장에 현대식 시설을 완비한 스케이트장이 들어선다. 참으로 불편함이 없는 시설이라고 할 수 있다. 배경에 보이는 건물은 옛 서울시청이다.

김한용 사진가는 1924년 평안남도에서 태어나 1946년 월남, 1947년 국제보도연맹에 사진가자로 입사했다. 한국전쟁이 발발하자 중군에 서북전선을 취재하기도 했으며 전쟁 후에는 부산에서 사진가자로 활동했다. 이후 1960~70년대 광고와 영화 스틸을 촬영하며 상업 사진계에 공적한 족적을 남겼다.

2012 서울사진축제

올해로 3회째를 맞는 서울사진축제는 '마을 공동체와 사진 아카이브'를 내용으로 사진의 사회적 기능과 실천을 위한 새로운 가능성을 모색하는 자리다. 특히 올해는 '천 개의 마을, 천 개의 기억'을 주제로, 전문 사진가들을 비롯한 시민과 전국의 네티즌들이 촬영하고 수집한 사진들이 대거 집결해 한층 풍성한 볼거리를 선사한다. 잊혀진 서울의 과거를 엿볼 수 있는 이번 전시는 12월 30일까지 서울시립미술관 본관과 서울시청사, 서울역사박물관에서 만날 수 있다. 아울러 서울사진축제 기간에 맞춰 서울시립미술관에서 진행되는 사진인문학 강좌도 눈여겨볼 만하다. 인문사회학자와 사진이론가, 예술비평가의 강연으로 구성되며 기억을 구축하는 이미지로서 사진이 갖는 의미를 새롭게 고찰할 수 있다. 전시와 강좌는 모두 무료다. 문의 070-8240-9902



1950s 남대문로 한국은행 본점 앞 로터리

전차, 버스, 자동차 등이 교차하는 복잡한 사거리에서 교통 정리를 하는 교통순경이 분주해 보인다. 강한 저녁 햇빛에 그림자가 눈에 띄어 촬영을 했다. 당시에 항상 카메라를 메고 다니며 언제든지 촬영할 거리가 눈에 띄면 사진을 찍곤 했었다.

서울의 기억

우리에게 서울은 어떤 기억이 담긴 공간일까.

2012 서울사진축제 출품작 가운데,

1950년대와 60년대 한국 사회의 다양한 모습을 담아낸

사진가 김한용의 작품들을 소개한다.

사진에 관한 각각의 설명은 이번 서울사진축제를 위해

김한용 작가가 직접 작성한 것이다.



1960s 종로 아카데미 극장

이 시기의 구경거리는 TV보다는 영화였다. TV가 집집마다 구비되어 있지 않았기 때문이다. 1950, 60년대의 휴일에는 영화를 보러 나가는 것이 흔한 모습이었다. 나 역시 그 시절 영화를 보러 다니던 추억이 남아 있다. 종로 아카데미극장 앞에서 영화를 보러 들어가기 전에 촬영한 사진이다.

OD Musical Company, CJ E&M present

브로드웨이 뮤지컬 역사상 가장 아름다운 스릴러

뮤지컬 지킬 앤 하이드

최고의 작품을 만날 수 있는 단 5주간의 특별공연



최고가 최고를 만나다!

대한민국 예술의 메카 예술의 전당이 2013년 개관 25주년을 기념해 선택한 뮤지컬 지킬앤하이드. 최고의 극장에서 최고의 작품을 만날 수 있는 기회는 단 5주!

한국 뮤지컬 불멸의 신화, 뮤지컬 지킬앤하이드!

예매처 서버다운, 전화매진/전화기립 박수, 90% 이상의 유료 객석 점유율 등 공연 때마다 한국 뮤지컬 공연 기록을 새롭게 만들어가는 뮤지컬 지킬앤하이드가 2013년 다시 한국 뮤지컬의 기록을 다시 쓴다!

브로드웨이 뮤지컬 역사상 가장 아름다운 스릴러!

1997년 브로드웨이 초연된 이후 2012년 다시 리바이벌 되었고, 독일, 일본, 영국, 벨기에, 덴마크, 러시아, 스웨덴 등 세계 여러 나라에서 성공을 거둔 뮤지컬 지킬앤하이드! 2004년 한국 초연 이후, 최고의 배우들에게만 허락한 단 하나의 무대가 2013년 예술의 전당 오페라 하우스에서 펼쳐진다.

예술의전당 오페라극장 2013년 1월 8일~2월 9일

기획/제작 OD 오디뮤지컬컴퍼니 CJ E&M 주관 오픈리뷰(주) 협찬 LOUNGE 후원 KIBO 예술보증금

문의 오픈리뷰 1588-5212 예술의전당 (02)580-1300 예매처 오픈리뷰 인터파크 옥션 yes24

Conceived by for the stage by Steve Cuden & Frank Wildhorn | Book and Lyrics by Leslie Bricusse | Music by Frank Wildhorn | Orchestration by Kim Scharnberg
Arrangement by Jason Howland | Directed by David Swan

TREKKING



걷기 위해 떠나라

시간을 소비만 할 것이 아니라 자신에게 선물해 보는 것은 어떨까. ‘살아왔다’는 감각보다 ‘살아냈다’는 씩씩함이 느껴지는 기분을 떨치고 인생의 후반전을 제대로 맞이하기 위해서 말이다. 여태껏 세상이 요구하는 삶을 수동적으로 살아왔다면 인생의 중반을 지나는 지금부터는

자신이 진정으로 원하는 삶을 능동적으로 살아가야하지 않겠는가. 지금이 바로 당신이 떠나 볼 차례이다.

분주한 일상의 삶을 잠시 벗어나 길을 걷는 데 몰두하다보면 자기 안에서 변화를 위한 공간이 열리는 것을 느낄 수 있을 것이다.

떠나라 그리고 내면의 외침에 귀기울여 보라.

“인생의 아침 프로그램에 따라 인생의 오후를 살 수는 없다. 아침에는 위대했던 것들이 오후에는 보잘것없어지고, 아침에 진리였던 것이 오후에는 거짓이 될 수 있기 때문이다”라고 심리학자 칼 융은 말했다. 10대나 20대 때 세운 계획이나 마음가짐으로 인생의 후반전을 살아서는 안 된다는 것이다. 패러다임이 그 사이에 바뀌고, 자신의 삶의 이유와 목적이 바뀌고, 세상이 가만히 멈추어 서서 기다려 주지 않기 때문이다. 이렇다보니 인생의 오전과 오후를 가르는 시기인 40대는 이런저런 고민이 많은 때이다. 인생을 살면서 혁명이 필요한 시기이자 가장 큰 변화가 필요한 시점인 것이다.

인생의 절반 정도를 살아왔으니 이제 삶의 방식을 바꾸어야 한다. 축구에서도 전반전과 후반전의 전략이 달라야 이길 수 있듯 인생도 그와 마찬가지로. 인생의 전반전은 총력전이었다면 후반전은 유연한 사고의 기술전이 되어야 한다. 그러나 전반기와 후반기를 정확하게 구분해서 그에 따라 삶을 사는 사람이 얼마나 되겠는가. 일반적으로 생활 속에서 스스로 변화에 대한 필요성을 감지하고, 어떤 모습으로 어떻게 살아야 할 것인지 고민하게 된다. 기억하라. 인생은 무조건 빨리 가야 하는 경주가 아니며, 무조건 수익을 남겨야 하는 비즈니스도 아니다. 인생은 여정이다. 그렇기 때문에 그러한 여정에서 우리는 무엇보다도 우리 자신을 만나야 한다. 자신을 만나기 위해서는 용감해야 한다. 복잡한 세상과 작별할 줄 아는 용기와 지혜와 결단력이 필요하다. 그러나 우리는 무엇을 해야 한다는 강박관념 때문에 지금 이 순간을 즐기거나 누리지 못한다. 그래서 마음을 비우는 것이 필요하고, 속도를 늦추고 한 템포 느리게 살아가는 것이 필요한 것이다.

“여러 가지 감미로운 공상들이 나의 동행이 되어주고 있었다. 내 뜨거운 상상력이 내게 이처럼 멋진 공상들을 안겨준 적은 한 번도 없었다. 나는 한 번도 이렇게 많은 생각



을 해본 적이 없었으며 이렇게 뿌듯하게 존재하고 살아본 적이 없었다. 나는 그때 혼자 걸어가면서 했던 생각들과 존재들 속에서만큼 나 자신이었던 적은 한 번도 없었다”라며 장 자크 루소는 걷기에 대해 예찬했다.

사람들은 때때로 현실에서 벗어나 자신을 찾아 떠나고 싶은 마음이 생긴다. 걷기는 사물들의 본래 의미와 가치를 새로이 일깨워주는 인식의 한 방식이며 세상의 제 맛을 찾아 즐기 위한 수단이다. 따라서 걷기 여행을 떠날 때에는 일정이 너무 촉박하지 않고, 여유로운 마음으로 가는 것이 좋다. 최대한 시간 내에 주파하고자 서두를 필요도 없으며 자신에게 알맞은 속도로 천천히 걷는 시간을 갖도록 하라.

보행자에게 왜 고독이 절대적으로 필요한 것인가. 걸어서 여행하는 사람은 누구에게 무엇을 보고해야 할 의무 같은 것은 없는 자유인이다. 그야말로 기회와 가능성의 인간이요 흘러가는 시간의 예술. 길을 따라가며 수많은 발견을 축적하는 변화무쌍한 상황의 나그네다. 이러한 걷는 맛을 제대로 즐기려면 혼자여야 한다. 순례가 좋은 이유 중 하나는 익숙한 것에서 한동안 떨어져 지낼 수 있는 시간이라는 점이다. 걷기 여행을 통해 삶의 속도를 늦추어 자기 성찰이라는 내면의 연금술을 부려보는 것은 어떨까.

가도 가도 아무도 없으니
이 길은 무인(無人)의 길이다.
그래서 나 혼자 걸어간다.

꽃도 피어있구나.
친구인 양 이웃인 양 있구나.
참으로 아름다운 꽃의 생태여.

길은 막무가내로 자꾸만 간다.
쉬어가고 싶으나
설레도 별로 없구나.

하염없이 가니
차차 배가 고파온다.
그래서 음식을 찾지마는
가도 가도 무인지경이니
나는 어떻게 할 것인가?

한참 가다가 보니
마을이 아득하게 보여온다.
아름답게 보여진다.

나는 더없는 기쁨으로
걸음을 빨리빨리 걷는다.
이 길을 가는 행복함이어.

떠나기 전 자문하라

- ◆ 내 인생의 최우선 목적은 무엇인가?
- ◆ 나는 그 목적을 이루기 위해 얼마나 의식적으로 노력하고 있는가?
- ◆ 목표를 이루기 위한 올바른 방향을 어느 정도 알고 있는가?
- ◆ 바쁜 일상을 잠시 쉬어 가고 싶다는 소망을 언제 처음 깨달았는가?
- ◆ 변화가 일어나지 못하게 막는 장애물은 무엇인가?



콘텐츠 크리에이터 정진홍 내려놓아야 들어올릴 수 있다

인문학적 깊이와 날카로운 통찰력으로 대한민국 리더들을 감동시키는 정진홍, 일간지 논설위원, 여러 권의 인문학 서적을 쓴 저자, TV 방송 진행자로 삶을 중형무진 누비던 그가 어느 날 일상에 '정지' 버튼을 눌렀다. 그리고 지난 4월, 배낭을 꾸려 산티아고로 향했다. 47일간의 도보 여행을 통해 그가 얻은 것은 무엇일까.

10년 전이었다. "직(職)으로 삶을 마감할래 아니면 업(業)으로 삶을 다시 살래?"라고 자문한 뒤 안정적인 대학교수직을 버리고 콘텐츠 크리에이터로서의 새로운 도전을 시작한 것은, 그리고 10년 후 어느 날, 그의 마음속에서 또 다시 본능이 그를 일깨웠다. 객관적으로 평가하자면 성공이라는 범주에 포함되는 삶이었지만, 정신과 마음에 비계가 낀 채 안락한 소파에 앉아 있는 듯한 느낌이 들었다. 이런 기분을 털어내고 싶었다. 그래서 그는 산티아고 도보 순례길로 향했다.

"비행기를 타고 가는데 스크린에 '현재 항속 900km/h' 라는 문구가 나타났다. 비행기로 1시간이면 가는 거리를 나는 왜 한 달 넘게 걸어가려는 걸까. 내가 산티아고 가는 길 900여km를 걸은 것은 다름아닌 '마음 감전'이었다. 사람들은 나이가 들수록 건강을 챙기고 매년 정기적으로 건강 검진을 받으면서도 마음 감전을 받을 생각은 안한다. 앞으로의 10년, 그 이상의 미래를 나아가려면 당시 나에겐 마음 감전이 필요했다."

떠나기 전 우리나라에도 좋은 길이 많은데 굳이 해외로 가야 하느냐, 산티아고는 이미 많은 사람이 다녀왔는데 왜 하필 그곳이라는 반응을 보이는 이들도 많았다. 그렇지만, 그는 말도 안 통하는 낯선 곳에서 자신을 오롯이 마주하고 싶었다. 여차하면 집으로 쉽게 되돌아올 수 있는 여지를 남겨두지 않고, 치열하게 분투하며 살아온 지난 시간을 되돌아보고자 했던 것이다. 길을 걸다보면 자기 인생을 마주할 수밖에 없고, 걸으면서 그동안은 피해왔던 일들을 생각하고, 따돌리고, 자신을 돌아보게 된다고 한다. 그런데, 과연 그렇기만 할까? 걷고, 먹고, 자는 패턴이 반복되면서 그 자체의 매너리즘에 빠질 수도 있지 않겠는가.

"산티아고 한 번 걸었다고 사람이 바뀌겠나. 물론 그렇지 않다. 산티아고 길을 걷는다는 건 자기를 확인하는 것이라고 생각한다. 도보 여행을 떠나기에 앞서 길게는 1년 전, 아니면 몇 개월 전부터 체력을 단련하는 경우가 많다. 그러나 산티아고는 육체적으로 준비해서 가는 길이 아니다. 무작정 걷기 전에 삶을 정면으로 직면하는 게 필요하다. 살아온 게 달랐기 때문에 같은 길을 걸어도 얻고 느끼는 것은 다르다. 열심히 살아온 사람이라면 그 길에서 더 많은 것을 얻을 수 있다."

그는 산티아고에 가는 동안 고독과 극한으로 스스로를 내몰았다. 새벽에 숙소를 나서서 길을 걷다가 오후에 숙소에 가서 쉬고, 다음날 새벽 다시 길을 나서는 정형화된 형식을 따르지 않았다. 방향을 안내하는 노란 화살표만 믿고 헤드램프로 앞길을 비추며 야간 산행을

감행했고, 눈보라치는 피레네 산에서 추위에 떨며 동트는 새벽을 맞이하기도 했다. 이는 의도하거나 계획했던 것이 아니라 선택의 결과였다. '산티아고로 간다'는 것 외에는 정해놓은 바가 없었기에 그때그때 마음이 내키는 대로 따랐고, 예상치 못한 상황을 마주할 때의 감동은 배가 되었다.

"페르톤 고개에서 동이 트는 것을 기다릴 때에는 마치 땅속으로 꺼져버릴 듯 추웠다. 온 몸이 얼어붙고 핏속까지 얼어버릴 것 같은 추위에 떨며 '이 밤에 내가 미쳤구나'라는 말이 절로 나왔다. 그러나 그곳에서 점점 날이 밝아지는 새벽을 맞는 순간, 그 느낌을 잊을 수가 없다. 자기를 가장 옥죄는 것은 자기 자신이다. 나 역시 그랬다. 지난 시간 동안 스스로를 몰아세우듯 살아왔기에 지금의 내가 존재하는 것이지만, 한편 그런 자신에게 연민이 느껴지며 울컥 눈물이 났다." 그가 글로도 썼듯 살면서 웃는 것 못지않게 우는 것도 필요하다. 그러나 어른이 되면, 게다가 남자의 경우에는 더욱이 울 곳을 못 찾아 자기 안의 눈물을 감추고 있지만, 때로 그것을 쏟아내야 한다는 것. 이번 걷기 여행에서 그는 많이 울었다고 한다. 그 동안 내면에 쌓여있던 '속편같은 눈물'이었던단. 얼마나 후련했을까.

도보 여행은 이처럼 자신의 바닥까지 모두 드러내 보이는 시간을 가지는 데에 의미가 있다. 따라서 그는 여럿이 함께 가기 보다는 혼자 걷는 것을 권한다. 혼자여서 외롭고 힘들기도 했지만, 그 이상으로 자기 자신을, 자신의 삶을 더 볼 수 있는 시간을 가지게 된다고. 이렇게 산티아고로 가는 길을 정착하게 걸어내면(중간에 택시 타지 않고) 대단한 철학자가 아닌 그 누구라도 자신을 돌아보는 경험을 하게 될 것이다.

"예외 없이 누구나 늙는다. 하지만 그것은 결코 슬퍼할 일만은 아니다. 담담한 늙음은 때로 젊음보다 멋지다. 그 담담하게 늙어가는 것이 곧 삶 아니겠는가. 멋지게 나이든다는 건 결국 자기다워지는 것, 그 사람다워지는 것이다. 산티아고를 걸으면서 내 삶의 마음 발을 깊이 찼다. 씨앗을 뿌리려면 발을 갈아엎어야 하듯 인생의 발고랑을 갈아엎은 것이 바로 이 길이다. 900km라는 길을 걸은 것은 인생이 싫어서도 아니고, 극기 훈련 삼아 간 것도 아니고, 도전하기 위해 간 것도 아니다. 원가 다시하고 싶어서 걸은 거다. 같은 글을 쓰더라도 이전에 비해 더 새롭게, 더 깊이 있게 할 수 있는 마음으로 말이다."

이번 걷기 여행으로 그는 새로이 삶을 리셋(Reset)했다. 그러나 언젠가 그의 삶에 다시 비계가 끼고, 삶이 안락한 소파처럼 되면 주저없이 또 떠날 것이다.



사진 이경호(C. 황성미)

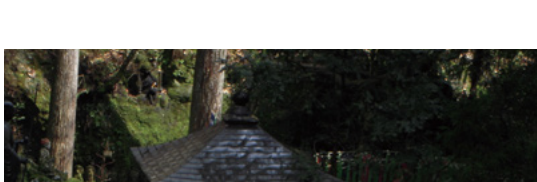
도보 여행가 김효선이 추천하는 걸어볼 만한 길5

세계적으로 도보여행을 이끄는 주역이 바로 시니어다. 고속도로나 고속철도를 이용하는 여행대신 그들의 호흡대로 천천히 구부러진 산길 들길을 걷는 이유는 무엇일까. '빠름 빠름 빠름'을 외치며 속도전으로 치닫는 21세기를 살아가고 있지만 우리의 몸은 여전히 아날로그적인 감성을 추구한다. 세계 여러 나라의 은퇴자들이 가장 가고 싶어 하는 곳들을 위주로, 무엇보다 안전하고 그리고 인문의 역사와 대자연의 아름다움을 즐길 수 있는 길을 소개한다.



전주의 아름다운 순례길

전주의 한옥마을에서 전통성당을 지나고 완주 송광사, 김대건 신부가 머문 나바위 성지, 병인박해 때 순교한 10인의 순교자가 묻힌 천호성지, 익산의 미륵사지, 김제의 금산사를 둘러보며 만경강과 김제의 너른 들만을 따라 걷기도 하는 240km, 9박 10일간의 코스이다. 2009년 10월 전라북도의 유교, 불교, 원불교, 개신교, 천주교, 민족종교가 모여 소통을 위해 함께 만들어 가는 길로 선포를 하여 출발한 길이다. 2010년 문화재청이 이야기가 있는 문화유산의 길로 지정했다. 종교를 떠나 걷기를 좋아하는 모든 이들이 걸으며 전복의 아름다움을 재발견하게 될 것이다.



시코쿠 88사찰 순례길

일본의 큰 섬 4곳 중 가장 작은 섬인 시코쿠, 그곳 88개의 불교사찰을 따라 걷는 순례길이다. 시코쿠는 4개의 현으로 되어있으며 제주도의 10배 크기이다. 1번이 시작되는 발심의 도장 도쿠시마(옛 이와국), 24번이 시작되는 수행의 도장 고치현(옛 도사국), 40번이 시작되는 보리의 도장 에히메현(옛 이요국), 마지막 88번 사찰이 있는 열반의 도장 가가와현(옛 사누키국)이다. 일본의 불교는 백제와 신라로부터 전해져 시코쿠에 흩어진 여러 절들을 9세기 코우보대사가 정비하고 새로 개원하며 88개를 선정, 영지로 정하며 시작되었다. 순례자들은 환우에 식거를 쓰고 지팡이를 짚으며 순례를 한다. 시코쿠의 주민들이 집 앞을 지나는 순례자에게 오세타이로 차나 과일, 떡, 우동 등을 접대하는 따뜻한 풍습이 있다. **한 마디** 완주기간 45일 이상(1국을 일주일씩 나누어 해도 좋다).



스웨덴 쿡스레덴

북유럽 스웨덴의 가장 북쪽에 위치한 아비스코에서 출발, 라플란드를 지나 남쪽 해마반으로 이어진 430km의 여행지대를 걸어가는 길이다. 유럽의 마지막 야생지대로 불리며 소수민족인 사미와 순록들을 만날 수 있는 대자연 속의 트레일 코스. 유네스코 세계유산의 자연 유산과 문화 유산으로 지정된 지역이다. 눈지대에는 자작나무로, 강과 사뱃물은 철재다리로, 호수는 보트로 길을 이어놓았다. 텐트를 가지고 갈 수도 있으나 구간마다 통나무집과 대피소가 있으며 가끔 자작나무를 태워 사우나를 즐기는 시설도 있다. 북유럽의 혹독한 추위로 이 길을 걷는 기간은 짧다. 이르면 5월에서 늦으면 10월까지이다. **한 마디** 여행편의 시설 편하다. 길은 원만하여 유럽에서 온 50~70대가 많이 걷는다. 통신과 전기가 공급되지 않는 지역도 많다. 4구간으로 나뉘져 있어서, 보통 구간별 여행을 한다. 한 번에 완주하려면 26일 정도 소요된다.

미국 존 뮤어 트레일

탐험가이자 환경운동가이며 시메라클립의 창시자인 존 뮤어의 이름이 붙여진 트레일 코스이다. 캘리포니아주 요세미티 계곡에서 휘트니산까지 계곡과 호수 그리고 해발 3000~4000 미터의 고산지대 시메라네바다지역을 오르내리며 358km 거리를 하루 평균 16~19km 걸어 약 20일이 소요되는 대장정이다. 시메라클립에 의해 1938년 완성된 길이고 1984년 세계 자연유산으로 지정되었다. 이 길이 특별한 이유는 자연보호를 위해 1년에 600명만 갈 수 있으며 신청자는 구간별 날짜를 신청하고 허가를 받아야 한다. 생존에 필요한 모든 짐을 꾸려 가야하니 전 구간을 20여일에 걸쳐 가야한다면 식량을 나눠 구간별 통과지역으로 보내 공급을 받아야 한다. **한 마디** 도보여행 최상급으로 철저한 훈련과 준비가 되어야 갈 수 있다. 완주 기간은 20일 정도.



배낭 안, 무엇을 챙겨야 하나

배낭은 가능한 가볍게 하는 것이 좋다. 짐을 메고 걸어야하면 무릎과 발이 그 충격을 흡수하게 되므로 필요 이상을 가져갈 경우 가장 먼저 부상을 입기 쉬운 부위도 무릎과 발이다. 가볍고, 부피가 작은 것, 무게 쉽게 닦아내거나 배설시킬 수 있는 것, 세탁이 쉽고 빨리 마르는 것 위주로 준비해야 한다. 이를 기본으로 도보 여행의 필수 아이템을 꼽아본다.

양말 걸어다니는 와중에도 종종 양말을 갈아 신고 발을 마시게할 수 있도록 여러 커파를 챙기는 것이 좋다.

워킹슈즈 발목을 든든하게 지탱해주고, 통기가 잘 되며, 가벼운 것이어야 한다. 겨울철에 여행할 경우에는 방수 기능이 있는 것을 고려도록. **샌들** 부츠를 말리고 통풍시키는 동안 신을 샌들이나 가벼운 신발을 구비해라. **플리스** 가벼운 플리스 소재의 의류는 아주 유용하다. 한겨울에 여행할 계획이라면 영하의 기온에서 버틸 수 있도록 보온성이 좋은 의류와 침낭을 갖춰야 한다 특히 지대가 높은 곳에서는 눈이 오고 얼음이 얼 수 있음을 주의할 것. **방수** 기능 번덕스러운 날씨에 대비하기 위해 방수 및 방풍 재킷과 바지를 준비하라.

몸 전체와 배낭까지 덮을 수 있는 비닐 우의도 유용한 아이템. **수면용 매트** 편한히 누워 별을 구경하는 자유를 만끽하고 싶다면 아주 유용하다. 특히 성수기에는 수면용 매트가 더 절실한데, 수면용 매트만 있다면 어디서든 침실이 될 수 있다. **물통** 배낭에 넣고 빠기 힘든 1리터 물통 하나보다 1/2리터 물통 두 개를 가져가는 것이 편리하다. 도보 여행에서 물은 생명수나 다름없다. 연구에 따르면 하루에 최소 2리터의 물을 마실 경우 오랜 도보 여행에 따르는 피로와 물집, 기타 여러 증상을 현저히 줄이고 탈수도 예방한다고 한다.

PEOPLE

꿈꾸는 네 남자, 형제가 되다

남자에게 형제란 인생의 험난한 길을 함께 행군하는 전우와 같다.
지금 당신 곁에는 군장을 대신 짊어져줄 형제가 있는가?
누군가의 얼굴이 펴뜩 떠오르지 않는다면
형제라는 이름으로 새로운 길을 나선 네 남자, 이들을 주목하라.



‘더 하베스트’의 공동대표 이승현, 배영민, 일대일, 이승준 씨(왼쪽부터).



사형제가 세상에 출사표를 던진 건 지난해 12월, 종로구 계동에 정통 황해도한정식전문점 ‘더 하베스트’의 문을 열면서다. 더 하베스트라는 하나의 공간 안에서 사나이답게 의기투합한 것, 각자 역할도 명확하다. 만형 이승준 씨는 황해도 전통요리 연구가인 어머니에게 배운 요리 솜씨로 주방을 책임지고 둘째 이승현 씨는 재무를 담당한다. 셋째 일대일 씨는 재고 운영, 막내 배영민 씨는 기획 및 디자인이 주 업무다. 이름의 돌림자를 보고도 짐작하겠지만, 승준 씨와 승현 씨만 친형제이고 대일 씨와 영민 씨는 사회생활을 하며 만난 친구 사이다. 그러나 이들은 모두 서로를 악착같이 형제라 칭한다.

30초, 형제가 되는데 필요한 시간

이들의 인연은 그리 오래전에 시작된 것은 아니다. 승준 씨와 대일 씨는 2003년 ‘붉은악마’ 응원 활동을 통해 안면을 익혔고, 승현 씨와 영민 씨는 2005년 영화 제작 일을 함께 하며 친해졌다. 이후 이들 넷은 곧잘 어울려 다녔다. 대부분의 남자들이 그렇듯, 수시로 만나 밥 먹고 술 마시고 하면서, 그러다 2년 전 우연히 ‘일이 터졌다. 승현 씨의 설명, “그랜드민트페스티벌(GMF)”이라는 음악축제가 있어요, 재미 삼아 저기 부스를 하나 열어 볼까요?’를 판매하기로 했죠. 지금 멤버가 그때 구성된 겁니다. 호흡이 꽤나 잘 맞았어요. 이를 동안 함께하면서 자연히 파트도 나뉘었고… 그때 나뉜 파트를 지금까지 그대로 유지하고 있어요. 당시 영민이와 저는 작은 식당을 구상하며 흥대 일대 매장을 알아보고 있었는데, 축제가 끝나고 몇 달 후까지 별 진척이 없었죠. 그러던 차에 승준 형이 지금의 더 하베스트 얘기를 하며 같이 해보자고 제안한 겁니다. 약 30초, 우리가 제안을 받아들이기까지 걸린 시간이지요.” 세 명의 동생이 만형의 제안을 단숨에 수락할 수 있었던 것은 다른 무엇도 아닌 믿음 때문. 함께라면 즐거울 수 있다는 믿음 말이다.

사형제는 더 하베스트 오픈을 준비하는 데 1년 이상의 시간을 소요했다. 사업의 전반적인 기획은 물론 작은 인테리어 소품까지 어느 것 하나 공들이지 않은 것이 없다. 준비 기간에는 단칸 오피스에서 9개월간 합숙을 하기도 했는데, 만형 승준 씨는 그때의 기억을 떠올려 이렇게 말한다. “작은 방에서 함께 먹고 자고 작업하는 것이 처음에는 무척 힘들었어요. 하지만 나중에는 누구 하나가 없으면 너무 보고 싶을 정도로 가까워졌죠. 이 시간이 우리 형제들을 하나로 묶는 중요한 역할을 했다고 생각합니다.”



“영화 <친구>에 이런 말이 나오죠.
‘함께 있을 때 우린 두렵지 않았다.’
네 명이 함께 있다는 게
정말 얼마나 든든한지 모릅니다.”



사형제는 황해도한정식전문점 ‘더 하베스트’를 오픈하면서 준비 기간만 1년 이상을 소요했다. 사업의 전반적인 기획은 물론 작은 인테리어 소품까지 어느 것 하나 공들이지 않은 것이 없다. 이 기간에는 단칸 오피스에서 합숙을 하기도 했다.

달라도 너~무 다른 네 남자

이후 사형제는 서로가 서로에게 더욱 든든한 버팀목이 되었다. 대일 씨는 넷이 모여 있으니 “뒤편 네 배가 되는 것”을 가장 좋은 점으로 꼽는다. 물론 대표로서의 부담감 등 그리 달갑지 않은 것들은 모두 4분의 1로 줄어든다 더욱 좋다. 영민 씨의 생각 역시 다르지 않다. “영화 <친구>에 이런 말이 나오죠. ‘함께 있을 때 우린 두렵지 않았다.’ 네 명이 함께 있다는 게 정말 얼마나 든든한지 모릅니다.”

이뿐만이 아니다. 개성 강하기로 둘째가라면 서러울 네 남자는 자신만의 끼를 맘껏 발산함으로써 서로가 서로에게 시너지 효과를 주기도 한다. “각기 다른 분야에서 활동한 네 사람이 만나 무언가를 고민하다 보니 보다 창의적인 사고를 도출해낼 수 있어 좋다”는 승준 씨. 그도 그렇기 넷의 이력은 달라도 너무 다르다. 의상디자인을 전공한 후 외식업에 뛰어든 승준 씨와 영화 PD로 활동한 승현 씨, 연기를 전공한 후 시계회사 MD로 일한 대일 씨, 그리고 장리를 넘나드는 크리에이티브 디렉터 영민 씨… 살아온 과정이 다른 만큼 성격도 제각각이다. 승준 씨가 동생들 사이의 균형을 잡는 리더라면 승현 씨는 꼼꼼한 분석가이며, 대일 씨가 정리정돈을 잘하고 바지런하다면 영민 씨는 예술가 기질이 강하다. 대일 씨가 덧붙여 말한다. “하나의 사안을 놓고 화내는 포인트도 다르죠. 다행히 웃음코드는 같지만요.”

물과 기름처럼 쉽사리 섞일 것 같지 않은 네 남자의 공통점

이라면 고집이 세고 주장이 강하다는 것. 이 점이 사형제에게 가장 힘든 부분이기도 하다. 방향이 어긋나기라도 하면 각각의 생각들은 너무 세게 충돌하고 만다. 하나의 결론을 얻기까지 의견을 조율하는 시간이 매우 길다. 다행히 형제들은 이 역시 서로를 이해하는 과정이라고 생각한다. 여기서 리더의 한 말씀, “일과 후에 수시로 불만이나 어려운 점을 이야기하면서 풀기 위해 노력하죠. 큰형으로서 동생들에게 당부하는 한 가지는 아무리 화가 나더라도 서로를 미워하거나 마음으로 분노하지 말자는 것입니다. 이 점을 동생들도 깊이 이해하고 있어요.”

목표는 하나, 그러나 꿈은 넷

그런 의미에서 더 하베스트의 지난 1년은 서로가 서로를 더 알아가는 시간이었다고 평가해도 좋다. 또다시 리더의 말씀, “한번은 승현이와 대일이야 간장게장에 들어가는 간장을 달이고 옮기다 손잡이가 끊어져 발에 화상을 입는 일이 있었어요. 새벽에 구급차를 타고 병원 응급실에 실려 갔죠. 제가 아침에 나와 얘기를 들어보니 밤새 형이 걱정할까봐 전화를 하지 않았다고 해요. 둘 다 발을 심하게 데어 한 달 정도 일을 하지 못했는데, 그때 동생들을 보면서 미안함과 고마움에 눈물이 나더라고요.”

웃고 올린 지난 1년을 발판 삼아 사형제는 이제 보다 큰 꿈을 꾸다. 그들만의 공간을 위한 궁극의 목표는 같지만 각각이 꾸는 꿈은 엄연히 다르다. 연극쟁이 대일 씨는 조그마한 소극장을, 영화꾼 승현 씨는 외식업 관련 영상사업단을 차차 꾸려볼 생각이다. 승준 씨는 지금의 역할을 이어 한식을 연구하고 발전시켜 우리나라 음식문화의 저변을 확대하는 데 힘을 보태고 싶다는 뜻을 갖고 있다. 영민 씨는 전방위 크리에이티브 디렉터로서의 무대를 더욱 넓히고 싶다고. 참고로 영민 씨의 프로젝트는 지금도 활발히 진행 중인데, 그중 하나가 더 하베스트에서 열리는 플리마켓이다. 4월부터 10월까지 한 달에 한 번 열리는 플리마켓은 상업적 성격을 배제한 전통적 의미의 재래시장에 가깝다. “더 하베스트를 운영하기 전에는 시간에 구애받지 않고 여기저기 돌아다니며 놀았어요. 그러다 1년 전부터는 규칙적인 생활을 해야 했죠. 내가 나가 놀지 못할 바에는 놀 수 있는 공간으로 사람들을 불러모으자고요.”

어디로 뭉치 도통 알 수 없는 이 남자들에게 마지막으로 서로에게 미치 전하지 못한 속 얘기를 한마디씩 꺼내달라고 청하자 약속이라도 한 듯 “사랑한다”는 낮간지러운 고백을 늘어놓는다. 쑥스러움을 무릅쓰고 전한 진심은 잘 전달되었을까. 이쯤에서 털어놓자면, 이 매력적인 남자들의 얘기를 모두 펼치기엔 지면이 너무 좁다. 기회가 될 때 사형제가 가꾼 공간에서 그들이 쌓아가는 추억을 직접 확인하는 것도 나쁘지 않을 듯. 이들이 손수 만든 음식을 맛보는 행운은 덤이다.

MEMORIES

‘제비다방’에서 모던보이 이상을 추억하다

제1의아해가무섭다고그리오. 제2의아해도무섭다고그리오. 제3의아해도무섭다고그리오. 제4의아해도무섭다고그리오... 이런 식으로 시작하여 기어이 13인의 아해가 무섭다고 주장하는 시를 기억하는지, 바로 1934년 7월 24일 조선중앙일보에 실린 이상의 시 '오감도 제호'의 첫머리이다. 당시 신문사에 폭탄 테러를 하겠다는 등의 빗발치는 항의로 연작시 '오감도'는 8월 8일 연재가 중단되고 만다. 신문사 문예부장 이태준은 사표를 품속에 넣고 다니면서 '오감도'를 살려보려 애썼지만 결국 포스트모던한 시는 막을 내리게 되었다.

본명 김해경, 경성공업고등학교 건축과를 졸업하고 19세에 조선총독부 건축기사로 근무하다 23세에 퇴직한 이상은 시인으로 전업하고 다방을 차린다. 지병인 폐병 치료를 위해 갔던 온천에서 만난 기생 금홍과 종로 2가에 연 '제비다방'은 당대 문인들의 아지트가 되었다. 정지용, 이태준, 이효석, 김기림, 이무영, 박태원 등 구인회 문인들을 비롯해 화가, 성악가 같은 예술가들이 드나들면서 살롱의 역할을 했던 것이다. 커피는 뒷전이고, 문학과 예술을 논하며 일본인에게 받은 차별과 설움을 토로하고 조선의 독립을 바라는 예술가들의 일터이자 오락장이었다. 결국 제비다방은 2년 후 폐업을 선언하게 된다. 경영난으로 인해 문을 닫게 된 것이다. 돈되는 손님은 없고 죄다 룰렛인 무일푼들이 잔을 치고 있으니 작자를 보는 것은 당연한 일이었다.

커피를 통해 현실과 괴리된 낭만을 탐하다

일제강점기의 경성시대는 역사상 가장 불행하면서도 낭만적인 시대로 기억된다. 독립적 사상을 압박받고, 검열에 의해 글들이 잘려나가고, 유학까지 다녀왔으나 조선인에 대

한 차별로 취직하지 못한 룰렛들이 어디에나 많았다. 비록 가난하고 속박받는 시절이었지만 신문물을 접하면서 새로운 시대에 대한 희망을 품고, 낭만을 즐길 줄 아는 감성을 지닌 모던보이, 모던 길들로 경성 거리는 넘실거렸다. 백화점, 박람회 등을 통해 선보인 엘리베이터, 유성기, 시계, 전화기, 마네킹, 스타킹, 서양 화장품, 스케이트, 골프채 등의 신문물은 경성 시민에게 충격과 더불어 신기함을 느끼게 해주었다. 경성 거리에는 100여 개의 다방이 난립했고, 근무하는 여급만 수백여 명에 이르렀으며, 커피라는 고급문화를 즐기기 위한 남녀들이 다방을 들락거렸다. '무용가 최승화는 조선호텔 로비 선라온지에서 항상이 시간에 커피 한 잔을 마시고 간다더라' 식으로 다방과 커피 문화는 상류층 그리고 최신 유행을 따르는 젊은이들 사이에서 유행처럼 번져갔다. 청계천변에는 무허가 움막에서 살아가는 도시 빈민들이 득시글거렸고, 개천에 버린 오물 냄새로 숨 쉬는 것이 불가능할 지경의 처량한 일상이 반복되었지만, 다방에서는 여전히 그것과는 괴리된 꿈과 낭만을 느끼게 해주는 커피의 은은한 향이 흘러나오고 있었던 것이다.

금시계를 차고 중절모에 더블버튼 스트라이프 양복을 갖춰 입은 모던보이와 핀으로 고정된 트레머리에 하얀 레이스 블라우스에 투피스 정장을 갖춰 입고 비어 있는 바이올린 케이스를 든 모던길들이 경성에 새로 생겨난 다방을 들락날락하였다. 찰리 채플린의 무성영화를 보고 웃고, 미스코시 백화점의 진열대에 걸린 서양 드레스를 보고 감탄하며, 유성기에서 재즈 음악이 은은하게 흘러나오는 다방에서 커피를 마시던 시대였다. 이런 화려한 경성시대는 암울한 정치 상황에서도 문학의 최고 황금기를 이끌어내는데, 이는 바로

김재희 작가는 중학생 때 이상의 단편소설 〈날개〉를 읽고 심취하여, 이상을 동경하게 되었다. 20여 년이 흐른 뒤 〈경성 탐정 이상〉이란 추리소설을 쓰게 될 줄은 꿈에도 모른 채, 중학교를 다니던 당시 이상의 시 '거울'에 그림을 그려 시화전에도 출품한 바 있다. 그녀에게 이상은 글을 쓰게 된 계기이자, 학창시절의 친구이자, 선생님이다.

통인동 154-10번지는 이상(1910~1937)이 3세 때 백부의 양자로 들어가 23세까지 거주하던 집터의 일부일 뿐 이상이 살던 집은 아니다. 이러한 이유로 행정적 보호를 받지 못한 '이상의집'은 2009년 문화유산국민신탁의 부지 매입 이후 (재)아름지기과 공동의 노력으로 운영·관리되고 있다. 현재 '이상의집'은 과거 이상이 제비다방에서 당대의 문화·예술인들과 교류했던 것처럼 오늘날의 문화·예술인들이 소통하는 공간인 '통인동 제비다방'으로 내년 4월 17일(이상 기일)까지 한시적으로 운영된다. 12월에는 이상, 서춘, 근대를 다룬 영화를 상영하는 '영화다방'도 열 예정이다. 운영시간은 오전 10시부터 오후 8시까지이며 월요일은 휴관이다. 문의 02-741-8374, www.arumjigi.org

경성의 낭만과 희망이 그 당시 문인들에게 끼쳤을 영향을 생각해보면 당연한 결과다.

기이한 사구들 속에 비밀을 간직한 사인

이상은 제비다방을 정리한 이후에도 '쓰루(鶴)', '88', '맥' 등의 다방을 인수하고 여는 과정을 반복하다가 완전히 빈털터리가 된다. 금홍과 다방을 열고 동거하면서 일어난 일들을 바탕으로 대표소설 〈날개〉를 발표했고, 이 외에도 여러 편의 소설과 수필에 다방을 배경으로 지루하게 살아가는 남자의 일상이 보여지는데 이것을 보더라도 제비다방이 이상의 작품 세계에 얼마나 큰 영향을 미쳤는지 알 수 있다. 나비넥타이에 그럴듯한 양복을 걸쳐 입고, 백구두로 경성을 오가던 모던보이 이상은 26세에 친구의 동생 변동림과 결혼한다. 그러나 결혼 생활은 순탄치 못했고 결국 이상은 석달 후 도쿄로 떠나게 된다. 사상이 불온하다는 이유로 일제 경찰에 잡혀 감옥생활을 하다 지병이 악화되어 도쿄제국대학 부속병원에 입원한다. 그리고 얼마 지나지 않아 죽음을 맞이했다. 유학생들이 죽은 그의 얼굴에 석고를 발라서 데스 마스크를 떠놓았지만 유실되고, 정확한 사인이 가려지지 않아 미스터리해 문했다. 기이한 사구들 속에 비밀을 간직한 사인으로 기억되는 이상. 그의 사들이 함축한 의미는 지금도 여러 평론가에 의하여 제각각 다른 해석이 있고, 이상이 27세에 요절한 지 70여 년이 흘렀지만 여전히 그는 누구보다도 많은 팬의 사랑을 받는 문인이다. 죽음에 직면해서도 멜론이 먹고 싶다는 유언을 남긴 정도로 위트 있는 시인 이상. 그는 값지던 그가 남긴 시는 영원히 살아남아 서 울 구석구석에서 낭송되고 있다.

DINING



더 레서피

영화 〈카모메식당〉을 기억하는 그녀라면 '더 레서피'에 끌릴 수밖에 없다. 한옥이 뿜어내는 소담한 분위기와 안주인 신경숙 대표의 따뜻한 품성이 영화 속 그곳을 연상시킨다. 더 레서피의 가장 큰 특징은 손맛에서 나온 신경숙표 레시피, 샌드위치, 파스타, 스테이크 등 코스 메뉴는 얼핏 단출해 보이지만 그 맛은 아무도 흉내 낼 수 없다. 12월에는 아주 특별한 아귀 요리도 맛볼 수 있는데, 아귀·아보카도·새우 등에 생크림을 부어 오븐에 구워낸 더 레서피만의 '아귀찜'은 맛도 영양도 최고. 또 한 가지 놓치지 말아야 할 것은 크리스마스 즈음에 선보이는 과일케이크로, 무화과·살구·자두와 각종 견과류가 듬뿍 담긴 영양식이다. 12월 한 달간은 원하는 메뉴를 주문하는 것도 가능하니 참고할 것. 단 더 레서피는 월요일을 뺀 평일 오후 12시~3시 사이에만 문을 연다는 사실. 오픈 시간은 짧지만 안주인의 씬스미는 이를 메우고도 남을 만큼 풍성하다. 하루 전 예약은 필수. 위치 서울시 종로구 창성동 98-17 문의 02-736-7301

소중한 이를 위한 12월의 만찬

직장 동료나 친구와의 식사라면 서울 시내 어디를 가도 무방하다. 하지만 사랑하는 아내와 함께할 곳이라면 다르다. 아니, 달라야 한다. 센스 있는 남편들만 아는 특별한 레스토랑 4곳. 이곳에서라면 낮간지러운 이벤트 없이도 그녀를 미소 짓게 할 수 있다.



사떼뉴

매력적인 프랑스 요리로 그녀를 사로잡을 수도 있다. 호젓한 주택골목에 자리한 '사떼뉴'는 4년 전 문을 열 당시부터 소규모 한옥레스토랑으로 주목을 받았다. 테이블은 오직 다섯 개뿐, 프라이빗 다이닝을 즐기기에 안성맞춤이다. 시골벽적인 분위기에서 쫓기듯 식사를 마쳐야 하는 낭패 따윈 상상할 여지가 없다. 사떼뉴는 영국과 프랑스에서 10여 년간 활동한 최은용 셰프가 직접 운영하는 곳으로, 에피타이저부터 디저트까지 셰프의 친절한 설명을 들을 수 있다. 모든 요리는 코스로 선보이는데 광어·도다리·호박·복·버섯·두름·참나물 등 한국 토종 식재료를 활용하는 것이 특징이다. 요리 방식은 프렌치 스타일에 기반하되 재료는 모두 제철에 난 유기농 농수산물이니, 한옥에서 프랑스 요리를 즐기는 콘셉트에 독특하거나 거위간과 무화과, 쇠과 구운 생선 등의 조합이 색달라 외국인들도 즐겨 찾는다. 특히 코스 중 에피타이저로 나오는 전복 요리는 인기가 높다. 버터를 가미해 걸만 살짝 구운 것으로 부드러운 식감이 일품이다. 사떼뉴는 명절 연휴를 제외하고는 1년 내내 쉬지 않는다. 100% 예약제. 위치 서울시 종로구 팔판동 130-3 문의 02-736-5385

품

모던 한식 전문점 '품'. 평범한 것에 싫증난 그녀라면 스타일인 나뭇잎 이곳이 좋겠다. 남산의 아름다운 풍광을 만끽하며 현대적으로 재해석한 반가(班家)음식을 즐길 수 있다. 푸드스타일리스트 노영희 씨가 운영하는 곳답게 전통음식을 모던한 감각으로 스타일리시하게 세팅한 것이 특징. 식기마저 작가들의 작품이라 먹는 재미를 더한다. 한정식임에도 요리는 코스로 제공한다. 저녁 인기 메뉴인 위품상 코스의 경우 두부탕, 홍시소스죽순채, 배추전골보쌈, 떡갈비 등을 차례로 맛볼 수 있다. 특히 홍시 소스에 죽순·버섯·숙주·미나리를 무친 홍시소스죽순채, 채끝등심과 갈비살을 다져 숯불에 구운 떡갈비는 이 계절 품의 자랑이라 할 만하다. 손님에게 직접 식재료를 먹는 방식 등을 설명하기 위해 서빙 인원을 따로 두지 않고 주방의 조리 인원이 돌아가면서 서빙을 한다. 일요일은 쉬고 하루 전 예약은 필수. 위치 서울시 용산구 후암동 358-17 문의 02-777-9007



오늘

우리 음식의 정통성에 기반을 둔 한식 레스토랑 '오늘'은 자연친화적 성향의 그녀에게 잘 어울리는 공간. 흙, 돌, 나무와 같은 자연 소재가 실내에 고스란히 녹아 있다. 요리법도 마찬가지로, 남해 산낙지, 완도 참문어, 서산 꽃게 등의 기본 재료를 최대한 훼손하지 않고 산지 본연의 맛을 살린다. 오늘의 큰 자랑은 직접 담그는 된장·고추장·간장 등의 장(醬)류. 특히 25가지 재료를 이틀간 천천히 달여 만든 간장소스는 부드러운 소고기와 만나 오늘의 대표 요리인 특제 통고리찜을 탄생시켰다. 파인 다이닝의 명성에 걸맞게 1등급 이상의 엄선된 식재료만 사용하는 것은 물론. 메뉴는 전채요리, 일품요리, 주문요리 등 단품으로 선보인다. 통고리찜을 비롯해 산낙지 연포전골과 병어조림, 꽃게찜 등이 인기다. 주요 메뉴는 계절마다 바뀌는데 겨울 특선 메뉴로는 전복내장비빔밥이나 도가니찜 같은 보양식이 주를 이룬다. 호텔 스타일의 섬세한 서비스도 여성의 구미에 딱 맞다. 위치 서울시 용산구 동빙고동 1-54 문의 02-792-1054



THANKS TO



C.영상미디어

원일 국립국악관현악단 예술감독

고마운 이 순천대학교 금속재료공학과 박용범 교수님. 대학교 1학년 때부터 지금까지 오랜 시간 동안 멘토로서 지속적으로 많은 영향을 주신 분입니다. 교수님은 제 젊은 시절 예술의 사회적 기능과 힘에 대해 깨우쳐주셨습니다. 그리고 요즘은 구레 화엄사에서 주최하는 음악제인 '화엄제'의 총감독으로서 음악과 과학을 삶의 영성(Spirituality)으로 통합하는 데 주력하고 계시지요. 교수님을 통해 저는 한 사람과 지속적인 신뢰를 구축하는 것이 가능하다는 걸 배우고 있습니다. **그분을 위한 선물** 박용범 교수님은 순천에 직접 지은 조그마한 집에 살고 계신데 그 공간을 밝혀줄 양초를 선물하고 싶습니다. 그리고 함께 도란도란 이야기꽃을 피우며 마실 차(茶)도... 지금껏 저는 한 번도 교수님께 선물다운 선물을 해드리지 못한 것 같습니다. 그래서 이번에는 꼭 가족들과 순천의 교수님 댁을 방문하고 싶어요.

감사의 인사 삶의 중요한 순간들마다 교수님과 나는 대화는 제 삶에 큰 길잡이가 되었습니다. 교수님의 말씀은 저로 하여금 독서와 공부를 지속적으로 실천할 수 있도록 해주었습니다. 실로 이보다 더 큰 즐거움은 없는 듯합니다.



C.영상미디어

김은주 하리우드클래식 대표

고마운 이 박상기 선생님. 2010년에 하리우드클래식 관객으로 만난 분이자, 제 평생의 은인입니다. 지금의 실버영화관을 개인 사비로 간신히 운영하던 초기, 저는 재정적으로 많은 어려움을 겪었습니다. 당시 집을 담보로 대출을 받는 것은 물론이고 타고 다니던 자동차까지 팔았는데 약 3000만원이 부족해 부모(?) 위기에까지 처하게 되었습니다. 그러던 어느 날인가, 박 선생님께서 저를 보시고는 “늘 웃는 김 대표가 왜 오늘은 얼굴이 어둡냐”고 물으시더군요. 망설임이 아주 어렵게 사정을 이야기했는데, 그날 바로 제게 3000만원을 건네시는 겁니다. “내가 해결해줄 수 있는 일이라 다행이다”면서요. 각서 한 장 받지 않으셨죠. “실버영화관을 운영하는 사람이 누군지 궁금하다”며 우리 직원에게 제 주소를 물어 극장으로 옥동을 보내주시는 것이 첫 인연이었고, 제가 감사 표시로 식사를 대접한 것이 두 번째, 그리고 그날이 겨우 세 번째 만남이었죠. 당시의 벅찬 감사함은 제가 지금 하고 있는 일을 죽을 만큼 열심히 해야 하는 이유가 되었습니다. **그분을 위한 선물** 외투를 선물하고 싶습니다. 지난겨울 어찌저 좀 추워 보이시더라고요. 그리고 나머지는 진실 어린 마음의 온기로 채워드리고 싶습니다. **감사의 인사** 3000만원 때문에 영화관 문을 닫아야 하는 현실이 견딜 수 없는 괴로움이었는데 박상기 선생님의 큰 은혜로 어려움 상황이 감사함으로 채워졌습니다. 그 계기가 저를 한층 성장시킨 것 같네요. 진실으로 감사드립니다.

그분에게 드리고픈 선물

한 해를 마무리하는 12월. 늘 그렇듯 올해도 누군가에게 마음을 빚었다. 힘들어 주저앉고 싶을 때면 따뜻하게 손 내밀어주던 사람. 앞이 보이지 않아 망설일 때면 길을 가르쳐주던 사람. 여기 지면을 빌려 그에게 전한다. 미처 돌려드리지 못한 감사의 인사.

손원경 토키노뮤지엄 대표

고마운 이 할머니故 홍태희 여사. 할머니는 제가 5살 무렵 심장병으로 돌아가셨습니다. 함께 보낸 시간이 얼마 되지 않지요. 더욱이 저는 학창시절 내내 외가에서 외할아버지, 외할머니 손에 자랐고 오랫동안 친가의 존재를 잊고 살았습니다. 물론, 할아버지에 대한 존경심은 늘 갖고 있었어요. 추사 아래 최고의 서예 대가로 꼽는 소전 손재형 선생이 바로 제 할아버지이시거든요. 그러나 저도 모르게 친가에 대한 배타심을 지니고 있었던 것 같습니다. 그러다 마음을 앞둔 5년 전부터 친가에 대한 기억이 새록새록 나기 시작하더군요. 특히 할머니께서 장손자인 저를 무릎에 앉혀놓고 이런저런 말씀을 해주시던 기억이 어렴풋이 떠올랐습니다. 그 내용은 떠오르지 않지만 아마도 살아가면서 지켜야 할 도리나 예의 같은 것이 아니었을까 싶습니다. 느낀은 선명합니다. 손원경만을 참 많이 아끼시던 할머니의 마음... 그때의 그 마음이 지금의 저를 키운 게 아닌가 싶네요.

그분을 위한 선물 그간 제사를 소홀히 했어요. 생각할 때면 늘 죄스러웠는데, 이제는 친가와 외가 조부모님들을 기리면서 효도하며 살고 싶습니다. 부끄럽지 않은 자손이 되고 싶어요. 가족 안에서 소박한 모습으로, 아울러 자식을 낳아 안거드리면 더없이 좋은 선물이 되겠네요. 할머니께서 “우리 손주가 드디어 대를 이었구나” 하시면서 기뻐하실 것 같아요. **감사의 인사** 생전 할머니가 좋아하셨던 우동을 함께 앉아 맛있게 나눠 먹고 싶다는 생각을 합니다. 저도 우동을 즐기는데, 우동을 먹을 때마다 할머니 생각이 많이 나거든요. 그리고 어렸을 적 저를 무릎에 앉혀놓고 무슨 말씀을 하셨던 건가요? 그 얘기들을 다시 하나씩 꺼내어 듣고 싶습니다.



이상만 마로니에북스 대표

고마운 이 문학평론가 이아령 선생님. 젊은 날 읽었던 이아령 선생님의 책들이 떠오릅니다. 저를 비롯한 수많은 젊은이를 이끄는 석학이셨던 선생님은 지금도 여전히 시대의 지성으로 자리하고 계십니다. 50년이 넘는 시간 동안 가르침의 끈을 놓지 않고 활발히 활동하시는 선생님께 저는 많은 것을 배웠습니다. 선생님과와 첫 인연은 마로니에북스를 통해 이루어졌습니다. ‘마로니에북스 1001 시리즈’ 중 한 권인 <죽기 전에 꼭 봐야 할 한국영화 1001>의 저자 이세기 선생님께서 선생님을 소개해 주셨지요. 당시 이아령 선생님께서는 여든이 되는 해에 맞춰 그동안 작업하신 저작물을 모두 모아 꿰는 작업을 기획하고 계셨는데, 그 저작물 구슬 꿰기 작업에 우리 출판사를 소개해주신 것입니다. 처음 보았을 때 두께가 좋으셨는지 섣불리 저에게 함께 일할 수 있는 행운을 주셨지요. 지금 저희는 선생님의 저작물을 수집하고 분류해 재편집하는 작업에 전력을 쏟고 있습니다. 선생님과 함께 이야기를 나누면서 배우고 책을 만들어가는 과정에 최선을 다하고 있습니다. 아마도 올해가 가기 전에 그 책을 만날 수 있지 않을까 싶네요. **그분을 위한 선물** 심년 전부터 저는 주말농장에서 직접 장을 담그고 있습니다. 해마다 조금씩 담갔는데 어느새 장독이 마당에 가득 찼습니다. 이아령 선생님은 고추장을 참 좋아하셨습니다. 어느 식당에서 어떤 음식을 드셔도 절대 고추장을 빼놓으시는 법이 없지요. 고추장을 좋아하시는 선생님께 직접 담근 고추장과 된장, 간장을 선물하고 싶습니다. **감사의 인사** 선생님! 아직도 끊임없이 연구하시는 선생님의 모습을 보면서, 그 뒤를 따라 걸을 수 있다는 것이 얼마나 큰 행운인지 생각합니다. 선생님의 발자취와 세상을 꿰뚫어보는 지혜는 저희가 살아갈 날에 큰 등불이 될 것입니다. 선생님의 신뢰에 보답하도록 모든 일에 늘 최선을 다하겠습니다. 앞으로도 좋은 가르침 부탁드립니다.



* 은빛 설원의 국가대표 -
강원도에서 신나게 즐기자! *



- 〈신나는 겨울축제〉 · 평창송어축제(2012. 12. 22 ~ 2013. 2. 3) · 대관령 눈꽃축제(2012. 12. 25 ~ 2013. 1. 5) · 내설악 강변축제(2012. 12. 28 ~ 2013. 1. 6)
· 홍천강 금빛송어축제(2013. 1. 4 ~ 1. 20) · 얼음나라 화천 산천어축제(2013. 1. 5 ~ 1. 27) · 인제빙어축제(2013. 1. 19 ~ 1. 27)
· 태백산 눈축제(2013. 1. 25 ~ 2. 3)
- 〈강원도내 스키장〉 · 알펜시아리조트 (평창) · 하이원리조트 (정선) · O2리조트 (태백) · 대명비발디파크 (홍천) · 엘리시안 강촌 (춘천)
· 한솔오크밸리리조트 (원주) · 용평리조트 (평창) · 현대성우리조트 (횡성) · 보광휘닉스파크 (평창)

FASHION



고이 매어 나빌레라

윈스턴 처칠, 제임스 본드, 칼 마르크스, 험프리 보가트. 이 남성들의 조합에서 공통분모를 찾아보라. 힌트는 스타일에 있다. 그렇다. 정답은 '보타이'다. 이 개성 있는 액세서리는 주로 남자가 성장(盛裝)을 할 때 착용한다. 즉, 최고로 멋진 순간을 위해 존재하는 아이템인 것. 이번 연말에는 보타이 하나로 스타일을 매듭 지어 보는 건 어떨는지.



철학을 입는 남자, 남훈

"남자들은 소속감을 정말 중요하게 생각합니다. 옷차림은 더욱 그렇죠. 대부분의 남자들은 많은 사람들 속에서 혼자 뛰는 치림으로 있어야 한다면 창피해서 죽어버릴지도 몰라요."

남자의 패션에 대해 이렇게 명쾌하게 정의해줄 사람이 또 있을까. 날카로운 유머 감각과 방대한 패션 지식으로 무장한 패션컨설턴트 남훈은 명실 상부한 남성복의 권위자. 아르마니, 던힐, 남성복 편집매장 란스미어에 이르기까지 약 17년간 유명 남성복 브랜드 바이어로 활약했으며, <남자는 철학을 입는다>를 출간한 그가 한국 남성들이 좀처럼 받아들이기 힘든 '보타이(Bow Tie)'에 대해 입을 열었다.

"회사에 처음 보타이를 매고 간 날이었습니다. 사내 모든 사람의 시선이 제게 쏠리더군요. 수군대는 소리가 들렸어요. '뭐 저런 사람이 다 있어' 같은 말이었죠. 그곳이 패션 회사였는데도 말이에요." 남훈은 여전히 보타이를 즐긴다. 하지만 한국 남성들이 보타이를 대할 때 느끼는 압박감을 잘 이해하고 있다. 그런 그는 보타이에 대해 "어떤 옷과 매치하느냐의 문제가 아니라 심리적 부담을 주는 것이 관건"이라고 말했다.

보타이는 넥타이와 다르다. 용도부터 그렇다. 엄격한 매너가 요구되는 비즈니스 미팅에서 착용하는 넥타이와 달리, 보타이는 즐거운 일이 있는 곳에서 착용한다. 남훈은 보타이 착용에 대해 "첫 키스처럼 생각하라"고 조언했다. "처음엔 무척 부담되고 떨리죠. 하지만 점점 익숙해집니다 (웃음)." 그는 적당한 상황을 만드는 것이 중요하다고 했다. "와인 모임처럼 친구와 허물없이 모이는 자리의 드레스 코드로 보타이를 정해 보세요. 클래식과 오페라 공연 관람도 좋은 기회입니다."

보타이는 매일 착용하기는 어려운 아이템. 그래서 남훈은 "서너 개면 충분하다"고 한다. 예복을 위한 블랙 보타이 하나와 즐겨 입는 수트에 어울리는 보타이 두세 개. 스타일링에서 기억해야 할 것은 '옷의 적절한 긴장 관계'다. 보타이가 화려하면 셔츠와 수트는 모노톤, 셔츠와 수트가 화려하면 보타이는 단색으로 선택하는 것이 요령이다.

남훈은 '남자가 패션에 신경을 써야 하는 이유'에 대해 이렇게 답했다. "보타이는 할까 말까를 두고 논의할 대상은 아닙니다. 그저 기분을 좋게 하기 위한, 약간의 예의를 갖추는 데 도움을 주기 위한 것이지요. 저는 남자의 옷차림이 교양의 일부라고 생각합니다. 수트 차림에 보타이를 맨 사람이 길에 침을 뱉는 경우는 거의 없죠. 잘 차려입는 것은 그래서 중요합니다. 비싼 옷을 과시하기 위함이 아닌, 경우에 맞는 옷을 더 멋지게 입는 데 보타이가 도움이 된다면 뭘 것을 권합니다. 그리고 그에 맞는 예절을 지키는 것. 그것이 품위 있는 시니어의 자세 아닐까요?"

스타일링 컨설턴트 남미영(02-542-8897), 핏프로젝트(02-545-8200), 맨미드(02-548-8897), 상비트트레 메디칼(02-774-3644), 신트레이스코스마텍(02-542-3156), 란스미어(02-3447-0278)

01 실크 13만 8천원
드레이크스 by 샌프란시스코마켓
02 실크 가격미정 란스미어
03 실크 25만원 맨미드 우영미
04 실크 가격미정 란스미어
05 실크 10만 8천 5백원 핏프로젝트
06 실크 가격미정 상비트트레 메디칼
07 울 15만 2천원
케네스필드 by 샌프란시스코마켓
08 실크 19만원 플루시스

MUST-KNOW

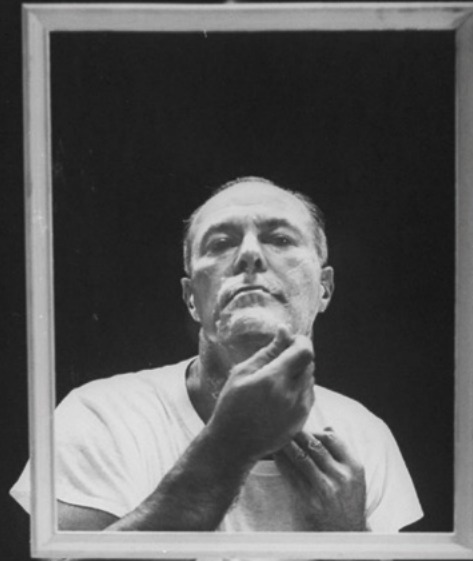
당신의 면도는
안녕하십니까?

사춘기 이후 거의 매일같이 해온 면도. 그 면도에 대해 얼마나 잘 알고 있다고 생각하나?
어쩌면 아직까지 모를 수도 있는 7가지 면도 상식.

1 잠이 덜 깬 상태로 부스스 일어나 다짜고짜 면도기부터 집어든다면 큰일이다. **면도를 하기 전에는 반드시 얼굴을 씻어야 한다.** 세안은 수염에 붙어 있는 노폐물을 제거하고, 수염을 불려 잘 깎이도록 만드는 일종의 준비단계다. 면도할 부위에 따뜻한 물을 충분히 흡수시켜 피부를 부드러운 상태로 만드는 것이 중요하다. 세안을 하지 않은 채 면도를 하면 수염이 거칠어 잘 깎이지 않을뿐더러 피부에도 자극을 주기 쉽다. 날면도뿐 아니라 전기면도도 마찬가지다. 세안을 먼저 해야 자극을 최소화할 수 있다.

2 아직도 비누 거품을 내어 날면도를 하는 이가 있나? 그렇다면 그것은 매우 위험한 행동이니 당장 그만두는 게 좋겠다. **비누 거품은 윤활력이 떨어져 면도가 제대로 되지 않을뿐더러 자극적이지까지 하다.** 세이빙 전용 윤활제는 쿠션작용을 해 부드러운 면도를 가능케 할 뿐 아니라 항염성분도 함유돼 있어 피부 트러블을 예방한다. 수염이 두껍고 거칠다면 크림 제품을, 수염이 약하다면 폼이나 젤 제품을 쓰자. 단, 세이빙 윤활제를 이용해 거품을 내기 전에 물을 충분히 묻혀 피부를 부드럽게 만들 것.

3 날면도기는 전기면도기에 비해 피부 가까이 밀착해 수염을 철삭한다. 그로 수염이 0.01mm도 남아 있는 걸 원치 않는다면 날면도기를 쓰는 게 맞다. 하지만 조금이라도 잘못 늘렸다면 턱에 상처를 남길 수 있다. 게다가 피부를 보호하는 각질층을 긁어내므로 **모낭염과 같은 각종 염증을 유발할 확률도 높다.** 모낭염은 피부 속 영양분을 공급하는 주머니인 모낭에서 생겨나는 염증으로, 심하면 종기로 발전할 수도 있다. 혹 면도하다 적은 상처라도 난다면 절대 그냥 무시하지 말자. 밴 부위를 물로 헹구고 깨끗한 수건으로 꼭꼭 눌러 지혈한 다음 연고를 바르는 게 좋다. 안전도 면에서 한 수 위인 전기면도기는 어떻게 사용하든 큰 무리 없이 면도할 수 있지만, 수염이 잘 깎이지 않는다고 같은 부위를 계속 문지르면 화전 날에 의해 피부가 별것게 부어올 수 있다. 수염이 잘 깎이지 않는 건 면도날을 교체해야 한다는 신호다.



4 수염이 자란 부위에 쌓인 각질은 털을 뺏겨하게 만든다. 때문에 각질이 많은 남자의 수염은 특히 거칠어 면도를 하기 어렵고, 면도 시 베이기도 쉽다. **수염을 부드럽게 유지하기 위한 기본적인 케어는 각질 제거.** 딥 클렌징을 꾸준히 해야 한다. 딥 클렌징은 일주일에 한 번이나 열흘에 한 번 정도가 적당하다. 우선, 피부 타입에 맞는 클렌징 제품을 선택하라. 그리고 일정량을 손에 덜어 얼굴 표면을 가볍게 마사지하듯 원을 그리듯 미지근한 물로 씻어내면 된다.

5 아무리 조심조심 면도를 할지라도 면도기가 한번 휩쓸고 간 피부는 예민해지기 마련이다. **면도 후 화끈거림을 진정시키고 상쾌함을 주는 것이 바로 애프터 세이브.** 면도 직후 바르는 제품이다. 애프터 세이브에는 미세 상처 소독을 위한 알코올 성분이 함유돼 있다. 알코올 성분이 강하면 피부에 자극을 줄 수 있기 때문에 되도록 알코올 함유량이 낮은 천연 제품을 택하는 것이 좋겠다. 그리고 애프터 세이브와는 별개로 피부 보습 및 영양 공급을 위해 곧바로 에멀션을 발라줄 것.

6 날면도기는 보관이 관건이다. 욕실 한켠에 칫솔처럼 걸어 건조한 상태로 보관해야 한다. 젖은 상태로 두면 각종 세균이 번식, 심각한 피부 트러블을 유발할 수 있다. **전기면도기 역시 날면도기와 마찬가지로 건조한 곳에 보관해야 한다.** 이때 면도기에 남아 있는 수염 찌꺼기는 반드시 제거할 것. 이 역시 피부에는 적다.

7 일회용 면도기는 어떻게 보관하는가에 따라 사용 가능 횟수가 달라진다. 사용 후 물이 닿지 않는 건조한 곳에 보관하면 면도날이 울퉁불퉁하게 변하기 전까지 사용해도 된다. 하지만 **되도록 일회용 면도기는 쓰지 말 것.** 면도날이 약해 수염을 몇 번 깎고 나면 날이 금세 무뎈진다. 또한 모양새가 투박하다. 때문에 날이 서 있는 각도나 그림같이 섬세하지 못해 피부 자극을 주기 쉽다. 가능한 질 좋은 면도기를 선택하자.

남자의 뱃살은 유죄

마흔이 넘은 남자에게 복부비만이란 '김치찌개나 '신문사절'만큼이나 익숙한 단어다. 대체 이유가 뭘까. 다른 부위도 아닌 뱃살이 유독 남자에게 과도한 친한 척을 일삼는 이유 말이다. 먼저 복부비만의 기준부터 정확히 짚어보자. 2007년 비만학회가 발표한 연구결과에 따르면, 한국인 남성의 경우 허리둘레 90cm 이상을 복부비만으로 본다. 참고로 여자는 85cm 이상. 최근 학계에서는 남자 87cm, 여자 81cm까지 복부비만의 기준을 낮추어야 한다는 목소리도 나오고 있다. 기준은 갈수록 엄격해질 모양이다.

‘술배’ 아닌 ‘안주배’ 남자, 특히 40대 이상의 남자가 복부비만을 피할 수 없는 가장 큰 이유는 우리가 익히 짐작하듯, 바로 음주다. ‘술배’라는 말이 괜한 것이 아닌 셈. 가천대 길병원 가정의학과 서희선 교수는 “남성 뱃살의 주된 환경적 요인은 술과 담배다. 술과 담배 모두 직접적으로 내장지방의 축적을

유발한다. 특히 술과 함께 먹는 안주는 바로 뱃살로 바뀐다”고 설명한다. 술은 인체에 저장되지 않고 다른 영양소에 우선하여 에너지원으로 사용되는 ‘빈 칼로리(Empty Calory)’ 식품. 술 자체가 살이 찐다기보다는 함께 먹는 안주가 고스란히 지방으로 쌓인다는 얘기다. 게다가 술자리는 대체로 아담한 시기에 이뤄지기 마련. 음주 이후 곧바로 잠에 드는 것도 지방 축적의 큰 원인이 된다. 그러므로 보다 현명하게 술을 마시는 게 능사다. 기름진 안주를 피하고 술을 마시고 난 후 술이 깰 때까지 가벼운 신체활동을 하며 약 4시간 후 잠자리에 드는 것이 좋다. 박학다식한 이들 가운데에는 차가운 맥주 대신 뜨거운 정종이나 위스키를 마시면 내장이 붓는 것을 방지할 수 있다고 믿는 이도 있지만, 이는 의학적으로 전혀 근거가 없는 얘기다. 어쩌면 같은 알코올이기 때문에 마찬가지로 내장비만을 유발한다. 하지만 술이나 담배와 별반 친하지 않은, 나름대로 운동도 하는

남자마저 뱃살에서 자취를 지운 건 왜일까. “나잇살일 수 있다. 노화에 따른 남성호르몬 저하 또는 기초대사율 저하가 원인이 되는 것”이라고 서 교수는 말한다. 나이가 들수록 근육량은 감소하고, 기초대사율도 줄어든다. 술을 쉬거나 심장을 뛰게 하는 등 기본적인 활동을 하는 데 쓰이는 에너지가 줄어들어서 칼로리 소모가 적어지는 것. 참고로, 기초대사율은 10년에 3.5% 정도 감소한다. 젊었을 때와 같은 양의 음식을 섭취하고 운동을 하더라도 내장지방은 급격히 늘어날 수밖에 없는 것이다.

50대 남자 10명 중 4명은 율행이 몸매 복부비만으로 고심하는 한국인 남성의 비율은 갈수록 늘고 있는데, 2007년 국민건강영양조사 자료에 따르면 남성의 복부 비만율은 30대 21.5%, 40대 26.7%, 50대 37.5%, 60대 32.7%, 70대 34.2%로 나타났다. 즉, 50대가 가장 높다. 50대 남성의 10명 중 3~4명은

율행이 몸매를 지니고 있다는 얘기다. 이처럼 너도나도 복부비만이라고 해서 이를 가볍게 여겼다가는 큰코다치기 십상이다. 복부비만은 각종 중증 질환으로 이어질 수 있다. 대사장애, 당뇨병 및 고요산혈증, 지방간염 등을 유발하며 고혈압·뇌졸중과 같은 심혈관질환의 직접적인 원인이 된다. 뱃살의 압박에서 탈피하기 위한 방법으로는 운동이 최선이다. 주 3회 정도 복근을 강화하는 근육운동, 주 5회 정도 유산소운동을 하면 효과적이다.



THIS CAR



디자인과 첨단 기능이 균형을 이루다 디자이너 김영세가 바라본 K9

기아자동차를 대표하는 프리미엄 세단 K9은 기능과 디자인의 접점을 통해 두 가지 특징을 절묘하게 결합시켰다. 첨단 기능이 장착된 차량은 진취적인 남성의 이미지가 돋보이는 디자인으로 완성도를 높여, 해외 명차와 견주어도 손색이 없다. 세계적인 디자이너 김영세가 말하는 K9의 매력을 소개한다.

"우리나라의 기술력뿐만 아니라 디자인 감각에 대한 자부심을 갖게 하는 자동차다." 인터뷰 전 일주일간 K9을 시승한 이노디자인 김영세 회장의 첫 마디였다. 혁신적인 디자이너로 명성이 높은 그는 자동차에 관심이 많은 편이다. 쉽게 구입할 수 있는 품목이 아니기에 새로운 디자인의 자동차가 나오면 시승 서비스를 활용한다는 김영세 회장은 200대 이상의 차량을 시승해보았다고 한다. 상용화되지는 못했지만 '하늘을 나는 자동차'라는 모티브로 전기자동차 디자인을 하기도 했다.

디자인 감각은 물론 자동차에 대해서도 일가견이 있는 그의 마음을 사로잡은 K9의 매력은 무엇일까. 무엇보다 쇼퍼드리븐(운전기사를 두고 타는 차)일 뿐만 아니라 직접 운전 을 해도 다이내믹한 주행 성능을 느낄 수 있다는 점을 꼽았다. 쇼퍼드리븐카가 편안한 승차감과 안전성, 뒷좌석의 편의장치에 비중을 둔다면 오너드리븐카는 동력과 연비 등 자동차의 기본 성능을 중시하는 편이다. 그러나 기아자동차를 대표하는 프리미엄 세단인 K9은 기능과 디자인의 접점을 통해 두 가지 특징을 절묘하게 결합시켰다는 것.

운전자의 감성을 자극하는 디자인

"디자인을 시작하기 전, 사용자를 설정한 뒤 그의 입장에서 상상해보아야 한다. 무엇을 좋아할지, 어떤 기능에 관심을 보일지, 공감을 이끌어낼 감성은 무엇일지를 고민한 뒤 콘셉트를 구상해야 더 많은 사람의 호응을 얻을 수 있다. 그런 면에서 자동차는 실내 디자인에서 외관 디자인으로 옮겨가

TO THE GREATEST K9

야 한다. 차량을 구입한 사람, 즉 사용자는 차량의 외관을 감상하는 것이 아니라 내부에서 기기를 조작하며 승차감을 즐기는 것이기 때문이다. 또 나뭇 문 을 열고 운전석에 앉았을 때, 그 순간의 첫 만남이 어떠한가에 따라 차량을 구입할 지 말지를 결정한다."

진취적인 남성의 이미지가 느껴지는 프리미엄 세단 K9은 현실에 안주하기보다는 미래지향적인 도전 정신이 강한 이들의 감성을 자극한다. 국내 최초로 장착된 헤드업 디스플레이를 비롯해 첨단 기능이 망라되어 최고 자동차 기술의 집약체라고 할 수 있다. 특히, 김영세 회장이 인정한 헤드업 디스플레이는 6만5000색의 그래픽을 써서 입체감이 뛰어나 뿐만 아니라 속도, 내비게이션, 액티브 크루즈 컨트롤 상황, 후방 경보 시스템, 차선이탈 경보장치 등 다양한 정보를 제공해준다. 보여지는 위치를 조절하고, 텍스트의 색상도 선택할 수 있다.

K9의 후측방 경보 시스템은 사고 발생 가능성이 있을 경우 경고등과 경고음을 통해 운전자에게 알리며, 필요하다면 해당 방향의 운전석 시트까지 진동시킨다. 또한 기본적인 사각지대감시 기능(BSA, Blind Spot Assist) 외에 차선 변경 지원 기능(LCA, Lane Change Assist)을 함께 제공하는 것이 특징이다. 차선 변경 지원 기능은 차량 뒷부분에 장착된 두 개의 레이더가 후측방에서 빠르게 접근하는 차량까지 감지해서 알려주기 때문에 차량의 사이드 미러를 통해 보는 시각 정보만으로는 부족할 수 있는 운전자의 차선 변경 판단에 도움을 준다.

이 외에 변속기와 레버를 전자통신 제어로 조정하는 전자식 변속 레버, 차량 방향과 속도에 따라 각도 및 밝기를 조절하는 어댑티브 풀LED헤드램프, 9.2인치 대형 화면에 통합 조작기가 적용된 DIS 내비게이션, 주차 시 차량의 앞·뒤·좌·우를 보여주는 360도 어라운드 뷰시스템 등 첨단 기능으로 편의성이 뛰어나다.

앞서 김영세 회장이 말했듯 K9의 매력은 오너드리븐카뿐 아니라 쇼퍼드리븐카로서도 손색이 없다는 점이다. 넓은 실내 공간, DVD와 DMB 시청이 가능한 뒷좌석 듀얼 모니터 등 운전자가 아닌 탑승자를 위한 배려도 곳곳에서 감지할 수 있다. 무엇보다 빼놓을 수 없는 것은 조용하고 안락한 주행, 미끄러지듯 나아가는 차량은 최고의 편안함을 선사한다.

품질와 역동성이 공존하는 디자인

'형태는 기능을 따른다(Form follows function)'라는 말은 사람들의 경험과 습관을 분석하고, 이를 효과적으로 끌어

내기 위해 디자인한 것이 가장 과학적이며 심미안적으로도 아름답다는 의미다. 독일 바우하우스에서 시작해 현재 디자이너들의 보편적인 디자인 철학으로 자리 잡고 있다. 그러나 이노디자인 김영세 회장은 '디자인은 디자이너가 의도하는 바를 따른다(Design follows designer's intention)'고 말한다. 이는 K9의 디자인 콘셉트와도 맞닿아 있다. '형태는 기능을 따른다'는 기본에 충실하되 디자이너 고유의 감성을 더해 생명력 있는 스타일을 완성한 것이다. "디자인은 인터랙션(interaction)이다. 디자이너와 소비자 간의 인터랙션뿐만 아니라 디자이너와 디자이너 간의 인터랙션도 중요하다. 자동차 한 대를 만들기 위해 여러 명의 디자이너가 함께 작업을 한다. 그런데 인터랙션이 원활하게 이루어지지 않는다면 어떤 완성품이 나오겠는가. K9을 보고 좋다, 마음에 든다라는 생각이 드는 것은 내관과 외관이 일관성이 있기 때문이다. 진취적인 남성의 이미지가 느껴지는 실내 디자인은 차량 외부로 이어진다. 차량 정면을 바라보면 당당한 남성의 모습이 연상된다."

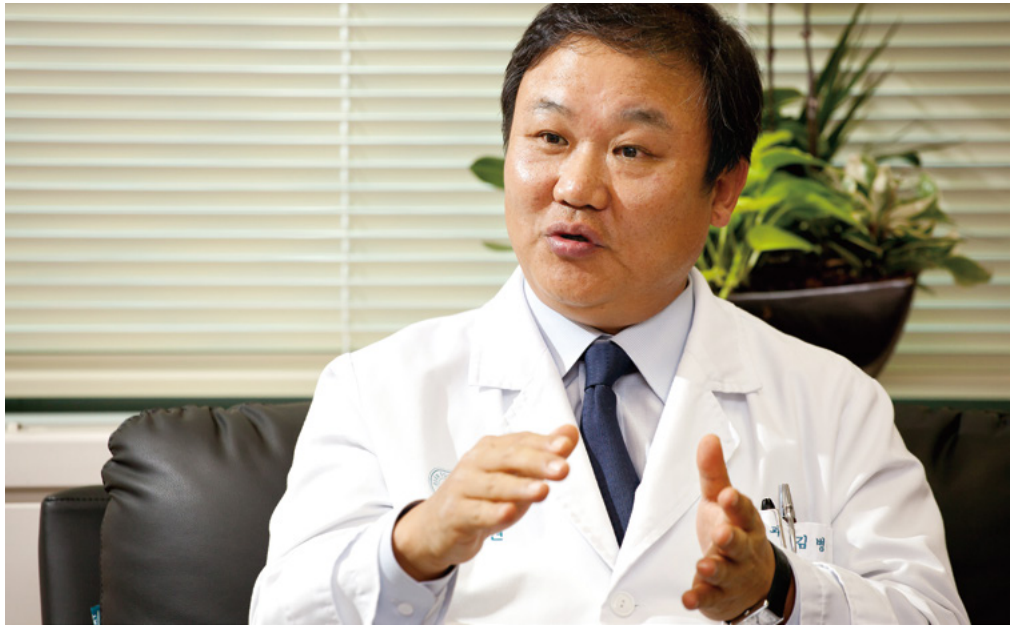
자동차의 얼굴과 표정을 결정짓는 핵심 요소인 라디에이터 그릴은 기존의 모델에 비해 더 크고 넓게 디자인되고, 좌우 펜더까지 파고들어간 헤드램프와 램프 위쪽에 삽입한 눈썹 모양 그래픽은 강한 이미지를 만들어내는 역할을 한다. K9의 차체를 보더라도 비례를 통해 역동성을 표현했다. 일반적으로 트렁크의 길이는 후드 길이의 절반일 때 중립적 이미지를 주고 그보다 길면 보수적인 이미지를, 짧으면 스포티한 이미지를 가지는데 K9의 트렁크 비례는 후드의 절반보다 짧아 역동적이고 스포티한 느낌을 준다.

이러한 역동적인 이미지는 측면 벨트라인의 높이로 이어진다. 벨트라인이 낮아 유리창이 넓어지면 개방적인 느낌을 주기도 하면서 귀여운 이미지를 줄 수 있다. 반대로 벨트라인이 높아져서 측면 유리가 좁아지면 공격적인 인상을 주게 된다. K9은 벨트라인을 높게 해서 가늘고 긴 형태의 유리창을 통해 젊고 역동적인 느낌을 준 것이다. "K9을 타보니 10년 전쯤 미국 잡지에서 본 자동차 광고가 떠올랐다. 근사한 집 차고 안쪽에 고급 스포츠카가 서 있고 차량이 나간 빈자리에 광고 브랜드 로고만 새겨진 이미지였다. 스포츠카를 놔두고도 탈 만큼 매력적인 세단이라는 것을 절묘하게 표현한 광고가 무척 인상적이었다. 스스로 운전해도 스포츠카처럼 좋은 차, K9을 데입해도 맞겠다 싶은 생각이 든다."

이노디자인 김영세 회장은 디자인을 할 때 가장 경계해야 하는 것이 사용자나 제품의 본래 기능을 고려하지 않고 외관에 치중하는 것이라고 했다. 그의 디자인 철학과 K9 디자인에 관한 이야기들을 듣고 나니 대뜸 "K9이 좋다"라고 말할 첫마디의 의미가 무엇인지 알 것 같다.

김영세 회장은 서울대 산업디자인과를 졸업한 후 미국 일리노이대학교에서 석사학위를 취득, 동대학에서 산업디자인과 교수로 재직했다. 1986년 실리콘밸리에 한국인 최초로 디자인 기업인 이노디자인을 설립했다. 디자인계의 아카데미상이라 불리는 미국의 IDEA 금·은·동상을 모두 휩쓰는 진기록을 남겼으며, iF, 레드닷 등 세계적인 디자인 어워드에서 29차례나 디자인상을 수상하는 등 명실공히 한국을 대표하는 세계적인 디자이너다. 대표작으로는 아이리버 MP3플레이어, 삼성전자 애니콜 가로폰, 태평양화학 슬라이딩 컴팩트 케이스 등이 있다. 지난 10월 문화체육관광부로부터 육관문화훈장을 받았으며, 21세기 새로운 인재상을 담은 〈퍼플피플〉 출간에 이어 12월에는 태극기를 모티브로 삼은 국립중앙박물관의 무빙 뮤지엄 개관을 앞두고 있다.

HEALTH



아직도 위암을 두려워하는가?

암은 머리카락을 제외한 인체 모든 부위에서 발병한다는 속설이 있다.

그만큼 각양각색의 암이 존재한다는 의미에서 나온 말이다.

그럼에도 우리나라 성인 남성이 가장 경계해야 할 암은 단연 위암이다. 대체 위암이 뭐길래?

서울아산병원 위장관외과·위암센터 김병식 교수가 위암과 관련해 우리가 궁금해하는 것들에 대해 이야기했다.

우리나라 남자가 가장 잘 걸리는 암 1위는 바로 위암이다. 대장암, 폐암, 간암, 전립선암 등을 모두 앞질렀다. 최근 국립암센터 중앙암등록본부가 발표한 자료에 따르면, 남성이 위암에 걸릴 확률은 9.1%, 이는 자그마치 여성의 2배에 가까운 수치다. 대체 남성은 왜 이토록 위암에 취약한가. 김병식 교수는 “통계상으로 50~60대 남성의 위암 발병률이 가장 높다. 그러나 남성이 여성보다 발병률이 높은 것에 대해서는 정확한 원인이 밝혀지지 않은 상태”라고 말한다. 몇몇 연구자는 술이나 담배를 거론하기도 하지만 이 역시 아직 유의미한 결과는 아니다.

짬을식을 피하라!

지금까지 밝혀진 위암의 주범은 짬 음식, 간장이나 된장을 밥상에서 빼놓지 않는 우리나라와 일본이 세계에서 위암 발병률이 가장 높은 이유도 여기에 있다. 김 교수는 “암은 식습관을 포함한 환경적 요인으로 인해 잘 발생한다. 대가족을 형성하던 옛날에는 가족 구성원이 섭취하는 음식물이 동일했다. 모두 함께 발암물질에 접촉함으로써 일정 시기가 되면 같은 암에 걸리는 것이다. 요즘엔 대가족 체계가 무너져 중요성이 다소 떨어지지만, 환경적 요인은 여전히 무시할 수 없다”고 덧붙인다. 따라서 위암을 예방하기 위한 핵심은 싱겁게 먹기. 이 한 가지만 지켜도 분명한 효험은 있다는 얘기다.

그러나 적절한 식습관을 유지하는 것은 말처럼 쉬운 일이 아닐뿐더러, 다른 부수적인 요인에 의해서도 병은 얼마든지 생길 수 있다. 때문에 김 교수는 정기검진의 중요성을 강조한다. “정기검진을 적극적으로 활용하는 것이 2차 예방법이 될 수 있다. 위암화회는 40대 이후부터 1년에 한 차례씩 내시경 검사를 받을 것을 권한다. 직계가족 중 위암 환자가 2명 이상이라면 30대부터 받는 게 좋다.” 내시경 검사

는 현재 가장 정확한 위암 진단법이다. 종양의 형태에 따라 내시경 진단이 힘든 경우도 있지만, 그것은 매우 드문 예다. 전문가들이 이치런 조기검진의 중요성을 강조하는 것은 오늘날 위암은 치료 가능한 병이기 때문. “어느 시점에서 치료하느냐가 정말 중요하다. 과거에는 조기 위암이 20~30%에 불과했지만 지금은 70% 이상이다. 그만큼 검진시스템이 활성화된 덕분인데, 초기에 발견할 경우 생존율이 90% 이상이다”라고 김 교수는 설명한다.

조기위암 수술 95% 성공

위암을 치료하는 방법은 크게 두 가지다. 약물과 수술. 그러나 완치율이 50~60%에 이르는 약물은 존재하지 않는다. 그러므로 지금으로선 수술이 가장 완전한 치료법이라 할 수 있다. 수술은 개복수술, 복강경수술, 로봇수술로 나뉜다. 이 중 어떤 수술이 옳다고는 말할 수 없다. 환자 개개

《평균수명까지 생존 시 암 발병 확률》				
순위	남자 (평균수명 77세)		여자 (평균수명 84세)	
	암종	확률(%)	암종	확률(%)
1	위	9.1	갑상선	7.9
2	대장	7.0	유방	4.2
3	폐	7.3	대장	5.0
4	간	5.1	위	4.8
5	전립선	4.2	폐	3.2
6	갑상선	1.6	간	2.2
7	방광	1.3	자궁경부	1.4
8	췌장	1.2	담낭 및 기타 담도	1.5
9	담낭 및 기타 담도	1.2	췌장	1.2
10	신장	1.0	난소	0.7

자료: 국립암센터 중앙암등록본부 (2009)

인의 상태에 따라 정해야 한다는 게 전문가들의 의견이다. 다만 조기 위암의 경우 배를 열고 진행하는 개복수술보다 구멍을 뚫은 다음 기구를 배 속에 집어넣고 진행하는 절단 복강경수술이 보편화되고 있는 추세. 김 교수는 “기본적인 수술 내용은 개복수술과 복강경수술이 동일하다. 다만 복부를 절개하는 길이가 짧아 통증이 덜하고 수술 흉터를 최소화할 수 있다. 회복기간도 빠르다. 수술이라는 것은 결국 충격을 가하는 작업이라는 점에서 면역성과도 직결되는데, 복강경수술은 면역성 저하율도 현저히 낮다”고 설명한다. 아울러 복강경수술은 집도의가 수술 과정을 모니터로 확대해 들여다보며 수술을 진행하기 때문에 개복수술보다 오히려 정확하고 정교하다는 것. 복강경수술 비용은 기구 활용 등으로 개복수술보다 100만원 정도 더 소요될 따름이다. 이보다 7~8배 이상 더 비싼 로봇수술도 그 결과에서는 복강경수술과 거의 차이가 없다. 로봇수술은 위나 장이 아닌 전립선과 같은 공간이 협소한 부위에서 빛을 발한다는 게 김 교수의 설명이다.

한편, 서울아산병원은 최근까지 3000 사례가 넘는 세계 최대 복강경 위암 수술을 시행했다. 타옥이 김 교수팀은 지난 2008년부터 ‘체내문합술’이라는 위암 복강경수술의 최고 난도 수술법을 적용하고 있다. 체내문합술은 절제된 위 조직을 배 바깥으로 꺼내어 재건하는 기존의 체외문합술보다 정교한 테크닉을 요한다. 배 속에서 자르고 꿰매는 수술 과정을 모두 마치고 5cm가량의 수술 흉터조차 남기지 않는다. 현재 김 교수팀은 풍부한 임상경험을 통해 복강경수술의 치료 성공률을 개복수술과 같은 95%대로 유지하고 있다. 김 교수는 “복강경 위암 수술은 더 이상 실험적인 치료법이 아닌 보편화된 치료법이다. 앞으로는 조기 위암을 넘어 진행성 위암 역시 복강경수술로 완치율을 높여 나갈 것”이라고 전한다.

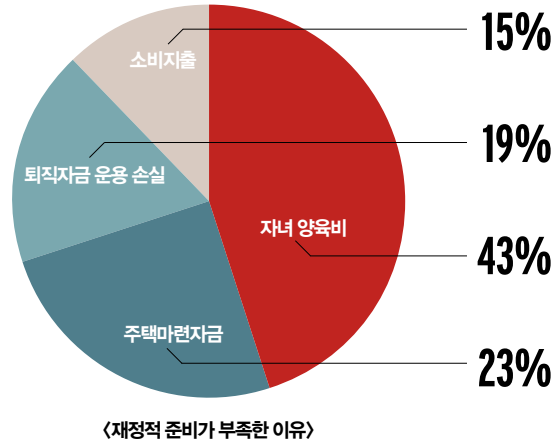
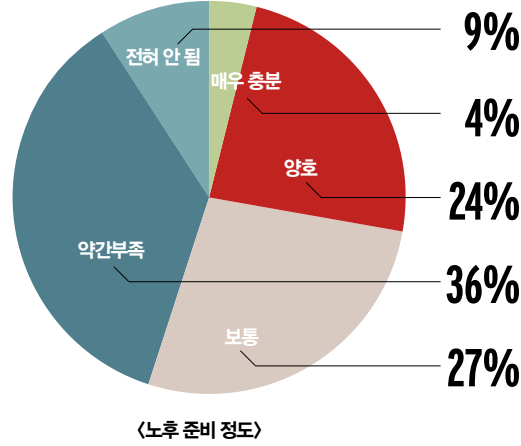
FINANCE

자녀 결혼비용 보탠다고 집 크기 줄이지 마세요

과도한 결혼 비용이 사회적 문제가 되고 있다. 결혼 후에 빚더미에 앉게 되는 현상을

‘히니문파어’라고 할 정도로 결혼 비용은 결혼 적령기 청춘들에게 걱정거리다.

하지만 무엇보다 경제적 부담을 크게 느끼는 세대는 부모들이다. 자녀 교육을 위해 허리가 휠 정도로 일한 것도 모자라 자녀 결혼으로 다시 빚을 내는 게 현실이다.



자녀들에게 뭐든 지 해주고 싶은 마음이야 모든 부모가 같을 것이다. 그러나 자신의 노후 계획에 큰 차질을 빚으면서까지 자녀에게 모든 것을 내어주는 것은 부모는 물론 자녀에게도 불행한 일이 된다. 당장이어 자녀들이 안정적인 출발을 할 수 있겠지만 이로 인해 노후 준비를 못한 부모들은 노후에 경제적 자립을 하지 못하고, 이것은 다시 자녀들의 부모 부담 부담으로 이어지기 때문이다.

실제 많은 이들이 자녀에 신경 쓰느라 노후 대비를 잘 못하고 있다. KDB산업은행 퇴직연금연구소가 지난 10월에 열린 2012서울국제시니어엑스포 50대 방문객 877명을 대상으로 진행한 설문조사에 따르면 노후 대비를 위한 경제적 준비 정도가 부족한 것으로 나타났다. 조사 대상자의 절반 가까이 경제적 준비가 안 돼 있다고 응답했으며, 준비가 미흡한 이유로 가장 많은 이들이 자녀 양육비를 꼽았다.

KDB산업은행 조사에 따르면 50대들이 희망하는 은퇴 후 생활자금은 월 평균 285만원이다. 하지만 이들이 보유한 금융자산은 1억원 수준으로 국민연금을 반영한다 해도 실제 은퇴자금은 월 평균 200만원에 한참 못 미친다. 결국 주택연금 등의 추가 노후 대책이 있어야 어느 정도 안정된 노후를 즐길 수 있다. 그러나 이것은 어디까지나 현재의 재산 가치가 변동이 없어야 가능한 일이다.

국민연금에 가입하지 않았거나 자가 주택이 없는 경우엔 노후 준비가 더 고달프다. 국민연금에 가입하지 않은 50대 자영업자, 국민연금제도 시행 전에 직장에서 전성기를 보낸 70~80대들이 대표적이다. 자가 주택마저 없는 경우, 나이 들어서까지 일을 하지 않으면 매달 안정적인 자금 확보가 어려워진다. 어느 정도 노후 준비를 잘해놓았다고 해도 자녀 결혼을 이유로 집을 줄인다거나 부채가 발생할 경우, 은퇴 후 사용할 수 있는 생활자금은 줄어든다. 예를 들어 3억원의 아파트를 보유한 이들은 60세부터 약 74만원의 주택연금을 수령할 수 있는데, 아파트 규모를 줄이거나 전세로 옮길 경우 주택연금 규모가 크게 줄거나 없어지게 된다. 결국 희망 생활자금에 턱없이 모자란 금액으로 노후 생활을 해야 한다는 말이다.

KDB산업은행 퇴직연금연구소 최순길 소장은 “고객 상담을 해보면 경제적으로 안정돼 있는 것처럼 보이는 70~80대 노인들의 한 달 생활비가 50만원도 안 되는 사례를 종종 볼 수 있다. 다들 부동자산만 채 정도는 가지고 있지만, 병원비 몇 만원이 아까워서 아픈 데도 불구하고 참고 지내는 이들이 많다. 이러한 사례에서 알 수 있듯이 적정 수준의 생활자금을 미리 확보하는 것이 필요하다”고 말했다.

물론 자녀에 대한 투자를 무작정 아낄 수는 없다. 세상에 하나뿐인 자녀는 당연히 자신의 인생을 보람 있게 하는 소중한 존재이기 때문이다. 하지만 무계획적인 자금 관리는 가족 모두에게 불행의 씨앗을 남긴다. 자신에게 필요한 은퇴자금의 규모를 정하고, 그에 맞는 계획을 세워야 한다. 그리고 그 계획 내에서 자녀에게 투자할 비용 규모를 정하는 것이 모두가 행복할 수 있는 은퇴 플랜이 될 것이다.

일본 시니어들의 해외 투자, 타당한 이유 있다

일본인 개인 전체의 금융자산은 약 1,483조 엔으로 세계 최대 규모이다. 이 중 60%를 60대 이상의 시니어들이 보유하고 있다. 세계 유수의 투자은행(IB)들이 이들의 막대한 자산을 노리고 일본에 진출했지만 일본 대형은행에 눌려서 성공한 예가 드물다. 여러 가지 이유가 있었지만 일본인들의 안정적 지향적 투자 성향에서 그 이유를 찾을 수 있다. 일본 정기예금 금리는 0.02~0.03%에 불과하다. 예금성 자산에 의지할 경우, 고수익은 추구하고자 하는 일본 시니어들은 해외로 눈을 돌리고 있다. 대표적인 것이 외환표시채권이다. 이 채권의 특징은 발행하는 회사와 통화의 국적이 서로 다르다는 것이다. 우리나라를 예로 들자면, 발행은 한국 수출입은행에서 하고 통화는 터키 리라화인 식이다. 원화로 발행되는 채권은 이자가 3%대이지만 리라화로 발행하면 6%대로 급등한다. 환율 변동에 의해 환손실의 위험은 있지만 역으로 환이익까지 노릴 수 있는 장점이 있다. 이른바 ‘월급 펀드’, ‘용돈 펀드’로 알려져 있는

매월 분배형 펀드도 일본 시니어들의 사랑을 받는다. 기존 펀드가 매달 일정액을 적립해 목돈을 만드는 방식이라면, 매월 분배형 펀드는 목돈을 맡기고 매달 일정액을 지급받는 방식이다. 노후 생활 자금을 안정적으로 확보할 수 있다는 이유로 일본에서 큰 인기를 끌고 있다. 매월 분배형 펀드 역시 해외 시장에 집중돼 있다. 이 펀드의 주요 투자처는 저수익 안정형의 경우 미국 리츠에 집중되며, 고수익을 추구하는 경우엔 태국과 인도네시아 등 동남아 신흥국 채권 위주로 구성된다. 일본은 우리보다 고령화 정도가 10년 이상 앞서 있고, 저금리 저성장의 지난한 시기를 오랫동안 견뎌왔다. 마땅한 투자 대상 찾기에 골몰없는 시행착오를 겪어왔다는 점은 우리들에게 시사하는 바가 크다. 그들의 현재 상황은 바로 조금 후에 닥칠 우리의 모습일 수도 있기 때문이다. 일본 시니어들의 투자 전략을 우리 상황에 적용해보면 어떨까? 한국 시니어들에게 몇 가지 투자 방안을 추천해보고자 한다. 첫째, 동남아시아 등 신흥국 채권에 투자하는



꼭 안정적이라는 고정관념은 이미 무너졌기에 무엇보다 신흥국 투자를 주저할 필요는 없다. 저출산·고령화, 저성장·저금리 등 현재 우리나라의 상황을 볼 때 해외 분산투자를 적극적으로 고려해야만 하는 시점이다. 이를 바탕으로 투자 전략의 변화가 필요한 시점이다. 자신의 자산을 해외 시장 성장성 높은 곳에 투자하여 자산의 밸런스를 보완하는 것도 좋다.

COMMUNITY



홈인스테드코리아 기부 캠페인 “어르신들에게 산타가 되어주세요”

시니어 케어 전문기업 홈인스테드코리아(www.homeinstead.co.kr)가 소외 어르신을 위한 기부 행사 '2012 BASTAS 어르신들에게 산타가 되어주세요'를 진행한다. 지난 11월 한 달 동안 강남파이낸스센터 입주 직원 및 ㈜심텍 임직원들을 대상으로 어르신들에게 전달할 선물을 기증받았으며, 오는 12월 4일 요양원에 계신 어르신들에게 이를 전달할 예정이다. 올해로 5년째를 맞는 홈인스테드의 BASTAS(Be A Santa To A Senior) 캠페인은 전 세계 17개국이 동시에 진행되는 사회공헌 프로그램이다. 세계 1위의 시니어 케어 기업으로서 소외받고 있는 어르신들을 사회적 책임을 다해 보살피자는 것이 캠페인 개최의 취지다. 올해에는 기증받은 선물을 충북 청원군에 있는 초정노인복지재단 요양원에 계신 어르신들에게 전달할 예정이다. 홈인스테드코리아 박은경 대표는 “우리가 매년 개최하고 있는 BASTAS 캠페인은 온 누리에 사랑과 기쁨을 전하는 크리스마스의 의미를 되새길 수 있는 사회공헌 행사이다. 많은 이들의 마음과 정성을 모아 어르신들이 필요로 하는 선물을 준비했다. 이번 행사를 통해 외롭게 연말을 보내고 계신 어르신들이 작은 행복을 얻어주시기를 희망한다”고 말했다.

어려운 이웃 돕는 게릴라 봉사단 “봉사는 남보다 나를 돕는 일”

봉사활동 하면 떠오르는 것은 강인한 체력과 열정. 바로 젊음의 키워드다. 하지만 봉사를 통해 젊음을 되찾는 이들이 있다. ‘게릴라 봉사단(http://club.yourstage.com/bongsa)’ 회원들이 그 주인공이다. 언제 어디라도 힘든 곳이 있으면 게릴라처럼 달려가겠다는 마음을 담아 이름 지은 게릴라 봉사단은 지난 8월에 만들어졌다. 평소 봉사활동을 자주 다니는 시니어들이 관련 클럽을 만들면 어떻까 하는 생각에서 의기투합한 것. 아이들을 위한 방과후 교실 봉사, 노숙자들을 위한 배식 봉사, 어르신들을 위한 영정사진 촬영 봉사 등 회원들 대부분이 다양한 봉사활동 경험을 갖고 있다.

현재 클럽 회원 수는 35명. 이들은 매달 1회 정기 봉사활동 모임을 열며, 수시로 어려운 이웃을 찾아 나눔의 손길을 펼치고 있다. 게릴라 봉사단 회원들은 한 목소리로 봉사 자체를 즐긴다고 말한다. 봉사활동이라는 것이 남을 돕는 일이지만 결국 자신을 돕는 일이라는 말이다. 이러한 이유로 봉사를 시작한 뒤로 밝아진 얼굴에 젊어졌다는 말도 많이 듣는다. 가족들의 응원도 이들에게 큰 힘이 된다.

“가족들이 더 좋아해요. 본인들도 나이가 들면 나중에 어머니처럼 살겠다고 할 정도예요. 회원 중 어떤 분은 아들이 응원을 온 적이 있어요. 봉사활동 하고 있는 곳 근처에 아들 직장이 있었는데, 어머니가 봉사하는 모습을 보고 싶다며 따뜻한 우유와 빵을 사가지고 왔어요. 회사 동료와 함께 말이에요.”

게릴라 봉사단의 대표적인 광동선 사십의 말이다. 그는 가족들이 자신을 자랑스러워할 때, 가장 큰 행복을 느낀다. 게릴라 봉사단은 누구에게나 열려 있다. 최근부터는 시니어가 아니어도 가입이 가능하게끔 자체 규정도 변경했다. 회원 가입은 시니어 포털 사이트 ‘유어스테이지(www.yourstage.com)’에서 하면 된다.



양 선생에게 물어보세요

부모님과 관련한 걱정거리나 궁금증이 있으면 연락주세요.
케어 코디네이터 양 선생님이 꼼꼼히 살펴보고 해법을 알려드리겠습니다.
사연이 채택되신 분께는 소정의 기념품을 드립니다.
문의 yang@homeinstead.co.kr

양명주 케어 코디네이터 겸 사회복지사는 1976년 이화여대를 졸업하고, COSCA 상담과정을 수료했다. 상담학 석사·사회복지학 석사 학위를 받고 현재 세계적인 비영리 시니어 케어 전문 기업 ㈜홈인스테드코리아 사무국장으로 활동하고 있으며, 사회복지법인 굿한즈 사무국장을 겸임하고 있다.



Q 저는 가족들과 떨어져 살고 있는 기러기 아빠입니다. 자녀 교육 문제로 아내와 자녀는 캐나다에서 지내고 일 때문에 저만 홀로 한국에 있습니다. 저희 어머니는 10년 전 사별하신 뒤로 외롭게 지내고 계십니다. 성격이 적극적인 편은 아니어서 친구들이 많지는 않습니다. 올해 연세는 73세로, 바깥 활동도 안 하시는 편입니다. 제가 어머니와 그리 멀리 떨어져 있지는 않아서 그동안 자주 찾아서 살피드렸습니다. 하지만 당분간 어머니를 살피드리기 어렵게 됐습니다. 내년 3월까지 해외 출장을 가게 됐기 때문입니다. 어머니께서 외롭지 않게 지낼 수 있는 좋은 방법이 없을까요? (45세 아들, 무역회사 임원)

A 기러기 아빠로 가족과 떨어져 지내는 것이 쉬운 일은 아니죠. 게다가 어머니까지 돌보는 것은 더더욱 그렇습니다. 그래도 어머니께 최선을 다하는 모습을 보니, 어머니께서 참으로 훌륭한 아들을 두셨다는 생각이 듭니다. 어머니가 73세라고 하셨는데 요즘은 그 연세에 활발하게 활동하는 분도 참 많습니다. 그러나 어머니의 성품이 조용하신 편이라 사회적 교류가 많지 않으신 것 같네요. 무엇보다 다양한 사회적 교류는 정신건강과 치매 예방을 위해서도 반드시 필요합니다. 우선 저희 고객의 사례 하나를 말씀드리겠습니다. 자녀들과 함께 살고 계시긴 하지만 혼자서 활동할 수 있는 범위가 제한돼 있는 여성 어르신의 사례입니다. 가족들이 직장에 가고 홀로 계신 어르신을 위해 자녀들이 서비스를 신청했습니다. 외로움을 달래드리기 위해 저희 케어가버가 일주일에 두 번 고객 댁을 방문했습니다. 주로 제공한 서비스는 정서적 지원 서비스로 ‘말벗 되어드리기’ ‘영화관 함께 가기’ ‘산책’ ‘간단한 실내 게임’ 등이었습니다. 서비스 후에 가족들의 만족도가 높았습니다. 그동안 어머니를 혼자 계시게 한다는 미안함이 많이 해소됐기 때문입니다. 어머니도 전보다 밝은 모습으로 지내시게 됐습니다.

혹시 어머니께서 낯선 사람이 오는 것에 거부감이 있으신가요? 다음 사연을 보시면 좀 안심이 되리라 생각합니다. 고객 중 여성 어르신이 계시는데, 휠체어를 이용하시는 분입니다. 그런데도 집안일을 손수 하십니다. 당연히 자녀들이 마음이 편하지 않았겠죠? 몸이 불편한 어머니를 위해 자녀들이 저희에게 서비스를 의뢰했습니다. 하지만 아버님께서 서비스 이용을 반대하셨습니다. 외부인이 자신의 집에 오가는 것이 싫다는 것이 이유였습니다. 그래도 자녀들은 열심히 아버님을 설득했고, 마침내 승낙을 받아냈습니다. 서비스 이후 아버님께서는 어머니보다 더 저희 서비스를 좋아하시게 됐습니다. 아마도 전과 달라진 아내 모습을 보고 좋았기 때문일 것입니다. 저희에게 고맙다는 표현도 하시고 가끔 간식도 사 들고 오시기도 합니다. 날씨가 많이 추워졌습니다. 그렇다고 집 안에서만 계시면 건강에 이롭지 않습니다. 선생님께서 어머니를 보살피드리지 못하기 때문에 누군가는 그 일을 해야 합니다. 가족의 빈 자리를 채울 수 있도록 앞서 고객 사례로 말씀드린 정서적 지원 서비스를 이용하시는 것은 어떨까요? 우선 어머니 연세를 고려해 바깥 활동에 대한 플랜을 제안드리자면 크리스마스 분위기를 느낄 수 있는 이벤트(백화점, 쇼핑물, 레스토랑 외출 등), 설날 가족 모임의 정서를 느낄 수 있는 이벤트(만두빚기, 옷돌이, 영화보기 등), 건강 유지를 위한 규칙적인 신체활동(산책, 가벼운 체조 등), 생활 환경 개선을 위한 간단한 집안 관리(식사 준비, 청소, 설거지, 세탁 등), 어머니의 품격을 높여드릴 수 있는 서비스(화장, 네일아트, 염색, 사진찍기 등)입니다. 홈인스테드코리아는 자녀의 마음으로 어르신을 돌봐드리고 있습니다. 모든 염려는 저희에게 맡기시고 주어진 일을 잘 마무리하고 오시기 바랍니다.

Home Instead
시 니 어 케 어®

가족처럼 돌보는 어르신의 동반자
문의 02-3218-6243 www.homeinstead.co.kr

홈인스테드 시니어 케어는 1994년 미국에서 설립된 세계 최대의 시니어 케어 전문 기업으로 전 세계 17개국, 900여 개의 네트워크를 통해 오랫동안 검증받은 케어 서비스를 제공하고 있습니다. ㈜홈인스테드코리아는 이와 동질의 서비스를 한국에서 제공하고 있으며, 이 서비스를 제공하는 ‘케어기버(CAREGiver™)’는 3단계 채용 과정을 거치고, 상시 교육과 밀착 관리가 이루어지므로 믿고 어르신 케어를 맡기실 수 있습니다.

Smart Senior, Welcome To SENIOR REPORTER!



대한민국 No.1 시니어포털 유어스테이지에서

당신을 시니어리포터로 모십니다

꿈과 재능을 펼칠 수 있는 기회!



www.yourstage.com

지금 바로 신청하세요

시니어리포터란?

주변에서 일어난 흥미롭고 재미있는 일, 공감이 가는 좋은 글귀 등 다른 사람에게 소개하고, 나누고 싶은 정보를 형식에 얽매이지 않고, 서로 나누는 시대를 앞서가는 시니어를 말합니다.

문의 02-3218-6234 · help@yourstage.com (주)시니어파트너즈 에서는 시니어를 위한 포털사이트 유어스테이지(www.yourstage.com)를 운영하고 있습니다.

INFOPACK

눈에 띄는 12월 아이템

시간은 빠르게 연말을 향해 달리고, 그럴수록 마음은 랜스레 헛헛하기만 하다. 이 분위기를 단숨에 날려버릴 만한 일이 어디 없을까. 여기, 호기심을 자극하기에 충분한 몇 가지 아이템이 있다.



Ski Jacket

슬로프의 주인공을 위한 단 하나의 재킷

겨울이 시작되면 눈 덮인 슬로프부터 떠올리는 당신, 특별한 스키 재킷을 입을 자격이 충분하다. 이룰테면, 에르메네쥬도 제너의 스포츠 라인 제너스프츠에서 출시한 '모노크롬 플러스 더블 프론트 스키 재킷' 같은 것 말이다. 모노크롬 플러스 더블 프론트 스키 재킷은 얼핏 보면 그저 세련된 디자인의 스키 재킷에 불과하다. 하지만 재킷의 진가는 다른 곳에 숨어 있다. 바로 소매의 레드 라인 속에서 빛나는 LED 조명이 그것. 내피 포켓 속 스위치로 점등이 가능하며 USB 케이블로 충전할 수 있다. 눈 덮인 야간 슬로프의 주인공이 되고 싶다면 주저 말고 선택할 것. 문의 02-2240-6521

Camera

찰칵, 추억을 놓치지 않는 카메라

스마트 폰으로 사진을 찍을 수도 있지만 역시 기계의 모든 기능이 피사체에 집중되는 카메라로 찍는 것과는 느낌이부터가 확실히 다르다. 올림푸스 PEN 시리즈는 세련된 디자인과 우수한 화질로 꾸준히 사랑받는 카메라다. 이번에 PEN 시리즈는 역대 최고의 화질을 자랑하는 2종의 신제품 'PEN Lite E-PL5'와 'PEN mini E-PM2'를 출시한다. PEN Lite E-PL5는 작고 세련된 디자인에 고급 사양을 갖춰 언론과 소비자들로부터 극찬을 받은 E-PL3의 후속작. 이전 모델보다 화질과 편의성이 개선했다. PEN mini는 이름에 걸맞은 초소형·초경량 사이즈를 자랑한다. 배터리와 메모리 카드를 장착한 무게도 269g밖에 되지 않아 휴대성도 스마트폰 부럽지 않다. 문의 02-6255-3420



손목에서 완성하는 블랙타이 룩

손목시계야말로 정교한 기술력과 정인의 손으로 완성한 나노 예술의 집약체다. 건축적이고 창의적인 디자인으로 완성된 시계는 그래서 가치를 더 인정받는다. 피아제 블랙타이 컬렉션의 완성판 구버너(Gouverneur)는 지난 1월, 스위스 제네바에서 열린 국제고급시계박람회(SIH)에서 첫선을 보였다. 케이스에서 다이얼까지 원형과 타원형을 반복하며 건축미를 살린 구버너의 디자인은 당시 많은 참가자의 눈길을 사로잡았다. 구버너가 시계 애호가들 사이에서 화자되는 데는 또 다른 이유가 있다. DNA를 공유하는 두 사람의 장인이 각자의 개성을 실려 공동 제작했다는 것 때문이다. 피아제 블랙타이 컬렉션의 모든 모델을 디자인한 아버지와 '매뉴팩처 드 오토 오를로제리 피아제(Manufacture de Haute Horlogerie Piaget)'에서 함께 일하는 아들이 바로 그들. 구버너 라인은 오토매틱, 크로노그래프, 투르비옹으로 이루어져 있으며, 각 모델에 피아제 자체제작 800P, 882P, 642P 무브먼트가 장착되었다. 지난일부터 국내에서 정식 판매하기 시작한 구버너는 피아제 부티크에서 만날 수 있다. 문의 02-3440-5656

Watch



Leather Goods

특별한 남자를 위한 특별한 가죽 제품

남자의 선물을 고르는 것은 어렵다. 그 상대가 높은 안목과 취향을 가졌다면 벨루타의 '가스파드 컬렉션'이 그 어려움을 덜어줄 것이다. 가스파드 컬렉션은 반지갑, 카드 홀더, 장지갑, 지퍼 장지갑으로 구성된 4종의 지갑 라인. 모두 벨루타가 자랑하는 최고급 송아지 가죽으로 제작됐다. 가스파드는 지갑의 앞과 뒤에 대담한 절개를 넣어 디자인을 차별화하고, 음영을 더해 고급스러운 이미지를 완성했다. 문의 02-3446-1895



LOVE Charity

필요한 건 오직 사랑뿐

연말은 사랑을 나누는 시기다. 소중한 이와 특별한 선물을 나누는가 하면, 어려운 이웃을 돌아보기도 한다. 까르띠에는 사랑과 헌신을 의미하는 대표적인 주얼리 라인, 러브 컬렉션을 통해 보다 많은 사람과 사랑을 나눌 수 있는 행사를 마련했다. 12월 한 달간 청담동 까르띠에 매장에서 '러브 브레이슬릿(LOVE Bracelet)'을 착용한 국내 정상급 스타 10인의 사진 전시회를 열고 LOVE 이벤트라 불리는 자선행사를 개최하는 것. 이 행사는 올해로 벌써 6회째를 맞는다. 까르띠에는 매년 이맘때가 되면 LOVE 컬렉션의 판매 수익금 일부를 국제 기구 IVI와 함께 '전 세계 어린 생명 살리기' 캠페인에 기부한다. 까르띠에의 LOVE 이벤트에 동참하면 기부도 어렵지 않다. 비틀스의 노래 제목처럼 'All you need is LOVE'일 뿐이다. 문의 1566-7277



Bedding

아주 사적인 공간이다. 타인에게는 되도록 공개하지 않는 공간이다.

침실은 아주 사적인 공간이다. 타인에게는 되도록 공개하지 않는 공간이다. 그래서 침실을 아름답게 꾸미는 것이야말로 과시를 위함이 아닌 진정한 자기 만족을 위한 최상의 럭셔리일 수 있다. 지난 10월부터 미국 백악관의 마스터 베드룸을 장식한 침구를 내 침실까지 끌어들이 수 있는 기회가 열렸다. 미국의 최고급 홈 패션 제품을 국내 인방으로 배송해주는 인터넛 쇼핑몰 JuLo(www.julo.co.kr)가 론칭 한 것. "내 집에 두고 싶은 정도의 제품이 아니면 고객에게 소개하지 않는다"는 브랜드 설립자의 신념에 따라 엄격한 기준을 통과한 최고의 홈패션 브랜드와 제품을 소개한다. 문의 02-3445-1501



Limited Watch

바쉐론 콘스탄틴 말테 컬렉션의 백년해로

고급 시계의 가치를 가장 빠르게 판단할 수 있는 수단 중 하나가 바로 '역사'다. 세계에서 가장 오랜 역사를 가진 시계 메이커 바쉐론 콘스탄틴의 257년 이력에 한 페이지를 장식한 모델 중 하나인 '말테 컬렉션'이 100주년을 맞이했다. 로마 숫자로 이루어진 다이얼, 우아한 곡선미가 돋보이는 토노 디자인의 케이스 등 군더더기 없는 클래식한 디자인으로 사랑받아온 말테 컬렉션이 100주년 기념 한정판 모델을 출시했다. 각각의 케이스 후면에 고유 숫자를 새겨 한정 모델을 소유한 기쁨을 배가시켰고, 블루 아가바죽 스트랩을 사용했으며 말테 크로스 모양의 플래티넘 버클을 장착했다. 12월 초에 새롭게 오픈하는 현대백화점 부티크에서 만날 수 있다. 문의 02-796-4510

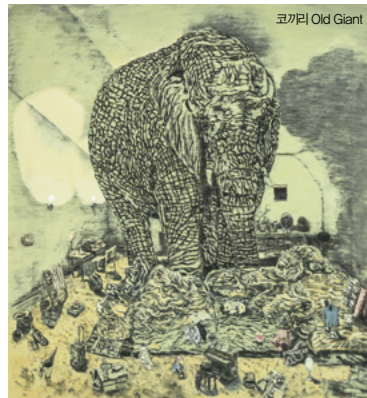
CULTURE

Gallery



반 고흐 in 파리

수식이 필요 없는 화가 반 고흐(1853~1890). 1880년대 프랑스 파리에서 고흐는 무엇을 보고 느꼈을까. <반 고흐 in 파리>展은 고흐가 작품 활동을 펼친 10년 중 가장 중요한 시기로 평가되는 '파리시기'(1886~1888)'를 집중 조명한다. 이 시기 네덜란드의 전통화를 답습하던 리얼리스트 청년 화가의 화풍은 급격한 변화를 맞는다. 인상주의라는 새로운 양식을 발견한 고흐는 사실주의적 현실을 빛의 풍경으로 탈바꿈시킨다. 고흐가 리얼리스트에서 모더니스트로 변모해가는 과정이 바로 이 속에 고스란히 담겨 있다. 그런 점에서 이번 전시는 고흐의 예술세계를 보다 심도 있게 관찰할 수 있는 좋은 기회다. 암스테르담 반 고흐 미술관 소장품을 중심으로 유화작품 60여 점이 한자리에 모인다. 다수의 자화상 작품을 감상할 수 있다는 점은 이번 전시의 빠뜨릴 수 없는 모티프. <반 고흐 in 파리>는 내년 3월 24일까지 예술의전당 디자인미술관에서 열린다. 문의 1588-2618



코끼리 Old Giant

인생의 의미를 가르쳐준 소중한 사람 유덕화. 아직도 그를 방기리나 찰주하는 유태로는 청춘으로 기억하는가? 어느새 그도 나이 선을 훌쩍 넘겼다. 이제껏 출연한 영화만도 자그마치 100편이 넘는다. 보다 새로운 모습의 유덕화를 만나고 싶다면 이번이 기회다. 영화 <심플라이프>는 유덕화의 더욱 폭넓은 연기 스펙트럼을 확인할 수 있는 작품. <천녀유혼>, <황비홍> 등을 제작한 홍콩의 저명한 프로듀서 로저 리의 실제 경험담을 바탕으로 만들어진 <심플라이프>는 혈육은 아니지만 그 이상의 정을 나누는 두 인물의 이야기다. 중국 전역을 오가며 바쁜 나날을 살고 있는 영화제작자 로저(유덕화)는 자신이 태어나기 전부터 집안일을 도맡아 온 이타오(염덕화)가 중풍으로 쓰러지자 그녀의 마지막을 함께하기로 결정한다. 그 과정에서 이타오가 자신의 삶에 얼마나 큰 의미인지를 조금씩 깨달아가는 것. 영화는 현실에서 묻어내는 진술들을 웃음과 감동으로 절묘하게 풀어내는 평을 받았다. 홍콩 박스오피스 1위를 석권하는 것은 물론 베니스국제영화제를 비롯한 세계 유수의 영화제에서도 호평을 얻었다. 11월 22일 개봉

Stage



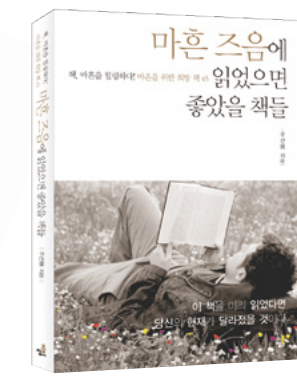
팬텀이 돌아왔다!

<오페라의 유령>이 7년 만에 다시 한국을 찾는다. 이번 내한은 탄생 25주년을 기념한 월드투어의 일환으로, 팬텀의 오랜 팬들을 설레게 하고 있다. <오페라의 유령>은 프랑스의 추리소설가 가스통 루유의 동명 소설을 영국의 작곡가 앤드루 로이드 웨버가 뮤지컬로 탄생시킨 작품. 19세기 파리 오페라극장을 배경으로, 젊은 프리마돈나 크리스틴을 사랑하는 총총한 얼굴의 천재음악가 팬텀의 처절한 이야기'가 펼쳐진다. 1986년 영국 웨스트엔드에서 초연한 이래 지금까지 전 세계 27개국에서 총 6만5000회 이상 공연했다. 이번 무대는 역대 최고의 팬텀으로 평가되는 배우 브래드 리틀과 웨버의 새로운 뮤즈 클레어 라이언이 채운다. 12월 7일부터 내년 2월 28일까지 블루스퀘어 상상전차에서 만나볼 수 있다. 문의 1577-3363

Books

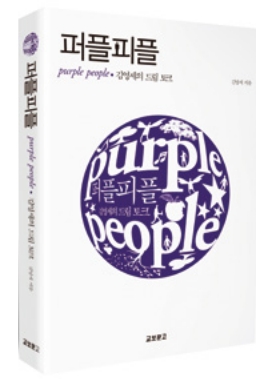
<마흔 즈음에 읽었으면 좋았을 책들>

어느 날 문득 사표를 던진 채 3년이라는 시간 동안 도서관에 파묻혀 지낸 저자는 책만큼 위대한 것은 세상에 아무것도 없다고 믿는다. 책은 악한 사람을 착한 사람으로, 나약한 사람을 강인한 사람으로 바꾼다. 그렇다면 과연 어떤 책을 읽어야 할까? 특히 인생의 반을 지나온 중년이라면? 저자는 마시 시모프의 <이유 없이 행복하라>, 제임스 보그의 <마음의 힘> 등 마흔의 중년들에게 피가 되고 살이 될 45권을 엄선했다. 주선용 저, 북생크.



<퍼플피플>

스티브 잡스, 마크 주커버그 등 혁신가라 불리는 이들의 공통점은 무엇일까? 세상이 정해놓은 성공의 기준에서 벗어난 삶을 살았다는 것. 말 잘 듣는 모범생이 아니라 호기심을 채우는 '모험생'이었다는 것. 참다산연구소의 중심자인 실리콘밸리에 한국인 최초의 디자인 회사를 세우고 새로운 트렌드를 창조해온 저자는 이 책을 통해 혁신가들에 대해 이야기한다. 혁신은 천재만 하는 거냐고? 결코 그렇지 않다. 자신이 택한 일 자체를 즐기는 것이 바로 혁신의 포인트다. 김영세 저, 교보문고.



<마지막 한 걸음은 혼자서 가야 한다>

'안주는 안락사다.' '올몸' 인문학자인 저자는 불인한 안주를 박차고 47일간 산티아고 길을 걸었다. 낯선 위기감이 자신을 그 길로 내몰았다는 것. 산티아고로 떠난 한 중년 사내의 결행과 분투가 고스란히 담겨 있다. 중세 수행자들이 낯은 신발을 신고 걸었던 산티아고 길을 걸으며 치열하게 자신을 되돌아본 저자는 말한다. 위기가 닥쳤을 때 정착 필요한 것은 위로나 성취가 아니라 그 인생무게를 끌개지 않고 갈 '내 안의 힘'을. 장진홍 저, 문학동네.





시니어라이프를 준비하는 당신이 바라던 선택의 기준

2013 대한민국시니어브랜드대상

2012년 12월, 대한민국 대표 시니어 브랜드가 당신을 찾아갑니다

대한민국시니어브랜드대상(Korea Senior Brand Index)이란
시니어조선이 주최·주관하는 브랜드 인증·시상 행사로, 시니어 상품을
품질, 서비스, 안전, 이미지 등 4대 관점 5개 영역에서 소비자와 전문가가 평가한 결과를 지수화하여
상품에 대한 시니어 및 시니어준비세대 소비자들의 브랜드 가치 척도를 나타내는 것입니다.

대한민국시니어브랜드대상은
대한민국 산업에 시니어 전문/특화된 새로운 비즈니스 기회를 제시함은 물론,
소비자들에게는 시니어·시니어준비 상품군 선택의 기준이,
기업에게는 타사와의 비교우위를 객관적으로 제시할 수 있는 브랜드 표준이 될 것입니다.

1위 인증기업 참여 안내

9대 산업 119개 분야의 1위 시니어브랜드가 [대한민국시니어브랜드대상] 홈페이지에 게재되고 있습니다.
www.senioraward.co.kr에서 지금 확인 하십시오.

문의 : 대한민국시니어브랜드대상 운영사무국
서울특별시 중구 세종대로 135 조선일보사 구관 3층 T.02-724-7865 E.senior@chosun.com