

EYA NEWSLETTER

ENGLISH TITLES

FICTION

제목 : THE TRUTH ABOUT JULIA

가제 : 줄리아의 진실

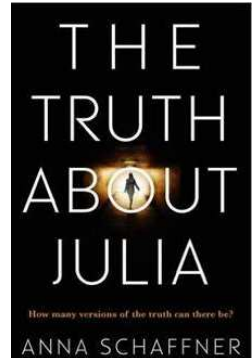
저자 : Anna Schaffner

출판사: Allen & Unwin

발행일: 2015년 9월 3일

분량 : 304 페이지

장르 : 소설/ 스릴러



* “시기적으로 아주 적절한 책” – 「보그(Vogue)」

* “흡입력 있고 가볍게 읽을 수 있는 책인 동시에 지적 고민을 제시하는 책. 정치 이론과 학계의 문제를 강렬한 이야기가 엔진처럼 끌고 나간다.” – 「엣지 매거진(Edge Magazine)」

재판을 앞두고 정신병원에 수감된 한 여자가 친구에게 장문의 편지를 쓴다. 클레어라는 이름의 여자는 한때 연인이었고 오랜 친구인 동시에 자신이 쓴 글을 다듬어 출판해온 편집자인 조지에게 그간 있었던 일들을 조금씩 털어 놓는다. 범죄자와는 거리가 멀었던 자신이 왜 이렇게 됐는지, 어쩌다 낯선 공간에 자유를 빼앗긴 채 비정상적인 사람으로 여겨지는 존재가 되었는지, 클레어는 조지에게 거대한 드라마와 같았던 지난 사건들을 찬찬히 듣고 누가 악인인지 판단해 달라고 부탁한다. 그리고 줄리아라는 이름이 등장한다.

취재 기자로 활동하던 클레어는 런던 시내 한복판에서 가공할 만한 범죄를 일으킨 젊은 여성, 줄리아에 주목한다. 겨우 스물네 살, 꽃다운 나이에 보는 이들의 눈길을 한눈에 사로잡을 만큼 아름답고 지적 수준도 높은 줄리아는 사람들로 늘 북적대는 카페에 폭탄을 설치했다. 이 테러로 스물네 명이나 되는 사람들이 목숨을 잃고 말았다. 달아나지도 않고 스스로 경찰 앞에 모습을 나타내고 체포된 줄리아는 언뜻 이해가 가지 않는 주장만 펼칠 뿐, 이런 무모한 살인 행위를 벌인 이유가 무엇인지 설명하지 않는다. 그저 아무 생각 없이 사람을 죽이는 사이코패스일까? 입 밖에 낼 수 없는 어떤 목적과 동기가 있었을까? 이 사건에 깊은 관심을 갖게 된 클레어는 줄리아의 전기를 쓰기로 결심하고 출판사 편집장인 조지에게 원고를 다 쓰기만 하면 무조건 출판한다는 약속까지 받아낸다. 그러나 본격적인 취재에 나선 클레어는 생각지도 못한 벽에 부딪힌다. 세상 사람들이 미치광이라 손가락질하는 줄리아의 실체는, 그녀가 저지른 일들과 전혀 연결되지 않았다.

줄리아의 친구들, 가족들을 하나하나 만나 어떤 삶을 살았고 어떤 사람이었는지 파헤치던 클레어는 테러리스트의 전형처럼 지독하게 괴로운 인생을 살지 않았다는 사실에 놀란다. 오히려 괜찮은 환경에서 특권을 누리며 잘 살던 사람이었다. 왜 그녀가 전혀 어울리지도 않는 일을 저질렀을까, 클레어의 호기심은 취재를 해 나갈수록 점점 깊어 가고, 문득 줄리아에게서 자신과 겹쳐지는 부분을 발견하기 시작한다. 받아들이기 힘든 줄리아의 실체와 자신과의 공통점에 미묘하게 끌리기 시작한 클레어는 서서히 집착에 가까운 호기심을 느끼기 시작한다.

자신과 줄리아의 이야기를 전하는 소설의 주축이자 화자인 클레어는 마흔 살 후반에 결혼을 하지 않고 고양이와 단둘이 외롭게 살아왔다. 자신에 대해서는 자세히 언급하지 않는 클레어에 대해 우리는 중간중간 나오는 단서로 추측만 하게 되고, 그리 순탄치 않았던 삶을 지나온 클레어가 젊고 아름다운 줄리아에게 호기심과 일종의 동경을 느끼고 있음을 알게 된다. 글 쓰는 것을 좋아해서 기자로, 작가로 일해왔지만 사악한 은행가의 전기를 쓴 일로 고소를 당하고 그나마 모아둔 재산을 모두 날리는 비극을 겪은 클레어는 외롭고 고달픈 시간을 혼자 오래 견뎌온 그 시각으로 줄리아를 바라본다. 그리고 처음에는 대다수의 생각처럼 폭탄 테러를 일으킨 미치광이라 생각했던 줄리아가 세상에 진정한 변화를 이끌기 위해 ‘그럴 수밖에 없었다’는 결론에 다다른다. 그리고 자신이 그토록 좋아한 글로는 정의를 바로 세울 수 없다는 회의감을 느끼고, 급기야 줄리아처럼 스스로 일을 저지르고 만다.

줄리아와 클레어, 두 사람의 무모한 행동이 어디에 뿌리를 두고 있는지 마지막까지 드러나지 않아 독자를 끝까지 붙잡아 놓는 힘이 있는 스릴러이자, 우리가 세상을 살아가는 방식, 윤리와 도덕의 가치, 무분별한 소비주의와 정치적 무관심이 사회 곳곳에 남긴 흔적과 흉터를 날카롭게 되짚어볼 수 있는 의미 있는 소설이다.

<저자 소개>

애나 샤프너(Anna Schaffner)는 켄트 대학교에서 비교문학 강사로 학생들을 가르치고 있다. 파버 글쓰기 아카데미(Faber Academy Creative Writing)에서 공부했다.

제목 : LOVE AND OTHER CONSOLATION PRIZES

가제 : 사랑 같은 위로상

저자 : Jamie Ford

출판사: Ballantine Books

발행일: 2017년 9월 12일

분량 : 320 페이지

장르 : 소설/ 역사소설



- * 뉴욕타임스 베스트셀러에 오른 데뷔 소설 『Hotel on the Corner of Bitter and Sweet』로 아시아·태평양 미국문학상을 수상한 작가의 새로운 역사 소설
- * 뜻밖의 행운으로 인생이 바뀐 고아 소년의 삶, 1900년대 초반과 중반을 오가며 시대적, 사회적 변화를 매력적으로 그려낸 이야기

1962년, 택시 기사인 어니스트 영은 축제 분위기로 떠들썩한 행사장의 주차장 한쪽에서 흥겨운 박람회장의 모습을 먼 발치에서만 구경한다. 시애틀 메모리얼 스타디움에서 열린 박람회를 맞아 가장 좋은 정장을 빼 입고 한껏 꾸민 사람들이 삼삼오오 모여든다. 유명인사를 취재하러 나온 기자들과 카메라도 곳곳에서 진을 치고 있다. 가족끼리, 연인끼리 팔짱을 끼고 입구로 발걸음을 재촉하는 모습을 보면서 어니스트는 그레이스를 떠올린다. 어릴 때부터 알고 지내다가 평생 함께할 아내가 된 그레이스는 마흔을 조금 넘긴 나이에 전혀 다른 사람이 되고 말았다. 어니스트는 박람회 개최가 결정되고 경기장을 짓기 위한 공사가 첫 삽을 뜨던 바로 그 날 밤, 그레이스에게 내려진 청천벽력 같은 진단을 똑똑히 기억하고 있다. 거대한 행사가 시작되던 그 날이 아내와 멀쩡한 정신으로 마주한 마지막 날이 되리라곤 생각지도 못했다. 이제 그레이스는 옛 모습을 다 잃었지만 그 날 공사가 시작된 경기장과 각종 시설물은 번듯하게 완성되어 이렇게 수많은 인파와 관심을 끌어 모으고 있다. 어니스트는 범접할 수 없는 다른 세계처럼 느껴지는 박람회장만을 바라만 보며, 긴 시간을 지나 지금 자신과 화려한 축제의 간격만큼 낯설게 느껴지는 옛 일들을 떠올린다. 어릴 적, 전쟁과 기근으로 하루하루 목숨을 지키기도 힘들었던 시기에 홀로 떠나왔던 그 날부터.

1902년, 아직 중국 이름으로 불리던 한 소년은 이제부터 삼촌이 돌봐 줄 거라는 엄마의 말을 믿어보기로 이를 악물고 결심한다. 다른 친구들과 눈 색깔도, 머리카락 색깔도 다른 소년은 영어와 중국어 모두 어색하게 느껴졌다. 분명한 건 자신에게 파란 눈을 물려준 아빠는 이제 곁에 없다는 것, 그리고 불과 3일 전 여동생을 낳은 엄마는 먹을 것이 없어 자신을 키울 수가 없다는 사실이다. 울먹이며 자신을 다독이고 멀리 가버린 엄마 뒤를 뒤쫓아가고 싶었지만 소년은 겨우 참는다. 그리고 다음 날 새벽, 자신보다 나이도 많고 덩치도 큰 형, 누나들과 함께 ‘삼촌’을 만난다. 양팔에 문신이 가득한 남자는 소년에게 다가와 몸 이곳 저곳을 뜯어보고는 만족한 듯 얼굴 가득 미소를 지어 보였다. 그렇게 소년은 배에 올라, 머나먼 미국으로 향했다.

어니스트의 아내 그레이스가 한밤중에 귀신이라도 본 것처럼 고향을 지른 날, 어릴 때부터 그녀를 치료해온 늙은 의사는 뇌에 희귀한 염증이 생겼다고 울먹이며 이야기했다. 하지만 어니스트는 의사가 아직 어린 딸들을 생각해 돌려 말한 것이라 확신했다. 그레이스는 그 날을 시작으로 고작 한 달 사이에 병원에 감금하지 않고는 아무도 어찌할 수가 없을 만큼 상태가 급속히 악화됐다. 의사가 페니실린이 가득 담긴 주사를 놓아주면 잠시 양전해지기도 했지만, 대부분의 시간은 형체가 없는 히스테리와 분노로 못 견뎌 했다. 그리고 기억은 바싹 마른 껌질이 떨어져 나가듯 그레이스의 머릿속에서 한 덩어리씩, 큼직하게 지워지기 시작했다.

어니스트의 불행은 여기가 끝이 아니었다. 아내가 끝없는 불안과 분노, 공포에 사로잡혀 딸들과 함께 버티느라 괴로워하던 어느 날, 시청에서 손님이 찾아왔다. 새로 뚫릴 고속도로가 지나가는 길에 집이 위치해 있으니 90일 이내로 나가달라는 것이다. 금전적인 보상이야 받을 수 있겠지만, 젊은 시절 그레이스와 함께 새집에 들어와 아이들을 낳고 기른 이 집이 과자조각처럼 무너지는 모습을 지켜봐야 했다. 어니스트는 시애틀에서 박람회가 최초로 개최된 젊은 시절, ‘알래스카 유콘 태평양 박람회’라는 거창한 이름이 붙여진 1909년 그 날의 자신은 지금 모든 것이 바뀌어버린 후 홀로 주차장에 우두커니 앉아 있는 자신과 전혀 달랐다는 사실을 떠올린다. 그레이스가 전혀 다른 사람이 된 것처럼, 자신 또한 병들지 않아도 세월을 지나며 바뀌어버렸다.

이야기는 중국에서 미국으로 어쩔 수 없이 건너온 한 소년이 세계 박람회에서 놀라운 사건과 행운을 거머쥐고 이후 인생이 어떻게 바뀌어가는지 쫓아가는 동시에, 절망에 빠진 60대 노인의 불행한 현재와 옛 추억을 번갈아 가며 들려준다. 가슴 아픈 역사와 그래도 버텨야만 했던 사람들에게 찾아온 놀라운 사건들을 따뜻하게 조명한 역사 소설이다.

<저자 소개>

제이미 포드(Jamie Ford)는 1865년에 중국에서 미국 샌프란시스코로 이민 온 네바다 광산 개척자의 증손자로, 자신의 혈통에 깊은 관심을 갖고 서구와 동양의 문화, 역사가 담긴 글을 써왔다. 2009년에 발표한 데뷔소설 『Hotel on the Corner of Bitter and Sweet』는 스물아홉 개 언어로 번역되며 베스트셀러에 등극했다. 현재 시애틀에 살면서 글을 쓰고 있다.

제목 : SCHOOL OF VELOCITY

가제 : 속도의 경험

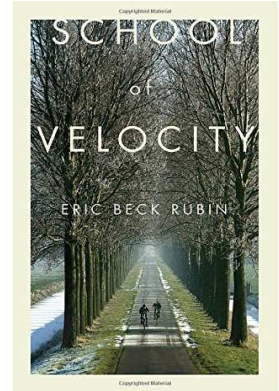
저자 : Eric Beck Rubin

출판사: Doubleday Canada

발행일: 2016년 8월 23일

분량 : 208 페이지

장르 : 소설/ 성장 소설



- * 캐나다 국영방송 **CBC** 선정 **2016**년 최우수 데뷔소설, 「가디언」, 「옵저버」 선정 **2016**년 최우수 도서, 영국 아마존 선정 **2016**년 라이징 스타(최우수 데뷔소설)
- * “옛 사랑과 잃어버린 순수성의 기억을 음악적인 소재와 더불어 우아하게 이야기하는 공감각적 소설” - 「파이낸셜 타임스」
- * “섬세하고 꼼꼼하면서도 스릴러 못지 않게 팽팽한 긴장이 가득하다.” - 「가디언」

미국 출신이라는 어느 젊은 첼리스트와 공연을 앞둔 장은 얼마 전부터 슬금슬금 시작된 이상한 증상을 누르는 데 집중한다. 피아니스트 세계에서 이미 명장, 혹은 대가의 대열에 오른 장은 협연을 그리 반기지 않았지만, 자신이 처음 해외 공연을 하던 시절과 함께 미국에서 보낸 어린 시절의 추억 때문에 내칠 수 없었다. 그러나 컷속을 두드려대는 환청은 연주할 곡까지 머릿속에서 싹 지워버리는 지경에 이르렀다. 제대로 검사를 받아야 하지만 차일피일 미루기만 한 것이 문제를 키웠는지도 모른다. 장은 이번 공연을 자신의 상태를 있는 그대로 맞닥뜨리는 시험대로 여긴다. 하지만 너무 위험한 도박이었다.

무대에 오르기 직전까지 장의 머릿속과 귀 안은 전혀 진정되지 않았다. 수도 없이 듣고 연습해 온 곡을 자신이 모를 리가 없지만, 객석이 채워질수록 서서히 이마가 뜨거워지기 시작했다. 도무지가라앉지 않는 초조함과 불안을 달래려 관객들의 얼굴을 들여다보던 장은 공연장 곳곳에서 들리는 소음이 이미 무대에서 시작된 오프닝 음악보다 더 크게 들린다는 사실에 좌절한다. 손가락도, 머릿속도 마음대로 움직일 수가 없었다. 결국 장은 다시는 떠올리기도 싫은 굴욕적인 모습으로 무대를 내려와야만 했다. 이 이상한 증상과 뇌리에서 지워지지 않는 장면들, 장은 그 시작이 어디인지 어렵듯이 짐작할 수 있었다. 30년 전에 떠난 집, 고향으로 가야만 한다. 그곳에서 이미 오래 전 연락이 끊긴 친구, 더크와 맞닥뜨려야만 한다.

음악가로 최고의 명예와 인기를 누리던 장은 결혼생활과 피아니스트로서의 삶 모두를 뒤흔드는 변화를 겪고 내내 억누르기만 하던 옛 기억을 끄집어낸다. 그의 기억 속에 무엇보다 또렷하게 새겨져 있지만 숨겨온 존재, 더크와 보낸 시간과 그와의 관계에 답이 있다는 것을 그는 잘 알고 있다.

장과 더크는 초등학교에서 처음 만났다. 괴팍하고 험한 말을 아무렇지 않게 내뱉고 예의라곤 찾아보기 힘든 더크와 양전하지만 호기심이 많았던 장은 곧 친한 친구가 된다. 더크는 학교에서 모르는 사람이 없을 정도로 유명인사였고 동성, 이성 가릴 것 없이 인기가 많았지만 장은 정반대였다.

어디로 튈지 아무도 예측할 수 없이 충동적이고 마음 내키는 대로 살던 더크는 장을 형제처럼 아끼면서도 이해할 수 없는 행동을 하곤 했다. 장이 태어나 첫 번째로 사귀 여자친구, 리즈도 빼앗아버렸다. 그런 일은 계속 반복됐다. 장이 여자친구를 사귀면 더크는 곧 자기 여자로 만들어버렸다. 하지만 그런 일들은 둘 사이의 우정에 아무런 영향을 주지 않았다. 그렇게 두 사람은 함께 술을 마시고, 여자를 만나고, 목숨을 걸고 스텐트맨이라도 된 것처럼 과격한 스포츠와 모험을 마음껏 저지르며 어른들의 간섭을 피해 수많은 추억을 쌓았다. 그저 평범한 우정으로 시작된 장과 더크의 관계는 함께 보내는 시간과 함께 겪은 사건들이 늘어갈수록 서로를 향한 집착으로 바뀌고, 서서히 진지한 사랑과 진한 우정의 경계를 넘나들기 시작한다.

그러나 영원할 순 없었다. 피아니스트를 꿈꾸던 장이 본격적인 연주자로 활동하고 해외 공연의 기회가 주어지자, 둘이 함께 할 시간은 자연스럽게 줄기 시작했다. 해외로 진출한 장은 대대적인 성공을 거두고, 뛰어난 실력을 인정 받으며 탄탄대로를 달린다. 반면 더크는 미국에서 이리저리 떠돌며 하는 일마다 실패를 거듭하고 점점 추락해간다. 한때 떨어져 있는 시간보다 붙어 있는 시간이 더 길었던 두 사람 사이에는 대서양만큼 커다란 간격이 생기고, 더크는 가끔 이상한 카드를 보내기도 하고 공연을 보러 꼭 가겠다는 약속을 하기도 했지만 정말 나타난 적은 한 번도 없었다.

장은 무대에 오르면 머릿속이 백지장이 될 정도로 갑자기 내면에서 치고 올라오는 옛 기억들이 모두 더크에 관한 추억임을 깨닫는다. 그에 대한 감정, 그와 나눈 시간들을 30년이라는 세월 동안 눌러왔지만 속에서 폭발이라도 한 것 같았다. 이야기는 네덜란드에 머물던 장이 한때 함께 다녔던 학교에서 연극교사로 일한다는 소식을 듣고 장이 다시 돌아가는 과정을 그리며, 지우려 했던 젊은 날의 기억과 우정, 사랑의 이야기를 하나하나 풀어 놓는다. 애써 모른 척 하며 살아온 정체성을 다시 찾아가는 장의 여정은 풍성한 음악적 배경과 시처럼 아름다운 묘사로 펼쳐진다.

<저자 소개>

에릭 벡 루빈(Eric Beck Rubin)은 건축, 문학, 심리학에 관한 글을 써온 저술가이자 문화 역사가이다.

제목 : THE SILENT CORNER

가제 : 침묵의 궁지

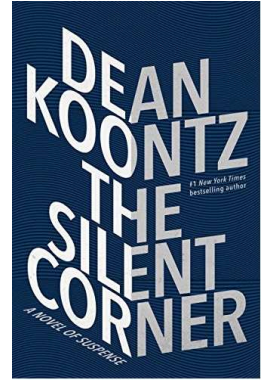
저자 : Dean Koontz

출판사: Bantam

발행일: 2017년 6월 6일

분량 : 464 페이지

장르 : 소설/ 스릴러



* 서스펜스 소설의 거장으로 불리는 뉴욕타임스 베스트셀러 작가의 신작 스릴러

* “디킨스와 같은 묘사 능력과 첫 페이지부터 다음 페이지로 끌고 가는 독보적 능력을 가진 작가” - 「로스앤젤레스 타임스」

* “악의의 현실과 끈질김을 인정하면서도 선의의 힘을 함께 보여주는 소설가” - 「퍼블리셔스 위클리」

“나는 반드시 죽어야만 해.” 결혼한 지 불과 6년 만에, 부족할 것 하나 없이 행복하게 살기만 하면 되는 젊은 남편이 스스로 목숨을 끊었다. 왜 그런 선택을 해야만 하는지 아무것도 설명하지 않고 죽기 전까지 아무런 낱새도 보이지 않던 그는 죽어야만 하는 필요성만 알린 채 자살했다. 스물 한 살, 그에게 한 눈에 반해버린 후 곧바로 결혼에 골인한 FBI 요원 제인 호크는 이 미심쩍은 죽음의 진실을 직접 밝히기로 결심한다. 무슨 일이 있어도, 무슨 대가를 치르더라도 남편이 말한 그 필요성이 무엇인지 알아내기로 한 제인에게는 예상치도 못한 음모와 진실을 은폐할 수 있다면 역시나 무엇이든 할 수 있는 세력이 손을 뻗어 온다. 서스펜스 소설의 대가로 불리는 작가가 제인 호크라는 새로운 주인공을 내세워 선보이는 새로운 시리즈의 첫 번째 이야기다.

FBI에 휴가를 내고 멕시코 국경 지대에서 GPS가 제거된 차를 구한 제인은 최대한 많은 총알을 구비하고 옷가지만 챙겨서 길을 떠난다. 친구를 초대해 같이 저녁식사를 하기로 한 날, 남편이 옷까지 말끔하게 다 갈아입은 상태로 욕실에서 칼로 자기 목을 깊이 그어 생을 마감한 지 넉 달이 지난 후 제인은 이 이해할 수 없는 사고 혹은 사건의 진실을 찾아 나선 것이다. 마음 깊이 사랑한 사람이 죽었다는 사실이 고통스러워 받아들이지 못하는 것만은 아니었다. 낙관적인 사람들 축에서도 가장 낙관적인 사람이던 남편이 자살을 택한 것이나, 제인이 알기로 가족 관계에서든 일에서든 죽음을 고민할 만큼 고통스러운 일도 없었고 정신 질환은 더더욱 없었다는 사실부터가 이상했다. “반드시 죽어야만 한다”는 마지막 메모의 글씨체도 너무 낯설었다. 그런데 제인의 정신을 온통 빼앗아버린 섬뜩한 통계자료가 그 의혹에 기름을 끼얹었다. 닉과 같은 사람들, 즉 재능이 넘치고 사회적으로 능력을 인정 받고 자신이 꿈꾸던 일을 잘 이룬 사람들, 주변 사람들에게 존경 받고 사랑 받으며 잘 살던 사람들, 몸도 마음도 건강하고 자살과는 가장 거리가 먼 사람들이 스스로 목숨을 끊은 사례가 무서울 정도로 급증한 것이다. 대체 무엇이 이들을 최악의 선택으로 몰고 갔을까?

20세기 말, 미국의 자살률은 10만 명당 10.5명 정도로 폭 떨어졌다가 최근 20년간 12.5명으로

로 오르더니 1년 사이에 14명까지 증가했다. 자살이라는 일 자체가 남겨진 가족과 친구들에게는 충격적일 수밖에 없지만 납득할 수 있는 이유가 단 한 가지도 없는 자살이 이 증가폭의 대부분을 차지한다는 사실에 주목한 제인은 미국 전역을 돌며 자신과 같은 고통을 겪은 사람들을 만난다. 수수께끼의 공통점을 찾기 위해서였다. 직업도, 사는 지역도, 나이도, 성별도 다양했지만 멀쩡히 하루를 시작해서 죽은 채 발견됐다는 사실만은 모두 동일했다. 의사, 변호사, 교사, 경찰, 기자 등 각계각층에서 전문가로 인정 받고 우울증과 같은 정신적인 혼란을 겪거나 재정적인 위기를 겪지 않았다는 점 또한 같았다. 제인은 이들의 사연을 하나하나 모으면서 조금씩 자살자들의 뒤에 아른대던 그림자의 실체를 향해 다가간다.

그러나 제인이 드러내려는 비밀은 결코 세상에 나오지 말아야 할 이야기라는 사실도 함께 드러난다. 아직 다 알아내지 못한 진실을 감추기 위해 앞으로 나선 세력들은 그 길을 가로막는 자는 누구건 베어버릴 태세가 되어 있는 냉혈한이다. 이들이 총력을 다해 앞으로 내달리는 만큼, 제인은 전혀 굴하지 않고 그들 못지 않은 무모함으로 역시나 정면으로 나아간다. 남편에 대한 깊은 사랑에서 시작된 분노, 정의를 바로 잡겠다는 그녀의 열의는 결코 만만치 않다.

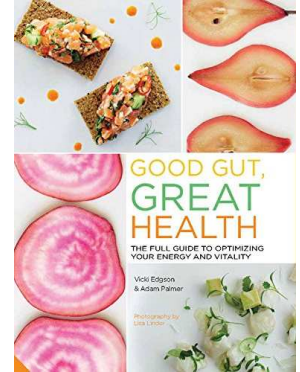
실제 일어난 사건, 실제 존재하는 인물처럼 깊이 있고 생생하게 묘사하는 문장으로 잘 알려진 작가가 새로이 탄생시킨 주인공은 이야기가 이어질수록 쉽게 잊혀지지 않을 강렬한 인물로 완성되고 단단해지면서 오직 진실만을 향해 달려간다. 최첨단 기술이 동원된 사악한 음모 속에서 사람으로 산다는 것은 어떤 의미인지 다시 생각하게 하는 스릴러 소설이다.

<저자 소개>

딘 쿤츠(Dean Koontz)는 미국의 대표적인 서스펜스 스릴러 작가로 십여 권이 뉴욕타임스 베스트셀러에 올랐다. 그가 발표한 소설은 38개 언어로 번역되어 전 세계적으로 5억 권이 넘게 판매됐다. 대표작으로는 『Whispers』, 『Black Cat Mysteries / Mike Tucker』 시리즈, 『Odd Thomas』 시리즈 등이 있다.

NON- FICTION

제목 : GOOD GUT GREAT HEALTH
가제 : 장 중심 건강법
저자 : Vicki Edgson, Adam Palmer
출판사: Jacqui Small
발행일: 2016년 12월 15일
분량 : 248 페이지
장르 : 건강/요리



*** “장이 건강을 회복하는 핵심 열쇠라는 원칙을 바탕으로 새로운 식생활을 알려주는 책.” – 「퍼블리셔스 위클리」**

*** 세계적인 스파 시설의 총주방장과 영양치료사가 함께 고안한 식생활 개선 전략과 요리법**

“음식이 그대의 약이 되게 하고, 약이 그대의 음식이 되게 하라.” 현대의학의 아버지라 일컬어지는 히포크라테스는 2천 년 전에 이미 음식이 건강에 얼마나 중요한지 잘 알고 있었다. 오늘날에도 “모든 질병은 장에서 시작된다.”는 히포크라테스의 가르침에 따라 환자와 고객의 건강을 관리하는 의사들과 전문가들, 전문 시설들이 많다. 영국 서리에 위치한 그레이샷 스파(Grayshott Spa)도 그 중 한 곳으로, 자연요법과 건강한 식생활을 통해 우리가 원래 가지고 태어나는 치유력을 한껏 증대시키는 방식으로 수많은 사람들에게 도움을 주고 있다. 이곳의 총주방장과 오랫동안 영양 치료사로 일해온 두 저자는 소화기 건강에 집중하여 고갈된 현대인의 신체 에너지를 강화하고 체중의 균형을 되찾는 새로운 건강법을 이 책에서 소개한다. 건강 관리의 화두로 떠오른 체내 독소 제거, 즉 ‘디톡스’를 위해 먹는 음식을 엄격히 제한하고 벌이라도 받는 것처럼 굶거나 허기에 시달리는 방식을 강조하는 여타의 방법과 달리, 올바른 식품을 제대로 챙겨 먹고 원래 인체가 해오던 해독 과정을 촉진시키는 방법을 알려준다.

대량 사육을 위해 인공 성분이 잔뜩 첨가된 사료가 아닌 땅에서 난 풀을 뜯어 먹고 자란 동물들에서 얻은 고기, 양식하지 않은 어류, 방목해서 자란 닭과 달걀, 발효식품, 버터, 아보카도, 유기농법으로 재배된 채소들로 구성된 두 저자의 식생활 계획은 먹는 양을 줄이는 것에 초점을 두지 않고 ‘올바른 음식’을 세심하게 골라서 잘 먹는 것에 중점을 둔다. 책 1부에서는 단기간에 소화기관의 기능을 회복하고 해로운 독소가 자연스레 체외로 배출될 수 있도록 해주는 식단과 생활방식에 관한 정보를 제시한다. 특히 ‘일정 이후의 계획’을 따로 제시하여 정해진 관리기간이 종료된 후에 건강한 식생활을 지속해나가면서 장 건강을 꾸준히 지킬 수 있는 요령을 알려준다. 책 2부에는 100가지 레시피가 소개된다. 아침식사, 주요리, 스프, 채소 요리, 샐러드, 그리고 특별한

날 만들어 여러 사람과 함께 즐길 수 있는 요리로 세분하여 맛도 좋고 건강도 챙길 수 있는 영양 만점 요리 아이디어를 가득 얻을 수 있다. 250장의 컬러 사진이 페이지마다 제시되어 읽는 재미를 더하고 요리 과정, 재료, 완성된 음식을 생생하게 확인할 수 있다.

아침에 일어나 처음 입으로 들어가는 음식, 한 입 먹을 때마다 제대로 씹는 습관, 생산부터 조리 방법까지 위장을 생각한 최적의 음식을 골라 위, 소장, 췌장의 기능을 최적화하고 소화효소가 적절히 분비되도록 함으로써 음식의 소화, 흡수, 배변활동까지 전 과정이 완벽하게 이루어지도록 해주는 일상 속 실천 방안을 배울 수 있는 유익한 건강서다.

<목차>

머리말

1부. 내 몸 스스로 돌보기

- 열 가지 원칙
- 우리 몸은 어떻게 기능할까
- 알고나 먹자
- 식품군
- 요리를 완성하는 소금
- 발효식품
- 짧은 단식에 좋은 단백질 스프
- 21일 치유 계획
- 장기 계획

2부. 레시피

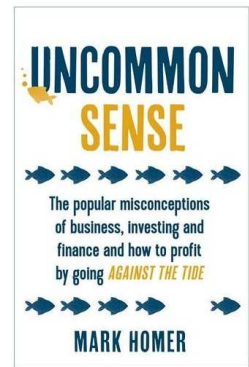
- 아침식사 / 스프 / 일상식사 / 야채로 만든 곁들임 요리 / 샐러드와 드레싱 / 특별한 날

<저자 소개>

비키 에지슨(Vicki Edgson)은 15년 이상 영양 치료사로 활동 중이다. 대증요법과 보완의학의 사이에 존재하는 격차를 영양으로 메우기 위해 노력해 왔다. 베스트셀러 『Honestly Healthy』, 『Honestly Healthy for Life』 등 여섯 권의 저서를 썼다. 영양 개선 프로그램 운영업체 ‘푸드 닥터(The Food Doctor)’의 창립자 중 한 사람이며, 「Psychologies Magazine」과 영국 국내외 여러 간행물에 글을 기고해 왔다. BBC 텔레비전 프로그램 Fat Nation, Channel 5 프로그램 Diet Doctors에 출연 중이다.

애덤 팔머(Adam Palmer)는 영국 서리에 위치한 스파 시설 ‘Grayshott Spa’에서 총주방장으로 근무하고 있다. 식이요법 전문가와 협력하며 특별한 건강개선 식단을 개발했다. 일류 레스토랑과 유명 스파 여러 곳에서 식단 개발에 참여했다. 영국 소매점에서 판매되는 여러 건강 식품을 개발하고 일간지, 잡지 등에 글을 기고해 왔다.

제목 : Uncommon Sense
가제 : 남다른 투자 감각
저자 : Mark Homer
출판사: John Murray Learning
발행일: 2017년 1월 12일
분량 : 192 페이지
장르 : 경제/투자



- * 열다섯 살 때부터 기업 투자가, 기업가로 일하며 **350채** 이상의 부동산을 소유한 괴짜 자산가가 알려주는 올바른 투자, 자산 관리, 재산 불리기 팁
- * 수많은 사람들이 믿고 따르지만 단단히 잘못된 경제 개념과 투자 원칙을 바로 잡아주는 정보서

피땀 흘려 부지런히 일하는 것만으로는 대도시의 집값과 치솟는 생활비, 자녀 교육비를 감당하기 힘든 세상이다. 종자돈을 모아 수익성 높은 곳에 투자하는 사람들이 늘어난 것도 이러한 세태가 반영된 현상일 것이다. 십대 시절부터 수익을 낼 수 있을 만한 투자 대상을 찾고, 직접 크고 작은 기업을 운영하며 큰 재산을 모으는 데 성공한 저자는 투자자들의 이러한 절실함이 관참은 성과로 이어지지 못하는 이유는 ‘나그네쥐’처럼 행동하기 때문이라고 지적한다. 우리를 이뤄먹이를 찾으러 다니다가 별안간 벼랑에서 한꺼번에 뛰어내려 목숨을 끊는 나그네쥐의 별난 습성은 동물학자뿐만 아니라 경제관리의 관점에서도 호기심을 자극하는 구석이 있다. 언론, 친지, 왠지 똑똑해 보이는 다른 투자자, 투자 전문가로 보이는 사람들의 권유에 일단 뛰어들고 보는 투자자들은 분명 나그네쥐와 닮은 구석이 있다. 저자는 더 밝은 미래를 꿈꾸면서도 정작 투자를 하는 방식은 신중하지 못한 이러한 선택을 ‘재정적 자살행위’나 다름 없다고 지적하고, 대세에 따르는 대신 자신만의 감각, 평가 기준을 세워 제대로 투자하는 방법을 이 책에서 설명한다.

대다수의 사람들이 존재하는지도 모르는 영역, 수익성 좋은 상품을 먼저 발견하고 투자하려면 어떻게 해야 할까? 저자는 지금까지 잘못 알려졌거나 충분히 알려지지 않았지만 실질적인 수익을 거두는 데 반드시 필요한 전략을 하나하나 소개한다. 투자 대상의 실질적 가치를 평가하는 방법, 언론을 비롯한 대다수의 의견 속에 감추어진 동기를 파악하는 법, 투자자의 돈을 긁어 모으기 위한 정교한 덫을 피하는 법과 같은 알짜배기 정보와 더불어 안전과 수익성을 모두 거머쥔 수 있는 사업 투자 모형에 대해서도 배울 수 있다.

현대사회에서는 정보가 무수히 넘쳐나는 만큼 제대로 된 정보를 구하기가 힘들고, 가장 값지고 희귀한 정보를 스스로 가려낼 수 있는 능력을 키워야 한다. 저자는 제대로 된 투자에 그러한 정보만큼 중요한 자원이 없다는 점을 강조하고, 투자하려는 대상마다 직접 조사하고, 분석하고, 어떤 규모의 투자가 적절한지 또 투자 자체가 적절하긴 한지 판단하는 데 소요되는 적정 시간까지 알려준다. 쓸모 없는 자료를 뒤지느라 귀중한 시간을 낭비하지 않도록 방지하고 대신 이렇게 아낀 시간을 더 나은 사업 모형을 구축하고 더 나은 투자 대상을 선별하는 데 사용할 수 있는 방

법을 제시한다.

거창한 요령대신 현실과 진실을 담백하게 제시하여 각자가 충분한 정보, 어느 한쪽으로 기울어지지 않은 정보를 토대로 현명한 투자 결정을 내리는 법을 안내하는 정보서로 투자자, 혁신가, 기업가 모두에게 균형 잡힌 통찰력을 기르는 데 도움이 될 것이다.

<목차>

머리말

1부. 개념

1. 남다른 감각에 관한 철학
2. 사업, 투자, 금융: 대세를 따르지 않고 수익을 거두는 법
3. 나그네쥐가 벼랑에서 뛰어내리기 전에 나타나는 징후
4. 팔기 쉬운 물건은 냄새가 난다
5. “가격 설정”과 “실제가치”

2부. 흔히들 착각하는 개념

6. 자산은 대부분 돈이 안 된다
7. ‘대안’ 투자
8. 이미 ‘투자 종인’ 사람은 누구?
9. 신뢰와 회의감에 대하여 (이하 생략, 17장까지 구성)

3부. 전략

18. 투자의 최우선 전략 네 가지
19. 규제 상품 vs. 비규제상품 투자
20. 나의 투자 전략 (이하 생략, 24장까지 구성)

4부. 추가 정보 (25- 27장)

<저자 소개>

마크 호머(Mark Homer)는 2003년부터 350채 이상의 부동산을 구입한 자산가다. 주거용, 상업용 건물 등을 구입할 때 인간이 저지르는 오류에 관한 복잡한 알고리즘을 개발한 괴짜 공학자이기도 하다. 영국 텔레비전, 라디오, 인쇄매체를 통해 여러 차례 소개된 화제의 인물이며, 다양한 사업을 운영하는 기업가 겸 강연가로 활동 중이다.

제목 : FIRE: The untold story of mankind's greatest discovery

가제 : 불: 인류 최대의 발견과 숨겨진 이야기

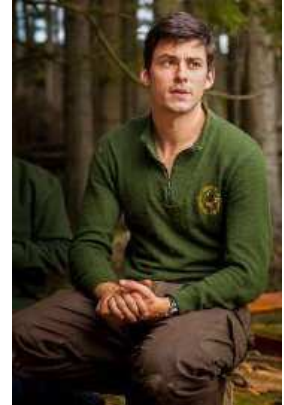
저자 : Dan Hume

출판사: Century (UK)

발행일: -

분량 : -

장르 : 역사/취미



*** 네덜란드, 영국 판권 계약 체결, 독일과 계약 협상 중**

*** 인류가 처음 불을 발견한 순간부터 지구상 곳곳 다양한 불 피우기 기술에 관한 광범위한 탐구**

*** 10개 언어로 번역된 베스트셀러 『Norwegian Wood』에 이어, 아웃도어 활동 정보와 인간의 삶, 문화에 관한 진지한 통찰의 기회를 동시에 제공하는 독특한 가이드**

불은 보는 이의 마음을 끌고 영감과 상상력을 불러 일으키는 묘한 매력이 있다. 가족은 물론 주변에 있는 모든 사람들, 마을 전체를 한 곳으로 모이게 하는 힘도 있다. 노르웨이와 스웨덴에서만 20만 권 이상이 판매되고 전 세계 열 개 언어로 번역된 베스트셀러 『Norwegian Wood』에서 저자 라스 미팅(Lars Mytting)도 인간의 유전자에는 분명 불에 이끌리는 성향이 담겨 있다고 이야기했다. 실제로 아른거리는 불빛을 응시해본 사람이라면, 불이 경이로운 마음을 일으키고 에너지를 키워주고 마음 깊이 잠들어 있던 무언가를 건드린다는 사실에 동의할 것이다. 동굴에서 살던 시절부터 대도시가 무수히 건설된 지금까지도 사람들은 불이 피워진 곳으로 모여든다. 불은 열과 빛, 에너지의 가장 기본적인 원천으로 우리의 생활 전체에서 중대한 역할을 한다. 어린 시절부터 불이 선사하는 따스함과 불의 매력에 푹 빠져 현재 영국 아웃도어 분야의 주요 업체에서 전문가로 일하고 있는 저자는 이 책에서 인류가 불과 함께 살아온 기나긴 역사를 추적하고, 세계 곳곳에서 발달한 불 문화를 추적한다. 이토록 수많은 효용성을 가진 불을 직접 피우기 위해 지역마다 특별한 불 피우기 기술이 발달했고, 좀 더 깊이 살펴보면 우리가 어렵듯이 알고 있는 부싯돌이나 나무를 마구 비벼대는 마찰열을 이용하는 것과는 차원이 다른 놀라운 비밀이 담겨 있다. 저자는 각 지역을 여행하면서 보고, 듣고, 배운 이 색다른 기술의 역사와 원리를 설명하고, 야외에 나갔을 때 직접 시도해볼 수 있도록 준비물부터 불이 완성되는 전 단계를 차근차근 소개한다.

일상에 갇힌 현대인들을 위해 몸을 쓰고 실용적인 활동을 하면서 스스로 마음을 돌아보는 명상법이 새로운 트렌드로 등장했다. 이 책은 색다른 활동을 통해 인류 문화의 새로운 출발점이 된 불의 의미를 되새겨보고, 대자연에서 생활하며 지구의 아름다움을 날 것 그대로 체험하는 활동의 매력을 동시에 소개한다. 불과 인간의 관계에 관한 흥미진진한 역사, 야생 환경에서 생존하기 위해 반드시 알아야 하는 불 피우기 원칙 등 유익한 정보가 가득하다. 저자가 소개하는 불의 이야기를 따라가다 보면 좁은 실내에 갇혀 지내거나 편리하고 안락하게 꾸며진 시설에서 즐기는 여가 활동에서 벗어나 산으로, 들로 달려나가 숲 한 가운데서 불을 피우고, 직접 피운 불이 선사하는

빛과 온기를 느껴보고 싶은 마음이 절로 든다.

인적이 드문 곳을 골라 다닌 저자의 오지 탐험기, 여행기이자 불과 함께 이어진 인류의 문화를 확인할 수 있는 역사서, 야외에서 캠핑할 때 시도해볼 수 있는 각종 정보를 얻을 수 있는 실용서이다.

<목차>

- 1장. 불을 만드는 끈
- 2장. 불잉겔과 불쏘시개
- 3장. 손으로 불을 피우는 사람들
- 4장. 활로 불을 피우는 사람들
- 5장. 쟁기로 불을 피우는 사람들
- 6장. 톱으로 불을 피우는 사람들
- 7장. 피스톤으로 불을 피우는 사람들
- 8장. 스파크가 불이 되기까지
- 9장. 태양열/전기/화학물질
- 10장. 불꽃을 불로
- 11장. 불 피우기, 준비 단계

<저자 소개>

덴 흄(Dan Hume)은 영국에서 오지 체험, 자연 생활, 트래킹 기술과 장비 분야의 대표적인 업체 우드로어 리미티드(Woodlore Limited)에서 사업 본부장을 맡고 있다. 10년 넘게 이곳에서 일하면서 영국과 해외에서 진행되는 아웃도어 활동을 관리하고 일반인, 군인, 경찰을 대상으로 교육을 실시해 왔다.

제목: EXPONENTIAL LIVING

가제: 기하급수적인 삶

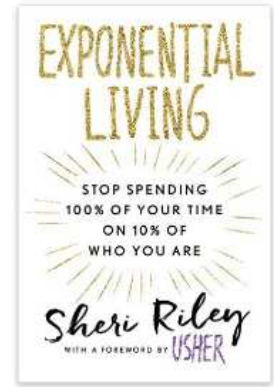
저자: Sheri Riley

출판사: NAL

발행일: 2017년 2월 7일

분량: 352 페이지

장르: 자기계발



- * “저자는 리더가 대폭 성장할 수 있도록 영향을 주고 지원하며 세계적인 영향력을 발휘하고 있다. 리더들의 리더다.” – 존 맥스웰 팀(*John Maxwell Team*)의 폴 바티넬리
- * “이 책을 읽고 더 완전한 사람이 됐다. 뿌옇던 인생의 방향과 목적을 분명하게 드러내는 틀이 담긴 책이다.” – *CNN, CBS 스포츠, ESPN* 방송인 라산 알리

아무리 돈이 많아도 마음의 평화를 살 수는 없다. 단순하지만 지극히 명쾌하고 분명한 사실이다. 치열한 경쟁사회에서 성공하려면 해야 할 일이 태산인데, 마음이 좀 평온하지 않아도 그럭저럭 살 수만 있다면 얼마나 좋을까? 하지만 좀 더 풍족하게, 여유롭게 살기 위한 목표만 보며 달리느라 가족, 친구, 심지어 인간으로서의 도리도 다 포기하고 달릴수록 마음 속에서는 지진이 일어난다. 사람마다 그 시점에 차이만 있을 뿐, 어떤 식으로든 그대로 달릴 수 없을 정도로 거대한 균열이 찾아온다. 무수한 목록을 세워두고 하나씩 목표를 이루느라 골몰하는 현대인들은 다 놓아버리고 싶을 만큼 몸과 마음이 극도로 피곤한 순간을 맞이한다. 그리고 우주에 홀로 버려진 듯한 쓸쓸함이 엄습한다. 직업적으로, 사회적으로 최고의 경지에 오르기도 마음이 전혀 행복하지 않다는 사실을 똑같이 깨달은 저자는 한 발 앞서 고투를 벌인 선배로서 ‘제대로 사는 법’을 이 책에서 알려준다. 일상생활에서 가장 중요하게 생각하는 가치에 ‘평화’를 놓고, 한정된 시간과 집중력을 어디에 어떻게 쏟아야 삶의 리듬과 하모니, 방향을 찾을 수 있는지 현실적인 해답을 찾을 수 있다.

우리는 자신을 ‘그럴싸한’ 존재로 만드는 일에 무수한 에너지를 쏟고 있다. 번듯한 타이틀, 두둑한 월급봉투, 멋진 이미지를 만드느라 정작 중요한 것은 일단 제쳐두지만 뒤에 남겨진 소중한 가치는 절대 영원히 사라지지 않는다. 유령처럼 마음 속에서 피어나와 정확히 무엇인지도 깨닫지 못하지만 분명 중요한 것을 잊고 산다는 사실을 끊임없이 상기시킨다. 현대인이 일에 쏟아붓는 시간이 너무 많다는 문제가 대두되자 일과 생활의 균형을 찾아야 한다는 주장이 쏟아져 나왔다. ‘저녁이 있는 삶’을 원하는 직장인들의 외침도 여전히 들려온다. 그러나 저자는 일과 사생활의 균형을 찾아야 한다는 기준 자체가 또 다른 심적 압박의 원인이 된다고 지적한다. 균형을 찾기 위해 건강을 챙기고, 가족들과 함께 시간을 보내고, 일도 야무지게 하고, 인간답게 살기 위한 활동을 제대로 배분하느라 또 골머리를 앓아야 하기 때문이다. 이런 반복되는 고투 대신, 저자는 할일 목록 따위 전부 포기하고 마음 속 나침반이 언제, 어느 때고 ‘평화’를 향할 수 있도록 스스

로 마음을 다잡는 아홉 가지 원칙을 소개한다. 어쩌면 다 알고 있지만 애써 외면했던 가치들, 사회적 명성과 경제적인 관점에서는 사소해 보이지만 짧은 생애에 다시 없을 소중한 순간을 꼭 붙잡을 수 있는 훨씬 중요한 과제가 무엇인지 일깨우는 저자의 원칙들은 무언가를 위해 다른 무언가를 희생하는 편향된 시각을 버리고 일과 생활, 모두 ‘평온하게’ 이어 나갈 수 있는 길을 알려준다. 삶의 진짜 목표를 스스로 깨닫고 쓸데없는 자학과 소용없는 자책으로 자신을 괴롭히는 대신 알찬 삶을 만들어나가는 방법을 배울 수 있다.

<목차>

머리말

- 기하급수적인 삶이란 무엇일까?
- 당신의 10 퍼센트와 당신의 100 퍼센트

원칙 1. 자신의 ‘힘(P.O.W.E.R)’으로 살아가

원칙 2. 식생활이 건강하다고 삶이 건강한 건 아니다

원칙 3. 평화롭고 긍정적인 마음

원칙 4. 순수한 마음과 근성

원칙 5. 일은 그만, 효율을 극대화할 시간

원칙 6. 행복은 선택, 즐거움은 생활방식

원칙 7. 단단한 자신감 키우기

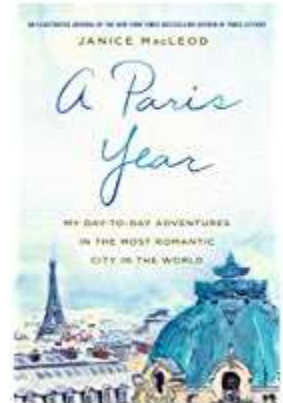
원칙 8. 용기를 믿어라

원칙 9. 기하급수적인 삶

<저자 소개>

셰리 라일리(Sheri Riley)는 스트레스 덜 받고 내면의 평화를 유지하며 사는 방법을 알려주는 강연자 겸 인생 전략가로 활동해 왔다. 존 맥스웰(John Maxwell)이 이끈 대통령 자문위원회에 참여했다. 미국 전역을 돌며 대형 컨퍼런스, 포럼, 협의회에서 강연을 해왔다.

제목 : A PARIS YEAR
가제 : 파리에서의 1년
저자 : Janice MacLeod
출판사: St. Martin's Griffin
발행일: 2017년 6월 20일
분량 : 272 페이지
장르 : 여행/ 회고록



- * **2014년에 출판되어 미국, 호주, 뉴질랜드, 영국, 캐나다에서 베스트셀러에 오른 파리 여행기 「Paris Letters」의 저자가 새롭게 완성한 수채화 일기**
- * **페이지마다 저자가 직접 그린 일러스트레이션, 직접 촬영한 사진 포함**

파리는 2015년에만 해외 방문자수가 2,200만 명을 넘을 정도로 전 세계인의 마음을 사로잡는 아름다운 도시다. 빛의 도시, 다채로운 역사가 거리 곳곳에 깃든 파리를 홀로 거닐며 고적거린 글과 그림을 바쁘게 사는 친구들에게 편지로 보냈던 저자가 이번에는 어딜 가든 가지고 다니던 일기장에 남긴 그림과 글로 독자들을 찾아왔다. 워튼 빠르게 진행되는 디지털 세상에 조금이라도 여유를 느껴보길 바라며 종이에 펜으로 쓴 글과 그림으로 파리를 소개했던 이전 저서가 전 세계적인 베스트셀러로 많은 사람들의 호응을 얻었던 것처럼, 이 새로운 기록도 친구처럼, 가족처럼 누군가 편안하게 들려주는 여행기와 추억이 정감 있는 그림, 사진과 함께 제시되어 보기만 해도 마음을 포근하게 한다.

책은 실제 일기장의 순서와 같이 1월 1일부터 거의 매일 하루에 한 페이지씩 채워진다. 그날 들른 상점, 우연히 발견한 건물과 그 건물에 얹힌 역사에 푹 빠져 이것저것 읽어본 내용, 마주친 사람들과 풍경, 자연스레 떠오른 기억과 먼 곳에 있는 사람들에 대한 그리움, 파리에 대한 사랑이 짙막한 글에 담겨 있다. 저자가 홀로 여행하면서 오감으로 느낀 파리, 눈 앞에 펼쳐진 모습과 냄새, 맛, 그리고 머리와 마음속에서 떠오른 생각이 글, 그림, 사진이라는 여러 매체로 작은 페이지 하나에 압축되어 있다. 날짜와 함께 그 날 가톨릭에서 기리는 성인의 이름도 함께 명시한 것도 눈길을 끈다. 어떤 날은 커다란 사진 한 장이 모든 이야기를 대신하기도 하고, 어떤 날은 문득 떠오른 영화나 소설, 시의 한 구절이 페이지를 채우기도 한다.

저자가 꿈는 파리의 매력은 걸어 다니면서 구석구석 오랜 역사를 확인할 수 있다는 점이다. 중세 시대부터 그대로 남아 있는 거리가 사람들로 북적거리는 큰 도로와 가까이에 있고, 천천히 걷다 보면 벽에 이곳에서 어떤 위대한 인물이 태어났거나, 살았거나, 사망했다는 글귀가 적혀 있다. 모퉁이를 돌아 다른 길로 접어들면 또 다른 인물에 관한 이야기가 나온다. 공원 벤치에서도, 작은 학교에서도, 수많은 동상에서도 한때 같은 장소를 살고 지나갔던 사람과 사건을 추억하는 흔적과 만날 수 있다. 저자는 이런 뜻밖의 발견에 강한 호기심과 흥미를 느끼고, 일기장을 들고 다니며 그 날 발견한 것을 기록하기 시작했다. 그리고 전혀 의도치 않았지만 계절마다, 달마다 자신이

사용하는 색깔이며 표현 방식에 패턴이 있다는 사실을 알게 됐다고 이야기한다. 파리의 분위기, 여행자의 눈으로 바라본 도시의 숨겨진 매력이 소박한 그림과 유머 감각이 뛰어난 저자의 글을 통해 아기자기한 기록으로 담겨 있다.

역사와 예술가들의 삶, 우연히 발견한 카페와 맛집까지 광범위한 정보를 얻을 수 있는 특별한 여행기다.

<목차>

- 1월 1일. 봉주르
- 1월 4일. 새해 복 많이 받으세요, 그리고 건강하세요
- 1월 5일
- 1월 6일
- 1월 7일. 버룩시장에서 발견한 것
- 1월 8일.
- 1월 11일
- 1월 12일. 일상생활

(이하 생략, 날짜에 따라 소재목이 없는 경우도 있음.)

<저자 소개>

재니스 매클라우드(Janice MacLeod)는 캐나다에서 태어나 광고회사에서 수년간 일하다가 전 세계를 방랑하는 여행자로 살고 있다. 파리에서 친구들에게 그림이 곁들여진 편지를 보낸 것을 계기로 뉴욕타임스 베스트셀러 여행기 『Paris Letters』를 썼다.

제목 : THE HOT TOPIC

가제 : 뜨거운 문제

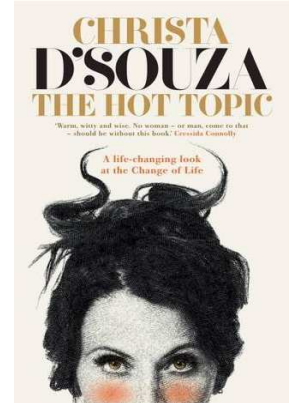
저자 : Christa D'Souza

출판사: Short Books Ltd

발행일: 2016년 5월 5일

분량 : 204 페이지

장르 : 건강/자기계발



* “나도 경험하고, 살아남을 수 있었지만, 내 갱년기에 이런 가이드가 있었다면 얼마나 좋았을까 싶다. 영리하고 잘 쓴 책이다.” - **CNN** 수석 해외특파원, 크리스티안 아만푸어

* “갱년기만 생각하면 뛰쳐나가 고향을 지르고 싶은데, 그런 기분을 가라앉게 해준 저자에게 눈물겹게 진심으로 고맙다.” - 저널리스트 케이트 리어든

인간과 범고래, 그리고 생애 어느 시점에 혹 같은 것을 만들어내는 진딧물은 놀라운 공통점이 있다. 덩치도, 사는 곳도 판이하게 다른 이 세 종류의 생물은, 더 이상 자손을 낳지 못하는 나이가 지나도 계속 생존한다. 인간의 경우 흔히 폐경기라고 칭하는 이 시기는 진화론적 관점에서 보면 참 알쏭달쏭한 현상이다. 자신이 갖고 태어난 유전자를 후손에 물려줄 수 없는데 삶이 이어지는 이유는 무엇일까? 영국에서 현대사회를 살아가는 여성들이 맞닥뜨리는 문제들, 다이어트, 성형수술, 성차별 등의 주제를 탁월한 유머 감각으로 풀어 쓴 글로 많은 팬을 거느린 저자는 이 책에서 폐경기의 이 수수께끼 같은 비밀을 이야기한다. 지극히 현실적인 고민과 폐경기가 시작됐거나 임박한 여성들이라면 누구든 공감하는 근거 없는 불안감, 대책 없이 속에서 펄펄 끓어오르는 열과 걸핏하면 시뻘겋게 달아오르는 얼굴을 비롯한 폐경기 증상을 저자가 직접 경험한 일들을 바탕으로 실감나게 이야기하고 폐경기의 의미를 찾기 위해 다방면으로 벌인 조사 결과를 독자들에게 전한다.

의학과 기술의 발달로 인류의 수명은 사상 유례 없이 늘어나고 앞으로 백 살을 넘겨 장수하는 인구의 비율은 더 늘어날 것으로 전망된다. 60대가 예전의 40대와 다름 없다는 이런 희망 넘치는 전망에도, 폐경기를 겪는 여성들에게는 풀리지 않는 의문이 남아 있다. 직접 겪어보지 않는 이상, 주변 사람들의 이야기로는 도저히 충족되지 않는 의문, “이제 나는 어떻게 되는가?” 라는 모호한 불안감부터 폐경기가 얼마나 지속되는지, 호르몬 대체요법을 꼭 받아야 하는지, 저자처럼 암 치료를 받은 사람도 그런 치료를 받아도 되는지와 같은 현실적인 의문도 줄을 잇는다. 그리고 생물학적으로 가장 중요한 기능이 사라져 존재 가치마저 흔들리는 이 시기에, 중심을 어디에 두고 남은 생을 살아가야 하는지 궁금해하는 여성들도 많다. 이 모든 궁금증을 해소하기 위해 조사에 나선 저자는 뜻밖의 사람들, 장소와 마주한다. 샌프란시스코에서 폐경기를 맞이한 수녀님들과 만나 이야기를 나누기도 하고, 탄자니아에서 수렵, 채집 생활을 하는 하드자 족 여성들이 이 종대한 시기를 어떻게 받아들이는지도 확인했다. 세계 곳곳 전문가들이 과학적으로 발견하고 입증

한 폐경기의 의미는 인간이라는 종의 성숙기를 재정의하고 놀라운 희망을 안겨주기도 한다.

의학적인 분석이나 건조한 사실을 제시하며 폐경이라는 생애 중요한 시기의 혼란을 애써 무마하려고 애쓰는 대신 솔직하게 불안감을 털어놓고 이 커다란 변화의 의미를 각양각색 다양한 곳에서 찾아본 저자 덕에, 그 흥미진진한 탐구의 결과를 공유하며 색다른 위로를 얻을 수 있는 책이다. 저자가 미리 밝혀두었듯 여성뿐만 아니라 남성들도 자신의 파트너를 위해, 혹은 여성과 달리 성적 기능은 유지될지언정 호르몬의 극심한 변화는 동일하게 겪어야 한다는 점에서 분명 유의한 정보를 얻을 수 있을 것이다.

<목차>

머리말

1. 나의 이야기
2. 실제로 일어나는 일
3. 보온 지수 추가
4. 실리콘 밸리, 수녀님들, 그리고 후끈대는 얼굴
5. 고래, 수렵인, 채집인, 그리고 제인 폰다
6. 호르몬 대체요법, 잘 된 사례와 잘 안 된 사례
7. 섹스, 희망, 그리고 야망
8. 폐경과 결혼
9. 술에 대한 몇 가지 생각
10. 과학에서 새로 발견한 몇 가지 사실

수용, 앤디 워홀, 그리고 시

<저자 소개>

크리스타 다수자(Christa D'Souza)는 독자의 마음을 잘 꿰뚫는 글로 영국에서 큰 인기를 얻고 있는 저널리스트다. 「가디언」, 「데일리 메일」, 「타임」, 「데일리 텔레그래프」, 「베니티 페어」, 「이브닝 스탠다드」 등에 노화, 체중조절, 다이어트, 성형수술, 자신의 암 투병기를 기고해 왔다. 현재는 영국 「보그」 지 편집자로 일하면서 글을 쓰고 있다.