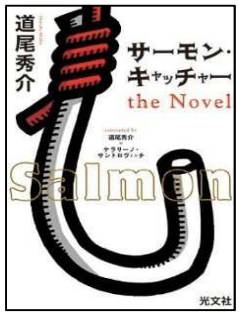
No.20161116-001
제목: Salmon Catcher
저자: 미치오 슈스케
페이지수: 324
장르: 소설
출간일: 2016년 11월 17일



<내용소개>

연출가 케라리노 산드로비치 X 소설가 미치오 슈스케, 예상을 뛰어넘는 흥미진진한 소설

다방면에서 능력을 펼쳐 온 연출가 '케라리노 산드로비치(KERA)와 소설가 '미치오 슈스케'가 콜라보레이션 작품을 선보인다. KERA의 제안을 미치오 슈스케가 받아들이며 성사된 것으로, 둘이 함께 만든 하나의 컨셉을 각각 영화와 소설로 발표하게 된다. 문화계의 주목을 받은 이번 작업은 11월 17일 출간될 미치오 슈스케의 소설을 통해 세상에 첫 걸음을 내딛는다.

의외의 전개, 예상을 뛰어넘는 스토리의 중심에는 6인의 인물들이 있다. 소심한 성격의 남성 '우치야마 사토시'와 그의 여동생 '토모', 심부름센터 일을 하는 홈리스 중년 남성 '오오보라 마코토'와 그의 딸 '카스가 메이', 낚시의 신이라 불리는 '카와라즈카 요네모토', 부유하지만 못된 면이 있는 고독한 마담 '카시와데 이치코'가 어느 사건을 계기로 마주하게 된다.
현재 만 23세인 사토시는 대인공포증이 생긴지 12년, 프리터 생활을 시작한지 5년 차로 부모와도 오랜 기간 불화를 겪었다. 그가 유일하게 말문과 마음을 터놓고 지내는 사람은 여동생 토모뿐이다. 어릴 때부터 너무나 과묵했던 성격을 지적 받아왔지만 고칠 수 없던 오오부라는 아내에게 이혼 당하고 딸도 엄마를 따라 가 버린다. 오오부라의 딸 메이는 '카프 캐처'라는 실내 유료 낚시터에서 파트타이머로 일하는 여대생이다. 낚시를 좋아해 언젠가 홋카이도에서 연어 낚시를 하는 것이 꿈이라고 말하던 전직 운동선수 요네모토는, 카프 캐처에서 모은 포인트로 경품을 교환해 생필품을 마련한다. 그가 '낚시의 신'이 된 이유는, 유료 낚시를 잘 해서가 아니라 너무 많이 해서다. 죄를 저지르고 남에게 못되게 구는 것을 내심 즐기는 이치코는 우연히 요네모토를 통해 카프 캐처와 엮이게 된다.

어느 날 메이는 온라인 화상채팅으로 외국어 과외를 받던 중, 선생이 정체불명의 남자에게 납치되는 것을 목격한다. 선생을 납치한 자들은 메이를 타겟으로 삼고, 여기에 오오부라가 딸 메이의 아르바이트 장소를 이용해 엉뚱하고 위험한 계획을 꾸미면서 일은 점점 꼬인다. 납치된 선생의 행방을 추적하고 오오부라가 벌인 일을 수습하는 동시에 각자 자기 내면에 틀어 박혀 있던 응어리와 오해를 풀어나가게 된다.

소설은 주요 등장인물들의 시점을 각각 오가며 전개돼, 독자들의 궁금증을 말끔히 해소해준다. 독특한 설정, 곳곳에서 웃음이 피식 터져 나오는 재치 가득한 스토리는 가히 최강의 엔터테인먼트 소설이라 부를 만 하다. 뒤이어 공개될 영화와의 차이를 기대해보며 읽어보면 좋을 것이다.

<저자소개>

미치오 슈스케

1975년생. 2004년《등의 눈》으로 제5회 호러서스펜스대상 특별상을 받았다. 2007년《섀도우》로 제7회 본격미스터리대상, 2009년《까마귀의 엄지》로 제62회 일본추리작가협회상, 2010년《용의 손은 붉게 물들고》로 제12회 오오야부 하루히코 상,《광매화》로 제23회 야마모토 슈고로 상, 2011년《달과 게》로 제144회 나오키상을 받았다. 최근 작품은《staph》.

케라리노 산드로비치(Keralino Sandrovich; KERA)

1963년생. 음악, 연극을 중심으로 다채로운 표현 활동을 펼쳐왔다. 1999년《프로즌 비치》로 제43회 기시다 쿠니오 희곡상과 2002년 제1회 아사히 무대예술상을,《실온~밤의 음악~》으로 제5회 쓰루야 난보쿠 희곡상과 제9회 요미우리 연극대상 우수연출가 상을 받았다. 2014년《빵집 분로쿠의 사색》,《세 자매》로 제40회 기쿠타 카즈오 연극상, 2016년《굿바이》로 제66회 예술선장 문부과학대신상을 수상했다. 2003년 작《1980》등 이제까지 4편의 영화감독작품을 공개했다.

No.20161116-002
제목: 초승달
저자: 모리 에토
페이지수: 472
장르: 소설
출간일: 2016년 09월 05일

<내용소개>

'학원'을 무대로 삼아 교육에 헌신한 3대 부자(父子)의 파란만장 역사를 담아낸 수작

"학교 교육이 태양이라면 학원은 달 같은 존재라고 생각합니다."

이 작품은 '학원'이라는 소재를 활용해, 1950년대부터 2000년대에 이르기까지 오오시마 집안 3대에 걸친 이야기를 풀어놓는다.

1951년, 초등학교 직원인 주인공 '오오시마 고로'는 무상 교실을 열어 아이들에게 보충수업을 실시한다. 공부를 잘 못하는 아이들은 집중력이 부족하고 눈동자가 산만하다는 〈눈동자의 법칙〉을 발견한 고로는, 학습능력이 뒤쳐지는 아이들에게 시선을 하나로 모으며 집중력을 기르는 연습부터 시킨다. 가정교사를 하며 아이들의 공부를 봐주던 '아카사카 치아키'는 고로가 근무하는 학교의 학생이자 자신의 딸인 후키코에게 이야기를 전해 듣고 그의 교육방식에 흥미를 갖는다. 혼자 딸을 낳아 키워온 싱글맘 치아키의 강인한 면모에 매료된 고로는 그녀와 결혼하게 되고, 함께 학원을 세워 운영한다. 학생 교육에 열의를 갖고 세세하게 가르치는 고로와 맹렬한 추진력을 지닌 치아키는 좋은 콤비가 되어 학원을 발전시켜 나간다. 베이비붐 세대의 등장과 고도경제성장기라는 시대적 운도 따른다. 후키코가 친딸처럼 고로를 잘 따르고 예쁜 두 딸들을 더 얻으며 모든 생활이 안정기에 접어드는 듯 하지만, 교육에 대한 고로와 치아키 사이의 불협화음은 점차 심해진다. 결국 고로는 가족의 곁을 떠난다. 자기가 믿는 교육에 열중해 주위를 돌보지 못하는 치아키는 제각기 개성 넘치는 세 딸을 키우며 학원을 확장해 나가지만, 예기치 못한 곤란에 부딪힌다.
처음에는 고로의 시점, 이후 치아키의 시점으로 부부의 인생을 그리다가 학교 선생이 된 딸 후키코를 거쳐 후반에 가서는 손자 이치로의 시점으로 이동한다. 이치로는 취직이 뜻대로 되지 않아 나름대로 아이들의 공부를 봐 주는 일을 한다. 학원에 다니지 못하는 아이들을 돕기 위해 여러 시행착오를 거쳐 새로운 교육의 장을 만드는 과정은, 우리 미래에 대한 희망을 담고 있다.

인생의 가르침을 위해 분투하는 오오시마 집안 사람들의 사연을 개성적이고 현실감 넘치게 펼쳐나간다. 작가는 시대에 따른 교육 방식 및 정책과 학원의 변혁을 3년에 걸쳐 취재한 내용에 근

거하여 다뤘으며, 가족 한 명 한 명의 성장을 섬세하게 묘사했다. 공교육의 위기를 체감하거나 학원에 다녀본 적 있는 이라면 누구나 공감할 것이다. 각자의 자리에서 이상적인 교육을 실현하려는 등장인물들의 삶이 진한 감동으로 다가오는 이야기다.

<목차소개>

제 1장: 눈동자의 법칙
제 2장: 월광과 암운
제 3장: 푸른 폭풍
제 4장: 별들이 지는 시간
제 5장: 쯔다누마 전쟁
제 6장: 최후의 꿈
제 7장: 아카사카의 피를 계승하는 여자들
제 8장: 새로운 달

<저자소개>

모리 에토

1968년 도쿄에서 태어났으며 와세다대학을 졸업했다. 1990년《리듬》으로 제31회 고단샤 아동문학신인상을 받으며 데뷔하였다. 1995년《우주의 고아》로 제33회 노마 아동문예신인상과 제42회 산케이 아동출판문화상 닛폰방송상을 받았다. 1998년《달의 배》로 제36회 노마 아동문예상, 1999년《컬러풀》로 제46회 산케이 아동출판문화상, 2003년《DIVE!!》로 제52회 쇼가쿠칸 아동출판문화상을 수상하는 등 아동문학에서 높은 평가를 받는다. 2006년《바람에 휘날리는 비닐 시트》로 제135회 나오키 상을 수상했다. 그 외 작품으로는《영원의 출구》,《언젠가 파라솔 아래에서》,《란》,《이 여자》 등이 있다.

No.20161116-003
제목: 킬러 스트레스 (Killer Stress)
저자: NHK스페셜 취재반
페이지수: 240
장르: 건강
출간일: 2016년 11월 08일

<내용소개>

자칫 생명을 위협할 수도 있는 과도한 스트레스에서 몸과 마음을 건강하게 지키는 방법

아마 태어나는 순간부터 눈을 감을 때까지 스트레스에서 절대 벗어날 수 없을 것이다. 우리는 스트레스와 함께 살아갈 운명이다. 그래서인지 본인 혹은 주위 사람이 받는 스트레스에 무감각해지기 쉽다. "그 정도쯤이야 다들 겪는데" "좀 쉬면 낫겠지" 하고 방치하다가는 목숨을 앗아갈 큰 병으로 발전해버릴 지도 모른다.

저자는 스트레스를 어느 날 돌연히 나타날 수 있는 'Killer'로 지목한다. '킬러 스트레스'란 스트레스에 잠재된 위험을 강조하고자 만들어낸 말이다. 이 책은 스트레스가 사람의 몸과 마음을 해치고 생명을 어떻게 위협하는지 자연스럽게 이해하고 대처 방법을 익히도록 구성되어 있다. 본 내용에 들어가기에 앞서, 독자들은 자신의 스트레스를 체크하며 가까운 미래에 병으로 악화될 수 있는지 여부를 예측할 수 있다. 스트레스의 기본 개념과 뇌에 미치는 영향 등을 묶어서 설명한 다음, 스트레스가 몸과 마음을 좀먹고 뇌 건강을 위협하는 과정을 풀어낸다. 신경과학의 시점에서 호르몬이 어떤 작용을 하고 스트레스로 인해 발생하는 우울증은 어떤 메커니즘을 갖고 있는지, 유년시절의 스트레스가 성인이 된 뒤까지 영향을 끼친다는 사실 등을 알아본다. 또한 쌓이고 쌓이면서 위력이 증가하는 스트레스가 뇌출혈, 심장 혈액 감소, 면역 시스템 변이, 유해 세균을 만들어낼 수 있다는 과학적 정보를 전한다.

이에 대처하는 방법은 총 3개 장에 걸쳐 상세히 다루고 있다. 자율신경의 흥분을 통제하고 심장 재활을 보조하며 뇌를 변화시키는 간단한 운동법을 소개한다. 건강을 지키는 식생활의 필수 조건과 더불어 어류 섭취를 적극 추천한다. 여러 연구에서 증명된 스트레스 대처 방법 '카핑(coping)'과 인지행동요법의 이론과 실 사례를 제시하며 독자들이 필요성을 깨닫고 자발적으로 실천에 나서도록 한다. 마지막으로 이미 세계적으로 주목 받는 '마음챙김(mindfulness)'의 개념과 효과, 이를 적용한 라이프스타일과 스트레스를 줄이는 법을 전하고 있다. 유소년기 스트레스의 위험과 이에 대한 대책 마련의 필요성을 제언하는 부분도 인상적이다.

이 책은 일본 NHK방송의 스페셜 프로그램《킬러 스트레스》내용을 글로 정리한 것이다. 시청자

들에게 큰 반향을 불러 일으켰던 만큼 이론 설명에서 한 단계 더 나아가 실용적이고 유용한 내용들이 인상적이다. 스트레스를 효과적으로 관리하며 건강하게 빛나는 인생을 손에 넣을 수 있는 힌트를 얻게 될 것이다.

<목차소개>

제 1장: 이것이 '킬러 스트레스'의 정체다
제 2장: 뇌를 파괴하는 킬러 스트레스
제 3장: 몸을 좀먹는 스트레스의 폭주
제 4장: 대책Ⅰ – 뇌를 변화시키는 운동, 병을 방지하는 식생활
제 5장: 대책Ⅱ – 스트레스를 관찰하고 대처하는 Coping
제 6장: 대책Ⅲ – 세계의 주목을 받는 마음챙김(Mindfulness)
종 장: 스트레스에서 아이들을 지킨다

<저자소개>

NHK 스페셜 취재반

스트레스에서 비롯된 돌연사, 만성 질환, 정신질환이 증가하는 가운데 스트레스로 고통 받는 사람들에게 유용할 대처 방법을 전하고자 제작 팀을 꾸리게 되었다. 스트레스가 어떻게 몸과 마음의 병을 유발하는지, 그 수수께끼를 밝혀내기 위해 노력 중인 현장을 철저히 취재하여 2016년 6월 NHK 스페셜 시리즈 〈킬러 스트레스〉로 방송했다. 스트레스의 메커니즘, 누구든 간단히 할 수 있고 과학적으로 효과가 입증된 최첨단의 대책 방법을 소개하며 큰 반향을 불러 일으켰다.

아오야기 요시노리

1969년생. 1994년 NHK에 입사하였으며 과학·환경 프로그램부의 치프 디렉터를 맡고 있다. 의료 분야를 주로 맡아 NHK 스페셜 등의 프로그램 제작을 이어가고 있다. 주요 프로그램에는 NHK 스페셜 〈잠자는 재생력을 깨워내라〉, 〈알츠하이머를 막아내라〉, 〈시리즈 치매혁명: 제1회 드디어 알았다! 예방을 향한 길〉등이 있고 저서 《치매는 조기발견으로 예방할 수 있다》등이 있다.

우메하라 유우키

1979년생. 2001년 NHK에 입사하였으며 문화·복지 프로그램부 디렉터를 맡고 있다. NHK 스페셜 〈진주만의 수수께끼〉, ETV 특집 〈원자력발전 재해의 땅에서〉, 취재 디렉터로서 〈네트워크로 만드는 방사능 오염지도〉를 담당했다. 그 외에 NHK 스페셜 〈격동 이슬람〉, 〈초상현상(超常現象)〉 등을 제작했고 공저 《초상현상: 과학자들의 도전》등이 있다.

No.20161116-004
제목: 봄 여름 가을 겨울, 그리고 다시 봄: 죽음에 가까워져 가는 철학자가 이야기하는 인생
저자: 이케다 아키코
페이지수: 288
장르: 에세이
출간일: 2007년 06월 29일

<내용소개>

다가오는 죽음을 받아들이며, 불가사의로 가득한 '인생'이란 여행에 대해 쓴 에세이

저자 이케다 아키코는 '친근한 철학 작가'였다. 이해하기 어렵고 거리감을 느끼게 하는 전문 용어는 최대한 배제했다. 가장 중요한 것은 조리에 맞게 생각하는 것이며, 일반 대중이 더 쉽게 받아들일 수 있는 철학 책들을 활발하게 집필했다. 40대의 젊은 나이로 암에 걸려 세상을 떠나게 된 것이 매우 안타까울 따름이다.

이 책에는 저자가 사망하기 전 마지막 1년이 담겨 있다. 피할 수 없는 죽음과 가까워지는 동안 '인생'이라는 불가해한 대상에 관한 사색을 정리한 44편의 에세이다. 언어의 힘, 마음을 움직이는 소리, 자신의 소멸, 인생이라는 빛, 생명이 넘치는 계절 여름, 인간을 움직이게 만드는 미스터리 등 철학적인 제목에는 담백하면서도 정곡을 찌를 줄 아는 글이 조화를 이루고 있다. 인간은 언어를 갖게 되면서 마음을 거짓으로 꾸며낼 수 있게 되었고 타인을 속일 수 있게 되었다는 내용, '올해'의 목표는 세워지는 순간부터 달성하기 어려운 것이라는 내용 등 저자의 흥미로운 가치관이 곳곳에 담겨 있다. 본문은 봄/여름/가을/겨울/ 사계절 그리고 다시 봄으로 분류되어 있다. 때로는 계절 풍경에 대해 이야기하고 때로는 그로부터 파생되는 인간 심리를 논하면서 두 영역을 깊이 연결시킨다. 저자는 수수께끼와도 같은 '자기 자신'에 대한 질문을 멈추지 않는다. 자기가 처한 상황과 죽음을 의식하고 드러내지만 결코 무겁지 않다. 이런 부분은 독자에게 의외의 감동과 여운을 안겨줄 것이다.

명언 등을 정리한 자기계발 스타일의 '실용적인 철학' 혹은 난해하고 장대한 스케일의 '비실용적인 철학'의 두 부류로 나뉘는 철학 분야 서적 중에서 이 책은 단연 눈에 띌 수 밖에 없다. 쓸모가 있는가 여부를 떠나서 글을 읽는 동안 잠시라도 휴식을 취하고 스스로를 되돌아보며 감정을 가다듬을 수 있도록 돕기 때문이다. 저자의 사고방식을 엿보고 닮아갈 수 있다는 에세이의 강점과도 연관된다. 독자들은 내면에 갖고 있던 궁금증을 저자처럼 인식하고 생각하며 조금씩 답을 향해 나아갈 수 있을 것이다.

모든 인간의 사인(死因)은 '태어났기 때문'이다. 사람들은 저마다 앞을 알 수 없는 인생을 걸어나간다. 그런 의미에서 우리는 모두 '여행객'이라고, 저자는 이야기한다. 개인의 사생활과 철학적 메시지가 절묘하게 어우러진 이 책 한 권에서 각자의 여행을 좀 더 매끄럽게 해낼 수 있는 힌트를 찾을 수 있을 것이다.

<목차소개>

春 Spring
(봄에 생각나는 '이 느낌' / 나지만 내가 아닌 몸 / 아름다운 말, 아름다운 수식 등)
夏 Summer
(생명이 넘치는 계절 / 비의 풍경, 마음의 풍경 / 여름휴가는 빛난다 등)
秋 Fall
(성가신 벌레소리가 있는 가을밤 / 어떻게 해서든 알고 싶다 / 이해할 수 없는 한마디 등)
冬 Winter
(불가능한 〈올해〉 / 이성에 기름을 붓는 술 / 정신세계 붐 따위 / 〈사후〉는 어디에 있을까 등)
春 Spring
(이 세상 이데아 천지)

<저자소개>

이케다 아키코
문필가. 1960 년 도쿄에서 태어났으며 게이오기쥬쿠대학 문학부 철학과를 졸업했다. 전문용어가 그득한 철학이 아닌, '생각한다는 것'을 일상의 언어로 담아낸 철학 에세이를 확립하며 많은 독자를 얻었다. 특히 젊은 사람들에게 본질을 생각하는 것의 중요함과 재미, 생과 사의 소중함을 이야기해 왔다. 2007 년 2 월 23 일 신장암으로 세상을 떠났다.

No.20161116-005
제목: 감정은 '5초'만에 정돈된다
저자: 스즈키 마사유키
페이지수: 208
장르: 자기계발, 심리
출간일: 2016년 05월 28일

<내용소개>

어지럽고 우울한 마음을 5초 만에 정리한다! 일류 비즈니스맨이 실천하는 감정 정돈 방법

'감정'은 외부 사건에 대해 가장 빠르고 솔직하게 자기 상태를 파악할 수 있는 수단이다. 좋은 일이 생기면 기쁘고, 나쁜 일이 생기면 슬프다. 어느 쪽이든 시간이 지나면서 서서히 사라지는데 상황이나 개인 차이에 따라 소요 시간은 천차만별이다. 원 상태로 돌아갈 때까지 고민과 가치관을 정리하는 계기로 삼을 수도 있지만, 부정적인 감정을 너무 오래 안고 있으면 헤어나오기 힘들어진다. 이 책의 저자이자 오랜 기간 카운슬러로 활동해 온 스즈키 마사유키는, 마이너스 감정들을 정리하는 데 단 '5초'면 충분하다고 단언한다.

끊임없는 변화를 요구하는 사회 요구에 부응하여, 이 책에서는 회의적이고 과거 지향적인 태도를 긍정적이고 미래지향적인 태도로 전환할 수 있는 사고방식과 아이디어를 제공한다. 1장에서는 자신의 감정을 컨트롤 하는 능력이 인간관계를 결정한다고 이야기한다. 유쾌함이나 불쾌함 같은 것은 나름대로 숨긴다고 해도 어떻게든 상대방에게 전해지기 마련이다. 본인의 특기와 강점을 짚어보며 스스로의 가치를 찾아내고, 말과 행동으로 옮기기 전에 몇 번씩 곱씹어보자. 모두에게 일관성을 유지하면 두터운 신뢰를 얻는 기반이 된다. 2장에서는 자신감을 가질 것을 권한다. 무엇이든 반복학습으로 습관화하는 것은 마스터의 지름길이 되며, 무턱대고 타인과 비교하지 말고 자신만의 속도로 끈기 있게 나아가야 한다. 자기가 즐길 수 있는 형태의 노력을 찾아 실행하는 것이 중요하다. 3장에서는 실패를 두려워하지 않게 되는 7가지 멘탈 강화 법칙을 소개한다. 이미 저지른 실패는 피하지 말고 인정해야 하며, 지나치게 높은 목표 설정은 삼가고 성공/실패의 이분법을 탈피해야 한다고 말한다. 결과 보다 업무 프로세스 자체에서 즐거움을 찾고 바로 행동에 나설 것을 추천하고 있다. 4장은 진정으로 자기가 좋아하는 것을 탐색하고 잠재된 능력을 발휘하며 외부 인식을 플러스 방향으로 바꿔가는 방법을 설명한다. 있는 그대로의 자기를 사랑함으로써 긍정적인 가치관을 지닌 사람이 되는 것이 목표다. 마지막 5장은 내적·외적 갈등을 극복하고 마음을 보다 가볍게 정돈하는 방법을 다룬다. 카운슬러로서 접한 사례들을 풍부하게 수록해 독자의 흥미와 이해도를 높이고, 각 항목마다 힌트를 제시하여 메시지를 명확하게 전한다.

사물과 상황에 대한 인식이 바뀌는 순간 감정 상태가 차분히 정돈되고, 나아가 사람이 변하는 계기가 된다. 매일 업무와 인간관계에서 비롯되는 부정적인 감정들을 '5초 만에' 능숙하게 통제하여 일류 비즈니스맨으로 발전하고 더 행복한 삶의 토대를 다질 수 있게 만들어줄 책이다.

<목차소개>

제 1장: 인간관계는 감정 컨트롤로 결정된다!
제 2장: 자신감은 마이너스 감정도 더 잘 정돈한다
제 3장: 실패를 두려워하지 않게 되는 멘탈 강화 법칙 7
제 4장: 자신을 좋아하게 되면 마음은 항상 플러스 감정으로 가득 차게 된다
제 5장: 갈등을 극복하고 마음을 가볍게 하는 감정 정돈 방법

<저자소개>

스즈키 마사유키
심리 카운슬러, 기업 연수 강사, 전 학교심리상담사.
1967년 도쿄에서 태어났으며 센슈대학을 졸업하였다. 경영 컨설팅 회사를 비롯해 몇 군데의 직장을 거쳤으며, 트럭 운전수에서 심리 카운슬러로 전직하게 되었다. 지금까지 12년간 4000회 이상 카운슬링을 실시하였으며 기업연수 강사로서 일부 상장기업과 중소기업의 사원 교육을 맡았다. 학교심리상담사로서 교직원 연수, 학부모 대상 강연과 교육 상담, 아동 카운슬링(1000회 이상)을 통해 등교거부나 따돌림 등 학급붕괴 문제에 대응하였다. 카운슬링을 계속하며 〈임상 카운슬러 양성 학원〉에서 카운슬러 육성에도 힘쓰고 있다. 일반인들에게 〈카운슬링〉, 〈자기자신을 들여다보기〉, 〈인간관계〉 등의 테마로 스터디와 강연회를 열고 있다.

No.20161116-006
제목: 분노하기 시작한 딸들
저자: 카야마 리카
페이지수: 202
장르: 사회
출간일: 2014년 08월 29일

<내용소개>

'엄마' 때문에 스트레스 받는 '딸'들에게 정신과 의사가 전하는 처방전

이 책은 엄마 때문에 고민하고 힘들어하는 딸들을 위한 선물이다. 일본 사회 곳곳의 문제를 지적하고 고찰해 온 정신과 의사 카야마 리카가 '모녀 관계'에 초점을 맞춰, 엄마의 속박에서 벗어나지 못해 힘들어하다가 분노하기 시작한 딸들의 목소리를 다뤘다. 모녀관계는 애증으로 이뤄져 있다. 같은 여자로 태어나 서로의 삶을 깊이 이해하며 아낄 수 있는 한편, 갈등이 제대로 해소되지 못하고 사랑만큼 강렬한 실망과 증오가 같이 자라난다. 게다가 경제적으로 독립하여 살고 있다고 해도 엄마에게서 정신적으로 완전히 벗어나는 일은 쉽지 않다. 태어나서 최소 20년은 귀찮은 간섭과 따스한 돌봄이 공존하는 엄마의 영역에서 신세 지며 살아왔기 때문이다.

본문에서는 총 6개 장을 통해 모녀 관계에서 생겨나기 쉬운 모순과 위화감, 엄마와 딸이 서로 주고받는 스트레스의 양상, 그에 대한 대처 방법을 논한다. 저자 자신의 경험과 의사로서 혹은 지인에게서 접한 풍부한 사례를 인용해 독자의 공감을 유도하며 진행한다. 가장 사랑하고 존경하는 대상인 엄마의 기대에 부응하지 못하고 있다는 압박에서 오는 죄책감은 성장과정에서 누구나 한 번쯤 겪는 상황이다. 이 때 서로에게서 심리적인 독립이 성공적으로 이뤄지지 못하면 관계의 왜곡으로 번지기 쉽다. 엄마가 딸에게 일방적으로 잘못을 전가하거나, 딸을 본인과 다른 하나의 인격체로서 수용하지 못하고 '믿을 수 없고 이해할 수 없는 이상한' 존재로 낙인 찍어 상처를 주기도 하며, 엄마에게서 멀어지면 큰 일이 생긴다는 암묵적인 위협을 가한다. 본인도 모르는 사이 저지르는 속박의 이면에는 딸을 지배하는 동시에 딸에게 의존하고 싶어하는 욕구가 있다고 설명한다. 자신의 엄마에게 받았던 것을 똑같이 딸에게 되풀이하면서 모녀 갈등의 근원이 연령과 세대를 초월해 고스란히 이어지는 것이다. 최근 일본 사회에서는 노년의 부모를 홀로 맡아 간호하다 살해하는 사건이 잇달아 발생해 온 만큼, 저자는 딸을 지배하려는 모친의 간호를 맡게 되는 상황과도 연결 지어 바라본다. 강한 스트레스 속에서도 포기하지 않고 미래를 밝게 살아나갈 수 있는 해결 방법을 전하며 마무리한다.

저자는 왜 모녀관계의 문제점과 해결 방법을 딸의 시점에서 이야기 했을까? 엄마와 딸 중, 딸이 패배자가 되는 경우가 많기 때문일 것이다. 대체로 엄마 쪽의 과실을 제시하고 있지만, 딸에게

잘못이 있는 경우도 보여주며 독자들이 스스로 깨닫도록 돕는다. 더 이상 엄마에게 휘둘리고 싶지 않다고 외치고 분노하지만 그 이유와 방법을 몰라 고민인 딸들에게 필요한 책이다.

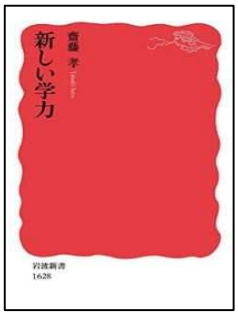
<목차소개>

제 1장: 나, 계속 싫었어 - 〈엄마에 대한 분노의 여행〉을 시작한 딸들
제 2장: 엄마를 싫어해서 미안해요 – 언제나 딸이 패배자
제 3장: 내게서 멀어지면 큰일나 – 엄마가 딸을 위협하는 이유
제 4장: 여자로 태어나서 죄송합니다 – 뿌리깊은 죄악감에서 해방
제 5장: 그래도 간호의 순간은 온다 – 지배하는 엄마를 병간호하는 딸들에게
제 6장: 포기하지 않는다 - 〈모녀 스트레스〉 대처 방법

<저자소개>

카야마 리카
정신과 의사, 릿쿄대학 현대심리학부 영상신체학과 교수. 1960 년 홋카이도에서 태어났으며 도쿄의과대학을 졸업했다. 풍부한 임상경험을 살려 현대인의 마음의 문제를 중심으로 정치·사회 평론, 서브컬처 비평 등 폭넓은 장르에서 활약 중이다. 다수의 미디어에서도 발언을 이어가고 있다. 저서로는《부모자녀라는 병》,《병간호의 작법》,《착하게 살아도 괜찮아》,《마음의 에센스》,《약자는 이제 희망이 없는 것일까》,《소셜미디어의 무엇이 기분 나쁜 걸까》,《슬플 때는 마음껏 울면 된다》,《열화(劣化)하는 일본인》등이 있다.

No.20161116-007
제목: 새로운 학력 (學力): '인간'으로 성장시키는 진정한 교육
저자: 사이토 다카시
페이지수: 240
장르: 사회
출간일: 2016년 11월 19일



<내용소개>

새로운 학습과 새로운 학력이 요구되는 시대, '인간'을 성장시키는 진정한 교육의 길

교육은 백년대계(百年大計)라는 말이 있다. 국가와 사회의 미래를 짊어지고 나갈 인재를 키우는 것이기 단기간에 효과를 보려고 하지 말고 장기적인 안목으로 계획을 세워 실행해 나가야 한다는 뜻이다

일본의 교육에는 새로운 바람이 불어올 전망이다. 2020년부터 문부과학성 학습지도 요령 개정에 따라 〈새로운 학습〉이 시행된다고 한다. 일상에서 부딪히는 과제를 해결하기 위해 사고력, 표현력, 판단력을 키우는 것이 목표다. 학습의 목표가 바뀌었으니 방법도 같이 바뀌는 것이 당연하다. 교과과정은 '문제해결형'으로 재편되고 〈Active Learning〉을 채용할 계획이라고 한다.

대학 교단의 교수이자 교육학자인 저자 사이토 다카시는, 시대 흐름을 따라 새로운 것을 적용하기 전에 검토해봐야 할 사항들이 있다고 이야기한다. 일본은 2002년에는 경쟁보다 창의성과 자율성을 강화하는 탈(脫)주입식 교육 즉 '유토리(ゆとり) 교육'을 도입한 바 있다. 상대평가제에서 절대 평가제로 바뀌고 학습 내용과 수업 시간이 줄어들며 여유로운 학업 환경이 조성되었으나 학력 저하가 심각해지면서 2007년 폐지되었다. 저자는 당시 실패에서 얻은 교훈을 명심하며, 신 제도 도입에 초점을 맞춰 교육의 본질을 망각해서는 안 된다고 강조한다.
시험을 통해 학생들의 지적 능력을 측정하는 지식 중시·암기 중심의 '전통적인 학력'은 정말 부정적인 기능들뿐이었을까? 저자는 새로운 문제해결형 교육으로 전환하는 것만으로 기대하는 효과를 얻을 수 있는지 되묻고, 진정한 교육의 길로 나아가기 위해, 육성하려는 '인재'와 비즈니스에서 요구되는 능력이 무엇인지 짚어본다. 이에 대한 해답은, 루소가 제시한 민주사회의 주권자 교육과 듀이의 이상 등 학문의 원류에서 찾아보고 있다.
또한 저자는 문제해결능력을 단련시키기 위해 올바른 〈Active Learning〉을 실천하고 고전을 탐독할 것을 제안한다. 지성, 감정, 의지 즉 지정의(知情意)에 체력을 더해 4가지 축의 힘을 고르게 발달시켜 나가는 교육이 필요하다는 것이다.

우리나라는 1990년대까지 학교 교실에서는 암기 중심의 주입식 교육이 이뤄졌고, 이후 21세기형

인재를 육성한다는 목적 하에 여러 변혁을 시행해 왔다. 하지만 정권이나 책임자에 따라 교육정책 및 방향이 너무 자주 바뀌며 학생과 학부모에게 혼란을 안겨 비난 받고 있다. 이 책은 일본의 교육에 대해 논하고 있지만, 양국의 상황이 비슷하고 진정한 학습에 대해 고민해본다는 점에서 읽을 가치가 있다. 우리의 교육 현실을 자성하는 계기가 될 것이다.

<목차소개>

시작하며: 〈학력〉의 분기점
제 1장: 〈새로운 학력〉의 등장 흐름
제 2장: 새로운 학력의 〈함정〉
제 3장: 정말 필요한 것은?
제 4장: 〈원류〉에게 배운다
제 5장: 진정한 〈문제해결능력〉을 단련하자

<저자소개>

사이토 다카시

1960 년 시즈오카 현에서 태어났으며 1985 년 도쿄대학 법학부를 졸업하였다. 동 대학원 교육학 연구과 박사과정을 거쳐 현재 메이지대학 교수로 재직 중이다. 전문 분야는 교육학, 신체론, 커뮤니케이션론이다. 《잡담이 능력이다》, 《커뮤니케이션력》, 《독서력》, 《고전의 힘》, 《사고방식 교실》, 《소리 내어 읽고 싶은 일본어》시리즈, 《3 색 볼펜으로 읽는 일본어》, 《질문의 힘》, 《코멘트력》등 다수의 저서가 있다.

No.20161116-008
제목: 철학 트레이닝: 인간을 이해하다 / 사회를 생각하다
저자: 나오에 키요타카
페이지수: 각각 208
장르: 철학
출간일: 2016년 10월 22일

<내용소개>

훌륭한 철학 고전을 활용해 인간의 본성, 사회의 본질에 대해 사고하는 힘을 키운다

무엇이든 의식적으로 반복하고 습관화 하면 능력이 향상된다. '생각'도 마찬가지다. 스스로 문제를 세우고 해결책을 탐색하는 것도 연습을 통해 훈련할 수 있다. 인간과 사회를 대상으로 생각하기를 즐기는 것이 곧 철학이다. 흔히들 철학은 사상가들과 그들을 연구하는 소수 전문가들의 리그라고 여기는데, 어렵고 비실용적인 학문이라는 것은 편견이자 오해다. 우리의 삶을 철학 사상과 연결 지어 생각하다 보면 "철학적으로 사고하는 근육"에도 힘이 붙는다.

〈철학 트레이닝〉이라는 이름으로 발간된 두 권의 책은 제목 그대로 철학적 사고 능력 강화를 목표로 한다. 가장 좋은 연습 방법은 고전과 친해지는 것이다. 양질의 고전을 반복해서 읽는 것만으로도 스스로 갇혀 있던 관점과 가치관을 재검토하고 바꿔나가며 생각의 깊이가 달라진다. 다만 고전이 쓰여진 시대 상황과 특정 인물들에 대한 사전 지식 없이 내용을 이해하기는 무리이니, 이 타이틀을 통해 기초 트레이닝을 해 보자는 것이 저자의 의도이다.

본문에서는 일상에서 누구나 가질 만한 소박하고도 난해한 질문을 쏙쏙 뽑아내고 그에 대한 답을 고전을 활용해 탐색한다. 철학 초심자도 재미 있게 읽을 수 있도록 약간의 설정이 가미되어 있다. '이와나미 학교'라는 가상의 학교를 배경으로 문화제 실행 위원회, 현대 문학 연구회, 역사 연구회, 농구부에 소속된 고등학생들과 졸업생 및 가족들이 캐릭터로 등장한다. 각 항목은 '(도입부)등장인물들의 짧은 대화를 통한 문제 제시→(본문)고전 텍스트 발췌 및 해설→(정리)철학자 및 관련서적 소개, 본문 요점 정리 및 심화 질문' 형태로 구성되어 있다. 칼럼에서는 각 장의 내용을 보충하거나 논술 작성에 유용한 조언을 제공한다.

1권은 〈인간을 이해하다〉편이다. 도입부에 해당하는 1장은 친구라는 존재의 의미, 사랑은 자연스럽게 생겨나는 것인가, 거짓말쟁이 양치기 소년에 대한 신뢰 등 우정과 사랑이라는 감정을 논한다. 2장에서는 살아가는 데 필요한 소중한 것들을 고민해본다. 신약성서 《누가 복음》을 통해 인간의 죄와 사랑을 짚어보고, 진정한 자신을 찾아 헤매는 여정과 나가르주나(용수보살)의 《중론》, 타인을 위한 희생과 삶의 가치의 관계를 《노자》《장자》와 연결한다. 3장은 이 세상에 100%

확실한 것이 존재하는가에 대한 내용이다. 인터넷 정보의 신뢰도와 베이컨의《노붐 오르가눔》, 우리가 같은 단어를 정말 같은 의미로 쓰고 있는 것인지 비트겐슈타인의《청색 책》《철학적 탐구》에서 생각해본다. 칼 포퍼의《추측과 논박》은 다양한 의견 중 어느 것이 올바르다고 정할 수 있는가의 문제를 던진다.

2권은 〈사회를 생각하다〉편이다. 1권보다 범위를 확장해 인간사회를 좀 더 크게 바라보며 철학적 사고의 장을 마련한다. 1장의 주제는 '재앙'이다. 아우슈비츠 강제수용소에서 살아남은 유대인 심리학자 빅터 프랭클의 체험기《밤과 안개》는 극한의 고통 속에서도 살아가는 의미를 찾기, 칸트의《영원한 평화를 위해》에서는 평화를 실현하기 위해 필요한 것들을 설명한다. 2장에서는 부정한 사람에게는 부정한 방법으로 되갚아줘도 되는지, 신의 이름으로 사람들이 행하는 정의는 무엇인지, 다수의 행복이 정의와 일치하는 것인지 등 포괄적이고 추상적인 '정의'라는 대상을 구체적인 질문으로 다뤘다. 무슬림의《코란》, 플라톤의《크리톤》, 밀의《공리주의》등 다양한 고전을 활용했다. 3장은 '자유'를 여러 측면에서 바라본다. 자유경쟁의 의미를 아담 스미스의《국부론》《도덕감정론》에서 찾고, 헤겔의《역사 철학》을 활용해 세계의 흐름과 개인의 노력의 관계를 파악해본다. 자유가 사회 발전에 꼭 필요한가에 대한 답의 힌트는 밀의《자유론》에서 얻는다.

동서고금의 훌륭한 철학 사상 고전을 모아 사고의 토대로 '활용하는 방법'을 배울 수 있는 책이다. 사상가의 메시지를 일방적으로 주입하는 공부는 쓸모 없다. 자기 지식으로 소화하여 글과 말로 표현하는 트레이닝을 시작해 보자.

<목차소개>.

[1권] 인간을 이해하다

1. 우정과 사랑에 대하여 - 도입

(친구들을 만든다는 것은 어떤 것? / 〈사랑〉은 자연스러운 감정이 아닌가? / 〈양치기 소년〉을 믿는 것은 틀린 것일까?)

2. 살아가면서 소중한 것

(왜 다이어트는 잘 되지 않는 것일까? – 아리스토텔레스《니코마코스 윤리학》/ 인간의 〈죄〉는 무엇일까 - 신약성서《루가(누가) 복음서》/ 진정한 자신은 어디에 있는 것일까 - 나가르주나(龍樹)《중론》등)

3. 확실한 것은 무엇일까

(인터넷 정보는 어느 정도 믿을 수 있을까 – 베이컨《노붐 오르가눔》/ 대체 확실한 것이 존재는 하는 것일까? – 몽테뉴《에세(수상록)》과 데카르트《성찰》/ 나와 당신은 그 말을 똑 같은 의미로 사용하고 있는 것일까 - 비트겐슈타인《청색 책》,《철학적 탐구》등)

[2권] 사회를 생각하다

1. 재앙을 살다

(왜 폭설과 함께 살아가는 것일까 – 스즈키 보쿠시《북월설보》/ 어떤 괴로운 때에도 살아가는 의미를 찾아낼 수 있을까 – 빅터 프랭클《밤과 안개》/ 미나마타 병의 고통이란 어떤 것일까 – 이시무레 미치코《고해정토(슬픈 미나마타)》등)

2. 정의를 살다

(부정을 저지른 사람에게는 부정으로 갚아줘도 될까 – 플라톤《크리톤》/ 신의 이름으로 사람들은 무엇을 정의라고 생각하는 것일까 -《코란》/ 어떤 사고방식이든 존중 해야 하는 것일까 – 로크《관용에 관한 편지》등)

3. 자유를 살다

(〈자유경쟁〉은 무슨 경쟁일까 – 아담 스미스《국부론》,《도덕감정론》/ 세상의 흐름은 개인의 노력과는 무관하게 진행되는 것인가 – 헤겔《역사철학》/ 자유란 정말 소중한 것- 밀《자유론》등)

<저자소개>

나오에 키요타카

1960 년생. 도호쿠대학 대학원 문학연구과 교수를 맡고 있다.《이와나미 철학 강좌 9: 과학 / 기술의 철학》,《고교 윤리부터 배우는 철학》등의 저서가 있다.

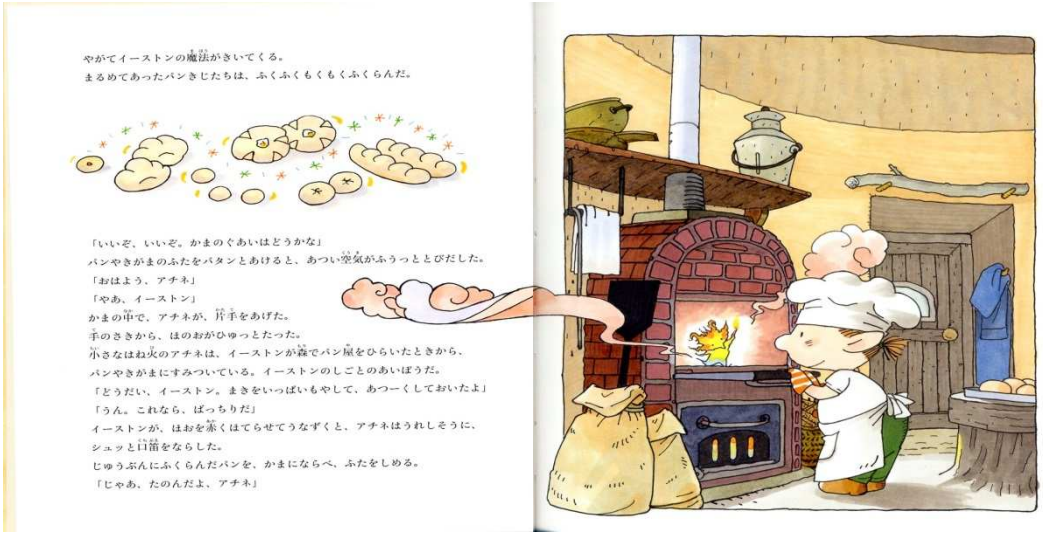
No.20161116-009
제목: 빵집 이스톤
저자: 스야마 히로미(글), 사타케 미호(그림)
페이지수: 32
장르: 아동 그림책
출간일: 2016년 10월 14일

<내용소개>

폭신폭신 맛있는 빵을 만들어내는 숲 속 빵집 '이스톤'에 관한 이야기입니다.

숲 속에 위치한 빵집 주인 '이스톤'은 아침부터 분주합니다. 새하얀 앞치마와 조리용 모자를 제대로 착용한 다음, 밀가루와 깨끗한 물을 섞어 만든 반죽에 마법을 걸어 폭신폭신 부풀어 오르게 합니다. 어느 정도 커지면 적당한 크기로 나눠 동그랗게 떼어놓습니다. 다시 한 번 마법을 사용해 각기 다른 모양으로 조금 더 부풀린 다음, 오븐 친구 아치네에게 맡깁니다. 아치네는 손 끝에서 불꽃을 살려내 먹음직스럽게 빵을 구워줍니다. 향기로운 냄새를 풍기며 완성된 갖가지 빵들은 나무딸기로 만든 잼과 함께 진열됩니다. 이스톤은 갓 구워진 빵을 맛 보며 기뻐하는 손님들의 얼굴을 볼 때 가장 행복해 합니다. 그러던 어느 날, 강한 비바람이 집안까지 들이쳐 밀가루가 다 젖어버립니다. 중요한 예약주문 빵을 만들 수 없게 된 이스톤에게, 도움의 손길이 다가옵니다. 과연 누구일까요?
빵을 만드는 '이스톤'과 숲 속 친구들의 소박한 이야기가 동화 풍의 세밀한 그림체와 잘 어울리는 그림책입니다. 텍스트가 많은 편이어서 초등학교 고학년 이상에게 추천합니다. 부록 '푹신푹신 잼 빵' 레시피를 참고해 이스톤처럼 맛있게 빵을 만들어 봅시다.

<본문 이미지>


やがてイーストンの魔法がきいてくる。
まるめてあったパンきじたちは、ふくふくもくもくふくらんだ。
「いいぞ、いいぞ。かまのぐあいはどうかな」
パンやきがまのふたをパタンとあけると、あつい空気がふうっととびだした。
「おはよう、アチネ」
「やあ、イーストン」
かまの中で、アチネが、片手をあげた。
手のさきから、ほのおがひゅっとたった。
小さなはね火のアチネは、イーストンが森でパン屋をひらいたときから、
パンやきがまにすみついている。イーストンのしごとのあいぼうだ。
「どうだい、イーストン。まきをいっぱいもやして、あつーくしておいたよ」
「うん。これなら、ばっちりだ」
イーストンが、ほおを薫くほてらせてうなずくと、アチネはうれしそうに、
シュッと口笛をならした。
じゅうぶんにふくらんだパンを、かまにならべ、ふたをしめる。
「じゃあ、たのんだよ、アチネ」

<저자소개>

스야마 히로미(글)

히로시마 현 출생. 빵집에서 일하며 창작활동을 이어가고 있다. 〈눈의 날개〉로 제 20 회 눈의 마을 환상문학상 장편상, 《해질 무렵 이야기》로 제 42 회 아동문예신인상을 수상했다. 그 외 〈유령 난다케〉시리즈 등이 있다.

사타케 미호(그림)

도야마 현 출생. 고전 명작부터 최신 SF 와 판타지까지 다양한 분야의 아동서적에 삽화를 그리고 있다. 주요 시리즈 작품에는 〈마녀의 택배편〉, 〈수호자〉, 〈하울의 움직이는 성〉, 〈대마법사 크레스먼시〉, 〈로완과 황금 계곡의 비밀〉 등이 있다.

No.20161116-010
제목: 동물의 냄새가 나요!
저자: 미로코 마치코
페이지수: 32
장르: 아동 그림책
출간일: 2016년 10월 13일

<내용소개>

누구나 지나다닐 수 있는 짐승들의 길을 거칠고도 부드럽게 그린 책입니다.

"동물의 냄새가 나요!" 여기는 동물들이 다니는 길입니다. 풀잎들이 술렁술렁, 수군수군 속삭입니다. 길바닥엔 곤충들이 슥슥 지나가고 멧돼지 같은 동물이 달려갑니다. 새들이 펄럭펄럭 날갯짓에 박차를 가하며 날아가다가, 어느 순간 동물의 입 속으로 빨려 들어가기도 합니다. 뱀들이 풀 속에서 슉슉, 그르렁그르렁 거리며 나아가고 바위들이 이리저리 나뒹굴며 외칩니다. "동물의 냄새가 나요!"
누구나 오갈 수 있는 '동물의 길'을 작가 미로코 마치코 특유의 강렬하고 거친 터치로 표현했습니다. 갑자기 뭔가 튀어나와 깜짝 놀라게 할 것 같은 이 길은, 자유롭게 들어갈 수는 있어도 무사히 나오기 어려울 것 같다는 무서움도 안겨줍니다. 동물들의 공격적인 시선은 독특하게 반복되는 의성어 의태어들과 섞여 긴장감을 더욱 고조시킵니다. 대담한 필치 뒤에는 세심한 묘사가 자리잡고 있어 지면이 꽉 찬 것 같은 느낌을 줍니다. 역동적인 매력이 가득 담긴 이 그림책은 어른에게도 권할 만 합니다.

<본문 이미지>

<저자소개>

미로코 마치코

화가 겸 그림책 작가. 1981년 오사카에서 태어났다. 2004년부터 화가로서 각국 각지에서 개인전과 그룹 전시회 등을 열며 활동하고 있다. 동물과 식물을 생동감 있게 그려내며 주목을 받았으며, 주로 아이들을 대상으로 한 워크숍에 힘을 쏟고 있다.

2012년《늑대가 나는 날》로 그림책 작가로 데뷔했으며 2013년에 동 작품으로 제18회 일본그림책상 대상을 수상했다.《데쓰조는 말이야》로 제45회 고단샤 출판문화상 그림책 상,《내 이불은 바다야》로 제63회 쇼가쿠칸 아동출판문화상을 받았다. 화문집《호로새의 밤》, 삽화《사바나의 동물 가족에 배운다》,《당신의 마을에서》등의 작품이 있다.