

No.20171018-001

제목: 그림 자수의 비밀

저자: 시마 아카시

페이지수: 320

장르: 소설

출간일: 2015년 06월 15일



### <내용소개>

#### 정반대의 매력을 가진 형제가 가문의 특수한 '자수'의 비술로 사건을 풀어나가다!

역사를 소재로 한 캐릭터 메이킹에 능숙한 소설에 작가인 시마 아카시가 이번엔 판타지와 시대극을 엮어내었다. 교토에 거주하는 작가는 이번 소설을 위해 1,200년 이상의 역사를 가진 일본 자수를 조사하고 배우며 일본의 문화 예술을 소설 속에 고스란히 녹여냈다.

문명 개화가 시작된 일본 긴자의 직물점에서 일하는 형제가 있다. 형인 사나에는 차분하고 사람 좋은 성격인 반면 동생인 미즈호는 천재이지만 제멋대로인 성격이다. 그리고 미즈호는 자수를 놓은 것에 영혼을 품게 해 구현한다는 고대 비술의 전승자이기도 하다. 그 특수한 힘 때문에 사람들에게 기피되고 권력자들에게는 이용당했던 전승자들은 단 하나의 예외를 제외하고는 본인이 보유한 비술을 사용하지 않도록 했다. 그것은 바로 자신의 반한 하나의 그림에만 그 비술을 사용할 수 있다는 것이다.

성격이 다른 두 사람은 사나에의 뛰어난 그림 실력과 미즈호의 자수 실력을 살려 직물점을 운영하고 있었다. 그런 두 사람은 어느 날, 어떤 화족의 저택에 있는 저주 받은 자수의 의뢰를 받게 된다. 의뢰인은 자수 수집가이면서 가게의 단골 손님인 자작과 그의 손녀 코마코다. 그들을 따라 간 저택에는 정신이 나간 듯 보이는 부인과 자수 앞에서 움직이지 않으려고 하는 그의 아들이 있었다. 마음을 달아버린 그에게 공감한 사나에는 도성사 (와카야마현에 있는 절)를 그린 것으로 보이는 자수를 복원해서 그의 마음을 풀어주려고 하고, 그를 위해 미즈호에게 그림 자수 안에서 없어진 키요히메를 복원하자고 제안한다. 미즈호는 망설이지만 결국 사나에가 원화를, 미즈호가 자수를 담당해 키요히메를 복원해낸다. 그러나 상황은 예상했던 것과는 달리 엉뚱한 방향으로 흘러가 버린다.

생활 속에서 흔히 볼 수 있는 자수지만 예술품으로서의 자수는 잘 볼 수가 없다. 이는 어쩌면 우리가 자수를 예술품으로서 인식하지 못했기 때문일 수도 있다. 그런 면에서 이 소설은 가까우면서도 먼 존재인 자수를 중심 소재로 잘 풀어내었다. 과거부터 사람의 염원과 소원을 담아 사람들을 지켜준다고 생각했던 자수가 얼마나 판타지와 궁합이 좋은지 확인해 볼 수 있는 흥미로운 작품이다.

<저자소개>

시마 아카시

제 1 회 라노벨 문예상 금상을 수상해, [개업의 후우인의 수수께끼 진료 기록]으로 데뷔.

No.20171018-002

제목: 다 잊어버려도 괜찮아요

저자: 히라이 쇼슈

페이지수: 222

장르: 인문

출간일: 2017년 07월 07일



### <내용소개>

#### '열심히 하는 것'에 지친 사람들에게 주는 잊어버려도 괜찮다는 위로

누구나 멈추지 않는 고민 때문에 쉽사리 잠에 들지 못했던 경험이 있을 것이다. 쓸데없는 생각이라는 걸 알면서도 생각은 꼬리에 꼬리를 물며 자라난다. 직장에서 저질렀던 사소한 실수부터 혼자 이불 속 발차기를 하게 만드는 어렸을 적 부끄러운 기억까지, 잊어버리고 싶은 것들일수록 이상하게도 좀처럼 잊혀지지 않는다.

절의 주지를 맡고 있는 저자는 그런 사람들에게 '잊는다'의 필요성에 대해 이야기한다. 우리는 힘든 일에서 눈을 돌리는 행동이 나약하다는 증거라고 생각하지만 저자의 생각은 다르다. 오히려 생각을 흘려보내고 지우면서 마음은 더욱 유연하고 강해진다고 말한다. 생각이 많다는 것은 기대와 욕심이 많아진다는 것이다. 이 타이틀에서 저자는 그런 감정에서 벗어나기 위한 다양한 제안을 하고 있다.

1 장에서는 '과거'를 대하는 방법에 대해 이야기한다. 우리는 이제까지 과거 자체를 통해 상처를 치유하고 극복하는 과정을 많이 봐왔을 것이다. 그러나 저자는 '잊고 싶은 과거'를 '새로운 기억'으로 덧씌우는 방법을 제안한다. 일종의 '리셋'을 하는 것이다. 과거의 기억이 담긴 물건을 버리거나, 성공한 경험일수록 더욱 잊으라고 충고한다. 자신이 집착하는 것은 무엇인지, 그런 집착을 어떻게 다루어야 하는지 알려준다.

2 장은 미래에 대한 장이다. 사람들은 자신이 원하는 방향으로 일이 진행되지 않아 절망하곤 한다. 하지만 저자는 내 마음대로 되지 않는 것이 오히려 좋다고 말한다. 사람들은 '지금'보다 '미래'에 집중하기 때문에 쉽게 불행해지는데, 그것보다는 지금 눈 앞의 한 순간, 한 순간에 집중해보라고 권한다. 또한, 다른 사람의 판단을 그대로 받아들이면 자신을 좌지우지 당하게 된다고 하며 "이랬으면 좋았는데, 그랬어야 했는데" 라고 후회하지 않기 위해서는 신경쓰지 않는 척도 해야한다고 말한다.

3 장에서는 인간관계에 집중한다. 사람들이 인간관계를 힘들어하는 것은 다른 사람에게서 안정감을 찾기 때문이라고 말한다. 그 극복을 위해 저자는 혼자만의 시간을 만드는 것을 강조하며 타인과의 연결에서 떨어져나와 때로는 고독 속에 있어야 하는 이유를 알려준다. 또한

굳이 좋은 사람이 되려고 노력하지 않아도 된다고 말한다. 좋은 사람이 되면 결국 보답을 바라게 되기 때문이다. 싫어하는 사람을 억지로 용서할 필요도 없다고 이야기하는 부분이 인상 깊다.

4 장과 5 장에서는 불안과 두려움을 어떻게 깨끗하게 만들 것인가에 대해 알려준다. 있는 힘껏 노력하라고 말하지 않고 적당히 자신이 할 수 있는 만큼 하라고 권유한다. 억지로 잊으려고 노력하는 것이 아니라 감정을 자연스럽게 흘러가게 두는 것, 과한 생각으로부터 빠져나오는 방법에 대해 이야기해준다.

우리는 여태까지 여러 책에서 열심히 노력해된다, 이만큼 해야 된다, 라는 충고를 많이 봐왔을 것이다. 그러나 저자는 “꼭 그렇게 할 필요 있나요?”라며 담담하게 이야기한다. 마치 그렇게 힘들어하지 않아도 괜찮아, 라는 위로처럼 들리는 타이틀이다.

#### <목차소개>

들어가며

제 1 장: 좋은 일도 나쁜 일도, 한번 깨끗하게 - [과거]에 얽매이지 않기 위한 힌트

제 2 장: 불안, 고민, 욕심 등을 내려 놓다 - [장래]에 대해 고민하지 않는 힌트

제 3 장: 잊고 싶다, 잊을 수 없다 - [인간관계]에 휘둘리지 않기 위한 힌트

제 4 장: [무심]이라는 것은? [평상심]이라는 것은? - 초조해하지 않는다, 당황하지 않는다, 허둥대지 않는다는 힌트

제 5 장: [잊을 수 있는 힘]이 인생을 더욱 근사하게 - 나날이 [새롭게] [평온하게]

#### <저자소개>

히라이 쇼슈

임제종 국태사파 전쇼안의 주지. 1967 년 도쿄 태생. 1990 년 가쿠슈인대학 법학부 정치학과를 졸업 후 2001 년까지 시즈오카 현 미시마 시 류타쿠지 전문 도장에서 수행. 2002 년부터 현직. 2016 년부터 일본 대학 위기 관리학과 객원 교수로 좌선의 지도 등을 하고 있다.

No.20171018-003

제목: 라이프 시프터 (Life Shifter): 100 세 시대의 새로운 일의 방식

저자: 코구레 마사히사

페이지수: 220

장르: 비즈니스, 경제

출간일: 2017 년 09 월 21 일



### <내용소개>

#### 오감을 이용해 더 나은 삶을 향해가는 '라이프 시프터'가 되자!

현재의 인간은 수명 100 세를 바라보며, 일명 100 세 시대를 영위하고 있다. 평균 수명이 늘어남에 따라 상대적으로, 실질적 은퇴의 나이도 연장되고 있다. 이전의 60 대 중반 세대들은 은퇴 후 연금이나 퇴직금으로 생활을 꾸려나갈 수 있었지만, 지금 시대의 60 대들은 은퇴 후에도 일을 해야만 생활을 유지할 수 있는 경우가 많아졌다. 수명이 늘어나면서 동시에 노동에 대한 부담도 증가한 것이다. 이 타이틀은 이러한 시대 변화 속에서 요구되는 일의 방식과 스킬 들을 제시하고 있다. 물론 갑자기 일을 하던 방식을 바꾸거나, 새로운 도전을 하겠다는 결정을 내리기도 어려울 것이다. 저자는 그럼에도 불구하고 궤도를 살짝 틀면 자신의 천직을 만날 수 있다고 말한다.

본문에서 저자는 몇 가지 성공 사례를 제시한다. 그 중 한 여성은 은행에 취직했지만 적성에 맞지 않다고 생각해 3년 만에 퇴사한 후, 주변의 반대에도 불구하고 아프리카로 떠나 NGO 에서 일을 시작했다. 그 후 창업을 해야겠다는 생각을 갖게 되어 제과점을 하려하다 결국 패션 사업에 뛰어들었고 성공적으로 사업을 하고 있다고 한다. 이 사례의 주인공은 전혀 연관성 없는 길을 걸어온 것처럼 보이고, 관심이 있는 분야에 발을 들였다가 금방 빠져나와 새로운 분야에 다시 발을 들이고 있다. 어찌보면 얕은 우물만 파온 것 같은 경력들이지만, 그 경력들이 쌓여 결국 자신이 원하던 일에 도달할 수 있었다.

이러한 삶의 방식이 바로 저자가 제안하는 '라이프 시프터'라는 삶의 방식이다. 이성적으로 판단하는 기술보다는 실제로 사용할 수 있는 스킬을 익히는 것이 포인트이고, 자신이 진심으로 좋아하는 것에 욕심을 가지고 하지만, 자연스럽게 방향 전환을 반복한다는 점이 특징이다. 실패와 성공을 반복하면서 그것이 경험이 되어, 자신에게 무엇이 맞는지 아는 '촉'을 자연스럽게 몸에 지니게 되는 것이다. 이런 사람들이 가진 강점은 커뮤니케이션 능력이 뛰어나다는 것, 그리고 주변 상황의 변화를 잘 캐치한다는 것이다. 다른 말로 하면 오감이 예민한 사람이라고도 할 수 있는데, 저자는 이 논리를 바탕으로 오감을 토대로한 커뮤니케이션 방법과 비즈니스 스킬들을 제안한다.

저자는 라이프 시프터로 사는 것이 일 뿐만 아니라 삶 자체에도 풍요로움을 가져다 준다고 말한다. 새로운 장소에서 생활을 시작할 때, 가족과의 관계 증진이 필요할 때 등 자신이 처해 있는 상황을 파악하고 더 좋은 방향으로 나아가는 데 도움이 되는 기술이라고 할 수 있다. 일, 그리고 삶을 보다 좋은 방향으로 이동시키는 '라이프 시프터'에 도전해보는 것은 어떨까?

#### <목차소개>

제 1 장: 어떤 사소한 깨달음으로도 최고의 아이디어를 낳는다 [찾아내는 힘] - 라이프 시프트의 다섯가지 힘 <1>시각

제 2 장: 어떤 상대방부터도 가장 좋은 정보를 손에 넣는다 [알아내는 힘] - 라이프 시프트의 다섯가지 힘 <2>청각

제 3 장: 어떤 미지의 환경에서도 위기를 피하다 [눈치채는 힘] - 라이프 시프트의 다섯가지 힘 <3>후각

제 4 장: 어떤 직장, 팀에서도 사람을 움직인다 [붙잡는 힘] - 라이프 시프트의 다섯가지 힘 <4>촉각

제 5 장: 어떤 일이라도 생산성을 최대화할 수 있는 [음미하는 힘] - 라이프 시프트의 다섯가지 힘 <5>미각

#### <저자소개>

코구레 마사히사

1972 년생. 와세다 대학 이공학부 졸업 후 호주 스윈번공과대학 대학원에서 인공 심장의 연구를 한다. 1999 년 석사 학위 취득 후 맥킨지&컴퍼니 일본 지사 입사(헬스 케어, 미디어, 소매 유통, 제조업 등 폭넓은 조직 개혁과 운영 개선·영업 전략 등의 프로젝트에 종사). 미국 뉴저지 지사 근무를 거쳐서 2005 년 쇼치쿠 주식회사 입사(사업 개발을 담당). 경제학자 제프리 삭스와의 만남에 강한 감명을 받고 이후 선진국 비만과 개발 도상국의 기아라는 2 가지 문제의 동시 해결을 목표로 사회 공헌 사업"TABLE FOR TWO(TFT)"프로젝트에 참가. 2007 년 NPO 법인"TABLE FOR TWO International"을 창설하고 대표 이사에 취임.『"20 엔"으로 세계를 잇는 일』는 비즈니스 서적 대상 신인상을 수상.

No.20171018-004

제목: 세계의 엘리트는 책을 10 권만 읽는다: 하버드생들의 10 권 독서법

저자: 하토야마 레히토

페이지수: 192

장르: 인문

출간일: 2017 년 08 월 03 일



### <내용소개>

#### 하버드 학생들은 책을 이렇게 읽는다!

#### 결과를 만들어내기 위한 독서법

세계 최고의 대학인 하버드, 세계 최고의 수재들이 모인 만큼 그들이 읽는 책에 대한 관심도 높다. 어느 서점에서는 하버드 학생들이 가장 많이 읽는 책을 기획전으로 내놓기도 했다. 독서에 관심이 많다는 이미지가 있는 하버드 학생들이지만, 그들의 실제 독서 생활은 어떨까?

하버드 비즈니스 스쿨에서 유학했던 저자가 봐온 그들의 모습은 '책을 많이 읽을 것이다'라는 일반적인 인식과는 달리 책을 거의 읽지 않는다고 말한다. 하지만 이것은 '독서를 하지 않는다'가 아니라, '책을 읽는다'는 행위를 중점에 두지 않는다는 것으로, 책을 어떻게 실전에 응용할 것인지를 더욱 중요하게 여긴다고 한다. 사람들은 '책을 읽었다'라는 결과에 만족하고 마는 경우가 많다. 얼마나 빨리 읽었는지, 얼마나 많이 읽었는지만 의식할뿐 그 다음에 어떻게 할까, 라는 생각까지 미치지 않는다. 하지만 얼마나 많이, 빠르게 읽었는지의 여부는 실전에 아무런 도움이 되지 않는다. 반대로 책의 알짜배기 내용을 이해한다면 책을 끝까지 다 읽을 필요는 없다. 도리어 필요한 내용을 파악한 후, 계속 책을 읽는 것은 시간 낭비일 뿐이다.. 저자는 이와 같은 하버드생들의 독서 방법을 활용하여 그저 읽고 지나치는 것이 아닌 문제를 해결할 수 있는 독서법을 제안한다. 특히 비즈니스에서의 응용법에 중점을 두었다.

본문에서는 책을 읽는 목적을 '문제 해결'에 두고 책을 통해 알게 된 것을 어떻게 행동으로 옮기는지 알려준다. 그리고 '10 권 독서법'에 어떤 장점이 있는지 차근차근 스텝을 밟아가며 설명한다. 또한 자신이 책을 읽는 용도 외에 어떤 식으로 사용했는지 알려주기도 한다. 저자는 같은 책을 일부러 3 권을 구입해서 들고 다녔다고 한다. 이는 다른 사람이 자신이 들고 다니는 책을 보고 생각을 공유하기 쉽기 때문이라고 한다. 또한 비즈니스 서적뿐만 아니라 소설이나 만화를 통해 문제 해결 방식을 익히는 방법도 알려준다. 마지막 장에는 자신이 책 속에서 소개했던 책들의 목록과 간단한 소개, 책 표지 등이 실려 있다.

오랜 시간 다양한 업계에서 비즈니스를 해온 저자는 그 누구보다 비즈니스에 대한 지식이 필요했다. 성공적인 커리어를 위해 수많은 책을 읽어온 저자의 결론은 단 10 권만 있어도

충분하다는 것이다. 책에서 읽고 느낀 것, 알게된 것을 실제 생활이나 일에 적용시키고 싶지만  
번번이 실패해왔던 사람들에게 성공할 수 있는 힌트를 줄 타이틀이다.

**<목차소개>**

- 제 1 장: 당신의 독서는, 왜 결과에 직결되지 않는가?
  - 제 2 장: [최강의 10 권]을 어떻게 선택하고, 사용하는가
  - 제 3 장: 월등한 결과를 내라! 비상식적인 책의 사용방법
  - 제 4 장: 나라면 이렇게 읽는다! 비즈니스 명저의 읽는 방법 <실천편>
- 북가이드: 책 속에서 소개된 최강의 책 리스트

**<저자소개>**

하토야마 레히토

1974 년생. 하토야마 종합 연구소 대표 이사. 스탠퍼드대 객원 연구원. 전 산리오 상무  
이사.아오야마 학원 대학을 졸업 후, 미츠비시 상사에 입사. 에이벡스, 로손에서 엔터테인먼트  
사업에 종사. 2008 년에 하버드 비즈니스 스쿨에서 MBA 을 취득. 그 해 산리오에 입사.  
산리오에서 해외 사업을 늘리고, 산리오 미디어&픽처스 엔터테인먼트의 CEO 로 영화 사업에도  
종사하며 2016 년 6 월 퇴임. DeNA, LINE, 피전, 트랜스 코스모스의 사외 이사를 역임. 현재  
실리콘 벨리의 벤처 캐피탈인 SOZO VENTURES 의 벤처 파트너와 Youtuber 를 묶은 UUUM 의  
고문도 맡고 있다. 미국 경제지"Business Insider"보다 페이스북의 세릴 샌드버그와 정치가의  
미트 롬니와 나란히"하버드 비즈니스 스쿨의 가장 성공한 졸업생 31 명"에도 선출된다. 실리콘  
벨리의 벤처 캐피탈 리스트의 핵심인 급진 조직인, Kauffman Fellows 멤버. 저서로는 『엄청난  
결과를 내는 사람은 사람이 보지 않은 곳에서 무엇을 하고 있는가』(환동사) 『블록 버스터  
전략』(감역·해설/동양경제신보사), 『세계의 벽은 높지 않다』(코사이드 출판) 『세계의 엘리트가  
하고 있는 어디서나 통하는 실력이 붙는 일 근육 트레이닝』(산마크 출판)이 있다.

No.20171018-005

제목: 고양이와 사는 집 만들기

저자: 카네마키 토모코

페이지수: 167

장르: 인테리어

출간일: 2017년 08월 26일



### <내용소개>

#### 인테리어 전문가가 사람이 아닌 고양이의 시점에서 주거 환경을 보다.

동물과 함께 사는 인구의 증가 속도는 놀라울 정도다. 최근의 한국 인구의 4명 중의 1명은 동물과 함께 살고 있다고 한다. 이와 더불어 애완 동물과 사는 삶에 대한 관심도 높아지고 있다. 단순히 '키운다'보다 '함께 살아간다'로 변화하는 흐름 속에서, 애완동물 용품 시장 역시 거대해지고 있다. 동물들을 위한 수제 간식부터 개인 욕조까지, 내 동물이 어떻게 하면 더 좋은 삶을 누릴 수 있는지 사람들이 관심이 커지고 있다.

저자는 건축에 종사하는 사람으로, 그 중에서도 동물과 함께 하는 주거 환경에 대해 오랜 시간 연구해왔는데, 이번 타이틀에서는 일본에서도 인기가 높은 고양이에게 맞는 인테리어를 다루었다. 아무리 고양이를 좋아하는 사람이라도, 고양이가 아니기 때문에 그들이 진정으로 무엇이 필요한지 놓치기 쉽다고 한다. 이 타이틀에서 저자는 다각도의 관찰과 고민을 통해 고양이에게 맞게 리모델링한 집의 사진을 구체적인 예시로 들며 인간과 고양이가 모두 행복하게 살 수 있는 집에 대해 설명해준다.

1 장에서는 고양이가 진정으로 행복해하는 생활이 무엇인가를 다룬다. 고양이의 몸과 마음의 상태를 이해하는 것부터 시작해, 단순히 고양이뿐만 아니라 인간과 고양이가 모두 만족할 수 있는 공간을 만드는 것을 목표로 이야기하고 있다. 특히 실내 지향적인 고양이의 성향에 맞춰 '완전 실내 사육'을 전제로 인테리어를 설명한다. 공간을 어떻게 입체적으로 사용할 수 있는지에 집중해 알려주고 있다. 2 장에서는 고양이에게 필수적으로 필요한 사항들을 이야기한다. 특히 고양이의 건강을 위해 기본적으로 필요한 의식주를 다룬다. 화장실의 배치나, 먹이를 주는 곳, 식수기의 위치까지 인테리어에 곁들여 꼼꼼히 다룬다. 3 장은 고양이가 움직이는 공간을 어떻게 활용할 수 있는지에 대한 장이다. 인간과 다른 움직임 가진 고양이에게, 계단이나 통로, 타워 등을 맞춤형으로 설계하는 방법을 소개하고 있다. 마지막 4 장에서는 고양이와 함께 살면서 주의해야 할 점, 생길 수 있는 트러블에 대한 대처법을 다루고 있다. 특히 고양이가 다치거나 실종되는 사건으로 이어지는 문이나 창문의 처리를 어떻게 해야 하는지 알려 준다. 그 외에도 온도 관리나 인테리어 재료 등, 고양이의 건강을 헤칠 수 있는 부분에 관련된 조언도 한다.

집 안 구석구석을 다룬 이 책은 고양이의 행복을 기준으로 95 가지에 달하는 인테리어 아이디어를 제시한다. 인간보다 고양이가 우선이다, 라는 관점보다 내 동물에게 상냥하게, 그리고 함께 행복하게, 라는 삶을 지향하는 모습이 그려져 있다. 지금 당장 새로 인테리어를 할 계획이 없는 사람에게도, 내 고양이가 무엇을 행복해하는지 알고 싶다면 보기 좋은 책이다.

**<목차소개>**

제 1 장: 고양이와 행복하게 사는 기본 룰

제 2 장: 고양이의 필수 어메니티와 아이템

제 3 장: 고양이의 몸과 마음이 기뻐한다 "고양이 애슬레틱"

제 4 장: 주거 환경의 주의 포인트

**<저자소개>**

카네마키 토모코

카네마키 코쿠보 공간 공방 주재. 일급 건축사, 일급 애완 동물 사육 관리자, 도쿄도 동물 애호 추진원, 가정 동물 주거 환경 연구가. 도쿄도 출신. 타마 미술 대학 졸업. 대형 건설사 설계부 근무 후 일급 건축사 사무소를 설립. 주택·점포에서의 설계 업무 외에 애완 동물과 건강한 생활을 주제로 주거 환경 코디네이터로 활동. 주택 밀집지·집합 주택의 애완 동물 사육 문제를 필생의 사업이라며 가정 동물에 관한 새로운 정보나 가족의 마음과 몸에 건강한 집 건축이나 생활 방식을 조언한다

No.20171018-006

제목: 세계를 움직이는 4대 종교 - 비즈니스에 필요한 진짜 교양을 배우다

저자: 하시즈메 다이사부로

페이지수: 256

장르: 비즈니스, 경제

출간일: 2017년 10월 10일



### <내용소개>

#### 비즈니스에 필요한 진짜 교양, 세계를 움직이는 4대 종교를 한 권으로 명쾌하게 설명하다

일반적으로 세계 4대문명은 이집트, 메소포타미아, 인더스, 황하 문명을 말한다. 이는 최초의 문명 발생지들 중 큰 강 유역에서 발달한 문명들이다. 이 4대 문명은 비교적 좋은 지리적 위치 때문에 먼저 발전한만큼 그 후의 역사에도 큰 영향을 미쳤다. 그런데, 이 타이틀에서 이야기하고자 하는 4대 문명은 이와 좀 다르다. 여기서 말하는 4대 문명은 세계의 대표적인 네 가지 종교들이다. 기독교와 이슬람교, 힌두교, 유교, 이 4가지의 종교를 4대 문명에 비유하여 설명하는데, 각 종교가 그 지역 사람들에게 어떤 영향을 끼쳤는지를 주로 이야기하고 있다. .

1장에서는 4대 문명과 글로벌 시대에 어떤 과제가 있는지 간략하게 설명한다. 2장에서는 일신교에 대한 장이다. 유럽의 기독교 문명과 이슬람교, 그리고 유대교까지 포함하여 일신교가 유럽 문명에 어떤 영향을 끼쳤는지 말한다. 그 중에서도 특히 기독교의 성립에서부터 유럽문명의 구조까지에 대한 세세한 해설이 눈에 띈다. 3장에서는 힌두교를 다룬다. 현재에도 유지되고 있는 카스트 제도를 고대의 노예제와 비교해서 설명한다. 또한 카스트 제도에 어떤 메리트가 있는지 언급하기도 한다. 인도의 종교에서 빼놓을 수 없는 붓다의 관한 설명도 실려 있다. 많은 신이 존재하는 인도의 종교적 문화와 붓다를 엮어서 설명하기도 한다. 4장은 우리에게도 익숙한 유교에 대해 이야기 한다. 농경사회였던 중국의 유교는 관료로 뽑는 제도인 과거 제도부터 '효'가 중심이 된 가정 문화까지를 다루고 있다. 마지막 5장에서는 문명을 어떻게 받아들여 왔는지에 대한 역사가 전개된다. 일본은 신의 수가 팔천가지나 있다고 할 정도로 다양한 신들이 있는 나라다. 또한 대부분의 사람들이 불교와 밀접한 생활을 하고 있다. 신과 불교 문화를 비교하기도 하며 여러 관점에서 살펴본다.

이 책은 특히 비즈니스에서 필요한 관점에서 서술되어 있다. 점점 더 글로벌화가 진행됨에 따라, 그 나라의 언어를 익히는 것뿐만 아니라 문화에 대한 이해력도 요구되고 있기 때문이다. 문화 속에 스며든 종교의 지식을 습득해 비즈니스에 활용해보는 것은 어떨까?

**<목차소개>**

- 제 1장: 세계는 4대문명으로 되어 있다
- 제 2장: 일신교의 세계 - 유럽의 기독교 문명과, 이슬람 문명
- 제 3장: 힌두 문명
- 제 4장: 중국의 유교문명
- 제 5장: 일본과 사대문명

**<저자소개>**

하시즈메 다이사부로

1948년 카나가와 현 태생. 사회학자. 도쿄대학 대학원 사회학연구과 박사과정 학점취득 퇴학.1995~2013년 도쿄 공업대학 교수. 주요 저서로는 『첫번째 구조주의』 『첫번째 언어 게임』(고단샤 현대 신서), 『세계를 알 수 있는 종교 사회학 입문』(치쿠마 문고) 『세계는 종교가 움직이고 있다』(코분샤 신서) 『국가 긴급권』(NHK북스) 『프리 메이슨 - 비밀 결사의 사회학』(쇼가쿠칸 신서) 『마루야마 마사오의 우울』(고단샤 선서 메티에)등.

No.20171018-007

제목: 도쿄대 교양학부 '생각하는 힘'의 교실

저자: 미야자와 마사노리

페이지수: 246

장르: 인문

출간일: 2017년 09월 29일



### <내용소개>

## 특별 강좌에서 시작해 도쿄대학의 대인기 강좌가 된 '브랜드 디자인 스튜디오'를 책으로 만나보

### 다

일본 최고의 대학인 도쿄대학에는 일본 전국의 수재들이 모여든다. 답이 명확하게 존재하는 시험에는 강한 그들이지만, 놀랍게도 0에서부터 무언가를 만드는 일은 어려워한다고 한다. 이미 존재하는 것을 개선시키는 데는 능하지만 새로운 것을 만들지 못하는 딜레마가 생긴다는 것이다. 그런 도쿄대 학생들을 위해, 새로운 것을 만들어내는 사고법을 가르치는 수업이 생겨났다. '브랜드 디자인 스튜디오'라는 이름의 강좌는 특별 강좌로 시작했지만, 이제는 다른 대학에서 수강 신청이 넘칠 정도의 인기 강좌로 유명해졌다.

이 강좌의 목적은 '정답이 없는 질문'을 푸는 것을 어려워하는 학생들에게 새로운 사고를 낳는 생각의 프레임을 가르치는 것이다. 저자는 아이디어를 만들어내는 힘은 재능이 있는 사람들만의 것이라는 일반적인 생각을 부정한다. 경험이나 선천적인 능력을 통해 새로운 아이디어를 만들어내는 것이기 때문에 뭔가 특별한 재능이 있을 거라고 생각하지만, 생각하는 힘은 천부적인 재능에서 오는 것이 아니라, 훈련을 통해 향상된다고 주장한다. 저자는 '생각하는 힘'의 기본 프레임을 '리본 사고'라고 명명한다. 리본 사고를 사용하면 자신의 본질이 무엇인가를 파악할 수 있다. 한 가지 컨셉에 집중하여 자신의 매력을 간결하고 쉽게 타인에게 어필할 수 있다는 것이다. 이는 회의, 토론은 물론 글로 적힌 논문에서도 자신의 주장을 명확하고 독창성 있게 전달할 수 있게 해준다.

그렇다면 리본 사고를 활용하기 위해서 필요한 것은 무엇일까? 저자는 우선 넓고 깊게, 많은 소재를 모으라고 한다. 이 방법을 3장에서 5장에 걸쳐 과정을 요리에 비유하며 설명하는데, 소재가 되는 인풋을 조사하고, 리본의 중심이 되는 컨셉을 조합하여 형태를 만들어내는 아웃풋까지의 과정을 보여준다. 무엇을 어떻게 모을까 라는 첫 번째 단계부터 새로운 아이디어로 출발하면 리본 단계를 거쳐 독창적인 아웃풋까지 도달할 수 있다고 한다. 아웃풋은 개념을 넓혀 명확한 형태로 만드는 작업으로, 여기서 중요한 것은 단순한 확장이 아니라 생각을 한 단계 도약하는 작업이라는 점을 강조하고 있다.

사회로 나갈 준비를 하고 있는 학생들 뿐만 아니라, 이미 사회에서 독창적인 아이디어나 매력적인 컨셉을 만들어야 하는 사회인들에게도 도움이 되는 내용들이다. 생각하는 힘을 단련해 새로운 혁신에 도전하고 싶은 사람들이 볼만한 타이틀이다.

**<목차소개>**

- 제 1장: [생각하는 힘]이란 무엇인가? - [독창적]으로 가는 입구
- 제 2장: [생각하지 않는 머리]에 금방 효과가 있다! 3가지 처방전
- 제 3장: 인풋 - 정보들 받아들이는 방법
- 제 4장: 컨셉 - 생각의 핵을 손에 넣다
- 제 5장: 아웃풋 - 아이디어를 비약시켜, 사람의 마음을 움직이다
- 제 6장: 공동 가치 창조력을 생각하다 - [생각하는 방법 창조]의 가르침

**<저자소개>**

미야자와 마사노리

도쿄대학 교양학부 교양교육 고도화기구 특임 교수. (주)하쿠호도 브랜드·이노베이션 디자인 국장. 도쿄대학 문학부 심리학과 졸업. (주)하쿠호도에 입사 이후 다양한 업종의 기획 업무에 종사. 2001년 미국 노스웨스턴대 켈로그 경영 대학원(MBA)졸업 후, 브랜드 및 이노베이션의 기획·컨설팅을 하는 차세대형 전문 조직"하쿠호도 브랜드·이노베이션 디자인"을 만들어 경영 전략, 신규 사업 개발, 상품 개발, 공간 개발, 조직 인력 개발, 지역 활성화, 사회 과제 해결 등 다채로운 비즈니스 영역에서 실무 상담을 하고 있다. 동시에 도쿄대학 교양학부에 적을 두고, 발상력과 팀력을 단련하는 수업"브랜드 디자인 스튜디오"와 대학생을 대상으로 한 발상을 위한 교육 대회 BranCo!를 기획·운영하는 등 고등 교육과 비즈니스의 융합을 주제로 다양한 교육 활동을 추진한다. 세이케이대학 비상근 강사. 이노베이션 지원 서비스를 제공한다. (주)SEEDATA비상근 이사. 주요 저서에 『"응원하고 싶어지는 기업·조직"의 시대』(아스키 미디어 워크스) 『브랜드 다음을 만드는 방법-오감 브랜딩의 실천』(공저, 다이아몬드 사) 『"개성"은 이 세상에 정말 필요한 것인가』(편저, 아스키 미디어 워크스)등 다수.

No.20171018-008

제목: 늘 앉아있는 당신에게 동적 스트레칭을 추천합니다!

저자: 타니모토 미치야

페이지수: 149

장르: 건강

출간일: 2017년 09월 20일



### <내용소개>

**당신의 몸에는 스트레칭이 필요하다!**

**건강하고 이상적인 몸을 손에 넣기 위한 동적인 스트레칭 코칭북.**

현대의 직장인들은 누구나 만성피로에 지쳐있다. 잠을 자도 피곤은 풀리지 않고, 운동을 하자니 반복되는 야근과 피곤한 몸 때문에 등록한 헬스장조차 제대로 못 가는 사람들도 많다. 피로는 대부분의 병을 야기하는 원인이 되는데, 오래 앉아 있는 것이 상태를 더욱 악화시킨다. 오래 앉아있다는 것은 근육을 움직이지 않는다는 것이기 때문이다. 움직이지 않는 근육은 시간이 지날수록 더욱 굳어버린다. 이런 근육은 근육통을 수반하고, 각종 병의 원인이 된다. 이 책은 그런 근육을 이완시키고 피로를 해소시키기 위한 스트레칭 법을 소개하고 있다.

동적 스트레칭은 일반적인 스트레칭과 달리 팔과 다리를 크게 움직이며 전신의 근육을 풀어주는 것이 특징으로, 일반 스트레칭보다 혈액순환 기능을 크게 향상시켜 일상 생활에서 편하게 움직일 수 있도록 도와준다. 1 장은 운동 부족이 몸에 어떤 나쁜 상태를 가져오는지 하는 설명에서 시작해 동적인 스트레칭에서 얻을 수 있는 효과를 단계별로 보여준다. 가장 많이 하게 되는 운동인 '걷기'에서부터 몸을 쾌적하게 만드는 방법도 제시한다. 2 장은 몸의 부위 별로 나쁜 상태일 때 어떤 영향이 오는지에 대해서, 그리고 상태를 호전시키기 위한 스트레칭법을 사진과 함께 알려준다. 부위 별로 움직이는 방향과 중점적으로 해야 할 부분을 사진으로 상세하게 설명하고 있다. 3 장에서는 몸 전체를 이용한 본격적인 스트레칭법을 알려준다. 움직여야 할 근육이나 숙여야 하는 각도도 기호를 이용해 알기 쉽게 알려준다. 4 장에서는 기본적인 스트레칭에서 한 단계 올라가 지방을 태울 수 있는 스트레칭법에 대한 장이다. 유산소 운동을 위한 스트레칭으로, 지방을 태울 뿐만 아니라 쉽게 지치지 않는 몸을 만들 수 있다고 한다. 지방을 연소시켰다면 5 장에서 근육을 키울 수 있는 스트레칭을 배울 수 있다. 체형을 바꾸기 위해서는 근육이 필수적이다. 집에서 할 수 있는 스트레칭법을 소개하며 초심자를 위한 쉬운 자세와, 고난이도 자세 두 가지를 제시한다. 6 장에서는 마무리 운동이 되는 스트레칭 법을 소개하며 정리한다. 7 장에서는 운동의 효과를 높여주는 식사법에 대한 장이다. 일상에서 간단히 실천할 수 있는 식사나, 주의해야 할 점을 알기 쉽게 정리해놓았다.

다이어트나, 건강뿐만 아니라 더 강한 몸이나 지금 하고 있는 운동의 효과를 높이고 싶은 사람들 등, 다양하게 활용할 수 있는 스트레칭이다. 바빠서 따로 운동할 시간을 낼 수 없는 사람이나 체력이 약한 사람들에게도 차근차근 따라 하기 쉽다. 실천 횟수나 스트레칭의 종류도 자신에게 필요한 만큼만 선택해서 틈틈이 할 수 있게 만들어져 있어 더욱 실용적이다.

#### <목차소개>

- 제 1 장: 왜 동적인 스트레치 방법은 피로와 나쁜 상태를 리셋 할 수 있는가?
- 제 2 장: 우선 몸을 굳어진 상태에서 해방시키자
- 제 3 장: 동적인 스트레치 베이직으로 쾌적한 몸이 된다
- 제 4 장: 동적인 스트레치 부스터로 지방을 태우다
- 제 5 장: 부드러운 근육을 키우는 동적인 스트레치 스트렝스
- 제 6 장: 경기력이 현격히 오르는 동적인 스트레치 컨디셔닝
- 제 7 장: 지치지 않는 몸을 서포트하는 식사법

#### <저자소개>

타니모토 미치야

1972 년생. 시즈오카 현 출신. 긴키대학 생물이공학부 조교수. 일본 올림픽위원회의 과학 스태프. 일본 보디빌딩 연맹의 과학 위원. 오사카대학 공학부 졸업. 도쿄대학 대학원 종합문화연구과 박사 과정 수료. 박사(학술). 저서로는『35 세부터의 몸의 규칙 BOOK』(베이스볼·매거진사), 『스포츠 과학의 교과서』(이와나미 서점)『슬로 트레이닝』(타카하시 서점)등 다수. NHK『안녕 일본』, 후지 텔레비전 『정말이에요!? TV』등에서도 운동의 효과를 알기 쉽게 해설하고 있다.

No.20171018-009

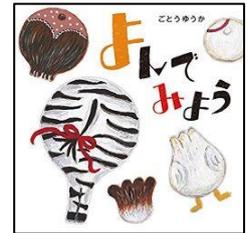
제목: 불러 보자

저자: 고토우 유우카

페이지수: 32

장르: 아동 그림책

출간일: 2017년 02월 22일



### <내용소개>

#### 이건 어느 동물의 뒷모습일까요? 같이 불러 봅시다!

동물들이 반대쪽으로 얼굴을 향하고 있습니다. 여기서의 동물의 뒷모습 밖에 보이지 않습니다. 과연 누구일까요? 같이 불러봅시다. 동물이 고개를 돌립니다. 몽실몽실한 꼬리를 가진 동물은 누구일까요? 토끼의 이름을 부르자 이쪽을 향해 서서 얼굴을 보여줍니다. 길고 풍성한 갈색 꼬리를 가진 동물은 누구일까요. 불러보니 귀엽고 작은 코와 귀를 가진 동물이 얼굴을 살짝 내밀니다. 바로 다람쥐였습니다. 이번에는 꼬리 끝에 빨간 리본을 단 동물이 서있습니다. 하얀색 바탕에 까만 줄무늬가 멋진 이 동물은 누구일까요? 큰소리로 부르자 얼룩말이 고개를 돌려 이쪽을 봅니다. 하얗고 둥근 엉덩이를 가진 동물은 자기를 부르자 큰 부리를 내밀어 고개를 돌립니다. 펠리칸이었습니다. 까만 밤처럼 둥근 엉덩이와 작은 꼬리를 가진 이 동물은 누구일까요? 곰이 자기를 부르자 고개를 돌려 이쪽을 봅니다.

동그란 엉덩이를 보며 맞춰보는 재미와 부르고 나서 돌아볼 때의 두근거림을 동시에 즐길 수 있는 귀여운 책입니다. 아이들과 함께 읽으며 같이 소리 높여 불러보는 재미도 느껴보는 것은 어떨까요?

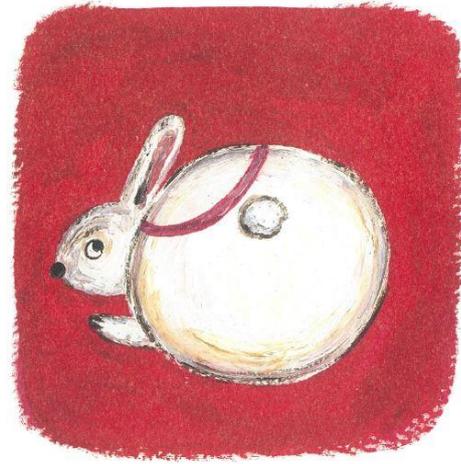
### <본문 이미지>



あ、ふりむいた!

じゃあ、よんでみよう!

**うさぎとーん!**



あ、こっちを むいた!

**うさぎの  
コニーだ!**

カバンの なかには  
なにが はいっているのかな?



<저자소개>

고토우 유우카

1992년 7월 18일 생. 쿠와자와 디자인 연구소 졸업. 학창 시절에 만난 러시아의 그림책에 크게 영향을 받아 그림책 화가를 지망하다. 현재는 프리랜서 일러스트레이터·라이터로 활동 중.

No.20171018-010

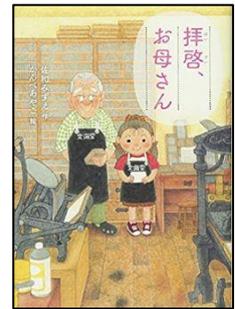
제목: 사랑하는 엄마에게

저자: 사와 미즈에(글), 칸베 아야코(그림)

페이지수: 159

장르: 아동 소설

출간일: 2017년 07월 01일



### <내용소개>

#### 엄마에게 화를 내버린 채 가게 된 할아버지의 인쇄소에서 펼쳐지는 유나의 여름 방학 이야기

아이를 임신한다는 것은, 부모에게도 많은 준비가 필요하지만 동생이 생기게 된 아이들에게도 나름의 준비가 필요합니다. 부모의 사랑을 당연하게 독차지하던 아이에게 동생의 등장은 우리가 생각하는 것 이상으로 큰 불안감을 느끼며 평화롭던 일상이 어느 날 갑자기 산산조각 난다고 생각한다고 합니다. 그런 갑작스런 환경 변화의 적응하지 못하고 힘들어하는 아이들도 많습니다. 이 책의 주인공인 '유나'도 마찬가지입니다.

유나는 초등학교 4학년입니다. 유나의 동생을 임신 중인 어머니는 건강이 나빠져 유나에게 방학 동안 규슈에 있는 할아버지에게 가서 지내라고 합니다. 할아버지 집에 가기 싫었던 유나는 혼자서 집을 볼 수 있다고 말했지만 결국 할아버지 집에 가게 됩니다. 화가 난 유나는 입원한 어머니에게 동생 따위는 필요 없다고 말해 버리고 규슈로 향하게 됩니다. 규슈에 사는 유나의 할아버지는 활판 인쇄소를 하고 있습니다. 인쇄소에 간 유나는 선반 가득히 차있는 활자를 보고 감동하여 마치 문자의 바다에 있는 것 같다고 합니다. 거기서 유나는 할아버지의 활판 인쇄 작업을 돕게 됩니다.

어느 날, 인쇄소에 여름방학의 자유 연구를 위해 6학년 아이들이 옵니다. 두 아이들은 할아버지의 인쇄소에서 활판 인쇄에 관해 배우게 됩니다. 어떤 순서로 활판 인쇄를 하는지 그림과 함께 차례대로 설명해줍니다. 유나는 할아버지의 인쇄소에서 청첩장이나 초대장, 가게의 엽서 등 여러 인쇄물을 보면서 활판 인쇄의 매력을 알게 됩니다. 어머니에게 심한 말을 하고 온 것이 계속 마음에 걸렸던 유나는 인쇄소를 보면서 한가지 아이디어를 떠올립니다. 유나는 자신의 솔직한 마음을 전하기 위해 할아버지와 함께 부모님에게 보내는 편지를 활판 인쇄로 만듭니다. 유나는 완성된 편지를 어머니 앞으로 보내고, 그 편지를 받은 부모님은 무척이나 기뻐하게 됩니다.

요즘에는 많이 이용되지 않는 활판 인쇄의 역사와 방법이 이야기에 잘 녹아들어 있습니다. 유나가 어머니에게 보낸 활판 인쇄 편지가 책 뒷부분에 실려 있어 활판 인쇄란 어떤 느낌인가 직접 눈으로 확인해볼 수도 있습니다. 주인공인 유나가 여러 사람들과 접하면서 자신의 감정에 마주하게 되는 과정이 따뜻하게 그려진 이야기입니다.

<저자소개>

사와 미즈에(글)

에히메 현 태생. 일란성 쌍둥이. 각각 에히메 현과 오이타 현에 거주. 대학 졸업 후, 고단샤의 소녀 만화 잡지 『나카요시』의 원작자로 데뷔한 뒤 소녀 만화, 극화의 원작, 소녀 소설, 아동용 책, 라디오의 각본, 낭독 대본을 집필. 아동 서적의 근간으로는 『파오즈가 된 히나님』(제61회 청소년 독서 감상문 전국 콩쿠르 중학생 부의 과제 도서), 『되살아나는 이백년 전의 피아노』(이상, 구몬 출판) 등.

칸베 아야코(그림)

니가타 현 태생. 일본 아동출판 미술가 연맹 회원. 그래픽 디자이너로서 디자인 회사에 입사, 그 후 독립해 프리랜서 일러스트레이터가 된다. 광고 일러스트, 그림책을 중심으로 활동. 그림책의 작품으로는 [모리 군] 시리즈 (구몬 출판)『미미의 생일 케이크』(PHP연구소),『운이 열리는 그림책』(아카네쇼보) 등.