

EYA NEWSLETTER

ENGLISH TITLES

FICTION

제목 : WE ARE ALL MADE OF STARS

가제 : 우리 모두가 별

저자 : Rowan Coleman

출판사: Ebury Press

발행일: 2015년 5월 21일

분량 : 400 페이지

장르 : 소설



떠날 날이 멀지 않은 호스피스 병동 사람들, 그들의 마지막 메시지를 편지로 남기는 간호사

사랑하는 사람, 아끼는 이에게 편지를 남길 수 있는 기회가 딱 한 번 주어진다면, 우리는 누구에게 또 어떤 이야기를 쓰게 될까? 지역 병원의 호스피스 병동에서 일하는 스티라 케리는 다양한 이유로 이제 곧 삶을 마감하게 될 환자들을 대신해 밤마다 그들의 마지막 소원과 생각, 감정, 당부의 말, 조언이 가득 담긴 편지를 쓴다. ‘날 그리워하지 마라, 나는 항상 너희들 곁에 있을 거야. 공기로, 달로, 별로... 우리는 모두 별로 만들어졌잖니. 어디에서든 고개를 들면, 내가 거기 있을 거다.’ 가슴을 따뜻하게 하는 마지막 인사부터 세탁기 사용법, 좋은 부모가 되는 방법에 관한 조언, 생명보험 증서를 보관해 둔 장소까지 그들이 남기는 다양각색의 메시지가 스티라의 손을 통해 종이에 옮겨진다. 그리고 환자가 세상을 떠나면, 그녀는 직접 편지를 보낸다.

스티라는 굳이 야간 교대조로만 일하려 고집하는데, 그럴 수 밖에 없는 속사정이 있다. 바로 남편 빈센트와 최대한 마주치지 않기 위해서다. 아프가니스탄 전쟁에 참전했다가 돌아온 빈센트는 전장에서 끔찍한 부상을 입었다. 몸도, 마음도 깊은 상처를 입은 그는 혼자만의 세계에 틀어박힌 채 다시 돌아온 일상에 도무지 적응하지 못하고, 밤이 오면 외상 후 스트레스 장애 때문에 잠을 이루지 못한다. 남편을 사랑하지만, 더 이상 예전의 남편이 아닌 그가 아파하는 모습을 마냥 지켜보기도 힘들고 어떻게 도와주어야 할지, 두 사람이 이제 어떤 미래를 만들어야 할지 답답하기만 한 스티라는 원래 일하던 외과 병동을 떠나 호스피스 병동으로 근무지를 옮겨 야간 간호사로 일하기 시작한 것이다. 빈센트는 스티라를 여전히 사랑하지만, 망가진 자기 자신을 미워하는 마음에서 벗어나지 못한다.

어느 때처럼 한 환자의 편지를 받아쓰던 스티라는, 그 일을 시작하고 처음으로 고민에 휩싸인

다. 이 편지만은 반드시 환자가 세상을 떠나기 전에, 너무 늦기 전에 상대방이 받아볼 수 있게 해야 한다는 강한 의무감을 느낀 것이다. 환자가 마지막으로 구원 받을 수 있는 기회, 그 기회가 편지에 달려 있다는 확신이 들었다. 하지만 잘 알지도 못하는 사람들의 인생에 허락 없이 그렇게 불쑥 끼어드는 것이 과연 옳은 일일까?

행복과 아픔, 슬픔을 제각각 안고 사는 여러 인물들의 삶의 이야기 속에 따스하게 전해지는 희망
가슴에 아픔을 숨기고 호스피스 병동에서 사람들의 마지막 메시지를 전하는 간호사로 일하는 스틸라와 그녀를 비밀 친구처럼 여기며 이야기를 털어놓는 환자들을 통해, 우리는 그들의 다양한 인생에 찾아온 가슴 벅찬 사건들과 웃지 못할 온갖 일들, 그리고 삶을 마감하며 자연스레 솟아나는 용서의 마음을 골고루 접할 수 있다. 편지와 함께 짙막하게 등장하는 여러 인물들은 하나하나 자신만의 존재감을 보여주고 있다. 젊은 나이에 낭포성 섬유증으로 극심한 감염에 시달리다 호스피스 병동까지 오게 된 ‘호프(Hope)’라는 이름의 여성은 정말 이름처럼 희망을 잃지 않고, 기적처럼 회복되어 건강을 되찾으며 그 과정을 지켜본 모든 이들에게 긍정과 용기, 희망의 강력한 힘을 보여준다. 고양이 제이크와 단 둘이 사는 휴는 박물관 큐레이터로 일하는 남자. 겉보기엔 외부와의 접촉을 차단하고 홀로 살아가는 까다로운 사람처럼 보이지만, 점점 드러나는 그의 진짜 삶에는 누구보다 슬픈 이야기가 가득하다.

죽음의 그림자가 어느 곳보다 깊이 드리운 호스피스 병동이 소설의 주요 무대지만, 그 속에서 펼쳐지는 이야기는 결코 우울하거나 어둡지 않다. 91세 할머니가 스틸라를 통해 갓 태어난 증손녀에게 남기는 유머러스한 인생의 조언처럼, 시종일관 사랑과 사랑하는 이들을 향한 애뜻한 마음이 가득한 이야기 속에는 다시 오지 않을 기회를 꼭 붙잡고 희망을 잃지 말라는 메시지가 담겨 있다.

<저자 소개>

로완 콜먼(Rowan Coleman)은 잉글랜드 하트퍼드셔에서 다섯 아이를 키우며 집필 활동을 하고 있다. 열한 번째 소설 《The Memory Book》은 ‘리처드와 주디의 북클럽(Richard and Judy Book Club)’ 선정 도서에 포함되어 큰 주목을 받고 <선데이 타임즈> 베스트셀러에도 등극했다. 그 밖에 《The Accidental Mother》, 《Lessons in Laughing Out Loud》 등을 발표했다.

제목 : AFTER ALICE
가제 : 앨리스가 사라진 후
저자 : Gregory McGuire
출판사: William Morrow
발행일: 2015년 10월 27일
분량 : 256 페이지
장르 : 소설



앨리스가 이상한 나라로 떠난 뒤 남은 사람들은? 《위키드》의 작가가 그려낸 새로운 모험 이야기

수백 만권이 판매된 베스트셀러이자 뮤지컬로도 제작된 《위키드》의 작가 그레고리 맥과이어가 미국과 유럽의 영원한 고전 동화 《이상한 나라의 앨리스》의 신기한 땅 속 세상 이야기를 앨리스의 친구 ‘에이다’의 시선에서 새롭게 그린 흥미진진한 이야기로 돌아왔다. 19세기 중반, 어느 여름 날 갑자기 사라진 앨리스를 찾기 위해 옥스포드의 하천 마을은 떠들썩하다. 앨리스가 이상한 나라로 간 줄은 꿈에도 모르는 가족들과 마을 사람들. 작가는 원작의 제 2장에서 앨리스의 혼잣말에 잠깐 등장하는 친구 에이다를 새로운 주인공으로 삼아, 없어진 친구를 찾아 토끼굴에 빠져버린 또 한 명의 소녀에게 펼쳐지는 모험 이야기를 들려준다.

가정교사 암스트롱 양 밑에서 고달픈 나날을 보내는 에이다. 엄마는 갓 태어난 남동생을 돌보느라 에이다에게 신경을 많이 써주지 못하고, 아빠가 하라시는 대로 열심히 찬송가 연습을 하자니 아기가 자는데 시끄럽다고들 난리다. 결국 집안을 조용히 만들려면 에이다를 밖으로 내보내야 한다고 판단한 엄마는, 나가서 앨리스와 놀라고 하시지만 에이다는 영 못마땅하다. 오전 11시도 안 된 시각에 암스트롱 양은 에이다에게 짙 한 병을 주고는 ‘나가서 요정들을 없애라’는 암호 같은 심부름을 안겨준다. 그리 상상력이 풍부하지 않은 에이다는 도무지 무슨 말인지 이해하지 못한 채 일단 길을 나선다. 못생긴 요정이란 뜻인가? 아니면 못된 요정? 고개를 가웃대며 7월의 태양빛과 잎이 무성한 나무 아래 강둑을 걸어간다. 땅을 바라보며 한참을 걸으며 아버지 책장에 꽂힌 단테의 ‘신곡’을 몰래 읽고 알게 된 땅 밑 세계의 무시무시함을 떠올리던 에이다는, 나무 그늘에 앉아 있는 리디아 언니를 발견한다. 앨리스의 언니인 리디아는 앨리스가 갑자기 사라졌다면 혹시 보지 못했느냐고 에이다에게 묻는다. 집에 중요한 손님이 오셔서 밖에서 놀고 있었는데, 순식간에 앨리스가 사라졌다는 것이다. 에이다는 모르겠다고 하고는, 다시 가던 길을 재촉한다. 강가의 큰 나무 기둥을 지나는데, 문득 거대한 나무 뿌리 사이에서 빼꼼히 내민 코가 보인다. 가만히 바라보고 있자니, 웬 토끼가 조심스레 얼굴을 내밀었다. 그것도 평범한 토끼가 아닌, 신사들이나 입는 조끼를 걸친 하얀 토끼였다. 밖으로 나온 토끼는 에이다를 보지 못하고 저만치 가버리고, 너무 놀란 에이다는 소리치지도, 움직이지도 못한 채 방금 토끼가 빠져나온 구멍을 들여다보았다. 그리고 잠깐 주저하다가 발목부터 썩, 그 깊은 어둠 속으로 들어가버렸다.

토끼굴에 빠진 또 한 명의 소녀, 참신한 아이디어가 가득한 엘리스의 이상한 나라

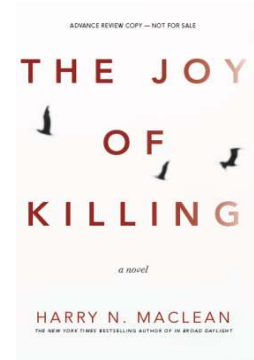
사라진 친구를 찾아나선 또 한 명의 소녀. 하지만 이상한 나라에 도착해보니 이미 너무 늦었다는 것을 깨닫는다. 그래도 엘리스를 찾아 다시 땅 위 세상으로 무사히 데려가기 위해 방법을 찾아 나서는 에이다. 두 소녀는 어떻게 될까? 2015년은 엘리스가 이상한 나라로 떠난 모험 이야기가 세상에 나온지 150주년이 되는 해다. 토끼 굴로 들어간 엘리스는 바깥 세상과 달리 일관성 없는 규칙과 견디기 힘든 존재들이 가득한 땅 속 세상에서 전혀 이성적이지도 않고 믿고 의지할 수도 없는 어른들과 만난다. 이상한 나라에서는 돼지로 변해버린 아기를 제외하면 엘리스 외에 어린 아이라곤 찾아볼 수 없었고, 유일한 어린 이 엘리스가 가장 논리적이고 예의 바른 인물로 그려진다. 작가는 엘리스가 살던 옥스포드 지역에서 그녀가 사라진 후 어떤 일이 벌어졌을까, 라는 기발한 궁금증을 시작으로 엘리스의 친구를 새로운 주인공으로 삼아 그 궁금증을 풀어간다.

‘위키드’ 외에도 신데렐라, 백설공주 등 많은 사람들에게 친숙한 동화를 새롭게 각색해 잇달아 내놓고 큰 인기를 모은 작가는 이번 작품에서 엘리스 이야기에 목마른 팬들의 갈증을 참신한 아이디어로 해소시켜준다.

<저자 소개>

그레고리 맥과이어(Gregory Maguire)는 미국의 저명한 소설가로 주로 고전 동화를 성인 소설로 재탄생시킨 작품을 써 왔다. 《위키드》 시리즈를 비롯해 《마녀》 시리즈, 《거울아 거울아》, 《신데렐라 언니의 고백》 등이 뉴욕타임즈 베스트셀러 대열에 포함되고 전 세계적으로 판매됐다. 현재 집필 활동을 하면서 여러 나라에서 예술, 문학, 문화 강연도 하고 있다.

제목 : THE JOY OF KILLING
가제 : 살인의 즐거움
저자 : Harry MacLean
출판사: Counterpoint
발행일: 2015년 7월 14일
분량 : 224 페이지
장르 : 소설



세상과 동떨어진 곳에서 지나온 삶과 기억을 떠올리는 남자, ‘기억하는 것’과 ‘진실’의 깊은 간극
미네소타 북부의 울창한 숲 속, 어느 호숫가 작은 집에서 타자기 앞에 앉아 있는 한 중년의 남자. 그는 세찬 바람이 집 전체를 때리고 지나가는 어느 밤, 홀로 자신의 인생을 돌아보며 자서전을 쓰는 중이다. 창문에 부딪히는 바람 소리, 캄캄한 밤 하늘을 밝히며 서서히 이동하는 달빛이 중간중간 그의 의식에 끼어드는 가운데, 그는 어릴 적 여름을 보내러 오곤 했던 이 낡은 집 다락방에 칩거한 채 자신의 과거를 떠올리는데 집중한다. 몇 년 전까지만 해도 대학 교수로 일했던 그는 소설을 쓴 적도 있었다. 교내에서 일어난 끔찍한 살인 사건을 주제로, 인간의 행동을 도덕적으로 옳다 그르다 판단하는 기준은 없다는 허무주의 이론을 한껏 펼친 소설이었다. 하지만 그가 자서전에 쓰려는 이야기는 그런 내용이 아니었다. 훨씬 더 예전에 일어난, 청소년과 청년 시절에 겪은 세 가지 사건이 그가 생각하는 인생의 핵심적인 사건들이다. 하나는 아이오와 어느 작은 마을에 살던 어린 시절 친구와의 우정과 배신의 이야기, 다른 하나는 어느 여름, 폭풍우가 내리치던 날 누군가 호수에 빠져 죽고 만 사건이다. 그리고 세 번째는 시카고 행 열차에 올랐던 열다섯 어느 날, 기차에서 우연히 만난 한 소녀와의 관계에 관한 이야기다.

이 모든 이야기가 그의 머릿속에서 얽혀 있다. 그는 조각 난 기억을 어떻게든 하나로 모으려 애쓰고, 이 과정에서 놀라운 비밀들이 하나씩 그 모습을 드러낸다. 인간의 기억이란 아주 특별하고 인상적인 몇몇 순간을 제외하고는 매우 주관적이며, 따라서 신뢰할 수 없다는 그의 이론을 증명이라도 하듯, 떠오르는 진실은 그의 기억과 너무나 다르다. 과거를 헤매는 기억과 호숫가 집에 앉아 있는 현실로 의식이 수시로 왔다갔다하며 드러나는 그의 과거 이야기 속에 그가 자서전으로 말하려는 이야기의 핵심이 담겨 있다. 인간의 본성과 내재된 폭력적 성향, 그리고 소위 ‘문명화된’ 인간 사회의 규칙을 무참히 거스르는 인간의 선택과, 이에 따를 수 밖에 없는 비난과 처벌을 철학적으로 깊이 경멸하는 그의 시선도 여실히 드러난다.

인간의 욕망, 폭력성, 죄책감, 그 모든 것에 대한 철학적 정당화를 날카롭게 꼬집은 소설

글을 쓰며 자신의 생각과 이야기, 기억을 들려주는 남자는 점점 더 믿을만한 존재도, 공감할 수도 없는 사람임이 밝혀지고, 정리되지 않고 떠돌던 기억이 마침내 하나의 모양을 갖추었을 때 드러나는 진실 속에는 한 사람의 인생을 차지한 폭력과 그것이 토대가 된 인간의 행동들이 자리

하고 있다.

작가는 서정적이고 물 흐르는 것 같은 유려한 글로 독자를 서서히 이야기 아래에 깔린 위험한 진실로 끌어가고, 알 수 없는 불길함을 느끼며 주인공의 기억을 따라가다 보면 때로는 충격적이고 혼란스러운 상황이 연이어 펼쳐진다. 그릇된 환상과 실제 현실 사이에 가로 놓인 선이 얼마나 가늘고 미묘한지, 정말로 일어난 일, 진실보다도 사람들이 각자 ‘이야기’하는 자기 자신의 삶이 그들의 인생을 완성시키는데 큰 역할을 한다는 사실을 보여주는 소설로, 인간의 욕구와 폭력성, 죄책감, 철학적 정당화에 관한 작가의 깊은 통찰이 가득하다. 사랑 이야기와 미스터리, 심리 스릴러, 그리고 인간에 대한 고민이 잘 어우러진 작품이다.

<저자 소개>

해리 맥린(Harry MacLean)은 콜로라도에서 변호사이자 작가로 활동 중이다. <뉴욕타임스>에서 12주 동안 베스트셀러였던 《In Broad Daylight》으로 ‘에드가 상(Edgar Award)’을 수상했다. 두 번째 소설 《Once Upon A Time: A True Story of Memory, Murder, and the Law》는 <뉴욕타임스> 선정 ‘올해의 주목할만한 도서’에 포함됐고, 세 번째 소설 《The Past Is Never Dead: The Trial of James Ford Seale and Mississippi's Search for Redemption》은 스탠포드 대학교에서 수여하는 ‘윌리엄 새로안 상(William Saroyan Award)’ 최종 후보에 올랐다.

제목 : SWEETGIRL
가제 : 스위트걸
저자 : Travis Mulhauser
출판사: HarperCollins Publishers Ltd
발행일: 2016년 2월 11일
분량 : 208 페이지
장르 : 소설



눈보라 치는 겨울에 자취를 감춰버린 엄마, 엄마를 찾아나선 길에 맞닥뜨린 예상치 못한 사람들
어머니가 사라진 지 벌써 9일째가 되었다. 1월에 접어든 미시건 주 북부 지역에는 눈보라가 쉬지 않고 휘몰아치는데, 연락이 되지 않는 어머니 때문에 퍼시는 초조하기만 하다. 그런데 친구 칼레타가 한 잔 사준다가에 들른 술집에서, 카운터 직원인 겐트리가 뜻밖의 이야기를 한다. 어머니가 셸튼 포터라는 작자에게 얼마 전 이별 통보를 받았으며, 그 일로 최근에 농장 주변을 정신나간 유령처럼 헤매고 다니더라는 이야기였다. 겐트리는 심지어 바로 어젯밤, 셸튼의 집에 물건을 배달하러 갔다가 거기서 퍼시의 어머니를 보았다고 전한다. 퍼시는 깜짝 놀란다. 물론 어머니의 소식도 놀랍기도 했지만, 어머니가 자신을 실망시킨 적이 한 두 번도 아니고 이제 익숙해질 때도 됐건만 이렇게 처음 겪은 일마냥 충격이 올라오는 자신에게도 놀라고 신기할 따름이었다. 어머니가 겐트리를 보고도 정신이 딴 데 있는 사람처럼 멀거니 바라만 볼 뿐 알아보지도 못하더라는 이야기를 듣고, 퍼시는 불안한 마음에 자리를 박차고 일어난다.

열여섯 살인 퍼시는 근처 가구점에서 일하며 가난한 동네에 있는 방 한 칸 자리 작은 집에서 어머니와 단둘이 살고 있다. 마을 사람들은 조금 떨어진 곳에 형성된 멕시코인들 동네를 비웃지만, 퍼시는 자기 집처럼 거실과 부엌이 구분도 안 되는 작은 집들이 즐비한 동네나 그곳이나 별반 다를 것이 없다고 생각한다. 그래도 퍼시는 생활에 큰 불만이 없고, 늘 말썽을 피우고 허황된 생각을 하는 어머니를 보살피며 열심히 일하며 산다. 그러던 어느 날 어머니가 사라져버린 것이다.

눈보라를 뚫고 겐트리가 말해준 셸튼 포터의 집으로 향하는 퍼시. 그녀가 그나마 가장 믿음직한 ‘어른’이라고 생각하며 흡사 아버지처럼 의지하는 포티스 데일이 남의 집에 무턱대고 찾아가려는 자신의 이런 행동을 알면 펄쩍 뛰며 혼낼 거라는 생각이 스치며 잠시 갈등했지만, 어딘가 이상한 어머니의 이야기를 듣고도 아무렇지 않게 잠을 잘 수는 없다. 퍼시는 이를 악물고 여러 동네를 지나, 마침내 셸튼의 집 앞에 도착한다.

제대로 된 어린 시절의 기억이 없는 열여섯 소녀에게 나타난 갓난아기, 연이은 예측불가 사건들
그런데 열린 대문으로 셸튼의 집 안에 들어선 퍼시 앞에 전혀 예상치 못한 존재가 나타난다.

바로 너무나 귀여운 얼굴의 갓난아기였다. 온통 험하고 소름 끼칠 정도로 추운 방 안에서, 아기는 혼자 울어대고 있었다. 잠시 후 놀란 퍼시 앞에 모습을 드러내는 셸튼, 그리고 마약에 절은 듯 온 몸에 아무 기력도 없이 축 늘어진 어떤 여자. 하지만 찾으러 온 어머니는 보이지도 않고, 퍼시는 일단 이 아기를 구해야 한다는 생각에 사로잡힌다. 하지만 그 선택이, 퍼시 자신의 인생을 모조리 바꿔놓을 줄은 상상도 하지 못했다.

어떤 상황에서도 크게 위축되지 않고 때로는 신랄하기까지 한 퍼시의 시선으로 전개되는 이야기를 통해, 서로를 벗어날 수 없는 다양한 관계들이 가끔은 우스꽝스럽게 그려진다. 셸튼은 예상대로 온통 마약에 절어 사는 위험한 인물로 드러나고, 그가 내비치는 생각들은 더할 수 없이 끔찍하다. 어머니는 여전히 찾을 수 없고 갓난아기와 만난 퍼시. 어린 시절을 거부하는 아직 어린 소녀인 퍼시가, 작은 아기를 만나 자신도 몰랐던 지혜를 발휘하기 시작하고, 아직 남아 있는 마지막 기회를 용감하게 찾아가는 그녀의 노력과 예측하기 힘든 상황들이 의외로 폭소를 터뜨리게 만드는 별난 사건들 속에 펼쳐진다.

<저자 소개>

트라비스 몰하우저(Travis Mulhauser)는 노스캐롤라이나 대학교에서 예술석사를 취득하고 현재 노스캐롤라이나 주립대학교에서 학생들을 가르치고 있다. 위 작품은 그의 데뷔작이다.

NON-FICTION

제목 : THOUGHTS ARE THINGS

가제 : 생각 활용법

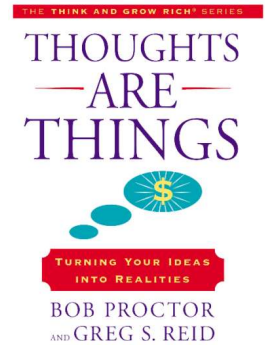
저자 : Bob Proctor, Greg Reid

출판사: Tarcher

발행일: 2014년 12월 26일

분량 : 224 페이지

장르 : 자기계발



나폴레온 힐 재단이 정리한 성공한 사람들의 공통적인 특성, 핵심 원리와 ‘아이디어’의 중요성

모든 성공은 ‘생각’에서 시작된다. 살면서 아주 거창하지는 않더라도 괜찮은 아이디어 하나 내본 적 없는 사람은 없지만, 그 생각으로 돈을 벌어난 사람은 아마 많지 않을 것이다. 성공을 좌우하는 생각과 사고 방식은 따로 있을까? 실제로 성공한 사람들은, 원래 가지고 있는 잠재력을 십분 발휘하지 못한 사람들과 생각을 다르게 할까? 이 책은 바로 이 ‘생각’의 중요성과 무한한 잠재력을 강조하고, 성공의 발판으로 활용하는 구체적인 방법에 대해 이야기한다.

성공한 사업을 잘 들여다보면, 대체로 어떤 문제를 해결하거나 사람들의 필요를 채워주기 위한 목적을 가지고 시작된 경우가 많다. 맨 처음 번뜩인 생각이 기업 전체의 정신으로 발전하고, 그로부터 나만의 지적 재산이 형성되기 시작한 것이다. 인간이 가진 지능, 창의성 그리고 다른 사람들과의 관계 속에서 형성된 혁신, 노하우 이 모든 것들이 소중한 무형 자산이다.

두 저자는 나폴레온 재단의 후원을 받아 이 책을 완성했다. 철강왕 앤드류 카네기의 요청으로 재단 설립자 나폴레온 힐이 세계 최고 부자 수백 명을 만나고 그 성공 철학을 집대성하여 ‘성공학’의 명작으로 인정 받는 《Think and Grow Rich》처럼, 두 사람은 성공이라는 결과로 이끈 기본 원칙이 무엇인지에 주목한다.

생각의 과학적, 심리학적 특성을 조금 더 심도 있게 설명하고 두 저자가 직접 인터뷰한 신경학자, 심혈관 전문가, 영적 지도자들, 성공한 사업가들의 이야기를 통해 의미 있고 성공적인 삶에서 ‘생각’이 얼마나 중요한 역할을 하는지 상세히 전한다. 유연성, 공포를 이기는 능력, 그저 바라기만 하는 대신 원하는 것을 만들기 위해 행동하는 것이 모두 포함된 인내력을 특히 강조하고, 어떤 상황에 놓인 사람이든 자신의 한계를 뛰어넘어 잠재력을 십분 발휘할 수 있는 습관과 행동을 발전시키는 법을 터득하도록 도와준다.

<목차>

- 1장: 행운은 어디에
- 2장: 난관을 이기고 행동으로 옮기기
- 3장: 가능성의 힘
- 4장: 꿈을 위한 양분
- 5장: 생각을 성공의 핵심으로, 세부계획 세우기
- 6장: 생각의 근원
- 7장: 감정 활용하기
- 8장: 고지 정복
- 9장: 비판을 잠재우는 법
- 10장: 바로 1미터 아래에 숨어 있는 금덩이
- 11장: 성공을 만드는 실패
- 12장: R.I.C.H(존중, 진실성, 소비자 중심주의, 과정을 즐기는 태도)의 비밀
- 13장: 트라우마를 승리의 원천으로
- 14장: 아이디어를 발견하고 생각을 발전시키는 법
- 15장: 성공하는 환경 만들기
- 16장: 성공의 공통분모

<저자 소개>

밥 프록터(Bob Proctor)는 우리나라에서도 베스트셀러로 큰 사랑을 받은 《시크릿》에 소개되며 전 세계적으로 자기계발 분야의 전설적인 인물로 알려졌다. 40년 넘게 성공과 번영의 비결에 관한 생각을 강연과 저서를 통해 전하고 컨설턴트, 코치, 멘토로 활동 중이다.

그레그 S. 레이드(Greg S. Ried)는 영화 감독이자 강연자, 작가로 회사를 운영하면서 다른 사람들의 성공과 인생의 목적 달성에 필요한 힘을 불어넣고 조언하는 일을 하고 있다.

제목 : THE OWL WHO LIKED SITTING ON CAESAR

가제 : 시저 위에 즐겨 앉던 올빼미

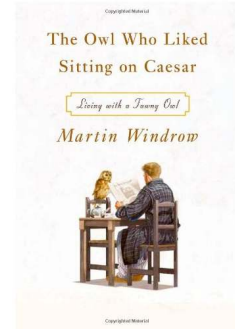
저자 : Martin Windrow

출판사: Farrar, Straus and Giroux

발행일: 2014년 6월 10일

분량 : 320 페이지

장르 : 에세이



애완동물로 올빼미를 선택한 남자, 도심 한복판에서 시작된 둘의 특별한 인연과 따뜻한 우정

런던 남부, 고층빌딩 숲 한가운데에서 동거를 시작한 전쟁 역사가와 올빼미. 15년간 이어진 이들의 기묘하고 특별한 이야기들과 올빼미라는 매력적인 동물의 과학적, 역사적 정보가 한 권의 책으로 완성됐다. 친구가 필요했던 한 남자와 사람들이 잘 키우지 않는 동물의 따뜻한 우정과 주변 사람들과의 관계, 웃지 못할 에피소드가 가득한 책이다.

매 훈련가인 형을 통해 새 키우는 일에 자연스럽게 관심을 기울이게 된 저자는, 하필 20년 만에 최고 수준으로 폭염이 찾아온 당시에, 찌는 듯한 더위 속에 병원 침대에 꼼짝없이 누워서 몇 주를 보내야 했다. 당시에 그는 애완동물로 새를 키워보고 싶다는 강렬한 열망을 품게 된다. 그리하여 만난 특별한 인연이 바로 올빼미였다. 보자마자 첫 눈에 반해버린 저자는 ‘멤블’이라는 이름을 지어주고, 둘은 도심 한복판 아파트 7층에서 조심스러운 동거를 시작한다.

저자는 이 책에서 꼬마였던 멤블이 사춘기를 지나 성체로 크는 과정을 관찰하면서 기록한 변화들을 일러스트레이션과 여러 장의 사진을 통해 상세히 전한다. 멤블이 하늘을 나는 법을 점차 익히기 시작하던 시기부터 ‘날개 달린 고양이’처럼 느껴지던 털갈이 시기, 신발 끈만 보면 정신을 놓고 미친 듯이 물어뜯던 그 열정, 낯선 손님들에게 표출하던 공격성, 집 안에 키우던 화초들을 모조리 하늘나라로 보내버린 사연, 멤블의 먹이를 구하기 위해 백화점 식품관에 가서 ‘껍질 안 벗긴 토끼고기’를 찾아 다니거나 병아리를 통째로 갖다 주어야 했던 시간들, 그리고 아파트 창밖에서 멤블을 애타게 불러대던 야생 수컷의 울음소리에 멤블이 집을 나가버렸을 때 느낀 엄청난 절망과 다시 집에 돌아왔을 때 느낀 말 못할 기쁨까지, 저자가 멤블을 키우면서 겪은 놀라운 일들이 그의 재치 넘치는 입담으로 흥미진진하게 소개된다. 더불어 야생에서 살아가는 일반적인 올빼미의 진화 과정과 번식 습성, 사냥 기술 등 과학 도서에서나 나옴직한 올빼미의 동물학적 특성 정보도 가득하다.

동물과 인간의 가슴 따뜻한 관계, 그 관계를 통해 서로가 더욱 충만한 삶을 만들어가는 과정은 종류를 불문하고 동물을 키우고 동물과 가까이에서 지내는 모든 사람들에게 큰 공감과 감동을 줄 것이다.

<목차>

- 1장: 부영이를 만나고 부영이를 잃은 남자. 그리고 진짜 올빼미를 만난 남자.
- 2장: 올빼미에 관한 과학적 사실, 예로부터 전해지는 이야기들
- 3장: 아파트 7층으로의 잠입
- 4장: 올빼미의 사생활
- 5장: 당당한 멍블
- 6장: 운전 수칙
- 7장: 멍블의 하루
- 8장: 멍블의 일년
- 9장: 진짜 나무와 자유로운 쥐
- 10장: 출발

<저자 소개>

마틴 윈드로우(Martin Windrow)는 영국군 역사가로 오스프리 퍼블리싱(Osprey Publishing)에서 오랜 시간 아트 에디터로 근무했다. 《The Last Valley》 등 군 역사에 관한 여러 권의 저서를 발표했다.

제목 : THE GOOD NEWS ABOUT WHAT'S BAD FOR YOU...
THE BAD NEWS ABOUT WHAT'S GOOD FOR YOU

가제 : 나쁜 것들에 대한 좋은 소식 그리고...
좋은 것들에 대한 나쁜 소식

저자 : Jeff Wilser

출판사: Flatiron Books

발행일: 2015년 12월 8일

분량 : 336 페이지

장르 : 교양



건강하게 살려니 하지 말아야 할 일도, 해야 할 일도 너무 많은 세상의 중심을 잡아주는 교양서
일상생활을 최대한 건강하고 덜 오염된 '순수한' 삶으로 만들기 위해 수많은 사람들이 애쓰는 시대, 하지만 하지 말라는 짓은 더 하고 싶고, 해야 한다는 일은 웬지 더 하기 싫은 법이다. 진정 즐거움을 느끼는 일인데 하면 건강에든 어디에든 안 좋다면 무조건 다 포기해야 할까? 저자는 이 책에서 그런 솔직한 욕구를 불필요하게 억누를 필요가 없다고 단언하면서, '뭐든 적당히 하면 다 괜찮다'는 것이 황금률이라고 주장한다. 억지스러운 노력보다는 적당히 하면서 사는 편이 삶을 훨씬 더 건강하고 충만하게 만들어준다는 것이다. 저자는 케이크를 몇 스푼 더 먹었다고, 양치질을 하지 않고 잤다고 해서 스스로에게 그리 실망하거나 좌절할 필요가 없다는 속 시원한 충고와 함께 현대인들이 쏟아지는 정보들 때문에 과도한 공포증에 시달리는 문제의 진실을 최신 연구결과를 근거로 조목조목 설명한다.

종류야 다르겠지만 나쁜 습관이나 웬지 모르게 꺼리고 두려움을 느끼는 대상이 없는 사람은 없다. 저자는 과학적인 사실을 누구나 쉽게 이해할 수 있도록 설명하면서 모두가 '좋다'고 하는 것, '나쁘다'고 하는 것이 진짜 그런지, 얼마나 그런지 파헤치며 쓸데없는 죄책감이나 염려를 내려놓을 수 있게 해준다. 두 권이 합쳐진 듯한 이 책에서 저자는 좋은 소식, 그리고 나쁜 소식을 동전의 양면처럼 소개해 자신이 싫어하는 "건강한 습관"을 버리고 좋아하는 "나쁜 것들"을 포용할 수 있도록 돕는다.

베이컨과 위스키, 낮잠을 즐기고 케일이나 멀티비타민제, 기립책상을 버려라

예를 들어 저자는 모두의 적이 된 글루텐이 셀리악병이 없는 이상 무해하며, 셀리악병이 의심된다고 해서 글루텐 프리 식단을 고집하는 것이 좋지 않은 이유를 설명한다. 또한 육과 지저분한 환경, 그리고 가만히 있지 못하는 행동, 게으름 등이 사람들에게 유용한 이유를 설명한다. 반대로 좋은 습관에 대한 내용에서는 유기농 식품에 대한 많은 대립되는 관점과, 눈을 맞추는 것이 실제로 좋지 않은 결과를 불러올 수 있다는 사실을 소개하기도 한다. 위트 있고 유머러스한 저자의 설명으로 소개되는 많은 연구자료들은 독자들로 하여금 자신이 알고 있는 많은 정보들에 대해 다

시 생각해볼 수 있게 할 것이다. 가장 중요한 것은 “중도”의 황금률이라는 것을 알려주는 책이라 할 수 있다.

<목차>

나쁜 것들에 대한 좋은 소식

- 1장 음식: 지방 / 글루텐 / 소금 / 초콜릿 / 유전자재조합 식품(GMO) / 맥도날드
- 2장 음료: 위스키 / 커피 / 맥주 / 임신 중 음주 / 테킬라 / 레드와인 / 보드카, 꼬냑, 진, 밀주, 기타 모든 형태의 술
- 3장 나쁜 습관: 비속어 사용 / 집안 어지럽히기 / 꾸물거리기 / 낮잠 / 산만한 행동 / 불평불만 늘어놓기 / 뒷담화 / 게으름 부리기
- 4장 안 좋은 취미, 오락: 니코틴 / 대마초 / 비디오 게임 / 웹 서핑 / 포르노 / 자위행위 / TV / 엑스터시
- 5장 사고방식: 스트레스 / 내성적인 태도 / 이기심 / 혐오감 / 실패 / 걱정 / 양심 / 분노
- 6장 그 외 다른 문제들: 비만 / 흠 / 농약 / 열 / 알레르기 / 비스페놀 A / 햇볕 / 슬픔 / 벌레
- 7장 음식 2부: 스테이크 / 달걀 / 적색육과 향생제 / MSG/ 아이스크림 / 탄수화물 / 정크푸드

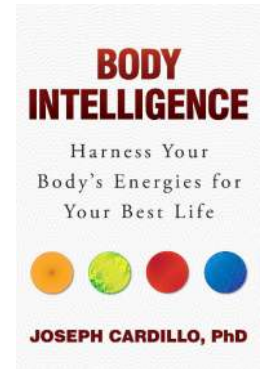
좋은 것들에 대한 나쁜 소식

- 1장 음식: 케일 / 저지방 / 아침 / 콩 / 얼린 요구르트 / 생선 / 견과류 / 샐러드 / 마가린 / 과일 / 유기농
- 2장 건강한 습관: 숙제 / 사과 / 멀티태스킹 / 눈맞춤 / 행복 / 명상 / 자기계발
- 3장 약: 멀티비타민 / 건강검진 / 아스피린 / 마모그램 / 양치질 / 스테틴 / 면봉 / 혈압약 / 새로운 medical procedure / 허브 건강보조제
- 4장 음료: 다이어트 소다 / 물 / 주스 / 우유 / 녹차 / 모유수유 / 비타민워터
- 5장 운동: 기립책상 / 불의자 / 스트레칭 / 다이어트 / 피트니스 용품 / 요가 / 크로스핏 / 운동
- 6장 기타: 결혼 / 선택권 / Entrepreneurship / 뉴스 / 대학 학위 / 키(신장) / 은퇴 / 중도의 법칙 / 웃음

<저자 소개>

제프 윌서(Jeff Wilser)는 <GQ>, <뉴욕 매거진>, <에스콰이어>, <로스앤젤리스 타임스>, <시카고 트리뷴> 등 다양한 잡지에 글을 기고하고 <BBC 뉴스> <The View> 등 여러 TV 프로그램에 출연했다. 마크 에코(Mark Ecko)와 <<Unlabel: Selling You Without Selling Out>>을 공동 집필하기도 했다

제목 : BODY INTELLIGENCE
가제 : 몸의 지능
저자 : Joseph Cardillo
출판사: Atria Books/Beyond Words
발행일: 2015년 11월 3일
분량 : 256 페이지
장르 : 건강



신체 에너지를 증대시키고 적극 활용하여 더 나은 삶을 만드는 방법

더 나은 삶을 만들고 힘든 시간을 이겨내려면, ‘긍정적인 생각’을 가져야 한다고들 이야기한다. 하지만, 도저히 긍정적으로 생각할 수 없는데 안 되면 억지로 그런 척이라도 해야 한다면 그 자체가 너무 버겁지 않을까? 많은 사람들이 끊임없이 활기찬 모습으로 보이려고 애쓰다가 되려 기운이 다 빠져버리는 일을 경험한다. 마음가짐을 ‘꾸며내서’ 에너지를 끌어내는 대신, 내가 이미 가지고 있는 에너지를 더 나은 마음상태로 만드는 동력이 되게끔 활용하는 편이 더 효율적이지 않을까? 전인적 심리학 전문가와 몸과 마음, 영혼의 관계에 관한 저서로 유명한 작가가 바로 그 방법을 이 책에서 제시한다. 서양 과학, 기술, 심리학, 대체의학의 일종인 전체론적인 의학 지식을 총망라하여 우선 신체 에너지의 균형을 찾고 마음을 더 튼튼하게 만드는 방법을 설명한다.

저자는 최신 연구결과를 근거로 각자가 자연스럽게 에너지를 활용할 수 있는 가장 효율적인 지점을 찾아 공략하고, 몸 전체의 에너지 흐름이나 증대를 막는 문제를 해결하고 없애는 방법을 상세히 설명한 책이다. 이 책에서는 에너지가 우리에게 미치는 영향과 이 에너지를 활용할 수 있는 방법을 살펴보면, 읽으면서 독자가 직접 따라 해 볼 수 있는 실례들과 자가진단법, 단계적 설명이 포함되어 있다.

의식을 선명하게 해주는 명상과도 같은 활용방법 팁들은 독자들로 하여금 일상 생활을 새로이 느낄 수 있게 하며 우리 몸 안의 에너지를 제대로 활용할 수 있게끔 할 것이다. 또한 몸 전체의 에너지 균형을 되찾고 싶은 사람, 더 행복하고 건강한 삶을 만들기 위해 특별한 에너지를 더 증대시키고 싶은 사람 모두에게 유용한 자료가 될 책이다.

<목차>

1. 에너지란 무엇인가?
2. 에너지는 한 사람 전체에 어떤 영향을 줄까
3. 나에게 필요한 에너지는?
4. 에너지로 더욱 또렷하게 살기
5. 에너지로 스트레스 이기기

6. 에너지로 해로운 기분 이겨내기
7. 에너지로 갈등 해소하기
8. 에너지로 불필요한 공격성 가라앉히기
9. 에너지로 집착 이겨내기
10. 에너지로 몸을 더 튼튼하게
11. 에너지로 기억력 높이기
12. 에너지로 생기 넘치는 삶 만들기

<저자 소개>

조셉 카딜로(Joseph Cardillo)는 전인적 심리학 박사 학위를 취득하고 《Be Like Water》 등 건강, 몸과 마음, 정신의 관계, 심리학 분야에서 큰 인기를 모은 다양한 저서를 발표했다. 여러 대학과 연구소에서 2만 명 넘는 학생들을 대상으로 직접 개발한 주의력 향상 훈련 프로그램과 창의력, 신체 에너지 증대 프로그램을 가르쳤다.

제목 : WHY DID EUROPE CONQUER THE WORLD?

가제 : 유럽은 어떻게 세계를 제패했나

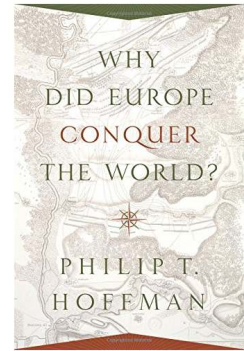
저자 : Philip T. Hoffman

출판사: Princeton University Press

발행일: 2015년 6월 30일

분량 : 288 페이지

장르 : 역사, 경제



전 세계 대부분을 지배했던 유럽, 무엇이 그 남다른 발전과 성공을 이끌었나

1492년부터 1914년까지, 유럽인들은 전세계 84 퍼센트의 영토를 정복했다. 중국, 일본, 오스만 제국, 남아시아 국가들의 발전 속도가 몇 백 년이나 뒤쳐진 상태에서 유럽이 최정상의 자리에 우뚝 서게 된 이유는 무엇일까? 캘리포니아 공과대학의 경제사 교수인 저자는 보통 거론되는 요소들, 즉 유럽의 지리적 특성이나 전염병, 산업혁명만으로는 그 이유를 충분히 설명할 수 없다고 이야기하면서 색다른 설명을 제시한다.

이는 바로 1500년 무렵, 유럽의 초기 근대사회를 온통 휩쓸었던 군사 혁명이다. 저자는 유럽 국가들이 서로 끊임없이 경쟁하는 ‘토너먼트 모델’이 자리하면서 특별한 네 가지 변화 혹은 특성으로 이어졌다고 설명한다. 이 네 가지는 빈번한 전쟁, 세금 부과와 차용을 활용하여 전쟁에 소요되는 정치적 비용이 낮았던 점, 해묵은 군사기술 대신 화력을 적극 활용한 점, 군대 혁신을 가로막을 장애물이 거의 없었다는 점으로, 저자는 중국이나 인도, 일본, 러시아, 오스만 제국과의 비교를 통해 세계 패권을 두고 경쟁을 벌인 다른 국가들은 이 네 가지 요소 중 최소 한 가지가 부족하다는 분석 결과를 밝힌다. 유럽 대륙이 남다른 발전과 군사력을 지닐 수 있었던 과정에 벌어진 경제적, 정치적, 역사적 변화를 생생하게 조명하면서 다른 대륙 혹은 다른 라이벌 국가들과 차별화된 유럽 국가들만의 발전 동기를 면밀히 살펴본다.

저자는 정치적 비용과 경제적 자원이 중세시대 이후 유럽 군사 분야에 극도로 빠른 성장을 이끌고 화력 기술이 우세하게 활용되는 변화로 이어진 것이 유럽이 이룬 엄청난 발전의 핵심적인 토대였다고 설명한다. 그 변화의 양상은 유럽 대륙 내에서도 식민지 제국 설립과 노예 무역, 가장 먼저 산업혁명이 일어나는 국가를 결정한 중대한 요소가 되었다. 세계를 지배한 유럽의 역사를 기존의 생각을 뒤집는 참신한 시각으로 바라본 책이다.

<목차>

1장: 서론

2장: 유럽 초기 근대사회의 토너먼트 모델이 세계정복의 발판이 된 과정

3장: 유라시아 나머지 국가는 왜 뒤쳐질 수 밖에 없었나

4장: 결정적인 이유 - 서부 유럽과 유라시아 다른 국가들의 명백한 차이

5장: 화력 기술의 발전부터 탐험의 시대까지

6장: 19세기 유럽의 기술적인 변화와 무장 평화

7장: 결론 - 정복의 대가

부록A: '행동에 의한 학습'이 바탕이 된 전쟁과 기술 변화 모델

부록B: 가격을 활용한 군사 분야 생산성 성장 폭 평가

부록C: 정치적 학습 모델

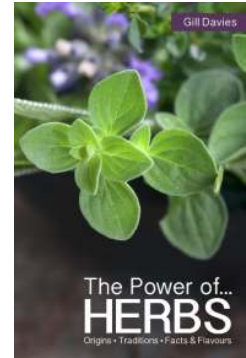
부록D: 표 4.1과 4.2의 데이터

부록 E: 조사를 활용한 무장 평화와 기술변화 모델

<저자 소개>

필립 T. 호프먼(Philip T. Hoffman)은 캘리포니아 공과대학에서 경영경제학과 역사를 가르치고 있다. 《Growth in a Traditional Society》, 《Surviving Large Losses》, 《Priceless Markets》 등의 저서를 발표했다.

제목 : THE POWER OF HERBS
가제 : 허브의 힘
저자 : Gill Davies
출판사: Worth Press
발행일: 2015년 8월
분량 : 192 페이지
장르 : 실용



음식, 향수, 약 성분으로 활용되는 허브, 마법과 주술의 도구로도 사용되던 허브의 모든 것

허브는 언제부터 사용되었을까? 가장 오래된 기록은 기원전 1500년경에 집필된 이집트의 의학서 '에버스 파피루스'에서 찾을 수 있다. 종이 길이만 20미터나 되는 이 문서에는 700가지가 넘는 신비한 조제 방법과 치료법이 나와 있었다. 하지만 이렇게 공식적으로 기록되기 한참 전부터 허브가 수세기 동안 먹는 식물로나 약으로, 혹은 주술에 사용되었다는 사실은 분명해 보인다. 음식의 맛을 내고, 향수의 원료가 되고, 특별한 묘약 혹은 주술의 재료를 비롯해 허브는 무수하게 많은 의학적, 영적인 목적으로 사용됐다.

한 가지 특이한 사실은, 허브라는 식물을 이루는 모든 부분 즉 꽃, 잎, 뿌리, 씨앗, 열매, 송진, 나무껍질까지 전부 다 약용으로나 식용으로 사용할 수 있는데 녹색의 잎 부분만 유효성분이 있는 '허브'로 여겨지고 나머지는 향신료로 여겨진다는 점이다. 저자는 이런 잘못된 인식을 바로잡고자 이 책에서 허브 식물의 모든 부분을 중점적으로 설명한다. 저자의 경험담, 먼 옛날부터 전해지는 허브의 사용 방법, 역사에 남겨진 기록, 이제는 사라진 미신, 마술에서 허브의 역할과 함께 일상 생활에서 허브를 제대로 고르는 법, 요리에 활용하는 법, 대체의학의 하나로 허브를 효과적으로 쓰는 방법까지 다양한 정보를 골고루 담고 있다.

총 60가지가 넘는 허브가 하나하나 상세히 소개되며 특히 약용으로 사용되는 허브를 별도로 정리해서 제공한다. 책 전체에 선명하고 밝은 허브 사진과 일러스트레이션이 가득해 보는 재미도 가득하다. 더불어 허브를 이용한 세계 각지의 다양한 요리법도 만나볼 수 있다.

<목차>

- 허브에 대하여
 - 식용으로 많이 사용되는 허브
 - 꽃에 치유효과가 담긴 허브
 - 약용 허브
- 허브의 매력

- 암을 치료하는 강력한 효과
- 전 세계가 사용하는 허브: 한 나라를 대표하는 상징부터 인기 많은 허브까지
- 감각과 정서: 허브와 꽃의 언어

<저자 소개>

질 데이비스(Gill Davies)는 자연요법사이자 허브 전문가로, 400권 넘는 저서를 발표한 전문가이기도 하다. 현재 허브 판매업체 'Herbs Hands Healing'을 운영하면서 환자와 일반인을 대상으로 허브 활용에 대해 교육을 실시하고 있다.