

# 내 몸, 내가 바로 알자

안기순 | 번역가

자신의 몸에 대한 현대인의 관심은 점점 커지고 있다. 그러나 그 관심이 지나치게 외모에 기울어져 있는 것 또한 사실이다. 삶의 질을 중시하고 고령화시대에 대비하기 위해 이제는 얇은 피부 한 꺼풀일 뿐인 외모보다는 우리 몸 속 깊은 곳을 살펴봐야 할 때다. '나를 알고 적을 알면 백전백승'이란 말처럼 건강하고 활력에 찬 삶을 살려면 먼저 자신의 몸에 대해 알아야 하지 않을까!

이 책의 저자인 메흐멧 오즈 박사는 심장전문의이자 대체의학의 권위자로서 심장수술에 침술을 도입한 것으로 알려져 있고, 마이클 로이젠 박사는 노화방지 분야의 대가로서 인간의 시간상의 나이에 반대되는 생물학적 나이를 계산하는 리얼에이지(RealAge) 개념을 개발했다.

저자들은 사람의 몸을 집에 비유하면서 집에 자질구레한 고장이 있더라도 집에 대한 지식이 있다면 비싼 수리공을 부르지 않고 스스로 수리할 수 있고, 평소에 관리를 할 수 있어서 큰 문제가 발생하는 것을 막을 수 있듯이, 자기 몸의 각 기관과 기능에 대해 알고 나면 더욱 건강하고, 더욱 젊고, 더욱 바람직하게 살 수 있다고 주장한다. 저자들이 이 책을 지은 것은 첫째, 어차피 자신의 몸이니까 그 몸이 어떻게 작용하는지 알아야 한다는 것과 둘째, 건강과 젊음을 유지하는 방법을 독자에게 가르치기 위해서다.

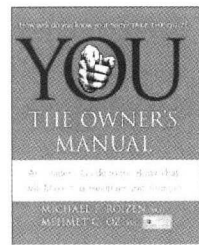
첫째 목적을 위해서 저자는 책 앞부분에 몸에 대한 퀴즈 50개를 소개한다. 이 퀴즈를 풀다보면 독자들은 자기 몸의 기본적인 구조와 신체기능, 정신기능에 대해 너무나 무지하다는 사실을 깨닫고 충격을 받게 된다. 저자는 신장을 장난감인 감자머리 아저씨의 모자와 비슷한 모양이라고 묘사하는 등 참신한 유머를 시도하면서 친근한 요정(妖精)을 따라가며 인간의 호르몬계, 신경계, 소화계, 감각계, 해부학적 구조를 설명한다.

여기에 덧붙이는 시시콜콜한 이야기도 재미있다. 갑상선 수치는 얼마에 한 번씩 검사해야 하는가? 평균적인 사람이 하루에 방출하는 가스의 양은 얼마인가? 등등. 특이하지만 알고 있으면 생명을 구할 수도 있는 사실 또한 귀땀해 준다. 컷볼에 수직의 주름이 선명하게 잡혀 있다면 동맥이 원래보다 더 빨리 노화되고 있을 가능성이 크다고 한다.

저자들은 두 번째 목적을 위해 건강유지에 필요한 사실과 조언을 제시한다. 운동과 영양비결, 라이프스타일 변화, 질병의 발단과, 질병이 몸에 미치는 영향, 노화를 거스르는 방법 등을 소개한다. 끝부분에는 식생활 계획표를 첨가해서 체중조절이 목표가 아닌 '몇 년 더 젊게 사는' 느낌을 줄 수 있는 조리법과 식단 10일분을 소개한다.

전신 건강에 대한 철저한 지침서를 지향하는 이 책은 여태껏 접했던 책과 구별되는 독특한 접근방법으로 우리의 몸을 바라본다. 과학적이고 딱딱한 전문 의학용어를 사용하는 대신 간단하면서도 기억하기 쉬운 유추를 사용해서 독자의 이해를 돕는다. 두 개의 딱딱한 척추 뼈 사이에 빠져나올 가능성이 있는 부드러운 디스크가 있다고 해서 척추를 오래오과자에 비유하는 것처럼 말이다. 저자들이 제공하는 지식의 양에 한계가 있으며 식단이 실질적으로 큰 도움이 되질 않는다는 비판이 있기는 하지만, 자칫 이해하기 어려운 내장, 뼈, 면역체계 등을 독자 입장에서 쉬운 용어와 비유로 설명한 신선한 접근방법을 높이 평가할 만하다. 내 몸에 대해 제대로 알고 주인행세를 하고 싶는데 어려운 용어와 개념 때문에 골치가 아팠던 독자라면 이 책으로 재미있게 두통을 해소할 수 있을 것이다. 📖

## English

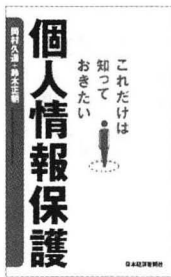


원 제 《내 몸의 주인은 바로 나 : 더욱 건강하고 젊게 사는 방법>You, the Owner's Manual : An Insider's Guide to the Body That Will Make You Healthier and Younger》  
 저 자 마이클 F. 로이젠 Michael F. Roizen · 메흐멧 C. 오즈 Mehmet C. Oz  
 출판사 HarperCollins Publishers

# 개인정보보호, 이제는 알아야 한다

윤성원 | 번역가

## Japanese



원 제 《이것만큼은 알아두고 싶은 개인정보 보호》

저 자\_오카무라 히사미치, 스즈키 마사토모  
출판사\_일본경제신문사

지난 1월에 연예인들의 사적인 정보를 담은 문서가 인터넷을 통해 무차별 유포되면서 우리나라에서도 개인정보보호문제가 크나큰 관심사로 부각되었다. 이뿐만 아니라 기업으로부터도 개인정보가 유출되는 사례는 일본에서도 속출하고 있으며, 인터넷 보급 등으로 인하여 개인정보보호문제는 동서를 막론하고 회피할 수 없는 문제로 대두되고 있는 것이 오늘날의 실정이다. 이에 대한 법적인 제재가 필요하다는 지적 하에 우리나라에서도 개인정보보호기본법을 제정해야 한다는 여론이 나날이 높아지고 있으며 법안통과가 임박해 있는 상황이다.

이 책은 금년 4월부터 일본에서 시행되고 있는 개인정보보호법에 관한 교육용 입문서다. 다양한 정보 중에서도 개인(고객)정보의 수집과 이용은 비즈니스에 불가결한 것이기에 이 법률 시행의 영향은 일본사회에서 실로 지대하다.

이 책은 이 보호법의 기본을 이해하는 데 최적의 내용이라 할 수 있다. 개인정보보호법이 요구하는 의무나 실무상의 주의점을 응축해 놓았다. 이 법령에 의하면 생존하는 개인에 관한 정보, 특정한 개인을 식별 가능하게 하는 정보를 사업목적으로 이용할 경우 이 법률이 적용된다는 것이다. 그렇기에 사업을 하고 있는 이라면 누구나 개인정보의 취급에는 세심한 주의를 기울여야 함은 두말할 나위도 없다. 누구나 주지하듯이 개인정보의 누출은 회사신용도의 실추와 직결된다. 개인정보에 관하여 내리진 정의는 일본이나 우리나라나 같다. 즉 개인정보란 특정한 개인을 식별할 수 있는 정보를 일컬으며 구체적으로는 주소, 연령, 전화번호 등을 가리킨다.

공동저자인 오카무라 히사미치와 스즈키 마사토모는 정보법 연구원으로, 그리고 법무부에서 개인정보보호에 관한 실무를 역임하고 있는 인터넷시대의 정보 시큐리티 대책에 정통한 전문가들이다. 그들은 '저자의 말'을 통해 "기업의 신뢰를 잃지 않기 위해서도 개인정보의 누출은 방지되어야 하며 그렇기에 사원 한 사람 한 사람이 법률을 이해하고 대책에 임할 필요가 있다"고 저자의 취지를 밝히고 있다.

간략히 목차를 살펴보면 1장은 개인정보란 무엇인가? 어디까지가 대상이 되는가? 2장에서는 개인데이터를 누설하지 않기 위해서, 3장에서는 Case

Study를 통하여 개인정보의 취득, 이용 및 제공, 보관, 소거과정을 다루고 있다. 4장에서는 법령과 가이드라인이 요구하는 바를, 그리고 제5장의 개인정보보호대책의 포인트라는 장으로 구성되어 있다. 5장 외에는 사견이 섞이지 않고 중립적으로 서술되어 있으며 개요서이니만큼 누구나 이해하기 쉽도록 간결하게 써어 있다.

실제로 많은 일반회사에서는 이 책자를 사원들에게 배포하고 있다고 한다. 실례들도 실려 있어 자신의 업무와 대조하며 읽어 나갈 수 있다. 특기할 만한 사항은 '개인정보'와 '프라이버시'는 전혀 다른 것이라는 점을 명백히 짚어주고 있으며, 이 법률은 개인을 특정할 수 있는 정보를 관리하기 위한 법률이라는 핵심도 재차 강조하고 있다.

옥의 티라 한다면 일반인들에게 기본적인 지식을 주는 우수한 개요서인 것은 분명하나, 개요서이니만큼 교육, 관리직, 경영자 등에게 있어서는 내용면에서 불충분하다. 이를 테면 이 책에 서술된 조직으로서의 대응책은 피상적인 측면이 강한 나머지 의식이 낮은 조직에게는 단순한 자극제에 머물고 말 우려도 있다는 지적도 있다. 또한 최근의 개인정보 누설은 윤리관의 결여가 가장 큰 원인이라 볼 수 있으니만큼 개인정보보호법은 대중오법에 지나지 않는다는 평가도 내려지고 있는 것이 일본의 실정이다.

이러한 법령 제정 여부와 무관하게 산업사회에서 개인정보란 필수 불가결한 요소이니만큼, 프라이버시 침해 가능성을 높일 수 있는 역기능을 어떻게 최소화할 수 있는지가 관건일 것이다. 그렇기에 어떠한 정보를 수집하고 어떻게 관리할 것인가 하는 가이드라인을 만들고, 그에 따르는 철저한 교육이 모든 업무종사자에게 시급하지 않을까 생각하게 된다. **한글**

# 다시 마르크스를 이야기하다

조정훈번역가

지난 19세기와 20세기, 세계에 가장 큰 영향을 미친 사람을 꼽아 보려면 단연 이 사람의 이름이 가장 먼저 거론될 것이다. 아니, 지금의 21세기에 가장 큰 영향을 미치는 인물을 꼽아 보라고 해도 그의 이름은 빠질 수 없을 것이다. 하지만 언제부터가 우리에게 막대한 영향을 미친 이 인물에 대해 이야기하는 것이 금기 아닌 금기처럼 되었다. 베를린과 소비에트의 장벽이 무너지던 그 순간부터...

칼 마르크스, 지금까지 그에 대한 평전은 셀 수도 없을 정도로 많았다. 그러나 이 모든 것들이 하루 아침에 '낡은 것'이 돼버리는 상황이 도래했다. 그를 다시 읽고 다시 평가해야 한다는 강박관념은 오히려 그에 대해 이야기하는 것조차 꺼리게 만들었다. 하지만 그렇게 빨리 역사의 어둠 속으로 사라지게 지난 두 세기 동안 마르크스가 인간세계에 끼친 영향은 너무나 컸다.

“세상 어떤 책의 저자도 그보다 많은 독자를 가진 적이 없었고, 어떤 혁명가도 더 많은 사람들에게 희망을 준 적이 없었으며, 어떤 사상가도 그보다 더 많은 사람들의 입에 오르내린 적은 없었다.”

그런 의미에서 '21세기의 석학'이자 '미래학자'가 쓴 마르크스 평전은 의미가 크다. 이제 어떤 식으로든 우리는 마르크스에 대해 새롭게 평가하고 새로운 해석을 내리고 그의 생각들을 새롭게 발전시켜야 할 시점에 와 있기 때문이다.

《칼 마르크스 또는 세계의 정신》은 《호모 노마드》, 《합리적인 미치광이》, 《21세기 사전》 등으로 우리나라에서도 잘 알려진 프랑스의 미래학자 자크 아탈리가 쓴 마르크스 평전이다. “21세기의 인류는 마침내 1만여 년의 정착생활을 청산하고 유목민이 되어 세계를 떠돌게 될 것이며 유목민들의 새로운 윤리, 새로운 문화, 새로운 정치가 세상을 지배할 것”이라는 '노마디즘'에 대해서는 지난번 그의 저서 《호모 노마드》를 소개하면서 이야기한 적이 있다. 그러면 “한 번도 마르크스주의자였던 적이 없다”는 저자가 왜 마르크스의 평전을 쓰게 되었을까? 그는 이렇게 스스로 이유를 밝힌다.

“마르크스라는 인물과 그의 저술들은 한 번도 나의 걸을 떠난 적이 없었다. 마르크스는 그 명료한 사고와 강력한 변증법, 강건한 이성, 정확한 분석력,

가차 없는 비판정신과 재치 있는 문체, 명확한 개념의 사용 등으로 언제나 나를 매료시켰다.”

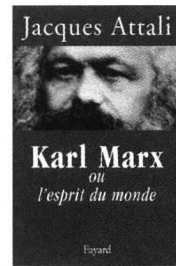
아탈리는 마르크스의 독특한 성격과 그의 삶의 발자취들을 그가 직면했던 역사적인 배경들과 잘 섞어내면서 그에 대한 숭배와 편견으로 갈기갈기 찢어졌던 초상화 퍼즐을 다시 구성한다. 여기서 우리는 조국으로부터 추방되어 파리와 런던의 빈민가를 전전하고, 세 아이를 병으로 앓고 절규하는 인간 마르크스 그리고 그의 사상을 탄생케 했던 암울한 시대를 만날 수 있다. 그러나 자크 아탈리가 쫓고자 했던 것은 마르크스라는 한 개인의 '위대한 삶'이 아니다.

“너무나 많은 저자들이 마르크스의 전기를 썼다. 하지만 그 어느 것도 베를린 장벽과 소련의 붕괴를 역사적으로 설명해 주지 못했다.(...) 나는 그의 생애를 통해 19세기라는 도가니 안에서 탄생한 자본주의와 사회주의에 대해 다시 이야기해 보려 한다. 이 위대한 거인의 일생을 통해 우리는 지나간 두 세기를 이해할 수 있다. 그는 선언과 행동과 저술을 통해 우리가 기대했던 모든 것들을 보여주었기 때문이다.”

그래서 아탈리의 마르크스 평전은 그가 죽은 이후까지 이어진다. 그는 마르크스가 죽은 뒤 그를 보증인으로 내세운 권력자들에 의해 어떻게 숭배되고 배반당하고 왜곡되었는지를 추적한다.

이 실패한 19세기의 예언자에게서 21세기의 미래학자가 본 것은 결국 '세계화'에 대한 희망이다. 세계를 하나의 보편적인 정치, 경제, 철학의 패러다임으로 해석하고자 했던 마르크스는 최초의 '세계적인' 사상가였으며 '세계정신'의 전파자였던 것이다. 📖

## French



원 제 《칼 마르크스 또는 세계정신 Karl Marx ou l'esprit du monde》

저자인\_ 자크 아탈리 Jacques Attali

출판사\_ 파이아르 Fayard

# 사랑의 흔적들을 증언 삼아 사라진 시인을 이해한다

김재혁 | 번역문학가 · 시인 · 고려대 교수

## German



원 제\_ 《홀덜린과 주제테 곤타르트 Holderlin und Susette Gontard》  
 저 자\_ Ursula Brauer  
 출판사\_ Europäische Verlagsanstalt

신학을 공부한 후 생계수단으로 프랑크푸르트 은행가 집안의 가정교사를 하면서 그 집의 젊은 부인과 열렬한 사랑을 나누고 그녀의 이른 죽음의 충격으로 남은 긴 평생을 정신병의 그늘 속에서 살았던 시인, 그리고 독일문학의 거성인 괴테와 프리드리히 실러의 높은 벽을 넘어보려고 야심찬 마음을 먹었던 프리드리히 홀덜린(1770~1843). 우리는 홀덜린에 대해 무엇을 알고 있는가? 그는 여전히 독일의 위대한 인물들 중 미지의 인물로 남아 있다. 프랑크푸르트에서 비련의 사랑을 하고 정신병으로 40여 년의 세월을 튀빙겐의 탑에 갇혀 지낸 사람 정도로 말이다. 그의 사랑 자체가 하나의 본격적인 테마로 논의된 적은 한번도 없다.

그의 사랑을 노래한 이 책 《홀덜린과 주제테 곤타르트》는 이렇게 시작된다. “1794년 12월 말의 어느 날, 한 젊은 청년이 마차를 타고 슈바벤의 고향 도시 뉘르팅엔을 출발하여 프랑크푸르트 자유시에 도착했다. 그는 부유한 상인 가문인 곤타르트의 가정교사 직책을 수행할 민반의 마음의 준비를 한 상태였다. 그는 바로 프리드리히 홀덜린이었다.”

그러나 이 책은 함부르크 출신의 주제테 곤타르트와 시인 홀덜린 사이의 사랑 이야기에만 국한하지 않는다. 이 책의 저자 우르줄라 브라우어는 지금까지의 어느 누구보다 한 걸음 더 나아가고 있다. 그는 두 사람이 주고받은 편지와 그 밖의 자료와 시를 분석하여 우리에게 새로운 문을 열어 보여준다. 특히 전기적 사항을 담은 초고의 원고들이 좋은 자료로 사용되고 있다. 그의 서술 방식은 소재를 심층적으로 읽고 심리적으로 해석하여 그 색깔까지 제시하기에 이른다. 이렇게 해서 이 책에서는 여러 가지 많은 새로운 측면들이 이야기된다.

홀덜린이 일찍부터 하느님에게 맡겨지게 된 배경, 주제테의 정신상태, 이별 뒤의 고통스런 재회 등 지금까지 언급되지 않았던 사실들을 저자는 자료에 근거하여 보여준다. 이때 그는 다양한 시각을 견지한다. 이것이 이 책의 장점이다. 또한 저자는 테마와 직접적인 관련이 없다 하더라도 재미있는 것들을 우리에게 들려주고자 하는데, 이것은 서술 자세의 열려 있음을 의미하는 것이지 비학문적 태도라고 볼 수는 없다. 왜냐하면 이러한 가운데 도식적인 홀덜

린 연구의 한계를 벗어나 새로운 관점을 갖게 될 수 있기 때문이다.

홀덜린이 사랑했던 여인 주제테 곤타르트는 33살의 나이에 폐결핵으로 세상을 떠났다. 그런데 사실 이 책을 통해 그녀의 죽음이 사랑의 고통에서 연유하였음을 우리는 깨닫게 된다. 그녀의 죽음은 홀덜린에게는 정신의 죽음을 가져온다. 그것은 주제테 곤타르트에게 바친 시 〈회상〉에서 잘 드러난다.

홀덜린에게서 우리는 천재와 광기의 표본을 본다. 또한 문학이 궁극적으로 추구하고자 하는 바, 자유의 표상을 목격한다. “궁핍한 시대”의 시인이라는, 그의 비가 〈빵과 포도주〉에서 나오는 말로 우리에게 잘 알려진 홀덜린의 참모습을, 그가 추구하는 궁극적인 시인 상을 우리는 이 책에 적혀진 생의 사실들을 통해, 특히 사랑했던 여인 주제테 곤타르트와의 관계를 통해 보다 정확하게 이해할 수 있을 것이다.

홀덜린에게 있어서 시인은 자신의 근원을 찾아가는 방랑자이다. 또한 시인은 일반 백성에게 방랑에서 찾은 신의 목소리를 전하는 전달자이다. 시인은 신에 의해 ‘이마에 표식’을 부여받은 자, 즉 신의 부름을 받은 자요 십자가를 짊어진 대속(代贖)의 존재이다. 그는 어쨌든 자신에게 주어진 사명을, 시인으로서 이 세상에 빛을 뿌리는 사명을 끝까지 완수해야 한다. 세상이 아무리 어두워도. **▶▶▶**