

### “왜 해로운데 먹고, 필요도 없는걸 사는 걸까”



결핍의 고리를 끊고 지금 이대로 충만해지는 법

가짜 결핍

마이클 이스터 지음, 김재경 옮김, 부키, 2만 원

채워도 채워도 허전하고, 원하는 것을 손에 넣어도 만족스럽지 않은, 이 불편한 느낌의 실체는 무엇일까?

신간 '가짜 결핍'의 저자 마이클 이스터는 우리가 느끼는 결핍감이 개인의 문제가 아니라고 말한다. 과거 자원이 부족하던 시기에 생존을 위해 최적화된 '결핍의 뇌'가 자원이 넘쳐나는 오늘날 환경에서도 여전히 그대로 작동하기 때문이라고.

즉 인간의 뇌는 '더 많이'가 기본이고 '더 적게'는 안중에도 없다. 몸에 해로운 걸 알면서도 초가공식품을 계속 먹고, 위험의 심각성을 알면서도 마약과 도박이라는 강한 자극에 심취하고, 시간 낭비인 걸 알면서도 하루 종일 SNS를 들락날락하며 '좋아요 수'를 체크하고, 사 놓고 안 입고 안 쓰는 옷과 물건이 쌓여 있는데도 불필요한 소비를 계속한다.

결핍을 채우려는 뇌의 진화적 본능은 끊어내지 더 많은 것을, 더 자주, 더 빠르게 갈구하고, 그럴수록 사람들은 장기적인 성장과 만족 대신 순간적인 위안을 좇는 악순환에 빠지게 된다. 기업들은 이러한 뇌의 취약점을 교묘히 이용해 소비를 부추긴다.

'가짜 결핍'은 저자가 진화심리학, 뇌과학, 행동경제학 등 다양한 분야의 전문가들을 만나고, 결핍의 고리에서 벗어나는 방법을 발견한 사람들을 찾아 나서는 탐사 저널리즘의 정수다.

저자는 2년간 6400km를 탐험하며 그 여정에서 인간 뇌의 진화적 한계와 현대사회의 정교한 유혹이 만들어 낸 악순환을 들여다본다. 과연 우리가 결핍과 자기 파괴의 고리를 끊고 삶의 충만함을 회복할 수 있는 방법이 있을까. 도과민 없이도 행복할 방법이 있을까. [lye@skyedaily.com](mailto:lye@skyedaily.com)

### “고통보다 무서운 것은 혼자서 감내하는 것”



중독과 회복을 마주하는 가장 인간적인 대화

우리가 기댄 모든 것

마쓰모토 도시히코·요코미치 마코토 지음, 송태욱 옮김, 김영사, 1만8800원

물집이나 행위에 병적으로 탐닉하거나 그것 없이는 견디지 못하는 상태를 의존 중독은 중독이라고 한다.

술, 담배, 마약, 도박뿐 아니라 SEX, 게임, SNS, 숏폼, 쇼핑, 성형, 운동, 음식까지 중독은 일상 곳곳을 잠식하며 현대인에게 가장 친숙한 병이자 사회적 현상이 되었다.

우리는 왜 중독되는 걸까? 단순히 의지가 약한 탓일까?

신간 '우리가 기댄 모든 것'은 술을 끊지 못하는 문화 연구자와 담배를 끊지 못하는 정신과 의사가 의존증을 주제로 주고받은 편지를 묶은 책이다.

저자들은 중독의 본질을 '왜라 추구'가 아닌 '고통 경감'으로 바라본다. 의존증은 장기적으로 사람을 죽음에 이르게 할 수 있지만 아이러니하게도 단기적으로는 '죽고 싶을 만큼 고통스러운 지금'을 일시적으로 견디는 데 도움이 된다는 것이다.

그래서 책은 중독 자체를 근절하기보다 2차 피해를 줄이는 '위해성 감소(harm reduction)'가 중요하다고 강조한다. 또 회복을 위해서는 무엇보다 '나 혼자'가 아픔을 알게 해 주어야 한다고 말한다. 의존증에 병리적 낙인을 찍기보다 인간의 삶과 관계에서 길을 찾도록 도와주어야 한다는 것이다.

책은 알코올 의존증 노숙인이 무료 급식소에서 영양이 풍부한 식사를 하는 대가로 소량의 알코올 음료를 먹을 수 있게 하는 정책도 소개하고 있다. 이 밖에도 시판 약(일반의약품) 과다 복용이나 의존증과 함께 나타날 수 있는 주의력결핍과잉행동장애(ADHD) 등 동반 질환(comorbidity)을 소개하는 등 의존증을 입체적이고 다층적으로 이해할 수 있도록 해준다. [lye@skyedaily.com](mailto:lye@skyedaily.com)

# 손해 무릅쓰고 출간... 7년 만에 노벨상 '대박'

크리스너호르케이 소설 6종 번역 출간 알마출판사 화제

노벨문학상 수상 발표 하루 뒤 3대 서점의 베스트셀러 싸움이 '돈 되지 않지만 선물 같은 소설 집중하지 않으면 읽기 어려워'



안지미 알마출판사 대표 크리스너호르케이 라슬로 사탄탱고 중 한 장면. 연합뉴스

드라마 '은중과 상연'에서 은중은 영화 제작자 프로듀서(PD)다. 은중의 취미는 영화 감상이다. 거의 모든 개봉작을 본다. 술자리에서 어떤 영화를 좋아하느냐는 질문을 받고 은중은 마이크 리 감독이 연출한 '세상의 모든 계절'(2011)이나 그레에다 히로카즈 감독의 '걸어도 걸어도'(2009) 같은 '예술영화'를 언급한다. 하지만 그런 영화를 만들든 손익분기점(BEP)을 넘기는 게 PD의 의무라고 강조한다.

알마출판사의 안지미 대표는 10일 연합뉴스와의 전화 인터뷰에서 "출판사 대표가 할 말은 아니지만, 매년 책을 출간할 때마다 손익분기점을 따지지는 않는다"고 말했다. 그런 생각으로 낸 책이 올해 노벨문학상에 호명된 헝가리 소설가 크리스너호르케이 라슬로의 소설들이다.

크리스너호르케이를 알게 된 건 그의 대표작 '사탄탱고' 때문이 아니다. 안 대표는 이 소설을 원작으로 한 벨라 타르의 영화 '사탄탱고'(1994)를 훨씬 먼저 봤

고 한다. 어두컴컴한 스크린에서 소처럼 느릿느릿 움직이는 카메라 무빙을 따라 가면서 '경탄'과 '지루함' 사이에서 줄다리하며 봤던 예술영화. 밀레니엄이었던 2000년 어느 늦은 밤 극장으로 들어가 동창이 밝은 아침까지 그를 붙잡아줬던, 7시간8분짜리 영화.

"20여년 전 전주국제영화제에서 처음 봤어요. 타르코프스키도 그렇고, 벨라 타르도 그렇고, 볼 때는 고통스럽습니다. 중간에 졸기도 하고, 허리가 아프기도 하죠. 하지만 보고 나선 엄청난 (감정의) 후폭풍이 다가오는 것 같아요."

책을 읽고 원작의 번역본을 낸 건 그로부터 한참 후다. 2018년에야 비로소 소설 '사탄탱고'가 출간됐다. 헝가리 원어가 아닌 영어 중역이었다. 한 장면을 길게 찍는 롱테이크로 꽉 채워진 타르의 '사탄탱고'는 동명 소설에 비하면 '양반'이었다. 타르가 롱테이크를 썼듯이, 크리스너호르케이는 긴 문장을 썼다. 만연체 문장은 정 말 끝도 없이 이어졌다.

"아름다운 영상미와 분위기 덕택에 영화는 초긴장하면서 보게 되는 측면이 있어요. 그런데 이 소설(사탄탱고)은 정말 1-2초만 탄생각을 해도 처음으로 다시 돌아가 읽어야 합니다. 작가의 문장이 길게 흐르기 때문에 집중하지 않으면 정말 읽어나가기 쉽지 않아요."

하지만 그런 지난한 노력 끝에 비로소 예술이 열어주는 하나의 경지에 도달할 수 있었다고 한다. 안 대표는 "크리스너호르케이가 만든 세계를 통해 얻을 수 있는 또 다른 세계(예술의 경지)가 크기 때문에 독자들도 그런 경험을 할 수 있으면 좋겠다고 생각했다"며 책을 낸 이유를 설명했다.

알마출판사는 국내에 번역된 크리스너호르케이의 소설 6종을 모두 선보였다. '사탄탱고'를 시작으로 '저항의 멜랑콜리'(2019), '리스트 올프'(2021), '처왕묘의 강림'(2022), '세계는 계속된다'(2023), '뱅크하인 남작의 귀향'(2024)이다. 내년 1월에는 '헤르쉬트 07769'도 번역돼 출간된다. 이 판권

이 종료되고 나면 크리스너호르케이의 소설 판권을 다시 사기는 쉽지 않을 것 같다고 안 대표는 예상했다. 노벨문학상으로 주가가 올라갈 것이 뻔하기 때문이다.

그는 돈이 되지 않지만, '선물 같은' 소설들이기에 이들 작품을 번역해 출간할 수 있었다고 했다. 경제적으로 위기에 몰릴 때도 있었지만, 그때마다 한방씩 터진 다른 작품들이 출판사를 지탱해줬다. 호프 자란의 '벨 갓'과 권익웅 등이 쓴 '악의 마음'을 읽는 자들은 방송에 추천 책으로 소개되면서 판매가 급격히 올라갔다.

안 대표는 "크리스너호르케이의 글이 손익을 따지면 계속 내기가 어려웠지만, 신경을 쓰지 않고 냈다"고 했다. 그렇게 꾸준한 책이 7년 만에 '효자' 노릇을 하고 있다. 크리스너호르케이가 노벨문학상을 수상하면서, 스웨덴 한림원의 발표 이후 하루가 지나지 않아 교보문고, 예스24, 알라딘 등 3대 서점의 베스트셀러 1위를 싹쓸이했다.

스카이데일리·연합뉴스

The Harvey Awards @HarveyAwards

The Harvey Award for Best Digital Book of the Year goes to... drumroll please... "Sarah's Scribbles" by Sarah Anderson (@sarahandersoncomics)



하비상 수상 발표. 하비상 SNS

### 美하비상 수상작에 '세라의 낙서'... 네이버웹툰 연재작은 고배

미국 대표 만화상인 하비상 시상식에서 올해의 디지털책으로 '세라의 낙서'(Sarah's Scribbles)가 선정됐다.

하비상 위원회는 10일(현지 시간) 사회관계망서비스(SNS) 계정을 통해 미국 뉴욕 코믹콘에서 연 시상식에서 이 같은 결과를 발표하고 상을 수여했다고 밝혔다.

'세라의 낙서'는 만화가 세라 앤더슨이 나이는 들었지만, 여전히 미성숙하고 불

안한 인물들의 이야기를 그린 만화다.

2011년부터 틱톡과 페이스북, 인스타그램, 개인 홈페이지 등에 연재해왔고, 여러 사람의 공감을 얻어 책으로 출판되기도 했다.

합계 후보에 올랐던 네이버웹툰 북미 연재작인 '피파아 내니' '모가나 앤드 오즈' '케슬 스미머'는 상을 받지 못했다.

과거 네이버웹툰 '로어 올림푸스'가 2021~2023년 연속으로 디지털책 부문에

서 수상해 화제가 됐지만, 지난해에 이어 올해도 웹툰이 수상 명단에 오르지 못했다는 점이 눈에 띈다.

'로어 올림푸스'의 뒤를 이어 미국 만화계가 주목할만한 웹툰이 나오지 못하고 있다는 의미로도 풀이된다.

하비상은 미국 만화가 하비 커츠먼의 업적을 기리기 위해 1988년 제정됐으며, 월 아이즈너 상과 함께 권위 있는 만화 시상식으로 꼽힌다. 스카이데일리·연합뉴스

맛있는우리말200

눈으로 읽고 입으로 즐기는 우리말!

일상 속 다양한 표현에 흥미를 더하다

박재욱 지음 | 272쪽 | 17,000원 | 글로벌콘텐츠

일상에서 무심코 쓰는 말이지만 막상 질문을 받게 되면 대부분은 답변을 내기 전에 잠시 생각을 하게 되는 경우가 많다. 이처럼 다양한 일상의 언어를 주제 삼아 우리말 어법을 넘나들며 두서없이 우리말 산책을 떠나보려고 나섰다.

누구나 쓸 수 있는 게 글이지만 누구나 다 잘 쓸 수는 없는 게 또한 글이다. 잘 쓴 글은 읽는 이에게 재미와 감동을 준다. 그래서 글은 마음으로 쓴다는 말이 나오는 것이다. 마음으로 써서 감동을 주는 글이라 해도 기본 어법에 따라 쓴 글이 아니라면 결코 잘 쓴 글이라고 박수를 보낼 수는 없다. 글에도 품격인 '문격(文格)'이 있기 때문이다. 그런 뜻에서 글을 잘 쓰고 싶다는 이들에게 이 책이 작은 도움이라도 된다면 필자로서 그보다 더한 기쁨은 없을 것이다.

- 프롤로그 중