



QR코드를 스캔하시면
〈법원사람들〉을 볼 수 있습니다.

Supreme Court of Korea 2018.03.

vol.395



법원 사람들

이로
이로

얼었던
대지에
이자리에서
피면 春
봄바람은
너와나

벼밭
벼밭
벼밭





SECTION 1 + 내일을 위한 소통나누기

- 04 **프롤로그**
경의선숲길과 책거리역
- 06 **법원 그곳**
서울서부지방법원
- 10 **공감**
일하는 엄마 · 아빠의 '내 아이와 친해지기'
- 12 **감성충전 행복투어**
역사가 숨 쉬는 마포의 뒷길을 걷다

SECTION 2 + 함께하는 행복나누기

- 18 **나의 일 나의 삶**
독일에서 있었던 이야기
- 22 **테마가 있는 글 1**
패러글라이딩 어떻게, 얼마나 알고 계십니까?
- 28 **테마가 있는 글 2**
현혈! 작은 사랑과 봉사의 실천
- 32 **법원으로의 초대**
'푸르미 지역아동센터' 대법원 견학
- 34 **우리말 이야기**
듣기 좋은 소리를 위한 고민_목소리와 발음
- 37 **생활법률**
상속포기 신고 후 심판이 고지되기 전에
상속재산을 처분하였다면 상속을 단순승인한 것일까?

CONTENTS

Supreme Court of Korea 2018. 03.
vol.395

38 스타일링룸

18개월 쌍둥이 독박육아 임무 완수한 육아의 달인
_박경목 서울동부지방법원 법원보안관리대원

SECTION 3 + 정보가 있는 공감나누기

44 그 사람과의 인터뷰

나는 '여성 셰프'가 아닌 '중식 전문 셰프'입니다_중식 전문 셰프 정지선

48 건강칼럼

추위 끝난 봄, 더 피곤한 이유_춘곤증

50 트렌드에 주목하라

인간관계와 소통의 의미

52 법원 NEWS 54 공감우체통 55 마음의 편지

통 권 395호

발 행 인 법원행정처장 안철상

발 행 일 2018년 3월 1일

편 집 인 공보관 박진웅

편집총괄 홍보심의관 조영

편집기획팀 김태욱, 송소현, 이경미

발 행 처 법원행정처 공보관실

주 소 서울특별시 서초구 서초대로 219

전 화 02)3480-1456

팩 스 02)533-5484

법원사람들 홈페이지 <http://people.scourt.go.kr>

기획 · 디자인 · 인쇄 (주)현대아트컴 02)2278-4482



경의선 홍대북합역사에 복합문화공간으로 조성한 약 250m 길이의 테마 책거리.
마포구에 집중된 출판 산업 장려와 독서문화 부흥을 위해 마포구가 2016년 10월 조성함.



경의선숲길과 책거리역

2005년 용산문화센터에서 가좌역에 이르는 지상부 폐철로 공원화 사업인 '경의선숲길공원사업'으로 조성된 경의선숲길공원은 도시 공간 재생의 모범케이스로 손꼽힙니다. 옛 철로를 따라 이어지는 숲길은 코스 중간 중간 분수대광장, 쉼터, 숲길 폐기차 영화관(여름철) 등으로 꾸며져 기다란 공원길을 따라 걷는 재미가 남다릅니다.

특히 홍대복합역사 구간에 조성된 책거리는 다양한 주제의 책 전시를 볼 수 있고 책방과 문화공간을 둘러볼 수 있습니다. 시기에 맞춰 도서와 관련된 강연 프로그램과 체험 프로그램도 운영하니 따뜻한 봄 날씨 찾아오면 아이들 손잡고 경의선숲길과 책거리역으로 봄 여행 어떠세요?



다시 찾고 싶은 아름다운 법원

서울서부지방법원

민원인들이 다시 찾고 싶은 법원이 있다면 이곳 서울서부지방법원이 아닐까? 법원에 들어서는 순간 긴장했던 마음을 편안하게 녹여주는 클래식 선율과 멋진 미술 작품들이 마치 유명 화가의 갤러리를 연상케 하는 서울서부지방법원은 법원 시설을 잘 가꾸었을 뿐만 아니라 민원인들의 마음까지 세심히 배려하는 아름다운 법원이다.

취재 한경희 | 사진 김인규





(좌)서울서부지방법원 옥상에 마련된 체력단련실,
(우)전시공간으로 활용되고 있는 3층과 4층 복도 '서부공간'.

지리적으로 서울의 허브에 위치한 법원

아침저녁이면 도로 위에 출퇴근 차들이 꼬리에 꼬리를 물고 달리는 곳, 서울 마포대로 공덕오거리의 풍경이다. 서울서부지방법원은 서울에서도 복잡한 지역 중 한 곳인 마포대로 한쪽에 자리 잡고 있다. 서울서부지방법원이라는 명칭으로 짐작해 볼 때 서울에 있는 5개 지방법원 중 서부 끝자락에 있을 것 같지만 서부지방법원이 위치한 마포구 공덕동은 지도상으로 5개의 지방법원 중 서울의 중심에 가장 가깝다.

빌딩숲과 고층아파트가 어우러진 마포대로 앞에 자리 잡은 서울서부지방법원은 지하철 5호선, 6호선, 경의중앙선, 공항철도의 환승역인 공덕역과 애오개역 사이에 있다. 사통팔달 교통과 도시 속 업무중심지구에 위치하고 있다는 특성과 함께 서울 중심에 위치한 법원으로서 지역사회에서 다양한 역할을 감당하고 있다.

또한 그 위치나 규모, 인적구성 면에서 전국 법원의 기준이 될 만하기 때문에 대법원에서 사무관첩제, 법원보안관리대, 시차 출퇴근제 등 새로운 정책을 시행할 때 서울서부지방법원에서 먼저 시행해보고 문제점을 파악한 뒤 전국법원으로 확대 시행하는 시범 법원의 역할도 하고 있다.

공감을 나누는 공간, 서부공간

서울서부지방법원이 특별한 이유 중 또 하나는 바로 법원 직원과 민원인 누구나 즐길 수 있는 예술 공간이 있다는 점이다. '서부공간'이라고 이름 붙여진 이곳은 3층과 4층 복도에 마련되어 소송관계인, 시민과 법원가족들이 전시된 미술작품을 감상하며 휴식을 취할수 있다. 또한 이곳은 전시공간을 확보하기 어려운 장애인·학생·시민들에게 작품을 전시할 수 있는 공간이 되고 있다. 법원 곳곳을 아름답게 꾸며 예술적 공간으로 재탄생시킨 이태종 법원장은 서울서부지방법원의 이러한 감성 서비스에 갖는 자부심이 크다.

“법원이라는 곳은 민원인들에게도 어렵고 부담스러운 곳이기 때문에, 이곳을 찾은 민원인들이나 매일 이곳에 출근해 근무하는 직원들에게 마음의 힐링이 되었으면 하는 뜻에서 만들어진 공간입니다. 마음의 짐을 가지고 법원을 찾은 민원인이나 업무로 바쁜 직원들도 이곳에서 잠시 마음의 여유를 가지셨으면 하는 바람입니다.”



서부공간에서는 유명 화가의 그림 전시에서부터 대학생, 장애인단체, 미술심리치료 작품 등 다양한 작품전이 열리고 있으니 법원을 찾은 이들에게는 뜻밖의 선물이 될 듯하다.

관내 법학전문대학원 프로그램의 허브법원

서울서부지방법원은 법학전문대학원 프로그램의 허브법원으로서도 제 역할을 톡톡히 하고 있다. 관내 법학전문대학원생들을 대상으로 재판 및 법원에 대한 충실한 실무수습의 기회를 제공하여 예비 법조인과 소통함과 동시에 지역 사회와도 소통할 수 있는 기회를 제공하고 있다. 또한 관내 법학전문대학원 신입생들에게 법원 견학과 법정 방청의 기회를 제공함으로써 예비 법조인으로서 첫발을 내딛는 데 도움을 주고 있다. 법학전문대학원 재학생들에게는 법학전문대학원 여름 인턴십 프로그램을 통해 실제 판사실에서 지도관들과 생활하며 현재 진행 중인 사건의 생생한 기록도 검토하고 재판을 경험할 수 있는 기회를 제공한다. 여름 인턴십 프로그램을 보다 심화한 로스쿨 리걸 클리닉을 실시해 전국 최초로 관내 법학전문대학원들이 참가자들에게 정규 2학점을 부여한다. 이 외에도 변호사시험을 치른 법학전문대학원 졸업생들을 대상으로 신규 법조인을 위한 실무수습의 기회를 제공하여 국민과의 소통 모범사례 매뉴얼에 추천 사례로 등재된 바 있다. 법학전문대학원 과정에서 접하기 어려운 등기, 민사신청 및 민사집행 등 실무 위주 프로그램을 구성하여 참여자들에게 실질적인 교육이 될 수 있도록 하였다. 또한, 법학전문대학원과 연계해 관내 중고등학교

교를 대상으로 지속적으로 법 교육을 실시해오고 있다.

법원에서 열리는 풍성한 문화행사와 봉사활동

서울서부지방법원에서는 음악회도 열린다. 이름하여 ‘서울음악회’이다. 서울법원 종합청사 합창단, 서울지방법원 호사회 합창단, 숙명합창단 등과 함께 2011년부터 개최하고 있는데 법원을 방문하는 민원인들과 가까이 소통하며 공감하는 시간이 되고 있다. 직원 개개인의 인문·과학적 소양을 높이고 다양한 실용 지식을 배울 수 있는 서부법원아카데미(West Court Academy)도 운영 중이다. 때로 소소한 삶의 지혜를 배우고, 철학적 사색을 즐길 수 있는 기회로 직원들의 호응이 좋다.

소외된 지역민을 챙기는 일에도 소홀함은 없다. 서울서부지방법원의 ‘가족공감 힐링 캠프’는 협의이혼 등으로 가족 해체 위기에 처한 가정을 대상으로 상처 받은 아동들의 마음을 보듬고, 부모들의 심리치유를 위하여 부모와 자녀가 소통하고 화합하는 장이 되고 있다. 연탄 배달, 불우이웃 기부 등의 사랑나눔 자원봉사단의 활약도 빼놓을 수 없다.

직원, 민원인, 지역민 등 사람에 대한 애정과 배려가 넘치는 곳, 특별히 서울서부지방법원에서는 퇴근시간이면 아름다운 음악과 함께 DJ가 등장한다.

직원과 법원 실무수습 중인 법학전문대학원생 등이 진행하는 ‘서부소리공감’이라는 음악방송으로 지친 하루에 에너지를 불어 넣어준다. 이런 따뜻한 배려 덕분에 직원 뿐만 아니라 법원을 찾은 민원인들도 행복에너지까지 덩으로 얻어가게 될 듯하다. ☺



(좌)2011년부터 개최하고 있는 서울서부지방법원의 ‘서울음악회’, (중앙, 우)관내 소외된 지역민을 돕는 사랑나눔자원봉사단.



interview

“
국민께 봉사하고 국민의 아픔을
함께하는 법원이 되어주십시오.
”

이태종 前 서울서부지방법원장
(現 서울고등법원 사법연구)

서울서부지방법원은 옛날 경성감옥 터에 자리
잡은 유서 깊은 법원입니다.
제가 부임한 이후 외벽 리모
델링을 해서 현대적인 감각
으로 거듭났습니다. 현재

360명의 판사와 직원이 국민들의 기본권 보장과 권리구제를 위해 열심히 근
무하고 있습니다.

법원의 가장 중요한 업무는 바로 재판입니다. 좋은 재판, 모든 사람이 승복할
수 있는 재판이야말로 법원에 대한 신뢰의 출발점입니다. 충실하고 만족도
높은 심리를 통해 단 한 번의 재판으로 분쟁을 해결할 수 있다면, 그 재판이
야말로 좋은 재판이고 우리가 지향해야 할 모습입니다. 우리 법원 구성원 모
두가 분쟁을 최종적으로 해결하는 사람이라는 마음가짐으로 당사자들의 주
장을 경청하고 진정 어린 승복을 이끌어 낼 수 있도록 노력해 줄 것을 당부합
니다.

저는 일반인들이 법원을 딱딱하고 무겁다고 생각하는 것에 대해서 아쉬움이
컸습니다. 그래서 문화와 예술을 통한 법원의 변화를 꾀했습니다. 우선 법정
복도에 산뜻하고 멋진 갤러리를 꾸몄습니다. 미술뿐 아니라 음악이 가진 효
능에도 주목했습니다. 부임하자마자 10층에 있던 강당을 대폭 리모델링해서
멋진 콘서트장으로 쓸 수 있도록 만들었죠. 그 후에 오페라 가수, 피아노 연
주자들을 초청하여 시민들과 함께 멋진 공연을 감상했습니다. 더군다나 우리
법원의 자랑거리인 서울합창단의 정기 공연을 제가 여기 있는 동안 3차례나
성공적으로 치러냈습니다. 그것이 결국에는 업무성과로도 이어져 서울고등
법원 관내에서 최우수법원으로 선정되는 영예를 얻었습니다.

제가 우리 법원에 부임한지 2년 6개월이 됐습니다. 이제 아쉽게도 그 임기가
거의 끝나갑니다. 요즘 출근해서 우리 법원에 오면 건물 곳곳에 제가 이곳에
서 우리 직원들과 함께 더 좋은 법원을 만들기 위해 고민하고 노력했던 순간
들이 떠오릅니다. 제 소신은 누군가 열심히 해서 잘 해 놓으면 훨씬 많은 사
람들이 그 혜택을 받을 수 있다는 것입니다. 법원 간부들이 좋은 아이디어로
제도를 개선하면 그것이 많은 직원들에게 혜택으로 돌아갑니다. 법원 직원들
이 힘들더라도 열심히 하면, 그 결과 일반 국민들이 훨씬 편해지고 억울한 일
을 당하지 않게 됩니다.

직원 여러분 그동안 고생 많으셨습니다. 여러분과 함께해서 행복했습니다.
앞으로도 국민에게 봉사하고 국민의 아픔을 함께 할 수 있는 법원을 만들어
주셨으면 합니다. 감사합니다.

서울서부지방법원의 역사

- 1989. 9. 1. 서울지방법원 서부지원 설치
(일제강점기 경성감옥의 터에 설치)
- 2001. 3. 1. 용산구를 관할구역으로 편입
- 2004. 2. 1. 서울서부지방법원으로 승격
- 2016. 12. 23. 청사 우측에 수평증축 준공
- 2018. 2. 현재 통합광역등기소 건축 중

서울서부지방법원의 관할지역



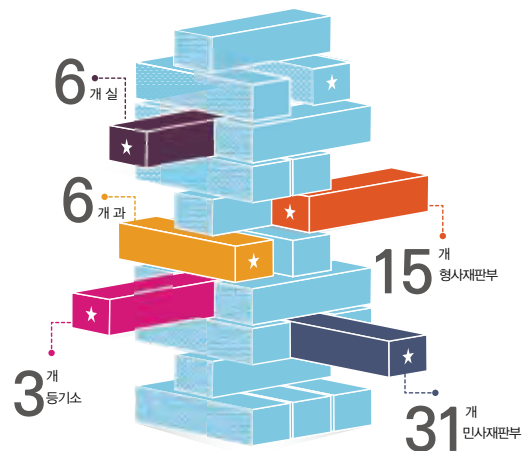
인구(명)



면적(km²)

마 포 구	374,778	23.88
용 산 구	229,541	21.87
서대문구	312,655	17.61
은 평 구	491,899	29.71
계	1,408,873	93.07 (2018. 1. 31. 기준)

서울서부지방법원의 조직





(좌측부터) 김보경 실무관, 조상민 판사, 주영희 행정관, 박성환 참여관

신학기, 우리 아이 잘 적응할 수 있을까? 일하는 엄마·아빠의 '내 아이와 친해지기'



3월이면 신학기를 맞은 아이들이 삼삼오오 학교로 향한다. 학교에 가서 친구는 잘 사귄지, 빠트린 준비물은 없는지, 방과 후엔 무얼 하는지 걱정은 많지만 일하는 엄마·아빠 입장에선 마음뿐이다. 워킹맘·워킹대디의 이런 고민과 양육 노하우를 나누고자 서울 서부지방법원 10층 북카페에 그들이 모였다.

취재 한경희 | 사진 김인규

딸 셋을 둔 다둥이 아빠입니다. 육아휴직도 내봤고 독박육아도 해봤죠. 직접적인 육아 경험이 매우 풍부합니다.



요즘 아빠들도 육아휴직 많이 하죠. 저는 딸, 아들 연년생으로 키우고 있어요. 큰딸이 이번에 수능 봤고 아들은 고3이에요.



와, 이미 육아는 마스터하셨네요. 저는 큰아들이 이제 초등학교 입학해요. 그래서 3월부터 육아휴직 신청했어요.



초등학교 1학년 때는 육아휴직이 진짜 필요한 시기예요.
학교에 아이 대신 내가 가고 싶은 심정이죠. 참여관님은
어떤 아버지세요?



우등생 3대 조건이 있다고 하잖아요. 할아버지의 재력,
엄마의 정보력, 그리고 아빠의 무관심, 그래서 저는
무관심으로 돕고 있어요.



프로스트가 가보지 않은 길에 대한 미련을 애기했던 것처럼
인간은 해보지 못한 일에 대한 아쉬움을 갖잖아요. 저는 다른
공부를 하다가 제대 후 제가 하고 싶은 법 공부를 해서 지금에
왔어요. 제 결정에 책임감으로 지금까지 열심히 해온 것처럼
제 아이도 자신이 하고 싶은 것을 스스로 선택하고 그 결정에
책임감을 가지고 주체적으로 살길 바라요.



HAHA!



둘째를 낳고 아내가 공부를 하게 돼 제가 육아휴직을 내고
아이들을 돌봤어요. 하루가 정말 금방 가요. 덕분에 지금도
아이들이 아빠와 애기 많이 하고 친해요.



하지만 어린아이들은 충분히 바뀔 수 있고 아직 부모에 의해
만들어지는 나이라고 생각해요. 그래서 아이가 습기가 부족하
다면 발표도 자주 시키고 더 빠른 정보력으로 공부도 이끌
어주는 게 부모의 역할인 것 같아요.

집안마다 양육관은 다르지만 일하는 엄마·아빠에게는 아이가
마음을 열고 고민도 얘기하며 소통할 수 있도록 해주는 게
중요해요. 이 자리를 빌려 아이에게 한 마디씩 건네 볼까요?



딸들이라 그럴 거예요. 저는 아들만 셋이에요. 분위기 상상이
시죠? 중학교 올라가는 큰아들과 8살 터울의 쌍둥이 아들 두
명이 냉장고 문을 타고 기어오르고, 식탁에 올라가고, 침대에
서 점프하고...



이제 1년 동안 아이와 꼬박 함께할 텐데,
“정후야, 1년 동안 학교 적응 잘 하고 우리 잘해보자!”



저희 집은 일주일에 한 번씩 가족회의를 해요. 특별한 얘기는
아니어도 이런저런 대화의 시간을 가지니 아이들이 엄마·아
빠한테 얘기하는 것에 익숙해지더라고요.



저는 아이들과 대화를 자연스럽게 이끌어가기 위해서
퀴즈를 내요. ‘오늘 아빠가 점심 때 먹은 음식은?’ ‘우리 딸이
좋아하는 과목은?’ 그러면 아이들이 즐겁게 대화에 참여해요.



파천득 님 <인연>에는 딸에게 전하는 글이 있는데
제가 부모가 되면 아이들에게 꼭 들려주고 싶었어요.
“연재, 연후, 연아야! 너무 서두르지 말고
네 인생길을 ‘천천히’ 가렴.”



“세린, 태겸야, 언제라도, 어디에서도 늘 너 자신을 사랑할 줄
아는 사람이 되길 바란다. 그러면 어떤 힘든 일에도 너 자신을
지킬 수 있단다.”

“큰아들 상운, 중학교는 초등학교와 또 다를 거야, 가끔 친구
들끼리 싸우기도 할 테고, 고민도 생기겠지. 그럴 때 혼자 고
민하지 말고, 엄마한테 얘기해. 알겠지?”



오~, 그게 좋은 방법인데요? 아들이 아직 어려서 그런지
상상 속 얘기만 하고 유치원에서 있었던 일 등 현실 얘기를
안 해요. (웃음) 저도 퀴즈로 유도해야겠어요.



헉! 아니, 왜 엄마한테~ 아빠는 뭐하시고!!
꼭! 우리 아이들 모두 파이팅~



역사가 숨 쉬는

마포의 뒷길을 걷다

남녘에서 올라온 봄은 서울 도심의 뒷골목에도 어김없이 스며들었다. 빌딩숲으로 들어찬 서울 마포의 중심가. 복잡한 거리를 벗어나니 한적하고 고요한 골목이 나온다. 세련미와 화려함 뒤에 감춰진 소박함이다. 같은 시간 속 다른 풍경, 도시의 이면을 들여다본다.

글 김초록(여행작가)

빌딩숲에 가려진 역사

마포 지도를 펼쳐든다. 공덕동과 맞붙어 있는 용강동 쪽에 정구중 가옥(서울시 민속문화재 제17호)이 보인다. 전통 한옥 구조의 이 집은 아쉽게도 일반 사람들에게 개방하지 않고 있지만 겉모습만으로도 세월의 아름다움을 그대로 보여준다. 이 한옥은 안채, 사랑채, 행랑채 등으로 이뤄져 있으며 한말 용강동의 부농인 이모 씨가 무남독녀에게 주기 위해, 당시 장안에서 이름난 4대 목수한테 부탁해 지었다고 한다.

용강동에서 광흥창역(지하철 6호선)쪽으로 거슬러 오른다. 인근에 공민왕 사당(등록문화재 제231호)이 있어서다. 이 유적은 아파트와 주택들이 밀집한 곳에 깊숙이 숨어 있다. 보호수로 지정된 회화나무 두 그루와 수령 200년이 넘는 느티나무 두 그루가 역사를 증언하듯 높다랗



(왼쪽 페이지)민속문화재로 지정된 정구중 가옥, (오른쪽 페이지 왼쪽부터)공민왕 사당, 공민왕 사당 앞에 우뚝 서 있는 회화나무 두 그루, 개신교 선교사들이 잠들어 있는 양화진 외국인 선교사 묘원, (아래)양화진 나루터를 알리는 입석.

게 서서 길손을 반긴다. 세월을 이겨낸 나무들을 보니 절로 감동이 밀려온다. 고려 충숙왕과 공원왕후 홍씨 사이의 둘째 아들로 태어난 공민왕(1330~1374)은 1349년 원나라 위왕의 딸인 노국대장공주(?~1365)와 부부의 연을 맺은 후 1351년 고려 31대 왕에 올랐다. 고려의 자주성을 되찾기 위해 개혁 정책을 펼친 집권 전반기와는 달리 후반기는 홍건적의 침입과 왕비 노국대장공주의 죽음, 그리고 나랏일을 승려 신돈에게 맡기면서 국정이 혼란에 빠졌던 비운의 왕으로 기록돼 있다. 현재의 사당 건물은 6·25 전쟁 때 파괴된 것을 새로 지은 것으로 전면이 두 칸인 것이 특징이다.

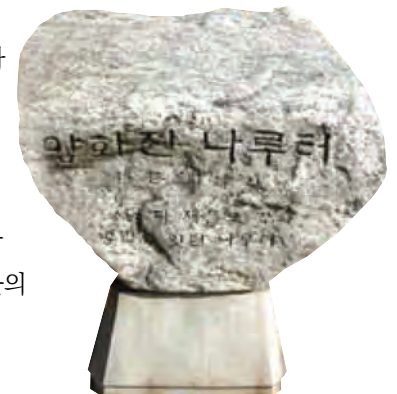
전망이 아름다운 한강변의 역사 유적지

여기서 길은 상수동을 지나 한강변 합정동으로 이어진다. 합정동 당산철교 옆 강변북로에는 우리 종교 역사의 한 페이지를 장식하고 있는 성지 두 곳이 있다. 절두산 순교성지와 양화진 외국인 선교사 묘원을 일컫는다. 누에가 머리를 높이 든 형상이라 해서 잠두봉(蠶頭峰)으로, 조선말 수많은 천주교 신자들이 참수형으로 순교한

곳이라 하여 절두산(切頭山)으로 불렸던 이곳은 겸재 정선이 그림을 남길 만큼 빼어난 경치를 자랑한다. 이곳에는 성당, 박물관, 기념관, 전시관, 공원이 한강을 바라보며 함께 있다. 옛 초가 지붕 모양을 본뜬 박물관은 첫눈에 보기에 도취한 예술성과 건축미를 뽐낸다. 우뚝 솟은 절벽 위에 새집마냥 올라앉은 기념관 지붕은 옛날 선비들이 의관을 갖추어 머리에 쓰던 갓을 빼닮았다.

절두산 순교성지 아래는 한강변 오솔길이다. 봄을 기다리는 나무들과 푸른 한강물, 청아한 새들의 지저귀미 따움을 편안하게 해준다. 버드나무가 많아 '양화(楊花)'란 이름이 붙은 옛 나루터(양화진)는 안내판만 외롭게 서 있을 뿐 흔적이 묘연하다. 그 옛날 한강을 건너려면 이곳에서 나룻배를 타야 했지만 지금은 다리(양화대교)가 대신하고 있다.

절두산 순교성지 너머에 있는 양화진 외국인 선교사 묘원은 개신교의 역사 유적지다. 선교사와 그들의





(위쪽부터)강변북로 바위절벽에 자리잡은 절두산 순교성지, 한강을 바라보고 있는 망원정.



장으로 지었다. 2개의 현판에서 정자의 변천사를 알 수 있는데 2층 누각의 안 처마 밑에는 ‘희우정’ 현판이 걸려 있고 강변북로 방향인 바깥쪽 처마 아래에는 ‘망원정’ 현판이 걸려 있다. 망원정에 오르면 한강이 그림처럼 펼쳐진다. 망원정에서 시작하는 ‘망원초록길’을 따라 강변북로 쪽으로 내려가면 망원한강공원에 닿게 된다. 산책로와 휴식 공간, 체육시설 등이 잘 갖추어져 있다.

가족이 이곳에 잠들어 있다. 십자가 모양이 있는가 하면 네모반듯한 모양, 거친 느낌의 바위 모양까지 다양하게 생긴 묘비들은 저 동유럽의 어느 묘원을 떠올리게 한다. 다음으로 갈 곳은 역시 한강을 끼고 있는 강변 정자, 망원정(望遠亭)이다. ‘신동국여지승람’에도 나오는 이 정자는 조선 세종 6년(1424년)에 효령대군(세종의 형)의 별

책이 있는 숲길과 생태 체험장으로 좋은 한강공원
트레킹에서 맞닥뜨리는 허기는 몸을 축 처지게 한다. 여기 허기를 달래기에 맞춤인 곳이 있다. 망원정에서 가까운 망원시장과 월드컵시장이다. 두 시장은 서로 맞붙어 있는데 굳이 비교하자면 망원시장이 더 활발한 편이다. 입구부터 사람들로 북적댄다. 닭강정, 수제고로케, 호떡,

순대, 손두부, 어묵, 칼국수, 떡 등 시장 안이 온통 먹거리 천국이다. 특히 닭강정과 고로케는 단연 인기다. 소문 듣고 찾아온 사람들로 연일 문전성시다. 굳이 이름난 맛집을 찾지 않아도 시장 안에서 찬거리도 장만하고 맛있는 음식도 먹을 수 있으니 일석이조가 아닌가 한다.

망원시장에서 허기를 채웠다면 요즘 뜨고 있는 경의선 숲길과 경의선 책거리로 가보자. 홍대 입구 경의선숲길에 조성된 경의선 책거리는 말 그대로 책이 중심이 되는 거리다. 경의선 책거리를 알리는 조형물과 10여 개 출판사 부스(책방)에서 책 향기에 흠뻑 젖어볼 수 있다. 경의선 책거리를 거닐다 보면 신선한 아이디어와 마주하게 된다. 독서 중인 여자와 기타 연주를 하는 남자 조형물, 야외 객석 위 담벼락은 책이 꽃핀 책장 모양으로 꾸며놓았다. 경의선의 한역을 실체처럼 꾸며놓은 '책거리역'도 색다른 풍경으로 다가온다.

또한, 난지한강공원에 가면 다양한 생태체험을 즐길 수 있다. 망원경으로 한강에 노니는 비오리와 뿔논병아리



망원시장의 맛으로 소문난 닭강정.

같은 10여 종의 철새들을 두 눈으로 관찰할 수 있고 오솔길을 따라 트레킹도 즐길 수 있다. 하늘공원은 난지도 제2매립지에 들어선 초지(草地)공원으로 철따라 다양한 식물들을 볼 수 있다. 하늘공원 꼬트머리에 서면 서울의 풍광이 한눈에 펼쳐진다. 📷

트레킹코스

소요시간 : 4~5시간



경의선 책거리를 알리는 조형물

전자가족관계등록시스템

365일 24시간 확대 운영

전자가족관계등록시스템을 통한 증명서 발급 및 신고 서비스가 지난 1월 15일부터 365일 24시간으로 확대 운영된다. 법원은 그간 시간적 제약으로 서비스 이용이 불편했던 이용자들을 위해 시스템 운영을 개선했으며 해외 거주 재외국민에게도 보다 편리한 서비스가 제공될 수 있을 것으로 보인다.

글 편집부



전자가족관계등록시스템은 '연중무휴'

근무, 육아 등으로 시간적 여유가 부족할 때는 마감 시간 안에 각종 증명서를 발급받아야 하는 일이 큰 부담으로 다가오게 마련이다. 한국과의 시차로 증빙서류 발급에 어려움을 느끼는 해외 거주자도 마찬가지이다.

기존 전자가족관계등록시스템(<http://efamily.scourt.go.kr>)은 평일은 오전 8시부터 오후 10시까지, 토요일은 오전 8시부터 오후 7시까지 서비스를 제공하였으나, 시스템 운영 시간을 365일 24시간으로 확대하였다.

가족관계증명서 등 총 13종 증명서 무료 발급

전자가족관계등록시스템에서 무료로 발급받을 수 있는 증명서는 가족관계증명서 및 제적등본을 포함한 총 13종이며, 공인인증서에 의한 본인확인 절차를 마친 후 이 서비스를 이용할 수 있다.

또한, 개명, 국적취득자의 성·본 창설, 가족관계등록 창설, 가족관계등록부 정정 신청에 대한 총 4가지 종류의 가족관계등록사건은 24시간 신고서를 작성할 수 있으며 작성한 신고서를 가족관계등록관서에 제출하는 시간은 관서의 업무시간을 고려하여 평일 오전 9시부터 오후 6시까지 제공하고 있다.

전자가족관계등록시스템에서 무료로 발급하는 증명서 총 13종

순번	증명서 종류	주요 증명하는 정보
1	가족관계증명서(일반)	부모, 배우자, 생존한 <u>현재의 혼인</u> 중의 자녀에 관한 사항
2	기본증명서(일반)	본인의 출생, 사망, 국적상실에 관한 사항
3	혼인관계증명서(일반)	배우자, <u>현재의 혼인</u> 에 관한 사항
4	입양관계증명서(일반)	친생부모 · 양부모 또는 양자, <u>현재의 입양</u> 에 관한 사항
5	친양자입양관계증명서(일반)	친생부모 · 양부모 또는 친양자, <u>현재의 친양자입양</u> 에 관한 사항
6	가족관계증명서(상세)	부모, 배우자, 모든 자녀에 관한 사항
7	기본증명서(상세)	개명, 인지, 국적취득 및 회복 등 본인에 관한 모든 사항
8	혼인관계증명서(상세)	배우자, <u>혼인 및 이혼</u> 에 관한 사항
9	입양관계증명서(상세)	친생부모 · 양부모 또는 양자, <u>입양 및 파양</u> 에 관한 사항
10	친양자입양관계증명서(상세)	친생부모 · 양부모 또는 친양자, <u>친양자입양 및 파양</u> 에 관한 사항
11	기본증명서(특정·친권·후견)	본인의 현재 유효한 친권 · 후견에 관한 사항
12	제적등본	<u>호주 및 가족</u> 의 관계 및 신분에 관한 사항
13	제적초본	<u>호주 및 본인의 관계</u> 및 신분에 관한 사항

전자가족관계등록시스템 운영시간 확대로 기대되는 효과

기존에 전자가족관계등록시스템을 운영하는 시간은 오전에서 오후 시간가지로 제한되어 각자 편리한 시간에 발급서비스를 이용하려는 이들에게 다소 불편함이 있었다. 해외에 거주하는 재외국민의 경우에도 한국과의 시차로 인해 증명서 인터넷 발급이 어려웠고, 오프라인 발급을 위해 가까운 재외공관을 방문해 증명서를 발급 신청해서 수령까지의 기간이 1~2일 정도 소요되는 경우도 있었다.

이번 운영시간 확대는 시간적 제약에 의한 불편함을 해소하고, 재외국민의 편의를 증진해줄 것으로 기대된다. 또한 국세청 연말정산과 같은 24시간 증명서 발급 서비스가 필요한 시기에도 자유롭게 이 서비스를 이용할 수 있어 민원인의 편의를 한층 개선할 수 있을 것으로 기대된다. 

독일에서 있었던 이야기

글 이한석(대전지방법원 사법보좌관)



독일 남서부에 위치한 프라이부르크(Freiburg)로 해외연수를 가서 가족들과 1년간 생활을 하고 우리나라에 돌아온 지도 벌써 4년이 되었다. 프라이부르크는 인구가 약 20만 명인 대학도시이자 프랑스, 스위스와 가까운 국경도시인데, 자국 내에서도 일조량이 많은 편이어서 독일 사람들이 은퇴하면 살고 싶어 하는 도시라고 한다. 솔직히 그곳에 가기 전에는 전혀 몰랐던 사실이다. 프라이부르크대학교로 연수를 가게 된 이유는 입학허가 신청메일을 보냈던 독일의 여러 대학 가운데 유일하게 입학허가서를 보내준 대학교이었기 때문이다. 실제로 가서 보니 매우 아름다운 도시였다. 혹시 하이델베르크를 지나서 스위스나 프랑스로 넘어가는 여행 계획을 세우는 분들이 있다면 프라이부르크를 방문해서 윈스터대성당 앞에서 맛있는 아이스크림을 먹어보기를 권한다. 지금도 가족들과 가끔 프라이부르크에서 지냈던 이야기를 하면서 추억에 잠긴다. 1년이라는 기간이 아주 길다고 할 수는 없지만, 외국에서 어린아이 셋을 키우면서 지내는 일이 쉽지만은 않았다. 많은 일들이 있었지만, 가장 기억에 남는 두 가지 이야기를 하고 싶다.



“프라이부르크는 인구가
약 20만 명인 대학도시이자
프랑스, 스위스와
가까운 국경도시인데,
자국 내에서도 일조량이
많은 편이어서 독일 사람들이
은퇴하면 살고 싶어 하는
도시라고 한다.”



프라이부르크 전경

1.
큰 딸 유빈이는 집 근처에 있는 독일 공립학교인 요한 페터 헤벨 초등학교(Johann-Peter-Hebel Grundschule) 3학년을 다니고 있었다. 우리나라에서 미리 6개월 정도 독일어를 배우긴 했지만, 턱없이 부족한 언어 실력 때문에 힘들어할까 봐 걱정을 많이 했는데 비교적 독일 아이들 사이에서도 학교생활에 잘 적응하고 있다고 생각하던 참이었다. 그러던 어느 날 유빈이가 집에 와서 고민을 털어놓는데, 자기가 무슨 이야기만 하면 독일 여자애들 2명(한 친구의 이름은 마라였고, 나머지 한 친구의 이름은

기억나지 않는다)이 서로 소곤대면서 자기를 자꾸 놀린다는 것이다. 정확하게 무슨 이야기인지는 알아들을 수 없지만, 그 느낌을 알 수 있으니까 힘들다고 한다. 아이에게 1주일 정도만 참아보라고 했는데, 두 아이들이 계속 그렇게 한다고 한다. 고민을 하다가 담임선생님 그리스하버(Grieshaber)에게 유빈이가 이런 고민을 갖고 있으니까 관심을 가져달라는 편지를 써서 아이를 통하여 전달하였다. 며칠 후 학교 교실에서 'Eltern Abend'(1년에 2번 정도 열리는데 학부모와 선생님이 모여서 학교 생활 전반에 대하여 토론하는 시간)가 오후 8시에 있어

서 참석을 했다. 처음에는 우리나라를 생각해서 조금 유별난 엄마들이 몇 명만 참석하는 줄 알았는데, 가서 보니 반 아이들이 총 25명인데 학부형 24명(아빠는 나 포함해서 3명)이 참석해 있는 것이다. 선생님을 포함해서 25명이 둥글게 의자에 앉아서 열띤 토론이 시작되었다. 한 시간 정도 지나자 갑자기 선생님이 “유빈이 아바님, 유빈이가 학교에서 겪은 일에 대하여 말씀해보세요” 하는 것이다. 미리 말씀 좀 해주시지 하는 마음도, 이렇게 공개적으로 문제 제기를 하면 유빈이가 더 힘들지 않을까 하는 마음이 갑자기 생겼다. 나는 서툰 독일어로 우리 유빈이가 한국에서는 친구를 많이 사귀었는데 여기 독일에서도 그랬으면 좋겠고, 2명의 친구들이 유빈이를 자주 놀리는 것 같다고 말했다. 내 이야기가 끝나자마자 또 열띤 토론이 이어졌다. 마침 2명의 엄마들도 참석을 했다. 마라의 엄마는 자기는 잘 몰랐다고 하면서 아이에게 주의를 주겠다고 한 것으로 나는 알아들었다(솔직히 정확한 해석인지는 자신이 없다). 그렇게 2시간의 ‘Eltern Abend’ 시간이 끝났다. 잘 들리지 않는 독일어를 집중해서 들으려고 노력하느라 완전히 진이 빠졌는데, 레바논에서 온 아이 엄마가 나에게 와서 “You and your child should be strong in germany!”(당신과 아이는 독일에서 더 강해져야 해요)라고 격려를 해 준다. 이젠 내 할 도리는 다했다고 생각하고 있던 어느 날, 메일함을 열어보니 모르는 사람으로부터 메일이 도착해 있었다. 열어보니 반 친구 엄마가 유빈이를 집에 초대하겠다고 하면서 언제 자기 집에서 자기 아이랑 놀게 할 수 있는지 문의하는 내용이었다. 며칠 뒤 유빈이는 그 친구 집에 가서 즐거운 시간을 보내고 돌아왔다.

2.

나의 고등학교 친구인 L은 음대를 졸업하고 독일로 이민을 와서 울름(Ulm, 고딕 양식의 대성당이 유명하며, 물리학자 알버트 아인슈타인의 출생지이다)에서 살고 있다. L은 연수 초기부터 나에게 많은

도움을 주었으며, 독일에서 친구가 그리울 때면 우리 가족은 L이 살고 있는 울름을 찾곤 했다. 프라이부르크에서 울름까지는 자동차로 약 3시간 정도 걸렸다. 그날도 3시간 정도 걸려서 오후 6시에 울름에 도착했다. 친구 집에 가기 전에 저녁에 먹을 맥주와 고기를 사려고 대형슈퍼마켓 주차장에 차를 세우고 내렸다. 그때 지금까지 유쾌했던 우리 가족의 평화를 깨는 일이 발생했는데..., 내 지갑이 없어진 것이다. 지갑에는 신용카드 2장, 현지은행 직불카드, 신분증, 300유로 등이 들어 있었다. 나와 아내는 서둘러서 자동차 안과 가방 등을 찾아보았는데 지갑은 보이지 않았다. 우리나라에서 지갑을 잃어버렸다면 그렇게 허둥대지 않았을 텐데, 외국에서 지갑을 잃어버리니까 정신이 하나도 없었다.



지갑을 잃어버린 휴게소 앞에서



그래서 서둘러서 L의 집에 가서 일단 국제전화로 H사와 S사에 연락해서 신용카드 분실신고를 하였다. 바지 주머니에서 지갑을 뺀 일이 어디에서 있었는지 곰곰이 생각해보았다. 프라이부르크에서 울름으로 오는 중간에 화장실에 갔고 아이들 과자를 사주기 위해서 고속도로 휴게소를 2군데 정도 들렀었다. 그런데, 현금을 주고 과자를 샀기 때문에 어느 휴게소인지 기억이 나지 않았다. L은 우선 경찰서에 가서 분실신고를 하고, 반대방향으로 고속도로 휴게소를 하나씩 찾아가면서 기억을 더듬어보라고 제안을 하였다. 그래서 L과 나는 경찰서에 가서 분실신고를 하였고, 경찰은 찾으면 연락을 주겠다고 하는데 큰 기대는 하지 말라는 느낌이었다. 경찰서를 나와서 울름에서 프라이부르크 방향으로 거꾸로 고속도로를 달리기 시작하였다. 나는 운전이 서툴고 특히 저녁이라서 L이 운전을 했는데, 너무 미안한 마음이 들었다. '집에서 쉬어야 하는데, 내 실수로 친구만 고생을 시키네. 친구를 만나서 회포를 풀려고 했는데, 이게 뭐지?' 낮에 지나왔던 고속도로와 그 주변 경관을 지켜보는 나의 마음은 무거웠다. 표정이 어두운 내 얼굴을 보고 L이 걱정 말라고 하면서 천천히 찾아보라고 하였다. L과 나는 가족들이 있을 때는 서로 하지 못했던 이야기들을 하기 시작했다. 다소 마음이 편해지기는 했지만, 여전히 무거운 마음은 어쩔 수 없었다. 40분 정도 고속도로를 타고 나서 이제 나오는 휴게소마다 가보기로 하

였다. 몇 번 허탕을 쳤다. 시간은 거의 오후 9시 반 쯤 되어서 거의 포기할 단계였다. 거의 칼스루에(Karlsruhe, 프라이부르크에서 차로 1시간 정도 걸리는 도시)에 다 왔을 즈음에 나타난 한 휴게소를 L이 가보라고 하였다. 큰 기대를 하지 않고 들어가는데 낮에 왔던 휴게소였다. 휴게소에 딸린 주유소 옆에 자동차를 세워 놓았던 것으로 기억이 났다. 자동차를 세웠던 곳 주변을 둘러봐도 지갑은 없었다. 그래도 혹시나 하는 마음으로 휴게소 안으로 들어가서 직원에게 물어보았다. 와! 점원이 내 지갑을 내주는 것이다. 자기보다 먼 저 근무한 직원에게 전달받았는데, 다른 손님이 주유소 옆을 지나 다 떨어진 지갑을 보고 휴게소 카운터에 맡겼다는 것이다. 지갑을 살펴보니 신용카드, 현금 등이 고스란히 들어 있었다. "Danke!"(고맙습니다!)를 연신 외쳤다. 그리고 피곤한 몸을 이끌고 그 먼 길의 여러 휴게소를 함께 가 준 L에게 정말 고맙다는 이야기를 했다. 울름 L의 집에 도착하니 12시가 넘었고, 아이들은 모두 자고 있었다. 나와 아내, L과 그 아내 이렇게 4명에서 힘들게 찾은 지갑이야기를 하며 웃음꽃을 피웠다. 다음날 울름 극장(Theater)에서 활동하는 L이 지갑을 찾은 이야기를 하니까 그 얘기를 들은 직장동료들이 박수를 치면서 "Noch Deutschland!"(여전히 독일은!)라고 외쳤다고 한다. 독일이 우리나라보다 살기 좋은 나라라고 이야기하려고 하는 것은 아니다. 단지 그 곳에서 있었던 1년이라는 기간 중에서 인상 깊었던 이야기를 적다 보니 두 이야기를 하게 되었을 뿐이다. 아이의 문제를 쉬쉬하지 않고 함께 터놓고 고민해준 유빈이의 담임선생님 그리스하버와 다른 학부모들, 힘든 일이 있을 때 자신의 일처럼 함께 고민해주고 큰 힘이 되어준 친구 L, 지갑을 돌려준 이름 모를 친절함 독일인에게 이 기회를 빌려 정말 감사하다는 마음을 전하고 싶다. 당시에는 쉽지 않았지만, 지금은 아련한 추억이 되어 버린 독일에서의 1년은 나의 삶 속에서 항상 힘이 되는 강장제로 남아 있을 것이다. 'Tschüs!'(안녕!). 🍷

패러글라이딩

어떻게, 얼마나 알고 계십니까?



글 엄재환(전주지방법원 경위행정관)

창공을 날기 위해 이륙장으로 간다. 나는 15년 전에 패러글라이딩에 입문하여 하늘을 날고 싶어 하는 사람들의 낭만을 마음껏 즐기고 있다. 패러글라이딩(이하 '패러')은 바람과 열기류를 이용하여 기체를 하늘로 날리고 나는 그것에 매달려 상하좌우 새 처럼 마음대로 하늘을 난다. 이륙장에서 바람의 반대방향(바람을 안고: 정풍)으로 서서 기체를 세우고 기체의 조절을 통하여 나와 기체는 한 몸이 되어 하늘을 날기 시작한다.

연 날리는 원리를 생각하면 쉽게 이해가 된다. 무풍이거나 배풍(정풍의 반대)에는 이륙을 하지 않는다. 이때부터 사람들은 무섭다거나 위험하지 않느냐는 질문을 많이 한다. 그러나 땅에서 발이 떨어지면 위험성은 사라지고 안전수칙만 지킨다면 안전비행은 보장된다. 2차원의 지상에서 3차원의 공중으로 무대를 바꾸었기에 무서운 것은 개인의 담력이 좌우할 뿐이다. 그러나 담력 또한 비행 횟수가 거듭됨에 따라 해소된다.





스틸은 지금부터이다. 또한, 얼마나 오래 타느냐고 질문하는데 비행시간은 기상에 따라 다르지만 정상적인 비행 기상이면 보통 2~3시간은 비행을 즐길 수 있다. 이렇게 비행을 할 때 비행자는 넓은 하늘을 오르내리며 이곳저곳으로 비행을 하면서 마음껏 즐긴다. 이때 비행기체를 조절하는 기술은 자동차 운전 정도의 수준으로 이해하면 쉽다. 비행을 즐기는 높이는 주위의 지형보다 보통 500~1000m 높이에서 비행한다.

다음으로 착륙 단계인데 고도와 속도를 낮추어서 바람을 안고 지상에 내려앉으면 되는데 비행기가 착륙하는 것과 비슷하다. 이륙장과 착륙장은 보통 지정되어 있으므로 안전하다.

바람을 이용하여 즐기는 비행은 사면풍(바람은 산에 부딪혀 하늘을 향하는 것을 이용), 릿지 비행(산능선 위를 오가며 타는 비행), 열기류를 이용하여 즐기는 서멀링비행 등으로 하늘에서 오랜 시간을 즐길 수 있는 것이다. 씨클링(원을 그리며 타는 비행), 윈오버(좌우로 흔들며 타는 비행) 등의 기술을 즐긴다.

열기류는 지면에서 발생하여 위로 올라가면서 작은 열들이 모여 면적이 넓어지는데 기체가 이 열기류 속에 들어가면 바람이 없어도 기체는 상승한다. 새가 날갯짓 없이 하늘을 나는 것과 같다. 비행 중에 나는 잠시 노래 한 곡을 부르기도 한다. 비행하는 동료들과 무전기로 대화도 하면서 여유 있는 비행을 한다. 비행기구 구성은 캐노피, 하네스, 무전기, 바리오미터, 헬멧, 비행복, 보조 낙하산, 자체





구조장비 등이고, 이것을 포함하여 약 20kg 정도의 배낭을 메고 산에 오른다. 도로가 개설된 이륙장은 차로 이동을 한다. 그러나 도로가 없는 이륙장은 짙어지고 산을 오른다. 고행일까? 운동일까?

패러글라이딩은 동력, 무동력으로 구분되는데, 일반 동호인이 즐기는 패러는 무동력으로 자연을 100% 이용하여 즐기는 스포츠로서 몇 가지 안전수칙과 5~6시간의 기초훈련 및 기상교육을 받으면 비행은 가능하다. 기체는 각자의 신체에 맞는 개인 소유의 기체를 사용한다.

기상에 영향을 많이 받는 패러는 이착륙 시 초속 3~6m의 바람 속도면 최상이고 비행 중에는 조금 강한 바람에도 비행은 가능하다. 기체운반과 비행의 준비로 인하여 보통은 여럿이서 움직이는 관례로 동호회 단위로 운영이 된다. 만에 하나 혼자 움직이는 것은 위험하기 때문에 피한다. 그러므로 여럿이서 움직이기 때문에 여기에서 오는 재미를 한층 높일 수 있다.

주로 각자의 지역 이륙장에서 비행을 즐기지만 전국에 여러 군데의 이륙장이 있어 원정 비행도 다닌다. 또한, 해외 원정 비행도 다닌다. 많은 익스트림 레포츠 중에 가장 높은 짜릿함을 느낄 수 있는 것이라고 생각한다. 보통은 동호회를 통하여 입문할 수 있다. 비행의 느낌이야말로 표현할 수 있겠는가?

봄, 여름, 가을, 겨울 사계절에 우리의 국토를 하늘에서 보는 풍경은 어디 그림과 사진에 비교할 수 있으랴. 어느 비행도 같은 느낌을 받는 날은 절대로 없다. 매번 하는 비행의 느낌은 다르다.

동호회는 이륙장 부근에 있다. 기술을 가르쳐 주는 스쿨이 있으나, 기초는 동호회 자체에서도 가르치고 있다.



나는 오늘 패러글라이딩을 생각한다.

하늘에서 나는 한 마리 새가 된다

인간이 하늘을 날고 싶어 새처럼 날개가 있었으면 한다

그러나 날개를 얻기 위해서 머리로 새가 되면 어쩌나 그것이 걱정이다

패러글라이딩은 이 모든 것을 해결해 주는 인간 최고의 스포츠다

눈에 보이는 모든 것이 지상에서 보는 그 무엇과도 같은 것이 없다

아니 보지 못했던 것들이 보인다 내 마음도 보인다

하늘을 나는 사람만이 느끼는 감정이다 말로는 표현이 불가능하다

패러인은 어느 누구도 이 감정을 구체적으로 표현하지 않는다

오랜 시간 이 엄청난 감정들이 이젠 생활이 되었다

나는 행복한 사람이다 이 행복은 내가 스스로 만들었다







헌혈!

작은 사랑과 봉사의 실천



글 진영민(서울고등법원 법원보안관리대원)

텔레비전이나 신문을 보면 현명한 지혜로 위급한 생명을 살린 감동적인 이야기들이 자주 소개되고 있습니다. 그 외에도 정성이 담긴 기부, 행복했던 자원봉사 수기들도 접할 수 있는데요. 이런 소식들을 접할 때마다 세상은 따뜻하고 정이 넘쳐 마음에 훈훈함을 느낍니다.

바쁜 일상 속에서도 보람차고 뜻깊은 특별한 것을 찾으려면 쉽게 접할 수 있는 '헌혈'을 통해서 누구나 감동의 주인공이 될 수 있습니다. 귀중한 생명을 살릴 수 있고, 도움을 받은 환자는 행복한 미소를 짓게 되는 헌혈! 직접 헌혈을 체험하면서 느낀 이야기를 전해 드리려 합니다.

헌혈은 혈액의 성분 중 한 가지 이상이 부족하여 건강과 생명을 위협 받는 다른 사람을 위해, 건강한 사람이 자의의사에 따라 아무 대가 없이 자신의 혈액을 기증하는 사랑의 실천이자, 생명을 나누는 고귀한 행동이고 수혈이 필요한 환자의 생명을 구하는 유일한 수단입니다. 혈액은 아직 인공적으로 만들 수 있거나, 대체할 물질이 존재하지 않으며 채혈된 혈액은 장기간 보관이 불가능하여 적정 혈액보유량인 5일분을 유지하기 위해 헌혈자의 지속적이고 꾸준한 관심과 사랑이 필요하다고 합니다.



“헌혈은 사랑의 실천이자,
생명을 나누는
고귀한 행동입니다.”

제가 헌혈을 처음 경험했던 시기는 2003년 고등학교 3학년 때 봉사의 일환으로 적십자단체 헌혈버스에서 호기심과 약간의 두려움을 품고 시작한 것이 2012년도에 30회를 달성하고 2017년도에는 총 50회를 달성하여 대한적십자사로부터 헌혈유공장 금장을 받게 되는 영광을 얻었습니다.

호기심으로 시작했던 헌혈이지만 하면 할수록 저의 작은 실천이 도움이 필요한 많은 분들에게 전해진다는 뿌듯함을 느끼게 되고 소소하게 봉사할 수 있다는 마음가짐이 생겨나 헌혈봉사를 꾸준히 할 수 있는 원동력이 되었습니다. 또한 헌혈을 하게 되면 헌혈증이 필요한 사람들에게 증서를 기부할 수도 있으며 혈액검사 결과를 통해 건강상태를 주기적으로 체크해 볼 수 있어서 건강관리를 꾸준히 할 수 있습니다. 그리고 기념품이나 이벤트에 응모하여 당첨되는 작은 기쁨도 누릴 수 있습니다. 이렇게 헌혈이라는 작은 사랑의 실천을 통해 일상생활에 활력소가 됩니다.

헌혈에 앞서 간단히 혈액의 성분과 기능을 알아보면 혈액은 액체 성분인 혈장과 세포 성분인 혈구로 구성되어 있습니다. 혈구는 다시 적혈구, 백혈구, 혈소판으로 이루어져 있습니다. 백혈구는 몸 밖에서 들어온 세균을 잡아먹는 식균 작용을 하며, 혈소판은 출혈이 있을 때 혈액을 응고시키는 초기 반응에 관계합니다. 적혈구는 혈액 내에서 산소를 운반하는 역할을 합니다. 이때 산소는 적혈구 내에 헤모글로빈이라는 붉은 단백질과 결합하는데,

이 헤모글로빈 안에는 철(Fe)이 있습니다. 바로 이 철이 혈액을 찾아내는 데 결정적인 역할을 합니다.

간혹 헌혈이 몸에 좋지 않다고 우려하시는 분들도 있어 간단한 문답식으로 소개해 드리고자 합니다.

Q. 헌혈을 하면 몸속의 혈액이 빠져나가 건강에 해롭지 않나요?

우리 몸에 있는 혈액량은 남자의 경우 체중의 8%, 여자는 7% 정도입니다. 예를 들어 체중이 60kg인 남자의 몸 안에는 약 4,800ml의 혈액이 있고, 50kg인 여자는 3,500ml 정도의 혈액을 가지고 있습니다. 전체 혈액량의 15%는 비상시를 대비해 여유로 가지고 있는 것으로, 헌혈 후 충분한 휴식을 취하면 건강에 아무런 지장을 주지 않습니다. 신체 내·외부의 변화에 대한 조절 능력이 뛰어난 우리 몸은 헌혈 후 1~2일 정도면 일상생활에 지장이 없도록 혈관 내외의 혈액순환이 회복됩니다.



“호기심으로 시작했던 헌혈이지만
하면 할수록 저의 작은 실천이
도움이 필요한 많은 분들에게
전해진다는 뿌듯함을 느끼게 되고
소소하게 봉사할 수 있다는
마음이감이 생겨나 헌혈봉사를
꾸준히 할 수 있는
원동력이 되었습니다.”

Q. 헌혈을 하면 살이 빠진단데 다이어트에도 좋나요?

헌혈을 하면 헌혈량만큼 체외로 빠져나오는 것은 사실이지만 조직에 있던 혈액이 혈관 내로 바로 이동하여 보상하며, 이후 며칠 또는 몇 주간 음식 및 수분 섭취 등으로 원래 상태로 보충됩니다. 따라서 헌혈은 다이어트와는 무관합니다.

Q. 헌혈을 통해 유해한 질병에 걸릴 수도 있나요?

헌혈 과정은 안전합니다. 헌혈에 사용되는 모든 기구(바늘, 혈액백 등)은 무균 처리되어 있으며, 한 번 사용 후에는 모두 폐기처분하기 때문에 헌혈로 인해 에이즈 등 다른 질병에 걸릴 위험이 없습니다.

Q. 헌혈을 하면 빈혈에 걸리지 않나요?

헌혈은 자기 몸에 여유로 가지고 있는 혈액을 나눠주는 것으로 헌혈 전에 충분한 혈액이 있는지를 판단하려고 적혈구 내의 혈색소(헤모글로빈)치를 측정하기 때문에 헌혈로 빈혈에 걸리지는 않습니다. 헌혈자를 보호하기 위하여 전혈 헌혈은 연간 5회로 제한하고 있습니다.

(출처: 대한적십자사 혈액관리본부)

이처럼 적십자사에서는 헌혈이 안전하고 또한 헌혈 전 기본검사를 통해 헌혈 가능 여부를 판단한다고 하니 큰 걱정은 하지 않아도 될 것 같습니다. 그럼 헌혈은 어떻게 해야 할까요? 헌혈의 진행 과정은 이렇습니다.

먼저 주변에 있는 가까운 헌혈의집을 검색한 뒤 방문하여 다음과 같은 과정을 진행합니다.

1. 헌혈기록카드 작성

2. 헌혈 상담

신분증 확인 신분증을 확인함으로써 헌혈자는 헌혈기록 및 검사

결과를 정확히 관리할 수 있으며, 수혈자는 타인명의의 대리헌혈 및 검사 목적의 헌혈로부터 안전한 혈액을 수혈 받게 됩니다. 헌혈경력 조회 혈액정보관리시스템(BIMS)을 통해 과거 헌혈경력 과 그 검사 결과를 조회합니다.

3. 헌혈 전 검사

문진 간호사는 헌혈자가 작성한 헌혈기록카드를 확인 후 몸무게, 헤모글로빈 수치 및 혈압, 맥박, 체온을 측정합니다.

4. 헌혈(전혈, 혈장, 혈소판 중 선택)

5. 휴식 및 헌혈증서 수령

6. 헌혈혈액 검사결과서 통보

매년 가을이 지나가고 겨울이 되면 혈액수급에 비상이 걸린다고 합니다. 저출산 및 헌혈인구 감소로 인하여 헌혈자의 도움이 절실해지는 계절, 잠깐! 1초의 찡그림으로 도움이 필요한 많은 분들에게 베풀 수 있는 작은 사랑의 실천을 함께 나누어 보아요.

이상으로 헌혈에 관한 저의 이야기를 마치겠습니다.

감사합니다.



헌혈증서는 어떻게 사용할까요?

의료기관에서 수혈을 받은 환자가 진료비 계산 시 헌혈증서를 제출하면 수혈비용 중 본인이 부담해야 하는 금액 한도 내에서 진료비를 공제받을 수 있습니다. 이때 무상으로 수혈받을 수 있는 혈액량은 헌혈 1회당 혈액제제 1단위의 범위 안에서 가능합니다.

다만, 혈액관리법 시행규칙 제17조 제1항에 의하면 수혈을 받은 자가 다른 법령에 의하여 수혈비용의 일부를 지급받은 경우에는 그 금액을 제외한 금액으로 보상받을 수 있습니다. 여기서 다른 법령이라 하면 산재보험법, 국민건강보험법, 자동차보험법이 해당됩니다. 국민건강보험 입원 환자의 경우 총진료비 중 80%는 국민건강보험공단에서 부담을 하고 나머지 20%만 본인이 부담하면 되는데 이때 헌혈증서를 제시할 경우 20%를 공제받는 것입니다. 따라서 헌혈증서를 제출할 경우 수혈료에 있어서는 전액을 공제받는 것과 같습니다. 덧붙여 다른 법령에 의해 보상받지 못한 일반 수혈자의 경우에는 수혈료 100% 전액을 보상받을 수 있습니다.

‘푸르미 지역아동센터’ 대법원 견학

“법원에서 새로운 꿈을 찾았어요!”



봄 새싹처럼 생기 넘치는 미소의 학생들이 우르르 대법원을 들어온다. 두 손 가득 교재를 들고 호기심 가득한 두 눈으로 두리번거리는 아이들, ‘푸르미 지역아동센터’ 학생들이다. TV나 인터넷에서만 보던 대법원을 견학 하며 알찬 하루를 보낸 이들과 <법원사람들>이 함께했다.

취재 윤지예 | 사진 김인규



2월 21일 오후, 법원전시관 앞에 학생들이 도착했다. 서울 구로구 소재의 '푸르미 지역아동센터' 21명 학생과 인솔교사가 대법원에 견학을 온 것이다. 푸르미 지역아동센터는 '푸른 꿈을 꾸는 어린이의 터전'이라는 뜻을 가진 이름답게 지역사회 저소득, 다문화, 한부모 가정 아동을 미래의 지도자로 양성하기 위해 학습·생활·문화 등을 교육하는 기관이다. 이번 견학에는 초등학교 저학년부터 고학년까지 다양한 학년의 학생들이 참석했다.

학생들은 '법원이 궁금해요?!' 교재를 들고 법원전시관 관람을 시작했다. 먼저 법을 뜻하는 한자 '法'의 획 구성을 통해 '법'이라는 단어에 깃든 투명성과 정의 실현의 가치를 배웠다. 그리고 우리나라 정의의 여신상 사진을 보며 저울과 법전은 무슨 의미인지, 우리나라 정의의 여신상이 다른 나라의 정의의 여신상과 어떻게 다른지를 들으며 흥미로워 했다.

'법과 법원실'에 들어선 학생들은 법정모형을 보며 법원전시관 안내자의 설명을 들었다. 법원전시관 안내자가 '실제로 민사재판과 형사재판 중 뭐가 더 많을까요?'라고 묻자 학생들은 손을 번쩍 들며 적극적인 모습을 보였다. 또한 법복의 역사에 관한 설명에서도 학생들의 시선이 집중되었다. 법원전시관 안내자는 열심히 듣는 학생들의 모습을 칭찬하고 법조인이 되기 위한 과정을 설명하며 전시관 관람을 마무리했다.

2층 대법정으로 자리를 옮긴 학생들은 견학담당 실무관의 질문에 신이 난 듯 대답했다. 또 역대 대법원장의 사진을 구경하며 카메라로 사진을 찍기도 했다. 단채기념 촬영 후 대법정에 관한 설명을 들은 학생들은 모의재판에 참석하기 위해 법정체험실로 향했다.

견학담당 실무관이 법정체험실에서 간단히 재판을 설명하는 동영상 보여준 뒤 모의재판의 역할을 할 학생들을 불러 모았다. 판사, 검사, 피고인 등 역할을 정하고 판사와 검사 역할을 맡은 학생들은 법복으로 갈아입기도 했다. '누가 내 도시락 먹었어!'라는 재미있는 사례로 시작된 모의재판에서 학생들은 모니터에 있는 대본을 읽으며 재판에 참여했다.

견학을 마치고 학생들에게 소감을 묻자, "대법원에 와서 견학을 하니 앞으로 나쁜 행동을 하지 않아야겠다고 생각했고, 재판장이 되기로 결심했다"라며 한 학생이 먼저 운을 뗐다. 그러자 옆에서 "재판이 우리 생활에 중요하다는 것을 깨달았고, 판사로 모의재판에 참여해 무척 즐거웠다"라고 거들며 견학의 소감을 전했다. "대법원에 처음 와서 조금 무섭다고 생각했는데 막상 들어와 보니 별로 무섭지 않았다"라고 소감을 밝힌 한 학생은 "모의재판을 보는 것이 제일 재밌었다"고 말하기도 했다.

이날 인솔교사는 "아이들이 평소 뉴스를 보면서 궁금했을 부분을 배우게 되어, 아이들에게 상당히 좋은 기회라고 생각했다"며 "모의재판 등 체험도 할 수 있어 더 만족스러웠다"고 소감을 밝혔다. 📷



듣기 좋은 소리를 위한 고민 목소리와 발음



뉴스 보도를 전하는 아나운서의 목소리는 듣는 이에게 신뢰감을 준다. 명료하면서도 푹 부러지는 말투는 타고난 목소리 때문만은 아닐 것이다. 신뢰감 주는 목소리는 어떻게 다듬어지며 목소리의 이미지를 만드는 요소와 방법은 무엇인지 알아본다.

글 강성곤(KBS아나운서실 방송위원)

좋은 목소리란 무엇인가

2012년 미국 노스이스턴 주립대학 연구팀은 흥미로운 실험을 진행한다. 대학생들을 대상으로 뉴욕타임스 신문 기사를 소리 내어 읽는 사람들의 영상을 3분 동안 보여주고 누가 푹푹하고 능력 있는지 가늠해보라고 주문했다. 참가자들의 90% 이상이 정답을 맞혔는데, 판별 기준은 좋은 목소리와 적은 오독(誤讀)으로 나타난 것이다.

이쯤 되면 우선 이런 생각에 다다르게 된다. “좋은 목소리를 가지려면 어떡해야 하나?” 맑고 낭랑한 목소리는 우선 눈에 띄며 청송을 듣는 일이 잦다. 그러

나 따뜻하고 정겨운 분위기와는 거리가 있다. 악기로 따지면, 짹짹 울리는 바이올린 소리와 오보에의 깨끗한 음향은 정신을 일깨우지만 듣직한 첼로의 움직임과 플루트의 온유함은 우리를 편안하게 만드는 미덕이 있지 않은가.

아나운서도 그렇다. 기름지고 매끈한 음색은 라디오 뉴스나 스포츠 중계에 제격이다. 혼잡하고 시끄러운 차 안에서 특히 그 위력은 빛을 발한다. 그러나 토크 쇼나 인터뷰 프로그램에서는 부담스럽게 일쑤다. 외려 그저 평범하고 수수한 음색의 아나운서가 진행해야 맛이 더 나는 법이다. 그러니까 목소리의 관건은

음색이 아니라는 것이다. 좋은 목소리를 좌우하는 요소는 다름 아닌 발음이라는 생각이다.

모임에 가면 보통 구석 자리에서 가만히 있는 편이지만, 인사를 나누거나 대화에 어쩔 수 없이 끼게 되는 경우가 있다. 직업이 아나운서라고 하면, 상대의 반응은 “어쩐지 목소리가 좋으시다 했더니만 그러시군요.” 대개 그 어름이다. 그러나 목소리가 좋은 게 아니라 발음이 비교적 정확하고 명료한 편이라고 해야 이 33년 차 아나운서를 향한 열추 걸맞은 평가일 것이다. 여기가 바로 중요하고 흥미로운 지점인데, 그러니까 보통 사람들은 차지고 웅골찬 발음을 지닌 상대를 쉬 멍뚱그러 좋은 목소리의 소유자로 인식한다는 것이다. 결국, 타고난 목소리를 갖고 어떻게 해야 좋은 목소리로 만들지 고민할 것이 아니라 발음을 다듬고 버리는 노력을 꾸준히 하는 것이 보다 현실적이고 더 윗길이란 말이다.

좋은 발음의 첫걸음, 모음의 정확한 음가 내기

한국어는 단모음 10개와 이중모음 11개, 총 21개의 다양한 모음으로 이루어져 있다. 이걸 제대로만 소리 내도 근사한 발음의 종결자로 대우받을 것이다. 모음을 구사하면서 자신의 입 안의 공간의 폭이 넓혀졌다 좁혀졌다 하는 것을 많이 느낄수록 성공적이라고 말할 수 있다. 그런데 음가를 온전히 냈다고 해서 끝나는 게 아니라 정제되고 가다듬은 소리가 필요한데, 바로 조용한 지적(知的) 야망이 게재되는 대목이다. 이지적인 사람은 자신의 목소리와 발음에 민감하다. 이들은 자신의 목소리가 일부러 꾸민 상태가 아닌 바로 그 직전, 다시 말해 딱 적절하게 매력적인 정도의 임계점까지 곰비임비 연습해온 부류라고 할 수 있다. 수업 시간의 책임기서부터 문학의 밤에서의 시 낭송, 가곡을 부를 때의 노랫말 전달까

지 다른 사람들이 별 관심을 안 갖는 분야에도 열과 성을 쏟아온 사람들인 것이다. 금속의 제련 과정처럼 목소리의 불순물을 제거하고 올곧은 발음의 강도와 순도를 높이는 과정을 체화한 덕분이다.

마무리로, 반듯한 정통 아나운서라면 반드시 탑재되어 있는 필살기를 공개하고자 한다. 사실 우리 모두가 소싯적에 다 배운 것인데 허투루 여기고 흘대했다. 그 가치를 못 알아본 탓이다. ‘뱀’과 ‘뱀’, ‘눈’과 ‘눈’, ‘말’과 ‘말’은 어떻게 구별되었던가? 주저 없이 먹는 ‘뱀’, 어두운 ‘뱀’, 보는 ‘눈’, 내리는 ‘눈’, 타는 ‘말’, 입으로 하는 ‘말’은 또 어떠한가? 구미어(歐美語)가 악센트와 인토네이션(Intonation; 억양)이 발달해 있다면 한국어는 음의 길이, 즉 장단음(長短音)이 리듬감과 전달력을 살린다. 표준발음의 영역은 자음과 모음, 음의 길이, 받침의 발음, 음의 동화, 경음화, 음의 첨가에 관한 것으로 나뉘는데, 이 중 한국어의 아름다움과 가장 깊은 관련성을 갖는 부분은 음의 길이이다. 즉 개별 단어의 장단음을 제대로 살려야 텍스트에 기전(氣轉)을 일으키면서 자연스러운 호흡과 리듬이 장치(裝置)된다고 볼 수 있다.

음의 장단에 따라 뜻이 달라지는 우리말

낮:다(快, 治)/낮다(低)
달:다(熱)/달다(甘, 揭)
묻:다(問)/묻다(埋)
붙:다(加, 張)/붓:다(腫, 播, 膨)/붙다(付)
잇:다(結, 繼, 統, 繫)/잇다(有)

우리 고유어 용언(用言)들의 장단에 따른 의미 구분 예들이다. 이걸 모르거나 무시하면 뜻이 혼란스러워



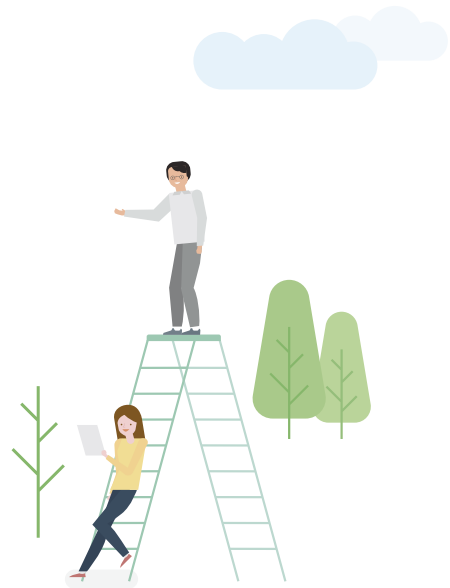
질뿐더러 읽기와 말하기가 건조하고 강박해진다.

방화(防火)/방:화(放火) 사의(辭意)/사:의(謝意)
 이사(移徙)/이:사(理事) 사정(司正)/사:정(事情)
 시사(時事)/시:사(示唆) 비행(飛行)/비:행(非行)
 배출(排出)/배:출(輩出) 대지(垓地)/대:지(大地)

위에서 보듯 한자어 체언도 마찬가지다. 장단에 따라 뜻이 심지어 반대로 되는 경우도 허다하다. 더 오묘하고 매력적인 대목이 있다. 바로 장고모음(長高母音) 셋의 존재감이다. ‘ㄴ:’와 ‘ㄷ:’와 ‘ㄹ:’, 이 세 모음은 혀와 입 모양이 달라지면서 독자성을 띠는 것이다. 이 모음들은 혀의 조음(調音) 위치가 올라가고 (그래서 ‘고모음’이다), 자연스레 입은 아래턱이 약간 앞으로 나가면서 위쪽으로 모아지게 된다. 아래의 예들이다.

없:다(無)/절:다(少)/걸:다(步)/덥:다(暑)/멀:다(遠)/
 벌:다(得)/열:다(開)/원:하다/헌:법(憲法)/
 건:강(健康)/검:찰(檢察)/범:인(犯人)/선:택(選擇)/
 전:기(電氣)/경:쟁(競爭)/명:령(命令)/
 변:화(變化)/영:원(永遠)/여:론(與論)/여:당(與黨)/
 견:지(見地)/원:망(怨望)/권:장(勸獎) 등

재미를 붙여 자꾸 찾고 익히면 가능하다. 무엇보다 외워야 할 것, 지켜야 할 것이라는 강박과 구속이 아니라 내 읽기와 말하기를 업그레이드 시켜주는 강력하고 고마운 툴(tool) 내지는 스킬(skill)로 인식하면 좋을 것이다. 베토벤, 모차르트의 빼어난 음악이 악보 속에만 잠자고 있다면 헛일이듯 최고의 우리 유산 한글이 정확하고 아름다운 한국어로 구현(具顯)되지 못하면 불행한 일 아니겠는가. 🇰🇷



상속포기의 효력발생시기 사건

상속포기 신고 후 심판이 고지되기 전에 상속재산을 처분하였다면 상속을 단순승인한 것일까?

글 편집부

Q 피상속인 A가 사망하자 상속인 B는 가정법원에 A의 재산상속을 포기하는 내용의 상속포기 신고를 하였습니다. 그러나 법원이 그 신고를 수리하는 심판을 하기 전 B는 A가 생전에 소유하던 자동차를 팔았습니다. 그 이후 법원은 위 신고를 수리하는 심판을 하였습니다. A의 채권자 C는 B가 자동차를 판 것은 법정단순승인의 사유에 해당한다고 주장하였습니다. 상속포기는 언제 된 것일까요? B가 자동차를 팔기 전일까 판 이후일까요?

A 민법은 피상속인이 사망하여 상속이 개시되면 피상속인의 일신에 전속하는 것을 제외하고 재산에 관한 포괄적 권리의무를 승계하는 것으로 정하는데 이를 법정취득 또는 당연취득의 원칙이라고 합니다(제1005조). 하지만 이러한 원칙도 상속인의 자기결정원칙 내지 사적자치원칙을 바꿀 수는 없으므로 민법은 상속인에게 상속개시있음을 안 날로부터 3월 내에 단순승인이나 한정승인 또는 포기할 기회를 부여하고 있습니다(제1019조 이하).

한편 상속의 한정승인이나 포기는 가정법원에 한정승인이나 포기의 신고를 하여야 합니다(제1030조, 제1041조). 이에 대하여 대법원은 상속으로 인한 법률관계가 확일적으로 처리되도록 함으로써 제3자의 신뢰를 보호하고 법적 안정성을 도모하기 위하여 상속의 한정승인이나 포기는 상속인의 의사표시만으로 효력이 발생하는 것이 아니라 가정법원에 신고를 하여 가정법원의 심판을 받아야 하며, 심판은 당사자가 이를 고지받음으로써 효력이 발생한다고 보았습니다(대법원 2016. 12. 29. 선고 2013다73520 판결).

이어서 대법원은 위와 같은 사례에서, 상속인이 가정법원에 상속포기의 신고를 하였더라도 이를 수리하는 가정법원의 심판이 고지되기 이전에 상속재산을 처분하였다면, 이는 상속포기의 효력 발생 전에 처분행위를 한 것이므로 민법 제1026조 제1호에 따라 상속의 단순승인을 한 것으로 보아야 한다고 판시하였습니다.

상속의 한정승인이나 포기의 신고를 하였더라도 반드시 이를 수리하는 가정법원의 심판이 고지되기를 기다려야 하고 그렇지 않을 경우 원래 의도와 다른 결과가 발생할 수 있으므로 주의하여야 하겠습니다. ☞



박경목

서울동부지방법원
법원보안관리대원



아기 돌보기가 가장 쉬웠어요?!

독방육아 18개월 쌍둥이 임무 완수한 육아의 달인



이번 호 스타일링룸의 주인공은 자타공인 슈퍼대디 서울동부지방법원의 박경목 법원보안관리대원. 법원 내 안전과 질서유지를 담당하는 법원보안관리대 소속으로 상남자 스타일의 체격과 달리 18개월의 어린 쌍둥이 딸들을 혼자 돌보며 딸들의 갈래머리도 능수능란하게 땀 줄 아는 육아의 달인이다.

취재 한경희 | 사진 김인규

법원에서 근무하신지는 얼마나 되셨나요?

2014년 7월에 광주지방법원 순천지원으로 첫 발령을 받았습니다. 그곳에서 3년 6개월을 근무하고 2018년 1월 1일자로 서울동부지방법원으로 발령 받아 현재 법원보안관리대원으로 근무하고 있습니다. 순천지원에서 근무할 때는 서무를 3년간 맡으면서 주 5일의 법정근무와 청사근무를 순환적으로 하였는데 그곳 직원들과 정도 많이 들었습니다. 전국 지원 중에서도 규모가 큰 편이지만 분위기가 가족적이고 직원들끼리 끈끈한 유대감이 있었지요.

업무 외에 주로 어떤 활동을 하시나요?

운동을 워낙 좋아해서 테니스, 탁구, 야구, 축구 등 각종 동호회 활동을 하고 있습니다. 순천에 있을 때부터 테니스에 빠졌죠. 초등학교 때 탁구선수 생활을 2년 정도 했기 때문에 첫 발령지에서 직원들





과 빨리 사귀고 운동도 할 겸 탁구장에 갔는데 거긴 사람이 별로 없고 창밖으로 내다보니 테니스코트에 많이 계시더라고요. 저도 그때부터 테니스를 배우면서 테니스의 매력에 빠졌습니다.

운동을 매우 즐기시는 것 같아요. 테니스를 가장 좋아하시나요?

네, 그렇습니다. 나름대로 여러 운동을 좀 해봤는데 테니스는 생각대로 실력이 팍팍 늘지 않아 어렵고 그래서 더 매력 있는 것 같아요. 저뿐만 아니라 회사 동료들도 테니스를 좋아하는 사람들이 많아요. 얼마 전 정현 선수가 4강에 올라갔다고 테니스 동호회에서 전직원에게 떡을 돌렸더라고요. 정현 선수와 관계된 사람이 있긴 것도 아닌데 말이죠. 다들 테니스의 매력에 푹 빠진 거죠.

쌍둥이 육아를 혼자 담당하셨다고요. 언제부터였나요?

순천으로 첫 발령을 받았던 해에 결혼을 했고 2개월 만에 아이를 갖게 됐습니다. 아내도 저와 같은 법원보안관리대원인데 결혼과 임신, 출산이 연이어 이뤄지면서 휴직이 길어졌어요. 결혼 전부터 다니던 대학원도 마지막 학기만 남았는데 결혼을 준비하면서 마무리

하지 못했어요. 공부도 그렇고, 휴직도 너무 길어지면 복귀 후 적응이 힘들 것 같아서 제가 아이를 돌보겠다고 하고 독박 육아를 자처했죠.

회사 다니시면서 혼자 아기 돌보기 어렵지 않으셨나요?

집과 어린이집, 법원이 모두 근거리에 있어서 크게 어려움은 없었어요. 어린이집 종일반은 저녁 7시 반까지는 아이를 맡겨놔야 하기 때문에 아침에 밥 먹여서 어린이집 데려다주고 법원으로 와 근무하다가 퇴근 후 테니스 한 게임을 치고 샤워하고 어린이집에 가면 시간이 맞았어요. 저는 다른 것보다 딸들 머리 묶어주는 게 어렵더라고요. 아내가 복귀하기 일주일 전부터 딸들 머리 묶는 법을 전수해줬는데 이제는 머리를 묶는 것뿐만 아니라 땀아줄 수 있을 정도로 아주 완벽하게 마스터했습니다.

쌍둥이라 육아에 더 많은 노하우가 필요했을 것 같아요.

아무래도 그런 건 있었죠. 밥 먹일 때도 양쪽을 번갈아 가면서 한 명씩 떠먹이다 보면 한 시간은 걸려요. 목욕시킬 때도 한 명은 휴대 폰으로 영상을 틀어 놓고 다른 한 명을 후다닥 씻긴 후 닦이고 로션 바르고 옷까지 입힌 후 휴대폰을 씻긴 딸에게 보여주고 다른 한 명을 또 씻기는 식으로 대처했어요. 휴대폰 보여주는 게 좋진 않지만 어쩔 수 없더라고요. 아이가 아플 때도 한 명씩 데리고 병원에 갔어요. 아이들이 개구쟁이라 두 명을 한꺼번에 데려가면 병원에서 흩어져서 통제가 안 되거든요. 10개월이 어떻게 갔는지 모르겠네요.

아내와는 결혼 전 어떻게 만나셨나요?

대학에서 만난 캠퍼스 커플이에요. 제가 조교였고 아내는 학과 학생이었습니다. 수시로 학과 사무실로 불렸어요. 다른 마음이 있었던 것은 아니고요.(웃음) 잘 따랐고, 같이 밥도 먹게 되고, 친구들과 같이 스키장도 가고, 놀러 다니면서 정이 들었어요. 그렇게 6년을 연애했다가 결혼하게 됐습니다. 저희집이나 처가 모두 쌍둥이 내력이 없는데 자연임신으로 쌍둥이를 얻게 돼 신기했어요. 막연히 쌍

“테니스는 생각대로 실력이 팍팍
늘지 않아 어렵고
그래서 더 매력 있는 것 같아요.
저뿐만 아니라
회사 동료들도 테니스를
좋아하는 사람들이 많아요.”





“평소 <법원사람들>을 꾸준히 보는데 남편의 이야기를 듣고 싶더라고요. 개구쟁이인 쌍둥이 두 딸을 혼자서 돌보는 일이 쉽지는 않았을 거예요. 이번 스타일링룸 참여로 멋진 모습 간직할 수 있게 해주고 싶었고 고향에 계신 부모님도 반가워하실 것 같아서 제가 신청했어요.”

등이면 좋겠다고 바랐는데 정말 쌍둥이를 얻었네요.

스타일링룸에는 어떻게 참여하게 되셨나요?

저는 패션에 크게 관심이 없고 평소 편한 트레이닝복을 주로 입는데 이번 스타일링룸에 아내가 신청했더라고요. 저는 주로 원색 계열을 좋아하고 상표나 캐릭터가 옷에 큼직하게 붙은 걸 좋아하는데 아내는 반대예요. 제 스타일이 마음에 안 들었던 걸까요? (웃음)

(아내의 답변) 안녕하세요. 저는 서울행정법원에 근무 중인 장은영 법원보안관리대원입니다. 10개월 동안 아이들을 돌보느라 많이 힘들었을 남편의 이야기를 어딘가에 남기고 싶었어요. 평소 <법원사람들>을 꾸준히 보는데 남편의 이야기를 듣고 싶더라고요. 개구쟁이인 쌍둥이 두 딸을 혼자서 돌보는 일이 쉽지는 않았을 거예요. 이번 스타일링룸 참여로 멋진 모습 간직할 수 있게 해주고 싶었고 고향에 계신 부모님도 반가워하실 것 같아서 제가 신청했어요.

남편에게 고마운 마음이 크신데 격려를 해주신다면?

(아내의 답변) 아이들이 아파하고 지낸 세월이 있어서 아빠를 먼저 찾아요. 자다가도 아빠가 없으면 거실로 나가 울곤 해요. 화상 통화를 해도 아빠 얼굴이 안 보이면 “아빠, 아니야” 하면서 울고요. 아이한테 잘 하고 처가에도 잘 하는 모습이 좋아요. 저한테는 부족하지만요. (웃음) 이번 3월에 남편 혼자 일본 여행 보내주려고 준비했어요. 그동안 고생했으니 혼자 여유롭게 힐링하고 오라고요.



가족여행도 자주 다니시던데 올해도 또 계획이 있으신가요?

아내와 저는 여행을 좋아하는 편이에요. 결혼 전부터 자주 놀러 다녔고 결혼 후에도 국내외로 1년에 한두 번씩은 꼭 다닌 것 같아요. 올해에도 가까운 오키나와로 가족여행을 가려고 준비하고 있어요. 아내가 여행 계획을 짜고 예약도 다 하니깐 저는 그냥 따라다니면 됩니다. (웃음)

주말부부로 지내시다가 가족이 다 함께 살게 돼 좋으시죠?

저는 순천에서 혼자 사는 것도 좋던데요. (웃음) 지금은 직장도 집이 서로 떨어져 출퇴근에 시간이 많이 걸려요. 직장 근처로 집을 얻어서 3월쯤엔 이사할 생각이예요. 아내도 지난해 교생실습과 논문까지 마무리해서 대학원 과정을 마쳤어요. 아이들이 엄마와 떨어져 지내서 안타까웠는데 이제 모든 게 안정적으로 정리될 것 같아요.

(아내의 답변) 제가 대학원을 무사히 졸업할 수 있도록 가족들의 희생이 있었어요. 특히 쌍둥이들 7개월 때 제가 한 달 동안 교생실습을 나갔는데 그때 시어머니가 순천에 오셔서 아이들을 돌봐주셨거든요. 복직과 대학원 졸업 등을 순조롭게 진행하고 지금의 편안한 상황을 맞게 된 것은 가족들의 뒷받침이 없었다면 힘든 일이었죠. 이 자리를 빌려 감사의 마음 전하고 싶습니다. 가족 모두 건강했으면 좋겠고 올해는 아이들과도 못다 한 좋은 시간 많이 보내고 싶네요. 📺

스타일링
Tip

패션스타일 포인트

**상체가 발달한 체형은
싱글버튼 자켓이 좋아요!**

평소 운동을 많이 하셔서 상체가 크고 발달된 체형이라 밝은 계열의 색상보다는 진한 남색과 자켓으로 슬림해 보이면서 깔끔한 느낌을 주었습니다. 캐주얼룩은 마름모 무늬 니트조끼와 면바지로 편안하면서도 귀엽고 밝게 연출하였습니다. 스포츠룩은 후드 티셔츠와 배기 트레이닝복으로 활동적이면서 운동이나 산책하실 때도 편하게 입으실 수 있게 스타일을 제안해드렸습니다.

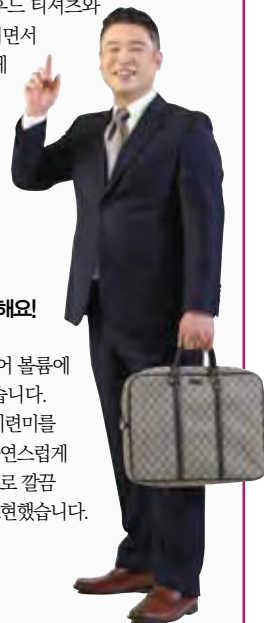
_권연화 스타일리스트

메이크업 포인트

스포츠룩은 피부 커버가 중요해요!

정장은 가벼워 보이지 않게 헤어 볼륨에 신경 써서 올린머리로 연출했습니다. 캐주얼에는 앞쪽 머리를 올려 세련미를 더했고 스포츠룩에서 헤어는 자연스럽게 연출하고 피부 커버를 중점적으로 깔끔하면서도 스포티한 느낌으로 표현했습니다.

_이해리 뷰티아티스트





나는 '여성 셰프'가 아닌
'중식 전문 셰프'입니다

중식 전문 *chef*
정지선



활활 타오르는 불 앞에 커다란 무쇠 프라이팬 손잡이를 한 손으로 휘휘 흔드는 모습, 중식은 그간 남성 셰프 위주의 영역으로 간주되어 왔다. 힘들고 거친 중식계에서 여성 셰프는 버티기 힘들 거라는 생각은 셰프 정지선 앞에서 무색하다. 경력 17년 차 중식 전문 셰프, 정지선 셰프를 만났다.

취재 하은(자유기고가) | 사진 김인규



세계중국요리연합회 청도한중일대회에서 특금상을 수상했다.

언제부턴가 ‘쿡방(요리 방송)’이 방송계에 대세로 떠오르며 ‘요리사’로 불리던 ‘셰프’도 인기 직종으로 부상하였다. 각종 쿡방에 등장해 연예인 못지않은 인기를 누리는 ‘스타 셰프’도 많이 생겼다. 그런데 방송에 등장하는 셰프는 대부분 남성들이다. 원래 ‘요리’는 여성의 영역으로 여겨지는데, 직업인으로는 남성 셰프가 많은 것이 아이러니하다. 이런 가운데, 최근에 눈에 띄는 여성 셰프, 그것도 중식을 전문으로 하는 이가 등장해 주목받고 있다. 17년 경력의 중식 전문 요리사, 정지선 씨가 그 주인공이다.

이연복 셰프가 인정한 보기 드문 실력파

중식 전문 셰프라고 하니, 무척 큰 체격을 예상했지만 막상 만나본 정지선 셰프는 평범한 체격에, 면모는 지극히 여성스러운 모습이다. 그는 요리에 입문하던 시절의 이야기로 말문을 열었다.

“고등학생 때 취업을 고민하다가 우연히 뷔페식당에서 아르바이트를 했는데 요리를 배우는 게 정말 재미있더라고요. 그 때 요리학원 다니면서 한식, 양식 조리사 자격증을 취득했어요. 졸업 후 정식으로 그 뷔페식당에 취업했는데, 막상 주방에서 일하니 생각보다 너무 힘들었어요. 그래서 할까 말까 고민도 많이 했죠. 하지만 사회생활은 다 힘들지 않겠느냐, 내가 가장 흥미 있어 하는 요리를 제대로 배워야겠다고 생각해 해전대 호텔조리학과에 진학했어요.”

중식계의 대부라 불리는 이연복 셰프는 “요리 분야에서도 중식은 여성들이 버티기 힘들어 여성 셰프가 매우 드문데, 정지선 셰프는 그 선을 넘어설 정도로 보기 드문 실력파”라고 말하





“맨땅에 헤딩하듯 언어와
싸우고 낯선 환경에 적응하며
중국 요리를 맛보고 배우고 경험한 후
3년 만에 한국으로 돌아왔습니다.”



며 그의 강단과 실력을 인정하기도 했다. 그런데 한식, 양식, 일식도 있는데, 남자들도 힘들다는 중식 요리를 하게 된 계기가 궁금했다.

“혜전대 야간반에 다니면서 우연히 중식당에 취업했어요. 그때 불을 다스리는 중식 요리의 화려한 세계에 눈을 떴어요. 내 진로는 이제부터 중식이다 생각했지요. 이후 현지에서 중식 요리를 제대로 배워야겠다고 결심하고 졸업식 끝나고 바로 중국행 비행기를 탔죠. 맨땅에 헤딩하듯 언어와 싸우고 낯선 환경에 적응하며 중국 요리를 맛보고 배우고 경험한 후 3년 만에 한국으로 돌아왔습니다. 3년간의 중국 유학생 생활은 정말 소중한 시간이었어요.”

힘이 아닌 끈기와 노력으로 만들어간 실력

어느새 중식 셰프로 17년 하루하루 전쟁터와도 같은 주방에서 불과 씨름하고 여성 셰프라는 편견을 극복하며 수없이 자기 자신과 싸워온 세월이었다. 주방에는 활활 타는 불, 뜨거운 기름, 펄펄 끓는 물, 날카로운 칼 등 곳곳이 위험 요소로 포위돼 있다. 조금만 한 눈 팔거나 실수하면 큰 사고로 이어진다. 그래서 어느 곳보다 안전사고에 대한 경각심을 가져야 하며, 한마디로 정신 바짝 차려야 한다. 예전에 한 호텔 중식당에서 일할 때, 그는 실수로 면 뽑는 기계에 손가락 한 개가 말려들어가며 큰 부상을 입었다. 하마터면 절단될 뻔한 위급 상황이었지만 그는 자신의 아픔보다, 사고가 알려져 혹여 후배들이 요리를 두려워 할까 봐 그게 더 신경 쓰였다. 당시 수십 바늘을 꿰맨 손가락을 내보이며, “지금은 자국이 많이 희미해졌다.”라고 털털하게 웃는다.

“특히 요리 분야에서 ‘나는 여자야’라는 느낌을 가지면 일을 못합니다. 어떤 일이든 남녀의 차이가 아니라, 자기와의 싸움만 있을 뿐이죠. 물론 체력에서는 남자가 우세하지만 대개 섬세함과 감각적인 면은 여성이 유리하죠. 이는 남자, 여자의 문제가 아니라, 어느 분야에서 누가 강한 의지와 열정, 끈기로 최선을 다하느냐가 중요한 것이죠.”

당당하고 열정적인 후배 여성 셰프들 기대

인기 쿡방인 ‘냉장고를 부탁해’ 등 정지선 셰프는 요즘 방송에 간간히 출연하며 중식 셰프로 주목받고 있다. 그는 “방송 출연 후, 학생들이 이것저것 질문하는데 중식 요리에 관심을 갖는 이들이 많아져 요리사로서 보람을 느낀다.”라고 말했다. 그는 ‘차이나는 요리’라는 요리책을 발간하였고 최근에는 ‘딤섬의 여왕’이라는 딤섬을 쉽고 간단하게 만드는 요리책을 두 권째 발간하였다. 딤섬 전문 요리책은 그가 처음 펴냈다. 마지막으로 그는 자신만의 중식 요리 비법 한 가지를 들려주었다.

“중식은 소스 배합에 따라 맛을 다양하게 즐길 수 있어요. 저는 원재료의 맛은 그대로 살리면서 여기에 맞는 소스를 배합해 나



대만요리대회 후 기념컷을 촬영한 정지선 셰프.

만의 소스를 만드는 것을 좋아합니다. 이 소스는 한 순갈 넣을 때와 반 순갈 넣을 때 맛이 어떻게 다른지, 배합을 해가면서 최적의 소스를 만들면 더 맛있는 중식 요리를 만들어낼 수 있습니다.”

“앞으로 당당하게 자신의 일을 사랑하는 여성 셰프가 많이 나왔으면 좋겠다.”는 정지선 셰프. 남들이 가지 않는 길을, 자신의 길로 만들며 묵묵히 나아가는 그의 독심과 열정에 박수를 보낸다. 🍀



추위 끝난 봄, 더 피곤한 이유

춘곤증



혹독한 겨울이 지나고 바야흐로 봄이 왔다. 생동감을 느껴야 할 봄이지만 충분히 자도 졸음이 쏟아지고 식욕이 떨어지며 몸이 나른하다면 춘곤증을 의심해봐야 한다. '노곤한 증상'이라고 풀이되는 '춘곤증', 증상이 있다면 원인도 있는 법, 춘곤증이 일어나는 원인과 예방법을 알아본다.

글 이무일(마디케어한의원 원장)

춘곤증은 왜 느끼는 걸까?

춘곤증은 다양한 원인에 의해 증상이 나타나는데 가장 큰 이유는 계절이 바뀌면서 생체리듬이 변하기 때문이다. 특히 밤의 길이가 짧아지고 낮의 길이가 길어지면서 수면 시간이 줄어들고 겨울철보다 야외 활동이 늘어나고 기온이 올라가면서 우리 몸의 피부 온도도 올라가면서 혈액 순환의 양이 늘어나게 된다. 또한 신진대사가 활발해지면서 비타민 B1을 비롯한 각종 비타민, 무기질 등 영양소의 필요량이 증가하는데 비타민의 상대적 결핍에 의해서 이러한 증상이 나타날 수 있다.

춘곤증의 증상은 사람마다 다양하게 나타나는데 대표적인 증상은 나른한 피로감, 졸음, 식욕부진, 소화불량, 현기증 등이다. 때로는 두통, 눈의 피로감, 불면증 등이 나타나기도 한다. 특히 겨우내 운동부족이나 피로가 누적된 사람, 스트레스를 많이 받는 사람에겐

더 심하게 나타난다.

춘곤증을 예방하려면?

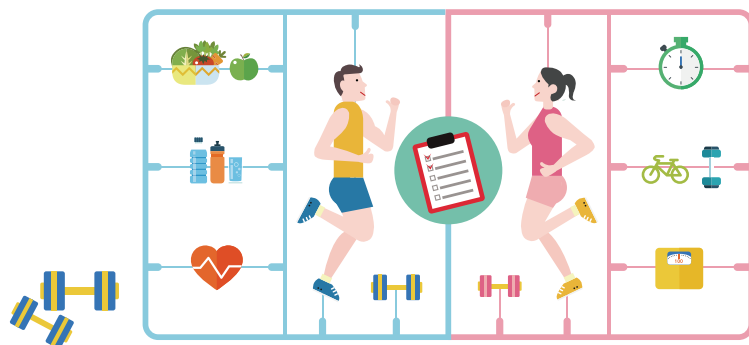
춘곤증은 일종의 생리적 불균형으로 2~3주간의 적응기간이 지나면 보통 호전된다. 춘곤증에서 벗어나기 위해서는 다음 몇 가지 규칙적인 생활습관이 중요하다.

첫째, 가볍게 운동을 하면 도움이 된다.

아침에 일어나 가볍게 조깅을 하거나 맨손 체조를 하고 직장 내에서도 2~3시간마다 스트레칭으로 긴장된 근육을 풀어준다. 점심 식사 후에는 실내에 있지 말고 밖에 나가 가벼운 산책을 하는 것도 좋은 방법이다. 특히 평상시 운동을 하던 사람이 겨울철에 운동을 쉬었다면 다시 운동을 규칙적으로 시작하는 것이 좋다.

둘째, 식습관이 중요하다.

춘곤증은 비타민 B1이 부족해 생기는 경우가 많다. 봄이 되어 활동량이 늘어 단백질,



비타민, 무기질 등 각종 영양소의 필요량이 증가하는데, 겨우내 이를 충분히 섭취하지 못함으로써 영양상의 불균형이 춘곤증으로 나타난다. 특히 봄철에는 신진대사 기능이 왕성해지면서 비타민 소모량이 3~5배 증가하므로 비타민 섭취가 매우 중요하다.

이를 위해 비타민 B1이 충분한 콩, 보리, 팥 등 잡곡을 섞어 먹는 것이 좋다. 현미는 흰쌀에 비해 칼로리가 높고 단백질과 지방이 많이 들어 있으며, 칼슘과 비타민 B를 두 배 이상 함유하고 있다.

신선한 산나물이나 들나물을 많이 먹어 비타민 C와 무기질을 충분히 보충해 주어야 한다. 특히 아침식사를 거르지 않도록 해야 한다. 아침을 거르면 점심을 많이 먹게 되어 '식곤증'까지 겹치게 된다. 아침에는 생선, 콩류, 두부 등으로 간단하게 먹어 점심식사의 영양과 양을 분산해주고, 저녁에는 잡곡밥, 고단백질과 봄나물 등의 채소, 신선한 과일로 원기를 회복시켜 주어야 한다.

또 하나 영양성분의 섭취가 충분한데도 피곤하다면 식사량이 많아서 소화시키는데 필요 이상으로 많은 에너지를 소모해서 일 수

도 있다. 평소 식사량의 70% 정도만 섭취하는 노력을 해보라. 또한 빨리 혈당을 올리는 쌀밥, 밀가루, 과한 당분의 섭취를 줄이는 것도 도움이 된다.

셋째, 무리하지 않는 생활 습관을 갖자.

밤잠을 제대로 못 잤다면 낮에 20분 정도 낮잠을 자면 증상 개선에 도움이 될 수 있다. 주중에 쌓인 피로를 풀겠다고 휴일에 잠만 자면 오히려 다음날 더 심한 피로를 느낄 수 있으므로 주의하여야 한다. 특히 졸음이 오고 멍한 느낌이 온다고 커피를 과용하면 오히려 피곤이 가중되므로 주의해야 한다. 또한 과음을 하는 경우 다음날 증상을 심하게 느낄 수 있으므로 과음을 피하는 것이 좋겠다. 또한 무리한 업무를 하거나 심한 스트레스도 원인이 되므로 이를 잘 관리하여야 한다.

그러나 봄철 피로를 무조건 춘곤증 탓으로 돌려서는 안 된다. 가볍게 운동하고 충분한 영양분을 섭취하는데도 증상이 오래간다면 다른 신체적 질환이나 정신적 이상이 있을 수 있으므로 병원에 가보는 것이 좋다. 🍎





인간관계와 소통의 의미

봄이 되면 새 학기, 부서 이동, 전근 등으로 새로운 사람들을 만나 새로운 인간관계를 만드는 일이 많아지게 마련이다. 누구에게는 너무나 쉬운 일이지만 또 누군가에게는 대단히 스트레스가 되는 인간관계와 소통, 어떻게 하면 잘 풀어나갈 수 있을까?

글 정경호(엔학고레 소통아카데미 대표)



소통의 핵심은 '기술'이 아닌 '진정성'

필자는 기업 강연을 업으로 하다 보니 상식적으로 이해하기 힘든 사람들을 만나는 경우가 종종 있다. 강연 내내 팔짱을 끼고 짜려본다든지, '얼마나 재미 있는 얘기를 하나 보자'하는 식으로 무뚝뚝하니 굳은 표정으로 웃지 않는 사람도 있다.

지금은 요령이 생겨서 크게 동요하지는 않지만 처음 강연 일을 시작했을 때는 이런 사람들을 만나면 굉장히 힘들었다. 무시하고 신경 쓰지 않으면 될 것인데, 어떻게든 이런 사람들의 마음과 태도를 바꾸고 싶은 욕심과 괜한 승부근성으로 날카롭게 심리전을 벌이곤 했다. 그러다 조금이라도 그 청중이 마음을 여는 것이 보이면 묘한 승리의 쾌감을 느끼며 자아도취에 빠지곤 했다.

그러나 시간이 흐르면서 나의 이러한 생각들이 오만과 부덕의 소치임을 깨달았다. 상대를 압도하고 지배하겠다는 독선에 빠져 있었던 것이다. 소통을 이

야기하고, 삶의 신명과 호흡을 부르짖던 내가 이율배반적인 행동을 하고 있었던 것이다.

과오를 깨닫고 반성을 시작했다. 내 안의 욕심을 내려놓고 비우기 위해 노력했다. 시간 내에 전할 내용과 메시지에 집중하는 것도 중요하지만, 진정성 있는 커뮤니케이션이 훨씬 중요하다는 것을 깨달았다. 진실한 마음으로 가식과 위선을 버리고 솔직하게 다가가면 청중도 언젠가는 마음을 열고 다가온다는 사실을 인식하게 되었다. 당장 그 자리에서는 아니더라도 시간이 흐른 후 강사의 이야기를 떠올리며 뒤늦은 교감을 할 때가 오는 것이다.

인간관계를 위한 소통도 마찬가지다. 모든 사람들이 내게 긍정적이거나 호의적일 수는 없다. 내가 한 말과 행동에 대해 어떤 이는 감동을 받았을 수도 있지만, 어떤 이는 짜증을 낼 수도 있다. 어차피 모두를 만족시킬 수는 없는 법이다. 중요한 핵심은 '소통'은 기술과 기교가 아니라 진실과 진정성이라는 것이다.



사소한 것의 중요함

공자의 말씀 중에 “군자는 말을 잘하는 사람의 말에만 귀를 기울이지 않고 말이 서툰 사람의 말에도 귀담아듣는다.”라는 명언이 있다. 진정성 있는 소통의 중요성을 강조한 말이다. 우리는 일상의 대부분을 타인과 대화하고 의견을 교환하며 지낸다. SNS로 대표되는 21세기 디지털 커뮤니케이션 도구들은 시간과 공간의 제약을 넘어서게 하였고, 우리는 언제, 어디서든 더 많은 사람과 실시간으로 소통할 수 있게 되었다. 그러나 그 안에 얼마나 진정성 있는 소통이 가능했을까? 그저 자신을 자랑하고, 하는 일을 홍보하는 수단으로만 ‘소통’을 이용하지는 않았던가?

‘수사학’의 저자 아리스토텔레스에 의하면 에토스(‘성격’과 ‘관습’을 의미하는 옛 그리스어로 사람의 특징적인 성질이나 태도를 말함), 동양에서의 신언서판(身言書判; 중국 당나라 때 관리를 선출하던 네 가지 표준으로 몸, 말씨, 문필, 판단력을 이룸), 다시 말해 사람을 평가하는 데 있어 생각이나 말씨, 판단력 등이 중요한 덕목이었으며 소통의 기본이 되는 신뢰는 여기에서 비롯된다고 볼 수 있는 것이다. 즉, 신뢰는 결코 큰 부분에서 이루어지는 것이 아니다. 자신의 생각이 말로 표현되어 나오고 그 말 한 마디는 관계에서 신뢰를 형성하게 한다.

신뢰를 깨는 대부분의 원인 제공자는 다른 이가 아닌 바로 자신이다. 당장의 욕심과 욕망에 사로잡혀 너무도 쉽게, 사소한 부분에서 상대방에게 불신의 발미를 제공한다. ‘사소한 것에 목숨 걸어라’ 혹은 ‘디테일의 힘’ 같은 책들이 한때 베스트셀러가 되었다. 그만큼 사소한 것들에 대한 중요성을 많이 간과

하고 산다는 방증이며 이러한 태도와 습관들이 결정적인 인간관계에 큰 걸림돌이 된다는 의미이다. 작은 것들, 사소한 것들에 집중하고 완벽히 지켜내려는 의식과 실천이 있어야 한다. 특히 기업이나 조직에서 지위가 높을수록 신뢰의 중요성이 절대적임을 깨달아야 한다. 신뢰는 본질적인 소통을 위한 지름길이기 때문이다.

인간관계에서 진정한 소통은 단순한 기술이나 기교가 아니라 사소한 태도와 자세에서 비롯된다. 남이 아닌 자신을 향한 끊임없는 수양이며 타인에 대한 섬김이라고 말할 수 있다. 그만큼 소통은 어렵고 길고 긴 인내를 요구하는 과정이다. 진정한 소통은 단순한 이론의 습득과 현장 실습에서 얻을 수 있는 것이 아니고, 삶 전체에 대한 획기적 변화를 의미하며 목적이 있는 거듭남을 통해 실천된다는 의미이다.

인간관계와 소통의 방법에 있어 완벽한 정답과 롤 모델은 없다. 치열한 몸부림과 노력이 있어야 진짜 소통의 전문가 혹은 소통리더가 될 수 있다. 삶이 곧 소통이다. 📖



광주지방법원

대학생을 위한 생생 사법마당 (2018년 제1기 대학생 인턴십) 실시



광주지방법원(법원장 김광태)은 겨울방학 기간 동안 2018. 2. 5.(월)부터 2018. 2. 8.(목)까지 4일간 광주·전남 소재 대학교 재학생 39명을 대상으로 2018년 제1기 '대학생을 위한 생생 사법마당(대학생 인턴십)'을 실시하였습니다.

우리 법원은 2013년 8월부터 매년 두 번씩 실시해 왔으며, 광주·전남 소재 대학생들에게 다양한 사회 체험 기회를 제공하고 법원의 여러 직렬과 사법부의 역할에 대하여 올바르게 이해할 수 있는 계기가 되었으면 하는 바람에 많은 호응이 있어 왔습니다.

이번 인턴십은 총 6개조로 편성하여 지도법관(나상아, 유병호, 장우석, 이유빈, 권혁재, 김용규 판사)의 도움을 받아 모의변론을 충실히 준비하였고, 그밖에도 재판연구원과과의 대화, 법원공무원과의 대화, 민사재판의 이해, 검찰청 견학, 사법의 역사와 법원의 역할, 변호사와의 대화, 조별 모의재판 등의 프로그램으로 진행하였습니다.

특히 이번 인턴십 기간에는 국민 참여재판이 열려, 대학생들이 직접 그림자 배심원으로 실제 사건을 바탕으로 유·무죄 평의까지 함으로써 형사재판에 대한 이해를 도모할 수 있었습니다.

또한 희망하는 대학생들은 시민사법참여단원(법정 및 사법행정 모니터 요원)으로 위촉하여 법원과 소통할 수 있도록 하였습니다.

앞으로도 우리 법원은 인턴십 등 다양한 소통 프로그램을 통하여 사법부를 직접 체험하고 가깝게 느낄 수 있는 기회를 제공함으로써 국민에 대한 신뢰를 높일 수 있도록 최선을 다하겠습니다.

사법정책연구원

헌법과 사법의 미래 심포지엄 개최

사법정책연구원(원장 강헌중), 서울지방법원사회(회장 이찬희), 한국헌법학회(회장 고문현)는 공동으로 2018. 2. 6.(화)에 ‘헌법과 사법의 미래’를 주제로 심포지엄을 개최하였습니다.

개회식은 국민의례, 강현중 연구원장, 이찬희 회장, 고문현 회장의 개회사, 안철상 법원행정처장, 김현 대한변호사협회장의 축사로 진행되었습니다.

제1세션은 ‘기본권의 충실한 보장’이라는 주제를 가지고 박진완 교수의 ‘기본권의 빈틈없는 보장을 위한 헌법이론적 구성’에 대한, 황필규 변호사의 ‘헌법과 국제인권법, 그리고 이주민의 기본권’에 대한 각 발표와 정재황 교수의 사회로 이은영 변호사, 조규범 입법조사관, 김주경 연구위원의 토론이 있었습니다.

제2세션은 ‘우리 사법의 미래’를 주제로 장영수 교수는 ‘사법부의 구성 체계에 관한 개헌논의의 현황과 전망’에 대하여, 김상준 변호사는 ‘미래 지향적 사법 체계 설정의 방향성 중 양심에 따른 독립 심판의 헌법 가치’에 대하여 각 발표한 후 송석윤 교수의 사회로 정철 교수, 조소영 교수, 여운국 변호사의 토론이 이루어졌습니다.

종합토론은 송석윤 교수의 사회로 각 발표자를 중심으로 객석에 위치한 참가자의 질문을 받는 등 열띤 토론이 이어졌습니다.

이번 심포지움을 통해 새로운 시대에 걸맞은 기본권 제도, 기본권의 충실한 보장을 위한 바람직한 사법제도에 대한 의미 있는 논의가 이루어지는 계기가 될 것을 기대합니다. 앞으로도 헌법과 우리 사법에 대하여 많은 관심을 부탁드립니다.



법원사람들 원고모집

법원 가족의 사연을 기다립니다. 직장생활, 업무 속 에피소드를 담은 '나의 일 나의 삶' 코너와 취미, 여가, 생활 등으로 생활 속 이야기를 담은 '테마가 있는 글'에 원고가 채택된 분께는 소정의 원고료를 드립니다. 더불어 '스타일링룸'에 참여해 주신 분께도 소정의 기념품을 드립니다.

- 원고 분량: PC로 작성할 경우 A4용지 3장 이내
- 원고 마감: 수시 • 보내실 곳: 법원사람들@scourt.go.kr • 문의전화: 02-3480-1456 공보관실
- 법원사람들 홈페이지: <http://people.scourt.go.kr>

사법부 홍보를 위해 대법원 페이스북, 트위터와 블로그 '명쾌한 판사와 함께하는 법원스토리'를 운영하고 있습니다. 법원 가족 여러분의 많은 방문을 부탁드립니다.

- 페이스북 주소: <http://www.facebook.com/scourtkorea>
- 트위터 주소: <http://www.twitter.com/scourtkorea>
- 블로그 주소: http://blog.naver.com/law_zzang, http://blog.daum.net/law_zzang
- 유튜브 주소: <http://www.youtube.com/scourtkorea>
- 인스타그램: <http://www.instagram.com/scourtkorea/>

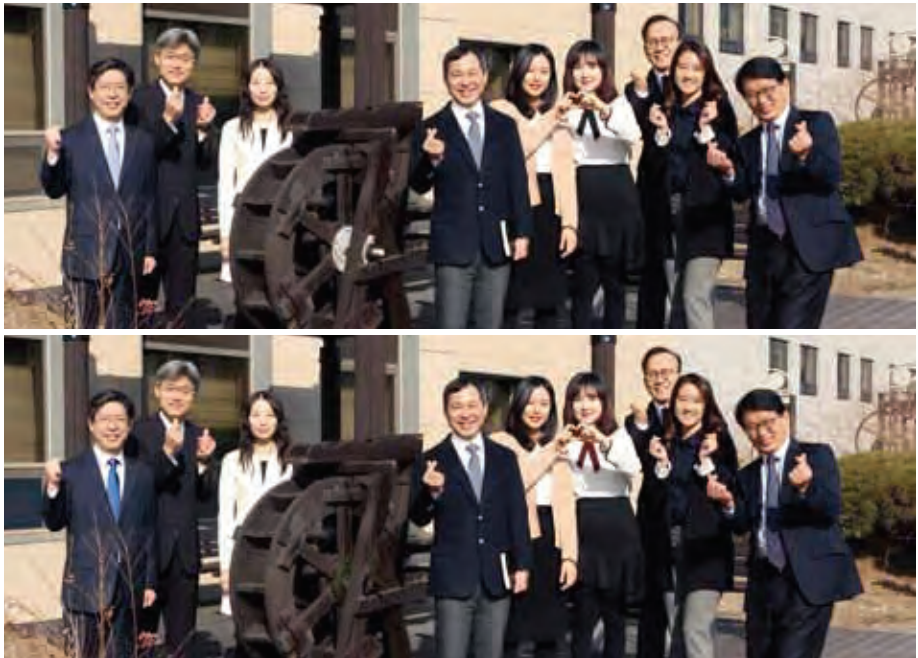
지난호 퀴즈당첨자

김옥경 행정관 서울서부지방법원
이다혜 실무관 서울중앙지방법원
강지원 행정관 법원도서관
강석주 실무관 통영지원
성희용 조사관 서울가정법원

지난호 퀴즈정답



다른그림 찾기



법원가족 여러분의 소중한 의견을 「법원사람들」을 만드는 데 반영하겠습니다. 지난 2018년도 「법원사람들」에 관한 소감을 '다른그림찾기' 정답과 함께 보내주세요. 서로 다른 부분 다섯 군데를 표시한 후 사진을 스캔하여 이메일로 해당 월 20일까지 보내주시기 바랍니다.

- e-mail: 법원사람들@scourt.go.kr • 정답 및 당첨자는 다음 호에 게재합니다.
- 소감과 다른그림찾기 정답을 모두 보내주신 분들에 한하여 매월 추첨을 통해 대법원 기념품을 드립니다.

대전지방법원 등기와
백순식 행정관

백순식님을 칭찬합니다

전세로 늘 2년마다 집을 옮겨 다니는데 처음으로 등기를 저 스스로 해보았습니다. 법원은 처음이라 낯설었는데 변호표를 뽑고 처음 만난 백순식 행정관님께서 어찌나 친절하게 잘 설명해주시던지 긴장된 마음이 한순간에 사라졌습니다.

제가 늘 업무로 바빠 후기나 글을 잘 안 쓰는 편인데 백순식 행정관님의 도움은 법원 홈페이지를 열게 만들 만큼 감사했습니다.

2017. 12. 이○○

재판에서의 진술이 어렵고 답답할 때

진술보조인과 함께 하세요



“

스스로 하는 법정진술이 어렵다면
이제, 진술보조인 제도를 만나보세요.
재판에서 나의 말을 잘 이해하고 설명해주는
사람이 나와 함께 출석하고 함께 진술해주시니까,
진술 과정은 든든해지고, 신뢰는 더 높아집니다.

”

2017년 2월 4일부터,
민사소송에서의 진술보조인
제도가 시행되고 있습니다.

⚡ 진술보조인이란

질병, 장애, 연령, 그 밖의 사유로
인한 정신적·신체적 제약을
받는 당사자의 소송관련 진술을
도와주는 사람

⚡ 진술보조인의 자격

당사자의 배우자, 직계존친, 형제
자매, 가족, 동거인 등 일정한
신분관계 및 계약관계 또는 신뢰
관계에 있는 사람

⚡ 진술보조인의 역할

변론기일에 당사자와 함께 출석
하여 동석할 수 있으며, 법원,
당사자 및 소송관계인의 진술을
중개 또는 보조