

HYUNDAI E&C TODAY



ART+H

Yeosu New North Port

파도가 연주하는 '바다의 오르간' 여수신북항을 가다

Hyundai E&C has created a remarkable landmark again. Yeosu New North Port is visited by many local residents and tourists who want to enjoy the ocean view as the new port has emerged as a new tourist destination.

The 1,360-meter-long Yeosu New North Port located in Deokchung-dong, Yeosu-si, Jeollanam-do has various waterfront facilities such as a lighthouse, a sundial, an observatory and even an organ. Above all things, the sea organ, the world's second and Korea's first architectural sound instrument, converts rushing waves into soothingly natural music. It is quite amusing to hear the ever-changing chords made by the different height of waves lapping against the organ. A smile spreads across the faces of visitors while they enjoy the picturesque views of the port city and the sea, and the unique sounds of the wave organ.

▶ Continued on page 6, 7

현대건설의 손끝에서 또 하나의 랜드마크가 탄생했다. 새로운 관광명소를 떠오른 '여수신북항'에는 벌써부터 바다의 운치를 즐기러 온 시민들의 발길이 이어지고 있다.

전남 여수시 덕충동에 위치한 여수신북항은 총 길이 1360m(점안시설 820m)에 등대, 해시계, 전망대, 오션오르간 등 다양한 친수 공간을 자랑한다. 특히 세계 두번째이자 국내 첫 '오션오르간'은 파도가 밀려들 때 발생하는 공기의 힘을 동력으로 자연스러운 음색을 구현한다. 파도의 높이에 따라 시시각각 음률이 바뀌어 듣는 재미가 쏠쏠하다. 여수 시내와 바다를 한눈에 바라보며 파도가 연주하는 음악을 듣다 보면 절로 미소가 지어진다.

▶ 관련기사 6, 7면

여수신북항 외곽시설 축조공사

Kia Vision Square opens

Opening ceremony held on October 21 attended by Executive Vice Chairman of Hyundai Motor Group Chung Eui-sun



Kia Vision Square built by Hyundai E&C held an opening ceremony on October 21. The event was attended by about 100 officials including Executive Vice Chairman of Hyundai Motor Group Chung Eui-sun, Hyundai E&C CEO Park Dongwook and Head of Building Works

Division Kim Yong-sik. The four-storey building with one basement level, located in Yangjimyemyeon, Cheoin-gu, Yongin-si, Gyeonggi-do, can accommodate about 1,000 people on a land area of 49,825 square meters and a gross floor area of 27,155 square meters.

Our company completed the construction within 38 months after its beginning in July 2016. Kia Vision Square consists of 176 lodging rooms, the "learning space" including lecture rooms and a conference hall, the "soul-searching space" including an outdoor trail and a

garden, and the "communication space" including a book cafe and a rest area.

Notably, our company sought to make the building structurally more robust and stable by utilizing 16,900 glass louvers which can withstand up to 60% of strong wind.

'기아 비전스퀘어' 개원식 ... 우수한 품질로 성공적 준공

10월 21일 개원식 ... 정의선 현대차그룹 수석부회장 등 참석

우리 회사가 시공한 '기아 비전스퀘어'가 10월 21일 개원식을 갖고 본격적인 출발을 알렸다. 이날 행사는 정의선 현대차그룹 수석부회장을 비롯해 우리 회사 박동욱 사장, 기아차 박한우 사장, 서아키텍스 서울호 대표 등 관계자 100여 명이 참석한 가운데 진행됐다.

경기도 용인시 처인구 양지면 평창리 687-1에 위치한 '기아 비전스퀘어'는 대지면적 4만9825㎡, 연면적 2만7155㎡, 지하 1층~지상 4층 규모로 1000여 명을 수용할 수 있다. 2016년 7월 착공한 이래 38개월 만에 준공한 '기아 비전스퀘어'는 ▶176개의 객실 ▶강의실·코칭룸·대

강당 등 '학습의 공간' ▶야외 산책로, 옥외정원, 선큰가든 등 '성찰의 공간' ▶북카페·포럼관·휴게공간 등 '소통의 공간'으로 구성됐다. 특히 건물 외관은 60%의 강풍도 이겨낼 수 있는 1만6900장의 외장 글라스루버로 시공해 견고함과 구조적 안정성을 자랑한다. 또한 준공

현장 품질에서 점검을 실시한 9개 부서의 만장일치로 우수등급을 획득, 품질의 우수성도 인정받았다. 현장 관계자는 "완벽한 품질의 건물을 짓기 위해 최선을 다했다"며 "준공까지 한마음으로 노력한 현장 전 직원과 유관부서 임직원분께 감사의 인사를 전한다"고 말했다.

3분기 매출 12조6473억원 전년 대비 3.1% 상승

우리 회사가 10월 25일 2019년 3분기 연결 실적을 잠정 집계한 결과, 누적기준 매출 12조6473억원, 영업이익 6895억원, 세전이익 7516억원(전년 대비 +6.1%), 당기순이익 5664억원(전년 대비 +20.9%)을 기록했다. 3분기 매출은 4조878억원, 영업이익 2392억원, 세전이익 2887억원, 당기순이익 2182억원에 달한다. 수주는 사우디 마잔 프로젝트(패키지 6&12) 등의 해외 공사와 현대케미칼 중질유 분해시설, 다산 진건지구 지식산업센터, 고속국도 김포~과주 제2공구 등 국내 공사를 통해 전년 동기 대비 11.6% 증가한 17조8443억원을 기록했다. 연간 수주 목표의 74% 수



준이다. 우리 회사는 풍부한 해외 공사 수행 경험과 기술 노하우를 바탕으로 사우디·알제리·카타르 등 해외 지역에서 지하공간, 가스플랜트, 복합화력 등 경쟁력 우위 공종에 집중할 계획이다. 수주잔액도 전년 말 대비 9.3% 상승한 60조9842억원을 유지하고 있어 약 3.6년치의 안정적인 일감을 확보하고 있다.

국내 건설사 최초 영국 '로이드 선급협회' Excellence Award 수상

우리 회사가 국내 건설사 최초로 영국 로이드 선급협회(Lloyd's Register)로부터 품질·환경·안전·보건 인증 분야의 'Excellence Award'를 수상했다. 지난 10월 14일 계동 본사에서 열린 수여식에는 우리 회사 박동욱 사장을 비롯해 로이드 선급협회의 사업보증 및 검사 부문 관계자가 함께했다. 회사 관계자는 "Excellence Award'는 동종 업계 최고 수준의 경영시스템을 갖춘 업체에만 수여하는 것으로, 이번 수상을 통해 현대건설의 품질·환경·안전·보건 경영시스템이 글로벌 최상위 수준임을 인정받았다"고 말했다.



우리 회사는 1993년 국내 건설사 최초로 ISO 9001(품질경영시스템) 인증을 취득한 이래 ISO 14001(환경경영시스템), OSHAS 18001(안전경영시스템), ISO 50001(에너지경영시스템)을 잇따라 취득했다. 올해는 국내 건설사 최초로 석유화학 및 가스플랜트 산업에 특화된 표준인 ISO/TS 29001을 취득하며 앞선 기술력과 품질을 입증했다.

'힐스테이트 흥은 포레스트' 11월 분양

우리 회사가 11월 중 서울 서대문구 흥은동 제2주택재건축정비사업(흥은동 338-5번지)에서 '힐스테이트 흥은 포레스트'를 분양한다. 힐스테이트 흥은 포레스트는 지하 4층~지상 14층, 8개 동, 전용면

적 59~84㎡, 총 623세대(임대 포함/일반분양 382세대) 규모로 조성된다. 지하철 6호선 새철역과 증산역을 이용할 수 있고 내부순환도로와 가좌로, 통일로도가 가깝다. 단지 뒤편으로 백련산이 자리 잡

고 있으며, 불광천과 안산도시아연공원도 인접해 쾌적한 주거 환경을 갖췄다. 또한 단지 주변으로 명지초·중앙초·흥연초를 비롯해 명지중·고, 중앙중·고 등의 서대문 학군이 밀집해 있다.



그룹사 소식

현대자동차그룹 차량 데이터 오픈 플랫폼 공개

현대자동차그룹이 미래 모빌리티 시대에 선제적으로 대응하기 위해 개방형 혁신을 한층 가속화한다. 현대자동차그룹은 10월 15일 경기도 화성시에 위치한 현대기아자동차 기술연구소에서 미래 모빌리티 협업 생태계 전략의 일환으로 차량 데이터 오픈 플랫폼의 개발자 포털인 현대 디벨로퍼스(Hyundai Developers, http://developers.hyundai.com) 출범을 공식화했다. 수백만 대의 커넥티드카와 정비망을 통해 수집된 차량 제원, 상태, 운행 등과 관련된 데이터를 외부에 개방해 미래 모빌리티 시대에 맞춘 고객 서비스와 상품을 개발할 수 있는 신규 비즈니스 환경을 만들기 위한 차원이다.

사내 뉴스

IONE 현장, 아르바인(Arbaen) 행사 지원

이라크 카르발라 정유공장(IONE) 현장이 시아 파 무슬림의 최대 종교 행사인 '아르바인'을 맞이해 순례자들을 위한 이벤트를 마련했다. 현장은 지난 10월 15일 카르발라 순례길 초입에 위치한 Dharba 고가도로에서 3000인분의 케밥과 음료를 순례객에게 제공했다. 지역 주민들과의 우호 관계를 유지하기 위해 마련된 이날 행사는 이라크 언론사에서도 취재를 나오는 등 현지에서도 높은 관심을 보였다. 현장 관계자는 "매년 진행되는 이번 행사를 통해 우리가 무슬림 문화를 존중하고 있다는 메시지를 충분히 전달한 것 같다"며 "덧붙여 동양의 작은 나라에서 온 현대건설이 이라크에 최신 정유공장을 성공적으로 진행하고 있다는 것을 적극적으로 알릴 수 있는 좋은 기회였다"고 말했다.

계동사옥 민관군 합동 대피훈련 실시

우리 회사가 10월 28일 종로구 계동사옥에서 종로소방서를 비롯한 긴급구조 지원 기관 22곳과 함께 비상 대피훈련을 실시했다. 계동사옥 입주사 임직원이 참석한 가운데 진행된 이번 대피훈련은 재난 발생 시 신속한 초기 대처능력을 제고하기 위해 마련된 것으로 ▶테러로 인한 화재 상황 발생 ▶환자 구조 활동 ▶화재진화 훈련 순으로 진행됐다.

All the best haunts for Halloween

Oct 25

Halloween in Korea will be spookier and more zombie-filled than ever before, with local theme parks leading the way once again. While Everland, the The Korean Folk Village in Gyeonggi and Lotte World in southern Seoul are some of the easiest ways to enjoy the Halloween vibe, a night out in central Seoul's Itaewon neighborhood, where the streets are sure to be tightly packed with aliens, ghosts, ghouls and goblins, is sure to be just as fun.

Watch out for zombies

Everland, which has transformed into "Blood City" this Halloween, now feels like a gigantic film set for a scary movie. About 100 actors in zombie costumes are walking throughout the park giving guests a scare wherever they are. In an area called "Zombie Station," you are transported into a cage in which experiments are being conducted on zombies, while the bus you take on the way there may be attacked by zombies. Expect to see zombies everywhere, including on some of the park's famous rides.

Dinosaur-shaped structures are also all over the park, giving visitors the feeling that they are escaping a dinosaur park being attacked by a zombie virus. Lotte World has also been running zombie-themed programs since last month. With more people getting used to seeing bleeding zombies walking around the park, the theme park has stepped up its level of scary - so be prepared to encounter some frightening figures. Lotte World is also screening a 4-D movie so that visitors can



Halloween performers parade at Everland in Gyeonggi.

[EVERLAND]

experience zombies with all their senses.

Spooky streets

If theme parks don't sound like your idea of spooky fun, Itaewon never fails to provide Halloween excitement. For the past decade, people in costumes have come out to the streets decked out in costume in celebration of the holiday.

People in all kinds of creative outfits fill the streets of Itaewon, making each street feel like a parade. Many do go inside the bars and clubs to dance and party, but others also choose to spend time walking around outside to check out what people are wearing and take photos with everyone decked out in thrilling costumes.

A classy Halloween

Looking for a more toned-down way to get into the Halloween spirit? Try bar hopping inside a local hotel. The Westin Chosun Seoul's

Lounge and Bar is hosting their own Halloween party today in collaboration with whisky brand Macallan. The Macallan Edition No. 5, a newly-launched whisky option, will be available for purchase, along with glasses that can be inscribed with whatever you would like.

Haunted house hideaway

Those looking to make a last-minute international getaway in search of some goose bumps, Airbnb is offering a chance to stay in haunted houses all around the world.

One of the options is a large mansion in the U.S. state of Minnesota, where it is said that a hostess who used to throw parties died after having suffered for years due to disease. Another house is in Canada, where an Airbnb host claims that visitors have seen an angry female ghost and a male ghost in suit.

By KOREA JOONGANG DAILY

Growth in Q3 makes 2% for the year next to impossible

Oct 25

The economy grew at a slower pace than expected in the third quarter, making two percent percent growth for the year highly unlikely.

The Bank of Korea (BOK) said Thursday that the economy grew 0.4 percent between July and September compared to the previous quarter, hit by weak domestic demand and investment and the protracted U.S.-China trade war.

On a yearly basis, GDP expanded two percent percent. The announcement was closely watched since

the third quarter result was a barometer of whether the country could grow by at least two percent percent.

The two percent percent level is considered psychologically significant as Korea normally manages to stay above it except for periods of grave crisis. To reach two percent percent GDP growth this year, the fourth quarter must pull off robust expansion of at least 0.97 percent on quarter, according to Park Yang-soo, head of the BOK's economic statistics department.

BOK Governor Lee Ju-yeol acknowledged that the likelihood is now slimmer.

"For now, it appears that it won't be easy to reach the two percent percent target," Lee said during an audit on Thursday. "Still, it remains to be seen since there are different factors at play - such as the government's efforts to push forward fiscal stimulus."

The official growth projection by the central bank for this year is 2.2 percent, higher than predictions from financial institutions like the International Monetary Fund. That forecast is almost certain to be revised downward next month.

By KOREA JOONGANG DAILY

Hyundai autonomous cars hit the streets in Irvine, California

Hyundai, in collaboration with Pony.ai and Via, today unveiled BotRide, a shared, on-demand, autonomous vehicle service operating on public roads. Starting on November 4, a fleet of self-driving Hyundai KONA Electric SUVs will provide a free ride-sharing service to the local community of Irvine, California.

"The pilot introduces BotRide to several hundred Irvine residents, including college students. The goal is to study consumer behavior in an autonomous ride-sharing environment," said Christopher Chang, head of business development, strategy



and technology division, Hyundai Motor Company. "We are going to learn about ecosystems, where the vehicles travel and optimize the customer experience. BotRide, is another example of Hyundai's ongoing efforts to actively build expertise in mobility technology as well as the company's commitment to providing more user-friendly mobility services to customers.

Hyundai Motor reveals a glimpse of refreshed Azera

Hyundai Motor revealed a teaser image of Azera facelift model, also known as Grandeur in Korea, showcasing the latest step in the Company's "Sensuous Sportiness" design language.

Sensuous Sportiness was first introduced by Hyundai Motor with the "Le Fil Rouge" design concept at the Geneva Motor Show in 2018. The Sensuous Sportiness design language made its production vehicle debut with Palisade and then was applied to Sonata.

The updated Azera is the first mass production model to be equipped with integrated grille and headlamp



featured in the Le Fil Rouge. New taillights stretch across the rear of the vehicle, highlighting the Azera's advanced lighting design. The Hidden Lighting Lamp was first featured on the Sonata. For the Azera, it is featured in a diamond-shaped surface. The lamps appear to be part of the grille's metallic material when switched off and become dramatically lit when turned on.

10 Minute Korean Lessons

At an accessory jewelry store

Is this 14k gold?
이거 14K예요?

Ee-gaw sheep-ssah-
kay-ee-yeh-yo?

No. It is gold plated.
아니요, 도금이예요.

Ah-nee-yo, Do-geu-
mee-eh-yo.



▶ Related phrases

The chain is too long.
줄이 길어요.

Joo-ree gee-raw-yo.

The chain is too short.
줄이 짧아요.

Joo-ree jahl-bah-yo.

The ring is too big.
반지가 커요.

Bahn-jee-gah kaw-yo.

The ring is too small.
반지가 작아요.

Bahn-jee-gah jah-gah-yo.

▶ Other expressions



Earrings
귀걸이/귀고리
gwee-gaw-ree
gwee-go-ree



Bracelet
팔찌
pahl-jee



Necklace
목걸이
mok-ggaw-ree



Ring
반지
bahn-jee



Brooch
브로치
beu-ro-chee



Hairclip
머리핀
maw-ree-peen



Ponytail holder
머리끈
maw-ree-ggeun



Cubic zirconia
큐빅
kyou-beek

The content above is from "Korean Phrasebook for Travelers" by Talk To Me In Korean, a company that provides free Korean language learning materials. Check out TalkToMeInKorean.com for further lessons.

TALK TO ME IN KOREAN



가을 단풍과 함께 'V리그' 시즌이 돌아왔다. 여자들은 10월 19일 개막 전을 시작으로 6개월간의 정규리그 레이스에 돌입했다. 현대건설 힐스테이트 배구단은 전초전인 KOVO컵에서 우승한 터라 이번 시즌에 대한 팬들의 기대가 더욱 높다. 이에 화답하듯 현대건설은 지난 23일 진행된 KGC인삼공사와의 시즌 첫 경기에서 3-1로 승리하며, V리그를 성공적으로 시작했다.

글=김중천 <스포츠동아> 전문기자 / 사진=현대건설 배구단 제공



현대건설이 순천 KOVO컵에서 우승을 차지했다. 5년 만이자 통산 세번째 컵 트로피였다. 시즌 개막을 2주 앞두고 모든 팀이 최종 모의고사를 치르는 수월생의 마음으로 참가한 대회였기에 이전의 KOVO컵과는 성격이 달랐다. 대회를 앞두고 이도희 감독은 "팀 전력의 절반 이상인 이다영-양효진이 없어서 예선 통과도 쉽지 않을 것"이라며 걱정했지만 무경을 열어 보니 아니었다. 무엇보다 리브의 안정과 수비 집중력이 이전 시즌과는 달랐다.

KOVO컵 MVP 고예림의 등장과 새 주장 황민경 효과
배구는 받고, 연결하고, 때린다. 이 가운데 가장 중요한 것은 시적인 '받는 것'이다. 건설공사에서 기초공사가 중요한 것과 같다. 지난 시즌까지 현대건설은 막강한 공격에 비해 리브와 수비에 약점이 보였다. 왕 공격수 황민경과 리베로 김연경이 고군분투했지만 나머지 한 자리의 공백이 커 보였다. 이 자리를 고유민이 메웠다.

새로운 시즌을 앞두고 현대건설은 FA 시장에서 고예림을 데려왔다. 안정감을 줬을 왕 공격수 라인에 고예림의 가세로 더 탄탄해졌다. 이를 확인시켜준 것이 KOVO컵 우승이었다. 대회

MVP를 차지한 고예림은 현대건설에 딱 맞는 퍼즐이었다. 리브뿐 아니라 클러치 상황에서 대담성도 빛났다. 그 덕분에 KGC인삼공사와의 결승전 5세트 11-14에서 대역전 우승을 만들어냈다. 30년 가까이 배구를 했던 감독도 처음 경험하는 일이었다.

또 다른 수확은 기대주 세터 김다연이다. 지난 시즌 전 경기를 혼자 이끌었던 이다영을 도와줄 누군가가 필요했다. V리그 3년 차 김다연이 그 역할을 할 정도까지 성장했다. 양효진에 이어 세로이 주장을 맡은 황민경의 목소리 나가는 리더십도 든든한 자산이었다. KOVO컵 우승 트로피는 선수들에게 "우리 팀이 강해졌다. 이제 되겠다!"는 자신감을 심어줬다.

차곡차곡 퍼즐을 맞춘 현대건설의 탄탄한 배구

배구는 코트에 들어간 선수들이 제 역할을 하며 움직여야 6명이 가진 능력의 합계 이상의 힘이 나온다. 현대건설은 이 퍼즐을 맞추는 데 많은 노력을 기울였다. 신인왕을 차지한 정지윤이 중앙의 한 자리를 매워 주면서 우선 중심이 안정됐다. 미들블로커와 세터 리베로가 안정된 팀을 쉽게 무너지지 않는다. 양효진의 높

이와 관록, 정지윤의 파워와 탄력성이 만든 조화를 상대 팀은 버거워했다. 공격률계도 KOVO컵 우승 확정 점수는 정지윤의 블로킹이었다.

외국인 선수 마야는 넘볼까 굴러 들어온 복덩이다. 사교성이 좋은 마야는 쉽게 동료들과 융화됐다. 파워풀한 공격 능력은 빠르고 힘 있는 연결이 특징인 이다영과 잘 맞아떨어졌다. 그는 다른 외국인 선수들과 께잡방에 함께 갈 정도로 한국문화를 즐기며 친화력과 적응성이 뛰어나다.

플랜 A, B를 모두 갖춘 안정된 전력과 이도희 감독의 열정

이번 시즌 현대건설은 모든 포지션에서 플랜 A와 B를 갖춰 빈틈이 보이지 않는다. 왕 공격수에는 고예림-황민경이 있고 비시즌 때 감량하며 주전 경쟁 의지를 다진 고유민이 거둔다. 리베로 김연경의 빠른 반응 속도와 넓은 범위의 리브는 삼수수에 접어들었다.

양효진-정지윤이 지키는 중앙에는 슈퍼루키 이다현이 가세했다. 양효진의 뒤를 이을 대령 미들블로커다. 2년차 정지윤과 함께 팀의 미래를 상징한다. 공격을 전담해 줄 오른쪽은 마야와

두 시즌에 함께 간다. 운동은 습관이고 근육의 기억이다. 함께 할 시간이 많을수록 선수들이 엮어내는 플레이는 다양해지고 탄탄해진다. 이제 플타임으로 V리그를 경험할 마야는 이전 시즌보다 훨씬 편안한 상황에서 공격이 가능해졌다.

베테랑 황연주도 있다. V리그의 모든 공격 부분 역사를 홀로 써내려간 그는 이제 코트에서 잠시라도 뛰는 것이 어떤 의미인지 잘 안다. 공 하나의 가치를 더 소중히 여기는 나이다. 이다영은 누가 뭐래도 현재 한국 여자배구 최고의 세터다. 피자컬과 패스의 스피드, 파워를 따를 선수가 없다. 배구는 세터의 경기다. 세터가 중심을 잡고 풀어나가면 쉽게 허물어지지 않는다. 국가 대표팀 주전 자리까지 차지한 터라 플레이에 자부심이 묻어나온다. 이들을 원 팀으로 엮어낸 이도희 감독은 마음속에서 뜨거운 열정이 숨어 있다.

감독과 선수들은 말을 하지 않아도 무엇을 해야 하는지, 목표가 무엇인지 안다. 이를 증명하듯 시즌 첫 경기에서 좋은 경기를 보여주었다. 현대건설은 KGC인삼공사와의 원정경기에서 세트스코어 3-1(23-25/25-14/25-19)로 역전승을 거두며 첫 승을 거뒀다. 이번 시즌에는 수월에서 배구를 볼 것 같다.



1 지난 9월 28일 열린 KOVO컵 결승 경기에서 우승을 차지한 현대건설 배구단 선수들이 이도희 감독을 행 개례치고 있다. 2 KOVO컵 우승의 기쁨을 만끽하는 선수들. 3 이번 시즌 첫 경기였던 KGC인삼공사와의 경기에서 이도희 감독이 작전을 지시하고 있다. 4 득점을 낸 선수들이 환호하고 있다.

'2019~2020 도드람 V리그' 승리를 향해 점프 업! 현대건설 힐스테이트 배구단

BELIEVE IN YOURSELF



mini interview

**'부드러운 카리스마' 이도희 감독
"주목할 선수는 이다영-고예림...팬들에게 실망시키지 않을 것"**

Q 2019 KOVO컵에서 3전 전승으로 우승컵을 들어올렸다. 열심히 해준 선수들에게 고맙다. 예상하지 못했던 우승이라 더 기쁜 마음이다.
Q 이번 시즌 가장 주목해야 할 선수는?
이다영-고예림이다. 이다영은 주전으로 풀 시즌을 세 번째 맞고 있고, 대표팀에서 주전으로 활약하며 많은 경험을 쌓았다. 이번 시즌 좋은 모습을 보여줄 것으로 확신한다. 고예림은 FA를 통해 팀을 옮기며 자신의 역량을 충분히 보여주기 위해 준비하고 있다. 지난 시즌 우리 팀에 부족했던 자리를 메워 줄 선수로서 기대한다.

Q 이번 시즌, 우승을 예상하는지.
컵 대회의 결과를 놓고 우리 팀의 성격이 지난 해보다 크게 좋아질 것이라고 평가하는 것은 이르다. 하지만 우리 팀의 강점인 탄탄한 조직력과 팀워크, 다양한 공격 루트를 잘 살린다면 우승을 노려볼 만하다. 선수 전원이 자신의 자리에서 제 몫을 잘 해내 주고 있다. 좋은 경기를 보여줄 것으로 믿는다. 현대건설 배구단을 사령해 주시는 사주들에게 실망시키드리고 싶지 않다. 열심히 준비했으니 많은 응원과 관심 부탁드린다.



**'아포짓 스파이커' 마야 선수
"시즌 목표는 팀의 승리를 위해 모든 힘을 보태는 것"**

Q 지난 시즌에 이어 현대건설 배구단과 함께 뛰고 있다. 몇 개월 동안 선수들과 훈련하며 보람 있는 시간을 보냈다. KOVO컵 우승은 그런 결과라고 본다. 이번 정규 시즌에도 즐거운 일이 많았으면 한다.
Q KOVO컵에서 우승한 만큼 V리그에 대한 각오도 남달라 것 같다.
컵 우승은 나를 포함한 우리 선수들에게 좋은 자극제가 됐다. 자신감을 되찾을 수 있게 해준 것 같다. 매일 조금씩이라도 성장할 수 있는 원동력으로 작용한다. 이번 시즌의 개인 목표는 기대만큼 부응하는 것

이다. 매일 열심히 연습하고 있기에 팀의 승리를 위해 가능한 모든 힘을 보태고 싶다. 우승은 더할 것도 없다.
Q 현대건설 배구단을 응원하고 있는 사주들에게 한마디
현대건설은 한국에서 적응하는데 많은 도움이 됐다. 큰 항성으로 응원해 주시는 현대건설 임직원과 동료동료는 선수들, 스태프에게 거듭 고마운 마음을 전하고 싶다. 컨디션 관리를 잘 해서 6개월간의 대장정을 성공적으로 마무리 짓겠다.



이번 시즌을 빛낸 현대건설 배구단 선수들
(왼쪽부터 시계 방향으로) 양효진, 정지윤, 이다영, 황연주, 정시영, 심미옥, 마야, 이다현, 김한지, 고예림, 고유민, 김다연, 이영주, 김연경, 황민경.

현대건설 배구단 100배 즐기기

팬들과 적극 소통, 풍성한 이벤트까지!

(사보신문)은 2019~2020 시즌 대추제를 가장 재미있게 즐길 수 있는 방법을 알아보았다.



새로운 슬로건의 등장!
' 진짜 시작은 지금부터! Believe in yourself'

현대건설 배구단의 2019~2020 시즌 슬로건이 최근 발표됐다. '진짜 시작은 지금부터! Believe in yourself', 스스로 믿고 끝까지 싸우겠다는 선수 개개인의 의지가 담긴 문구다. 대장정의 출발을 알리는 충성이 이제야 울려 퍼졌다. 현대건설 배구단의 진짜 시작은 지금부터다.



현대건설 배구단 페이스북 '좋아요!'

현대건설 배구단은 페이스북 페이지를 통해 팬들과 적극적으로 소통하고 있다. 경기를 앞둔 선수들의 소감을 화보와 함께 게재하고, 경기 분석 및 결과도 빠르게 업데이트한다. 여기에 선수들의 훈련 영상, 기획이 돋보이는 화기에 매한 영상까지 두루 만나볼 수 있다.
Tip 페이스북에서 현대건설배구단 혹은 hdecvolleyball 검색!

열렬 팬이라면, 시즌권은 필수!

이번 시즌 현대건설 배구단은 팬들이 더 좋은 환경에서 경기를 관람할 수 있도록 시즌권을 판매했다. 좌석은 ▶V Lounge석(2인) ▶커블석(2인) ▶하이파이브석(20석) ▶V LIVE석(34석) ▶2층 지정석 ▶3층 지정석 ▶응원존 지정석 등으로 나뉘며, 응원키트와 굿즈 외에도 좌석별로 풍성한 경품을 제공한다. 팬사인회 및 홈경기 이벤트 데이 우선 참여 등의 혜택도 있다고 하니 팬들의 기대가 더욱 크겠다.

홈경기 개막전에 왔으면, 선물을 받아야지!

11월 3일은 홈경기 개막전이 있는 날이다. 현대건설 배구단은 수월 실내체육관을 찾은 모든 관중에게 개막 축하 백설기를, 유료 관중에게는 선착순으로 간식 교환권을 추가 제공한다. 경기장 안팎에도 다양한 이벤트 부스가 마련될 예정이다. 인종상을 낚일 수 있는 '포토존' 과 현대건설 배구단의 마스코트 힐리, 헌트, 테리를 얼굴이 팔에 붙일 수 있는 '스티커 터투존' 등 다채롭다. 선착순 300명의 어린이 팬에게는 핸드 헬프 풍선을 증정한다고 하니 어른, 아이 모두에게 축제의 장이 될 듯하다.

2019~2020 시즌 현대건설 배구단 홈경기 일정

일시	대결 팀
19년 11월 3일 / 월 / 16:00	IBK7기업은행
19년 11월 13일 / 수 / 19:00	흥국생명
19년 11월 16일 / 토 / 16:00	KGC인삼공사
19년 11월 28일 / 목 / 19:00	GS칼텍스
19년 12월 1일 / 월 / 16:00	한국도로공사
19년 12월 10일 / 화 / 19:00	IBK7기업은행
19년 12월 19일 / 목 / 19:00	GS칼텍스
20년 1월 23일 / 목 / 19:00	KGC인삼공사
20년 1월 27일 / 일 / 16:00	흥국생명
20년 1월 30일 / 목 / 19:00	한국도로공사
20년 2월 11일 / 화 / 19:00	한국도로공사
20년 2월 15일 / 토 / 16:00	KGC인삼공사
20년 2월 18일 / 화 / 19:00	IBK7기업은행
20년 2월 26일 / 수 / 19:00	흥국생명
20년 3월 1일 / 월 / 16:00	GS칼텍스



15개월의 대장정 끝에 여수신북항 외곽시설을 성공적으로 준공했다. 2,300리 회사는 총 길이 1360m, 1262억원 규모의 여수신북항 외곽시설 축조공사를 탄키로 수주해 진행했다. 4국내 최초, 세계 두 번째로 설치된 오션오르간은 파도가 연주하는 음악을 선율한다. 5,6해시계 광장, 광섬유 하트 조형물, 전망대 등이 마인드 여수 바다의 운치를 만끽할 수 있다.

첨단 시설과 아름다운 경관의 조화로 항만시설의 패러다임을 바꾼다

In harmony between cutting-edge facilities and beautiful views

Hyundai E&C changes paradigm of port facilities

The Yeosu New North Port project, promoted by the Yeosu Regional Office of Oceans & Fisheries, was designed to build a new port to be substituted for the existing Yeosu New Port closed due to the opening of Expo 2012 Yeosu. Hyundai E&C is in charge of a 126.2-billion-won deal aimed to build 1,360-meter-long counter facilities. It is scheduled to be completed in 2021.

Korea's primary builder received the project on a turnkey basis, based on its extensive experience in port construction and accumulated technological knowledge. Hyundai E&C paid careful attention to reflecting the forecasts of the rising sea level caused by global warming. The builder strove to improve the stability of the structure with the best earthquake resistant design and secure calm waters by prohibiting wave overtopping.

Since the commencement of construction in 2015, the construction site has made its all-out efforts to achieve the stability of the ground through combining full dredging and replacement method and deep cement mixing method as well as to build a solid foundation with the use of carefully selected rock riprap, riprap protection and tetrapods.

As the construction site had gigantic equipment including 4,000-ton floating cranes and concrete blocks weighing 10 to 130 tons moving around all the time, the workers could not feel at ease even for a moment. What made them the most concerned about was harsh weather conditions. In 2016, typhoon Chaba with maximum wave height of 15 meters and maximum wind speed of 22.7% demolished a half of the rubble mound breakwater. Although the devastating incident delayed the construction schedule by three months, the workers at the construction site, relevant departments of the head office and subcontractors worked hard together to manage the schedule, which led to completing the project on time and holding a building dedication ceremony on October 16 as originally scheduled.

At the port, beautifully delicate sound of the sea attracts visitors taking a walk along the seaside. The incoming waves of the tide move 30 pipes, playing natural songs of the sea. The sea organ, the world's second after one located in Zadar, Croatia, draws the most attention from visitors in the newly completed port.

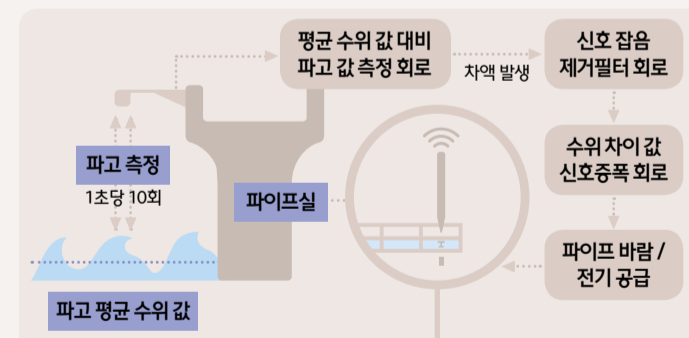
In addition, various sculptures such as a sundial, a heart-shaped structure made of optical fiber, illusion artworks and a pipe organ-shaped lighthouse make the picturesque mood of the sea more enjoyable. On the top of the observatory visitors can also enjoy the terrific view of merchant vessels berthing at the port against the vast ocean.

Zoom in

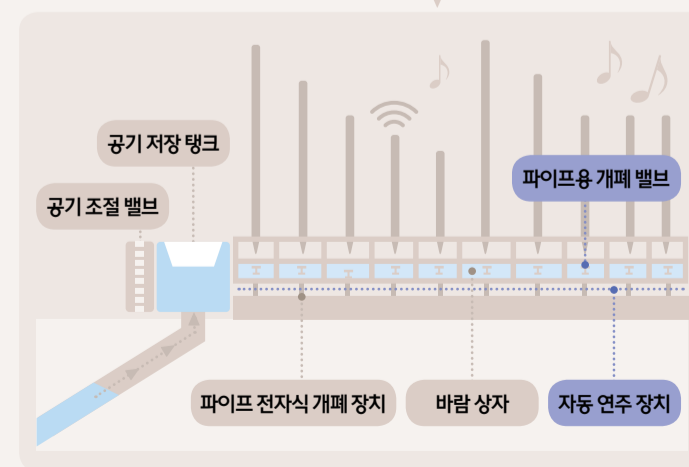
파도가 연주하는 음악, 오션오르간

파도를 이용한 자연의 힘으로 공기를 저장한 후 실시간 파도 센서에서 보내는 신호를 자동 연주 장치(MDI)를 통해 멜로디를 구현한다. 총 30개의 온음으로 구성된 오르간 파이프는 파도의 움직임을 분석하고 데이터를 저장해 실제 파도 소리와 파음을 이루는 연주를 선율한다.

작동 원리



파이프 작동 방식



여수신북항 외곽시설 축조공사 현장

1923년 개항 이후 100여 년간 오랜 역사를 품어 온 여수항에 우리 회사가 다시 한번 큰 획을 그었다. 남해안 최대 규모, 관광 메카의 특색을 모두 갖춘 항만 시설로서 '해양관광 거점'의 명맥을 더욱 굳건히 이어갈 여수신북항 외곽시설 준공 현장을 찾았다. 글=이진우 / 현장 리포터=김현우 차장

현대건설의 항만공사 기술력을 쏟아부었다

육지에서 너른 바다로 길게 이어진 새하얀 방파제. 그 끝의 빨간 등대가 푸른 바다와 어우러져 아름다운 풍경을 연출한다. 여수지방해양수산청이 추진하는 여수신북항 건설사업은 2012 여수세계박람회 개최로 폐쇄된 여수신항을 대체할 새 항만을 건설하는 사업이다. 2021년 완공을 목표로 1360m(방파호 안 700m, 방파제 660m)의 외곽시설, 1202m의 계류시설을 구축한다. 이 중 우리 회사는 1262억원 규모의 외곽시설 축조공사를 맡았다.

이번 공사는 우리 회사가 수많은 항만공사 경험을 통해 축적한 기술력을 바탕으로 설계부터 시공까지 턴키(Turn Key, 일괄 수주 계약)로 수행했다. 그 덕분에 기본 설계 시 50년 주기의 설계(바다 등지에 인접한 구조물을 설계할 때 적

용하는 기준 파랑, 항만 설계의 경우 설계 외력으로 50년 재현 빈도의 유외파를 주로 사용)로 DL(Datum Level, 수심 기준면)(+8.5m)였던 방파제 마루 높이를 100년 빈도 설계파를 적용, DL(+9.5~13.5m)로 높였다. 또한 내진 1등급 설계로 구조물의 안정성을 높이며 월파(파도의 저오름 작용에 의해 바닷물이 방파제나 방조제의 마루를 넘는 현상)를 방지하고 안전한 정온수역을 확보했다. 이는 지구온난화로 인한 해수면 상승에 대처하기 위한 세심한 과정이었다.

2015년 착공한 현장은 ▶지반개량공사 ▶등부표 설치 및 오락방지막공사 ▶사석공사 및 피복석공사 ▶케이스 제작 및 거치 ▶블록 제작 및 거치 ▶상치콘크리트공사 ▶방충재·곡주·전기시설 등 부대시설공사 ▶친수시설공사 순으로 51개월

간 대장정의 길을 걸었다. 특히 공사 초기, 구간별 지반 특성에 따라 준설처분공법과 DCM(Deep Cement Mixing)공법을 혼용해 지반 안정성을 확보하는 것은 물론 엄청난 규모의 사석, 피복석, 테트라포트를 적용하는 등 기초를 단단히 하는데 노력이 아끼지 않았다.

4000급 해상크레인 등 거대한 장비가 울려 퍼지는 현장. 자재로 쓰는 콘크리트 블록의 무게가 10~130t에 이르는 목격할 현장. 한시도 마음 놓기 힘든 나날이었지만 현장을 더욱 긴장하게 만든 건 단연 기상 조건이다. 특히 2016년 최대 파고 15m, 최대풍속 22.7%의 태풍 차바가 제체 사석 경사제 600m 중 300m를 유실시킨 망연자실한 순간도 있었다. 복구작업으로 3개월 공사 지연이 발생했지만 현장 직원 및 협력업체, 본사 유관부서와 합심해 공정관리에 철저히 임한 끝에 공기를 지켜내며 지난 10월 16일 성공적으로 준공식을 마쳤다.

음악이 흐르는 방파제, 파도가 연주하다

해가 저물고 방파제 전 구간에 조명이 켜지면 어두운 밤바다 위로 찬란한 빛이 흩날린다. 친수시설이 일박에 개방된 21일 저녁, 산책로를 거닐던 사람들은 카메라에 야경을 담느라 여념이 없었다. 해안선을 따라 총총히 걸진 불빛과 멀리 어우러진 여수세계박람회장의 전경도 사람들의 눈길을 사로잡는다. 여수 밤바다에 취해 걷다 보면 어느새 온화하게 들려오는 오션오르간 소리에 이끌려 발걸음이 멈춘다. 파도가 밀려들 때 발생하는 공기의 힘이 30개의 파이프를 움직여 연주하는 자연의 음악이다. 국내에선 최초로, 세계적으로는 크로아티아 남부 자다르 해변에 이어 두 번째 도입된 시설로 여수신북항을 대표해 가장 큰 이목을 끌고 있다.

이 외에도 해시계 광장, 광섬유 하트 조형물, 트리아트, 파이프오르간 등대 등 여수 바다의 운치를 만끽할 수 있는 시설이 곳곳에 마련되어 즐거움을 더한다. 전망대에 오르면 끝없이 펼쳐진 바다와 함께 여수외항에 정비된 무역선을 구경하는 재미도 쏠쏠하다.

자연재해, 현장 여건 변경 등 여러 어려움 속에서도 '기본에 충실하자'는 슬로건을 매일 마음에 새기며 달려온 여수신북항 외곽시설 축조공사 현장. 안전을 최우선으로 개인 안전보호구 착용 등 기본적인 부분에 충실한 결과 착공부터 준공에 이르는 긴 시간 동안 단 한 건의 안전사고 없이 현장을 마무리할 수 있었다. 현장 관계자는 "2019 해양수산부 항만공사 품질우수현장 선정, 현장 시공평가 98.82점 획득 등 우수한 실적을 기록해 그동안의 수고를 보상받은 것 같아 뿌듯하다"며 "현장을 지켜온 많은 직원을 비롯해 현장 중심 운영을 지원한 유관부서 임직원들이 함께 이룩한 결과라고 생각한다"고 밝혔다. 더불어 현장에서 얻은 값진 경험을 바탕으로 현대건설 항만공사 기술력 향상에 더욱 힘쓰겠다는 포부도 덧붙였다.

파도를 막아 정온수역을 확보하는 방파제 본연의 역할을 넘어 오통도, 여수세계박람회장과 함께 관광도시 여수의 랜드마크로 자리할 '친수형 방파제' 여수신북항. 2021년 계류시설까지 확보하면 관광선, 해경 선박, 급유선 등 약 200척의 선박이 접안해 효율적인 항만 지원 서비스를 제공하고 해상 재난에도 신속히 대처할 수 있게 된다. 첨단 시설과 아름다운 경관의 조화로 선박이 안전하게 머물고 사람도 즐거운 시간을 보낼 수 있도록 한 여수신북항 외곽시설 축조공사는 항만시설 패러다임의 변화를 선도적으로 이끌고 있다.

Great People interview

현장의 처음과 끝을 지키다 현장소장 이창진 부장대우

2000년 토목국내건축 실 입사 이후 신고리 원자력 1.2~3.4호기, UAE 원전건설공사 등 여러 현장을 거친 이창진 부장대우. 2014년 9월 토목국내건축팀장으로 부임해 이듬해 3월 여수신북항 외곽시설 축조공사 임명을 담당했다. 올해 1월 동 현장으로 소장으로 부임해 준공까지 성공적으로 수행하며 현장의 처음과 끝을 지켰다.



노하우가 탄탄한 해상공사 전문가 지원팀장 김상훈 차장

1998년 신입사원 시절, 세계 최초로 바다 위에 건설된 해상송전 첩합공사인 영흥7L에 부임한 김상훈 차장은 해상공사 전문가로 유명하다. 송도신도시 5, 7공구 공유수면호안 축조 및 준설공사, UAE 칼리파포트 항만공사, 아라벳빌 인천터미널, 쿠웨이트 부비안항만공사를 거쳐 여수신북항 외곽시설 축조공사까지 해양공사를 두루 섭렵해 해상공사에 대한 남다른 노하우를 갖고 있다.



'내 현장'이라는 책임감으로 지원팀장 김현우 차장

2006년 입사 후 첫 항만공사인 광양항 3단계 2차 컨테이너 터미널 축조공사에 부임해 5년간 항만공사를 수행했다. 당시의 경험으로 항만공사 현장 업무 수행의 밑거름을 쌓았다. 특히 여수신북항 외곽시설 축조공사의 경우, 착공부터 준공까지 공무 업무를 수행하며 현장이 성공적으로 준공하는데 일조했다.



"우리 현장은 제가 토목국내건축팀장으로 임명된 담당했던 곳입니다. 올해 초 현장 소장으로 발령받고 공사의 시작과 끝을 담당한다는 기쁨과 동시에 성공적으로 마무리해야 한다는 책임감을 가지고 부임했습니다. 우리 현장의 모든 직원이 기본과 원칙을 준수하며 공사를 수행했는데, 적극적인 리스크 관리와 자기 완결로 인한 덕에 성공적으로 준공할 수 있었다고 자부합니다."

"2016년 6월, 현장 대리인으로 부임한 초기에 지역 민원과 블록제작장 확보, 태풍 피해 등 어려움이 있었지만 누구보다 공정에 능숙한 현장 직원들과 함께하니 어려운 현안도 잘 해결할 수 있었습니다. 발주처 시공평가가 역대 최고 점수를 획득하며 무재로 준공을 마무리했다는 점에 보람과 의미를 느낍니다."

"2015년 현장 착공 시기에 부임해 2019년 준공 후 현재까지 현장을 몸담고 있습니다. 인근 울촌 현장 품질실을 임시사무실로 시작해 5개월의 대장정 끝에 준공을 성공적으로 달성한 것은 '현장을 책임진다'는 마음가짐으로 업무에 임했기 때문이라고 생각합니다. 아울러 착공부터 준공까지 현장에서 함께 불철주야 고생하셨던 모든 직원께 감사드립니다."

램프의 '걱정' 요정 지니야~ 내게 '쓸데없는 걱정'을 주렴

마음산책 끊임없이 걱정을 만드는 사람이 있다. 신기하게도 이들은 램프를 문질러 요정을 불러내듯, 근심과 걱정을 불러내는 '램프 증후군'에 걸렸을 가능성이 높다. 불필요한 걱정으로 스스로를 괴롭게 만들고 있다면 이번 칼럼을 정독해 보자. 글=박상미 마음치유 전문가

'별걸 다 걱정한다'고 생각할 만큼 주변을 둘러보면 '걱정선수'가 많다. 미국의 심리학자 에니 젤린스키(Ernie J. Zelinski)는 저서 『모르고 사는 즐거움』에서 "우리가 하는 걱정의 40%는 절대 현실에서 일어나지 않는 일이고, 30%는 이미 일어난 사건, 22%는 사소한 고민이며, 4%만 우리 힘으로는 바꿀 수 있는 일이다"고 했다. 즉 96%의 걱정은 할 필요가 없고 자신을 불행하게 만드는 '버려야 할 생각'들이다. 동화 속 주인공 알라딘이 램프를 문질러 요정 지니를 불러내듯, 걱정 램프를 문질러 자신의 고민거리를 만들고 있다면 '램프 증후군(Lamp syndrome)'일 가능성이 높다.

걱정이 걱정을 낳는 램프 증후군

걱정을 수시로 불러내고 그 걱정거리에서 헤어나오지 못하는 램프 증후군은 심리학 용어로 '과잉근심 증후군'이라고도 불린다. 복잡한 현대사회에서 걱정과 불안 없이 살기란 쉽지 않다. 물론 위험에 대비하는 조심성은 필요하지만 일어날 확률이 적은 일에 많은 시간과 감정을 소비하는 것은 문제다. 모든 상황에서 소극적으로 반응하고 새로운 도전의 기회를 스스로 없애며 불면증과 우울증까지 불러일으키기 때문이다. 일어나지 않은 미래의 일까지 '걱정' 하는 사람들의 특징은 이렇다.

1 상황을 부정적으로 인식

걱정이 많은 사람은 상황을 '흑백논리'로 평가한다. 새로운 업무에 도전했다고 가정해 보자. 긍정적인 사고를 하는 사람은 '이번엔 실수했지만 다음엔 잘해야지'라고 생각하지만 부정적인 사람은 '또 실패했어!'라고 반응하며 모든 것을 이분법적으로 나누어 접근한다.

2 과잉 일반화 하기

상황을 크고 포괄적으로 결론 내리며 일반화한다. 자신에게 예의를 지키지 않는 사람을 만난 경우, 대부분 '저 사람은 진짜 예의가 없네'라고 생각하며 무시하고 넘어갈 것이다. 그러나 걱정이 많은 사람은 '왜 사람들은 나를 만만하게 볼까, 내가 그런 행동을 했었나' 과거의 기억까지 끄집어내 생각한다. 결론적으로 모든 것을 자기의 탓으로 돌리며 자기 비하까지 하는 악순환에 갇힌다.

3 자신에 대한 심한 강박

스스로 "꼭 해야만 해!" "그렇게 하는 것은 절대 안 돼!"라고 통제할 때가 많다. 자신이 정한 규율을 깬 때는 죄책감과 자기혐오에 시달리고, 때로는 가까운 타인에게도 이와 같은 규율을 정하고 지키기를 강요한다. 만약 상대방이 기대와 다르게 행동하면 분노와 실망을 감추지 못한다. 또한 지나치게 도덕적이고 절대 피해를 쥐신 안 된다고 생각한다.

걱정선수들이 램프 증후군에서 벗어나려면?

가장 바꾸기 힘든 습관이 '생각하는 습관'이다. 평소 자신이 불안과 우울을 잘 느낀다면 객관적으로 생각해 볼 필요가 있다. 상황과 사건 그 자체가 불안함과 우울감을 불러일으키는지, 나름의 해석과 판단이 자신을 힘들게 만드는지 말이다. 만약 자신이 항상 좋지 못한 '상황'에 처한다고 '판단'하고, 그것이 스스로를 더 불행하게 만든다고 생각한다면 '비합리적이고 역기능적인 사고'를 자신도 모르게 하고 있는 것이다. 이런 사고가 만성화되면 24시간 걱정에서 해방될 수 없고, 설상가상 불안함과 우울감이 같이 나타날 가능성이 높다.

이때 '인지행동 상담치료'가 도움이 될 수 있다. 이는 비합리적인 사고와 행동을 바로잡는데 도움을 주는 상담 기법으로 '비합리적인 해석'을 하는 사고 습관에서 벗어나도록 도와준다. 그렇다고 무조건 긍정적으로 해석하는 사고방식이 옳다는 것은 아니다. 중요한 것은 상황을 객관적으로 해석하고 합리적으로 사고하는 습관을 가져야 한다는 것이다. 객관적이고 합리적인 사고를 위해서는 어떤 연습을 해야 할까? 먼저 스트레스를 느끼는 상황에 처했을 때, 자동적으로 사고하는 나의 '사고 패턴'을 파악해 '사고 기록지'를 작성하는 것이다. (사고 기록지란 스트레스를 느낄 때 자동적으로 떠오르는 생각을 기록하는 것)

- 1 기본 나쁜 감정을 일으킨 사건을 자세하게 적는다. (예: 팀장이 짜증스러운 목소리로 부름)
- 2 그 상황에서 느낀 자신의 감정과 스쳐 간 '자동적 사고'



를 기록한다. (예: 나를 무시하는 것 같아서 짜증이 났고, 혹시 실수를 한 건 아닌지 걱정되고 불안해짐)

3 '생각'과 '상황'을 객관적으로 '관찰'한 것인지 '판단'한 것인지 구분한다. (예: 팀장이 나를 무시함=판단에 가까움)

3-1 추가 질문 "그가 나를 무시했다는 내 생각을 뒷받침할 근거는 무엇인가?" "내가 제3자라면 같은 상황에 처한 사람에게 어떤 조언을 할까?"

4 '관찰'이 아닌 '판단' 때문에 스트레스를 느낀 것은 아닌가 체크한다. (예: 호출은 단순한 업무 지시였고 몸이 안 좋은 팀장은 반차를 났음. 무시한다는 건 '판단'이었고, 실수에 대한 걱정은 판단에서 비롯된 불안이었음)

사고 기록지를 꾸준히 작성하다 보면 자신의 '사고 패턴'을 알 수 있다. 자신의 자동적 사고가 '비합리적이고 역기능적인 사고'라는 걸 감지하게 되면, 부정적인 감정을 선택하는 오류를 줄일 수 있게 되고 상황을 객관적으로 바라보는 능력이 생긴다. 걱정을 끊임없이 하는 습관 역시 우리의 노력에 따라 얼마든지 바꿀 수 있다.

고민상담소



고민이 너무 많아서 밤잠을 설칠 정도입니다. 이렇게 걱정을 하다 보면 또 다른 걱정에도 빠지게 되고요. 그렇다 보니 의욕도 없고 계속 안 좋은 상상을 많이 하게 됩니다. 다른 사람들이 제게 말을 할 때 조금이라도 툴이 바뀌면 걱정돼 아무것도 할 수 없어요.

자신에게 관대해지고 스스로를 편하게 풀어주는 자세가 필요합니다. 타인을 많이 의식하는 사람일수록 과잉 일반화 및 압박이 심하죠. 또한 자신의 작은 실수도 용납하지 못하고 타인의 평가에도 크게 좌지우지되기 쉬워요. 그러나 핵심 포인트는 타인은 나에게 별 관심이 없어요. 모든 사람은 자신의 문제에 집중하고 있기 때문에 '나'를 어떻게 바라볼지 걱정 안 해도 됩니다. 타인의 시선이 좀 안 좋으면 어때요? 나를 좋아하는 사람과 어울리며 살기에도 시간이 부족한 게 인생인걸요. 나와 주변 사람을 힘들게 하는 '걱정하는 습관'에서 벗어나야 합니다. 나를 높게 만들고 인생의 폭을 좁게 만드는 '걱정 버리기' 연습부터 시작해 봅시다. 어떻게 시작해야 할지 모르겠다면 이 방법도 좋습니다! '걱정을 해서 나아질 수 있는가?'를 따져보고, 아니라면 바로 화장실에 가서 손을 씻는 거죠. 손의 물기를 털 때 걱정까지 털어버리는 '상징적인 행동'을 하는 것이 굉장히 도움이 될 수 있어요. 기억하세요! 걱정이 상황을 변화시킬 수 있는 경우는 거의 없습니다!

박상미 전문가에게 상담받고 싶은 이야기가 있다면 이메일을 보내주세요. 고민은 익명으로 소개됩니다. ✉news@hdec.co.kr

Check List! 걱정이 많은 당신, 자가 테스트!

- 꼬리에 꼬리를 무는 걱정에서 벗어나지 못한다
- 집중이 되지 않아 일어나 공부나 손에 잡히지 않는다
- 이리저리 저러지도 못하면서 결정을 내리지 못한다
- 계속 상황이 잘못될 경우를 생각하며 절망감에 사로잡힌다
- 남에게 표현하지 못하고 혼자 끔찍하다
- 잠을 이루지 못하거나 반복적으로 악몽을 본다
- 내가 잘못해서 그런 것이 아닐까 죄책감에 사로잡힌다
- 평소 재있던 일조차 하고 싶지 않다
- 사소한 일에도 짜증이 나고 화가 난다
- 작은 일에도 깜짝깜짝 놀란다
- 생각이 너무 많아져 정작 중요한 생각을 하지 못한다
- 두통, 복통, 피로감 등의 신체적 증상이 나타난다
- 사람들이 많은 곳에 가기 싫다
- 사람들 앞에서 실수할까 두렵다
- 별일 아닌데도 심한 부끄러움을 느낀다
- 나를 괴롭히는 사람이나 상황을 줄곧 회피하려고 한다
- 지나치게 조심해 스스로 힘들다
- 항상 불안하고 사람과 세상을 신뢰하지 못한다
- 걱정의 원인이 된 특정 대상 이후에도 두려워질 때가 있다 (ex. 건강 염려, 비행기-버스-엘리베이터 등 탑승 불가)
- 스스로 걱정에서 벗어나기 위한 특정 행위가 있다 (ex. 정돈하기, 숫자 세기, 같은 단어 반복하기)

테스트 결과

0개 매우 긍정적인 편, 걱정에 대한 내성이 강한 사람

1~3개 사소한 걱정을 하는 사람, 대부분이 속한

4~8개 평범한 사람보다 조금 더 걱정하고, 걱정에 대한 영향도 제법 받음

9~15개 심각한 걱정쟁이!

많은 근심과 걱정 때문에 본인과 주변을 괴롭게 할 수 있음

16개 이상 전문가의 도움이 필요함

출처: 건강다이제스트



지금 아니면 늦을, 가을 비경 '특별한 단풍'을 만나다

화담숲

여행칼럼 따사로운 햇빛과 선선한 바람을 벗 삼아 야외활동을 즐기기에 제격인 계절이다. 가을의 빛깔로 물들고 있는 전국의 숨겨진 비경을 소개한다. 정리=강은비 / 사진=베어트리파크, 화담숲, 남이섬, 중앙포토제공

국내 곳곳이 오색 빛 단풍으로 곱게 물들고 있다. 푸릇푸릇하던 지난 계절과는 다르게 절정에 이른 가을의 정취를 만끽하고 싶다면 이곳을 참고해 보자. 가을이 깊어질 즈음, 한시적으로만 개방해 더욱 특별한 단풍을 만날 수 있다.

가을의 낭만을 담은 베어트리파크 단풍낙엽 산책길
세종시에 위치한 베어트리파크에는 특별한 산책로가 있다. 1년에 딱 한번, 단풍이 드는 가을에만 개방하는 '단풍낙엽 산책길'이 바로 그곳이다. 지난 10월 12일에 개방해 11월 10일까지만 공개되는 이 산책로는 베어트리파크의 산허리를 한 바퀴 돌아볼 수 있도록 조성됐다. 평소 출입제한으로 자연을 보호한 덕에 은행나무와 느티나무가 더욱 울창한 숲을 거닐 수 있다.

가을의 정취를 추억으로 남길 수 있는 포토존과 산책길 걷는 즐거움을 더해줄 SNS 이벤트도 마련됐다. 단풍낙엽 산책길에서 찍은 사진을 인스타그램에 지정된 해시태그와 함께 올리면 추첨을 통해 입장권 등 다양한 선물을 제공한다. 여유로운 가을을 만끽하고 싶다면 베어트리파크에 방문해 보자.

- 장소 베어트리파크 단풍낙엽 산책길
- 기간 10월 12일(토)~11월 10일(일) 오전 9시~오후 7시
- 입장권 성인 1만원, 어린이 8000원

단풍과 국화가 절묘한 조화를 이룬 화담숲
단풍으로 유명한 국내 명소가 많지만, 서울에서 멀리 떨어진 위치에 형형색색 단풍을 감상할 수 있는 곳이 있다. 서울에서 차로 40분 거리면 닿는 경기도 광주의 '화담숲'이다. 화담이라는 이름답게 도란도란 정담게 이야기를 나누며 걸을 수 있는 산책로가 조성된 이곳은 우리나라에 자생하는 모든 단풍을 한번에 볼 수 있을 만큼 400여 종의 다양한 단풍나무 품종이 있다. 특히 고운 빛깔로 방문객의 마음을 사로잡는 내장단풍도 감상할 수 있다.

오색 빛깔 단풍숲을 온전히 즐기는 방법은 총 길이 5.3km의 숲속산책길을 따라 천천히 걷는 것이다. 완만한 경사로의 나무데크 길이 조성돼 있어 유모차를 끄는 부모와 어린이, 걸음이 불편한 어르신까지 가족 나들이로 제격이다. 걷기 부담스럽다면 30분 안에 숲 전체를 돌아볼 수 있는 모노레일을 이용해 단풍을 즐길 수도 있다. 단풍 축제는 오는 11월 3일까지지만 축제 기간 이후에도 볼거리는 풍성하다.



베어트리파크 '단풍낙엽 산책길'



남이섬 '단풍선'



곡교천 '은행나무길'

국화 및 소나무 정원 등 다양한 개성을 지닌 테마원이 있고, 특히 올해는 화담숲 전역에 총 100만 송이의 국화도 자태를 뽐내고 있다고 하니 가을의 운치를 이곳에서 누리 보는 것은 어떨까.

- 장소 경기도 광주 화담숲
- 기간 10월 12일(토)~11월 3일(일)
위 기간 중 주말(토, 일)은 사전예약 필수
- 입장권 성인 1만원, 경로/청소년 8000원 / 어린이 6000원

북한강 물안개와 즐기는 단풍명소 남이섬 단풍선
다른 곳보다 일찍 물드는 것으로 유명한 남이섬의 단풍. 저마다의 색으로 화려함을 뽐내는 이곳의 또다른 포인트는 새벽 일찍 피어오르는 물안개다. 자옥한 물안개를 가르며 남이섬에 도착하고 싶다면 '단풍선'에 탑승하자. 오는 11월 13일까지만 특별 운항하는 이 배는 평일 오전 7시30분, 주말에는 오전 7시부터 탈 수 있다.

남이섬의 초입부터 다양한 색으로 조화를 이루고 있는 산책길을 따라 걷다 보면 남이섬에서 가을빛 꼭 들려야 할 명소 '송파은행나무길'이 나온다. 이 길이 더욱 특별한 이유는 송파구에서 공수한 은행잎을 소복이 쌓아 은행나무와 길 위에 쌓여 있는 노란 잎이 가을 햇빛과 어우러져 장관을 이루기 때문이다. 이 산책로 외에도 '강변연인 은행나무길'과 '백풍밀월' '나홀로 은행나무' '메타세쿼이아길' 등이 있어 사랑하는 사람과 함께 가을의 비경을 추억으로 남기기 좋다.

- 장소 경기도 가평군 남이섬
- 단풍선 기간 10월 12일(토)~11월 10일(일)
평일 오전 7시30분 / 주말 오전 7시
- 문의 031-581-8154

전국 아름다운 10대 가로수길 곡교천 은행나무길
충남 아산에는 은행나무 단풍 명소가 있다. 우리에게 아산 은행나무길로 더 익숙한 이곳은 '곡교천 은행나무길'로 '전국의 아름다운 10대 가로수길'이자 '한국의 아름다운 길 100선' 중 한 곳으로 선정될 만큼 은행잎의 자태가 곱다. 아산시 염치읍 곡교천 충무교에서 백암리 현충사 입구까지 조성된 길은 2.2km로 짧지만, 약 350여 그루의 은행나무가 일제히 심어져 있어 경치가 빼어나다. 가을의 청명한 하늘과 노란 은행나무길을 배경으로 사진을 찍으려는 사람들로 평일과 주말 모두 인산인해다. 노랑계 물든 은행잎은 잊지 말고 봐야 하는 가을 빛 절경이지만 특별한 추억을 남기고 싶다면 축제 기간에 들러보자. 축제는 11월 1일에서 3일까지 진행되며 버스킹 공연과 플리마켓, 다양한 체험 프로그램을 함께 즐길 수 있다.

- 장소 충남 현충사 곡교천 은행나무길
- 문의 아산문화재단 041-540-2428



국내 '빅3' 클래식 공연기획사 **빈체로 이창주 대표**

Classic is my LIFE

피플인사이드 5월의 어느 날, 그룹웨어에 '차이나 필하모닉' 공연 초대 글이 올라왔다. 반응은 폭발적이었고, 클래식에 대한 사우들의 관심을 엿볼 수 있었다. 당시 공연 주최는 국내 '빅3' 클래식 공연기획사인 빈체로, 음악 애호가에게 더 유명한 곳이다. 완연한 가을, <사보신문>은 빈체로의 이창주 대표를 만나 클래식 음악에 대한 그의 철학을 들어보았다. 글=박현희/사진=이슬기

2015년 쇼팽 국제 피아노 콩쿠르에서 우승하며 정상 자리에 우뚝 선 피아니스트 조성진. 국내에 클래식 열풍을 몰고 온 인물이지만, 정작 그는 클래식의 대중화가 아닌 '대중의 클래식화'를 강조한다. 국내 '빅3' 클래식 공연기획사로 꼽히는 빈체로의 이창주 대표 역시 조성진과 의견을 함께한다. 그는 클래식의 본질을 흐리지 않으면서 대중이 클래식 음악을 이해할 수 있도록 돕고 싶다고 말했다.

"클래식을 재즈화하는 식은 추구하지 않습니다. 진입장벽이 높다고 담벼락을 허무는 것이 아니라 어렵더라도 담을 넘을 수 있도록 힘을 주는 역할을 하고 싶죠. 전시를 볼 때 도슨트에게 작품 설명을 들으면 이해가 훨씬 쉽듯, 클래식도 마찬가지입니다. 팁을 드리자면 클래식 중에서도 비발디(4계), 베토벤(심포니)처럼 익숙한 음악이 있을 겁니다. 만약 베토벤이라면 시대 배경, 생애, 성격 등을 알아보는 거죠. 그런 후 베토벤의 곡을 들으면

훨씬 편하게 느껴질 겁니다."

빈체로는 '클래식 마니아'에게 더 유명한 순수 클래식 전문 공연기획사다. 알 만한 해의 대형 오케스트라부터 국내에 아직 알려지지 않은 실력과 오케스트라까지 두루 소개해 왔다. 올 하반기에는 '필라델피아 오케스트라'와 '백건우와 쇼팽'이 진행되는데, 모두 조기에 매진됐다.

"필라델피아 오케스트라'는 미국의 5대 오케스트라 중 하나입니다. 거기에 협연자가 피아니스트 조성진이라 클래식 팬들의 반응이 뜨거웠죠. 백건우 선생님은 빈체로의 전속 아티스트입니다. 백 선생님은 처음 피아노를 시작할 때부터 쇼팽을 연주했어요. 연주 경력이 50년이 넘는 지금 원숙한 기량으로 다시 쇼팽을 연주한다는 점에서 애호가들의 높은 관심을 받았습시다."

최근 빈체로는 SNS를 통해 2020년 라인업을 공개했다. 미국 대표 관현악단 '보스턴 심포니'부터

세계 정상의 오케스트라로 불리는 '도이치 캄머 필하모닉'까지, 그 면면이 화려하다. 그중 현대건설 사우들에게 추천하고 싶은 공연은 무엇일까.

"4월에 있을 '테오도르 쿠렌치스&무지카 에테르나'는 아주 파격적일 겁니다. 클래식의 본질은 그대로 가져가면서 해석을 독특하게 하거든요. 클래식의 폭발적인 에너지, 또 다른 매력이 궁금한 분에게는 이 공연을 추천하고 싶습니다. 내년이 베토벤 탄생 250주년인 만큼 9월의 '루돌프 부흐빈더&디아벨리'도 매력적입니다. 루돌프 부흐빈더는 베토벤 스페셜리스트라 불리는 피아니스트인데요. 클래식 공연을 처음 보는 사람도 흡족할 만한 공연입니다."

회사와 가정에서 '빈체로'하기!

이창주 대표의 첫 이력은 클래식과 거리가 멀다. 한국에서 독일어를, 오스트리아에서 호텔경영을 전공한 그는 독일에서 여행 사업을 시작했지만 자신과 맞지 않아 '스포츠 에이전트'로 변신했다. 1990년 대한축구협회와 계약한 후에는 4년간 한국 국가대표팀의 전지훈련, 국가대항전 등을 주선하기도 했다.

음악 비즈니스를 예감하게 된 것은 대한축구협회 유럽 에이전트로 참석한 90년 로마 월드컵 전 야제 때다. 테너 루치아노 파바로티는 전야제에

서 오페라 <투란도트>의 아리아 '공주는 잠 못 이루고'를 노래하며 가슴 벅찬 목소리로 "승리(빈체로-Vincero)는 나의 것"을 외쳤다. 이 가사 한 구절은 그의 가슴을 크게 울렸다.

"파바로티가 기쁨과 환희에 찬 목소리로 '빈체로'라고 했을 때, 가슴 한구석이 뜨거워지는 것을 느꼈습니다. 언젠가 한국에서 음악 비즈니스를 하겠다고 다짐하며, 회사 이름도 그때 정했죠."

'승리하리라'라는 의미의 이탈리아어 빈체로. 30년 세월 동안 이 단어를 가슴속에 품고 있는 이창주 대표에게 승리의 의미를 물었다.

"승리와 성공을 동의어로 보는 사람들도 있습니다. 하지만 저는 성공보다는 승리하는 삶을 살고 싶어요. 제가 승리를 했는지, 패배를 했는지는 아직 모릅니다. 그건 아마도 세상을 떠날 때 알 수 있겠죠. 매일매일 승리하며 인생을 살아가는 것, 어쩌면 승리는 제게 죽는 날까지 현재 진행형일 겁니다."

"세상을 변화시키는 트랜스포머로서의 삶은 아니었지만 사회에 충실한 일원으로서 묵묵하게 살아왔다"는 이창주 대표. 그는 인터뷰를 마무리하며 사우들에게 따뜻한 말 한마디를 건넸다.

"열심히 일하는 것도 중요하지만 가끔은 가정과 삶을 돌아보는 시간도 가져야 합니다. 정신적인 풍요로움을 놓쳐서는 안 되니까요. 일본 아니라 개인의 삶에서도 '빈체로'하기를 기원합니다!"

이창주 대표 추천! 가을과 꼭 맞는 클래식 작품 Best

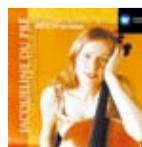
막스 브루흐 콜 니드라이

"단일 악장의 매력적인 첼로 협주곡입니다. 막스 브루흐는 브람스, 슈만과 함께 독일 낭만주의를 빛낸 작곡가이고, 콜 니드라이는 '신의 날'이라는 의미로, 유대교 속죄일 전야(유대 달력 기준) 예배 시작 전에 부르는 성가입니다. 종교적인 의미가 있는 작품이지만, 신을 향해 울부짖으며 기도하는 듯한 첼로 독주 선율이 인상적이어서 많은 사랑을 받고 있습니다."

추천 음반



피에르 푸르니에 라무뢰 오케스트라 (1960)



자클린 뒤 프레 이스라엘 필하모닉 (2002)

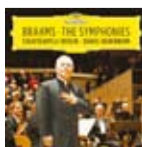
브람스 교향곡 3번 Op.90 3악장

"가을이면 브람스의 음악이 생각난다는 사람이 많습니다. 그만큼 운치 있는 작품을 남긴 대표 '낭만 음악' 작곡가입니다. 브람스의 4개 교향곡 중 3번 3악장은 프랑스 작가 프랑수아즈 사강의 소설 『브람스가 좋아하세요』와 동명의 영화 배경음악으로 등장해 많은 사랑을 받아왔습니다. 브람스 교향곡 중 가장 로맨틱한 분위기입니다."

추천 음반



세르주 첼리비다케 뮌헨 필하모닉 (1979)



다니엘 바렌보임 베를린 슈타츠키펠레 (2018)

드보르자크 바이올린과 관현악을 위한 로망스, Op.11

"로망스는 이름에서 알 수 있듯, 낭만적이고 자유로운 형식의 곡입니다. 12분 정도 소요되는 단일 악장 바이올린 협주곡으로, 드보르자크 본인도 특별히 좋아했다고 알려졌습니다. 애절하면서 쓸쓸한 분위기의 슬로 바이올린 선율이 감상자로 하여금 특별한 추억에 잠기게 만들어 줍니다."

추천 음반



길 샤함 오페루스 챔버 오케스트라(1996)



핀커스 주커만 세인트폴 챔버 오케스트라(2006)

그랑드 자트 섬의 비밀

과학산책 19세기 말 파리지역들은 일요일이 되면 강변에서 따사로운 햇살을 받으며 오후를 즐겼다. 프랑스 인상주의 화가 조르주 피에르 쇠라(Georges-Pierre Seurat)는 이런 일상의 여유를 즐기는 사람들을 그림으로 표현했다. 치밀한 계산 하에 약 308×207cm의 화폭에 수많은 점을 찍어 기존 화가들의 그림과 다른 새로운 느낌의 그림을 그렸다. 과학을 바탕으로 한 새로운 미술 기법이였다. 이렇게 <그랑드 자트 섬의 일요일 오후(Sunday Afternoon on the Island of La Grande Jatte, 1884~1886)>라는 대작이 탄생했다. 글=최원석 과학칼럼니스트



색에 대한 새로운 생각

'사과는 왜 빨간색이 보일까?'라는 질문은 단순해 보이지만 뉴턴이 등장할 때까지는 아무도 그 이유를 알지 못했다. 옛날 사람들은 그것이 단지 사과가 가진 특성으로, 사과에서 빨간빛이 나오기 때문이라고 생각했다. 암흑 속에서 사과를 볼 수 없으니 빨간색이 그 고유의 특성은 아니라는 것을 짐작했을지도 모른다. 하지만 다른 답을 찾기도 쉽지 않았다. 사과의 빨간색은 사과가 아니라 빛에 의한 것이라는 사실은 뉴턴이 밝혀냈다. 프리즘을 이용한 실험을 통해 색은 물체가 아닌 빛 속에 존재한다는 것을 증명했기 때문이다.

뉴턴 덕분에 빛 속에 색이 있다는 것이 밝혀졌지만 사과와 빨간색에 대한 비밀이 완전히 벗겨진 것은 아니다. 과학책에서는 빛 속에 색이 있다고 말하지만 그러한 물리 지식이 때로는 색의 진짜 정체를 이해하는 데 방해가 되기도 한다. 색이라는 개념을 물리학에서 다루면서 마치 객관적인 색이 자연에 존재하는 듯 착각하게 만들기 때문이다. 우리가 말하는 색은 '인지' 하는 것이지 존재하는 것이 아니다. 사과에서 나오는 빛의 파장을 객관적으로 측정할 수 있지만 그 파장의 빛을 어떤 빨간색으로 느끼는지는 개인의 문제다. 즉 빨간색이라고 표현하더라도 개인이 느끼는 빨간색에 대한 느낌이 완벽하게 같지 않다는 것이다. 그래서 태어날 때부터 아무것도 볼 수 없었던 사람은 빨간색이 무엇인지 알 수 없고, 그에게 빨간색을 설명할 방법도 없다. 색은 다른 감각으로 대체해 설명할 방법이 없기 때문이다.

빛은 광자로 되어 있는데, 광자 어디에도 색이라는 것은 없다. 다양한 파장의 광자가 망막에 부딪히면 우리 그것을 색으로 느낄 뿐이다. 파장이 620~750nm인 1.60~2.00eV(전자볼트)의 에너지를 가진 빛은 우리의 뇌가 빨간색으로 인식한다. 따라서 색이라는 것은 물리적 존재인 빛에 대한 주관적 느낌이다. 물리만으로 색을 설명하는 데 부족함을 느낀 뉴턴도 『광학』(1704)의 마지막 부분에 사람이 어떻게 색을 인식하는지에 대한 의문을 남겼다.

색 인지에 대한 선구적 업적을 남긴 이는 독일의 대문호 괴테였다. 우린 흔히 그를 『젊은 베르테르의 슬픔』(1774)이나 『파우스트』(1831)를 쓴 작가로 알고 있지만 아이러니하게도 괴테는 문학가보다 과학자로서 자신의 업적이 더 위대하다고 여겼다. 괴테도 뉴턴과 마찬가지로 프리즘을 이용해 빛의 본질을 탐구하기 위해 다양한 노력을 기울인 후 『색채론』(1810)을 펴냈다. 두 책을 보면 빛과 색이라는 동일한 주제에 대해 두 사람의 견해가 전혀 달랐다는 것을 알 수 있다. 뉴턴은 색을 객관적인 현상으로 파악하고 취급했지만, 괴테는 사람의 인식에 따른 주관적인 현상으로 여겼다. 당연히

과학계에서는 뉴턴의 객관적 방법론을 지지했고, 예술계에서는 괴테의 주관적 인식론에 열렬한 지지를 보였다.

새로운 생각이 탄생시킨 새로운 그림

과학계에서 괴테의 색채론을 철저히 무시하는 동안 괴테의 이론에 영향을 받은 화가도 있었다. 영국의 국민 화가로 불리는 윌리엄 터너는 풍경화를 즐겨 그렸는데, 괴테의 이론을 접한 후 <빛과 색채(괴테의 이론): 대홍수 후의 아침>(1843)처럼 형태보다는 색채를 강조하는 그림을 그렸다. 과학기술에 관심이 많고 실험정신이 강했던 터너는 자연의 빛이 주는 강렬한 느낌을 <비, 증기, 속도-그레이트 웨스턴 철도(1844)>와 같은 그림으로 표현해 인상주의 탄생에 많은 영향을 준다. 원래 인상주의라는 이름은 모네의 <인상: 해돋이>(1872)라는 작품에서 기인했는데, 그들의 그림을 비교는 투로 부른 이름이었다. 하지만 색채를 중요하게 여긴 인상주의에 동조하는 화가가 늘어나면서 하나의 유파가 형성됐다.

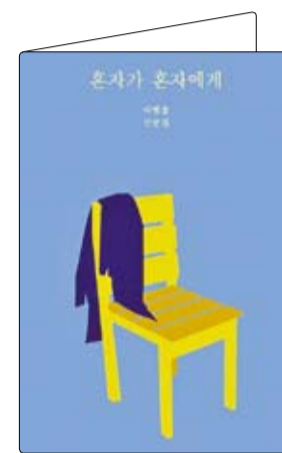
자연에 대한 주관적 인식을 강조했던 인상주의 화가들은 빛이 준 순간적인 느낌을 그림으로 나타냈다. 색채를 중요하게 여겼기에 인상주의는 선이나 형태에 대해서는 다소 소홀할 수밖에 없었다. 심지어 제목을 보지 않으면 무슨 그림인지 알기 어려울 때도 있었다. 하지만 쇠라의 그림은 이전의 인상주의 그림과는 달랐다. 점묘법을 통해 빛이 주는 밝은 색채를 담아내면서 형태의 견고함도 유지했다. 색칠을 하지 않고 점을 찍어 자연의 색인 빛을 그대로 담아낼 수 있었던 것이다. 또한 점을 찍어 표현함으로써 고전적인 그림들처럼 형태도 알아볼 수 있었다. 쇠라가 점묘법을 선택한 것은 물감을 섞으면 색은 점점 어두워지지만 빛은 더할수록 밝아진다는 것을 알고 있었기 때문이다. '꼬마 화학자'라는 별명으로 불렸던 쇠라는 분광학적(빛을 여러 가지 단색광의 가는 선, 어두운 선 또는 띠 파위의 스펙트럼으로 나누어 연구하는 것) 지식을 토대로 섬세하게 점을 찍어서 밝게 보이면서도 형태를 유지하는 그림을 그릴 수 있었다.

총천연색의 잡지 사진도 단지 4색(CMYK: Cyan, Magenta, Yellow, Black)의 물감을 통해 표현하는 점묘법의 원리를 따르고 있다는 것을 생각해 보면 쇠라의 과학적 통찰이 매우 뛰어났다는 것을 알 수 있다. 쇠라뿐 아니라 모네나 고갱, 고흐와 같은 인상파 화가들 모두 색채가 감성을 자극한다는 사실을 알고 그것을 그림으로 표현했다. 강렬한 노란색이 압권인 고흐의 그림을 분광학적 관점에서 보면 고흐가 색채 표현에 얼마나 많은 고민을 쏟아부었는지 알 수 있다.

문화책갈피

독서로 채우는 단풍의 계절

“왜 혼자냐고요, 괜찮아요” **혼자가 혼자에게**



저자 이병률
출판사 달
『칼림』 『바람이 분다 당신이 좋다』 등 제목만으로도 설렘을 주는 저서로 많은 사랑을 받은 이병률 시인이 5년 만에 펴낸 신작 산문집. 시인으로서, 여행자로써 오랫동안 '혼자'에 집중해 온 그가 혼자의 자세와 단상에 대해 이야기한다. '혼자'를 강조하는 것이 '함께'를 외면하는 일은 아니다. 혼자인 시간을 잘 활용하는 사람이 혼자인 자신을 잘 운영할 수 있음은 분명한 일. 왠지 모를 고독함이 느껴지는 가을, '오롯이 혼자인 나'를 돌아보는 시간을 가져보자.

부담 없이 떠나는 반나절 걷기 여행 **잠깐 다녀오겠습니다**



저자 임운석
출판사 시공사
일상에 지친 이들에게 권하는 심포 처방전. 뻘뻘한 일정, 복잡한 준비 과정, 낙담한 예산, 이 모든 것으로부터 자유로운 '걷기 여행'을 떠나보자. 혼자 거닐기 좋은 길, 피톤치드 향을 가득 마실 수 있는 길, 아날로그 감성 가득한 골목길 등 다양한 콘셉트에 따른 걷기 코스를 시작으로 간략한 동선, 주변 맛집 및 여행지까지 소개한다. 별 좋고 바람 시원한 가을날, 운동화 끈 단단히 매고 좋아하는 간식만 챙기면 일상의 슬한 고민을 내려놓을 준비 완료!

이웃집 뒷마당에서 사람의 뼈가 발견됐다 **잔혹한 어머니의 날 1·2**



저자 넬레 노이하우스
출판사 북로드
유럽의 미스터리 여행 넬레 노이하우스의 '타우누스 시리즈' 중 아홉 번째 작품. 80대 노인의 고독사, 그 집 마당에서 발견된 사람의 뼈들. 사회적 통제의 실패와 패륜에 대한 문제를 빠른 속도감, 밀도 높은 구성으로 그려낸다. 섬세하고 유려한 언어로 묘사된 장면들은 인간심연에 도사리는 어둠과 공포를 자극한다. 군것질거리를 옆에 두고 몰입하는 섬뜩한 시간은 가을밤을 즐길 수 있는 또 하나의 묘미가 아닐까.

경자년 쥐의 해, 새로운 트렌드 분석 **트렌드 코리아 2020**



저자 김난도, 전미영, 최지혜 외
출판사 미래의창
해마다 우리 시대를 관통하는 주요 흐름을 예측하는 '트렌드 코리아 시리즈'. 경자년 쥐띠 해를 장식할 이번 책에서는 2019년 소비 트렌드를 되짚어보고 2020년 소비문화 흐름을 예측한다. 첫 번째 키워드는 현대인이 상황에 따라 가면을 바꿔 쓰듯 다양한 정체성을 가지게 됐다는 의미의 '멀티 페르소나'. '세분화' '양면성' '성장' 세 축을 중심으로 현대인의 커뮤니케이션 패러다임 변화와 함께 '오픈세대' '업글인간' '팬슈머' 등 내년 한 해 이슈를 전망해 본다.



© Elliott Erwitt/Magnum Photos

매그넘 인 파리 展

2019.9.25~2020.2.9

예술의전당 한가람디자인미술관
서울 서초구 남부순환로 2406
02-580-1300

천의 얼굴을 가진 도시, 세계 예술의 수도로 불리는 프랑스 파리는 전 세계 사람들에게 자유와 낭만의 대명사다. 누구나 평생에 한번은 가보기를 꿈꾸지만, 막상 도시에 들어서면 그렸던 모습과 사뭇 다른 모습에 '배신감'을 느끼는 사람도 적지 않은 그곳. 낭만적인 면모와 화려함 뒤에 가려진 도시 파리의 이면을 동시에 느낄 수 있는 전시가 예술의전당 한가람디자인미술관에서 열리고 있다.

'매그넘 인 파리'展은 앙리 카르티에 브레송, 로버트 카파, 마크 리부, 엘리엇 어윗 등 20세기 사진의 신화로 불리는 매그넘 포토스(Magnum Photos)의 소속 작가 40명의 앵글을 통해 본 파리의 90년 역사다. 전시는 총 12개 주제로 구성된다. 참여 작가의 소개 영상을 시작으로 ▶파리, 가난과 전쟁으로 물들다(1932~1944) ▶재건의 시대(1945~1959) ▶낭만과 혁명의 사이에서(1960~1969) ▶파리는 날마다 축제(1970~1989) ▶파리의 오늘과 만나다(1990~2019) 등 시대 순으로 나열해 관객들을 파리의 과거부터 현재까지로 안내한다. 나들이하기 좋은 요즘, 이번 전시는 파리를 사랑하는 사람에게 즐거운 산책이 될 것이다.

1 엘리엇 어윗, 에펠 타워 100주년, 파리, 프랑스, 1989 2 앙리 카르티에 브레송, 파리, 프랑스, 1954 3 브뤼노 바르베, '리퍼블리크'에서 '당페르-로슈로'로 향하는 학생과 노동자로 구성된 시위대, 파리, 프랑스, 1968 4 앙리 카르티에 브레송, 파리, 프랑스, 1985



© Fondation Henri Cartier-Bresson/Magnum Photos



© Bruno Barbey/Magnum Photos



© Henri Cartier-Bresson/Magnum Photos