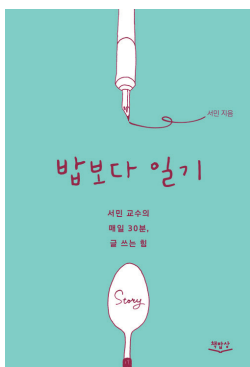


책밥상 보도자료

- ◆ 도서명 | 밥보다 일기 ◆ 저자 | 서민 ◆ 정가 | 15,000원 ◆ 출간일 | 2018년 10월 29일
- ◆ ISBN | 979-11-964570-0-6 03800 ◆ 쪽수 | 264쪽 ◆ 판형 / 제본 형태 | 128*188 / 무선
- ◆ 분류 | 국내도서 > 인문학 > 책읽기/ 글쓰기 > 글쓰기

1. 책 소개



일기의 기적, 하루 세 끼는 안 먹더라도 오늘 일기는 꼭 씁니다.

나는 책마다 말아먹던 폭풍좌절 속 저자를, '사이다' 같은 글을 써 사랑 받는 셀럽 작가로 만든 비결은 바로 매일 30분씩 일기 쓰기! 일기를 왜 써야 하는지, 일기가 글쓰기와 어떤 관련이 있는지, 어떻게 써야 매일 30분씩 쓸 수 있는지, 저자가 직접 작성한 일기 예문을 보여 주며 글쓰기 방법을 알려주는 이 책은 저자의 오묘한 경험에서 나온 방법이기에 누구라도 당장 일기를 쓸 마음을 먹게 합니다. 하루 세 끼 밥을 챙겨 먹는 것보다 매일 조금씩 쓰는 일기가 삶에서 더 중요함을 강조하는 저자의 글쓰기 방법은 소소한 일상에 의미를 부여해 독보적인 나만의 드라마를 만드는 '인생의 글쓰기'를 시작하게 하며, 글 좀 써본 사람들은 물론이고 글 한 번 써보지 않았던 '글쓰기 초짜' 에게도 콧속 박히고 술술 따라할 수 있을 효율적이고도 쉬운 글쓰기를 제안합니다.

2. 책 속에서

“직장인 A: 밥 먹으러 가죠.

직장인 B: 먼저 가세요. 전 일기 써야 해요.

직장인 A: 아니 어쩌다가 일기를 안 쓰셨어요. 그렇게 안 봤는데...” _저자 서문 중

“글쓰기 연습을 한다고 하면 대개 글쓰기 책을 삽니다. 그 책을 읽으면 글을 잘 쓸 것 같은 기분이 들긴 합니다만 막상 써보면 그게 착각이었다는 걸 깨닫게 됩니다. 글은 배운다고 되는 게 아니라 ‘매일 조금씩’ 써야 습니다. 수많은 글쓰기 책들이 공통적으로 요구하는 것도 이것입니다 제가 글쓰기를 위해 하루 30분씩 쓰라고 한 것도 이 때문이고요. 근데 하루 이틀도 아니고 하루에 30분씩 도대체 무슨 글을 써야 할까요?” _29쪽

일기 예 17) 지구인들, 정신 차리세요!

“태양 형님과 나는 만날 일이 없는 존재들이다. 형님은 천체의 중심에 있고 난 지구 주위를 도는 위성에 불과하니 말이다. 그런데 아주 가끔, 내 동선이 꼬이면서 내가 형님과 지구 사이에 위치하는 일이 벌어진다. 본의 아니게 형님의 앞길을 막아서게 되는 것이다. 태양에 의존해 살고 있는 지구로선 이런 일이 그저 놀라울 수밖에 없다. 그래서 지구에선 이런 일이 있을 때마다 재앙이 불어닥친다고 하늘에 대고 제사를 지내고 아주 난리가 아니다. 이것 보세요. 지구인들, 이거 다 내가 벌인 일인데 번지수가 틀린 거 아닌가요?” _147~149쪽

“남들과 차별화된 자기소개서에 목마른 곳이 많기 때문에 자기소개서를 잘 쓴다면 100미터 달리기에서 남들보다 앞서서 출발하는 꼴입니다. 우리가 토익 점수에 목을 매는 이유가 뭘까요? 남보다 단 몇 미터라도 앞서기 위해서가 아닙니까? 하지만 토익 점수로 앞서가는 거리가 잘해야 10미터 내외라면, 글쓰기를 잘하는 건 남보다 30미터를 더 앞서는 길입니다. ... 죽자고 토익 서적을 옆에 끼고 있는 것보다, 매일 30분씩 일기를 쓰는 게 훨씬 더 성공에 가까운 길이라는 얘가지요.” _248쪽

3. 저자 소개



서민

남들로부터 쓰레기 취급을 받은 《마태우스》라는 책이 어릴 적에 일기를 쓰지 않은 데서 비롯된 것임을 깨달은 뒤 이런 비극이 더 이상 없으려면 모든 사람이 일기를 써야 한다고 생각해 ‘일기를 쓰라’는 이 책을 내게 됐습니다. 일기를 씀으로써 사람들이 글을 잘 쓰게 되는 것이 이 책을 내는 목표지만, 여섯 마리 개들이 마음껏 뛰어놀 수 있는 마당 있는 집을 마련할 수 있지 않을까 하는 기대도 살짝 품고 있습니다. 서울대 의과대학을 졸업하고, 현재는 단국대학교 의과대학에서 기생충과 동고동락하며 그들의 일거수일투족 관찰하고 있습니다. 또한 방송과 강연, 글로 독서와 글쓰기의 중요성을 역설하고 있습니다. 지금까지 쓴 책으로는 기생충을 소재로 한 《마태우스》, 《대통령과 기생충》, 《서민의 기생충 열전》이 있고 독서와 글쓰기, 정치에 관한 책으로 《서민의 독서》 《서민적 글쓰기》 《서민적 정치》 등이 있습니다.

4. 출판사 리뷰

• 누구나 알지만 아무나 못하는 매일 조금씩 글쓰기

글쓰기 춘추전국 시대라고 할 만큼이나 다양한 글쓰기가 차고도 넘치는 요즘, 글을 잘 쓰고자 하는 사람의 욕망은 여전합니다. 그 욕망은 어디에서 오는 것일까요?

〈밥보다 일기〉 Part 1에서 저자는 글쓰기인 기록은 인간의 본능이라고 얘기합니다. 고대 이집트 상형문자 히에로글리프에서도 알 수 있듯이 인류는 그 먼 옛날부터 자신들의 이야기를 기록으로 남겼고, 문자를 만들어 문명을 발전시켰다고요. 글쓰기는 승진과 성공을 좌우할 수 있는 현대 사회의 무기가 되었음도 밝힙니다. 그러나 글쓰기는 피할 수 없는 숙명이라고요. 하지만 글은 하루아침에 잘 쓰게 되지 않습니다. 매일 조금씩 글쓰기를 연습해야 합니다. 그 탁월한 방법이 바로 일기라고, 저자는 강력히 주장합니다. 우리는 이 방법을 초등학교 때 이미 시작하지만 꾸준히 이어나가는 사람은 많지 않습니다. 왜 써야 하는지 이유를 모른 채 ‘숙제’로만 인식이 되고 ‘검사’라는 틀을 벗어나면서 ‘더 이상 안 해도 되는 것’이 되기 때문이지요.

저자는 왜 일기를 써야 하는지, 일기가 글쓰기와 어떻게 연결이 되는지 조목조목 자신의 경험과 직접 작성한 일기를 들어 설명합니다. 예로 드는 이순신 장군이나 안네 프랑크, 사노 요코, 한비야 씨의 일기와 일화는, 일기가 주는 장점을 요약해 보여 줍니다. 하루를 돌아보는 생각과 반성을 통해 ‘자기객관화’를 하게 하고 추억을 캡처해 개인의 ‘역사’를 만들고 원하는 문장을 쓰기 위해 고심하는 사이 정확한 표현력을 기르게 된다고요. 이것은 바로 글쓰기의 핵심 요소입니다. 그러나 스마트폰을 내려놓고 하루 30분씩 일기를 쓰라고 얘기합니다. 더불어 이러한 일기 쓰기 교육이 초등학교 때부터 제대로 이루어져 중, 고등학교는 물론, 성인에 이르기까지 계속해서 습관이 되기를 저자는 희망합니다. 일기 검사의 부담 때문에 솔직한 내용을 쓰지 못하는 학생과 업무가 과중되는 선생님 양쪽의 괴로움을 생각해 학교마다 ‘빨간펜 일기 전담 교사’를 채용하자는 제안도 합니다. 학생 입장에서는 비밀을 보장 받고 나아가 고민 상담의 창구로 활용할 수 있으며, 첨언된 견해와 도움말은 글쓰기 능력을 높일 수 있는 한편, 빨간펜 선생님을 대학생이나 대학원생 등 아르바이트로 고용한다면 고용창출까지 꾀할 수 있지 않겠느냐고요.

• 바쁜 현대인을 위한 확실하고도 쉬운 글쓰기

Part 2에서는 하루 30분 일기를 쓰기 위한 비결을 구체적으로 소개합니다. 일기 쓰는 데 필요한 게 뭐가 있을까요? 저자는 우선 노트를 준비하라고 합니다. 물론 스마트폰 안에는 노트와 펜의 기능도 있지만, 저자는 들고 다니는 노트의 필요성을 강조합니다. 딴 곳에 정신을 빼앗기지 않고 순식간에 스쳐가는 글쓰기 소재인 ‘생각의 뮤즈’를 잡아둘 준비물이 바로 노트라고요. 그 노트 안에 일상에서 만나는 소재들을 잡아 잊어버리기 전에 적고, 소재에 맞는 내용의 열개를 메모한다면 30분 안에 일기를 쓰는 것은 충분히 가능하다고요. 또 저자는 초등 일기장에 빠지지 않았던 날씨에서, 또 밤에만 일기를 써야 하는 편견에서, 반성만 쓰는 것이 일기라는 고정관념에서 자유로워지라고 얘기합니다. 어릴 적, 누구나 봤을 똑같은 〈로봇 태권 브이〉 영화에 관해 쓴다고 해도 ‘박수’를 치지 않아

어머니에게 혼난 일을 쓴 저자의 일기처럼 개인만의 경험은 무엇이든 독특한 글쓰기가 되고, ‘소확행’처럼 사소한 글이라도 의미를 부여한다면 좋은 글쓰기가 되기 때문입니다. 한 일에 대한 반성만이 아니라, 미래의 일을 가정해서 힘겨운 현실의 고통을 극복하고 희망의 미래로 나아갈 수 있는 것도 일기 쓰기가 주는 장점이니, 구애받지 말고 뭐든지 쓰라고 합니다. 매일 30분씩 일기를!

• 글쓰기의 종합 선물 세트, 일기 쓰기

Part 3에서는 일기 쓰기의 다양한 형태를 제시합니다. 저자가 작성한 서른 개가 넘는 일기 예문은 그야말로 일기 쓰기의 종합선물 세트 같습니다. 개인의 사적인 경험을 기록하는 고유한 일기, 입장을 바꾸고 관점을 바꾸는 일기, 간접 경험과 상식은 물론, 자기 생각을 만들어 주는 독서를 통해 풍성한 내용을 담는 일기, 맞춤법을 제대로 사용한 격이 높은 일기, 사회적 이슈의 일기, ‘인용’을 유용하게 사용하는 일기, 단순한 감상을 벗어나 사람을 관찰하는 여행일기, 자신에 대해 우기지 않고 보여주는 자소서 등등까지, 이 모든 게 바로 일기 쓰기라는 게 놀라울 정도입니다. 예를 들어 특별한 날, 일식집에서 회를 먹다가 그 안에서 발견된 기생충 입장으로 서술되는 일기는 ‘역지사지’를 저자 특유의 유머로 승화해 기생충뿐만 아니라 모든 동물의 입장까지 생각해 보게 합니다.(148~150쪽)

몇 십 년간 꾸준히 써온 아버지의 일기장을 살펴보며 돌아가신 아버지에게 가졌던 서운함을 씻고 왜곡된 기억을 바로잡아 이해와 존경의 마음을 갖게 된 저자의 마지막 이야기는 일기가 한 사람 삶의 정수를 담은 기록임에 못등이 시큰해지기까지 합니다.

이 책을 통해 독자들은 일기 쓰기에는 매일 조금씩 쓰는 힘, 일상을 새롭게 보는 눈, 자신을 돌아보는 용기, 사소함을 특별한 것으로 만드는 지혜 등 글쓰기의 모든 것이 담겨 있음을 깨닫고 일기가 바로 글쓰기의 시작임을 알게 되었으면 합니다. 그리고 노트를 마련하고, 일기를 쓰기 시작했으면 합니다.

서른 살 이전의 저자처럼, 초등학교 때 이후로 일기를 쓰지 않고 계신가요? 괜찮습니다. 지금도 늦지 않습니다. 100세 시대를 사는 우리니까요. 이 책을 읽고 일기를 쓰는 소소하지만 의미 있는 실천이 오늘부터 시작되기를 희망합니다.

5. 추천사

기생충을 연구하는 분이 이렇게 글을 잘 쓰는 이유는 뭔가 생각하곤 했다. 다른 사람들이 인생에서 보지 못한 것들을 보고 느껴서 그런가 생각했는데 일기였다니! 이렇게 징그럽게 재미나고 알찬 글쓰기 책을 쓰시다니, 일기가 답이라는 생각을 하는 오늘이다. 오늘부터 일기다! _이기진(서강대학교 물리학과 교수, 작가, 일러스트레이터, 2NE1 씨엘 아빠)

어떻게 하면 체력이 좋아지냐고 묻는 이들에게 난 이렇게 대답한다. 천천히, 조금씩, 꾸준히, 자투리 시간을 공략해서 운동하라고. 그런데 이 책을 읽어보니 글을 잘 쓰는 방법도 똑같지 않은가! 매일, 30분, 꾸준히 일기를 쓰다 보면 누구나 글 쓰기 도사가 된단다. 내 평생 열른 일기가 쓰고 싶어 손가락이 근질근질할 줄은 몰랐네. _이영미(《마녀체력》의 저자)

고백한다. 내가 글을 쓰며 살게 된 배경에는 장거리 연애가 있었다고. 어린 연인들이 서로의 일상을 적어 보냈던 교환 일기들은 여전히 내 스무 살 언저리를 빛나는 순간으로 기억하게 한다. 순간순간 휘발되는 시간의 환영을 붙잡기에는 종이 위에 문자로 새겨두는 것보다 나은 것은 없다. 그러니 기록하라. 매일 단 한 줄씩이라도.

_이은희(하리하라, 과학 커뮤니케이터)

들어가며_ 일기 안 쓴 죄, 괴물 마태우스를 낳다

Part 1 글쓰기의 시작, 일기 쓰기입니다

글쓰기는 본능이에요

기록은 인간의 본능 ... 19 | 출세의 지름길, 글쓰기 ... 22 | 글쓰기, 피할 수 없다면? ... 25
자투리 시간을 공략하라 ... 27 | 매일 조금씩! 해답은 일기 ... 29

일기, 왜 써야 하나요

한비야가 말한다, 일기를 쓰라고 ... 32 | 일기의 힘, 자기 객관화 ... 34 • 일기 예 1) 밥풀 사건 ... 36
객관화의 힘이란 ... 37 | 일기는 추억을 캡처한다 ... 38
일기는 어떻게 글을 잘 쓰게 해줄까 ... 41 • 일기 예 2) 세상에 이런 동물이! ... 41

(중략)

Part 2 일기 쓰기, 당장 시작할까요?

글쓰기 노트를 준비하세요: 30분 일기 쓰기의 비밀

누구에게나 시간은 없다 ... 73 | 소재는 미리 정해야 한다 _ 열개 만들기 ... 75
글쓰기 노트의 필요성 1_ 뮤즈를 사로잡아라 ... 78 | 글쓰기 노트의 필요성 2_ 모든 것을 기록하라 ... 82

대결, 일기장 vs 블로그: 선택이 반

일기장(노트)의 장점 ... 86 | 블로그의 장점 ... 95

날씨도 개성있게 씁니다_ 없거나 혹은 소재이거나

날씨가 일기의 필수 아이템? ... 100 | 날씨는 너무해 ... 102 | 날씨의 진짜 의미 ... 105
날씨, 이보다 더 좋을 수가 ... 107 • 일기 예 4) 미세먼지를 이긴 입 냄새 ... 110

로봇 태권 브이_ 일기에는 뭘 써야 할까요?

어린 시절, 내 일기 ... 112 | 태권 V와 어머니 ... 114 • 일기 예 5) 태권 V와 박수 ... 115 | 일기, 뭐든지 좋으니 쓰자 ... 117

(중략)

Part 3 놓치지 않습니다, 매일 일기 쓰기!

나만의 고유한 일기, 어렵지 않습니다

고유한 글= 재미있는 글 ... 141 • 일기 예 13) 공포의 그 날 ... 141
더 고유한 일기가 되려면 ... 143 • 일기 예 14) 개기일식이 부른 메뉴 ... 144 • 일기 예 15) 아는 것이 힘, 일식 ... 144
관점을 바꾸면 ... 146 • 일기 예 16) 아! 상한 자존심이라니 ... 147 • 일기 예 17) 지구인들, 정신 차리세요! ... 147
• 일기 예 18) 내가 이리려고 기생충으로 태어났는지 자괴감이 든다 ... 148

책을 읽어야 일기를 더 잘 씁니다: 기초편

(중략)

참고 도서 목록 ... 260

책밥상

담당 편집자 : 전지운

tel 031-955-3189

mobile: 010-8922-2446

e-mail: woony500@gmail.com

경기 파주시 문발로 197