

투데이 칼럼

스피치, 생각을 지배하다

말은 그 사람의 마음이다. 말은 그 사람의 성품과 생각이 담긴 향수요 열매다 라는 말을 생각한다. 향수와 알찬 열매를 가진 사람이 되는 '좋은 인간관계'를 강조한다. 인간관계에서 스피치는 그 사람의 인격을 담는 그릇이다. '신인서관'과 같이 사람을 평가하는 데도 스피치는 중요하게 작용한다. 윌리엄 제임스는 '생각은 행동을 낳고, 행동이 쌓이면 습관을 형성하고, 습관은 인격을 형성하고, 인격은 그 사람의 운명을 좌우한다.' 라고 했다. 생각을 바꾸는 것은 스피치(말)이다. 사람의 행로를 바꿀 수 있는 힘이 갖고 있는 것 바로 스피치다. 사람의 생각을 지배하는 것은 철학과 사상이 담겨 있는 스피치이다. 스피치는 부정을 긍정으로, 추함을 아름다움으로, 불가능을 가능으로 바꾸는 절묘한 힘을 지니고 있다. '말로써 되는 인생'은 맞는 말이다. 부정적인 스피치를 하는 사람은 그렇게 살 수밖에 없다. 적극적으로 긍정적인 말을 주로 하는 사람은 일마다 행운이 함께한다. '나는 안 돼'가 아니라 '나는 할 수 있다. 하는 일마다 신의 은총이 함께 한다.' 고 자기 암시를 하는 것이 성공적인 삶의 방식이다.



김 양 옥
전주교육대학교 평생교육원 전담교수

하나님도 말씀으로 이 세상을 창조하셨다. 고 했다. 하나님은 우리에게 말의 위력을 주었다. 우리는 조상 대대로 부정적인 스피치를 너무 많이 사용해 왔다. '죽겠다'는 말을 너무나 애용했다. 이제는 긍정적이고 행복을 만드는 스피치를 통해서 아름다운 인생의 향수와 알찬 열매를 맺어 보자. '오늘은 정말 즐거운 하루야. 아! 신난다. 난 할 수 있어.' '반갑습니다.' '감사합니다.' '사랑합니다.' '용서하세요' 라는 스피치로 밝고 명랑한 가정, 우리사회를 만들어 보자. 대립과 원수의 개념을 버리고 다 음과 같이 휴먼 네트워크를 가진 사람이 되자. 첫째, 마음의 문을 활짝 열어보자. 마음의 문을 열면 사람이 따르고 정을 준다. 직장 생활에서도 가장

큰 어려움이 인간관계다. 인간관계를 어떻게 처리해 나가느냐에 성패가 달려 있다. 둘째, 남의 스피치를 잘 경청하는 자세를 가져라. 사람은 자기 스피치에 관심 있는 사람을 좋아한다. 만나서 포근하고 또 만나고 싶은 사람은 대화를 귀로 하는 사람이다. 문제가 생겼을 때 '당신 생각은 어떤가'를 물어보면 효과적이다. 미소는 사업에도 도움이 된다. 사랑하는 사이에도 믿음을 얻을 수 있다. 동료 직원에게도 관심과 신뢰를 쌓을 수 있다. 여섯째, 남을 도와주는 마음을 가져라. 인생의 즐거움은 다른 사람을 섬기며 봉사할 때 더 크게 얻어진다. 남에게 기쁨을 주려고 했을 때 얻는 보상이다. '백혜무익', '무혜무익' 한 사람이 되지 말자.

사설

KBS·MBC 이사장 해임 문제

방송통신위원회가 16일을 공영 방송 이사장 해임' D-DAY로 잡았다는 말이 파다하다. 방통위는 위원장 공석과 위원 임명 지연 탓에 진용도 갖추지 못했다. 이사장 해임이나 방문진 검사·감독을 할 자격이 없는 것이다. 방통위는 상임위원 5명 중 2명이 공석이다. 이 같은 속도전은 새 후보에게 방송 장악 논란에 따른 '탐핵 사유'를 만들어주지 않기 위해서라는 해석이다. 현 위원장 대행이 16일 양대 공영방송 이사장 해임안을 전체회의에 올려 차기 방통위원장의 부담을 최소화해 주고 떠나려 한다는 것이다. 이 경우 새 방통위원장 체제에서 공영방송 이사장 해임 의결이 이뤄진 뒤 법적 문제가 불거져 민주당 주도로 탄핵을 주도할 가능성을 사전에 차단할 수 있다. 임기 종료가 코앞인 대행 체제가 불법적 이사 해임을 밀어붙여 방송 장악의 기본틀을 완성하고 가

겠다는 것이다. 방송통신위원회는 3일 문화방송(MBC) 대주주이자 관리·감독 기구인 방송문화진흥회(방문진)의 이사장에게 해임 처분 사전통지서를 보냈다. 방문진 이사에 대한 해임 절차도 곧 시작할 예정이라고 한다. 이사장은 첫 감사원 조사를 받는 등 아직 결과도 없다. 방통위는 방문진 이사에 대한 임면권을 갖고 있다. 방통위가 두 이사를 해임하고 여론 성향의 이사를 임명하면 방문진 이사회의 구성이 여야 5대 4로 뒤집힌다. 현 이사회가 임명한 문화방송 사장은 해임될 것이 뻔하다. 이후에는 방송 장악 시나리오가 빠르게 진행될 것이다. 정권 교체에 공영방송 이사진 개편 시도가 여러 차례 있었다. 법원은 대부분 '부당한 해임'이라고 판단했다. 임기가 끝나기 전에 해임할 정도의 중대한 잘못이 아니라는 것

노인재활병원의 역할

갈수록 노인재활병원에 대한 관심이 높아지고 있다. 노인재활병원이란 노인들의 건강을 유지하고 개선하기 위해 전문적인 치료와 간호를 제공하는 의료 기관을 말한다. 노인재활병원은 노인들이 건강하고 삶을 향상시키는 데 중요한 역할을 한다. 노인들에게는 만성 질환, 파킨슨병, 인지 장애, 뇌졸중, 관절염, 골다공증, 심장병 등 각종 질환이 많다. 이런 질환들은 노인들에게 위험을 초래하는 만큼 적절한 관리가 중요하다. 특히 나이가 들어감에 따라 여러 기능이 떨어지기 때문에 재활 운동치료가 필요하다. 우리 몸은 노화로 인해 근육량이 감소하고 유연성이 떨어진다. 균형감각도 떨어진다. 일상생활에서 여러 어려움이 발생할 수 있는 것이다. 재활운동치료는 노인들이 자립적으로 일상생활을 유지할 수 있도록 도와주는 중요한 역할을 한다. 계단을 오르내리는 운동은

물론 근력 강화 운동 그리고 균형감각을 향상시키기 위한 운동, 유연성을 높이는 운동 등이 있다. 재활운동치료는 전문적인 치료사와 물리치료사 등의 도움을 받으면 효과를 높일 수 있다. 건강상태와 기능적인 문제점을 면밀히 평가하여 맞춤형 운동치료 계획을 수립하면 좋다. 운동치료는 정신적 건강에도 도움을 준다. 스트레스를 해소하고, 우울증이나 불안감 등을 예방하는데 도움이 되기 때문이다. 건강하고 활력 있는 삶을 영위할 수 있도록 다양한 프로그램도 필요하다. 취미 생활이나 사회적인 활동도 권장하면 좋다. 이는 모두 활기찬 삶을 유지하고 개인의 삶을 즐기는 데 도움을 주는 일이다. 노화는 누구도 피할 수 없다. 노화에 따른 여러 기능적인 어려움을 극복해야 한다. 질병을 치료하고 증상 완화 및 예방을 위해 노력해야 할 때이다.

사진으로 보는 지구촌 소식

타악기 연주하며 시위하는 니제르 쿠데타 지지자들



니제르 군부 쿠데타 지지자들이 6일(현지시각) 수도 니아메에서 타악기를 두드리며 시위하고 있다.

슬로베니아 "한달치 비, 하루에 쏟아져"



6일(현지시각) 슬로베니아 치르나 나 코로슈켄에 발생한 홍수로 도로가 물에 잠겨 있다. 슬로베니아 기상청은 한 달 치 비가 하루도 안 돼 쏟아져 강물이 빠르게 불어지면서 가옥, 들판, 마을 등이 침수되고 철도가 끊겼으며 정전이 잇따랐다고 밝혔다.

전주매일

독자 여러분의 의견이 담긴 기고와 투고를 기다립니다.

(우)560-912 전북 전주시 완산구 서노송동 568-80 승주빌딩 4층

용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지

"더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문"을 위해 전주매일의 전 직원들은 '전북 최고의 신문'을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다.

진정한 지방자치 발전을 위해 중앙지를 답습하는 형태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

당신의 가려움을 속 시원하게 긁어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.

인간중심 · 노력중심 · 지역중심

전주매일