



서울대학교 뉴욕지역

# 골든 클럽 회보

## GOLDEN CLUB NEWSLETTER

DECEMBER 2020

WE LEAD A HEALTHY AND HAPPY LIFE

VOL. 104

## 2020 골든클럽 마무리 골프대회

Philip J. Rotella Golf Club, Haverstraw, NY



Closter 봄 식당에서의 즐거운 뒤풀이시간



조달훈 객선섭 정도현 김영덕



고애자 이행순 홍선경 주남영



남중현 송근숙 홍정표 조승자

올해 두 번째이자 마지막 골든클럽 골프대회가 한주일 연기된 11월 5일 Haverstraw, NY에 위치한 Philip J. Rotella Golf Club에서 열렸다. 변경된 일정에도 불구하고 여회원 9명을 포함해 총26명이 참가하여 red tee /gold tee /white tee 로 나누어 경기를 진행하였다. 가을 철에 비해 따뜻한 온도와 맑고 상쾌한 날씨 그리고 잘 관리된 fairway와 green에서 모두가 '나이스 샷'을 연발하며 즐거운 시간을 보냈다. Red tee에서는 1등 조승자, 2등 천종화, gold tee에서는 1등 조달훈, 2등 김익성 그리고 white tee에서는 1등 천병수, 2등 김병순 회원이 수상했다. Close pin 상은 김정필, 주상선, 송근숙 회원이 차지하였다. 이번 대회의 수상과 경기내용은 다음대회를 위한 핸드조

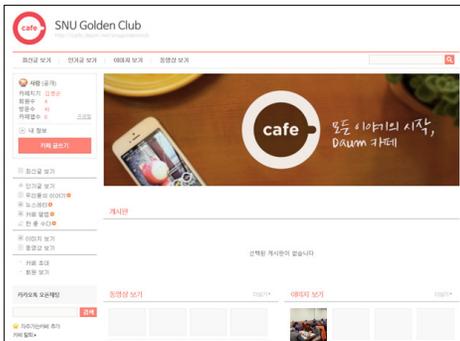
정에 반영할 예정이다.

경기후 Closter, NJ에 있는 '봄 식당'에서 저녁식사와 시상식을 가졌다. 지겨울 만큼 지루하던 장시간의 COVID-19 격리생활에서 벗어나 회원들과 어울려 야외활동을 마친 회원들의 얼굴에는 사람처럼 사는 즐거움이 가득하였다. 예년과는 달리 일찍 자리 뜨는 회원도 없이 반주를 곁들여 저녁식사를 마치고 시상이 끝날 때까지 2시간 이상 환담을 나누며 저물어 가는 한 해를 아쉬워했다. '겨우 두번째 골프대회인데 어느새 시즌이 끝나고 내년 봄을 기다려야 하더니 ---' 주고받는 회원들의 대화에서도 즐거움, 보람과 함께 우리 모두 힘을 모아 기대에 부응하는 골든클럽을 만들어 가자고 다짐해 본다.

## 골든클럽 전용 카페 개설

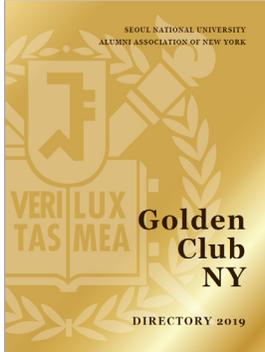
골든클럽은 그동안 사이버 전용공간이 없이 “뉴욕에서 만나요”라는 카페의 일부 공간을 사용하여 왔으나 골든클럽의 활동이 활발해지고 자료도 많이 축적되어 별도의 카페의 필요성에 따라 개설하였다.

카페 이름은 SNU Golden Club이며 인터넷주소는 [cafe.daum.net/snugoldenclub](http://cafe.daum.net/snugoldenclub)이다. 글쓰기와 자료 다운로드를 하기 위하여 회원가입이 필요하며 Daum ID 혹은 카카오톡ID를 사용하여 쉽게 할 수 있다. 카페지기는 김병순 회원이 수고하게 되었다. 현재는 최근 3년 정도의 골든클럽회보와 Event 소식등의 자료를 만나볼 수 있는데 향후 골든클럽 멤버들이 적극적으로 참여하여 가꾸어 간다면 풍성한 내용으로 소중한 자산으로 남아 훌륭한 추억의 산실이 될 것을 믿어 의심치 않는다.



## 골든클럽 Directory update

매 2년마다 신규회원 입회, 타지역 이주 또는 사망으로 인한 회원명단 변동은 반영하여 Directory를 수정, 발간합니다. 2021년에는 기존 Full size directory (안내책자)는 변동 내역을 보완 그리고 Half size 인명록을 추가로 발간할 계획입니다.



2019 안내 책자의 사진을 교체하기 원하는 회원과 신규 입회 회원의 사진을 12월에 확보, 12월 하순에 design을 확정하고, 1월 중에 손대홍 회원이 서울에서 인쇄하여 2021년 2월 중에 회원 여러분께 우송할 예정입니다. 2019년 Directory를 살펴보고 사진 교체를 원하는 회원과 새로이 Directory에 사진과 인적사항을 수록하게 되는 신규 회원께서는 정장 차림의 사진을 12월 중에 윤현남 회보 편집장에게 보내주시기 바랍니다.

연락처: 윤현남  
(973)541-9970  
[yun.hyun.nam@gmail.com](mailto:yun.hyun.nam@gmail.com)

## 골든클럽 입회를 환영합니다!

**홍선경** (권정덕회원 부인),  
의과대 58년 입학  
(M) 345-525-5415  
(E) [sjulianahong@yahoo.com](mailto:sjulianahong@yahoo.com)  
Hong Sun-kyung  
2000 Linwood Av, #20X  
Fort Lee, NJ 07024

**천중화** (천병수 회원 부인) 가족회원  
(M) 917-340-2279  
(E) [cecilia.chun55@gmail.com](mailto:cecilia.chun55@gmail.com)  
Cecilia Chun  
27 East Street  
New Hyde Park, NY 11040



## 2020년 회보 우수 작품 선정

11월 편집회의에서 가장 많이 다룬 의제는 ‘우수 기사’였다. 항상 기고해주시는 회원들에게 감사 표시로 각 편집위원이 1년 동안 게재된 글 (편집위원의 글들은 배제) 중 1-2편씩 총 8편을 추천하여 투표를 한 결과 두 편이 최고점을 받았다. 위 보고에 언급된 대로 손대홍 회원의 “한국의 자가격리 경험” (9월호)과 이행순 회원의 “이렇게 어려운 때를...”이 선정되어 두 분이 편집팀의 감사 선물을 받게 되었다.

## 한국의 자가격리 상황 (손대홍)

[오순문 추천] 2020년은 모든 이들에게 특별한 한해였습니다. Corona virus가 우리 일상생활을 위협하게 되면서부터 가끔 지하철역에서 라디오로 전장 상황에 귀를 기울이던 사람들과 코로나 종식 뉴스를 기다리는 우리들의 모습을 같이 떠올려 보기도 했습니다.

특별한 시기에 손대홍 회원이 한국에서 자가격리를 통해 겪었던 특별한 경험은 우리 회원들에게 영감과 공감을 일으키기에 충분했습니다. 교훈적인 언어가 전혀 없었는데도 우리는 pandemic에 대한 경각심과 한국사회의 깨어있는 의식, 따뜻함과 배려, 그리고 능동적이고 합리적인 일처리 방식에 당당히 자부심을 느낄 수 있었습니다. 평범한 사람들의 특별한 경험, 그리고 회원들 사이의 공감과 자부심은 우리 골든클럽의 또 다른 전통이 되어갈 것입니다.

## 나는 이렇게 COVID-19 이 어려운 때를 보내고 있다 (이행순)

[정해민 추천] 집안의 기둥이자 가장 친한 친구이기도 했던 남편을 먼저 보내고 30년을 알뜰히 가꾸며 살았던 정든 집을 구석구석에 배어 있는 남편과의 추억 때문에 도저히 견딜 수가 없어 작은 집으로 이사한 후, 고독과 외로움, 특별히 코로나 시기의 고통을 딛고 일어서는 의지가 돋보인다.

평소 그리던 그림도 접은 상태였었는데 다시 시작하면서 스케치한 작품도 같이 올린 것으로 보아 회복이 가시화되고 있다는 것을 실감하게 된다.

## 컴 공부가 내게 주는 유익

정해민 (법대55)

오래전 일본의 명문 공대를 수석으로 졸업한 천재 학생이 교수들의 공부를 더 계속하라는 권유를 뿌리치고 '마쓰시다' 전기회사에 지원했다. 한 번도 수석을 놓친 일이 없는 그가 합격자 발표란에 수석합격은커녕 자기 이름이 없는 것을 참지 못한 나머지 다량의 수면제를 먹고 자살한 사건은 당시 일본 사회에 큰 물의를 일으켰다. 한참 후에 한 기자가 마쓰시다 고노쓰게 회장과의 대담에서 그는 회사 전산실의 실수로 수석 합격자에게는 별도로 개별 통지하려고 다음 날 우편으로 통지가 감으로 천재를 잃은 점에 대하여 심심한 사과의 말을 하면서 우리 회사로서는 차라리 잘된 일이라고 했다. 그 이유를 묻는 기자의 질문에 그는 이렇게 대답했다. '단 한 번의 실수를 이겨내지 못한 심약한 사람이라면 이다음 중역이 되었을 때, 만일 회사가 위기에 봉착한다면 모든 것을 쉽게 포기함으로 회사를 더욱 위기에 빠뜨리고 전 사원의 삶이 걸려 있는 회사를 비극으로 끝을 맺는 우를 범하지 않을까요?'

세상에는 2등도 있고 10등도 있고 꼴찌도 있다. 여기에선 꼴찌지만 다른 면에는 1등도 있다. 발명왕 Thomas Alba Edison은 전구를 발명하기까지 이전 번의 시행착오가 있었다고 한다. William Shakespeare는 '달성하겠다고 결심한 목적을 단 한 번의 실패 때문에 포기하지 말라'고 했고, 다섯 살 때 한쪽 눈이 실명된 후 20세부터 평생 Helen Keller 여사의 선생으로 있었던 Anne Sullivan Macy는 실패에 대해 이렇게 충고했다. '시작하고 실패하는 것을 계속하라. 실패할 때마다 무엇인가 성취할 것이다. 네가 원하는 것은 성취하지 못할지라도 무엇인가 가치 있는 것을 얻게 될 것이다.' 시행착오를 실패로 볼 것인가 학습으로 볼 것인가에 따라 성공과 좌절의 길로 갈리게 되는 것 같다.

골든클럽에서 컴퓨터 강좌를 시작한 지는 10년이 넘었다고 한다. 최수용 (전) 원장을 위시한 몇 분들의 수고와 헌신으로 시작한 것이 지금은 양인회 강사의 헌신적인 노력으로 골든클럽의 행사 중 골프 다음으로 중요한 비중을 차지할 만큼 발전하고 있음을



2015년 6월 뉴저지 컴퓨터 교실 개설

우리 모두가 실감하고 있다. 나는 뉴저지에서 강좌가 시작할 때부터이니 5년이 조금 넘었다. 60년대 군에서 시작한 공병우 타자로 부터 그 후의 관직, 회사 등과 이민 후 사회활동을 하면서 계속한 컴퓨터 사용 경력으로 보면 제법 한다고 평소 생각했었는데 막상 이 강좌에 발을 들여놓으면서 배울 것이 무궁무진하다는 것을 매번 실감하고 있다. 새로운 것을 배울 때는 처음에는 어리둥절하다가도 시일이 지나면 자연스럽게 깨우치기 마련이다. 물론 그 과정에는 인내와 10번 20번의 시도가 따를 때도 있다. 특히 내 경우에는 우선 시력이 약해서 컴퓨터상의 강의 내용(강사의 강의 중에 여기를 누르라고 하는 여기)이 잘 보이지 않는 점과 또 청력도 약해서 강사의 목소리도 잘못 듣는 경우가 많다. 그래서 남들보다 더 많은 실패와 시도를 하게 되는 것 같다. 그럼에도 불구하고 왜 이를 계속하고 있을까?

첫째, 두뇌훈련: 정신적인 면에서 확실히 두뇌 훈련이 되고 있다. 내가 또 다른 방법으로 하는 두뇌 훈련은 SUDOKU를 평소에 즐겨하고 있다. 특히 컴퓨터 숙제를 하는 중에 비디오 다운로드를 할 때 어떤 것은 30분 이상 1시간 가까이 소요되는 것도 있는데, 그럴 때 무료하게 기다리는 것보다는 SUDOKU 한 두개를 풀면 일거양득이 된다.

둘째, 성취감: 어렵게 여러 번의 반복 시도 후에 성공하면 가벼운 성취감을 느낄 수 있는데, 이는 마치 산악인들이 높은 정상에 점령한 기분이 아마 이럴 것이라고 짐작이 된다.

셋째, 만족감: 자기의 작품들을 카페 '뉴욕에서 만나요'의 자기 자료실에 올리고 그 외에도 다른 글이나 작품들을 카페에 올리는 수도 있는데 특히 내 경우에는 '삼국지 연재 소설'이라는 항목을 따로 설치해서 연재하

고 있는데(현재 180여 편을 올린 바 있음), 평균 조회 수가 60~80회 정도가 되어 우리 동문 들 뿐 아니라 외부(타주 또는 외국)에서 까지도 읽고 있는 경우가 있음에 상당한 만족감을 맞볼 수 있다. 한 편을 완성해서 올리는데 최소 한 시간 정도는 소요되고 있어 요즘 같은 COVID-19 시기에는 컴퓨터 공부 무료한 시간을 때우는데 더 적절하다고 느끼고 있다.

넷째, 사회적 건강 유지: 건강에는 육체적 건강, 정신적 건강 못지않게 사회적 건강이 중요하다고 생각한다. 코로나 이전까지는 매주 월요일이면 한 장소에 모여서 세시간 반 동안 같이 공부하고 대개는 강의 후에 몇 분이 식당으로 가서 점心和 차를 마시면서 환담을 나누고 헤어지곤 했었는데, 그 또한 공부 못지않게 기다려지는 시간이었다.

지금은 화상으로나마 Social Activity를 한다는 것이 중요하다고 생각이 되는데 여러분의 생각은 어떠신지요? 특히 요즘같이 전에 하던 것들도 거의 중단되고 있는 상황에서는 더욱 그럴 것 같은데... 더 많은 회원들이 컴퓨터 공부에 참가했으면 하는 바람이다.



필자의 작품

## 로미오와 줄리엣 - 그 부모는?

최진영 (문리55)

30년 넘게 미국과 한국 대학에서 영미 문학을 강의하면서 수없이 많은 작품을 분석하고, 해설하고 학생들과 토의를 이끌기도 하였습니다. 무엇보다 영어로 쓰여진 작품을 이해하려면 우선 영어 실력이 바탕이 되어야 하는데 한국 학생 중에는 작품을 이해하는 데 어려움을 겪는 학생이 많이 있습니다. 그러다 보니 나는 한 작품을 미리 정해주고 집에서나 도서관에서 면밀히 읽고 오도록 하였습니다. 학생 중에는 그들이 친숙하게 알고 있는 York Notes라는 해설서만 읽고 오기도 하였습니다.

학생들이 가장 관심과 흥미를 보이는 작품들은 말할 것도 없이 남녀 간의 사랑을 다룬 작품들이고 세계문학 속에는 문학을 전공하지 않은 사람들도 다 아는 작품이 수없이 많이 있습니다. 그중에서도 '로미오와 줄리엣'은 사랑의 찬미와 감격을 가장 문학적인 묘사와 대사로 두 주인공의 죽음을 다룬 것으로 영화와 연극으로도 수없이 연출되어 왔습니다. 나는 학생들에게 우선 원문으로 읽어 오도록 숙제를 주었고 강의 시간에 토의하기로 하였습니다. 무엇보다도 줄리엣의 나이가 13세 정도라고 하자 놀라는 학생들도 있었고, 로미오도 한두 살 많은 소년이라 하자 어떤 학생들은 의아한 표정도 지었습니다. 당시의 평균 수명이 지금보다 많이 짧았기 때문에 직접 비교할 수는 없습니다.



'로미오와 줄리엣'을 생각해 보기로 하겠습니다. 그들은 서로 적대시하는 가정에서 온 연인들이었습니다. 그러나 그들은 같은 시대, 같은 사회제도, 같은 계급적 환경에서 살았던 청소년들인데 그들의 부모들은 두 연인에게 무슨 말을 할 수 있었겠습니까?

'로미오와 줄리엣'의 사랑에 도취한 독서층이나 청중들에게 영국의 유명한 소설가 Penelope Fitzgerald (Booker상 수상자, 2000년 작)는 "로미오와 줄리엣의 사랑 감격스럽지요? 그런데 그 부모들은 어떡하지요?"라는 말을 했습니다. 이 말을 학생들에게 전하자 학생들은 처음에는 '오'하고 웃더니 금방 숙연해졌습니다.

생각해보면 그 나이에 정신없이 빠져들어 가는 자녀들에게 무슨 말을 할 수 있었겠습니까? '로미오와 줄리엣'의 가장 유명한 장면은 한밤중 발코니에서 로미오를 그리며 줄리엣이 독백하는 장면인데 어느 누구의 말도 들을 수 없는 사랑의 깊은 심연에 빠져 있음을 알 수 있습니다. Fitzgerald 작가의 말처럼 '그 부모는 어떡하지요?'가 생각납니다. 더구나 지금 우리의 세대는 역사적 사회적 모든 면에서 부모와 자녀가 같은 시대에 살고 있는지 의심스러울 때가 많습니다.

아름답고 황홀한 사랑과 비극적 결말, 두 가문의 화해 등 500여 년 전에 William Shakespeare가 쓴 이 작품에 대해 20세기의 한 작가가 던진 말은 어느 시대를 막론하고 인간의 마음은 다름이 없는 것 같습니다.

## " '끓'체후 만강 하옵셨 ? "

- '비나 와라, 빌어먹을!'

이홍빈 (의대57)

연거픈 내 '심술'이면 ...  
저 위서 '치졸죄로' 다스릴까  
차라리 좋은 날씨 빌어 했더니

신통방통 날씨 기뻐차 하사  
덕분에 만끽 얼마나 잘 즐기셨!?  
근력 기력 작금에 와 멀쩡할리아



끓는 끓공은 연신 깍 조만치  
뻥질난 오줌줄은 발등넘어 질금 요만치  
말아라 그런들 저런들 쾌청추풍 하루야 라

사력 다해 억지 진력토록 즐기샤  
'늘봄' 돈족발 얼마나 잘 잡수셨?!  
맥준지 쇠준지 몇잔 걸쳐하샤

피곤 말짱 기력회생 불과하샤  
오호라 뒷풀이 입맛까지 돋구샤  
몇밤 몇날 부성이던 잠두 쾌차하샤

오호라 얼씨구 쾌재야 라  
일천 추풍낙엽 다하기 전  
하모 날봐 서리 전 또 한번 나가잘씨구

아이야 젊은이야 우리네  
이 겨우내 기필 난녕 무고하샤  
담 춘삼월 여전 멀쩡할씨구

조상께 삼신께 아뭇께 ...  
부처님께 하느님께 합장 비오샤  
우리네 내내 무릇 몸 성해 있구없구 ...

(이번 골프 못 나간 큰 '유감사노래'를,  
힘겹사리 참가하신 존경하옵는 장동만 쌤께 삼가 보냈던 푸념 ... )

## 일상의 이야기 저 얘기

이행순 (미대 60)

아무래도 '집이 너무 크고, 관리도 만만치 않고, 이사는 해야 하는데, Covid-19 때문에 아파트 빌딩이나 타운 하우스는 아니고 자그마한 개인 주택으로 가야겠다.'고 전화를 준 친구의 하는 말 "신문에 집주인이 파는 집이 있는데 마당에 온갖 과일나무, 꽃나무가 많은 집이고, 집주인 전화번호도 다 받았다."고 한다.

솔깃해서 딱 마땅한 집이구나 생각이 들어 장소가 어딘지 물어보니, 그분들이 40년 넘게 살아온 집과는 멀리 떨어진 생소한 지역이다. 자녀들 가까운 곳이라던가 걸여가는 거리에 간단한 시장도 볼 수 있고 음식점도 미장원도 빵집도 부담 없이 다닐 수 있는 곳을 찾아서 이사를 해야 된다는 내 생각이 앞서서 "글쎄요, 아닌 것 같은데요." 너무 단호한 내 의사를 내비치고 난 급한 약속이 있어 부지런히 전화를 끊고 며칠이 지났다. 왜 다른 사람 마음속은 읽지 못하고 "내 주장만 내 세웠나?" 약간 후회가 된다. 그 친구 머릿속에 그려진 행복했을 그 집 '과일이 주렁주렁, 꽃이 화사하게 핀 정원이 있는 그곳에서 커피를 마시는 행복함.' 난 흙탕물을 뿌린 셈이 되지 않았을까?



이별엔 여러 종류가 있다. 상대방이 동의해서 헤어지는 이별은 마음이 편해질 수도 있다는 생각이 든다. 반대로[일방적인 것= 내 의사와는 아무 상관 없이 일방적으로 가 버리는 거], 나보다 먼저 날 두고 가리라고는 상상도 해 본 적이 없었다. 시간이 가면 잊혀진다고 믿었다. 2년이 돼가니 감정도 무뎠지겠지 믿었던 것도 아무 효력이 없다. 갈수록 빈 자리는 더 크게, 작던 구멍이 이젠 뺨 뚫린 운동장이 돼가는 느낌이다. 동그마니 혼자 돼 보기 전엔 절대로 이해할 수 없는 많은 일들이 있다. 나도 그랬으니깐. 별것 아닌 일상생활 얘기도 상대방을 쓸쓸해지게 만들 수 있다. 예전에 그토록 오랜 세월을 만나고 몰려다니던 남편에게 속해 있던 모든 모임, 친구 와이프들과의 허물없던 대화, 그가 갔으니 자연히 소식이 끊길 수밖에.



하지만 현실은 다르다. 젊었을 때는 우린 모두 그런 낭만이 필요했고, 지금은 언제 닥칠지 모르는 일들로 앞날을 예상하기 어려우니깐. 우리도 2006년에 겨울에도 골프 칠 수 있는 Florida에 작은 콘도를 마련했다. 큰딸 시부모를 겨울이면 그곳에서 만날 수 있고, 애들도 양부모를 볼 수 있다는 이유로, 평생 즐길 수 있을 것 같아 들뜬 마음으로 완벽하게 꾸며놓고 1월 초만 되던 여행 준비 전혀 필요 없이 그곳에 가는 것이 너무도 큰 즐거움이었다. 그 집엔 골프 용구 일체, 살림살이 모두 준비되어 있었으니깐. 한창 바쁘게 일할 때여서 기껏 2주 정도가 고작이었다. 그래도 너무 좋았다. 몇 년 후 사돈이 가시고 십 년이 지난 후, 한국 분들이 없는 그곳이 갑자기 너무 생소하다 느껴졌다. 이젠 한 곳이 아닌 이곳저곳을 다녀 보는 것도 좋겠다는 생각에 정리하고 나니, 다른 곳도 갈 수 있는 자유 함이 있어 좋았다. 내 집이란 주위의 모든 여건이 나를 포근하게 감싸 주며 무엇보다 편리해야 한다. 정원의 꽃나무, 과일나무 등은 어느 곳에 가든 심을 수 있는 것이니깐.

작은 일에도 신경 쓰며 조심해야 할 일이 많다. 이런 일들은 내 자신 너무 과잉반응일 수도 있다. 의사 오피스에 적어야 할 배우자 기입란에도 움칠, 집에 울타리를 칠 때도, 지붕을 새로 할 때도, 견적을 받고는 "I will let you know I have to decide with my husband." 이래야만 마음이 든든해진다.

바쁜 생활만이 외로움을 잊을 수 있는 가장 좋은 방법이다. 무언가 열심히 하다 보면 시간은 빨리 가고 백수가 몸살 났다는 얘기도 걸맞은 말로 느껴진다. 꼭 같은 시각에 영락없이 "엄마 오늘 뭐 했어요?" 하루의 일과를 함께 즐거워하며 서로의 얘기를 할 수 있는 딸들이 있는 것 감사하며, 늘 염려하며 보살피 주는 친구가 있어서 오늘도 내일도 웃으며 살아야겠다. 나에게 주어진 시간은 내가 보람되게 보내야 하니깐.

## 코로나 사태에 대처하는 지혜

곽승용 (의대65)

현대는 과학 만능, 하이테크, IT 등의 발달로 인간성과 인간관계의 상실이 심각했는데 코로나 사태로 더욱 악화하고 있어, 인간과 인간관계의 회복이 절실하다고 생각된다. 여기에 인간 자체가 가지고 있는 모순, 미숙, 어리석음, 아집, 편견, 분노, 증오 등을 달고 살기에 더욱 문제들이 확대되어 혼란스럽다. '우리가 어떻게 코로나 사태에 대처하며 이 위기를 극복하고 적응하여 즐겁게 살아가나?'하는 주제로 정신과 의사의 입장에서 생각해 보고자 한다.

우리 운명은 사주팔자가 결정하는 것이 아니라 자신의 운명은 자신이 만들어간다고 믿는다. 예상치 못한 코로나 사태에 우리 운명을 좋은 방향으로 만들 수 없을까? 우리 자신의 생각과 행동을 바꿀 수만 있으면 우리 운명도 바꿀 수 있다고 본다. 자신의 생각과 행동을 바꾸는 것은 참으로 어려운 일이다. 왜냐하면 세상의 모든 일이 남들 때문이라고 보기에 내 '자신'이 전혀 모든 일의 원인이라고 보지 않는다. 또 바꾸고자 해도 의지(will power)가 부족하게도 된다. 실제로 자신의 모든 문제의 99%는 자신이 만든 일들이다. 철학자 소크라테스의 '너 자신을 알라.'는 말이 그의 주된 철학관이라면 왜 고상한 말들을 제쳐놓고 그 말을 결론처럼 남겼을까? 한번 짚어 볼 일이다. 그의 말처럼 자신을 알면, 즉 문제의 핵심을 알게 돼 의식이 바뀌지고, 행동이 따르고 결국 자신을 바꿀 수 있다고 본 것은 아닐까? 자신을 알아가는 방법은 불교적인 깨달음, 철학적인 접근, 종교적 접근 등이 있겠지만, 필자는 정신과를 업으로 해, 정신과적 방법인 정신분석학(psychoanalysis)을 '나를 발견하는' 하나의 방법으로 소개하고자 한다. 정신분석학의 대부이고 천재였던 정신과 의사 Freud는 인간의 본질, 기본(foundation)을 인간의 의식 세계가 닿지 않는 깊은 곳에 존재하는 '무의식'이라는 것이 우리의 행동을 나도 모르게 조종하고 있어, 최면 또는 꿈의 해석, 자유연상(free association) 등으로 무의식을 끄집어내 우리가 의식하지 못하고 행하는 자신의 행위를 이해할 수 있게 하는 과학, 정신분석학을 창출했다. 또 우리의 정신작용의 삼단 구조를 본능(id)과 이를 제어하는 자아(ego), 자아를 양심

과 도덕, 이상 등으로 upgrade하는 초자아(superego)로 분류했다. 더 나아가 우리가 가진 여러 성격 패턴(의존적 성격, 공격적 성격, 반사회적 성격, 자기애적 성격 등)을 분류했고, 또 우리 자신이 외부 위협으로부터 무의식적으로 방어하는 방어기전(defense mechanism)들을 밝혀냈다. 방어기전들은 투사(projection), 동일화(identification), 억제(repression), 합리화(rationalization), 승화(sublimation) 등등을 말하고 예로서 투사는 내가 용납되지 않는 생각을 상대방에 떠넘기는 행동으로 내가 저 사람을 싫어하는 감정을 저 사람이 날 싫어한다고 생각

**'나를 아는 것'이 우리가 상실한 인간성과 인간관계의 회복과 즐거운 삶의 시작이며 기초인 것이다.**

**위기는 기회이다. 이번 코로나 사태를 부부 관계를 시작으로 가족, 사회, 세상에 인간성과 인간관계를 회복하여 행복한 삶, 건강한 삶을 사는 기회로 만들자.**

하는 방어기전으로 무의식적 행위이다. 유명한 Oedipal complex는 동일화의 방어기전이다. 즉 3살 된 아기가 이성 부모에 호감을 갖게 되는데 엄마를 좋아하면 아빠로부터 거세(castration) 위협을 갖게 되어, 엄마에 대한 감정을 나타내는 대신 엄마가 사랑받는 아빠를 닮아가는 동일화의 방어기전을 쓰게 된다. 그래서 사내아이는 아빠를 닮아 남자다워진다는 이론이다. 이러한 인간의 기초적 이해와 정신분석학적 심리치료(Psychoanalytic psychotherapy)로 자신을 이해하고 알게 되는 것이다. 많은 정신과 의사나 상담치료자들이 다른 정신 분석자로부터 정산분석을 받아 자신을 이해하게 된다. 나를 알아야 나를 상대방과 둘러싼 주위 환경을 잘 이해하게 된다.

이제 '나를 아는 것'이 우리가 상실한 인간성과 인간관계의 회복과 즐거운 삶의 시작이며 기초인 것이다. 지금 우리가 겪고 있는 코로나 사태의 제한된 공간과 행동의 제약에서 어떻게 기쁘게 살 수 있는 방법이 있는 것이다.

그러면 기쁨이란 무엇인가? 기쁨은 지극히 주관적이고 정신적인 상태이다. 성경은 '사람이 사는 동안 기뻐하며 행한 것보다 나은 것이 없다.'라고 했고 Eric Fromm은 기쁨은 '인간의 존재가치에서, 존재가치는 인간관계에서'라고 했다. Scott Peck은 '사랑은 노력이다, 관심이다, 훈련이다. 사랑은 기쁨이다.'라고 했다. 즉 필자는 '기쁨은 인간관계에서 노력과 훈련으로 그리고 관심으로 서로 사랑함으로 얻을 수 있다.'라고 결론을 얻을 수 있다. 여기에 다시 소크라테스의 지혜를 더하면 '나를 알아야 상대방을 사랑할 수 있다.'고 다음 단계로 넘어가게 된다.

'사랑은 기쁨이다.' 코로나 사태에서는 부부의 사랑을 회복할 좋은 기회이다. 인간관계 회복의 첫 단계이다. 부부는 30년, 40년을 같이한 동반자이고 협력자이고 임종을 지켜줄 사람이다. 부부는 누구보다도 결혼이란 문화적 법적 도덕적 연결이다. 가장 가까운 사이이다. 맹자가 말한 '측은지심'의 대상이 아닐 수 없다. 성경에도 '공홀히 여기는 자는 공홀히 여김을 받고 천국이 저희 것임이라'고 했다. 부부는 어렵지 않게 서로 공홀히 여길 수 있는 관계이다. 이게 사랑이 아니겠는가?

인간관계의 회복은 자신을 아는 노력과 훈련으로 자신을 알게 되면 배우자를 진정으로 사랑할 수 있다. 회복된 부부의 사랑은 기쁜 삶을 살게 되고 기쁨은 우리 몸에서 엔돌핀(생체에서 분비하는 morphine, Endorphin)이 분비되고 이 엔돌핀은 우리 몸의 면역력을 높혀 무병하게 된다. 감기도 암도 코로나도 예방할 수 있지 않을까? 이렇게 무병하면 장수한다.

위기는 기회이다. 이번 코로나 사태를 부부 관계를 시작으로 가족, 사회, 세상에 인간성과 인간관계를 회복하여 행복한 삶, 건강한 삶을 사는 기회로 만들자.

## 잃어버린 한민족 역사 뿌리 찾기 (III)

〈환단고기〉가 나타나자 사대주의, 식민사학에 빠진 강단사학자들은 ‘위서론’을 주장하며 저항했다. 그러나 〈환단고기〉는 오늘날 천문학자, 고고학자, 역사학자 등 뜻있는 많은 사람들의 노력으로 그 내용이 하나하나 사실로 밝혀지고 있다.

〈환단고기〉의 ‘단군세기’엔 13세 흘달 단군 재위 50년, 무진년(BC 1733년) 다섯 행성이 일직선으로 모인 ‘오성취루(五星聚婁)’가 발생했다는 기록이 있다. 서울대 천문학과 박창범 교수는 별자리 관측 프로그램으로 이 기록이 역사적 사실임을 밝히고 ‘단군조선 시대 천문기록에 대하여’란 논문을 발표했다.

중국학자들이 동이족 강역이라고 말해왔던 만리장성 밖 내몽골 적봉시 일대에서 1980년대부터 황하문명(BC3,000년경)보다 1500년 앞선 홍산문화(紅山文化) 유적이 대거 발굴되자 중국 학계는 깜짝 놀랐다. 그들의 역사서가 전혀 몰랐던 문명이기 때문이다. 4대 문명으로 불리는 황하문명, 인더스문명, 메소포타미아문명, 이집트 문명보다 앞선 제5의 고대문명이 발견되자 세계가 놀랐고 1995년부터 ‘요하문명(遼河文明)’으로 불

렸다. 인류 문명사를 다시 쓰게 만든 요하 문명은 시기적으로 소하서 문화(BC9,000-8500), 흥룡와 문화(BC 6,200-5,200), 부하 문화(BC 5200-5000), 조보구 문화(BC 5,000-4,400), 홍산문화(BC 4,500-3,000), 소하연 문화(BC 3,000-2,000), 하가점 상층/하층 문화(BC2,300-1,600) 등으로 나뉜다.

〈환단고기〉를 연구하는 학자들은 소하서~조보구 문화는 환국 시대, 홍산문화는 배달국 시대, 하가점 하층 문화부터는 단군조선의 문화로 본다. 요하문명의 꽃인 홍산문화의 주역은 누구일까? 중국학자인 이민은 1987년 논문에서 요하문명은 ‘동이족’의 한 갈래인 ‘조이족’ 문명이라고 밝혔다. 그도 그럴 것이 한반도에서도 많이 출토된 빗살무늬 토기, 옥걸, 상투를 고정하는 옥고, 적석총, 석관묘, 원형 제단, 비파형 동검 등 동이족 유물, 유적이 대거 발견됐기 때문이다. 그러나 중국학자들은 요하문명이 한족의 시조인 황제족 문명이라는 논문을 그 이후 봇물처럼 쏟아냈다. 또한 중국은 요하문명을 중국 역사로 끌어들이기 위해 발빠르게 각종 역사관련 공정을 시작했다. 중국은 동북공

정, 중화민족 근원탐구 공정, 국사수정 공정, 중국문명 전파(선전) 공정 등으로 상고사를 전면 재편하고 대대적인 홍보에 나섰다. 중국 영토내 56개 소수민족을 ‘중화민족’이라며 중국역사에 편입시켜 고구려사를 ‘중국 고구려사’로 만들었다.

중국은 그들의 사서에 한마디도 언급되지 않았던 요하문명을 한족 조상의 문명이라고 강변하는 반면, 한국의 강단사학자들은 〈환단고기〉에 기록된 환국, 배달국, 단군조선의 유적인 요하문명을 제대로 연구하지도 않고 중국의 역사침탈을 수수방관하고 있다. 이렇게 가면 우리 배달동이족 역사는 사라지고 시진핑이 얼마전 트럼프에게 말했듯이 ‘한국은 중국의 일부’로 전락할 지도 모른다. 위정자, 지식인들조차 사대주의 모화사상에 중독돼 ‘중국몽’을 꾸고 있으니 말이다.

중국과 일본에 의한 역사왜곡을 막아내고, 9천년 한민족 국통 맥을 바로 세우려면 한민족 상고사를 밝혀주는 〈환단고기〉를 알고 배달민족의 얼과 역사를 되찾는 것이 무엇보다 중요하다고 본다.

[참고: 역사뿌리찾기 (I)은 2020년 11월에 게재되었다.]

## "노년에 노래를 부르면 젊어진다고 전해라".

이준희 (음대95)

실버 세대들에게 꼭 전하고 싶은 말입니다. 웃음이 우리 몸의 엔도르핀을 돌게 해 면역력을 증가시키듯 노래 또한 건강하고 젊게 살아가는 한 요인이 될 것 같기 때문입니다. 노래를 잘 부르지 못해도 좋습니다. 노래를 부르면 우리 신체의 모든 장기(臟器)들도 즐거워서 함께 춤을 출 것 같습니다. 그래서 흔히들 노래를 부르면 건강을 유지하고 장수한다고 합니다.

필자는 뉴욕 서울대동문합창단, 뉴욕 실버합창단 지휘자로 활동하고 있습니다. 이 합창단들의 모임은 매주 일주일에 한 번 25~30명의 회원들이 모여 전문 성악가의 지도 아래 노래를 부릅니다. 물론 실버 세대들을 위한 합창단이라 오디션을 거치지 않고도 단원이 될 수 있습니다. 또 본인의 희망에 따라 파트도 정해집니다. 특별히 소질이 뛰어나야 하는 것은 더욱 아닙니다. 평소

노래를 좋아하고 노래방에서 마이크를 잡을 수 있는 수 있는 힘만 있다면 합창단원이 될 수 있다고 봅니다. 물론 지금은 COVID-19으로 인해 합창활동을 할 수 없지만, 합창활동을 통한 그 혜택과 이로움은 이루 말할 수 없을 정도로 크다고 생각합니다.

개인적으로 합창의 소리를 좋아하는 이유는 많은 인원이 부르는 노래의 조화와 감동 때문입니다. 게이름의 높이를 다르게 부르는 음정들이 지휘자의 손놀림에 따라 물 흐르듯이 흐르다가, 갑자기 폭풍우처럼 몰아치기도 합니다. 대부분의 노래가 마지막 부분에서 뇌성 같은 웅장함이 울려 퍼집니다. 절정을 향하던 단원들의 목소리가 지휘자의 손놀림에 따라 갑자기 뚝 끊어질 때, 온몸이 감전된 것 같은 전율로 휘감기곤 합니다. 이럴 때 엔도르핀 효과의 4천 배라는 다이돌핀이 분비된다고 합니다. 다이돌핀은 마음



이 감동을 할 때 분비되는 호르몬으로, 체내의 면역력을 키워주고 노화 속도를 늦추며 생명을 연장시키는 묘약이라합니다.

합창이 우리의 삶에 주는 교훈은 노래의 조화뿐만 아니다. 실버세대들의 나약해져 가는 마음을 추스르고, 사회공동체의 일원이 되어 생활할 수 있는 기회를 만들어 줍니다. 다른 사람을 위해 무대에서 공연할 때 느끼는 희열로 백발도 겁어질 것 같은 자긍심과 의욕이 넘칩니다. 건전한 노래를 통해 100세 시대에 걸맞은 노년을 더욱 보람되고 가치 있는 삶으로 이끌어 갔으면 좋겠습니다.

**회원 명단 (109명 / 2020-11-12)**

강교수	김영덕	손갑수	우규환	임도혁	최준희
강에드	김영만	손경택	유무영	임호순	최진영
강영선	김우영	손대홍/	윤현남	장동만/	최철용
계동휘	김익성	남종현	이강홍	고애자	최학주
곽상준	김인형	손옥화	이국진	정도현	추재욱
곽선섭	김재경	송근숙	이 준	정수일	한영수
곽승용	김정필	송용길/	이대연	조달훈/	한용오
구달회	김종울	송현자	이대영	조승자	한태진
권영대	김창수	송학린	이범선	정해민	허용웅
권정덕/	김태일	신원철	이수호	조상근	홍사만
홍선경	김현중	신응남	이용대	주상선	홍정표
권태전	노용면	신진식/	이전구	주재양	홍지복
김광수	민준기	이정자	이정필	진봉일	홍종만/
김광현	박기환	양인회	이종대	천병수/	홍예경
김동건	박준구/	오 성	이종석	천종화	
김문경	최숙희	오순문	이준행	최구진	
김문언	박희병	오용호	이준희	최병우	
김병순	배상규	오유섭	이행순	최수용	
김상만	성기로	오인석	이흥빈	최순채	

**골든클럽 2020년 행사 일람 (Updated: 2020-11-12)**

1월	1/26~2/1	Winter Golf Trip, Palm Beach, FL, 31명 참가
3월	28 (토)	신년교례회 - 취소
4월	16 (목)	Opening Golf Outing - 취소
	30 (목)	Hiking, Harriman State Park - 취소
5월	13 (수)	동창회 춘계 골프대회 - 취소
6월	11 (목)	Golf Outing - 취소
	24 (수)	Picnic, Pizza Party - 취소
7월	9 (목)	Golf Outing - 취소
	22 (수)	문화, 예술, 정원 등 경승지 방문 - 취소
8월	6 (목)	Golf Outing - 취소
	20 (목)	BBQ Picnic, Westchester County Park - 취소
9월	3 (목)	Golf Outing - Wallkill Golf Club 30명 참가
10월	7 (수)	동창회 추계 골프대회 -Sunset Valley Golf Club
	21 (수)	Hiking -Storm King Mountain 13명 참가
11월	5 (목)	Golf Outing -Haverstraw Golf Club 26명 참가
12월	5 (토)	뉴욕동창회 송년회 및 총회 - 취소

**2020년 연회비 납부 명단 (98명 / \$9,800 / 2020-11-22)**

강에드	김영만	손경택	우규환	이행순	최준희
강교수	김우영	손대홍	유무영	이흥빈	최진영
계동휘	김익성	손옥화	윤현남	임도혁	최철용
곽상준	김인형	송근숙	이강홍	임호순	최학주
곽선섭	김재경	송용길	이국진	장동만/	한영수
곽승용	김정필	송현자	이범선	고애자	한용오
구달회	김종울	송학린	이대연	정도현	한태진
권영대	김창수	신원철	이대영	정수일	허용웅
권정덕	김태일	신응남	이수호	정해민	홍사만
권태전	김현중	신진식/	이용대	조달훈/	홍정표
김광현	노용면	이정자	이전구	조승자	홍종만/
김동건	민준기	양인회	이정필	조상근	홍지복
김문경	박기환	오 성	이종대	주상선	
김문언	박희병	오순문	이종석	주재양	
김병순	배상규	오용호	이 준	진봉일	
김상만	성기로	오유섭	이준행	최병우	
김영덕	손갑수	오인석	이준희	최순채	

**2020년 후원금 납부 명단 (20명 / \$7,400 / 2020-11-12)**

곽선섭 100	김종울 200	윤현남 500	임호순 300
곽승용 200	성기로 300	이강홍 300	정해민 500
권정덕 200	손경택 1,000	이전구 500	조상근 300
김광현 100	송학린 500	이준행 1,000	최철용 300
김동건 200	우규환 200	이행순 200	한태진 500

**2021년 연회비 납부 명단 (13명 / \$1,300 / 2020-11-12)**

김상만	송학린	유무영	천종화	홍지복
박준구/	신진식/	정수일	한용오	
최숙희	이정자	정해민	홍선경	

**2021년 후원금 납부 명단 (3명 / \$1,900 / 2020-11-12)**

송학린 1,100	신진식 300	정해민 500
-----------	---------	---------



**12월 생일을 축하합니다.**

김문언 (공대66)  
신진식 (농대57)  
이범선 (상대46)  
이상복 (의대56)  
최구진 (약대54)

**골든클럽 컴퓨터연구원 강의**

뉴욕: 매주 화요일 /오전 10시-오후 1시  
뉴저지: 매주 월요일 /오전 9시30분 - 오후 1시  
공적집회가 허용될때까지는 Zoom video 강의로 진행됩니다.  
문의사항: 양인회 (917-494-0223)  
홍종만 (646-342-2667)

**골든클럽 회비 납부 양식**

이 회비 납부 양식을 Check (payable to **SNUAA**)와 함께 보내주시기 바랍니다.  
보내실 주소: SNUAA 261A 4th St., Palisades Park, NJ 07650  
(T) 646-342-2667 (E) hong1945@gmail.com

성명: (한글) \_\_\_\_\_ (영문) \_\_\_\_\_ 생년월일: \_\_\_\_\_

단과대: \_\_\_\_\_ 학과: \_\_\_\_\_ 입학년도: \_\_\_\_\_ 졸업년도: \_\_\_\_\_

전화번호: \_\_\_\_\_ Email: \_\_\_\_\_

주소 (Home): \_\_\_\_\_

- 입회비 \$200
- 연회비 \$100
- 후원금 (\$) \_\_\_\_\_ )