



베스트셀러

1. 슈퍼게임 이정윤의 성장주 집중 투자/이정윤/배가복스
2. 나의 첫 번째 부동산 교과서

(6월 8-14일/에스24 제공)

3. 내면 근력



오디오북 인기 순위

1. 사랑도 복원이 될까요?/송라음/텍스터
2. 프로젝트 헤일메리

(6월 8-14일/윌라 제공)

3. 1939년 명성아파트

국방일보 12·13

2026년 6월 18일 목요일

## 조국 위해 희생한 임들을 기리는 시어들

나를 향해, 심표



대한민국재향군인회여성회 회장인 이서인 시인이 두 번째 시집 『나를 향해, 심표』를 내놨다. 첫 시집 『지금 너를 마중 나간다』 이후 5년 만이다. 시인은 팬데믹 시대를 견디며 보낸 단절의 시간 동안 느낀 일상의 소중함을 담백한 시어로 풀어냈다. 6월이어서일까. 자연과 인간 존재의 성찰을 담은 시집 속 1, 2, 3부 못잡게 조국을 위해 목숨 바쳤던 임들의 희생을 기리는 시를 모은 4부 ‘대빛, 위대한 사명여’가 더욱 의미 있게 다가온다.

이서인 지음  
도서출판 품 퍼냄

## 평정심 유지하며 우아하게 승리하는 법

아무리 화가 나도 바보와는 싸우지 마라



40년이 넘는 세월 동안 수십만 명과 교류·협력하며 축적한 인간관계 노하우를 한 권의 책에 눌러 담았다. 상황을 객관적으로 바라보는 ‘메타인지 대처법’부터 싸우지 않고 자신을 지키는 실천 전략으로 내 삶의 중심을 되찾는 법까지 저자는 평정심을 유지하며 우아하게 승리하는 법을 전한다. 타인의 평판에서 벗어나 내면의 목소리에 집중하고 싶은 독자들에게 이 책은 단단한 자아를 찾아 줄 터닝포인트가 될 것이다.

다무라 고타로 지음  
송수진 옮김  
유노북스 퍼냄

## ‘새들도 언어가 있다’ 20년의 관찰 기록

나에게는 새의 말이 들린다



새도 말을 할까. 동물언어학의 창시자 스텔라 시타카가 20년의 연구 끝에 ‘인간만이 언어를 사용한다’는 상식을 뒤집었다. 박새 연구과정을 기록한 이 책은 유쾌한 문체와 유머러스한 에피소드로 새에게도 그들의 언어가 있음을 증명한다. 숲속에서 박새들의 울음소리와 행동을 추적하는 집요함과 저자의 열정을 보면 책이 한 편의 추리소설처럼 느껴진다. 또한 현대사회에서 우직하게 자연에 다가가는 저자의 모습은 우리가 잃지 말아야 할 태도를 다시 생각하게 만든다.

스즈키 도시타카 지음  
김소연 옮김  
오랜하우스 퍼냄

## 막연한 경제적 불안을 다스리고 싶다면

돈 때문에 불안하다는 착각



‘불안’만큼 현대인의 정서를 잘 표현하는 단어가 또 있을까 싶다. 특히나 코스피 지수가 9000에 육박하는 요즘엔 나만 재테크에 뒤처지는 것 같아 밤잠을 설치는 이가 많은 게 사실. 하지만 17년간 골드만삭스에서 일했던 저자는 자본주의란 돈에 대해 끊임없이 불안을 부추기는 시스템이라고 지적한다. 돈에 관한 우리의 마음을 바로잡지 못하면 아무리 돈을 많이 벌어도 여전히 불안할 수밖에 없다는 얘기다. 나 빼고 모든 사람이 대박을 친 것 같아 ‘포모(FOMO·소의 불안)’에 시달리는 이들에게 권하고 싶은 책이다. 박유빈 인턴기자

다우치 매너부 지음  
김정환 옮김  
부키 퍼냄



# 인공지능 너머 : 인간을 다시 묻는다

### 107세 철학자가 전하는 인간다움·가치

‘현존하는 세계 최고령 저자’로 기네스의 공식 인증을 받은 107세의 철학자 김형석 교수는 『AI 시대에 인문학은 무엇인가』란 신간으로 AI 시대 인간은 무엇을 생각하며 살아야 하는지 자신만의 답을 내놓는다.

저자는 세상이 빠르게 변하고, 각자 의견이 갈리고, 무엇이 옳은지 혼란스러운 시대일수록 사람에 관한 이해, 가치에 대한 성찰, 공동체를 위한 지혜에 의지해야 한다고 이야기한다. 그러면서 기술이 발전할수록 인간답게 사는 일이 더욱 중요해진다고 강조한다. AI가 기술적 문제를 해결할 수 있어도 인간 정신과 가치관을 대신할 수는 없으며 인간 값이 AI도 있을 수 없다는 것. AI는 ‘효율’을 말하지만, 인문학은 효율 너머의 ‘가치’에 초점을 맞추는 셈이다.

AI는커녕 컴퓨터조차 없었던 시대에 태어난 노철학자가 바라보는 AI 시대와 그 시대를 살아갈 방법에 대한 통찰력이 눈부시게 드러난다.

### 기계가 복제할 수 없는 ‘연결노동’ 초점

엘리스 J. 퓨 미국 존스홉킨스대 사회학과 교수는 신간 『사람의 마지막 직업』에서 AI 시대의 ‘직업’ 이야기를 들려준다. 모든 것을 기억하고 순식간에 답을 내놓는 시대에 문제를 제기하며 기계가 결코 복제할 수 없는 노동 영역에 초점을 맞춘다.

어떤 직종에서나 다른 사람과 교감하는 능력, 다른 사람의 내면을 읽는 능력을 발휘해 일하는 사람들이 있다.

저자는 다른 사람의 감정을 이해함으로써 성과를 산출하는 노동을 ‘연결노동(connective labor)’이라고 부르며 그 가치와 중요성을 강조한다.

저자는 사람의 자리를 AI가 대신하면서 공장 조립라인에 쓰일 법한 논리를 연결노동에도 적용하기 시작했다고 비판한다.

### AI 시대 던지는 질문들 3

모든 분야에서 ‘인공지능(AI)’이란 단어가 범람하는 시대다. 출판계도 예외는 아니다. AI가 바뀐 농을 미래와 관련 기술, 활용법 등을 소개하는 책들이 하루가 멀다 하고 쏟아진다. 하지만 정작 AI를 활용하는 인간은 소외된 상황에서 AI 시대를 어떻게 살아 내야 할지, AI로 인해 인간은 쓸모없는 존재가 되는 건 아닌지에 대한 질문에 답하는 책들이 잇따라 출간돼 눈길을 끌고 있다.

## 해양패권 꿈꾸는 중국의 전략 해부...우리의 대응 방향은 무엇인가

미칠 영향을 짚는다.

저자는 중국이 해군력 증강에 나선 역사적 배경부터 풀어낸다. 중국은 19세기 아편전쟁 당시 바다로 침입한 영국에 패한 뼈아픈 경험이 있다. 이른바 ‘100년의 굴욕’은 오늘날 ‘중화민족의 위대한 부흥’이라는 구호와 맞닿아 강한 해군력 건설의 동력으로 작용한다. 저자는 중국 해군이 초기 연안 방어 중심에서 근해 방어를 거쳐 현재의 원해 방위 전략으로 넓혀 온 과정을 추적한다.

이 책이 주목하는 부분은 ‘지능화 전쟁’ 능력의 확보다. 최신 항공모함 푸젠함으로 대표되는 항

모전단의 고도화, 핵추진잠수함과 수상함 전력의 성장은 물론 무인잠수정·무인수상정 등 다양한 무인플랫폼을 인공지능(AI)과 결합해 서태평양에서 미군의 우위를 상쇄하려는 중국의 전략적 의도를 세밀하게 분석한다.

또한 해양경찰과 해상 민병의 역할에도 주목한다. 저자는 중국이 영유권 분쟁 해역에서 어민으로 구성된 민병이나 해경을 내세워 실효 지배력을 강화하고 있다고 설명한다. 국제사회의 직접적 비난을 피하면서 점진적이고 확실하게 장악력을 꾀하는, 이른바 ‘회색지대 전략’의 한 축이라는 것이다.

중국 해군의 약점도 냉정하게 짚는다. 공산당의 강력한 통제에서 비롯된 지휘체계의 경직성, 군 내부에 남아 있는 부정부패, 현대전을 이끌 전문 군사인재 부족 등은 세계 최강의 해군을 꿈꾸는 중국이 반드시 해결해야 할 과제라고 지적한다.

한국에 이러한 변화는 결코 남의 일이 아니다. 서해에서의 어업 마찰, 이어서 관할권 견해차, 중국 해군의 서해 군사활동 증가 등은 언제든 갈등으로 번질 수 있는 불씨다. 저자는 한·중 해양협력을 이어 가는 동시에 중국의 영향력 확장에 대응할 역량을 구축해야 한다고 주장한다. 박성준 기자

## 진중문고+

## 자존감 대증치료

『자존감 수업』을 읽고



하준범 병장  
육군2적전사령부  
군사경찰단

어느 날 『자존감 수업』이라는 직관적인 제목이 눈길을 사로잡았다. 늘 자존감이 낮다고 여겨 이를 극복하고자 운동과 공부, 독서 등 여러 방법을 시도하고 있음에도 여전히 제자리라고 생각했기 때문이다.

자존감은 자기 효능감, 자기 조절감, 자기 안전감으로 구성된다. 하지만 대한민국 사회는 ‘쓸모 있는 사람’임을 느끼는 자기 효능감만을 지나치게 강조한다. 그 결과 좋은 직업과 능력 등에만 집착하게 된다. 그러나 자신이 자유롭게 살고 싶은 본능인 자기 조절감과 안전하고 편안함을 느끼는 능력인 자기 안전감을 이해하게 되면서 그동안 자존감을 오해했음을 깨달았다.

이의 해답으로 저자는 건강한 자존감이야말로 진정한 행복으로 가는 길이며, 이 시대를 살아가기 위한 가장 강력한 무기라고 말한다.

자존감이 낮은 사람은 스스로를 향한 신뢰가 깨져 있어 자신이 사랑받을 가치가 있음을 알지 못한다. 그 결과 타인의 사랑도 의심하게 되고, 인간관계에도 문제가 생기기 쉬우며, 자신의 부족함을 메우기 위해 과장과 포장을 반복하지만 그럴수록 내면은 더욱 피폐해진다. 그래서 우리가 흔히 하는 ‘나를 사랑해야 남을 사랑할 수 있다’는 말이 설득력을 얻는 것이다.

나를 포함한 현대인이 많이 느끼는 감정인 열등감에 대한 저자의 생각이 인상 깊었다. 열등감은 무능감, 자괴자심, 피해의식이 뒤섞인 감정이며 폭발력이 강해 동기부여의 자원이 되기도 한다. 이 열등감은 시한폭탄과 같아 위험한 자원이며, 절대 행복해지거나 자존감이 회복될 수 없다.

자신을 사랑하지 못하는 사람은 서슴없이 스스로를 비난하고 비교한다. 남에게 미움받으면 도망칠 수 있지만, 자신을 미워하면 도망칠 수 없고 결국 비관적 사고에 빠지게 된다. 이에 반해 자신을 사랑하는 이의 인생은 훨씬 수월하다. 마음이 잘 통하는 친구와 항상 함께하는 것 같고, 스스로를 비난하며 에너지를 낭비하지 않아 문제가 생겨도 더욱 적극적으로 대응할 수 있다. 나 자신을 돌아보니 그간 스스로를 미워하며 낭비한 시간과 에너지가 떠올라 후회됐다.

마지막으로, 저자가 해결책으로 이야기한 ‘대증치료’ 개념이 큰 울림을 줬다. ‘대증치료’란 원인이 아닌 드러나는 증상을 먼저 치료하는 방식을 얘기한다. 마음의 문제도 마찬가지다. 우선 해결할 수 있는 문제부터 현재에 집중해 하나씩 고쳐 나가다 보면 높은 자존감과 진정한 행복에 도달할 수 있다.

한국 사회에서 우리는 때 순간 전력질주를 요구받고, 누군가를 앞질러야만 존재감을 증명받는 경쟁의 그늘 속에서 지쳐 간다. 이 슬픈 현실에서 이 책은 삶에 관한 새로운 방법론을 제시한다. 물론 한 번에 모든 것이 바뀌기는 어렵다. 그러나 ‘대증치료’로 작은 변화들 쌓아 나가다 보면 우리 모두가 자신을 사랑하고 지지 줄 아는 건강한 자존감을 회복할 수 있을 것이라고 확신한다.