

고려일보

КОРЕ ИЛЬБО

30 (2030) 24 ИЮЛЯ 2026 ГОДА



Instagram

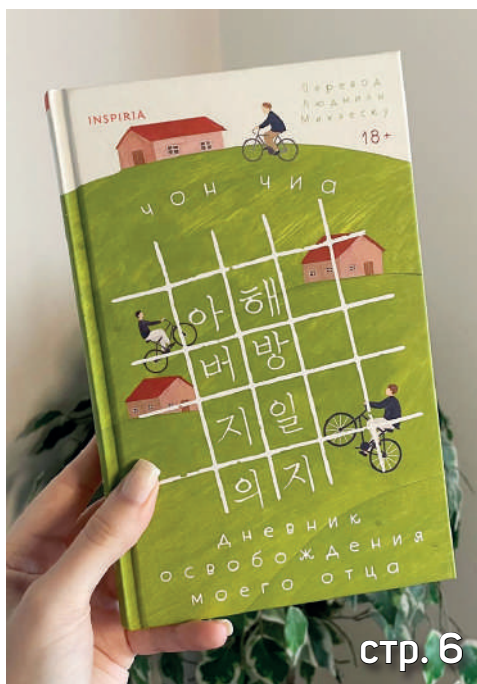


Telegram



koreilbo.com

Дневник
освобождения
моего отца



стр. 6

뿌리를 잊지 말자

БУДЬТЕ БЛИЖЕ К ИСТОКАМ

FLC REUNION UZBEKISTAN 2026 прошел в Ташкенте



С 17 по 19 июля в Ташкенте прошёл форум FLC Reunion Uzbekistan 2026 – международная площадка, объединившая молодых представителей корейской диаспоры из стран СНГ. Форум стал продолжением программы Future Leaders Conference, которая ежегодно проходит в Республике Корея. Эта программа направлена на поддержку молодых лидеров и зарубежных корейских сообществ.

Анастасия АН, Ташкент

Программа FLC была создана для того, чтобы объединять активную молодёжь корейского происхождения, проживающую за пределами Кореи. Участники не только знакомятся друг с другом и культурой исторической родины, но и обсуждают вопросы, с которыми сталкиваются зарубежные корейские сообщества, обмениваются опытом и разрабатывают совместные инициативы. Многие выпускники программы продолжают сотрудничество даже после её завершения, создавая международные проекты и поддерживая связь между диаспорами разных стран.

стр. 2

Казахстан 국민의 식탁은
어떻게 바뀌고 있나



стр. 9

한글, 실크로드에서 꽃피다

알마티서 한국 서예전 개막

오는 9월 열리는 제1차 '한국·중앙아시아 정상회의'를 앞두고 마련된 한국 서예전 '한글, 실크로드 위에 꽃을 피우다'가 7월 14일 알마티 카스테예프 국립미술관에서 개막했다.

주알마티 대한민국 총영사관과 카스테예프 국립미술관이 공동 주최한 이번 전시는 한글 보급 100주년을 기념하며, 고려사람과 한글, 실크로드를 잇는 문화적 가치를 조명한다. 한국캘리그래피디자인협회 소속 서예가 20명이 이번 전시를 위해 특별 제작한 작품을 선보였으며, 이상현 협회장의 퍼포먼스와 고려극장 예술단의 축하공연이 개막식을 더욱 빛냈다. 전시에는 서예가 강병인이 직접 쓴 '고려일보' 로고와 슬로건 작품도 함께 소개됐으며, 관람객들을 위한 캘리그래피 체험 행사도 마련됐다.

전시는 8월 2일까지 계속된다.



Кредиты

- Низкая ставка
- Без лишних переплат
- Прозрачные условия

Депозиты

- Выгодные условия
- Капитализация
- Гарантирован КФГД

SHINHAN BANK
KAZAKHSTAN

тел. +7 (727)356-96-00

г. Алматы пр. Достык 38, БЦ "Кен-Дала"

лицензия на проведение банковских и иных операций №1.1.258 от 03.02.2020 г. выдана Агентством Республики Казахстан по регулированию и развитию финансового рынка.

Сейфовое хранение Переводы

- Доступ по отпечатку пальца
- Конфиденциальность
- Современная система безопасности

- Быстрые переводы
- Низкие комиссии
- Отправка по всему миру

12+ ДЛЯ ДЕТЕЙ, ДОСТИГШИХ 12 ЛЕТ

ГЛАЗОМ НЕ МОРГНУТЬ, ДАЖЕ ЕСЛИ НЕБЕСА РУХНУТ / 하늘이 무너져도, 눈도 깜짝 않는다

FLC REUNION UZBEKISTAN 2026 прошел в Ташкенте

Начало на стр. 1

В этом году организаторы решили провести встречу выпускников и участников программы в формате отдельного регионального форума на территории СНГ. Местом проведения был выбран Ташкент – один из важных центров жизни корё сарам в Центральной Азии.

Организаторами форума выступили Молодёжный центр Shinsedae при Ассоциации корейских культурных центров Узбекистана. Поддержку мероприятию оказали АККЦ Узбекистана, Агентство по делам зарубежных корейцев Республики Корея, Посольство Республики Корея в Узбекистане, а также партнёры форума – косметическая компания OLLE, клуб предпринимателей Узбекистана KORYOIN и туристическая компания Meridian Travel и Kaleon Group.

В течение трёх дней участников ожидала насыщенная образовательная, дискуссионная и культурная программа. Форум начался с официального открытия, приветственных выступлений организаторов и гостей, презентации программ Агентства и общения с выпускниками FLC прошлых лет. Важной частью первого дня стал показ документальных фильмов, посвящённых истории корё сарам Узбекистана и сахалинских корейцев. Эти киноленты напомнили участникам о непростом историческом пути корейцев и помогли лучше понять значение сохранения исторической памяти.

Особое внимание было уделено образовательным лекциям. Одним из ключевых спикеров форума стал известный кореевед и историк Андрей Ланьков. В своём онлайн-выступлении он рассказал о формировании корейской диаспоры за пределами Корейского полуострова, причинах миграции корейцев в разные



страны мира и исторических процессах, которые привели к появлению многочисленных зарубежных корейских сообществ.

Представители Казахстана Элла Пак и Юрий Ким рассказали участникам форума о деятельности Корейской вебтун-академии (KWA) и реализуемых ею образовательных проектах. В ходе выступления спикеры познакомили аудиторию с возможностями, которые академия предоставляет молодёжи, а также поделились опытом проведения хакатонов и других практико-ориентированных мероприятий.

С большим интересом участники слушали выступление Артура Пака, который рассказал о своей

профессиональной деятельности в сфере бизнес-консалтинга и стратегического планирования. Он поделился опытом работы с организациями и проектами, объяснив, почему для успешного развития важно иметь чётко сформулированные цели, ценности и видение будущего.

FLC Reunion Uzbekistan 2026 стал не просто площадкой для общения выпускников программы, а пространством для диалога, обмена опытом и совместного поиска решений. Форум ещё раз подтвердил, что молодое поколение корё сарам заинтересовано в сохранении своей культуры, развитии международных связей и активном участии в жизни диаспоры.

Тарихи саммит қарсаңында

16-17 қыркүйек күндері Сеулде Корея Республикасы мен Орталық Азия арасындағы ынтымақтастықтың жаңа кезеңін айқындайтын маңызды оқиға өтпек. Тарихта тұңғыш рет «Корея Республикасы – Орталық Азия» форматындағы мемлекет басшыларының саммиті ұйымдастырылып, оған Қазақстан, Қырғызстан, Тәжікстан, Түрікменстан және Өзбекстан көшбасшылары қатысады. Бұл кездесу екіжақты байланыстарды жаңа деңгейге көтеріп, оларды толыққанды көпжақты ынтымақтастық тетігіне айналдыруға жол ашады.

Саммитке дайындық бірнеше бағыт бойынша қатар жүргізілуде. Ұйымдастыру мәселелері Орталық Азия елдері мен Корея Республикасының сыртқы істер министрліктері, «Орталық Азия – Корея Республикасы» ынтымақтастық форумының хатшылығы және өңір мемлекеттерінің дипломатиялық өкілдіктері деңгейінде тұрақты түрде талқыланды. Соңғы кездесулердің негізгі тақырыптарының бірі – алдағы жылдары нақты нәтиже беретін бірлескен жобалармен саммиттің күн тәртібін толықтыру.

Қазақстанға ерекше мән беріліп отыр. Өйткені еліміз Орталық Азиядағы Корея Республикасының ең ірі экономикалық серіктесі болып саналады. Бүгінде екі ел арасындағы ынтымақтастық машина жасау, энергетика, пайдалы қазбаларды игеру, цифрландыру және білім беру салаларын қамтиды.

Сәуір айында өткен Қазақстан–Корея келіссөздері барысында тараптар стратегиялық әріптестікті одан әрі дамытуға ниетті екенін тағы бір мәрте растап, қыркүйектегі саммитке дайындықтың негізгі бағыттарын келісті.

Дайындық жұмыстары тек дипломатиялық келіссөздермен шектелмейді. Шілде айының басында Корея Республикасының Сыртқы істер министрлігі алғашқы саммитті қолдауға арналған халықаралық жастар тобын құрды. Оның құрамына Кореядан және Орталық Азияның бес мемлекетінен, соның ішінде Қазақстаннан, жиырма жас енді. Алдағы бірнеше ай бойы олар өңіраралық ынтымақтастықты насихаттайтын ақпараттық науқандар, мәдени іс-шаралар мен түрлі жобаларды жүзеге асырады. Бұл бастама жас буынды серіктестікті дамыту ісіне тартуға және алдағы саммиттің маңызын қалың жұртшылыққа кеңінен танытуға бағытталған.

Алдағы саммит Қазақстандағы корё сарам қауымы үшін де ерекше маңызға ие. Қазақстандық корейлер тоқсан жылға жуық уақыт бойы Орталық Азия мен тарихи Отаны арасындағы табиғи алтын көпір қызметін атқарып келеді. Қазақстан корейлері қауымдастығының, Корея театрының, білім беру және мәдени ұйымдардың, сондай-ақ «Коре ильбо» газетінің қызметінің арқасында екі өңір арасындағы гуманитарлық байланыстар тұрақты түрде нығайып келеді. Алдағы саммит осы ықпалдастыққа тың серпін беріп, жастар алмасуын, ғылыми ынтымақтастықты және бірлескен мәдени жобаларды жүзеге асыруға жаңа мүмкіндіктер ашуы мүмкін.

Александр ХАН



Как BTS вписали свое имя в историю FIFA

Корейская музыкальная индустрия переживает очередной исторический момент – грандиозный ARIRANG World Tour легендарной K-POP-группы BTS официально стал одним из самых кассовых и масштабных турне десятилетия. Прокатившись по крупнейшим аренам Европы, группа поставила яркую финальную точку на главном спортивно-развлекательном событии планеты – хафтайм-шоу финала чемпионата мира по футболу FIFA 2026.

Элина ИСКАКОВА

Европейская ветка тура ARIRANG охватила ключевые мегаполисы континента: Мадрид, Брюссель, Лондон, Мюнхен и Париж. В общей сложности за 10 шоу живое выступление группы увидели более 717 000 человек. В лондонской арене Wembley 120 000 билетов на два концерта были раскуплены всего за 9 минут, а парижский Stade de France собрал свыше 100 000 фанатов.

«Когда мы только начинали, мы и представить не могли, что десятки тысяч людей в самом сердце Европы будут петь наши песни на корейском языке. Это не только наша победа, но и победа музыки, которая способна объединить мир», – заявил лидер группы RM со сцены в Париже.

Едва завершив европейскую часть мирового турне ARIRANG, группа BTS отправилась за океан для участия в грандиозном событии. 19 июля на стадионе MetLife Stadium (Нью-Джерси,

США) состоялся финал чемпионата мира по футболу, в котором за титул сразились сборные Испании и Аргентины.

Впервые за всю 96-летнюю историю турнира Международная федерация футбола (FIFA) совместно с организацией Global Citizen решила внедрить масштабное шоу в перерыве финального матча. Открыть эту новую культовую традицию доверили именно BTS. Выступление носило и важную благотворительную миссию – часть средств от каждого проданного билета была направлена на международные экологические инициативы и программы по борьбе с детским голодом.

За 15 минут масштабного хафтайм-шоу на гигантской трансформирующейся сцене участники группы – RM, Джин, SUGA, J-Hope, Чимин, V и Чонгук – устроили невероятный перформанс, зажгли многотысячную арену. Парни вышли на сцену в костюмах красных костюмах в стиле эры ARIRANG, сочетающих хай-тек и спортивную эстетику. Наряды были украшены их именами и знаковой цифрой 7, символизирующей единство коллектива.

Кульминацией их выступления стало динамичное исполнение суперхита Dynamite. Именно этот трек в 2020 году принес BTS первое место в чарте Billboard Hot 100, установил рекорд по длительности пребывания на вершине чартов продаж и подарил группе первую номинацию на премию «Грэмми».

В финале номера к BTS присоединились другие легенды мировой сцены – Мадонна, Джастин Бибер и Шакира, сформировав самый звездный лайн-ап в истории спортивных трансляций. По



предварительным оценкам это историческое шоу в прямом эфире посмотрели более 1,5 миллиарда человек по всему миру.

BTS давно связывают тесные узы с футболом как в качестве преданных болельщиков, так и непосредственных участников мероприятий под эгидой FIFA. В 2022 году группа совместно с Hyundai представила специальную песню и клип для кампании Goal of the Century к чемпионату в Катаре. Тогда же Чонгук стал первым южнокорейским артистом, выступившим на мероприятиях чемпионата мира, исполнив официальный гимн Dreamers на церемонии открытия ЧМ-2022 в Катаре.

Завершение европейского тура и грандиозное выступление на ЧМ-2026 – лишь промежуточная остановка в глобальном маршруте BTS. Впереди у музыкантов продолжительная американская часть турне, за которой последуют концерты в Азии и Латинской Америке.

Заметка от себя: BTS давно переросли статус просто успешной K-POP-группы. Сегодня это глобальный культурный феномен, значение которого

вышло далеко за пределы Южной Кореи и отозвалось во всем азиатском сообществе. В мире, где азиатская культура долгое время оставалась на периферии западного мейнстрима и сталкивалась с предрассудками, именно они стали одними из тех, благодаря которым азиатская идентичность обрела гордость и видимость на глобальной арене.

Еще с десятков лет назад увлечение аниме или K-POP в обществе нередко воспринималось как маргинальное хобби. Сегодня благодаря таким гигантам индустрии азиатская поп-культура перестала оправдываться и доказывать свое право на существование. Она уверенно задает новые мировые тренды, смещая привычный европоцентричный вектор и формируя современные стандарты музыки, моды и шоу-бизнеса.

Но за этим феноменом нет истории о легком везении или привилегированном старте. Это путь, пройденный через колоссальный труд, жесточайшую конкуренцию, сомнения и падения. Главный урок, который BTS преподали миллионам людей по всему миру, – никогда не сдаваться, заниматься любимым делом и мечтать по-крупному.

Впервые в истории Казахстан примет участие на чемпионате STEM Racing

Команда школьников из Казахстана примет участие в финале STEM Racing 2026 – масштабном, зрелищном и вдохновляющем событии, которое пройдет в Сингапуре уже этой осенью. Там они столкнутся с сильнейшими командами из 80 стран, чтобы побороться за первенство.

Алина ТЕН, Алматы

STEM Racing – это международная образовательная программа, которую поддерживает Formula 1. Программа объединяет инженерию, технологии, дизайн и презентационные навыки на основе стандартов мирового автоспорта. С этого года к программе присоединился и Казахстан. Школьники и студенты объединятся в команды для разработки, проектирования и тестирования болида, а также продвижения своего проекта. STEM Racing вдохновляет школьников и студентов по всему миру выбирать инженерные и STEM-направления, открывая путь в технологии и автоспорт. Программа активно развивается, объединяя школы, университеты и страны, и делает современное инженерное образование доступным для участников с разным уровнем подготовки.

OGMA – команда, состоящая из шести учеников школы НИИШ (Назарбаев Интеллектуальные школы), аббревиатура значит O – Originality, G – Growth, M – Motivation, A – Ambition, а также Огма – это имя кельтского бога знаний. Одной из участниц, прило-

живших руку к победе, является Анастасия Цой. Она занимала позицию главы инженерного отдела и по совместительству – разработчица 3D-модели болида. Также Анастасия Цой – финалистка конкурса «Юный



лидер», который прошел в этом году. Участникам Настя запомнилась благодаря ее мечте – она хочет строить ракеты.

Отбор к соревнованиям проходил в онлайн-формате. По словам Насти, еще с марта начали готовить инженерные документации, искать спонсоров и разрабатывать небольшую модель. Команда продолжает интенсивно работать по сей день, готовясь уже к финалу.

На первом этапе участвовало более 150 ребят, однако дальше прошли всего 10 лучших команд. Второй этап оказался более волнительным, это были дни, когда решалось, кто станет национальным представителем Казахстана в финале, ведь на всю страну выделена всего одна квота. В итоге желанное место получила команда Насти. На момент объявления результатов участники находились в разных местах, но это не помешало им разделить радость победы друг с другом.

Самым сложным, по словам Насти, было совмещать подготовку к соревнованиям и учебу, поскольку это был период экзаменов, а также поддерживать мотивацию друг друга, но, к счастью, все прошло хорошо, а экзамены сданы на отлично.

В комплексе Resorts World Sentosa пройдет мировой финал международного проекта STEM Racing. Участников ждет шесть дней напряженной борьбы. Как будет проходить финал, как закончится и кто займет первое место – станет известно с 3 по 8 октября.

Что ждет обучающихся в Корее

Результаты опроса среди иностранных студентов

Близится начало осеннего семестра в Корее, а это значит, что многие абитуриенты готовятся к своей долгожданной студенческой жизни. Новым студентам может быть интересно, как адаптироваться к непривычным условиям в новой стране. Чтобы узнать об опыте иностранных студентов в Корее, мы провели среди них небольшой опрос, где они ответили на вопросы о регистрации на курсы, о самых интересных, важных или сложных моментах в студенческой жизни, а также поделились полезными советами.

Дана СОН, Инчхон (Республика Корея)

Регистрация на курсы (수강신청)

Регистрация на курсы – это очень ответственный момент перед началом семестра, поэтому есть ряд вещей, о которых стоит знать всем новым студентам. По результатам опроса, многие студенты бакалавриата столкнулись с трудностями во время записи на предметы. В корейских университетах запись на курсы проходит через специальный сайт либо приложение университета. Поскольку места на каждый предмет ограничены, не все успевают зарегистрироваться на желаемые курсы.

Поэтому стоит заранее ознакомиться с описанием предметов из списка, который публикуется на сайте университета перед регистрацией. Также можно почитать отзывы о профессорах и курсах в приложении Everytime – это платформа, где студенты одного университета общаются, делятся новостями и публикуют разные объявления.

Для удобства учащихся перед регистрацией открывается доступ к «корзине» предметов, куда можно заранее отложить нужные курсы и не тратить время на их поиск в момент регистрации.

Если вы всё-таки не успели поймать места на все предметы, у вас будет шанс зарегистрироваться заново в период корректировки расписания (수강 정정 기간). Обычно дополнительная регистрация открывается в первую учебную неделю, чтобы ученики, посетив первые занятия, могли убрать или добавить предметы. В этот период обычно открываются дополнительные места на предметы по специальности, поэтому хорошо следите за объявлениями факультета.

Студенты также отмечают, что в зависимости от университета система регистрации на курсы может отличаться, поэтому важно не стесняться и советоваться со старшекурсниками и кураторами.

Чтобы отслеживать все сроки, стоит проверять электронную почту и сайт университета – там публикуются все важные новости и объявления об интересных программах и мероприятиях.

Преимущества и сложности студенческой жизни

На вопрос о самых интересных вещах в студенческой жизни многие выделили новые знакомства, участие в студенческих кружках и фестивалях, а также путешествия и поездки.

Студенческая жизнь в Корее известна своей насыщенностью и изобилием разных мероприятий, которые устраивают сами студенты. Действительно, время обучения в университете может подарить незабываемый опыт и ценных друзей.

По результатам опроса одним из самых важных событий в учебном году студенты считают университетский фестиваль, который проводится в середине весеннего семестра (некоторые университеты также проводят фестивали осенью). Фестиваль организуют сами студенты – они

устанавливают будки, где проходят игры и мастер-классы, готовят сцену, где позже выступают знаменитые артисты, которых все ждут с нетерпением.



Стоит упомянуть о МТ (Membership Training) – это выездной тимбилдинг для всех студентов одного факультета, где ребята знакомятся между собой и весело проводят время. МТ – это отличная возможность для первокурсников подружиться со старшекурсниками и сплотиться с однокурсниками. Обычно на таких собраниях проводятся командные игры и устраивается вечернее

барбекю, чтобы создать неформальную и дружелюбную атмосферу. Все, как показывают в дорамах. Участники опроса советуют не упускать такие ценные возможности, чтобы сполна ощутить себя частью большого студенческого общества.

Путешествия, которые заняли второе место в голосовании, также являются почти обязательной частью учебы в Корее. Это может быть простая поездка в другой город на скоростном поезде КТХ либо на экспресс-автобусе, которая покажет страну с разных сторон и поможет глубже изучить местную культуру.

А самым сложным в учебе студенты посчитали языковую коммуникацию и понимание учебного материала. Почти каждый иностранный студент сталкивается с языковым барьером в первое время – это нормальная часть адаптации к новой стране. Практика – единственный действенный метод борьбы с языковым барьером, поэтому не бойтесь общаться с местными студентами, даже если на первый взгляд они покажутся недружелюбными. Многие из них будут готовы пойти вам навстречу и помочь в изучении языка и культуры.

Участники опроса отмечают, что в адаптации к жизни в Корее им помогли друзья и знакомые, а также поддержка университета. Во многих университетах есть международный отдел, который занимается поддержкой иностранных студентов, поэтому не бойтесь задавать им все интересующие вопросы.

Проведенный опрос показал, что иностранные студенты имеют схожий опыт, все же у каждого из них своя история, созданная методом проб и ошибок. Желаем всем новым студентам смелости на пути к новым знаниям. Наслаждайтесь яркой студенческой жизнью!

Преподаватели ведущих вузов Казахстана приняли участие в международной программе от Korea Foundation

Корейский фонд международного обмена (Korea Foundation/KF) успешно завершил программу повышения квалификации зарубежных преподавателей корейского языка KF Global e-School 2026, в которой приняли участие представители трех ведущих университетов Казахстана.

Наталья НАМ,
Алматы – Сеул – Алматы

Казахстан в программе представляли преподаватели Казахского национального университета им. аль-Фараби, Казахского национального педагогического университета им. Абая и Казахского университета международных отношений и мировых языков им. Абылай хана. Их участие стало очередным подтверждением динамично развивающегося образовательного сотрудничества между Казахстаном и Республикой Корея.

Программа проходила с 12 по 17 июля и объединила 30 преподавателей корейского языка из 30 зарубежных университетов, участвующих в проекте KF Global e-School. Ее главной целью стало совершенствование профессиональных компетенций преподавателей, обмен успешными методиками обучения и укрепление международного сотрудничества в сфере преподавания корейского языка.

В этом году программа стала частью Всемирной объединенной программы повышения квалификации преподавателей корейского языка, впервые за девять лет



организованной совместно Министерством культуры, спорта и туризма, Министерством образования, Министерством иностранных дел Республики Корея и Управлением по делам зарубежных корейцев.

В масштабном образовательном форуме, прошедшем в сеульском выставочном центре COEX, приняли участие 547 преподавателей корейского языка со всего мира. Они обсудили современные тенденции развития языкового образования, обменялись практическим опытом и рассмотрели новые воз-

можности международного сотрудничества.

Участники программы KF также приняли участие в специализированном семинаре «Повышение компетенций преподавателей

корейского языка в эпоху искусственного интеллекта: применение образовательных технологий (EdTech)», где обсуждались современные цифровые инструменты обучения и использование технологий искусственного интеллекта в образовательном процессе. Кроме того, во время встреч с представителями корейских образовательных организаций преподаватели смогли расширить профессиональные контакты и обменяться опытом с коллегами из разных стран.

Практическая часть программы продолжилась на острове Чеджу. Преподаватели познакомились с возможностями использования региональной культуры и К-контента в преподавании корейского языка, прослушали лекцию о языке и культурном наследии Чеджу в Центре исследований, посетили штаб-квартиру KF в городе Согвипхо, где ознакомились с основными международными образовательными проектами фонда, а также представили лучшие практики использования программы KF Global e-School в своих университетах.

Завершилась стажировка посещением Музея женщин-ныряльщиц (хэнё), позволившего участникам глубже познакомиться с традиционной культурой острова.

Сегодня Республика Корея остается одним из ключевых международных партнеров Казахстана в сфере образования. Участие преподавателей ведущих казахстанских вузов в программе KF Global e-School способствует внедрению современных образовательных технологий, развитию академической мобильности и укреплению гуманитарных связей между двумя странами, открывая новые перспективы для подготовки специалистов по корейскому языку и расширения двустороннего сотрудничества.



ПОЛОСА СПОНСИРОВАНА
ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫМ ЦЕНТРОМ "ХАНСАН"

Алматы, ул. Гагарина, 79, этаж 2.



Уроки спортивного долголетия от Криштиану Роналду

Легендарный нападающий сборной Португалии 41-летний Криштиану Роналду, несомненно, производит фурор на футбольном поле одним своим появлением. Он считается одним из лучших футболистов всех времен, лучшим бомбардиром и самым результативным игроком на уровне сборных в истории мирового футбола.

Он обладает огромным количеством регалий и титулов, которые сложно перечислить, но самое уникальное достижение – отличная игра в нападении на шестом по счету для него чемпионате мира.

О том, каким образом ему удалось добиться столь феноменального результата, поговорим в этой статье.

Ирина КИМ,
кандидат медицинских наук

Прежде всего Криштиану Роналду соблюдает строгую диету, следит за весом, не курит и не употребляет алкоголь. Он не ест полуфабрикаты и фаст-фуд. В молодости Роналду иногда пил Кока-Колу и на замечания тренера по этому поводу отвечал: «Я пью, что хочу». Однако с годами полностью отказался от сладких газированных напитков, шоколада и пива.

Сейчас он ест 6 раз в день в основном морскую рыбу (дорадо, тунец, меч-рыба), курицу, индейку, яйца, говядину, киноа, сладкий батат, овощи. Меню для него составляет личный диетолог. Он полностью исключил сахар и из напитков предпочитает чистую воду, которую пьет не менее 3 л в сутки.

При огромных физических нагрузках такой режим питания оправдан, так как организму требуется много энергии и, соответственно, большой объем потребляемой пищи. Чтобы не перегружать желудочно-кишечный тракт,

пищу желательно распределять равномерно. Но наука уже давно не считает частое дробное питание небольшими порциями эффективным способом контроля веса. Важна общая калорийность принимаемой пищи. А делить ее на количество приемов каждый может самостоятельно. Ограничение сахара, несомненно, помогает контролировать вес и защищает сосуды.



Любимое блюдо прославленного португальца – бакаляу в исполнении его мамы Долорес. Оно готовится из запеченной трески, картофеля, лука и яиц. Но ест его он редко, так как оно чрезвычайно калорийно.

Роналду не спит ночью по 8 часов, как обычные люди. Он спит 5-6 раз в день циклами по 90 минут в позе эмбриона по методике личного сомнолога Ника Литтлхэйлса. Возможно, что для профессиональных спортсменов с частыми перелетами и сменой часовых поясов такой режим сна помогает ускоренному восстановлению организма. Известно, что при больших физических нагрузках короткий дневной сон полезен. Однако для обычного человека

попытки следовать данной методике обычно приводят к бессоннице и хронической усталости.

При проведении углубленного медицинского обследования в 2018 году было установлено, что по физическим параметрам его организм соответствует показателям 20-летнего спортсмена. В дальнейшем Роналду даже улучшил свою физическую форму, увеличив мышечную массу. В сочетании с высоким ростом это дало ему дополнительное преимущество в игре корпусом и борьбе за верхние мячи.

После тренировок, которые продолжаются по 3-4 часа, для уменьшения боли в мышцах и снятия отеков Роналду кратковременно принимает холодную криосауну, в которой может создаваться температура минус 160 градусов по Цельсию, или ледяные ванны. Хотя ледяные ванны издавна практикуются спортсменами для быстрого восстановления после тяжелых тренировок, ученые считают, что это полезно лишь для части профессиональных спортсменов, так как умеренное воспаление и боли после тренировок – нормальная часть тренировочной адаптации.

Известно, что Роналду живет по очень строгому, отработанному до автоматизма распорядку, когда мозгу не нужно тратить энергию на принятие решений (что бы мне съесть? во сколько пойти спать?). Это очень хорошо сохраняет нервную систему, которая у спортсменов также испытывает большие нагрузки.

Обычным людям, разумеется, не подойдет образ жизни профессионального спортсмена экстракласса, но внедрить в свою жизнь соблюдение режима и регулярные полезные привычки определенно стоит.

Например, ежедневная утренняя гимнастика приносит больше пользы, чем многочасовые походы 1-2 раза в месяц. Правильное умеренное питание и умение справляться со стрессом будут



полезны для любого человека.

Наблюдатели отмечают, что рецепт спортивного долголетия Роналду – это сочетание уникальной генетики, упорного труда, строгой дисциплины и, конечно, неограниченных финансовых возможностей.

Достижения науки и медицины делают футбол взрослее. Помимо Роналду на прошедшем чемпионате мира выступили также другие возрастные игроки: вратарь Крэйг Гордон (Шотландия) в возрасте 43 лет; вратарь Гильермо Очоа (Мексика) 40 лет; полузащитник Лука Модрич (Хорватия) 40 лет.

Ведущие футбольные обозреватели, отдавая должное таланту, физической форме и мужеству этих игроков, все же отмечают, что в их действиях на поле не было замечено ничего выдающегося, и вопрос об эффективности участия игроков 40+ на чемпионатах мира остается открытым.

Казахстанские таеквондисты завоевали 21 медаль в Южной Корее

Молодежная сборная Казахстана по таеквондо успешно выступила на международном турнире, прошедшем в городе Чунчхон (Республика Корея). По итогам соревнований казахстанские спортсмены завоевали 21 медаль: 7 золотых, 6 серебряных и 8 бронзовых.

Чемпионами турнира стали Шахризода Акрамова (до 44 кг), Нурайым Бакытжанкызы (до 55 кг), Любовь Юн (до 68 кг), Азим Талгатов (до 45 кг), Алинур Еркин (до 59 кг), Наурызбек Нургазиев (до 68 кг) и Аманай Куралбаев (свыше 78 кг).

Серебряные награды завоевали Аяру Есенгали (до 42 кг), Сабина Турутулова (свыше 68 кг), Багдат Амангельдиев (до 48 кг), Павел Эм (до 63 кг), Тимур Рахпанов (до 73 кг) и Жанторе Сагынгали (до 78 кг).

Бронзовыми призерами стали Элеанора Шералы (до 55 кг), Жанна Палмахова (до 55 кг), Милана Муханова (до 59 кг), Ааян Танжарык (до 63 кг), Нурила Жарас (до 68 кг), Аяна Жетес (до 68 кг), Марсело Лопес Тилеубай Абдиль (до 63 кг) и Бекбау Махамбетали (до 78 кг).

Успешное выступление в Чунчхоне подтвердило высокий уровень казахстанской молодежной команды и стало важным этапом в подготовке спортсменов к предстоящим международным стартам.



Источник: olympic.kz

Дневник освобождения моего отца

Роман Чон Чиа «Дневник освобождения моего отца» увидел свет в 2022 году.

Это автофикшн-проза: описанные в тексте события представляют собой несколько беллетризованное описание жизни писательницы – точно не чистый вымысел, но и автобиографией не назовёшь. Сюжет довольно простой. Пожилая рассказчица Ари хоронит отца, убеждённого коммуниста, который в юности был участником партизанского движения. От момента его смерти до самого погребения проходит три дня, но сама тема предполагает большое количество прыжков назад во времени – герои вспоминают погибшего родственника, друга, соседа, боевого товарища.

Анна ПОЛЕНОВА,
преподаватель ГАУГН,
МГИМО, ВШЭ, Москва

Для Чон Чиа сюжет не новый – до этого прошлое своей семьи она уже описывала в трёхтомнике «Дочь партизана» (빨치산의 딸). Тот роман вышел в 1990 году, однако его публикация была расценена как подрывная деятельность – издатель получил тюремный срок, а сама писательница несколько лет провела в бегах. Спустя более тридцати лет она переосмыслила свой опыт и вернулась к теме.

В центре «Дневника освобождения» приверженность левым идеям и то, есть ли в этом вообще смысл. Каково было жить дочери семьи «красных» в современной Южной Корее? Несладко, и мы в подробностях узнаём, насколько. Родители (в основном как раз отец) казались Ари нерациональными, неудобными, не вписывающимися в окружающую реальность. Вот отец приглашает в дом попрошайку, ведь это человек из народа, а таким людям нужно держаться сообща – в результате попрошайка бесследно пропадает вместе с семейным запасом чеснока, оставив взамен

блох. Но это не самое неприятное. Из-за партизанского прошлого родителей не только для рассказчицы, но и для не самых близких родственников были закрыты в капиталистической стране многие двери.

Впрочем, тем, что отец – коммунист, Ари объясняет примерно всё. Вот такой он был упёртый, говорит она. И жил, постоянно сталкиваясь с очевидными преградами, и умер так же – буквально расшибив голову о непреодолимое препятствие в виде телеграфного столба. И его жизнь, и смерть она изначально воспринимает с одинаковой иронией.

Текст довольно сильно напоминает творчество писателей-экзистенциалистов. Переводчица романа Людмила Михэску отмечает в своём блоге это сходство, которое проявляется и на уровне языка – в начале романа нам ровно так же бесстрастно говорят о смерти, как это происходит в «Постороннем» Альбера Камю. Но можно провести и больше параллелей – например, по ходу повествования начинаешь подозревать в тексте и влияние рассуждений Сартра о свободе и подлинности бытия или Кьеркегора о вере. В чём оно проявляется? В начале Ари много рассуждает о своих тяготах, обвиняя отца чуть ли не во всём, что в её жизни пошло не так. Однако затем перед ней и читателем в итоге встаёт уже другой вопрос: не каково быть дочерью коммуниста, а каково сохранять свои убеждения в стране, где коммунизм проиграл. Оставим здесь в стороне рассуждения о том, насколько реально отец рассказчицы был политически грамотен – так или иначе постоянный, ежедневный выбор в пользу своих убеждений к концу романа превращает его жизнь в весьма трагическую историю. Спустя десятилетия после раскола Кореи, пережив период антикоммунизма на Юге, став свидетелем краха соцлагеря, он всё же упорно стремился жить так, как должно.

Вывод при этом у «коммунистической» линии романа не самый предсказуемый. На протяжении всего произведения Ари всё лучше и лучше понимает взгляды отца. Убеждённость в том, что

необходимо быть с людьми, быть на их стороне изначально воспринималось ей как нечто наивное, но в результате сарказм и скептицизм уходят и рассказчица воочию видит сообщество взаимосвязанных людей, в центре которого стоял при жизни её отец. «Коммунистический народ» в каком-то смысле оказывается весьма реален, а левые идеи, пусть текст не выражает открытой солидарности с ними, всё же обретают некоторую привлекательность. В этом смысле «Дневник освобождения» похож на фильм «Гуд бай, Ленин!» Вольфганга Беккера: там на фоне падения берлинской стены и объединения Германии главный герой, такой же, как и Ари, скептик, в результате начинает сопереживать своей матери, убеждённой социалистке. Конечно, в романе Чон Чиа нет и не может быть такой же ярко выраженной симпатии – всё-таки опыт южнокорейских левых слишком уж другой. Сравнение, тем не менее, напрашивается.

Парадоксальным образом, хотя теме коммунистического прошлого уделено огромное внимание в тексте, ключевая мысль романа, пожалуй, в том, что за политическим ярлыком слишком уж легко не разглядеть человека. Для Ари отец был прежде всего бывшим красным партизаном, в то время как его личные черты за этим катастрофически терялись. Только после его смерти из чужих воспоминаний ей наконец удалось разглядеть что-то более тёплое и живое там, где раньше был безликий идеологический штамп. Это трогательный, но без приторности сюжет с множеством художественных достоинств.

Однако, думаю, как для южнокорейцев, так и для жителей постсоветского пространства с нашим неоднозначным отношением к социализму и его наследию политический мотив здесь с учётом истории страны будет выдаваться на первый план.



Освобождение корейских активистов из тюрьмы, 1945



한국 의료진, 제티수주 주민 대상 무료 진료 실시

한국의 현대병원 의료진이 카자흐스탄 제티수주를 찾아 지역 주민들을 위한 무료 진료와 건강검진을 실시했다.



사진: tinfo.kz

탈디코르간을 방문한 이번 의료봉사단은 신라인(Shin-Line)과 함께 진료와 종합 건강검진을 진행했으며, 의료진은 7월 24일까지 환자들을 진료했다.

이번 의료봉사단에는 대한민국의 의료진 56명이 참가했다. 이들은 이번이 일곱 번째 카자흐스탄 방문으로, 제티수주 주민들이 세계 수준의 의료서비스를 보다 쉽게 받을 수 있도록 돕는 한편, 1937년 카자흐스탄으로 강제이주한 고려인들을 따뜻하게 맞아준 카자흐스탄 국민들에게 감사의 마음을 전하기 위해 이번 사업을 마련했다.

올해 의료봉사는 건강검진과 전문 상담에 중점을 두고 진행됐다. 의료진은 주민들을 대상으로 진료와 상담을 실시했으며, 지역 아동보호시설을 방문해 어린이들의 건강 상태를 점검하는 예방 진료도 함께 진행했다.

신라인 기업사회공헌재단의 디가이 다미르 (Дамир Дигаї) 이사장은 «사회공헌은 일회성 행사가 아니라 지속적으로 추진해야 할 사회적 책임»이라며 «한국의 의료기관과의 협력을 통해 지역 주민들이 해외에 가지 않고도 수준 높은 의료서비스를 받을 수 있도록 돕고 있다»고 말했다.

지난 7년 동안 이 의료봉사 프로그램을 통해 한국 의료진의 진료를 받은 카자흐스탄 국민은 7,500명 이상에 달한다. 올해 역시 제티수주 주민들은 해외 전문의들로부터 수준 높은 진료와 전문적인 의료 상담을 받을 수 있는 기회를 가졌다.

양측의 협력은 의료봉사에 그치지 않는다. 앞으로 알마티에는 200병상 규모의 ‘신라인 현대병원’ 건립이 추진될 예정이다. 총 투자 규모는 약 7,200만 달러로, 완공 이후에는 한국과 카자흐스탄 간 의료기술 교류와 지역 의료 발전의 거점 역할을 할 것으로 기대된다.

이번 무료 진료는 탈디코르간시 종합병원에서 진행됐다.

사회

카자흐스탄, HYBE·MBC와 콘텐츠 협력 추진

카자흐스탄이 한국의 대표 콘텐츠 기업인 HYBE와 MBC를 비롯한 문화콘텐츠 기관들과 협력 확대에 나섰다.



사진: 카자흐스탄 문화체육관광부

카자흐스탄 정보부에 따르면, 최근 한국을 방문한 카자흐스탄 대표단은 서울에서 한국 문화콘텐츠 산업의 주요 기관 및 기업들과 연쇄 회담을 갖고 영화·음악·디지털 콘텐츠 분야 협력 방안을 논의했다.

이번 방문의 가장 큰 성과는 카자흐스탄 창의산업진흥재단과 한국콘텐츠진흥원(KOCCA) 간 협력 양해각서(MOU) 체결에 합의한 것이다. 양 기관은 영화와 음악 분야 공동 프로젝트를 비롯해 교육 프로그램 운영, 콘텐츠 산업 관련 조사·연구 등을 함께 추진할 예정이다.

재단의 카날리모프 예를란 (Каналимов Ерлан) 이사장은 김대현 문화체육관광부 제2차관과도 만나 창의산업 지원 정책과 문화콘텐츠의 해외 진출 전략에 대해 의견을 교환했다.

대표단은 이어 아시아를 대표하는 방송사 MBC와 글로벌 엔터테인먼트 기업 HYBE 관계자들과도 회담을 가졌다. 양측은 콘텐츠 공동 제작, 지식재산(IP) 사업화, 인공지능(AI) 기술 활용, 디지털 플랫폼 발전 등 다양한 협력 가능성을 논의했다.

교육

KF, 해외 한국어 교원 초청 연수 성료

- 「2026 KF 글로벌 e-스쿨 한국어 교원 초청 연수」

해외 30개 대학 한국어 교원 30명 참여

- 인공지능(AI) 활용 교육 역량 강화부터 제주 문화 체험까지 다양한 프로그램 운영

KF(Korea Foundation, 한국국제교류재단, 이사장 송기도)는 지난 7월 12일(일)부터 17일(금)까지 5박6일간 진행한 「2026 KF 글로벌 e-스쿨* 한국어 교원 초청 연수」를 성료했다.



사진: KF

*KF 글로벌 e-스쿨

해외 대학에 한국어·한국학 온라인 강의를 제공하고, 국내외 대학 간 교육 협력을 확대하기 위한 KF의 대표적인 지원사업

이번 연수에는 해외 30개 대학에서 한국어 교육을 담당하는 교원 30명이 참가해 한국어 교육 역량을 강화하고, 각 대학의 한국어 교육 현장과 우수사례를 공유했다.

참가자들은 서울에서 열린 「세계 한국어 교육자 통합 연수」에 참가한 데 이어, 이중언어학회와 협력해 진행한 「AI 시대, 에듀테크 연계 한국어 교원 역량 강화」 워크숍에 참석했다. 이어 유관기관 관계자가 참석한 학술교류 만찬 등을 통해 국내 한국어 교육 관계자들과 교류했다.

아울러, 참가자들은 제주 연수에서 K-콘텐츠와 지역문화를 한국어 교육에 접목할 수 있는 방안도 모색했다. 제주학연구센터에서 유명 드라마 ‘폭작 속았수다’를 활용해 제주어의 특징과 문화적 배경을 살펴보고, 해녀박물관을 방문해 제주 해녀문화와 지역문화에 대한 이해를 넓혔다.

KF 관계자는 “이번 연수는 해외 한국어 교원들이 교육 역량을 높이고 국내외 교육 관계자 간 협력 네트워크를 확대하는 계기가 됐다”라며 “KF는 앞으로도 해외 한국어 교육 현장의 수요를 반영해 다양한 지원을 통해 한국어·한국학 교육 기반을 강화하고, 지속 가능한 협력 체계를 구축해 나가겠다”라고 밝혔다.

외교부가 지정한 유일한 공공외교 추진기관인 KF는 1991년 설립 이래 글로벌 한국학 진흥, 국제 협력 네트워크, 문화교류 협력강화 등 외국과의 다양한 교류 사업을 통해 우리나라에 대한 국제 사회의 이해를 높이고 우호친선을 증진하고 있습니다.

그동안 ▲해외 한국학 교수직 177석 설치, ▲KF 펠로십을 통해 한국을 연구한 학자 12,851명, ▲국가별 포럼 및 세미나 319건 개최, ▲해외 우수 미술관 한국 관련 전시 196건 지원, ▲우리 국민과 주한외국인 대상 쌍방향 문화교류 사업을 추진한 전문성을 발판으로 국민과 함께 세계와 더욱 소통하는 KF가 되겠습니다.

KF 소개

1991년 설립된 한국국제교류재단(KF)은 외교부가 지정한 대한민국의 공공외교 전문기관으로, 한국어·한국학 진흥과 국제협력 네트워크 구축, 문화교류 확대를 통해 세계와 한국을 잇는 다양한 사업을 추진하고 있다.

KF는 해외 대학의 한국어(어)학 교수직 설치와 글로벌 e-스쿨 운영, 한국학 연구자 대상 펠로십 및 장학사업을 비롯해 해외 한국 관련 자료와 한국문화 홍보 공간 조성을 지원하고 있다. 또한 해외 주요 인사 초청, 국제 포럼과 정책연구 지원, 한-중·앙아 협력포럼사무국 운영 등을 통해 국제협력을 확대하고 있으며, 세계 주요 박물관의 한국 관련 전시 지원과 『Koreana』 발간, KF글로벌센터와 아세안문화원 운영 등 다양한 문화교류 사업도 펼치고 있다.

‘아방가르드’ 국영농장 - 나무들이 더 크게만 보이던 시절



아침 일찍 크즐오르다 공항을 출발해 시엘리(Shieli)로 향했다. 점심을 간단히 먹고는 한낮의 뜨거운 열기 속으로 다시 길을 나섰다. 목적지는 이제 고려인을 좀처럼 찾아보기 어려운 마을이었다. 하지만 우리는 꼭 고려인을 만나야 했다. 정확히 말하면, 고려 사람을 주제로 새로운 프로젝트를 준비 중인 한국의 사진작가 정연두에게 그들이 필요했다. 예전에는 고려인 국영농장이었던 이곳에도 이제 고려인은 손에 꼽을 정도밖에 남지 않았다고 여러 사람에게 들었다.

그런데 한낮 무더위가 절정인 시간, 거리에는 사람 그림자 하나 없었다. 어디서부터 찾아야 할지 막막했다. 그때 학교에서 나오던 경비원이 우리를 도와 주었다. 그는 길 끝에 보이는 검은 지붕의 집을 가리켰다. 찾아가지만 아무리 불러도 대답이 없었다. 마침 현관에 앉아 있던 카자흐인 이웃이 길 건너편에 사는 고려인 할머니의 집을 알려주었다. 그 집으로 향했다. 마당에 들어가 여러 번 불러 보았지만 집 안은 조용하기만 했다. 그때 문득 시야 한쪽에서 움직임이 느껴졌다. 한 여성이 보여 큰 소리로 불렀더니 고려인이었다. 사정을 설명하려 하자 그녀는 먼저 «혈압이 좀 올라서요.»라고 말한 뒤, 급히 뒷불었다. «옆집에 가 보세요. 거긴 개가 없으니깐 그냥 들어가셔도 돼요.» 그 말을 남기고 그녀는 안으로 들어갔다.

우리는 곧바로 옆집으로 향했다. 문이 열리더니 한 남성이 얼굴을 내밀었다. 그는 우리가 무슨 일로 왔는지 묻지도 않은 채 먼저 집 안으로 들어오라고 손짓했다. 그가 바로 박 게라(Пак Гера) 씨였다. 집 안에서는 아내 김 안나(Ким Анна) 씨가 우리를 반갑게 맞아주었다. 두 사람 모두 이곳에서 태어나 이곳 학교를 다녔다. 당시 학교에서는 6학년까지 한국어 수업도 이루어졌다고 한다.

촬영을 마친 뒤 함께 따뜻한 과일차를 마셨다. 한국에서 정연두 작가와 함께 온 젊은 스태프들은 차의 맛에는 감탄했지만, 너무 뜨거운 온도에는 쉽게 손을

대지 못했다. 반면 나는 오랜만에 마시는 뜨거운 차가 반가워 거의 끓는 듯한 차를 연거푸 여러 잔 들이켰다.

...

차를 타고 논까지 편하게 갈 수는 없었다.

하지만 이 땅에 처음 정착한 고려인들이 맨손으로 파 놓은 수로에서는 몇몇 남자들이 낚시를 하고 있었다. 사정을 이야기하며 논까지 태워다 달라고 부탁했다.

낚고 먼지투성이인 뜨겁게 달궀진 지굴리(옛 소련에서 생산된 대표적인 승용차 브랜드)에 다섯 명이 몸을 겨우 구겨 넣었다. 울퉁불퉁한 비포장길을 덜컹거리며 달리는 동안 먼지 낀 차창 너머로 키 큰 갈대숲이 끝없이 이어졌다. 한참을 달리던 끝에 초록빛 갈대숲이 살짝 갈라지며 길이 열렸다. 차가 멈췄다. 물을 가득 머금은 논에는 어린 벼들이 푸르게 자라고 있었다.

«오-!»

그 순간 정연두 작가가 아이처럼 환한 표정으로 감탄사를 터뜨렸다.

옛 국영농장 ‘아방가르드’는 이제 다른 이름을 갖게 되었다. 지금은 ‘악마야(Aqmayay)’라는 마을이다. 카자흐어로 ‘흰 암낙타’를 뜻하는 이 이름에는 모성과 고향을 향한 변함없는 사랑이 담겨 있다.

어쩌면 그래서였을까. 박 게라 아저씨는 은퇴한 뒤에도 눈을 떠나지 않았다. 그의 부모와 아내의 부모, 그리고 수많은 고려인들이 그랬던 것처럼 말이다. 그들은 자신의 땀과 노동, 그리고 삶을 크즐오르다의 땅에 바쳤고 그 덕분에 이곳은 카자흐스탄을 대표하는 벼농사 지역으로 자리 잡았다.

«어릴 적에는 커다란 나무들이 늘어선 거리에서 놀곤 했어요. 나뭇가지가 둥근 지붕처럼 길 전체를 덮고 있었지요.» 안나 아주머니의 그 말이 오래도록 귓가에 맴돌았다.

(다음호에 계속)



“소셜미디어와 한류의 영향력” 카자흐스탄 국민의 식탁은 어떻게 바뀌고 있나

지난 수년간 카자흐스탄의 식문화는 대대적인 변화를 맞이했다. 생소했던 이국적 식재료와 트렌디한 해외 요리가 국민들의 식탁 위 일상으로 깊숙이 자리 잡았으며 스페셜티 커피 문화의 대중화, 한식을 필두로 한 아시안 푸드 열풍, 맞춤형 식단 구독 서비스 등의 활성화에 힘입어 식음료 및 외식산업 또한 지속적인 성장세를 보이고 있다. 이처럼 카자흐스탄 소비자들의 입맛과 식문화 패러다임 변화를 이끄는 핵심요인이 무엇인지 현지 전문가의 진단을 통해 짚어본다. 본 기사 내용은 카자흐스탄 언론의 시각과 여론을 전달하고자 현지매체 Kazinform의 보도자료를 발췌하여 우리말로 옮긴 것이다.

소셜 미디어가 젊은 층의 식습관에 미치는 영향

소셜 미디어(SNS)가 패션, 대중문화, 영화, 음악을 넘어 식문화 지형까지 뒤흔들고 있다. 최근 수년간 각종 SNS 플랫폼을 통해 특정 요리나 음료 영상이 크게 주목받으며 글로벌 인기 상품으로 떠오르는 사례가 많아졌다. 2024년 세계적인 유행을 끌었던 ‘두바이 초콜릿’부터 한국산 ‘샤인머스켓’의 판매량 급증, 과일편치의 일종인 ‘화채’와 ‘달고나 커피’의 제조법 유행까지.

모두 소셜 미디어를 타고 확산한 글로벌 식문화 트렌드다. 이러한 몇 가지 대표적 사례에 국한되지 않더라도, 현대인의 식습관 형성 과정에서 나타나는 SNS의 파급력은 이미 일상 속에서도 매우 분명하게 체감되고 있다.

영국 농업원에 개발공사(AHDB)가 진행한 설문조사 결과에 따르면 오늘날 Z세대(1997년~2011년생)의 55%가 음식 관련 정보를 탐색할 때 숏폼 플랫폼 ‘틱톡’을 이용하는 것으로 나타났다. 또한 Z세대의 70%는 새로운 요리 아이디어를 얻기 위해 다양한 소셜 미디어 플랫폼에 접속한다고 응답했다. 즉 Z세대는 숏폼 영상으로 새로운 레시피, 이색 음료, 생소한 식재료에 대한 정보를 처음 접한 뒤, 이를 직접 구매하거나 외식에 반영하는 오프라인 소비 방식으로 연결하고 있는 것이다.

소셜 미디어는 건강식 정보를 얻는 주요 창구로도 자리잡고 있다. 아일랜드 더블린 시립 대학교와 글로벌 웰빙 플랫폼 ‘MyFitnessPal’이 공동 진행한 조사에 따르면, 설문에 참여한 Z세대와 밀레니얼 세대 응답자의 87%가 식단 및 건강 관련 자료를 얻기 위해 틱톡을 이용한 적이 있다고 답했다. 지난 2023년 실시된 해당 조사에는 미국, 캐나다, 영국, 호주 등 서구권의 Z세대 및 밀레니얼 세대 2천여 명이 참여했다.

그러나 이처럼 SNS 상에서 얻는 음식 및 건강 정보는 과연 얼마나 믿을 수 있을까. 연구진이 인공지능(AI)을 활용해 관련 영상 6만 7천여 건의 정확성을 검증한 결과 공공보건 및 영양 가이드라인에 부합하는 콘텐츠는 단 2.1%에 그쳤으며, 나머지는 과학적 근거 부실, 정보의 모호성, 부분적 오류 등의 문제를 안고 있었다. 문제는 이 같은 미검증 정보가 대중의 건강을 위협하고 있다는 점이다. 조사 결과 응답자의 57%가 ‘틱톡에서 접한 식단 트렌드를 실천한다’고 밝혔으며, 이 가운데 약 33%는 이를 따르다 건강 부작용을 경험한 것으로 확인됐다.

글로벌 추세를 따라가는 카자흐스탄

SNS 중심의 글로벌 문화·식품 소비 트렌드는 카자흐스탄 청년층의 일상 속에도 깊숙이 파고들고 있다. 자스타르(Jastar) 연구소의 최신 조사에 따르면 오늘날 카자흐스탄 청년층의 79.8%가 인스타그램을, 63.9%가 틱톡을 이용하는 것으로 나타났다.

아스펜디야로프 카자흐 국립의과대학교(KazNMU) 소속의 아르타크 추엔베크바(Ardaк Чуенбекова)의 학박사는 “카자흐스탄의 Z세대(1997년~2011년생)와 후기 밀레니얼 세대(1989~1996년생)는 틱톡과 인스타그램, 그리고 한국 대중문화의 영향 속에서 미식 취향을 형성하고 있다”고 진단했다. 그러면서 그녀는 현재 카자흐스탄 청년층의 식문화를 이끄는 핵심 동력으로 다음의 3대 트렌드를 꼽았다.

첫 번째 트렌드는 ‘아시안 스타일’의 길거



리 음식이다. 추엔베크바 박사는 그 중에서도 특히 한국 요리에 대한 카자흐스탄 젊은 층의 관심이 크게 증가했다고 분석한다.

대대적인 ‘라면 붐’에 힘입어 카자흐스탄 전역에서 라면 전문점이 잇따라 문을 열고 있으며, 매콤한 소스의 떡볶이를 비롯해 한국식 핫도그, 김밥류 등의 분식도 이제 현지 젊은이들의 일상적인 메뉴로 완전히 자리 잡았다.

카자흐스탄에서 나타나고 있는 이러한 현상은 글로벌 K-푸드 열풍과 궤를 같이한다. 지난 2024년 한국의 농수산물식품수출액은 전년대비 6.1% 증가한 130억 달러로 역대 최고 실적을 기록했다. 이러한 성장의 일등 공신은 단연 라면으로, 당년 해당 품목의 수출 증가율은 31.1%에 달했다. 전문가들은 이를 한류의 글로벌 인기가 세계 각지 소비자들의 실제 식품 소비로 이어진 대표적인 예라고 보고 있다.

두 번째 트렌드로 추엔베크바 박사는 다양한 재료를 활용한 ‘수제 음료’의 급부상을 꼽았다. 기존에 대중적인 인기를 누리던 탄산음료의 자리를 버블티, 아이스 커피, 범블 커피, 말차 라떼 등이 빠르게 대체하고 있다는 것.

이 역시 글로벌 시장의 흐름과 일치한다. 시장조사기관에 따르면 2022년 36억 3천만 달러 규모였던 세계 버블티 시장은 오는 2029년까지 66억 7천만 달러 규모로 성장할 전망이다.

이어 추엔베크바 박사는 카자흐스탄 청년층의 식문화를 이끄는 세 번째 키워드로 이른바 ‘새로운 카자흐 요리’를 꼽았다. 카자흐 전통 식재료를 현대적 조리법과 접목해 새롭게 재해석한 퓨전 요리가 최근 새로운 미식 트렌드로 떠오르고 있다는 설명이다. ‘말고기 버거’, ‘카즈(말고기 햄류) 스테이크’를 비롯해 감자 소스를 곁들인 ‘쿠르트(건조 치즈)’, ‘발카이마크(꿀을 섞은 크림)’를 기본 재료로 한 디저트 등이 대표적이다.

카자흐스탄 소비자의 새로운 선택, ‘커피·식물성 우유·무글루텐’

카자흐스탄의 외식업 컨설팅 업체 ‘Poster’의 최근 조사에 따르면 지난 2025년 카자흐스탄 내 카페들의 커피 판매량은 전년 대비 24% 증가한 것으로 집계됐다. 주목할 점은 커피 가격 상승에도 불구하고 수요 증가가 나타났다는 것이다.

글로벌 원두 가격 인상과 물류비 등 원가 상승 여파로 지난해 전체 커피류 평균 가격은 8% 가량 올랐다. 특히 대표 인기 메뉴인 카푸치노의 경우 평균 가격이 9.6% 상승하며 최고 1,160 텡게를 기록했으나, 판매량은 도리어 27% 급증했다. 카자흐스탄의 카페 방문객들이 가장 많이 찾은 커피류는 이렇듯 우유가 들어간 메뉴로 나타났다. 연간 판매량을 기준으로 카푸치노의 소비 증가율이 상기한 것과 같이 27%, 아메리카노는 26%, 라떼는 20%, 플랫 화이트는 35%에 달했다. 필터(드립) 커피의 경우 판매량이 65% 상승했다.

카자흐스탄 내 커피 소비 문화의 확산은 수입 통계에서도 확인된다. 2024년 카자흐스탄의 커피 수입량은 전년 대비 13% 늘어난 3천 5백 톤 이상으로 집계되었다.

추엔베크바 박사는 이 같은 조사 결과를 두

고 “카자흐스탄에서 커피 문화가 확실하게 안착했음을 보여준다”며 “특히 국내 주요 도시들의 커피 소비 문화는 이제 세계적인 대도시 수준에 도달했다”고 진단했다. 불과 10년 전만 해도 일반 시민들에게 카페 방문이 일종의 ‘이벤트’로 여겨질 만큼 특별했다면, 이제는 출근길에 커피를 구입하는 것이 일상 루틴이 되었다는 설명이다. 커피가 시민들의 ‘사치품’에서 ‘일상 속 필수품’으로 자리 잡은 셈이다. 실제로 최근 시장 조사에 따르면 도심 카페들에서 커피 주문이 가장 많이 몰리는 시간대는 오전 9시로 집계됐다.

한편 추엔베크바 박사는 기존의 우유 첨가 커피 선호 현상과 더불어 필터·드립 커피 판매량이 60% 이상 급증한 점에도 주목했다. 이는 카자흐스탄 소비자들이 점차 ‘원두 본연의 깔끔한 맛’을 찾는 등 취향이 한층 세분화되고 있음을 보여주는 신호라는 분석이다.

식물성 우유·무글루텐 식품 확산... “다만 유행 맹신은 경계해야”

우유가 들어간 커피 메뉴의 인기가 지속되는 가운데 ‘대체 우유’와 ‘무글루텐’ 식품에 대한 수요도 빠르게 늘고 있다. 현지 카페들은 유당불내증, 우유 단백질 알레르기 보유자 및 비건 소비자를 위해 카푸치노나 라떼 주문 시 무유당(락토프리) 우유, 귀리, 아몬드, 헤이즐넛, 코코넛 우유 등 다양한 식물성 옵션을 확대 제공하는 추세에 있다.

다만 전문가들은 이러한 건강·대체 식음료 열풍을 무조건적으로 따라가는 현상에 대해 우려를 표하며 주의를 당부하고 있다. 추엔베크바 박사는 “실제 유당불내증이나 셀리아병 등 뚜렷한 ‘의학적 사유’로 대체 식음료를 소비하는 경우는 전체 수요의 약 30% 수준에 불과하며, 나머지 70%는 마케팅과 트렌드의 영향에 따른 것”이라고 지적했다. 즉, 현재의 시장 확장은 의학적 필요성보다는 이미지와 트렌드 중심의 소비가 주도하고 있다는 설명이다. 그녀는 “의사의 정확한 진단이나 전문적인 소견 없이 단순히 유행에 이끌려 우유나 밀가루를 식단에서 완전히 배제하는 소비 형태는 경계해야 한다”고 덧붙였다.

카자흐스탄 국민의 식생활, 어떻게 변화했나

글로벌 시장 조사 기관 ‘Innova Market Insights’가 지난 2025년 3월 발표한 조사 결과에 따르면, 발표 전년도인 2024년 한 해 동안 전세계 소비자 2명 중 1명꼴로 신선 식품 및 가공되지 않은 식품의 구입량을 과거에 비해 늘린 것으로 나타났다. 응답자의 30% 가량이 ‘식단에서 가공 식품의 비율을 의도적으로 줄였다’고 밝혔으며, 또 다른 27%는 ‘유해한 것으로 판단되는 성분이 함유된 식품은 가급적 피한다’고 답했다. 이 밖에 소비자 4명 중 3명은 ‘제품 성분을 확인한 후 구매 결정을 재고할 수 있다’고 답했다. 또한 전체 응답자의 58%는 ‘식제품의 성분과 원산지에 대한 신뢰도 높은 정보가 표기되어야 한다’는 입장을 보였다.

이러한 흐름은 식품 제조업에서도 그대로

나타나고 있다. 지난 2024년 전 세계에서 출시된 신규 식품 3개 중 1개는 인공 보존제, 색소, 첨가물을 뺀 ‘천연 성분’ 제품인 것으로 조사되었다.

영양 전문가들은 이 같은 흐름 속에서 카자흐스탄 소비자들 역시 일상 식단에 한층 신중한 태도를 보이고 있다고 분석한다. 추엔베크바 박사는 “패스트푸드와 가공식품, 가당 음료를 바라보는 시각이 한결 실용적으로 변했다. 소비자들은 이들 식품의 유해성을 인지하면서도 바쁜 현대 사회의 리듬에 맞춰 타협점을 찾고 있다”고 진단했다.

그러면서 “과거에는 햄버거, 되네르 케밥 같은 음식이 가벼운 요깃거리나 대학생들의 저렴한 한끼로 인식됐다면, 이제는 이들 또한 ‘웰빙’ 콘셉트를 표방하는 대형 산업의 한 축으로 자리 잡았다”고 짚었다.

실제로 패스트푸드 체인들은 새로운 소비자 니즈에 맞춰 샐러드 롤, 사과 슬라이스, 소스를 최소화한 메뉴 등을 늘려가는 추세다. 가공식품 시장에서도 기존의 저가형 상품군 외에 ‘프리미엄·천연’을 키워드를 내세운 제품군이 대거 등장하고 있다.

가당 음료 시장에서도 뚜렷한 수요 변화가 감지된다. 추엔베크바 박사는 소비자들 사이에서 ‘설탕 거부’ 움직임이 나타나고 있다고 설명하면서 “소비자들이 대거 무설탕 제품으로 갈아타거나 콤포차, 무가당 아이스티, 비타민·아답토젠이 첨가된 기능성 음료 등 대안 상품을 찾고 있다”고 전했다.

포케볼(Bowl)과 맞춤형 배달 식단, 고단백 식품의 인기 급증 역시 이러한 트렌드의 연장선에 있다. 추엔베크바 박사는 이에 대해 건강에 대한 관심 뿐만 아니라 ‘시간 절약’에 대한 욕구가 크게 작용했다고 분석한다. 장보기부터 요리, 설거지까지 소요되는 시간을 줄이기 위해 맞춤형 식단 구독 서비스를 이용하는 소비자가 늘고 있다는 설명이다. 칼로리와 영양소 함유량이 잘 계산된 일일 식단 배달 서비스는 과거 전문 보디빌더들의 전유물이었으나 현재는 IT 종사자, 사업가 등 바쁜 직장인들을 위한 대중적 서비스로 자리 잡았다는 것.

한편 추엔베크바 박사는 포케볼의 인기 요인으로 ‘시각적 요소’를 꼽기도 했다. 연어나 닭고기 같은 단백질원, 키노아나 현미 같은 탄수화물, 각종 채소가 한 그릇에 직관적으로 담겨 있어 SNS 공유에 적합할 뿐만 아니라 균형 잡힌 건강식이라는 인식을 제공하기 때문이라는 것.

아울러 고단백 식품의 급부상도 눈에 띄는 대목이다. 추엔베크바 박사는 현 시대의 핵심 영양소가 된 단백질 또한 카자흐스탄에서 새롭게 떠오르고 있는 트렌드라며 “프로틴바, 치즈 커드, 푸딩 등의 식품이 이제 스포츠 영양 전문 매장을 벗어나 집 앞 일반 슈퍼마켓 매대까지 장악했으며, 소비자들은 이러한 간식류를 차에 곁들여 즐기는 ‘안전한 무설탕 디저트’로 소비하고 있다”고 전했다.

10년의 대변화... “음식은 이제 건강을 위한 투자”

2016년과 2026년 사이 10년 동안 카자흐스탄 국민, 특히 대도시 거주자들의 식습관은 눈에 띄게 달라졌다. 10년 전만 해도 마요네즈 베이스의 샐러드와 빵 등 ‘맛있고 든든하며 저렴한 음식’이 주를 이뤘다면, 오늘날의 소비자들은 구매 전 라벨을 확인하며 당류, 트랜스지방, 보존제 유무를 꼼꼼히 살핀다.

추엔베크바 박사는 카자흐스탄 내 건강식 트렌드가 앞으로 더욱 강력해질 것으로 확신했다.

“이제 우리나라에서도 국민 대다수가 영양학의 기본 지식을 갖추고 있습니다. ‘숨겨진 당류’의 위험성, 식이섬유와 영양소 균형의 중요성 등에 대해 이해하고 있죠. 음식 자체를 질병 예방과 체중 조절, 장내 마이크로바이옴 관리 위한 ‘투자의 개념’으로 받아들이기 시작했습니다. 현재는 대도시와 경제 활동 인구를 중심으로 활발하지만, 머지않아 국가 전역으로 확장될 것입니다.”

와유(臥遊): 누워서 노닌다는 뜻으로, 그림이나 글로 산천을 여행하는 일

제1장·풍수로 정한 자리,
뜻으로 세운 수도 (서울)

알마티에서는 길을 잃어도 크게 걱정할 일이 없습니다. 고개를 들어 산을 찾으면 되기 때문입니다. 텐산의 줄기가 늘 도시의 남쪽에 서 있으니, 산이 보이는 쪽이 남쪽이고 산을 등지면 북쪽입니다. 그래서 알마티 사람들은 길을 일러 줄 때 “산 쪽으로 올라가라”, “산을 등지고 내려가라”고 말합니다. 산이 곧 나침반인 도시에서 방위는 머리가 아니라 몸

에 새겨집니다. 육백여 년 전의 서울도 꼭 그런 도시였습니다. 방향만 반대였을 뿐입니다. 도성 사람들은 북악이 보이는 쪽을 북쪽으로 알았고, 남산을 바라보며 남쪽을 가늠했습니다. 알마티와 서울은 그렇게, 산으로 방위를 잡는 같은 버릇을 지닌 도시들입니다. 그러니 알마티의 눈으로 서울을 읽는 일은 생각보다 어렵지 않습니다.

이 여행에 앞서 저는 한 해 동안 스물네 절기, 곧 하늘의 시간을 읽는 글을 썼습니다. 이번에는 땅의 공간을 읽으려 합니다. 중국 남조의 화가 종병(宗炳)은 늙고 병들어 산천을 다니지 못하게 되자 벽에 산수를 그려 두고 누워서 노닐었다 합니다. 와유(臥遊), 누워서 노닌다는 말이 거기서 나왔습니다. 이 책이 여러분께 그런 그림 한 폭이기를 바랍니다. 언젠가 한국 땅을 밟으시는 날, 이 편지가 미리 걸어 둔 길이 발밑에서 되살아나도록. 장마다 한 곳을 찾아가 그 땅에 새겨진 역사 한 토막을 되짚고, 옛사람들이 땅을 읽던 독법 하나를 곁들이겠습니다. 첫 걸음은 서울입니다.

네 산이 두른 터, 두 물이 감싼 자리

1392년 조선을 세운 태조 이성계는 두 해 뒤 도읍을 한양으로 옮겼습니다. 고려의 수도였던 개경을 두고 굳이 새 터를 찾은 데는 까닭이 있었습니다. 새 왕조는 옛 도읍에 켜켜이 쌓인 지난 시대의 기억과 거리를 두고, 새 질서를 새 땅 위에서 시작하고자 했습니다. 도읍을 옮긴다는 것은 그 시절, 나라의 시간을 처음부터 다시 쓰는 일이었습니다. 『태조실록』에는 천도를 앞두고 정도전에게 종묘와 사직, 궁궐과 시장, 도로의 터를 정하게 했다는 대목이 보입니다. 새 나라의 설계를 맡은 사람이 가장 먼저 한 일은 땅을 읽는 일이었습니다.

옛사람들의 눈에 한양은 보기 드문 자리였습니다. 등 뒤로 주산 북악이 솟고, 왼팔처럼 낙산이, 오른팔처럼 인왕산이 감싸며, 앞으로는 남산이 책상처럼 마주 놓입니다. 네 산이 두른 분지 한복판으로 개천(지금의 청계천)이 흐르고, 바깥을 한강이 크게 감습니다. 바람을 품고 물을 얻는 땅, 풍수에서 말하는 장풍득수(藏風得水)의 전형입니다.

네 산의 생김도 저마다 또렷합니다. 북악은 단정한 세모꼴로 솟아 임금의 자리를 받치고, 인왕은 흰 바위 살결을 드러낸 채 서쪽을 지키며, 남산은 부드러운 능선으로 마주 앉고, 낙산은 나지막한 언덕으로 동쪽을 두룹니다. 터가 정해지자 이 네 산의 능선을 따라 성을 쌓았습니다. 농한기 두 차례, 전국에서 불러모은 장정들이 각각 천 날 남짓한 공사로 18킬로미터가 넘는 성벽을 둘러섰으니, 산과 성이 한 몸이 된 이 울타리가 곧 한양도성입니다.

오늘의 눈으로 보아도 이 독법은 허황하지 않습니다. 산줄기가 겨울바람을 막고, 물이 가까워 농사와 댃길이 잇닿고, 큰 강이 바깥의 위협을 한 번 거르는 곳, 풍수의 언어를 건너 내면 입지의 과학이 납니다. 다만 옛사람들은 그 판단을 음양오행의 섹법으로 말했고, 그 섹법이 실제로 나라의 결정을 움직였습니다.

물론 다름도 있었습니다. 야사인 『오산실림초고』에는 무학대사가 인왕산을 주산 삼아 도성을 동향으로 앉히자 했으나, 정도전이 “예부터 제왕은 남쪽을 바라보고 다스렸다”며 북악 주산을 관철했다는 이야기가 전합니다. 야사는 야사로 읽어야겠지만, 도읍의 좌향이 그만큼 무거운 논쟁거리였다는 사정만은 또렷이 비춰 줍니다.



시로 생성된 이미지

성문에 새긴 다섯 덕목

터를 읽는 일이 끝나자 이름을 짓는 일이 시작되었습니다. 1395년 새 궁궐이 완성되자 태조는 정도전에게 이름을 짓게 했고, 그는 『시경』의 “군자 만년토록 그대의 큰 복을 도우리라(君子萬年 介爾景福)”라는 구절에서 ‘경복(景福)’을 따 왔습니다. 부지런히 다스리라는 근정전, 깊이 생각하라는 사정전, 평안하라는 강녕전, 전각 하나하나가 잠언이 되었습니다. 『태조실록』이 전하는 이 명명의 기록은, 이 도시가 처음부터 읽으라고 지은 텍스트였음을 드러냅니다.

이듬해 도성이 완성되고 여덟 개의 문이 열리자 그 텍스트는 성안 전체로 변했습니다. 동쪽대문은 어짊을 일으킨다는 흥인지문(興仁之門), 서쪽은 의로움을 도모하게 한다는 돈의문(敦義門), 남쪽은 예를 높인다는 숭례문(崇禮門). 유학이 사람의 바탕으로 꼽는 다섯 덕목, 인의예지신(仁義禮智信) 가운데 세 글자가 세 방위에 내걸렸습니다.

물론 백성들의 입에서 이 문들은 동대문, 남대문으로 더 자주 불렸습니다. 격식을 갖춘 이름과 살가운 속칭이 나란히 살았던 것인데, 오늘날의 서울 사람들이 옛 도성 안쪽을 여전히 ‘사대문 안’이라 부르는 것을 보면 그 글자들은 지금도 일하고 있습니다. 봄날이면 도성을 한 바퀴 도는 순성이 한양 사람들의 나들이였다고 전하니, 성벽은 군사 시설이면서 동시에 돌레길이기도 했습니다. 오늘 한양도성 길을 걷는 일은 그 옛 놀이의 복원입니다.

우연이 아닙니다. 동양의 오랜 이치에서 동쪽은 나무(木)의 방위이자 봄의 자리로, 만물을 살리는 어짊과 통합니다. 서쪽은 쇠(金)의 방위로 가을의 서늘한 결단, 곧 의로움과 짝하고, 남쪽은 불(火)의 방위로 예의 밝음과 잇닿습니다. 방위마다 제 덕목이 있다는 오행의 짜임을 설계자들은 그대로 성문에 옮겨 적었습니다. 이 문들이 곧 나라의 교과서나 다름없어서, 도성을 드나드는 사람은 누구나 날마다 그 글자들 가운데 하나를 지나야 했습니다.

전해 오는 풀이도 한 자 한 자에 붙었습니다. 사대문 가운데 흥인지문만 녀자인 것을 두고 좌청룡 낙산이 낮아 기운을 글자로 보탰다는 이야기가 있고, 숭례문 현판이 유독 세로로 선 것을 두고는 불꽃처럼 일어선 예(禮)로 관악산의 화기(火氣)를 맞섰다는 풀이가 내려옵니다. 둘 다 후대의 해석으로 가려 읽어야 하지만, 글씨에 관해서는 이수광의 『지봉유설』이 숭례문 현판을 양녕대군의 글씨로 전합니다. 사실과 전승을 나누어 읽되, 사람들이 이 글자들을 도시의 운명과 한 몸으로 여겼다는 점만은 기억해 둘 만합니다.

정작 이름을 지은 사람은 그 뒤를 오래 보지 못했습니다. 정도전은 도성이 완성되고 두 해 뒤 정변으로 세상을 떠났습니다. 그러나 사람은 가도 이름은 남아, 그가 성문에 새긴 설계는 그 뒤로도 오백 년을 일했습니다.

비워 둔 글자, 오백 년 뒤의 마침표

그런데 다섯 덕목 가운데 두 자가 비어 있습니다. 북쪽대문의 이름은 숙정문(肅靖門), 지혜(智)가 들어설 자리에 엄숙히 다스린다는 뜻이 앉았습니다. 북쪽은 물(水)의 방위이자 겨울의

자리, 거둠과 감춤의 방향입니다. 지혜는 내걸기보다 간직하는 덕이라 북문에 쓰지 않았다는 풀이가 전하지만, 이 역시 후대의 해석으로 읽는 편이 정직하겠습니다.

분명한 것은 이 문이 실제로 닫힌 문이었다는 사실입니다. 숙정문은 평소 굳게 닫아 두었고, 실록에는 가뭄이 들면 양(陽)의 문인 숭례문을 닫고 음(陰)의 문인 숙정문을 열어 비를 빌었다는 기록이 거듭 보이고, 장마가 길면 반대로 했다는 기록도 있습니다. 오행이 책 속의 관념이 아니라 도성의 문을 여닫는 행정이었던 것입니다.

빈자리는 오래 두고 채워졌습니다. 숙종 때 도성 북쪽을 보강하며 세운 문에 비로소 지혜를 넣힌다는 홍지문(弘智門)이 걸렸고, 탕춘대성의 그 문은 도성 밖 북한산 자락에 지금도 서 있습니다. 도성 한복판의 중루에는 1895년 고종이 보신각(普信閣)이라는 현판을 내렸습니다. 이 중은 밤 열 시 무렵 스물여덟 번 울려 성문을 닫게 하고(인정), 새벽 네 시 무렵 서른세 번 울려 성문을 열게 했습니다(파루). 도성의 하루가 종소리로 닫히고 열렸습니다. 믿음(信)은 오행에서 중앙 흙(土)의 덕목이니, 다섯자의 마지막 획이 그렇게 찍혔습니다. 어울리는 마무리입니다. 시각을 어김없이 알리는 종이야말로 도시가 백성과 주고받는 가장 오랜 약속이었으니까요. 지금도 한 해의 마지막 밤이면 사람들이 보신각 앞에 모여 서른세 번의 종소리로 새해를 맞으니, 파루의 그 서른세 번이 오늘까지 이어집니다. 다만 지금 제야에 우는 종은 1985년에 새로 부은 종이고, 조선의 옛 종은 박물관으로 옮겨 쉬고 있습니다. 소리의 임무는 교체되었어도, 약속만은 같은 자리에서 이어지는 중입니다.

그러니 서울은 한 사람이 하루아침에 완성한 설계가 아닙니다. 1394년에 첫 문장을 쓰고 1895년에 마지막 글자를 찍은, 오백 년에 걸쳐 쓰인 한 권의 책에 가깝습니다. 그 사이 지워진 대목도 있습니다. 돈의문은 일제강점기에 헐려 지금은 자리만 남았으니, 이 책은 빈 줄까지 품고 있습니다.

광화문에서 산을 읽는 법

이 글을 들고 서울에 가지거든 광화문광장에서 보시기 바랍니다. 경복궁 너머 정면으로 솟은 봉우리가 주산 북악입니다. 왼쪽으로 바위 이마가 환한 산이 우백호 인왕이고, 몸을 돌리면 남쪽 멀리 남산이 마주 서 있습니다. 좌청룡 낙산은 낮아 건물 사이에 잘 드러나지 않는 데, 바로 그 낮음이 흥인지문 녀자의 사연으로 이어졌다는 풀이를 떠올리시면 됩니다. 같은 자리가 광에서 답사로 바뀌는 순간입니다. 경복궁에 드시거든 근정전 마당에서 한 번 더 북악을 올려다보십시오. 전각의 지붕선과 산의 능선이 맞물리는 그 각도에, 산을 등지고 궁을 앉힌 옛 설계의 눈이 들어 있습니다. 2020년에는 방탄소년단이 미국의 텔레비전 쇼를 위해 바로 이 궁 마당에서 노래해, 세계의 젊은 팬들에게 경복궁은 무대의 배경으로도 익숙한 이름이 되었습니다. 육백 년 묵은 텍스트가 새 독자를 얻는 방식입니다.

끼니로는 설렁탕 한 그릇을 권합니다. 임금이 선농단에서 몸소 밭을 갈고 끓여 나눈 국에

서 이름이 왔다는 설이 전해 오니, 왕도다운 한 그릇입니다. 광장시장의 빈대떡과 육회 골목은 서울의 또 다른 맛 지도입니다.

발밑의 길에도 내력이 있습니다. 지금의 광화문광장과 세종대로는 옛 육조거리, 조선의 관청들이 늘어섰던 나라의 중심 길입니다. 경복궁의 중심축이 북악을 등지고 남쪽을 향해 곧게 뻗도록 놓였으니, 육백 년 동안 이 도시의 등뼈는 같은 자리에 있었던 셈입니다. 광장에서 남쪽으로 몇 걸음이면 청계천입니다. 네 산의 물이 모여 도성을 가로지르던 명당수로, 한동안 길 밑에 덮였다가 2005년 다시 열려 지금은 산책길이 되었습니다. 물길을 따라 동쪽 끝까지 걸으면 흥인지문 곁에 닿으니, 풍수의 물길 그대로 답사의 길이 됩니다.

사주명리를 다뤄 온 이 책의 독법도 여기에 잇닿아 있습니다. 명리가 사람의 생년월일시 여덟 글자를 목화토금수로 읽어 내듯, 옛사람들은 도시를 그렇게 읽고 또 지었습니다. 오행은 점치는 술수이기 전에 시간과 공간과 사람을 한 표에 놓고 헤아리던 동아시아의 오랜 질서여서, 그것으로 하늘의 때를 읽으면 절기가 되고, 땅을 살피면 풍수가 되며, 사람의 때를 읽으면 명리가 됩니다. 사람의 사주와 도성의 성문은 한 이치에서 나온 다른 문장인 셈입니다. 동대문이 봄과 어짊의 문임을 알고 그 앞에 서면, 돌과 기와 위로 글자가 떠오릅니다.

백여 년 전 두만강을 건너 연해주를 지나 중앙아시아에 닿은 사람들에게, 한양 도성은 평생 말로만 듣는 곳이었습니

다. 서울은 산이 정해 준 자리에 글자로 써 내려간, 아직 퇴고가 끝나지 않은 문장입니다. 어느 시대는 글자를 보태고 어느 시대는 잃었으며, 그때마다 이 도시는 제 문장을 고쳐 써 왔습니다. 여러분이 광화문에 서는 날, 그 육백 년 문장의 가장 새로운 독자가 됩니다.

답사 메모
● 가는 길: 지하철 5호선 광화문역에서 광장으로 바로. 성벽 걷기는 4호선 한성대입구역(혜화문)에서 시작해 동대문역(흥인지문)으로 내려오는 방향이 편합니다.
● 하루 동선: 광화문광장에서 북악·인왕·남산을 읽고 → 혜화문으로 이동, 한양도성 낙산 구간 2km → 흥인지문 → 청계천 따라 보신각 → 숭례문. 도성의 동서를 가로지르는 한나절 길입니다.
● 계절과 시간: 낙산 성벽은 해 질 녘, 성벽 너머로 도심 불빛이 켜지는 시간이 백미입니다. 숙정문 쪽 북악 구간은 숲길이라 봄가을이 좋습니다.
● 맛과 씹: 흥인지문 곁 광장시장의 빈대떡과 마약김밥이 성벽 걷기의 보상입니다.
● 알아 둘 것: 북악 구간은 신분증을 챙기시기를. 경복궁은 화요일 휴궁. 숭례문의 禮 현판은 2008년 화재 뒤 2013년 복구본이고, 사라진 돈의문 터는 정동의 박물관마음이 지킵니다.
알아두면 좋은 말들
● 주산(主山)·안산(案山): 터의 등 뒤를 받쳐 주는 산과, 앞에 낮게 마주 놓인 산.
● 좌청룡·우백호: 터를 왼쪽과 오른쪽에서 감싸 주는 산줄기.
● 사신사(四神砂): 주산·안산·청룡·백호, 터를 둘러싼 네 산을 아울러 이르는 말.
● 오상(五常): 유학이 꼽는 사람의 다섯 가지 바탕 덕목, 인의예지신.
● 현판(懸版): 문이나 건물에 이름을 적어 내거는 판.
● 도성(都城): 임금이 사는 서울을 두른 성, 또는 그 안의 도시.
● 순성(巡城): 성벽을 따라 한 바퀴 도는 일. 조선 사람들의 봄나들이이기도 했습니다.

교육학박사
정태철

20 лет жизни – родной газете

19 июля 2026 года в Ташкенте после продолжительной болезни на 83 году жизни скончался ветеран журналистики, бывший собкор газеты «Коре ильбо» по Узбекистану Вячеслав Борисович Ли.

Более 20 лет он отдал родной газете. За свою долгую журналистскую жизнь он много хорошего и теплого сказал в своих публикациях о сотнях наших соплеменников, живущих в разных концах республики. Немало лестного сказано за это время и о нем самом – в прессе, устами его коллег, друзей и просто знакомых. Вячеслав Борисович оставил после себя добрую память, поскольку на протяжении всей своей сознательной жизни был честным, порядочным, легко ранимым, а главное – прекрасным семьянином. Выражаем семье и близким покойного глубокие соболезнования.

И в память о нем публикуем материал, который подготовили коллеги Вячеслава Борисовича – Брунт Ким и Владимир Ли, в прошлом тоже собкоры нашей газеты.

...Жил себе, учился, работал, в то далекое советское время стоял в очередях за колбасой, обувью. И, конечно же, за книгами. Книги стали для него вторым, параллельным миром, который подчас был важнее, чем тот, в котором он совершал свои земные дела.

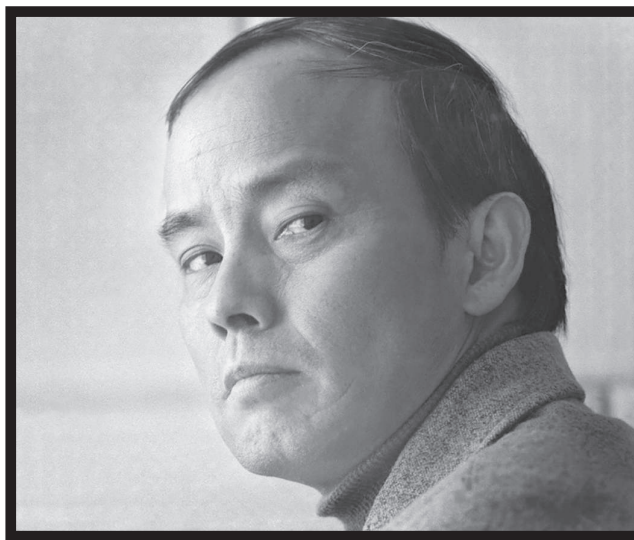
Были сказочные ночи с любимой женщиной под жарким узбекским небом, после которых родились дочь и сын. Были изумительные закаты и рассветы, после которых рождались стихи. Стихи, которым суждено было войти в золотой фонд корейской литературы СНГ.

Были встречи и расставания, неудачи и радости. Так и проходили дни, недели, месяцы, годы, десятилетия. Давно повзрослели не только дети, но и внуки. Старшему внуку, Валерию, сыну дочери Марины, уже за тридцать. А Артем, внук от сына Рихарда, в 17-летнем возрасте прислал как-то из Америки деду свои стихи... Стихи, написанные на английском языке, который, судя по всему, станет его родным языком.

Да, повзрослели дети, следом подросли внуки, но сам Вячеслав Борисович, кажется, не очень торопился взрослеть. Да он никогда и не повзрослел бы. Все та же детская непосредственность, все то же удивление жизнью, все та же неспособность перешагнуть через другого человека, даже во имя самой светлой идеи и уж тем более – сиюминутной личной выгоды.

А с чего же начиналось его поэтическое творчество? Вот что рассказывал нам сам Вячеслав Борисович:

«Наверное, с публикации моих первых стихов в газете «Пионер Востока»... Помните, была когда-то такая детская газета в Ташкенте. Я тогда учился в девятом классе. Уже точно не помню тех стихов, но они были о природе, о горных вершинах... Вся школа говорила о моих стихах. А преподаватель русского языка и литературы Николай Иванович Кукуша читал



их перед моими одноклассниками. Я был бесконечно горд... Эта удача стимулировала мое творчество, во многом определила мою будущность.

Ощущение стиха у меня было с детства. И это ощущение развивалось во многом благодаря моей маме. Она часто напевала корейские народные песни и даже арии из популярного тогда спектакля Ташкентского областного корейского театра «Сказание о девушке Симчен».

Многим я обязан и своим школьным учителям – историку Федору Филипповичу Паку, который открыл для меня дверь в европейскую литературу. В нашей школе преподавал и Владимир Филиппович Кан, который несколько лет спустя станет одним из основателей отделения корейского языка в Ташкентском педагогическом институте имени Низами.

В четвертом классе я даже играл в школьном спектакле, который поставила наша учительница Анна Андреевна по пьесе Сергея Михалкова. Словом, вся обстановка в семье и школе способствовала становлению меня как поэта.

Потом была учеба в Московском педагогическом институте имени Ленина... Это было чудесное время, о котором я вспоминаю, как о самых светлых днях моей жизни. Мне повезло. В том смысле, что именно в те годы наступила так называемая хрущевская оттепель. Поэты и писатели стали кумирами молодежи. Мы, студенты, часто ходили в Центральный дом литераторов, Политехнический музей, где выступали со своими произведениями Белла Ахмадулина, Булат Окуджава, Андрей Вознесенский, Евгений Евтушенко, Александр Межиров.

Спецкурсы, посвященные Толстому и Достоевскому, нам читал замечательный профессор Николай Николаевич Арденс. Курс «Экспрессивные возможности русского языка» вел не менее замечательный преподаватель Леонард Юрьевич Максимов...

По мере возможности посещали концерты в консерватории, спектакли Малого театра и МХАТа, к нам в институт приходили Михаил Ульянов и Василий Лановой, я видел Элину Быстрицкую, жал руку Леониду Леонову. Словом, я учился в литературной атмосфере,

наслаждаясь запахами оттепели, встречаясь с носителями русской культуры и русской словесности.

По возвращении домой я преподавал в школе, писал заметки в «Пионер Востока». Однажды, а это было в 1974 году, я получил письмо от сотрудника редакции Павла Шуфа, который просил меня приехать в Ташкент. Он предложил мне должность корреспондента... Вот так началась моя журналистская карьера.

Ну а стихи я, конечно же, невзирая на возраст и старческую немощность, иногда продолжаю писать. Я уже не могу не писать стихи, они для меня, как воздух, как вода, как солнце, как эти тополя и рисовые чеки, эти бесконечные дороги и небесная голубизна...

Вячеслав Борисович Ли – признанный корейской диаспорой стран СНГ поэт, отдавший возрождению национальной культуры всю свою сознательную жизнь, а если точнее – более полувека. Его стихи – это правдивая летопись жизни нашего народа со всеми ее печальными и светлыми наслоениями. Своим творчеством он, как сказал когда-то известный русский поэт, «кровью чувств ласкал чужие души». Самый известный его поэтический труд – поэма «Депортация».

Первый сборник его стихов «Лепестки времени» вышел полтора десятилетия назад. В предисловии к той книжечке есть такие слова: «Очень тонкие стихи Вячеслава Ли надо читать на закате дня, в одиночестве, их даже нельзя произносить вслух, как нельзя говорить во всеуслышание – я вас люблю». А в 2016 году состоялась долгожданная презентация его нового сборника стихов «Под взглядом судьбы...» Сборник, который подводит промежуточный итог его литературного творчества.

Редакция «Коре ильбо» выражает глубокие соболезнования родным и близким Вячеслава Борисовича. Память о нём навсегда останется в наших сердцах.



Вячеслав Борисович ЛИ,
собкор ташкентского корпункта газеты
«Ленин кичи» / «Коре ильбо» (1978–2004)

Родился 29 июля 1944 г. в колхозе им. Свердлова Верхне-Чирчикского района Ташкентской области Узбекской ССР. Корейское имя – Ли Ен Гван.

В 1972 г. окончил филологический факультет Московского государственного педагогического института им. В.И. Ленина. Работал учителем русского языка и литературы средней школы в Ахангаранском районе, корреспондентом газеты «Пионер Востока», где в 1959 г. опубликовал свои первые стихи. В 1978–2004 гг. был собственным корреспондентом ташкентского корпункта редакции газеты «Ленин кичи»/«Коре ильбо».

Поэт, писатель, журналист. Автор поэтических сборников. Стихи и рассказы В. Ли публиковались в журналах «Звезда Востока», «Коре сарам», в литературных альманахах и сборниках Узбекистана, России, Республики Корея и КНДР. В 1988 г. был лауреатом конкурса Союза писателей Узбекской ССР «Короткий рассказ».

Сочинения:

Ли В.Б. «Под взглядом судьбы...»: Стихи. Ташкент, 2016.

Ли В.Б. «Лепестки времени»: Сб. поэзии. Ташкент, 2000.



Из записей календарей

После публикации нескольких моих рассказиков в «Коре ильбо» и перепостов на сайте «Корё сарам» их прочитали многие из моего круга, а еще больше незнакомых мне людей. Своими комментариями поделились известные в корейской среде личности, в том числе Моисей Ирбемович Ким – ветеран Министерства культуры РФ, Perpetuum Mobile ООК (Общероссийского объединения корейцев); Светлана Хасанова – историк, исследовательница истории корё сарам раннего советского периода; Ким Ин Сен – председатель Ассоциации корейцев Кыргызстана; Михаил Пак – талантливый писатель и художник; Владимир Ли-Букинский – известный журналист, автор книг и другие. Короткую, но обстоятельную рецензию обнародовал профессор-литературовед Насирулла Мирсултанович Миркубанов – авторитетный эксперт творчества Анатолия Пака, Михаила Пака, Александра Кана. В ней он пишет: «Художественное воспоминание о прошлом Германа Кима вызывает редкое ощущение тихой правды жизни. В ней нет ни позы, ни литературной вычурности, ни стремления к эффекту. Это проза зрелого человека, который понимает цену воспоминаниям и умеет увидеть судьбоносное в малом. Рассказ оставляет после себя чувство светлой и спокойной грусти – того особого настроения, которое возникает при встрече с подлинной литературой».

Герман КИМ,
профессор

В итоге меня уже стали причислять к писательскому цеху, что вызывает у меня искреннюю улыбку от понимания того, что мои рассказики нашли своих читателей, хотя родились они в «перекурах», как я назвал свои короткие паузы, когда мозг, уставший от многочасовой аналитики и аргументации, уступал место сердцу, которое раскрывало душу, открывало шлюзы эмоциям и словам, искренним и понятным, льющим таким стремительным потоком, что пальцам приходилось летать по «клаве». Во время этих коротких «перекуров» мой разум умолкал и передавал микрофон чувствам, вере и душе, не умеющим лгать.

Запись первая

Есть вещи, к которым человек привязывается, даже не осознавая этого. Они необязательно уникальные или дорогостоящие, но остаются надолго, превращаясь в вещей – свидетелей жизни. У меня, разумеется, тоже есть такие свидетели. Какие-то из них уже перестали работать, другие порядком «подустали» и лежат на верхней полке стеллажей в кабинете или кладовке. Некоторые покоятся в картонных коробках-гробиках, завернутые в целлофан, как покойные

в саван, ну а самые несчастные разобраны на запчасти. Это я о своих ноутбуках, которых за два с лишним десятилетия набралось более дюжины.

Первый достался мне в те времена, когда ноутбук еще казался предметом почти невероятным. Тот бэушный Samsung походил на кирпич – тяжелый, толстый, с небольшим экраном, с шариком и двумя клавишами на панели, выполнявшими роль мышки. Батареи хватало ненадолго, если отключался свет, то монитор гас через пару минут и тут важно было успеть сохранить набранный текст на флорпи-диске. Сегодня любой смартфон с лихвой превосходит его по функциональным и операционным возможностям, но тогда он казался окном в совершенно иной мир. Первый ноутбук стал моей первой любовью, и он мне особенно дорог, так как на нем была написана книга в двух томах на тысячу страниц, ставшая впоследствии основой моей докторской диссертации. Теперь, оглядываясь назад, я иногда думаю: монография вышла в свет намного раньше, чем докторская диссертация, которую я не решился защищать. Причина была вовсе не в страхе или нежелании получить ученую степень, скорее всего, сказывалась какая-то внутренняя нерешительность. Всегда

находилось дело, которое казалось более срочным: научная статья, доклад на конференцию, публичная лекция, новый проект, зарубежная командировка и т.д. Диссертация терпеливо ждала своего часа. Так продолжалось довольно долго...

Однажды я как всегда быстро шел по длинному коридору исторического факультета. Коридоры университетов, кажется, обладают удивительным свойством – они помнят и сблизают тех, кто ходил по ним туда-сюда в течение рабочего дня. Поэтому ничего удивительного, что в тот день я встретил декана факультета – Камала Бурханова.

Мы поздоровались.

– Ну как докторская? – спросил он так просто, словно речь шла о погоде.

– Работаю...

Он кивнул и пошел дальше. Прошло еще несколько месяцев. И снова тот же коридор. Слово сама судьба решила заставить меня принять решение.

– Зайди ко мне, – в кабинете декан не стал говорить долго. – Ну как диссертация?

Я пожал плечами:

– Пока никак...

Не помню уже, произнес ли я эти слова равнодушно или беспечно. Возможно, и сам не понимал тогда, насколько опасным становится это спокойствие.

Он внимательно посмотрел на меня.

– Послушай меня, – и после небольшой паузы сказал то, что изменило весь дальнейший ход событий. – У тебя осталось четыре месяца.

Я молчал.

– Потом диссертационные советы закроют. Начнется реорганизация. Старые советы распустят. Новые появятся неизвестно когда. Потом возникнут длинные очереди на защиту кандидатских и докторских. Сначала, конечно, пропустят очников аспирантов и докторантов, только потом остальных. Потеряешь два года. А может, три, – декан говорил спокойно, со знанием дела. Без назидания. Без желания напугать. Скорее так говорит человек, который просто сообщает прогноз приближающейся непогоды.

– Ты независимый соискатель. За тобой научный руководитель не стоит. Никто тебя продвигать не будет. Решай сам.

Разговор закончился. Я поблагодарил его и вышел. До

звонить». Но постепенно эти короткие фразы начали приобретать удивительную силу. Каждая выполненная строчка словно подталкивала следующую. Каждый прожитый день переставал исчезать бесследно. Он оставался в календаре. И уже нельзя было сделать вид, будто ничего не произошло. Очень скоро я заметил еще одну особенность. Планировать оказалось гораздо легче, чем откладывать. Когда вечером приходилось писать «не сделал» – это действовало сильнее любого выговора. Ведь обманывал я уже не начальство, не кафедру, не диссертационный совет, а самого себя.

Через несколько недель жизнь приобрела почти военный распорядок. Работа началась спозаранку и заканчивалась далеко за полночь. Иногда казалось, что я уже не пишу текст, а просто медленно снимаю с него все лишнее. Каждый день приближал к сроку. Три месяца пролетели быстрее, чем я ожидал. Когда была поставле-



сих пор помню, как закрылась дверь кабинета. Именно тогда, еще не успев сделать и десятка шагов по коридору, я вдруг совершенно отчетливо понял одну вещь. Через три месяца диссертация должна быть завершена. Без вариантов «желательно», «хорошо бы», а однозначно – должна! Это решение оказалось настолько неожиданным для меня самого, что никаких внутренних споров уже не возникло.

Вечером, вернувшись домой, я первым делом открыл Word и создал новый документ. Потом начертил простую таблицу: семь столбцов для дней недели и четыре строки, каждая из которых обозначала неделю. Увидев пустые ячейки, мне показалось, что с ними возникнет какой-то строгий порядок, которого не хватало в моей жизни. Я стал набирать в календаре: когда закончить первую главу; когда перепроверить ссылки; когда окончательно оформить библиографию; когда передать рукопись на отзыв; когда подготовить автореферат; когда распечатать экземпляры. Напротив каждого дня я записывал совсем немного – что собираюсь сделать и что действительно сделал. Поначалу записи выглядели почти смешными: «Переписать пять страниц», «Исправить ссылки», «Дописать вывод», «Архив», «Библиотека», «По-

на последняя точка, я долго смотрел на экран. Не испытывая ни радости, ни облегчения. Только странную пустоту. Будто завершилось путешествие, которое продолжалось много лет. Но впереди оставалась защита. Именно там выяснилось, что написать докторскую диссертацию значительно легче, чем провести ее через человеческие обстоятельства...

Мне присвоили докторскую степень, вскоре вручили государственный аттестат профессора, а привычка вести записи в дневниках осталась. Все заполненные календари сохранены по годам в особой папке ноутбуков, на которых работаю дома и в университетском кабинете. Кажется, пришло время просматривать и повспоминать, что означали лаконичные записи в виде слов, дат, имен, названий событий, стран, городов... За каждой записью кроется своя история с переди- и послесловием. Конечно, далеко не все, но какие-то из них могут определенно стать сюжетом очередных рассказиков, во многом автобиографических.

Уверен, что любой, кто будет вести записи в календарях, вскоре ощутит их благотворное влияние. Потому дерзайте! Это совсем несложно и занимает время, соизмеримое с двумя-тремя затяжками реальной или воображаемой сигареты.



Роман Ким в книгах Александра Куланова

Биография, документы, творческое наследие

Скорее всего, только люди старшего поколения теперь знают и помнят такого писателя, как Роман Николаевич Ким. Между тем в 50–60-е годы XX века он был очень популярен. Его книги пользовались большим успехом, и их совокупный тираж к началу 70-х годов превысил миллион экземпляров.

Георгий Пенорович КАН,
соучредитель Библиотеки корё сарам

Как литератор Роман Ким заявил о себе ещё в 1927 году, когда написал «Ноги к змее» – глоссы (комментарии) к книге Бориса Пильняка «Корни японского солнца», а в 1933 году вышла его книга «Три дома напротив соседних два». Эти работы впервые открыли массовому читателю Японию и японцев изнутри от лица настоящего знатока и носителя языка и привлекли внимание литераторов, критиков, историков, японоведов.

Читателю было любопытно, что же это за страна такая с населением в 40–50 млн человек, расселённым на нескольких островах, лишённая природных ресурсов, но ставшая всего за несколько десятилетий могущественной индустриальной державой, покорившей огромные пространства Юго-Восточной Азии и Китая, победившая Россию в войне 1904–1905 годов и участвовавшая в интервенции дальневосточных земель России с 1918 по 1922 год?!

Что известно о Романа Киме было тогда и теперь? Долгие годы официальная биография Романа Кима излагалась сухо и лаконично: популярный в послевоенные годы писатель, автор «шпионских» детективов, родился в 1899 году во Владивостоке, до революции учился в японском элитном колледже. У себя на родине окончил Восточный институт, служил в разведке. Был репрессирован, приговорён к расстрелу... После войны стал знаменитым писателем, славу которому принесли повести «По прочтении сэжеч», «Тетрадь, найденная в Сунчоне», «Кобра под подушкой» и другие.

Такая биография Романа Кима полна интригующих скрытых деталей, и всё, может быть, так бы и осталось, но недавно возник всплеск интереса к личности этого удивительного, многогранного и талантливого человека.

Волею случая в 2010 году Александра Куланова – журналиста и японоведа попросили прояснить некоторые детали биографии Кима как специалиста по традициям японского разведывательного мастерства – ниндзюцу. Исследования конкретного вопроса пробудили у А. Куланова желание взяться за изучение биографии и личности Романа Кима. Результатом глубоких исследований стала книга «Роман Ким», вышедшая в 2016 году в серии ЖЗЛ издательства «Молодая гвардия».

В 2020 году автор биографий-расследований Иван Просветов издал книгу «Тайный фронт – Москва», посвящённую Роману Киму. В аннотации написано, что писатель Р.Н. Ким был известен как один из создателей советского политического детектива. ... Он подсказал Юлиану Семенову образ Макса фон Штирлица. И только самые осведомленные знали, что Ким – бывший разведчик.

В конце 2025 года вышла новая книга

Александра Куланова «Роман Ким. Биография. Документы. Творческое наследие» – глубокое исследование, изложенное на 622 страницах большеформатной книги, где почти три четверти занимают документы.

Книги Александра Куланова отличаются, с одной стороны, строго научный подход к исследованиям, а с другой – в них есть размышления о нравственном выборе, о чувствах и переживаниях Романа Кима, когда он, например, шпионил или занимался вербовкой агентов среди своих знакомых, или когда он подвергался пыткам с лишением

Пекине, знала французский язык и повлияла на мировоззрение сына как широко мыслящего человека, космополита, владевшего не только японским, но и в разной степени английским, французским и китайским языками.

Роман Ким в 1906 году был направлен на учёбу в школу «Ётсия» при первом в Японии университете Кэйо. Документы ему помог оформить Сугиура Рюкити, который усыновил Романа и дал ему имя Ким Гирён. По окончании школы в 1911 году Роман был внесён в Золотую книгу почёта «Ётсия» в



сна и от него требовали назвать сообщников и оклеветать себя, или когда работал, находясь в заключении, осуждённый по расстрельной статье за шпионаж в пользу Японии, а его агентурная сеть продолжала работать и добывать ценнейшую информацию... А главное, автор честен, рассказывая о жизни и подвигах Романа Кима, о мистификации им своей биографии и о том, что остаётся ещё много белых пятен, неясного и засекреченного.

Новая книга показывает, какой тернистый путь проходит исследователь, чтобы дойти до истины или хотя бы построить достоверное и обоснованное предположение. Делясь с читателями первоисточниками, автор словно приглашает их к соучастию в исследовании, чтобы они сами могли интерпретировать исторические документы и, может, что-то уточнить или внести ясность.

В биографии Романа Кима так много нестыковок и белых пятен, что автор иронично замечает – точной остаётся только дата ухода из жизни. Пожалуй, наиболее подробная и правдивая на сегодняшний день биография Романа Николаевича Кима изложена в материале Александра Куланова «Роман Ким: биография и мифология» (опубликовано в его сборнике «Три дома напротив соседних два», 2026).

В рамках газетной статьи можно дать только общее представление о новой книге А. Куланова и привести некоторые факты из биографии, которые дадут представление о том, насколько неординарной личностью был Р.Н. Ким.

Его родители – выходцы из Кореи. Отец Ким Пёнхак происходил из дворян, был осуждён за связи с корейским антияпонским подпольем в России, руководимым королём Коджоном. Имел отношение к организации покушения Ан Чжунгына на генерал-резидента в Корею Ито Хиробуми в Харбине в 1907 году. Мать – Надежда Тимофеевна Мин была в родстве с королевой Мин (степень родства не установлена), окончила католический женский колледж в

числе восьми выпускников-отличников. Его воспитателем в те годы был Сугиура Дзюго – основатель в Токио Общества правильного образования «Сэйкёся» с идеологией в духе чисто японского национализма, позже стал наставником наследного принца Тогу – будущего императора Хирохито. В 1913 году Роман Ким внезапно отчислился из колледжа Фуцубу, где учился после окончания «Ётсия», и вернулся к отцу в Россию.

В России Роман Ким учился в мужской гимназии Владивостока с 1917 по 1919 год и был мобилизован в армию Колчака в качестве переводчика японского языка при штабе Приамурского военного округа, но после представления документов о своём японском подданстве (об усыновлении) был уволен со службы.

С ноября 1922 года у Романа Кима началась карьера литературного критика и одновременно он стал секретным сотрудником Приморского государственного политического управления (ГПУ) под оперативным псевдонимом «Мартэн». Он подключился к операциям советской контрразведки против Японии, для чего летом, после окончания университета, вынужден был переехать в Москву.

Работа Романа Кима в контрразведке была очень эффективной. Будучи отличным знатоком не только японского языка и с малых лет приобщённый к японской среде, он обрёл понимание сути и силы японского духа и образа мышления, поэтому улавливал мельчайшие нюансы и умел расшифровать и правильно воспринять суть разведанных как никто другой. Всё это позволило ему создать широкую сеть агентов и добывать сверхсекретные материалы о планах и намерениях японского правительства.

Не вызывает сомнений вклад Романа Кима в успех Красной армии в военных действиях на Халхин-Голе, по разведанным его агентов советское руководство знало о планах Японии о невступлении в войну в 1941 году и смогло перебросить войска с Дальнего Востока под Москву. Наконец, Роман Ким, находясь в заключении, выез-

жал в командировки перед началом войны с Японией, и в 1946 году был награждён медалью «За победу над Японией», которой очень гордился.

Знание языка стало причиной объявления его шпионом и в то же время эти знания спасали ему жизнь, когда шансов выжить почти не было никаких – он мог погибнуть от японцев или быть расстрелянным в застенках НКВД.

В новой книге А. Куланова обращают внимание две замечательные части «Воспоминания о Р. Н. Киме» и «Материалы Международной конференции, посвящённой биографии и творческому наследию Р. Н. Кима» – они устами живых свидетелей из России, Японии и Кореи, встречавшихся с ним или изучавших его биографию и произведения, делятся мыслями и впечатлениями от встречи с Романом Николаевичем.

Известный казахстанский кинорежиссёр и писатель Лаврентий Дядюнович Сон в своей повести «Москва. Лермонтовская...» описывает свою встречу с Романом Николаевичем. Ему, студенту ВГИКа нужно было написать сценарий к выпускной работе, и темой он выбрал депортацию корейцев с Дальнего Востока. Через знакомых он договорился о встрече с известным писателем, она запомнилась ему тем, что Роман Николаевич обставил её в духе матёрого конспиратора, а потом устроил тёплый приём. Правда, встреча эта не помогла. Роман Николаевич, уточнив, что депортация была в 1937 году, сказал, что в это время он уже был арестован и ничего об этом не знал, и предложил изменить тему и снять фильм по любой его книге, пообещав дать разрешение.

Человек, имевший три родины – так охарактеризовал Романа Кима журналист и русист Кимура Хироши. Корея – историческая родина, Россия (СССР) – обрётённая родина, где он родился и упокоился, прожил почти всю жизнь и которой служил верой и правдой. Третья родина – Япония, где он провёл детство, учился, которую полюбил всей душой за её природу, культуру, доброту и любовь приёмных родителей, и в то же время здесь столкнулся с проявлениями ксенофобии за своё корейское происхождение, с преследованиями и убийствами корейцев во время землетрясения 1927 года и боролся с японскими интервентами и милитаристами на протяжении нескольких десятилетий (1925–1946).

Кто он был на самом деле и каково его место в истории Японии, Советского Союза и Кореи?

Роман Ким как-то заявил в беседе с коллегой: «Мои книги – честные рассказы о том, что я знаю о борьбе разведок... Для меня в книгах о разведке есть только одна специфика – в них я не могу сказать всё, что знаю»; «Знаю только это, но всё рассказать не могу» – это правило Кима, ключ к пониманию его работ.

Читателям газеты, кого заинтересовала жизнь и судьба Романа Кима, рекомендую прочитать обе книги Александра Куланова: из серии ЖЗЛ и новую книгу с документами, а также книгу самого писателя «Три дома напротив соседних два».

Следует сказать также, что книга «Роман Ким. Биография. Документы. Творческое наследие» издана при финансовой поддержке Валентины Владимировны Пак (Алматы) и Дмитрия Владимировича Шина (Москва).

ПОЭТ КИМ ДЮН, КОРЕЙСКИЕ ПЕСНИ И БАБА ТОНЯ



Начало в предыдущих номерах

Часть 3. Заключительная

Из Шиели, заехав в Кызылорду, двинулись на старое кладбище в микрорайоне «Западный». Нужно было найти могилу поэта и прозаика Ким Дюна (1900-1979), который в 1950-е годы работал в редакции «Ленин кичи» литсотрудником и завотделом литературы и искусства. Геолокацию его могилы отправил корейский фотограф Ким Дон У, интервью с ним вышло в газете за 12 июня этого года. Определить точное место могилы по координатам не получилось. Ориентируясь на фото со спутника, пробираясь через высокие заросли камыша, нам всё же удалось найти захоронение Ким Дюна. На внутренней стороне камня были

высечены слова: «Не смог завершить путь, по которому шёл. Скорбно».

После мы заселились в гостиницу. Председатель филиала Ассоциации корейцев Казахстана в Кызылорде Елена Ан уговорила прийти к нам двух певцов, поскольку художнику нужно было записать старые корейские песни. Хотя стояла невыносимая жара в 40+ градусов, женщины согласились прийти, съёмочная группа встретила их с благодарностью. Так как постояльцев в гостинице было совсем немного, разрешили снимать прямо в фойе. Когда началась съёмка и прохладное помещение наполнилось нежными голосами – атмосфера изменилась, усталость ушла. Как же песня и живые голоса влияют на наше состояние. Причём сразу.

Вечером, уже малым составом, поехали к бывшей артистке драмы Корейского театра Антонине Лим.

Заочно познакомился с ней благодаря рубрике «Радио нашего дома», где выходили песни в её исполнении. Яркий голос с хрипотцой привлёк художника Чон Ён Ду сразу. Баба Тоня тепло приняла нас в маленькой квартирке и рассказ её о Корейском театре лился, как песня. Она вспоминала Ли Хам Дек, Ким Дина, директора Тё Дён Гу, режиссёра Ен Сен Нен и многих других, о которых нынешнее поколение артистов даже не слышало. Уже совсем стемнело, когда закончили интервью. Собираясь уходить, услышали громкий отпор: «Никуда не уйдёте пока не покушаете». Переубеждать было бессмысленно – стали помогать накрывать на стол: пуктяй, паби мури, картошка с мясом... Кстати, баба Тоня ттяй делает сама прямо в квартире. Стоявший на подоконнике деревянный ящик полный миди был для нас как чудо!

Владимир ХАН



우리 집 라디오 Радио нашего дома

Редакция «Коре ильбо» и творческое объединение Media saram начинают совместный проект «Радио нашего дома. Старые песни корейцев, записанные на телефон». Есть напечатанные в Корее книги Тен Чу. А позже там же был издан двухтомник Якова Хана и Ким Пён Хака с нотами и словами песен. К сборникам, где собрано песенное творчество корё сарам, можно сказать, увековеченное в бумаге, обратятся следующие поколения. Но мы, живущие сейчас, ещё имеем уникальную возможность слышать эти песни вживую.



Современные технологии позволяют нам сохранять голоса – просто записав их на телефон. Голос нашего ребёнка, когда он учится произносить первые звуки, голос отца, матери, деда или бабушки. Обычное говорение, повседневный разговор за чашкой чая, когда забежали на минутку, – эти голоса могут остаться с нами. Звуковую волну нельзя похоронить как тело. И в мире, где всё уносится, куда-то теряется, записанный голос, возможно, единственная часть человеческого существа, которая способна остаться в нашем телефоне. Проект «Радио нашего дома» начинается с корейских песен, которые каждый легко может записать сам на свой телефон и отправить нам в газету. Редакция «Коре ильбо» будет их редактировать и публиковать в соцсетях. Запишите песню или сколько вы знаете песен на телефон. Мы сохраним их в нашем аудиоархиве для будущего Музея корё сарам.

Когда начнёте запись, скажите ваше полное имя, когда и где вы родились, в каком городе или посёлке живёте сейчас и откуда вы знаете исполняемую песню, ведь где-то вы её слышали? К записи приложите свою любимую фотографию. И пусть вашу песню и ваш голос – слушают все. Это ведь радио!

Присылайте звуковые файлы на почту: gazeta.koreilbo@gmail.com или на WhatsApp по номеру +7 778160 13 34

ПРОДОЛЖАЕТСЯ ПОДПИСКА ГАЗЕТЫ НА 2026 ГОД!

КАК ОФОРМИТЬ ПОДПИСКУ?

Подписаться на газету «Коре ильбо» можно в любом отделении Казпочты или в редакции по адресу:

г. Алматы, ул. Гоголя, 2, Корейский дом

ЧЕРЕЗ КАСПИ-ПЛАТЕЖИ

В категории «Все» пролистать страницу до конца и найти раздел «Другое», здесь выбираем категорию «Печатные СМИ РК» - Подписка на СМИ. В поисковик вводим название газеты «Коре ильбо», выбираем необходимый период подписки и вводим точный адрес доставки с указанием города. **Индекс газеты: 65363**

ЧЕРЕЗ САЙТ POST.KZ.

Во вкладке «Почтовые услуги» находим Интернет-подписку. В поисковик вводим название нашей газеты «Коре ильбо» и заполняем предложенную анкету. Необходимо ввести точный адрес доставки с обязательным указанием города и личные данные.



Для оформления подписки юридическим лицам свяжитесь, пожалуйста, с редакцией газеты по номеру **+7 778 160 1334**

Срок	1 мес.	3мес.	6 мес.	12 мес.
Город/село для физ.лиц	1005,73тг.	3017,19тг.	6034,38тг.	12068,76тг.
Юр.лица	1203,43тг.	3610,29тг.	7220,58тг.	14441,16тг.

Стоимость на KASPI.KZ: 3мес. (3330тг.), 6мес. (6660тг.), 12мес. (13320тг.)

СОБСТВЕННИК ТОО «Редакция газеты Коре Ильбо.KZ»

Главный редактор Константин КИМ
Заместитель главного редактора Диана СОН
Административный директор Александра КИМ

Редактор корейской части
Наталья НАМ

Руководитель отдела
аудиовизуального контента
Владимир ХАН

Главный бухгалтер
Аида ОСПАНОВА
Бухгалтер
Екатерина ЛИ
Верстка
Владимир ВОРОБЬЕВ
Корректор
Галина АБРАМОВА

ТВОРЧЕСКИЙ АКТИВ РЕДАКЦИИ
Доктор исторических наук, профессор

Герман Ким
Кандидат медицинских наук
Ирина Ким
Специальный корреспондент,
Южная Корея
Евгения Цхай
Фотокорреспондент Южная Корея
Павел Ким
Корреспонденты в регионах
Мадина Темирхан Астана
Нам Ген Дя Алматы
Федор Мин Костанай

Адрес редакции: 050010, Казахстан, г. Алматы, ул. Гоголя, 2
Тел/факс: 236-07-14 E-mail: gazeta.koreilbo@gmail.com
Подписные индексы: 65363, 15363 Отпечатано в типографии АО «Алматы-Болашақ»,
г. Алматы, ул. Муканова, 223 «Б» Заказ №16 Тираж 1200

Газета зарегистрирована Министерством информации и общественного развития Республики Казахстан, Комитетом информации
Свидетельство о постановке на переучет периодического печатного издания, информационного агентства и сетевого издания №KZ02VPY00045001 от 20 января 2022 г.
Ответственность за содержание рекламы и объявлений несет рекламодатель. Редакция не отвечает на письма читателей, не пересылает их, а также не рецензирует и не возвращает не заказанные ею материалы. Опубликованные материалы не всегда отражают точку зрения редакции. При перепечатке ссылка на «Коре ильбо» обязательна.

K-FEST
ASTANA
KOREAN CULTURE FESTIVAL
1-AUGUST
АМФИТЕАТР, УЛ. ТУРАН, 2/6

- K-CULTURE
- K-FOOD
- K-POP
- K-BEAUTY
- K-PRODUCTS



Association of Koreans of Kazakhstan



ПРИ ПОДДЕРЖКЕ





Rinnai

Правильная техника для дома и бизнеса



UNIDOM

Официальный дистрибьютор в
Центральной Азии, Казахстане
и Армении

+7 (708) 973-15-62
+7 (727) 225-19-44

www.rinnai.kz

[rinnai_unidom_centralasia](https://www.instagram.com/rinnai_unidom_centralasia)



Более 100 лет на
рынке газового
оборудования



Учет специфики
условий эксплуатации



Широкая линейка
мощностей



Авторизованные
сервисные центры



Высокий КПД
(93-97%)



Экономичность
и безусловное
качество оборудования



Тройная система
контроля качества



Уникальная
технология
модуляции
мощности



Заводы
в 17 странах



Многоуровневая
система защиты
оборудования



ЧЕТЫРНАДЦАТЫЙ ВЫПУСК ЖУРНАЛА KISTORY

Журнал можно получить в редакции газеты «Коре ильбо»
по адресу: г. Алматы, ул. Гоголя, 2, Корейский дом, офис 6
или читайте электронную версию на сайте koreilbo.com

КОМПЛЕКСНЫЕ CHECK-UP ПРОГРАММЫ в Korean Medical Center Almaty

Полноценный чек-ап по южнокорейским протоколам: системный, точный и ориентированный
на раннее выявление рисков. Получите полную картину своего здоровья за один день.

SMART система обследований на базе цифровых технологий

Наглядный smart-отчет для легкого
понимания результатов обследования и
надежное хранение медицинских данных

Комплексная One-Stop система обследования

Всё в одном месте (обследование -
диагностика - интерпретация результатов -
организация лечения)

Консультация врача из Южной Кореи

После прохождения чек-апа результаты
обследований интерпретируются нашим
главным врачом из Южной Кореи на
итоговой консультации



ШИРОКИЙ ВЫБОР ЧЕК-АП ПРОГРАММ

- Программы для любого пола
и возраста;
- Учет наследственных рисков;
- Инновационное
оборудование (MPT Tesla 3.0,
КТ, эндоскопические и
маммологические системы);
- Персональный медицинский
куратор.



КОНСУЛЬТАЦИЯ ВЕДУЩИХ СПЕЦИАЛИСТОВ

- Врачи международного уровня
(Корея и Казахстан);
- Более 20 узких специализаций
(кардиология, гинекология,
эндокринология, травматология
и другие);
- Комплексный подход;
- Возможность телемедицины с
профессорами из Южной Кореи.



СОБСТВЕННАЯ ЛАБОРАТОРИЯ

- Двухэтажный лабораторный
комплекс (лабораторные и
молекулярные диагностики,
патоморфология);
- Реагенты и оборудование
из Южной Кореи;
- Высочайшая диагностика
(в том числе онкоскрининг);
- Быстрая готовность
результатов.

OPEN Healthcare Korean Medical Center Almaty | Адрес: г.Алматы, ул. Яссауи, 13 | Для записи: +7707 355 4100 | Чек-ап программы: +7771 779 3998 | www.ohc.kz



ЛУЧШИЙ БРЕНД КОТЛОВ ИЗ КОРЕИ

ГАРАНТИЯ С КАЧЕСТВЕННЫМ СЕРВИСОМ

www.navien.kz

8 (727) 376 82 75

8 (727) 376 81 45

ДЛЯ СЕРВИСА: 8 8000 700 222

navien

ОФИЦИАЛЬНЫЙ
ДИСТРИБУТОР
КАЗАХСТАНА

SILO
ENERGY

