

김성민 필로폰 투약 파문

“필로폰 금단증상 상상 초월…성적쾌감 위해 손대는 경우 많아”

■ 전문가가 말하는 필로폰 중독 위험

“필로폰은 대마초에 비해 훨씬 더 강력한 마약입니다. 그만큼 사람에게 해악이 크고 끊기도 힘들니다.”

정신과 전문의 손석한 박사의 설명에 의하면 필로폰은 담배처럼 흡연하는 대마초나 입으로 섭취하는 다른 마약류와

달리 직접 정맥에 주사하는 경우가 많아 환각효과가 강하고 빠르며 궤간도 크다. 또한 다른 마약류에 비해 시중에서 구입하기가 어려운 것 중의 하나이다.

이렇게 중독성이 강한 만큼 금단증세도 심하다. 금단증세가 심하다보니 자주 투약을 하게 되고, 평소에도 마약 성분이 몸에 남아 있을 가능성이 크다.

손 박사는 “필로폰 성분이 몸에 남아 있을 경우 일상생활에서도 기분이 좋아지며 있는 모습을 보일 수 있다. 문제는 마약의 효력이 떨어졌을 때 금단증상이 상상하기 힘들 정도로 심하다는 것이다. 결국 계속해서 마약을 찾게 될 수밖에 없다”고 했다.

필로폰은 성적 쾌감과 밀접한 관계

가 있다. 손 박사의 설명에 따르면 필로폰에 의한 환각상태에서 성관계를 가질 경우 황홀할 정도의 쾌감을 맛볼 수 있다고 한다.

손 박사는 “필로폰 중독에 젊은 사람들이 자주 연루되는 이유 중의 하나가 성적 쾌감 때문”이라며 심각한 위험성을 경고했다. 양형모 기자 ranbi@donga.com



위기에 빠진 '해피선데이' 김성민에 앞서 병역 기피 논란에 휘말려 '해피선데이'의 인기 코너 '1박2일'에서 하차한 가수 MC몽.

스포츠동아DB

MC몽 하차 얼마됐다고 김성민 너 마저...

〈1박2일 출연〉

〈남자의 자격 출연〉

■ '해피선데이' 양대코너 잇따른 악재

병역의혹이여 필로폰 투약 후폭풍
“김성민 하차 당연…촬영분 통편집”

이정연 기자 annjoy@donga.com

‘MC몽에 이어 김성민까지...’
KBS의 간판 예능 프로그램인 2TV ‘해피 선데이’의 지금 상황을 설명하는 데는 사면초가와 설상가상이란 말 밖에 달리 할 수가 없을 것 같다.
‘해피 선데이’를 주말예능프로그램 강자 자리에 올려놓은 양대 코너인 ‘1박2일’

과 ‘남자의 자격’이 잇따른 악재가 터지면서 프로그램이 등장한 이후 최대의 위기를 맞고 있다.
병역 기피 의혹에 휘말려 ‘1박2일’에서 하차한 MC몽에 이어 ‘남자의 자격’의 핵심 멤버인 ‘봉창’ 김성민이 필로폰 상습 투여로 구속됐다.
4일 밤 김성민이 구속되면서 5일 오전 방송 예정이던 ‘남자의 자격’ 재방송은 급히 ‘스펀지2.0’으로 대체 편성됐다. 또 이날 오후 방송에서는 김성민의 출연 분량을 모두 편집했다.
‘해피 선데이’의 이동희 CP는 5일 “당혹스럽다. 갑자기 안 좋은 일들이 이어져 시청

자들에게 죄송하다”면서 “일단 5일 방송에서 김성민의 분량은 전체 편집으로 내보냈고, 촬영해 놓은 미방송분도 마찬가지로 김성민의 하차는 당연하다”고 밝혔다.
앞으로 ‘남자의 자격’이 김성민이 빠진 6인 체제로 갈지, 아니면 새로운 멤버를 보강할지 여부는 아직 결정되지 않았다. 워낙 마약 투약 파문이 갑작스럽고 충격적이어서 현재 제작진은 이번 사건에 대한 대처 방안을 두고 회의의 거듭하며 고심하고 있다.
일단 김성민의 하차와 방송분량의 ‘통편집’으로 응급 조치를 했지만, MC몽에 이어 김성민까지 두 코너를 이끌어 가던

중심 멤버들의 잇따른 낙마는 쉽게 해결 방안을 찾기 어렵다.
‘1박2일’은 전국 방방곡곡을 소개하며 대중 친화적인 프로그램으로 떠올랐고, ‘남자의 자격’도 합창대회 도전과 유기견 입양 등을 통해 시청자들에게 감동을 안겼다.
특히 ‘섬섬담’ ‘봉창 김선생’ 캐릭터로 사랑받았던 MC몽과 김성민에 대한 시청자들의 배신감이 가까운 실망 역시 앞으로 고스란히 프로그램이 떠안게 됐다.
‘해피 선데이’가 잇따른 악재를 극복하고 주말예능프로그램 강자 자리를 지켜나갈 수 있을지 관심이 쏠리고 있다.

서인국·선우 트위터 격려글…누리꾼 “공과 사 구별하라”

김성민을 향한 동료들의 격려성 글이 누리꾼들의 비난을 사고 있다.
‘남자의 자격’ 하모니 편에서 김성민과 함께 호흡을 맞추었던 가수 서인국과 선우는 트위터에 그를 격려하는 낯익은 글을 남겨 논란이 일었다.
서인국은 4일 저녁 트위터에 “힘내세요, 그래도 존경하는 마음은 변하지 않아요”라는 글을 올렸고, 선우 역시 KBS 2T

V ‘연예가 중계’ 출연을 앞두고 “생방송 전에 왜 이런 소식을.. 속상하게. 심란하게”, “그래도 믿습니다. 사랑합니다. 우리가 있으니깐 힘내요”라는 글을 올렸다.
누리꾼들은 김성민에 대한 이런 동료들의 격려 글에 대해 연예계가 마약 불감증에 빠져 있는 것이 아니냐며 비난의 목소리를 높이고 있다. 누리꾼들은 ‘개인적인 친분과 사회적 물의를 구분하지 못한 경

솔한 발언이다’ ‘아무리 친한 동료 사이라고 해도 엄연히 잘못된 행동을 감싸는 것은 옳지 않다’ ‘이러한 옹호성 발언은 마약 불감증에 이어 도덕 불감증까지 야기시킬 수 있다’는 반응을 보이고 있다. 이와 함께 ‘평소 성실하고 자상한 이미지였던 김성민이 마약을 상습적으로 투약했다니 믿을 수 없다’며 실망과 충격을 감추지 못하고 있다.
김민정 기자 ricky337@donga.com



서인국

선우

최경아 교수의 6색 건강요가

의자 위 동서남북 허리운동...옆구리 다이어트

‘한 시간을 행복하고 싶으면 낮잠을 자고, 하루를 행복하고 싶으면 낚시를 하고, 평생을 행복하고 싶으면 배틀라’는 서양 격언을 떠올려본다. 베푸는 삶이야말로 행복의 진가를 아는 이들만이 느끼는 고귀한 인생이리라.
원로배우 신영균 전 예술인단체총연합회회장이 한국영화 발전을 위해 500억원 상당의 큰 액수를 기부하여 따뜻한 감동을 주었다. 마이크로소프트사의 빌 게이츠 회장도 빌&멜린다 게이츠 재단을 운영하며 국제적 보건으로 확대와 빈곤 퇴치에 주력하는 세계 최고의 민간재단을 통해 기부 문화에 앞장서고 있다. 또한 미국 버크셔 해서웨이 회사의 워런 버핏 역시 재산의 85%인 370억 달러(약 45조원)를 기부했다. 이들이야말로 공유하는 아름다움을 즐기는 사람들이다.
앤드류 카네기는 말했다. “자식에게 재산을 물려주는 것은 자식을 망치는 길”이라고...
우리나라 기업가 중 일부는 세습 상속으로 누

스에 보도되는 경우가 있었는데 다시 한 번 우리 자신을 돌아보아야 한다. 물론 반드시 큰 돈을 기부해야만 나눔은 아니다. 자신이 가지고 있는 지적 재산이나 안 쓰는 물건을 나누어주는 것 역시 베푸는 것이다.
필자는 바쁜 일과 중에 짬을 내어 노인정을 찾아가서 어르신들을 위해 요가를 무료로 가르쳐드리곤 하는데 그 역시 작은 일이지만 큰 보람을 느끼는 봉사활동이라고 생각한다. 그토록 좋아하시는 어르신들의 얼굴, 몸 컨디션이 회복되어 건강해졌다면 기뻐하시는 할머니들을 보면서 일찍 돌아가신 필자의 할머니 얼굴을 떠올렸다. 살 아게셨다면 날마다 요가를 가르쳐드렸을텐데... 할머니들께 요가를 통한 건강한 신체를 드렸다면 어르신들은 내게 행복한 마음을 선물해 주셨다.
직장인들이여! 가끔은 주위를 돌아보자. 당신이 기부할 수 있는 작은 배려에 대해서 고민해 보자. 더 큰 행복이 찾아올 것이다.



1. 의자에 앉아서 오른손바닥을 허리에 놓고 왼손은 의자의 오른쪽 손잡이를 잡는다.

2. 호흡을 내뱉으면서 어깨를 오른쪽으로 돌리고 시선은 뒤를 바라본다. 숨을 들이마시며 원위치를 한다. 10초 정지, 3회 반복.

3. 오른팔을 뒤로 해서 의자 등받이를 잡는다. 호흡을 내뱉으면서 오른쪽 어깨를 아래로 낮추며 어깨에 힘을 준다. 10초 정지, 좌우 교대 2회, 반복.

4. 의자에 앉아서 양팔은 손잡이를 잡고 숨을 내뱉으면서 옆구리를 왼쪽으로 기울여준다. 이때 체중은 왼쪽 엉덩이와 허벅지에 두고 오른쪽 엉덩이와 허벅지에는 완전히 힘을 뺀다. 10초 정지.

5. 숨을 들이마시며 원위치를 하고 호흡을 내뱉으면서 우측으로 동일하게 수련한다. 10초 정지, 좌우 교대 4회 반복.

※효과:

1. 직장에서 오랜 시간 컴퓨터와 마우스를 사용하는 직장인들의 우측 어깨가 앞으로 굽는 불균형을 해소하며 목, 어깨 경직을 해소하여 피로를 풀어준다.
2. 옆구리를 기울여주며 허벅지를 수축시키면 복횡근을 자극하여 옆구리 군살을 제거하며 척추의 유연성을 증대시킨다.

※주의:

1. 개인의 좌우어깨를 관찰하고 앞으로 많이 나온 쪽을 뒤로 보내는 수련을 많이 하기를 권한다. 특히 왼손잡이의 경우 1번과 2번 자세를 반대로 수련한다.
2. 4번과 5번 자세에서 한 쪽 허벅지와 엉덩이에만 체중을 실을 때 중심을 잡을 수 있도록 노력한다.

글·동작 최경아

성명대학교 평생교육원 교수
MBC해설위원 | 국민생활체육회 자원위원
저서: 100일 요가(결코 아깝지 않은 내 몸 투자)



생명보험협회의 상의필 제2010-28848(2010.8.12)

와 많은 분들이 교보다이어트 종신보험을 선택했을까요?

무배당 **교보다이어트 유니버설종신보험II**
교보실손의료보험은 3년마다 갱신되며, 갱신시 보험료가 인상될 수 있습니다.

080-399-0099 KYOBO 교보생명

편집 | 김현우 기자 pudgala@donga.com

월 오피스요가 | 화 치유요가 | 수 주부요가 | 목 다이어트요가 | 금 골프요가 | 토 부부요가