

[오피니언]

光日春秋

박 범 신



가을을 가리켜 '여름이 타고 남은 것'이라고 노래한 사람은 일본의 전재작가 다자이 오사무(太宰治)다. 유난히 예민한 페가 퇴폐적이었던 그는 마흔 살을 다 채우지 못하고 사망하는 여자와 함께 두 신자살로 짧은 생을 마감했다. 가을은 '초토'(焦土)이며 그래서 '무참하다'라고 그는 썼다. 여름이 '상들리에'라고 한다면 가을은 '등룡(燈籠)'이라고 표현한 것도 그 사람이다.

언젠가 작은 국수집에서 메밀국수를 기다리다가 탁자 위에 놓인 사진을 통해 대지진으로 폐허가 된 별관에 한 여자가 지친 듯 앉아있는 것을 들여다 보고나서 그는 또한 이렇게 썼다. '나는 가슴이 타서 재가 되는 것 같이 처참한 그 여자를 그리워했다. 사나운 정욕까지 느꼈다. 비참한 것과 정욕은 등과 배 같은 것인 모양이다. 숨이 몇을 듯이 괴로웠다. 황폐한 별관에서 코스모스를 만나면 나는 또 그것과 똑같은 고독을 느낀다'

가을이 주는 감성적 갈날이 이보다 더 날카롭게 드러난 표현을 나는 아직 보지 못했다. 그러고 보면 '잎새에 이는 바람소리에도 나는 괴로워했다'고 노래한 윤동

주의 감수성도 깊은 가을 한 가운데에서 느끼는 존재에 대한 고통스러운 연민에 닿아 있었던 모양이다.

여름은 연민을 느낄 겨를이 없다. 일광은 타오르고 녹음은 무섭게 뻗어나가고

가을엔 '혼자'가 되자

대로 열어 젖혀야 하고 우두자국도 부끄러움 없이 드러내는 게 여름이다.

한낮의 시간처럼 모든 것이 아침없이 열리고 불타오르니 우리들의 영혼은 자작하는 일광 밑에서 숨을 곳이 없다. 혼자 있으면서도 고독한 것을 알지 못하고, 달려가면서도 자신이 어디를 향해 달리는지 인식하지 못하고, 소리치면서도 그 소리의 매아리가 무엇을 물리고 되돌아오는지 가려보지 못한다. 영혼은 쇠약할대로 쇠약해지고 내면의 들은 횡경막에 눌려 비지땀을 흘릴 뿐이다.

그러나, 지금 돌아보라. 낮에는 햇빛이 아직 뜨겁지만, 저물녘에 오면 어느새 풀

벌레가 울고 소슬한 바람이 분다. 흰옷을 찾아 입고 창문을 하나씩 닫는다. 그리고, 어떤 순간에 스스로 돌아보면 당신은 '혼자' 창가를 서성거리고 있다.

'그리고 나는 뺏속까지 내가 혼자인 것을 느낀다. 정말로 가을은 모든 것의 정리의 계절인 것 같다. 웃에 달린 레이스 장식을 떼듯이 생활과 마음에서 불필요한 것을 모두 떼어버려야겠다.'

선구적이었으나 고독하게 살았던 전 헤린(田惠麟)의 문장이다. 가을이 주는 첫 번째 화두는 바로 이것이다. 당신이 '혼자' 서 있다는 사실을 깨닫도록 하는

것. 이제 머지않아 나뭇잎은 물들고 들녘의 곡식은 익고 하늘은 끝간데 없이 높아질 것이다. 그때가 돼도 천지간에 당신이 한 존재로서 '혼자'라는 사실을 깨닫지 못한다면, 당신에겐 아직 가을이 오지 않은 셈이 된다. 그것은 곧 성숙하지 않았다는 뜻이다.

지난 여름에 나는 어디에 있었던가. 성숙한 가을에 '혼자'인 것을 깨닫고 나면 당연히 이런 질문이 마음 속에서 솟아날 수밖에 없다. '촛불'과 '올림픽'과 '고소영' 같은 날말들이 여름 복판을 관통하고 있는 게 보일 것이다. 성숙을 통해 혼자가 된다는 것을 과거를 깊은 성찰로 뒤돌아본다

는 것이고 동시에 현재 내가 서 있는 위치를 뛰어넘어 인식하고 포기할 수 없는 본원적인 꿈으로 앞날을 바라본다는 것이다.

가을은 그런 힘이 있다. 외부로 열린 문을 닫으면 내면의 뜰이 넓어지는 게 인지상정이다. 넓어진 내면의 뜰로 돌아가 혼자 가만히 앉아있어 보면 누구나 악을 쓰며 달려온 지난 여름의 방증과 오만과 오류와 편견도 맘없이 볼 수 있다.

내가 밟고 선 풀 한포기의 비명소리도 그 때 비로소 들리고 내가 버리고 온 옛꿈이 나를 부르는 소리로 마침내 활히 들린다. 잎새를 흔들고 가는 바람 소리가 가슴에 사무치고 오래 전 헤어진 첫 사랑의 그림자가 불현듯 들판을 덮칠 때, 그리하여 숨가쁘게 달려오느라 미처 보지 못한 내 삶의 물집들이 눈물겹게 시선 속으로 들어올 때, 바로 그런 가을에 이 아발로, 마실 나갔던 본성이 내 영혼 속으로 되돌아와 나를 깨우는 축복의 시간이다.

가을 깊어지면 그러하니, '혼자'가 되자. 혼자가 돼 보지 않고선 사람에게로, 사람에게로, 무엇보다 세상과 역사에게로 가는 길을 계속 찾지 못할 가능성이 많다. 을 가을엔 진실로 '혼자' 돼서 이렇게 당신 자신에게 들어볼 것이다.

괜찮은가. 내 삶이 지금 이대로... 좋은가"

〈작가·명지대 교수〉

※ 본문의 내용은 본지 편집방향과 일치하지 않을 수도 있습니다.

시 설

전남 조선업 '자금난 위기' 방지할 건가

전남도가 21세기 신성장 동력으로 육성하고 있는 조선산업이 위기에 봉착했다. 만들어서 팔 선박 물량이 없어서가 아니라 '돈풀'이 막혀서다. 전남 조선밸트의 핵심인 서남권 조선소 57곳 가운데 상당수가 해외 선박을 대량 수주하고 도크 건설이나 선박 건조에 필요 한 자금을 금융권으로부터 대출받지 못해 밭만 둑동 구르고 있다. 290여개 협력업체도 납품대금을 제때 못 받아 타격이 심하다고 한다.

전남도, 목포시, 목포상공회의소 등이 청와대와 정부, 정치권에 자금 지원을 건의했지만, 아직 반응이 없는 상황이다.

자금난을 방지해 해외에서 이미 수주한 수조원 상당의 선박을 인도하지 못하면 세계 1위인 우리나라 조선산업의 신뢰도가 금이 갈 수밖에 없다.

금융권이 차금 지원을 꺼리고 있는 것은 중소 조선사의 과잉투자 논란과 조선업계의 장기 호황에 대한 불신 때문이라고 한다. 하지만, 이 지역 조선업체들

는 과거에 차금을 끌어들여 전남에 큰

독자투고 환영합니다. 이름, 주소, 전화번호를 써주십시오

501-711 광주광역시 동구 금남로 2가 20-2 광주일보 오피니언 담당자/전화 062-2200-628/팩스 062-222-4918/e메일 opinion@kwangju.co.kr

Kisti의 과학향기

<한국과학기술정보연구원>



이 소영

달리기는 중독이다. 담배도, 술도, 마약도 아니고 '지루함' 달리기에서 중독이 라니? 모르는 소리, 달리기가 바로 마약이다. 좀 달려봤다는 사람들은 안다.

달리기와 중독되는지.

30분 이상 달리면 몸이 가벼워지고 머리가 맑아지면서 경쾌한 느낌이 드는데 이를 '러너스 하이'(runners high) 혹은 '런닝 하이'(running high)라고 한다. 맑아지는 4분, 길면 30분 이상 지속되기도 한다. 이 때의 의식 상태는 헤로인이나 모르핀 혹은 마리화나를 투약했을 때 나타나는 것과 유사하고, 때로 오르가즘에 비교된다. 주로 달리기를 예로

사용했다. 2시간 정도 달리기 전과 후의 영상을 비교하자 18F디프레노르핀과 진통물질 수용체의 결합이 현저히 줄어든 것으로 나타났다. 장거리를 달리면 체내 진통물질의 생산량이 증가한다는 사실이 입증된 것.

또 이 때 영향을 받은 뇌의 영역이 감정에 중요한 역할을 하는 전두엽과 변연계에 있다는 사실도 밝혀졌다. 우리의 뇌는 신체가 고통을 잊고 오랫동안 달리게 하기 위해서 엔돌핀을 분비하게 되는데, 도를 지나치면 이 엔돌핀이 주는 페好感을 못 잊어 몸이 피곤해지더라도 달리기를 계속 하게 되는 것이다.

러너스 하이

들지만 수영, 사이클, 축구, 스키 등 장시간 지속되는 운동이라면 어떤 운동에 서든 러너스 하이를 느낄 수 있다.

그렇다면 운동 중에 러너스 하이는 왜 오는 걸까? 과학자들이 러너스 하이에 관심을 갖기 시작한 것은 캘리포니아 대심리학자인 아놀드 J 맨델이 1979년 정신과학 논문 '세컨드 윈드(Second Wind)'를 발표하면서부터다. 그 뒤 러너스 하이를 경험할 수 있는 운동 시간과 강도, 방법 등에 대한 연구와 행복감의 메커니즘을 밝히려는 노력이 이어졌다.

최근 러너스 하이와 엔돌핀의 관계를 증명할 수 있는 연구 결과가 발표되었다. 뮌헨공과대학(TUM) 핵의학 헨리 뷔커(Henning Boecker) 교수팀은 운동 중 생성되는 엔돌핀의 존재를 처음으로 증명했다. 뷔커 교수팀은 10명의 육상 선수를 대상으로 2시간 장거리 달리기 전후에 양전자방출 단층촬영(PET)으로 뇌를 조사했다.

교수팀은 뇌 속에서 진통물질 수용체와 결합하는 엔돌핀과 억제하는 방사성 물질 18F디프레노르핀('18F-FDPN')을

한편 장거리 달리기가 우울증을 줄이는 즐거움을 찾는 과학자들도 있다. 운동을 일정시간 지속하면 노르에피네프린의 분비가 증가하면서 우울증이 완화된다는 것이다.

그렇다면 이 러너스 하이를 느끼려면 어떻게 해야 할까? 조금 힘겹다는 느낌이 들 정도로 너무 느리거나 빠르지 않게 달리어야 한다. 짐장 박동수는 1분에 120회 이상은 되어야 한다. 보통은 30분 정도 달리면 느낄 수 있다고 말한다. 그러나 초보자는 러너스 하이를 겨우해쳐야 부리하게 달리는 것은 금물이다. 달리는 거리와 시간을 조금씩 늘려가는 것이 중요하다.

기쁨을 느끼는 것도 좋지만 차지 미야에 빠지는 것처럼 러너스 하이에 중독되지 않도록 주의해야 한다. 또 지나치게 긴장하고 스트레스를 받고 있을 때 러너스 하이는 오지 않는다. 마라톤 선수들도 올림픽 등에서는 느끼지 못한다고 한다.

러너스 하이는 여유 있는 마음으로 달리기에 몸을 맡길 때 찾이오는 때의 순간이다.

〈과학칼럼니스트〉

농산물값 강제 인하 조치 자칫 농민들만 피해볼 수도

할인마트에 갔다. 애호박과 배추를 싸게 팔고 있었다. 정부가 물가를 잡기 위해 농수산물 20여개 품목을 지정해 값을 올리지 못하도록 해 저렴하게 판매한다는 것이다.

소비자로써 농산물값이 내린 것은 반가웠지만 이런 정책이 옳은 건지 따져볼 필요가 있을 듯하다.

애호박은 1천원 안팎이면 산다. 그런데 정부가 농산물값을 통제할 경우 유통업자들

기 고



이승옥

요즘 농어촌의 실정은 60대가 젊은 사람에 해당될 만큼 고령화가 심각하다. 주민등록상 전남지역 인구분포를 보면 농어촌 지역인 면단위는 65세 이상 노인이 평균 32%이며 어떤 면은 50%에 달한 곳도 있다. 앞으로 10년 후에는 어떻게 변할까 생각해 보면 막막하다.

이같은 농어촌의 어려운 현실을 극복하고자 전남도에서는 '행복마을' 조성 사업을 특수시책으로 선정하고 추진부서를 전국 최초로 설치해 운영하고 있다. 행복마을이란 농어촌 마을을 공동체를 복원하고 지역 주민의 전제이익을 먼저 생각해야 발전할 수 있다. 사실 어떤 단체나 조직이 살만한 지역으로 만들어 현재의 주

함께 도시민들을 농어촌에 끌어들이기 위해 '1회차 1농촌' 또는 '1도시 1농촌' 자매결연을 맺어 농어촌 체험관광을 실시하고, 한옥을 이용한 민박도 함께하면서 지역의 특산물을 직접 판매해 소득증대를 꾀하고 있다.

행복마을 조성사업은 행정기관의 지원만으로는 한계가 있다. 오히려 지역 주민들이 스스로 하고자 하는 의욕이 절대적으로 필요하다. 농어촌 지역은 도시와 달리 마을 공동체를 복원하고 지역 주민의 전제이익을 먼저 생각해야 발전할 수 있다. 사실 어떤 단체나 조직이 리더의 역할이 중요하지만 농어촌

건강과 행복 주는 '행복마을'

민들뿐만 아니라 후손들이 정착하고, 도시인까지 돌아올 수 있는 마을로 만드는 것을 말한다.

전남도에서는 이러한 여건이 조성된 26개소를 발굴해 행복마을로 지정하고 집중개발하기 위해 각종 지원을 아끼지 않고 있다. 행복마을로 선정되면 우선 마을환경개선 사업비로 5억원을 지원해주고, 개인별로 한옥 건립시 도비 2천만원의 보조(시군에 따라 2천만원정도 별도 보조하고 있음)와 저리로 3천만원을 응자해 주고 있다. 이와 함께 농촌마을을 종합개발사업 등을 페기지로 지원함으로써 마을당 40억원에서 70억원 정도를 집중 지원해 농어촌 마을이 획기적으로 발전하게 된다.

이제 10년 후 우리 마을이 건강과 행복을 주는 행복마을로 변할 것인가 아니면, 사는 사람이 없어서 사라져 갈 것인가는 지역 주민들의 의지에 달려 있다.

〈전남도 행복마을과장〉

아토피 피부염 보습제품도 보험 적용을

3살 된 딸이 있다. 잠자는 시간을 제외하곤 하루종일 깊어댄다. 아토피 때문이다.

무엇보다 마을 아픈 것은 어린아이가 마구 굽어대자 이를 못하게 하면 물어대는 것이다. 아이를 불들고 굽어댈까 아무것도 하지 못하고, 말 못하는 아이가 불쌍해 함께 운동도 많다.

더 힘든 것은 병원마다 치료법과 처방이 다르고 증상이 경미할 때 병원을 찾았지만 의사들도 뚜렷한 대처나 예방법을 알려주지 못했다는 점이다. 물론 의사가 전지전능한 것은 아니지만 병원에서 아이의 증상과 앞으로 일어날 증상을 자세히 알려주지 못하

는 동안 아이의 병증은 깊어갔다.

아토피는 천연보습제와 치료제품을 사용하고 밀리아한다. 하지만 하나님같이 보험이 안된다. 유명한 보습제는 200g에 3만5천원이나 했다.

그동안 병원비와 민간요법 등 좋다는 것들을 사들인 것만 수백만원이지만 보험 적용은 하나도 받지 못했다.

고통스러워하는 아이 앞에서 병원비 때문에 고민하는 부모의 심정을 보건당국은 알까. 아이들의 아토피에 대한 정부의 치료 대책을 바라는 마침 같은 것이다.

▲박미진·목포시 서산동

無等鼓

우리나라 행정체제는 조선 태종 13년(1413년)에 도입된 8도 제제가 기본이다. 현재의 광역자치단체-시·군·구-읍·면·동으로 된 3단계 행정체제도 조선시대 제도를 기본으로 100년 전 만들 어졌다.

그동안 행정구역 개편은 여러 차례 있었다. 그러나 일제시대에 만들어진 기본 틀을 그대로 유지하면서 경계조정이나 인구수에 따라 면에서 읍, 시에서 광역시로 승격시키는데 그쳤다. 1995년 도·농 통합을 위해 대규모로 시행된 행정구역 개편도 과정에서 인위적으로 분리했던 시·군을 다시 합치는 수준에 머물렀다.

행정구역 개편의 당면问题是 오래 전부터 정부가 중심으로 제기돼 왔다. 급속한 산업화와 교통통신의 발달로 생활여건이 크게 달라졌는데도 100년 전 확정된 행정구역 골격을 유지하는 것은 비효율적이라는 주장이 세워졌다. 국민들과 충분한 논의 없이 정치권이 서둘러서는 국론분열만 야기할 우려가 크다.

최근 민주당이 제기한 개편안에 한나라당 지도부가 화답하면서 행정구역 개편부는 통폐합되는

기초단체에 재정을 지원해주는 당근만 제시한 뒤 주민들의 자발적인 의견 수렴을 위해 10년 이상을 기다렸다. 행정체제 개편은 국가의 큰 틀을 바꾸는 중대한 문제다. 국민들과 충분한 논의 없이 정치권이 서둘러서는 국론분열만 야기할 우려가 크다.

김재열 사회2부장 ajkim@kwangju.co.kr

광주 일보		The Kwangju Ilbo

<tbl_r cells="3" ix="2" maxcspan="