

고규홍의 '나무 생각'



사람이 그리워 사람을 향해 꽃 피우는 나무

북유럽 신화에서 하늘을 떠받치며 세상을 처음 연 건 '이그드라실'이라는 나무였다. 뿌리는 용이 씹어 먹고, 어린 가지는 사슴이 뜯어 먹으며, 굵은 가지에는 용맹한 매가 깃드는 신성한 우뚝목이다. 신화 속 최고의 신인 오딘(Odin)은 이그드라실에 매달려 지혜를 얻었고, 이그드라실의 큰 가지를 이용해 사람을 창조했다. 나무로 만든 인류 최초의 조상은 오딘이 지은 아름다운 동산에서 이른 아침에 잠미 꽃잎 위에 맺히는 이슬을 먹으며 살았다.

신화에 '이그드라실'이라는 이름으로 등장하는 이 우뚝목은 물푸레나무다. 물푸레나무는 가지를 꺾어 물에 담가 두면 물을 푸르게 하는 나무다. '물푸레'라는 우리 이름도, '수청목(水靑木)'이라는 한자 이름도 그 특징에 기대어 지은 이름이다. 물푸레나무는 특히 농경문화 민족에게 매우 요긴한 나무다. 목재의 재질이 단단하면서도 탄력이 좋아 농기구의 재료로 최상급이었다. 달구지의 바퀴를 비롯해 도끼개, 도끼자루 등 물푸레나무로 지은 농기구는 최고의 가치를 보증받았다. 최

근에도 물푸레나무만큼 단단한 목재가 많지 않아, 야구 배트나 골프채의 머리 부분에는 물푸레나무를 쓴다고 한다.

활용 가치가 높다는 까닭은 물푸레나무의 수명을 단축시키는 이유이기도 하다. 쓰임새가 많다 보니 적당히 자란 나무는 목재로 베어 내 쓴다는 이야기다. 좋은 나무는 일찌감치 사람의 손에 의해 잘려 내갔으니, '못생긴 나무가 산을 지킨다'는 말이 있는 것도 그 때문일 것이다. 실제로 우리 산과 들에서 물푸레나무는 어렵잖게 만날 수 있지만, 알뜰하게 오래된 물푸레나무를 찾아보기는 쉽지 않다.

우리나라에 살아 있는 물푸레나무 가운데 가장 크고 오래된 나무는 천연기념물 제470호로 지정된 화성 전곡리 물푸레나무다. 수령 350년, 높이 20m, 줄기 둘레 6m로 남성적 근육질을 갖춘 장엄한 분위기를 갖춘 나무다. 한국전쟁 전까지만 해도 당산제를 지내던 당산나무였지만, 전쟁으로 마을이 소멸된 뒤로 버려진 나무와 다름없이 사람들로부터 멀어졌다.

사람의 기억에서 잊혀 가던 나무를 처음 찾은 건 2001년의 초가을이었다. 그 때까지 우리나라에서 가장 큰 물푸레나무는 수령 150년 높이 15m의 파주 무건리 물푸레나무로 국가 기록에 등록돼 있었다. 그러나 전곡리 물푸레나무는 규모나 수령에서 모두 무건리 물푸레나무를 압도했다. 오래도록 보존해야 할 우리나라는 생각에서 문화재청에 천연기념물로 지정해 달라고 신청한 건, 2003년 가을이었다.

겨울을 보낸 이듬해 봄에 나무에는 놀라운 일이 벌어졌다. 나중에 나무 곁에서 살아가는 팔십대 노인으로부터 들어 알게 된 일이다. 나무 곁에서 60년 넘게 살아가는 동안 나무의 꽃을 보지 못했는데, 그해 봄에 하얀 꽃을 피웠다고 했다. 이를 놓고 마을 사람들과 함께 마을에 큰 경사가 생길 조짐 아니겠느냐고 했다는 이야기도 덧붙였다. 그해 끝이 아니었다. 한해 걸려 이태 뒤인 2006년 봄에 나무는 다시 꽃을 피웠다. 그때는 문화재청의 전문가들이 3년간의 정밀 조사 끝에 전곡리 물푸레나무를 천연기념물로 지정하는 모

든 절차를 마친 직후였다.

나무도 자신을 수컷이 바라보는 사람이 있었다는 것을 알았던 거다. 깊은 적막과 고독 속에 긴 세월을 말없이 살던 나무가 드디어 사람의 내음을 알아챘다. 나무는 모진 세월을 살아오며 비바람 눈보라에 닳아빠진 줄기에 남은 온 힘을 다해 꽃단장을 했다. 그게 아니라면 전곡리 물푸레나무가 이뤄낸 두 차례의 개화를 해석할 도리가 없다. 나무가 자라는 힘 가운데 바로 사람의 관심과 애정이 있다는 깨달음을 주게 하는 이야기다.

논밭의 곡식은 농부의 발소리를 듣고 자란다고 한다. 그게 꼭 곡식에만 해당 하는 이야기는 아닐 터. 말없이, 아주 천천히 자라는 나무도 사람의 사랑을 받으며 자라는 게 틀림없다.

무더위 지나고 들녘의 은갖 곡식들이 익어 가는 계절이다. 사람의 관심이 더 필요할 때라는 이야기다. 우리에게 꼭 필요한 양분을 짓기 위해 마지막 안간힘을 다하는 나무에 관심과 애정의 눈길을 한 번 더 주어야 하지 않겠는가.

〈나무 칼럼리스트〉

의료칼럼

100세 시대, 허리 건강



최정욱 우리들병원 대표원장

우리 몸에는 머리뼈부터 골반까지 이어져 있는 척추가 있다. 이 척추는 경추, 흉추, 요추, 천추 4개 부분으로 구분되며 신체의 중심을 잡는 기둥 역할을 한다. 이러한 척추뼈 사이에는 찰싹떡처럼 생긴 구조물이 있는데 우리는 이것을 '디스크' 우리말로는 '추간판'이라고 한다. 디스크(추간판)의 겉 부분은 탄탄한 겹질(섬유륜)로 이루어져 있고, 그 속에 젤리 같은 수핵이 들어 있는 구조다. 디스크는 척추뼈들이 부딪치지 않고 부드럽게 움직일 수 있도록 도와 준다. 나이가 우리가 몸을 움직일 때 척추에 가해지는 충격을 줄여 주는 역할도 한다. 하지만 디스크에 큰 충격이 가해지거나 나이

가 들에 따라 오랜 시간 사용으로 디스크 안에 있는 수핵이 밖으로 흘러나오는 경우가 있다. 이렇게 흘러나온 수핵이 척추뼈를 관통하는 신경을 압박하게 되는데, 이러한 질환을 일반적으로 '허리 디스크' '디스크 탈출' '추간판 탈출증' 등으로 부른다.

허리 디스크가 생기는 원인은 다양하다. 대표적으로는 퇴행성 질환이 원인이지만 내 몸에 맞지 않는 운동을 무리해서 하거나 꾸그려 앉은 상태에서 무거운 물건을 드는 등 잘못된 움직임이 원인인 경우도 있다. 또한 외부적인 요인으로 추락, 낙상, 교통사고 등으로 인해 허리 디스크가 생길 수 있다.

허리 디스크 환자는 주로 40대에서 60대에 분포되어 있는데 전형적인 증상은 좌골신경통이다. 좌골신경(골반 부근 신경)을 따라 허리에서부터 엉덩이나 허벅지를 타고 종아리와 발로 이어지며 저리거나 당기는 통증을 느끼게 된다. 증상이 가벼울 때는 휴식을 취하거나 마사지와 운동 등 보존적인 방법으로 통증이 좋아질 수 있다. 하지만 통증이 2주 이상

지속되거나 저린 증상이 있다면 빠른 시일 내 병원을 찾도록 하자.

그리고 주의할 점이 하나 있다. 바로 마비 증상이 생기는 경우다. 마비 증상은 감각이 없는 것만 말하는 것이 아니다. 평소보다 감각이 떨어지는 것도 마비 증상으로 본다. 마비 증상이 생긴 경우 뒤늦게 병원을 찾기도 한번 떨어진 감각이 되돌아오기 쉽지 않기 때문에 가능하다면 이 단계로 가기 전에 병원을 찾아 치료를 진행해야 한다. 다행인 건 과거처럼 큰 수술이 아닌 간단한 시술로도 얼마든지 좋아질 수 있으므로 치료 시기를 놓치지 않는 것이 중요하다.

그렇다면 허리 디스크를 예방하기 위해선 어떤 방법이 있을까? 다양한 방법이 있지만 한 가지 사례만 보자. 40대 직장인 여성으로 건강검진을 받았는데 허리 디스크(추간판 탈출증) 판정을 받았다. 평소 허리 통증을 전혀 못 느꼈기에 스스로 의아했지만 혹시나 하는 마음에 병원을 찾았다. 정밀 검사 결과 추간판 탈출이 진행된 건 3~4년 전으로 현재는 아물어가는 중이라고 했다. 그녀는 매주

3~4일은 1시간 이상 운동을 해 왔고, 평소에도 좋은 자세를 유지하기 위해 신경을 쓴다고 한다. 이런 부분이 허리 통증을 막아주는 데 큰 역할을 한 것 같다고 얘기했다.

흔히 사람들은 좋은 자세를 유지하는 것과 운동을 별개로 생각한다. 하지만 좋은 자세를 유지하기 위해선 좋은 자세를 잡도록 도와주는 근육이 발달되어 있어야 한다. 그리고 좋은 자세를 잡도록 도와주는 근육이 발달되어 있으려면 운동을 해야 한다. 결국 앞서 살펴본 40대 직장인 여성처럼 꾸준하게 운동을 해야 하는 것이다.

한 걸음 더 나아가 내 몸에 맞는 운동을 해야 한다. 최근엔 유튜브 등 운동 방법에 대해 배울 수 있는 경로가 얼마든지 열려 있다. 하지만 운동을 시작하기 전에 내 몸에 맞는 운동이 어떤 것인지 전문가나 의사를 통해 조언을 받고 조심스럽게 접근할 필요가 있다.

100세 시대, 허리 건강은 매우 중요하다. 올바른 운동을 통해 건강한 삶을 영위하기 바란다.

社說

방치되는 농어촌 빈집 활용 대책 시급하다

인구 감소 가속화로 8000여 채에 달하는 전남 도내 농어촌 빈집이 이렇다 할 대책 없이 방치되고 있는 것으로 나타났다. 전남도에 따르면 지난해 말 기준 도내 1년 이상 거주자가 없거나 미사용 중인 주택은 8399동에 이른다. 이 가운데 철거 대상이 5676동, 활용 가능한 주택은 2723동이다.

통계상 전남 지역 빈집은 지난 2016년 1만 2093동, 2017년 9645동 등으로 감소세지만 정확한 실태 조사를 토대로 한 것이 아니어서 현실을 제대로 반영하지 못한다는 지적을 받고 있다.

빈집이 많은 가장 큰 이유는 인구 감소다. 전남 인구는 지난달 말 기준 186만 8856명으로, 지난 2016년 190만 3914명에 견줘 3만 명 넘게 줄었다. 특히 65세 이상이 20%가 넘는 초고령화 사회에 진입한 전남은 대부분 타지에 거주하는 자녀가 농어촌 주택을 물려받는데, 이를 처분하기보다 가치가 높아질 때까지 장기

보유하는 경우가 많아 빈집 증가의 원인이 되고 있다.

이들 빈집은 붕괴·화재 등 안전사고 및 범죄 우려가 높거나, 도시 미관 또는 주거 환경에 현저한 장애가 있는 지역에서 만 강제 철거가 가능하다. 하지만 민원이나 분쟁 발생 가능성 때문에 시장·군수들이 이를 기피하고 있다. 따라서 일정 기간 이상 방치되고 있는 빈집에 대해서는 시·군이 직접 매입이나 철거를 보다 손쉽게 할 수 있도록 제도를 보완하고 보상이 현실화와 철거 지원금 인상도 적극 추진해야 한다.

아울러 귀농·귀어·귀촌 등을 통해 전남 농어촌으로 돌아오는 도시민들도 늘고 있는 만큼 이들이 빈집을 주거나 창업 등에 재활용할 수 있도록 '빈집 은행제' 등 정보 제공 시스템을 구축해야 할 것이다. 빈집을 서민 주택이나 문화 공간 조성 등 도시 재생에 활용하고 있는 타 시도의 사례도 벤치마킹할 필요가 있겠다.

고려고 '성작 조작' 의혹 날낫이 밝혀내야

광주 고려고등학교의 시험문제 유출 및 성적 조작 사건을 경찰에 고발 조치한 광주 시교육청이 처음부터 '뱀주기를' 염두에 둔 것이 아니냐는 의혹이 제기됐다. 강력 대응 의지를 밝혔던 시교육청이 사법 당국에는 소수의 교사만을 한정해 고발장을 접수시킨 데다, 자체 감사에서 각종 성적 조작 행위를 적발해 놓고도 학교 책임자 등에 대한 추가 고발을 하지 않았기 때문이다.

이에 따라 경찰은 시교육청에 지난 7월 한 달간 성적 오류 사례 1500건이 적시된 고교 감사 결과 보고서를 재요청하는 공문을 발송했다. 앞서 경찰은 교육·시민 단체의 고발에 따라 고려고 교장·교감의 업무방해 혐의 등을 입증하기 위해 시교육청에 특별감사 결과 자료를 제공해 줄 것을 요청한 바 있다. 하지만 시교육청은 학생들의 개인 정보 보호를 이유로 해당 자료를 제공하지 않는 등 비협조적인 태도로 일관했다.

물론 학생들의 개인 정보를 보호해야

하는 시교육청의 입장을 모르는 바는 아니다. 하지만 고려고의 학사 운영 전반에 심각한 문제가 있었다는 감사결과를 발표해 놓고도, 성적 감사 자료를 경찰에 제출하지 않는 이유는 납득이 되지 않는다. 특히 감사 결과 발표 후 학교 관리자에 대한 추가 고발이나 수사 의뢰를 하지 않은 것도 이해하기 어렵다.

이번 고발의 부정행위는 광주 공교육에 대한 불신을 심화시킨다는 점에서 보통 심각한 문제가 아니다. 고교 내신 성적을 불신하는 분위기가 확산되면 대입을 앞둔 선량한 학생들이 직·간접적으로 피해를 볼 수밖에 없는 것이다. 다만 뒤늦게나마 광주시교육청이 경찰에 특별감사 요청한 결과 자료를 제공할 수 있도록 허용하는 등 수사에 협조하기로 했더니 다행이다. 이제 남은 것은 경찰의 강도 높은 수사다. 성적 조작 개입과 함께 불법 찬조금이나 부정 청탁 등의 의혹도 날낫이 밝혀내야 할 것이다.

無等鼓

한 건축가의 궤적을 담담히 따라가던 영화 속에 교복을 입은 남학생들이 등장한다. 환하게 웃는 아이들의 모습과 함께 화면에서 만나게 되는 건 독특한 느낌의 도서관이다. 도서관이 위치한 곳은 순천 효천고등학교. 이곳 학생들이 사용할 도서관 설계를 맡게 됐을 때 건축가는 아주 기뻐했다 하는데, 효천고에서는 도대체 어떤 인연으로 그에게 설계를 의뢰했을까 궁금증이 일었다.

영화의 주인공은 건축가 이타미 준(1937~2011, 한국명: 유동룡)이다. 일본에서는 '이타미 준'의 삶을 살았던 그는 "재산을 못 지켜도 죽보는 지켜라"는 아버지 말에 따라 평생 한국 국적을 놓지 않았다. 첫 한국 방문 때 이용한 공항 이름을 '이타미'와 절친했던 작곡가 김옥운의 '운'(禱일본식 발음 준)에서 따온 예명을 사용하는 그는, 역시 건축가이며 이번 다류 여정을 함께하는 딸의 이름도 '이화예대'를 생각하며 '유이화'라 지었다고 한다.

영화 '이타미 준의 바다'를 보며 '아'하고 탄성을 터트린 순간이 여러 번 있었다. 대학로 서울대 도서관이 철거될 때 학생들

을 기억하는 벽돌이 사라지는 게 안타까워 일본으로 가져가 사용한 일이라든지, 원래 있는 뱀나무 두 그루를 자르지 않기 위해 설계에 고심한 도쿄 '먹의 공간', 식당의 자까지 세심한 배려를 아끼지 않은 재일교포 입주자의 작은 불고깃집 '주주', 파리 기메박물관에서 동양인 최초로 개인전(2003)을 열고 작품을 한국관에 기증한 일 등등. 그의 건축 철학과 삶의 태도를 느낄 수 있는 장면들은 감동적이다. 마침 영화를 보기 얼마 전 그가 설계한 제주도 포

호호텔과 방주교회를 둘러봐서 그가 더 가깝게 조센징, 한국에선 일본으로 느껴졌지도 모르겠다.

'그 땅에서 살아왔고, 살고 있고, 살아갈 이의 삶이 융합된 집을 짓는 것이 꿈이고 철학'이라 했던 그는, 흙·돌·나무를 소재로 자연을 품고 사람의 온기가 느껴지는 공간들을 만들어 왔다. 영화에 등장하는 제주도 수(水)·풍(風)·석(石) 박물관은 그 정점에 있다.

마침 9년간 다류 작업을 해 온 정다운 감독과 만나는 행사가 오는 9월 6일 광주극장에서 열린다. 영화와 이타미 준에 대한 궁금증을 풀어 볼 수 있는 좋은 기회다.

/김미은 문화부장 mekim@

기고

늙음은 죄가 아니다



황옥주 광주수필문학회 회장

아닐 것 같은데, 서울에는 노인들 들어갈 수 없는 술집이 있다는 이야기를 들었다. 문지기가 지킨다. 도대체가 어떻게 된 술집인지 내 돈 주고도 노인이라는 이유만으로 술을 마실 수 없는 곳이 있다니 기가 찰 일이다. 돈이 만 가지 재주를 부리는 세상에 돈 있으면 어디 술 마실 곳이야 없을까만 늙었다고 내놓고 차별하고 내친다니, 그런 곳 가 볼 주제도 못 되면서, 무단히 심통이 난다.

늙음은 잘못이 아니고 죄가 아니다. 피나는 노력으로 젊음을 누린 것이 아니듯 저지른 잘못이 많아 노인이 된 것이 아니다. 태어나 죽음으로 향하는 행로에서 살아도 누구든 겪어야 하는 과정이다. 아직 늙음에 이르지 않은 젊은이들은 노인을 이해할 수 없겠지만 노인들은 젊은이들

을 잘 안다. 다 젊은 시절을 겪어 온 사람들이다. 계곡물이 흐르고 흘러 바다에 이르듯 사람의 일생도 누구나 같은 과정을 이어받으며 종착점에 이른다.

고대 그리스의 철학자 헤라클레이토스가 남겼다는 '살과 죽음, 젊음과 늙음은 같다' 혹은 '우리는 같은 강물에 두 번 들어갈 수 없다'는 말도 같은 뜻이라 생각된다. 잎 나고 꽃 피고 열매 맺고 지는 것이 나무의 일생인 것처럼, 사람도 한번 지나온 과정은 다시는 반복할 수 없다는. 그래서 노인은 '성숙'을 뜻하는 것이 '늙은 것'이 아니다. '물건이 오래되면 귀신'이라는 말이 있지만 '오래된 사람을 귀신'이라 하지는 않는다. 마당가 낡은 빗자루는 도깨비가 되지만 사람은 늙을수록 지혜로운 사람이 된다.

한자 중 늙을 뜻할 때는 알 '지(知)자를 쓰고 지혜를 뜻할 때는 '지(智)자를 쓴다. 모르는 사람이 있을까봐서가 아니라 강조하기 위해서 한 말이다. 지혜의 '지' 자에는 지식의 '지' 자에 '일(日)자가 하나 더 붙어 있다. 인간은 날(日)이 많이 지날수록 노인이 되고 노인은 지혜로운 사람으로 완성된다. 지식은 스스로로부터, 아니면 책을 통하여 금방이라도 배

울 수가 있다. 그러나 지혜는 아니다. 한 자를 만든 사람이 괜히 '지' 자 밑에 '일' 자를 더 붙여 보겠는가? 지식 많은 젊은이는 넘쳐나도 지혜로운 젊은이는 드물다.

19세에 장원급제하고 파주 군수가 되었던 고봉 맹사성은 자기 말고는 세상에 보이는 것이 없었는 것이다. 재주 자랑할 속셈으로 산속 노승을 찾아가 가르침을 청했다. "나쁜 일 하지 말고 착한 일 많이 하라"는 가르침에 고봉은 "다 아는 이런 소리나 듣자고 먼 산속까지 왔겠느냐"며 화를 내고 일어섰다. 그러자 노승은 이차나 한 잔 드시다 가라며 붙잡는다. 찻물이 넘쳐도 노승이 멈추지 않고 계속 따르자 "찻물이 넘쳐 바닥을 적십니다"하는 젊은 군수의 말에, "찻물이 넘쳐 방바닥 망치는 것을 알면서 지식이 넘쳐 인품을 망치는 것은 왜 모르십니까?"하고 늙은 스님이 조용히 타일렀다. 너무 부끄러웠던 맹사성은 서둘러 물러나다가 문지방에 머리를 부딪혔다. "고개를 숙이면 부딪히지 않습니다"

늙은 사람의 지혜는 맑은 샘물과 같다. 아무리 퍼다 써도 마르지 않아야 샘물이다. 노인은 완성이란 말과 동의어다. "노인 한 사람의 죽음은 도서관이 하나 없어

독자투고·기고 독자투고·기고를 기다립니다. 주변의 작은 이야기들, 생활의 경험, 불편 사항 등을 보내주세요. 원고를 보내실 때는 이름, 주소, 전화번호를 함께 적어 주십시오. 01)61482 광주광역시 동구 금남로 224 광주일보 오피니언 담당자 전화 062 220 0633/팩스 062 222 4918 / e메일 opinion@kwangju.co.kr

光州日報		The Kwangju Ilbo	
시장·발행·편집·인쇄인 金汝松 주필 李洪載 편집국장 金日煥			
1952년 4월 20일 創刊 1980년 11월 29일 등록번호 광주가 1(일간)		우)61482 광주광역시 동구 금남로 224	
대표전화 222-8111 / 220-0551(기사 자곡(구독 신청 배달 안내)) 광고문의 062-227-9600			
편집국안내	(대표 FAX 222-4918)	경영지원국	220-0515 문화사업국 220-0541
편집부 220-0649	문화부 220-0661	(FAX 222-8005)	(FAX 222-0195)
정치부 220-0632	체육부 220-0633	기획관리국 227-9600	업무국 220-0551
경제부 220-0663	예향부 220-0692	(FAX 222-0195)	(FAX 222-0195)
사회부 220-0652	사진부 220-0694	디자인실 220-0536	서울지사 02-773-9331
전남본부 220-0642			(FAX 02-773-9335)
*구독료 월정 10,000원 1부 500원			
본지는 신문윤리강령 및 그 실천요강을 준수합니다			