

고규홍의 '나무 생각'



도시에는 나무가 많지만...

도시에는 나무가 많다. 나무보다 큰 건축물과 조형물이 많은 까닭에 나무의 존재감은 크지 않지만, 도시의 빌딩 숲에도 나무는 많이 살아 있다. 단위면적당 개체수를 헤아리자면 산과 들이 넓은 시골에 비해 나무의 절대량은 적다. 그러나 적다고만 할 수는 없다. 가로수는 물론이고, 도심의 아파트를 비롯한 건축물 주변과 근린공원에 심어 키우는 나무의 숫자와 종류는 생각보다 많고 다양하다.

나무를 베어 내고, 아스팔트 도로를 내고, 콘크리트 빌딩을 지은 사람들은 바로 그 자리에 나무를 심는다. 보기 좋은 나무를 골라서, 보기 좋은 자리에, 보기 좋은 순서로 많이 심는다. 대형 건축물의 경우 일정한 나무를 심어 조경을 완성하지 않으면 건축물 허가도 받을 수 없기 때문이다. 원래 자라던 나무를 뽑아내고 사람의 터전을 닦은 도시에는 새로운 나무를 들여와 심어야 한다. 가능하면 값비싼 고급 조경수를 심는다. 그래서 저절로 지라는 나무들이 많은 시골보다 훨씬 다양한 종류의 나무를 찾아볼 수 있는 곳이다. 대로는 공기 정화 기능이 탁월하고

미관을 화려하게 하는 나무를 가로수로 심고, 빌딩 곁에는 사람의 눈을 즐겁게 하는 최고급 조경수를 심는다. 빌딩의 값어치를 높이는 방법이기도 하다. 결국 비슷한 종류의 나무들이 자생하는 시골에 비해 훨씬 다양한 나무가 도시에서 자란다. 이런 까닭에 개체 수는 적지만 종류는, 웬만한 시골이나 깊은 숲에 비해 훨씬 다양할 수밖에 없다. 소나무·느티나무·은행나무처럼 우리나라의 대표 수종은 물론이고, 히말라야에서 플라타너스나 마로니에 등 원래는 우리나라에서 흔히 볼 수 없었던 나무들까지 쉽게 찾아볼 수 있다.

물론 나무를 살갑게 느끼는 도시인들이 많지 않은 까닭에 나무의 존재감은 현저히 떨어진다. 나무를 많이 심는 것이 곧 나무를 사랑하는 것으로 이어지지 않는다는 이야기도 된다. 도시에서 나무의 존재감이 언제 도드라지게 드러나는가를 생각해 보면 그렇다. 단풍이 울긋불긋 물든 가을이나 화려한 꽃이 도시를 밝히는 봄에는, 누구라도 나무를 바라보고 나무 곁에 머무르게 된다. 도시가 미세먼지

로 뒤덮일 때에도 사람들은 나무를 더 심어 미세먼지를 정화해야 한다고 호들갑을 떤다.

그러나 나무의 존재감이 더 도드라지는 때는 따로 있다. 울울창창하게 자란 나뭇가지가 거리의 신호등이나 이정표 또는 상가의 간판을 가리는 때, 자연스러운 생식 과정의 결과로 슬하게 많은 열매를 떨어뜨려 고약한 냄새를 풍길 때다. 대개는 나무의 존재 자체를 성가시게 느끼며, 사람들은 나무의 존재감을 체감하는 편이다. 도시인들은 가치 없이 나무를 베어 내거나 암수를 분리시켜 수억 년 동안 이어 온 나무의 생식 과정을 왜곡시키기도 한다. 결국 도시에 나무가 많기는 하지만, 나무를 얼마나 소중한 자재로 느끼는지는 따로 이야기할 수밖에 없다.

최근 지자체마다 앞다퉈 진행되는 자기 지역만의 나무 답사 프로그램이 눈길을 끄는 건 그래서다. 지역민을 대상으로 거리의 가로수와 근린공원을 비롯해 도심의 낮은 동산에서 자라는 나무들을 살살 살펴보고 생태와 인문학적 의미를 짚어보는 프로그램이다. 우리 곁에 살아

있는 나무의 실체를 알아보고 더 가깝게 느낄 수 있는 좋은 계기가 될 수 있다. 생명체로서의 나무를 바로 인식하는 것뿐 아니라, 자신이 살아가는 지역에 대한 애정을 가지는 기회도 된다. 일거양득의 효과다.

'길 위의 철학자'로 불리는 미국의 사회철학자 에릭 호퍼는 그의 책 '시작과 변화를 바라보며'에서 '도시의 인간이 창의성을 발휘할 수 있는 최적의 환경'이라고 전제하고, '대자연의 고요보다는 도시의 압박과 소음'이 자기 삶을 돌아볼 더 좋은 상황이라고 했다. 공해와 매연, 도시의 압박과 소음은 오히려 나무의 존재감을 더 잘 느끼고 나무와 더불어 살아가는 자신의 삶을 돌아볼 수 있는 좋은 조건이라는 일갈이다.

이제 사람이 나무와 더불어 살아가는 걸 느끼기에는 도시가 더 유리하다는 이야기도 있다. 도시의 나무를 바라보는 건 결국 에릭 호퍼의 이야기처럼 도시의 사람살이에 담긴 의미와 가치를 더 살리는 일임에 틀림없다. <나무 칼럼니스트>

의료칼럼

남편은 모르는, 아내만 아는 질병 산후풍



조 성희 동신대 광주한방병원 교수

곳곳이 아프고, 온몸에 찬바람이 부는 듯 시리거나 통증이 느껴진다면 산후풍을 의심할 수 있다. 보통 산모들은 "머리부터 발끝까지 다 아프다"고 표현한다. 통증의 경우 매우 주관적인 표현이어서 산모마다 통증의 묘사가 다른데 '시리다' '화끈거린다' '저리다' '쑉쑉 쑀신다' '통증 때문에 힘이 안 들어간다' '뻣뻣하다' 등이 모두 산후풍의 통증을 표현하는 말일 수 있다.

또 자율 신경 기능 실조 증상으로 땀이 비 오듯 흐르거나 체온 조절이 잘 안 되고 시리거나 덥다고 느끼는 증상이 나타나는데, 이러한 증상을 치료하지 않고 방치하면 우울감이나 불면증 등이 나타나 산후 우울증으로까지 이어질 수 있기 때문에 주의해야 한다.

산후풍의 원인은 '산후에 바람이 들어왔다'라는 옛 그대로 산후조리를 제대로 하지 못하고 냉기에 노출됐을 때 발생할 수 있다.

최근에는 우리 어머님을 세대 때와 달리 산후조리 환경이 좋아진 덕분에 이 같은 이유보다 임신 전후 생활 습관으로 인해 비틀어진 척추, 골반이 원인인 경우가 많

다. 활동량이 적은 데다 컴퓨터나 스마트폰의 사용량이 많아 바르지 못한 자세로 오래 앉아 일을 하다 이미 척추나 골반이 비틀어진 상태에서, 출산 후 육아로 인해 관리를 제대로 하지 못하게 되면 기존의 통증과 함께 산후풍이 동반되는 것이다.

그렇다면 출산 후 관리는 어떻게 해야 할까? 출산 후 백일 동안은 에어컨과 같은 직접적인 찬바람을 쐬지 않는 것이 좋고, 산후 스트레칭으로 골반이 틀어지지 않게 신체를 바로잡아 주는 것이 중요하다.

또 산후에는 관절을 무리하게 쓰지 않아야 하며 임신중 불어난 체중 관리에 신경을 쓰는 것이 좋은데, 산후 비만은 산후풍이나 산후 우울증의 원인이 될 수 있기 때문이다.

출산 후 무분별한 민간 치료에 현혹되지 않자 '산후풍'에 대한 관심이 높아지고 있다. 산후풍에 좋다는 뜸을 과도하게 받아 온몸에 화상 자국을 입고 내원하거나 수유 중 과도한 흥삼 복용, 빈혈이 있는 산모가 호박즙만 열심히 복용하며 산후조리를 하고 있는 경우를 종종 보게 된다. 하지만 체질에 따라 복용 가능한 약제 비틀어진 척추, 골반이 원인인 경우가 많

의원에 내원해 자신의 체질이나 몸 상태를 정확하게 진단받고 치료해야 한다.

산후풍은 애 낳은 사람이 무조건 얻는 병은 아니다. 그렇다고 무작정 쉬는 것이 관리를 제대로 하지 못하게 되면 기존의 체질과 산후조리 환경을 잘 살펴야 한다.

또한 산후풍 증상이 나타나면 산후풍의 근본 원인이 냉기 접촉으로 온 것인지, 관절에 무리가 와서 온 것인지, 틀어진 골반과 척추의 문제인지, 자율 신경계의 불균형에 의한 문제 인지를 정확히 진단받고 관리하여 건강한 육아를 할 수 있다. 건강한 산모가 건강하게 육아에 전념할 수 있음을 명심해야 한다.

산후풍 자가 진단시 주의해야 할 통증으로는 전신 및 한쪽 목의 동통이나 어깨·목·통 부위의 당기는 통증, 요통·꼬리뼈 통증, 상지 부위(어깨·팔꿈치·손목 부위) 통증, 무릎·발목 관절 통증, 손발이 저린 증상, 치골·서혜부 통증, 아랫배 통증 등을 들 수 있다. 또한 월경 이상이나 무기력, 오심 및 구토, 호흡 곤란, 우울감과 불안감, 두통·어지러움, 가슴 두근거림, 건망증, 불면 등의 증상이 있을 수 있다.

기고

문화전당에서 즐긴 '30돌 광주음악제'



강은희 수필가

음악인들의 구심점이다. 벌써 서른 번째 이어지고 있는 축제의 장에 광주시민들의 관심이 차츰 증폭되고 있는 것은, 해를 거듭할수록 공연의 수준이 높아지는 것과 무관하지 않다.

이번 광주음악제를 통해 ACC의 위력을 다시 한번 실감했다. ACC와 광주음악협회의 플라보를 통해 공연의 수준이 한층 격상되었기 때문이다. 셋째 날은 성악 페스티벌 'Opera Lovers' Night'이 펼쳐졌다. '사랑한다! 미워한다!! 사랑한다?'로 사랑의 다양한 모습을 담은 아리아들이 울려 퍼졌다. 순수한 사랑인가, 사랑의 두 얼굴을 보는 가슴 아린 사랑인가, 아니면 통통 튀었던 젊은 날의 초상만 곱씹고 있는가. 사랑의 굴레에서 벗어나지 못한 채 헤매고 있는 자, 치명적인 사랑을 꿈꾸는 자. 사랑하기 딱 좋은 가을 밤, 나는 어떤 사랑을 하고 있다.

둘째 날은 아름다운 피아노의 선율과 함께 음악의 숲을 거닐었다. 그곳은 모차르트, 베버, 베토벤의 향기가 흐르는 연초록 웅덩이 같던, 고즈넉하고 호젓한 길이었다. 셋째 날은 관현악, 넷째 날은 작곡·국악, 다섯째 날은 생활 음악과 실용음악(재즈) 축제가 이어지고 마지막 여섯째 날은 ACC 시민오케스트라의 공연

으로 대단원의 막을 내렸다. 특히 ACC 시민오케스트라는 2016년 서로 다른 직업과 배경을 가진 다양한 계층의 시민이 모여 '장롱 속의 악기를 꺼내드립니다'라는 모토로 시작하였는데 벌써 4년째를 맞이하고 있단다. 남녀노소 다양한 계층이 일상에서 음악을 연주하고 감상하고 즐기며 따뜻한 광주의 소리를 선사하고 있었다. 어느 시인이 서리 맞은 감갈이삭은 내 마음을 피처럼 짝어낸다고 표현한 이 가을, 광주음악제는 광주 시민의 영혼까지 폭팍싸 안은 위로와 감동의 시간이 되었으리라.

토요일 우리는 피처럼 짙던 단풍잎 사이로 노을이 뉘엿뉘엿 지고 있는 ACC 마당을 지나 예술극장 극장2로 향했다. 공연 장소를 묻는 지인의 물음에 "도청~"이라는 답이 먼저 나오니 내 나이를 짐작할 수 있을 것이다. 그렇다. 나는 5·18 세대이다. 아직도 ACC 한 구석을 걸으니 가슴이 저릿해져 온다.

남녀노소가 손뼉 치며 즐길 수 있는 것이 재즈의 매력이다. 차분하게 자리를 잡고 앉자 앙양된듯서 결성된 밴드라는 '앙리머스'의 공연을 시작으로 수준 높은 연주가 이어졌다. 처음 보는 재즈 공연에 어떻게 반응해야 할지 우왕좌왕하는데

사회자가 나와 에티켓을 설명해 주었다. 연주자가 심혈을 기울여 개인적으로 연주를 하면 손뼉을 칠 것, 보컬이 박수를 유도하면 같이 따라 줄 것, 그러니까 음악의 마음을 열고 가슴이 시키는 대로 즐기자라는 것이었다. 특히 마지막을 장식한 박수용 재즈 오케스트라의 무대는 공연의 백미라고 할 만했다. 가슴까지 시원하게 하는 드럼의 쿵쿵거림, 영혼까지 떨리게 하는 베이스의 깊은 울림, 색소폰의 묵직한 가락, 피아노와 보컬의 감미로운 목소리, 'When I fall in love'를 부를 때는 나도 사랑에 빠져 허우적거렸다.

공연이 끝나니 밖은 어둠이 내려 희뿌연 빛을 산란하고 있었다. ACC에서 수준 높은 공연을 기획하고 있지만 광주시민과과는 조금 괴리된 느낌을 받았는데, 광주음악제를 통해 ACC와 많이 친근해진 것 같다. ACC가 광주시민과 음악인, 예술인들에게 다름없이 되는 거대한 반석 이기를 바란다. 음악인, 예술인들이 ACC와 함께 아시아에서 위상을 높이는 광주의 긍지로 성장하기를 소망해 본다.

그러하여 외지인에게 이런 말을 들으면 좋겠다. "역시, 광주는 예술의 도시야."

社說

몸서리나는 '5월 그날의 참상' 다시 확인됐다

무차별 발포로 금남로에 꽃잎처럼 스러진 시민군들. 손발이 묶인 채 체포돼 전남도청 광장에서 시신과 함께 뒤엎긴 부상자들. 쓰러진 시민에게 마구잡이로 정을 가지는 기회도 된다. 일거양득의 효과다.

'길 위의 철학자'로 불리는 미국의 사회철학자 에릭 호퍼는 그의 책 '시작과 변화를 바라보며'에서 '도시의 인간이 창의성을 발휘할 수 있는 최적의 환경'이라고 전제하고, '대자연의 고요보다는 도시의 압박과 소음'이 자기 삶을 돌아볼 더 좋은 상황이라고 했다. 공해와 매연, 도시의 압박과 소음은 오히려 나무의 존재감을 더 잘 느끼고 나무와 더불어 살아가는 자신의 삶을 돌아볼 수 있는 좋은 조건이라는 일갈이다.

이제 사람이 나무와 더불어 살아가는 걸 느끼기에는 도시가 더 유리하다는 이야기도 있다. 도시의 나무를 바라보는 건 결국 에릭 호퍼의 이야기처럼 도시의 사람살이에 담긴 의미와 가치를 더 살리는 일임에 틀림없다. <나무 칼럼니스트>

휴대전화 안 터지고 끊기고 원인부터 규명을

한국은 스마트폰 보급률 전 세계 1위 국가이다. 지난 4월에는 세계에서 최초로 5G 이동통신을 상용화했다. 그만큼 스마트폰은 우리 일상생활과 밀착돼 있어 떼려야 뗄 수 없다. 기본적인 통화는 물론 SNS 등 모든 활동이 스마트폰에서 이뤄진다.

최근 스마트폰을 사용하는 일부 광주 시민들이 불편을 호소하고 있다. 통화 중 끊음이나 끊김 현상은 물론 통화가 아예 되지 않는 경우도 있다. 직업특성상 통화량이 많은 한 사용자는 이런 통화 품질 불량 문제에 대해 이의를 제기했으나 통신사(KT)와 휴대전화제조사(삼성전자) 어느 쪽에서도 납득할 만한 설명을 듣지 못했다며 분개했다. 또 다른 사용자는 같은 문제로 고민하다 결국 휴대전화를 교체했다고 한다.

품질 불량 문제에 대해 KT는 '휴대전화 기기 문제로, 삼성전자서비스 측은 '기존 4G망에 5G망을 신규 설치하면서 나타나는 현상'이라며 책임을 서로 떠넘

기고 있다. 양사의 서로 다른 원인 파악에 휴대전화를 사용하는 시민들만 피해를 입고 있다. 이용자들은 지난 4월 전국적으로 발생한 LTE 속도 저하 현상을 예로 들어 KT의 해명에 의구심을 갖기도 한다.

한국 소비자원은 5G와 관련한 민원 접수가 이어짐에 따라 조만간 소비자 보호를 위한 관련 조사에 나서기로 했다. 이제는 무엇보다 휴대전화 불량 문제에 대한 정확한 원인 규명이 선행돼야 한다. 통신사와 휴대전화 제조사는 서로 책임을 미루지 말고 즉각 원인 규명에 나서야 할 것이다.

하루가 다르게 정보통신 기술이 발전하고 있다. 스마트폰과 같은 문명의 이기를 더욱 편리하게 사용할 수 있으려면 통신사와 휴대전화 제조사 간의 원활한 소통과 협조가 필수적이다. 전 세계에서 가장 빠르게 5G 이동통신을 상용화한 만큼 부수적인 문제점 역시 머리를 맞대고 선도적으로 풀어 나가야 할 것이다.

無等鼓

우리나라에서 아파트는 이미 대세가 된 지 오래다. 이곳저곳 아파트 단지가 들어서지 않은 곳이 없고, 여기저기 공사도 한창이다. 도시를 경제 성장의 수단으로 인식한 잘못된 정부 정책과 지방자치단체의 개발 우선 행정이 초래한 결과다. 저렴한 토지로 막대한 부를 쟁기려는 건설업체들의 탐욕, 불탈법을 넘나드는 만연한 투기 세력 등도 그 원인으로 지목된다.

사실 고층 아파트는 인구가 밀집한 도시에 적합한 시설이긴 하지만, 도처에 난립돼 도시 생명력의 근원인 '다양성'을 심각하게 침해하고 있다는 점이 문제다. 개성이나 매력 혹은 정체성이라고는 전혀 찾아볼 수 없는 시멘트 숲의 도시에서 아름다움이나 정겨움 또는 심미성이나 창조성을 기대할 수는 없는 일이니 말이다.

따라서 이제는 아파트 문제의 본질에 접근해 볼 필요가 있다. 노동자·빈민의 주거 형태였던 아파트는 유독 우리나라에서만 고급 주택으로 인식되고 있다. 선진국의 도시에서는 벽·천장·현관·마당 등을 이웃과 공유해 온전히 자신과 가족만의 공간이 되기 어렵다는 이유로 아파트

는 별로 주목받지 못한다. 이와는 달리 우리나라의 아파트 인기는 단독주택 등의 경우 주거의 질이 지나치게 열악한 데서 오는 반작용일 수도 있다는 의미다. 저층 주거 지역은 이제 노후·불편은 물론 우범 지역으로 전락한 상태다. 현 정부에서 그나마 도시 재생 뉴딜 사업이 추진되고 있지만 저층 주거지역이 모두 사라질 날도 멀지 않은 것 같다.

저층 주거지역, 동네 점포, 전통시장, 소공원, 골목길 등은 이제 광주에서 마치

참연기념물처럼 '희소성'을 갖게 됐다. 중요한 만큼 보존하고, 장려하고, 더 아름답게 만드는

(재건축·조성) 데 정부와 지자체가 보다 적극적으로 나서고 지원해야 한다. 역지로 아파트 건설이나 분양가를 억누르는 것보다 오히려 그 반대의 주거 형태인 단독주택이나 연립주택에 대해 행·재정력을 집중하는 것이 아파트 문제의 해법이라고 할 것이다. 고층 아파트 개발에 대한 공공 기여를 의무화하고, 여러 채를 가진 부유층에게 높은 보유세를 부담시키는 것도 함께 검토해 볼 만하다.

/윤현성 정치부 부장 chadol@

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(지사 직구) (구독 신청 배달 안내) 광고문의 062-227-9600			
편집국안내 편 집 부 220-0649 정 치 부 220-0632 경 제 부 220-0663 사 회 부 220-0652 전 남 본 부 220-0642	<대표 FAX 222-4918> 문 화 부 220-0661 예 향 부 220-0692 사 진 부 220-0694 체 육 부 220-0621	경 영 지 원 국 220-0515 (FAX 222-8005) 기 획 관 리 국 227-9600 (FAX 222-0195) 디 자 인 실 220-0536 서 울 지 사 02-773-9331 (FAX 02-773-9335)	문화사업국 220-0541 (FAX 222-0195) 업 무 국 220-0551 (FAX 222-0195) 서 울 지 사 02-773-9331 (FAX 02-773-9335)
※구독료 월정 10,000원 1부 500원			
본지는 신문윤리 강령 및 그 실천요강을 준수합니다			