

한국지방신문협회 공동 칼럼

光日春秋



양무진
북한대학원대학교 교수

25년 전인 1995년 이맘때쯤 당시 김영삼 대통령은 독일을 방문한 것을 계기로 북한에 대한 긴급 식량 지원 발표를 한다. 1990년대 중반 북한은 심각한 체제 위기에 직면했었다. 80년대 말 탈냉전의 격변기였다가 1994년 김일성 주석 사망과 대기근 발생, 배급제 붕괴로 식량난이 심각한 상황에 봉착하게 된 것이다. 1994년 추진했던 남북 정상회담의 기대감이 사라지고 남북 관계가 경색되는 중에 김영삼 대통령은 “식량난을 겪고 있는 북한 동포들이 곤경에서 벗어날 수 있도록 북한에 곡물을 제공할 용의가 있다”고 밝힌 것이다.

남북기본합의서 체결에도 불구하고 조문 파동으로 남북 관계가 악화일로에 있었지만, 식량 사정이 절박한 상황에 이른 북한으로서는 이를 거부할 수 없었다. 그 해 6월부터 남북 간 북경 쌀 회담이 개최되었다.

비전통적인 안보 분야의 남북 협력

수세적이고 자존심이 강한 북한은 당국 간 회담이라는 것을 피하기 위해 민간 차원에서 협의하는 형식을 요구했다. 남북의 공방 끝에 쌀 15만 톤을 원산지는 표기하지 않고 남측 선박으로 수송한다는 합의가 이뤄질 수 있었다.

이는 분단 이후 사상 처음으로 북한에 식량을 지원하는 계기가 되었으나 아쉽게도 후속 회담으로 이어지지는 못했다. 우리 측은 이 기회를 당국 간 접촉의 계기를 마련하는 데 활용코자 하였지만 북한은 최대한 비공개적으로 추진하되 식량 지원만을 확보하려 하였기 때문이다. 쌀 수송 과정에서 인공기 계양 사건, 삼선 비너스호 선원 억류 사건 등 여러 악재들이 발생해 합의 이행도 늦어졌다.

이듬해 북한은 다시 대홍수의 피해를 입고 국제사회에 지원을 요청할 처지가 되었다. 그럼에도 남한 정부에 대한 공식 지원 요청을 주저하였고 남한도 당국 간 공식 절차를 통한 협의 입장을 고수함으로써 남북 관계는 다시 깊은 수렁으로 빠질 수밖에 없었다.

북경 쌀 회담은 탈냉전 직후 발생한 남북회담사의 중요한 한 장면이다. 대부분의 모든 것들은 시간이 바뀌면 변화하지만 과거나 지금이나 변화하지 않는 것이 있다면 북한의 근본적인 대남 인식이라고 판단된다.

흡수통일에 대한 불안감과 이에 따른 수세적인 대응이 그것이다. 자존감 때문에 어려워도 지원을 요청하지 않는다. 김대중 대통령의 햇볕정책과 문재인 정부의 평화 프로세스에서는 우리의 대북 정책 목표가 북한을 붕괴시키는 데 있는 것이 아니라는 점을 명확히 했다. 북한은 스스로라기보다는 우리 쪽의 이질립에 따라 서서히 남북대화에 나오기 시작했고 우리도 북한의 자존심을 지켜 주면서 남북 관계를 우리가 원하는 방향으로 만들어 나갈 수 있었다.

요즘 전 세계적으로 코로나19로 인한 시련이 계속되고 있다. 코로나19 확산에 대한 북한 내 상황이 불확실한 국면에서 여러 추측들도 난무하고 있다. 북한 당국도 국가 비상 방역체계를 세우고 주민들의 이동을 통제하고 있으며 해외 감염 사례들을 실시간으로 주민들에게 전달하고는 있다.

하지만 국경 유입과 외부 정보 차단을 엄격히 시행하고 있어 내부 사정을 알기 어렵다. 북한은 진짜 코로나19의 안전지대일까?

이점에 남북 간 방역 협력, 보건 협력의 필요성도 제기되고 있다. 개성공단을 통해 우리도 부족한 마스크를 제조하고 북한에도 지원하자는 제안들도 눈에 띈다. 북한의 상황이 어떤지 모르겠지만 영

분과 자존심을 중요시하고 고난의 행군과 자력갱생의 방식에 익숙한 북한은 우리 쪽에 협력이나 지원을 먼저 요청하지는 않을 것이다.

우리가 초국가적 방역 협력의 문제를 남북 관계 개선의 기회로 삼기 위해서는 타이밍이 중요해 보인다.

먼저 우리 내부의 코로나19 극복 노력에 우선이다. 다행히도 이번 주를 중심으로 확진자 증가세가 눈에 띄게 줄고 있다. 국민들이 단합한 결과이다. 조속한 시일 내에 코로나19 정상지대로 변화하기를 기대한다. 다음으로는 국제적인 확진자 증가에 대비하여 코로나 바이러스가 재유입되지 않도록 조심하고 또 일치 단결하는 것이 중요하다.

나아가 남북 접경지역부터 시작하여 북한 내부의 감염병 퇴치, 보건 의료 분야 협력을 위한 남북 간 대화를 모색하는 것이 필요하다. 북한은 우리와의 협력에 공식적으로 응하지 않을 것이다. 그러나 이미 남북 정상 간 친서가 오고 갔다. 과거처럼 사건이 나쁜 것만은 아니다. 우리가 코로나를 극복하는 과정에서의 노하우를 북한 지역에 전달하고, 필요한 인도적 지원을 강구하는 가운데 북한이 빚장을 연다면, 코로나19와 같이 비전통적 인 안보 분야의 남북 협력을 이끌어 낼 수 있을 것이다.

社說

‘혁신도시 시즌 2’도 광주·전남 상생 정신으로

정부의 공공기관 2차 이전을 놓고 수도권을 제외한 전국 광역 자치단체가 유치전에 뛰어들었다. 공공기관 2차 이전은 2007년 공공기관 1차 이전으로 혁신도시가 조성된 바 있어서 흔히 ‘혁신도시 시즌 2’로 불린다. 당시 광주시와 전남도는 타 시도와는 달리 공동 유치전에 나서 나주 빛가람혁신도시에 한전과 한국농어촌공사 등 16개 기관을 유치함으로써 전국 유일의 공동 혁신도시를 조성했다.

확정된 것은 아니지만 혁신도시 시즌2 이전 대상으로 거론되는 공공기관은 215곳인 것으로 알려졌다. 이미 과거 혁신도시 시즌1으로 인구 증가와 지역 인재 채용 증가 등 혁신도시 효과를 체감한 광역 자치단체들은 2차 공공기관 유치에 사활을 걸고 있다. 특히 혁신도시 시즌 2 유치전에는 시즌1에서 제외됐던 대전·충남도 가세해 더욱 치열한 유치 경쟁이 벌어질 전망이다.

하지만 광주시와 전남도는 과거와 달리 이번에는 개별적으로 시즌2 유치전에 나서고 있다. 광주시는 한국에너지기술평

가원 등 35개 기관을, 전남도는 해양환경공단 등 22개 기관을 유치 대상으로 정했다. 문제는 광주시와 전남도가 타 시도와 마찬가지로 개별 유치에 나서면서 정보 공유를 전혀 하지 못하고 있다는 점이다.

이는 공동 혁신도시를 조성한 상생 정신에도 맞지 않을 뿐만 아니라 효율적인 유치 전략 측면에서도 실패할 가능성이 높다. 유치 기관을 어디에 둘 것인가를 두고 광주시와 전남도의 셈법이 다르기 때문에 개별 유치전을 벌이는 것을 아주 이해하지 못하는 바는 아니다. 그렇지만 일단은 파이를 키우는 게 중요하다.

시즌1으로 호남에 이전한 기관은 전체의 10%로 충청권(24%), 영남권(20%)에 비해 적었다. 따라서 시즌2에 선 광주·전남에 더 많은 기관을 유치할 수 있도록 정부를 상대로 명분을 제공하는 것이 중요하다. 그러기 위해선 상생이란 공동 혁신도시 정신을 살리고 정보를 공유해 유치전에 나서야 한다. 유치한 기관을 한 곳에 모을 것인지 여부는 나중의 문제다.

‘병상 나눔’으로 더욱 돈독해진 ‘달빛 동맹’

“저희 아들이 광주에서 살고 싶다고 하네요.” 광주 빛고을전남대병원에서 치료받던 대구의 코로나19 확진자 A씨 가족 네 명이 엇그제 완치 판정을 받고 퇴원한 뒤 광주 시장에게 보내 온 문자 메시지 내용 중 일부다. 이들은 광주 의료진의 살뜰한 보살핌에 진심으로 고마움을 느낀다고 했다.

A씨는 “대구에서 광주에 올 때만 해도 불안한 마음이 가득했다”면서 “하지만 병원 도착 전 미리 전화를 주시는 배려와 병원에서 따뜻하게 맞아 주시고 위로와 격려를 해 주 너무 감사했다”고 밝혔다. 이어 “병원에 있는 동안 의사 선생님과 간호사 분들께서 방호복을 입고 힘들게 일 하시면서도 우리 아이들에게 해 준 따뜻한 말 한마디가 큰 힘이 됐다”면서 “아이들에게 간식까지 챙겨 주시는 작은 배려에 아이들은 불안했던 마음을 달랠 수 있었다”고 의료진들에게 감사의 뜻을 전했다.

코로나19 확산으로 전국적으로 병상 확보에 비상이 걸린 상황에서 광주의 ‘병상 나눔’은 여러 모로 뜻깊은 일이었다. 광주에서도 확진자가 발생해 위기감이 고조되고 있음에도 과감하게 병상을 대구 시민에 개방, 성공적으로 치료를 마치고 환자 가족을 대구로 돌려보냈기 때문이다. 피와 주먹밥을 나눴던 광주의 5월 정신이 코로나로 인해 다시 살아난 것이다.

현재 빛고을전남대병원에는 코로나19 대구 지역 확진자 15명이 치료를 받고 있다. 이들이 시련과 역경에서 벗어날 가정으로 복귀할 수 있도록 다시 한 번 시민과 의료진이 힘을 모아야 할 때다. 아울러 이번 ‘달빛(달구벌·빛고을) 동맹’의 ‘병상 나눔’이 정치인들이 만들어 놓은 영·호남 대립 구도와 갈등의 벽을 허무는 계기가 되었으면 한다.

종교칼럼



김원명
광주원음방송 교무

살아있는 것은 부드럽다. 죽는다는 것은 딱딱하게 굳어가는 과정인지도 모른다. 딱딱한 손보다는 부드러운 손이 더 많은 것을 느끼며 마음 역시 마찬가지다. 돌처럼 딱딱한 마음으로는 부드러운 봄바람을 느낄 수 없고, 조급한 마음으로 어린 아이의 느린 걸음마를 제대로 느낄 수 없다. 무엇으로 가득 찬 마음, 다급한 마음으로는 다른 사람의 마음을 느낄 수 없으며 그로 인해 피해를 보는 수도 허다하다.

한 사나이가 사막을 지나고 있었다. 끝없이 펼쳐진 모래 산들과 뿔뿔이 찢어지는 햇볕에 그는 점점 지쳐가고 있었고 급기야는 비상용으로 가져온 물도 떨어진 지 오래였다. 얼마나 걸었을까. 너무 지쳐서 더 이상 걸을 수 없었을 때, 저 앞에 펌프 하나가 눈에 띄었다. 그는 너무 기

이런 마음이면 좋겠다

뻘 손살갈이 뛰어가 펌프를 움직였으나 물이 나오지 않아 실망한 나머지 그 자리에 털썩 주저앉아 버렸다.

그런데 펌프 옆에 있는 작은 바위 밑에 물병이 하나 놓여 있었는데 그 안에 물이 들어있었다. 사나이는 허겁지겁 뚜껑을 열고 물을 마시기 시작했다. 그 물은 갈증을 해소시키기에 충분하지 않았다. 갈증이 심해진 사나이는 숨겨진 물이 더 없을까 하고 여기저기 뒤져 보았지만 물은 더 이상 없었다. 정신을 차려 보니 펌프에 작은 강통 하나가 달려있고 거기에 이렇게 적혀 있었다.

“펌프는 물을 뿜어낼 수 있는 완제품입니다. 지하에는 물이 충분합니다. 하지만 이 펌프를 사용하려면 먼저 펌프를 물로 적셔야 합니다. 그래서 여기에 펌프를 시동할 만큼의 물을 준비해 놓았습니다. 펌프 옆에 있는 흰 바위 밑을 들치면 물병이 있을 것입니다. 그 물은 겨우 펌프를 적실 수 있는 정도입니다. 먼저 4분의 1만 부어 안에 있는 가족을 적시도록 하세요. 그 후 나머지 물을 조금씩 부으면 서 힘 있게 펌프질을 하면 물을 얼마든지 얻을 수 있습니다. 그리고 펌프를 다 쓴 후에는 전과 같이 다시 병에 물을 넣고 잘 봉한 뒤 처음 놓여 있던 바위 밑에 넣

고 편지와 강통도 다시 손잡이에 달아 놓으세요. 추신: 만일 폭마르다고 병의 물을 먼저 마셔 버리면 당신은 물론 다음 여행자도 이 펌프를 사용할 수 없을 것입니다.” 편지를 다 읽은 사나이는 그 자리에 털썩 주저앉았다.

사람이 다급할수록 마음을 잘 챙기기가 어렵다. 그래서 그 순간 감정을 해버리기에 실수를 하고 실수가 영원히 돌이킬 수 없는 수렁으로 빠지는 경우가 많다. 매순간 그럴 수는 없지만 기회가 왔을 때는 차분하게 대처하는 현명함이 있어야 한다. 그래서 원불교 교조인 소태산 대종사(박종원 1891~1943)께서도 “은전(緣全)한 생각으로 취사(取捨)를 하라”고 하셨다. 여유란 모든 상대와 사물을 냉철하게 바라 볼 수 있는 마음을 갖게 해준다. 거기에서 바른 판단이 나오고, 바른 판단을 할 때 바른 취사를 하게 되고, 바른 취사를 하면 일을 성공적으로 마치게 되고 이런 마음의 소유자가 큰 일을 하는 것이다. 원불교 대종경(법문을 절집한 경전)에 소태산 대종사께서 제자들에게 인사를 받았신 후 “내가 오늘 여러 사람에게 인사를 받았으니 세속 사람들 같은 음식이나 물건으로 답례를 하겠으나, 나는 돌아오는 난세를 무사히 살

아갈 비결(秘訣) 하나를 일러 줄 터인데 보감을 삼으라” 하시고 선현(先賢)의 시 한편을 써 주셨다.

‘처세에는 유한 것이 제일 귀하고(處世柔爲貴) 강강함은 재앙의 근본이니라(剛強是禍本), 말하기는 어눌한 듯 조심히 하고(發言常微訥), 일 당하면 바보인 듯 삼가 행하라(處事當如癡), 급할수록 그 마음을 더욱 늦추고(急地尙遲緩), 편안할 때 위태할 것 잊 말아라(安時不忘危), 일생을 이글대로 살아간다면(一生從此語), 그 사람이 참으로 대장부니라(眞個好男兒).’ 한 글이요, 그 글 끝에 한 귀를 더 쓰시니 ‘이대로 행하는 이는 늘 안락하리라(右反而行之者常安樂)’고 하셨다.

몸과 마음이 편안하고 즐거운 우언가를 느낄 수 있고 온전한 생각으로 산다는 것은 행복한 일이다. 슬픔을 느껴서 불행한 것이 아니다. 느껴야 할 슬픔을 못 느끼는 것이 더 큰 불행일 것이다. 차가움을 느낄 수 있으면 따뜻함도 느낄 수 있다. 차가우면 차갑다고, 따뜻하면 따뜻하다고 느낄 수 있는 것, 내 존재의 온전함을 증명하는 크나큰 행복이다.

만물이 소생하는 봄을 맞아 새로운 시작, 이런 마음으로 일관했으면 좋겠다.

無等鼓

‘코로나19’ 극복을 위한 기부가 줄을 잇고 있다. 유명인이나 연예인들은 수익원에 이르는 기금을 선뜻 쾌척하고, 보통 사람들도 돼지저금통을 털어 나온 동전을 아낌없이 내놓는다.

진정한 기부와 정성이 무엇인지를 알려 주는 일화로는 불교 경전에 나오는 ‘빈자일등’이 유명하다. 빈자일등(貧者一燈)은 “가난한 자의 등불 하나”라는 뜻이다. 불경인 ‘현우경(賢愚經)’의 ‘빈녀 난타품(貧女難陀品)’에 보인다.

석가모니가 사위국(舍衛國)에 머물고 있을 때의 일이다. 국가는 비탄한 신하와

빈다 빈자일등(貧者一燈)이란 말이 나왔다. 어떤 일을 함에 있어 물질의 많고 적음보다는 정성과 마음이 소중하다는 뜻이다.

성경에 나오는 ‘가난한 과부의 동전’도 유명하다. ‘빈자일등’과 흡사한 내용인데 루가 복음에 보인다. 어느 날 예수님이 헌금함에 부자들이 돈을 넣는 것을 보고 계셨는데, 마침 가난한 과부 한 사람이 작은 동전 두 닢을 넣는 것을 보시고 이렇게 말씀하셨다. “내가 진정으로 너희에게

말한다. 헌금함에 돈을 넣은 사람 가운데, 이 가난한 과부가 어느 누구보다도

많이 넣었다. 모두 넉넉한 데서 얼마씩을 떼어 예물로 넣었지만, 이 과부는 가난한 가운데서 가진 것 모두를 바친 것이다.”

동전을 모아 1억 원을 만드는 것은 쉽지 않을 것이다. 하지만 많은 사람이 참여하면 못 이룰 바도 아니다. 누군가 기부한, 비닐봉지에 동전이 가득 담긴 사진 뉴스를 보면서, 국민 한 사람 한 사람의 온정이 모이면 코로나19와 같은 국가적 위기 상황도 금방 극복할 수 있을 것이란 생각이 든다. /재희총 사회부장 chae@

빈자일등(貧者一燈)

많은 것을 바친 것이다. 누군가 기부한, 비닐봉지에 동전이 가득 담긴 사진 뉴스를 보면서, 국민 한 사람 한 사람의 온정이 모이면 코로나19와 같은 국가적 위기 상황도 금방 극복할 수 있을 것이란 생각이 든다. /재희총 사회부장 chae@

기 고

쌀은 최고의 다이어트 음식이다

다. 여기마다 기초 대사량이 떨어지면 조금만 먹어도 쉽게 살이 찌는 체질로 변할 수 있다고 전문가들은 경고한다.

체중을 감량할 때 적당량의 쌀밥과 여러 가지 반찬을 위주로 하는 식단은 규칙적인 식사를 유도하고 포만감이 생겨 과식을 막아 주는 역할을 한다. 보편적인 상식과는 달리 쌀밥을 병행한 식단이 다이어트에 도움이 된다는 얘기가. 특히 쌀밥은 공복감이 오지 않도록 예방하기 때문에 다이어트의 최대의 적인 요요현상도 막아주는 일석이조의 효과를 누릴 수 있다는 점을 강조하고 싶다.

미국 듀크대 의대는 약 70년간 흰쌀 다이어트 프로그램을 운영해 오면서 의미가 있는 결과를 얻어 냈다. 프로그램에 참여한 4주간 평균적으로 여성은 8.6kg, 남성은 13.6kg 감량 효과를 거뒀다. 더 놀라운 점은 참가자 가운데 68%가 1년 뒤에도 몸무게를 유지하고 있어 요요현상을 막아주는데도 쌀이 효과가 있음을 입증했다.

에트 효과’에 주목하고 다양한 연구를 진행하고 있다. 분당서울대병원에서 한국인 1만 9000명을 대상으로 실험한 결과 밥을 적게 섭취하는 사람들의 단백요, 고혈압, 당뇨병에 걸릴 확률이 각각 54%, 43%, 43% 낮게 나왔다. 밥을 적게 먹는 사람들이 간식 등을 많이 섭취하는데 과자류 등은 쌀보다 나트륨 함량이 더 높은 것이 원인의 하나로 지적된다.

고혈압 치료제가 개발되기 전인 1930년대에는 환자에게 쌀을 처방했다는 기록도 있어 오래전부터 쌀이 건강식으로 인정받았다는 점을 방증한다.

최근 농촌진흥청과 고려대학교가 공동으로 국산 ‘도담쌀’을 연구한 결과 ‘도담쌀’을 꾸준히 섭취하면 지방 감소 효과를 낼 수 있다는 점을 밝혀냈다. 당노가 걸린 쥐에 5주 동안 ‘도담쌀’ 사료를 먹이면 지방 세포의 크기와 우리 지방산(지방 세포가 운동 등으로 분해돼 혈액으로 방출되는 지방 성분) 농도가 감소했다는 것이다. 이 기간 체지방을 분해하는 미생물군비율은 증가하는 한편, 비만

을 유발하는 장내 미생물은 줄어드는 경향이 발견됐다.

농협에서는 지난해 대학생, 직장인 등 젊은 층을 대상으로 쌀과 다이어트에 대한 이해를 높이고 우리 쌀에 대한 관심을 유도하기 위한 영양을 삼성서울병원과 함께 제작하고 유튜브 채널에 공개했다. 이 영상에서 개그맨 김대범씨와 일반인 도전자가 총 4주 동안 쌀 다이어트 프로젝트를 진행하는 과정을 담았다. 4주간의 쌀 다이어트를 마친 결과 김대범씨는 약 5kg, 일반인 도전자는 약 10kg의 체중을 줄였을 뿐 아니라 고지혈증, 당뇨, 지방간이 개선되는 효과까지 얻을 수 있었다.

쌀밥에 대한 오해와 다양한 대체 음식으로 쌀 소비가 해마다 줄고 있어 전남 농협에서는 하루 세끼 공깃밥을 먹자는 뜻에서 ‘함께해요! 130 운동’을 전사적으로 추진하고 있다. 앞으로 많은 사람들이 참여해 평소 건강을 지키고 농가 소득을 높여주는 데도 기여했으면 하는 바람이다.

光州日報		The Kwangju Ilbo	
시장·발행·편집·인쇄인 金汝松 주필 李洪載 편집국장 崔宰豪			
1952년 4월 20일 創刊 1980년 11월 29일 등록번호 광주기 1(일간)		우)61482 광주광역시 동구 금남로 224	
대표전화 222-8111 / 220-0551(기사 자곡(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 세 울 지 사 02-773-9331 (FAX 02-773-9335)	문화사업국 220-0541 (FAX 222-0195) 업 무 국 220-0551 (FAX 222-0195) (FAX 222-0195) 세 울 지 사 02-773-9331 (FAX 02-773-9335)
※구독료 월정 10,000원 1부 500원			
본지는 신문윤리강령 및 그 실천요강을 준수합니다			