

고규홍의 '나무 생각'



자작나무의 겨울나기 비결

사람의 발길이 줄어든 겨울 숲에 바람이 차다. 모든 생명이 움츠러드는 겨울, 나무는 맨살로 거센 바람을 이겨 내야 한다. 추위를 견뎌 내는 비결이야 나무마다 제각각 다르겠지만, 추위를 아주 잘 견디는 나무로는 자작나무만 한 것도 없다. 자작나무는 오히려 하얀 눈이 쌓인 겨울 풍경에 더 잘 어울리는 나무다.

자작나무는 우리 국민이 좋아하는 나무이지만, 중부 이남에서 저절로 자라는 나무는 없다. 함경도와 평안도 지역이 자작나무가 자랄 수 있는 남방한계선이다. 평안도의 시인 백석은 '백화'(白樺)라는 짧은 시에서 '산골 집은 대들보다 기둥도 문살도 자작나무'라며 자신이 사는 평안도 산골이 '온통 자작나무'라고 쓰기도 했다. 자작나무로 둘러싸인 풍경의 산골을 지금 가 볼 수는 없지만 상상만으로도 환상지경에 빠지게 된다.

흰빛이 나는 줄기를 가진 나무는 자작나무 외에도 몇 가지가 더 있다. 흔히 '자작나무 삼형제'라고 부르는 자작나무과의 나무로, 사스래나무와 거제수나무가 그것이다. 역시 추운 기후를 좋아하는 나무여서, 태백산이나 설악산 등 백두대간의 높은 산에서 자란다. 하지만 개체 수가 많지는 않다.

자작나무를 좋아하는 사람들이 많다 보니, 중부 이남 지역에서 자작나무를 심어 키우는 곳이 적지 않다. 경북 봉화의 국립 백두대간수목원도 자작나무원을 조성해 자작나무를 집중적으로 심어 키우는데, 관람객

으로부터 호평을 받고 있다. 또 약 30헥타아르 규모에 이르는 영양 수비면 자작나무 숲도 지자체 및 관련 기관의 집중적인 육성으로 관심을 모으고 있다.

널리 알려진 것으로는 강원도 인제 원대리 자작나무 숲을 꼽을 수 있다. 산림청이 1989년부터 138헥타아르(약 41만 평) 규모의 산지에 69만 그루의 자작나무를 심어 키운 아름다운 숲이다. 이 숲은 원래 소나무가 무성했는데, 소나무재선충이 발생하자 모두 베어 내고 자작나무를 심어서 30년 만에 명품 숲을 이루어 냈다. 위기를 기회로 바꾼 사례다.

자작나무라는 이름은 자작나무의 가지를 불에 태울 때 '자작자작' 소리를 낸다 해서 붙었다. 마찬가지로 불에 탈 때 '광광' 소리를 내는 나무여서 광광나무라고 부르는 나무도 있다. 두 나무 모두 같은 유래로 붙은 이름이지만, 자작나무라는 이름은 묘하게 고급스러운 느낌을 준다. 여러모로 좋은 느낌의 나무이지만 아쉬운 점도 있으니, 평균수명이 그리 길지 않다는 것이다. 자작나무는 대개 100년쯤 살면 수명을 다한 것으로 본다. 천년을 사는 소나무나 느티나무·은행나무와 비교하면 많이 아쉬움이 남는다.

종이가 흔하지 않던 시절에는 자작나무 껍질을 벗겨 글을 쓰는 데도 많이 이용했다. 0.2밀리미터 정도로 얇게 잘 벗겨지는 껍질을 불경을 새기거나 그림을 그리는 데 안성맞춤이었다. 이를테면 경주 천마총에서 나온

천마도(天馬圖) 역시 자작나무 껍질에 그린 그림이라고 한다. 자작나무의 영문 이름 버취(Birch) 도 '글을 쓰는 나무 껍질'이라는 뜻이다.

자작나무가 영하 30도의 추운 날씨에도 버터 낼 수 있는 비결이 바로 이 줄기 껍질의 특징에 있다. 얇은 껍질은 여러 겹으로 자작나무 줄기를 둘러싸는 데다 기름 성분까지 들어 있어서 보온 효과를 극대화한다. 혹한의 추위를 버틸 수 있게 하는 이 기름 성분은 자작나무 줄기를 썩지 않게 하는 기능도 한다.

기름 성분이 들어 있다 보니 불에 잘 붙는 자작나무를 사람들은 불쏘시개로 쓰기도 했다. 그러나 아무리 자작나무가 많이 자라는 지방이라 해도 자작나무 기름을 뽑아내기는 쉽지 않았던 모양이다. 결국 사람들은 애써 모은 자작나무 기름을 소중히 보관했다가 귀한 행사에만 사용했다. 자작나무 기름을 가장 많이 이용하는 때가 바로 혼인 잔치였다. 잔치를 상서롭게 진행하기 위해 밝히는 촛불의 기름으로 쓴 것이다. 자작나무 '화'(樺) 자를 이용한 '화촉'(樺燭: 자작나무 껍질로 만든 촛)이란 단어가 만들어진 근원도 여기에 있다.

그리고 보니, 화촉을 밝혀야 할 일까지 나중으로 미루는 일이 벌어지는 날들이 이어지는 요즘이다. 편안한 마음으로 화촉을 밝힐 수 있는 날이 빨리 다가오기를 간절히 기다려 보는 '자작나무의 겨울'이다.

〈나무 칼럼니스트〉

기고

영광 갯벌 천일염 고급화 전략이 답이다



김준성 영광군수

배추 수입 증가, 값싼 수입 소금의 증가 등으로 인해 국내산 천일염 소비가 크게 줄었고 풍력·태양광 개발로 폐전이 확산되어 염전 종사자마저 감소하고 있다. 지난해 7월 말 천일염 산지 가격은 kg당 145원으로 2011년 525원에서 8년 새 72.4% 하락했다.

이처럼 소금 산업이 위기에 봉착하자 영광군은 전국 지자체 중 최초로 천일염 수매 사업에 나서 4000t을 수매했다. 천일염 수매제 효과는 곧바로 산지 가격 상승으로 나타났다. 2019년 7월 말 수매 당시 한 포대(20kg) 값이 2500원이었는데 8월 말에는 3400원, 9월 초 3700원, 10월 초 4500원으로 가격과 수입이 안정화되는 등 가시적인 성과를 내 현지 생산 아가로부터 좋은 평가를 받았다.

수매제와 병행해 지난 2018년 제정된 조례를 근거로 천일염 생산자 보호를 위해 군비로 경영 안정 자금 1억 5900만 원을 대상 아가 103호에 면적별로 차등 지원했다. 여기에 6월 말부터 유래없는 장마로 피해를 입은 천일염 생산자들에게 경영 안정 등을 위해 군비 3억 4300만 원을 추서 명절 전에 지급해 호평을 받았다.

하지만 한시적인 지원으로는 이러한 천일염 사업의 위기를 극복하기 어렵다는 판단에 영광군은 '영광 갯벌 천일염 고급화 전략'을 수립·시행하기로 했다. 그 첫 번째 조치로 선조들의 지혜가 깃든 전통 저장 방식을 살리기 위해 지난 12월 7일 염산면 일원에 천일염 빗짚 가마니 장기 저장 시설 네 동을 설치했다. 연간 800여 t을 저장해 3년 숙성시킨 후 유통시킬 예정이다. 나아가 앞으로 저장 시설을 20여 동으로 확대해 영광군에서 생산되는 2만여 t의 소금을 빗짚 가마니에 저장 후 출하

하는 야심찬 계획을 구상하고 있다.

천일염 빗짚 가마니 장기 저장 시설은 우리 조상들의 전통 보관 방식인 빗짚 가마니에 착안하여 불어오는 바람과 건강할 햇빛을 이용한 통기·통수로 간수를 제거한다. 빗짚은 기본적으로 소금이 갖고 있는 염수를 흡수하여 머금고 있다. 또한 소금이 건조할 때는 빗짚이 함유하고 있는 수분이 소금을 축축하게 함으로써 시나브로 염수를 제거함과 동시에 감칠맛 나게 하는 비밀이 숨겨져 있다. 3년 동안 빗짚 가마니에서 숙성된 소금을 20kg 규격 가마니 판매는 물론 소포장으로도 유통함으로써 '천일염 출하 조절 효과'와 '가격 안정성 확보'라는 두 마리 토끼를 잡을 방침이다.

특히 빗짚 가마니로 생산된 천일염은 기존 천일염보다 간수가 잘 빠져 깔끔한 맛이 난다. 옛말에 '지푸라기라도 잡고 싶은 심장'이란 말이 있다. 지푸라기는 연약하지만 여러 줄이 모아 엮어지면 강력한 힘을 발휘한다. 이처럼 민·관이 어려움에 처해 있는 천일염 산업 활성화 위해 머리를 맞댄다면 천일염 산업의 어려움을 거뜬히 극복해 나갈 수 있다고 본다. 메주는 꼭 빗짚으로 엮는다. 발효 과정 중에 '고초균'이라는 성분이 특유의 맛과 냄새를 내는 동시에 원료 대두의 당질과 단백질에서 유래된 끈적끈적한 점질 물을 생성하여 맛있는 메주가 되는 것이라고 한다.

천일염 빗짚 가마니 장기 저장 시설 확충 등 고급화 전략을 성공적으로 집행하고 이를 통해 고품질 천일염 생산과 부가가치화, 시설 현대화, 적극적인 홍보·판매 마케팅 등까지 뒤따라다면 영광 천일염은 국내를 벗어 나 글로벌 브랜드로 성장할 것이라고 자신한다.

의료칼럼

내 몸안의 건강 적신호 '냉적'



김재홍 동신대광주한방병원 침구의학과 교수

'냉적'은 체간을 유지하고 내장을 보호하는 코어 근육이 감싸고 있는 중완(中腕) 부위(명치-배꼽 중간 지점), 천추(天樞) 부위(배꼽 양옆 2~3cm), 관원(關元) 부위(배꼽-치골결합 중간점)에 주로 발생한다.

원인은 지나친 스트레스와 차가운 환경 등이다. 우리 몸에 영양소와 산소, 백혈구 등 면역 물질을 전달하는 혈액의 흐름이 스트레스와 추위 때문에 불규칙하게 되면서 혈액 순환이 안 되는 곳과 차가워진 부위에 병이 생기는 것이다.

'냉적'은 식체, 소화불량, 복통, 오심, 구토, 변비, 설사, 생리통, 생리불순, 질염, 방광염, 빈뇨 등의 국소 증상과 오한, 무기력, 피로감, 수족냉증, 면역력 저하로 감기가 쉽게 걸리는 등의 전신증상이 발생할 수 있다.

냉적은 열 게 주요 지표 증상 중 다섯 개 이상이 나타나면 판단할 수 있다. 주요 증상 중 첫째는 다른 사람에 비해 몸이 차다고 느낀다. 둘째는 손발 아랫배나 다른 신체 부위가 차서 거부감이 크다. 셋째는 추위로 겨울 나기가 힘들다. 넷째는 냉방에도 견디기 힘들고 고생한다. 다섯째는 허리, 무릎, 손목, 발목이 시려 힘들 때가 있다. 여섯째는 쉽게 피곤해지고 쉬어도 회복이 안 된다. 일곱째는 여름도 아닌데 항상 식욕이 없다. 여름

째는 감기에 잘 걸리고 잘 낫지 못도 않는다. 아홉째는 대변이 무르고 화장실에 자주 간다. 열째는 생리통이 심하고 생리 주기도 불규칙하다 등이다. 이중 다섯 개 이상이 해당되면 건강을 위해 적극적인 관리가 필요한 '냉적' 상태이다.

일반적으로 경미한 '냉적'은 스트레스 관리나 적절한 외부 기온 관리, 적절한 수면 관리와 영양 섭취에 따른 체내 원기 보충으로 치료 효과를 볼 수 있지만 일상 생활에 지장을 초래할 만큼 힘들 경우 적극적인 치료가 필요하다.

한의학에서는 인체 면역력을 높이기 위해 '냉적'이 있는 곳을 장침(長針)으로 풀어주고, 왕뜸 혹은 돌뜸으로 시술한 부위를 따뜻하게 한다. 또한 약침 요법을 통해 환자의 상태를 '수승화강(水升火降)'으로 환원시키고, 적절한 한약 처방을 하면 증상의 신속한 회복과 재발 방지를 할 수 있다.

'냉적'은 북극바다에 떠있는 빙산과 같아서, 수면 위에 있는 것보다 수면 아래에 더욱 큰 위험이 존재하고 있다. 하지만 규칙적인 생활 관리와 적절한 치료를 멈추지 않고 꾸준히 해준다면 완벽한 증상 호전이 가능하다. 삶의 질을 높이기 위해 자신의 건강상태를 항상 살피고 치료 관리에 노력을 기울일 필요가 있다.

社說

연말연시 코로나 특별 방역 사활 걸어야

코로나19 3차 대유행의 위세가 꺾이지 않고 있다. 전국적으로 하루 1000명대의 감염자가 연일 이어지고, 시기적으로도 성탄절과 연말연시를 앞두고 있어 긴장감은 더욱 고조되고 있다. 이에 정부는 '연말연시 특별 방역대책'을 내놓았다. 광주시와 전남도도 이에 발맞춰 오늘 자정부터 새해 1월 3일 자정까지 열흘간 대폭 강화된 방역대책을 시행한다.

가장 큰 변화는 5인 이상 모임 금지를 권고한 것이다. 식당·카페는 5인 이상 예약 및 동반 입장이 금지되고, 밤 9시 이후 포장·배달만 가능하다. 유흥시설 5종(유흥주점·롤라텍·댄스주점·감성주점·헌팅포차)은 집합을 금지한다. 사적 모임도 5명 이상 가질 수 없다. 광주시는 매년 12월 31일 자정에 열었던 민주의 종 다중과 무등산 떡국 행사를 취소했고, 전남 각 지자체 또한 해넘이·해맞이 행사를 전면 금지했다.

시민들은 지난 1년간 코로나19로 인해

힘든 시간을 보냈다. 그러나 지금 상황은 어느 때보다 엄중하다. 지금 어떻게 대처하느냐에 따라 확산세가 상승세를 이어갈지 아니면 수그러들지 갈림길에 놓여 있다. 관건은 시민들의 참여다.

우리는 그동안 다른 나라에 비해 체계적이고 안정적인 대처로 'K-방역'이라는 찬사를 들었다. 하지만 장기간 지속된 코로나19 사태로 인해 피로감이 쌓여지며 현재와 같은 위기를 맞았다. 이번 특별 대책 시행에 따라 시민들은 많은 불편을 감수해야 하고, 개인 사업자와 기업들은 더욱 힘든 시간을 보내야 할 것이다.

그렇지만 우리가 선택할 수 있는 길은 하나뿐이다. 지금껏 그랬듯이 '나부터' 솔선수범해 공동체를 위해 행동해야 한다. 연말연시 모임을 갖는 대신 집에서, 가족과 함께 보내는 작은 실천이 그 첫걸음이다. '전 국민의 잠시 멈춤'이 절실하다.

확산 일로 병원발 집단 감염 차단 절실하다

코로나19가 광주·전남 지역 병원 곳곳으로 번지면서 지역민들의 불안감이 커지고 있다. 방역 대책이 철저히 지켜져야 할 종합병원과 요양병원, 요양원 등에서 의료진은 물론 환자·보호자의 집단 감염이 이어지면서 확산의 고리 역할을 하고 있기 때문이다.

광주기독병원에서는 지난 20일부터 어제까지 11명의 확진자가 발생했다. 간호조무사를 시작으로 의료진 두 명, 환자 네 명, 가족 네 명 등이다. 지난 12일 두 명의 확진자가 발생하면서 '코호트(동일 집단) 격리'된 화순 백재활요양병원에서도 추가 감염자가 쏟아져 나와 관련 확진자는 간호사·간호조무사 네 명을 포함해 모두 15명으로 늘었다.

노인요양원인 광주 북구 에버그린 실버하우스에서도 확진자가 속출하고 있다. 그제 입소자와 종사자 16명이 무더기로 확진된 데 이어 어제 또 관련 감염자가 나오면서 모두 29명으로 늘었다. 특히 입소자 가운데 한 명은 확진 판정을 받자마자

숨을 거두는 등 대부분이 면역력이 취약한 고령층이어서 우려가 크다.

광주에서는 지난달 지역 거점 병원인 전남대병원 의료진이 코로나19에 감염돼 열흘 이상 외래 진료와 응급실 운영을 중단하면서 심각한 의료 공백 사태를 빚기도 했다. 이처럼 지역 주요 병원의 방역 체계가 뒤흔리니 코로나 확진자는 물론 일반 중환자들도차 제때 치료받지 못하는 심각한 사태를 초래한다.

더욱이 기저질환이 많고 거동마저 불편한 노인들이 대다수인 요양병원은 감염병이 한번 확산하면 견잡을 수 없는 상황으로 치달을 수 있다. 따라서 환자의 생명과 안전을 위해 의료진과 종사자들의 철저한 방역 수칙 준수가 필요하다. 더욱이 최근의 고령환자 급증으로 광주·전남의 중증전담 병상은 이제 세 개밖에 남지 않았다고 한다. 방역 당국은 병원의 방역 시스템부터 빈틈없이 점검해 특단의 대책을 마련해야 할 것이다.

無等鼓

이쯤 되면 한심하다고 해도 될 듯싶다. 부동산 대책 말이다. 대책이랍시고 아무리 내놓아도 시장의 반응은 시큰둥하다. 오히려 이상 급등 현상과 심각한 왜곡 현상이 계속되고 있으니 그런 반응은 당연하다. 투기 세력들은 규제를 피해 수도권 뿐만 아니라 마치 메뚜기 떼처럼 전국을 들쭀시고 있다.

정부는 광주 5개 자치구를 포함한 전국 36개 지역을 투기과열지구로 묶는 대책으로 응수했다. 하지만 지금까지 그래 왔듯이 '사후약방문'이라 장·부양 등을 위한 실거주 외에 1~2주택만을 허용하고, 한편으로 아파트 구매 이우서를 관할

중국을 무대로, 한 청년 농부가 자연재해와 고난을 딛고 대저주로 성장하는 과정을 그려 호평을 받은 작품이다. 그 자연재해 중 가장 큰 피해를 준 것은 홍수도 가뭄도 아닌 메뚜기 떼였다. 영화에서 드넓은 평원을 뒤덮으며 메뚜기 떼가 지나간 자리에는 아무것도 남는 게 없었다.

투기 세력은 마치 메뚜기 떼처럼 도시의 아파트들을 쓸어 담고 있다. 그러니 여기저기 옮겨 다니는 이들 투기 세력을 차단하는 것이 가장 시급한 과제다. 교육·직장·부양 등을 위한 실거주 외에 1~2주택만을 허용하고, 한편으로 아파트 구매 이우서를 관할

도시 메뚜기떼

지자체에 제출하도록 해야 한다. '깜깜이' 민간 아파트 공급 시스템을 전면 개편, 실수요자들에게 아파트가 정확히 공급되도록 해야 한다.

이 지경까지 왔는데도 부동산 경기 하락을 걱정하며 뒤늦게 투기 세력을 쫓아 가는 정부 대책은 더 이상 기대할 것이 없다. 이제 상식의 범위를 벗어나고 있는 투기 세력에 대해 선제적이며 극단적인 처방이 있어야 할 것이다.

1932년 폴리처상과 1938년 노벨문학상을 수상한 필 벅의 소설 '대지'가 영화로 나온 것은 1937년의 일이다. 근현대 /윤현석 정치부 부장 chadol@

光州日報		The Kwangju Ilbo	
시장·발행·편집·인쇄인 金汝汝		주필 李洪載 편집국장 崔宰豪	
1952년 4월 20일 創社 1980년 11월 29일 등록번호 광주기 1(일간)		우 61482 광주광역시 동구 금남로 224	
대표전화 222-8111 / 220-0551(지사 자국(구독 신청 배달 안내)) 광고문의 062-227-9600			
편집국인내	(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	예향부 220-0692	기획관리국 227-9600	업무국 220-0551
경제부 220-0663	사진부 220-0694	(FAX 222-0195)	(FAX 222-0195)
사회부 220-0652	체육부 220-0621	디자인실 220-0536	서울지사 02-773-9331
전남본부 220-0642			(FAX 02-773-9335)
*구독료 월정 10,000원 1부 500원			
본지는 신문윤리강령 및 실천요강을 준수합니다			