

박찬일의 '밥 먹고 합시다'



다시 주먹밥이다

윤석열 내란 사건으로 촉발된 시민의 시위가 지속되고 있다. 국회에서 부결된 양곡관리법 등의 문제로 농민단체의 트랙터 서울 진입 투쟁도 이어졌고, 온갖 정치사회적 문제가 한꺼번에 터져나와 지금 한국은 거대한 열광에 휩싸여 있다. 그것은 기본적으로 분노와 고통의 외침이고 변혁을 바라는 절실함으로 가득 차 있다. 이런 현대적인 시위 전통을 가장 오래 가지고 있는 나라는 아마도 한국이 아닐까 싶다. 결코 겪고 싶지 않은 일이지만 말이다. 유럽도 반세계화 시위로 한때 거대한 흐름을 이어갔지만 이제 그 광휘를 구경하기 힘들다. 민중은 자본에 예속되어 가고 있고, 세상은 점점 더 살만한 땅이 아니다.

한국은 그나마 다행스럽게도(?) 시위의 동력과 연대를 잃지 않고 있다. 최근의 대정부 투쟁 연대기만 살피더라도 명박산성 투쟁, 반 박근혜 투쟁(그리고 백남기 선생의 타살 사건을 빼놓으면 안 된다), 잠깐 쉬어가는 듯 하더니 기어올라 생각지도 못하게 대통령의 내란 시도로 나라가 거의 절단할 지경에 처했다. 시민은 광장으로, 다시 체포영장을 집행하려는 한남동 관저 투쟁으로 이어지고 있는 상황이다. 그리하여 시위의 경험은 있을 만하면 다시 깨나들어야 하는 가장 괴로운 국민이 되고 말았다.

이런 처지에서 시민들과 민중의 가슴 따뜻하고 의

소름 끼칠 정도로 가슴 저미는 연대의 정을 나누는 미담은 끝이 없다. 한남동 근처는 별다른 빌딩이 없어 화장실도 없다. 이때 콘텐투엘 수도회에서 가까이 사람들에게 화장실을 개방하고 더운 물을 제공하고 있다. 명동성당의 신화와 좌절을 기억하는 사람들에게 이 수도원의 수고는 가슴이 미어지는 사랑의 기억을 남겨주고 있다.

지난 호에 썼지만, 선결제의 온정과 동지적 연대는 이미 일상이 되었다(여의도를 거쳐 광화문-드디어 한남동 일대, 나아가 대형사고가 난 무안공항에서도 생생히 빛난다). 김밥이 돌아다니고 핫팩과 보온도구들, 커피와 음료를 나눈다. 지난 호에 선결제는 유럽에서도 볼 수 있는 아름다운 시민 부조정신이라고 했는데, 알고보니 우리에게 이미 엄청난 금지탑이 있었다. 바로 광주항쟁 당시 금남로의 주먹밥과 김밥 합치박이 그것이다. 누군가 이 얘기를 되살려내어 선언적으로 인터넷에서 유행했고, 사람들은 당대의 싸움이 바로 5·18에서 이어지는 민중항쟁의 연장이라는 것을 확인하고 다들 웃었다.

유럽이 반세계화 시위로 싸워나갈 때 한 인물이 주목 받았다. 대학교수 겸업이 있고, 두 개의 박사학위가 있는 밥 카트(Wam Kat, 정식 이름은 피터 얀 프레데릭 밥 카트.1956년생)라는 사람이다. 그는 자원자들을 조

직, 스프와 샌드위치 같은 뜨거운 즉석음식을 시위현장에서 만들어 시위대에게 제공함으로써 크게 화제를 모았다. 물론 공짜였다. 그는 이미 사회운동가로 유명했는데, 점잖게 훈수(?) 두는 게 아니라 위험을 무릅쓰고 현장에서 가장 '필요한' 더운 음식을 만들어 제공하는 일을 기꺼이 맡았다. 이 일은 많은 사람들에게 감명을 주었다. 우리에게도 밥 카트 같은 이들이 아주 많다. 멀리 80년 광주, 그리고 수많은 노동사위현장, 나아가 팽목항의 그 막대한 밤과 허기를 매워주던 사람들.

최근에는 '흑백요리사'로 유명한 광주의 안우성 셰프와 그의 친구들이 밥을 준비해서 무안공항을 찾았다. 광주에서 장사를 하는 그는 많은 광주사람들이 이 사고로 목숨을 잃었고, 기꺼이 도와야 한다는 의무감이 들었다고 했다. 시위는 언젠가 끝날 것이고, 상황은 정리될 것이다. 하지만 그 빛나는 싸움 위에 누군가 온기 있는 음식 한 그릇, 방석 한 장의 사랑을 베풀고 있었다는 것이 우리의 자랑스러운 훈장이 아닐까 싶다.

지금 한남동 관저 앞에는 강추위에도 얹은 비닐 한 장으로 목정 높여 싸우고 있는 시민들이 있다. 그들 사이로 뜨거운 어묵 국물을 담은 손수레가 지나간다. 커피 보온병이 퐁다. 이 싸움은 질 수 없다는 생각이 든다. 다시 광주의 주먹밥을 떠올리는 시간이다.

<음식칼럼니스트>

의료칼럼

전자 담배 흡연과 심혈관 건강



명호 광주보훈병원 순환기내과 부장

새해마다 다짐하는 것들이 많은데 그중 빠지지 않는 것이 금연일 것이다. 새해를 맞아 많은 흡연자들이 금연을 다짐하지만, 이러한 다짐이 자칫하면 '작심삼일'이 되는 경우가 부지기수이다. 이는 니코틴에 대한 의존성과 습관이 금연의 큰 걸림돌로 작용하기 때문이다.

하지만 흡연이 다양한 측면에서 건강을 악화시킬 수 있다는 근거들이 나오면서, 금연은 '100세 시대'에 건강하고 오래 살기 위해 반드시 지켜야 할 숙제로 떠오르고 있다. 최근 한 연구에 따르면 스텐트 시술을 받은 환자들이 금연을 결심하게 만들 흥미로운 결과를 소개하고 있다.

전남대병원 순환기내과 연구팀은 돼지 실험 모델을 통해 니코틴이 심장 스텐트 삽입 후 염증을 유발하고 혈관 벽의 동맥경화증을 촉진하여 심혈관 건강을 악화시킬 수 있다는 내용을 '돼지 심장혈관에서 스텐트 시

술 후 니코틴이 혈관내피세포재생, 염증, 신생동맥경화증에 대한 영향'이라는 제목으로 대한심장학회지 영문잡지 2025년 1월호에 게재했고, 이달의 우수 논문으로 선정됐다.

이번 연구는 대한심장학회의 영문 학회지인, 'Korean Circulation Journal'의 2025년 1월호 (1저자: 오석, 교신저자: 김주환, 정명호)에 최종 게재됐으며, 금연이 심장 스텐트 시술 환자의 혈관을 지킬 수 있다는 중요한 보건학적 메시지를 전달하고 있다.

이 연구에서는 돼지에 심장혈관 스텐트 시술 후 2개월간 니코틴을 주입하여, 스텐트를 시술한 심장혈관에 대한 영향을 관찰했다. 그 결과 니코틴을 주입받은 돼지 심장혈관은 재협착이 발생하였고 스텐트 시술 부위에 염증, 혈전, 새로운 동맥경화증이 관찰되었다.

특히, 이번 실험에 주입한 니코틴 용량은 전자담배 용량과 비슷하거나 좀 더 낮은 혈중 농도 5ng/mL 미만으로 유지하였기에, 전자담배 또한 해로울 수 있음을 입증하였다. 즉, 전자담배와 같은 낮은 농도의 니코틴 노출조차도 이와 같은 부정적 영향을 미칠 수 있다는 점이 확인되었다.

이번 결과는 심장혈관 스텐트 시술을 받은 모든 환자들은 전자담배를 포함한 어떠한 종류의 흡연이라도 심장혈관에 해롭다는 결과를 명확히 보여주었다. 이 논문은 일본 및 미국 심장학회에서도 발표돼 많은 전 세

계 심장학자들의 이목을 끌었다.

사실 금연은 쉽지 않은 일이다. 마약이나 도박에 버금갈 정도로 끊기가 어렵다. 그렇기 때문에 작심을 했다가도 포기하는 것이 일반적인 정도이다. 요즘엔 특히 협연권 강화에 따라 흡연자들의 입지가 좁아지면서 금연을 위한 노력도 커지고 있는 게 사실이다. 그러다 보니 한번에 금연을 하지 못한 사람들은 다른 사람들에게 주는 피해를 줄이기 위해 전자담배를 피우는 경우가 있다. 전자담배는 일단 냄새가 일반 담배에 비해 극도로 순하기 때문이다.

하지만 여기에서 흡연자들이 간혹 착각하는 경우가 있다. 냄새가 순하기 때문에 건강에도 별다른 영향을 미치지 않을 것이라는 생각이다. 전자담배가 일반 담배에 비해 어느 정도 덜 해로운지, 대동소이한지 등에 대한 논란이 없는 것은 아니지만 결론적으로 전자담배도 건강에 해로운 것은 명백한 사실이다.

100세 시대에 운동과 건강에 대한 사람들의 관심은 지대하지만 정작 흡연에 대해서는 아직까지도 관대한 것이 현실이다. 담배는 그 어떤 형태로든 심혈관계에는 해롭기 때문에 반드시 끊는 게 좋다.

이번 동물 실험 연구에서 나타난 것처럼 매우 낮은 수준의 니코틴에도 건강상 혈관이 나빠질 수 있기 때문에 더 오래 건강하게 혈관을 지키기 위해서 금연은 선택이 아닌 필수이다.

기고

'핵개인의 시대'를 살아가는 기획자



김키피 문화기획자

점점 가속화되는 현대 사회의 급격한 변화 속에서 '독립기획자'의 정체성을 가지고 살아가는 것도 올해 벌써 3년째다. 햇수로 9년을 일한 기획회사를 퇴사한 후 프리랜서의 길을 선택한 이유는 스스로 경쟁력을 실험해보고 싶은 이유도 있었고 다른 한편으로 그동안 머릿속에서만 굴리던 여러 일들을 전개하며 자유롭게 움직여보고 싶었기 때문이다. 그렇게 시작한 N잡러의 삶이 생각보다 만족스럽고 길어지고 있다.

이런 삶을 살고 있기 때문인지 지난 몇 년간 흥미롭게 관찰한 단어 중 하나가 '핵개인'이라는 표현이다. 빅데이터를 기반으로 인간과 시대의 마음을 해석하는 '마인드 마이너' 송길영 작가가 그의 책 '시대예보' 시리즈에서 개념을 제시하며 많은 사람들의 공감을 얻었다.

핵개인은 권위를 가진 전통적 조직에 의존하지 않고 고도화된 디지털 도구와 네트워크를 활용하여 자신만의 삶을 개척해 나가는 새로운 개인들을 의미한다.

인상 깊었던 것은 이런 핵개인들의 도래가 '대다수를 패배자로 만드는' 기존의 시스템을 전복시키고, 경

쟁을 위한 경쟁을 부추기는 사회에서 자신만의 골(goal)이 있는 건강한 사회로 가는 중요한 전환점이 될 것이라고 본 작가의 견해였다. 스스로의 서사에 집중하면서도 능력 있는 개인들이 서로를 존중하고 협업할 수 있는 기회가 충분히 펼쳐지는 것이다.

사실 문화예술기획 분야에서는 이미 오래전부터 대다수의 사람들이 프리랜서 혹은 N잡의 형태로 일하고 있다. 짧게는 2-3개월부터 6개월, 1년 단위의 프로젝트가 다양하게 존재하고, 작가로 작업을 병행하며 기획자로 일하는 경우는 셀 수 없이 많다. 전시, 공연, 축제 등 문화예술 행사들은 현장에서 단기 프로젝트 기반으로 진행되는 경우가 종종 존재하기 때문에 필요에 따라 '해쳐 모어!' 식으로 조직을 구성하는 프리랜서식 일하기 방식이 선호되었다. 이런 방식은 과거에는 고용불안을 만드는 큰 단점이었지만 아이러니하게도 지금은 협업 가능성을 높이고 스스로의 본잡(job)에 효율을 더한 N잡러로 발전을 가능하게 한다.

앞으로는 핵개인의 일하기 방식이 유리할 수 있겠다는 생각을 하게 된 것은 실제로 현장에서 N잡을 실행하며 자신만의 서사를 만들어가는 매력적인 개인들을 꽤 많이 만났기 때문이다. 지난해 '광주의 오월'을 주제로 '에브리씽, 메이, 울렛윈스'라는 공론장을 만드는 프로젝트를 진행했다. 공론장이 열릴 수 있는 공간을 조성하고 토론 키워드를 제시하는 호스트를 매회 1팀씩 섭외했는데, 이들은 모두 지역에서 남들이 하지 않는 독창적인 도전을 이어가고 있는 청년들이었다.

시각디자이너로 일하며 주말에는 언더그라운드 클럽을 운영하는 기획자, 활동가로 일하면서 연구프로젝트에 참여하는 연구자, 독립서점을 운영하며 글을 쓰고 커뮤니티를 기획하는 사람, 제로웨이스트 샵을 운영하며 기후활동가로 강의를 하는 사람, 어덜트 토이 샵을 운영하며 컨설팅 연구자로 일하는 사람, 영화를 주제로 강의하고 프리랜서 기고가로 글을 쓰는 사람, 카페에서 일하며 사진작가로 활약하는 사람 등등 본업을 훌륭하게 전개하면서도 N잡러로서 자신의 영역을 확장하고 있는 이들을 정말 많이 만났다.

자신만의 목표를 설정하고 그것을 달성하기 위해 남이 아닌 나 스스로와 경쟁할 수 있는 시대가 온다면 우리는 경쟁을 위해 치르는 수많은 기회비용들을 줄일 수 있을 것이다. 또한 개인의 서사를 오랜 시간 만들고 다듬어 온 사람이라면 다른 사람의 서사 또한 존중할 줄 안다. 때문에 '핵개인의 시대'는 단순히 조직을 전복시키는 이기적인 개인주의 시대가 아니라 서로의 능력을 최대한 끌어올릴 수 있도록 상호존중과 배려가 있는 협업의 시대라고 생각한다.

일자리가 없고 예산도 없고 한숨만 늘어가는 상황이지만 스스로를 핵개인이라 정의하고 서로를 호명할 용기가 있다면 분명 반짝이는 길을 찾을 수 있을 것이다. 자신의 분야를 개척하고 이야기를 만들어가는 이들과 협업하는 과정은 무척이나 즐거운 시간이었다. 2025년에는 광주를 기반으로 활동하는 매력적인 '핵개인'들을 더 많이 발견하고 조명해보고 싶다.

社說

전력망 확충으로 재생에너지 공급 개선하길

한국전력이 고질적인 문제인 전력망 확충을 올해 최우선 해결 과제로 잡고 본격적인 행보에 나섰다.

한전은 어제 제1회 전력계통위원회 회의를 열고 송·배전 건설사업 등 전력망 설비 확충 방안을 논의했다. 전력계통위원회는 전력망 확충 방안 모색을 위해 한전이 지난해 사내에 신설한 조직으로 이날 첫 회의를 가졌다. 분기별로 한 차례씩 회의를 갖고 송·배전 설비 구축 과정에서 주민들의 반대를 어떻게 해결할지 등을 논의하게 된다. 앞서 김동철 한전 사장은 신년사를 통해 최우선 목표로 '재무 정상화'와 '전력망 확충'을 꼽을 정도로 전력 생산지와 소비지의 불일치로 인해 발생하는 문제 해결이 최대 현안이다.

한전은 제10차 송변전설계계획에 따라 56조 5000억원을 들여 2036년까지 송전선로를 60%, 변전소는 40% 확충할 계획을 가지고 있다. 하지만 주민들의 반발로 송배전 시설을 제때 구축하지 못해 전남

등지에서 생산한 전력을 수도권으로 보내지 못하고 있다.

전남은 태양광과 풍력 등 신재생에너지 생산량이 전국에서 가장 많은 곳이다. 하지만 송배전 시설 부족으로 남아도는 전력을 수도권으로 보내지 못해 강제로 가동을 중단시키는 '출력 제어' 조치가 가끔씩 이뤄지고 있다. 이런 상황에서 한 달 전 제주에서 생산한 전력을 육지로 보내는 해저케이블이 완공됐다. 남아도는 제주의 전력을 완도를 거쳐 전남으로 보내는 시설로 전남지역 신재생에너지 사업자들의 타격이 우려된다.

탄소 중립을 내걸고 신재생에너지 사업을 권유할 때는 언제고 전력 수급 대책에는 손 놓고 있다면 될 일인가.

해법은 정부가 너무나 잘 알고 있다. 전력망을 대거 확충해 전력 수요가 많은 수도권으로 전남의 잉여 전력을 보내는 것이다. 전력망 확충은 의지의 문제로 이번 만큼은 제대로 추진했으면 한다.

문화·예술기관 대표 선임...정치적 개입 없어야

광주의 대표적인 문화·예술기관의 수장을 선임하는 절차가 진행되고 있다. 국가 기관이든 지자체 기관이든 대표 인사와 관련해서는 어느 정도 잡음이나 설왕설래가 있기 마련이다. 특히 전문성을 필요로 하는 분야일 경우는 그 정도가 더 심하다.

이때문인지 문화도시를 지향하는 광주는 문화·예술기관 수장을 뽑을 때마다 반발과 후폭풍이 거셌다. 그만큼 지역민들의 문화에 대한 관심이 높은 것도 사실이지만 그동안 수장 선임에 정치적 개입이 작용한 결과라고 볼 수 있다.

광주시립미술관장과 광주비엔날레재단 대표 이사의 임기 만료에 따른 후임 인선에 문화·예술계의 이목이 집중되고 있다. 광주시립미술관장은 오는 19일 임기 만료에 따라 선임 관장 공모절차가 진행 중이며, 임기 종료된 광주비엔날레재단 대표이사는 현재 마땅한 후보가 없어 적임자를 모색중인 것으로 알려졌다.

시립미술관장은 지역 미술문화 진흥을

위한 기획 및 상설전시를 비롯해 국내외 교류 등을 관장하며, 무엇보다 지역 인신 발굴과 창작 활성화를 견인하는 중요한 자리다. 또한 광주정신을 문화적 가치로 승화하기 위해 창설된 광주비엔날레는 아시아 최초 비엔날레라는 점에서, 대표이사는 세계 트렌드를 읽고 차별화된 콘텐츠를 구현해야 할 전문성을 겸비해야 한다.

현재 5명의 후보자가 지원한 것으로 알려진 시립미술관장은 공모를 통해 뽑아왔지만 그동안 '내정'이나 '선거대비용'이라는 구실수가 있었던 것이 사실이다. 광주비엔날레는 세계적인 미술 트렌드를 따라가지 못하는 등 명성이 퇴색해지고 있는 만큼 어느 때보다 전문성을 가진 인사의 선임이 중요한 시기이다. 하지만 벌써 후임으로 거론되는 인사에 대한 부정적인 기류마저 있다고 한다.

예향 광주만큼은 문화·예술기관의 수장을 정치적 인물을 택하거나 낙하산식으로 결정해서는 안 될 것이다.

無等鼓

"우리 동학이한테 일주일 전에 사준 운동화가 있어요. 내가 '이거 신고 가' 했더니 '여행갔다 와서 신을게요 아껴신으려고요 너무 예쁘잖아요' 그렇게 했던 애였거든요. 그 신발을 이제 올려놨어요. 거기에 빈소 위에다가."

지난 2022년 광주에서 열렸던 '4·16 세월호 참사 8주기 손글씨전'에서 만난 글이다. 단정할 운동화 그림과 함께 적힌 글귀는 오랫동안 마음에 남았다. 수확여행을 다녀온 후 신겠다는 운동화는 영영 주인을 만나지 못했다. 엄마는 지금도 동학이의 '그 운동화'를 간직하고 있지 않을까.

손글씨전에서 만난 글들은 세월호 유족, 세월호 관련 사람들 100명을 인터뷰해 100권의 책으로 엮은 전집 '4·16 구슬 증언록 '그날을 말하다'에 수록된 것들이다. 아이가 쓰던 조그마한 물건이라도 버릴 수 없어 마지막 남은 사람이 정리하자고 약속했다는 부부의 이야기와 딸에게 따뜻한 밥 한 끼만 먹여줬으면 소원이 없겠다고 말하는 엄마의 마음도 토박토박 정성을 다해 쓴 손글씨에 담겼다.

단원과 교실을 그대로 재현한 안산

'416기억교실'과 인터넷 사이트 '416기억 저장소'에는 만화가가, 일본어 선생님 이 되고 싶었던 꿈을 간직했던 아이들의 모습이 고스란히 남아 있다. "아빠 꿈에 꼭 찾아와 주길 바란다"는 간절한 소망과 함께.

제주항공 여객기 참사로 숨진 희생자 179명이 모두 가족 품으로 돌아갔지만 주인을 찾지 못한 유류품은 여전히 공항 보관소에 남아있다. 지난 7일 오후 7시 기준 휴대전화 등 유류품 1200여 점 중 300여점 만 유족에게 인도된 상태다. 장례식을 마친 유족들은 사랑하는 가족의, 친구의 흔적이 남아있는

물건들을 하나라도 더 간직하기 위해 미확인 유류품 보관소를 찾고 있다고 한다. 떠난 이들이 남긴 물건은 남아 있는 이들에게 단순한 '물건' 이상의 의미를 갖는다. 사랑하는 이의 삶이 고스란히 담겨 있고, 함께 했던 시간들이 녹아 있을 유류품이 한 점이라도 더 가족의 품에 당도하길 기도한다. 더불어 우리가 그들을 언제나 잊지 않고 기억할 때, 그들은 영원히 우리와 함께 살아 있을 것이다.

/김미은 여문매체부장 mekim@

光州日報		The Kwangju Ilbo	
회장·발행인 金汝松 논설실장 蔡熙鍾 편집국장 崔權一 제작국장 柳濟寬			
1952년 4월 20일 창간 1980년 11월 29일 등록번호 광주기 1(일간)		우 61482 광주광역시 동구 금남로 224	
대표전화 222-8111 / 220-0551(지사·지국)(구독 신청·배달 안내) 광고문의 062-227-9600			
편집국안내	(대표 FAX 222-4918)	경영지원국	220-0515 문화사업국 220-0541
편집부 220-0649	문화부 220-0624	(FAX 222-8005)	(FAX 222-0195)
정치부 220-0634	예향부 220-0692	기획관리국	227-9600 업무국 220-0551
경제부 220-0648	여론매체부 220-0661	(FAX 222-0195)	(FAX 222-0195)
사회부 220-0664	사진부 220-0693	디자인실	220-0536 서울지사 02-773-9331
제2사회부 220-0680	디지털부 220-0697		(FAX 02-773-9335)
*구독료 월정 15,000원 1부 800원			
본지는 신문윤리강령 및 실천요강을 준수합니다			