

박찬일의 밥 먹고 합시다



골목 카페가 쓰러진다

최근 경기 하락은 상당히 심각하다. 난데없는 계엄 선포와 그 수습에 온 국민의 진이 빠져 경기가 더 나빠진 탓도 크다. 하지만 이미 이 정부 들어서 경제 상황은 최악으로 치닫하고 있었고 대책도 사실상 없었다고 할 수 있다. 그저 파국으로 가는 열차에 대책없이 타고 있었다고나 할까. 단군 이래 최악의 경기라는 말은 늘 쓰고 있지만 아닌 게 아니라 근자에는 정말 업살 부리지 않고 사실이다. 여러 지표도 그렇다.

최근 한 조사는 카페 업종과 주류 판매 업종의 매출 하락이 눈에 띄었다고 보고하고 있다. 카페 업종을 보자. 지난 해 4분기 한국신용데이터의 보고서에는 3분기 대비 4분기 카페 매출이 9.5퍼센트 감소했다고 나와 있다. 카페는 작년에 1만2242개가 폐업했다. 물론 그만큼 새로 생겼다. 과당 경쟁이다. 저가 커피 프랜차이즈가 크게 늘면서 골목상권에도 뺨뺨하게 들어차 있다.

저가 커피점의 경쟁력도 크게 저하되어 있다. 어지간히 팔아도 남지 않는 장사다. 전국적으로 1만개 가까이 된다. 개인 카페도 이들과 가격경쟁을 해야 한다. "다 같이 죽자는 거냐"는 말도 나온다. 게다가 최근 몇 년 간 커피 원두 값이 크게 올랐다. 지난 1년간은 생두가 대략 50퍼센트 이상 올랐다. 최악의 상황이다. 이런 일이 벌어지는 이유는 시장의 조절 기능이 상실

되었기 때문이다. 시장은 과당 공급이 일어나면 폐업과 출점 수 감소가 일어나는 등 스스로 조절하는 능력을 갖고 있다. 그러나 한국은 지금 모두 맨땅에 헤딩 식으로 자영업, 특히 비용이 적게 들고 개업이 쉬운 카페, 간이술집과 식당에 몰려들고 있다. 이미 벌여놓고 있는 시장도 넘쳐나는데 신규 창업자가 몰린다. 청년도 카페, 퇴직자도 카페다. 원래 몇 년 간 한국의 카페 등 소형 음료, 식당의 상황이 좋지 않았다.

이 와중에 정치적 '변란'이 터졌다. 주머니를 꽂고만 있었다. 안 그래도 없는 돈이 돌지 않게 됐다. 원래 한국이 카페와 식당의 '무덤'이 된 것은 고용 구조가 기형적이기 때문이다. 사람들이 좋아할 만한 일자리는 거의 없다. 농축수산업, 생산직 등에는 자리가 많지만 제반 조건이 나빠 지원자가 적다. 교통도 나쁘고 월급도 낮다. 이런 일자리는 사람이 대거 몰려 사는 대도시와 수도권에서 밀다. 외국인 노동자가 아니라 자리를 채울 수도 없다. 누가 호박 따고, 누가 거름 주고, 누가 소똥 치우고, 누가 닭장 속독하겠는가.

대우 좋은 기업의 고용 능력이 떨어지니 결국 카페나 식당을 차리려는 사람들이 늘 수밖에 없다. 크게 보면 카페의 연관업종에도 사람들이 많이 일한다. 인테리어, 마케팅, 재료공급 등이다. 이들이 다 먹고살자면 경기가 돌아야 하고, 돈이 들어와야 한다. 내수 자체가

안 굴러가니 여기저기서 경색이 일어나고 결국 터져서 문을 닫는다. 카페, 식당 하나가 문을 닫으면 그걸로 끝이 아니다. 한 인생에 엄청난 타격이 온다. 재기도 쉽지 않다. 빚을 걸머지고 언제 다시 돈 모아 새 길을 찾아볼 것인가. 그러나 안 망해야 하고, 그러려면 먹고살 수 있어야 한다.

시장경제가 그런 거라고? 아니다. 골목에 카페와 식당 말고는 먹고살 방법이 없어진, 이런 기형적 상황의 한국 경제상황이 만들어낸 것이다. 또 누굴 탓하냐고? 아니다. 적자가, 나아가 폐업이 그들 업주의 전적인 잘못인가. 할 수 있는 일의 선택지가 없는 경제와 고용 구조가 문제 아닌가. 그걸 만들어내고 운영해온 사람들은 기성세대와 정부 아닌가. 덜 망하고, 덜 좌절할 수 있는 경제를 얼마든지 굴릴 수 있지 않을까.

미래 상황은 안 그래도 더 나쁘다고들 한다. 인구 구조의 왜곡을 거론한다. 한 마디로 '밥 사먹고 커피 사마실 사람이 줄어드는' 게 더 문제라고들 한다. 맞다. 그래도 위기를 넘겨가며 내수를 진작시켜가면서 전체 자영업 시장을 구조개혁할 수 있는 시간을 벌어야 한다. 그걸 해낼 정부와 두뇌들이 있을 것이다. 그렇게 믿고 싶다. 당장을 버텨낼 수 있는 기회를 달라. 그게 자영업자들의 외침이다.

<음식칼럼니스트>

의료칼럼

봄철 불청객 안구건조증



박진우 보리안과병원장

본격적인 봄의 신호를 알리는 3월은 건조한 날씨와 찬바람이 많이 부는 달이다. 봄만 되면 유독 눈이 시리고 뻑뻑해 눈을 제대로 뜨기 어려운 사람들이 늘어나는데 건조한 공기와 바람 때문에 봄철 불청객 안구건조증이 악화되는 탓이다. 안구건조증이 흔한 질환이라 단순히 눈이 건조해지는 것이라고 생각할 수 있으나 충혈, 통증, 가려움 등의 일상생활에서의 불편함뿐만 아니라 오래 방치할 경우 안구 표면이 손상되어 심각한 시력 저하가 발생하기도 한다.

눈물은 우리 눈에서 많은 역할을 담당한다. 안구 표면을 균일하게 유지시켜 선명하게 보일 수 있도록 해주고, 눈이 메마르는 걸 방지해준다. 또한 눈에 산소와 영양을 공급하고, 눈을 깜빡일 때 눈꺼풀과 안구 사이에 마찰을 줄여주는 윤활유 역할을 해준다. 항균작용을 하는 눈물의 성분이 있어 나쁜 균을 파괴하고 씻어 내주는 역할뿐만 아니라 눈에 생긴 노폐물과 이물질을 제거해주고, 눈에 상처가 났을 때 상처 치유 물질을 공급해 눈의 상처를 치유하는데 도움을 준다.

눈이 건조할 때 인공눈물을 가지고 다니면서 수시로 점안해 건조한 증상을 해결하고 눈을 촉촉하게 유지하려는 사람들이 많은데, 일교차가 큰 환절기에는 건조하고 찬 바람이 안구를 자극하는 원인뿐만 아니라 컴퓨터나 스마트폰 사용자라면 누구나 안구건조증에서 자유로울 수 없다. 이때 인공눈물에만 의존하다 만성적인 안구건조증이나 다른 안질환으로 진행될 수 있으니 눈의 건조함과 이물감을 대수롭게 여기지 않아야 한다.

안구건조증은 대부분 눈물이 부족하여 발생한다 정도만 알고 있는데, 눈물의 분비에 이상이 생겼을 때 발생한다. 눈물은 기본적으로 수분이기 때문에 건조한 외부환경에 노출이 되면 더욱 빠르게 증발이 된다. 이를 막아주는 것이 눈물층의 기름 성분이다. 이런 기름 성분이 제대로 분비되지 않을 경우 눈물이 쉽게 증발하고 안구건조증이 찾아온다.

눈물층의 기름 성분은 마이봄샘이라는 곳에서 주로 분비되는데 마이봄샘이 정상적인 경우에는 안정적으로 분비되어 눈을 쉽게 마르지 않게 한다. 그러나 이곳에 염증이나 이상이 발생하면 기름의 분비량이 줄어들거나 기름의 문제가 발생하여 성분이 불균형하면 눈물이 쉽게 증발한다.

눈물 생성이 부족한 안구건조증 환자들은 인공눈물 안약만으로도 안구건조증이 호전될 수 있지만 마이봄샘의 기능이 떨어진 환자들은 마이봄샘의 염증을 같이

치료해야 안구건조증이 호전된다. IPL레이저 치료로 막힌 마이봄샘을 뚫어 눈물이 정상적으로 배출되도록 치료할 수 있다. IPL레이저는 눈꺼풀 주변 피부에 레이저를 조사해 눈꺼풀 염증을 완화하고, 마이봄샘을 막고 있는 이물질을 녹여 기름층의 분비를 촉진시켜 증상의 원인을 개선하여 효과적인 치료 결과를 도모할 수 있다. 피부 표면이 손상될 위험이 없어 치료 후 바로 일상생활이 가능하다.

일상생활의 작은 노력을 통해서도 안구건조증을 예방하고 개선할 수 있다. 건조한 봄철에는 충분히 수분을 섭취하고, 실내 공기가 건조하지 않도록 실내 습도를 60% 정도를 유지하며 가습기 콘택트렌즈보다는 안경을 착용하는 것이 도움이 된다.

장시간의 컴퓨터 작업은 모니터를 응시하면서 눈 깜빡임이 줄어들기 때문에 안구 건조증을 더욱 악화시킬 수 있어 원래 안구건조증이 심한 사람이라면 의식적으로 눈을 자주, 깊게 깜빡여 눈물 분비가 될 수 있도록 하는 것이 좋다. 내 눈의 상태에 맞는 적절한 농도와 성분의 인공눈물과 안약을 점안해 주는 것도 하나의 방법이다.

간혹 안과를 찾는 대신 시중 인공눈물에 의존하는 경우가 있는데 안구건조증의 원인을 정확하게 파악하여 치료하지 않으면 증상이 더욱 심해질 수 있고, 오히려 과도한 인공눈물의 사용으로 인해 염증반응 등이 생길 수 있으니 의사의 처방이나 지시에 따라 적절히 사용해야 한다.

기고

탐매(探梅) 향기에 취해보자



박성구 전 광주일보 교사

개구리가 깨어나려는 경침이 가깝다. 언제나 그랬듯이 꽃샘추위는 그냥 지나가지 않고 제 힘자랑을 한 것 해 볼 모양이다. 하지만 우리 곁에 봄별은 따스하게 얼굴을 내밀고 제 자랑을 할 것이다.

납작 저 멀리서부터 매화가 피었다는 소식이 들려온다. 그속하다고만 표현하기에는 느낌을 다 하지 못하였다. 가슴 깊은 곳에는 매향으로 넘친다. 눈을 감으면 내 고향 동네 고목에 피었던 매화의 향기가 가득하다. 고혹하기까지 한 그 향기를 깊게 간직하고 있다. 하여 길을 가다가 스치는 알 수 없는 곳에서 매향이 스칠 때면 근원을 찾아가 꽃을 찾아가 향기를 확인 한다. 숨겨둔 내 첫사랑의 향기다.

잘 알려진 이매계 선생의 두향이외의 사랑은 그 많은 나이 차이를 넘어서 애틋한 사랑으로 발전한 로맨스다. 퇴계 선생이 48세에 단양군수로 부임했을 때 그 고을 관기(官妓)였던 18세의 어린 두향이 선생의 수발을 들었다. 두향은 가까이에서 모시는 선생의 인품을 흠모하였고, 퇴계 선생도 부인과 아들을 잇따라 잃었던 터라 공허한 가슴에 두향이를 옆에 두었다. 두향은 관기이면서도 성품이 법도와 예절에 어긋나지 않았고,

시와 서, 거문고에 능하며 함께 대화를 좋아했다. 퇴계 선생이 부임 9개월 만에 경상도 풍기군수로 전근 발령을 받았다. 그때 두향이 매화 시 한편과 매화본을 전해드렸다. 훗날 퇴계 선생이 남긴 "저 매화본에 물을 주라"는 유언은 유명하다. 도산서원 뜰에 저 매화는 두 향매가 대를 이어가고 있다. 한낱 어린 관기와와의 사이 그 애달픔을 잊지 않음이 또한 군자의 예(禮)라고 생각했던 것이다. 선생이 남긴 매화 시(詩)가 100수가 넘는다고 한다.

다행스럽게도 우리 남도에는 너무나 환상적인 매화로 가득하다. 그 향기를 따라가면 퇴계 선생과 두향이와의 로맨스가 매향을 품고 또렷이 재생된다. 한참을 현실을 떠난 고혹적인 세계로 자유롭게 떠돌다 오곤 한다. 올해도 나의 탐매는 새로운 상상의 세계에서 노닐다가 돌아올 것 같다.

해마다 찾아간 선암사의 선암매, 백양사의 고불매, 화엄사의 화엄매, 전남대학교 대명매가 가까이 있어 나에게도 더 없는 축복이다. 잠깐 시간을 내면 이 세상에서 가장 고상한 신선의 세계로 빠져들게 된다. 어렵고 힘들었던 구질구질한 번민들이 많이도 달려 들지만 매화 향기에 취한 그 순간은 참으로 신비롭다. 그때 그때의 감정에 따라 원초적인 단계에서부터 신선들이 살고 있다는 무릉도원에까지지를 쉽게 상상하며 경험할 수 있다.

선암사의 선암매는 사철의 성글지만 품격이 있어서 좋다. 휴일에는 현직에 있는 사람들에게 양보하면 고즈넉한 분위기를 깊게 느낄 수 있다. 선암사의 잘 가꾸어진 정원수들과 번잡하지 않은 탐매객들의 미소가 내

머리에 가득하다. 백양사 고불매는 그냥 스쳐지나서는 안 된다. 고불매는 꽃이 지고 나면 힘 없이 자리하고 있는 작은 고목으로 품위가 없게 보일 수가 있다. 만개한 고불매를 자세히 여러 각도에서 관찰하면 보면 불수목 품격 있는 자태를 가슴에 담게 된다.

화엄사 화엄매는 그 빛깔의 붉기가 하도 진하여 흑매라고도 한다. 해마다 사진 촬영 대회가 열려서 전국에서 모여든 사진 작가들이 제각기 손씨를 발휘한다. 제 주도의 한림공원은 화엄매에서 분양된 매실나무가 곳곳에 심어져 퇴계선생과 두향이의 로맨스를 잘 전하며 함께 잘 자라며 전시되어 있다.

전남대에 있는 대명매는 그 품격이 비교할 것이 없다. 지난해에는 손자의 손을 잡고 전남대학교에 갔었다. 화창한 봄날씨와 젊은이들의 패기에도 잘 어울리는 당당함과 고고함의 절정이다.

내가 광주일고에 근무할 때는 매화에 대한 감각을 체험하기도 하였다. 일고 정문 앞에는 흥매화가 고상한 자태를 뽐내고 있었다. 매화에 관한 문학적 체험을 위해 아이들과 매화향을 경험하였다. 그냥 지나쳤던 아이들도 모두 좋아했다. 모두들 고상한 품격을 경험하게 되었으리라. 그 청년들은 지금도 그 향기를 기억하고 있을까?

아무리 세사에 바쁘더라도 올해의 탐매 계획은 꼭 실행하고 싶다. 나의 탐매의 향기에 취해 봄은 내가 살아 있다는 힘찬 내공으로 간직 될 것 같다. 퇴계 선생과 두향이의 사랑 이야기는 내 가난한 상상력을 마음대로 끌어와 나의 영상으로 그려보면서...

社說

마지막까지 반성·사과 없는 尹 최후진술

헌법재판소의 윤석열 대통령에 대한 탄핵심판이 25일 11차 변론기일로 마무리됐다. 이날 최대 관심사는 윤 대통령의 최후진술이었다.

25일 밤 9시 3분에 현재 대심판정에 선 윤 대통령은 준비해 온 A4 용지 77쪽짜리 진술서를 읽어 내려갔다. 장장 67분에 걸친 최후진술이었지만 평소 모습처럼 장광설만 늘어놓았다. 계엄사태에 대한 진정한 사과와 현재 결정에 대한 승복에 대해서는 한마디도 언급하지 않고 비상계엄의 정당성만 주장했다.

"12·3 비상계엄은 과거의 계엄과는 완전히 다른, 무력으로 국민을 억압하는 계엄이 아니라 계엄의 형식을 빌린 대국민 호소였다"는 그의 주장은 경악을 금치 못하게 했다. '명화적 계몽령'이라는 기존 입장을 되풀이 한 것으로 아직도 망상에서 깨어나지 못하고 있다는 방증이었다. 계엄을 하게 된 것도 거대 야당의 횡포를 막기 위해서라거나 북한의 선거 개입 음

모론 등 부정선거 의혹도 재차 언급했다.

탄핵소추안이 기각돼 대통령으로 직무에 복귀하면 임기에 연연하지 않고 개헌과 정치개혁 추진에 집중하겠다는 발언에 선 파면만은 피해보겠다는 비겁함이 그대로 드러났다. 진정한 국민 통합을 이루고 싶었다면서 자신의 지지층을 향한 결집 메시지를 내고 청년층을 선동하는 듯한 발언은 과연 처음부터 대통령의 자격이 있었을까라는 의구심이 들게 했다.

기대를 한 것은 아니지만 반성은 없고 여전히 궤변만 늘어놓은 최후진술은 국민들을 마지막까지 분통 터지게 했다. 탄핵심판이 마무리 돼 이제 남은 것은 헌법재판소의 결정뿐이다.

현재의 결정전까지라도 계엄으로 국격을 떨어뜨리고 국민들을 불안에 떨게 했으며 경제를 망가뜨린 데 대해 진정한 사과와 함께 어떤 결정이 나오든지 승복하겠다고 선언하는 것만이 대통령으로서 마지막 의무와 책임일 것이다.

이제 현재의 시간... 모두 승복 다짐해야

지난해 12월 14일 국회에서 탄핵소추안이 가결된 지 73일만인 그제 윤석열 대통령에 대한 탄핵심판이 종결됐다. 이제부터는 헌법재판소의 시간이다.

현재가 인용 결정을 하면 윤 대통령은 즉각 파면되고 60일 내에 대통령선거가 실시된다. 만약에 기각된다면 윤 대통령의 직무 복귀가 이뤄지게 된다.

그동안 11차례 걸친 변론기일 동안 12·3 비상계엄을 놓고 소추단인 국회측과 윤대령측이 치열한 공방을 벌였다. 탄핵심판 과정에 등장한 증인만 16명에 달하고 모든 과정이 생중계 됐다. 비상계엄 선포 위헌성, 계엄 포고령 1호, 군·경 동원 국회 활동 방해, 군 동원 선관위 압수수색, 정치인·법조인 체포 지시 등 탄핵심판 5대 쟁점에 대해서도 충분한 증인과 공방이 이뤄졌다.

현재는 앞으로 2~3주 동안 여러차례 속의를 거쳐 결정을 내릴 것이다. 어떤 결정을 내리든지 양측은 결과에 승복해야 한다. 재판처럼 3심이 아닌 단심이지만 현

재의 결정을 따르지 않는다면 헌법을 파괴하고 질서를 문란하게 하는 행위가 된다. 법은 상식에 기반한다는 말처럼 현재의 결정은 국민들의 눈높이와 상식에 맞아야 할 것이다.

무엇보다도 모든 국민들이 12·3 비상계엄을 TV로 지켜봤다. 한밤중 군대를 동원해 국회에 침입하고 국회의원들을 체포하려던 행위를 목도했다. 그것보다 더 명확한 내란행위가 어디 있겠는가. 5대 쟁점 하나 하나를 보더라도 윤 대통령의 계엄이 친위쿠데타를 시도했다가 실패한 내란이라는 것이 명백해진다.

국회측 소추단은 최후변론에서 윤 대통령은 대한민국 헌법 위에 군림하고자 했고, 내란을 기도했다며 탄핵심판 5대 쟁점에 대해서도 충분한 증인과 공방이 이뤄졌다. 현재는 앞으로 2~3주 동안 여러차례 속의를 거쳐 결정을 내릴 것이다. 어떤 결정을 내리든지 양측은 결과에 승복해야 한다. 재판처럼 3심이 아닌 단심이지만 현

無等鼓

취임한 지 한 달도 안 된 도널드 트럼프가 세계를 뒤흔들고 있다. 중국 등과 관세 전쟁을 시작하고, 이스라엘-하마스 전쟁을 멈춰 세웠으며, 우크라이나 없이 러시아-우크라이나 중전협상도 시작했다. 미국 내에서도 연방정부 조직과 예산에 대한 구조조정을 시작해 여기저기서 곡소리가 나오고 있다. 자기 생각대로 세계 최강대국 미국을 진두지휘하고 있는 것이다.

독불장군 트럼프에 대한 미국 주류 언론들의 강도 높은 지적과 그에 따른 마찰도 반복되고 있다. 멕시코를 '미국만'으로 표기하는 것을 거부한 AP 통신 기사는 백악관 집

상대 없는 정치

무실과 에어포스원의 출입이 금지됐고, CNN 9시 뉴스 간판 앵커와 트럼프는 만나기만 하면 으르렁거린다. 그럼에도 트럼프와 공화당, 그리고 지지자들은 자신들의 승리를 4년 간 만끽할 것이다.

그 긴 시간 미국은 돌로 쪼개지고 패자와의 갈등과 다툼은 반복될 수밖에 없다. 승자가 모든 것을 갖는 행태가 국가 발전에 기여할 수 있을지는 모르겠다. 하지만 공공서비스를 받는 수혜자, 국민의 입장에서 보면 정권 교체때마다 혼란을

경험하고 행정·재정적 낭비도 상상을 초월한다.

아마도 우리나라가 정상적인 민주국가라면 윤석열 대통령의 탄핵은 인용될 것이고 조만간 대통령선거가 치러질 것이다. 문제는 미국보다 더한 분열 양상이 우려된다는 점이다. 정치의 기본인 대화와 타협, 협상과 조율, 조정과 합의가 없는 '상대 없는 정치'가 오랜기간 지속되고 있기 때문이다. 무시하고, 외면하며, 꼬투리 잡고, 깔아뭉개며, 삿대질하는 정치로, 국민들은 지칠대로 지쳐있다. 극단주의 세력이 이렇게 판을 치는 것도 후진적인 정치 문

화에서 비롯됐다고 할 수 있다. 정치가 이모양이니 사회가 잘 굴러갈 리 없다. 우리나라의 자해·자살률은 OECD 국가 1위다. 평균의 1.7배가 넘는다. 며칠 전에도 한 젊은 여배우가 스스로 생을 마감했다. 용서도, 배려도, 존중도, 치유도 없는 삭막한 경쟁, 출구 없는 무자비 사회다. 비정상적인 정치가 제 자리를 찾아가길, 그래서 국민의 행복에 조금이라도 기여하길 바란다.

/윤현석 경제·행정 부국장 chadol@

Table with 2 columns: English title 'The Kwangju Ilbo' and Korean title '光州日報'. It contains contact information for the newspaper, including phone numbers, fax numbers, and website information.