

투데이 칼럼

마음으로 치료가 된다

나는 철모르던 시절에 너무나도 병원을 많이 다녔다. 아픈 몸이라 어머니가 등에 업고 전주나 금산(현재는 충남 소재)에 있는 병원을 찾아가던 기억이 생생하다. 지금 생각하면 좋은 시설을 갖춘 병원은 아니지만 모자란 것 걱정과 두려움 속에 머나먼 길을 떠나야 했던 것이다. 지금 내 몸에는 침으로 뜬 자리 흉터가 있고 이 나이 먹기까지 병원에 가고 싶지 않고 잘 가지도 않는다. 그러므로 의사나 간호사가 주사기를 들이대면 어릴 때 울음을 터트렸던 생각이 나 지금도 주사나 침 따위를 두려워한다. 그런데 요즘의 병원들은 최신시 설이나 소아과뿐만 아니라 중대형 병원에 친근한 환경과 감성의 스피치로 환자 대하는 곳도 많다. 환자에게 서비스하여 치료효과를 높이기 위해서 치료를 받는 사람들을 위해 음악도 선곡하여 들려주고 좋아하는 색으로 조명을 켜준다. 항암제 주사실을 찾는 환자들에게는 아이패드를 빌려주고 주사를 맞는 2시간이상 환자에게는



김 양 옥
한국스피치 면접전설협회대표

드라마, 영화를 관람할 수 있도록 한다. 각종 의료장비는 기능 못지않게 디자인, 색깔 등에 세심한 주의를 기울이게 한다. 여성이 쓰는 유방 촬영기에는 장비의 모서리를 둥글게 처리해 안정감을 높이고 색깔도 선택해 편안함을 느끼도록 한다. 친근하고 즐거운 의료 환경이 검사의 왜곡을 줄이고, 치료효과까지 높인다는 것은 다양한 연구를 통해서도 알 수 있다. 특히 어린이들은 염속한 분위기 보다 유머가 있고 웃음이 넘치는 분위기에서 마음이 편한 곳에서 치료를 받으면 회복이 빠르다고도 한다. 고대 그리스시대에도 환자들은

즐거움이 있는 원형극장 주위나 운동장 근방에 수용했다는 기록이 있다. 실화를 바탕으로 한 영화 '페치 아담스'에서 의사 페치는 희망이 없는 환자들에게 삶의 활력소를 주고 죽음에 대한 공포를 덜어 주면서 즐거운 환경에서 치료 받을 수 있도록 한다. 즐거움은 환자의 면역력을 높여 질병을 이길 힘을 주고 삶에 대한 의욕을 불러일으킨다고 한다. 진정한 치유는 마음에서부터 시작해야 한다. 그래야 큰 효과를 거둘 수 있다. 요사이 웃음치료·울음치료가 환자의 면역력을 높인다는 것은 다 알고 있듯이, 필자도 주위에서 마음을 긍정으로 바꾸고 웃음과

긍정의 스피치로 암 극복을 한 사례를 보았다. 또한 스피치 출신 전주시에에서 병원을 운영하는 원장님도 감성의 스피치로 환자에게 친절한 감성과 즐거움을 주고 안정감을 주니 환자들이 과거의 2배 이상 늘었다는 것은 환자도 안정감 있게 치료할 수 있고 효과가 있었기에 입소문이 퍼졌기 때문이다. 뇌 혁명 책에서 '진진국의 의술이 20% 마음력기가 80%'라는 글을 읽은 적이 있다. 그리고 주사와 약이 없는 병원이 생겼다는 것은 마음과 스피치로 치료될 수 있다는 것이다. 우리 모두 자신과의 대화(Self talk)를 통해 마음을 잘 다스려 의학적면역력을 높이고 마음도 다스리는 현명한 스피치 생활을 하자. 우리 인간은 마음력에 달려 있으니 스트레스도 마음으로 날리고 병도 마음으로 치유해 보자. 세상만사가 마음력에 달려있지 않겠는가? 스피치 기법을 터득하면 건강도 유지하고 다른 사람들에게도 인격 있는 사람으로 대접 받게 된다.

기고문

"봄철 산불! 우리모두 작은 관심으로 적극 예방하자"

최근 5년간 전북지역 화재는 총 1만378건이며, 이중 봄철화재는 3,197건으로 사계절 중 30.8%가 봄철로 가장 많이 발생하였다. 또한 이 기간 동안 인명피해는 18명이 발생하였으며, 사망자도 5명에 이른다. 단풍이 겨울잠에서 깨어나는 시기인 경칩이 지나고 따뜻한 봄바람이 어색하지 않은 요즘이다. 봄철은 건조한 대기 상태와 강한 바람, 낮은 습도 등의 기후 특성을 갖고 있다. 또 따뜻한 날씨가 덕분에 국민의 야외활동이 증가해 화재 발생 위험이 높은 계절이다. 특히 3~5월에는 산불이 자주 발생하는 걸 볼 수 있다. 다른 계절 보다 산불 발생 위험이 가장 높은 시기이기도 하다. 최근 10년 계절별 산불 발생 현황을 보면 산불은 봄철이 60%가 가장 많았고 겨울 23%, 가을 11%, 여름 6% 순으로 뒤를 이었다.

산불 주요 원인은 입산자 실화 40%와 논·밭두렁 소각 18%, 쓰레기 소각 12% 순으로 나타나 자연발화보다 부주의가 많은 부분을 차지했다. 이에 산불 예방을 위해서 각별한 주의가 필요하다. 봄철 산불을 예방하기 위해선 다음 두 가지 사항을 반드시 지켜야 한다. 산에서는 불을 사용하지 말자. 입산자들이 실수로 낸 불로 인한 산불 사고가 많은 만큼 입산 시에는 인화물질을 휴대하지 않는 것이 좋다. 또한 취사지역으로 지정되지 않은 곳에서 취사를 하거나 캠핑을 즐기는 일이 없어야 한다. 영농 부산물을 태우지 말자. 산림과 가까운 곳에서는 허가 없이 영농 부산물이나 각종 쓰레기를 태우면 안된다. 불법 소각으로 인해 주변의 산과 들이 전부 다 타버릴 수



김 경 열
익산소방서 예방안전팀장

있다. 소각 행위는 근절하여야 한다. 불을 발견했을 때는 빠르게 신고하자. 만약 산불을 목격한 경우에는 안전한 곳으로 대피하고 즉시 119로 신고해야 한다. 대피할 때는 불길을 등지고 바람이 불어오는 방향으로 이동해야 한다. 산불 발생 지역과 시간, 산불 크기 등 산불 상황에 대해 자세히 알려줘야 한다. 초기 산불을 발견했다면 소방서에 즉시 신고하고 소화기로 초기에 진

화해야 한다. 전북소방본부에서는 '사람이 먼저, 도민안전이 최우선'인 슬로건 아래 봄철 화재로부터 도민의 안전한 삶을 위해 7개 추진과제, 21개 세부 추진과제의 봄철 화재예방대책을 추진하고 있다. 사소한 부주의가 봄철 산불로 이어지는 경우가 많은 시기이다. 온 국민이 산불에 관심을 갖고 예방한다면 산불 또한 점진적으로 줄어들 것이다. 우리 모두 산불을 예방하여 따뜻한 봄을 만끽하길 바란다. 전주매일 홈페이지 www.jjmaeil.com

구독 · 광고문의 063-288-9700

사설

정읍 샘고을시장 전승명가의 세계화

정읍 샘고을 시장 내 전승명가를 찾는 발걸음이 여전하다. 이곳은 무형문화재 제12호 약기장 서인석(62)씨가 대를 이어 3대째 운영하고 있는 가게다. 10평 남짓한 가게 안으로 들어 가면 50여종의 장구와 북이 쌓여 있다. 대금과 피리, 통소, 가야금은 물론 농악놀이에도 필요한 상모와 고깔 등 150여종의 약기와 소품, 풍물 제품 수천 점이 가득하다. 이곳이 유명한 것은 수작업으로만 장구와 북을 만들기 때문이다. 주로 박물관이나 국제 전시회에 출품하거나 장구 명인, 그리고 유명 무속인의 주문을 받아 제작한다. 오동나무 장구통에 가죽을 씌워 제작한 장구는 수십 년이 지나도 변하지 않는다. 오동나무로 만든 몸통으로 공기가 통하기 때문이다. 장구에는 반드시 황소 가죽만 쓴다. 오동나무를 다듬는 작업은 이곳에서 3km 떨어진 '재인정'에서 이뤄진다. 정읍시 삼평동 칠장마을에 자리 잡은 약기 제조 공장이다. 이곳은 후학을 양성하는 공간이기도 하다. 100년 전통의 전승명가 국악기 제조 기술은 1대 서영관(1884~1973) 명장이다. 그는 정음농악을 이끌면서 장구와 북 등 악기를 만들기 시작했다. 2대 서남규(1925~2005) 명장도 기술을 이어 받았다. 현재의 서인석씨는 2015년 전북 무형문화재 약기장이 됐다. 서인석씨는 국악기의 세계화에도 앞장서고 있다. 내년 광주 비엔날레에 한국의 악기 제조 기술로 만든 브라질 전통악기 '쿠이까'를 출품할 예정이다. 서 명장의 꿈은 중국의 악기장처럼 국악기 제작 기술을 전문적으로 가르치는 학교를 설립하는 것이다. 현재 국내 대학에 국악학과는 있어도 제작 기술을 가르치는 교육 기관은 없다. 서인석씨는 "국악기 제작 학교가 설립되면 전통 악기 제작법 전수는 물론 국악의 세계화에도 크게 도움이 될 것"이라고 말한다.

국민의 힘 정운천 의원에 거는 기대

국민의힘 전북도당위원장 정운천 국회의원(재선·비례)이 임명되면서 그에 대한 기대감이 커지고 있다. 정 위원장이 당내 확장과 조직 정비에 들어가는 등 전북 내 보수 정당의 한계를 극복해 낼지 주목된다. 전북도당은 정운천 위원장을 중심으로 18명의 전북 동행 의원들과 함께 쌍발통 정치로 재개하고 적극적 당내 확장과 조직 정비에 나설 예정이다. 정 위원장은 전북도를 비롯해 전주시 등 도내 시군 공직자들도 높이 평가하고 있다. '발 보다 실천'을 앞세우는 정치인으로 인식되고 있는 것이다. 정운천 위원장은 국민의힘 국민통합위원장이기도 하다. 제2의 지역구 갖기 운동(호남 동행 국회의원)을 추진했다. 호남 동행 의원 활동을 사실상 선도하고 있는 것이다. 이미 당 소속 의원들을 대상으로 자매결연한 곳이나 연고가 있는 곳, 선호하는 지역 등을 종합적으로 고려해 호남 4개 전체 지역에 50명의 의원을 유추

한 바 있다. 이후 국민의힘 호남 동행 의원들은 동행 지역을 방문해 현안 사업과 건의 사항 등을 청취하고 있다. 진정성 있는 호남 동행의 모습을 보여주고 있는 셈이다. 출범 당시 일회성 이벤트로 끝날 것이라는 평가가 있었다. 그러나 정운천 의원의 추진력으로 상당한 성과를 내고 있다. 그는 참다래 아저씨, 쌍발통 정치, 함께 먹고대죄, 5년 연속 국회 예결위원, 상산고 가디언 등 따라붙는 수식어가 많은 정치인이다. 전북 정치에서 보수 정권의 수장으로써 향후 전북 발전에 어떤 역할을 해낼지 관심이 집중된다. 전북 도내에는 해결해야 할 현안 사업들이 즐비하다. 도민들은 새만금 개발과 군산조선소 정상화, 제3금융 중심지 지정 등 전북 발전을 위한 현안들이 해결되기를 간절히 원하고 있다. 전북 발전을 위해 정 위원장이 도민과 함께 힘을 모아 앞장서기를 주문한다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지

"더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문"을 위해 전주매일의 전 직원들은 '전북 최고의 신문'을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다.

진정한 지방자치 발전을 위해 중앙지를 답습하는 형태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

당신의 어려움을 속 시원하게 풀어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.

인간중심 · 도덕중심 · 지역중심 **전주매일**