

투데이 칼럼

‘복 달임’

초복. 일 년 중 제일 덥다는 대서도 지나고 오늘은 중복이다.

폭염특보가 내려져 낮 최고기온이 최고 34~35도까지 오르는 불볕더위로 열대야가 6일째 이어지고 있다.

한낮에는 30도 이상의 고온이 유지되고, 밤에도 25도가 넘는 열대야로 잠을 못 이루어 파죽지세다 일주일 넘게 이어져 시원한 소나기가 그립다.

예나 지금이나 불볕더위는 마찬가지로 지어졌지만 지구 온난화로 인해 무더위가 더욱 심해지는 것 같다.

더위를 이기는 여러 방법 중 하나는 음식을 통해 몸의 허한 기(氣)를 보충해 주는 것이다.

이때가 되면 인근의 물가나 숲을 찾아 개장국, 삼계탕, 장어구이 등 보양식을 먹으며 탁족(濯足)을 하거나 천렵을 했는데 이를 ‘복 달임’이라 한다.

복 달임에는 여러 보양식 품이 등장하나 대표적 보양식은 개장국이다.

복날이 오면 몸을 보할 음식이 되는데, 이런 복 달임 음식으로 우선 삼계탕과 수박이 떠오른다.

지역에 따라선 팔죽을 추어 먹기도 하고, 증편이라는 막걸리 냄새가

나는 떡을 빻어 여럿이 나눠 먹기도 한다.

이런 음식들은 혹은 성질이 차서 시원함을 느끼게 해 주며, 혹은 더워서 이열치열로 속을 따뜻하게 하며 거뜬히 여름을 나게 해준다.

복 달임 음식으로 그러나 개장국 만한 것이 있을까. 개장 구장(狗腸) 지양 탕(地羊湯) 보신탕이라고도 불리는 그것 말이다.

꼭 복날만이 아니라 적지 않은 한국인들이 이 음식으로 에너지 보충하며 평생을 살아간다.

이것과 관련하여 도무지 이해할 수 없는 대목은 평소 집에서 정성스럽게 그야말로 애지중지하며 갈아자를 키워 증개 정도의 몸집이 된 어느 날 그것이 푹 삶아서 식탁에 오르는 일이다.

이해하거나 말거나 이런 개고기를

먹는 게 우리의 식 문화다.

프랑스 여배우 브리짓 바드로가 엄청난 비판 비하한다지만, 알고 보면 동물애호가인 그녀를 프랑스에서도 지나치지 여긴다니 까지 것 좀 무시해도 좋을 듯하다.

하여간 개고기는 동양 의학에서 ‘성분이 매우 더위 양기를 돋우고 허(虛)를 보충하는’ 건강식품으로 믿고 있으므로 기회가 닿으면 복날에 한 차례 먹어 보양을 도와도 괜찮다고 본다.

원래 개장국, 구탕, 구장 등으로 불렀는데 요즘에는 몸을 보한다 하여 ‘보신탕’으로 많이 불린다. ‘보신탕’ 또한 혐오감을 준다 하여 다시 ‘사철탕’ ‘영양탕’ 등으로 바꿔 부르기도 하지만 역시 그런 별칭의 원조는 ‘개장국’이다.

순조 때의 학자 홍석모가 쓴 중국 세시기를 보면 “진덕공(秦德

公) 2년에 4대 문 안에서 개를 잡아 삼복 제사를 지내 충해(蟲害)를 예방했다”는 고사를 인용하고 있다.

동의보감에는 “개고기는 오장을 편하게 하고 열매를 조절한다”라고 적혀있고 열양세시기에는 “복날 개장국은 양기를 돋운다”고 기록되어 있다.

조선 후기에 정약용의 아들 정학유가 쓴 농가 월령가 8월에 보면 “며느리 말미 받아/ 분집(친정)에 근친갈제/ 개 잡아 삶아 건져 떡 동물애호가인 그녀를 프랑스에서도 지나치지 여긴다니 까지 것 좀 무시해도 좋을 듯하다.

이 대열에 참여하기 쉽지 않다면 복 달임으로 뭐가 좋을까? 민어매운탕이나 민어찌미 좋다.

정약전의 ‘자산어보(煎山魚譜)’는 민어가 “맛이 달고 회로도 먹기 좋다.” 하고, 또 “개위(開胃)하고 하방광수(下膀胱水)”하고 있다.

식욕과 배뇨에 특효라는 얘기가. 복더위에 민어찌미는 일품, 도미찌미는 이품, 보신탕은 삼품이라는 말도 있다. 하여간 온난화로 더욱 더워진 올 여름을 부디 건강하게 지내시길...

이옥수

지방부 부인주재 국장



독자제언

여름철 성범죄, 예방법으로 미리 대처를

최근 무더운 날씨가 계속되면서 여성들의 옷차림이 가벼워지고 해가 길어져 평소보다 늦은 밤 귀가하는 여성들이 많아지고 있다.

이러한 여성들이 성범죄의 표적이 되고 있어 각별한 주의가 요구된다.

성범죄는 겨울철에 비해 여름철에 많이 발생하는 추세고 성범죄자들은 어두운 골목이나 혼자 생활하는 여성들을 범행 대상으로 하는 만큼 일상생활 속 언제 어디서나 일어날 수 있는 성폭력 범죄 예방을 위해 사전 준비가 필요하다.

늦은 밤 도보로 귀가할 때에는 되도록 심야시간에는 여성 혼자 귀가하는 것은 피해야 하며, 일행들의 도움을 받아 함께 움직이거나, 미리 가족에게 연락해 버스정류장 또는 지하철역에서 만나 같이 귀가하는 것이 필요하다.

그리고, 낯선 남성이 자신의 뒤쪽으로 다가오면 등을 보이기보다 45도

각도에 위치해 서고, 평소 CCTV설치된 곳을 알아두고 거리가 먼 곳은 넓고 환한 길을 통행하도록 해야 하며, 뒤에 따라오는 사람이 없는지 수시로 고개를 돌려 확인한다. MP3나 핸드폰으로 음악소리를 크게 듣고 가면 뒤에 따라오는 사람이 있는지 모르기 때문에 소리를 줄이고, 누군가 뒤따라 온다면 자연스럽게 “나 지금 다와가, 데리러 나올래?”, 이런 식으로 집에 누가 있는 것처럼 가짜 통화를 하는 것도 도움이 된다.

무엇보다 생활 속 일어날 수 있는 성범죄를 예방하기 위해서는 여성들 스스로 옷차림에 주의하고, 야간에는 일찍 귀가하는 습관을 갖는 것이 중요하다. 또 늦은 밤 혼자 길을 걷는 것은 매우 위험하므로, 경찰관서에서 운영 중인 ‘안전자주도우미’ 서비스 등 도움을 요청하는 등 적극적인 대처가 필요하다.

박극선 완산경찰서 남문지구대 경찰

독자제언

공직자가 갖추어야할 기본적 덕목 ‘청렴’

청렴은 성품과 행실이 높고 맑으며 탐욕이 없다는 뜻을 지니고 있다.

청렴하고 결백한 관리를 청백리라고 하며 옛날의 청백리는 백성과 사회의 귀감으로 온 백성의 칭찬과 존경, 흠모의 대상이 되었다.

이러한 청렴의 의미는 공직자가 갖추어야 할 가장 기본적 덕목이고 직장, 학교, 가정 등 어디서나 적용될 수 있는 규범이기에 우리는 청렴한 자세를 적극 실천해야할 원칙이자 과제로 살아야 한다.

다산 정약용 선생은 목민심서에서 “청렴은 관리의 본분이고, 갖가지 선행의 원칙이자 모든 덕행의 근원이니 청렴하지 않고서는 목민관이 될 수 없다.”라고 했다.

이처럼 청렴이란 가치는 오늘날 존

경받고 있는 옛 선인들이 공통적으로 추구한 덕목으로써 과거뿐만 아니라 미래를 열어가는 모든 가치의 기준으로 삼을만하다.

최근 들어 공직자 비리가 연일 끊이지 않는 상황에서 공무원 각자는 투철한 천직 사명과 확고한 사명감을 가지고 자기의 직책에 헌신해야하며 국민으로부터 청렴하다는 신뢰를 받아야한다.

모든 공무원들이 청렴한 정신으로 현신할 때 비로소 우리는 위대한 나라 부강한 선진국이 될 수 있다.

옛 청백리들의 청렴한 삶과 정신을 지키면서 우리의 현실을 뒤돌아보고 마음가짐을 새롭게 출발할 때이다.

오현규 정읍경찰서 상동지구대 경위

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사설

농생명 소프트웨어 융합클러스터의 성과

농생명 소프트웨어 융합클러스터가 사업 시작 1년만에 평가를 보여주고 있다. 도내 기업 59개사를 지원하면서 다른 지역의 기업 9개사가 도내로 이전하게 하는 등의 성과를 보여주었다니 말이다. 근래에 드문 밝은 소식이라 앞으로 농생명 소프트웨어 융합 클러스터의 능력 발휘가 어디까지 미칠지 관심이 크다. 그래서 전북도가 말했던 게 다시 생각나는 오늘이다.

도지사는 예전에 도청 브리핑룸에서 기자회견을 하면서 도정 주요 업무를 밝혔다. 그때 탄소산업 관광사업과 함께 농생명 산업에 주력할 것임을 분명히 했다. 그것은 예전의 업무 방향 그대로 계속 추진하겠다는 의지였는데 도지사가 그렇기 말한데는 그만한 자신이 있어서였을 터이다. 그리고 그것을 농생명 소프트웨어 융합클러스터가 유감없이 보여줬다고 할 것이다. 전북도의 농생명 산업에 대한 꾸준한 진전은 진정성이 돋보이는 것이라 앞으로도 농민들과 도민들로부터 많은 공감대를 얻으리라는 판단이다. 그래서 하는 말인데 전북도는

더욱 힘을 내서 농가의 실제 소득 증대를 도모해야겠다. 전북도는 기회가 있을 때마다 농가의 소득 증대를 말해왔다. 그런데 농촌위실상을 보면 도내 농민들 중에 소득 증대를 말하는 이는 많지 않다. 전북도가 노력을 안 한 것은 아니지만 그 노력이 기대에 못 미치고 있는 것이다. 그래서 다시 말하는데 농생명 산업으로 농가의 소득 증대를 도와야겠다. 지난 날 기회가 있을 때마다 말했던 삼락농정 말이다. 그 삼락농정은 농생명산업과 공학이 잘 맞는 프로젝트가 아닐 수 없다. 전북도는 그동안 농가를 위하여 이런저런 구상을 발표하면서 농민과 함께 하고 있음을 알렸는데 농생명 산업의 허브화 비전과 접목이 있어야 했다.

여대 정부는 지난 수년간 여러 나라와 FTA를 체결했다. 그 체결들은 농가들에게 마이너스로 작용할 것이 뻔했다. 그러므로 전북도는 무엇보다도 농가 소득을 챙겨줘야 한다는 당부이다. 전북도는 농생명 산업을 더욱 크게 일으켜 소득증대를 도모 쪽으로 계속 힘을 실어야겠다.

소외된 발전 현안, 추진 작업 있어야

소외된 발전 현안에 주목해야겠다. 구체적인 작업이 있어야겠다는 지적이다. 지역 발전을 약속한 사업들이 오래도록 소외된 채로 있는데 이러면 곤란하다. 속도감 있는 작업이 없이 세월만 흘러 보내서는 안 된다. 국회와 정부추천 건의 해보고 안 되면 뒤로 물러나기 과연 몇 번이었는가. 지난날 여러 번 주문했던 것을 여기 또 반복한다. 지금이야말로 지역 발전을 위해서 힘을 낼 때이다.

무슨 현안이고 지역 발전을 위해서는 구체적인 움직임이 있어야 한다. 지역 발전 의지를 행동으로 보여야 한다는 이야기이다. 지역 발전을 이끌어주리라는 새만금 사업만 해도 그렇다. 전북도가 수년전부터 속도를 내겠다고 맡은 하고 있지만 미덥지 않다. 정부가 후속책을 내놓으며 견줄음을 보일 거라는 이야기가 있었지만 그게 다 덕담 수준에 불과했으니 말이다. 그래서 무슨 일이고 실제로 구체적인 움직임이 없으면 지역 민심무마용 언론 플레이 정도로 밖에 달리 판단되지 않는다. 이처럼 뜬구름만 떠다니는 완공된 이후 내부 개발 사업이라

는 게 생각했던 것과 비교해 턱없이 못미치지 말아야겠다. 그러니 다른 소외된 현안 사업들이야 오죽하겠는가.

전북도는 소외된 발전 현안 사업에 힘을 쏟아야겠다. 전북도는 지역 발전을 위해서 역량을 온전히 발휘를 해야 한다. 그래서 평가를 보여줘야 한다. 지역 발전의 주무직은 지역 경제와 살림살이의 발전이다. 도민들이 기대하는 것은 큰 데 매번 그에 턱없이 못미치니 유감이다. 그러므로 전북도는 내년도 예산증대를 위해 뛰어야 한다. 그동안 소외된 발전 현안들을 구체적으로 추진하기 위해서이다.

전북도는 우리 지역이 다른 지역보다 뒤처지고 있는 것에 대해 고민해야 한다. 현안사업 소의 문제를 언급할 때마다 했던 말을 또 하거나 전북도의 책임은 막중하다. 전북도는 지역발전 현안사업들을 반드시 실현시켜야 한다. 그러려면 전북도는 끈덕지게 설득작업을 벌여 나가야 한다. 도민들은 전북도에 기대하는 것이 크다. 전북도는 도민의 기대에 부응해 소외된 현안 사업을 위해서 더 뛰어야 한다.

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

