

여름철의

納涼특집

나의 피서 비결

■ 과 대 희



벌써 5월부터 30도를 오르내리는 더위가 심상찮다. (오뉴월 더위에 황소뿔이 물러 빠진다)는 속담이 있지만 음력절후인 것을 감안하면 적어도

두달쯤 계절이 앞서가는 것만은 틀림이 없다. 고작 한옥 마루나 川辺에 앉아 부채로 체운을 식히던 나의 소년시절에 비하면 전자과학이 눈부시게 발달한 오늘날의 더위쯤이야 별로 어려울 것이 없지만 본디 寒冷アレルギー를 선천으로부터 유산으로 물려받은 특수체질인지라 에어컨이나 선풍기 등 문명의利器를 이용할 수

健康管理

暴炎의 여름이 왔다.

이글거리는 태양은 유난히도 우리의 건강을 괴롭히고 있다.

더우기 각종 병마는 때나 만난듯 하늘이 높은줄 모르고 날
뛰는 계절이다.

뜨거운 여름을 만나 이계절을 어떻게 하면 건강하고 슬기
롭게 넘기나를 主題로 하여 納涼특집을 엮어 보낸다.

독자여러분도 건강한 여름을 영위하시기 기원한다.

없어 내게 있어서 여름은 더없이 고통스런 계절이다. 그런 연유로 말미암아 10여년째 한강변에 살고있고 그것도 大燃閣호텔 화재이후 인기없는 고층아파트 13층에 거처를 정해버렸다. (리버 뷰)가 좋은 北窓을 열어 제치면 맑고 시원한 강바람이 쏟아 같이 남쪽 발코니로 빠져 나간다. 아스라히 먼 곳에 우뚝 솟은 仁壽峰과 심심찮게 오가는 京春線 電鉄 그리고 언제나 변함없이 유유히 흐르는 강물뒤로 뻗어 내려다 보이는 금호동 풍경이 마치 한쪽의 서양화를 보는 듯하다. 다만 고막을 찢어놓을 것처럼 轟音을 울리며 질주하는 자동차들만

없으면 설악산의 산장호텔이 부럽지 않을 좋은 경치와 맑고 시원한 바람이 있는 우리 집이다.

천만다행한 것은 이제 산골짜기로 바닷가로 더위를 피해 뺑소니치자는 아이들의 보챌이 없다는 사실이다. 큰놈은 대학에 들어가 탈락할까봐서 안간힘을 쓰는 중이고 둘째는 목하 대학입시준비중인지라 벌써 3년째 아무도 피서여행을 입밖에 내질 못하는 것이다. 가봤자 바가지 요금과 人波에 밀려 짜증스러움만 가중되는 나들이일 바에야 고층아파트 거실에서 풍성하게 맛보는 시원한 강바람이 도리어 더위를 식혀주는 알찬 청

량제일지도 모른다.

그래서 벌써 몇해전부터 仁宗洞 골목을 누비고 다닌 끝에 두툼한 피나무 비독판을 피서용품으로 장만했다. 비록 사방이 콘크리트로 둘러싸인 아파트 거실이지만 마룻바닥에 강화명산 화문석을 펴고 다정한 벚과 마주 앉으면 긴 여름해가 어느새 지고마는 것이다. 간간히 아내가 날라다 주는 콩국이나 시원한 화채는 한결 한 여름의 흥취를 돋구어준다. 단지 아쉬운 것은 하얀 조개껍질로 만든 碁石을 아직 준비하지 못했다는 점이다. 손끝에 와닿는 自然石의 산뜻한 촉감, 그것도 비독판에 닿을 때의 매끄러운 맛을 못잊으면서 石粉을 찍어만든 합성 비독돌을 올해도 버리지 못하는 불만이 자못 크다.

그러나 지난번 전주에서 열린 춘계학회때 아내가 사온 합죽선이 있어 올 여름은 한결 시원할 것 같다. 民画風의 그림으로 유명한 P 화백의 十長生圖(아내가 白紙부책에 그려 받은 것이지만)를 가만히 드러다보고 있노라면 世波에 찌든 나도 신선이 된 기분이 되어 오뉴월 炎天을 잊을 수 있기 때문이다. 친구가 바빠서 찾아오지 않는 날이면 대청마루에 벌렁누워 한가로히 牛睡를 즐긴다. 비록 꿈속이나마 地中海 에도 가보고 남미에서 이름난 이과수폭포도 찾아본다. 그렇다고해서 언제나 이렇게 더위가 무서워 도망다니는

독자만화

“ “ “ “



결승엔 못 갔지만...

서울 마포구 창전동 서강
시범A.P.T3동101호 (김두)

것은 아니다. 매일 아침 한시간정도 인도어 스윙으로 땀흘리거나면 쭈서던 팔 다리가 시원해지고 냉수욕이 하늘을 날듯 하다. 그리고서 막 내팔이 숨쉴 자랑하는, 열무김치국물에 만 인스턴트 냉면을 단숨에 드리키면 뜨거워진 육신은 오장육부로부터 차갑게 식어간다.

그러나 뭐니뭐니해도 한여름의 청량제로서 으뜸을 차지하는 것은 함께 늙어가는 아내가 머리맡에서 부쳐주는 부채바람이 아닌가 싶다. 계곡 나무 밑을 비집고 술술 불어오는 산들바람처럼 감미롭고 산뜻한 부채바람에는 아내의 깊은 정성이 담겨있는 까닭일 것이다.

한 돌보기를 돌려 쓰고있는 아내의 건강이 좋지않아 아무래도 이번 여름은 무더운 긴 계절이 될것만같다.

(前醫協新報 醫師新聞 編輯人)