



Michael Craig Martin, 'Becoming2', Vector Drawings with Bespoke Software Computer and LCD screen, 41.2x33.5x13.8cm, 2003

고향 가는 길 지루하다면 분홍색을 가까이하라

고향 가는 길, 설렘보다 걱정이 앞서는 것은 몇 시간을 운전대와 씨름해야 하는 것과 차 안에서 복작거리며 지루함을 달래야 하는 시간 때문이다. 그 리운 고향에 닿기도 전에 차 안에서, 길 위에서 허비하는 시간은 지루하기만 하다.

고향 가는 길 운전자의 허리, 비운전자의 손목이 괴롭다
고향 가는 길, 운전자는 장시간 운전으로 뒷목과 등이 빠근 해지면서 허리와 무릎에 통증이 생길 수 있고, 비운전자는 지루함을 달래고자 붙들고 있는 스마트폰으로 손목이며 관절에 무리가 올 수 있다.

건강하게 고향 가는 길, 운전자는 바른 자세로 운전해야 한다. 등받이와 의자가 이루는 각도는 90~110°를 유지하고 운전 중 등받이를 뒤로 젖히는 것은 요통의 주범이 된다. 핸들과 발의 거리는 발로 페달을 밟았을 때 무릎이 약간 굽혀지는 정도로 유지하는 게 좋다. 핸들과 손의 거리는 핸들 양쪽을 잡고, 한 손을 다른 손 위에 올려놓았을 때 어깨가 등받이에서 떨어지지 않는 정도가 적당하다. 운전 중 1~2시간마다 휴식을 취하고 간단한 스트레칭을 하거나 차에서 잠시 내려 경직된 근육을 풀어주면 좋다.

하지만 몸을 풀겠다고 갑자기 허리를 비틀거나 굽히고 있던 허리를 심하게 뒤로 젖히는 행동은 오히려 척추에 해롭다.

비운전자는 차 안에서 지루함을 달래기 위해 스마트폰으로 게임을 하거나 영화를 보는데, 장기간 스마트폰을 사용하면 손가락, 손목, 목 관절 등에 무리가 간다. 설 새 없이 움직이고 터치해대는 손목과 손가락 사용은 관절에 무리를 줘 심하면 통증까지 느낄 수 있다.

장시간 스마트폰을 사용할 때는 틴틈이 손목을 털어주거나 손목을 돌려주는 스트레칭을 통해 손가락과 손목의

부담을 덜어주는 게 좋다. 한 시간에 10분 간격으로 휴식을 취하고, 간단한 목 스트레칭을 통해 목 관절을 풀어주는 게 좋다.

부드러운 색채, 지루함을 달래는 분홍색

허리에 무리를 주는 운전, 손목에 무리를 주는 스마트폰 등. 고향 가는 길 잠시 쉬면서 그림 한 장 감상해보길 바란다. 다음 작품은 '영국 개념미술의 1세대'로 불리는 마이클 그리이그 마틴(Micheal Craig-Matin)의 작품으로 그는 영국 골드스미스대학에서 영국 젊은 예술가 그룹을 길러 냈으며, 영국 현대미술 발전에 이바지한 공로로 2001년에는 영국 왕실로부터 커멘더 훈장을 수여받은 작가다.

색채는 물리적인 파장뿐 아니라 색감에서 오는 효과로 여러 가지 영향을 주게 된다. 분홍은 색상으로 볼 때, 주황, 빨강, 자주에 해당된다. 즉 장미빛의 화려함과 빨강의 정열, 오렌지빛의 활동성을 모두 가지고 있다. 다음 작품의 핑크색을 적용할 경우 운전 중 부드러운 감정을 느낄 수 있고, 작품의 핑크색과 어두운색을 함께 조화한다면 지루한 차 안에서 운동감마저 느낄 수 있을 것이다.

마이클 그리이그 마틴의 작품은 9월 25일까지 성남아트센터 큐브 미술관 '영국 로열아카데미 대표작가 전'에서 확인할 수 있다. '영국 로열아카데미 대표작가 전'은 250년 전통의 영국 로열아카데미 대표 작가들의 작품을 볼 수 있는 자리가 될 것이다. **MEDI^YCHECK**