열두 줄, 마음을 고르다

⑤ 젖은 날의 가야금

조율이 뜻대로 되지 않는 날

비가 오는 날은 연습실 문을 여는 순간 알 수 있습니다. 바닥이 약간 축축한 냄새를 품고 있고, 공기가 미묘하게 가라앉아 있습니다. 가야금을 꺼내 무릎 위에 올려 둡니다. 어제와 다르지 않게 정리해 두었고, 줄도 가지런합니다. 그런데 첫 음을 건드리면 바로 드러납니다. 음이 살짝 낮습니다. 하나가 아니라 몇 개가 그렇습니다.

습기를 머금은 명주실의 정직함

비 오는 날엔 늘 이렇습니다. 가야금 줄은 명주실입니다. 습기를 먹으면 늘어집니다. 이론으로는 익히 아는 사실인데, 막상 손에 걸리는 느낌이 달라지면 마음이 먼저 불편해집니다. 어제 공들여 맞춰 둔 조율이 하루만에 흐트러졌다는 게 못마땅합니다.

안족을 밀어 봅니다. 그래도 부족하면 줄 끝에 묶인 굵은 실타래, 부들을 풀어야 합니다. 부들을 풀었다가 다시 감아 묶는 일은 생각보다 손이 많이 갑니다. 줄을 당기며 팔에 힘이 들어가고, 어깨도 같이 굳습니다. 한 줄을 맞추면 다른 줄이 내려가 있습니다. 두 줄을 올리면 처음 줄이 또 낮습니다. 몇 번을 반복하다 보면 속에서 뭔가 끓어오릅니다.

조율이 어긋날 때마다 마음도 함께 출렁입니다. 어제의 나와 오늘의 내가 다르지 않다고 믿고 싶지만, 손끝은 그 차이를 먼저 압니다. 같은 악기, 같은 자리인데도 소리는 미묘하게 달라집니다. 그 사실이 괜히 얄밉습니다.

툭 끊어진 줄, 손등의 얼얼한 파열음

괜히 날씨 탓을 합니다. 비가 와서 그렇다고, 오늘은 습해서 문제라고 중얼거립니다. 손은 계속 움직이면서도 마음은 딴 데 가 있습니다. 조금 더 세게 당겨 보다가, '툭' 하고 줄이 끊어집니다.

짧고 마른 소리. 동시에 끊어진 줄이 튕겨 올라 손등을 칩니다. 얼얼합니다. 순간적으로 "아!" 소리가 나옵니다. 손등을 문지르며 잠시 멍하니 앉아 있습니다. 이럴 때 제일 먼저 드는 생각은 대단한 것이 아닙니다. 그냥 케이스에 가야금 넣고 집에 가 버릴까, 그 생각입니다. 비도 오고 줄도 끊어지고 손도 아픈데 굳이 오늘 이렇게까지 해야 하나 싶습니다.

연습실 안은 조용하고 창밖에서는 빗소리가 꾸준히 이어집니다. 유리창에 맺힌 물방울이 천천히 흘러내립니다. 시간도 그 속도에 맞춰 느려진 듯합니다. 그래도 일어나지는 않습니다. 끊어진 줄을 걷어 내고 새 줄을 겁니다.

부들로 줄을 당기고 또다시 조율하기를 반복합니다. 하지만 습기를 가득 머금은 명주실은 좀처럼 말을 듣지 않고 겉돌기만 합니다. 눅눅한 공기 탓에 손끝마저 조금 서툴러지지만, 몇 번의 실랑이 끝에 음이 겨우 자리를 잡고 나서야 비로소 짧은 숨을 고릅니다.

비 오는 날 습기로 느슨해진 가야금 줄
무겁고 낮게 퍼지는 음에 여백 넓어져
늘어진 줄의 울림, 마음 되돌아보게 해

눅눅한 울림으로 끝까지

조율을 마친 뒤 마지막으로 하나씩 음을 확인합니다. 대강 자리가 잡힌 듯합니다. 저는 아무 말 없이 곡을 시작합니다. 비 오는 날의 소리는 평소보다 무겁습니다. 맑게 튀어 오르지 않고 낮게 퍼집니다. 음과 음 사이가 조금 더 눅눅합니다. 예전 같으면 이 상태가 마음에 들지 않았을 겁니다. 하지만 오늘은 그냥 갑니다. 이 소리로 한 번 끝까지 가 봅니다.

손끝이 줄을 타고 오르내립니다. 농현을 조금 더 길게 끌어 보고, 숨을 한 박자 늦춰 봅니다. 평소보다 여백이 넓어집니다. 빠르게 흘려보내던 부분도 오늘은 머뭇거리듯 머물다 갑니다. 눅눅한 공기가 오히려 소리를 붙잡아 두는 듯합니다.

연주를 하다 보면 아까 끊어진 줄 생각이 불쑥 올라옵니다. 손등의 얼얼함도 남아 있습니다. 그래도 손은 계속 움직입니다. 낮은음은 낮은음대로, 조금 둔한 울림은 그 울림대로 이어집니다. 그때마다 다시 맞추고 다시 시작합니다. 연습실에서도 마찬가지입니다. 어제와 같은 소리를 기대하는 쪽이 오히려 욕심일지도 모릅니다.

조금 젖을 각오를 한 채로

창밖의 빗소리가 조금 더 거세집니다. 집 가는 길이 걱정됩니다. 신발이 젖을 생각을 하니 괜히 마음이 급해집니다. 이 곡을 여기서 멈출지, 아니면 한 번 더 반복할지 잠시 고민합니다. 결국 한 번 더 합니다. 완벽하게 맞지 않은 줄로, 약간 늘어진 장력으로, 오늘의 상태 그대로 한 곡을 마칩니다. 소리는 맑지 않지만 끊기지는 않습니다. 생각보다 안정적입니다.

연습을 마치고 끊어진 줄을 손으로 모아 쓰레기통에 버립니다. 그리고 부들이 제대로 묶였는지도 살핍니다. 케이스를 닫는 순간까지도 빗소리는 계속됩니다. 오늘은 조율이 완벽하지 않았습니다. 줄도 끊어졌고 손등도 얼얼합니다. 그렇지만 연습은 했습니다. 중간에 덮지 않았고 끝까지 한 곡을 마쳤습니다.

비 오는 날의 가야금은 조금 느슨합니다. 저 역시 그렇습니다. 그렇다고 해서 아무 소리도 내지 않는 것은 아닙니다. 늘어진 상태로도 다시 묶고 다시 당기며 제자리에서 울립니다. 완벽하지 않아도 오늘의 공기 속에서 나는 소리입니다.

비는 여전히 내립니다. 저는 우산을 펴고, 조금 젖을 각오를 한 채 걸음을 옮깁니다.

가야금 명상곡 'Healing Me' 바로 가기



이현아 국악명상연구소장

동네약국 사용설명서

㉙ 어린이가 있는 집 상비약 리스트

"어린이 응급 상황 미리 대비하세요"

아이는 어른에 비해 면역 체계가 제대로 갖춰져 있지 않기 때문에 열도 자주 나고 아프다.

넘어지고 부딪치는 일도 잦아 상처도 잘 생긴다. 상처에는 밴드가 필요한데 아이들은 밴드를 무슨 스티커처럼 여겨서 잠시만 눈을 돌려도 밴드 한 통 정도는 그냥 사라지고 없는 경우가 부지기수다. 사실은 스티커보다 밴드 값이 더 저렴하기도 해서 오히려 좋은 건 함정이다.

어린이가 있는 집은 어른과 어린이의 상비약을 구분해 준비하고 보관해 둬야 한다. 어린이들이 알약을 먹지 못하고 복용 나이 제한이 있는 약도 꽤 많이 있기 때문이다.

더군다나 영유아는 입으로 무언가 가져가는 습관이 있으므로 약을 반드시 분리해서 보관해야 불필요한 약화 사고를 예방할 수 있다.

성인 상비약은 1인 가구 상비약과 같도록 준비하면 되니 지난 27호에 게재한 팁을 참고하면 무난하고, 어린이용 상비약은 다음과 같이 준비하면 된다.

① 해열진통제

해열진통제는 교차 복용이 가능하도록 아세트아미노펜 성분의 시럽 제품과 이부프로펜 혹은 덱시부프로펜 성분의 제품으로 두 가지 준비한다.

아세트아미노펜 성분의 시럽은 만 4개월 이상 복용 가능하다고 하는데 그보다 어린 경우에도 다른 대안이 없으므로 6개월 이하라면 사실상 선택지가 이것뿐이다. 열이 심해서, 혹은 잘 때 열이 나서 약 복용이 어려운 경우라면 아세트아미노펜 성분의 좌약도 준비해 두면 좋다.

맥시부펜으로 유명한 덱시부프로펜 성분은 6개월 이상부터 사용할 수 있고, 부루펜으로 유명한 이부프로펜 성분은 12개월 이상부터 사용 가능하므로 자녀의 개월 수에 맞춰 준비하면 된다.

② 소화제 · 위장약

설사가 날 때 만 2세 이하의 아이에게는 안타깝게도 사용할 수 있는 지사제가 없다. 상비약으로 소화 정장제 시럽을 준비하고, 소화가 정상적으로 잘 될 수 있도록 유산균을 꾸준히 챙겨 먹이는 것이 대안이 될 수 있다.

소화 정장제 시럽은 직접 설사를 멎게 하는 것은 아니고 장 기능을 정상화해 회복을 돕는 역할을 하므로 여러 증상에 두루 사용할 수 있다.

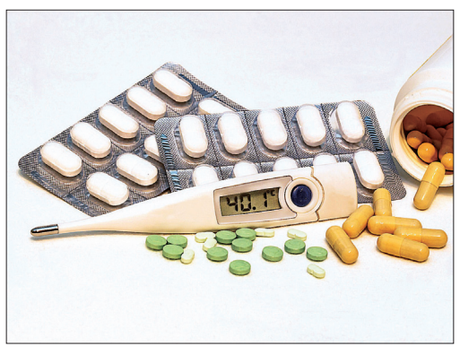


사진 출처=픽사베이

발열 시 교차 복용 두 성분 해열제 구비
배탈에 정장제 시럽과 유산균, 관장약도
발진 · 벌레 물림 연고, 보습제 준비해야

요즘은 마시는 수액으로 잘 알려진 경구 수분 보충액(ORS)도 상비약으로 준비하는 경우가 많다. 어린이들은 탈수 진행이 빨라서 설사나 구토를 무조건 멈추는 약보다는 수분 보충을 잘해 줘야 회복에 도움이 되기 때문이다.

영유아는 설사보다 오히려 변비로 힘들어하는 경우도 많다. 아이를 키우다 보면 며칠 변을 못 봤다 싶을 때, 밤에 자다가 갑자기 배를 부여잡고 응가가 마렵다며 데굴데굴 구르는 상황을 한 번쯤 겪은 기억이 있을 것이다. 세 아이 아빠인 내가 세 번 정도 마주했으니 통계적으로 아주 정확할 것이다.

늦은 밤에 당황스럽게 고생을 하지 않도록 관장약 정도는 하나쯤 준비해 두는 것도 도움이 된다. 500원 남짓한 관장약이 없어서 응급실에 가는 경우를 맞이하고 싶지 않다면 말이다. 호미로 막을 것을 가래로 막게 될 수도 있다.

③ 종합감기약 · 알레르기약

종합감기약과 알레르기약도 모두 시럽 제형이 있으니 준비해 두는 것이 좋다. 단, 만 2세 이하는 복용할 수 없으니, 병원을 방문해 증상과 체중에 맞게 처방을 받아야 한다. 코가 자주 막히는 아이라면 진득한 코를 녹여 내어 코막힘을 완화하는 생리식염수 스프레이도 함께 준비하자.

④ 소독약 · 외용제

어린아이는 기저귀 발진으로 엉덩이가 짓무르는 경우가 자주 생기므로 기저귀 발진 연고와 보습제를 상비해 두고, 소독약은 저자극용 스프레이로 준비한다.

외부 활동이 많다면 나이에 맞게 벌레 물림에 사용하는 연고도 구입해 두자.

⑤ 기타

귀 체온계, 해열 패치를 기본적으로 준비해 두는 것이 좋다.

호흡기 증상이 잦은 아이들은 약을 연기 형태로 내뿜는 호흡기 치료제(네뷸라이저)를 자주 이용하게 된다. 호흡기 치료 기기인 네뷸라이저도 휴대용과 고정형이 있으니 필요에 맞게 구비해 두고, 약을 소량 덜기 위해 시럽 병이나 바늘을 제거한 작은 주사기도 집에 준비해 두는 것이 좋다. 갑자기 눈금이 표시된 시럽 병이 보이지 않으면 약이 있어도 먹일 방법이 없어 당황스럽다.



임종섭
울산희망약국 대표약사

지장보살 영옥함



지장보살 좌대에 영옥으로 봉안

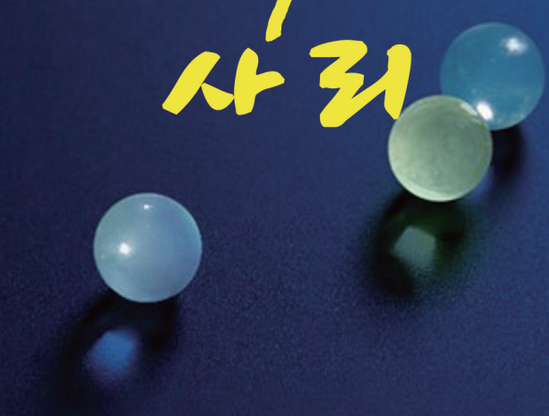
사찰 납골의 혁신

- 유골이 보석화 되어 깨끗하고 변질이 없습니다.
- 납골의 곰팡이, 변질, 벌레 발생 근본적 해결함.
- 친숙한 사리 형상으로 거부감이 없습니다.
- 모시는 환경과 장소에 구속 받지 않고 경제적
- 관리가 어려워진 산소 정리 후 개장 유골도 가능
- 변질되어 악취 발생 및 물이 찬 유골도 가능함
- 고인별로 영옥의 색상이 다르게 발현됨
- 22년간 기술을 발전시켜 고인 고유의 아름다운
- 색상을 발현시키는 기술이 검증된 원조 회사
- 생성 소요 시간 60분 소요
- 납골을 모셔오고 생성 후 모셔 드리는 서비스 있음
- 영옥의 색상과 량은 고인 별로 다르게 발현됩니다.

깨끗한 오리지널 유골보석

직통상담 010-5235-2677
홈페이지 www.holytec.com

깨끗한 오리지널 유골보석
영옥(靈玉) 사리



SINCE 2002
오리지널 유골보석 전문업체
주식회사 본 향

NAVER 영옥사리 검색