

제13주제 – 그린을 통한 건강 행복 증진 – 우리 시대 정원의 이유

2016년 11월 17일

주제발표 | 성종상 (서울대학교 교수)

초청토론 | 정옥주 (서울대학교 교수)

진행 | 김광중 (주임교수)

발제요지

녹색환경과 건강 행복 간의 관계: 현대 기계가 신체의 일부가 된 도구인간을 호모 파버(Homo Faber)라고 한다. 인류가 진화하고 기계문명이 발달하면서 인류는 신체운동능력을 많이 잃었다. 동시대 한국인 삶의 현주소를 보면, 자살률이 OECD 국가 중 8년 연속 1위, 출산율이 최저다. 특히 청소년의 사회적 상호작용 역량지표는 36개국 중 35위였는데, 2011년에는 관계지향성, 사회적 협력 지수가 '0'이라는 충격적인 결과가 있었다. 우리 아이들은 어디에 있는가? 초등학교 아이들로 꽂았던 지하PC방을 보고 충격을 받았던 경험이 있다. 게임하는 아이들이 가상적으로 죽이는 사람 수가 1일 평균 1,500~1,800명이라고 한다. 아이들이 의식과 감성이 자라기 전에 가상이지만 잔인한 환경에 빠져 있다. 조경가로서 그 해법을 좋은 자연과 그린에서 찾고자 한다.

에드워드 윌슨(Edward Wilson, 1984)은 “Biophilia” 가설을 소개했다. Biophilia는 인간과 생명계 사이의 본질적/태생적 연대(intrinsic bond)를 말한다. 조선시대 선

비들도 자연의 아름다운 경치를 몹시 사랑하고 즐기는 성벽을 천석고황(泉石膏肓), 연하고질(煙霞痼疾), 연하지벽(煙霞之癖)으로 자주 표현하였는데, Biophilia와 일맥상통한다. 윌슨이 깨닫기 훨씬 전부터 우리는 자연과의 깊은 연대의식을 삶 속에서 지녀왔다. 녹색환경이 우리에게 어떤 효용이 있는가? 자연 혹은 그린은 환경적, 경제적, 사회적, 문화적, 미학적, 심리적, 생리학적인, 여가적인 서비스를 제공한다. Pretty et al.(2005)는 자연/녹지공간과 관계 맺는 3가지 레벨은 1) 단순한 시각 접촉, 2) 자연/녹지 근처에 있기, 3) 자연/녹지에의 적극적 참여(gardening, farming, walking etc.)가 있다고 한다. 녹지가 건강/행복에 미치는 첫 번째 효용은 육체적인 것이다. Mass(2008)는 비타민 G를 통해 녹지와 근접성과 사망률 간의 상관성을 밝힌 바 있다. Hillson(2006)은 육체적 비활동(physical inactivity)으로 인한 사망자수가 매년 전 세계 190만 명이라고 밝혔다. 녹지와 자연환경은 적극적 레크레이션 및 운동의 촉진제 역할을 함으로써 질환을 예방할 수 있게 한다. 녹지가 건강/행복에 미치는 두 번째 효용은 생리학적인 것이다. 스트레스를 많이 받았을 때,

산에 오르면 땀이 나면서 스트레스가 많이 사라지는 것을 경험할 수 있다. 임학 분야 연구에서는 산림 환경 속에서 놀았던 아이들의 학습능력, 지구력이 향상된 점을 입증하고 있다. 녹지가 건강/행복에 미치는 세 번째 효용은 정신적인 것이다. 영화 아바타에서 자연과 교감하는 장면들이 등장한다. 자연과의 정신적 교감은 정신적 유대감, 자족감, 행복감을 준다. Thompson(2011)은 자연을 온 감각으로 기쁨을 맛볼 수 있는 상징적 장소로 “Paradiseal Peace”라는 용어를 제시 했다. 고대 수메르에서는 자연을 질병조차도 근접할 수 없는 장소로 여겼다. 최근 자연에서의 몰입감, 집중력 향상 등에 관한 주제로 연구들이 활발히 진행되고 있다. 녹지가 건강/행복에 미치는 네 번째 효용은 심리적/감정적인 것이다. Kaplan and Kaplan (1989)은 주의를 환기시키되 성찰 여지를 주는 심미적 경험을 자연환경의 “Soft fascination”이라고 했다. 일례로 길을 가다가 좋은 잔디밭이 있으면 쉬거나 누워 있다가 가고 싶게 하는 마음을 불러일으키는 것이다. 녹지가 건강/행복에 미치는 다섯 번째 효용은 사회적인 것이다. 공용의 녹지공간은 구성원들 간의 비공식적 접촉 기회를 증대시키고 주민들 간의 연대감, 안정감, 적응감, 공동체 의식을 강화시킨다. Kuo et al.(1998)의 연구에서 녹지(green space)와 사회적 자본(social capital) 사이에는 높은 상관관계가 있다는 것이 밝혀졌다. Green Space를 공급하면 거기에 사람들이 모여면서 비공식적인 접촉(informal contact)이 증대한다는 것이다. Sullivan and Kuo(1996)는 공동주택 근처에 잘 가꾸어진 나무가 있는 그 단지 내의 가정폭력이 줄어들었다고 했다. Donovan et al.(2012)는 잘 관리된 나무와 잔디는 범죄 행위를 저감시키는 효과가 있다는 연구결과를 발표했다.

녹색-건강 위상학(Green-Health Topology) : 녹색-건강 위상학은 녹색환경과 건강과의 관계를 모색하는 것이다. 녹색-건강 위상학의 범주는 공간환경(교통, 도시, 건축, 조경), 자연환경(산림, 생태, 환경과학), 신체 의료 환경(보건, 의료, 간호), 예술 체육환경(체육, 음악, 미술), 사회환경(심리, 사회, 복지, 지리, 관광) 등이 있다. 창세기에도 좋은 음식과 좋은 환경이 건강과 이상적인 삶의 중요한 요소라고 했다. 에덴은 그 대표적인 곳으로서 이상

향(paradise)인 셈이다. 예전에는 아들을 낳으면 소나무를 심고, 딸을 낳으면 오동나무를 심었다. 이제는 출산하면 나무를 심던 전통이 사라졌다. 강남 경남아파트에 살던 시절, 역말 도당제(2006. 10월)를 본 적이 있는데, 이는 나무를 매개로 사회적 자본(social capital)이 축적되는 사례였다. 전통마을에서 정자목이 있는 마을과 정자목이 없는 마을의 주민 간 관계의 상관성에 대한 연구에 관심이 있다. 정자목이 주민들의 연대감 형성에 긍정적인 역할을 할 것으로 예상된다. 그리스/로마 시대의 Aesclepius 신전은 치유의 신(뱀)을 모신 신전으로 샘, 목욕장, 체육시설, 치유정원이 있어 환경까지 통합된 치료센터 역할을 했다. 히포크라테스(Hippocrates B.C460~B.C370)는 바다와 해안을 조망할 수 있는 낮은 언덕에 Asklepiions(고대 치유사원)을 짓고 사람들을 치료했는데 그 때 사원에 있던 나무는 현재 그리스 기념우표에 실릴 정도로 유명하다. 중세 수도원 내 위치한 병원에서 약초원, 텃밭, 중정, 레크레이션용 초지를 조성했다. 가드닝을 통한 노동과 건강을 강조한 것이다. 흔히 공원을 ‘도시의 허파’라고 표현하는데, 1766-68년 영국수상이었던 William Pitt the Elder가 처음 “The lung of London”이라고 한 데서 유래했다. 그 후 도시공원은 도시의 공중위생과 직결된 요소로 간주되었고 마침내 1848년 영국「공중위생법(Public Health Act)」을 탄생시킨 계기가 되었다.

이 시대에 그린과 정원이 왜 중요한가? 여기서는 동시대 한국 상황에서 두 가지 이유로써 탈산업화시대에 정원이 갖는 의미, 한국인의 자연관/미학에 대해 살펴보도록 하겠다. 커뮤니티 가든(community garden)은 구성원 간 사회적 접촉을 유발하고 촉진한다. 실제 아파트단지 내 사회적 자본 축매제로서 텃밭의 가능성에 대한 연구를 했다. 용인 죽전의 동일 하이빌을 대상으로 텃밭에 많이 참여하는 가구와 참여하지 않은 가구의 사회화 차이에 관해 연구하였는데 텃밭 참여주민이 비참여주민보다 훨씬 복잡한 관계망과 활동이 있는 것으로 나타났다. 일본 쓰나미가 발생한 후인 2015년에 미국 하버드대 사회학자가 훼손된 커뮤니티의 회복력과 사회적 자본(social capital)의 관계를 연구한 결과, 평소 이웃관계가 긴밀하고 높은 사회적 자본을 형성한 커뮤니티가 탄성회복력

이 더 높다고 나타났다.

몇 해 전, 서울대학교 건강주간을 기획해서 ‘치유 정원’을 만들었다. 조경학과, 의류학과, 미술학과 등 학생들이 정원 만드는데 참여했다. 치유의 대상은 사람 뿐 아니라 도시도 포함된다. 포스트 인터스트리얼 파크(Post Industrial Park)의 대표적인 사례로 미국 뉴욕의 하이라인(High Line)이 있다. 1999년도에 제가 설계한 선유도 공원 또한 산업과 기능이 끝난 공간을 공원으로 치유했던 사례다. 자연과 산업적 물적 요소의 조합이 참신하게 느껴졌다. 자연이 주는 아날로그 감각은 특히 기계문명에 익숙한 아이들에게 더 중요하다. 선유도 공원에 포플러 나무로 직사각형 형태로 줄을 맞춰 심은 곳이 있다. 공원화 과정에서 없앤 건물에 대한 일종의 오마주로서 나무로 만든 건물로 표상하고자 했다. 거기에 나무의자가 있는데 사람들이 앉아서 책을 보거나 쉬고 있는 모습을 보면 설계자로서 기분이 좋다. 마치 반짝반짝 빛나며 작은 손바닥을 흔드는 것 같은 포플러 나뭇잎들이 시각을 자극하고, 바람에 잎사귀가 사각거리는 소리가 청각을 자극하면서 우리는 자신도 모르는 사이에 치유의 시간을 가질 수 있다.

판다, 코알라, 대나무, 유칼립투스 중에서 유사한 사진끼리 짝을 지어보자. 『생각의 지도』를 쓴 사회심리학자 리처드 니스벳(Richard E. Nisbett)은 생각의 공간적, 지리적 분포가 다른데, 서양 아이들은 주체지향적이고 동양 아이들은 주로 관계지향적이라고 한다. 한국 사람은 유난히 관계 지향적이다. 한국 사람이 흔히 쓰는 ‘우리’라는 말이 참 흥미롭다. 말이 안 되는 말 중에 하나가 ‘우리 마누라’다. 몇 해 전 ‘우리 형’이라는 영화를 외국에 수출할 때 번역을 하는데 ‘our brother’로 하면 외국 사람들이 이해하지 못해서 결국은 ‘my brother’로 결정되었다고 한다. ‘우리’라는 말은 우리만이 가지고 있는 공동체 의식이 바탕이 된다. 그리고 자연과 가까이 하려는 생태지향적 의미를 나타낸다.

국토경관은 자연관은 물론 사람의 심성을 함양시키는 중요한 자양분이다. 회사후소(繪事後素)는 바탕이 좋아야 그림이 좋다는 뜻이다. 한국국토 경관미학의 바탕(素)으로서 국토, 곧 산수와 기후라는 두 가지 자연요소

를 살펴보자. 첫째로 산수는 한국인에게 은혜로운 자연을 대표하는 존재이면서 국토경관의 정수로 간주되어 왔다. 특별히 산이 많고 물이 풍부한 한국에서 산수는 생존을 위한 필수조건이면서 국토경관을 이루는 주요소가 된다. 풍수나 배산임수와 같은 정주환경을 따지는 이론에도 산과 물은 가장 핵심이 되는 요소이다. 그러면서 경관을 형성하는 주요소이기도 하다. 한국의 자연을 그린 그림을 ‘산수화’라고 칭하는 것도 그런 까닭이다.

두 번째는 기후적 특질이다. 온대기후대에 속한 한국은 뚜렷한 사계절을 갖는다. 봄-여름-가을-겨울로 이어지는 4계절은 생동감, 리듬감, 순환성, 그리고 나아가 윤희 사상과도 연결된다. 우리는 순환되는 계절을 통해 많은 것을 몸으로 배워왔다. 추운 겨울이 아무리 혹독하더라도 석 달만 지나면 봄이 온다는 것을 우리는 안다. 고난을 참고 기다리면 마침내 이겨낼 수 있다는 깨달음을 우리는 일찍부터 얻어 온 셈이다. 정선 아리랑은 이 같은 우리네 국토자연의 특질, 곧 곡과 순환성의 미학이 예술로 승화된 음악이 아닐까 한다.

조선시대 지도는 산 분수령 아래 물줄기를 표현한 유역도가 많았다. 이는 현대 경관생태학의 유역구분도(watershed)와 유사하다. 행정구역에서 ‘동(洞)’자는 물을 공유하는 공간 개념이고 ‘동네’는 물을 공유하는 공간 단위다. 한국의 자연에 산이 많고 물이 굽이치는 환경에 오랫동안 살아온 결과다. Bishop은 조선 사람들은 날씨가 좋으면 산에 올라 노래 부르기를 즐긴다고 했다. 겸재 정선의 「필운상화(弼雲賞花)」에서 보듯이 산에서 술을 마시며 시를 쓰는 모습이 있다. 우리 민족은 시와 노래를 통해 자연에 대해 찬미했다. 자연이 정말 좋아서였다. 와쓰지 데쓰로는 그의 저서 <풍토와 인간(1993)>에서 “... (일본인들은) 무질서하고 황량한 자연 가운데서 자연의 순수한 모습을 탐구... 그것을 정원에 재현했다. ... 일본 정원은 자연미의 순화 이상화일 뿐...”이라고 했다. 일본의 자연 환경은 너무 거칠다. 그래서 일본인은 거친 자연과 대비되는 정원을 만들었다. 거꾸로 뒤집으면 우리 정원에 대한 답이 나온다. 한국인에게 자연은 풍요롭고 감사한 존재였다. 우리네 전통정원들이 세계적으로 유래가 없을 정도로 자연친화적인 형태를 취한 것도 그 까닭이다.

그구체적인 사례로서 구곡과 정자를 들 수가 있다. 구곡(九曲)은 주자의 무의구곡(武夷九曲)에서 유래했다. 조선의 선비들이 주자를 따라하면서 조선에 400여개의 구곡이 있었다고 한다. 곡(曲)은 굽은 것을 뜻하고 우리 경관을 잘 표현한다. 산과 물이 만나면서 어디서나 곡(曲)을 빚어냈다. 회룡포의 강물은 거의 360도로 돌아간다. 곡이 우리 땅과 잘 맞았기 때문에 조선에서 유행이 된 것이다. 구곡을 통해 선비들은 우리 산수를 심미적으로 즐길 수 있었다. 정원의 양식으로 보자면 곡(曲)은 질서가 없는 것처럼 보인다. 정자 두어 개 외에는 거의 다 자연이다. 인위를 가하려 하기 보다는 우리는 명명제영(命名題詠, 이름을 붙이고 시를 지어 읊음)과 같은 방식으로 있는 그대로 자연을 즐기고자 했다. 주세붕 선생이 먼저 청양산에 올라가서 이름을 다 지어버려서 퇴계 선생이 질투를 했던 일화가 있을 정도다. 명명, 곧 자연물에 이름을 부여한다는 행위는 상당히 중요한 의미를 갖는다. 김춘수 시인의 ‘꽃’이라는 시에서 그렇게 아름다운 꽃도 이름을 불러주었을 때 비로소 의미를 갖는 것처럼 자연에 이름을 짓는다는 것은 자연과 관계 맺기의 중요한 방편이자 결과이다. 또 다른 예로 정자를 보자. 우리나라 정자의 특징은 벽이 없고 기둥만 있다. 주위의 자연과 있는 그대로, 아무런 장애물 없이 기꺼이 관계 맺고자 하는 의식의 산물인 것이다. 그러니 우리 정원에서는 담장도 유별나다. 집을 둘러싸 보호하기는커녕 중간에 슬며시 사라진다. 도둑이 못 들어오게 하는 기능보다는 디자인적 요소로 생각했던 것이다. 이런 모든 정원 조영행위의 전제는 있는 그대로의 자연을 감사히 생각하고 그래서 있는 자연조건을 잘 읽어 내는 것이 대단히 중요하게 간주되었다. 조선 선비들은 ‘유(遊)’를 통해 산과 자연을 답사하면서 열심히 ‘땅 읽기’를 하고, 그곳에 있는 자연(물)의 특질을 찾아내고서는 그것과 심리적 교감을 하면서 이름을 짓거나 시로 지어 즐겼던 것이다.

독일의 프라이부르크에 있는 아이들 놀이터 시설이 영성해 보여서 왜 그런지 물었더니 아이들이 직접 만든 것이라고 했다. 베를린에 갔을 때 목수가 아이들과 의논하고 변경하면서 놀이터를 만드는 모습을 본 적이 있다. 독일 북부의 킬 하세 생태단지는 단지 외부에 주차장을

만들고 보행전용으로 계획되어 있다. 단지내부의 자연에서 캠프파이어와 바비큐를 하면서 생일을 축하하는 아이들의 모습을 보니 감동적이었다. 이처럼 그린(green)이 눈에 보이기 위한 것이 아니라 삶을 바꿀 수 있는 촉매제가 되어야 한다. 독일 저술가 Christoph Koch는 『무엇이 우리를 행복하게 하는가』라는 책에서 행복을 살 수는 없지만 행복을 찾을 수는 있을 것이라고 생각하고 1년 동안 행복을 찾고자 했다. 그가 최종적으로 찾은 행복은 결혼과 가드닝이었다. 인간으로서 행복하기 위해서는 자연과 관계 맺기를 해야 한다. 파악하기만 한 현대 도시생활에서 가드닝이 어렵다고 여기는 분들에게는 뜻으로 만든 정원인 의원(意園), 곧 상상의 정원을 추천한다. 의원은 다산 선생도 즐겼다. 텃밭을 귀중히 여기고 찔레꽃으로 울타리를 쳐서 향기로 피로를 씻었다고 한다. 다산 선생의 글 모음집인 『뜯 세상의 아름다움』에서 ‘은자의 거처’를 참고해보길 바란다.

초청토론

정옥주 교수: 정원을 즐기는 방법은 노동이다. 제가 정원을 직접적으로 가꾸는 것에 관심을 가진 것이 10년이 채 안 된다. 2011년에 영국정원 답사를 통해 개인 정원을 여러 군데 방문했다. 한 가지 특징적인 것은 개인 정원을 방문할 때마다 집주인이 작업복장으로 손님을 맞이한다는 것이다. 흙을 만지고 생명을 키우는 정원문화를 감지할 수 있었다. 그다음해 연구년에 실무활동을 했었다. 개원 15주년을 맞이한 한 삼성미술관 회원의 플랜팅 리노베이션에서 실제 작업을 배우기 위해 작업자로 참여해서 많은 초화를 심었다. 작업을 하는데 옆에 지나가던 아이 엄마가 아이에게 “공부 못하면 저렇게 된다”고 했다. 우리의 정원노동에 대한 현실인듯하다. 당시 읽었던 책을 떠올렸다. 사람의 본질은 돌봄에 있고, 정원의 본질도 돌봄에 있다고 했다. 정원을 가꾸는 작업을 하면서 날씨에 예민하게 되었고, 땅에 더욱 관심을 갖게 되었다. 정원을 가꾸는 작업을 하면서 훨씬 더 많은 식물을 구별할 수 있게 되었다. 전보다 관찰력이 좋아졌고 더 나의 직업인 조경에 애착을 갖게 되었다. 정신적으로, 신체적으로 건강

해졌다. 아직까지 계속 작업을 해오고 있다. 땅에서 노동을 하고 땅을 돌보다 보면 땅을 더 걱정하고 더 관심을 갖게 될 것이다. 땅에 대한 걱정과 관심이 커지면 이것이 확장되어 국토경관도 건강해질 것이라고 생각한다.

종합토론

그린 환경의 건강효과 : 박상권 교통안전관리공단 연구위원(33기)은 일본도 근대국가로 변모하면서 정원에서 공공의 개념이 강조되어 공원으로 발전했다는 점을 말하면서 정원과 공원이 지닌 치유력을 뇌과학으로 해석할 수 있는지에 대해 질문하였다. **성종상 교수**는 뇌과학과 관련하여 에든버러 대학의 톰슨 교수 연구팀에 의해 노인들이 어떤 활동을 할 때 뇌의 어떤 부분이 활성화되는지 밝혀지고 있으며, 뇌과학자, 인지과학자, 조경학자들이 협력해서 치매 예방을 위한 연구까지 진행되고 있다고 소개하였다. 앞으로 뇌과학 분야와 환경 분야의 융합연구가 활발해질 것으로 전망하였다.

경관의 공공성과 정원의 사회적 가치 : 최진욱 해안건축 소장(33기)은 서울이라는 대도시에서도 산이 보일 정도로 우리나라 경관이 좋다고 생각하지만 송도 신도시 통영축 계획에서 보듯이 인위적인 경관축으로 인해 외부 경관을 제대로 감상하기 어려운 경우도 있다는 문제를 제기하였다. 또한 경관의 사유화 문제는 전문가들이 책임의식을 가지고 바로잡아야 할 것이라는 의견을 주었다. **성종상 교수**는 그런 문제에 대해 우리 모두의 자각이 필요하다고 공감하면서 특히 지도층의 의식변화가 아쉽다고 말했다. 일례로 영국 찰스황태자의 정원을 방문했을 때의 경험을 들었다. 그는 평상시 작업복에 장화를 신고 직접 가드닝을 하는 것을 즐겨서 '유기농법 정원'에 관한 책을 쓸 정도로 식견 높은 정원가라고 했다. 아울러 그는 자신의 정원을 다른 사람들과 나눌 수 있는 것이 참으로 기쁘고 중요하다는 생각을 가지고 있었다고 소개했다. 영국에서는 정원을 영혼이라고 생각하며, 보살핌(care)와 나눔(share)은 정원의 중요한 가치인데 우리의 정원에서도 이러한 나눔의 가치가 실현되는 전통이 있다

는 점을 상기시켰다. 예를 들어 할아버지가 정원의 풍경을 보고 느낀 감흥을 정자의 편액에 쓰고 세월이 지나 아버지, 손주 혹은 다른 이가 이를 보고 공감하면서 또 감흥을 느끼고 시로 쓰기도 했다. 다만 한국인들이 일제 식민지와 한국전쟁을 겪었고 이후 고도 성장기를 거치는 과정에서 집단적인 기억상실증에 빠진 듯 잃어버린 것이 너무 많다는 문제를 제기했다. 다행히 요즘 관심이 높아진 걷기, 등산, 캠핑, 정원, 요리 등을 환경과의 교감을 회복하려는 욕구를 드러내는 것으로서 긍정적으로 평가했다. 정원이 단순히 눈을 즐겁게 하는 것이 아니라 삭막해진 정신을 치유하고 가치를 기억하며 다른 사람들과도 이러한 가치를 나누기를 희망하였다.