

COLOR & LOHAS

김희섭

CO&NUBL 대표이사/동아대학교 생활과학대학 의상섬유학부 겸임교수

서 론

2004년 우리는 웰빙 열풍 속에서 살았으며 사회, 문화의 모든 방향으로 확대되었다. 바야흐로 ‘요가 자본주의’가 시작된 듯 웰빙이 경제 전반의 트렌드 키워드가 되고 있다.

웰빙 페어에서 주관한 조사에 따르면 과거에는 웰빙하면 떠오르는 키워드는 명품, 유기농 등이었으나 이제는 친환경 / 친건강 / 건강한 아름다움 / 소비 기반의 지속가능 등이 조사 결과에서 보고된 것을 보면 소비자들도 웰빙을 넘어 로하스로의 이해가 자리 잡고 있음을 알 수 있다.

환경과 자유롭게 살지 못하는 유일한 생명체라고까지 불리던 인간이 먹고 사는 문제가 해결되면서 환경과 자연에 조화로운 삶을 꿈꾸며 후대에 물려줄 소비기반의 지속 가능성까지 고려하는 것은 매우 자연스러운 일이라고 생각한다. 그러므로 웰빙에서 로하스로의 이행은 단순한 유행이 아니라 향후 서비스 경제, 사회, 문화의 트렌드로 자리잡을 것으로 생각한다.

이러한 자연에 가깝게 살려고 하는 시대에 인간에게 있어서 가장 중요한 에너지의 근원은 빛이다. 빛은 우리의 눈을 통해 흘러 들어가 호르몬 생성을 촉진시키며 우리의 복잡한 생화학적 체계에 영향을 준다. 이 빛으로부터 유래하는 색은 눈과 피부를 통해 흡수되며 우리의 면역체계, 자율신경체계는 우리 몸의 다양한 영역에 연결되어 있으며 감정적, 신체적, 정신적인 건강에 모두 유익하며 의식주 전반에 영향을 미치는 영양분이자 에너지이다. 그러므로 인간이 필요로 하는 의식주 전반에 걸친 각각의 색채가 쓰이는 목적을 개인의 생활속에 접목시키고자한다.

1. 자연으로 가는 패션

웰빙 열풍과 함께 자연으로 가는 패션의 색채를 살펴보면 자연에서 나온 천연 재료에서 염료를 추출하고 잔여물은 다시 자연으로 돌려보내는 자연 순환 과정으로 이루어진다. 특히 천연염색 과정은 환경 친화적이고 자연친화적이다. 그러므로 천연염색은 우리 문화를 더욱 자연에 가깝게 만들어 가는 방법으로 점차 많은 사람들에게 주목받는 것은 자연이 심각하게 파괴되고 생태계가 위기에 처한 이 시대에 아주 소중한 현상이다.

천연염료는 합성염료가 모방할 수 없는 미려한 색채와 그 색채의 명도, 채도를 잘 표현하기 때

문에 사람의 눈을 편안하게 해 준다. 더욱이 합성염료처럼 인체에 유해하거나 공해 물질을 내뿜지도 않아 그야말로 친환경적인 염료이다. 이러한 천연염료로 우리민족의 색채의식에 일목요연하게 표현된 것이 五方色이다. 오방은 각 방위마다 색깔이 대응되는데 발전을 상징하는 청색은 동쪽에, 깨끗함과 순결함을 뜻하는 흰색은 서쪽에, 부와 따뜻함의 상징인 적색은 남쪽에, 암울한 세계를 표상하는 흑색은 북쪽에, 변화 없음을 상징하는 황색은 중앙에 각각 표현되었다. 이는 오늘날 일반적으로 색을 눈으로만 판단하는 것과 달리 조상들은 색채를 통해 건강과 화평을 기원하였다. 또 五間色은 오방색을 이용해 만드는 중간색으로 흔히 음의 색으로 부르며 오방색이 하늘과 남성을 상징하는 색이라면 오간색은 땅과 여성을 상징하고 있다.

오방색중 보통 쪽은 푸른색, 치자 황벽 등은 황색, 소목이나 잇꽃에서는 붉은색의 염료로 색을 내며 그 외 여러 염료재료가 있지만 이들은 대체로 원색에 가까운 색을 띤다.

원색이 아닌 간색을 만들려면 간단한 원리를 알아야 한다. 예를 들어 간색인 보라색을 내야 하는 경우 화학염료로는 붉은색과 청색을 섞으면 보라색을 얻을 수 있지만 천연염색에서는 상황이 다르다. 홍화로 물들인 붉은색 천에 쪽물을 들이면 채도가 현저하게 떨어져 의도한 보라색을 얻을 수가 없다. 실제로 보라색을 내려면 먼저 쪽물을 들인 뒤 홍화물을 들여야 제대로 된 보라색을 얻을 수 있다. 또 간색인 녹색도 먼저 쪽물을 들인 뒤에 황벽물을 들여야 색이 제대로 나온다. 이처럼 간색을 내는 데에는 白(西) - 靑(東) - 黃(中央) - 紅(南) - 黑(北)이라는 염색 순서가 있기 때문이다.

이처럼 조상들은 간색의 원리로 보라색, 주황색, 녹색 등 다양한 색을 표현해 냈는데 이런 원리는 현대의 화학 염료에서 찾아볼 수 없는 것으로 우주의 이치를 승화한 생활의 지혜라고 할 수 있다. 또한 천연염색은 색 재료의 성질, 염색 과정, 사용되는 매염제에 따라 색이 다양하며 발색이 자연스럽고 우아하며 색이 변하거나 퇴색이 되어도 안정된 색감으로 은은한 색상을 그대로 가지고 있다. 우리가 천연염색의 과정을 통해 자연을 알게 되고 자연을 아끼게 될 수 있다면 이는 무엇과도 바꿀 수 없는 친환경적 성과가 아닐 수 없다.

또한 천연염색 재료인 염재에는 항균성, 항암성 등 질병 예방 능력이 있어 한약재로 사용되고 있으며 인체에 무해하며 환경오염의 피해가 없고 해충으로부터 신체를 보호할 수 있다. 염재가 가지고 있는 질병치료의 효과를 보면 다음과 같다.

1. 쪽 : 항암제로 간을 깨끗이 한다. 뭉친 간을 풀어주는 소설작용, 청혈작용, 스트레스 해소 등에 효과가 있다.
2. 치자 : 소염제로 해독작용과 해열, 이뇨작용을 하고 지혈 등에 효과. 또 손톱에 치자물을 들이면 신장과 간의 해독작용에 효과기능이 있다.
3. 잇꽃 : 심장을 강하게 하고 골다공증에 효과가 있으며 혈액순환에 좋다.
4. 소목 : 청혈제로 고혈압의 혈압을 조정하는 역할을 한다. 피가 탁한 사람과 생리불순 등에 효과.
5. 오배자 : 대장을 보호하고 지혈효과, 피부병 치료, 어루러기, 무좀치료, 소염작용 등에 효과.
6. 울금 : 심장을 보호하고 강심제, 염증제거 등에 효과.
7. 황벽 : 지사제이며 대장, 하초강화, 피부병 특히 아토피스 피부나 건성 피부에 좋다.

8. 꼭두서니 :신경통 치료에 좋다.

9. 자초 : 혈액순환 촉진, 변비예방, 홍역예방, 식물성 항생제, 화상치료, 해열제 등에 사용

10. 감 : 갑상선 증독증과 혈압을 내려주는 작용.

그 외 포도, 결명자, 오미자, 쑥, 숯, 황토, 봉선화 등 여러 천연 염재를 통해 옷이 단순히 몸을 가리는 기능에서 벗어나 입는 사람의 체질에 맞는 색채의 옷을 선택해 줌으로서 심리적·신체적 건강을 도와줄 수 있기 때문에 천연염색으로 이루어진 소재나 색채는 로하스 트렌드에 필수적이라 할 수 있다.

2. 식탁에 부는 컬러 방향

그동안 맛으로 치장된 식탁이 건강은 물론 환경까지 고려한 웰빙의 중심으로 부상하고 있다. 혁명의 첫 단추는 유기농 먹거리로 농약의 해를 거부하는 유기농 먹거리 붐은 궁극적으로 인류의 미래를 가꾸는 생활 운동이기도 하다. 그 뒤를 잇는 것은 컬러 식품을 먹는 것으로 보다 건강하고 보다 젊게 살기 위한 사람들의 소망이 식품의 영양 분석으로 구체화 되면서 컬러 식품이 뜨고 있다.

빨강, 노랑, 초록, 보라, 흰색 등 과일과 야채가 지닌 생명의 색깔에 숨겨진 피토케미컬(hytochemicals)은 우리 몸에 유해한 활성 산소의 해를 막아주고 신선한 세포를 만들어 주는 생리 작용이 있어 몸이 정상적인 기능을 유지하는데 필수적이다. 그러므로 색은 그 자체가 영양소이자 에너지원이다. 또 색 고유의 파장과 진동수를 가지고 인체에 신호를 보내고 영양소를 공급하며 심신을 조화롭고 균형 있게 유지하고 복원시킨다.

이러한 피토케미컬을 가장 효과적으로 흡수하는 방법은 일정한 색에 치중하지 말고 고루 섞어 먹는 것으로 각기 다른 색이 지닌 항산화 효과를 동시에 얻을 수 있다. 식품의 색채가 우리 몸에 어떻게 좋은지 살펴보면 다음과 같다.

1. 붉은색 : 과일과 채소의 붉은 색에는 동맥경화와 심장병을 예방하고 체내 암유발물질을 제거하는 폴리페놀 성분이 있다.

* 토마토의 리코펜 성분은 항암성분이자 알콜을 분해하고 노화를 방지하는 성분이 있다.

* 블루베리, 딸기, 자두의 안토시아닌 성분은 강한 소염, 통증완화 작용, 콜레스테롤을 저하시키며 관절염 예방, 노화를 지연시킨다.

* 고추는 비타민이 풍부, 다이어트 효과가 있으며 면역력을 증강시켜 사스예방으로 잘 알려져 있다.

2. 노란색 : 동맥경화, 항암, 노인치매 예방, 심장 질환 등 성인병 예방에 좋고 시력, 면역체계를 건강하게 유지시켜준다.

* 오렌지, 귤, 레몬, 라임 등은 혈관의 염증을 줄이고 나쁜 콜레스테롤을 낮춘다.

유방암, 폐암 예방식품

* 호박, 감, 당근파인애플, 고구마 등은 소화기능을 돕고 위장을 보호.

3. 녹색 : 과일과 야채의 녹색은 교감신경에 작용해 신장, 간장의 기능을 활성화하고 공해물질을 해독시킨다. 또 간세포를 재생시켜 간을 건강하게 해 주는 효과가 있으며 흡연자에게는 폐를 맑게 해 준다. 엽록소는 신진대사를 돕고 피로를 풀어주며 세포재생을 도와 궁극적으로 노화예방에 효과적이다.
 - * 배추, 양배추, 케일 등은 간을 튼튼하게 만드는 인들을 함유, 위암과 유방암을 예방.
 - * 녹차는 노화방지, 항산화 효과, 다이어트 효과.
 - * 시금치는 눈을 맑게, 키위는 빈혈을 예방
 - * 브로콜리는 비만 예방
 - * 파슬리는 미용과 노화방지 효과.
 - * 키위는 다이어트 효과.
4. 청·보라색 : 시력회복, 고혈압과 심근경색 예방, 항암작용, 기억력 향상, 노화방지 등에 효과.
5. 흰색 : 동맥경화, 고혈압, 노화방지 등에 탁월한 효과가 있으며 체내 산화 작용을 억제하며 유해물질을 몸 밖으로 방출시키고 균과 바이러스에 저항력을 길러줌.
 - * 마늘은 피로회복에 효과
 - * 양파는 당뇨, 위장, 간을 보호.
 - * 느타리버섯은 항암효과.
 - * 감자는 위를 보호해 주며 스트레스 예방
6. 검정색 : 신장기능 강화, 노화방지, 항암, 항산화 작용, 골다공증 예방에 좋고 콜레스테롤 수치를 낮추고 니코틴 해독 작용도 있다. 특히 검은깨는 아토피 환자에게 도움.

3. 건강을 디자인하는 인테리어 색채

색채는 건강과 심리상태에 많은 영향을 미치는데 색채마다 고유의 기능이 있어서 적재적소에 사용하면 가족들의 건강을 돌보거나 성격 변화에 도움을 주고 휴식을 도모할 수 있다. 또 색채마다 가지고 있는 특성을 얼마나 유용하게 활용하느냐에 따라 건강과 이미지에 많은 영향을 끼칠 수 있으므로 가족들에게 필요한 색채 인테리어를 살펴보면 다음과 같다.

1. 노란색 : 태양의 색으로 화사함과 밝음, 쾌활한 분위기를 지니고 있으며 희망을 의미한다. 노란색은 우울하거나 초조한 기분을 완화시켜 준다. 아이가 밥을 먹지 않을 때 노란색이나 주황으로 주방을 꾸미면 식욕을 높일 수 있다. 욕실에 노란색 타일을 활용하거나 타일을 걸어두면 마음이 밝아지고 변비 해소에도 도움이 된다. 또 아이들 놀이방에 사용하면 창의력에도 도움을 준다. 이밖에 노란색은 당뇨, 소화불량, 신장 질환 등에 효과적이며 주황색은 호흡기 질환, 갑상선 기능 장애, 의욕 저하 등에 치료효과가 뛰어나다.
2. 분홍색 : 여성스럽고 부드러운 이미지, 밝고 명랑한 이미지를 가지고 있는 분홍색은 소품이나

인테리어의 달콤한 포인트가 될 수 있어 집안을 장식하면 따뜻하고 소박 하면서도 상쾌한 공간을 연출할 수 있다.

특히 자궁 내부의 색상이라 편안함과 안정감을 주기 때문에 가족실이나 아이 방에 활용하면 좋다. 또한 마음을 편안하게 하고 기분을 좋게 하는 특징이 있는데 이는 분홍색의 공간에서 범죄자들의 난폭성이 줄어들었다는 이야기도 있다.

또 미각을 자극해 달콤함과 새콤함을 느끼게 하기 때문에 테이블을 이 컬러로 장식하면 차 맛이 달게 느껴지고 식욕을 자극하게 된다.

3. 파란색 : 미래에 대한 꿈과 희망을 표현하는 색으로 늘 접하고 있기 때문에 누구에게나 편안하게 느껴진다.

이 색은 불면증이나 불안감을 가라앉히고 알레르기 및 피부개선, 피로회복 등에 효과적인 것으로 알려져 있어 침실에 적합한 색이며 마음을 차분히 가라앉히고 집중력이 향상되며 합리적인 사고를 도와주므로 공부방을 꾸미면 효과적이다.

그 외 색채 병리학에서 파란색은 두통, 신경성 고혈압, 불면증, 신경통, 히스테리 등의 치료에 사용된다.

4. 붉은색 : 혈액순환을 촉진하며 헤모글로빈 형성에 도움을 준다.

에너지와 활력을 자극하기 때문에 기운이 없을 때 붉은색 의상이나 집안 곳곳에 이용하면 효과를 볼 수 있다.

또 신체를 강하게 만드는 강장제 역할을 하기 때문에 새로운 일을 시도할 때나 의기소침해졌을 때, 피곤할 때 이 색을 사용하면 효과적이다.

인테리어에 이용할 때 가장 좋은 방법은 주목성이 강하고 눈에 띄는 색이므로 포인트 컬러로 사용하는 것이 좋다.

5. 흰 색 : 순결함과 청결함을 상징하는 흰색은 차갑고 냉정한 느낌이 들기 때문에 인테리어에 사용하면 감각적인 센스가 돋보이긴 하지만 예민한 사람들에게는 심한 두통과 신경질을 유발하는 등 역효과를 줄 수 있다.

흰색에서 파생된 아이보리나 크림색 계열은 공간을 고급스럽고 부드럽게 만들어 준다.

그 외 움직이기 귀찮아하는 사람에게 흰색의 인테리어로 움직임을 유발시키기도 한다.

6. 갈 색 : 차분한 안정감과 따뜻함을 느끼게 해주는 색으로 거실 등 넓은 공간에 사용하면 좋다. 갈색을 활용해서 꾸민 공간은 긴장을 완화시켜 편안함을 느끼게 해 준다.

7. 녹 색 : 심리적으로 자극을 주지 않는 색으로 신경과 근육의 긴장을 완화시켜 주고 마음을 평온하게 해 주는 색이다.

집중해서 일을 해야 할 때, 수험생의 방 등에 벽지를 이 색으로 선택하거나 녹색식물, 소품 등을 놓아두면 효과적이다.

그 외 위장, 간장, 신장, 혈액에 좋은 영향을 끼친다.

이와 같이 인테리어는 내 마음이 쉴 수 있는 주거공간으로서 실내 환경을 가꾸는 것으로 우리

몸에 맞는 자연친화적인 소재, 색채를 이용하여 내 몸과 마음이 편안히 쉴 수 있는 휴식공간이기 때문에 궁극적으로는 삶의 질을 정신적, 육체적으로 높이는 것이 중요하다.

결 론

색채는 21세기 감성의 시대에 최상의 고부가 가치적 소프트웨어이며 '말없는 세일즈맨'이라는 애칭을 가지고 있다. 특히 '양의 삶'에서 '질의 삶'으로 변화가 일어나면서 자연을 통한 힐링(Healing)의 추구, 자연적인 형태의 추구, 천연염색·천연소재의 활용, 자연을 통한 장식성 등 자연이 선사하는 단순함, 신선함, 균형감각은 우리생활 철학의 근본을 이루며 신체의 정신, 과거와 현재의 조화를 형성하는 아름다움으로 표출되고 있다.

트렌드 속에서 자연이 선사하는 색채를 심리와 연관시켜 색채테라피까지 확산시켜야 할 것이다. 작은 제품에서부터 패션, 식품, 인테리어, 미용 더 나아가 학교, 병원, 빌딩 등 환경에 영향을 미치는 부분까지 인간의 심리나 생활과 관련시켜 색채조절을 함으로서 자연의 순환 원리를 내 몸 안에서 찾고 우리 자연환경 속에 숨어있는 물질적 요소들을 통해 고부가 가치의 정신적 생산물을 창조해야 할 것이다.

〈토론〉

Well-being Trend & LOHAS

오현정

광주대학교 예술대학 의상디자인학과 교수

올해 최고의 키워드로 부상했던 웰-빙(well-being)은 건강하고 여유로운 삶에 대한 소비자의 욕구로 해석되며, 물질적 가치에 매달리지 않고 정신과 신체의 조화를 통해 건강한 삶을 추구하는 문화로도 볼 수 있겠다. 최근 미국 소비시장에서는 자신과 사회적 가치를 공유하는 기업의 제품을 선호하고 보다 비용을 많이 치루더라도 환경과 자연친화적인 상품을 구매하겠다는 소비자 군이 형성되었으며, 이들은 건강과 함께 환경보전을 중시하는 방식으로 생산된 상품을 찾는 생활 방식(LOHAS)을 추구한다.

우리나라의 웰-빙 트렌드나 미국의 로하스 소비자가 핵심은 자연과 공존하고 교감을 나누며 유기적인 삶을 추구하고 격식보다는 기능성, 건강하고 안락한 삶을 추구한다는 점이라고 할 수 있다. 환경친화적 혹은 자연친화적인 의생활이란 측면에서 오가닉(organic) 섬유나 우리나라의 전통적인 천연염색이 세계적으로 주목받게 되었으며, 건강과 기능을 중시하는 의생활이란 측면에서 방오성, 방취성, 항균성 등의 고기능성 신소재 개발에 대한 관심이 증가하게 되었다.

웰-빙과 로하스의 관계에서 의생활과 로하스 부분을 '컬러와 로하스'로 풀어나가는 방식은 신선한 관점이라 할 수 있겠다. 컬러가 디자인요소 중 시각적 우월성을 갖는다는 면에서 디자인과 로하스를 설명하기에 효과적이라고 생각한다. 또한 천연염색의 심리적, 약리적 색채의식이나 음식의 영양학적 색채, 인테리어의 심리적, 정서적 색채효능은 모두 색채가 갖는 기능적인 면을 부각시켰다는 점에서 흥미로운 주제라고 생각한다.

천연염색을 전통의 색채의식으로부터 자연의 순화과정, 환경친화적, 자연친화적 로하스 소비자의 생활양식으로 설명한 것은 아주 적절한 사례라고 할 수 있겠다. 삶의 질을 추구하는 소비자의 성향은 분명히 로하스의 대중화를 맞게 될 것이고, 천연염색의 대중화를 준비해야 할 것이다. 그러나 대중화를 위한 천연염색 생산의 측면에서 그 과정이 수작업에 의존한 소량생산 체제라는 점, 그래서 가격이 비싸다는 점, 품질이나 사용, 관리 면에서 견뢰도가 안정되지 않았다는 점 등의 문제점이 지적되고 있는 실정이다. 또한 대중적인 이미지 창출이란 면에서 현재 천연염색 제품은 패션에 무관심한 집단이거나 나이든 집단이란 선입견을 변화시킬 더 많은 노력이 필요할 것이다.

색채의 심리적 기능성으로 설명한 '건강을 디자인하는 인테리어'는 몸과 마음의 휴식과 안락을 위한 색채의 사용영역이나 그 가능성을 확대, 제시했다는 점에서 신선한 제안임은 분명하다고 하겠다. 그러나 일시적인 건강 돌보거나 성격 변화, 휴식을 위한 색채 인테리어 제안은 후대에게 물려줄 지속 가능한 소비기반(sustainability)을 생각하는 로하스의 선택과는 다소 거리가 있는 제안

이라고 생각된다. 물론 로하스가 건강한 삶, 대안적인 건강이나 명상, 요가 등의 개인적인 발달에 중대한 관심을 갖고 있지만 이런 추구는 환경과의 유기적인 삶, 재활용할 수 있는 생태학적 라이프 스타일을 지향한다는 점에서 색채 인테리어 제안은 친환경, 자연친화적 오가닉 소재나 기능성 소재 인테리어 제안에 비해 그 관련성이 약하다고 하겠다.

전반적으로 의류산업과 로하스라는 측면에서 웰-빙 소비의 폭넓은 대중화를 위한 천연염색의 한계성 극복 방안과 오가닉 섬유나 기능성 소재에 대한 활용에 대한 관심이 아쉽지만 이상의 천연염색, 컬러 푸드, 컬러 인테리어는 로하스 족을 위한 컬러 제안으로서 의미와 중요도가 충분하다고 할 수 있겠다.