



김중학 '설악의 여름', 캔버스에 아크릴, 220×250cm, 1998

## 알록달록 건강한 색 형형색색 특별한 꽃

빨, 주, 노, 초, 파, 남, 보' 우리가 일곱 색깔로 알고 있는 무지개는 국가마다 색의 숫자가 다르다. 독일은 5개, 미국은 6개, 우리나라는 7개 색이다. 7개면 어떨고, 6개면 어떠랴. 알록달록 색깔이 있는 것만은 분명한 것이니.

### 빨주노초파남보 색깔 덕분에 맛있고 건강하게

알록달록 색깔은 보기만 해도 몸이 건강해지는 것 같은 기분이다. 실제 색깔에는 우리의 몸과 마음을 건강하게 해주는 강력한 힘이 있다. 어린 시절 즐겨먹던 분홍빛 과일 향이 나던 막대 사탕을 먹으면 찡그렸던 얼굴도 밝아질 것만 같다. 상상만으로 입에 침이 고이는 노란 레몬. 레몬에 함유되어 있는 비타민 C는 1개당 100mg으로, 그 절반이 껍질에 함유되어 있다는 것을 아는가? 레몬의 건강 비밀은 노란 껍질이다.

새빨간 고추는 또 어떨까. 입에 화약이라도 터진 듯 화끈한 맛이지만, 고추 속 캡산틴(Capsanthin)은 암이나 동맥경화 예방 효능이 있다. 순백의 하얀 설탕은 사탕수수즙을 달여 만든 것으로 설탕의 주성분인 수크로오스는 피로를 풀고 기운을 돋우는데 아주 좋다. 그리고 검은콩은 해독작용이 뛰어나고 스테미나 증강에 좋다. 예로부터 고운 피부, 고운 목소릴 위해 검은콩을 먹었다고 한다.

### 피로회복을 돕는 장미 향기가 작품에 피다

건강한 색은 자연 속에도 있다. '설악의 화가'로 불리는 김종학 화백의 작품 속이다. 작품은 형형색색 설악의 꽃을 담고 있다. 빨강고, 노란, 붉고 하얀 꽃과 풀, 꽃을 찾아온 나비와 새. 작품 속에서 형형색색 대자연을 이룬다.

건강한 자연의 색을 담은 꽃은 보는 것만으로 삭막한 회색도시를 배회하는 현대인에게 새로운 에너지가 된다. 노란 국화는 고혈압과 눈의 피로에 효과가 있다. 하얀 백합을 방에 꽂아 두면 백합의 방향 성분이 발산되어 불쾌한 냄새가 없어진다. 보랏빛 제비꽃은 고혈압에 효과가 있어 뜨거운 물에 띄우거나 국으로 요리해 먹는다고 한다. 제비꽃을 진하게 걸러낸 즙을 담아 통증이 있는 곳에 올려놓으면 부기가 금방 빠진다. 진한 향기의 장미는 콩팥을 강하게 하며, 장미 특유의 향기는 피로회복에 도움이 된다.

김종학 화백은 바로 이 형형색색의 꽃을 그림으로 나타냈다. 그는 1991년 딸에게 보낸 편지에서 "아빠가 그리는 꽃은 실은 사실적으로 피는 꽃이 아니라 화면 위에서 다시 구조적으로 피어나는 꽃이지. 추상부터 시작해서 다시 구상으로 왔지만, 추상에 기초를 둔 새로운 구상이지. 미술은 큰 길이야."라고 말했다. 건강하게 피어난 그의 작품은 6월 26일까지 국립현대미술관에서 볼 수 있다. **MEDI<sup>Y</sup>CHECK**



김종학 '숲', 캔버스에 아크릴, 132×330cm, 1985