

건강백세 ③

눈의 중요성

‘눈은 마음의 창이다’ ‘바탕 속을 알려거든 눈동자를 들여다 보라’ ‘백문이 불여 일견’ 등 옛부터 전해지는 눈에 관련된 속담·격언·고사성어가 많다. 이는 사람에게 있어 눈의 중요성이 잘 반영된 것이다.

눈은 사람의 감정과 건강 상태를 극명하게 나타내 주는 기관이다. 얼굴 전체에서 눈이 가지는 중요성은 ‘화통 점징(畫通點睛·화가가 용의 몸을 점성물여 그리고 마지막 정성을 모아 눈동자에 점을 찍으니 그림 속의 용이 승천했다는 이야기)’의 고사가 잘 설명해 주고 있다.

유순하고 상대방에게 호감을 주는 눈을 갖고 태어 난다는 것은 여간 큰 혜택이 아니다. 자신의 마음은 그렇지 않은데 눈같이 때서워 나쁜 인

건강과 직결: 무방비 노출 눈병블러

의학의 동서양을 막론하고 가장 중요하게 보는 면이다. 눈은 모든 사물을 보고 촬영 표현역으로 현상 인화하여 뇌로 즉각에서 전달해주는 초고감도의 사진기라고 볼 수 있다. 그런데 놀라운 것은 너무나 눈에 대한 위험요소가 많은 가운데 우리가 무감각하게 노출되어 생활하고 있다는 점이다.

외국이나 하얀 눈을 걸으면서 자외선차단을 산글래스를 끼지 않는다거나 먼지나 작은 작업을 하면서 보안경을 끼지 않거나 눈에 이물질이 들어가 가려우면 즉시 맑은 물로 씻어내려 하는데 비버 버려서 눈이 빨갛게 충혈되어 손상당하는 경우가 너무 많은 것이다. 이런 새끼가 바로 조급한 관심을 가지면 예방할 수 있는데도 생활 속에서 스스로 만들어 내는 눈병블러다.

미국인들이 작업을 시작하기 전에 거창 하리 만차 완벽하게 보호 장구를 착용하는 것을 보면 시사하는 바가 크다. 우리도 속히 받아 들여야 할 좋은 태도이다. 일상 중에 선형적인 질환에 감염되거나 분만 시 질산은용액접촉을 소홀히하여 임균(淋菌) 감염으로 인한 실명 등은 의학의 발달로 크게 감소 되었으나 성장과정에서 외상이나 기타 후천성 요인으로 실명 또는 시각기능의 저하가 여전히 많은 안타까운 일이다.

라이스스클럽을 많은 사회단체에서 개인사실을 통해 광명을 찾아 주는 일은 보시종의 보시라고 할 수 있겠다.

운을 상 (현의회 박사)

저 너머에 행복이 ③



정

근시간에는 부처님과 간단한 대화를 나누었고 나와같은 욕심많은 중생이 있다면 하루속히 부처님 곁으로 와서 거름나게 해달라고 빌원도 해 보았다.

스님의 삶방식에 많은 계명의 소리를 들었고 옮겨 잘 산다는 것이 어떤 것인지 조금씩 깨달아가고 있었다. 물질의 반쯤을 정신적 만족으로 채울 수 있음에 더욱 감사 할 수 있었고 현상적인면에서 모든 가치를 판단했던 잘못된 나의 생각들을 철회하기 시작했다.

부처님과 만남의 시간이 길어질수록 나의 마음은 점점 평온을 찾아가고 있었고 편안해진 마음으로 남편을 바라보게 되었다. 행복이나 불행이나 모든 것이 나로 인연되어 이루어진 것을 왜 남편만 탓하고 원망했을까. 남편은 항상 그 자리에서 있는데 왜 내 마음만 이리저리 굴러 다녔을까? 지난 세월을 되돌아보며 생각해 보니 남편이 부처님처럼 느껴졌다.

오랜만에 밝은 광명을 볼 수 있도록 가마를 내려주신 거룩한 부처님께 감사드리고 싶다. 넘치는 환희심을 누구에게라도 회향하고

행복이나 불행이나 모든 것이 나로 인연되어 이루어진 것을 왜 남편만 탓하고 원망했을까 과외선생보다 보수없는 법당선생이 더 즐거웠다

실어졌다. 그동안 어린아이들을 통해 많은 수업을 들었고 내 생활이 좀더 안락해졌으니 아이들에게 회향하고 싶었다. 우리 법당에는 어린이법회가 운영되고 있었다. 고사가 부족하다는 소식을 듣고 스님께 법회교사가 되고 싶다고 말씀 드렸다.

법회는 매주 토요일 오후 3시에 서 5시까지 운영되지만 실제로 교사들은 2시까지 법당에 도착해서 수업준비를 해야 되고 법회가 끝난 후에도 정돈하고 회의를 하더라도 7시 정도가 되어야 마칠 수 있었다. 만일 큰 행사에 동참하려면 준비사항이 많기 때문에 더욱 늦게 끝날 수도 있었다.

토요일은 남편과 아이들이 일찍 귀가하는데 식구들을 맞이해야지

밖에 나가 있는 것은 있을 수 없는 일이었다. 사회경험도 없이 오랫동안 가정에서 생활하던 나로서는 외부의 봉사활동에 동참하고 싶은 생각이 간절했다. 여러가지 형사가 있지만 그래도 어린이를 만나는 일이 즐거운 일 같았다.

죽이 모인 자리에서 솔직히 내 실정을 이야기했더니 내 일을 하겠다고 하면서 조금 이해해 달라고 간곡하게 말했다. 고등학교 재학중인 두 아이들은 엄마를 위해서라면 무엇이든지 찬성한다고 했고 남편 역시 아이들이 이 정도 지냈으니 하고 싶은 일을 열심히 해보라고 승락해주었다. 너무 고마운 생각이 들어서 합장을 하고 식구들에게 인사를 했다.

약함이 자꾸만 고개를 쳐들었다. 고맙게도 어린 선생님들은 수업이 끝나면 나에게 나날이 좋아진다고 격려를 아끼지 않았다. 이런저런 도움으로 현재 어린이 법회를 2년째 맡아오고 있다. 그래도 과외선생님 하는 것 보다 법당선생님 하는 것이 더욱 즐거운 일이었다. 보수없이 하는 봉사다 보니 마음이 가벼워지고 아이들 하나하나가 그대로 별빛되어 내 눈속에 들어왔다.

이 아이들에게 무엇을 많이 어떻게 가르쳐줄까? 나의 욕심은 날로 늘어났다. 부족한 자신을 극복하기 위해서 열심히 강습회에 나갔다.

이희명화 (서울시 노원구 상계8동)

신행수기 공모 당선작

〈종단협의회장상〉

그대신 저녁식사 시간은 꼭 지키 겠다고 약속했다.

어린 법회 교사는 모두 어렵 관인데 그중에서 아줌마는 나 혼자였다. 아이들이 젊은 선생님을 더욱 좋아 할 것 같아서 토요일에 집을 나갈때면 거름도 여러번 보고 입술도 빨갛게 실해서 예쁘게 했다. 의욕은 누구 못지 않게 넘쳤지만 가능한 면에서는 젊은 선생님을 따를 수가 없었다. 나이 탓으로 돌요 부르기도 힘들었고 율동하기도 어색하기만 했다. 또한 레크리에이션의 모든 동작은 공에서 한번 설명으로는 도저히 이해가 안되는 경우가 허다했다.

나 스스로 좌절도 했고 내 욕심으로 시작한 일인데 학생들이나 선생님들에게 도움이 되지 않는다면 몰라서 되지 않을까 하는 나

KUNDASUTTA

◆ Buddha describes the four different kinds of Samanas to Kunda, the smith
부처님이 네 종류의 수행자를 대장장이 준 다에게 설명하셨다.

◆ 'I ask the Muni of great understanding,' - so said Kunda, the smith - 'Buddha, the lord of the Dhamma, who is free from craving, the best of bipeds, the most excellent of charoteers, how many (kinds of) Samanas are there in the world, pray tell me that?' (82)

위대한 깨달음을 얻은 성인께 대장장이 준 다가 말했다. "진리의 주인, 집착이 없는 분, 인류의 최상인(最上人), 뛰어난 마부인 부처님, 세상에 어떤 수행자들이 있습니까?"

◆ 'There four (kinds of) Samanas, (there if) not fifth, O Kunda, - so said Bhagavat, - here I will reveal to thee, being asked in person; (they are) Maggaginas and Maggadesakas, Maggagivins and Maggadusins.' (83)

스승이 대답하셨다. "혼다여, 네 종류의 수

영어로 배우는 경전

숫타니파타 ②

행자가 있고 다섯 번째 수행자는 없느니라. 내가 말한 수행자란 '도의 승리지' '도를 말하는 사람' '도에 의해 사는 사람' 그리고 '도를 더럽히는 자' 이니라.

◆ 'Whom do the Buddhas call a Maggagina?' - so said Kunda, the smith, - 'How is a Maggagayin unequalled? Being asked, describe to me a Maggagivin, and reveal to me a Maggadusin.' (84)

대장장이 준다가 말했다.

"눈을 뜬 사람은 누구를 가리켜 '도의 승리자라 부릅니까?' 왜 '도를 말하는 사람'은 다른 사람과 견줄 수 없으며, '도에 의해 산다'는 것은 무슨 뜻인지 설명해 주십시오. 그리고 '도를 더럽히는 자'에 대해 자세히 말해 주십시오."

'biceps (팔뚝 짐승) 사람'
'Samanas 사문, 수행자 (베일리어)
'Magga (도리), 성스러운 길 (베일리어)
'Buddha 깨달은 자 (베일리어)

오종욱 기자

알레프 ③

두번의 일요일이 지나고 나서 까를로스 아르헨피노 다네리가 내게 전화를 걸어 왔다. 내가 기억하기로 평생 처음 있는 일이었다.

"수니노와 송그리(자네도 기억할 테지만 우리집의 주인 아낙)가 저쪽 모퉁이에 발정적으로 개입하는 열 살짜리, 즉 자네도 알아볼 필요가 있는 재판장에서 함께 만나 유유나 미시지."

다네리는 4시에 만나자고 제안했다. 나는 미지못해 그 제의에 동의했다. 철저히 현대적인 그 살롱바는 대단했지만 내 예상에는 다소 못미쳤다. 열 테이블에서는 흥분한 손님들이 수니노와 송그리가 부자

한 돈의 예누리 없는 총액수에 대해 떠들어 대고 있었다.까를로스 아르헨피노는 조망시설의 화려함에 대해 놀라는 척했다.

"자네 마음이 내키지 않을지 모르지만 이곳이 플물레스에서 가장 알아주는 살롱바에 못지 않다는 것을 인정해야 할 걸세."

이 말을 하고나서 그는 시 내뿜 페이저를 더 읽어 주었다. 그는 자신의 시 중에서 서곡들만 출간할

1996 문학의해 해외불교문화 다이제스트

있었다. 아르헨피노가 분노 섞인 찬사로 말하기로는, 문인인 알바로 벨리안 라피누르가 각계에서 얻은

수에 없는 답을 했다.

금요일 1시 이후, 전화가 나의 심기를 불편하게 만들기 시작했다.

한때는, 지금은 돌이킬 수 없지만 베이프리스의 목소리를 들려주던 전화가 이제는 기만에 빠진 아르헨피노의 부질없고 아마도 노여움 섞인 하소연이나 받아주는 도구로 전락했다는 사실에 나는 분노를 터뜨



그림·심민섭

"그집을 부수다니... 지하실 구석에 알레프가 있는데"

계획이라고 덧붙였다. 그래서야 나는 그가 별나게 나를 불러낸 이유를 눈치 챘다. 그는 나에게 자신의 현역적인 작품의 서문을 써달라고 부탁하러던 참이었다.

나의 두려움은 기우에 지나지 않

명성은 확고하다고 보아 틀릴 것이 없으며 만일 내가 예만 쓴다면 그 사에 심취해 서문을 써 줄 수도 있으리라라는 것이었다. 나는 꼭 요일에 작가를 돕는 모양이 끝난뒤의 만찬 석상에서 알바로와 얘기하겠노라고

자도인해 불가피하게 내가 뜬게된 앙상 이외는 말이다.

10월말에 아르헨피노가 다시 전화를 걸어 왔다. 그는 몹시 흥분해

있었다. 그는 슬픔과 분노에 찬 목소리로 이미 하늘 높은 줄 모르는 수니노와 송그리, 그 자들이 재과 집을 확장했다는 명목으로 그가 살고 있는 집을 부수려고 한다고 씩씩 거렸다.

"내 부모님께서 사치한 집이요, 내가 살고 있는 집이요, 가리키가 의 유서 깊은 고가를 말일세."

그는 머뭇거리다가 무언가 온밀한 얘기를 털어놓을 때 보이는 나 지막하고 개성없는 목소리로 말하기를 지하실의 한쪽구석에 알레프가 있기 때문에 그 시를 마무리 짓기 위해 그 집은 자신에게 절대적으로 필요 하다고 했다.

그는 알레프란 모든 지점을 포괄하는 공간의 지점들 가운데 하나라고 했다.

(계속)

상품권의 베스트셀러 금강제화 상품권 - 선물은 역시 금강제화 상품권입니다.

상품권 문의전화

● 서울 : 02) 567-9292 / 02) 310-9292 / 02) 538-2442 / 02) 776-4465 ● 부산 : 051) 48-9292 / 051) 241-4838 / 051) 246-0545 / 051) 246-7255 ● 대전 : 042) 222-0998 / 042) 222-5222 / 042) 255-8231 ● 대구 : 053) 422-9292 / 053) 421-6596 / 053) 421-3692 ● 광주 : 062) 221-9292 / 062) 226-4334 / 062) 226-1297 ● 울산 : 052) 44-9292 / 052) 46-3117 ● 인천 : 032) 752-9292 / 032) 840-8016 ● 수원 : 031) 42-2488 / 031) 251-3437

도달패션의 名家 금강제화 특