

건강백서 ①



코 우리는 콧속이 불편하거나 코엔 소리를 하면 피다 축농증(蓄膿症)인줄 알지만 그렇지 않다. 비후성비염(肥厚性鼻炎)과 축농증은 그 증세와 발병위치가 전혀 다르다. 바깥의 공기는 콧속을 통과하면서 점액이 적당한 온도로 조절되며 먼지나 기타 불순물은 비강(鼻腔) 내 점막에 흐르는 점액에 의해 걸러져 코로 들어간다. 콧

막이라는 생체방음이 콧물인 것이다. 요즈음 알려진 증상이 많았던 것은 그만큼 우리주위가 예전과 달리 도시산업화로 인한 불순공기가 많아진 것과 깊은 관계가 있다는 예기다. 빈번한 침묵의 자국으로 인해 비강점막(鼻黏膜)이 붓게 되면 결국 콧속이 좁아지는 비강협착(鼻腔狹窄)증상을 일으키게 된다. 심할경우 침묵조절이 잘라나 더욱 호흡(呼吸)을 불쾌하게 만들기도 한다. 수술로

재채기·콧물 불순물 막는 생체반응 달기코 간기능 저하·폐장열독 원인

콧속은 공기청정기 역할을 하는 것이다. 고압계도 외부의 공기가 넘게기 지독하다든지 적절치 못하면 재채기나 콧물 즉 점액분비를 통해 본능적으로 피하게 만들거나 공기 유입량을 줄이게 만든다. 그러므로 감기가 왔을 때 지독하게 흔아지는 콧물은 참으로 확실한 수분장 역할을 하는 존재이다. 방배위 화상지 항동을 다 소비하며 코를 풀어내는 것은 인체의 자연치유력을 방해하는 잘못된 습관중의 하나이다. 콧물을 조금 풀면이라도 잠시만 참고 있으면 놀랍게도 빠른 속도로 회복됨을 알 수 있다. 즉 생체반응은 공기의 유입을

제거하기도 하지만 원인이 소가 충분치 않으면 재발이 가능하다. 한의학에서도 비내(鼻內), 비외(鼻外)라 하여 폐장의 열증으로 보아 치료법이 마련되어 좋은 효과를 보고있다. 응주 과다한 사람에게 자주 나타나는 주사코(擧氣)는 실은 응주와는 직접 관련은 없으나 장기간 응주의 결과 간장기능이 나빠져 포피알관이 확장되어 생길 수 있다. 장천 거리가 먼 것도 아닐 것이다. 한의학에서는 폐경(肺經)이라 해서 역시 폐장의 열독으로 본다.

윤운상 (한의학 박사)

아내의 정성과 부처님 가피 ①

1987년 10월 11일 밤 10시경 이웃 집에 불이 있어 갔다가 돌아오는 길에 우측 다리가 깨어놓을 수 없을 정도로 마비가 되어 마루 밑으로 넘어지고 말았다. 친구에게 업혀서 집으로 온 나는 4-5개월동안 정신을 잃고 누워 있어야만 했다. 집에서 좋아하는 악이며 침도 맞았으나 효과가 없었다. 단행하여 충정도 제복상 근처 이틀만 한 의원이 있다는 소리를 듣고 그곳으로 가서 6-7개월동안 침을 맞으며 약을 썼으나 역시 효험이 없었다. 고향은 심한데다 가세는 날로 기울어가서 마침내 병을 고치

신행수기 공모 당선작

<천태종 총무원장상>



그림·이준석

중풍·디스크·궤양등을 앓던 나는 병이 회복되지 않으면 먹으려고 수면제 30알을 사두었다

는 것을 포기할 수 밖에 없었다. 그리하여 집으로 올라 올 생각으로 대정약으로 나왔다. 예에 나가 생각을 하니 대구일경 산역 근처에 차가 살고 있다는 생각이 나서 여기까지 온 길에 마지막 으로 차에 내려 내려볼까 해서 열차를 타고 차까지로 향했다. 차까지에서 하부지내 차내고 아 침을 먹으려하는 잠에 차게가 나 불렀다. "형부 우리집에 약 일주일만 있다 가세요. 그러면 셋날처럼 관청회 회복시켜 보내 드릴게요" 하고 권하였다. 관청회 생각 한 끝에 안 들어고 고칠 수 있다면 무엇이든지 하겠다고 대답하였다. 그랬더니 그날부터 교회에서 칠광명 여인들이 와서 방안에 불이 없어 무엇을 위하여 나의 아픈 곳을 안수한다시고 활활활 때리는 것이었다. 그렇게 일주일 정도를 보냈을 때였다. 그때부터 "이분은 주님께 서 받지 않아서 안되겠습니까" 고

게를 저으면서 말하기에 나도 할 수 없이 내일 집으로 가서 내 가 마음 먹음대로 하는 수 밖에 없다고 생각했다. 아픈 곳은 한 두군데가 아니었다. 중풍으로 수족을 못쓰고, 디스크로 허리 못쓰고, 혈압으로 종종 일어날 때 인면 마비가 되어 무릎 눈까지 보일 못하였다. 심지어는 궤양을 많이 없어서 무엇이든지 먹기만 하면 속이 아팠다. 그래서 매일 스포츠 연장하고 있었는데 심하게 아픈 데가 다섯 군데나 되었다. 그리하여 그 교인들도 포기하고 돌아가고 나 도 일차에 몸을 싣고 집으로 올 생

고 남파를 장려 놓았다. 그 남파는 응려 10월11일이었다. 병이 나아간 지 3년이 되는 날이다. 이날까지 회복할 기미가 없으면 준비해 온 약을 사용하리라 마음 먹었다. 병든 나보다 나를 위해 고생하

다한 다짐을 받을 것이 있다면서 잘 풀으려고 하였다. "당신 완전히 회복하여 마니야를 졸업하는 것 보고싶으면 내 말을 잘 들어요" 하면서 이야기하는 것이었다. 그래서 나는 돈 풀어 가는 일은 아무리 좋은 일도 못한다 하였다나 아내가 하는 말이 '내 말은 듣지 마라 당신 마음만 단단히 결심하고 잘에 가서 기도 정진만 하면 부처님의 영험을 반드시 얻어서 회복할 것이다' 그 하도록 하라고 권하였다. 나는 혼자 곰곰히 생각해 보았다. 평생 죄만 지으며 살아온 나다. 그래서 더더욱 잘에 가서 조금이라도 합회할 것이라도 마음먹었다. 내가 죽기전에 남파도 약 한달 남짓 남았으니 그동안이라도 아내 말대로 갔다 와야 하는 생각에 아내뜻을 따르기로 했다. 목욕탕 <경기도 안성군 죽산리>

◆ Having taken into consideration these losses in the world, the wise, venerable man, who is endowed with insight, cultivates the happy world (of the gods). "형자와 성자들은 세상의 이와 같은 과일이 있다는 것을 잘 살펴, 현자와 성자들은 진리를 보고 행복한 세계에 이른다."

VASALASUTTA So it was heard by me: At one time Bhagavat dwelt at Savatthi, in Getavana, in the park of Anathapindikā. Then Bhagavat having put on his raiment in the morning, and having taken his bowl and his robes, entered Savatthi for aims.

나는 이렇게 들었다: 어느날 거룩하신 스승은 사위성(舍衛城) 제타 숲, 금고목장지(金剛木場地)의 공원에 계셨다. 그때 스승께서는 아침에 의복을 입고 바투와 가사를 걸치고 발을 빌려 사위성(舍衛城)에 들어가셨다.

Now at that time in the house of the

영어로 배우는 경전 <숫타니피타 32>

Brahmana Aggikatharadvaga the fire was blazing, the offering brought forth. Then Bhagavat going or aims from house to house in Savatthi went to the house of the Brahmana Aggikatharadvaga.

그때 바라문 바리다파자의 집에는 신화(聖火)가 켜지고 재물이 물러져 있었다. 스승은 사위성 이집저집을 탁발하면서 그의 집에 가까이 갔다.

- \* venerable man 스승
\* endo (-에게) 對向地
\* night 불꽃, 인신(人身)
\* vada (배양)어 찬인(寒)한데 관한 경전
\* ave (v) 어부(어)의 (어)의 (어)
\* Anathapindika (배양)어 金剛木場地, 사위성에 살고 있는 바라문 사신
\* nimna (n) 의해
\* ke (s) 가나
\* Savatthi (배양)어 사위성(舍衛城), 포살라국의 수도
\* dha (d) 탁발(托鉢)

오종욱 기지



그림·이준석

1996 문학의 해 해외불교문화 다이제스트

프래니 J.D. 셀러지 작

프래니는 배우의 얼굴을 돌리다 보았다. 배우는 손도 대지 않은 채 놓여 있는 프래니의 섹스워치를 내려다 보았다. "땀을 뒹고록. 이마가 많이 젖어 있어."

그녀는 말했다. 그리고는 콤팩트를 꺼내 거울을 들여다 보면서 크리스토로 바본 동적으로 가볍게 이마를 닦아냈다. "그건 무슨 색이지?"

"경쟁하고 인정받으려는 자신이 두렵고 부끄러워"

다양함이 깃들여 있었다. 레드백은 여러 가지 소지품들로 가득 차 있었다. 레드백 속을 뒤지기 위해 그녀는 몇 가지 물건을 꺼내볼 위해 꺼냈다. "여기 있었군."

레이인은 샐러드 쪽으로 포크를 옮겼다. "그럼, 좋은 특이사항 내용은 어때?" "이 놀림은 순례자에게, '위지 말고 기도하라'는 것이 어떤 의미이지를 알고 싶어해. 무슨 말인지 알겠어?" 그리고 그 사람은 위치 잡고 기도하러 어떻게 하는 게 좋을까. 그리고 기도할 때는 무어라고 말하는 게 좋을까를 가르쳐 줄 사람을 찾아러 사이 잔역을 풀어 다니는 것이."

"잘 안 잘리잖아." 고기를 지르면서 레이인이 말했다. "하여간 그렇게 해서 결국 거리에서 만난 스타라에게 수수께끼 같은 기도 방법을 완전히 배워 습득하게 되지. 그리고 나서 러시아의 건국을 돌아다니며, 여러 부류의 사람들을 만나서 그 말을 수 없는 기도 방법을 가르치는 거야. 그 것이 이 책의 내용이야."

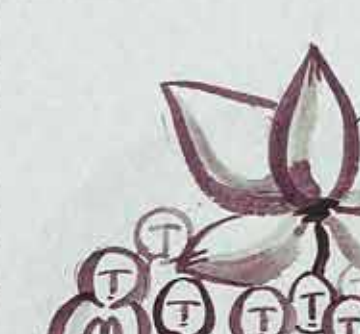
"응, 가지가. 반말해야 하는 날씨가 많이 지나가 버려서 빌라를 수는 없지만, 이미 이곳 도시권에도 있을 것야. 꼭 빌라 보도록 해." "너는 섹스워치에는 전혀 손도 안 댄구나." 레이인이 말했다. "금 목을 가져"라고 그녀는 말했다.

생활속의 불교 ⑦

분별에 얽매인 미개한 현대인들

한 뿌리에서 자란 일생라도 하나하나를 비교하면 똑같지 않다. 조금씩 모양이 다르거나 크기가 다르다. 한 부모의 자식들도 서로 다르다. 생김새가 다르고 키가 다르고 몸무게가 다르다. 성격도 조금씩 서로 다르고 특성, 버릇, 재능도 같지 않다.

한 따지고 보면 개개의 사물이 갖는 차이 - 그것에 대한 지식과 정보의 축적을 바탕으로 이루어진 것이다. 그런 정보를 많이 알면 우리는 그런 사물을 전문가라고 한다.



대개 불행한 일들이 계속 늘어만 가고 있는가. 과학 기술의 눈부신 성과나 과거에는 상상도 못했던 문명 기기(利器)의 등장, 부의 축적 등이 인간에게 행복을 가져다 주지 못하는 까닭은 무엇인가. 그런 것들은 진정 우리에게 도움을 주지 못하는 요소들인가. 그렇다면 우리는 여전히 미개한 현대인인가 말인가.

앞에서 크고 B는 A 앞에서 작을 뿐이지 언제나 크고 항상 작은 것은 아니다. 그러나 우리는 그런 비교 속에서 좋은 것, 싫은 것, 나쁜 것을 가려낸다. 바로 상을 짓는 것이다. A는 A대로 살리고 B는 B대로 살리면 A와 B의 차이는 그냥 지식일 뿐인데 A는 좋다고 칭하고 B는 싫다고 비난한다. 그 때문에 갈등·분열·투쟁·논쟁 따위가 따라 붙게 된다.

크다는 사실에서 우리는 개척의 특성을 발견한다. A는 B보다 크고 B는 C보다 무겁다는 식이다. 그래서 큰 것은 A이고 무거운 것은 B이다 라고 생각한다. 상대 세계와 차이는 바로 그런 비교·분석을 통해 드러난다. 그리고 그런 비교·분석이 자세하고 치밀하면 할수록 우리는 그로부터 많은 정보와 지식을 습득한다. 과학 기술의 발달이

상대 세계에 대한 지식과 정보가 쌓일수록 인간의 삶은 행복해져야 하는

분별을 넘어선 무분별의 경지에서 보면 일체는 평등이요, 하나라고 하지만 그것은 무위(無爲)의 세계이다. 함이 있는 유위의 세계에선 일체는 차별이요, 각각은 서로 다르다. 분별인 것이다. 고로 우리의 인성(人性), 지식은 모두 분별의 산물이다. 우리의 삶도 분별에 기초한다. 그런데 문제는 분별이 분별에 머물지 않고 가치 판단이라는 상, 관념이라는 상을 만들어 내는 데 있다. 가령 A는 크고 B는 작다고 할 때 큰 것은 큰 대로 좋고 작은 것은 작은 대로 좋다면 그뿐이다. 또 A는 B

분별에 얽매·심다 하는 나의 가치 판단(관념)이 달라 붙으면 그로부터 편견과 아상(觀念적 자아)이 탄생한다. 고로 분별은 아상을 낳고 아상은 온갖 불화·투쟁·분란·공포 따위의 고통을 만들어 낸다. 분별을 가리켜 무명의 핵심이요 고통의 원리라 하는 까닭도 거기에 있다. 불법의 가르침은 이 아상을 죽이려고 거듭 강조한다.

협찬: 오 병 주