

건강백세 16



뇌 (뇌졸중-2)

중풍 증상관련 응급조치에 주의할 일은 그 정도가 지나치거나 위험한 부위를 다치지 않아야 할 것이며 특히 CT, MRI 등을 통해 원인이 소상하게 밝혀지지 않은 상태에서의 무리한 투약이나 치료는 위험하다. 신요한 약효로 각 가정마다 한두개씩 상비하고 있는 우혈청심원 등은 처방규격에 맞는 양질품을 준비해야 하며, 환자가 의식이 있는 경우에 1~2환 복용시켜 효험을 볼 수도 있다. 추가복용은 진단이 나온 후에 여부에 고려하는 것이 좋다. 원인에 따라서 해로울 경우가 있기 때문이다. 특히 혼수상태의 환자에게 청심원 등을 강제로 투약시키다 약물이 기도를 통해 폐로 들어가 흡인성폐렴을 일으키는 수도 있어 유의해야 한다.

일단 뇌혈관사고로 인한 경우는 안경, 혈압강하, 지혈, 해열처리가 우선된 후 후유증에 대한 대책을 마련하여야 한다. 또다른 중요한 것은 중풍이 일과성으로만 지나가는 게 아니고 혈압이 정상화되지 않는 한 연속적으로 재발생되는 재중풍이 올 수 있으므로 충격을 절대 피해야 하고 혈압강하와 감기 등 외사의 침입을 최대한 막아야 한다.

뇌졸중 뇌졸중은 극히 위험하며 사멸률이 높다. 응급시 머리를 철저히 조심시키는 것도 뇌졸중을 예방하는 방법이다. 뇌졸중(腦梗塞)은 뇌혈관이 막히거나 터져서 뇌 조직이 죽어 뇌 기능을 잃어버리는 것이다. 대다수 의식을 완전히 잃거나 사망한다.

양한방 병행치료 효과 감기조심 안정 취해야

민간요법은 일단 원인이 진단되고 응급조치가 끝난 후 후유증을 치료하거나 최소한 시키려할 경우에 적절히 응용하면 많은 도움을 받을 수 있다. 양한방을 병행하여 치료할 경우 더 나은 효과를 보는 경우가 많아 상호보완하는 협진체제를 갖춘 대형의료기관들이 늘어나는 추세에 있다.

증상과 치료 등 혼수나, 반신불수 안면마비 언어장애를 보이는 운동신경장애, 기억상실이나 건망증 같은 지적장애가 있어 각 증상의 치료가 정도와 발생 부위에 따라 일정하지 않다.

그러나 소생(蘇生)했을 경우 인체의 자정능력에 의해 후유증은 차츰 회복될 확률이 높다. 출혈반만 차츰 해소되어가면 장애는 부분적이거나 복되기 때문이다. 처음 무의식상태에서는 생명유지에 방해가 되는 질식, 고열, 열중 등의 확산을 대증적으로 막아주면서 회복을 기다린다. 일단 고비를 넘긴 후엔 혈압을 안정시키면서 출혈을 막는 조치를 취한다. 한방에서는 증세에 따라 성향정기산(星香正氣散)이나 방풍통성산(防風通聖散)같은 해열청혈(解熱淸血)하는 처방을 사용하기도 한다. 침구치료도 병행하면 치료율을 훨씬 높일 수 있다.

윤을상 <한의학 박사>

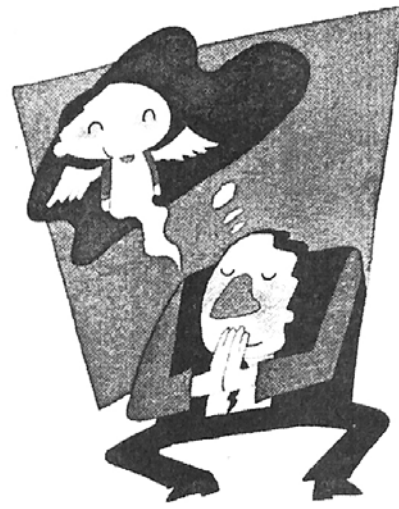
자식 잃고 만난 불법 ④

신행수기 공모 당선작

<특별상>

"바로 이거다"하는 외침이 절로 나왔다. 그리고 보니 얼마나 많은 세월을 죽음에 대해 궁극해 하고 두려워써 공포에 떨었던가! 이럴때 사람이 죽어 상여가 나가면 나도 모르게 발걸음을 멈추고 보이지 않을때까지 하염없이 서있기도 하고 사춘기때 주위의 죽음을 보면서 또 새 개 돼지가 죽는것을 보면서 죽으면 어디로 가는지 너무나 궁극해서 철학책도 많이 읽어 보았다. 군에서 하나도 믿어 보았지만 그 어떤것도 갈등을 해소 시키지는 못했다.

아들여 그 아픈몸을 이끌고 관하여 선원에 나와서 법문도 듣고 큰스님 친견도 했다. 그날 따라 가고 싶어 갔더니 돌아갈때 부처님 법이 최고라며 말을 못하면서 엄지 손가락을 치켜들고 천수경을 들으면서 편안히 운명하셨던 일. 지난 5년 동안 공부하면서 체험한걸 어찌 글로 다 적을



그림·이준석

"모든것이 내탓이요 전생에 진땀 값이었지..." 진리의 법 대하니 통쾌하고 후련하였다

러면서 그 어렵던 법문이 하나 둘 마음으로 알게되고 체험도 해졌다. 영세 퇴신 할머님께서 살아 썩는 고통을 받으시길래 진실로 '이것은 아사 주인공! 어서 옷을 벗고 새옷 입고 나와 아공부 하게 해야지' 하고 계속 관했더니 며칠후 꿈으로 보여주고 옷을 벗게한 일. 직원과 함께 차를 끌고 출장갔다 오다 펄프트리이 중앙산을 넘어와서 그것을 피하려다 내 차가 중앙산을 넘어 반대편에서 달려오던 승용차와 정면충돌 하는 순간 이제 죽는구나 하면서 주인공! 하고 속 들어 갔더니 차는 다 부서졌어도 상대방 운전수나 나와 직원은 의상하나 없던 일.

수 있었는가. 사업을 하면서 직원에게 배반당하고 사기 당하고 부도 맞고 사업 적자에 그러다 보니 돈이 1억이 넘게 나가 순식간에 빚쟁이가 되어 이자만도 감당할 수가 없었다. 이 모든 것이 내 탓이요. 전생에 빚진 돈 갚았지하며 한 생각 돌리며 오로지 주인공이라는 반야줄을 잡고 아만만큼 관하여 생활하 내 마음은 편안했다. 연일 빛나대 이걸 막고 돌리며 생활하고 그러나 묘하게도 말일이면 대치가 되었다. 지금까지도...

해결 되리라 믿고 관하고 있다. 또 감사한 것은 큰스님께서 나타나 불을 켜면 주변이 다 밝아진다고 하시더니 그렇게 요지부동하던 형제 및 주변에서도 관심을 갖고 이 공부 하는 사람도 생겼다. 언젠가는 다 하리라 믿고 그것 또한 주인공에 관하고 있다. 그리고 같은날 이 법 만나 열심히 하는 도반인 아내와 아이들도 법회에 꼭 참석하며 식사때 꼭 관하고 먹고 무슨 일이 있으면 주인공을 찾으니 이 감사함을... 정말 이 공부 하니까 모든것이 감사하다. 그리고 이 글도 본디 쓸것도 없건마는 작은 밑알이나마 불씨를 지피는데 일조를 한다면 또한 우리와 같이 어려움을 처한 사람에게는도 억만금을 주고 못할 부처님의 골수를 얻을 수 있는 이 공부를 통해 참 행복의 진미를 느껴볼 수 있기를 바라며 이것 또한 주인공의 뜻이라 주인공에게 회향하며 큰스님께 회향한다.

노윤택 <경기도 안양시 석수1동>

오종욱 기자

◆ Whosoever by words annoys either a Brahmana or a Samana when meal-time has come and does not give (him anything), let one know him as an outcast.
식사 때가 되었는데도 바라문이나 사문에게 욕하며 먹을 것을 주지 않는 사람, 그를 천한 사람으로 아시오.

◆ Whosoever enveloped in ignorance in this world predicts what is not (to take place), coveting a trifle, let one know him as an outcast.
이 세상에서 어리석음에 싸여 사소한 재물은 턱없이 타내어 일어나지도 않을 일을 예언하는 사람, 그를 천한 사람으로 아시오.

◆ Whosoever reviles buddha or his disciple, be he a wandering mendicant (paribbaga) or a householder (gahattha), let one know him as an outcast.
부처님이나 그의 제자를 욕하는 사람, 그를 천한 사람으로 아시오.

영어로 배우는 경전 <숫타니파타 37>

깨달은 사람 뿐만 아니라 그의 제자 중에서 탁발하거나 재가의 제자들을 협동하는 사람, 그를 천한 사람으로 아시오.

◆ whosoever without being a saint (arahat) pretends to be a saint, (and is) a thief in all the worlds including that of Brahman, he is indeed the lowest outcast; (all) these who have been described by me to you are indeed called outcasts.
성자(아라한)도 아니면서 성자라고 사칭하는 사람은 전 우주의 도둑이요. 그런 사람이야말로 실은 가장 천한 사람이다. 내가 당신에게 말한 이러한 사람들은 모두가 참으로 천한 사람이다.

- * predict (v) 예언하다
- * covet (v) 탐내다
- * pretend (v) 사칭하다
- * revile (v) 비방하다
- * mendicant (ad) 탁발하는
- * householder (n) 재가불자

1996 문학의 해 해외불교문화 다이제스트

돈 환 이노우에 야스시 작
조행덕은 낙담했다. 진사 시험을 치르고자 청운의 꿈을 안고 서울인 개봉으로 올라 왔으나 어이 없게도 낙방을 하고 만 것이다. 개봉의 거리를 이리저리 거닐며 낙방으로 구겨진 마음을 위안하려 했으나 쉽지 않았다. 허허로운 삶의

무게가 가슴을 억누르고 있었기 때문이었다. 어느날 조행덕은 한 골목길에서 똥가를 구경하는 사람들의 무리를 보았다. 그는 호기심과 무릎을 달래보자는 심산으로 구경꾼의 틈에 끼었다. 그리고 그는 깜짝 놀랐다. 어이없게도 사람들 가운데는 한 남자가 여자 한명을 발가벗긴채 남편자가 묶어두고 외쳐대고 있었다. "이 여자는 음탕하고 더러운 여자



그림·심민섭

입이다. 어느 부위든지 원하는 곳을 잘라 팔겠으니 마음대로 사가시기 바랍니다" 정말 놀라운 일이 아닐 수 없었다. 사람을 잘라 팔겠

다는 사내의 태도 보다 더 놀라운 것은 그런 분위기에서도 아무런 두려움 없이 남편에게 묶여 있는 여자의 당당한 표정이었다.

"내가 사겠소. 부분이 아니라 전체를 다 사요"
사내가 보란듯이 여자의 손가락 두개를 잘라버린 직후 조행덕은 여자의 전체를 샀다. 아주 싼값이었다. 돼지고기와 같은 가격이었다. 조행덕은 '너는 자유야. 어디든 가라'고 하자 그녀는 이상한 문자가 쓰인 천 조각 하나를 주고 떠났다.

거리에서 산 여자를 놓아주자 그녀는 이상한 문자가 쓰인 천을 주었다
처음보는 문자였다. 글 공부를 즐기지는 조행덕이 그 문자에 호기심을 갖지 않을 수 없었다. 그는 과거를 붙들 만났던 노선비를 찾아가 천조

각을 보여주고 그것이 서하문자임을 알았다. 그리고 그 문자를 해독하고 싶었다. 서하라는 나라, 탐구트족들이 이제 그 세력을 넓히며 주변 작은 도시국가들을 위협하는 나라에 어느새 문자가 생겨 통용되고 있다는 사실은 놀라운 것이었다. 조행덕은 송나라 사람으로서 서하에 대한 별다른 감정이 없었으

게됐다. 낙타를 수십마리씩 몰고 다니는 대상과거리에 끼여 서하를 향하다가 그는 서하의 군대로 잡혀 들어가는 인연까지 감당해야 했다. 그곳에서 조행덕은 주왕례를 만났다. 문자를 안다는 이유로 주왕례는 조행덕을 아껴 주었다. 그리고 서하의 문자를 배울 기회를 주었다. 서하의 서을 흥경으로 가는 부대에 조행덕을 끼워 준 것이다. 조행덕은 어떤 인연이 다가올지 아무런 예감도 못하며 흥경으로 향하는 군사대열에 끼어 들었다.

1907년 호카이도 출생. 교토대 철학과 졸업. 마이니치신문 문예부장 출신. 한국 기행문(한국의 옛것을 찾아서)과 소설 <함초> (물구멍이 일기) 등 발표.

스승도 없고 제자도 없다. 이제 세상은 모두 다 도(道)를 놓아 버렸다!

THE LAST WORD

부처님의 유언

공파 스님 역해

부처님 자비의 극치! 말세의 중생들을 위해 남기신 금쪽 같은 최후의 유언!

아! 아! 말세의 중생들을 위해 끝까지 간곡하게 당부하신 이 유언은 부처님 자비의 극치를 나타낸 것이로다. 그러므로 제자가 된 사람들은 아니 두 발로 땅을 딛고 있는 사람이라고 한다면 마땅히 이 최후의 말씀을 뼈에 새겨두고 간에 기록해야 할 것이다.

신국판 / 400면 / 값 7,000원

전국 유명서점 정찬 판매중!

아주 소중한 비밀을 그대에게 전하니 모든 고통으로부터 벗어나라!

법구경 1 2

오소 라즈나쉬 경의 / 손민규 옮김

<법구경>은 나를 완전히 밝아보였다! 나는 허상의 웃음 모두 벗어던지고 그를 받아들였다! 값진 인생을 살고 싶은 사람들!

신국판 / 전 2권 / 리본 값 6,500원

그러나 그 방법을 몰라 애매우는 사람들! 그들을 위해 깨달음의 스승 라즈나쉬가 <법구경> 강의를 시작했다.

신국판 / 전 2권 / 리본 값 6,500원

금강경

오소 라즈나쉬 경의 / 손민규 옮김

벼락처럼 단번에 자르는 지혜의 완성

2천5백 년 전 붓다가 돌었던 진리의 수레바퀴가 다시 돌아가기 시작했다! <금강경>은 다이아몬드이다. 세상의 모든 책 중에서 가장 소중한 모배이다! 삶에 찌든 우리에게 생멸과도 같은 활력과 생기를 부여하는 유익한 인생의 지침서!

신국판 / 432면 / 값 7,000원

출판원고료 보내주시면 잘 기구어 보겠습니다

그래도 지구는 돌고 있다. 그리고 환생은 계속되고 있다!

환생의 체험 사례

나는 아흔여덟 번 환생했다

조 피셔 저음 / 손민규 옮김

"어쨌든 그대는 다시 태어날 것이다. 환생의 법칙은 우리에게 <영원>을 선물한다."

한때 코페르니쿠스의 지동설을 받아들이기 힘든 때가 있었다. 그래도 지구는 돌고 있었다. 환생을 받아들이기 어려운 지금에도 환생은 계속되고 있다. 우리가 불완전하다는 느낌이 더 많은 체험을 갈망하게 하고 이 갈망은 우리의 잠재력이 완전히 실현될 때까지 우리를 계속 지상에 돌아오게 만든다.

더 깊고 과학적인 이해가 가능하도록 환생의 다양한 모습들에 대해 집중적이고 진지한 비교연구가 진행되기를 희망한다. 나는 조 피셔의 이 책을 소개하게 된 것을 기쁘게 생각한다.

- 딜라이 라마 -

신국판 / 280면 / 값 6,000원