

건강백서 ⑫

신장

신장은 생체활동으로 발생하는 모든 화학적 독소들을 혈액을 통해 받아들여 처리해 맑은 상태로 되돌려주고 독소나 부산물을 수뇨관, 방광을 통해 체외로 배설시키는 장기이다. 깊은 동맥하에 있어서 보내오는 물질들을 처리해주는 고마운 존재이다. 콩모양으로 생겨서 콩팥이라고도 불리우는데 최근 의학의 발달로 그 기능이 다각도로 밝혀져 단순한 비뇨기라고 단 볼 수 없게 되었다.

신장은 사구체라고 불리우는 신장

통증을 유발시켜 심한 경우 수술을 통해 제거하지만 최근에는 초음파를 이용한 파쇄술(쇄석술)까지 동원되고 이노제를 활용하여 배설시키는 추세이다.

그러나 크기가 너무 크거나 모양이 찌그러져서 신장과 잡지, 책 등을 뒤적이며 소일했다. 그러던 중 신문에 난 가산불교문화원의 강좌를 발견하였다. 그때 내 심정은 그저 희미한 한가닥 불빛이라도 잡아 내 삶의 무명을 조금이라도 벗어던지고 싶은 마음뿐이었다. 그래서 가산불교문화원의 화엄경 강의를 수강하기로 결심했다.

지난 해부터 나는 상재에 들었고 그런 사실에 내 자신이 꼭 빠져 삼재때문에 되는 일이 없다고 믿고 있었다. 그도 그럴 것이 상재가 시작되던 지난 해 봄 천정아



독감 완벽치료 안하면 신장염 가능성 충분한 수분 흡수·운동이 結石 예방책

조직에서 삼투압작용에 의해 요산(尿酸)을 비롯한 많은 인체에 불필요한 물질들을 걸러낸다.

그러나 신장은 매우 정교한 조직으로 외부에서 침투하는 독성물질이나 자체의 염증으로 인한 기능 손상시에는 위험하고 중대한 증상들을 일으킨다. 대개 심한 부종을 주증상으로 하는 신장염은 여러가지 원인중에서도 독감을 완벽하게 치료하지 않았을 경우에 발생하는 경우가 가장 많으며 수은이나 납을 비롯한 중금속 물질의 흡수도 신세포를 망가뜨려 결국 혈액이 오염된 상태로 역입되어 심한 경우 혼수상태까지 이르게 된다. 요즈음 신부전 환자가 늘고 고지혈인 신장 투석(透析)을 국가가 책임지는 사태 여까지 이르게 된 것은 산업공해의 증가와도 깊은 관련이 있다.

또한 신장은 미세한 조직속에 소변을 장시간 보관하고 있는 관계로 석회질과 요산들이 결합하여 결석을 발생시키게 된다. 결석은 크기와 모양이 다양하며 특히 표백한 모양을 가진 것이 이동할 경우에는 상상을 초월한

흔치 않은 채질과 연관된 경우가 많아 다 적용되는 것은 아니며 수분을 충분히 섭취하고 운동을 활발히 할 것을 가장 권장한다.

신장질환중 가장 무서운 것중의 하나가 신장결핵이나 신장암이다. 특히 신장결핵은 부종없이 오게되어 조기 진단이 용이하지 않다. 약화될 경우 신장출혈로 인한 노혈증을 보이며 더욱 심해지면 신장이식수술을 통한 신장대체가 요구되며 노혈이 혈액소염으로 나타나지 않는 경우가 많아 의심이 가는 때엔 절대 철저한 소변검사가 필요하다.

이유없이 파곤하거나 부종없이 배뇨기능이 부진하고 미열이 장기화되거나 요통등 증상이 있을 경우에는 전문의의 진단을 받아야 한다. 요즈음 남용되고 있는 각종 약물이나 특히 항생제의 경우 신장기능을 저하시키거나 조직의 변성을 초래할 수도 있어 여러가지 악성 신장질환의 만연과도 무관하지 않다고 본다.

윤을상 (현의회 박사)

조건없이 사는 삶 ①

난해 여름, 나는 몹시 자처있었다. 여름내내 두꺼운 양말을 신고 있어야 할 정도로 건강이 좋지 않아서 집에서 신문과 잡지, 책 등을 뒤적이며 소일했다. 그러던 중 신문에 난 가산불교문화원의 강좌를 발견하였다. 그때 내 심정은 그저 희미한 한가닥 불빛이라도 잡아 내 삶의 무명을 조금이라도 벗어던지고 싶은 마음뿐이었다. 그래서 가산불교문화원의 화엄경 강의를 수강하기로 결심했다.

지난 해부터 나는 상재에 들었고 그런 사실에 내 자신이 꼭 빠져 삼재때문에 되는 일이 없다고 믿고 있었다. 그도 그럴 것이 상재가 시작되던 지난 해 봄 천정아

과정시행에 합격하였다. 많은 사람들이 공부하면서 논문의 주제를 탐색하는 것과 달리 나는 구체적인 논문의 주제를 가지고 모태하여 입학을 하였다.

나의 박사과정은 조교생활을 하던 석사 과정에 비해 훨씬 수월했다. 공부하는 것은 늘 하고 싶은 일이라 박사과정의 지료를 정리하며 그렇게 어느덧 1년이 손쉽게 지나갔다. 한 해를 마무리하는 시점에서 교수님들을 모신 학생모임에 참석하게 되었다. 뜻밖에도 그 자리에서 한 교수님이 '하나님 아버지...'로 시작되는 기도를 했다.

입학을 하면서 그 학교의 재단이 기독교 계통인 것은 알았으나 그런 정도인지는 몰랐던 나는 당황했다. 모교에서는 박사과정

신행수기 공모 당선작

(특별상)



그림·이준석

히 머리속에서는 "이 학교를 포기할까?" 아니면 "내 생각대로 논문을 쓸까?"의 양자택일에서 헤매고 있었다. 결정을 풀 다 할 수 없는 일로 내려졌다.

학교는 그대로 다니면서 학위의 문의 주제를 바꾸고 졸업후 교수가 되어 마음 편히 하고 싶은 공부를 하는 것이 옳은 선택이라고 생각했다. 그렇게 생각하고 나니 하루라도 빨리 학위를 받아야겠다는 생각을 하게 되었고 그러기 위해서 논문주제는 석사논문의 주제와 연결이 되는 것으로 정해야 했다. 잠잘 때, 밥 먹을 때, 그리고 화장실 갈 때를 제외하고 거의 모든 시간을 컴퓨터와 책상앞에서 보냈다.

그러다보니 내게는 두통과 소화불량증이 항상 붙어다녔다. 하루는 약국에서 두통약을 사는데 머리가 희끗한 약사할아버지가 "생긴 건 유하게 생겼는데 왜 매일 두통약을 사느냐"며 핀잔을 주는가 하면 위장약을 사러가면 "술을 마시느냐? 담배를 피우느냐? 소화불량이 오려면 안된다"며 의아한 눈빛을 하시더니 혹시 스트레스가 있는나고 하길래 그런 것 같다고 하였다. 스트레스가 심하면 위에 구멍이 난다고 하며 대충 살라고 하였다. 그렇게 육체적 심리적 고통속에서 논문심사는 시작되었고 1차 논문심사를 앞두고 아버지는 병원에 입원을 하셨다.

이우매심 (서울 은평구 신사2동)

기독교재단 대학원 다니며 종교차이로 항상 두통과 소화불량에 시달렸다 논문심사 앞두고 아버지께서 입원...

버지를 여의었다. 그 슬픔이 채 가시기 전에 시아버님을 여의었고 올해는 그렇게 바란 아이를 임신했으나 3개월에 들어서면서 사기로 유산이 되었던 것이다.

병원에서는 과로와 운동부족, 그리고 스트레스가 원인이라고 하였다. 사실 이 모든 것은 오랜 기간에 걸쳐 내게 누적되어 있었다. 이 이야기를 하려면 내가 박사과정에 입학하던 10년전으로 거슬러 올라가야 할 것 같다.

서울 올림픽이 열렸던 1988년 나는 박사

이 인가가 나지 않은 상태라 일년의 공백기간을 거친 후 석사과정의 지도교수로부터 논문의 주제와 지도교수도 영두에 두고 추천까지 받아 입학한 학교였기 때문이다. 나는 '부처님의 가르침속에서 가정경영의 지점을 찾아내는 연구'를 하고 싶었고 그 당시 가정경영에 대한 권위있는 교수님이 계신곳이 바로 이 대학이었다. 그러나 학교의 종교적 분위기와 교수님의 종교까지 는 미처 고려하지 못했던 것이다.

그 후 그런 식의 기도하는 자리가 자주

있었을 뿐만 아니라 수업진행중에까지 파고 들었다. 수업중에는 실제사례를 대상으로 분석을 시도하는 경우가 많은데 어찌된 것인지 결론은 '기독교의 사랑만한 것은 없다'와 '불교를 미신과 흡사한 종교'로 물어붙이는 것과 기독교가정과 불교가정의 대비로 귀결되었다. 그런데 더욱 놀란 것은 수업을 듣는 수강생 모두가 마치 기독교 신자인 듯 맞장구를 치는 것이었다.

점점 나는 달래마에 빠졌다. 서서히 그 대학이 마치 밤의 집처럼 느껴졌다. 솔직

◆ On his attaining the bliss of the right view three things dhammas are left behind by him : conceit and doubt and whatever he has got of virtue and holy works.

자신을 실재(實在)라고 보는 견해와 의혹과 영식적인 신앙, 이 세가지가 조금이라도 있다면, 그는 자전(自轉)을 성취하는 동시에 그것들은 버려진다.

◆ He is released also from the four hells, and he is incapable of committing the six deadly sins. This excellent jewel is found in the Assembly, by this truth may there be salvation.

그는 네 가지 지옥을 떠나, 다시 여섯 가지 큰 죄를 범하지는 않는다. 이 뛰어난 보배는 승단 안에 있다. 이 진리에 의해서 행복하라.

◆ Even if he commit a sinful deed by his body, or in word or in thought, he is incapable of concealing it for to conceal is said to be impossible for one that has seen the state of Nibbana. This excellent Jewel is found in the Assembly by this truth may there be salvation.

또 그가 몸과 말과 생각으로 사소한 나쁜 짓을 했을지라도 그는 그것을 감추지 못한다. 공덕의 경지를 본 사람은 감출 수가 없다. 이 뛰어난 보배는 승단 안에 있다. 이 진리에 의해서 행복하라.

◆ As in a clump of tree with their tops in bloom in the first heat of the hot month, so buddha taught the excellent Dhamma leading to Nibbana to the greatest benefit for all. This excellent jewel is found Buddha by this truth may there be salvation.

초여름의 더위가 숲속의 가지에 꽃을 피우듯이, 그와 같이 경안에 이르는 요법(妙法)을 논한 사람이 가르치셨다. 이익이 되는 최상의 일들을 위해서, 이 뛰어난 보배는 논한 사람 안에 있다. 이 진리에 의해서 행복하라.

*hiss (n) 더시없는 기쁨, 자복
*conceit (n) 자만, 사견
*get off ~ 버려지다, 이탈하다
*conceal (v) (죄, 과실 등을) 숨기다, 외면하다
*doubt (n) 의심, 의문
*sinful (v) 죄악하다, 죄짓다, 비겁하다
*darn (n) 나무꾼, 덩발

영어로 배우는 경전 숫타니피타 ⑬

살아있는 法語, 살아있는 佛敎史料!

96년판 현대불교신문 합본집 발간

이천만 불자 여러분의 참 대변자, 수행의 길잡이인 '현대불교신문'이 1호에 이어 **합본 '96년판'**을 발간하였습니다.

주목같은 법문, 불교의 근본 원리를 속 시원히 파헤친 기획물들, 생생한 불교사의 발자취... 이 모든 것들을 손쉽게 접할 수 있는 방법은 없을까 고민하셨던 분들, 이와 같은 생각을 가지셨던 분들은 지금 곧 연락 주십시오. 즉시 우송해 드리겠습니다.

- 합본집('96년판) : 제 60호(1996. 1. 3) 제108호(1996.12.25)
- 가격 : 50,000원(발송비 별도)
- 구입신청 : 현대불교신문사 경영관리국 전화 : (02)737-8881 팩스 : (02)737-0697

한정된 수량 관계로 선착순 판매 합니다.

(주)현대불교신문사 (代)737-8881

btm 불교텔레비전 32 (주) 위동마린투어

크루즈급 초호화 여객선으로 찾아가는 중국 불교성지순례

신심으로 가는 깨침의 길 중국불교성지순례

꼭! 한번 가보고 싶었던 중국불교성지순례

불교TV와 함께 다녀오십시오

불교텔레비전과 중국 최대 현지법인 여행사인 위동마린투어가 국내 최초의 크루즈급 호화여객선으로 모시는 선상여행에는 편안한 여유로움과, 최상의 서비스가 함께 합니다.

중국불교 핵심 성지순례 9일 ▶ Price \$1,150,000
중국 최대 불교 성지순례 9일 ▶ Price \$1,100,000

중국남부 특선성지순례 9일 ▶ Price \$1,500,000

● 불교TV만이 드리는 모방할 수 없는 다양한 장점

- 획기적인 가격
- 여유있는 순례코스
- 국내최초 크루즈급 여객선의 최고 서비스
- 중국 현지 최대 여행사의 넉넉하고 편리한 일정
- 선상법회 등 다양한 프로그램
- 성지순례 비디오테일 및 성지안내서 무료제공

● 예약문의 불교텔레비전 사업부 ☎ (02)3270-3471~3 위동마린투어 ☎ (02)711-9111