



# 장맛 보러 오세요

## “식물성 단백질 다량 함유 균형있는 식생활 도와 사찰·불교단체 국산콩 엄선 재래방법 제조 인기”

“장맛을 보면 그 집안을 알 수 있다”는 말이 있다. 별다른 조미료가 없던 시절에는 음식 맛을 결정하는 장을 담그고 관리하는 일이 그만큼 중요했기 때문이다.

특히 된장은 ‘밭에서 나는 고기’라고 불리는 콩을 주원료로 한 만큼 음식에 영양을 더해준다. 된장에는 폴리페놀을 염려가 없는 양질의 식물성 단백질이 다량 함유돼 있을 뿐 아니라 쌀을 주식으로 하는 사람에게 더 모자라기 쉬운 필수아미노산인 리신이 많이 들어있어 식생활의 균형을 잡아준다. 또 된장에 들어있는 리놀렌산 등은 나쁜 콜레스테롤이 체내에 축적되는 것을 막고 혈액의 흐름을 원활하게 해주는 역할을 한다.

때문에 예로부터 우리 나라에서는 음력 정월대보름부터 2월 말까지 집집마다 된장과 간장을 담는 손길로 분주했다.

하지만 최근에는 번거롭고 냄새가 난다는 이유로 장을 직접 담그는 집이 줄어드는 추세다. 그렇다면 믿고 먹을 수 있는 메주나 된장은 어디에서 살 수 있을까?

사찰이나 불교단체에서 판매하는 된장은 순수 국산 콩을 엄선해 인공 조미료를 넣지 않고 재래식 방법으로 만들어 인기를 끌고 있다. 무공해 메주나 된장을 살 수 있는 대표적인 곳은 서울 봉은사와 능인정사, 부천 석왕사, 수원포교당 등의 사찰 생활협동조합 매장이자. 봉은사 생활 매장은 순창 민속마을 내 향적원과 충주 초정리 광천수로 만든 장류를 한 말에 5만원에 판매한다. 조계사 용품점도 ‘메주와 웰리스트’에서 만든 된장을 1년 내내 판매하며 값은 한 말에 6만원이다. 부천 석왕사 생활에서 판매하는 메주는 한 말에 4만 2천원이며 이 말 중순까지 판매할 예정이다.

불교 용품전문쇼핑몰 마하몰(www.mahamall.co.kr)에서는 순창군 북흥면에서 생산되는 농산물로 만든 된장과 고추장 등을 판매하고 있다. 양질의 콩을 엄선해 무방부제, 무조미료로 만든 메주로 담겨 영양이 풍부하며 값은 1kg에 1만원이다. 금강경 독송회는 우리 콩으로 만든 메주와 된장을 1말에 5만7천원에 판매한다. ‘금강경 메주’는 금

강경 독송과 정진을 하는 수행자들이 만든 것으로, 수익금은 불사와 북한동포돕기, 결식아동돕기 등에 쓰인다.

공주 영평사에서는 100% 우리콩을 재료로 메주를 띄워 된장을 담그는데, 영평사 된장은 9번 구운 죽염으로 만든 된장으로도 유명하다. 공주가 아닌 다른 지역에도 택배를 통

해 구입할 수 있다. 대구 영남불교대학에서는 경상북도 청송 대송마을 비구니 스님들이 만든 메주를 살 수 있으며, 여수 은적사에서 직접 만든 된장은 4월 중순부터 살 수 있다. 은적사는 된장뿐 아니라 고추장, 갖가지 등도 함께 판매한다.

여수령 기자 snoop@buddhapia.com

판 매	연락처	판 매	연락처
마하몰	(02)732-1520	메주와 웰리스트	(033)562-2710
금강경독송회	(02)742-0172	공주 영평사	(041)857-1854
강남 봉은사	(02)511-6069	영남불교대학	(053)474-8228
조계사용품점	(02)738-9466	김해 은하사	(065)337-0101
부천 석왕사	(032)668-0072	여수 은적사	(061)644-1864
안주 지장사	(031)863-1888	수원포교당	(031)253-1055



◇7일 신세계백화점 본점 지하 식품매장에서 열린 '제30회 메주버자화'를 찾은 주부들이 메주를 고르고 있다. (사)대한주부클럽연합회가 주최하는 이 행사는 3월 6일까지 열린다.

### 집에서 만드는 사찰음식

#### 단호박 된장국수

단호박1/2개, 밀가루400g, 소금, 된장1/2컵, 다시마국물4컵, 양송이10개, 표고버섯8장, 애호박1개, 청·홍 피망1개씩, 두부1모, 우엉1/3대, 참깨, 설탕, 고춧가루, 참기름 1/2큰술씩, 식용유, 녹말물

1. 단호박은 찜통에 찌서 으갠 후 밀가루, 소금을 섞어 치대 반죽을 만들어 면을 뽑는다.
2. 양송이와 물에 불린 표고버

섯은 채썰고 애호박과 피망은 깍뚝썰다. 두부는 팬에 지져 채썬다. 우엉은 강판에 갈고 잠깐은 물을 조금 넣어 믹서에 간다.

3. 다시마 국물에 된장 소금을 풀고 양송이, 표고, 애호박을 넣어 익으면 두부, 우엉즙, 잠깐 간 것을 넣고 고춧가루로 간한다. 녹말물로 농도를 맞춘 후 삶아 건져 놓은 국수에 소스를 부어 낸다.

<제공=선재사찰음식문화연구원>



### 클릭! 불교문화상품

www.mahamall.co.kr

#### 분청달마쌀독

### 특유의 통기성으로 곡물벌레 생김 방지

1200℃의 고온에서 구워낸 '분청달마쌀독'은 도예가들이 정성스럽게 빚어낸 수공예품이다.

'분청달마쌀독'은 도자기 특유의 통기성으로 곡물을 보관하는 경우 벌레가 생기지 않아 내용물을 신선하게

저장할 수 있다.

제품은 백자와 분청사기 두 종류이며 값은 40kg 9만8천원, 20kg 6만8천원. (02)732-1520



### 소설가 남지성의 化緣에서 찾은

## 내 안의 너 안의 나

### 평범한 삶위해 기도

입춘 날, 절에 기도를 갔다가 60대 중반의 남자와 이야기를 나누게 되었습니다. 그 분과는 자판기에서 뽑은 커피를 마시면서 이야기를 나눴으니, 실제 이야기를 나눈 시간은 30분 정도였던 것 같습니다. 하지만 이야기를 나눈 내용이 인상적이어서 소개를 하였습니다.

마에불이 모셔져 있는 산에서 내려온 저는 차를 마시고 싶은 생각이 들어서 절 마당에 세워놓은 자판기 앞으로 다가 갔습니다. 그 때 자판기에서 막 커피를 꺼내고 있던 분이 꺼낸 커피 잔을 저에게 건네주면서 “커피를 드실 거면 이 걸 드십시오.”했습니다. 낯선 분으로부터 커피 잔을 건네받은 저는 당황함을 감추지 못하고 “감사합니다.”하며 고개를 숙였습니다. 그 분은 자판기에서 커피를 한 잔 다시 뽑아 들면서 “보살님은 무슨 기도를 하셨습니까?” 하며 쳐다봤습니다.

예기치 않은 질문을 갑자기 받은 저는, 커피를 받을 때 보다 더 당황해 하며 “다른 사람들이 다 하는 그런 기도를 했죠.” 하며 어색하게 웃었습니다.

그리고 난 저는, 제 쪽에서도 말을 거는

40대 중반에 정계에 입문해 네 번 국회의원 선거를 치렀는데 두 번은 당선하고 두 번은 낙선을 했다고 합니다. 평생을 누구 못지않게 화려한 삶을 살았는데, 60 평생을 살고 보니 그 화려한 삶이라는 게 너무도 무상하게 느껴지더라는 것입니다. 무상하게만 느껴지면 그러대로 감수하겠는데 수많은 사람을 짓밟고 올라갔다는 죄책감과 함께 많은 사람한테 빚을 지고 말았다는 부채감 때문에 너무도 괴롭다고 했습니다. 인생을 다시 살 수만 있다면 자신의 명예를 위해 다른 사람을 짓밟고 올라가는 일이나 희생을 강요하는 일 같은 것은 하지 않겠는데, 인생이라는 것은 다시 살 수 있는 게 아니니 가슴이 무겁다고 했습니다. 그러면서 그 분은 자신의 딸이 지금 미국에서 로스쿨에 다니고 있는데 그 딸을 보고 있으면 젊은 날의 자신의 모습을 보는 것 같아 안타깝다고 했습니다.



“그러석도 내 나이가 되면 내가 느끼는 무상을 느낄 텐데, 뻔히 보이는 결과를 향해 달려가고 있으니 안타깝지요. 딸 뿐만 아니라 세상 사람 모두가 그런 것 같습니다. 평범한 삶이 가장 완성된 삶인데 모

## “특출하다고 완전한건 아니죠”

계 예외라는 생각이 들어서 “선생님은 무슨 기도를 하셨는데요?” 질문을 했습니다. 제 질문을 받고 난 그 분은 “가족 모두가, 아니 세상 사람 모두가 평범하게 살 수 있게 해달라고 기도를 했습니다.”라고 대답했습니다. 저처럼 당황해 하는 기색도 없이 말합니다. 가족 모두가, 세상 사람 모두가 평범하게 살 수 있게 해달라고 부처님께 기도를 했다고 하는 그분의 말은 너무도 신선했지요. 그래서 “선생님 가족은 모두가 다 비범하게 보죠?” 하고 다시 물었습니다. 그러자 그 분은 “가족이라야 집사람하고 저, 그리고 딸인데 집사람과 저는 이미 60대 중반에 들었으니 비범할래야 할 수가 없죠. 그렇기에 딸을 위해서 기도를 했습니다. 평범한 삶이 최상의 삶이라는 것을 딸이 알았으면 좋겠다는 생각이 들어서 말합니다.”

그 분이 자판기에서 뽑은 커피를 마시면서 들려준 이야기를 정리해보면 다음과 같습니다.

어려서부터 신동 소리를 들으면서 자란 그 분은 스스로를 늘 특별한 사람이라고 생각하면서 살아왔다고 했습니다. 그래서 늘 특별한 신분의 특별한 일을 하며 살아야 한다는 강박관념에 젖어있었다는 것입니다. 그런 그 분은 젊은 시절엔 언론계에 들어가 국회와 청와대의 출입기자요, 미국과 유럽의 특파원으로 활약하면서 명성을 날렸다고 했습니다. 그러다가

든 사람들이 평범한 삶을 버리고 특출한 삶을 살려고 하니 세상이 어지러워 수박이요. 지금 제가 알고 있는 이 사실을 어떻게 하면 세상 사람한테 많이 알릴 수 있을까 하고 부처님 앞에서 잠시 고민을 해봤습니다.”

그 분은 부처님 앞에서 자기 자신이 어떤 고민을 하면서 기도를 드렸는 가에 대해 얘기를 한 후 “저는 60 평생을 살고 나니 부처영화가 무상하다는 것을 뼈저리게 알겠는데 제 집사람은 그렇지 않은 것 같습니다. 제 집사람은 남편인 제가 이루지 못한 부처영화가 지 딸이 동방 이르게 해 달라고 부처님께 기도를 드렸을 테니 말입니다. 아, 저기 집사람이 나오고 있군요. 커피 한 잔을 빼 드리고 너무 많은 얘기를 했으니 보살님한테도 빚을 지고 말았습니다. 300원 짜리 커피 한 잔을 드리고 30분 동안 이야기를 듣게 했으니 결과적으로 3만원쯤 빚을 지는 것 같군요. 하 하 하.”

그 분은 유쾌하게 웃으며 부인이 내려오고 있는 대웅전 층계를 향해 걸어갔습니다. 저는 빈 종이컵을 든 채 두 부부가 만나고 있는 대웅전 층계를 지켜보았습니다. 서로 다른 기도를 한 부부는 무슨 대화를 나누면서 집으로 돌아갈까 하는 생각을 속으로 해보면서 말합니다.

化緣 (02)704-3577

## 제8회 현대불교 신행수기 당선작 (천태종 총무원장상)

# ‘부처님 원력으로 다시 살아나다’ 이왕근(울산광역시 북구 천곡동)

불혹을 넘긴 나는 지난 세월을 돌아보면 부처님 가피로 살아왔음을 느끼지 않을 수 없다. 나의 부친은 6년전 작고하셨다. 부친은 오랫동안 병고에 시달렸는데 나를 가망이 없어 죽을 날만 기다리다 부처님 가피로 극적으로 소생했다. 이후 26년동안 건강하고 즐겁게 사시다 돌아가셨는데 아버지 이야기를 소개할까 한다.

지금으로부터 32년전, 내가 초등학교 5학년 되던 해 아버지는 건강이 매우 나빠졌다. 인근의 여러 병원을 다 찾아다녔지만 고치기 힘들다는 통고만을 들었을 뿐이다. 심한 위장병에 다른 2-3가지 합병증을 몸에 달고 살던 아버지는 고통의 나날을 보내다 문득 작은 아버지를 생각해 냈다. 당시 작은 아버지는 서울에 계셨는데 의학박사로 내과 병원을 하고 있었다. 그러나 워낙 바쁘기도 했고 고향을 등지고 살던 터라 우리 집과는 왕래가 뜸했는데 아버지께서 마지막이다 여기고 찾아가기로 한 것이다. 그래서 어느 날 아버지는 병든 몸을 이끌고 실낱같은 희망을 가지고 서울로 올라가셨다.

우리 가족들은 여러 날을 애가 타게 기다리게 되었는데, 어느날 아버지께서 거의 초죽음이 되어 돌아오셨다. 자리에 누워 가족들을 다 불러놓고 서울 다녀온 결과를 말씀했다.

종합진찰을 해 본 결과 위장 입구, 즉 식도 구멍이 점점 막혀간다는 것이었다. 현재 절반이 막혀 있으며 나머지 절반이 막히게 되면 살아갈 길이 없다는 것이다. 작은 아버지께서는 어차피 마지막이라 생각하고 수술이나 한번 해보라고 하셨었다. 그러나 아버지는 절대로 내 몸에는 칼을 못 대고도 완강히 반대했고, 여기서 죽

을 바라는 차라리 내 집에서 죽을란다며 작별의 말을 고하고 간신히 고향집으로 돌아왔다는 것이다.

그때 연세가 51세였던 아버지는 이후 음식물도 제대로 드시지 못해 미음으로 겨우 유지해 갔다. 우리 가족은 절망속에서 어쩔 줄을 몰랐다. 아버지는 젊어서부터 몸이 약해 병고에 시달려 왔는데, 집안 어른들이 병문안 외서는 “쫄쫄, 율해 못 넘기겠구먼”하기 일쑤였다. 그러나 이렇게 의사에게 사형선고와 다름없는 말을 듣고는 아버지는 본인도 또한 소생할 가망이 없다 생각하고 누워서 시름만 더하고 있었다. 드디어는 어머니에게 유언을 남기기에

### 병고에 시달리던 아버지 죽을 날만...

### 상월 대조사 친견·기도 후 건강 회복

이르렀다. “내가 죽거든 너무 슬퍼하지 말고 아이들 잘 키우라”는 말을... 이 말에 어머니는 대성통곡을 했다. 나 역시 하염없이 눈물을 흘리며 간절히 기도했다.

“천지신명이시여, 우리 아버지 좀 살려주세요.” 아버지의 유언을 엿들던 절망의 어느 날, 눈물 흘리며 간절히 하늘에 기도하던 일이 지금도 생생히 떠오른다.

아버지가 또다시 위독하다는 소문이 나자 집안 어른들이 병문안을 오셨다. 그러나 아버지를 바라보는 표정들은 전과 달리, 이제는 더 이상 살아날 방도가 없었구나 하는 안쓰러움이 역력했다.

그런데 인명은 재천이라고 했던가. 어느날 나에게 누나뻘 되는 친척이 찾아왔다. 그 분은 아버지를 뵈러가 보더니 “아제요, 충북 단양에 있는 구인사라는 곳에 한번 찾아가 보소. 그 절에 도인이 한 분 계시는데, 다 죽어가는 사람도 그 분을 만나면 그 자리에서 병이 낫는답니다. 그 이야기 전해드릴라고 왔어요.”라고 말하면서 그 구인사 도인이 들어있다고 하며 신문을 한 장 주고 갔다.

신문에 실린 도인이라던 분이 나중에 알고 보니 대한불교 천태종을 중창시킨 상월 원각 대조사님이었다. 신문에 난 구인사와 상월 대조사의 이야기가 아버지의 마음에 희망을 주고 용기를 주었는지, 자리에서 일어나지도 못할 정도로 허약했던 아버지가 며칠 지나자 일어 서게 되었다. 조금 기운을 얻은 아버지는 구인사에 한번 가보겠다고 하셨다.

세 번 도구 가방만 하나 든 아버지는 신문에 소개된 주소 한 장을 들고 무작정 구인사를 찾아 떠났다. 아버지는 아침 일찍 집을 나서서 울산 덕화역에서 단양 가는 열차에 몸을 실었다. 우리 가족들은 무사히 다녀오시기만을 염원 또 염원하였다. 5일후, 아버지는 4박5일간의 구인사 기도를 마치고 집으로 돌아오셨다. 5일전만 해도 몸이 너무 안좋아 매우 힘들어하셨던 아버지가 이게 어찌된 일인가? 너무나 건강한 모습이었다. 우리 가족은 놀라움을 금할 길이 없었다. 그날 저녁 온가족은 아버지를 둘러싸고 앉아 아버지로부터 구인사에서 4박5일간 있었던 일들을 듣게 되었다.

구인사에는 전국 각 지역에서 많은 신도들이 찾아와 상월 대조사를 친견하

고 있다고 했다. 신도들은 한 가지 소원을 대조사님께 고하면 동시에 사할 기도를 대령받아 밤새도록 관세음보살을 추송하고 있다고 했다. 아버지 또한 대조사님께 삼배 인사를 올리고 병을 고치게 해달라고 원을 세우고 대조사의 증명을 받아 사할 동안 기도를 열심히 했다고 한다. 지극정성의 기도 때문인지 부처님 가피를 받아 병이 나아서 집으로 돌아오시게 된 거라고 하셨다. 정말 기적과 같은 일이었다. 아버지는 “나쁜 아니라 많은 사람들이 구인사에서 소원을 이루고 귀가했다”고 덧붙셨다. 또 구인사에 머무는 동안 신기한 일도 많았다고 얘기했다.(계속)

그림·김홍인

