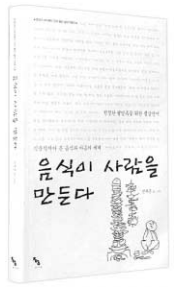


# 넘치는 식욕 이를 어찌할꼬

음식이 사람을 만든다 전재근 글/그림 | 종이거울 | 9천원



### “맛 판단하는 것은 혀가 아닌 마음” 식품학자의 맛 탐구 보고서



‘맛있는 것’을 찾으려는 현대인들의 노력은 눈물겹다. 텔레비전과 라디오, 신문, 잡지에는 연일 ‘맛집’이 소개되고 ‘원조’나 ‘TV에 나온 집’이라는 간판을 단 음식점은 장사진을 이룬다. 그렇다면 도대체 ‘맛’은 음식에 있는 것일까, 아니면 우리의 심리상태가 만들어 낸 것일까?

전재근 교수(서울대 식품공학)와 사친은 최근 펴낸 <음식이 사람을 만든다>에서 “음식 맛을 판단하는 것은 마음의 장난”이라고 주장한다. 과학적으로 볼 때, 맛은 혀에 있는 감각기관인 미뢰가 음식이 주는 자극을 전기신호로 바꿔 신경중추에 전달함으로써 감지하는 것이다. 그러나 맛이 좋냐 나쁜다는 것은 혀가 아니라 마음이 판단한

다는 것이다.

“먹는다는 행위는 우리에게 너무 흔하고 일상적인 일이라, 그 중요성이나 의미를 제대로 알지 못하는 경우가 많습니다. 하지만 무엇인가를 먹고자 하고, 음식 맛을 판단하는 마음의 실체는 과연 무엇일까 하는 물음에 대한 답을 찾아보고자 하는 시도가 바로 이 책입니다.”

책에서 전 교수는 “먹는다는 행위와 욕망을 끊을 수 없다면 마음을 들여다 보는 방편으로 이호해보자”고 권한다. 우리가 먹는 음식과 그것을 먹는 사람, 먹는 사람의 마음을 고찰해 봄으로써 먹는다는 행위에 따르는 마음의 뿌리를 찾아보자는 것이다.

“먹는 것도 세계를 답을 수 있는 심

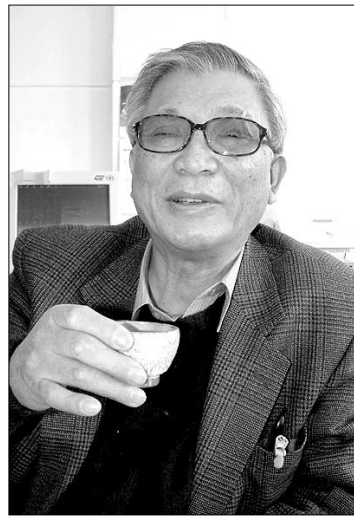
오한 행위입니다. 본래 성품을 보는 것을 견성(見性)이라 하는데 먹는 행위를 참구해 본래 자기의 성품을 찾는 것을 식성(食性)이라고 할 수 있을 것입니다.”

“먹는 음식” 편에서는 우리가 먹는 음식물이 어떻게 만들어지며 우리 몸 속에 들어가 어떤 작용을 일으키는지를 설명한다. ‘먹는 사람’에서는 자신이 금연과 채식주의를 하게 된 경험을 소개한다. 참선을 통해 ‘먹고 싶어 하는 이 놈이 누구인가’를 참구하면서 서서히 담배와 고기에 대한 욕망을 끊을 수 있었다는 것이다. 이러한 경험을

통해 전 교수는 건강한 마음이 건강한 육체를 이룬다고 주장한다.

“먹는 마음”에서는 대학생들을 대상으로 한 ‘식감 인식파(Cognitive Food Sensory Curve, CFSC)’ 실험 결과를 제시한다. 음식을 먹고 나타나는 뇌파의 변화를 감지한 CFSC가 사람에 따라 다르다는 결과를 토대로 음식 맛을 느끼는 것이 각자의 경험에 따라 다르게 나타난다는 것을 보여준다.

책의 마지막 장에 실린 ‘한 식품학자



식품학자인 전재근 서울대 교수는 “맛을 느끼는 주인공 나를 바로 알아야 나와 맛의 참 모습을 알 수 있다”고 말한다.

의 맛 탐구 보고서’는 “음식의 맛으로 인해서 깨닫고 보살의 경지에 이르러 되었다”는 <능엄경> 구절을 인용해 이러한 ‘마음 찾기’의 결과를 보여준다.

“나는 음식을 다루는 학자로서 맛의 뿌리를 더듬어 올라가 지금 이 순간 내가 맛보는 맛이 나의 본 성품에 통해 있고 억겁에 통해 있음을 비로소 알게 되었습니다. 식품학자로 물질적 현상에만 몰두하여 붓다와 선지식들의 가르침을 받지 못했다면 맛이 물질 속에 있는 줄 알고 있었을 뿐, 맛을 보는 나와 맛의 참 모습을 알 수 없었을 것입니다.”

여수형 기자 snoopy@buddhapia.com

### 새로 나온 책

■ <한강의 물을 한 입에 마시라> (혜담 스님 지음, 불광출판부, 8천5백원) = 경기도 각화사 주지 혜담 스님의 법문집. 1993년부터 96년까지 불교방송 ‘자비의 전화’라는 프로그램에서 했던 1분가량의 방송 원고를 정리해 모은 책이다. 라디오 프로그램에서 했던 법문인 만큼 글 주제도 여름휴가와 예금계좌, 명예욕 등 생활 속에서 쉽게 접할 수 있는 것들이라 쉽게 읽힌다.

■ <만다라> (김성동 지음, 청년사, 9천8백원) = 김성동씨의 소설 <만다라> 개작판이 청년사에 다시 출간됐다. 1979년 출간돼 큰 반향을 불러일으켰던 이 소설의 개작판에서는 주인공 법운이 차표를 찢고 사람들 속으로 내달리는 본래의 결말과 달리, ‘피안’이라 쓰인 차표를 들고 정거장 쪽으로 내달림으로써 끊임없는 구도의 여정, 인간의 자유와 본질에 다가가려는 끝없는 노력을 표현하고 있다. 개작판 <만다라>는 2001년 출간된 바 있다.

■ <신행수첩> (5천원, 정우서적) = 불자들의 신행을 도와주는 <신행수첩>이 새로 나왔다. 그동안 의식문은 세로쓰기, 우리말 해석경전은 가로쓰기를 고집하였으나 이번 수정판부터는 전면 가로쓰기를 채택해 훨씬 읽기가 수월하다. 또한 <금강경>, <아미타경> 등을 왼쪽 페이지에는 한글을, 오른쪽 페이지에는 우리말 해석을 달아 이해를 높였다.

## 티베트 불교 꼼꼼히 짚어보기

티벳 불교의 향기 최로연 지음 | 대숲버림 | 9천5백원

티베트는 여전히 우리에게 ‘신비의 땅’이다. 그 신비의 핵심을 구성하고 있는 것이 바로 티베트 불교라 할 수 있다. 밀교의 근본사상이나 수행체계는 배제된 채, 비밀스러운 의식이나 주술 등 표피적인 현상들만 알려진 것이다.

티베트 불교의 수행 핵심이 무엇인가에 중점을 두고 있는 책 <티베트 불교의 향기>는 수행의 관점에서 현교와 밀교 전반을 체계적으로 정리했다는 점에서 눈길을 끈다. 지은이는 인도 다람살라에 머물며 티베트 불교고등연구소 객원 연구원으로 활동 중인 최로연, 로렌은 달라이 라마가 내린 법명이다. 지은이는 중국

대 인도철학과를 졸업하고 인도국립박물관에서 석박사 과정을 마쳤으며 현재 티베트어 경전을 우리말로 옮기는 작업을 하고 있다. 보성대 원사 티베트박물관 홈페이지(www.tibetan-museum.org)에 티베트 불교 입문'이란 제목으로 연재했던 내용을 대폭 수정, 보완했다.

티베트에 불교가 전래된 것은 7세기경이다. 후기 인도불교의 전통을 계승한 티베트 불교는 소승(Hinayana), 대승(Mahayana), 금강승(Vajrayana)의 삼승에 관한 경전, 가르침, 수행체계를 모두 갖추고 있다. 이런 점에서 티베트 불교는 심오하고 풍부한 전통을 가진 불교라고 할 수 있다.

1부 ‘불교, 그 해방의 이름이여’에서는 티베트 불교 수행자들이 초심자들을 위해 법문할 때 가장 먼저 설

명하는 소승, 대승, 금강승의 수행의 길을 알기 쉽게 설명한다. 2부 ‘꺼지지 않는 불꽃, 이타의 길’에서는 수행자가 반드시 갖추어야 할 이타심과 선한 마음을 개발하는 방법을 다루고 있다. 티베트 수행자들이 이기적인 습관에 길들여진 마음을 다스리는 법을 가르쳐주기 위해 지은 계송인 ‘승리자의 아들, 보살의 37수행법’과 ‘수심팔훈(修心八訓)’을 우리말로 옮겼다. 3부 ‘탄트라, 금강승의 길’은 티베트 불교의 핵심을 이루는 탄트라 전반에 대해 알아본다. ‘탄트라 수행은 현교(顯教)에서 깨달음의 길에 대한 기본적인 요소를 튼튼하게 갖춘 사람들이 할 수 있는 것’이라는 지은이는 이 장에서 탄트라란 무엇이고 그 특징과 유형, 입문 의식, 수행전통 등은 무엇인지를 일목요연하게 정리했다. 특히 본래 마음을 드러낸다는 ‘무상(無上) 요가’를 집중적으로 설명하고 있다.

## 귀찮은 모기도 쓸모가 있네

모기보시 조재훈 글 | 이호백 그림 | 6천500원

여름밤, 찌는 듯한 무더위와 함께 우리를 잠 못 들게 하는 것이 바로 모기다. 대부분의 불자들이 모기를 쫓기 위해 모기향을 피우고 살충제를 뿌리는 것에 대해 큰 죄책감을 느끼지는 못하는 이유도 바로 모기가 ‘귀찮은 곤충’이라는 인식 때문일 것이다.

최근 출간된 <모기보시>는 모기도 소중한 생명체라는, 지극히 당연하지만 선풍 공감하기는 쉽지 않은 주제를 던져준다. 책의 주인공 명수는 교통사고를 당해 돌아가신 아버지를 위해 49일 간 절에 불공을 드리러 가는 어머니를 따라 처음으로 절을 찾는다. 그곳에서 명수는 모기들이 실컷 피를 빨 수 있도록 옷을 벗고 나무숨에 앉아 있는 큰스님을 보고 의구심을 갖게 된다. 더구나 몸살이 난 어머니를 보러 명수네가 세 들어 사는 지하 방을 찾아온 큰스님은 “언젠가는 부처님께서 모기 귀찮게 쓰실 때가 있을 거야”라며 방안에 있는 모기약을 모두 거둬간다.

큰스님이 다녀간 후, 모기약을 쓰지 않는 명수네 방에는 모기들이 득실거려 고생하지만 모기가 잡던 명수의 눈겨름을 쓰는 덕분에 어린 동생들을 화마(火魔)로부터 구하게 된다.

책은 모두가 귀찮아하며 아무 생각 없이 죽이는 모기도 사실은 저마다 존재의 이유가 있는 생명체라는 사실을 일깨워주는 동시에 부모를 따라 절에 온 딸의 눈을 통해 불살라 불구가 갖는 의미를 쉽게 설명하고 있다.

시각장애인인 서울 한빛맹자학교장을 역임한 조재훈씨가 글을 썼고 <모기보시>는 그동안 무슨 일이 일어났을 까? 2003년 뉴욕타임즈 우수그림책에 선정된 이호백씨가 그림을 그렸다. 책 수익금의 일부는 환경보호 지원에 사용된다.

여수형 기자

### 금주의 베스트북 10

책방 역시아문집

순위	도서명	저·편자	출판사
1	용서	달라이라마	오래된미래
2	길을 걷는 자 너는 누구나	장휘옥 외	더북컴퍼니
3	禪, 너는 누구나	현대불교신문	여시야문
4	인연법과 마음공부	혜교 스님	효림
5	조용한 사찰기행	조용한	이가서
6	홀로 사는 즐거움	법정 스님	샘터
7	방의지사	조용한	한글서당
8	임보리행문	산티데바	하얀연꽃
9	물 속을 걸어가는 달	김진태	학고재
10	가장 행복한 공부	정화 스님	시공사

도서 안내: (02)737-0695

## 이것이 사경책이다!!

(사경하신 후 부처님 복장용으로 사용하실 수 있습니다.)

※대량구입시 가격은 인터넷 또는 전화로 문의해 주시기 바랍니다

<b>한문만아사경</b> • 경전사경 제1호 • 내지: 70P 자연색 메리트지 • 표지: 레저크지 울렛 4" • 제본: 한장본 점지제본 (220mm x 310mm) • 날권비닐포장 • 값 5,000원	<b>한문금강만아사경</b> • 경전사경 제2호 • 내지: 70P 자연색 메리트지 • 표지: 레저크지 울렛 4" • 제본: 한장본 점지제본 (220mm x 310mm) • 날권비닐포장 • 값 5,000원
<b>한글만아사경</b> • 경전사경 제3호 • 내지: 100P 미세모조 • 표지: 레저크지 울렛 4" • 제본: 한장본 실제본 (220mm x 310mm) • 날권비닐포장 • 값 5,000원	<b>한글금강만아사경</b> • 경전사경 제4호 • 내지: 100P 미세모조 • 표지: 레저크지 울렛 4" • 제본: 한장본 실제본 (220mm x 310mm) • 날권비닐포장 • 값 5,000원
<b>한문관세음보살보문품</b> • 경전사경 제5호 • 내지: 70P 자연색 메리트지 • 표지: 레저크지 울렛 4" • 제본: 한장본 점지제본 (220mm x 310mm) • 날권비닐포장 • 값 5,000원	<b>한글관세음보살보문품</b> • 경전사경 제6호 • 내지: 100P 미세모조 • 표지: 레저크지 울렛 4" • 제본: 한장본 실제본 (220mm x 310mm) • 날권비닐포장 • 값 5,000원

**한글무상계사경지**  
 • 한지남장 (636mm x 313mm)  
 • 값 400원

**한글부처님사경지**  
 • 한지(3장 1조) (636mm x 313mm)  
 • 값 1,200원

**붓펜(사경펜)**  
 • 제브라붓펜 1호 (모필-세자) 값 7,500원  
 • 제브라붓펜 2호 (모필-중자) 값 7,500원  
 • 리필용 카트리지 (1, 2호리필용) 값 2,500원  
 • 제브라붓펜 3호 (경필-세자) 값 2,000원  
 • 제브라붓펜 4호 (경필-세자) 값 1,800원  
 • 제브라붓펜 5호 (경필-중자) 값 1,800원

**도서출판 동진**  
 부산시 기장군 철마면 송정리 364-2번지  
 TEL: (051) 515-8888(대)  
 FAX: (051) 508-0101  
 H·P: 011-554-2988

**동진기획**  
 E-mail: tunhwang@yahoo.co.kr  
 www.dongjin.biz  
 www.tunhwang.com  
 www.동진기획.com

## "운명"을 읽고 나면 성공이 보인다!!!

### 마음과 운명을 바꾸어 주는 책 ○ 오히규 실화소설 운명

**전3권 완간기념 할인판매 50%**  
 신국판 424쪽  
 각권정가 10,000원

**전집구입시 15,000원 후불제!**  
**(062)266-1083, 266-6693**  
 으로 전화주시면 책 먼저 보내드립니다  
 입금계좌: (예금주: 오히규)  
 농협 601175-52-016521

**주요수룩내용**  
 공합이야기  
 성기가 말을 안들어요  
 땀이 미쳐가고 있어요  
 의처증 이야기  
 바퀴 놓고 생각하기  
 실수의 흔적  
 처제와의 불륜  
 유체란 무엇인가?  
 입시 이야기  
 성형수술 이야기  
 제발 시집가고 싶어요  
 세 번 결혼한 검사님  
 인태와 세스의 비밀  
 남편과 제발 헤어지게 해주세요  
 두 번 태어난 보일러공의 행복  
 성공하는 사람은 다르다  
 부자가 되고 싶으세요?  
 노년자의 사랑이야기  
 넘치는 정력을 주체할 수 없어요  
 자신의 처지를 겸허히 인정하라  
 운명을 바꾸는 법

**책속 부록**  
 ▶ 생일로 알 수 있는 내 몸의 건강  
 ▶ 성명학-누구나 이름을 지을 수 있다  
 ▶ 꿈해몽 비법 ▶ 띠로 보는 궁합  
 ▶ 띠로 보는 궁합 ▶ 시(時)로 보는 궁합  
 ▶ 띠짜로 손(손성) 보는 법 ▶ 삼재법

서울·마포구 아현3동 618-22  
 전화 (02)365-8172  
 팩스 (02)365-8173  
 홈페이지: www.indeenet.co.kr

연락처(우편번호 500-500)  
 광주광역시 북구 청월(망월)동 374-2번지  
 전화: 062-266-6693