

네티즌강추

알쏭달쏭 한의학, 만화로 쉽게 풀어

한의학 (약식동원, 만화로 읽는 중국전통문화총서 5)

청홍(지상사), 주춘차이 지음
한약과 한의학의 근본뿌리를 기초부터 누구나 쉽게 이해할 수 있도록 되어 있다. 또 음식물들의 효능과 사용방법까지 설명하고 있다.
만화라는 형식이 어렵게만 느껴지는 한의학을 쉽게 풀어 쓴 것이 인상적이다. 참 동양은 크고(땅) 많지만(인구) 작고 적은 유령한테 얼마나 유린당하고 있는가.

이번 월드컵도 그렇다. 이유가 뭐냐.

동양인인데도 동양을 잘 모르는 우리가 문제가 있는 것 아닌가.

이제라도 동양인으로서 자부심 자긍심을 고취하기 위해서는 우리의 사상을 배워야 할 때다. 우리조상들이 수천년동안 질병과 싸우면서 부단히 창조하고 발전시켜온 한의학은 체계적인 이론과 함께 풍부한 경험이 담겨있는 인류문화의 지혜라고 할 수 있다. 만화책이라도 들고 배우보자. 학교에서 안 가르쳐 주니까.

(c0583, lifelog.blog.naver.com/c0583/r02_c0583_4)



맛을 밟고 살아온 농민들 삶의 노래

들무야 놀자

시와에세이, 안용산 지음
금산문화원 사무국장인 안용산 시인의 세번째 시집 <들무야 놀자>는 농사를 지으며 불려 온 삶의 노래다.
안용산 시에서 노래는 고단한 일상과 새로운 활력을 일으키는 상관물이다.

이번 시집에는 색다른 시가 한편 눈에 띄었다. 바로 '동굴'이다. 동굴은 이념적 가치성을 잘 나타내는 시라고 본다. 일제 시대에 금을 채굴해간 동굴이 많았다. 6·25전쟁이 나면서 그 굴을 피난처로 활용했던 사람들도 많다.
그 동굴에서 깊이를 알 수 없는 삶은 무엇을 의미하는가 사람이 행하였던 이념들은 결국 사람이 허물어야 하는 벽이 되고 말았다.

한 번 쌓아진 이념이라는 벽은 동굴 속 깊게 고여 있는 물처럼 쉬 마르지 않는 모습으로 아직도 우리를 가슴에 삶의 동굴로 자리하고 있다고 본다. 그 삶이라는 동굴에 아직도 이념은 무너지지 않는 벽으로 패어 있다.
시인은 민중을 하나로 결집시키는 근간으로 공동체 의식의 회복을 말하려는 듯 하다. 그러기 위해서는 삶의 가치를 상상과 공생의 정신에 두어야 한다는 메시지를 계속 전하는 것 같다.

(imim0123, kyobobook.co.kr)



책속의 밑줄긋기

○...오늘날 의식주 생활 모든 분야에서 '웰빙(wellbeing)'이라는 말이 건강의 대명사인양 통용되고 있다. 이 웰빙이라는 단어는 세계보건기구의 헌장에서 처음 나온 말이다. 뜻은 물리적 육체적 건전성 못지않게 정신적이고 심적인 안정성이 보다 중요한 요체임을 말해주고 있다. 즉 지혜로운 마음가짐이 건강관리나 질병관리에 기본이 된다는 것이다.

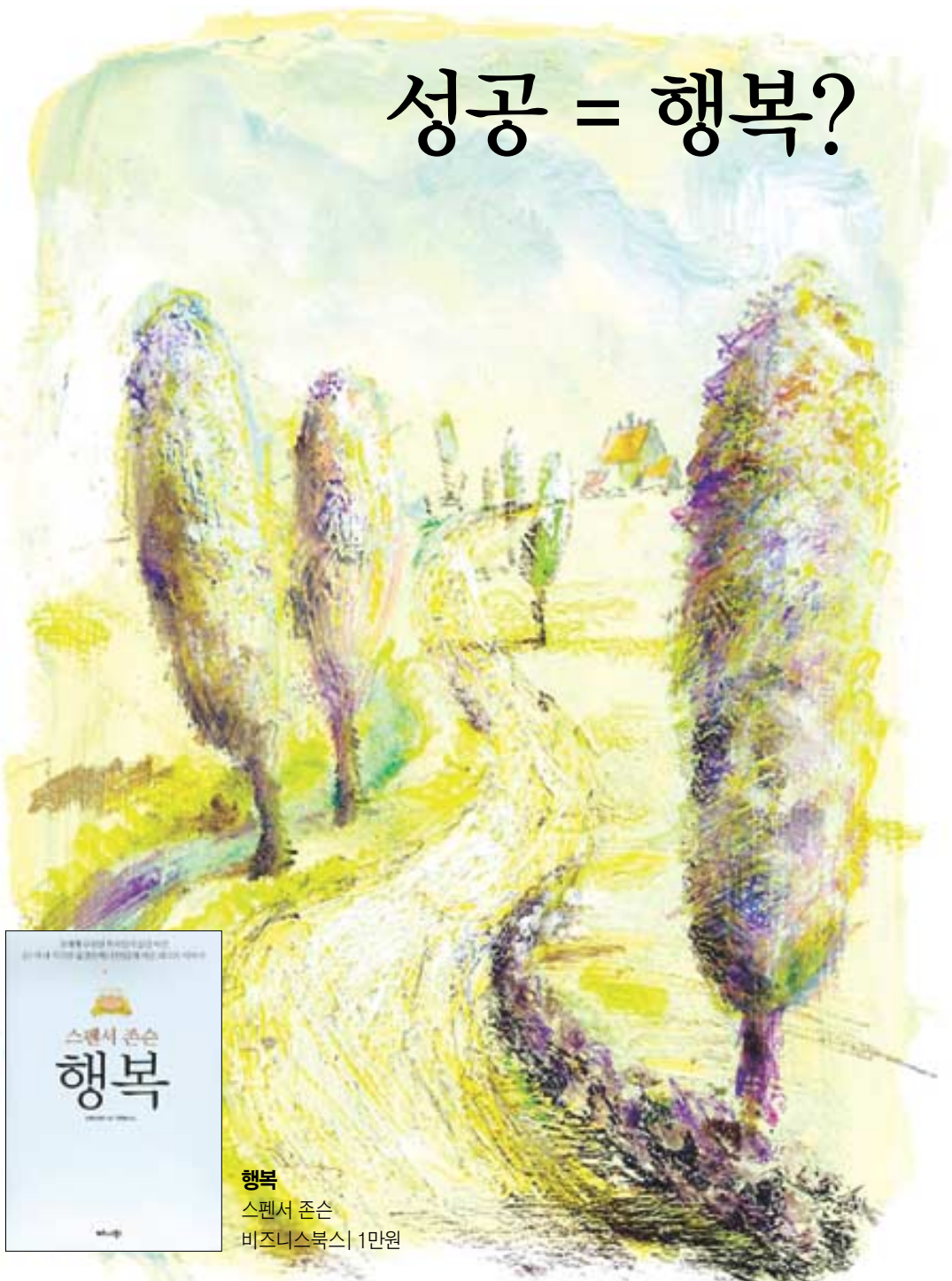
우주 삼라만상이 다 아름답고 세상만사가 다 고맙다고 생각하는 넉넉한 마음에는 그까지 질병이나 장애같은 문제가 되지 않는다.

생노병사는 자극히 자연스러운 순리이다. 그러나 생명의 이치 즉 제법무야 제행무상 열반적정의 진리를 터득하기란 쉽지 않다. 이 진리를 깨닫기 위해서는 불법에 귀의하는 것이 지름길이라 생각한다. 사람으로 태어나서 불법을 만나보고 간다는 것이 참으로 다행다복한 일이라고 뱃속깊이 감사하고 있다.

-<공적윤리> 본문 206-209쪽중에서, 하늘재, 이두호 지음



성공 = 행복?



'사는 게 왜 이렇게 힘들지?'
'이렇게 열심히 사는데도 나는 왜 즐겁지 않을까?'
누구나 삶에 지칠 때면 한 번쯤 생각을 해봤을 것이다. 우리가 그토록 간절히 원하는 '행복'이란 도대체 뭐냐?
<누가 내 치즈를 옮겼을까> 등으로 아마존닷컴에서 4000만부라는 기록적인 판매부수를 올린 작가 스펜서 존슨. 삶의 동기부여와 성공에 관한 원칙을 제시하며 많은 사람들에게 깊은 인상을 남겨주는 작가로 평가받는 그는 "나 자신을 소중히 여길 때에만 진정한 행복을 찾을 수 있고, 성공은 행복에 뒤이어 찾아오는 것이며, 내가 행복해야만 온 세상이 행복해진다"고 말한다.
그렇다면 스펜서 존슨이 말하는 행복해지는 비결은 무엇일까.
그는 우리가 진정으로 행복해지기 위해서는 하루 단 한 번이라도 나 자신을 깨어아 줄 수 있는 시간을 가지라고 권한다.

성공 가도 달리면서도 가슴 한 편 빈자리 느끼는 현대인에 던지는 '화두'

단 1분만이라도 나 자신을 위한 시간을 갖고, 스스로를 소중하게 여길 수 있게 된다면 오늘날보다 더 행복한 내일을, 더 행복한 관계를, 더 행복한 삶을 맞이할 수 있다는 것이다.

이 책 <행복>의 줄거리는 다음과 같다.
성공가도를 달리고 있으면서도 인생에서 무언가 빠진 듯한 느낌을 지울 수 없던 주인공 존. 존은 스스로의 의지대로 인생을 살아가고 있지만, 인생의 빈틈이 느껴질 때마다 그 원인을 알지 못해 고민한다.

그러다 일에서도 삶에서도 크게 성공했을 뿐만 아니라 언제나 행복으로 충만해 보이는 프랭크 아저씨에게서 행복한 인생의 비밀을 배워 보기로 결심한다.

존의 부탁에 프랭크 아저씨는 불과 몇 년 전까지만 해도 자신 또한 가족이나 동료들에게 고통을 주는 문제의 인물이었다고 고백하며 자기 인생이 그토록 달라질 수 있었던 비밀을 하나하나 털어놓기 시작한다.

이후 이어지는 대화를 통해 존은 프랭크 아저씨의 '행복'한 비밀을 조금씩 알아가게 된다. 그리고 이 '행복'을 위한 '비밀'은 하루, 이틀 시간이 가면서부터 가슴을 채우고, 행동으로 옮겨져 놀라운 깨달음과 동시에 깊은 감동으로 존의 삶을 변화시키게 된다.

특히 책의 내용속으로 들어가다보면 '남들은 나에게 성공했다고 말하지만 혼자 있을 때면 내가 싫어졌다'는 존의 고백을 읽는 순간 우리는 그만 스펜서 존슨에게 허를 찔리고 만다.

존의 고백은, 우리의 오랜 믿음인 '성공=행복'이라는 등식을 완전히 깨 버린다. 행복해지기 위해 성공을 원하고, 성공을 원하기에 자기 자신을 희생해 왔던 지

난 시간들이 물거품이 되어 버리는 순간이다.

하지만 스펜서 존슨은 순간 패닉 속에 빠진 우리를 다독이려는 듯, 곧 프랭크 아저씨의 입을 빌어 우리를 격려한다. "괜찮다. 다들 그렇게 시작하는 거야. 잘 모른다는 것은 네가 새로운 것을 받아들일 준비가 되어 있다는 말이기도 하니까"라는 말과 함께.

<행복>의 주인공으로 등장하는 존의 '허전한 인생'은 픽션이지만 그것이 곧 지금 여러분의 삶의 표상이다. 때문에 '진정으로 행복한 인생'을 찾아 떠나는 그의 조용한 여정은 우리에게 공감을 넘어 깊은 감동과 깨달음의 기쁨을 선사해 주는 것이다.

지은이 스펜서 존슨은 미국 남가주 대학에서 심리학을 전공한 뒤, 왕립의과대학에서 의학 공부를 했다.

이후 미네소타 주 메이오클리닉에서 수련의 과정을 마쳤다. 단순한 진리로 인생의 핵심을 통찰하여 현대인들의 내면과 정신세계를 지우해 주는 많은 책들을 펴냈으며 수많은 베스트셀러로 명성을 얻고 있다.

주요 저서로는 뉴욕타임즈 선정 최고의 베스트셀러로 올랐던 전체 5권의 '1분 시리즈'를 비롯해 <정직의 가치> <소중한 선물> 등이 있다. 지금까지 세계 26개국어로 번역되어 소개됐다.

김원우 기자 wwkim@buddhapa.



행복 스펜서 존슨 비즈니스북스 1만원

블서구입은 www.yosiamun.com

新 유식학
유식사상연구회 고 목 지음 출판 밀 양

...배 마음의 안과 밤을 여실히 깨알아
상호로 거듭날다.

유식학은 일상생활 속으로 과학과 진리와 종교를 한꺼번에 아우르는 <새로운 밀레니엄의 길잡이>이다.
내 몸과 마음을 알고, 사물과 세계와 우주를 알고, 그 지말과 근원을 알아 진리에 부합하면서 이상세계를 지향해가는 길을 밝히고 안내하는 독보적인 안내서이다.

-머리말 중에서-

이 책의 특징.....

- 비교적 이해하기 쉽다
- 유식학 전체를 파악하기 용이하다
- 유식학의 현대적 의미 부각, 특히 현대물리학, 창조론과 진화론, 생명과학, 정신과학 등과 관련된 부분
- 유식학의 무한한 미래 가치 揭示
- 자기발전·생활속 수행과 궤를 실용성·편의성 제고
- 의식개혁·이상세계의 비전 제시

.....구입문의.....
전국블서점·유명서점
총판 : (02) 3672-7181
☎ 유식사상연구회 ☎
(055) 353-6142
010-2356-6142

소중한 인연을 위한 정성 고품격 장수 발효식품
몸에 좋은 조청으로 심신을 새롭게 한다
전통 비법으로 산사에서
스님에게 직접 만든... **산사조청**

- 산사조청은 공해시대, 무엇을 먹어야 안심할까 고민하는 당신에게 참 좋은 인연입니다.
- 산사조청은 산천 초목의 뿌리 잎, 줄기, 열매의 영양소를 고스란히 뽑아내어 우리전통의 조청으로 고아낸 고품격 장수 발효식품입니다.
- 산사조청은 비구니 스님들의 청정심과 지극한 정성으로 만들어 집니다.

숯이오르지않은 **산사참옥 조청** 1.2kg
어혈, 냉증, 위장장애, 피로 독소, 적체의 해소, 신경조율, 항암, 원기회복등에 기여

산사약도라지조청 1.2kg
기관지, 천식, 기침, 거담, 배농작용, 폐기능, 호흡기질환, 피로회복등에 기여

국민건강을 위하여 100억 천원으로 만들었습니다

산사조청 웰빙 자연당

- 각종 요리, 무침, 조림 등 반찬 만드실 때
- 떡, 빵, 과일 드실 때 • 고추장, 김치 담그실 때

1100g×2병 = 18,000원
옛날 방법 그대로 만든 순수한 맛,
이제는 물엿 대신 산사조청 웰빙 자연당을 쓰십시오.

- 주문 및 문의: 대한불교조계종 금용사
- 054)372-3166
- 입 금 처: 농협 727077-52-056761(현순희)

맑은 마음 깊은 정성 **산사조청원**

바로보인의 책들
대원문화재단 신사임역지사 / 지사

전강 대선사님의 인가계자 대원 문제현 선사님
역겹의 무명을 일깨우는 통쾌한 선서(禪書)!!

바로보인 전등록 전5권
바로보인 무문관
바로보인 벽암록
바로보인 천부경
바로보인 금강경
바로보인 선심명
바로보인 환단고기 전5권
바로보인 증도가
바로보인 반야심경
바로보인 선가귀감
영원한현실

선을 묻는 그대에게 (10권 중 2권까지)
바로보인 선문염송 (30권 중 8권까지)
세월을 복래로 세상을 복삼아
앞뜰에 국화꽃 곱고 복산에 짓는 희다

<바로보인 선문염송 8권 출간>

전강 대선사님의 인가계자인 대원 문제현
선사님이 역제한 <바로보인 선문염송>
전30권중 제8권 출간!
최초로 1,454칙의 분공안을 한 척도 빠진
없이 명하고, 송하여 공안 연구의 길잡이
역할을 하고 있다.

매월 첫째주 일요일 선가귀감반회
선가귀감 법문 당일 구입할 수 있습니다.
권하여 출간될 책은 <바로보인 선문염송 9권>입니다.

자세한 사항은 홈페이지 참조하세요
☎(02-522-0122) www.zenparadise.com

"새는 지붕" 때문에
고민하십니까?

지붕계량을 해야하는데 돈이 걱정되십니까?
A 가장 싸게 시공해 드립니다
자! 이제 칼라강관으로 해결하세요!!

최신 기와강관, 스퀘트형강관
슬라브, 사철(대우전, 요시채, 산신각),
창고, 공장, 가정집(전문시공)

가장 저렴한 가격에 제일 튼튼하고 예쁘게 단 하루만에
공사완료! (전국 어디서나 출장시공해 드립니다)

전국무료전화 080-011-8504
(비로공사)

서울·경기도 : (02)456-8831
강원도 : 019-396-1110
충청도 : 010-8674-2357
경상도 : 010-7638-1117
전라도 : 010-2311-0157

연대칼라지붕공사