

차 마시면 이 '튼튼' 기억력 '쑹쑹'

한국차학회, 학술대회서 학교급식 '차' 포함 제안



"학교급식에 차를 포함시킵시다"

10월 27일, 서울 인사동 거리에 '학생들에게 차를 마시게 하자'는 현수막이 내걸렸다. 이날 '학교급식에서 녹차음료의 필요성'을 주제로 국제학술회의를 개최한 한국차학회(회장 이해자·성균관대 생활과학대학원 겸 입학수 회원들이 캠페인을 벌인 것이다.

이 회장은 "학교급식을 통해 학생들이 차를 마신다면 충치와 식중독을 예방할 수 있고, 차에 포함된 데아닌 성분이 청소년들의 뇌기능을 활성화해 기억력 증진에도 도움이 된다"고 필요성을 역설했다.

10월 27일 서울 성균관대 600주년 기념관에서 열린 학술대회에서는 학생들에게 차를 마시게 했을 때 기대할 수 있는 신체적·정신적 효과가 발표됐다.

연물연구실이 발표한 '단체급식에서의 녹차 음용 사례 연구' 발표에 따르면, 현재 국내에서 학교급식을 통해 녹차를 제공하고 있는 학교는 초등학교 6곳, 중학교 5곳, 고등학교 2곳이다. 정 연구원은 "일본의 경우 학교에서 녹차를 음용할 수 있게 하는 것은 물론 녹차를 이용한 반찬과 간식 등도 다양하게 제공하고 있다"며 "장기간에 걸친 녹차 음용이 학생들의 건강에 미치는 영향을 관찰하고, 이를 통해 국내에서도 더 많은 학교가 녹차 급식에 참여할 수 있어야 한다"고 주장했다.

이러한 발표 결과를 토대로 한국차학회는 학교급식에 차가 포함될 수 있도록 지속적으로 캠페인을 펼쳐나갈 예정이다. <2006 국제학술회 발표자료집> 1000여 권을 전국의 일선 학교장과 학부모단체에 발송해 관심을 촉구하고, 관련 기관

임상 실험서 충치 예방 효과 입증 암기력·정신적 안정감에도 도움 낮은 가격 공급 위한 방안 논의중

서울대 진보형 교수(치과대학)는 '녹차 음용이 아동의 치아우식발생에 미치는 영향'이란 주제발표에서 "서울시 소재 2개 초등학교 4학년 학생 254명을 대상으로 임상실험을 한 결과 녹차가 학생들의 치아우식증(충치) 예방에 도움이 된다는 것을 알 수 있었다"고 밝혔다. 진 교수는 실험군 학생들에게는 12개월 동안 아침 등교 후와 점심식사 후 매일 2회 녹차 100㎖씩을 마시게 한 결과 녹차를 마시지 않은 대조군의 학생들보다 구강 내 충치 유발 세균수가 감소된다는 결론을 얻었다.

김영경 연구원(아모레 퍼시픽 녹차연구팀)과 은종방 교수(전남대는 각각 '식중독균에 대한 녹차 카테킨의 항균 효과'와 '식품에 대한 녹차의 항균성'이라는 논문을 통해 녹차의 카테킨 성분이 식중독을 유발하는 유해 세균에 대한 항균 작용을 한다는 결과를 발표했다.

녹차의 학습능력 향상 효과에 대한 논문도 발표됐다. 윤상원 교수(영동대는 '녹차 복용시 뇌파변화 및 영어 암기력 증진에 관한 통계적 분석연구'란 주제 발표에서 '녹차를 마신 후 단기 기억력이 향상되며, 정신적 안정감을 갖게 된다'고 말했다.

정하숙 연구원(덕성여대 자연과학대학 전

도해 비용부담을 줄이는 방안도 논의 중이다. 이 회장은 "녹차 급식은 학생들의 신체·정신 건강을 위해서도 필요할 뿐만 아니라 시장 개방 후 어려움을 겪게 될 우리 차 농가를 살리는 일이기도 하다"며 "학부모 단체들이 녹차 급식의 필요성을 느끼고 적극 동참해줄길 바란다"고 말했다.

여수령 기자 snooky@buddhapia.com

보이차 전문점

진년보이·진년오롱·철관음·오롱차
대홍포·화차·인삼오롱·외 40여가지의 차

■ 조계사 건너편 TEL 02)722-0855
H.P 017-411-0882



인류 문화속의 茶

14. 정신의 음료

② 중국 고대 음차(飲茶)

우리는 새로운 것에 대해 끊임없이 동경(憧憬)하면서도 늘 옛것을 그리워하며 집착하게 된다. 그래서 쉽고 빠르게 변화되는 것이 있는 반면 오랜 시간이 지나도 원형이 유지되는 것들이 있다. 무엇이 더 중요하고 될 중요해서가 아니라, 환경과 습관에 따라 변화되는 것으로 그나라와 지역의 풍토와 정서에 어울리는 전통을 만들어가게 되는 것이다.

중국에서 차가 가장 먼저 생산·음용된 곳은 파촉(巴蜀)지역으로 지금의 운남(雲南)과 사천(四川)지역 등이다. 이 지역의 차나무는 대엽종(大葉種)이 많으며 차잎이 크고 두꺼워서 잎을 가공하여 주로 약용(藥用)으로 이용했고, 찻잎에 쌀·생강·파·귤 등을 넣어 끓여 죽처럼 먹기도 했다. 이처럼 차가 서남지역의 소수민족을 중심으로 식용(食用)과 약용(藥用)으로 이용, 변천되어 기호식품으로 음용(飲用)될 때까지 차를 마시는 방법과 즐기는 사람의 계층은 다양했다.

차의 고사(古事)에 의하면 전한(前漢) 때 왕포의 <동약(僮約)>을 보면 이미 차가 경제적으로 이용되었고, 차를 마시는 도구와 차를 준비하는 다동(茶童)이 있었음을 알 수 있다. 삼국시대 오나라의 임금인 손호(孫皓)는 본래 파과하고 술을 좋아하여 연회 때 마다 신하들과 술을 마셨는데, 신하들은 일곱 되(升)의 술을 마시는 것이 관례화 되어있어 곤욕을 치렀다. 하지만 손호가 총애하는 학문이 높은 신하인 위요(韋曜)가 술을 마시지 못하자 임금이 몰래 차를 주어 술 대신 차를 마시게 하였다. 이때 궁중에서 차가 음료로 이용되었다는 것을 알 수 있는 기록이다.

진(晉)나라 사람인 육납(陸納)은 생활이 검소하고 곧아서 사람들의 존경을 받았다. 하루는 그의 집에 위나라 장군 사인이 오자 그의 조카는 많은 요리를 준비하여 대접하고

자 하였다. 하지만 육납은 차와 과일로 그를 접대하였고, 그가 돌아간 후에 조카를 꾸짖고 곤장을 때렸다고 한다. 이처럼 차는 검소하고 청렴한 인물이 선호하여 즐겨 마시는 음료로 상징되어 상류사회에서 사교음료로 유행했다.

또한 차가 제사에 이용되기도 했는데, 무제(武帝, 남제 영명11년)는 자기 죽은 후 제사를 지낼 때 살 생을 금하고 떡, 과일, 차, 밥, 술을 올리게 하여 궁중에서 일반 백성에 이르기까지 모두 이 제도를 따르게 했다. 위진남북조시대에 이미 음료 문화로서 형성되기 시작한 것이다.

일부 북방의 소수민족들까지도 차를 마시게 되었지만 그들은 주로 양고기와 유락(酪酪)을 주식으로 하여 초기에 차를 마시는 것이 습관화되지 않아 차를 마시는 사람을 비난

당대 많은 다점(茶店) 형성 음다 널리 보급 불교 융성하며 선종과 함께 큰 의미 차지

으로 이용했고, 찻잎에 쌀·생강·파·귤 등을 넣어 끓여 죽처럼 먹기도 했다. 이처럼 차가 서남지역의 소수민족을 중심으로 식용(食用)과 약용(藥用)으로 이용, 변천되어 기호식품으로 음용(飲用)될 때까지 차를 마시는 방법과 즐기는 사람의 계층은 다양했다.



남북조 시대 전탁과 자기 찻잔

하고 무시하는 경향이 있었다.

하지만 당대(唐代, 618~907)에 이르러서 활발한 문물교류로 차는 수로와 육로를 통해 전파되어 음차(飲茶)의 풍속을 갖지 않은 소수민족이 없었다.

모든 사람이 언제 어디 서나 돈을 주고 차를 마실 수 있는 많은 다점(茶店)이 형성되어 차를 마시는 풍속이 남쪽에서 북쪽에 이르기까지 널리 보급되었다.

특히 불교가 가장 융성하였던 이 시기에 불연의 <승적경문기>를 보면 '선종의 교리를 배우기 위해 잠을 자지 않고 저녁도 먹지 않으면서도 차만을 마셨다'는 내용은 불가에서 선종과 함께 차를 마시는 것이 밥을 먹는 것 보다 중요한 의미를 지니게 되었다는 것을 알 수 있다.

중국사에서 가장 개방적이고 화려하게 번영을 누렸던 당나라 때 차의 대진 차를 마시게 하였다. 이 때에 궁중에서 차가 음료로 이용되었다는 것을 알 수 있는 기록이다. 진(晉)나라 사람인 육납(陸納)은 생활이 검소하고 곧아서 사람들의 존경을 받았다. 하루는 그의 집에 위나라 장군 사인이 오자 그의 조카는 많은 요리를 준비하여 대접하고

■ 이창숙(동아시아 차문화연구소 연구원)

김해 찻잔공모전 미소공방 대상

경남 김해시가 개최한 찻잔공모전에서 미소공방대표 김봉균이 출품한 '토기형 분청 찻잔' (사진)이 대상을 차지했다. 김해시는 11월 1일 '10월 29일까지 진행된 찻잔공모전에 모두 54점의 작품이 출품됐다'며 "이 중 김해 분청도자기축제에 참가한 시민 3천여 명의 투표를 거친 27점의 작품에 대해 전문가 심사를 한 결과 '토기형 분청 찻잔'이 대상에 선정됐다"고 밝혔다. 토기형 분청 찻잔은 가마에서 구울 때 생성되는 연기로 자연스런 색을 띠게 하

고 내부는 삼각처리 기법을 사용했다. 이 밖에도 이번 공모전에서는 가야탈방이 출품한 '가야탈을 응용한 부부 찻잔'이 금상에 선정되는 등 모두 10점의 작품이 수상작으로 선정됐다.

찻잔공모전은 김해시가 지역의 다양한 찻잔 개발을 촉진하고 상품화를 유도하기 위해 개최한 것으로, 선정된 작품에 대해서는 김해시가 직접 나서 관공서 및 일반 시민을 대상으로 홍보할 예정이다.



현대불교신문 창간 12주년 기념 건강용품 특별할인판매

희담석 건강용품 사은대잔치

방사능력이 탁월한 희담석의 생명에너지로 건강과 활력을 찾으세요

신상품



희담석 염주세트

38,500원 (염주, 합장주, 염주 주머니)

· 크기: 직경 10mm

희담석 108염주 출사기념 / 희담석 합장주 증정!

희담석 염주는

- 어깨 걸림 등으로 고생하시는 스님
- 목과 팔목이 늘 빠근한 보살님
- 피로가 누적된 불자
- 온종일 책상에 있는 청년불자 등의 수행과 업무에 큰 도움이 될 것입니다.

* 희담석 활용 100% 활용 방법

희담석(염주, 합장주 등)을 하루에 한두 번 정도 물에서 잠시(약 1분정도) 내려놓으세요. 물에서 분리된 희담석은 그때까지 희담석이 머금고 있던 몸의 나쁜 기운을 내뿜은 후 원래의 희담석 상태로 되돌아옵니다.

■ 제조원: ㈜지원원

☆ 희담석(稀潭石, Batu Hitam)이란?

화산 폭발시 용암과 함께 분출된 무기물이 오랜 세월을 거치면서 굳어진 화산석(현무암)의 한 종류입니다. 동남아 오지의 주민들이 예부터 치료용으로 사용해 오던 것을 원적외선 파동검사용 성분 분석을 통해 인체에 유익한 에너지를 가진 것임을 입증하였습니다. 희담석은 생명의 돌이라 불릴 만큼 분출되는 생명에너지의 양과 질이 뛰어납니다.

희담석 방석

198,000 → 158,400원 (20%할인)

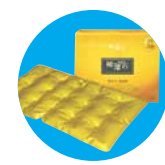
- 규격: 425mm × 400mm
- 무게: 950g ~ 1000g
- 색상: 살구색, 쥐색
- 재질: 겉거버·고급 사별천, 속거버·희담석 알갱이가 들어있는 고급 방수천



희담석 허리팩

44,000 → 35,200원 (20%할인)

- 총길이: 120.5cm · 내용물: 희담석가루, 물, 수지
- 표피: 무독성 PVC sheet (항균 99.9%의 금가루 첨가)



사은품: 희담석 찻잔



사은품: 희담석 눈찜질팩

보이차

해발 3,000m 이상에서 생산된 자연산 야생교묘(2년산)



최상의 보이차와 고급자사통과 함께 할인된 가격에 만나보세요

특별할인가 600,000

→ 500,000원

· 구성: 보이차 14편, 자사통

보이차는 모두 수작업으로 제작하여 뛰어난 쓰지 않은 최고급 보이차입니다.

보이차야생지: 운남성의 서북지방(고리공산)으로 서쪽으로는 '티벳', 동쪽으로는 '상그리라'가 인접한 험한 산악지형으로 매우 청정한 지역임

■ 수입원: ㈜홍다원

홍다원의 보이차는 식약청의 검사를 통해 적수입하고 있습니다.

자사통

보이차의 자사통은 이심 정성에 위치한 황용산의 홍니만을 사용하여 직접 작가에게 주문 의뢰한 작품으로 순수한 자사의 원료로 만듭니다.

- 크기: 지름 29cm, 높이 37cm
- 종류: 담녹색, 황토색



주문 전화 현대불교신문사 영업팀 (국민은행) 006-25-0023-989 (주)현대불교신문사

02)2004-8213 2004-8215