욕심 내지 말고 한 땀 한 땀 정성으로

- 인간문화재 김해자씨와 함께 만드는 누비목도리 -

누비바느질 이렇게 해보세요

바느질 해 본 기억이 있으세요? 기껏해야 떨어진 단추나 양말의 구멍을 기우는 정도가 현대인들이 하는 바느질의 전부가 아닐까 싶습니다. 2월 13일, 서울 종로구 사간동에 위치한 누비문화원에서 진행된 누비강좌 현장에서는 좀 색다른 '바느질 세상'이 열렸습니다. 이 강좌는 불교여성개발원(원장 김인숙)이 마련한것입니다.

interview

누비장 김해자씨

"지난 1월 13일, 청도 운문사에서 스님들을 대상으로 손누비 강좌를 했습니다. 학장 스님부터 막 강원에 입학한 스님까지 한데 모여 앉아 바느질을 하는 모습을 보니 너무나 황홀했습니다."

누비장 김해자씨(중요무형문화재 제107호)가 손누비 대중화에 나선다.

"손누비 대중화 나설 것"

그간 작품활동 외에 좀처럼 외부 강좌를 열지 않던 김씨는 앞으로 사찰과 강원에서 스님들을 대상으로 한 누비강좌를 열 예정이다. 또한 서울 사간동 누비문화원도 상시 개방해 일반인들이 목도리나 배냇저고리 등의 소품을 직접 만들어 볼 수 있도록 했다. 4월에는 문화원 내에 명품관도 개관한다.

김씨는 "더 많은 사람들이 누비와 인연을 맺고 하루 10분만이라도 차분히 바느질을 할 수 있게 되길 바란다"고 밝혔다.(02)723-0231

"손누비는 기술이 아닙니다. 너무도 단순한 바느질의 연속입니다. 고요히 앉아 바느질을 하다보면 온갖 번뇌가 다 생겨납니다. 번뇌가 일어나면 내려놓는 과정을 통해 마음을 다스리고 끈기와 인욕을 배우게 되는 것이지요."

차분하지만 단호한 김해자(55, 중요무형문화재 제107호)씨의 설명이다. 학창시절 자수나 퀼트를 하며 나름 손재주가 있다고 느꼈던 참가자들도 모든 과정을 직접 손으로 해야 하는 누비 앞에선 걱정이 앞선다. '혼자만 삐뚤삐뚤하게 바느질하면 어떻게 하나' 고민하는 마음이 들렸을까? 김씨는 바느질솜씨보다 중요한 것은 '마음'이라고 다시 한 번 강조한다.

"옳다 그르다, 잘 한다 못한다 하는 생각을 내려놓으세요. 그저 한마음으로, 진솔한 마음으로 나 자신으로 되돌아가 바느질에만 전념하세요. '더 잘 해야지' '더 빨리 해야지' 하는 마음이 앞서면 바느질을 망치게 됩니다."

솜을 넣어 누비는 볼록누비와 솜을 넣지 않고 누비는 평누비(납작누비), 바느질 간격에 따라 이름 붙여진 세누비 · 중누비 · 드문 누비 등 기본 용어부터 익힌 후 본격적인 실습이 시작됐다.

누비 목도리를 만드는데 필요한 재료는 천과 솜, 골무, 실과 바늘 그리고 천을 고정시킬 집게 등이 전부.

가장 먼저 배우는 것은 실을 다루는 법이다. 무명실을 필요한 길이대로 잘라 초를 칠한 후 다림질해 실이 서로 엉키지 않도록 한다. 이때 실은 목도리 길이에서 두 뼘 정도 여유를 두고 자른다.

다음으로는 천 재단. 준비한 천을 목도리 길이에 따라 디자인해 마름질 한 후 두 장을 겹쳐 그 사이에 솜을 넣는다. 초보자에게는 선이 그려진 천이 바느질하기 쉽다. 기본 모양이 만들어지면 천의 가운데를 먼저 홈질

'더 빨리 해야지, 잘 해야지' 하는 순간 망치게 돼
초보자에게는 선 그려진 천이 바느질하기 쉬워
무명실은 초 칠한 후 다림질해 엉키지 않게 해야

로 바느질하고, 다시 나누어진 각각의 가운데를 바느질해 네 부분으로 나누어둔다.

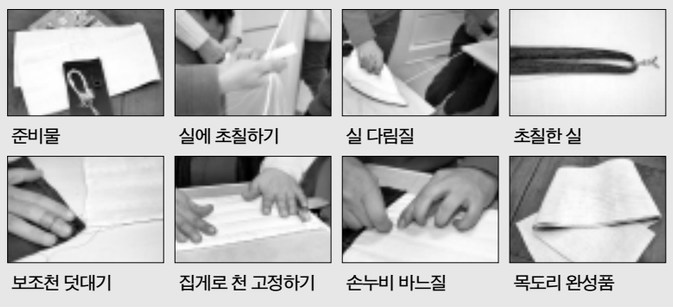
본격적인 바느질을 위해서는 보조천을 양쪽 끝에 단다. 보조천은 수예의 수틀 역할을 해주는 것으로, 집게로 천을 바느질대에 고정할 때 사용된다. 실은 한쪽만 매듭을 짓는다. 바느질이 시작되는 첫 세 땀 정도는 뒤땀을 뜬다. 이는 세탁 시 올이 풀어지지 않도록 하기 위한 것이다. 이제 한 땀 한 땀 정성스레 홈질을 해 나가는 일만 남았다. 어느 정도 시간을 투자하는지, 또 얼마나 집중해서 바느질을 하는지에 따라 소요되는 시간은 천차만별이다.

참가자 박명자씨는 "가벼운 마음으로 참가했는데, 바느질을 하는 일이 쉽지 않다는 것을 느꼈다"며 "차근차근 바느질을 해서 꼭 완성하고 싶다"고 밝혔다.

두 시간 동안 진행된 강의를 마친 김해자씨는 "욕심 내지 않고 한 걸음 한 걸음 내딛는다는 마음으로 하다 보면 마음도 차분해지고 바느질도 정확해질 것"이라고 말했다.

여수령 기자 snoopy@buddhapia.com

누비목도리 이렇게 만드세요



효림원 케어복지사 수강생 모집

사회복지법인 수효사 효림원(대표이사 무구)은 3월부터 시작되는 제7기 케어복지사 강좌 수강생을 모집한다. 케어복지사 강좌는 2008년 7월부터 실시되는 '노인수발보험제도'에 대비해 전문적인 인력을 개발하기 위해 실시되는 것으로, 수료 후 케어복지사 2급 자격증을 취득할 수 있다. 3월 6일 개강해 매주 화 · 수요일 서울 서대문구 효림원 강의실에서 수업이 진행된다. 수강료는 40만원.(02)313-5124

부곡복지관, 무료영화 상영

경기도 안산시 부곡종합사회복지관은 문화향유와 주민 화합의 기회를 제공하기 위한 무료영화 상영을 실시한다. 영화상영회는 매월 둘째, 넷째 주 금요일과 토요일에 열리며 지역주민이라면 누구나 무료로 참여할 수 있다. 2월 23일에는 애니메이션 마다가스카를, 24일에는 백만장자의 첫사랑을 상영된다.(031)417-3677

인류 문화속의 茶

25. 차의 전파

실크로드는 서역(西域)의 각국들과 상업뿐 아니라 민간인과 구법승, 사신의 잦은 왕래로 인해 동 · 서 문화 교류를 촉진했다. 교역품 중 찻잔과 다호(茶壺)같은 종류도 상당한 부분을 차지하였으며, 차를 마시는 풍속 또한 전파되어 '차의 길'을 따라 퍼졌다.

중국의 차는 파 · 촉 지역에서 이미 시작되어 한대(漢代) 이후 동방과 서북으로 전파(傳播)되었다. 하지만 차가 자리지 않았던 북방에서는 아직 음다(飮茶)가 습관화 되지 않아 낙양에 사는 북조 관원들은 차가 우유보다 못하다고 생각하였다. 그러나 낙양에 이주한 남조 사람들은 음다 풍속을 유지하면서 북조 관원에게 영향을 주었다. 이들은 차(茶)를 다른 물건들과 물물 교환하는 형태로 장사를 했다. 서방 상인들도 북쪽 변강에서 교역을 하였던 관계로 중국 상인과 터키 상인은 자연스럽게 차로 물물 교환을 하면서 수출로 이어졌다.

이에 따라 서아시아와 아랍 국가들도 지속적으로 차를 수입하게 된다. 수 · 당 이후 서쪽 변경과도 끊임없이 교역이 있었고 더욱 당대부터 대량으로 말(馬)과 차(茶)를 바꾸었으며 이것을 다마호시(茶馬互市)라 한다. 대규모 다마호시는 차가 서북민족만이 아니라 서아시아 까지 전파되는 계기가 되었으며, 남방의 차는 북조를 통하여 사막과 초원을 가로질러 서아시아와 유럽까지 외부로 전파됐다.

차의 전파는 실크로드를 따라 더욱 확산되어 나갔으며 북방의 소수민족들이 중계자 역할을 했다. 이들은 유차(乳茶)와 밀차(蜜茶)로 우정을 표시하고 경의를 표하였다. 이러한 풍습은 점차적으로 근접한 나라에 영향을 주었다.

이슬람교를 믿는 아프가니스탄 사람들은 손님이 오면 차로서 예의를 표했다. 즉 단결과 화목을 돕는데 차를 이용하는 풍습을 만든 것이다. 이들은 우유를 먼저 끓인 후 아주 진한 차와 소금을 넣어 저어서 마신다.

서아시아와 북아시아, 시베리아 산림지구는 대부분 우유를 마셨지만 차가 수입된 후에 우유에 차를 넣어 마셨다. 초원 지역에서 사는 몽골 인들은 조의(朝儀) 때 차를 주며, 다른 때에는 곡식과 우유로 만든 유제품과 차죽(茶粥)과 유차(乳茶)를 먹는 것을 중요하게 여겼다.

송(宋)대에는 아라비아, 이탈리아, 일본, 인도 등 각국과 무역을 하

남방의 차는 북조 통해 서아시아와 유럽 진출
송대에는 각국서 상품화된 차 · 재배 기술 수입

차를 우리는 동안 담배를 피우고 있는 베트남인(1915년경 불로뉴비앙쿠르, 알베르칸 소장)

고 외국 상인들이 항구를 자주 왕래하여 상품화된 찻잎을 직접 수입할 뿐 아니라 점차적으로 차를 재배하는 기술도 배워갔다. 찻잎을 음식과 결합하여 필수 식품이 되는 지역도 있었다.

한편 인도인들은 본래 오래전부터 차를 마시는 습속이 있었다. 영국의 동인도 회사가 차를 유입하여 무역에 관여하면서 점차적으로 세계의 차 생산지가 되었다. 동남아의 유력한 자연 조건과 값싼 노동력을 이용하여 차를 대량 생산하였으며, 유럽지역으로 운송되었다. 이것은 직접 중국에서 차 무역을 하는 것 보다 경제적면에서 이익이 되었다.

17세기에 이르러서는 남아시아 지역이 서방으로 나가는 중계지 역할을 하는 하나의 '차 문화권'을 형성했다. 이처럼 일찍이 중국 서부, 중앙아시아와 서아시아국가 및 북방의 몽골, 러시아 등에 차가 유입됐지만 한국과 일본처럼 흥성하지 않았다.

■ 이창숙(동아시아 차문화연구소 연구원)

역학 개인지도

아직도 용신, 격국, 지장간을 찾고 계십니까?
효타비법에서는 쓰지 않는 단어입니다.

◆ 한자를 모르고, 기초가 없어도 2개월만 배우면,
◆ 누구나 프로가 될 수 있는 효타만의 비법을 강의합니다.
◆ 철저하게 실전위주의 강의로, 가장 짧은 시간에, 명확하고 확실하게 운명을 감정할 수 있는 길을 열어드리며,
◆ 작명, 풍수지리, 관상학도 기본적으로 배움.
◆ 망설이면 기회는 다시 오지 않습니다.

▷ 자 격 : 나이 및 학력 제한없음
▷ 개강일시 : 2007년 3월 2일 - 4월 28일(매주 목, 금요일, 현재 강의중)

◆ 단체 출장 강의도 함(미리 접수하시기 바람)
◆ 인연있는 제자 한분을 기다립니다 (남 · 여 구분없음)
◆ 수강료 : 백오십만

"신수비결"
2007 정해년의 운세
• 정해년의 직업 운 • 사업 운, 재물 운
• 이성과의 인연관계
• 학생의 성적 운, 진학 운, 등
적중률 90%가 넘는 신비의 비결로 완전 한글만 사용하여 생년월일만 알면, 누구든지 볼 수 있도록, 한권의 책으로 완성하였고, 휴대도 간편함.
• 신수비결: 30,000 (삼만원)

"이름대사전"
• 대법원 선정 인명용 한자 4,879자
• 320여 성씨별로 상생과 수리오행, 삼원오행,음령 오행의 조화
• 성씨별로 2000~3000 여개의 이름들
• 작명, 개명, 상호, 법명 사용가능함
• 이름대사전: 50,000 (오만원)

효 타 암 주지 원공 합장
• 농협 121076-56-092613 (손선미)
부산 금정구 금사동 34-4 문의 : 051)524-9406

"승가건강비법 신비의 나무" **[마·가·목]**

강원도에는 옛부터 전해오는 속설에 노인이 마가목 지팡이를 짚으면 굽은 허리가 펴지고 아이를 못낳는 여인네가 방안에 마가목 가지를 두기만 해도 수태를 한다는 신령한 나무로써 지금도 승가의 선원에서 참선수도하는 스님들은 기력을 돋우기 위해 마가목 차를 드시고 있으며 산승이 비법을 전수받아 갖가지 진귀한 열매와 약수로 맑고 향기롭게 정성껏 달여서 (1달분 60봉 두재 분량) 보시해 드릴 수 있습니다.

▮ 1988년 11월 6일 오전 6시 40분 - KBS-2 TV "건강하게 삽시다" (강원도 오대산 승가비법 약초기행 마가목을 찾아서)방영
▮ 2000년 10월 25일 수요일 - KBS-1 TV 아침방송 "무엇이든 물어보세요" (나무차 소개)방영

본초강목, 동의보감 기록

첫째, 그 성질은 따뜻하여 몸이 쇠약하고 풍습비 해수 등을 다스리고
둘째, 흰머리를 검게 하며 두뇌세포를 촉진 통풍, 신경통, 관절염, 기관지염, 방광염, 위염, 폐결핵, 팔다리가 저리거나 허리가 아프고 몸이 차고 냉한 사람
셋째, 중풍, 동맥경화, 고혈압, 풍 예방 및 기력을 돋우어 주어 신장(콩팥)을 튼튼하게 하고 피로를 제거하며 간장을 보호하고 보혈, 신기허약, 조갈증, 당뇨와 고지혈증에 특효
넷째, 불안, 우울, 불면증을 해소하여 골병이 든 어혈도 풀어주며 비만 체질(지방을 분해하여 살이 빠지며)과 성인병 예방
다섯째, 심장을 안정시키며 마음을 편안하게 하고 양기를 돋우며 숙취를 해소

※ 계절이 바뀌면서 체질변화로 인해 항상 피로하고 노곤하며 기운이 없는 사람에게 활력이 생깁니다.

⊙ 약품은 아니며 체질개선에 도움이 됩니다 ⊙

"실험사례" 폐 식용유에 마가목 액을 섞었더니 맑게 정제가 됩니다. 즉, 만병의 근원인 혈액속의 콜레스테롤을 제거하여 피를 맑게 합니다.

상담문의 경기도 양평군 용문산 도솔암
전화번호 : (031)775-1285 자수 대진 합장

명당을 만들어 주면 운이 바뀝니다 명당육氣방

◆ 본인 가정집, 점포, 사무실 처방을 해보십시오.
氣가 바뀌면 좋은 운으로 변하여 하시는 일들이 잘됩니다.
◆ 관재나 삼재에 시달리신분. 운이 없거나 재수가 없는분.
아무리 할려구 노력해도 안되시는분. 사주가 안좋으신 분들은 명당육氣방 가묘처방을 해보십시오.
氣가 강한 명당을 만들어 주면 새 운으로 변하여 좋아지게 됩니다.
집터나 공장터나 조상묘지터를 처방해 보십시오, 氣가 살아나면서 불화와 우환이 사라지고 하시는 일들이 잘되며 관운, 명예, 사업, 재물 운이 옵니다.

이것이 처방이다. **명당육氣방** 051)865-9933

천도재 49재와 같들인 처방법 전화주시면 안내 책자를 보내드립니다.
처방전용 **명당육氣방**은 각 사찰, 암자, 철학관에만 있습니다.

氣덩어리 북덩어리 황금덩어리 氣가막힌 북이틀어와 황금운으로 변합니다.