함영의 **밥맛 나는 세상**

❻ 밥은 예술

삼숙이네서 건진 산수화 한 점

내게는 피붙이만큼 소중한 이른바 '마음붙이' 가족이 있다. 그 가족들 중에 그림쟁이인 양아버지부터 소개하면, 그는 일명 '예수님'으로 통한다. 얼굴생김은 말할 필요도 없고, 죽도 못 먹은 표정에 회색의 고불거리는 긴 단발을 풀어헤치면 영락없는 예수님이다. 예수님은 자칭 '중도를 걷는 사람'이란다. 사람 좋기로 소문나 오만 미술협회에 쓰고 있는 감투만도 열 댓가지는 되고, 불교에 개신교, 통일교, 남묘호렌게교까지 모든 종교를 아우르는 다종교인이니, 중도성이 좀 심각한 편이다. 한편 내게는 친형제보다 더한 우애를 나누는 오라버니가 있다. 갸름한 얼굴과 빼빼한 체구, 욕심과 상을 내세움이 없음이 양아버지와 똑 닮았다. 구구한 설명 없이 일상의 삶으로 수행자의 모습을 보여주는 스승이기도 하다.

해물라면에서 건진 조개껍질에 산수화가 펼쳐져 있다.

오늘은 예수님과 오라버니와 함께 인사동 갤러리로 나들이를 나섰다. 그림에 관심 많은 오라버니를 배려해 인사동이 놀이터와 다름없는 예수님이 특별 가이드에 나섰다. 우선 예수님의 그림이 전시된 '털전'부터 들렀다. 털보쟁이 화가들의 전시회라서 털전이란다. 예수님은 이번에도 '카오스'라는 제목의 그림을 두 점 내걸었다. 우연의 기법을 이용한 추상의 이미지가 멋들어지지만, 오랫동안 카오스에서 헤어 나오지 않는 것을 보면 중도를 너무 걸은 탓일까. 어쨌든 예수님은 인사동 골목골목에 숨어있는 작은 갤러리까지 부지런히 안내했다. 그렇게 반나절 이상을 돌다보니 출출해진 오라버니가 붕어빵을 한 봉지 사든다. 비록 마음으로 맺어진 가족이지만, 붕어빵을 함께 오물거리며 그림을 감상하는 오후의 맛이 따습고 새롭다. 어느새 어둑어둑해진 초겨울 저녁의 한가로운 풍경이 고흐의 '밤의 까페테라스'처럼 여유작작하다. 머릿속에 오만 그림들을 채우고 나니, 이 그림이 저 그림이요 저 그림이 이 그림인가싶어 그야말로 카오스의 경지다.

"우리 이제 삼순이네나 가요."

"거긴 어이여?"

뜬금없이 삼순이네를 찾으니 예수님이 의아해 묻는다. 삼순이네는 대한민국에서 가장 좁다란 골목에 위치한 라면집이다. 그 골목이 대한민국에서 가장 좁은지 어쩐지는 장담할 수 없으나, 삼순이네 라면만큼은 장담할 수 있다. 그런데 "나는 라면 못먹잖어. 소화를 못시켜서" 라는 예수님의 초치는 소리.

"그러지 말고 조계사 강당에서 후배가 그림전을 하는데 같이 안갈겨? 거기가면 저녁도 먹을 수 있는데."

자라보고 놀란 가슴에 솥뚜껑을 들이대는 소리더냐, 오라버니와 나는 말문이 막혀 대꾸조차 않는다. 초대받은 자리인지라 예수님은 결국 조계사로 향하고, 오라버니와 나는 삼순이네로 발걸음을 옮겼다. 아담한 삼순이네 문간 옆, 조그마한 꽃분홍 거울이 세워진 창턱 자리가 내 자리다. 매운 걸 좋아하는 나의 단골메뉴는 단연 매운 라면과 파라면. 어릴 때부터 파를 못 먹었는데, 삼순이네를 오면 그동안 못 먹은 파를 보충이라도 하려는지 묘하게도 파라면이 땡길 때가 있다. 하지만 매운라면이 늘 강세다. 매운라면에는 다름 아닌 삶은 달걀 반쪽이 곁들여 나오기 때문이다. 예전에 들은 풍월로는, 매운 음식에 삶은 달걀이 곁들여지는 이유는 혀나 뱃속에 매운 맛의 자극을 덜어주기 위함이니 먼저 먹어주는 것이 순서란다. 하지만 냉큼 먹기가 망설여져 나는 늘 라면을 거의 먹을 즈음에야 비로소 해치운다. 삶은 달걀이 나온다는 정보를 귀띔해줬는데도 오라버니의 선택은 해물라면이다. 매운라면과 파라면만 먹어보았으니 그 맛이 궁금해 국물이 참 시원해 보인다고 하니, 한 젓가락 먹어보라는 말도 없이 "응, 시원하네"라는 답만 돌아온다. 나는 매워서 행복하고 오라버니는 시원해서 행복하니, 후루룩후루룩 라면을 먹는 동안은 말 섞을 겨를도 없다.

"와~ 진짜그림은 여기 있네. 이렇게 멋진 산수화 봤니? 오늘 본 것 중에 최고다."

해물라면에서 조개껍질을 건져 올린 오라버니가 감탄해 마지않는다. 조개껍데기로 펼쳐진 능선이 가히 명작이다. 조계사로 간 예수님은 이런 산수화를 구경이나 해봤으려나.

자유기고가
blog.naver.com/owisdom

능인향당 이완로 처사의

침향 이야기 ❽

침향 재배 마피아 조직처럼 관리해

침향의 가치가 날로 높아지면서 여타의 수종과는 비교도 안될 만큼 수익성이 높아 마치 마약을 재배하는 마피아 조직처럼 재배 관리를 하고 있다. 필자가 베트남에서 직접 목격한 바로는 사람의 손길이 닿지 않는 깊은 곳에서 마을 전체가 재배에 관여하는 곳도 있었다. 인공 재배된 침향나무는 보통 10~20년생이 되면 드릴 등으로 나무에 상처를 내 수지생성을 유도하는데, 침향의 수지는 상처를 메우는 형태가 아닌 상처난 곳 주위를 둘러싸는 형태로 생성된다.

베트남에서 자라난 침향의 수지는 검은색 계통인데 비해 말레이시아나 캄보디아 쪽에서 나는 침향의 수지는 맑은 황색이나 갈색, 백색 등을 띄므로 확연히 구분할 수 있다. 이렇게 인공 재배된 침향은 약으로는 사용할 수 없는 등급이지만 조각품으로 가공하거나 수지를 추출해 중동이나 유럽 쪽 향수의 원료로 대량 수출된다. 향수의 대명사 샤넬 No.5의 주원료도 침향이다.

비단 샤넬 향수에는 침향뿐 아니라 불가의 5단향 중에서 천단향이 빠진 백단, 전단, 자단향도 같이 들어가는데 이중에 샤넬 No.5 향수에서 천단향이 빠지는 이유는 천단은 히말라야 설산 지대에서 서식하고 있는 신목으로 500년 이상을 성장해도 높이가 2m 이상 자라지 않는 귀한 향재료이기 때문이다. 이렇듯 워낙 귀하다 보니 능인향당에서도 향으로 만들지는 못하고 불가의 가장 성스러운 복장의식에 공양용으로 사용하고자 직원들이 등짐으로 소량씩 들고 오는 것에 그치고 있는 실정이다. 이리 본다면 불가의 5단향 이야말로 세계에서 가장 으뜸인 향의 결정체라 할 수 있을 것이다.

인공재배되는 침향나무. 사진 원 속은 수지 생성을 위해 드릴로 구멍 낸 모습.

이에 비해 자연산 침향은 원래 구하기 그리 어렵지 않았으나 워낙 오랜 세월을 채취해왔고, 특히 프랑스 지배 하에서는 그 채취가 극에 달해 오늘날의 자연산 침향은 사람의 발길이 닿지 않는 밀림 속에서나 간혹 발견된다. 그 중에서도 특히 독샘과 독무, 독충이 우글거리는 그야말로 생장 환경이 열악한 곳에서 자라는 생장이 극히 더딘 침향이 있는데 이런 침향을 베트남에서는 가남이라 정의하고 있다.

비교적 서식환경이 좋은 곳에서 자라는 침향은 성장속도는 빠르지만 약효 면에서 많이 떨어진다. 생장환경이 나쁜 곳에서 자란 것은 마치 산삼처럼, 어렵게 자라서인지 더욱 약효가 좋다.

이곳에서는 침향만을 전문적으로 채취하는 사람이 있는데 이들이 가남향을 발견하면 바나나 잎에 싸서 바위 위에 올려놓고 하루를 상온에 놔둔다. 하루가 지난 후에 바나나 잎에 배어 나온 기름의 종류와 향으로 그 등급을 매기게 된다. (02)3663-6777 (계속)

행복한 삶을 위한, 선과 禪 심신건강 心身健康 ⓭ 불로장생 처방전

박지숙 소장 한·양방 의료센터 salm 마인드힐링연구소

이분법적 사고 대신 전인적 입장서 '건강' 이해해야

 # 질병을 치료하지 말고 그 환자를 치료하라

라즈니쉬는 '인간의 질병은 결코 의학만으로 치료할 수 없다'고 했다. 이를 증명하듯 질병의 70%가 마음에서 생긴다 하니, 선(禪)을 통한 마음 다스리기의 삶과 21세기를 위한 라이프스타일과의 접목은 필수가 아닐 수 없다.

의학계 역시 병의 원인은 "그 질병에 있는 것이 아니라 환자에게 있는 것"이라고 하고 있으며, 플라톤 또한 말하기를 "마음을 도외시하고 신체를 치료할 수 없다"고 해 이미 마음 인자의 관여가 중요함을 밝혔다. 그러므로 이제는 의사가, 심리학자가 심신의학(心身醫學)으로, 마음의 관점으로, 불교로 선(禪)으로 눈을 돌리듯이 선을 수행하고 깨달음을 추구하는 이들도 본인 구제에 이어 다같이 함께 내적 존재의 건강을 누릴 수 있도록 '건강'이라는 화두에 관심을 가져야 한다고 본다.

 # 진정한 건강의 의미는?

1998년 세계보건기구(WHO)에서 말하는 건강의 개념을 살펴보자면 다음과 같다.

"육체적 질병뿐만 아니라 정신적 사회적 질병이 없는 최적의 건강 상태(optimal well being)이며 최적의 건강 상태란 질병에서 회복되는 상태를 넘어서 최적의 건강을 유지하는 것을 일컫는다. 이것은 전인적 건강(holistic health)의 균형을 포함하는 개념으로 여기에는 육체적(physical), 정서적(emotional), 정신적(mental), 영적(spiritual)인 면이 모두 포함된다." 즉 육체적 입장뿐만 아닌, 정서적, 정신적, 영적인 면을 모두 포함하고 있다는 사실에 유념할 필요성이 있다. 우리는 흔히 건강을 단순히 질병이 없는 상태나 질병의 반대말이라고 생각하나 그게 아니라는 것이다.

스위스 의학자 파라셀수스(paracelsus)는 "독성 없는 약은 없으며 모든 약은 독이다. 약과 독은 용량 차이일 뿐"이라고 했다. 잘 먹으면 약이 되고 잘 못 먹으면 독이 되는 것이다. 온갖 수천 가지 약초를 발견한 신농씨도 결국에는 약초 실험 도중 독풀을 먹고 사망했고, 주름을 펴주는 기적의 약 보톡스도 사실 통조림에서 추출한 맹독으로, 치사량의 천분의 일로 사시를 고친 뒤 개발된 것이다. 다시 말하면 약이니 독이니, 질병이니 건강이니 이분법적으로 나누어 적대시할 것이 아니라 전인적인 입장에서 이해해야 한다는 것이다.

 # 모든 질병은 정신 육체적(psychosomatic)

육체와 마음은 둘이 아니기 때문에 질병은 육체 마음 양쪽에서 동시에 해결돼야 한다. 그래서 마음을 다스리는 선(禪)에서는 건강을 아주 중시했다. 예를 들어 달마 대사는 소림사에서 9년 면벽 참선시 승도들이 운동 부족으로 정신이 위축되고 근육이 쇠약해지자 허약한 근육을 강인한 힘줄로 바꾼다는 <역근경(易筋經)>과 골수를 씻어 오장육부와 사지를 깨끗하게 만든다는 <세수경(洗髓經)>을 지어서 해와 달을 보며 정기를 기르는 법, 보약 먹는 법, 몸 씻는 방법, 운동하는 요령, 정신을 수양하고 신체를 단련하는 방법 등을 널리 알려 건강 보급에 힘썼을 정도이다.

 # 영원한 안녕을 누릴 수 있는 불로장생 처방전

끝으로 중국 명(明)나라 때 주권(朱權)이 지은 <활인심방(活人心方)>에 나온 중화탕(中和湯)이라는 불로장생의 약방문을 특별히 소개하며 마칠까한다.

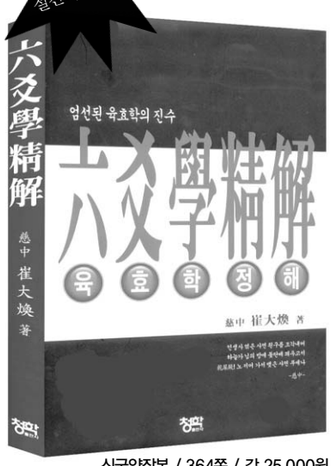
'중화탕의 약재는 청심(淸心-마음을 깨끗이 함), 과욕(寡慾-욕심을 적게 함), 인내(忍耐-참고 견딤), 겸화(謙和-겸손하고 온화함), 지족(知足-만족을 앎), 보애(保愛-보호하고 사랑함), 계노(戒怒-성냄을 경계함), 수정(守靜-조용함을 지킴) 등 30가지인데 이를 가루 내어 심화(心火-심중의 화기) 1근에 신수(腎水-신장의 수기) 2사발을 붓고 5분쯤 달여서 시간에 관계없이 온수로 상시 복용한다. 이 중화탕을 꾸준히 복용하면 의원이 치료하지 못하는 일체의 병을 치료하며 원기를 보하고 만병이 발생하지 않으며 유감없이 세상에 영원한 안녕을 누릴 수 있다.' (02)576-7575 (계속)

기름값의 1/8 이하로 절약되는
돌고래 슈퍼순간전기보일러

국내개발 1호!
기름값 대비 80%이상 절감
심야전기 대비 1/2 이상 절감 효과
국내특허 제0751485호
세계특허출원 PCT/KR2007/006534
사찰, 포교당, 수련원, 교육시설, 복지시설, 호텔, 모텔, 펜션, 가든 등에 설치 최적합
사찰·포교당·불교시설 상담 대환영!!
전기보일러 15년 경력 전문가 직접 상담·시공
뛰어난 내구성, 30년 이상 반 영구적.
♣ 내 일처럼 최선을 다하겠습니다! - 불자 혜봉 -
돌고래 슈퍼 에너텍
공급원 : 서울시 강동구 길동 334-5
상담전화 : 1688-3346, 011-335-6389
www.superenertec.com

제대로 만든 사주프로그램
명 리 보 감
命 理 寶 鑑
정확한 용신
정확한 만세력
사주, 육효, 대정수, 자미두수
양택풍수, 궁합, 작명, 택일
고객관리, 해외출생자사주
제품구성 :
정품CD, USB락, 사용설명서, 명리보감책자
www.goodcycle.com
Tel. 02-3472-5933
H.P. 010-9273-5850

六爻學精解
육효학정해
화제의 책! 서점에서 절찬리 판매 중!!
엄선된 육효학의 진수!
초보에서 완성까지!



이 책의 특징
이 책은 목차부터 배우기 쉽도록 배열이 잘 되어 있으며 육효학에 도움이 되는 많은 자료를 수집 정리하였다. 그러므로 본 학문을 연구하거나 익히는 데 큰 도움이 될 것이다.
신국양장본 / 364쪽 / 값 25,000원
동방대학원대학교 육효학 전문가 과정 교수 최대환 저
◉ 매주 금요일 오전 11시부터 13시까지 〈육효학정해〉 저자 직강!
〈한국전통과학 아카데미〉 (02-929-4646)로 연락주시기 바랍니다.
■입금계좌 기업은행 041-055985-02-010
예금주 : 문해성
전화 : 02)354-8646
팩스 : 02)384-8644
청학출판사

"하기 책자는 스님들께만 보내드리는 책자입니다" [무료]
※ 본 책자는 현재 사찰을 운영하시는 스님들을 통해서 스님의 신도들에게 무료로 배포되는 책자입니다. 먼저, 스님께 1권을 무료로 보내드립니다.
생전예수재의 중요성
글쓴이 : 혜천 법사
책자안내
① 생전예수재란 무엇인가?
② 생전예수재를 지내면 얻게되는 공덕은 무엇인가?
③ 생전예수재는 그동안 어떻게 지내져 왔는가?
④ 현재의 생전예수재 의식과 절차에서 개선되어야 할 사항은 무엇인가?
⑤ 새로운 차원의 생전예수재 의식 그 방법과 방편은 무엇인가?
⑥ 새로운 예수재 그 의식과 절차에 대한 설명.
⑦ 새로운 예수재는 언제 어떠한 경우에 지내는 것이 가장 좋은가?
⑧ 생전예수재 49재 기도의식처 조성의의.
⑨ 부록 : 십이생상속(十二生相屬) 백팔대참회문.
상담문의 및 책자신청
성지관음회
경기도 광주시 오포읍 문형 3리 704-1(성지빌딩)
전화 031)768-8414~6 / Fax 031)768-8413