



함영의 밥맛 나는 세상

25 어느 주당의 강좌 2편

‘변신의 귀재’ 명태이야기

“그러니까 잘 들어보라고. 황태와 북어는 질이 달라. 일단 북어는 잡아서 그냥 말린 거고, 황태는 가을에 잡아서 민물에 씻어내고 바닷물을 빼. 그래서 딱잡고 걸어놓고 비 맞추고 눈 맞추고 바람 맞추고 열 받게 하고 이렇게 적어도 다섯 달 동안 말린 게 황태야. 그러면 이놈이 그냥 그렇게 누워만 있었겠어? 안에서 오만 화학 반응을 일어나면서 약성 높은 황태가 되는 거야.”



황태, 북어, 생태, 코다리, 노가리로 변신하는 명태.

황태탕에 이은 양국장님의 황태 강좌는 과히 천하의 ‘주당’답다. 그 얘기를 듣고 보니, 예전에 ‘시래기가 약’이라며 시래기 예전론을 펼친 한 스님의 말이 떠오른다. 겨우내 처마 밑에서 햇볕과 눈, 비와 바람을 맞으며 견뎌 속성된 시래기가 어찌 약이 아닐 수 있겠느냐는 얘기가 있었다. 그러니 황태탕을 약으로 복용한다는 양국장님의 말에도 일리가 있다. 모진 시련을 넘어선 끝에야 반드시 그에 따른 결실이 있을 수밖에 없을 테니, 우리네 삶이나 먹을거리나 그 이치를 따지고 보니 마찬가지가 아닐 수 없다.

“이제 좀 정리가 되지? 그러면 북어나 황태 이전에 원조는 무엇이고하면 바로 명태야. 그게 ‘명’ 자도 ‘태’ 자도 태양을 말하는 거야. 다시 말해 태양의 기운을 받고 자란 고기라는 거지. 그러면 이놈을 원양어선에서 실어올 때 열리면 동태가 되고 그냥 오면 생태가 되는 거야.”

“그러면 국장님, 코다리는 뭐요?” 양국장님의 열런 강좌에 심취해있던 박언니의 질문은 주입새가 돼 황태강좌는 더욱 흥을 겨워진다.

“명태라고 잡긴 잡았는데, 이게 쟤서 말릴 정도의 형편은 안 된 거지. 그래서 약간 삐뚤삐뚤하게 말려갔고 내보낸 게 바로 코다리야. 또 노가리라고 있지? 그놈도 명태새끼인데 그물에 잡혀 올라왔으니 어떡해. 먹게 만들어야 될 거야. 그래서 그건 맥주안주가 된 거지.”

“아니 노가리도 그 놈이었어요? 명태가 둔갑을 잘하네.”

황태탕으로 시작된 이야기는 어느덧 맥주안주인 노가리로 술술 넘어가니 이만하면 황태학 박사가 따로 없다. 종로일대에 황태탕을 파는

집이 단 한곳도 남아있지 않다면 서운함을 금치 못하던 양국장님의 푸념은 처음으로 돌아가 다시 황태탕으로 이어진다.

“종로나 광화문 일대에 아무리 눈 씻고 찾아봐도 제대로 된 황태국을 파는 집은 없었나. 그러니까 내 말이 밤에는 정종 대표집을 하고 아침 저녁엔 황태탕만 끓여 파는 거야.”

박언니의 가계를 황태탕 전문점으로 바꾸려는 주당다운 발상은 술 문화의 시대적 흐름이나 황태탕 전문점이라는 희소성의 이점만 따져 봐도 대박감이 아닐 수 없다. 그런데 여태껏 경청하던 전장언니, 심심하게 하는 소리쯤 보소.

“그런데 자기가 좋은 걸 해야지. 그런 건 무성기일 것 같네.”

“그러, 하긴 뭐 통도 빼놓아지게 누는 놈이 있고 반듯하게 누는 놈도 있으니까 자기 마음이 지.”

모종의 의도가 숨어 있던 양국장님의 황태탕 강좌는 결국 수포로 돌아가고, 두 사람은 미련도 없는 듯 다음 주제로 화제를 옮긴다. 그런데 하필 하고많은 비유 중에 ‘똥’인가?

“시골에 안살아 봐서 모르지? 옛날에 시골에선 화장실에서 똥을 다 파내면 물을 붓거든. 그래서 똥을 누면 그 물이 탕뎡뎡 튀어 올라오니까 거기에 튀거나 풀이나 짚을 깔아 넣는다고. 그런데 우리 이모는 그래도 똥까봐 똥을 누면 똥 똥똥 떨어지게 뉘서 외할머니랑 늘 싸웠거든. 그래서 할머니가 ‘사람마다 생각하고 행동하는 게 다르다’는 말을 할 때 그 말을 잘 들지.”

황태탕으로 시작된 강좌는 어쩌다 ‘똥 강좌’로까지 이어지고, 그 옛날 응기를 머리에 이고 팔러 다니는 대머리가 똥이라는 역설스런 이모 이야기에, 우물거면서 똥똥대를 물고있던 똥하러 오는 아낙들에게 조기를 팔던 조기장수의 에피소드까지 이야기고개는 굽이굽이 넘어간다. 이제는 호랑이 담배 피우던 시절의 이야기가 되어버린 지난날의 기억들을 서너 병의 맥주에 묻고 나서야 양국장님의 강좌는 끝이 났다. 그런데 황태탕 전문점에 대한 미련이 얽힌 이에게 전이돼 마음 한 자락을 붙들고 늘어지니, 아무래도 업종은 내가 바꿔야 할까.

자유기고가, blog.naver.com/owisdorn



신과 심신건강 心身健康

박지숙 박사 한·양방 의료센터 salm 마인드힐링연구소

31 사랑

사랑하는 법도 배워야 한다

내가 누군가를 사랑한다는 착각 우리가 항상 사랑에 있어서 절망하는 이유는 사랑 자체에 문제가 있어서가 아니라, 사랑에 빠지는 순간 사랑을 가장 협소한 공간에 가둬 두려 하기 때문이다. 또한 사랑에 있어서 또 하나의 오류는 ‘내가 누군가를 사랑 한다’는 착각이다. 사랑은 대상에 의존하지 않는다. 우리는 특정한 대상을 향해 사랑을 머물게 하고자 한다. 사랑은 주제적 이어야만 하고, 누구를 사랑하느냐가 중요한 것이 아니라, 내 자신이 먼저 사랑 그 자체로 존재하는지 안하는지의 문제다. 누구를 사랑하고 있다는 착각에 우리는 상대에게 질문한다. “내가 당신을 사랑해도 되나요?” 그러나 그 질문은 스스로에게 이렇게 물어보아야 한다. “내가, 사랑 그 본성 자체를 찾을 수 있을까?” 그러므로 사랑으로 충만한 사람은 사랑이 어떤 대가를 돌려주는데 대해 연연하지 않는다.

존재는 소유의 대상이 아니다 인간은 물건이 아니다. 살아있는 사람을 소유할 수는 없다. 인간은 존재 그 자체다. 나의 남편이, 나의 와이프가, 나의 자식이, 나의 연인이, 내 재산이 아니라는 것이다. 나의 사랑하는 사람은 물건

이 아니고 소유의 대상이 아니기에 살아있는 존재를 사물로 전락화 시키는 것보다 나쁜 짓은 없다. 사랑은 자유로부터 시작된다. 그러나 소유하고 붙잡아 두려고 함으로 사랑을 파괴하는 구멍이 스스로 파지 말아야 한다. 나도 상대를 소유하지 말고, 상대도 나를 소유하게 만들면 안된다. 한 사람에게만 집착하는 것은 성숙하지 못한 행동이다. 더 성숙하고 풍요로운 사람이 되어야 한다.

사랑하는 마음은 질투하지 않는다 질투는 무지하기 때문에 생기는 보편적인 현상 중의 하나이다. 증오와 질투심에 사로잡히는 순간 사람은 독을 품게 되고, 사랑의 아름다움은 순식간에 박살나게 돼있다. 그러나 우리는 너무나 잘못된 편견이 오랫동안 머릿속에 박혀 있기에 ‘사랑한다면 당연히 질투심이 일어난다’고 생각한다. 그건 사랑과 질투가 완전히 뒤죽박죽 뒤섞여 버린 것이나 마찬가지다. 질투하는 마음은 사랑할 수 없으며 사랑하는 마음은 질투하지 않는다.

사랑에 있어 소유하고 집착하고 질투하는 것은 누구보다 자비의 마음을 갖고 수행해야 하는 종교인들이 종교전쟁을 하는 것이나 마찬가지로 어리석은 일이다. 으름되는 가르침인 종교를 믿고 실천

하는 사람들은 서로 야기하고 사랑하고 베풀어야 하는 것처럼, 자유와 존재 자체를 인정하는 것이 사랑의 근본이기에 사랑을 하는 사람들은 서로 고정된 관계가 아닌 더 깊이 이해하고, 더 많이 자유하게 하고, 더 넓게 성숙할 수 있도록 지지해야 한다.

사랑은 고정된 것, 불변하는 것도 아니다 사랑에 대해 ‘영원’ 이다 ‘순간’ 이다 라는 의미를 부여해 고민할 필요가 없다. 영원한 사랑도 있고 순간적인 사랑도 있다. 사랑은 고정된 것이 아니다. 내 사랑이 영원히 돼야만 한다는 생각, 순간이면 어쩌나 라는 생각에 사로잡혀 괴로워 할 것 같으면 사랑을 할 자격이 없다. 사랑을 하는데 어떻게 그런 무의미한 생각에 사로잡혀 있을 시간이 있는가? 항상 깨어 있고 열려 있어야만 한다.

항상 사랑이 지속된다면 축복 받은 일이고, 순간적인 사랑으로 인해 다음 사랑을 준비하고 있다면 그 전까지의 사랑에 대해 감사할 일이다.

내가 황폐화되고 괴로워하는 이유는 그 그녀를 잃어서가 아니라 그들을 영원히 잡아 두려고 노력했는데 실패한데 대한 자괴감이며, 그 노력 자체가 이미 나에게서 사랑을 잃게 만드는 지름길임을 알아야 한다. (02)576-7575



정성근 거사의

천년초 이야기 5

쾌식·쾌변 돕는 섬유질 다량 함유

쾌식(快食)은 자연이 준 것 전체를 그대로 섭취하는 것이다.

과학적으로 알려진 하루 필요량의 영양소와 칼로리를 기준으로 전문영양사가 짠 식단을 따르는 의사들보다 속세를 버리고 수행을 하는 스님들이 더욱 장수하는 것은 다양하고 복합적인 요인이 있겠지만 우선 쾌식의 비밀 즉, 대자연이 준 그대로 전체를 받아들인다는 것 그리고 자연 그대로의 섭취를 한다는 것이다. 자연이 준 그대로의 섭취 그것은 다시 쾌변(快便)으로 이어지는 순리가 숨겨져 있다.

스님들의 섭생에서 가장 많은 양이 섭취되는 것이 바로 섬유질이다. 육식을 금하고 곡물과 채소 그리고 산나물을 섭취하는 스님들은 먹는 전체 양

에서 거의 대부분이 섬유질이라 할 정도다. 섬유질을 많이 섭취하는 섭생을 하면 우선 씹는 것에서부터 소화기 일어나기 시작한다. 섬유질이 풍부한 식품을 먹을 때는 일단 오래 씹어야하며 이를 통해서 칩 속의 아밀라아제 덕분에 탄수화물의 소화가 완벽히 일어나게 된다. 이와 반대로 현대를 사는 사람들의 주식은 입의 소화가 전혀 필요 없는 형태로 부드럽고 쉽게 삼킬 수 있는 것이다. 또한 씹어 먹는 습관보다는 입속에서 녹여 흘러들어가 거둔 식사를 하며 식사와 동시에, 또는 식후 침을 희석시키는 수분을 다량 섭취하는 습관을 갖고 있다.

탄수화물 대사에서 자연의 섭리는 모두 섬유질을 넣어줬다. 하지만 현대인은 섬유질을 제거하고 먹는다. 만약 자연이 준대로 섬유질과 탄수화물을

같이 섭취한다면 우리는 입에서 오래 씹고 삼키게 될 것이고 섬유질이 목숨을 통과하고 내장을 통과 하면서 입속부터 침(아밀라아제)이 충분히 흠뻑 배어있는 탄수화물을 담게 된다. 이 경우 우리 몸속의 소화기들은 섬유질과 침을 이용해 곡물에서 충분히 탄수화물을 흡수해 당분을 만들어 온몸에 공급한다. 이 과정에서 소화내장은 섬유질 속에 담겨있는 영양분을 빼내어 섭취하기 위해 노력하게 되므로 내장 자체가 왕성한 활동을 하게 된다.

섬유질은 위에 언급한 것처럼 목숨의 내장들이 엄청난 운동과 내장의 깨끗함을 동시에 인체의 밸런스까지 고려한 식사이기 때문에 식사방법을 오래 유지하면 우선 몸이 뜨거워진다. 즉, 손발이 차거나 하는 현상이 사라지는 것이다. 또한 기본적인 힘이 매우 증가하고 언제나 시원한 배변활동을 하게 된다.

하지만 섬유질 섭취는 결코 쉽지 않다. 때문에 필자는 현대인으로서 부족한 것을 보충해주는 천년초를 권하고는 한다. 천년초는 지구상의 어떠한 채소보다 섬유질이 많이(최소 3배에서 171배) 때문이다. 100g의 천년초 속에는 무려 5g의 섬유질이 들어있다. 천년초가 가지고 있는 극히 일부이지만 쾌식과 더불어 쾌변까지를 해결해주시는 정말 조상님들께서 부르신 태상이 아닐 수 없는 천년초다. (02)3663-6777

스님! 빙의로 고통 받는 중생을 구해 주세요

전생, 빙의, 퇴마, 최면치료 [최면 시술사 과정 모집]

- ▶ 개강일 : 5월 11일(월요일)
- ▶ 교육 기간 : 6주 (24시간)
- ▶ 모집 인원 : 선착순 10명
- ▶ 교육 비용 : 100만원

특기 사항

1. 10명의 소수 정예 엘리트 교육
2. 6주 24시간의 최단기 집중 현장 교육
3. 상상할 수 없는 최소의 교육 훈련비
4. 개인 교습식의 일대일 교육, 책임 교육
5. 현장에서 바로 활용 할 수 있는 실전 교육
6. 새로 개발된 테크닉 수시로 전수하는 평생 교육

스님이 직접 강의하고 스님들만 교육받는 유일한 곳

6주 24시간, 짧은 수련기간, 최면 시술사 완성이라는 문구에 “정말일까?”라고 반신반의 하면서 공부하셨던 100여분의 스님들이 전국 각지에서 활발하게 최면 시술을 하시며 중생의 고통을 함께하고 계십니다. 또 보람과 자부심도 느끼신다 하셨습니다. “스님들 노고가 많으십니다. 정말로 감사합니다.” - 무초 정략 합장 -

특별상담

- 불자님들의 요청에 교육없는날 1일 1분씩만 상담을 받습니다.
- 빙의와 神病으로 고생하시는 분
- 자녀의 가출, 습관, 성적 때문에 걱정하시는 분
- 우울증, 알코올중독, 게임중독, 마약중독 등...

(사)유마 최면 연구소 서울 지하철 1호선 구로역 1번출구 세일빌딩 401호 ☎ 02)763-0661~2

개인 특별지도

시간없으신 스님들을 위하여 2박3일 실습위주로 교육 (hard training), 신분비밀보장



능인항당 이완로 처사의

침향이야기



가루향으로 침향차를 우려드시는건 피해야

또한 침향을 가루향으로 즐기거나 구워서 오시는 분들도 많은데 현지에서 침향 가루를 구하는 건 재고하시고 차라리 일반 침향조각을 구해서 분말화해서 사용하시라고 권하는 바이다. 왜냐하면 베트남의 관광가에서 1kg정도의 단위로 비닐봉투에 넣어서 팔고 있는 침향의 분말들은 침향의 가루가 아니기 때문이다.

더 자세히 설명한다면 침향의 모든 조화는 수지 즉 기름성분에서 나오는데 판매되는 침향분말은 그 수지를 추출하고 남은 가루이기에 드리는 말씀이다. 능인항당에서도 처음에 그 가루들을 선향의 원자재로 사용하기 위해 가능성을 검토했었으나 여러 곳의 가루향을 수거하여 조사해본 결과 순수한 AAR의 가루향을 파는 곳은 단 한곳도 없었다. 또한 침향의 분말이라고 알고 있는 것은 수지를 추출하고 남은 침향분말이나 수지나 유사종의 분말이었는데 그나마 그 분말조차도 수지를 빼고 남은 가루였기 때문에 결국 포기하고 말았다.

침향의 수지는 알코올로 추출하면 통상 70% 정도를 추출할 수 있는데 화학처리를 한다면 거의 다 추출할 수가 있다. 그러나 화학처리를 한다면 남은 가루에서는 유해독소가 나오게 된다. 그러므로 그 가루는 폐기를 해야 되겠지만 수지를 빼고 남은 2-30%의 가루에서도 침향의 향을 느낄 수 있는 점들 그들은 악용한다는 것이다. 하기가 관광객들과 상인들에게 잘 팔리는 그 가루를 상인들이 왜 포기를 하겠는가? 따라서 여러분들이 그 가루를 구해서 피운다면 수지를 추출하고 남은 2-30%의 침향 분

새로 만족해야 할 수도 있다는 말씀이다. 문제는 이 가루를 침향차로 우려 드시는 분들이 계시는데 이는 극히 삼가 하셔야 할 일이다. 또 하나의 문제점은 침향 선향의 문제이다. 베트남이나 대만에서 파는 선향은 거의가 수지를 빼고 남은 그 분말을 이용하여 선향을 만들고 있다는 것이다. 그럴수가? 하시겠지만 베트남이나 대만에서 구한 침향 선향을 가지고 계시다면 문을 닫고 피워보면 알 수 있을 것이다.

보통 이러한 재료로 만들어진 선향의 특징은 타고남은 재가 2-3cm 정도 일직선으로 꽂아서 서있는데 그 이유는 향연기를 줄이고 집착제의 독소를 제거하고자 재(灰)를 첨가하기 때문이다. 그래서 그 재 자체가 집착제와 경화를 일으켜 꽂아서 서있는 것이다. 이렇게 만들어진 선향은 좁은 공간에서 피웠을 때 두통을 유발하거나 호흡이 곤란해지는 등의 증세가 나타난다. 문제는 그 경화된 향의 집착제와 재에서 독소가 나온다는 것인데 우려되는 건 그들이 과연 그 사실을 알고나 유통 시키는가 하는 점이다.

선향을 제조할 때는 일반적으로 고무나무에서 추출한 집착제를 사용하여 향을 제조하게 된다. 그러나 고무나무 집착제가 타는 냄새는 자동차의 타이어가 타는 냄새와 같다. 그러다보니 이번엔 역한 집착제 냄새를 가리기 위하여 화학약품인 톨루엔이 첨가된 화학향료를 첨가하는데 이 톨루엔이 타면서 바로 벤젠이나 클로로포름, 아세트알데하이드 같은 유해성분이 나오는 것이다.

■ 문의전화 02)3663-6777