



### 함영의 밥맛 나는 세상

32 밥은 분쟁

## ‘중국 냉면과’와 ‘자장면과’의 대결

여름의 문턱인 6월이면 전국의 대학이 일제히 방학을 맞는다. 한 학기를 마감하는 시점에서 오늘은 나를 비롯한 철학과와 만학도들이 교수님들을 위해 자리를 마련했다.

도착한 곳은 학교근처에서 이십 여분 떨어진 중식당이였다. 한 학기의 마지막 모임인 만큼 오늘은 철학과 교수님들 세 분과 만학도들이 전원 참석했다. 한때 스님이기도 했다는 솔직담백한 배 교수님과, 겸손한 인품이 예외와도 같은 이 교수님, 그리고 세 시간을 내리 강의하면서 도물 한 모금도 시지 않는 정열의 장 교수님. 한 분 한 분의 학식과 인품과 개성을 떠올려보아, 하나같이 반 도인과의 같은 스승들이라 좋지 아니 주복 있는 학생이 됐다.



담백한 육수와 면발의 조화가 일품인 중국 냉면

고량주로 시작된 대화는 소주와 정종으로 이어져 동양의 술기행과 역사로 확대되고, 어쩌다가 북

경올림픽과 경국으로까지 이어진다. 이왕지사 중국집에까지 온 마당에 동양철학을 전공한 장 교수님은 중국의 경국과 무협지의 역사까지 풀어준다. 그러한 와중, 일명 ‘중국 냉면과’와 ‘자장면과’로 당파가 갈린 것은 전기북과 간풍기가 바닥을 드러낼 즈음이다.

“중국집에 오면 자장면을 먹어야 되는데 어째 오늘은 자장면 구경을 못하겠네요.”(웃음)

한 언니가 입을 떼기가 무섭게 부산아저씨는 “뭐니 뭐니 해도 마무리는 짬뽕이죠”라며 기다렸다는 듯 장단을 맞추고, “이 집은 중국식 냉면이 별미입니다”라며 장 교수님은 적극 추천메뉴를 내세운다.

“그래도 나는 자장면이 세상에서 제일로 맛있더라고요.”

가만히 정세를 살피던 이 교수님은 자장면을 강하게 옹호하고, 말이 없던 배 교수님은 두말할 것도 없다는 듯 “나는 자장면~”이라고 외친다. 춘추전국시대와 같은 혼란의 시간을 잠시 보낸 끝에 결국에는 이 교수님과 배 교수님을 주축으로 한 ‘자장면과’와 장 교수님을 중심으로 한 ‘중국 냉면과’로 파가 나뉘었다.

“그런데 이런 깨끗한 중국집은 믿을 수 있는데, 그렇지 않은 곳에서는 절대로 자장면을 시키며 안됩니다. 자장면이란 색 색깔이 시켜메가

이건 뭐 손님이 먹다 남은 짜장면을 갖다 부어가지고 다시 끓여가 내 온다 안합니까?”

한 일원의 활약에 힘입은 장 교수님은 그 여세를 몰아, 자장면에 대한 어떤 시절의 추억을 들려주어낸다.

“초등학교 때 부모님이랑 수타면을 하는 중국집엘 갔는데 주방장이 면을 치는데 얼마나 긴지 바닥에 막 닿는 거예요. 어린 마음에 그걸 먹어야 되나 고민을 했다가니까요.”

“그걸 또 그냥 치나오. 손바닥에 침을 한 번씩 뱉어 뺏잖아요. 어떤 주방장은 운동삼아 반죽을 치는데, 어쩔 때는 아예 웃통도 벗어 불고 던지고 때리고 하는데 이걸 뭐 운동에 딸이 번들번들해갖고 말도 마시오.”

장교수님을 지지하는 한 만학도 아저씨의 동조에 한 언니는 “짜장면이 맛있는 이유가 바로

그 떡이 들어가 짬뽕하니 간이 되어가 맛있단 안합니까?”라며 특유의 뇌살까지 보낸다.

냉면과 일당들의 연이은 공격을 가만히 응시하던 이 교수님은 제발 그만좀 하라는 표정이 역력하고, 자장면을 말없이 계속 비벼대기만 하던 배 교수님은 “아이, 다른 걸로 바꿔줘!”라며 인내력의 한계를 드러내고야 만다. 하지만 달콤한 자장소스가 버무려진 자장면 한 조각에 그 마음은 온데 간데 없이 사라져, 배교수님은 이내 평정심을 찾는다.

한편 냉면과의 일원인 나는 새로운 스타일의 중국식 냉면에 사로잡혀 “역시 줄을 잘 서야해”라며 내심 탁월한 선택에 대한 쾌재를 부른다. 깔끔하고 담백한 육수와 면발의 조화가 일품인 냉면과 ‘추억의 맛’의 대표주자인 자장면의 그 룩이 비워지는 동안에는 저절로 평화롭힘이 되어, 냉면과는 냉면파대로 자장면과는 자장면파대로 아쉬울 것이 없게 되었다. 그 어떤 이데올로기도 무의미해진 화해의 모드 속에서 중립을 고수하던 만학도의 대표아저씨가 입을 열었다.

“방학 때는 어디 공기 좋고 물 맑은 데로 자리 정해 한 번 더 모이면 좋겠습니데이~” 다음에는 어떤 당파 분쟁이 생길는지 벌써부터 기대된다.

자유기고가, blog.naver.com/owisdom



## 긍정적인 언어습관이 모두를 행복하게 만들어

보시의 종류에는 세 가지가 있다. 재물과 물질을 베푸는 재시(財施), 진리를 가르쳐 주는 법시(法施), 두려움과 어려움으로부터 구제해 주는 무의시(無畏施)。그 중 법시(法施)나 무의시(無畏施)는 모두 ‘말(言語)’을 가장 많이 사용하며 대화나 상담을 통해서도 가능하다. 이렇듯 ‘말(言語)’은 한마디로 천 냥 빚도 갚을 수 있고, 고통 받고 괴로운 사람도 한순간에 구해줄 수 있을 정도의 대단한 위력을 지녔다.

말에는 반드시 그 과정의 에너지가 존재하므로 우리가 하는 말에 인생은 반응하게 돼있고 우리가 자주 쓰는 말에 의해 우리 삶의 미래가 결정되게 돼있다. 항상 ‘재수 없다’를 버릇처럼 달고 다니는 사람은 정말로 재수가 없어지고, 늘 ‘다 잘 되겠다’라고 말하는 사람들은 일이 잘 될 수 있는 확률이 높아진다. 이것이 바로 ‘말의 힘’이라고 할 수 있겠다. 우리가 말을 입에서 밖으로 내뱉는 순간 그 말은 파장의 에너지를 일으켜 우주에 그대로 고해지고 그 말을 전해들은 우주는 말 그대로 우리에게 반응하게 된다는 원리이다. 그러므로 말은 한 번 내뱉으면 주위 답을 수가 없기에 항상 아끼고 조심스럽게 사용되 분명히 해야 할 말과 하지 할

아야 할 말이 있다. 그렇다면 우리가 항상 어떤 말을 입 밖으로 내 뱉고, 어떤 말을 상대에게 해야 하는지는 너무나도 자명하다.

### #어떤 말을 내뱉을 것인가?

1. 격려의 언어를 사용한다. 나 자신은 물론 상대에게도 그 사람의 기운을 떨어뜨리고 김빠지게 하는 말보다는 “다 잘 될거야”, “잘 하고 있어” 등의 격려를 받으면 웬지 모르게 얌전한 용기도 생기는 것 같고, 위안을 받고 있는 것은 경험을 누구나 해봤을 것이다. 이렇게 격려를 받아서 기운이 나고, 얌전한 힘이 생기고 기분이 좋아진 상대의 에너지는 그 사람만이 누리는 것이 아니라 그 말을 전한 바로 나에게도 그대로 상생되어 전달된다. 나도 살고 상대도 살리는 그 좋은 것을 어찌 안 할 수 있겠는가?

### 2. 축복의 언어를 사용한다.

누군가를 축복해준다는 것은 그를 위해 진심으로 기도하는 마음을 전해주는 것이고, 상대방을 살려주는 구원의 치유책이 될 수 있다. 반대로 내가 무심코 내뱉은 말이지만 그 사람을 죽일 수도 있다. 예를 들어 다른 환자에게 사망선고를 하는

것을 듣고 자신에게 한 것으로 듣고 오해한 환자가 전혀 죽음이 아니었음에도 불구하고 죽었다는 일화는 바로 우리가 얼마만큼 축복의 언어를 사용해야하는가에 대하여 일깨워주는 이야기다.

### 3. 승리의 언어를 사용한다.

항상 걱정하고, 부정하고, 비판적인 언어를 사용하면 부정적이고 비판적이며 걱정스러운 일이 나에게 생길 뿐이다. 그러나 항상 긍정하고, 낙관적으로 해피한 언어를 사용하면 밝고 즐거운 일, 긍정적이며 행복한 일이 나에게 생기는 것은 너무나도 당연하다. 마치 자석이 쇠를 끌어 당기듯 우리가 사용하는 언어는 있는 그대로 현실세계에서 구현되기 때문이다.

<열반경>에서는 “이 세상의 모든 소리가 부처님 목소리[一切聲是佛聲]”라고 했다. 부처님 목소리와도 같은 격려, 축복, 승리의 언어를 사용하여 우리가 기본적으로 어떤 말을 내뱉고 해야 하는지에 대한 이해가 됐다던 일대일 관계 속에서 개인적으로 만나는 사람들에게 매력적으로 여필하고 그들을 행복하게 만들어주는 필살트릭은 구체적으로 어떻게 하면 될 수 있을까? (계속)

(02)576-7575



### 정성근 거사의

## 천년초 이야기 12 <끝>

## 유익성분 다량함량 · 항산화 유지

태삼(太參) 즉, 천년초는 항산화성을 유지시키고 다양한 질환을 호전시키는데 효과가 좋다. 이유는 천년초가 지닌 성분들이 다른 식물과는 비교할 수 없을 정도로 많은 양을 함유하고 있기 때문이다.

천년초에는 다이어트에 좋고 장에 좋다는 식이 섬유가 32.5% 함유돼있다. 과일의 경우 식이 섬유가 보통 0.19~2.9%정도 함유됐는데 천년초는 이보다 최소 11배에서 최대 171배나 많이 들어있다. 채소와 비교 해보면 최대 33배 많은 양이 들어있으며 곡물과 비교해서도 최대치가 27배나 섬유질이 많이 함유돼있다.

항암 · 항염 작용을 하고 인체 호르몬과 구성성분이 비슷한 플라보노이드 함량은 천년초 전체의 5%를 차지한다. 이수치는 피부노화를 막는 울무

에 0.19%, 표고버섯에 0.21%, 칩뿌리에 2.21%가 함유돼있다. 천년초의 플라보노이드 양은 비교해 보면 어마어마한 양이 아닐 수 없다.

비타민 C의 경우는 알로에의 5배나 함유되어있다. 칼슘의 함량은 칼슘의 왕인 멸치에 비교해서 8배가 들어있으며 뼈가 잘 붙게하는 유명한 홍화씨와 비교해서는 무려 24배나 많은 칼슘이 들어있다.

천년초와 타 식물과의 몇 가지 성분을 비교했을 때 천년초에는 엄청난 양의 인체에 유익한 성분이 들어있음을 알 수 있다. 물론 천년초에 우리 몸에 유익한 성분이 모두 다 들어있을 수는 없다. 하지만 천년초의 유익성분의 함량은 단순 비교했을 때 그 성분이 많이 함유되어있다는 대표적인 식물과

비교했을 때 엄청난 수치의 차이를 보여주고 있고 천년초를 먹게되는 환자들이 겪게 되는 놀라운 항산화의 효과는 앞으로도 많은 연구가 진행되어할 부분이라고 생각한다. 필자는 ‘세상 만물에 다 나름의 역할이 있다면 천년초의 역할은 무엇일까?’ 하고 생각해본다. 멸종의 위기까지 몰렸다가 최근 다시 세상에 알려지는 태삼 천년초는 큰 삼이란 표현처럼 성분들의 함량도 엄청나지만 위장병을 비롯하여 변비, 당뇨, 고혈압, 천식, 암 등 각종 질환에서 호전된 현상을 보이는 특별한 체험들을 알려준다.

앞으로 천년초의 역할을 더 많은 연구를 통해서 밝혀내겠지만 만물에 깃들여있는 식물들이 가지고 있는 고유한 성분들이 나를 배합되어있어 그 고유의 독특한 특성을 내는 것을 어찌 다 사람이 알 수 있을까? 아직도 과학자들은 항산화성이 일어나는 이유조차 몰라 결과적으로 그 능력이 있음을 설명하고 있을 따름이다. 이렇듯 천년초 뿐만 아니라 항상 우리 인간에 이로운을 주는 자연의 대자대비에 고개가 절로 숙여진다.

(02)780-0098



www.불영.kr

바르고 빠른 뉴스 불영TV! 뉴스, 법문, 다큐 사부대중과 함께하는 불영TV!

불영TV는 사찰홍보, 행사, 불교 관련기업 홍보영상 제작을 전문으로 하는 인터넷방송으로서 타 매체보다 빠르고 정확한 뉴스로 한 걸음 더 다가서고자 합니다.

### ※ 불영TV에서 판매 중인 스님 법문 동영상 CD

- ◇ 원통스님 관세음보살보문품 동영상1세트 CD30장
- ◇ 원승스님 원각경 동영상 1세트 20장 CD
- ◇ 각성스님 능가경



### 주요사업 안내

- 1.홍보영상 제작 불영TV에서의 동영상 광고는 시각과 청각을 동시에 자극하는 생생한 메시지가 전달로 이미지 형성 및 설득이 빠릅니다.
- 2.사업분야 사찰홍보, 행사, 개인다큐, 법문 등의 동영상 제작을 드립니다.
- 3.프로그램 판매 불영TV 동영상 프로그램 구입을 원하시면 언제든지 연락바랍니다.

문의 | 02)2236-7208 / 017-207-7208  
도암 합장



## 129회 3000배 용맹정진

업장소멸의 관건은 지극하고 간절한 성스러움과 최고의 공경심으로 절하며, 전신의 노폐물, 독소, 나쁜 기운의 땅을 흘리면 괴로운 탐 소멸되고...

소원성취는 해맑게 미소 짓는 기쁜 얼굴로 '부처님 크신 은혜 고맙습니다' 대공경의 감사염송을 온 몸과 맘에 가득 채우며 절하면 100% 성취된다.

○우리를 마음속에 부처님을 향한 모시는 날마다 행복한 날을 확신하는 염불선도우미를 동참자 전원에게 선물로 드립니다.

■날 짜 : 2009년 6월 27일(토) 저녁 9시~ 2009년 6월 28일(일) 아침 7시 (절하는 법 교육 : 저녁 7시 ~ 9시, 3000배 시작하기 전)

■준비물 : 동참비 2만원 [필수준비물] 수련복: 100% 면 소재 흰색상의, 회색법복 · 조끼, 방수포(신규동참자는 선물), 기도포(방석을 덮을 큰수건), 면 닦는 수건, 면양말 2켤레, 발로해(절수행 특수 덧신), 면장갑 2개, 위생비닐장갑 1개, 목수건 [선택준비물] 무릎, 손목, 발목아프신분(말관예원 보호대), 허리아프거나, 어깨, 엉덩이, 고리뼈, 차가우신분(호리호리 팬티), 어깨 아프신 분(스트레칭 필)

■장 소 : 분당 하안마을선원  
☞ 전철 : 경기도 성남시 분당구 이매동 60-1네베게이션에 하안마을선원 차세로. 분당선 이매역 1번 출구 앞, SK주유소 옆 도로로 5분거리 (분당선 : 2호선 선릉역, 3호선 도곡역, 8호선 북정역 이용)

## 백만불자 108배 만일결사 법왕정사

■서울 군자법당 (02)456-0035 ■부산 금정법당 (051)583-7886  
■대구 신천법당 (053)743-0063 ■광주 상무법당 (062)375-3500  
한글도메인 : WWW.법왕정사.kr

유기농 보이차 (ORGANIC PUER TEA)  
유기농 보이차의 보급화 선언!  
현불샵(hyunbulshop.com) 입점 기념 15%할인 판매  
250,000원 ⇨ 15% DC 특별 할인가 212,500원

### 이중 특별한선물 유기농 보이차선물세트 (유기농보이차 속차 357g + 대나무보관통 + 보이차 다기세트 7종)

1등급 100% 유기농 보이차만을 엄선하여 준비했으며 보이차 전용 다기세트는 드리는 분의 정성과 선물의 격을 한층 더 높혀 드립니다.

- 제 6기 중국보이차 ‘보이차왕’ 수여
- 미국 FDA, 유기농인증 획득한 USDA
- 일본 유기농인증기관인 JAS

중국 보이차 기업 중 최대규모인 670만평 이상의 보이차 생산단지외 100%유기농법으로 생산하여 그 품질과 맛이 가장 뛰어난 (주)고진 유기농 보이차! 후 발효차인 보이차의 깊은 맛과 오묘한향의 끝맛을 그대로 발효시켜 황제의 기운을 느끼게 하는 특별한 유기농 보이차입니다.

중국에서도 유기농회사로서 처음으로 생산 공정과 가공공정 발효공정에 특허를 받아 오생만의 독특한 방법으로 깨끗하게 발효시켜서 만든 유기농보이차입니다. 중국황제가 미시던 보이차는 오래 묵을수록 귀한 고가의 차며, 미생물에 의한 발효를 거치는 후 발효 차이며 오래 묵히면 목할수록 고가의 차가 됩니다. 방습통증이 잘되는 적절한 온도하에서 보이차는 독특한 맛과 향, 약효를 가지게 됩니다.

유기농 보이차는 상류층이 주로 애용하는 고가의 차이며 국가주식 후진타오도 보이차를 즐겨 마시는 보이차 애호가입니다. 중국의 주식 후진타오기 용생유기농 보이차를 접하고 나서 유난히 맛과 품질이 뛰어난다는 점을 알게 된 후, 현재 후진타오 국가주식이 용생 보이차만을 애용하고 있고 최고의 품질이라는 점을 인정하여 국제적으로 홍보를 대신해 주고 있으며 유명인사 방문 시 용생의 보이차를 선물로 주고 있습니다.

### ■유기농 보이차 속차

- 제품명 : 유기농보이차 속차 · 식품유형 : 침출차 · 내용량 : 357g
- 제조회사 : Yunnan Longsheng Green Industries (group) LTD
- 원재료명 : 보이차 100% · 원산지 : 중국 운남성 · 수입판매 : (주)고진 · 포장재질 : 종이제
- 제조일자 : 2007년 03월 01일 (제조일자는 2007년이지만 2006년에 수확한 차잎을 사용해 제조하였습니다)
- 유통기한 : 제조일로부터 10년 (보이차는 오래되면 오히려수목 가치가 높아지기때문에 적당한 장소에서 보관만 잘 하시면 훌륭한 보이차로 거듭날 수 있습니다.)

\* 불교온라인쇼핑몰 현불샵(www.hyunbulshop.com)에서 자세한 내용을 확인 하실 수 있습니다.



• 전화주문 : 02)2004-8215~6