



함영의 밥맛 나는 세상

35 밥은 초대

버터차 한잔에 향수와 애환 달래며

수년전, 우연히 달라이라마의 사진 한 장을 얻게 됐다. 너무나 곱하고 자해로운 미소로 합장하고 있는 스님의 모습은 그야말로 관세음 보살이었다. 그리고 보니 그 이전에 도올 김용옥이 달라이라마를 친견하고 대화한 내용과 소감을 담은 책의 한 구절이 생각난다. 도올이 달라이라마에게 “당신은 정말 관세음보살의 화신입니까?”라고 묻자, 달라이라마는 “나는 그날 나의 전생의 화신일 뿐입니다”라며 웃으며 답한 대목이 인상적이었다. 달라이라마에 대한 지지와 존경은 티베트라는 나라에 대한 관심으로 이어져, 티베트사람들과 인연을 만들었다. 그 첫 인연은 일산 여사에서 티베트 한국연락소를 꾸리려고 있는 남카 스님이다. 한국생활 5년차에 접어들었다는 스님의 한국어는 능숙해 때때로 예상치 못한 농담까지 구사할 정도이다. 낯설고 물 설은 타지에서 가장 힘든 애로사항은 언어와 음식 일 터. 탁월한 언어적 능력을 지닌 티베트 스님들에게 언어적 소통보다 더한 장벽은 향수에 온 음식문제인 듯싶다. 다람살라에서 온 남카 스님의 경우는 위장병으로 고생했지만, 병원에서는 별다른 원인을 찾지 못했더라. 아마도 티베트과는 다른 한국의 음식문화에서 비롯된 것이 아닐까 짐작해볼 따름이다.



인도 다람살라에서 온 남카 스님

“티베트에서는 기름에 익혀먹는 음식이 많아요. 날씨가 춥다보니깐 고기나 야채를 기름에 볶아 먹고요, 기름을 섞어도 먹고, 기름기를 많이 먹어야 해요. 그래서 기름이 없으면 티베트 음식이 아니라고 해요. 그런데 한국에서는 고기도 그냥 구워먹던지, 야채만 해도 익혀먹지 않는 음식들이 많잖아요. 그래서 실은 한국음식이 답답하고 건강에는 좋은 것 같아요.”

그러한 한국음식 중에서 김치는 처음부터 거부감 없이 대할 수 있었고, 꾸준히 즐겨먹는 음식이 됐다. 반면 특유의 냄새와 맛 때문에 친숙해지기가 쉽지 않았던 음식이 된장이다. 우리나라의 된장처럼 티베트에서도 밥상에서 절대적인 위위를 차지하는 식품이 있으니, 바로 ‘버터’

다. 티베트인들이 즐겨 마시는 차만하더라도 버터를 듬뿍 넣고 끓인 ‘버차’라는 차가 있는데, 서양인들은 주로 ‘버터차’라고 부른다. 이렇듯 음식에서는 물론 차에서도 열량 높은 식생활을 해온 티베트인들의 습성은 고산지대의 추운 기후에 적응하기 위한 생존방식에서 비롯되었다. 티베트의 스님들이 육식을 하는 것에 개의치 않는 것 또한 농사가 불가능한 그곳의 환경 때문이다.

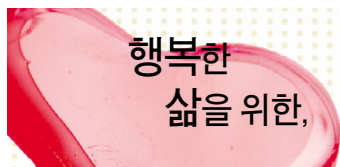
“티베트 사람들은 특히 버터를 많이 즐겨먹어요. 그라야 에너지가 생기거든요. 그래서 큰 통에 야크 젖을 넣고 오랫동안 저어 버터랑 치즈를 직접 만들어먹어요. 그거 기운도 좋고 너무 너무 맛있어요. 버터차도 큰 통으로 만들어 하루 종일 마셔요. 그런데 망명정부에 있는 다람살라의 티베트인들은 티베트에서 먹던 습관대로 음식을 먹으니까 인도 기후에 적합하지 않아 건강에 문제가 돼요. 달라이라마께서도 망명하신 후로는 버터차를 안 드신 지가 꽤 됐어요.”

스님의 설명을 들으니 초박을 얹은 한여름에 버터차가 몸에 맞을 리야 없겠지만, 건강보다는 호기심이 앞선 마음에 “그렇다면 스님께서도... 버터차를 안 드시나요?”라는 의도성

다분한 질문을 해본다. “의사들이 저한테 버터를 먹지 말라고 하는데, 저는 계속 먹고 있어요.(웃음) 여기서는 시중에서 파는 거나 부신에 아는 분들이 보내줘 미숫가루에 타먹어요. 또 가루로 만든 버터차가 있어요. 티베트에 다녀오신 분들이 선물로 가져다 줘서 종종 먹는데, 참 맛있었습니다.”(웃음)

티베트 전통의 버터차 한잔을 내심 기대했던 마음이 무너져 내리려는 찰나에 다시 소생된 바람이 “그런데 지금은 떨어져서 없어요. 제가 다 먹었습니다”라는 스님의 말 한마디에 김이 새버렸다. 역시 말이란 끝까지 들어보아야 되는 것을. 대신 스님은 티베트 민족의 성품만큼이나 순한 인도산 홍차 한잔을 우려내 권한다.

자유기고, blog.naver.com/owisdorn



신과 심신건강 身心健康

41 소동 박지숙 박사 한·양방 의료센터 salm 마인드힐링연구소

어떻게 하면 人生이 술술 풀릴까요? 2

두 번째, 관상이 좋아야 한다.

타고난 관상을 어떻게 고치냐고 반문할 수도 있을 것이다. 성형수술로 의도적으로 관상을 고칠 수도 있으나 요새는 너무나 과한 성형으로 오히려 인생을 망치고 있는 사람이 수도 없이 많다. 얼굴 관상은 반드시 변한다. 관상은 그 사람의 시간과 세월이 묻어 나오는 그 사람의 작나라한 역사이다. 표정에 의해서 얼굴은 변하고, 얼굴이 변하면 관상이 변하고, 관상이 변하면 인생이 변한다. 이런 관상을 성형수술이 아닌 가장 자연스런 방법으로 뛰어넘어 만들 수는 있다.

1. 피부와 표정이 좋아야 한다.

피부와 표정은 마음에서 나온다. 피부는 마음의 살결이나 마찬가지로, 표정은 마음의 내용물이나 마찬가지이다. 스트레스를 많이 받고 화를 울거나 불그라 많이 내고 증오하는 마음이 많은 사람은 여드름이 풀어오르고, 표정이 어둡고 심술맞아 보이기 마련이다. 표정이 안 좋은 사람은 지금 당장은 아무리 부자라도 미래에도 부자인지는 장담할 수 없다.

얼굴의 표정은 운명을 바꾸며, 피부는 관상의

기본이라 할 수 있다. 표정이 좋은 사람은 그만큼 마음도 훌륭하다는 것이다. 그렇다면 이런 질문을 하는 사람도 있을 것이다. 피부는 정말 끝내주게 좋은데 왜 팔자가 안 좋을까? 그런 사람은 반드시 자신의 표정에 대해 심각하게 고려해봐야 한다. 분명히 매일 정그리고 있거나 우울한 표정을 하고 있거나 죽을상을 하고 있을 것이다. 환한 미소 밝게 활짝 웃으면서 생생한 기운을 불러들이는 표정은 그 어떤 관상보다 백만 불 효과 만점의 기능을 발휘한다. 이런 표정을 갖고 있는 사람은 잘 살 것이라고 장담할 수 있다. 아무리 관상이 좋아도 표정이 좋지 않으면 관상 값을 하지 못한다.

2. 과도한 다이어트는 하지 않는다

날씬하고 날렵한 것도 좋지만 관상학적으로 볼 때 너무나 감마른 것은 그만큼 복도 붙어 있지 않다고 본다. 더군다나 과도한 다이어트로 얼굴이 켈하고 살결도 까칠해보이면 그 사람 인생은 딱도 없고, 썰렁하며, 고독해진다. 예부터 빈상(貧相)이라는 말이 있다. 돈들이고 노력해서 빈상을 만들 필요는 없다. 적당한 운동과 건강한 살집으로 윤기 나고 덕스런 몸상과 관상을 만들어야 한다.

3. 항상 깨끗하고 단정하게

얼굴이 지저분해 보이고 단정하지 못한 사람들은 거의 백퍼센트 게으르고 나태하거나 센스가 없는 사람인 경우가 많다. 게으르고 센스 없는 자가 어떤 성공을 바라겠는가? 현대시대는 자기 PR시대이자, 센스가 있어야만 통하는 사회이다. 노력 없이 절로 감나무에서 감 떨어지길 기다리면 안 된다. 실령 관상이 좋게 타고 났다 해도 지저분하거나 단정하지 못하면 좋은 얼굴빛이 나타날 리 없고 그렇게 되면 탁기(濁氣)가 흐르게 되고 좋은 관상을 까먹는 마이너스 작용만 하게 된다.

4. 눈빛이 반짝여야 한다.

사회적으로 성공하거나 자신이 원하는 꿈을 이룬 사람들을 보면 모두 한결같이 눈빛이 아주 반짝거리며 총명해 보인다. 눈빛은 그 사람의 마음의 창이라고 한다. 눈이 작던 크던 썩어풀이 있거나 없거나 중요한 게 아니다. 눈빛이 살아있다는 것은 지혜로운 사람이란 증명이며 일에 대한 의욕이 살아 있다는 표시이다. 그런 사람은 비록 관상을 조금 부족하게 타고 났다 해도 자신의 지혜로움과 의욕으로 충분히 커버하며 살 수 있다.

(02)576-7575



‘시작이 반이다’라는 명언은 시행착오와 시련을 겪은 저에게 가장 가슴에 와 닿는 말입니다. 스님용 신발을 만들어 보급하겠다는 계획을 세우고 막상 사업을 펼쳐려고 하니 여간 힘든 일이 아니었습니다. 단순한 고무신이나 일반 신발과는 차별화 된 신발 보급을 꿈꾸며 스님용 신발 사업에 뛰어들었습니다. 그 첫 상품이 승복의 색상과 조화를 이루는 무명원단을 사용해 만든 무명신발

금강산 신계사로 향한 만행화에 가슴 뭉클

이었습니다. 무명신발을 처음으로 선보인 곳은 바로 서울 조계사 근처 불교 용품점 ‘부산승복점’이었습니다. 그 후 부산승복점 사장님의 도움으로 각 지역 승복 전문점, 불교 용품점 등을 소개 받아 납품을 하게 됐지만 유통, 판매에는 크고 작은 어려움이 끊이지 않았습니. 주변 동료나 지인들도 강력히 만류를 했지만 저는 어려움을 견딜 각오를 했습니다. 그러나 생각과는 다르게 수개월간 어려움이 계속 됐고 급기야 재고는 감당할 수 없을 만큼 쌓여만 갔습니다. 공장 기계마저도 가동할 여건이 되지 않는 상황에 이르렀습니다. 겨울은 다가오는데 공정은 문 닫기 직전이고 정말 눈앞이 캄캄했습니다.

그 순간 신발 사업을 할 때 봤던 방수가 되고 재질이 튼튼한 ‘초극세사 원단’이 머리를 스킨치고 지나갔습니다. 그때부터 초극세사 원단과 보온이 되는 양질의 털 원단을 구해 겨울철 스님들의 시린 발을 따뜻하게 해줄 방한용 신발을 만들게 됐습니다. 은사이신 남한산성 망월사 성법 스님에게 첫 선을 보였습니다. 고무털신발 신어 오셨던 스님은 제가 선보인 신발을 신어보시고는 “너무 따뜻하

고 편해서 대중 스님들도 모두 좋아하실 것”이라며 격려해줬습니다. 이후 당시 조계종 포교원장이셨던 도영 스님에게 털신을 갖다 드렸습니다. 며칠 후에 도영 스님이 직접 전화를 주셨습니다. ‘발이 시리지 않고 정말 따뜻하다. 좋은 신발 잘 만들었다’고 용기를 북돋아 주었습니다. 며칠 후 도영 스님으로부터 500여 사부대중과 함께 금강산 신계사의 낙성식에 가신다는 소식을 접했습니다. 저는 불자로서 도움이 될 만한 것을 생각하다 북한 스님들께 방한용 털신을 보시 할 수 있도록 도영 스님께 요청했습니다. 도영 스님은 “공장 운영도 어려운 정도의 상황에 놓여 있는 저지에 괜찮겠냐”고 말했지만 저는 “사업이 이전에 불자로서 제가 만든 털신이 영하의 날씨에 스님들께 큰 도움이 됐으면 하는 바람이 크다”며 허락해달라고 했습니다. 스님은 흔쾌히 승낙했고, 저는 후에 500여 사부대중이 최초로 육로를 통해 금강산 신계사로 향하는 모습을 봤습니다. 남과 북의 통일을 위해 한걸음 앞으로 다가가는 것만 같아 가슴이 찡하면서 눈물이 났습니다. 정말 뜻 깊고 한 없이 기뻐했던 날이었습니다.

(02)733-5715

초판 22세의 스테디 셀러!!

부처님의 감로법이 있기에

삶은 꿈가 아니다

길을 묻는 이들에게 전하는 대행스님의 생활 속 불법 이야기

인생은 고통이 아닙니다. 생로병사의 괴로움이 있다고 하나 그것으로부터 자유로울 수 있는 부처님의 감로법이 있기에 고통이 아닙니다. 부처님께서서는 누구나 부처가 될 수 있는 성품 즉, 불성이 있음을 말씀해 주셨습니다. 그 불성을 이룸하여 한마음이라 하였습니다. 세상 무엇과도 바꿀 수 없는 나의 보배입니다

이렇듯 내 집 창고에 보배가 가득한 줄도 알고 보배 창고 애기도 많이 들었지만 열쇠가 어디 있는 줄 모른다면 무슨 소용이겠습니까. 마음공부는 열쇠를 얻기 위한 공부입니다. 누구든지 열쇠도 갖고 있고 곳간도 갖고 있습니다. 그런데 왜 열쇠를 갖고도 열지를 못한단 말입니까? 마음이 곧 그 열쇠입니다. - 본문 중에서

구입문의: 02) 2004-8215

생활 속의 불법을 설하는 대행스님 법어집 - (재)한마음선원 출판부 www.hanmaum.org

- ▶ 허공을 걷는 길 대행스님 법문 전집 (법회별 출간) ▶ 한마음요전 대행스님의 구도기·법어·계승·선화의 집대성
- ▶ 신행요전 (법요집) 기본적인 예불 의식과 관법의 기초를 담은 불자입문서 ▶ 대행스님의 뜻으로 펴낸 금강경 (독송용)
- ▶ 만 가지 꽃이 피고 만 가지 열매 익어 A Thousand Hands of Compassion (Korean/English) 대행스님의 뜻으로 펴낸 천수경 (한글/영어)