



함영의 밥맛 나는 세상

38 티베트 스님들

‘마음붙이’ 동생 스님의 된장수제비

웬 복인지, 최근 내게는 열 살 터울의 남동생이 생겼다. 푹박한 눈빛만큼이나 맑고 총명한 그는 티베트에서 온 풍속 스님이다. 스님과 의남매를 맺게 된 것은 부산의 광성사라는 절, 공양간에서다. 광성사에는 주지인 소남 스님을 비롯해 따시 스님과 로남 스님, 풍속 스님, 이렇게 네 명의 티베트 스님이 살고 있다. 공양주 보살이 따로 없는 광성사의 스님들은 돌아가며 밥을 짓고 청소를 한다. 모 잡지에 공양간 이야기를 연재하기 위해 절을 찾아가던 날, 그 주의 밥 당번은 풍속 스님이었다. 한국에 온지 채 3개월이 되지 않아 한국어가 서투른 스님은 낯선 객의 공양간 방문에 걱정 어린 기색이 역력했다.



풍속 스님이 맛깔나게 끓인 된장수제비를 선보이고 있다.

“저는 한국말 못해요. 죄송합니다”라는 말로 인사를 건넨 스님은, 티베트어는 물론 중국어와 인도어 3개 국어를 비롯해 인도인 친구에게 고작 6개월을 배웠다는 영어로 웬만한 의사소통은 자유롭게 하는 수준이다. 하지만 낯설고 물 설은 한국의 인심이란 백인인 서양인들에게는 이유 없이 친절해도, 우리와 비슷한 구리빛 외국인에게는 되레 딱딱해 살천스럽지 않던가. 더구나 붉은 승복차림에 영어를 사용하는 낯선 이방인에게 그 어리석은 인심인들 오죽했으랴. 말끝마다 “한국말 못해 죄송합니다”를 반복하며 겸연쩍어하는 스님에게 “저는 티베트 말 못해 죄송합니다”라고 화답하니, 스님은 “여기는 한국 땅, 그러니까 제가 죄송합니다”라고 손사래를 치며 환하게 웃는다. 스님은 금세 마음을 터, 티베트 라싸에 있는 가족과 친구들의 사진이 담긴 앨범을 꺼내와 보여주며 소개까지 한다. 18세에 목숨을 걸고 히말라야를 넘어 인도 다람살라로 망명한 심년 전의 기억과, 추위와 굶주림으로 생사를 오가던 당시의 고통도 함께 들려준다. 망명 후 가족에 대한 그리움은 육신의 지병이 된지 오래다. 그 사연인들 말로 다할 수가 없어 통해버린 교감 속에서 “앞으로는 제가 누나해 주세요”라는 말

이 절로 나왔다. 그런데 따지기를 좋아하는 이놈의 머리통이 참나 쉬기가 무섭게 돌아가. “그런데 제가 스님보다 나이가 훨씬 많아요. 그러니까 큰누나예요. OK?”라며 다그친다. 때론 눈치코치 없는 입방아도 솔로가 있어, 스님의 촉촉해진 눈망울이 금세 밝아져 “누나 아니고 동생 같아요”라며 맞장을 뜨니, 하릴없이 나이만 먹은 젊음을 그새 들켜고야 말았다. 그렇게 마음으로 맺은 ‘마음붙이’ 동생 스님이 오늘은 철부지 누나에게 티베트식 수제비를 선보일 요량이었다.

밀가루를 꺼내 익숙한 솜씨로 반죽을 치댄 스님, 싱크대 한편에 밀가루를 흩뿌려 반죽을 올리고 밀대로 썩썩 미는 품세가 범상치 않다. 이쯤에서 동생 자랑을 조금만 늘어놓는다면, 살림살이가 얼마나 알뜰한지 냉동실에서 전에 사용하고 남은 밀가루반죽을 전자레인지에 녹여 새 반죽과 섞어 사용하는 센스를 잊지 않는다. 어디 그뿐이라, 점심때 먹다 남은 된장국에 물을 추가로 부어 수제비를 만들 국물로 대응하는 전략과 독창성은 가히 프로급이다. 수제비에 넣을 배추와 버섯, 양파, 토마토를 썰어

준비하는 사이 국물이 끓자, 스님의 진기명기가 펼쳐지기 시작했다. 얇게 빚은 밀가루반죽을 손목에 적적 걸치고 수제비를 뜨기 시작하는데, 그 민첩함이란 수제비를 뜨고도 뜨지 않은 경지라고나 할까. 나라일은 설움과 가난 속에서도 마음만은 풍요롭고 따뜻했던 시절이 우리에게 살가운데에도 있었음을, 불보살님 같은 스님들이 차려준 보배로운 밥상 앞에서 수제비를 한 대접 푸지게 먹고나서야 비로써 기억났다.

자유기고, blog.naver.com/owisdom

*부산 한국티벳센터 광성사에서 매 주 목요일과 토요일 저녁, 티베트어 강좌와 임보리행 강론이 있습니다. 비용은 무료. (053)-243-2468

행복한 삶을 위한, 신과 심신건강 44 뇌신경전달물질과 성격 박지숙 박사 한·양방 의료센터 salm 마인드힐링연구소

상대방이 날 힘들게 할 때 대처법 2

3. 하기 어려운 부탁을 받았을 때

싫고 어려운 일을 아무렇지도 않게 부탁하는 이들은 한 번 들어주기 시작하면 끝도 없이 더 많은 것을 요구한다. 이때는 주눅 거리거나 우물쭈물하면서 여지를 보이면 절대로 안 된다. 이들의 특징은 조그마한 여지나 가능성이 보이면 집요하고 끈질기게 강요하고 부탁하므로 당당하고 정확하게 “NO”라고 말하는 것이 서로를 위한 상책이다. 거절할 때는 길게 끄는 것이 서로에게 더 구차하다. 짧고 확실하게 자신의 의지 표시를 하는 것이 깔끔하다.

만약 새로 뽑은 멋진 스포츠카를 빌려달라는 친구가 있다면 차마 “싫어”라고 말하지 못해서 “어떡하지? 어제 동생이 와서 먼저 빌려갔다” 등의 변명을 늘어놓지 마라. 이것은 “그렇다면 내일이고 모래는 될 수도 있겠네?”라는 여지를 주는 말이기 때문이다. 그리고 “상황이 가능하면 빌려 줄 수도 있겠구나?”라는 가능성을 주는 말이다. 구차한 변명을 하지 말고 “난 차는 빌려주지도 않고, 빌려 타지도 않아 미안하지만 어쩔 수 없다”라고 직설적으로 말하자.

4. 공격적인 사람을 만나게 될 때

사람들은 일반적으로 질문에 대한 두려움이나 공포를 가지고 있다. 무의식적으로 질문은 무조건 다 답변해야 한다고 생각하기 때문이다. 그러나 모든 질문에 답변할 의무는 없다. 우리는 걸어나가는 네이비 백과사전도 아니고 질문이라고 해서 무조건 답이 필요한 것도 아니기 때문이다.

공격적인 사람들은 주로 이 질문을 많이 사용한다. 어렵고 난해한 질문을 퍼 보거나 “왜 그렇게 했냐”는 식의 추궁을 해가면서 공격한다. 대부분의 사람들은 자신이 모르는 질문이 나오면 당황해하거나 고민스러워하고 공격적인 태도에 주눅이 들거나 얼이 빠지게 돼 있다.

그들은 바로 그 점을 이용해 상대가 곤란해 하고 어려워하는 태도에서 자신이 우월하다는 쾌감을 느끼고, 상대의 나약한 모습 속에서 자신의 존재자세를 확인한다.

공격적인 사람에게는 오히려 칭찬과 부드러움으로 승부수를 건네 보자. ‘공격’은 나약함의 방어기제이다. 그들은 오히려 칭찬과 더 많은 관심을 바라고 있을지도 모르는 사람들이다. 가만히 주위를 둘러보자. 공격적인 이들의 대부분은 내심 알고 보면 약한 사람들이 많다. 나약함과 비겁함을 감추고 자신을 보호하기 위해 먼저 공격하는 것이다. 그들을 공격하면 할수록 더욱 사나워지고 반목만 일으킬 뿐이다. 밝은 칭찬과 따뜻한 관심

과 부드러움은 그들의 반감을 줄이면서도 오히려 공격적인 사람이 순한 양처럼 변하는 모습에서 또 다른 정복욕이 발동해 더욱더 묘한 쾌감을 느낄지도 모른다.

5. 싫어하는 행동을 하는 사람을 만나게 될 때

내가 잘 아는 지인 중에 한 사람으로 아주 똑똑하고 이지적이며 능력도 있는 젠틀한 청년이 있었다. 그런데 그의 이 젠틀한 이미지를 모두 확 깨게 하는 행위가 있었으니 그건 다름 아닌 ‘차에서 창밖으로 침뱉기’이다. 정말 처음에는 깜짝 놀랐다. ‘젠틀 청년’이 어찌 한순간에 ‘젠장 청년’으로 변신한단 말인가.

상대가 나와 똑같은 생각과 행동 패턴 매너 등을 지니고 살 수 없는. 기본적으로 나와 같지 않음은 인지하고 시작하라. 그리고 사소한 것은 눈감아주고 정말 눈에 거슬리거나 나와 맞지 않거나 내가 참기 힘든 사항 등이 있으면 내가 그 행동이 싫은 이유를 밝히고 어떻게 바꾸어 주었으면 좋겠다는 구체적인 요구를 해야만 한다.

“난 니가 창밖으로 침을 뱉는 것을 보면 아주 불쾌해보이고 내가 다 무안해. 다음부터는 정 침을 뱉고 싶다면 휴지에 처리해주었으면 좋겠다”라고 얘기해보자. (02)576-7575

현대불교 현불샵 생활도자기 특별기획전. 도자기의 본고장 경기도 이천에서 도자기의 생활화를 목표로 순수자연원료로 제작된 도자명품 생활자기입니다. 우리 도자기의 품질로 완성된 생활 명품입니다. 도자기 접시와 찻잔(머그잔, 커피잔), 다완, 퇴수기, 화병, 화로 등 다양하고 품격 높은 생활자기는 불자님들의 생활을 더욱 향기롭게 할 것입니다. ... (02)2004-8215~6

벼락 거사의 고무신코 만행화이야기 6

‘풍산동’ 넣은 건강 기능성 지압깔창 만들어

한국적이면서도 건강에 좋은 만행화를 만들게 된 이야기를 해볼까 합니다. 만행화 신발로 이름을 지어준 남한산 망월사 성법 스님은 사부대중의 건강에 도움이 되는 신발을 만들어 보급할 것을 늘상 저에게 당부했습니다. 저는 그럴 때마다 고민했습니다. 신발관련 사업에 몸담은 지 35년이란 세월이 흘렀지만 ‘내가 과연 이 일을 해낼 수 있을까’라는 생각이 수없이 들었기 때문입니다. 우리나라에는 지금 수천·수만 가지의 신발들이 판매되고 있습니다. 그 중 중국에서 만들어 들어온 것이 80%이상 됩니다. 이러한 상황 속에 한국적인 색을 갖춘 신발을 만들기가 쉽지않은 것 같습니다. 하지만 신발관련 사업에 몸담은 이상 한국적인 신발을 만들고 싶은 욕심이 생겨 수많은 시간과 노력을 투자해 고무신코 모양을 담은 사계절 단화를 개발했습니다. 언젠가 회사원들이 ‘신발 속에 10원짜리 동전을 넣어 놓으면 밤 냄새 덜 나는 것 같고 무좀을 방지해 준다’고 말했다던 일화가 생각이 생각에 떠올랐습니다. 이에 대한 자료를 찾아보니 동(銅)이 냄새를 없애주고 습하게 되는 것을 방지하는 것을 알았습니다. 이를 만행화에 넣을 수 있게 풍산동을 일직 크기로 붙여서 제작을 해본 결과 밤 냄새 제거 및 무좀 방지에 효능이 있다는 것을 증명 할 수가 있었습니다. 그 후 2005년을 시작으로 만행화 신발 속에는 초극 세사 원단과 실리온 고무(지압매트), 풍산동 등 5가지의 원료를 추가로 넣어서 제작해 판매했습니다. 이렇게 해서 만행화는 3년간의 우여곡절 끝에 사부대중



건강지압솔러퍼 로부터 큰 호응을 얻었고 2008년 2월 15일 자료 특허청으로부터 발명특허 10-0806337호를 획득했습니다. 성법 스님은 “불교에서는 절을 많이 하기에 발이 건강해야 몸도 건강할 수 있으니 발을 건강하게 만들어주는 신발을 만들면 좋겠다”며 지속적인 조연과 격려를 아끼지 않으셨습니다. 그에 힘입은 연구와 시행착오 끝에 웰빙 건강 기능성 지압깔창을 만들어 만행화에 한 번 더 큰 힘을 실어줄 수 있었습니다. 불자로서 항상 사부대중의 건강에 도움이 되는 만행화를 만들어 보람과 행복을 느낍니다. 앞으로 더욱 노력해 보다 나은 만행화를 만들 수 있도록 하겠습니다. (02)733-5715

www.HyunbulShop.com