



함영의 밥맛 나는 세상

40 밥은 기행

밥보다 맛난 화장실의 푸진 글귀

20대에 난생 처음 비행기를 타고 유럽배낭여행을 떠난 적이 있다. 마지막 정착지인 파리에 한국인 부부가 운영하는 인정 많은 민박집에 머문 적이 있었는데, 그곳에서 장기 투숙하는 유학생 한 명이 눈을 반짝이며 내게 물었다.

“베르사이유 궁전 가보셨어요? 어땠어요? 상제리에는 어때요?”

파리에 온 지 2년이 다됐다는 유학생이 20일 짜리 여행객에게 하는 질문치고는 이해가 가질 않아 물었다. 그녀는 학교와 집만 오가는 생활을 해 어디에 뭐가 있는지도 잘 모르다며 겸연쩍은 미소를 지었다. 지금 내 신체가 딱 그렇다. 때늦은 학구열로 경주까지 유학 온 지가 반년이 건만, 그 유명한 첨성대며 안압지가 어디에 있는지도 모른다. 사람들이 좋다고 할 때는 기쁨이 넘치며 남산도 ‘언젠가는 가볼 날이 있겠지’라는 생각만 지니고 있던 차에, 멀리 일본에 있는 친구에게서 전갈을 받았다. 영국 유학시절에 만난 지도교수 부부와 경주에 오게 됐으니 안내를 잘 해보라는 얘기였다. 난감한 일이었다.



한정석집 '요석궁'은 조선시대 경주 최부자집의 터로 최부자 형제가 일제시대 독립운동의 주체가 돼 자원을 해왔던 곳이기도 하다.

“최부자집 알지? 경주에서 유명하다는 거기 요석궁이라는 식당이 있구나 봐, 저녁7시에 예약하려고 하니깐 시간 쉼없이 빨리 와라.”

친구가 도착한 날, 마지막 전화가 왔다. 경주를 잘 아는 후배가 동석해 이미 명소 두어 곳을 둘러 근처 공방에서 도자기제작까지 하는 중이었다. 가이드를 동행했으니 걱정도 한시름 놓인 데다 아침에 나온 그 떡을 볼까 싶어 횡재라도 한 기분으로 택시를 잡아탔다.

“거기 3,400년 전만해도 유명한 요릿집이었어요. 한 상에 최가 7만원이었는데, 당시 웬만한 사람들 한 달 월급이었지. 옛날 통행금지 시절에 경주는 유일하게 통행금지가 없어서 인근 사람들이 늦게까지 술 마시러 많이 왔어요. 이젠 그 집이 옛날 그대로라 운치 있는 거지, 그 집에서 밥 한번 먹어봤는데 음식은 별롭니다. 그

옆에 최부자집이 있는데, 우리나라에서 유일하게 10대가 부자를 유지한 집이라 유명해요.”

저 말리로 보이는 천년 고목의 계림과 신라건축의 조형미를 대표하는 월정교 복원사업에 최부자집의 역사까지, 기사아저씨의 신바람 난 입담 덕에 택시가 요석궁 앞에 도착할 즈음에는 이미 경주의 밤은 둘러보고도 남은 느낌이었다.

요석궁 안에 들어서니, 한옥의 운치를 고스란히 담고 있는 옛 건물들과 마당의 정경이 덩기 덩기 울리는 가야금 가락과 달빛아래 멋스럽다. 단아한 한복과 앞치마를 두른 직원들의 부신하되 조신한 모습에 한 상 가득 차려진 성찬 앞에서, 오랜만에 보는 친구는 말할 것도 없고 그의 낮은 일행들의 만남도 반갑기만 하다. 친구의 지도교수인 영국인 후크선생님은 한국의 잡채 맛에 반해 한 접시를 후딱 비우고는 추가주문을 하고, 그의 일본인 부인은 한국의 낫선 잔에 이만저만 궁금증을 쏟아놓는다. 그 와중에 후크선생님은 그와 내가 같은 왼손잡이라는 사실에 동질감을 부여하며 낫선음을 금세 친숙함으로 바꾸더니,

오바마를 비롯해 역대 왼손잡이들의 활약을 손꼽아가며 연신 유쾌한 웃음을 지어낸다. 그의 호방한 마음과 연륜이 고풍스러운 한옥의 정취와도 잘 어울렸다. 푸진 저녁식사를 마치고 화장실에 들러 번기에 앉으니, 화장실 문쪽에 이런 글귀가 붙여져 있었다.

“우리하다고 교만하지 말고, 불리하다고 비굴하지 말라. 얼음처럼 냉정하고 불처럼 뜨거워라...태산 같은 자부심을 갖고 누운 풀처럼 자신을 낮추어라. 사슴처럼 두려워할 줄 알고 호랑이처럼 무섭고 사나워라.”

마지막 글귀엔 이런 추신도 곁들여져 있었다. ‘부탁드립니다. 가방에 담아가지 마시고 마음에 담아 가십시오.’

나는 이런 화답을 남기고 싶다. 요석궁 화장실에는 밥보다도 맛나고 푸진 글귀가 차려져 있다. 자유기고가, blog.naver.com/owisdorn



신과 심신건강 46 뇌신경전달물질과 성격

박지숙 박사 한·양방 의료센터 salm 마인드힐링연구소

성공위해 갖춰야 할 백신, 없애야 할 바이러스

● 긍정백신과 부정적 바이러스

성공을 꿈꾸는 모든 직장인들과 다수의 많은 사람들은 대부분 부와 명예를 얻고 싶어하고 멋진 CEO를 꿈꾼다. 하지만 정작 그들은 자신이 얼마나 부정적인 에너지에 집중하는지를 잘 알지 못한다. 이상적으로는 “~~되고 싶고, ~~도 하고 싶고, ~~도 원해”라고 바라지만 늘 되뇌고 입에 달고 사는 말들은 “도대체 왜 이런 거야, 난 완전히 망했어, 파산이야, 돈 없어 죽겠어, 이번 달에는 또 뭐로 먹고 사나...” 등의 걱정과 한숨 그리고 불만이다. 그러나 걱정, 한숨, 불평불만을 쏟아 놓을수록 우리 삶의 에너지는 점점 더 원치 않는 부정적인 것들을 끌어당기는 결과만 초래할 뿐. 왜냐하면 우리의 생각과 말의 파워는 생각보다 엄청나서 우주는 집중하고 내뿜는 말과 생각대로 이루어지게 하고자 노력하기 때문이다.

한 연구에 따르면 “부정적인 감정은 휴먼보다 인간생존에 나쁜 영향을 미치는 반면, 긍정적인 감정은 교류는 수명을 평균 10년 정도 더 연장시킨다”고 한다. 그러나 부정적인 생각과 느낌은 수명을 짧게 할 뿐 아니라 우리 생활에 전반적인 영향을 미치게 된다. 사람들은 하루 깨어 있는 동안 약 2만 번의 개인적인 경험을 한다고 한다. 순간 때로 마다 일어나고 있는 그 개인적인 경험들을 긍정적 또는 부정적으로 느끼느냐에 따라 우리 일상과 삶

이 지배받게 된다.

“난 정말 힘들고 하나, 그러나 알아서 잘들 해봐”라는 등의 냉소와 무관심, 부정적인 마인드는 자기 스스로를 훼손하는 길이자 상대방에게도 그 에너지를 전달해 조직과 관계를 순식간에 낙담시키고 불행을 자초하게 된다.

그러나 반대로, “조금만 더하면 A를 달성하는 것도 문제 없겠어. 그러나 다들 조금만 더 힘내보자”라는 밝고 긍정적이고 따뜻한 마인드는 자기 스스로를 격려하는 길이자 조직 내 사람들 간의 관계를 전반적으로 환하게 만들어주며 그 에너지는 일의 성과에 있어서도 당연히 효율성 있게 작용하기 마련이다.

● 열정백신과 게으름 바이러스

미국의 성공적인 기업가 중의 한 사람인 잭 웰치는 입사 20년 만에 미국 거대기업인 제너럴일렉트릭(GE)의 CEO가 되고 그 후 다시 20년 동안 회사의 시장 총 가치를 무려 41배나 키워놓은 전설적인 인물이다.

‘살아 있는 경영학 교과서’로 불리는 잭 웰치는 최근 펴낸 책에서 기업에 필요한 인재의 조건으로 ‘4E + 1P’라는 것을 제시하며, 이런 직원을 채용하는 기업이 승리하게 될 것이라고 이야기한다. 최근 미국 대통령 오바마의 당선을 두고도 그는

“오바마의 성공 비결은 바로 ‘4E + 1P’에 기반을 둔 리더십에서 나왔다”고 분석했다.

4E의 E는 첫째 에너지(Energy), 둘째 결단력(Edge), 셋째 실행력(Execution)을 의미하며, P는 바로 이를 가능케 하는 열정(Passion)을 말한다.

특히 이 열정은 4E를 가능하게 하는 원동력이자 전염성도 강해서 A라는 조직에서 열정이라는 불이 붙어 일이 놀랄 정도로 추진되면 B라는 조직, C라는 조직 등으로 함께 매우 빠르게 확산되는 것을 볼 수 있다. 더불어 여기에 유머와 밝은 웃음이 결합된다면 더할나위 없는 금상첨화라고 할 수 있겠다. 유머와 웃음은 효율적인 일의 성과를 불러들이기도 하지만 여유와 건강함의 표현이다. 그리고 내면적인 행복의 표시이기도 하다. 그러므로 이는 여유로운 생활과 건강함 그리고 조직의 화합을 이끌어 내는 촉매 역할을 한다는 것을 알아야 한다. 미국의 사우스웨스트 항공의 전 CEO 허브칼버너는 펀(fun) 경영을 통해 직원 개개인의 마음을 열고 일체감을 가지고 서로 협력하는 분위기를 만들어내어 빛나는 성과를 만들어 냈다. 이러한 펀 경영의 도입이후 항공사는 업무능률이 3배나 높아졌고, 기업경쟁력 또한 월등히 높아졌다는 것을 본다면 유머 또한 얼마나 중요한가를 알 수 있다. (02) 576-7575

벼산 거사의 고무신코 만행화이야기 ⑥

만행화 발전의 큰 힘이 되는 조연들

한국적인 디자인의 만행화를 만들기 위해, 보다 편하고 보다 나은 신발로 만들기 위해 노력에 노력을 거듭했습니다. 그러나 최고의 신발일지라도 인지도를 높이지 않으면 아무런 소용이 없었습니다.

인지도를 높이고 수행하시는 스님들을 위한 신발인 만큼 신발에 대한 스님들의 자문이 절실했습니다. 저에게 항상 용기와 격려를 아끼지 않으셨던 전 포교원장 도영 큰스님의 얼굴이 떠올랐습니다. 스님을 찾아보았습니다. 도영 스님은 “스님을 교육하는 교육원에 가서 자문을 구해보세요. 많은 도움이 될 겁니다”며 불학연구소 국장이셨던 철우 스님을 소개해 주셨습니다. 도영 스님의 말씀대로 공부할 하시는 스님들께서는 신발을 만드는데 큰 도움을 주셨습니다.

가장 선호하는 신발의 유형들과 보편적인 신발의 사이즈 등 최고의 만행화를 만드는데 결정적인 조연들이 쏟아져 나왔습니다. 그 뿐이 아니었습니다. 오히려 스님들은 “많은 이들을 위해 이렇게 좋은 신발을 만들어 편리 신을 수 있게 해주어 고맙다”며 저의 용기를 북돋아 주셨습니다.

“따르릉~!” 철우 스님의 전화였습니다. “며칠 후에 분발사 주지스님 연수교육이 중앙승가대학에서 3박4일간 진행됩니다. 벼산 거사의 훌륭한 신발을 연수원에 오신 많은 스님들께 한번 마음껏 선보여 보세요.”

아마도 그날의 감동과 설레임은 평생 잊지 못할 겁니다. 생각지도 못했던 소식에 제 주변사람들과 우리 보살도 함께 기뻐했습니다. 저와 보살은 뭘 뜻이 기본

마음을 짐과 함께 꾸러 중앙승가대학으로 내려갔습니다.

본·말사 주지스님 연수교육장에 도착해 연수국장 스님께서는 친절하게 몇 가지 주의사항을 알려주셨습니다.

신발을 파는 장사꾼이 아니라 스님을 시봉하는 행자의 모습으로 교육받고 계시는 스님들을 불편하게 헤드리하면 안 되겠다 다짐, 다짐, 또 다짐을 했습니다. 거짓을 말하지 않고, 사소한 말실수라도 있을꺼하여 공손하게 마음을 다졌습니다.

이렇게 해서 그곳에서 선지식 스님을 뵈게 되었습니다. 뵈는 것만으로도 환희심이 넘치는 행복한 순간이었습니다. 그러한 큰 스님들은 연수 후 귀향에도 불구하고 만행화에 개선포를 알려주시며 선풍 구입도 해주셨습니다.

이 글을 읽을 수 십 켤레를 구입하시면서 힘내라며 등을 토닥여주셨던 총주 석종사 혜국 큰스님, 연수교육장에 올 수 있도록 허락해주신 교육원장 청화 큰스님과 불학연구소 국장 철우스님, ‘항상 발전하는 만행화가 되었으면 한다’며 조연을 아끼지 않으셨던 스님들께 정말 너무나도 깊은 감사의 말씀을 올립니다. 언제나 큰 힘이 되어주시고 조연을 아끼지 않으시는 스님들의 고마움을 생각하며 앞으로도 조금이나마 불교에 발전에 힘을 보탬 수 있도록 제가 가고 있는 이 길을 잘 다져나가며 항상 노력하고 정진하겠노라 다짐하여 봅니다. (02)733-5715

현대불교 현불샵

생활도자기 특별기획전

전화주문 ☎ 02)2004-8215~6



3단도라지꽃합접시
대20,000원/중10,000원/소5,000원



등근3꽃접시3종세트
판매가 35,000원



4발접시
판매가 45,000원



검정사각흰꽃접시
판매가 45,000원



청자수반퇴수기
판매가 50,000원



분청퇴수기
판매가 80,000원



이도덤벙퇴수기
판매가 40,000원



분청동그리화병
대 40,000원 / 소 20,000원



분청하얀꽃화병
대 60,000원 / 소 40,000원



벗씨화병
대 100,000원 / 소 80,000원



보라꽃커피잔
판매가 18,000원



카키색흰물고기차잔
판매가 8,000원



카키색도라지꽃차잔
판매가 16,000원



백자도라지꽃차잔
판매가 16,000원



하트모양커피잔
판매가 15,000원



연꽃백자커피잔
판매가 18,000원

현대불교 @장터

www.HyunbulShop.com

이외 다양한 상품은 현불샵(www.hyunbulshop.com)에서 만나보세요.