



함영의 밥맛 나는 세상

45 밥은 모험: 채식당 기행-수안 처사 편<3>

'벨라'와 떠난 오리고기집 나들이

사람의 평균 수명을 70~80세로 치면, 수안 처사의 남은 수명은 벨라(아벨라)의 애칭)의 나이가 대략 70대를 훌쩍 넘었다고 할 수 있다. 보통의 승용차가 17만에서 20만km를 달리면 폐차 신세가 된다는데 현재 벨라는 16만km를 뛰었으니 말이다. 그 정도 연륜이면 웬만한 산전수전은 겪었을 법도한데.

"물론 여러 가지 사건이 있었죠. 그 중 기억나는 건 차를 빌려간 스님의 부주의로 생긴 일인데, 스님께서 사이드브레이크를 내리지 않고 주행하신 거예요. 그렇게 한참을 기다보니 브레이크가 마모돼 밟히질 않은 거예요. 그래서 휴게실에 들러 갑자기 브레이크가 말을 안 듣는다고 전화를 하신 적이 있었어요." 또한 번은 이런 일도 있었단다. 스님들이 차를 빌려 타고 가다 오르막길에서 정차할 일이 생겼는데, 앞에 주차된 차가 슬금슬금 뒤로 밀려오더니 멀정히 서있던 벨라를 뚫박은 것이다.

"스님들도 놀라고 앞차 보살님도 너무 놀라 내려서 미안하다고 백배사죄를 하더라고요. 차의 헤드라이트 위쪽에 쿡 찌혀 들어갔는데, 보통 그런 경우는 몇 십만 원 정도 수리비가 나오거든요. 그런데 차도 낡고 보살님도 너무 미안해하니깐 보살해달라고 말하기도 뭐해 그냥 가시라고 했대요."(웃음)

겸박하고 순한 스님들과의 인연이 깊다 보니, 미숙한 이의 실수로 몸에 상처를 낸들 그저 그러려니 했을 벨라의 삶의 흔적이 유난히도 좋은 것은 아마도 그러할 살아오지 못한 내 삶의 반증일지도 모른다. 사실 상

처란 남에게 받는 것이 아니라 자신의 한계를 극복하지 못한 징표일 뿐임을 익히 알면서도, 수많은 삶의 사건사고에서 남의 탓 없이 덤덤히 넘어가기가 어디 쉬운 일이라. 유



16만km를 달린 벨라(아벨라의 애칭).

난이나 떨지 않으면 다행인 것을. 여하튼 벨라의 품에서는 그의 낡은만큼이나 능익은 사색과 자각이 절로 일어나 마냥 좋으니, 언젠가는 나도 장릉면허에서 탈출해 꼭 한 번 벨라를 몰아볼 날이 있으리라.

그러한 꿈을 잠시 접어두고, 오늘 벨라와 함께 떠난 곳은 경주 인근에 자리 잡은 오리고기전문점이다. 채식주의자인 수안 처사와 그의 친구들이 오리고기집을 제 발로 찾아갈 리는 없고, 그곳에서 예기치 않은 모임이 있기 때문이다. 오리고기라고 하면 소문난 곳을 일부러 찾아다니는 만큼 환상하던 때가 있었으니, 벨라에 동승한 사람들 중에서는 혼자서만 유일하게 신이 났다. 잡식에서 팔자에도 없는 채식 체질로 넘어가려는 과도기에 걸처진 내 몸의 반응을 살펴 볼 겸 모쳐

럽 포식도 할 겸 여간 잘된 일이 아니지만, 채식주의자들 무리 속에서 왕따를 당하지 않으려면 표정관리는 물론 말 한마디에도 센스가 필요한 법. "오리고기 집엘 가면 먹을 게 없어서들 어떡해요. 나는 채식을 하고 싶어도 콩을 못 먹으니 어쩔 수가 없대니깐요"라며 약간은 걱정 어린 표정과 언사를 건네 본다.

눈치 빠른 한 동생은 고맙게도 "맛아요, 언니는 콩을 못 먹어 고기를 한 번씩은 먹어줘야 해요"라며 장단을 맞추고, 수안 처사는 "고기 집에서도 예의어린 걱정에도 착한 반응을 보인다. 그런데, "형님, 저는 집에서 싸온 도시락이 있답니다"라는 수안 처사의 불교대학원 후배인 도연 처사의

말에 왠지 알뜰기도 하면서 채식주의를 지켜가기도 그리 만만한 수행이 아니라는 생각이 든다. 그러한 만감이 드는 사이, 벨라는 어느덧 경원(054-774-8775)이라는 오리고기 전문점에 멈춰 섰다. 선발대로 먼저 와있는 사람들 중에는 학교 내에서 이미 한두 번 눈을 맞춘 이도 있고, 친숙한 얼굴도 생판 처음 본 사람도 섞여있다. 오늘의 자리가 마련된 것은 우리 학교의 명물로 떠오르고 있는 한 교수님과 인사를 나누기 위함이다. 티베트의 불교와 밀교수행을 전공한 교수님인데, 수안 처사와 그의 일당들과 이미 두어 번의 자리를 가진 나는 내 나름대로 그 교수님의 별명을 붙여놓은 것이 있다. 다른 아닌 '부채도사'다. <부채도사편으로 계속>

자유기고가, blog.naver.com/owisdom



이경제 원장의 한방으로 지키는 건강

4 비염, 나올 수 있다

내적 원인 다스리면 외적 현상도 OK

타고난 체질이 그다지 약한 편은 아니었으나 초등학교 6학년 때 맹장수술을 하고나서부터 늘 비실비실 몸이 아팠다. 주위에서는 맹장수술 정도에 뭐 그리 힘들어하냐고 핀잔이었지만, 수술후에 늘 피곤하고 만성감기증상으로 힘들던 나로서는 일일이 설명하기도 귀찮았다.

그렇게 몸이 허약하다가 중학교 2학년 어느 날 갑자기 TV가 들리지 않고 코가 답답하게 막히는 증상까지 생기게 됐다. 탈려 겁이 나서 병원을 찾았고 축농증이라고 불리는 '만성부비염'으로 진단을 받았다. 두통, 코막힘, 만성피로에다가 늘 귀에서 북소리가 나는 증상 등으로 인 해 나는 항상 머리부터 발끝까지 피곤함이 사라지지 않았고, 내 삶의 질은 떨어질 대로 떨어진 상황이었다. 더군다나 한 줄기 희망을 가지고 고등학교 1학년 때 축농증 수술을 했지만 내게는 별 효과가 없었고, 그로 인한 피로와 고통은 계속됐다.

지금 돌이켜보면 축농증을 유발했던 근본 원인이 분명 존재했을 것이고, 단지 그것이 코를 통한 현상으로 나타난 것이었을 텐데 드러난 현상만으로 병을 다스리려고 했으니 시도 자체가 일종의 무지오 무모함이었던 것 같다.

이러한 고생 끝에 근본을 다스려 치료할 수 있는 방법을 찾아야겠다는 생각으로 경희대 한의과 대학에 들어가게 됐다. 입학 후에 '내 병을 고쳐보자'는 생각으로 여러 교수님, 선배님에게 자문을 구하고 다양한 처방을 받았지만 큰 효과를 보지 못했다.

'내 병을 꼭 고쳐보아야겠다'라는 화두가 머릿속에서 떠나지 않던 어느 날, 사상의학의 고수를 우연히 만나게 됐다. 공하면 통하게 된다(窮則通)고 결국 기회가 찾아왔던 것이다. 그분을 스승으로 모시고 공부하면서 내 체질에 맞지 않는 식생활을 개선하고 체질에 맞는 한약을 복용했다. 그로써 지난 10년간 나를 괴롭혀왔던 지긋지긋한 축농증을 완전히 고쳐냈다.

방법은 바로 자신에게 맞는 음식과 생활습관, 한약, 정신수행에 있다. 특히 식생활, 정신세계를 포함해 삶의 패턴이 많이 흐트러진 현대인들에게 이는 더욱 중요하다.

내적인 '원인'을 다스릴 때 외적인 '현상' 역시 저절로 다스려지는 것이다. 내 몸에 드러난 질병을 고민하면서 "나를 알고 난 후에야 근원치료가 될 수 있다"는 단순한 진리를 깨닫게 됐다.

비염은 콧물, 재채기, 코막힘이 주요증상이다. 코가 막히면 뇌에 산소공급이 부족하게 되고 집중력이 저하되고, 두통, 어지러움이 생긴다. 비염이 심하면 양쪽이 모두 막혀서 입으로만 숨을 쉬어야 하기도 한다. 콧물도 자주 나타나게 되는데, 알러지비염의 경우 맑은 콧물이고, 만성 비염은 진한 콧물이다.

비염은 내과적 질환과 면역계 질환이 합쳐진 것이다. 단순히 이비인후과적 질환만은 아니다. 코는 몸속의 독이 밖으로 표현되는 관문이기 때문이다.

비염은 알러지외에도 관계가 있어 면역력이 저하되는 경우가 쉽게 발생한다. 위산 부족과 장운동 저하로 비염이 되기도 한다. 이처럼 다양한 원인으로 비염은 생긴다.

비염이 있으면 소화기능도 떨어져 잘 체하고 신경성 위염, 과민성 대장증상에 시달리기 쉽다. 필자의 임상경험에서 비염은 치료하면 반드시 나올 수 있다. 하지만 치료하지 않으면 평생 낫지 않는다.

#필자 선정 비염치료법

- ① 식전에 식초 큰술가락 1개 + 생수 반컵을 마신다. 식초수는 위산분비를 촉진해 위운동을 활발하게 한다. 가슴에 양기가 쏠려서 비염이 좋아진다.
- ② 우유, 기름기 있는 음식, 맥주를 피한다. 우유에 있는 유당은 장기능을 저하시키고, 맥주와 기름기 있는 음식(튀김, 삼겹살, 빵, 과자)은 간기능을 저하시켜서 비염을 만성화한다.
- ③ 하루 1시간 30분 유산소 운동을 하자.
- ④ 비염에 좋은 어성초나 유근피를 차로 우려서 하루 500ml 정도 수시로 마신다.
- ⑤ 비염에 특히 효과가 좋은 이침, 약침치료와 전문비염약처방을 꾸준히 해보자.

한가위 맛이 현불샵 특별전 17%DC

전통오동나무참숯반단이에 소중한 물건을 보관하세요!!!

주의!! 서랍장 큰 크기를 주시마세요. 사용하기 전 7일 이내 반쯤 가능합니다.

옛고방 전통오동나무 참숯반단이 (압축 참숯부착)

- 대한민국 명장 가품국선생(명장04-14호)께서 디자인 하시고 직접 검수 후 검수필증 부착.
- 습기를 피해 쾌적한 수납공간을 제공하는 고급 반단이(숯관부착).
- 장마철에 주의해야 할 옷이나 수의도 안심보관.
- 제기 및 제수용품 보관함, 보석함, 고가의 도자기 등 귀중품 보관으로도 OK!!!

전통 오동나무 참숯 반단이의 특징

고급 가구재인 오동나무와 참숯판을 접목시켜 습기제거, 탈취, 향균 등의 기능을 더한 고급 반단이입니다. 더운 여름 장마철에 습기때문에 보관하기 어려운 수의, 제기, 옷, 서류 등 귀중품 보관이 용이합니다. 집안 어디에 놓아도 보기좋게 어울리는 인테리어 효과 만점입니다.



참숯판부착 된 내부모습



수의 등 수납함 모습



제기 등 제수용품 수납함 모습

- 가 격 : 대형 ₩ 238,000 ⇒ ₩ 198,000 (17% DC) [가로 73cm × 세로 41cm × 높이 65cm]
- 소형 ₩ 198,000 ⇒ ₩ 158,000 (17% DC) [가로 59cm × 세로 41cm × 높이 65cm]
- 재 질 : 오동나무, 오동나무합판(뒷면), 신주장식 참숯판(굴참나무 100% 국내산)
- 원산지 : 한국 · 제조원 : 옛고방

현대불교 현불샵 | 서울시 종로구 안국동 175-87 안국빌딩 6층 T. 02)2004-8216 / F. 02)737-0696 전화주문도 가능합니다. [농협 053-01-269062 | 국민은행 343601-04-046766 예금주 : (주)현대불교신문사]

www.hyunbulshop.com

희담석 건강용품 - 염주세트

방사능력이 탁월한 희담석의 생명에너지로 건강과 활력을 찾으세요

38,000원 (희담석합장주, 염주, 염주 주머니) ⇒ 32,300원

· 크기 : 직경 10mm
희담석 108염주 출사기념 / 희담석 합장주 증정 / 희담석합장주 (날개) 1만원

* 희담석 활용 100% 활용 방법

희담석(염주, 합장주등)을 하루에 한두 번 정도 물에서 잠시(약 1분정도) 내려놓으세요. 물에서 분리된 희담석은 그때까지 희담석이 머금고 있던 몸의 나쁜 기운을 내뿜은 후 원래의 희담석 상태로 되돌아옵니다.

☆ 희담석(稀潭石, Batu Hitam)이란?

희담석은 용암과 함께 분출된 무기물이 오랜 세월을 거치면서 굳어진 화산석(현무암)의 한 종류입니다. 동남아 오지의 주민들이 예부터 치료용으로 사용해오던 것을 원저외진 과학자등 성분 분석을 통해 인체에 유익한 에너지가 가진 것임을 인식하였습니다. 희담석은 생명의 돌이라 불릴 만큼 분출되는 생명에너지의 양과 질이 뛰어나다.



능인로즈마리·능인라벤더

능인향당의 향은 불자의 불심으로 제조된 순수 원향입니다

능인로즈마리는 향균, 살균작용이 뛰어나고 향기가 풍부해서 살충제를 겸한 방향제로 널리 사용되고 있는 꽃입니다. 특히 목욕할 때나 거실에서 로즈마리 향을 사용하면 신경을 이완시켜 편안한 기분을 느끼게 해줍니다. 능인 로즈마리는 능인향당의 순수 원향 기술을 바탕으로 로즈마리의 특징을 살린 천연향으로, 로마 오일과 방향성의 기능을 지닌 향으로 만들어졌습니다.

능인라벤더는 정신안정과 피부 개선에 효과가 있고, 그 향기가 좋아 유럽의 로마 시대부터 향수와 향료의 원료로 사용되던 꽃입니다. 라벤더의 향기에는 긴장을 완화시키고 숙면을 유도하는 효과가 있습니다. 능인 라벤더향은 능인향당의 순수 원향을 바탕으로 천연 라벤더 꽃에서 추출한 최고급 에센스를 첨가하여 그 향기가 은은하고 자연스러운 것이 특징입니다.

- 각 15,000원
- 규격 : 약 14cm (연소시간 약 35분) / 용량 : 약 170g

