



이현정 한국다문화센터 소장

# 이현정 소장의 이제는 다문화 시대 9 불법체류자 단속 나쁘지만은 않아

다문화구성원을 크게 보면, 노동이주민, 결혼이주민, 다문화자녀를 비롯해, 탈북민, 유학생, 난민, 재외동포, 화교, 불법체류자, 여행자 등 분류도 다양하게 나뉜다.

정부의 예산확정을 보면, 결혼이주여성 과 그 가족(자녀포함 약 30만 4000명)에 대한 사업에 815.78억+@가 배정돼 예산중에서도 가장 크다. 그 외에 유학생(약 9만)에 대해서는 347억이며, 나머지 전체 이주민 150만 중에서 110만에 대한 사업예산은 70억도 안 되는 상황이다.

또한 난민대상 사업에는 2.4억, 범죄피해 이주여성 및 외국여성 대상 사업에는 30.78억, 외국인 주거지 개선 사업에는 7억 등이 배정되고 있다. 더 심하게는, 우리나라 다문화이주구 중 3분의 2(전체 다문화이주구 중 43.7%)나 차지하고 있는 최대다수인 외국인 근로자 및 내국인 고용주 관련 사업에서는 비예산, 즉 예산이 전혀 책정되어 있지 않다.

아마도 결혼이라는 장치가 더 확실한 우리사람이 된다는 의식으로 작용한 것 같다. 그러나 결혼이주민의 대다수가 국적취득과 거리가 멀어 이 문제도 심각하게 연구할 대상일 정도이다.

이 같은 편중 현상은 사업별 담당부서가 분리되어 있기 때문에 판단된다. 즉, 이주민과 그 가족의 국내 체류와 정착지원을 담당하는 부서가 여성가족부인데, 여성가족부는 주요 관심 대상이 결혼이주여성과 그 자녀들이다. 그러다보니 자연스럽게 예산 배정도 결혼이주여성과 다문화 가족 자녀에게 집중되고 있다. 하지만 다른 부서, 예를 들면 법무부나 기타 부서는 다문화 사업을 펼치긴 하지만, 뚜렷한 관심대상이 없다. 200개나 되는 여성가족부 산하의 지역다문화가족지원센터와 법무부 산하의 사회통합이수기관, 고용노동부의 외국인근로자지원센터 등이 각 지역에 경쟁적으로 설치되고 있다.

하지만 과연 시군구 단위마다 다문화가족지원센터가 필요한 것인지, 외국인근로자지원센터에서는 무엇을 하는 것인지에 대한 검토조차 되고 있지 않다. 그러다보니 예산편성에서도 고려되지 않는 것이다. 이처럼 예산 편중현상이 일어나다 보니 정부의 이런 다문화 행정의 불균형과 문제점이 심각하게 노출된 상태이다.

불법체류자는 계속해서 양산되고 이들을 출국시킬 귀환직업프로그램 등의 지혜



정부의 예산확정을 보면, 결혼이주여성 과 그 가족에 대한 사업에 815.78억+@가 배정돼 예산중에서도 가장 큰 편으로 정부의 이런 다문화 행정의 불균형 문제점이 심각하다. 사진은 행복한이주인센터에서 한글을 배우는 이주인 여성들의 모습. <현대불교 자료사진>

를 모아야 할 때에 국가에서는 불법체류자들을 단속하고 체류자들은 도망을 간다. 이러한 모습에 눈살을 찡그리는 반다문화주의자들은 향후 사회문제로 부각될 소지를 안고 있는 셈이다. 또한 불법체류자를 보호하고 도망치도록 도와주는 것을 착한 사람으로 묘사하고, 범람을 지키기 위한 제도권 내의 사람들의 노력은 약한자로 치부해버리는 태세는 너무나 유치하다.

다문화는 말 그대로 다양함의 총 산물이니만큼, 연구하고 기획하고 바라보는 시각 또한 입체적이어야 한다. 하나의 기준을 만들어서 그 잣대만 들이대서는 균형 잡힌 정책이 되기 힘들다.

여러 선진 다문화국가들의 장점을 파악하고 응용하되 우리의 제도 및 정서에 부합되는 방법에 대해 끊임없이 연구하고 활동해 지혜로운 해법을 찾아야 한다.

## 일 목 스님의 위빠사나 수행이야기 8 - 붓다의 호흡법

### 들숨날숨에 대한 알아차림2

앞서 설명했듯이 숨을 알아차리는 것이 익숙해지면 길고 짧음에 개의치 말고 단지 들숨과 날숨을 있는 그대로 알아차리면 된다.

이때 주의할 점이 몇 가지 있다. 첫째, 숨을 조작하지 말고 자연스러운 숨을 있는 그대로 알아차려야 한다. 숨이 길면 긴 대로 짧으면 짧은 대로 마치 관찰자처럼 객관적으로 알아차리지만 하면 된다. 만약 숨을 의도적으로 조작하면 마음이 분산되어 집중력이 떨어질 것이다.

둘째, 코 안으로 들어간 숨이나 윗입술 바깥으로 나간 숨에는 관심을 가지지 말고 인중 주위에 있는 숨만 알아차리면 된다. 만약 숨을 따라다니면 마음이 산만해져 삼매를 완전하게 개발할 수 없을 것이다. 수행의 지침서인 청정도론에는 다음과 같은 문지기의 비유가 나온다. 문지기는 이미 문 안으로 들어간 사람이 나 바깥으로 나간 사람에게 관심을 두지 않는다. 오직 문에 다다른 사람들만을 주의 깊게 볼 뿐이다. 마찬가지로 수

다보면 알아차림이 매우 강해져서 아무리 미세한 숨일지라도 모두 알아차릴 수 있을 것이다. 뿐만 아니라 이 단계에 이르면 들숨날숨이 빛의 형태로 바뀌게 되면서 빛과 숨이 일치하는 현상이 일어나게 될 것이다.

이와 같이 숨이 빛의 형태로 바뀐 것을 들숨날숨의 표상(nimitta, 니미따)이라고 한다. 처음에 표상이 생겼을 때는 바로 표상으로 대상을 전환하지 말고 숨에 대한 알아차림을 지속하는 것이 좋다. 그렇지 않으면 수행이 나아가지 않고 정체될 수도 있다.

숨에 대한 알아차림을 지속하다보면 숨이 점점 미세해지면서 숨에 대한 알아차림은 사라지고 자연스럽게 표상에 대한 알아차림으로 전환이 되게 된다. 이때의 표상은 매우 밝고 안정적이며 매혹적이며 삼매의 진정한 대상이 된다.

맑은 표상이 생기게 되면 삼매에 아주 근접해 있다는 것을 의미하며 맑은 표상에 대한 알아차림을 지속하다보면 맑은 자연스럽게 맑은 표상이 물음이 되는데 이를 삼매(samadhi)라고 한다. 삼매는 형상, 소리, 몸의 감각 등의 외부의 대상에 대한 인식이 전혀 일어나지 않고 오직 맑은 표상에만 오랜 시간 고요히 머물러있는 상태를 말한다.

### 숨에 대한 알아차림 지속하면 최상의 행복인 삼매에 들게 돼

행자는 아직 인중까지 오지 않은 숨이나 이미 인중을 지나간 숨에는 관심을 두지 않는다. 오직 인중 주위의 숨만을 알아차림 뿐이다.

만약 숨 자체에 30분 정도 고요히 있을 수 있게 되면 호흡의 전 과정을 알아차리는 단계로 나아간다. 즉 한 지점에서 들숨의 처음부터 중간과 끝까지 빈틈없이 알아차린다. 이때도 숨이 길거나 짧거나 상관없이 그저 호흡의 전 과정을 알아차리면 된다. 이 방법을 사용하면 마음이 방황하거나 달아날 틈이 없어 마음의 고요함은 점점 더 깊어질 것이다.

이 단계에 이르면 마치 호흡이 없어진 것처럼 숨을 알아차리기 어려울 때가 있다. 하지만 이것은 숨이 멈춘 것은 아니라 숨이 매우 미세해진 것이다. 숨은 매우 미세해졌지만 수행자의 알아차림(sati)은 아직 강하지 못해 숨을 인식하지 못하는 것이다. 이럴 때 숨을 찾기 위해 숨에 변화를 주어서는 안 된다. 단지 침착하게 이전까지 숨을 관찰하던 그곳에서 인내심과 알아차림을 가지고 기다리면 자연히 숨이 다시 나타날 것이다.

이 같은 방법으로 지속적인 노력을 하

고요히 머물러있는 상태를 말한다.

삼매는 고요함의 정도와 깊이에 따라 색계 4가지 삼매와 무색계 4가지 삼매로 분류되는데 들숨날숨에 대한 알아차림 수행을 통해서 색계4선정에 까지 이를 수 있다.

그러면 이런 삼매를 닦는 이익이 무엇인가? 삼매를 성취함으로써 오는 가장 큰 이익은 감각적 욕망과 성냄 등을 일시적으로 완전히 극복하여 법을 있는 그대로 볼 수 있는 최적의 상태가 되는 것이다. 삼매에서 출정하면 마음이 매우 밝고 깨끗하고 부드럽고 적합해지는데 이런 마음을 법을 관찰하는 것으로 돌리게 되면 법의 본성을 있는 그대로 알고 볼 수 있는 깊은 지혜를 개발할 수 있다. 그래서 삼매는 지혜를 개발하는데 결정적인 역할을 한다. 삼매의 다른 이익 하나는 감각적 쾌락과는 전혀 다른 차원의 행복을 경험하게 된다.

삼매를 통해서 지금 여기서 최상의 행복을 경험할 수 있다.



동국대 불양행방병원



일목 스님(제파와나 방배선원장)

## 정지천 교수의 건강칼럼 14

### 미녀는 복숭아를 좋아해

복숭아는 '신선(神仙)의 과일', '불로장생의 과일'로 알려져 있다. 서왕모는 신화에 나오는 여신으로 곤륜산(崑崙山; 아름다운 옥이 많이 나는 산)에 사는데, 형상은 사람 같지만 표범의 꼬리에 호랑이 이빨을 하고 더부룩한 머리에 꾸미개를 꽂고 있다. 서왕모가 가진 불사약이 '천도복숭아'였다. 서왕모는 잘 익은 복숭아 30개를 한무제(漢武帝)에게 선사했는데, 그 중 3개를 재상인 동방삭(東方朔)이 빼돌렸다. 이 복숭아 한 개를 먹으면 천 년을 살 수 있다고 했으니 동방삭은 3개를 먹고 3천년을 살았다. 서왕모는 자신이 가꾸는 '반도원(蟠桃園; 복숭아밭)'에서 백년에 한 번씩 반도회(蟠桃會; 복숭아 잔치)를 열었는데, 경비 책임을 맡고 있던 '손오공'은 복숭아를 몽땅 먹고 영원히 죽지 않게 됐다.

복숭아가 있는 곳은 이상향(理想鄉)이다. 도연명(陶淵明)의 '도화원기(桃花源記)'에 '무릉도원(武陵桃源)'에는 복숭아 밭이 아

름다운 풍경으로 묘사하고 있다.

복숭아는 몸을 보양하는 효능이 뛰어나기(氣)와 혈(血)을 더해 주며 간장과 심장의 기를 보양하는 효과가 크고, 또한 폐의 기를 보강해 주므로 폐질환 환자에게 좋으며 오래된 기침과 천식의 치료에 도움이 된다. 게다가 '복사꽃 미녀'라는 말이 있듯이 복숭아를 많이 먹으면 예뻐지게 된다고 한다. 왜 그럴까?

미인의 조건이 많지만 일단 피부가 곱고 얼굴의 혈색이 좋으며 여드름이나 기미가 없어야 한다. 그러려면 혈액순환이 잘되고 번비가 있어야 하며 월경이 잘 통해야만 한다. 복숭아는 혈액을 잘 순환시키며 월경을 잘 통하게 하고 대변을 잘 나오게 하므로 여성에게 좋은 과일이다. 한의서에도 복숭아를 얇게 썰어 말린 것을 먹으면 안색이 좋아진다고 했다.

복숭아에는 유익한 성분도 많다. 포도당, 과당, 유기산이 많아 식욕을 돋우고 피로회



복에 좋다. 또한 비타민 A와 C가 풍부하고, 해독작용도 뛰어나다. 니코틴 제거 작용이 강하므로 담배를 피우는 사람에게 좋고, 아스파라긴이 많아 숙취 해소에도 도움이 된다. 폴리페놀 성분이 들어 있어 항암 효과가 있고, 펙틴 함량이 높아 변비에 좋으며 대장암 예방 효과도 있다.

복숭아 과육도 약이지만 씨를 한약재로 쓰고 있다. '도인(桃仁)'이라고 하는데, 어혈을 풀어주는 효과가 뛰어나 부탄하거나 얻어맞아 멍이 든 것을 풀어준다. 여성의

생리불통을 치료하고, 대변을 잘 나오게 하는 효과도 크다.

복숭아는 속이 냉한 분들에게 적합하다. 여름 과일은 대부분 서늘한 성질이어서 비위장이 냉한 분들이 많이 먹으면 배가 아프고 설사하기 쉬운데, 복숭아는 따뜻한 성질이기 때문에 많이 먹어도 괜찮다. 그리고 노인들이 허약하고 진기가 부족하여 장이 건조한 경우에 기운이 나게 하고 장을 윤택하게 하여 변비에도 좋다. 그렇지만 복숭아를 많이 먹으면 열을 일으켜 부스럼이나 종기, 화농성 염증을 생기게 하므로 열이 많은 사람은 적게 먹어야 한다. 흔히 복숭아와 장어, 자라고기, 바닷게는 상극이라고 하는데, 실제로 함께 먹으면 복통을 일으키는 경우가 있으므로 주의해야 한다.

**건강백세** 아직도 차고 시린 배를 참고 계십니까?  
**“암은 열에 약하고” 배를 차게하면 질병의 원인이 됩니다.**  
**열침의효능 헬스벨트**  
**금강약돌 온열복대**  
 식약청 의료기기 05-0626호 인증  
 식약청의료용구 개인용온열복대 : A83060호  
 식약청 의료용 전자 발열기 : A85020호  
 전기용품 안전인증 : HH07236-5004A호  
 전자파 장애시험필, 전자파 환경인증  
 LiG화재 배상보험 가입  
 특허청 실용신안 출원

허리에 차기만 해도  
**오장육부를 건강하게**  
**허리를 편안하게하며**  
**각종 질병을 예방하세요**

**원적외선 “열침”의 효능 신비로운 금강약돌 온열복대** **썩뚱의 불편함을 해소 가격은 최저 기능은 최고**  
 북한에서 소량만 생산되는 북한3대 특산품인 금강약돌을 주성분으로 만든 기능성 건강치료가 금강약돌 온열복대입니다.  
 본 제품은 34개의 금강약돌 육각돌이 80°C 이상의 고열이 발생되어 착용시 뱃속(오장육부) 깊숙한 부분부터 강력한 복사에너지가 전달되어 원적외선 “열침”을 맞는 효과로 신체 어느 부위든 아픈 곳마다 착용하고 편안하게 앉거나 누워서 휴식을 취하면 장속의 노폐물 배출, 소화불량, 만성위염, 장염, 생리통, 변비, 허리통증완화, 고관절, 어깨결림, 고혈압, 전립선 등을 자연적으로 치료하며 체질개선 및 원활한 신진대사가 이루어집니다.

\*이웃배가 냉하거나 손발이차서늘 \*오심증, 고관절, 당뇨, 전립선  
 \*생리통, 변비, 냉증, 산후조리 (특히 여성에게 필수적입니다.)  
 \*허복부 지방분해 효과로 다이어트에 최고이며 다음과 같이 건강이 약하신분께  
 많은 3~4일 먼저 선체험 후 구매여부를 결정하십시오.  
 사은 스님, 불자들에게서 체험 후 좋은 치료 효과를 보고 있습니다.

◆문의전화 : 금강의료기 (02)723-0099  
 ◆입금계좌: 농협 170-12-056037 정애영 ◆일요일 공휴일도 상담 합니다.  
 대리점 및 딜러점 (조항자극건강메, 오심진조기, 오주배개등 자재포대양)

**2000만 佛子님의 필수품 디지털 불경 뉴롬비니**  
**불자님들의 心琴을 울린 효동선각스님의 독경이 가까이 있습니다**  
**2011년형 뉴롬비니 탄생기념 특별 할인 판매 대 행사**  
**최고의 명품! 선물로도 최고!**  
**부처님은 내 마음속에 있습니다. 불경역시 내 마음속에 있어야 합니다. 새롭게 탄생한 디지털 불경 재생기 ‘뉴롬비니’**

국내 처음으로 휴대용 디지털 불경 롬비니를 제작하여 시판에 들어가 선공적 인기리에 판매되고 있으며 이에 보답하기 위하여 기능이 더욱 향상된 2011년 최신모델을 특별할인 판매를 실시합니다.  
 뉴롬비니는 담배팩 크기만 하고 가벼워 휴대하기가 편하며 불자라면 누구나 언제 어디서든 테이프나 CD가 없어도 듣고 싶은 불경을 마음대로 들 수 있고 누구나 쉽게 사용할 수 있는 것이 장점입니다.  
 뉴롬비니에 관음도가 있어 항상 휴대하고 다니면 불자님의 수호신 역할도 하며 소원성취 할 것입니다.  
 효동선각 스님의 독경을 듣다보면 모든 근심 걱정 번뇌가 소멸되며 일평무아 됩니다. 독경은 타고난 바리튼 음성으로 각종 불교 행사에서 인정받고 있는 효동선각 스님께서 처음부터 끝까지 독경을 진행 하셨습니다. 스님은 무형문화재 50호 故송암스님의 수제자로 양산 통도사로 출가하여 백양사, 법주사, 용주사에서 수행하셨고 서울 효동 범용대학 4년 수료와 중앙승가 대학을 졸업하시고 현재 동국대 대학원 석학과 석사과정을 이수 하셨습니다.

(규격 8.5x5.2x2.0cm) 가격 34,000원(건설지포함)  
 \*롬비니에 관음도가 있으므로 늘 휴대 하시면 수호신 역할도 하며 소원성취 할 것입니다.

**2011년형 뉴롬비니 탄생기념행사로 200set 한정 특별할인판매**  
**팩키지 1 뉴롬비니, 아답터(가정에서 전기사용) 특별가 37,000원**  
**팩키지 2 뉴롬비니, 아답터, CD 2개 특별가 45,000원**  
**팩키지 3 뉴롬비니, 아답터, 테이프 3개, CD2개 특별가 54,000원**

일요일 공휴일도 상담합니다.  
**문의전화 (02-723-9184)**  
 입금계좌 농협(170-12-056037 정애영)

1,000set 이상 주문시 스님의 독경 및 법문을 입력시켜 드립니다. (독경, 법문 녹음CD가 필요 합니다.)