



이현정 한국문화센터 소장

이현정 소장의 이제는 다문화 시대 한국, 인신매매 실태 10년 연속 1등급

다문화는 총체적인 문화의 전환을 가리킨다. 말 그대로 문화전반적인 요소에 변화가 일어나는 움직임이다. 우리나라뿐만 아니라 전 세계에서 노동을 위한 이주가 가장 활발하고 가속화되어 이에 따른 여성의 이주노동도 함께 증가하는 추세다. 특히 눈에 띄는 것은 여성의 이주형태다. 여성들은 결혼이주와 노동이주, 또는 이 둘의 복합적인 모습을 띠고 이주해오고 있다.

유엔은 1990년대 후반부터 5년간 여성 인신매매가 국제무역의 형태로 급증해 연간 80억 달러규모를 넘어섰고 있다고 발표한 바 있다.

이와 함께 미국 국무부가 올해 6월27일 공개한 '연례 인신매매실태 보고서'에는 낯 뜨거운 한국의 인신매매 실태가 공개된 일이 있었다. 미 국무부는 인신매매 실태와 관련해 세계 각국 정부의 피해자 보호, 가해자 처벌과 예방활동 실적 등을 토대로 조사대상 국가에 1등급, 2등급, 2등급 요주

의, 3등급으로 각각 분류하고 있다.

한국은 이번 보고서에서 1등급으로 분류돼 2002년 이후 10년 연속 1등급을 받았다. 유엔은 보고서에서 "세계는 급속도로 변화하고 있는데, 한국만은 전혀 변화가 없으며 나아지지도 않고 제자리걸음의 고집 속에서 세계화, 다문화시대를 맞고 있다"고 표현해 노골적인 우려를 드러냈다. 또한 유엔은 보고서에서 한국의 인신매매 실태는 지난해와 같이 바다 수준이었지만 한국은 강제 매춘과 강요된 노동에 처해지는 남성과 여성의 공급국이자, 경유국이며 최종 종착국이라고 규정했다.

러시아 우즈베키스탄 카자흐스탄 모로코 필리핀 몽골 중국 필리핀 태국 캄보디아 등지의 남성과 여성들이 취업이나 결혼을 위해 모집되지만, 한국 내에서 강제적인 매춘 혹은 강제 노역에 처해지기 십상이라는 점도 지적했다.

또한 유엔은 결혼으로 입국한 이주여성

들 중 피해자들은 상당수가 여권을 빼앗긴 채 이동이 제한된 가운데 임금도 받지 못하고 있다고 소개했다. 뿐만 아니라 한국어 성조차도 미국 캐나다 일본 호주 등지에서 강제 매춘에 시달리기도 하며, 한국의 10대들이 점점 매춘에 착취당하고 있고, 한국에서의 아동 성 착취의 95% 이상은 인터넷을 통해 중개된다고 보고서는 덧붙였다. 듣기만 해도 너무 충격적이고 미개한 국가라는 생각이 스칠 정도로 혐악한 내용이었다.

2000년에 들어서면서 동아시아 지역의 여성이주는 5백만을 넘어섰다. 위의 보고서처럼 한국으로 들어오는 이주형태는 성매매산업과 국제결혼을 통해 들어오는데 여성의 섹슈얼리티를 매개로 한 이주가 주류를 이루고 있는 것이 특징이다. 순수한 결혼이주로서도 한국남성의 거부적태도는 여성이 겪어야 할 또 다른 불평등을 야기하고 있다.

이주여성이든 한국여성이든, 여성의 사

회적 불평등은 오래된 병폐가 아닐 수 없다. 한국의 남아선호에 따른 저출산의 결과와 가부장제도에 의한 여러 가지 부작용이 우리의 발달저해를 가져왔다. 이를 개선하거나 전환시키기도 전에 우리는 다문화시대를 받아들이게 됐으며 이에 대한 성숙한 대비 없이 전 세계에 인신매매국가라는 오명을 덧씌우게 된 셈이다.

이런 가부장적 태도에다가 동아시아여성이라는 사회적 편견과 학대, 모욕, 차별 등이 덧붙여져 더 심한 불평등을 겪고 있는 것도 현실이다. 결혼이주여성의 36% 이상이 남편의 폭력경험을 드러내고 있다는 것도 현재 우리의 안타까운 모습이다. 성평등, 세계화, 다문화 문제는 서로가 맞물려 있다. 전체적인 국민 의식이 깨어나지 못하면 심적으로나 표현적으로 늘어나는 이주민을 감당하지 못하고 결국 단일민족을 내세우며 부질없이 '백투더퓨처(Back to the future)'만 외칠 것이다.

현! 일 목 스님의 위빠사나 수행이야기 (중)

적절하게 수행하기

불교수행은 한마디로 말하면 고통을 주는 마음인 어리석음, 탐욕과 성냄 등의 번뇌를 내려놓고 행복을 주는 마음인 알아차림과 지혜, 자비심을 개발하는 수행이라고 할 수 있다. 이는 고통을 주는 마음과 행복을 주는 마음의 차이를 지혜로써 바로 알고 고통을 주는 마음을 내려놓는다는 의미에서 '바로 알고 내려놓기'라고 한다. 하지만 이 말의 뜻을 잘 이해한다면 단순하게 줄여서 내려놓음, 놓아버림, 포기, 버림이라고 말할 수 있다.

앞서 설명한 '생활 속의 알아차림'은 걸어가기나 일을 할 때처럼 몸을 움직이는 때가 적당하고 '들숨날숨에 대한 알아차림'은 좌선할 때나 가만히 서있을 때와 같이 몸을 움직이지 않을 때 적당한 수행법이다. 이를 좀 더 자세히 설명해본다.

먼저 몸을 움직일 때는 대상이 다양하게 나타나기 때문에 현재 일어나는 대상을 취사선택하지 말고 있는 그대로 알아차림을 하는 '생활 속의 알아차림'이 적절한 수행법이다.

불교수행은 한마디로 말하면 고통을 주는 마음인 어리석음, 탐욕과 성냄 등의 번뇌를 내려놓고 행복을 주는 마음인 알아차림과 지혜, 자비심을 개발하는 수행이라고 할 수 있다. 이는 고통을 주는 마음과 행복을 주는 마음의 차이를 지혜로써 바로 알고 고통을 주는 마음을 내려놓는다는 의미에서 '바로 알고 내려놓기'라고 한다. 하지만 이 말의 뜻을 잘 이해한다면 단순하게 줄여서 내려놓음, 놓아버림, 포기, 버림이라고 말할 수 있다.

앞서 설명한 '생활 속의 알아차림'은 걸어가기나 일을 할 때처럼 몸을 움직이는 때가 적당하고 '들숨날숨에 대한 알아차림'은 좌선할 때나 가만히 서있을 때와 같이 몸을 움직이지 않을 때 적당한 수행법이다. 이를 좀 더 자세히 설명해본다.

먼저 몸을 움직일 때는 대상이 다양하게 나타나기 때문에 현재 일어나는 대상을 취사선택하지 말고 있는 그대로 알아차림을 하는 '생활 속의 알아차림'이 적절한 수행법이다.

정지천 교수의 건강칼럼

마돈나는 구기자를 즐긴다

중국 여황제였던 측천무후(624~705)가 드라마에 등장하자 사학자와 역사소설가들이 사실을 왜곡했다며 비판이 거세다. 당시 측천무후는 60세가 넘는 나이였는데 너무 젊은 탤런트가 나왔다는 것이다. 그런데 사실은 측천이 더욱 젊게 보였다는 것이다. 이 나이, 당시로서는 엄청난 나이 82세까지 살았을 뿐만 아니라 40대 정도의 수려한 용모를 유지했기 때문이다.

무척천이 젊게 보인 이유에는 어의(御醫)들이 만들어 올린 미용비방을 항상 얼굴에 발랐기 때문으로 전해진다. 무척천이 상용했던 미용비방은 두 가지였다. 하나는 '익모초택면방(益母草澤面方)'으로서 '신선옥녀분(神仙玉女粉)'이라고도 불렀다. 익모초(益母草)는 부인병에 사용되는 한약 재료로서 외용으로 쓰이기도 한다.

익모초택면방을 만드는 방법은 매우 복잡하다. 매년 음력 5월 5일에 익모초를 뿌리채 채집해 햇볕에 말리고 잘게 썬 다음 가루로 만들고 여기에 적당량의 밀가루와 물을 가하여 계란 정도 크기의 둥근 환약을 만들고 햇볕에 말린 이후에 황토 진흙으로 만든 화로에 넣는다. 화로는 사랑에 한 개씩 구멍이 뚫려 있고 상층과 하층에

탄을 넣고 양 층 사이에 환약을 놓아두고 불을 넣는다. 썬 불로 얼마간 끓이다가 약한 불로 낮춰서 24시간 천천히 끓이는데 중간에 불을 꺼서서 안 되고, 최후에 정제된 상등품의 환약은 마땅히 색이 새하얗고 부드러운데 매끄러우면서 매끄러운 것이어야 한다. 환약을 꺼낸 다음에 서늘한데 투과시킨 후 자기 그릇에 넣고 구슬 망치를 써서 세밀한 가루로 만든다. 이어서 옥 가루나 녹각 가루를 약 속에 섞은 다음 자기 그릇에 넣고 밀폐시켜 두고 필요할 때 꺼내서 사용하면 된다. 이 약을 얼굴에 바르자마자 손이 매끄럽게 변해지기 시작하는 느낌이 들면서 뺨에는 광택이 생기고 이후에 점차 얼굴에 혈색이 돌아와서 뺨이 불그스레해지고 윤기가 있으나, 40~50세의 부인이 사용하면 15~16세의 여인과 같은 젊은 모습으로 나이가 젊어져 보이게 된다고 한다.

다른 한 개의 미용방은 '면지(面脂)'를 바르는 것으로 요즘 쓰이는 얼굴 크림이나 팩에 해당된다. 약재들에 돼지기름을 넣어 정제된 뒤 가늘게 분쇄해 술에 담가 하루 밤을 지내고 다시 끓여서 만든데 천천히 응고되게 하면 만들어진단다. 위유, 과두인, 돼지기름은 음기를 넣어주고 피부를 윤택



하게 하는 효능이 있고, 세신, 백부자, 신이는 풍기를 없애고 눈, 코, 귀, 입 등 우리 몸의 통로를 잘 통하게 하는 효능이 있으며, 황기는 기를 도와주고 천궁, 목랍피는 혈을 소통시키며 습기를 보존하는 약효를 가지고 있다.

미용비방을 얼굴에 바르는 것만으로 동안이 유지될 수 있을까? 피부의 상태는 몸속의 상태와 직결되는 것이니 직접적으로 연계되는 폐와 신장을 비롯하여 오장육부의 상태에 영향을 받는다. 피부 자체적인 문제는 미미한 수준이다. 측천무후는 평소 보양(保養)을 매우 중요시하여 어의들로 하여금 최상의 보약을 만들어 오게 하여 지속적으로 복용했다. 그래서 음양이 화합되고 혈기가 총족됨으로써 고운 피부가 되

고 외용약의 효과도 볼 수 있었기에 동안이 유지됐던 것이다.

고대로부터 나이가 든 사람이 아이처럼 건강하고 젊은 모습으로 돌아간다는 '반로환동(返老還童)'을 위해 먹었던 한약이 많다. 구기자(枸杞子)도 그 중의 하나인데 수년 전 영국의 BBC 보도에 의하면 마돈나, 엘리자베스 2세, 힐리, 미샤 바튼, 케이트 모스 같은 연예계 스타들이 즐겨 먹는다고 한다. 그녀들이 나이를 먹지 않는듯하게 군살이 전혀 없는 날씬한 몸매를 유지하면서 왕성한 활동을 벌이는 비법이 바로 구기자를 먹는 것이라고 한다. 실제로 구기자는 체지방의 증가를 억제하고 지방세포의 증식과 분화를 억제하며 수명을 연장시키는 효과가 있다. 또한 성인병과 노화를 억제하며 피부 노화를 예방하는 효과도 입증되었다.

구기자에는 베타틴 C가 오렌지보다 훨씬 많고 암 예방에 뛰어난 베타카로틴이 당근보다 많으며 필수 아미노산과 각종 미네랄도 들어 있다.



동국대 분당한방병원



일목 스님(제따와나 방배선원장)

Health Food Prescription Counselor
보건식품처방사

보건식품처방사란? 국가에서 인정한 식품 원재료를 활용하여 보건식품을 개발하고 개인의 체질에 따라 식품을 맞춤 처방하는 전문가로서 보건식품처방원을 개원할 수 있는

보건복지가족부공익법인 대한보건의료진흥회 (자적검정)

자격과정	교육기간
인체생리학(인체해부학), 자연치유의학, 식품영양보충학, 식의학(동양의학, 양생학, 변증), 중탕이론 및 실습(법제론), 보건식품처방론(변증학, 방제학), 약용식품학, 총 7개 과목 ※ 특강 : 자연건강법(자세교정, 기공, 양자과동), 식품위생법규, 약초기행실습, 보건식품 효소발효액	14주 과정 토요일 반

접수처: 서울시 서대문구 총정로 2가 130-1 신한은행빌딩 5층

문의: 02)3147-2020 www.kile.or.kr

지부교육원

창원 055-543-6155 호남 063-288-5623 전북익산 063-854-1060 부산 051-441-0111
울산 052-260-1037 충청북부 043-263-9966 대구 053-566-1116 해운대 051-757-9990
강원서부 033-252-3682 경남 055-932-5877

교육과학기술부허가공익법인/한국평생교육기구
한국보건교육원
KOREA EDUCATION CENTER FOR HEALTH

“새는지붕” 때문에 고민하십니까?

최신한옥기와강판, 일반기와강판, 스테트형강판, 슬라브 사찰(대웅전, 요사채, 산신각, 전문시공), 창고, 공장, 일반가정집

지붕개량을 해야하는데 돈이 걱정되십니까? 서울·경기 : 02)456-8831
강원도 : 019-396-1110
충청도 : 010-8674-2357
경상도 : 010-9190-3350
전라도 : 010-2311-0157

가장 싸게 시공해 드립니다
자! 이제 칼라강판으로 해결하세요!!

가장 저렴한 가격에 제일 튼튼하고 예쁘게 단 하루만에 공사완료!
(전국 어디서나 출장시공해 드립니다)

현대칼라지붕공사