



지홍 스님의 한평생 산다는 것은

# 고통 함께 나눌 마음받을 가꾸자

“이제 7살인 아이는 한 두 달이 멀다 하고 입원하고 있습니다. 뇌병변 장애 1급에 그동안 받은 심장 수술도 여러 번입니다. 심해지는 경기와 면역력 저하도 문제이지만, 지금은 한 번 하면 3-4일 동안 딸국질을 멈출 수가 없어 입원 중입니다. 증상이 심할 때는 산소호흡기까지 꺼가면서 경기를 하고 아이가 힘들어하고 있습니다. 자비하신 부처님, 스님. 우리 아이가 일반인들처럼 단 하루만이라도 건강해졌으면 좋겠습니다. 제 기도가 육신이러면 다만 딸국질이라도 스스로 1분 안에 멈추어 입으로 음식을 먹을 수 있게 도와주세요, 부처님”

나는 병원 병당에 매일 출근하기는 하지만, 작은 토크에서의 아침 일과 정진을 마친다. 병원에 도착하는 시간은 오전 10시이다. 퇴근 이후 아침까지 상담을 해 줄 스님이 없어 병원 병당을 방문하는 환자·보호자를 위해 작은 공책을 하나 마련했다.

아침에 병원 병당에 도착하자마자 부처님께 삼배를 올린 뒤 책상에 앉아 “스님께 부탁드릴 내용을 기록해 주세요”라고 쓰인

작은 공책의 뻘뻘한 사연들을 한 번 훑어 본다.

오늘도 병원 병당의 책상에 앉자마자 지난 밤의 사연들을 접하기 위해 공책을 펼쳐 보았다. 마지막 장애 적혀 있던 사연은 7살 아이의 어머니가 단 하루라도 아이가 정상적인 호흡을, 일반적인 식사를 할 수 있기를 바라며 쓴 글이었다. 지금 숨 쉬고 있다는 사실의 고마움, 내가 내 손으로 밥을 먹고 소화시킬 수 있다는 사실이 감사한 일이며 기적과도 같은 일이라는 사실을 과연 얼마나 많은 사람들이 체감하고 있을까.

먹먹하다. 가슴이 먹먹해지는 것은 어쩔 수가 없다. 이렇게 병원 병당에 있게 된 지 20년이 지나도 아픈 자식을 보듬으며 눈물을 흘리는 부모님의 기도를 접할 때마다 마음이 무거워지는 것은 어쩔 도리가 없다. 어린 자식이 단 하루만이라도 남들처럼 숨 쉬고 식사할 수 있기를 바라는 기도가 행여나 육신이 아닐까 두렵다는 어머니의 마음을 완전히 다 이해하고 받아들이지는



서로의 손을 맞잡고 대화를 하며 고통을 나누는 보살들의 모습

못해도 그 마음을 온전히 담은 공책 끝자락의 아이 이름을 바라보며 가슴 깊은 곳에서부터 울컥 올라오는 눈물을 꼭꼭 눌러 담을 수밖에 없었다. 타인의 고통이 내게 그대로 전이되지는 않을 것이다. 다만 타인의 고통에 대해 불감하지는 않도록 조금 더 내 감정의 날을 세워야겠다.

비록 이 자리에서 내가 할 수 있는 것이

같이 손 붙잡고 이야기를 들어주며 같이 기도하는 것밖에 없다고 하더라도, 조금 더 그 고통을 나눌 수 있는 마음 밖으로 일구어야겠다. 고통에 대해서 공감할 수 있도록 진짜 눈물을 흘려야겠다. 내가 마주하고 있는 것은 지금 이 순간에도 눈물을 흘리며 고통스러워하고 있는 누군가가 아닌가.

서울아산병원 병원법당 지도법사·중앙종회 의원

## 정지천 교수의 건강칼럼

# 귤은 차지만 껍피는 따뜻하다

조선시대만 해도 귤은 궁중에서나 볼 수 있는 진귀한 과일이었다. 그래서 귤이 우리나라에서는 생산되지 않아 중국이나 남방에서 수입했다고 생각하는 이들이 많았다. 귤은 삼국시대부터 제주도를 비롯한 남해안 지방에서 재배되며 궁중의 동물과 화초를 기르는 어원(御園)인 상림원(上林園)에서 귤의 재배와 관리·진상에 대한 업무를 담당했다.

동지 무렵 제주도에서 귤, 유자(柚子), 황감(黃柑) 등이 진상돼 오면 왕은 종묘에 나가 천신례(薦新禮)를 행한 다음 신하들에게 하사하고, 성균관 유생들에게 황감제(黃柑製)라고 불리는 과자를 열었다. 왕은 대신들과 관료나 국경 논의 중에 귤을 하사하거나, 늙은 부모를 모시고 있는 대신들에게 특별히 하사하기도 했다.

귤에는 구연산과 비타민C가 많이 함유되어 있어 감기나 동맥경화에 좋다. 이 외에 가슴이 답답하고 갈증이 나는 것을 풀어주고 술을 깨게 하는 작용이 있다. 기(氣)를 소통시키는 효능도 있어 가슴에 기가 맺힌 것을 풀어준다. 하지만 많이 먹을 경우에는 가래처럼 끈적끈적한 담(痰)을 생기게 하고 기를 맺히게 한다. 그러므로 귤을 먹는 것은 감기 예방에 도움이 되지만 이미 감기에 걸려 기침, 가래가 있는 사람은 주의해야 한다.

약으로는 껍질인 귤피가 활용돼 왔다. 궁중의 내의원에서도 반드시 필요한 약재였는데, 오래 묵은 것일수록 효과가 좋기에 ‘진피(陳皮)’라고도 한다. 껍질질을 잘 씻어 농약을 없애고 말려서 보관해 두면 다음 해에는 훌륭한 상비약이 된다. 그런데 껍과 껍질은 맛과 성질·약효에서 차이가 있다. 귤은 시고 단맛에 서늘한 성질이지만, 껍피는 맵고 쓴맛에 따뜻한 성질을 가졌다. 껍피는 기를 순행시켜 주는 작용이 굵보다 강해 가슴을 팽부시켜 주고 담과 습기를 제거하는 작용도 뛰어나다. 그래서 찬바람을 받은 뒤에 춥고 기침이 나며 가래가 생기는 등 감기 기운이 있을 때 달여 마시면 땀이 나면서 풀어진다.

또, 껍피는 구역질, 구토, 딸국질을 막아 줄 뿐만 아니라 소화를 잘되게 하고 속이 더부룩하거나 밤맛이 없는 경우에 좋다. 물고기나 바닷게를 먹고 체했거나 독을 풀고

람들에게도 적합하지 않다.

귤탕육은 감기, 신경통, 류머티즘 등에 효과적이다. 껍을 껍질째 등성등성 썰어서 목욕하기 2시간 전에 탕에 띄워놓고 끓이 더운 물에 불어 퍼져서 너울너울 춤출 때 탕에 들어가는데, 피부가 축축해지고 몸속에서부터 더워져 온다고 한다.

조선시대에도 그 귀했던 귤로 목욕을 했었는데, 유자는 서늘한 성질로서 기를 소통시켜주고 소화를 잘되게 하는 효능이 있어 약자로 상용되고 있다. 또한 갈증을 풀어주고 기침과 가래를 삭여주므로 만성기침, 감기, 천식에 쓰이며 관절염과 신경통에도 좋다. 주독(酒毒)을 풀어주므로 음주 뒤에 마셔도 좋으며 입냄새도 없애준다.

오래 먹으면 답답한 기운이 가시고 정신이 맑아지며 몸이 가벼워지고 늙지 않는다고 하는데, 동지날에 유자탕을 끓여 목욕하는 풍습이 있었다.



비린내를 없애는데 으뜸이다. 그래서 생선회를 먹은 뒤에 후식으로 귤을 먹는 것이 좋다. 생선기사가 목에 걸렸을 때 껍피를 씹으면 씹은 듯이 내려가게 한다. 껍피 하나만 달인 ‘귤피일물탕(橘皮一物湯)’이라는 처방도 있다. 너무 안일하게 쉬기만 하고 활동하지 않아서 몸이 찝찝하다면 결리고 아픈 증상이 나타나는 것을 다스려 몸을 가볍게 해 주는 명약이다. 가만히 놓고 먹으며 운동하지 않고 땀도 흘리지 않아 몸이 무거운 사람들에게 그만이다. 그러나 따뜻한 성질이기 열이 많은 사람에게 맞지 않고, 음기(陰氣)가 부족하여 마른기침을 하거나 기가 허약하거나 혹은 아열사

동국대 분당한방병원

## 정순 스님의 사색과 명상 (13)

# 돈이 많으면 행복한가

자본주의 사회에서 사람들은 경제적으로 부유하고, 씬숨이가 적지 않은 이들을 가리키는 양젓지만, 과연 돈이 많으면 인생도 그만큼 비례해 행복해질 수 있을까? 곰곰이 생각해 보았다. 실은 경제 가치 추구는 종교에까지 땅이 들게 해 세인들로부터 지탄받는 요인이기 때문이다.

최근에 돈과 비례해 진정한 행복이 무엇인지? 무소유 정신으로 참 나를 찾아가는 기술에 대해 화두를 던진 사람이 있다. 오스트리아의 백만장자인 줄 라베더는 작년엔 자신의 전 재산을 기부하고, 지금은 한 달에 1350달러(약 150만원)로 생활한다는 내용이 해외토포픽으로 기사화됐다. 라베더가 이렇게 생활하게 된 데는 이유가 있었다. 그가 전 재산을 기부한 것은 돈이 행복을 주는 것이 아니라는 것을 깨달았기 때문이다.

## 돈이 행복을 가져다주지는 않아 남과 더불어 이롭게 하며 살아야

라베더는 어린 시절, 가난하게 자랐기 때문인지 돈에 대한 집착을 가지고 있었다. 그는 돈이 많으면 행복해질 것이라는 믿음을 가지고 악착같이 벌여 천문학적 인 경제를 소유하게 되었다. 그러던 어느 날 라베더는 ‘자신이 돈의 노예로 살고 있다’는 생각을 하게 되면서 부인과 함께 여행을 떠났다.

여행 중 그는 하와이에 있는 고급호텔에서 오랫동안 머물렀다. 그런데 호텔 직원들이 지나칠 정도로 과잉 친절을 베풀어 불편해지기 시작했다. ‘나에게 친절한 것이 아니고 내 돈을 보고 친절을 베푸는 것이 아닌가?’ 라는 의구심까지 들었다. 라베더는 기업체 CEO로서 사람들과 진정한 인연으로 발전하지 못함을 새삼 깨달았다. 회사의 직원들이나 주위 사람들은 그의 인간성을 보는 것이 아니라 그의 경제력에 고개를 숙인 것이다.

또 라베더는 아프리카와 남미를 여행하면서, 아프리카인들과 남미인들의 처절한 가난을 목격하고 죄의식을 느꼈다. ‘나와 내 가족이 지나친 소비를 멈추지 않는다면, 남은 인생이 헛된 것이고 인간답게 살 수 없겠구나’라는 생각을 하게 되었다.

여행에서 돌아온 그는 사업체와 별장, 저택 등 모든 재산을 처분하고 제3국을 돕는 자선단체를 설립했다. 이런 뒤, 그는 평범한 사람이 생활하는 돈으로 살고

있다.

라베더는 부와 명예를 추구하거나 경제적인 소비 지향에 집착할 때, 인간으로서의 길이 아님을 자각한 것이다. 자신의 인생을 어떻게 이끌어 가느냐에 따라 적어도 90%는 다르게 살 수 있다고 하는데, 현재보다 더 나은 인생을 살게 하는 것, 바로 이것이 아름다운 욕망일 것이다.

라베더에 관한 글을 읽고, 한참이나 명하지 않아 있었다. 승려로서 그에 따르지 못하는 무소유에 부끄러웠고, 인간의 저급한 현실과 통속적인 비열함에 가슴 아팠다. 즉 그를 통해 교훈적인 면과 인간의 부정적인 측면을 동시에 보았다.

먼저, 인간의 부정적인 측면이란 우리들은 인간의 진실성을 곡해하고, 있는 그대로 사람을 보지 못한다는 점이다. <금강경>에서 ‘若人色見我 以音聲求我 是人行邪道 不能見如來’라는 구절이 있다. 수행자는 진리인 법신을 진견코자 해야지, 형색을 가지고 부처를 찾지 말라는 것이다. 그 사람의 참 모습을 보는 것이 아니라 돈과 명예를 보고, 고개를 숙이고 아부하는 경우가 허다하다. 얼마나 어리석은 인간들인가? 과연 불자들은 얼마만큼 탈세속적으로 살고 있으며, 여실하게 사람을 평가하는지, 자신을 관조해 보아야 한다. <금강경>을 앞으로 외우고 거꾸로 외운들 형상에 집착해 겉모습으로 사람을 평가하게 되었다. 탐욕으로 찌들려 있다면 어찌 승려요, 불자라고 할 수 있을 것인가.

둘째, 라베더의 행동을 보고 부끄러웠던 점은 그의 탈세속적인 자세와 삶의 바른 지향점이다. 부처님은 출가 승려에게 무소유 정신을 강조했지만, 재가자들에게는 바른 생활(正命)을 말씀하셨다. 정당한 방법으로 벌여 부를 축적하되, 자신이 소유하고 번 것만큼 보시할 것을 강조하신 것이다. 이것이 바로 중도(中道)적인 삶이요, 보살행이다. 그래서 초기경전 곳곳에 ‘재가자로서 삶의 윤리를 지키면서 보시하는 일만 잘해도 생천(生天)할 수 있다’고 했다.

세간의 법으로 보자면, 인생을 어떻게 살아야 훌륭한 삶이라는 법칙은 없다. 하지만 불자로서의 길은 하늘에 태어나는 것을 목적으로 하지 않더라도 보편적인 윤리의식을 지니고, 동시대에 함께 하는 이들과 더불어 사는 삶, 바로 이타를 지향하는 것이다. 이것이 부처님의 고구령명한 말씀이다. 정순 스님(조계종 교수사리)

## 정확도 효과성 제일

전국 교보·영풍·반디앤루니스·인터파크·에스24에서 구입 가능합니다

<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 육임 학습서 ◆</li> <li>· 호사육임강론 2011개정증보 제8판본 상·하 권 45만원</li> <li>· 호사육임사주강정법 2011개정 제2판본 1권 5만원</li> <li>· 호사육임요지 2011최신판 1권 5만원 이상 3종</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>· 호사육임생활강정법 2011정권 제5판본 1권 수록 20만원</li> <li>· 호사육임산길일기시선택비법 2011정권 제3판본 1권 수록 30만원</li> <li>· 호사육임1년신수비결 2011개정증보 제2판본 순별6권 수록 30만원</li> <li>· 매화역수 2011정권판 수록 20만원</li> <li>· 월영도 2011정권판 수록 20만원</li> <li>· 성명학 2011정권판 수록 20만원</li> <li>· 정통부적보감 2011정권판 수록 5만원</li> <li>· 토정비결수록 5만원</li> <li>· 꿈해몽 5만원 이상 13종</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 육임 활용서 ◆</li> <li>· 도사에게 물어봐 2011정권 제5판본 1권 5만원</li> <li>· 육임대정비법 2011개정증보 제6판본 1권 좌정용 35만원</li> <li>· 육임대정비법 2011개정증보 3판본 순별6권 휴대용 35만원</li> <li>· 육임풍수 2011개정증보 제2판본 1권 좌정용 25만원</li> <li>· 육임풍수 2011개정증보 제2판본 순별6권 휴대용 25만원</li> <li>· 오행수법제례의식집 2011개정 제5판본 1권 5만원</li> <li>· 출산길일기시선택비법 2011 제3판본 정권본 1권 5만원</li> <li>· 육임1년신수비결 2011개정증보 제2판본 1권 15만원 이상 8종</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 기타 ◆</li> <li>· 호사도정기 2011최신판 5만원</li> <li>· 불가법요집 2011최신판 5만원</li> </ul>
<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 육임 및 각 오행술분개 CD프로그램 ◆</li> <li>· 호사육임천역집 2011완결최후판(종합) 350만원</li> <li>· 호사육임산책 2011최신판 순별 6권 수록 90만원</li> <li>· 호사육임정비법 혁신판 수정보완본 월장별 전12권 수록 (대계진서) 70만원</li> <li>· 도사에게 물어봐 2011정권 제5판본 1권 수록 20만원</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>◆ 본사 직접판매 고가 육임활용서 및 활용 CD프로그램 목록 ◆</li> <li>· 고귀명수 정권1권 / 전순별6권, B4/A4, 미색모조 / 백색모조 중 선택 정가350만원</li> <li>· 육임복병집 좌정용 전6권 정가250만원</li> <li>· 육임산책 휴대용 전6권 정가250만원</li> <li>· 호사육임천역집2011완결최후판 종합CD프로그램(무인중장착) 정가350만원</li> <li>· 호사비결 CD 프로그램 육임일생/당면판단완성 정가650만원</li> </ul>

[주문전화] 02)738-8680 / 070-7514-8680  
 [입금계좌] 우리은행 1005-301-778137 / 육임나라(주) 농협 301-0071-8027-01 / 육임나라(주) www.taotemple.net / 입금 후 다음날 수취가능  
**육임컨텐츠개발전문 - 육임나라(주)**

## 한방(韓方)치료로

# 간 질환

# 백반증(백납)

# 건선

## 한솔한의원

# 031)555-7780

경기도 구리시 수택동 847번지 타워클리닉 3층  
 대한한 의사협회 의료광고심의위원회 제090226-중-4825호

## 당신도 설법을 연수하면 설법을 잘할 수 있다???

**교육내용**

- ◆ 좋은 성격, 좋은 음성, 좋은 표정 만들기
- ◆ 설법, 강의, 인사말, 축사, 최면 등 이론 및 실습
- ◆ 인간관계 및 설법에 필요충분 조건인 스피치 기법

**40년 노하우, 전문가인 김철회 원장 직접 지도**

**교육일정**

- ◆ 종합반 : 10인 이내
- ◆ 개인지도 : 환영, 특별지도

**연수안내**

- ◆ 기간 : 2개월 과정 ※ 수시접수
- ◆ 강의 : 종합반 - 매주 목요일 오후 7시 - 9시
- ◆ 개인지도 - 직접 상담후 결정
- ◆ 장소 : 본 연수원 강의실

**특기사항 : 비디오 촬영 - 모니터링**

**원장 우물 김철회 박사 <직접지도>**  
 사) 한국산업카운슬러협회이사장 · 한국인성개발원 회장 · 한국설법연수원 원장

## 韓國說法研修院

서울시 중로구 중로3가 16번지 교영빌딩 7층 / 1.3.5호선 중로 3가역 1번 출구

# 010-7248-1567

☎ 02)747-1567 / FAX 02)766-2475