

박동춘의 茶 이야기

⑳ 차는 하루에 얼마나 마셔야 할까

차도 음식…과하면 해롭다

차 마시기에 가장 좋은 계절은 가을이다. 이때가 되면 물의 기세도 맑고 활기가 있어 온전한 차 맛과 향기, 기운을 드러낼 최적의 상태가 된다. 차의 정수를 즐길 수 있기에 차 모임도 활발해진다. 특히 사계절에 따라 차의 맛과 향, 기운이 변화무쌍한 풍미는 드러낸다는 점에서 봄은 봄대로, 가을은 가을대로 차의 오묘한 세계를 즐길 수 있다.

예로부터 차는 소쇄하고 담박한 본성을 지녔기에 세속적이거나 사치한 사람보다는 검박한 사람들에게 마땅한 정신 음료로 인식되어 왔다. 이는 차의 특성상 맑고 바른 본성을 회복하고자 하는 사람에게 적합하다는 것을 암시하고 있다는 것이다.

그러나 차가 아무리 사람에게 유용할지라도 어떻게 활용하는 것이 합리적인가하는 문제는 차를 좋아하는 사람들의 관심사이다. 특히 차의 신묘한 세계는 그 조건이 충족될 때 차는 자신의 기량을 다 펴내는 특성이 있어서, 좋은 차와 물, 물을 끓이는 정도, 다구 등 최적의 조건을 갖추어야 한다는 점이 강조된 것이다. 특히 마시는 차의 양의 조절 능력은 차의 이로움을 충분히 활용하는 방법에 핵심이 된다.

결국 차는 사람에게 이로운 것이지만 너무 지나치게 마시면 해롭다는 것이다. 과다한 차의 양, 농도의 적절성은 차를 즐기는 이들이 꼭 알고 지켜야할 핵심 사항이라 하겠다. 이런 관점에서 차의 해로움을 지적한 것은 당나라 사람 기무경(朞毋暌)이다. 그에 대해 당나라 유숙(劉肅)의 〈대당신어(大唐新語)〉에 다음과 같이 언급되었다.

우보궐 기무경의 성품은 차를 마시지 않았다. 그가 저술한 〈다음서(茶飮序)〉에서 (차가)막힌 것을 풀어주고 뚫어 주는 것은 잠시의 이로움이 잠깐은 좋지만, 기를 수척하게 하고 정기를 범하는 것은 죽을 때까지 해가 되는 것이 크다고 하였다.(大唐新語言 右補闕朞毋暌 性不飮茶 著茶飮序曰 釋滯消壅 一日之利暫佳 瘠氣侵精 終身之害斯大)

위 인용문에서 차를 마시면 사람의 정기와 가운을 쇠락시킬 수 있다는 기무경의 견해는 당대(唐代) 사람의 차에 대한 인식인데, 이는 차가 음성 식물이므로 냉한 성질을 지녔다는 것을 강조한 것이다. 차와 생강을 함께 끓이는 탕법이 있었던 것은 차의 냉기를 중화하기 위한 것이다. 8세기 육우(陸羽)가 제다법과 탕법을 정립한 이후 차의 냉기 문제는 어느 정도 극복되어 차에 소금을 넣는 탕법이 일반화되었다. 특히 차를 찌거나 덖을 때 불의 정도를 조절하여 차 싹을 잘 익히는 방법이 정밀해졌고, 뜨거운 물에 차를 다리는 탕법이 보편화되면서 차의 냉기가 점차 극복되는 경향을 보인다.



좋은 차 잎은 차의 진정한 맛과 향색의 토대가 된다.

차의 양 등은 茶人 지킬 핵심사항
明代 주문보, 하루 6번 차를 마셔
차 이로움 만끽하며 85세까지 장수

명나라 사람 문용(聞龍, 1551~1631)은 차를 즐기는 회수(回數)를 정하는 것이 차를 즐기는 묘수라는 점을 강조했는데, 이는 그의 〈다전(茶箋)〉에 이렇게 소개하고 있다.

소동파(소식)가 말하기를 채군모는 차를 좋아했지만, 늙고 병들어 (차를)마실 수가 없게 되자 어느 날 차를 끓이고 완성하였다라고 하니 후인이 웃음지을 만 하다. 누가 천년 후에 같은 병이 있다는 것을 알겠는가. 내가 일찍이 지은 시에서 이르기를 나이가 들면 탐심이 더욱 심해지는데 비위가 차져 양을 감당할 수가 없다고 하였으니 차를 끓여 버리고 완상만 하는 사람은 거의 드물다. 이에 오랜 벗 주문보를 생각해 보니 젊어서부터 늙을 때까지 찻잔과 화로에 불 피는 것을 어는 때라도 잠시 폐한 적이 없었다. 차를 마시는 날은 정기적으로 정해 두었으니 새벽이 밝아올 때, 저녁을 먹은 후, 오전 10시경, 오후 4시 전후, 해가 질 때, 황혼 등 무릇 여섯 차례에 차를 마신다. 그리고 손님이 오면 차를 끓이지만 (나는 차를)함께 마시지 않았다. (그의)나이는 85세인데도 병이 없이 마쳤다. 묵은 청복을 심은 것이 아니면, 어찌 온 세상에서 편안하게 누릴 수 있었겠는가. 좋은 것을 보고도 마실 수 없는 사람은 얻은 것이 이미 많았던 것이 아닐까.(東坡云:蔡君謨嗜茶, 老病不能飮, 日烹而玩之。可發來者之一笑也。孰知千載之下有同病焉。余嘗有詩云:年老耽彌甚, 脾寒量不勝。去烹而玩之者, 幾希矣。因憶老友周文甫, 自少至老, 茗碗熏爐, 無時暫廢。飮茶日有定期:旦明、晏食、禺中、晡時、下舂、黃昏, 凡六舉。而客至烹點, 不與焉。壽八十五, 無疾而卒。非宿植清福, 烏能舉世安享。視好而不能飮者, 所得不既多乎)

문용은 절강 은현(浙江 鄞縣) 사람으로 권문세가였지만, 벼슬에 나아가지 않았던 은사(隱士)로 평생을 보냈다. 특히 시문에 능했던 다인으로, 1630년경 〈다전〉을 저술하여 명대의 차 문화를 연구하는데 필요한 중요한 문헌을 남겼다.

윗글에 인용된 주문보는 문용의 오랜 벗이라 한 것으로 보아 만명(晩明)시대 문인으로 차를 즐긴 인물로 추정된다. 그의 차 생활에서 주목할 부분은 하루에 차를 즐기는 횟수를 정해 두고 차를 즐겼다는 점이다.

이는 차를 마시는 양을 조절하여 너무 과다한 양의 차를 마시지 않았는데, 그가 차를 즐긴 시간은 새벽, 저녁밥을 먹고 난 후, 오전 10시경, 오후 4시경, 해가 질 때, 황혼 등 여섯 차례이다. 특히 문용이 주목한 내용은 바로 자신의 오랜 벗 주문보가 늘 차를 즐겼지만, 절제된 음다(飮茶)를 통해 차의 이로움을 만끽하여 85세까지 살면서 심신이 병들지 않았다는 사실을 강조한 셈이다.

특히 주문보가 자신의 음다 생활의 준직을 지키기 위한 절제로, 손님이 오면 차를 대접하지만 자신은 자신이 정한 원칙을 고수했다는 점인데, 이는 현대 차를 즐기는 이들이 주목해야 한 부분이라 생각한다.

〈동아시아차문화연구소장〉

나란다축제 불교고리경시대회 완전정복 ㊵

1. 다음 말씀은 부처님께서 언제 설하신 것인가?

"아난다야, 잘 들어라. 자기 자신에게 의지하고 다른 것에 의지하지 마라. 법을 등불로 삼고 다른 것을 등불로 삼지 말라!"

① 탄생하셨을 때 ② 출가하셨을 때 ③ 정각을 이루셨을 때
④ 처음 설법을 하실 때 ⑤ 열반에 드시려고 하실 때

해설 : 부처님의 열반유훈인 자등명법등명의 가르침이다. 부처님께서 완전한 열반에 드시려 할 때, 시자 아난다가 부처님께서 계시지 않다면 불제자들은 무엇에 의지하여야 하는지에 대하여 여쭈어보자, 부처님께서는 위와 같이 자신 이후 특정인에게 권위를 물려주시는 것이 아니라 불제자들 각각 스스로가 부처님의 법을 생각하고 옳은지 판단하여 믿어야 한다는 주체적인 길을 제시하셨다.

2. 경전의 성립과 관련하여 설명이 바른 것은?

① 제2차 결집은 아쇼카 왕의 지원에 의해서 이루어졌다.
② 제1차 결집에서 편찬된 것은 경장, 율장, 논장 삼장이다.
③ 제1차 결집은 왕사성 칠엽굴에서 500명의 비구가 모여 진행되었다.
④ 제1차 결집에서 우팔리 존자는 부처님께서 설하신 교리의 내용을 암송하였다.
⑤ 대장경은 삼장을 중심으로 집대성되었는데, 모두 부처님께서 직접 설하신 것이다.

해설 : 2차 결집은 대부분의 불교사서가 아쇼카 이전의 사건(불멸 100년)으로 기록하고 있다. 1차 결집에서 물리적으로 경, 율, 논의 삼장이 편집되기는 어려웠을 테지만, 1차 결집을 전하는 육부의 율장 중 『십송율』을 제외하면 모두 이때 삼장이 갖추어진 것으로 본다. 칠엽굴에서 500명의 비구가 결집을 했다는 것은 대다수의 전승이 인정한다. 하지만 700명, 1000명설이 있는데, 그래도 500인설이 정설이라고 할 수 있다. ④, ⑤는 확실히 바르지 않은 답안이다. 우팔리는 1차 결집에서 교리가 아닌 계율의 내용을 전하였다. 대장경에는 경, 율에 대한 후대 승가의 해석인 논장이 붙어 있기에 부처님께서 직접 설하신 내용만으로 구성되어 있지는 않다.

3. 초기경전을 바탕으로 부처님의 일생 연표를 나열한 것이다. [보기]를 빠른 순서대로 바르게 연결한 것은?

㉠ 녹야원에서 다섯 비구에게 초전법륜을 굴리시다.
㉡ 수닷따 장자의 보시로 기원정사가 건립되다.
㉢ 사리불(사리뿟따), 목건련(마하목갈라나)이 입적하시다.
㉣ 마하빠자빠띠 등 여성이 출가하여 비구니 승가가 탄생되다.
㉤ 빔비사라왕이 죽림정사를 기증하시다.

① ㉠ - ㉡ - ㉤ - ㉣ - ㉢ ② ㉠ - ㉢ - ㉡ - ㉣ - ㉤
③ ㉡ - ㉠ - ㉣ - ㉢ - ㉤ ④ ㉠ - ㉤ - ㉡ - ㉣ - ㉢
⑤ ㉡ - ㉠ - ㉤ - ㉢ - ㉣

해설 : 부처님께서 사성제 등의 교리를 처음 설하신 초전법륜 이후, 부처님께서 아직 수행자일 적에 빔비사라왕은 부처님이 되시면 먼저 자신에게 와달라 요청하였음으로 부처님은 초전법륜 이후 빔비사라왕에게 가셨다. 이에 감격한 빔비사라왕은 최초의 불교사원인 죽림정사를 기증하게 되고, 이런 예에 따라 당시 존재하던 16대국의 왕과 대신들은 앞다투어 부처님과 승가에 사원을 기증하는데 그 중에 대표적인 것이 수닷따가 기증한 기원정사이다. 이후 부처님의 양어머니이신 마하빠자빠띠가 출가하면서 비구니 승가가 성립되게 되는데 이는 곧 비구니율의 제정과 계율의 확장으로 이어졌다. 부처님 교리를 가장 잘 이해한 사리불, 목건련은 부처님의 열반즈음하여 먼저 입적하게 된다.

4. 다음은 불교의 전개 과정이다. (가) ~ (라)에 대한 설명이 가장 올바른 것은?

(가) B.C.E 589년 보드가야 보리수 아래서 성도(成道)
(나) B.C.E 586년 수닷타 장자의 보시로 기원정사를 건립
(다) B.C.E 584년 석가족과 콜리족의 물싸움 해결
(라) B.C.E 582년 친차 여인의 부처님 모함과 비방

① (가) - 깨달음의 핵심은 '무위자연의 도'이다.
② (나) - 부처님은 이곳에서 가장 오래 머무셨다.
③ (다) - 이 사건으로 인해 카필라국은 분단 국가가된다.
④ (라) - 이로 인해 부처님은 부정한 사람이라는 낙인이찍혀 감옥에간다.
⑤ (라) - 친차는 사람을 죽여 손가락을 잘라 목걸이를 만들어 다니던 무서운 살인마였다.

해설 : 부처님이 보리수 아래에서 깨달으신 것은 사성제이다. 석가족의 국가인 카필라국은 부처님의 중재 덕에 콜리족과 물싸움은 해결하게 되나 후에 코살라국에 의하여 멸망한다. 친차는 부처님을 모함하다가 살아있는 채로 지옥에 떨어지게 된다. 손가락으로 목걸이를 만든 살인마는 앙굴리마라이다.

정답 : ① ② ② ③ ③ ④ ④ ⑤

제공 : (재)은정불교문화진흥원 / 감수 : 서정원 박사

현대불교신문 창간 30 주년을 축하합니다

나는 세상에 하나뿐!
나의 원불도 하나뿐!

거제도 명당에 불교의 세계를 담은 세계건축 명장의 설계와 나만의 도자기 부처님으로 신개념 불교센터 사원을 건립합니다.

창건불사에 인연공덕 지으십시요!

원 불 108만원

계좌번호 |
부산은행 101-2083-6727-07

문 의

010-5514-1002 (오오!일사천리)

거제도 더 뷰;ㅁ비전센터 평천 범혜 합장



현대불교신문 창간 30 주년을 축하합니다

(양정시장 꽃상가 5층) 청정기도도량

대한불교조계종 여여선원

[부설 자선단체]
사단법인 세상을 향기롭게

선원장 정여 (범어사 방장)

11월 1일 광명진언 천일기도 입재

여여선원 신도회 명예회장 김경환

- 기도법회 -

초하루법회
지장재일법회
관음재일법회
광명진언천일기도법회

부산시 부산진구 동평로 420번길 18 양정상가5층 여여선원
전화 051)853-5486~7, 팩스 051)863-6422
(사)세상을 향기롭게 : 전화 051)702-9944