

용수 스님의 5분 명상

이 시대 진정한 행복과 수행

물질은 풍부하지만 마음은 가난하고 사찰은 아름답지만 수행은 부족합니다. 몸은 겉으로 보기엔 튼튼하게 보이지만 속은 기운이 없고, 겉으로는 행복하게 보이지만 다들 행복하지 못해요. 배운 것은 많지만 지혜가 없고 머리는 좋지만 가슴은 아파요. 가까이 살지만 마음은 멀고 함께 있지만 외로워요.

많이 먹지만 건강하지 못하고 부족한 것 없이 살지만 꼭 행복하지만은 못해요. 더 편안할수록 더 까다롭고, 선택할 것이 많을수록 맘에 드는 게 없어요. 마음이 복잡하고 불안하고 우울해요. 역설의 시대에 살고 있어요. 돈, 명예, 쾌락만을 쫓고 있어요. 마음을 산만하게 하는 것이 무수한 이 시대는 행복도 수행도 뒷받침을 못해 줍니다. 물질적으로 잘 살게 하는 기술이 결국 사람을 불행하게 할 수도 있어요. 동시에 사람의 의식수준이 높아지고 더 많이 깨어나고 있어요. 자발적인 가난, 선택하는 불편함, 자연과 함께하는 간소한 생활이 행복한 삶을 가르쳐줍니다. 기술만능주의로부터의 휴식과 도파민의 단식이 필요합니다. 무엇보다도 마음공부가 답이며 이것도 단순하게 해야 합니다. 지금 이 시대 사람들은 복잡한 수행을 못합니다. 핵심적이고 간결한 수행이 적합합니다.





김종미 교수의 차와 사람을 잇다

⑭ 여름의 차 백차

1년이면 차, 3년이면 약, 7년이면 보물

중국 역사에서 수많은 황제들이 차를 사랑했지만 그 중에서 차를 가장 귀하게 여긴 애차인을 꼽으라면 송나라 휘종과 청나라 건륭제입니다. 황제의 자리에서 온갖 명차를 다 음미했겠지만 그 중에서도 특히 애호하는 차가 있었습니다. 건륭제가 가장 좋아한 차는 보이차였습니다. 그럼 휘종이 가장 좋아한 차는 무엇이었을까요? 백차였습니다. 송나라 휘종은 차에 관한 전문서적 〈차론(茶論)〉을 썼는데 휘종이 마신 백차는 이러했습니다. "백차는 독특한 품종이다. 다른 차와 전혀 다르다. 잎이 보석처럼 얇고 투명하고 깊은 산 절벽에 한두 그루 우연히 자랄 뿐 사람이 키울 수 있는 것이 아니다. 백차를 만들 수 있는 사람도 몇 명 안 되고, 차나무도 몇 그루 안 되고, 찻잎의 수확량도 너무 적은데다가, 한 번 실수하면 찻잎이 망가지니, 귀하디 귀하기가 보물같은 차이다."



더운 여름에 마시기 좋은 백차.

백차(白茶)는 흰 백에 차 차를 써서 백차, 화이트 티라고 합니다. 불을 거치지 않았다 해서 백차라고도 하고, 흰 솜털이 찻잎에 가득 덮여있다 해서 백차라고도 합니다. 보통은 차를 만들 때 찻잎을 비벼서 향기분자를 터트리기도 하고 또 불에 여러 번 덖어서 불맛을 입혀서 향을 최대한 끌어올리기도 하는데 백차는 찻잎을 비비거나 불에 덖는 과정이 없는 차입니다. 찻잎을 통풍이 잘 되는 그늘에 펼쳐 말리고 70~80도의 은근한 불로 건조한 것이 전부이기 때문에 굉장히 맑고 산뜻합니다. 여름에 가장 마시기 좋은 차입니다.

"백차는 1년이면 차로 마시고, 3년이면 약이고, 7년이면 보물이다." 이런 말이 있습니다. 햇차로 마셔도 좋고 오래 익혀서 마셔도 좋다는 뜻이지요. 그래서 백차를 오래 보관할 때는 보이차처럼 증기를 쐬고 맷돌로 눌러서 병차(둥글게 압착한 차)로 만드는 경우가 많습니다. 수십 년 된 백차를 노백차라고 하는데, 간혹 마시는 분의 몸과 맞으면 오랜 병을 고치기도 합니다. 백차는 미네랄과 비타민이 풍부하고 카테킨 함량이 가장 높은 차이며 몸의 체열을 내려주고, 머리를 맑게 해주고, 피부를 좋게 해줍니다. 백차는 누구나 마셔도 좋고, 특히 머리를 많이 쓰는 분, 수험생, 몸에 열이 많은 분, 또 명상과 채식 등 수행하는 분들이 드시기에도 좋은 차입니다.

백차는 크게 4가지 등급이 있습니다. 최상급이 백호은침인데 일아(一芽), 싹으로만 만듭니다. 백모단은 일아이엽(一芽二葉), 하나의 싹에 두 잎으로 만들고, 공미는 잎이 3엽 4엽까지 포함된 원료로 만들고, 수미는 잎과 줄기부분이 섞인 원료로 만듭니다. 모든 차가 다 그렇지만 백차는 더욱 더 원료가 중요합니다. 찻잎이 크고 토실하고 표면에 솜털이 많은 품종으로 백차를 만듭니다.

백차의 양대 산지는 복건성 정화와 복건성 복정입니다. 복건성 정화(政和, 정허)는 송나라 때에 어차원(御茶園)으로 이름이 높았습니다. 당시 관예현 산 정상에 야생 백차나무가 있어서 백차를 공차로 올릴 수 있었습니다. 기원 1115년 봄날에 관예현에서 찻싹으로 '백호은침' 차를 처음으로 만들어서 휘종에게 바쳤습니다. 휘종이 차를 음미하고는 너무 기뻐서 용안이 활짝 펴졌다는 기록이 있습니다. 휘종은 백호은침이 얼마나 마음에 들었는지 당시의 연호인 정화(政和,1111~1118)를 관예현의 이름으로 하사했습니다.

오늘날에는 복건성 복정(福鼎, 푸딩)이 백차 산지로 가장 유명합니다. 복정 태노산(太姥山, 타이무산)에는 차를 만들다가 날개가 달려 하늘로 올라간 여신의 전설이 있습니다. 차의 여신(茶姥)이 만들었다는 차는 '녹설아(綠雪芽)' 입니다. 녹색 찻싹에 눈이 내린 듯 하얀 백호가 빼곡히 덮였다는 이름을 보면 백호은침차임을 알 수 있습니다. 태노산 홍설동에 가면 녹설아 모차수가 지정되어 있습니다. 녹설아는 복정 백차의 기원입니다. 태노산의 노(姥)는 여신, 할매라는 뜻입니다. 중국에서는 타이무산이라고 부르는데 굳이 태노산으로 불러보는 까닭은, 지리산 노고단처럼 여신설화가 남아있는 많지 않은 산이기 때문입니다. 지리산 노고단의 마고여신 또는 삼신할매도 지리산 찻잎으로 차를 만들어 사람을 살리지 않았을까 상상해 봅니다.

오늘날에는 교통 통신의 발달로 백차를 구해서 마셔볼 수 있지만, 십수 년 전만 해도 백차는 차교과서에는 있지만 실제 마셔본 사람은 별로 없는 귀한 차였습니다. 중국에서 1980년대~1990년대 이후에 출생한 빠링허우, 지우링허우의 신흥부자들이 좋아하는 차로도 알려진 백차, 그래서 여유롭고 낭만적인 나날을 보낼 때를 특별히 '백차를 즐기는 여유로운 시절(白茶清欢无别事)' 이라고 부르는 관용구가 유행했습니다.

백차는 햇차일때는 꽃향기가 폴폴 날립니다. 진한 꽃향기가 아니라 풀내음을 머금은 야생화 들꽃향기입니다. 신선하고 청초합니다. 수색은 옅은 미색입니다. 3년이 된 백차는 약초향기가 납니다. 여러 가지 약초에 쑥향, 계피향, 대추향이 섞여 향긋하고 달큰하고 편안합니다. 수색은 좀 더 짙어진 황금색입니다. 노백차는 한약향기가 진합니다. 이름 모를 약초들이 잘 숙성되어 보약처럼 발효된 향기입니다. 수색은 윤기품은 황갈색입니다. 노백차를 마시면 몸에 열기가 후끈 돌면서 땀이 송글송글 맺힙니다.

여름의 차 백차는 냉차로도 마실 수 있습니다. 모든 차는 따뜻하게 마시는 것이 원칙이지만 더위로 지치는 여름에는 차가운 백차도 일품이지요. 아이스 아메리카노를 만들 듯이 백차를 진하게 우려서 얼음 컵에 따릅니다. 얼음 위에 뜨거운 찻물이 닿으면서 드라이아이스처럼 김이 모락모락 피어오릅니다. 투명한 유리컵에 담긴 차가운 백차 한 잔이면 삼복더위도 문제없습니다. 갈증도 한방에 날려 보냅니다.

〈잇다it茶 대표〉

영혼의 세계 빙의

◉ 영가천도는 이렇게 해야 한다! ◉

■ 영가천도를 행하는 사람이 영화 화면 보듯이 훤하게 영가를 볼 수 있어야 한다!
■ 영가의 생각을 환자의 입으로 영가의 이름, 나이, 성별, 빙의, 년수, 살던곳, 가족인지 아닌지를 확인 할 수 있어야 된다.
■ 영가가 몸에 들어온 이유를 말하게 해야 한다.
■ 영가가 병든 상태인지, 다친상태인지등을 확인하여 치료해줄 수 있어야 된다. 그렇지 않으면 환자의 병이 낫지 않는다(영가의 병이 사람에게 옮겨온 경우.)
■ 영가가 무엇을 좋아하는지, 갖고 싶은것, 먹고 싶은것을 물어서 원하는 것을 갖고, 먹게 해주어야 떠난다.
■ 예를들면 소주가 먹고 싶은데 맥주를 주면 영가가 토라져서 천도가 되지 않는다. (환자의 입으로 말한다.)
■ 영가가 알아듣기 쉬운말로 설득을 해야 한다. 어려운 경문을 외우면 영가는 알아듣지 못한다. (살아있는 사람도 어렵게 얘기하면 못 알아듣는다.)
■ 환자의 입을 통해 영가가 떠난다고 말하고 빛을 타고가는 것이 환자가 볼 수 있어야 된다. (빛은 영가가 천상으로 가는 길이다.)
■ 조상영만 천도하면 된다고 생각하는데 영가를 확인해보면 조상령 보다도 타 영가가 훨씬 많은 것을 알 수 있다. (조상영가,전생영가로 인해 잡귀가 들어온다.)
■ **영가 천도제를 하고 나면 곧바로 병이 호전되어야 한다.**
■ '비만'같으면 그 자리에서 살이 빠지는 것이 확인 되어야 하고 육체적인 증상이 곧바로 개선 되어야 한다.
■ 먹는 음식이 절제가 되지않고 살이 찌시는 분.

불임, 자연유산, 우울증, 심장발작, 조울증, 강박증세, 신들림, 불면증, 악몽, 가위눌림, 현대의학으로 진단이 안나는 병, 몸에서 기운이 빠져나가는 병, 근육이 풀어지며 통증으로 고통 받는 분, 몸이 굳어지며 감각이 없는 분, 병원 등을 수 군데 찾아다니고도 못고친 병으로 고생하는 분.

❖ 스님(수행하시는 모든분)오래된 고질병으로 고생하시는분. ❖ ❖ 영가를 확인하면 어마어마한 사실을 알게된다. ❖

풍수에 관한 모든 것 상담 가능 천광수련원 TEL 043) 905-8275 (충북 보은군 내북면 봉황리 223번지)