

용수 스님의 5분 명상

알아차림의 연습

저는 10년 넘게 일상에서 알아차림을 연습해서 마음이 많이 변했어요. 좌선할 수 있는 시간은 많이 없더라도 일상에서 언제나 알아차림을 기를 수 있어요! 몇 가지 꿀팁을 드립니다.

* 가장 중요한 것은 '의도' 입니다. 알아차리겠다는 의도를 갖는 것은 불을 켜는 것과 같아요.
* 지견 확립, 이론과 체험으로 알아차림의 지견을 확립해 지견과 익숙해지는 게 수행이에요.
* 일상 중에 머리를 안 쓸 때 알아차림을 연습하세요. 직업 자체를 명상으로 삼는 게 좋아요.
* 일관성이 있어야 해요. 진전의 비결은 꾸준한 노력이에요.
* 수행의 대표적인 장애는 기대입니다. 알아차림은 바라는 게 아니라 지켜보는 거예요.

꾸준히 알아차림을 연습하면 1년 뒤에 마음에 큰 변화가 생겨요. 10년 뒤에는 도인이 되죠. 겉으로 보면 일반 사람하고 다르지 않지만 내면의 경험이 완전히 다르죠. 따로 정해진 곳을 찾아가 수행하는 게 아니에요. 삶에 깨어있는 게 수행이에요. 생각을 굴리는 만큼 업을 쌓고 고통을 만들어요. 알아차리는 만큼 업을 소멸하고 행복하게 되요. 산란함 자체가 고통이고 알아차림 자체가 행복이에요.





김종미 교수의 차와 사람을 잇다 ⑨ 라오반장

차 기운에 패왕 기세 더한 명품 보이차

차를 품평하는 용어 중에 '차기패도(茶氣霸道)' 라는 말이 있습니다. 차의 기운에 패왕의 강렬한 기세가 있다는 뜻입니다. 누구도 거스를 수 없는 통일군주의 강렬한 기세, 라오반장은 차기패도를 대표하는 차로서 보이차의 황제라고 부를 만합니다. 라오반장 보이차 한 잔에 모공이 열리며 땀이 훅 솟고 척추를 타고 머리 위로 뜨거운 기운이 올라오면서 눈이 시원해지고 머리가 맑아집니다. 또한 차기가 충만해서 맛이 묵직하고 꽉 찬 맛에 폭포처럼 쏟아지는 도도한 물의 힘이 있습니다.

라오반장은 보이차 중에서 명품 보이차로, 최고가를 갱신하며 차인이면 누구나 맛보고 싶어 하는 차입니다. 남쪽에는 라오반장(老班章), 북쪽에는 빙다오(氷島)가 유명한데, 남과 북의 구별은 보이차 산지인 윈난성 시솽반나의 북쪽과 남쪽을 지칭하는 것입니다. 빙다오는 화려한 향으로 사랑을 받고 라오반장은 도도한 차의 기운으로 칭송을 받습니다.

보이차의 황제 라오반장은 윈난 시솽반나 멍하이(勐海) 뿌랑산(布朗山포랑산) 라오반장촌에서 생산됩니다. 뿌랑산에는 라오반장(老班章)촌, 신반장(新班章)촌, 반장(班章)촌, 라오만어(老曼峨)촌 등 지역에서 각각의 개성을 지닌 보이차가 생산됩니다. 보이차는 차산환경이 워낙 중요하기 때문에 차산의 마을 이름이 곧 보이차의 상표가 됩니다.

뿌랑산이 보이차 산지로 유명해진 것은 해발 1700m 고산지대에 고차수 다원이 잘 보존되어 있기 때문입니다. 평균 수령 300~500년 이상 된 고차수들이 원시삼림 속에 울창하게 분포해 있습니다. 청나라 때에 너무 궁벽한 곳이라 관료들의 눈에 들지 않았기에 오히려 고차수 다원이 훼손되지 않았습니다.

라오반장촌은 본래 뿌랑족(포랑족)이 차나무를 심고 가꾸어왔는데, 훗날 멀리서 이주해 온 하니족에게 마을을 양보하였다고 전해집니다. 오늘날 라오반장촌은 차나무 보호를 위해 외부인의 무단출입을 금지합니다. 외부의 찻잎이 라오반장촌으로 들어와서 라오반장 찻잎으로 둔갑하는 것을 막기 위해서입니다. 마을 입구에는 공안 복장의 경비원이 보초를 섭니다. 라오반장촌에는 114가구가 사는데, 대문 앞에 노반장 1호집, 2호집, 3호집… 이렇게 나란히 문패가 달려 있습니다.

라오반장촌 7호집 막내딸 샤오메이의 안내로 라오반장촌으로 들어갔습니다. 별장 같은 집들이 빼곡히 눈에 들어옵니다. 라오반장 보이차의 급부상으로 모두들 부유해지자 제일 먼저 한 일이 집을 새로 건축하고 외제차를 구입하는 일이었습니다. 늦게 집을 짓는 사람일수록 더 크게 더 화려하게 짓는다고 귀띔해 주었습니다. 첩첩산중의 오지에서 전 세계 차인들의 주목을 받는 보이차의 성지로 부상하기까지, 라오반장촌 20여 년의 역사가 바로 현대 보이차의 역사나 다름없습니다.



보이차계의 '명품' 으로 불리는 라오반장.

윈난 뿌랑산 라오반장촌에서 생산
찻잎이 두껍고 윤기, 차기운 왕성
산기운후 난향 · 화밀향이 백미로

라오반장촌 골목에는 돼지들이 강아지처럼 돌아다니고 있었습니다. 동과돼지라는 까맣고 작은 돼지입니다. 샤오메이는 멀리서 손님이 왔다고 미리 잡아서 준비해둔 동과돼지고기를 직접 요리해 주었습니다. 돼지에게 미안해서 못 먹을 것 같았지만 7호집 가족의 정성에 감사히 음식을 받았습니다. 그런데 음식을 준비하고 먹는 떠들썩한 과정에서 귀에 익숙한 단어들이 들려옵니다. 나, 너, 엄마, 아빠 …, 중국어로 대화할 때는 몰랐는데 가족들 간에는 하니족 말을 쓰니까 우리말과 똑같은 몇몇 단어들이 귀에 쏙쏙 들어왔습니다.

"하니족은 어떤 문자를 쓰나요? 하니족의 조상은 누구인가요?"

나의 질문에 뜻밖의 대답이 돌아옵니다.

"하니족은 라오반장 토착민이 아니고 먼 곳에서 이주해 온 이주민이에요. 하니족은 고유 언어는 있지만 문자가 없어요, 그래서 혼례복에 자수를 놓아 하니족의 역사와 이주경로를 남겼어요. 저도 할머니 혼례복을 어머니로부터 받아 간직하고 있어요. 지금은 자수도안을 해석할 수 있는 사람이 없지만요. 한 번은 어른들이 '하니족은 조선족이 있는 백두산에서 이주해 왔다' 고 말하는 것도 들은 적이 있어요."

실은 윈난성 다른 마을에서도 비슷한 말을 들은 적이 있었습니다. 옛날에 백두산 지역에서 윈난성으로 이주해 왔다고, 그래서 색동무늬나 백설기떡 등 친근한 전통이 윈난에 많이 남아있다고요.

라오반장 보이차는 고가입니다. 보이차계의 '명품' 이라고 할까요. 357g 차 한 편에 수백만 원을 호가합니다. 특히 중국경제의 급성장으로 '차이니즈 리치' 가 증가하면서 중국 현지의 수요도 채우지 못하고 있습니다. 라오반장은 앞으로 더욱 가격상승이 예측되고 있습니다. 누구나 마셔보고 싶은 차이지만 아무나 마실 수 없는 차가 되어가고 있는 현실이 참으로 안타깝습니다. 저는 다행히 오래전에 라오반장과 인연이 되어서 십수 년 간직해온 차들이 있습니다. 차복이 있어야 명차를 만날 수 있다는데, 귀한 차복에 감사기도가 절로 나옵니다.

소중하게 아껴둔 라오반장 한 편을 펼쳐봅니다. 차를 감싼 면지를 펼치자 벌써 차향이 그윽하게 퍼집니다. 찻잎은 두껍고 차기운이 왕성합니다. 크고 튼실하고 백호가 빼곡하고 윤기가 좔좔 흐르는 차를 보며 '찻잎이 참 잘 생겼습니다!' 감탄하면서 살살 해괴하여 1포, 2포, 3포… 10포, 고수차가 지닌 강렬한 산기운 뒤에 달콤하게 차오르는 난향 화밀향… 예전에 어떤 스님께서 이리 험한 산지에서 여러 사람의 노고를 통해 오는 귀한 명차를 받아 마시니 차 한 잔에 삼배를 해야겠다고 하셨는데, 오늘은 라오반장 보이차를 음미하며 여러 번 절을 해야 할 것 같습니다.

〈잇다it茶 대표〉