

용수 스님의 5분 명상

시간이 '삶'

피곤하면 쉬세요. 하지만 시간을 허비하지는 마세요. 시간을 허비하는 것은 삶을 허비하는 겁니다. 시간이 삶이기 때문입니다.

시간은 우리에게 주어진 가장 소중한 것뿐만 아니라 우리에게 주어진 유일한 것입니다. 깨어나기 위해, 다른 사람에게 도움이 되기 위해, 시간을 의미 있게 활용하세요. 이것이 우리가 바라는 충만함, 즉 행복입니다.





김종미 교수의 차와 사람을 잇다

② 대홍포 (大紅袍)

빨간 망토를 두른 차

연초에는 합격이나 승진 등 뭔가 좋은 소식을 기다리는 분들 많이 계시지요. 이번 호에서는 과거시험에서 장원급제 하도록 도와준 차, 중요한 협상에서 상대방의 마음을 움직였던 차, 빨간 망토를 두른 차, '대홍포(大紅袍)'를 소개하겠습니다.

1972년에 미국의 닉슨 대통령이 중국을 방문했을 때의 일이었다. 오랜 냉전시대를 끝내고 미국과 중국이 수교를 하는 자리였다. 전 세계의 이목은 닉슨과 마오쩌둥의 회동에 집중되어 있었다.

당시 마오쩌뚱은 이 역사적인 수교의 날을 기념하기 위해 닉슨에게 차(茶)를 선물했는데, 달랑 4량이었다. 4량은 중국적 단위로 200g, 차통 2개의 아주 적은 양이다. 선물을 받아든 닉슨의 얼굴에 당혹함이 스쳐지나갔다. 사실 미국 대통령으로서 죽의 장막에 둘러싸여 있던 중국을 최초로 방문한다는 사실이 쉬운 결정은 아니었다. 반대하는 의견도 적지 않았다. 수교 직전까지 서로는 최대 적이었다. 국가적 외교협상을 위해서는 지피지기까지는 아니더라도 최소한의 상대를 이해할 수 있는 문화적 맥락이 필요한데, 서로는 서로를 몰랐고, 서로를 이해할 수 있는 문화적 접촉이 전혀 없었다. 닉슨은 차 두 통의 의미를 어떻게 받아들여야 할지 몰랐다. 그 자리에 동석한 총리 저우언라이가 분위기를 눈치 채고 바로 말을 건넸다.

"이 차는 '대홍포'라는 차인데 황금보다 귀한 차요, 중국 전역에서 무이산에만 딱 6그루의 차나무가 있습니다. 올해 6그루에서 나온 차가 전부 합해 8량(400g)인데 그 중 반을 대통령께 선물로 드렸으니 빤삐쟝산(半壁江山)을 드린 것입니다."

빤삐쟝산은 영토의 반이라는 뜻이다. 대홍포 차 두 통을 선물한 뜻은 중국 영토의 반을 선물한 것과 같다는 뜻이다.

마오쩌뚱이 닉슨에게한 선물
차나무 무이산 6그루가 전부
황실 보호, 일반인 접근불가

화통한 저우언라이의 해석에 닉슨의 얼굴에는 미소가 번졌고 미 · 중수교의 협상은 성공적으로 진행되었다. 협상테이블에서 차(茶)가 중요한 역할을 하게 된 것이다.

중국은 과장법이 심한 나라다. 당나라의 유명한 시인 이백(李白, 701~762)이 자신의 흰 머리를 거울에 비춰보고 '백발이 3천 장이나 자라났네, 어디서 가을 서리를 이리 맞았을까' 라고 읊은 경우가 대표적이다. 3천 장(丈)은 9천 미터, 백발이 9천 미터나 자랐다니, 근심의 크기가 9천 미터라고 문학적으로 이해한다 해도 과한 표현이다. 이백의 백발삼천장과 저우언라이의 빤삐쟝산은 과장법의 심함이 거의 같은 수준이다. 차 200g이 빤삐쟝산이라니, 대홍포 차가 어떤 차이길래 국토의 반에 해당한다는 것일까.



무이산 바위틈에서 자라는 대홍포 차나무.

대홍포를 우리말로 풀어보면 '빨간 망토를 두른 차' 라는 뜻이다. 대홍포에는 전설이 있다. 명나라 때다. 어떤 선비가 과거시험을 보러 가다가 무이산을 지나게 되었다. 여러 날을 걸어서인지 복통이 심해져서 그만 쓰러지고 말았다. 마침 지나가던 스님이 따뜻하게 우린 차를 내어주었다. 그런데 차를 마시자 스르르 뒤엉킨 내장이 편안해 지는 것이 아닌가. 기운을 차린 선비는 그 길로 다시 과거시험을 보러 갔다. 선비는 과거에서 당당히 장원급제를 하였다. 선비는 생각할수록 자기를 살려준 스님과 차가 고마웠다. 그리고 어떤 차이기에 그리 신비한 효과가 있는지 궁금했다. 선비는 그때 그 스님에게 인사를 드리고 싶어 장원급제 행렬을 무이산으로 돌렸다. 우선은 스님에게 절을 하고, 장원급제를 하도록 도와준 차나무에게 자신이 두르고 온 빨간 망토를 둘러주었다. 빨간 망토는 장원급제의 상징이었다. 이때부터 사람들은 이 차나무를 '대홍포' 라고 불렀다.

어느 날 황후가 병이 났다. 백약이 무효했다. 그 소식을 들은 선비가 황제에게 대홍포 차를 헌상했다. 차를 마시자 신기하게도 황후의 병이 나았다. 이때부터 명나라 황실에서는 무이산으로 관리를 파견하여 차나무를 가꾸고 보살피도록 했다. 황실의 붉은 휘방을 두르고 보호를 받으며 황제가 마시는 공차가 되었다.

"명차는 명산에서 난다"고 했다. 산의 토질과 햇빛, 운무와 배수, 바람과 산기운 등 차나무를 둘러싼 환경이 찻잎에 고스란히 스미고 또 배어나기 때문이다. 와인에서는 이걸 떼루아라고 하는데, 와인에서 떼루아가 중요하듯이 차도 떼루아가 매우 중요하다. 대홍포의 산지 무이산은 세계자연유산이다. 평균 해발 1000미터의 산봉우리들 아래로 굽이굽이 구곡계가 흘러 풍경이 온화하고 수려하다. 구름의 고향이다. 햇볕이 충분하고 산이 깊고 운무가 발달하여 차나무 생장의 최적이다. 희귀식물과 희귀약초의 보고이다.

대홍포 모차수(원조차나무)는 무이산 바위 사이에서 6그루가 자란다. 여기에서 나는 대홍포는 일반인은 접할 수 없다. 반삐쟝산에 해당하는 고가여서 1980~90년대 만들어진 차들은 은행 금고에 보관되어 있다. 2006년부터는 보호차원에서 채엽이 금지되었다. 현재는 6그루 모차수를 무성생식으로 번식하여 대홍포 차를 생산한다. 진품은 여전히 고가이며 시장에는 가품이 많이 유통된다.

대홍포는 10차례의 정교한 제다과정을 거쳐 만들며, 대홍포 제다법은 중국무형문화재이다.

대홍포 한 잔을 우린다. 찻물의 빛깔을 탕색이라고 하는데, 대홍포의 탕색은 오렌지빛이 감도는 홍색이다. 탕색은 홍색이지만 홍차는 아니다. 발효도가 높은 우롱차이다. 무이산의 바위 기운을 묵직하게 바탕에 깔고 우롱차의 꽃향, 밀향, 과일향이 차례로 품어져 나온다. 어떨 때는 아주 살짝 고소한 버터향이 스치기도 한다. 대홍포를 음미하다 보면 차향은 코로만 맡는 것이 아님을 알게 된다. 차향을 온몸으로 맡는다. 특히 피부로 스민다. 찻잔을 들어 햇빛에도 비추어보고 찻잔 밑바닥까지 투명하고 영롱한 오렌지홍색을 감상하며 차 한 모금을 입에 담으면, 아까워서 삼킬 수가 없다. 한동안 머금고서야 사르르 삼켜본다. 한 잔의 차로 세상 부러울 것 없는 기쁨을 누린다.

〈잇다it茶 대표〉

"당신도 날씬해질 수 있다"

KBS 과학카페



이강옥 교수의 체질개선 해독 다이어트

박현숙 원장 출연(2010.2.6)

여자가 살빼기 더 힘든 이유

여성이 살빼기 더 힘든 것은 임신과 출산이라는 여성 본래의 역할로 남성보다 2배 이상의 체지방을 갖고 있기 때문이다. 최근 영양과다, 운동부족, 대사기능 장애 등으로 노폐물이 쌓여 임신전의 체중으로 복귀하지 않는 여성이 상당수이다. 또한 생리기간 동안 체내에 축적된 수분이 부종으로 바뀌어 체중이 증가하여 합병증과 암발생 등 고 위험을 수반하게 된다.

일상생활하며,
공복감없이
2주에 5-8kg 감량

체내 노폐물이 빠지며 건강체질로 바뀌는 효소 절식법

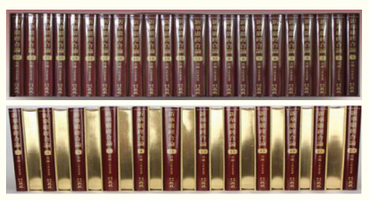
뚱뚱하다는 것은 단지 체내에 보기 싫은 지방만이 쌓인 것이 아니다. 오염된 환경에서 성장한 우리의 몸 속에는 노폐물이 장 속에 이끼처럼 숙변으로 쌓이고 간에 지방이 엉키고 혈관에 쌓여 혈액이 탁해지고 막히는 현상이 발생한다. 살빼는 약을 먹거나 단을 하여도 살은 빠진다. 그러나 무엇이 빠지느냐가 문제다. 체중은 줄이되 노폐물을 제거하고 줄여야 한다. 그렇지 않으면 손발이 저리고 숨이 답답하고 피는 더욱 탁해져 혈액순환 장애의 증상이 있다.

살아 숨쉬는 천연 비타민과 미네랄, 수억의 효소들을 인체에 공급하면 모든 장기들이 휴식을 취하면서 수십년간 쌓인독성 노폐물을 청소하고 지방을 분해하는 내과적 수술로써 체중 감량이 된다는 26년 임상실험!

초록원웰빙 02)523-0708 박현숙원장 010-7384-1708

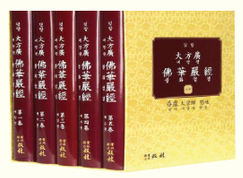
인터넷 검색창에서 초록원웰빙 을 치세요.

2020 탄허 대종사 역저서



신화엄경 합론
(新華嚴經 合論)

4×6배판 2도인쇄 세로쓰기
전체금장 12,424쪽.
합본23권
값1,610,000원



전 5권 전체금장
덧말 대방광 불화엄경(40품)

4×6배판 2도인쇄
가로쓰기
전5권 한질 값400,000원

이 책은 불교의 진수(眞髓)이며 고래 화엄종의 소의경전이다. 법화(法華)·열반(涅槃)과 함께 삼대경으로 손꼽히는 일승요의경으로써 요의경(了義經) 중에서도 가장 으뜸이다.
백천중류에는 바다가 가장 으뜸이고, 삼라만상에는 허공이 가장 으뜸이며, 일체 성현 중에서는 부처님이 가장 으뜸이고 일체 경교(經敎)에서는 화엄경이 가장 으뜸이다.
범부가 보살이 되고 부처가 되는 과정의 삼현십지와 불법의 신(信)·해(解)·행(行)·증(證)과 사법계·십법계·육상원융·십현문 등 가장 심오하고 광대무변한 법문이 이 경(經)·논(論)·소(疏)에 잘 설명되어 있다.
본 경은 80권 화엄경과 통현론 40권·청량국사 화엄소초 150권·회석 7권·현담 8권·보조국사의 원돈성불론 1권·계환선사의 화엄요해 1권과 탄허선사의 주석 등 총287여 권의 집대성이다.
이와 같이 화엄학을 집대성하여 수록하고 번역한 것은 유사이래 처음 있는 금자탑이니, 세계 어느 나라에서도 일찍이 없었던 귀중한 법보(法寶)중의 법보로써 크게 추앙받으리라.
우주와 인생을 꿰뚫어 볼 수 있는 진리는 오직 화엄경(華嚴經)뿐이다.

대방광 불화엄경(40품)을 덧말(음)을 달아 남(男)·녀(女)·노(老)·소(少)·유(有)·무식(無識) 누구나 수 읽어볼 있 한 번쯤게 단락을 달았습니다.약3,200쪽 분량으로 640쪽 1권 총5권 한셋트로 2도인쇄 전체 금장으로 영원히 유산이 될 수 있게 제작했습니다.어려운 한문 때문에 경을 못 보는 분들도 많으리라 생각되어 대방광 불화엄경 40품 594,741여자(餘字)를 원문과 동시 덧말(음)을 붙여 한글만 알면 누구나 한번쯤 독송할 수 있게 되었습니다.

본 화엄경은 가정에서
법보로 가보로 꼭 필요합니다.
본경전을 受持하면
돈과 시간이 절약됩니다.
譯經많은 他의 追從을 不許.



도덕경 (道德經)
4×6배판 2도인쇄 세로쓰기
고급양장 전2권 1.152쪽.
도덕경 고급양장 2권
140.000원



莊子南華經
(장자남화경)
4×6배판 고급양장 512쪽
탄허스님 육성 씨디포함
고급양장 1권 60.000원



주역선해 (周易禪解)
4×6배판 2도인쇄 세로쓰기
1.784쪽.
주역선해 3권
210.000원

도서출판 교림
http: www.tanheo.com
서울특별시 종로구 인사동4길17(경운동)
건국빌딩 건국관 202호

☎ (02)733~3334