

용수 스님의 5분 명상

고통과 알아차림

고통이란 자신에 대한 관심으로 가득 차 있는 거예요. 자신의 업에서 헤어나지 못 해요. 다른 사람을 위한 마음의 여유가 없어요. 마음의 고요함을 찾아야 해요. 생각을 느리게 해야 해요. 이 순간에 깨어 있을수록 마음이 유연해지고 여유로워져요. 자신의 업이 보여서 자유로워져요.

나타나는 현상에 사로잡혀 있는 것이 고통이에요. 나타나는 현상을 알아차리는 것이 명상이에요. 이 차이를 잘 아셔야 해요. 생각에 잠긴 것과 생각에서 깨어나는 것, 이 차이를 알고 깨어나는 것에 익숙해져야 합니다.

우리의 삶은 불만족과 우울과 불안에 기준을 두고 있어요. 알아차림의 힘을 키우지 않으면 달라지지 않아요. 자유와 평화와 알아차림에 기준을 둘 수 있어요. 명상으로 마음의 여유를 찾으세요. 늙어서, 죽을 때가 되어서 후회하지 마세요.





김종미 교수의 차와 사람을 잇다 ⑪ 아포차

천년 야생 차나무 싹눈으로 만든 차

백 년을 살지 못하는 인간이 천 년된 차나무와 사귐을 맺으려면 어떻게 해야 할까요. 천 년 야생 차나무에게 감사하는 마음으로 이른 봄에 정성스럽게 만든 아포차와 보이차를 우립니다. 차 한 잔을 마시며 천연 원시림 새벽의 맑은 공기, 숲내음. 옹달샘의 신선하고 달콤한 향을 음미하며 천 년 차나무가 들려주는 이야기에 귀를 귀울여 봅니다.

차나무는 신성한 대지의 아들딸입니다. 천연 원시림 다원에서 차를 만들다 보면 나무만 나무가 아니라 사람도 나무이구나, 풀벌레도 나무이고 들꽃도 나무이고 살아있는 것은 모두 나무이구나 하는 생각을 많이 하게 됩니다. 그래서 '시애틀 인디언 추장의 편지'를 읽고 크게 공감을 하였습니다. 시애틀은 원래 인디언 추장의 이름이었습니다.

'우리에게는 이 땅의 모든 부분이 거룩하다. 빛나는 솔잎, 모래 기슭, 어두운 숲속 안개, 맑게 노래하는 온갖 벌레들, 이 모두가 우리의 기억과 경험 속에서는 신성한 것들이다. 나무속에 흐르는 수액은 인간의 기억을 실어 나른다. 우리는 땅의 한 부분이고 땅은 우리의 한 부분이다. 향기로운 꽃은 우리의 자매이다. 사슴, 말, 큰 독수리, 이들은 우리의 형제들이다. 바위산 꼭대기, 풀의 수액, 조랑말과 인간의 체온 모두가 한 가족이다.'

내가 만일 차나무를 그림으로 그린다면, 나무만 그릴 것이 아니라 뿌리도 같이 그리겠습니다. 차나무는 하늘로 한 뼘을 자라면 땅 밑으로 뿌리도 한 뼘을 자란다는 말이 있습니다. 차나무는 위로는 광합성으로 태양의 에너지를 품고, 아래로는 한 때는 바다였다가 산이 된 수억 년 지구의 노래를 농축하여 찻잎으로 피워냅니다. 백년 된 차나무는 백년의 시간만큼, 천년 된 차나무는 천년의 세월만큼.

천 년 차나무에도 재배 차나무가 있고 야생 차나무가 있습니다. 학명이 '카멜리아 시넨시스(Camelliaslnensis)'인 차나무는 3000년 전부터 인류가 재배해 온 재배형 차나무에요. 재배형 차나무는 수형에 따라 키가 큰 교목종, 키가 작은 관목종이 있고, 잎의 크기에 따라 대엽종, 중엽종, 소엽종 등 30여 종이 있어요. 잎이 큰 대엽종은 보이차를 만들고, 잎이 중간인 중엽종은 우롱차를 만들고, 잎이 작은 소엽종은 녹차를 만들지요. 그런데 야생 차나무는 카멜리아 시넨시스의 30 여 종 안에 포함되지 않아요. 카멜리아 시넨시스와 조상관계의 나무에요.

야생 차나무의 사전적 정의는 '천연 원시림 속에서 자라는 백년에서 천년이 넘은 수령의 차나무로, 인간에 의해 재배된 적인 없는, 재배형 차나무와 친연관계에 있는 차나무이다.' 입니다.

야생 차나무는 재배형 차나무와 모습도 다릅니다. 수형(나무의 형태)으로 보면 직립형으로 곧장 위로 높이 자라서 가지를 뻗습니다. 찻잎도 거치(가장자리 톱니바퀴)가 발달하지 않았으며 찻잎 뒷면에 백호(흰털: 아주 마세한 가시로 벌레들로부터 자신을 보호)가 없고 꽃잎, 꽃술등이 재배형 차나무와 다른 특성이 있습니다. 이런 야생종 야생차는 차를 만들면 백호가 없어 검게 보입니다.



2021년 대설산 아포차(좌)와 2009년 천가채 아포차(우).

수색 맑고 차향은 풍부해
시간 흐를수록 향 깊어져

윈난의 홍토고원 일대에는 다양한 야생차 군락지가 희귀하게 발견되고 있습니다.

아생종 차나무는 대부분 차성이 강해서 차를 만들어 음용하기 적합치 않으나 그 가운데 10여 종은 맛과 향과 영양성분이 뛰어나서 명차로 각광을 받고 있습니다. 야생 차나무는 키가 십 미터에서 삼십 미터가 넘으니 차나무의 뿌리는 얼마나 깊을까요. 천 년의 세월동안 어떤 이야기를 품었을까요. 오늘은 윈난 홍토고원의 천 년 야생 차나무로 만든 아포차와 야생보이차를 소개하려고 합니다.

첫 번째는 '아포차(芽苞茶)'입니다. 아(芽)는 차싹이고 포(苞)는 차싹을 보호하는 떡잎입니다. 아포차는 이른 봄 2월 초 입춘 즈음에 떡잎 속에 차싹이 올라왔을 때, 그 떡잎에 싸인 싹을 따서 만든 차입니다. 재배형 차나무는 고차수라고 해도 떡잎이 빨리 탈리되는 반면, 야생 차나무는 대자연에서 자생하는 관계로 떡잎이 오랫동안 싹을 감싸고 있습니다. 차 한 모금으로 아! 하는 감탄을 하여본 적이 있으신가요? 수색이 너무 맑아서 순수한 물인지 차인지, 차가 우려졌는지 안 우려졌는지 구분이 가지도 않는데 한 모금을 입안에 머금는 순간 저도 모르게 탄성이 터져 나오는 그런 차, 수수한 모습 뒤에 화려한 향기의 반전매력을 품고 있는 차. 눈으로 보면 찻잎이 피기 전에 돌돌 말려있는 차싹을 닮았는데 향기는 꽃과 같아서, 복숭화꽃 오렌지꽃 난초꽃 온갖 꽃향이 터져나오는 것이 어찌나 상쾌한지, 차를 마시는 분들은 대부분 눈이 휘둥그레져서 '너는 누구니?' 하고 찻잎을 유심히 관찰합니다. 차향이 너무 풍부해서 인공향을 조제했는가 의심스러울 정도인데, 인공향이라면 두 세 번 우리면 맛이 싱거워지지만 이 차는 열 번을 우려도 맛과 향이 변치 않으니 내포성 면에서도 최상입니다.

아포차의 진짜 매력은 시간에 있습니다. 2021년 대설산 아포차가 젊은 맛, 복숭아빛으로 뺨이 물든 아가의 맛이라면 2009년 천가채 아포차는 깊이를 알 수 없는 그윽함, 천 년 고목의 산기운, 흙과 뿌리와 줄기와 잎이 조화를 이룬 향기, 그 뒤에 밀려오는 야생차만의 상쾌함. 시간이 흐를수록 더욱 향기로워지는 월진월향(越陳越香)의 마법이 천년 야생 아포차에서 드러납니다. (다음호에서 계속)

〈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)