

용수 스님의 5분 명상

환기

환기가 답이에요. 자신의 마음에도, 인간관계에서도 환기가 답이에요. 방 안의 공기가 탁하고 안 좋으면 창문을 열고 환기를 시키는 것처럼 마음이 답답하면 혼자 조용히 걷거나 어디로든 가 보세요.

또, 인간관계에서 답답한 상황이 생기면 잠시 답답한 관계에서 멀어져 보세요. 선의의 변명을 하고 만남을 자제해보세요. 그렇게 환기시키는 거예요. 환기가 되면 다시 만나고 싶을 수도 있고 아니면 안 만나는 것이 좋을 거라는 결정을 할 수도 있어요.

정기적인 모임도 가끔 쉬는 것이 좋아요. 처음에는 좋지만 너무 자주 만나면 갈등이 생겨요. 모임도 방도 환기가 필요해요. 물도 한 곳에 너무 오래 있으면 탁해져요. 사람도 마찬가지에요. 사람도 물도 움직여야 좋아요. 이곳에서 저곳으로, 저곳에서 이곳으로 흘러야 해요. 그래야 물도 사람도 신선해져요. 탁한 공기, 탁한 관계, 탁한 마음을 환기시켜 주세요. 공기도 관계도 마음도 환기만 시켜 주면 되요. 관계도 마음도 억지로 해결하려고 하는 것보다 적당한 때에 환기시키면 저절로 해결이 되요. 실은 해결할 게 하나도 없어요. 필요한 것은 '환기' 에요. 문제도 없고 답도 없어요. 이것이 반야바라밀이에요.





김종미 교수의 차와 사람을 잇다

⑧ 고차수 봉황단총

한모금 향기로 몸 속 세포 춤추게 해

바다에서 놀던 연어가 산란기에 고향강을 찾아 돌아오는 이야기는 유명하지요. 연어가 수천 킬로미터를 헤엄쳐 고향강을 찾을 수 있는 비결을 아시나요. 바로 향기입니다. 자기가 태어났을 때 처음으로 맡은 강물과 수초와 자갈의 냄새를 기억하고 그 냄새를 쫓아 고향으로 돌아오는 것입니다. 그래서 향기는 각인효과가 있다고 하지요. 우리 머릿속에 향기를 관장하는 뇌는 기억과 감정을 관장하는 뇌 사이에 붙어 있습니다. 그래서 어떤 향기를 맡으면 그 향기에 얽힌 기억과 감정이 무의식적으로 소환되는 것입니다.

차를 마실 때에는 어떤 기억과 감정이 소환되나요? 일기일회, 오직 이 한순간만을 사는 것처럼 모든 걸 내려놓고 차를 마시는 이 순간에 집중해 봅니다. 차의 향기와 더불어 좋은 생각 행복한 감정을 스스로에게 선물로 주면 그것이 무의식에 차곡차곡 각인되어 어느 날 부터인가는 차의 향기만 맡아도 마음이 쉬어지고 기쁨이 솟아나는 경험을 하게 됩니다.

차는 카멜리아 시넨시스(Camellia Sinensis)라는 학명을 가진 차나무의 찻잎으로 만든 것입니다. 차나무 찻잎이 차를 만드는 방법에 따라서 녹차도 되고 홍차도 되고 보이차도 됩니다. 찻잎으로 만든 모든 차 중에 '차의 향기에 가장 집중한 차' 가 우롱차이고, 그 중에서도 '봉황단총' 이 단연 최고입니다. 차의 향기로 한 모금만 머금어도 몸속의 세포들을 춤추게 만드는 차, 그것이 바로 봉황단총입니다.

봉황단총(鳳凰單叢)은 광둥성 봉황산에서 납니다. 봉황산은 화산이 폭발하여 우리나라 백두산처럼 산 정상에 움푹이

광둥성 봉황산 단일 고차수로
'향기'에 집중한 茶중 단연최고
당일 채엽·제다방식 전통으로

분화구가 있습니다. 천지처럼 크고 깊은 호수가 마치 봉황의 둥지 같다고 해서 봉황산이라고 부릅니다. 봉황산에 차나무가 재배된 역사는 송나라로 거슬러 올라갑니다. 북송 남송의 교체기에 송왕이 남쪽으로 도망을 가다가 봉황산에 이르렀습니다. 산중에서 목이 말라 입이 빠짝 타들어갔습니다. 산사람들이 왕에게 차를 드렸습니다. 왕이 한 모금 마시자마자 갈증이 바로 해소되고 입 안에 단침이 가득 솟았습니다. 과연 이 새의 부리를 닮은 찻잎이 무엇이길래 이토록 감미롭단 말이냐, 왕은 칭송을 하며 '송차(宋茶)' 라는 이름을 붙였습니다. 그래서 봉황산에는 송나라 때부터 내려온 차나무가 있습니다. 이를 송종(宋種)이라고 부릅니다.



고차수 봉황단총.

단총은 한 나무에서 나는 찻잎으로 만든 차라는 뜻입니다. 청나라 때에는 봉황산에 2만여 그루의 차나무가 번성했는데 차농들이 차나무의 품종을 과학적으로 연구하여 차의 품질이 뛰어난 차나무만을 선별하여 따로 심고, 한 나무에서 딴 찻잎으로 차를 만들어 판매하는 전통을 만들었습니다. 이때부터 봉황산에서 나는 좋은 차를 봉황단총이라는 이름으로 부르게 되었습니다.

"산은 높고 운무는 앞을 가리네. 연달아 맑은 날이 3일을 못 넘기고, 평평한 땅이 백 걸음을 못 채우네" 봉황산은 산이 높아 해가 비추는 시간이 짧고 일교차가 크고 운무와 강수량이 풍부합니다. 겨울이 일찍 오고 여름도 혹서의 무더위는 없습니다. 봉황산은 평지에서 정상으로 올라갈수록 흙의 성질이 바뀝니다. 평지의 차밭은 전답토, 산기슭은 적홍토, 높은 산은 황토와 홍토입니다. 산 정상에 가까울수록 더욱 비옥하고 토심이 깊으며 유기물과 미량원소가 풍부합니다. 봉황산의 떼루아는 찻잎에 폴리페놀과 방향물질이 풍부해지는 아주 좋은 조건을 갖추었습니다.

오늘날 봉황단총은 전답토의 평지 차밭은 차나무가 3년이 되면 찻잎을 따기 시작합니다. 하지만 봉황산 정상의 황토와 홍토에서 자라는 고차수는 다 합해야 3000여 그루 밖에 없습니다. 수령이 적어도 100년에서 수 백 년 이상 된 차나무를 고차수(古茶樹)라고 하는데, 고차수로 만든 봉황단총은 명차 중의 명차입니다. 고차수 봉황단총은 수 백 년 된 고차수 한 그루의 찻잎으로 당일 채엽 당일 제다의 전통 수공 방식으로 6차례의 공정을 거쳐서 만들어집니다. 고차수 봉황단총은 독특한 자연환경에서 오는 독특한 맛과 기운 산운(山韻)이 뛰어나서 매끄럽고 상쾌하고 차를 마시고 난 뒤에도 여운이 길게 남습니다.

봉황단총의 분류법은 여러 가지가 있지만, 향기가 가장 중요한 차이기 때문에 향기로 분류하는 방법이 보편적입니다. 밀란향, 야래향, 통천향, 황치향, 지란향, 계화향, 옥란향, 육계향, 행인향, 유화향, 압시향 등이 있습니다.

봉황단총 밀란향(蜜蘭香)은 꿀 밀, 난꽃 란을 써서 밀란향입니다. 꿀처럼 달콤하고 난향이 가득하다는 것이지요. 난향뿐 아니라 깊은 산 맑은 이슬에 담긴 온갖 꽃향기가 차 한 모금에 실크처럼 우아하고 화려하게 피어오릅니다.

봉황단총 야래향(夜來香)은 밤 야, 올 래를 써서 야래향입니다. 밤에 더욱 깊어지는 향기라는 뜻이지요. 차를 마시다보면 깊은 밤 홀로 마실 때 차의 향기가 가장 매혹적으로 다가옵니다. 농익은 열대과일 향이 길게 여운을 남깁니다.

봉황단총 통천향(通天香)은 통할 통, 하늘 천을 써서 통천향입니다. 하늘에 통하는 향기라는 것이지요. 차의 향기가 얼마나 진실하면 하늘에 닿을까요. 보름달을 머금은 듯 매끄럽고 풍요로운 향기와 단전에서 천문까지 퍼지며 올라오는 산기운이 과연 명차 중의 명차입니다.

차 중에는 조용히 음미해야 향을 내어주는 차가 있고 언제나 향기에 취하게 만드는 차도 있습니다. 고차수 봉황단총은 언제 어디서 누가 마셔도, 달고 상쾌하고 감미롭고 섬세하고 화려함에 감탄하는 차, 산기운이 끝이 없는 차, 그래서 한 모금만 머금어도 한껏 행복감을 느끼게 해주는 신선의 차입니다.

〈잇다it茶 대표〉

Go! Inside
마음을 바꾸는 시간, 고 ! 인사이드

마음을 바꾸는 시간 Go! inside 첫번째 강연

코로나가 던진 화두
박으로 나갈 수 없다면,
마음으로 들어가라

BTN불교TV가 준비한 비대면 대중강연

2021. 5. 1 (토)
14:00 ~ 16:00


박문호 박사 / 뇌과학자

1번째 연사
코로나 시대,
과학을 배워야 하는 이유
2021. 5. 1(토) 14:00 - 15:00
과학이 밝혀낸 코로나 시대의 본질과
과학을 통해 들여다 본 마음의 본질


원제스님 김천 수도암

2번째 연사
질문하는 삶,
우리는 무엇을 물어야 하나?
2021. 5. 1(토) 15:00 - 16:00
간화선 수행자가 던지는 일상의 화두 찾기와
흔들리는 마음 다스리는 방법

한국불교 대표방송 BTN

NOTICE
· Go! Inside 강연 참가는 BTN불교TV 홈페이지를 통해 참가접수를 한후 행사 당일 개별적으로 온라인 강의를 수강할 수 있는 줌 링크를 받을 수 있습니다.
· Go! Inside 강연은 유료강연입니다.
· 자세한 내용은 불교TV 홈페이지(www.btn.co.kr)를 참고하시기 바랍니다.