음식과 수행

5월의 제철음식

‘골고루’ 먹는 것이 제철음식을 먹는 것

날이 따뜻해지면서 춘곤증을 호소하는 사람도 있고 또 일상생활을 하면서 조금씩 쳐지는 요즘, 특히나 5월은 가정의 달인 만큼 가족이 함께 모여 제철음식으로 건강을 챙겨봄이 어떨까. 식물은 자연계에서 사계절의 변화에 가장 민감한 생물이며 사람은 물론 동물이나 작물도 계절의 변화에 적응해가며 계절마다 조금씩 다른 영양소를 품게 되는데 흔히 제철음식이라 부르는 식재료는 그 계절에 필요한 영양분이 가장 많이 함유되어 있다. 최근에는 작물공법의 발달로 다양한 식재료를 언제 어디서나 구할 수 있지만, 제철이 아닌 음식에는 계절에 필요한 영양분이나 기운이 부족한 경우가 있다. 바로 여기에 우리가 제철음식을 찾는 이유가 있다고 하겠다. 흔히 사람들은 건강을 지키기 위해서 ‘골고루’ 먹으라고 하는데 ‘골고루’라는 표현을 가짓수를 많이 다양하게, 혹은 몸에 좋은 음식을 많이 먹는 것으로 생각하기 쉽다. 하지만 골고루 먹는다는 참된 뜻은 제철음식을 때에 맞춰 먹는 것이다.

건강하게 살기 위해서는 음식, 물, 공기, 빛 등 생태학적 조건이 건강해야 하는데 그 가운데 음식은 우리의 일상과 가장 긴밀한 관계를 맺으며 건강에 지대한 영향을 미친다. 흔히 건강을 이야기할 때 단편적으로 몸의 건강함만을 말하기 쉽지만, 몸과 마음은 하나의 유기적인 통합체라고 봐야 한다. 여기서 음식을 섭취하는 행위는 몸과 마음 모두에 영향을 미치고 또한 이를 변화시킬 수 있는 가장 중요한 일상적인 창조 행위라고 봐야 할 것이다.

사람이 살면서 얻게 되는 병들은 잘못된 식습관이 오랜 시간을 거치면서 얻어지는 결과물이라고 하겠다. 반대로 말하면, 우리의 땅과 자연에서 거둔 제철음식을 건강하게 조리하여 먹는 습관을 꾸준히 체득한다면 건강하게 살 수 있을 것이다. 몸의 건강은 우리가 평화로운 마음으로 살아가도록 하는 중요한 조건 중의 하나이다. 물론 몸이 건강하지 않아도 반드시 불행한 것만은 아니다. 하지만 몸을 잘 다스리면 마음의 고요는 쉽게 다스릴 수 있다. 그리고 몸을 다스리려면 맑고 건강한 음식이 필요하다. 이쯤 해서 5월의 제철음식에 대해 알아보자.

첫째, 다슬기

다슬기는 5월에 가장 싱싱하고 맛이 좋다. 영양면에서는 아미노산의 함량이 높아 간 기능을 돕는 데 제격이다. 해장을 위해 많은 분이 다슬기 해장국을 찾는 이유가 여기에 있다. 된장찌개, 라면 등에 넣어 먹어도 시원한 맛을 즐길 수 있다.

둘째, 멍게 (사진 참조)

바다의 파인애플이라 불릴 만큼 상큼하고 시원한 맛을 낸다. 4월부터 살이 찌기 시작해 5~6월에 맛이 제일 좋아지는데 타우린 성분이 풍부해 성인병을 예방하고 체내 콜레스테롤 수치를 낮춰준다. 노화 방지나 성인병 예방에도 좋다.

셋째, 오이

95%의 수분을 가져 청량감을 주는 오이는 갈증 해소에 좋으며 칼륨이 풍부해 나트륨과 노폐물을 배출시켜 몸의 건강을 유지해 준다.

넷째, 취나물

취나물 100g당 칼슘 함량이 124mg이나 많이 들어 있어 뼈 건강에 좋다. 또한 고기가 탈 때 발생하는 발암물질을 80% 이상 억제하는 효과가 있으니 고기를 구워 드실 때 상추뿐만 아니라 취나물도 권장한다. 단, 취나물은 수산이 많아서 몸속 칼슘과 결합하여 결석을 유발할 가능성이 있으므로 볶아 섭취하는 것이 몸에 더 좋다.

다섯째, 매실

구연산, 주석산 등의 다양한 유기산이 함유되어 있어 피로 해소와 소화불량에 효과가 좋다. 보기만 해도 상큼한 매실로 5월의 춘곤증을 이겨보자.*

이승우 기자

海印

한국의 보물, 해인〈28〉

제2부 한국불교와 해인신앙

사명당이 서산대사에게 받은 해인

『임진록』의 이본들 가운데 유일하게 『흑룡일긔(黑龍日記)』에만 해인(海印)에 대한 이야기가 나온다. 『흑룡일긔』는 백순재씨(白淳在氏) 소장본으로 표제가 “흑룡일긔”로 되어 있는 등사본이다. 이 책은 총 40면(面), 매면(每面) 16행(行), 매행(每行) 25자(字) 내지 30자(字)의 순국문체 필사본이다. 소재영은 이 책의 구성상의 특색을 허구성 보다는 사실성이 강하다는 점, 통신사들의 엇갈린 보고를 싣고 있다는 점, 임진왜란의 원인을 당쟁(黨爭)이라고 파악한 반성적 기술이 중심이라는 점 등으로 파악하였다.

『흑룡일긔』에는 가등청정(加藤淸正), 소서행장(小西行長), 흑전장정(黑田長政), 논개(論介), 계월향(桂月香) 등에 관한 인물 묘사도 있기 때문에, 유성룡(柳成龍, 1542 - 1607)이 지은 『징비록(懲毖錄)』 등의 역사적 사료를 중심한 기전체(紀事體)에 바탕을 둔 이본이라고 평가할 수 있다.

결국 『흑룡일긔』는 역사적 사실을 바탕으로 하고, 여기에 의도적인 설화를 가미한 『임진록』의 이본이다.

이제 『흑룡일긔』에서 해인에 대해 언급한 부분을 살펴보자.

--- 짐이 --- 이졔 생각건대 묘향산에 잇는 휴졍대ᄉᆞ가 도슐이 고명ᄒᆞ고 아난 닐이 만은지라. 이 ᄉᆞ람을 왜국에 보내여 항복을 밧은 후 죠공ᄀᆞᆺ지 밧게 ᄒᆞ리라 ᄒᆞ시고, 직시 휴졍대ᄉᆞ를 피죠ᄒᆞᄉᆞ 왜국에 다녀올 의논을 ᄒᆞ시니라.

이 휴졍대ᄉᆞ는 --- 임진년 왜난을 당ᄒᆞ야 팔도 ᄉᆞ찰에 즁을 모집ᄒᆞ야 의병대장이 되야 공뇌가 이셧슴으로 션교의 도총셥을 삼으시고, 또ᄒᆞᆫ 셔산대ᄉᆞ라 ᄒᆞ야 묘향산의 쳐ᄒᆞ야 년기가 칠십여세로 대 동안 화발에 긔운이 씩씩ᄒᆞ야 셰상의 둘여울 거시 읍난지라.

임진 이후로 ᄒᆞᆫ가이 거쳐ᄒᆞ야 공부에 진심ᄒᆞ야 그 산즁의 옥셕을 읏어 쳔지 됴화와 음양 오행과 일월 도슈와 강산졍긔와 둔갑쟝신ᄒᆞ난 법을 모아 그 옥셕의 색이고, 또ᄒᆞᆫ 대를 읏어 고깔을 만드되 이 대는 젼라도 졔쥬 한라산 상상봉에셔 천년 풍상을 격다가 ᄉᆞᄉᆞ로 마른 대라.

그 대를 읏어 고깔 모양을 만드되 그것슨 치운 때에 쓰면 더웁고, 더운 때에 쓰면 셔늘ᄒᆞ고, 바다를 임ᄒᆞ면 육지가 되고, 산을 님ᄒᆞ면 평지가 되고, 열흘을 굴머도 기ᄒᆞᆫ을 모로난 물건이뫼, 이거슨 녯날 달마죤ᄌᆞ와 셕가여래의 끼친 법으로 휴졍대ᄉᆞ가 제죠ᄒᆞ야 그 옥셕의 일흠은 해인이라 ᄒᆞ고, 그 고깔일흠은 대탈이라 ᄒᆞ야 합쳔 해인ᄉᆞ 팔만대장경 책판 속에 감춘와 일후의 나라에 큰닐이 잇스면 ᄒᆞᆫ 번 시험ᄒᆞ리라 ᄒᆞ고, 그 졀 일흠을 곳쳐 해인ᄉᆞ라 ᄒᆞ엿더니, 잇 때를 당ᄒᆞ여 셔산대ᄉᆞ가 국왕에 명을 밧들어 왜국 ᄉᆞ신을 갈새 --- 단독 일신으로 해인과 대탈을 힝쟝의 간슈ᄒᆞ고, 가ᄉᆞ를 메이고 청녀장을 집고 완완이 행할새, 일흠을 다시 고쳐 ᄉᆞ명당이라 ᄒᆞ니 이거슨 쳔지와 음양의 니치를 응ᄒᆞ여 지은 일흠이라. ---

『흑룡일긔』에 나오는 해인은 신비한 보물이다. 임진왜란 때 의병장으로 활약했던 휴정(休靜, 1520 - 1604) 대사가 묘향산에서 공부에 진력하다가, 그 산에서 나는 옥석(玉石)을 구해 “천지조화(天地造化)와 음양오행(陰陽五行)과 일월도수(日月度數)와 강산정기(江山精氣)와 둔갑장신(遁甲藏身)하는 법(法)을 모아 새긴 물건”이 바로 해인(海印)이다.

이 해인은 휴정대사가 달마존자(達磨尊者)와 석가여래(釋迦如來)가 전하신 법에 따라 만든 것이다. 해인을 만든 휴정대사는 해인을 합천 해인사 팔만대장경 책판 속에 감추어두었는데, 훗날 나라에 큰일이 있으면 쓰일 것이라고 예언했다.

그 후 휴정대사는 왜국에 가서 항복을 받고 조공을 받아오라는 임금의 명령을 받는다. 이에 휴정대사는 팔만대장경 책판 속에 감추어두었던 해인과 대탈을 가지고 혼자서 왜국으로 건너간다. 휴정대사는 왜국으로 가면서 천지와 음양의 이치에 응해 자신의 이름을 사명당으로 고친다.

『흑룡일긔』에 불법(佛法)으로 상징되는 “달마존자와 석가여래의 법”으로 만들어졌다는 신기한 보물인 해인이 해인사라는 불교 건축물에 보관되어 있었으며 더욱이 팔만대장경 책판 속에 감추어져 있었다는 내용이 있는 것으로 볼 때, 해인은 불교의 교리와 인식체계에서 상정된 보물이 분명하다. 그리고 해인을 만들었고, 해인을 가지고 조화를 부리는 인물도 불교의 승려이다. 그런데 『흑룡일긔』에는 휴정대사가 사명당과 동일한 인물로 등장한다는 점이 독특하다.

--- 슈길이 왈 그대가 임진년의 의병장이 되여 나의 진즁에 왕내ᄒᆞ시든 셔산대사가 아니시닛가? 대ᄉᆞ 대 왈 나는 승호가 ᄉᆞ명당이오, 셔산대ᄉᆞ는 나의 스승이시니 각 ᄉᆞ찰의 닐이 만ᄉᆞ와 날을 대신 보내셧노라. ---

위의 인용문은 휴정대사가 사명당으로 이름을 바꾸었다는 앞에서 살펴본 인용문의 기록과는 상반되는 내용이다. 이제 서산대사(휴정대사)가 사명당의 스승으로 등장했다. 앞의 인용문은 필사자의 착오이거나 그들의 관계가 동일인으로 처리해도 좋을 만큼 밀접했었다는 사실을 강조하기 위한 표현으로 보인다.

『흑룡일긔』에 의하면 묘향산의 옥석(玉石)으로 만든 ‘해인(海印)’과 한라산 정상의 대나무로 만든 고깔인 ‘대탈’은 신비한 조화력을 가지고 있는 보물이다. 이 두 가지 보물을 지닌 사명당은 마침내 왜왕의 항복을 받아냈다. 사명당을 죽이려고 여러 번 시도했던 왜왕 수길(秀吉)은 계속 실패하고 말았다.

결국 사명당은 왜국의 수도인 경도(京都)를 수중(水中)에 함몰시켜 왜왕의 항복을 받아내고, 매년마다 인피(人皮) 300매와 고환(睾丸) 300쌍을 우리나라에 조공으로 바칠 것을 약속받은 다음, 파굴된 왕릉의 시신 크기에 해당하는 백금관(白金棺) 등을 항복의 증거물로 받아가지고 돌아왔다.

여기서 사명당은 해인의 조화력에 의해 불과 한 달 만에 일본왕의 항복을 받아온 것으로 이야기된다. 사명당이 일본을 제압하는 과정에서 신비한 조화력을 발휘한 해인은 다시 해인사에 감추어진다.

--- 묘향산으로 도라와 해인은 도로 해인ᄉᆞ의 감쵸와 두고, 대탈은 해인사 앞혜 셕탑 쇽의 두어, 일후에 혹시 쓸 ᄉᆞ람이 잇슬가 ᄒᆞᆷ이오. 그 후의 셔산대ᄉᆞᄂᆞᆫ 생불이 되여 간 곳을 아지 못ᄒᆞ며, 왜국 인민들은 --- 집집마다 ᄉᆞ명당을 위ᄒᆞ야 긔도를 ᄌᆞ죠ᄒᆞ더라. ---

해인을 해인사에 감춘 서산대사(사명당)는 국왕께 왜적의 침략이 재발할 것을 경계하고는 생불(生佛)이 되어 이 세상을 떠나 어디론가 사라진다. 『흑룡일긔』의 마지막에는 정유재란(丁酉再亂)의 발발과 왜병의 격퇴과정이 신비스럽게 적혀 있다.

왜적이 진을 친 곳에 밤이 되면 병기가 못 쓸 정도로 변하며, 쥐 떼가 들끓어 화살과 활시위를 썰고, 총구멍에도 물이 가득하여 탄환을 적셔버리는 하늘의 조화가 있었다는 내용이다. 결국 왜적은 대패하여 살아서 돌아가는 사람이 거의 없을 정도였다고 글을 마무리한다.

어쨌든 해인에 대해 언급하는 『임진록』의 이본은 「흑룡일긔」 뿐이다. 흔히 다른 『임진록』에는 사명당이 주문을 외우고 부적을 사용하거나, 조선에 있는 서산대사의 법력을 빌려 왜왕의 간교한 책략을 물리칠 수 있었다고 설명된다.

한편 서경보의 『역사소설 서산대사』(1972)에는 서산대사가 사명당에게 “시집(詩集)과 엽낭주머니”를 주었다고 한다. 여기서 엽낭주머니에는 후일에 요긴하게 필요할 포적자(抛擲子)라는 과일, 천년된 잣나무의 잎사귀, 신비한 물을 얻을 수 있는 방법 등이 들어있었다고 이야기된다.

그런데 대부분의 『임진록』에서 사명당은 천민 신분인 승려출신이면서도 탁월한 도술을 지녔으며, 애국적인 사상과 민중적 세계관을 지닌 영웅적 풍모의 19세의 청년으로 그려진다. 사명당이 도술로써 왜왕을 항복시키고 이룬 세계의 질서는 중화중심적(中華中心的) 봉건질서가 아니다. 옥황상제가 질서의 정점에 있고, 조선은 생불(生佛)이 있는 부처국이고, 일본은 천상에서 죄를 짓고 적강(謫降)한 왜왕이 있는 세계로 표현된다. 따라서 일본은 부처국인 조선을 섬겨야 하는 당위성이 있다.

그렇다면 이제 실존했던 역사인물로서 사명당의 행적을 살펴보면서 설화의 허구(虛構)와 그 의미에 대해 알아보자.*

김탁 박사 / 신종교 연구가

열린토론광장 신학동네

NAME 주님사랑

SUBJECT 다윗왕조 이전에 사용한 원시 히브리어?

HOMEPAGE

라오즈산(시내산) 암각화에 새겨진 3500년 전의 고대 문자를 해독하다

유튜브 제목 <Shabbat Night Live #2, Red Sea Crossing, Kevin Fisher, Mt. Sinai>에서 동영상 한 고고학 분야의 박사들에게 라오즈산(시내산)의 암각화 사진을 전달하여 그 속에 새겨진 고대 시내산 암각화의 고대문자를 해독하지 못한 것 같았다. 그런데 필자가 그 암각화에 새겨진 고대 당)에 새겨진 문자와 똑같았다. 그리하여 이스라엘의 왕조시대(다윗왕, 솔로몬왕) 이전의 모세 브 문자임을 확인할 수 있었다.

https://kin.naver.com/open100/detail.nhn?d1id=11&dirId=111005&docId=1496994&qb=7lu search_sort=0&spq=0&pid=Ud5uTlpVuFRsssOQn9ssssssH0-185477&sid=e%2BWfHCJ5SIB

성경 사사기 18장을 자세히 읽어보면 단지파의 정탐꾼 다섯 사람이 제사장 요나단을 만나 “우리 이 형통한지 하나님께 물어보시오!”라고 부탁했을 때, 요나단은 하나님으로부터 축복의 응답을 인도하실 것입니다.”고 그대로 일러주는 장면이 나온다. 이렇게 제사장 요나단의 기도가 하나님 와 거리가 먼 사람임을 입증하는 것이다.

미가의 우상숭배 사건시기

미가가 은돈 천백 냥으로 조각한 신상과 주조한 신상에 은(銀)도금을 하였던 사건시기가 여호수 해당된다. 이스라엘 백성들이 가나안을 정복하자 여호수아에 의해서 이스라엘 12지파의 기업 사람도 다 그 조상들에게로 돌아갔고 그 후에 일어난 다른 세대는 여호와를 알지 못하며 여호 자손이 여호와의 목전에 악을 행하여 바알들을 섬기며 애굽 땅에서 그들을 인도하여 내신 그들 위에 있는 백성의 신들을 따라 그들에게 절하여 여호와를 진노하시게 하였으되 곧 그들이 여호

그리고 모세의 손자 요나단이 미가 집안의 제사장으로 들어갈 때, 요나단이 아직 청년이었다는 전쟁을 치른 지 얼마 지나지 않은 시기임에 분명하다. 요나단의 할아버지 모세는 나이 40세에 때, 그는 미디안의 제사장 이드로의 딸 십보라와 결혼하여 첫아들을 낳게 되자 “내가 타국에서 그녀 또는 종’이라는 게르솜(Gershom)으로 지었다. 그러니까 모세는 미디안 광야에서 떠돌이 제사장의 일곱 딸과 인연되어 그 제사장의 집안에서 살게 되었지만 아마도 양치기로서의 종살 에 감동한 제사장 이드로가 기꺼이 그 딸 십보라를 주어 사위로 삼았으리라. 모세와 십보라 사 의 가나안 정복 10여 년 전에 시내 광야에서 요나단을 낳았음에 분명하다.

모세의 후손이 한국에 살고 있다!

모세의 손자요 게르솜의 아들인 요나단과 그의 자손은 단 지파의 제사장이 되어 (삿 18:30)

성경 사사기 18장을 자세히 읽어보면 단지파의 정탐꾼 다섯 사람이 제사장 요나단을 만나 “우리 단지파 백성들이 살 곳을 찾는 중인데 우리가 가고 있는 길이 형통한지 하나님께 물어보시오!”라고 부탁했을 때, 요나단은 하나님으로부터 축복의 응답을 듣고 “평안히 가십시오. 하나님께서 여러분이 가는 그 길을 인도하실 것입니다.”고 그대로 일러주는 장면이 나온다. 이렇게 제사장 요나단의 기도가 하나님께 상달되고 하나님의 응답을 받는다는 것은 그가 우상숭배와 거리가 먼 사람임을 입증하는 것이다.

미가의 우상숭배 사건 시기

미가가 은돈 천백 냥으로 조각한 신상과 주조한 신상에 은(銀)도금을 하였던 사건 시기가 여호수아의 임종 직후에서 이스라엘의 사사시대가 도래하기 전에 해당된다. 이스라엘 백성들이 가나안을 정복하자 여호수아에 의해서 이스라엘 12지파의 기업 분배가 이루어졌다. 그리고 여호수아가 110세에 죽자, 그 세대의 사람도 다 그 조상들에게로 돌아갔고 그 후에 일어난 다른 세대는 여호와를 알지 못하며 여호와께서 이스라엘을 위하여 행하신 일도 알지 못하고 이스라엘 자손이 여호와의 목전에 악을 행하여 바알 우상을 섬기며 애굽 땅에서 그들을 인도하여 내신 그들의 조상들의 하나님 여호와를 버리고 다른 신들 곧 그들의 주위에 있는 백성의 신들을 따라 그들에게 절하여 여호와를 진노하시게 하였으되 곧 그들이 여호와를 버리고 바알과 아스다롯을 섬겼다(삿2:10~13)고 한다.

그리고 모세의 손자 요나단이 미가 집안의 제사장으로 들어갈 때, 요나단이 아직 청년이었다는 점도 여호수아의 지휘 아래 이스라엘의 7년간의 가나안 정복 전쟁을 치른 지 얼마 지나지 않은 시기임에 분명하다. 요나단의 할아버지 모세는 나이 40세에 애굽을 탈출하여 미디안 광야에서 40년 동안 도피생활을 할 때, 그는 미디안의 제사장 이드로의 딸 십보라와 결혼하여 첫아들을 낳게 되자 “내가 타국에서 객이 되었음이라”고 신세를 한탄하며 그 첫아들의 이름을 ‘나그네 또는 종’이라는 게르솜(Gershom)으로 지었다. 그러니까 모세는 미디안 광야에서 떠돌이 생활을 10년 내지 20년 동안 하다가 어느 우물가에서 미디안 제사장의 일곱 딸과 인연이 되어 그 제사장의 집안에서 살게 되었지만 아마도 양치기로서의 종살이를 10년 가까이 한 것으로 보인다. 그리하여 모세의 성실함에 감동한 제사장 이드로가 기꺼이 그 딸 십보라를 주어 사위로 삼았으리라. 모세와 십보라 사이에서 태어난 첫째 아들이 게르솜인데, 그 게르솜은 이스라엘의 가나안 정복 10여 년 전에 시내 광야에서 요나단을 낳았음에 분명하다.

요나단은 원래 단지파를 위한 제사장으로 뽑힘

모세의 손자 요나단이 유다 기업에 속한 베들레헴을 떠나 에브라임 산지의 미가 집으로 갔다(삿 17:8)고 하여, 요나단이 레위사람으로서 유다지파를 위한 제사장이었다고 단정하기 쉽다. 그러나 유다지파를 위한 제사장으로서의 레위 가문은 아론의 자손이므로(수 21:4), 모세의 자손 요나단은 유다 기업에서 레위 사람의 제사장을 위해서 내어준 성읍과 목초지에서 거주할 수 없었다. 또한 요나단이 임시로 거주했던 베들레헴 역시 레위 자손에게 주어진 성읍들과 목초지들에 해당되지도 않는다(수 21: 9~16).

레위지파 그핫의 가문 가운데 아론에 속한 사람들을 제외한 사람들 즉, 모세의 자손과 고라의 자손은 에브라임 지파의 가족과 단 지파와 므낫세 반 지파 중에서 제비 뽑은 대로 열 성읍을 받았다고 한다(수 21:5). 훗날 유명한 제사장 사무엘이 에브라임의 땅에서 출생한 점과 사무엘이 고라의 자손이라는 점을 비추어 볼 때, 단 지파의 기업에서 레위 제사장을 위해서 내어준 성읍들과 목초지에서 거주할 레위 사람은 그핫 가문 가운데 모세의 자손으로 귀결된다. 그런데 단 지파의 기업에는 블레셋이 차지하고 있었기 때문에 모세의 자손들이 살 수 없었다.

비록 모세가 가나안 땅을 목전에 두고 느보산에서 죽었지만 그의 손자 요나단이 단지파와 함께 함으로써, 모세의 후손이 진짜 가나안 복된 땅이요 새예루살렘이 되는 한반도에 들어와 살고 있으니, 광야에서 만나를 내리던 모세 자신이 예언한 대로 ‘모세와 같은 선지자(행 3:22)’가 단지파에서 나옴은 필연임에 분명하다.*

출처: 열린토론광장 『신학동네』