

■ 괴운(槐雲) 칼럼



담언미중(談言微中)

권 해 조(權海兆, 한국국방외교협회 고문·복야공파 36세)

'완곡한 말로 정곡(正鶴)을 찌른다.'는 뜻의 담언미중(談言微中)이란 고사성어(故事成語)가 있다. 중국 진(秦)나라에 우스운 이야기를 잘하는 우전(優諫)이란 사람이 있었다. 키는 작았지만 그가 하는 우스운 말 가운데에는 사람들에게 깨우침을 주는 도리(道理)가 들어있어 있어 진시황도 그를 아주 좋아했다.

어느 날 진시황은 황제의 수렵림(狩獵林)을 넓혀 동쪽으로 함곡관(函谷關), 지금의 하남성 영보현 북동쪽에서 서쪽으로 웅(雍, 지금의 섬서성 봉상현 남쪽) 까지 넓히려 했다. 그러자 우전이 "좋습니다. 그곳에 다 많은 짐승을 기르다가 적군들이 동쪽으로 침범해 오면 사슴들로 하여금 뿔로서 적을 막아내기에 충분합니다"라고 간언하였다.

진시황은 이 말을 듣고 웃으면서 자신의 계획이 좋지 않다고 생각하고 즉시 중단하였다. 이렇듯이 우전의 우회화법이 진시황의 잘못된 계획을 수정하도록 한 것이다.

그리고 이와 관련된 '말투는 그릇의 역할을 한다.'는 말이 있다. 춘추전국시대 제(濟)나라 유명한 정치가 안영(晏嬰)이 제나라 왕 경공(景公)을 모실 때 이야기다. 어느 날 왕이 사냥을 나갔는데 사냥지기가 자신의 임무를 다하지 못하고 부주의로 왕이 사냥한 사냥감을 잃어버렸다. 왕은 화가 나서 그 자리에서 사냥지기의 목을 베라고 명령하였다. 같이 사냥을 갔던 주변 신하들은 모두 어찌할 바를 모르고 바라만 보고 있었다. 이때 안영은 경공에게 직접 충고하지 않고 우회하는 전술인 <우직지계(迂直之計)>를 선택했다. 곧장 가는 것 보다 우회하는 것이 효과적이란 <손자병법>에 나오는 계책이다.

안영은 사냥지기를 끌고 나오라고 해서 그에게 큰 소리로 세 가지 죄목으로 추궁하기 시작했다. "너는 세 가지 죄를 범했다. 첫째는 너의 맙은 바 임무인 군주의 사냥감을 잃어버렸다. 두 번째로 더 큰 잘못은

군주로 하여금 한낱 사냥감 때문에 사람을 죽이게 했으니 부덕한 군주로 만든 것이다. 세 번째는 우리 군주가 사냥감 때문에 사람을 죽였다는 소문이 퍼지면 세상 사람들에게 한낱 사냥감 때문에 사람을 죽인 군주라고 비난을 받게 만드는 것이다. 네가 이렇게 하고도 살아남기를 바라느냐?"고 하였다.

안영이 사냥지기를 주공하는 말 속에는 우회하여 군주에게 말하는 것이었다. 왕은 자신이 사냥지기를 죽이면 그 결과가 좋지 않을 것임을 깨닫게 되었다. 그리고 자신의 사냥감 때문에 분노가 지나쳐서 사람을 죽이는 어리석음을 범하고 있다는 것을 깨닫고 사냥지기를 그냥 놓아주라고 지시하였다. 안영은 자신이 모시는 주군과 직접적인 충돌을 하지 않고 우회적인 방법으로 신하된 도리를 다하고 자신의 군주를 올바를 길로 인도하였다.

이와 같이 세상사는 다 그런 것은 아니지만 곧장 하는 직설화법보다는 돌려서 말하는 우회화법이 더욱 치밀로울 때가 많다. 세상에는 유난히 언변술이 뛰어난 사람들도 있다. 같은 말이라도 목소리가 부드러운 탓도 있지만 직설적이 아니고 우회적인 표현으로 본인의 의사전달을 할 때 좋은 효과를 거둘 수 있다.

물은 유리컵에 담으면 마시는 물이 되고, 세수그릇에 담으면 씻는 물이 된다. 어떤 그릇에 담느냐에 따라 그 용도가 결정된다. 말에도 말투가 그 역할을 한다. 같은 말을 해도 상대방에게 어투가 통증스럽거나 공격적인 느껴지면 본연의 뜻과 달라 오해가 될 수가 있다. 말투는 살아가면서 자연스럽게 형성되는 것으로 자신의 말투를 제대로 모를 수 있다. 분명한 것은 말투에 따라 그것이 경쟁력이 될 수도 있고 자신을 가로막는 걸림돌이 될 수도 있다는 것이다.

오늘날과 같이 복잡한 사회생활을 하면서 우리 권문(權門)들도 상대방에 우회적인 화법과 친근감을 느낄 수 있는 세련된 말솜씨를 가지고 노력해보자.



이달의 책

부상하는 중국과 동아시아

권선흥 외

"부상하는 중국과 동아시아"가 출판되었다. 동북아역사재단에서 주관하고 한국을 대표하여 권선흥 부산외국어대학교 명예교수 등 한국 학자 8명과 류민 전 상하이사회과학원 국제문제연구소 소장 등 중국 학자 12명을 비롯하여 총 20명이 공동으로 동아시아의 과거와 현재 미래에 대해 집필하였다.

책은 3부로 구성되었다. 주제가 다양하다. 제1부는 팽창하는 중국과 한반도이다. 사드 갈등에서부터 김정은과 시진핑의 시기를 중심으로 한 북한과 중국의 관계를 비롯하여 한반도 통일과 중국을 다룬다. 제2부의 큰 주제는 한반도를 둘러싼 동아시아 국제관계이다. 전통시대 국

서울산악회 정기산행 안내 (제311차)

회원 여러분의 건강과 가내 두루 평안하시길 기원드립니다.

서울산악회 7월 정기산행은 코로나19로 인해 취소되었음을 알려드립니다.

사회적 거리는 서로를 지키는 약속입니다.

회장 권오준 : 010-3718-4204 등반대장(권오윤) : 010-9027-6179
총무 권순희 : 010-3797-1874

2021년 7월 1일

안동권씨서울산악회 회장 권오준

서울마포종친회 월례회

회원 여러분의 가정에 화목·건강·행운이 함께 충만하시길 기원합니다.
마포종친회를 아래와 같이 개최하오니 많이 참석하셔서 자리를 빛내 주시기 바랍니다.

파이팅 대한민국! 코로나19 위기를 기회로!

◆ 연락처 : 회장 권승구 02-718-8437, 010-6271-8437
총무 권경탁 010-3796-4047

2021년 7월 1일

안동권씨 마포종친회 회장 권승구

생활속의 한방건강



1. 물기 품은 촉촉함

'촉촉하다'라는 말은 '물기가 있어 조금 젖은 듯하다'라는 의미를 지닌다. 생활에서 이를 활용하여 많이 쓰이는 말이 '촉촉한 피부'이며, 이는 물광의 윤기가 있는 건강한 피부로 많은 사람들이 지니고 싶어 하는 피부이기도 하다.

보습비가 내려 땅이 가볍게 젖어 가면, 이 '대지를 촉촉이 적시는 비'의 시적 풍경은 환갑이 지나도 여전히 필자의 마음을 서정적으로 이끈다. 그러한 비는 이 땅에 스며들어 식물을 자라게 하고, 응답샘을 이루어 동물의 식수가 되어, 환경이 생동감 있게 자라나는 것을 연상하게 된다.

사람도 땅과 물이 있어야 촉촉해진다. 그 촉촉함은 '싱싱함'으로, 건강한 생명력에 대한 찬사이며, 청춘과 낭만을 지향하는 주요한 단아이기도 하다. 그런데 나이가 들수록 그 단어는 우리들의 몸과 마음에서 멀어져가는 안타까움이 되어간다.

2. 촉촉한 세포는 물과 영양과 운동의 산물

몸의 건강은 그 몸을 이루는 건강한 세포들로 이루어진다. 건강한 세포는 물을 잘 품고 있어 싱싱하다. 그 세포가 물을 잘 품고 있어야 촉촉하다고 찬사를 듣는다.

세포가 물을 제대로 품지 못하면, 피부는 건조해진다. 피부가 계속 건조해지게 되면 악해지고, 감각도 무뎌지며 쪼그라진다. 이는 늙어가는 '노화'의 원인이기도 하다.

건강한 세포는 새롭게 공급되는 물을 잘 품고, 오염된 물은 잘 배출한다. 공급되는 물은 직접 마신 물도 있지만, 먹은 음식의 소화작용으로 물이 생성되어 공급되기도 한다. 이러한 물의 공급은 우리들의 활동과 운동에 의하여 온 몸에 제대로 이동된다.

그런데 우리 몸에 물의 공급이 원활하지 않으면, 몸에서 물이 필요하다는 신호로 갈증을 유발시키 경보를 울린다. 이때는 즉시 물을 마셔야 한다. 몸이 갈증을 느끼지 않게 물을 제때 적정하게 마셔주는 것이 필요하다.

몸의 세포에서 물이 필요한데 부족하면, 근육은 물론 혈관으로의 물 공급도 줄어들면서 피의 농도가 탁해지면서 피의 흐름이 원활하지 않게 되어, 이는 결국 질병을 유발하게 된다.

나이가 증년을 넘어 실내에 이르더라도, 식사는 많은 양을 먹지는 않아도 골고루 드시고, 물도 갈증을 느끼지 않게 적정히 드시고, 적절히 운동을 하는 것이 물기 품은 촉촉한 세포를 유지하여 건강을 유지해가는 방법이다.

3. 촉촉한 마음은 꿈과 희망을 담고

느낌이 살아있는 마음을 '촉촉한 마음'으로 설정하여 그려본다. 칠팔월의 작열하는 햇빛을 믿고 불어오는 아침저녁 솔바람의 향기에 내일을 그려보던 젊은 날과 같이 소소한 일상에 꿈과 희망을 불어넣는 심심한 마음이다.

함께 나누거나 흘로 다듬는 명상 안에서, 소소한 긍정적 희망의 표현이나 의미가 일상의 생동

권 희 완(시중공파 37세)
한의학박사 / 주) 건강중심 바른자세진흥원 원장

감이 되고, 이것이 내 마음에 다가와 감사함이 북돋고, 우리 인생의 소소한 여정을 느끼는 기쁨과 즐거움이 되는 에너지가 피어난다면, 그 마음은 촉촉하다고 말할 수 있을 것 같다.

나이가 들어가는 것이, 늙어가는 것이 아니라, 익어가는 겹니다'라고 말할 수 있는 원동력은 무엇일까? 그것은 나의 내면에 '생동성'을 주는 것으로, 내 안의 에너지를 키우는 촉촉한 마음이다. 그것은 내 안의 꿈과 희망이며, 나아가 계획으로 드러난다.

세월이 흘러수록 반복되는 생활에서 사람들 의 감각이 무뎌지고, 세포에 물기가 줄어들어 몸이 건조해지고, 아울러 마음도 건조해지기 쉬운 것은 꿈과 희망이 스러짐에 따라 그 '촉촉함'이 적어지기 때문이다.

꿈과 희망이 스러지며 건조해진 마음이 지속되면, 과정보다는 결과를, 내면보다는 외형을 먼저 보고 금하게 평가하여 결론 내는 습성으로 인하여 감성도 메마르게 된다. 느낌이 메마른 건조한 마음은 우리들의 삶을 자루하고 척박하게 느끼게 하고, 저급하게 평가하고, 야박하게 만들어 가기 십상이다.

4. 촉촉한 마음이 주는 따사로움

'촉촉함'에 상반되는 '따사로움'도 우리들의 몸과 마음에 꼭 필요한 온도로, 이는 우리 몸과 마음이 더 촉촉할 때 더 따스하게 작동하는 음양의 상호보합 작용이다. 그러므로 우리들의 몸과 마음에 '촉촉함'이 결여되면, 상대적으로 그 것들이 더 건조해지고 메마르게 된다. 마음이 촉촉해질 때, 오히려 더 따사로운 교감을 나눌 수 있다.

우리 몸이 촉촉할 때, 물과 음식과 운동이 더 따스한 에너지를 만드는 것과 같이, 우리 마음이 촉촉해지면 더 따사로운 교감을 나눌 수 있다.

곰곰이 생각할수록, 촉촉한 마음은 그것은 소소한 일상에 대한 새로운 꿈과 희망의 표현이



다. 그것이 언어의 표현이든, 표정이나 동작의 비언어적 표현이든, 우리들은 이 소소한 표현과 이에 대한 응답에 익숙해질 필요가 있다. 우리들은 나와 함께하는 주변의 사람들에게 소소한 표현을 주고받을수록, 감사를 느끼며, 따사롭게 표현하고, 함께 소리 내어 자주 웃을 수 있다.

이는 뜨거운 한 여름에는 물이 그리 후덥지지 않고, 지리한 장마에도 마음이 그리 촉촉해지지 않게 하여, 우리들이 낭만이 있는 촉촉한 몸과 마음으로 더 건강한 삶을 노래하게 만들 것이다.



동강병원 권선애 간호과장(사진·가운데)이 7일 코로나19 대응에 기여한 공로로 보건복지부 장관 표장을 받았다. 권 간호과장은 지난해 2월 코로나 발생 이후 동강병원 내 선별진료소를 설치·운영하는 과정에서 간호인력 편성, 진료소 내 장비와 물품 확보 등에 주도적으로 참여했다. 뿐만 아니라 울산생활치료센터 운영에 간호인력으로 직접 참가하기도 했다.

임원회비 납부 안내

임원 여러분! 코로나19 사태로 인해 대단히 어려움이 많으실 것으로 생각되지만 2020년 정기총회 이후 미납된 임원회비는 꼭 납부하여 주시면 감사하겠습니다.

임원 여러분께서 납부해 주시는 회비는 안동권씨의 발전과 100만 족친의 화합을 위한 든든한 주춧돌입니다. 임원 여러분의 많은 협조 부탁드립니다.

◆ 임원 : 상임위원, 부회장, 이사, 종무위원

◆ 대종회 사무처

- ▶ 전화번호 : 02-2695-2483~4
- ▶ FAX: 02-2695-2485

◆ 임원회비 입금 계좌

- ▶ 국민은행: 033237-04-006941(예금주: 안동권씨 대종회)
- ▶ 농협: 301-0235-6546-41(예금주: 안동권씨 대종회)

안동권씨 대종회