

■ 고사성어 ㉔



원교근공(遠交近攻)

전국 시대, 위(魏)나라의 책사(策士)인 범저(范雎)는 제(齊)나라와 내통하고 있다는 모함에 빠져 하마터면 목숨을 잃을 뻔했으나 진(秦)나라의 사신 왕계(王稽)를 따라 함양(咸陽)으로 탈출하는 데 성공했다.

그러나 진나라 소양왕(昭襄王)은 진나라는 ‘알을 쫓아 놓은 것처럼 위태롭다(累卵之危)’고 자국(自國)의 정사를 확평한 범저를 환영하지 않았다. 따라서 범저는 소양왕에게 자신의 장기인 변설(辯舌)을 펼쳐볼 기회도 없었

다.

그런데 소양왕 36년(B.C. 271), 드디어 범저에게 때가 왔다. 당시진나라에서는 소양왕의 모후인 선태후(宣太后)의 동생 양후(穰侯)가 재상으로서 실권을 잡고 있었는데, 그는 제나라를 공략하여 자신의 영지인 도(陶)의 땅을 확장하려 했다. 이 사실을 안 범저는 왕계를 통해 소양왕을 알현하고 이렇

게 진언했다.

“전하, 한(韓)·위(魏) 두 나라를 지나 강국인 제나라를 공략한다는 것은 득책(得策)이 아닌 줄 아옵니

다.

적은 병력을 움직여 봤자 제나라는 꿈쩍도 않을 것이 읍고, 그렇다고 대군(大軍)을 출동시키는 것은 진나라를 위해 더욱 좋지 않습니다. 가능한 한 진나라의 병력을 아끼고 한·위 두 나라의 병력을 동원코자 하시는 것이 전하의의도인 듯 하오나 동맹국을 신용할 수 없는 이 마당에 타국 넘어 멀리 떨어져 있는 제나라를 공략한다는 것은 바람직한 일이 아니옵니

다. 지난날 제나라의 민왕(湣王)이 연(燕)나라의 약의(樂毅)장군에게 패한 원인도 실은 멀리 떨어져 있는 초(楚)나라를 공략하다가 과중한 부담을 안게 된 동맹국이 이반(離反)했기 때문

이옵니

다.

그때 덕을 본것은 이웃 나라인 한



경북 영주생 겸교공파 34세
H·P : 010-5483-7511
E-mail:ykks77@naver.com
-약력-

- 개인전회, 초대그룹전 개최
- 대한민국 미협국전 서예부문 심사위원 역임
- 대한민국 미협국전 서예부문 초대작가
- 한국미술협회 이사 역임
- 영남예술협회 이사장
- 유강 서예연구원 원장

나라와 위나라이ونه, 이는 마치 ‘적에게 병기를 빌려 주고[借賊兵(차적병)] 도둑에게 식량을 갖다 준 꼴[竊盜糧(재도량)]’이 되어 천하에 웃음거리가 되고 말았나이다.

지금 전하께서 채택하셔야 할 계획으로는 ‘먼 나라와 친교를 맺고 가까운 나라를 공략하는 원교 근공책(源交近攻策)’이 상책(上策)인줄 아옵니

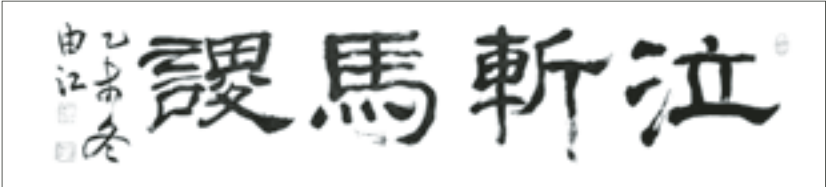
다. 한치의 땅을 얻으면 전하의 존토(寸土)이읍고 한 자의 방을 얻으면 전하의 척지(尺地)가 아니옵니까? 이해득실(利害得失)이 이토록 분명하운데 굳이 먼 나라를 공략하는 것은 현책(賢策)이 아닌 줄 아옵니

다.

이 날을 계기로 소양왕의 신임을 얻은 범저는 승진 끝에 재상이 되어 응후(應侯)에 봉해졌고, 그의 지론인 원교근공책은 천하 통일을 지향하는 진나라의 국시(國是)가 되었다.

서 있었다. 그러나 상대가 지략이 뛰어난 사마의만큼군량 수송로의 가정(街亭 : 한중 동쪽)을 수비하는 것이 문제였다. 만약 가정을 잃으면 중원(中原) 진출의 웅대한 계획은 물거품이 되고 만다. 그런데 그 중책을 맡길 만한 장수가 없어 제갈량은 고민했다.

그때 마속(馬謖 : 190-228)이 그 중책을 자원하고 나섰다. 그는 제갈량과 물경지교(勿驍之交)를 맺은 명참모 마량(馬良)의 동생으로, 평소 제갈량이 아끼는 재기 발랄한 장수였다. 그러나 노회(老嫗)한 사마의와 처결하기에는 아직 어리다. 제갈량이 주저하자 마속은 거듭 간청했다.



음참마속(音參馬謖)

울면서 마속을 벤다는 뜻. 곧 ①범의 공정을 지키기 위해 사사로운 정(情)을 버림의 비유. ②큰 목적을 위해 자기가 아끼는 사람을 가져 없이 버림의 비유.

삼국시대 초엽인 촉(蜀)나라 건흥(建興) 5년(227) 3월, 제갈량(諸葛亮)은 대군을 이끌고 성도(成都)를 출발했다. 곧 한중(漢中 : 섬서성 내)을 석

권하고 기산(祁山 감속성 내)으로 진출하여 위(魏)나라군사를 크게 무찔렀다.

그러자 조조(曹操)가 급파한 위나라의 명장 사마의[司馬懿 : 자는중달(仲達), 179-251]는 20만 대군으로 기산의 산야에 부채꼴[扇形]의 진을 치고 제갈량의 침공군과 대치했다.

이 ‘진’을 깬 제갈량의 계획은 이미

유네스코 등재 우리나라 기록유산

1. 훈민정음



△ 훈민정음해례본

세종 28년(1446)에 정인지 등이 세종의 명을 받아 설명한 한문 해설서를 전권 33장 1책으로 발간했는데, 이 책의 이름을 훈민정음이라고 했다.

한글창제가 상헌원리에 의해 이루어졌음을 명확히 밝히고 있다.

해례가 붙어 있어서 훈민정음 해례본 또는 훈민정음 원본이라고도 한다. 현존본은 1940년경 경북 안동 어느 고가에서 발견된 것으로서 국내에서 유일한 귀중본이다. 한글과 같이 일정한 시기에 특정한 사람이 이미 존재한 문자에 직접 영향을 받지 않고 독창적으로 새 문자를 만들고 한 국가의 공용문자로 사용하게 한 일은 세계적으로 유례가 없는 일이다. 이 문자에 대한 해설을 책으로 출판한 일 역시 역사적인 일이었다. 특히, 문자를 만든 원리와 문자사용에 대한 설명에 나타나는 이론의 정연함과 엄정함에 대해서 세계의 언어학자들이 매우 높게 평가하고 있다. 유네스코에서 문명퇴치에 공헌한 사람들에게 세종대왕상을 주는 것은 이 책의 문화 사적 의의를 나타낸다. 훈민정음은 국보 제70호로 지정돼 있으며 1997년 10월 유네스코 세계기록 유산으로 등록됐다.

2. 조선왕조실록



△ 조선왕조실록 중 중종실록

조선왕조의 시조인 태조부터 철종까지 25대 472년간(1392-1893)의 역사를 연월일 순서에 따라 편년체로 기록한 책이며 총 1,893권 888책으로 돼있어 가장 오래되고 방대한

양의 역사서이다.

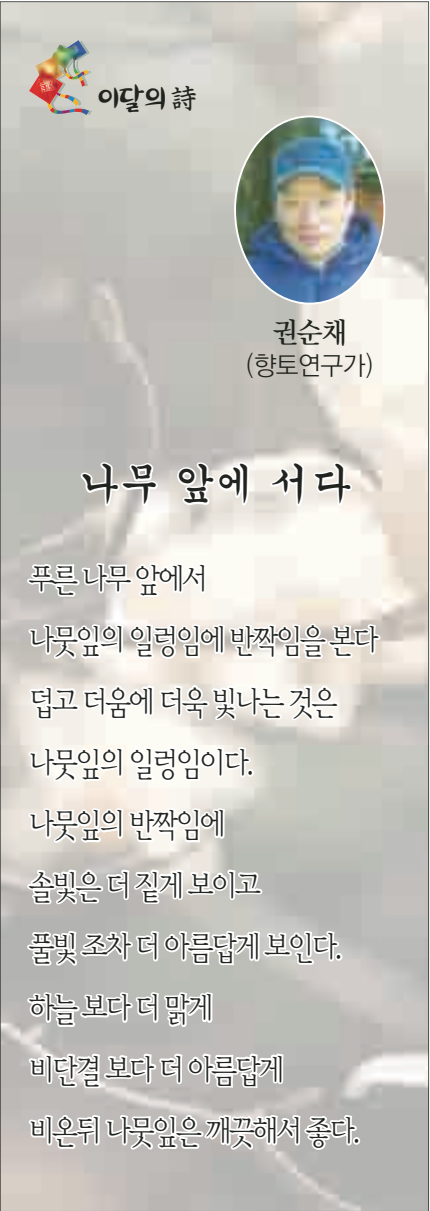
500여 년간의 왕정에 대한 기록이 하나의 체계 아래에 기록되었다는 사실은 동아시아 뿐만 아니라 세계적으로도 드문 일이다. 조선시대의 정치, 외교, 군사, 제도, 법률, 경제, 산업, 교통, 통신, 사화, 풍속, 미술, 공예, 종교 등 각 방면의 역사적 사실을 망라하고 있어 세계적으로 그 유례가 없는 귀중한 역사 기록물인 조선왕조실록은 그 역사기술에 있어 매우 진실성과 신빙성이 높은 역사기록이라는 점에서 의의가 크다.이와 함께 일본, 중국, 몽고 등 동아시아 제국의 역사연구, 관계사 연구에도 귀중한 기본자료이기도 하다. 정축산본 1,181책, 태백산본 848책, 오대산본 27책, 기타 산엽본 21책을 포함해서 총 2,077책이 일괄적으로 국보 제 151호로 지정돼 있으며, 1997년 10월 유네스코 세계기록유산으로 등록됐다.

3.직지심체요절



‘백운 화상 초록불조 직지심체요절’은 백운 화상이 1372년(고려 공민왕 21)에 원나라에서 받아들인 불조직지심체요절 1권의 내용을 대폭 늘려상·하 2권으로 엮은 것으로, 역대 고승들간의 문답과 경전을 엮어 학승(學僧)들이 최고과정에서 배우던 교재였다.

△ 직지심체요절의 유네스코 세계기록유산 등재는 세계 최고 금속 활자제작의 근거를 인정 받은 동시에 원산지와 소유국이 다른 약탈 문화재들도 유네스코 세계기록유산에 등재될 수 있다는 좋은 선례를 남겼다.현재는 하권만이 유일하게 프랑스 국립도서관 중앙문헌실에 특별귀중본으로 보관돼있다. 하권은 39장으로 이뤄져 있는데,첫째장은 없고 2장부터 39장까지 총 38장만이 보존되고 있다. 책의 끝부분에는 간행에 관계된 기록이 있어 1377년 청주 흥덕사에서 만들어진 것



임을 알 수 있다. 이는 1450년 독일의 쿠텐베르크가 발명한 금속활자보다 약 73년이나 앞선 것임을 증명하고 있다. 직지심체요절은 금속활자를 이용해 인쇄술을 보다 편리하고 경제적이며 교정을 쉽게 할 수 있도록 해졌다. 이 모든 것은 책의 신속한 생산에 공헌했다. 또한, 활자 인쇄술에 적합한 기름먹을 발명하는 계기가 됐으며, 한국이 혁신한 실용적인 활판 인쇄술은 동양 인쇄사에 지대한 영향을 끼쳐 유럽등지로 전파된 것으로 보인다. 이 책은 이러한 가치를 인정받아 2001년 9월 유네스코 세계기록유산으로 등록됐다.

(다음호에 계속)

■ 우강 권이혁 전 장관 에세이

어린이들의 효도

‘어린이들의 효도’라는 제목을 읽은 분들 중에는 ‘어린이들에게 무슨 효도(孝道)나 효심(孝心)이 있겠는가’라고 생각하는 분이 많을 것이다. 판단력도 없고 철도 들지 않은 어린이들에게 효심이 있을리 만무하고 효심이 없으니 효도가 따를 리가 없다. 그러나 여기서 적으려는 내용은 좀 관점이 다르다.

몇 번이고 소개하였지만 나의 집사람은 2000년 5월 10일 밤에 뇌출혈로 쓰러졌고 결국 2009년 12월 2일 아침에 이 세상을 떠났다. 집사람이 쓰러진 후부터 돌제팔 성택(星澤) 내외가 나와 함께 지내고 있다. 그들에게는 아들 딸 남매가 없다. 손아래인 딸 이기임(李基任)이 임신원(林成垣)군과 오빠보다 먼저 결혼했다. 그런데 기임 부부는 아들 딸 세 아이를 거의 연년생으로 낳았다. 이 글을 쓰고 있는 2011년 6월 현재로 장자 임진오(林津五)는 만 5세, 딸 재이(材怡)는 만 3세, 차남 경오(經五)는 만 2세이다. 나에게서는 이들이 외증손자녀이다. 내가 거주하고 있는 집이 기임 내외에게는 친정이고 처가이다. 기임 내외는 1주에 최소한 한 번은 어린이들을 데리고 온다. 일요일은 이들과 오찬을 함께 하는 날로 되어 있다.

나는 어린이들을 귀여워하기는 하지만 어린이들과 잘 놀아주는 기술은 없다. 그래서 어린이 사이에서는 별로 인기가 없다. 그런데도 어린이들을 만나는 일이 몹시 반갑고 기쁘다. 진오는 유치원에 다니면서 축구·수영·스케이팅에 열중하고 있다. 축구시합에 출전하여서 골을 넣기도 하고 스케이팅 시합에 나가서 우승하기도 한다. 그러한 하면 진오는 한글을 완전히 터득하였고 한자로 자기 이름도 쓸 줄 안다. 그림도 잘 그린다. 어디서 어떻게 배웠는지 모르겠는데 어쨌든 재법이다. 나의 생일날이나 명절에는 반드시 그림을 그리고 인사말을 쓴 카드를 가지고 온다. 기특하기 짝이 없다. 유치원에서는 영어 인사

나 중국어 인사도 가르치는 모양이다. 가끔 영어나 중국어로 인사하기도 한다.

나는 어린이들에게 너무 부담을 주지 말라고 하지만 자신이 하고 싶어서 하는 일이라고 한다. 여유 있게 시간을 가지고 놀 수 있게 해주었으면 하는 것이 나의 생각인데 어린이들의 시간표가 짜여져 있어 몹시 바쁘게 하루를 보내는 것이 나에게는 안타깝게 생각된다. 재이도 유치원에 다닌다. 재이도 한글은 깨친 것 같다. 발레에 소질이 있는 듯 유연하게 몸놀림을 하는 것을 보면 예쁘기 한이 없다. 경오는 남자답게 생겼다. 장난이 심하기는 하지만 그래도 말을 잘 듣는다. 웬만한 말은 하기도 하고 알아듣기도 한다. 요즈음의 어린이들은 전에 비하면 상당히 조숙하다는 느낌이 들기도 한다. 어쨌든 외증손자녀를 만나는 것이 나에게 는 큰 낙이다.

앞에서 적은 세 어린이 외에 큰 딸 인택(仁澤)과 큰 사위 윤용범(尹容範) 교수의 손녀딸 정(晶)이가 역시 나에게서는 외손녀인데 강남에서 거주하고 있기 때문에 만날 기회가 적다. 외손자 윤원재(尹元在, 서울대병원 조교수)와 그의 처 허규연(許圭娟, 삼성서울병원 근무, 성균관대조교수)은 6월 6일 보스턴 매사추세츠 병원(Massachusetts Hospital General, MHG)에서 2년간 연수를 받기 위해서 6월 6일 미국으로 떠났다. 정이도 물론 함께 가는데 현재 초등학교 2년생인 그가 미국에서 몇 학년이 될지 몰랐는데 잘 해결되었다. 정이는 한 자에 능하다. 한자공부를 열심히 하여 상당한 실력을 보유하고 있는데, 미국에서는 어저 될지가 걱정이다. 정이는 나를 잘 따른다. 어린이들을 만나면 기분이 좋아진다. 쓸쓸했던 마음이 풀리기도 한다. 어린이들이 알아서 효도를 배우는 것은 아니고 자연스럽게 효심이 실현되는 것이 아니라 그야말로 값진 이야기이다. 어느 외



국 책에서 읽은 어떤 부부의 대화가 떠오른다.

부인이 남편에게 말했다. “여보, 아이들을 보고 있으면 마음이 시원해지고 근심이

나 걱정이 없어지니 이것이 바로 어린이들이 부모에게 효도를 하는 것이 아니겠

오. 어릴 때에 이렇게 효도를 하였으니 나중에 효도를 하여야 한다고 요구하는 것은 옳지 않다고 보아요. 그러니 애들이 자라서 효도하기를 바라는 것은 잘못된 것이라고 생각되네요.”남편이 답하였다. “애들을 기르기 위해서 당신이 얼마나 고생해왔는지 알고 있지 않소. 그러니 애들이 자라서 효도할 것을 바라는 것은 당연한 이치가 아니겠요.”

“아니요, 내가 고생한 것 이상으로 이미 애들은 갚았어요. 애들만 보면 기쁘고 마음이 안정되니 더 이상 무엇을 바라겠어요.” “당신의 이야기를 듣고 보니 일리가 있어요요.”라고 끄덕끄덕하면서 남편은 미소 지었다.

부부 사이의 아름다운 대화이다. 나는 이 대화의 글을 읽고 공감되는 바가 많았다. 순수하고 천진난만한 어린이들을 보면 문자 그대로 행복해지는 것이다. 우리들 인생은 행복과 불행의 연속이다. 일반적으로는 행복한 일보다 불행한 일이 더 많은 것 같다. 그러나 다소 불행한 일이 많다고 해도 어린이들을 만나는 불행은 없어지고 사람들은 행복하게 된다. 어린이들이야말로 우리들에게 행복을 안겨주는 천사인 것이다.

이제 우리들도 고령사회에 접어들었다. 젊은 층에게만 의존하여서는 안 되는 시대에 접어든 것이다. 나이든 사람들이 제 구실을 다하여 젊은 사람들이 도와주어야만 우리들 앞에 행복이 나타난다는 사실을 인식하고 또 인식할 필요가 있다고 나는 믿는다. 젊은이들의 효도가 요구해서 되지 않는다는 사실을 우리들은 잘 알고 있다. 평소의 가정교육이 문제인데 어쨌든 효도를 바라는 풍조는 없어질 수 밖에 없다는 생각이 든다.



생활속의 **한방건강**



권희완 (시중공파 37세손, 55세)
한의학박사/명성대학교 겸임교수

감기야 물러가!

계절이 바뀔 때마다 찾아드는 불청객, 가을에서 겨울로 바뀌는 환절기에 어금없이 찾아드는 감기(感冒)의 어원은 기가 감소한다는 뜻을 지니고 있다. 기(氣)는 우주의 생명체가 활동하는데 필요한 육체적·정신적 에너지 즉 힘이다. 건강을 유지해주는 에너지인 기가 감소하면 병이 든다.

한의학에서 보는 감기는 우리 몸이 과로나 과다 스트레스, 영양과 생활습관의 부주의나 소홀함 등으로 몸 안 건강상태의 균형이 깨지거나 근육과 피부가 강건하지 못할 때 풍한사(바이러스)가 침범하면서 발생한다.

양의학적으로 감기는 ‘급성 바이러스성 비인두염’ 또는 ‘급성비염’으로 명칭 된다. 호흡할 때 공기가 지나는 통로를 기도라고 하는데 기도는 콧구멍으로부터 인두·후두의 상(上)기도와 기관·기관지·폐의 하(下)기도로 구분 된다. 감기는 바로 상기도가 바이러스에 감염되어 염증이 생긴 상태이다.

100여종이 넘는 감기 바이러스 중에서 여름감기 바이러스는 고온다습한 환경에서 겨울감기 바이러스는 저온 저습한 환경을 좋아하여 기온이 내려가고 공기가 건조할수록 활발해서 매서운 한파 이후 감기가 심하고 독감이 크게 유행하게 된다.

■ 감기의 원인

감기는 날씨가 추워져 걸리는 것이 아니라, 피부 혈관의 수축과 팽창이 몸 밖의 온도변화에 따라 체온조절이 제대로 되지 않고 면역성이 약해졌기 때문에 오는 질환이다. 기온이 내려가고 공기가 건조하면 코나 목에 있는 점막의 혈관이 수축함에 따라 혈액순환이 활발하지 못하여 면역력이나 저항력이 약해진다. 또한 기도로 들어가는 먼지나 바이러스를 걸러내는 점막의 섬모운동도 약해지므로 바이러스의 체내 침투가 쉬워진다.

그러므로 감기는 면역성이 약해져서 쉬운 어린이, 노인 및 허약자 등이 잘 걸린다. 감기 자체보다는 감기의 합병증인 폐렴은 특히, 어린이나 노약자의 생명을 위협할 수도 있다. 면역력이나 저항력이 튼튼한 사람은 바이

러스가 침입을 했다 할지라도 이들을 쉽게 물리칠 수 있다.

■ 감기의 종류와 증세

감기는 바이러스가 몸의 어느 부위에 기생하느냐에 따라 증상이 다르다. 코 점막에 붙어 염증을 유발하면 콧물, 코막힘의 증세가 심하고 목 점막에 염증을 유발하면 기침, 가래 또는 인후통의 증세가 크게 있다. 목 부위 감기의 진행은 보편적으로 몸이 떨리는 ‘항기’로 시작되어, 염증이 심함에 따라 콧물·재채기·코막힘·기침·인후통·발열·두통·설사 등등의 증세를 나타내며, 이런 모든 것들을 통털어 ‘감기 걸렸다’라고 한다. 기침·발열·두통·피로가중 등이 주된 증상이며, 드물지만 심한 경우 결막염이 동반될 수 있다. 사람의 몸 안에서 증식한 바이러스는 기침이나 재채기할 때 몸 밖으로 배출되거나 콧물에 섞여 다른 사람에게 옮겨진다.

감기는 증세에 따라 크게 기침감기, 열감기, 콧물감기로 나눌 수 있다. 기침감기는 건조한 공기가 호흡기 점막에 자극을 주어 발생한다. 가래가 점막에 달라붙으면 기침을 하기 힘들다. 가래를 묽게 하기위해 수분을 섭취하고, 실내를 건조하지 않게 쪼든 빨래를 널거나 기습기를 틀어 놓는 것이 좋다. 초기 기침은 몸 안의 나쁜 것을 내보내는 효과도 있어, 심한 경우를 제외하고는 약으로 기침을 멈추게 하는 것은 바람직하지는 않다.

열감기는 열을 동반하는 감기로 면역력이 바이러스와 싸우고 있는 현상으로, 열이라는 것이 큰 위험은 아니다. 그러나 아이들이나 면역력이 약한 사람들이 38도 이상이 되거나 열성경련을 일으키면 전문의의 진찰이 필요하다. 콧물감기시 콧물이 맑거나 코가 막혀 있어 코를 풀 때는 한쪽씩 코를 막고 양쪽을 번갈아 푸는 것이 좋다. 코가 막혀있을 때 코를 자주 풀어주거나 코 점막을 수축하는 약을 수시로 쓰지보다는 식염수 몇 방울을 면봉 등을 사용해서 코 안으로 넣어주면 다소 도움이 된다.

감기는 보통 3~7일 정도, 기침과 콧

물은 1-2주 지속될 수도 있다. 감기는 성인 평균 1년에 2-4회 정도, 아동의 경우 1년에 10회 이상 걸리기도 하는 병이다.

감기가 악화되어 독감이 되는 것이 아니다. 감기와 독감은 차이가 있다. 독감은 증세를 더 심하게 하는 ‘인플루엔자 바이러스’의 감염으로 감기에는 보통 없는 발열, 오한, 근육통이 있다. 유아들은 성인에 비해 더 심하게 기쉬워 중이염, 폐렴, 뇌증상(인플루엔자 발생 1-2일 후 경련이나 의식 장애가 일어남)등의 합병증이 발생할 수 있으므로 빨리 진찰을 받는 것이 필요하다.

■ 감기의 치료

감기는 약을 먹는다고 빨리 낫는 것은 아니다. 감기약은 증상이나 통증을 완화해 주는 것이며 감기의 바이러스를 이겨내는 것은 환자의 면역력이다. 약 등 물리적으로 증상을 완화하는 것이 오히려 면역 활동을 방해한다는 지적도 있다.

감기를 치료하는 방법으로 우선 몸을 따뜻하게 하고는 차가운 냉기를 분산·흩어지게 하여 폐기가 잘 통하도록 발한작용과 함께 땀을 푹 내어 열기를 내려주게 되면 보편적으로 허약한 몸을 보하면서 감기를 물리칠 수 있다.

감기나 독감에 걸렸을 때 실온이나 습도가 좋은 곳에서 편안하게 쉬고, 열이 나서 땀이 많이 나오므로 물이나 보리차, 과즙 등 수분을 충분히 섭취하고, 열이 있을 때는 이마나 겨드랑이 등을 차게 하여 열을 발산하게 한다. 심해지면 당연히 전문가의 진찰을 받아야 한다.

추운계절이지만 본인에게 맞는 적절한 운동, 균형적인 영양, 큰 호흡, 숙면, 마음의 평화 등으로 기(氣)를 주관하는 폐장의 기능을 강화시키고, 피모(皮毛)를 튼튼하게 함으로써 면역력을 증강시켜 특히, 겨울철에 재발되기 쉬운 감기를 예방하여 건강하고 행복한 겨울을 보낼 수 있다.