

### 자유기고 **주부명예기자단 수련회를 마치고**

뉴스에서는 연일 비가 온다는 소식을 접했음에도 하나님의 축복인 양 티 없이 맑은 하늘과 적당하게 불어주는 산소바람, 포천시 각 지 부별 기자단원들이 모인 백노주의 수련회. 푸르고 넓은 잔디, 진수성찬 음식, 주부가요를 연상케 하는 노래습씨, 즉흥적인 8행시.

기자님들의 개인기를 뽐낼 수 있는 그런 시간 인생에 있어서 참 좋았다. 소중하다면 자기만큼 소중한

사람은 없으려만 내게 주어진 현실은 다잡춰 잿바퀴처럼 도는 반복되는 생활이다.

봉령 메밀전의 쫄깃한 맛을 보는 순간 집에 계신 노할머니 생각에 따끈한 것 하나 싸 들고 잠시 집에 다녀왔다.

센치 했던 소녀 시절의엔 아이들 키우느라 개인적인 여유회(수련회)는 거의 참석한 기억이 없다.

웃음치르사 김순희 내촌면지부장

님의 강의 내용도 인상깊게 좋았고 박해자 포천동지부장님의 별미 요리 솜씨는 감탄사를 보내고 싶다. 나 역시 작은 체구지만 적심 할 수 있고 마음이 무지하게 큰 아까지 않는 봉사자를 하고 싶다.

인생은 생방송! 재방송은 없다고 한다. 느낌이 좋은 여자 인생의 주



**이 중혜**  
주부명예기자

름살이 아름다운 예술이 될 수 있도록 노할머니, 어머니, 아버지 잘 모시고 큰 사랑 나의 남편 정해원님을 향해 에너지는 넘치는 사랑을 영위하고 싶다.

백노주 9시30분 집합이라는 명. 솔선수범 하는 질서정연한 기자들의 화합. 포천신문사 주부명예기자단의 발전을 기원한다.

에너지 넘치는 박해자 포천동지부장님과 단합팀은 포천동 지부의 자랑이다. 포천동의 슬로건은 남의 나쁜 점 보는 습관X, 격려하고 칭찬하자 O 이다. 좋은 분위기 좋은 만남 주부명예기자단 화이팅!

### 에세이 **가난한 마음은 행운도 멀어지나?**



**윤 순옥**  
포천의제21위원회

지나간 오월은 많은 사람들에게 얽은 희망의 빛을 주고 간 달이다. 사방곳곳을 둘러봐도 미풍에 너울대는 푸른 잎들이 삶에 찌든 가슴을 조금은 띄어 주고 곱게 핀 냇물장미의 꽃잎들은 정겹게 손잡아주는 친근한 내 이웃 같다.

신도시 건설로 한 동네 정겹게 살던 이웃들이 같은 지역 내에 있지만 이곳저곳으로 헤어져서 만나기가 쉽지 않아 수년이 지나면서 거의 있어버릴 정도였는데 몇 일 전 전화 한통화로 마음이 무겁다.

살던 집을 보살받아 자식들에게 분배하고 두 노인네 겨우 작은 아파트에 몸담고 사는데 자녀는 여럿 있어도 다 저 살기 급급하니 어느 자식이 부모님 생활비 신경 쓰는 사람이 없어 아픈 다리를 이끌고 하우스 체소밭에서 일품을 받아 겨우 사신다고 했다.

일하고 돌아오면 식사 후 씻고 누우면 꼼짝할 수 없어 농협에서 고객 사은 경품잔치에 딱 한 장을

넣었기에 되려니 생각 않고 참석을 못했는데 이웃 젊은 대이 할머니 경품에서 백만원 짜리 당선되어 부르는데 왜 안오셨어요.

그 말에 정신이 번쩍 나 생각나는 사람이 나밖에 없어 전화했다며 "혹시 그거 반이라도 찾을 수 없을까?" 전화 너머 목소리는 거의 반음소리였다. 그 뜨거운 비지만 이곳저곳으로 헤어져서 만나기가 쉽지 않아 수년이 지나면서 거의 있어버릴 정도였는데 몇 일 전 전화 한통화로 마음이 무겁다.

살던 집을 보살받아 자식들에게 분배하고 두 노인네 겨우 작은 아파트에 몸담고 사는데 자녀는 여럿 있어도 다 저 살기 급급하니 어느 자식이 부모님 생활비 신경 쓰는 사람이 없어 아픈 다리를 이끌고 하우스 체소밭에서 일품을 받아 겨우 사신다고 했다.

일하고 돌아오면 식사 후 씻고 누우면 꼼짝할 수 없어 농협에서 고객 사은 경품잔치에 딱 한 장을

비한 것도 부모는 어쩔 수 없이 내놓기 마련이지만 생계가 막막해도 부모는 어려운 자식에게 손 내밀 수 없는 그런 상황은 너무도 뻔한 사실이다.

젊은 부모가 어디가 불편한지 생각하기보다는 제 새끼 남과 같이 못해 주는게 더 급한 것이 요즘 젊은 세대다. 하찮은 조류 까마귀는 제 어미 죽을 때까지 옆을 지키며 보살핀다고 한다.

나를 세상에 있게 해준 부모님을 조금은 보살피는 마음에 여유를 찾았으면 좋겠다는 생각에 고달픈 아주머니의 모습이 더욱 선명해진다.

바로잡습니다.  
본지 제379호 8면 에세이 제목 '흔스러운 입맛!'을 '딸아이네 새집 구경'으로 바로잡습니다.

### 장승호의 야구 이야기 12

푸르른 산과 강의 아름다움을 온몸으로 느끼며 중부내륙의 고속도로를 달려 경상북도 포항시에 도착하였습니다. 7월24일 전야제를 시작으로 제1회 KBO배전국리틀야구대회에 우리 포천의 리틀야구단도 실력을 겨룰 예정이기 때문입니다.

잘 벗은 고속도로를 중심으로 서울, 청주, 대전, 구미를 비롯한 고속도로 도시들은 얼마 전과 또 다른 변화의 모습들을 보여주고 있었고 잘 정리된 들안의 곡식들은 잘 익은 풍요의 가을을 준비하고 있었습니다.

오전 8시에 출발하여 오후2시에 도착한 포항시는 우리나라 제1의 철강산업도시답게 굵게 솟아

### 야구장 없는 포천리틀야구단 첫 전국대회



**장승호**  
포천야구협회 회장

나는 굴뚝의 연기들과 많은 사람들의 활기차고 바쁜 움직임 속에서 역동적인 도시의 힘을 느낄 수 있었습니다.

포항시 종합운동장내의 실내체육관에서는 이번 야구대회를 성공적으로 치르고자하는 경북야구협회와 체육회 관계자들의 진지한 브리핑과 포항시의 소개와 자라미 이어졌고 전국시·군·구 200여명의 대표자들을 향하여 더욱더욱 소리를 높이고 있었습니다.

대진표 추첨에서 우리 포천시는 대구 북구리틀야구단과 첫 경기를 치르게 되었습니다. 7월의 어느 날 우리의 아이들이 새로운 도시에서 새로운 친구들과 새로운 경험을 하게 된다고 생각하니

가슴이 벅차 오르고 '무엇을 어떻게 준비하여야 할까'라는 생각이 머리를 떠나지 않았습니다.

야구장 하나 없는 도시에서 열정과 노력으로 이루어낸 우리 아이들에 대한 희망의 메시지는 포항에서도 많은 관중의 격려와 응원을 한 몸에 받으리라 확신해 봅니다. 대한민국의 맑고 많은 아이들이 서로 정정당당하게 자신의 달란트를 백분 발휘할 수 있도록 이 시대부터는 우리가 만들어 주어야 합니다. 이것이 참의적인 도시에서 세계적인 아이들의 미래를 만들어 주어야 할 우리 선생들의 몫이기 때문입니다.

며칠 전 우리 포천시에서는 시의원이 뇌물을 받은 혐의로 구속되는

등 실망스럽고 걱정스러운 일들이 발생하고 있습니다. 이제 포천시민의 머리와 눈이 깨어 야 할 때라고 생각합니다. 열정과 노력으로 희망을 만들어 가는 미래 불나다. 대한민국의 맑고 많은 아이들이 서로 정정당당하게 자신의 달란트를 백분 발휘할 수 있도록 이 시대부터는 우리가 만들어 주어야 합니다. 이것이 참의적인 도시에서 세계적인 아이들의 미래를 만들어 주어야 할 우리 선생들의 몫이기 때문입니다.

며칠 전 우리 포천시에서는 시의원이 뇌물을 받은 혐의로 구속되는

### 웰빙 부사의(不思意) 상극지도(相剋之道) 21

'상생상극(相生相剋)'이라는 말을 흔히 들어 보았을 것이다. 상생상극은 음양오행(陰陽五行)의 원리(原理)를 말하는 것이다. 음양오행이 서로 밀고 당긴다는 뜻이다. 인력(引力)과 추력(推力)으로 밀고 당기는 것이다. 목화토금수(木火土金水)가 서로 도와주고 극하면서 삼라만상(森羅萬象)을 주관한다는 말이다. 목생화(木生火) 화생토(火生土) 토생금(土生金) 금생수(金生水) 수생목(水生木)으로 체생(遞生)해 주는가 하면 목극토(木克土) 토극수(土克水) 수극화(水克火) 화극금(火克金) 금극목(金克木)으로 극하기도 한다. 이처럼 상생상극으로 밀고 당기는 것은 변치 않는 영원한 진리(眞理)이다.

상생상극의 진리는 우리의 일상생활(日常生活)에도 그대로 적용되는 것이다. 자연현상(自然現象)에만 적용되고 우리 일상생활

### '성격이 다르고 소질이 다른 사람끼리 만나 서로 도와주고 보완'

(日常生活)에는 적용 안 되는 그런 것이 아니다. 그런데도 사람들은 일반적으로 상생(相生)해주는 것만을 좋아한다. 물론 상생해주는 것은 좋은 것이다. 때문에 일반적으로 도움을 주는 사람은 좋아하고 해를 끼치는 사람은 싫어하는 것이다. 이것이 인자상정(人之常情)이다.

사람들은 흔히 부부(夫婦)의 도(道)는 상생지도(相生之道)라 생각한다. 이것은 잘못된 생각이다. '부부의 도'는 상극지도(相剋之道)라야 한다. 부부는 상극인 사람이 만나야 한다. 무슨 소리를 하느냐고 말하는 사람이 있겠지만 이것은 엄연한 진리(眞理)이다. 극(剋)하는 사람끼리 만나 무얼 어떻게 하느냐고 푸념하는 사람도 있을 것이다. 서로 도와주고 밀어주는 사람끼리 만나야 서로 극하는 사람끼리 만나면 어떻게 되겠느냐고 대부분 말할 것이다.

천간(天干)에선 극하되 지지(地支)에선 잡아줘야 한다. 천간이란 갑을병정무기경신임계(甲乙丙丁戊己庚辛壬癸)를 말하는 것이고 지지란 자축인묘진사오미신유술해(子丑寅卯辰巳午未申酉戌亥)를 말하는 것이다. 예를 들어

갑목(甲木) 일주가 기토(己土) 일주를 만나면 목극토하니 좋지 않다 생각할 수 있으나 이 때 지지에서 해묘미(亥卯未) 신자진(申子辰) 사유축(巳酉丑) 인오술(寅午戌)처럼 삼합(三合)으로 잡아주면 좋다는 말이다. '천간'에선 극하되 '지지'에선 잡아줘야 한다는 말이다. 화합(和合)이 제일이기 때문이다.

학문이 짧은 사람들은 무조건 상생하면 좋은 것으로 생각해 상생해주는 것이 좋은 부부라고 말해주곤 한다. 그런데 '부부의 도'는 그런 것이 아니다. 부부의 도는 '상극의 도'가 돼야 한다. '상극지도(相剋之道)'가 돼야 한다. 성격이 다르고 소질이 다른 사람끼리 만나 서로 도와주고 보완해주는 가운데 부부의 정이 싹트는 것이다. 서로 모자라는 부분을 채워주고 이끌어주면서 '부부의 도'를 다져나갈 때 그 가정이 커 가는 것이다.

학문이 짧은 사람들은 공합(宮合)을 볼 때 떠난 가지도 애기한다. 떠난 맞으면 좋은 배필(配匹)로 생각한다. 그런데 그건 아니다. 떠난 보는 것은 결국 공합만 보는 것이다. 떠난 보지 말고 전체를 봐야 한다. 전체를 보는 것을

속궁합까지 본다 하고 떠난 보는 것을 결국 공합만 본다고 하는 것이다. 속궁합까지 전체를 다 봐야 공합을 제대로 보는 것이다. 평생을 놓고 다 봐야 제대로 보는 것이다. 떠난 보고 좋다고 하는 생각은 이제 버려야 한다.

선무당이 사람 잡는다는 말이 있다. 자통무당(自通巫堂)이 되지도 못하고 내림굿 무당도 되지 못한 사람이 무당 노릇을 한다는 말이다. 무(巫)의 세계에서 그런 것이 아니다.

일상생활에서도 그렇다. 역(易)의 세계에서 그렇다. 역의 세계에서 얼마나 많은 선무당들이 실쳐왔는가? 자문해 볼 일이다. 역(易)은 학문이다. 누구나 한 마디쯤 해 볼 수 있는 그런 것이 아니다. 퇴계(退溪) 선생께서 집대성 해 놓고 간 위대한 학문이다. 배워야 한다. 세계 석학(碩學)들이 찾는 이유이고 하버드 대학에서 가르치는 이유이다. 알아듣기 바란다.



**이규임**  
한국명사학회 회장

### 탐방 4 미래목장 **체세포 세균수 1등급 상위목장 유지**



### 생산비 절감이 어려운 낙농가 현실 극복 방안

한국낙농육우협회 여성분과 포천분회 조명순 감사의 미래목장(포천시 화현면 지현2리)을 찾았다. 조명순(42·사진)감사는 '꿈과 희망'을 담아 미래목장이라 이름을 지어 낙농을 본업으로 시작했다.

미래목장(대표 양영학, 화현면 의용소방대장)은 목장부지 2천400평에 우사를 2개동으로 구분하고 비가림 시설 운동장 500여평 규모의 시설에 착유 32두, 건우 1두, 육성 25두 등 모두 59두를 사육하고 있다.

서울우유 쿼터량 1천66리터이며 평균유량 40리터, 두당 연간 산유량이 1만1천800리터이며 체세포 세균수 1등급으로 서울우유조합에서도 상위목장에 속한다. 미래목장은 상위목장이 되기 위해 무리하게 목장을 확장하기 보다는 규모에 맞는 적정 사육두수를 우군(牛群) 분리하여 목장주가 지속적인 관심을 가지고 보살피고 있다.

미래목장은 부부가 같이 분담하여 일을 하며 서로 맡은 일에 최선을 다하고 있다.

조명순 감사는 착유 시간이 되었음에도 남편이 밖에서 바쁜 일 때문에 늦어져 젖이 불어우는 소들이 안타깝게 여겨져 직접 착유를 시작하게 되었다고 한다.

송아지 관리와 착유를 하면서 섬세한 여성의 감각으로 체세포

가 의심되면 냉각기 우유를 수시로 동북낙농기원센터로 샘플링을 하여 관리하며 낙농일지를 체계적으로 기록하고 있다.

미래목장은 자가 인공수정을 시키며 목장주변 정리정돈과 목장자체 TMR을 충실히 이행하여 높은 유질 함상을 올릴 수 있다고 자부한다. 10년 동안 자체 TMR 사료를 축협과 천호제일 프로그램을 적용하여 기호성 증가로 전체적인 고능력 젖소로 향상시켰다.

조 감사는 현재 서울우유조합 대의원, 포천시 자문위원, 화현면주민자치위원으로 활동중이며 바쁜 일상에서도 자신만의 체력 유지를 위해 수영과 승마를 하고 있다.

조 감사는 FTA로 어려워질수록 협심하여 조직과 결속력강화로 낙농권리를 대변하는 협회에 힘을 실어줄 때라고 하며 낙농가는 생산비를 절감하는 것이 어려운 낙농가의 실정이라고 밝혔다.

미래목장은 조합에서 실시하는 1년 동안 체세포 세균수 1등급을 받으면 시상하는 행사에서 포장을 수상하겠다는 받겠다는 목표를 세워 오늘도 열심히 목장 일에 전념하고 있다.

미래목장이 조 감사의 노력과 양 대표의 계획대로 실적을 통해 목표를 달성할 수 있기를 기대한다.

이문기 주부명예기자단 이사  
ddmsal823@hanmail.net



# 맛깔스러운 음식 · 저렴한 가격이 함께하는 대중음식점

**청정식당** 삼겹살 고등어 치

단체손님에약환영 t:543-8215 h:011-354-9775

예약문의 031) 543-8215

**다양한 메뉴**

**가족·직장 회식**

**넓은 주차공간 보유**

갈치조림	소 5,000원
	중 10,000원
	대 15,000원
삼치조림	소 5,000원
	중 10,000원
	대 15,000원
붕어찜	소 5,000원
	중 10,000원
	대 15,000원
삼겹살 (1인기준)	7,000원

**청정식당 약도**

←포천 → 의정부→

↑가산 ↑고모리

↓남양주 ↓송아리

청정식당

●현대할인마트

의정부→