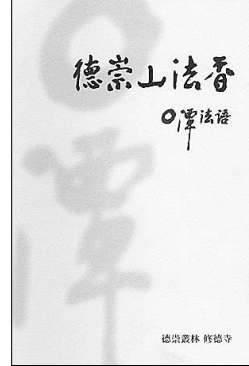


◇인자한 미소로 '친진불'이란 별칭을 얻은 원담 스님. <덕숭산 법향>에서는 수좌들에게 들려주는 자상한 법문을 볼 수 있다.

불교는 자기를 찾는 '法'입니다

"불교는 종교가 아닙니다. 바로 '나(我)'를 찾는 법입니다. 나를 위해서, 불조(佛祖)를 위해서, 나라를 위해서, 온 국민을 위해서 진실로 말씀하고, 거짓 없는 정진을 하세요." (갑자년 동안 해체 법어사)



'덕숭산 법향'

원담 스님 법어집
덕숭총림 수덕사 / 3만원

한 면도 살필 수 있다. 법문에 켜켜이 녹아 있는 선사들의 일화를 찾아 읽는 재미도 이 책의 큰 장점이다. 그 중에서도 어린 나이에 출가한 원담 스님에게 깨달음을 주고자 했던 만공 스님의 일화는 유명하다. 원담 스님은 "만공 스님이 주장자로 내 머리를 때릴 때 마다 '아야!' 하고 소리치면 '그 아야 하는 놈을 찾았어요' 하고 하셔서요. 내가 한참을 그렇게 맞은 후 '그놈이 바로 마음인 것 같다'고 하자 크게 칭찬하며 기뻐하셨다"고 회고한다. 이 밖에도 1970년대 초반까지 인삼밭에서 직접 농사를 지은 이야기나 청허 스님

과 백장 스님의 일화도 원담 스님의 생생한 육성으로 들을 수 있다. 원담 스님의 손사좌이자 총무원 총무국장 소임을 맡고 있는 주경 스님은 "스님의 법문은 수행자들 사이에서 법문을 녹음한 테이프를 주고받을 정도로 수행자들의 마음을 울린다"며 "결제 때 마다 직접 스님의 법문을 들으며 느꼈던 그 두근거림을 책에서도 그대로 느낄 수 있다"고 말한다.

<덕숭산 법향>의 출판 고불식은 원담 스님의 78번째 생일인 11월 19일 오전 10시 수덕사 대웅전에서 열린다. (041)337-6666

여수령 기자 snoopy@buddhapia.com

경허·만공 스님의 법맥을 이은 원담 스님(덕숭총림 수덕사 방장)의 첫 법어집 <덕숭산 법향>이 나왔다. 원담 스님의 상좌인 조계종 총무원장 법장 스님이 1998년부터 5년간의 준비 끝에 선보인 것이다. 책에는 1980년 하안거부터 올해 하안거 해체 법어까지 20여 년 동안의 상좌법어(上座法語) 87편이 실려 있다.

법장 스님은 간행사에서 "스님의 가르침은 본래 면목을 밝히려고 할 때 밝은 거울이 되어주었고, 마음의 고향을 찾아 나설 때 나침반이 되어 주었으며, 피안에 다다른 고자 할 때 버티로운 배가 되어 주셨다"며 "그러나 이러한 스님의 은혜를 다 갚기도 전에 스님의 법체가 날로 쇠잔해지고 저 또한 주름이 깊어가기에 법어집 간행을 서두르게 됐다"고 출간 동기를 밝히고 있다.

이 책의 가장 큰 특징은 스님의 법문을 녹음한 테이프를 그대로 풀어, 실제로 법문을 듣는 것 같이 편안하게 읽을 수 있다는 점이다. 흔히, 결제에 드는 수좌들에게 내리는 법문은 어렵고 난해하다고 여기기 쉽다. 하지만 스님의 법문은 여러 선사들의 법거랑을 쉽게 풀이해 결집함으로써 일반인들도 어렵지 않게 읽을 수 있다. 수좌들의 수행을 독려하는 자상

상좌 법장 스님 5년간 준비... 19일 고불식 법어 87편 수록·청허 백장 스님 일화도

원담 스님은

원담 진성(圓潭 眞性) 스님은 1926년 전남 옥구에서 태어났다. 12살 되던 1937년 이모를 따라 수덕사를 찾은 스님은 정진하는 스님들의 청정한 모습에 환희심을 느껴 출가를 결심했다. 전장사와 전월사 등에서 만공 스님을 사봉하며 5년 동안 행자생활을 했다. 16세 되던 1941년 벽초 스님을 은사

84년 덕숭총림 개설... 3대 방장

조계종 원로의원, 수덕사에 주석

사로, 만공 스님을 계사로 사미계를 받았으며, 1943년 만공 스님으로부터 전법계를 받았다. 1970년 수덕사 주지로 취임, 덕숭총림의 기초를 닦기 시작해 1984년 덕숭총림을 개설했다. 1986년 11월 해암·벽초 스님에 이어 덕숭총림 3대 방장에 취임했다. 현재 조계종 원로의원으로 수덕사 영화실에 주석하고 있다.

수행·인터넷·체력단련 등 산중 스님들 사는 모습 그려



◇해인사에서는 매년 단오날 산중 체육대회를 연다. 이 대회의 하이라이트는 단연 축구대회. 스님들의 축구에 대한 열정은 최근 운동장을 잔디 구장으로 바꾸는 결실을 거두었다.

"최신형 모델 40화음 핸드폰으로 바꾸고 겪은 일이다. 새 핸드폰을 보면서 기분이 좋아 신도들 앞에서 싱글벙글하고 있을 때 전화가 울리는데 벨소리 때문에 기절할 뻔 했다. '어보- 전화 받아요-'."

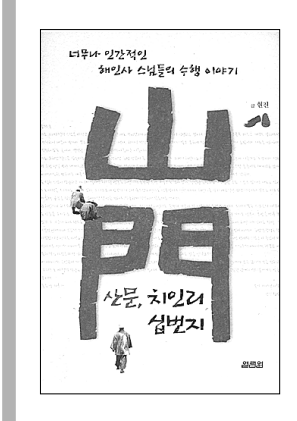
해인사에서 발간하는 월간 <해인> 편집위원인 현진 스님이 산중에서 살아가는 스님들의 생활 모습을 담은 <산문, 친인리 십변지>를 펴냈다. '가장 인간적인 것이 가장 수행자다운 모습이다'고 말하는 현진 스님은 쾌활하고, 음식 만들고, 문 풍지 바르고, 김장하고, 고무신을 묶는 일 등 산중생활의 소소한 일상들을 책에 담

았다. 가슴속에 간직하고 있는 스님들의 내밀한 속내까지 드러나 있다는 점에서, '친인리 십변지'는 25여 명의 스님들이 정진하고 있는 합천 해인사의 주수인 동사에 이 땅의 모든 수행자를 상징한다. 스님의 글을 통해 산문 인의 생활을 조금 살펴보자.

'21세기 스님'은 자동차를 몰고 휴대폰으로 전화통화를 하고 인터넷을 즐긴다. 매년 이맘때면 배추 5천여 포기 김장을 하고, 설맞고름이면 옷돌이로 밥을 쏜다. 체력단련을 위해 축구대회도 열고, 예비군 훈련을 위해 군복을 다리기도 한다.

하지만 스님들이 이곳에 모인 가장 큰 이유는 수행이다. 더러운 고무신을 닦으며 마음을 깨끗이 닦고, '죽어도 이 선방에서 죽으시오. 수행자가 정진하다 가 죽는 것은 가장 값진 죽음이요!'라는 해암(인적, 전 조계종 종정) 스님의 가르

침에서 수행정신을 찾는다. 현진 스님은 "이 책을 통해 집집사람들이 먼 시대의 박제된 인물이 아니라 이 시대를 살아가는 가장 가까운 이웃이라는 것을 인식하면 좋겠다"고 말한다. 여수령 기자



'산문, 친인리 십변지'
현진 스님 지음
열림원 / 8천5백원

새로 나온 책

- <싱갈라라 가르침> (혜승 스님 엮음, 허늘북, 4천8백원) = 해인사 율원장 혜승 스님이 재가 불자들이 일상생활에서 지켜야 할 자세와 다양한 인간관계에서 지켜야 할 윤리를 구체적으로 제시하는 경건 구절을 모아 엮었다. 부처님이 대부분의 아들인 싱갈라에게 계율을 가르치는 형식으로 꾸며졌다.
- <역주 수능엄경> (일귀 스님 역주, 샘이깊은물, 3만원) = 일귀 스님이 송광사 승가대학에서 <수능엄경>을 강의하며 메모해 둔 것을 새롭게 정리해 <역주 수능엄경>으로 펴냈다. 일귀 스님은 "능엄경은 부처님의 말씀 실천하고 참다운 나를 깨닫도록 도와주는 경전이다"고 말한다.
- <산 두고 가는 산> (수해 스님 시집, 토방, 7천원) = 제방산원에서 수행정진하고 있는 수해 스님의 시집 <산 두고 가는 산>에서는 글쓰기를 수행으로 삼고 있는 스님의 시를 향한 간절한 염원을 읽을 수 있다.
- <수미산의 이쪽과 저쪽> (오정환 지음, 한국경제신문, 8천5백원) = 롯데연수원 오정환 원장이 불교철학 속의 이상적인 수미산을 찾아가는 과정을 담은 책. 티베트인들의 소박하고 겸허한 일상을 담담하게 보여준다.

금주의 베스트셀러 10

책방 여시아문 집계

순위	도서명	저·편자	출판사
1	살을 바꾸는 5가지 명상법	해봉 거사	불광
2	산중일지	현진 스님	지영사
3	화	탁 낮 한	명진출판사
4	백련간두에서 한 걸음 더	법정 스님	조계종출판사
5	부처 통곡하다	정동주	이름
6	가장 행복한 공부	청화 스님	시공사
7	깨달음의 거울	법정 스님	동쪽나라
8	천문학과 붓다의 대화	이시우	종이거울
9	스스로 깨어난 자 붓다	카렌 알스트롬	푸른솔
10	들숨날숨에 마음 챙기는 공부	대립 스님	초기불현역원

도서 안내: (02) 737-0695

인터넷·전화 도서 주문
yosiamun.com
책방 여시아문 전화: (02) 737-0695

- 매일경제신문 인제 경영학 연재 -
이강욱 교수의 체질개선 ☆ 해독다이어트 ☆

"당신도 날씬해질 수 있다"

일상 생활하며, 공복감 없이 2주에 5~8kg 뺄 수 있다.

95%의 다이어트가 실패로 끝나는 현실에서 수십년간 동안 쌓인 온갖 노폐물이 빠져나와 체중감량이 된다는 이강욱 교수의 20여년 임상경험은 비만인들에게는 귀가 번쩍 뜨이는 희소식이다.

"여자가 살빼기 더 힘든 이유"

여자가 살빼기가 더 힘든 것은 임신과 출산이라는 여성 본래의 역할로 남성보다 2배 이상의 체지방을 갖고 있기 때문이다. 최근에는 영양과다, 운동부족, 대사가능의 장애 등으로 노폐물이 쌓여 임신전의 체중으로 복귀하지 않는 여성이 상당수이다. 또한 생리기간 동안 체내 축적된 수분이 부종으로 바뀌어 체중이 증가하여 합병증과 암 발생 등 고위험을 수반하게 된다.

체내 노폐물이 빠져, 건강체질로 바꾸는 발효엔제 질식법

똥통하다는 것은 단지 체내에 보기 싫은 지방만이 쌓인 것이 아니다. 산업사회의 오염된 환경에서 성장한 우리의 몸 속에는 현대의학으로도 규명 못하는 노폐물이 장 속에는 이끼처럼 속변이 쌓이고 관절 사이사이로 박히고 간에는 지방이 엉키고 혈관에 쌓여 혈액이 탁해지고 굳고 막히는 현상이 발생한다. 살 빼는 약을 먹거나 물단식을 하여도 살은 빠지지만 무엇이 빠지느냐가 문제다. 체중은 줄이되 노폐물을 제거하고 줄여야한다. 그렇지 않으면 손발이 저리고 숨이 답답해 지고 피는 더욱 탁해져 혈액순환 장애의 증상이 있다.

당신도 날씬해질 수 있다

발효엔제는 우리몸에서 자란 50여종의 야채, 과일, 해조류 등을 3~5년간 장기간 자연발효 숙성시킨 것으로 그 속에는 천연비타민과 미네랄, 수억의 효소들이 살아 숨쉬고 있다. 이것을 인체에 공급하면 모든 인체의 장기들이 휴식을 취하면서 효소는 인체 곳곳에 마치 쓰레기처럼 수십년간 쌓인 독성 노폐물을 청소하고, 과잉으로 축적되어있는 지방을 분해하는 내과 대수술을 일상 생활 중에 소리없이 진행한다.

02)523-0708 초록 인 (팔보 효소)

고혈압·순환기질환

진정한 해답은 무엇입니까!
※ 혈관속에 만병이 있습니다※

- ◆ 열전성질환
 - 혈관내에 생기는 단백질의 피브린을 주성분으로 형성된 젤(Gel) 상태의 혈액 덩어리로서 혈액의 흐름을 막아내고, 각종 질병(성인병)을 유발시킴.
- ◆ 열전성질환
 - 고혈압, 고지혈증, 동맥경화, 협심증, 심근경색, 뇌졸중(중풍), 노인성치매, 당뇨병성망막변성, 손발저림, 눈이 침침함 등
- ◆ 열전용해효소 (나토키나제)
 - 대두의 발효중 미생물(납두균)이 만들어 내는 신기능성 특수 효소물질(Nattokinase) (강력한 혈전용해 능력으로 순환기계질환의 예방과 개선에 탁월한 기능성 효소물질)
- ◆ 국제열전용해학회
 - 에 발표(1996년), 분자구조식이 규명되어 그효과가 과학적으로 입증됨(일본 생물과학 연구소)

- 늘어나는 평균수명과 늘어나는 순환기질환
- 식생활 습관의 서구화 가공식품, 동물성지방 스트레스, 운동부족 환경오염

대건메디칼 053-744-2502 011-811-3938 (약식행심) (안내약자를 보내드립니다)

불교의식(범음·범패) 제2기생 학인모집

본 대구불교의식 교육원에서는 초종파를 막론하고 불교의식 범음, 또는 범패를 배우고자 하시는 분이라면(스님)은 물론 현재 사찰운영에 어려움을 겪고 계시는 교인 또는 범사님에게도 본 교육원을 이수하신 후에는 아무런 불련없이 운영하실 수 있도록 성심껏 다하여 지도해 드리겠습니다.

과 정

- ▶ 의식 초급반(3개월) 주 2회 강의(매주 월, 화요일)
 - 강의시간: 오후 3시 ~ 5시까지 (2시간)
 - 강의내용: (세력 도량서, 종성염불, 상단제법예불, 저역예불, 아정송주, 저녀송주, 상단불공(계불통칭), 신중무공, 행선축원, 불공축원, 관음시식, 배움, 사미율법 및 초발심 자경문)
- ▶ 의식중급반 (5개월) 주 2회 강의(매주 수, 목요일)
 - 강의시간: 오후 3시 ~ 5시까지 (2시간)
 - 강의내용: 시련절차, 천도, 49제 제공법, 전정안법, 설교의식, 시왕불공, 시식, 배움, 다비문, 방생의식, 불상 및 탱화 점안법, 예수제외문, 구명시식 등
 - ※ 제정안법설치법, 평가축원문작성법, 위계, 지의, 전, 작상법
- ▶ 작법반: 일반(5개월) 주 1회 지도(매주 일요일)
 - 강의시간: 오후 3시 ~ 5시까지 (2시간)
 - 속성(2개월) 주 1회지도(매주 금요일) 시간: 오후 1시 ~ 4시 30분 (3시간 반)
 - 종 목: 친수바라, 도량제(나비춤), 사다나나(가게계) 화의제전연바라
- ▶ 역학반(10개월) 주 1회 지도(매주 수요일)
 - 강의시간: 오후 1시~3시 (2시간) ※ 특별강사초빙
- ▶ 사물강반 내용: 태경, 경외, 북치는법(천수부, 정근부, 장영부, 요잡시)
- 기 간: 3개월 주 1회 매주 토요일 오후 3시 ~ 5시 (2시간)
- ▶ 속성반: 의식, 작법, 사물(짧은 기간에 이수하실분은 별도 등록 포함)

대구불교의식 범음·범패 교육원
대구광역시 동구 신암 3동 167-14(2층) ☎ 053)955-7725
원장 주동주(동현) 합창

승복, 범복안내

인연을 소중하게 생각하며 항상 처음 이라는 자세로 변함없이 재물 생산·연구에 임하는 저희 업체에서는 부처님을 섬기는 마음으로 정성껏 재물을 만들었습니다. 고급 재질에 세련된 디자인으로서 저렴한 가격으로 스님 및 불자들이 모시고자 합니다. 부족한 점이 있으시면 많은 지도받으 버리대, 최선을 다하는 업체가 되겠습니다.

- 예동승복 직원일동 -

주니어부 재킷(단장)	조끼 용바
1. 직삼, 조끼, 바지 W160,000	2. 동방, 바지 W160,000
3. 두루마리 W140,000	4. W60,000
5. 직삼, 조끼, 바지 W320,000	6. 동방, 바지 W320,000
7. 두루마리 W250,000	8. 세 초 W60,000 (마니하, 리우하) 바지 W70,000

※ 직삼, 가사, 방한 및 기모의류는 맞춤주문 받습니다.

예동승복
대구광역시 동구 신암 4동 399-1
TEL : 053)741-8131
FAX : 053)741-8132
H.P : 011)549-8130