



“몇 km 걸었습니까?” “無”



원공 스님과 11명의 대원들은 123일간 한·일 평화 도보 대장정을 펼쳤다. 사진은 대장정 28일째인 2002년 3월 27일 일본 하쿠마산후도인(白馬山不動院) 절로 가는 모습.

걷기. 우리 삶에 있어 빼놓을 수 없는 이 단어에서 누군가는 '여행'이나 '고된 여정'을 생각하기도 하고, 누군가는 '건강'과 '다이어트'를 떠올리기도 할 것이다.

그러나 6년간의 무관한 수행을 마친 1979년 이후 차와 지하철 심지어 엘리베이터도 타지 않고 걸어서 몸을 움직여 온 원공 스님(사진)에게 '걷기'는 바로 수행이다. 지난 2002년 진행한 한·일 평화 도보 대장정'도 마찬가지였다. 스님과 11명의 대원은 2002년 3월 서울 상암 월드컵 경기장을 시작으로 한국과 일본의 월드컵 경기장 27곳을 걸어서 순례했다. 이들은 하루 평균 35km씩, 123일간 4천여km를 걸었다. 단순히 비교하자면, 서울과 부산을 네 번 왕복한 셈이다.

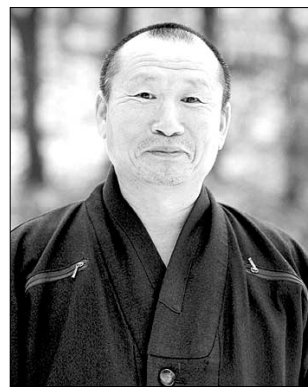
하지만 한 일본 기자가 "그동안 걸은 거리가 얼마나?"고 물었을 때 스님의 대답은 "무(無)"였다. "20년이 넘게 걸어난 길이 얼마나 되는지 실제로 알 수 없을 뿐더러, 숫자는 내가 걸은 이 수행의 진실과는 관계가 없습니다. 나에게 있어 걷기는 의식주를 털 가지고 그것에 털 집착하기 위한 수행과정이라고 할 수 있습니다."

최근 선보인 <우리는 왜 그 길을 걸었을까>는 바로 이 대장정의 기록이다. 책을 읽어보면, 대장정이 단순히 걷는 데만 의의가 있었던 것은 아닐 수 있다. 이들은 우리나라와 일본의 땅 곳곳을 걸으며 쓰레기를 주웠고, 그 자리에 도라지 씨

123일 평화도보 대장정 참가했던 원공 스님과 11명 대원의 기록

를 뿌렸다. "사람만큼 자연을 오염시키는 존재는 없습니다. 일본 돗토리 현 바닷가에는 한국의 쓰레기가 동동 떠다니고, 포항 앞바다에는 일본의 쓰레기가 떠다닙니다. 편리함이 증가함에 따라 쓰레기도 늘어난 것입니다. 대장정 기간 동안 지구 환경이 오염되고 파괴된 현장을 몸으로 보고 느끼며 걷고 또 걸었습니다."

대장정의 중간 목적지로 월드컵 경기장을 삼은 것도, 경기장의 웅장함을 감상하기 위해서가 아니라 사람의 눈에 크고 아름답게 보이는 건물이 자연의 눈으로 보면 자연을 가장 심하게 파괴한 결과물이라는 가르침을 전하기 위해서였다고 한다. "요즘 우리는 자동차에 너무 많이 의존하고 있습니다. 내 몸 하나 빠르고 편하기 위해 짧은 거리도 차를 타고 가는 경우가 많잖아요? 무언가를 얻기 위해서라기보다, 조용한 길을 걸으며 아름다운 꽃과 새를 만나는 즐거움을 만끽해 보십시오." "호의는 절반만 받는다", "우리가 머문 곳은 늘 깨끗하게 치운다" 등의 원칙을 가진 스님과 '걷



원공 스님

기수행'에 동참한 대원들의 소감도 인상 깊다. "길을 걷다보면 자기 눈섭도 무겁다"던 원공 스님의 이야기를 처음에는 웃음으로 넘겼는데, 나중에는 '머릿속 생각조차도 무겁게 느껴져' 그것마저도 비워야 했다." (김광수)

"사색을 통한 자기 성찰을 목표로 잡고 걷도 없이 길을 떠났지만, 사색보다는 여러 사람들과의 대화를 통한 경험이 더 큰 도움이 되었다. 힘들어도 잠을 수 있었던 것은 대원들 사이에 서로 주고 받았던 격려의 말이 아니었을까 싶다." (이주연)

지인들이 "차비나 하라"고 건네준 돈을 북한 동포들에게 보내고 있는 스님은, 이 책의 판매 수익금 역시 북한 어린이 돕기 '십시일반'에 기부할 예정이다.

"끝없이 걸었지만 결국 다시 제자리로 돌아왔습니다. 삶은 끊임없는 새로운 시작일 뿐"이라는 스님은 2월 초쯤 또 다시 길을 나설 예정이다. 목 적지도 기한도 없는 여정들.

여수령 기자 snoopy@buddhapia.com



욕심내면 잃게 된단다

'마음을 다스리는...' 김명만 글/김석배 그림 바른사 / 9천원

"산등성이 작은 암자에 도둑이 들었습니다. 그러나 스님 혼자 사는 암자라 훔쳐 갈 물건이 없었지요. 잠에서 깬 스님이 이 밤손님에게 말했습니다. '먼 길을 수고스럽게 왔는데, 어찌 빈손으로 돌려보낼 수 있단 말이오?' 졸 것은 없고, 내 옷이라도 가지고 가시오."

<어린이 팔만대장경>, <스님은 황금을 메고 어디로 갔을까> 등을 쓴 아동문학가 김명만 씨가 <법구경>의 시를 풀이하고 그 내용을 알기 쉽게 동화로 풀어놓은 만화책 <마음을 다스리는 어린이 법구경>을 펴냈다. 책에는 주인공 선재동자와 꼬리리 실버가 전국 방방곡곡을 다니며 사람들에게 <법구경>의 가르침을 전하는 230여 편의 이야기가 펼쳐진다.

"더디 피는 꽃은 오래가서 좋으니..."

맹난자 지음 선우미디어 / 4천원

흔히 수필이라고 하면 누구나 쉽게 쓸 수 있는 '가벼운' 글이라 생각하기 쉽다. 물론 '쉽게 쓸 수 있다'는 것이 수필이란 장르의 장점이기도 하지만, 작가의 삶에 대한 깊은 성찰과 연륜이 묻어나는 한 편의 수필은 그 어떤 경우보다 가슴에 깊이 와 닿는다. "그것은 마음먹은 대로, 또 애쓴다고 되는 일도 아니어서 일찍이 시인 도연경도 술 취하여 리를 기울이며 탄식해 마지않았던 것이다. 그러나 너무 걱정할 것은 없다. 한 나무에도 일찍 피는 꽃이 있고 더디 피는 꽃이 있다. 일찍 피어난 꽃은 일찍 떨어지게 마련이고, 늦게 피어난 꽃은 오래 가서 좋다고 할 말한다. 저마다 이렇게 제 속도와 시운(時運)이 다른 것을 알면서도 우리는 왜 조바심을 물리칠 수 없는 것인지 모르겠다."

'탱고, 그 관능의 쓸쓸함에 대하여'

맹난자 지음 선우미디어 / 4천원

<에세이문화> 발행인인 수필가 맹난자 씨가 펴낸 <탱고, 그 관능의 쓸쓸함에 대하여>는 도서출판 선우 미디어의 명수필기획 선 제29집이다. 책에는 지은이가 직접 고른 수필과 고사성어 에세이 등 30편의 글이 담겨 있다. 지은이는 자신의 글에 대해 '깊이와 감동이 없는 부질없는 이야기가 될지도 모르지만, 한 때는 내게 의미 있는 주제도 다가온 것들'이라며 '헤밍웨이의 소설 <노인과 바다>의 노인처럼 밤바다에 낚시대를 드리운 채 몇 날 몇 밤을 지새운 노정인 것만은 틀림없다'고 말한다.

금주의 베스트북서 10

순위	도서명	저·편자	출판사
1	가장 행복한 공부	청화 스님	시공사
2	달라이 라마의 수행의 단계	달라이 라마	들녘
3	밤상에 도가 있다	정세채	모듬
4	들숨날숨에 마음 챙기는 공부	대립 스님	초기불전연구원
5	살을 바꾸는 5가지 명상법	해불 거사	불광
6	생활 속의 기도법	일타 스님	효림
7	이거통의 인도사원순례	이거통	한길사
8	달라이 라마의 행복에 이르는 길	달라이 라마	경성라인
9	탁났한 스님의 반야심경	탁났한	장경각
10	완벽한 점성법	우학 스님	좋은인연

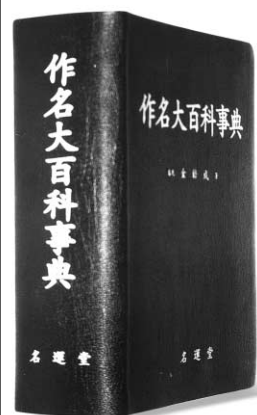
도서 안내: (02)737-0695

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

작명대백과사전

- 쉽고, 간편하게 좋은 이름짓기 해결! -

金培成 지음. 경기대 국제대학원 동양철학과 겸임 교수가 시인의 감성으로 5년간에 걸쳐 성씨별로 최상의 이름이 되는 이름 하나하나를 손수 창작하여 완벽하게 수록해 놓은 한국인의 작명대백과사전. 당신을 일평생 훌륭한 작명가로 만들어줄 단번의 기회 '작명대백과사전'이 있습니다.



신도가 많고 존경받는 스님들은 무엇인가 달랐다! 지성과 정성을 들이며 세생명의 자녀를 위한 신도들에게 훌륭한 이름을 제공하는 능력있는 '우리스님! 자랑스럽다'고 입소문이 자자합니다. 복잡한 작명법과 한자의 획수를 다루는 것도 가을과 겨울은 木火를, 봄과 여름은 金水에 해당하는 이름을 '작명대백과사전'에서 찾으면 됩니다. 불가에서는 명체불이(名體不二)라 하여 '몸과 이름은 둘이 아니다'라고 했습니다. 이것은 스님들이 신도분들에게 온종일 수많은 이름을 제공해야 한다는 것과 같습니다.

작명대백과사전 소장 기회 놓치지 마세요!!

한국에서 사용되는 성씨(286개)에 맞추어진 이름이 모두 수록된 작명대백과사전은 세련되고, 복잡하고, 운 좋은 이름으로만 수록되어 있습니다. 이들도 시대에 맞춰서 작명되어야 한다는 현대적 해석법으로 손수 작성된 '이름백과사전'은 더 이상 나올 수 없습니다.

Tel. 02)312-3254 / 02)312-3274 http://www.nemebook.co.kr

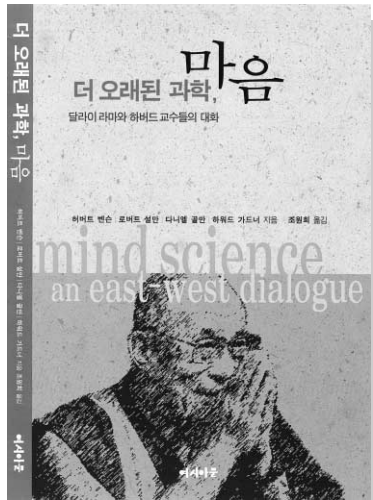
어서이문 서울시 종로구 견지동 110-33 Tel : (02)737-8881(대) Fax : (02)737-0697 http://www.yosiamun.com

명상은 몸과 마음 건강에 큰 도움... 미국인 천만명 '명상 붐' - <타임>지 보도

마음

더 오래된 과학,

달라이 라마와 하버드 석학들 '마음과학(Mind Science)'에 대해 말한다



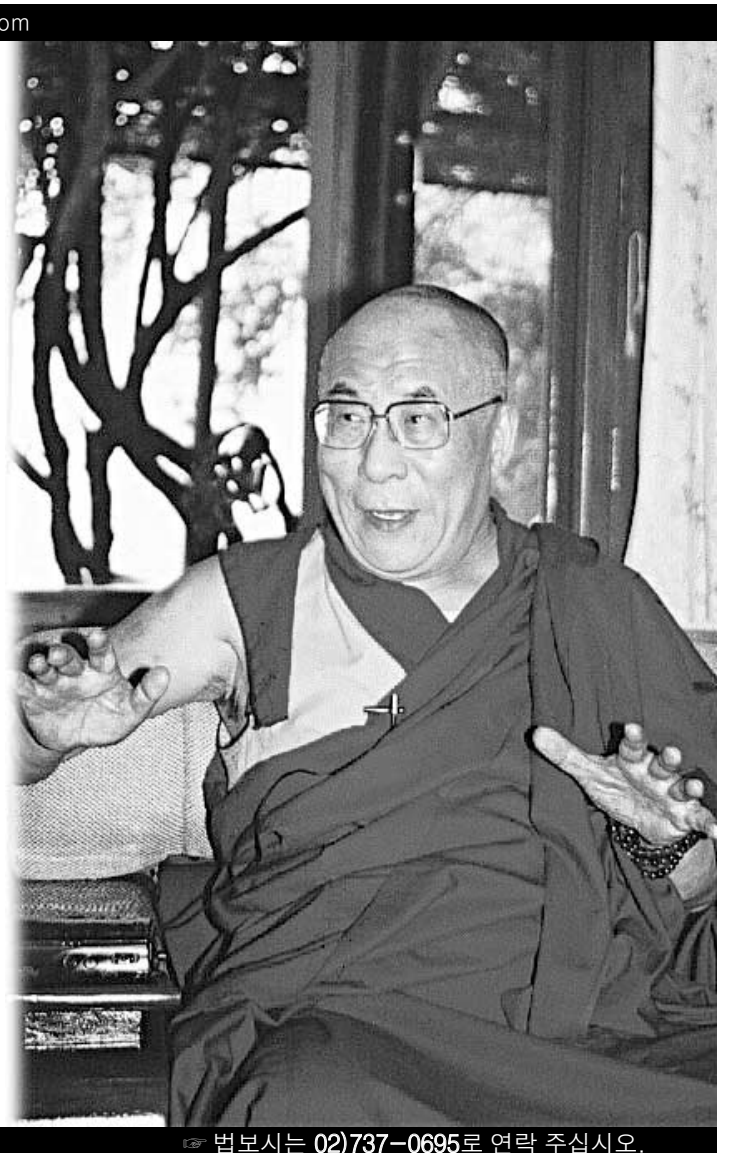
하버드 밴슨 외 / 조원희 옮김 신국판 / 200면 / 9,000원

<타임>지 최근호는 미국 하버드 의과대 행동과학과 하버드 밴슨 박사들이 연구한 명상할 때의 뇌상태 결과를 소개하는 등, 명상이 심장병, 암 등의 만성적인 난치성 질병의 고통을 예방하거나 완화한다고 소개했다. 또 우울증, 주의력 결핍증 등 심적 불균형을 정상으로 회복시키기 위해 명상 요법이 널리 활용

마음과 몸의 미세한 관계란 무엇인가? 오늘날의 과학자들이 이 관계에 대해 알고 사상의 대가들에게서 무엇을 배울 수 있는가? 서양과 동양의 접근법을 통합하여 마음의 본성, 인간성장 잠재력, 정신적·육체적 건강의 발전 가능성에 대한 새로운 이해에 이르는 것이 가능한가? '더 오래된 과학, 마음'은 현대 과학과 불교 간의 역사적 대화의 시작을 기록함으로써 이들 문제를 탐구한다.

달라이 라마

"마음은 정신적 사상이나 상호 연관된 대단히 복잡한 네트워크입니다. 마음은 몸의 생리학적 상태와 밀접하게 연결되어 있는 역동적이고 항상 존재하는 과정(process)으로 인식되기 때문입니다."



법보시는 02)737-0695로 연락 주십시오.

mind science