참선 속에 웰빙이 다 들었네

선사들의 삶과 깨달음

(방경일 글/ 김장열 그림, 1만원)

요즘 우리 사회에 '웰빙(Well Being)' 바람이 불고 있다. 과학문명의 발달로 인해 인간은 윤택한 생활을 할 수 있게 되었지만 그에 비례해서 커지는 욕망을 채우기 위해 달려가다가 스스로를 망가뜨리고 있다. 이런 풍조에 반대해 생겨난 웰빙의 핵심은 '욕망을 줄이고 만족을 늘이는 것'이다. 그렇다면 '욕망 제로'와 '무한 만족'을 느끼는 불교의 선사(禪師)들이야말로 최고의 웰빙을 실천하는 사람들이 아닐까?

마음시리즈 제2권으로 나온 이 책은 만화와 상식의 두 부분으로 되어 있다. 만화부분에서는 한국과 중국의 대표적인 선사들 60명이 즐가하여 깨달음을 이루는 과정을 담고 있으며, 이어지는 상식부분에서는 그들의 깨달음과 관련된 이야기를 연대순으로 소개하고 있다.

선문답(禪問答) 즉, 화두(話頭)에 대해서 해석을 하는 것은 일반적으로 금지되어 있다. 하지만 이 책의 저자는 나름대로의 관점에서 화두에 대해 해석을 하면서 화두를 필요 이상으로 신성시한 결과 생긴 선(禪)과 사람들 사이의 거리를 메워보려고 노력한다.

솔바람 대표 동출

시인과 선승 설악에서 만나다

열흘간의 만남

(신경림 외 지음, 9천6백원)

한여름의 찌는 듯한 더위와 꽉 찬 일상으로부터 벗어나 느긋한 휴식과 일탈에 대한 유혹이 남달라지는 이맘때, 이 책 한 권을 권한다.

시인과 스님의 열흘 간의 특별한 만남!

우리 시대 최고 시인인 신경림 시인과 설악산 선승 오현 스님이 만나 인생과 자연, 사랑과 세상에 대한 허심탄회한 이야기를 나눈다. 시와 선, 승과 속을 넘나들며 진행되는 두 분의 이야기는 맑고 시원한 설악산 계곡의 흐르는 물처럼, 혼탁한 세상을 씻어내는 청량제와도 같이 우리의 몸과 마음을 적셔 준다. 게다가 시인의 짝사랑과 스님 행자시절의 웃지못할 에피소드들, 그리고 문학 보다 더 문학 같은 삶을 살아오신 두 분의 인생역정을 엿보는 재미 또한 쏠쏠하다.

스님과 시인은 수행과 문학의 고수(高手)지만 책 내용은 '전문가가 아니더라도 알아들을 수 있는 얘기를 하자' '남의 눈을 의식하는 발언을 피하자'는 약속 덕분에 일반인들이 읽기에도 부담이 없다. 급한 마음 불들어매고 천천히 두 분의 대화를 따라가다 보면 곳곳에서 반짝이는 지혜를 만나게 된다.

조계종출판사 대표 도영

행복은 먼곳에 있지 않아요

행복하게 사는 법 행복하게 죽는 법

(정재 스님 지음, 8천원)

"진정으로 행복을 누리려면 먼저 지혜로움을 기르고, 그 행복을 다른 사람들에게도 나눌 수 있어야 합니다."

<행복하게 사는 법 행복하게 죽는 법>은 1964년 출가 이후 제방선원에서 화두를 참구하고 정진하는 과정에서 얻은 정재 스님의 '지혜'가 녹아있는 책이다. 스님이 이 책에서 전하고자 하는 메시지는 바로 "내 안에서 행복을 찾으라"는 것이다.

행복하게 되기 위한 행동변화의 구체적인 방안으로 스님은 두 가지를 제안한다. 첫 번째 단계는 '버리기'이며, 두 번째 단계는 '더하기'다. "행복하려면 먼저 버려야 합니다. 일상에 젖어있는 잘못된 작은 습관부터 버려야죠. 그러면 '몸의 삶'만이 아니라 '마음의 짐'도 덜어낼 수 있습니다." 필요 없는 습관과 욕망을 '다이어트'하는 길이 행복으로 가는 지름길이라는 것. 이것이 바로 '버리기'의 핵심이다. 두 번째 단계인 '더하기'에 대한 설명이 이어진다. "남을 배려하고 감싸 안으며 더불어 사는 것을 더하기해야 합니다." 부처님 가르침은 나에 대한 버리기와 남에 대한 더하기가 함께 할 때 완성된다.

여래 대표 정찬진

삶은 고가 아니다

(혜원 스님 엮음, 9천원)

'진실'에서 퍼져 나오는 지혜

"한번 입을 열면 하늘이 알고 땅이 알며 이 우주 법계에 속속들이 메아리치는 말 한마디, 그런 말을 해야 하고 또 그렇게 들어야 한다."

<삶은 고가 아니다>는 경전에 갇힌 불교가 아닌 살아 숨쉬는 생활불교를 주창하며 중생교화에 진력하고 있는 대행 스님(한마음선원 장)의 법어집이다. 책에서 스님은 불교가 어렵고 특별한 종교가 아니라 '생명의 이치, 생활의 이치를 통해 자연스레 드러나는 진리'임을 보여준다. 이 책은 불법의 세계에 처음 들어온 입문자는 물론 삶의 고난에 힘들어하는 사람들을 위해 생활 속에서 실천 가능한 법을 중심으로 여러 비유를 들어 자상하게 풀어 쓴 법문이다. 따라서 어렵다거나 딱딱하다는 느낌보다는 손에 잡힐 듯이 가깝고 쉽다는 느낌을 준다.

스님의 법어는 사람들이 막연히 불교는 어렵고 현상적 삶의 가치들을 하찮게 여긴다고 오해하고 있는 관념을 없애준다. 불교는 결코 어렵지 않은 종교로 조금만 눈을 돌려 배워볼 생각을 한다면 불교처럼 쉽고 분명하여 배우는 가르침이 따로 없음을 느끼게 해준다.

이 책을 통해 진실로부터 절로 터져 나오는 스님의 법어로 재가불자나 일반 생활인들에게까지 참지혜의 눈을 뜰 수 있을 것이다.

여시아문

노교수의 고지식·순수한 삶

고지식과 외골수의 대화

(정희돈 지음, 1만원)

법륜불자교수회장을 역임하고 불교사회복지회 경산자활후견기관장 소임을 맡고 있는 대구 영남대학교 정희돈 교수가 수상집을 펴냈다.

<고지식과 외골수의 대화>란 제목의 이 수상집은 노교수의 인생관과 철학, 세계관과 불심이 고스란히 담겨 있다. 저자는 책머리에서 "자기 앞 뒤도 잴 줄 모르는 고지식한 사람과 오직 자기 생각만 고집하는 외곬이 서로 대화한들 무슨 결론이 날 것인가"라며 "그렇지만 한 가지 분명한 것은 자기가 주장하는 바가 있고, 또 그 생각이 순수하다"고 적고 있다.

이 책은 평생을 대학에서 학생들과 함께 생활하며 일어난 아름다운 이야기와 개인적인 취미 활동을 하며 느낀 감상, 가족과의 따뜻한 감정들, 세상사 이야기 등이 담겨 있어 잔잔한 감동을 불러일으킨다.

책 구성은 전체를 '고지식의 미덕', '약초와 잡초', '날마다 좋은 날', '찬물에 얼굴을 씻고'의 4부로 나눴다.

책장마다 황보순희, 최성환, 남학호 화가의 삽화가 컬러로 실려 있어 읽는 재미를 더한다.

우리출판사 대표 무구

고려인의 염원과 신앙 보기

고려불화, 실크로드를 품다

(김영재 지음, 2만원)

불화는 예술작품이기 이전에 종교적 필요에 의해 그려진 종교적 도상이다. 때문에 예술품에 대한 기본적 안목 이외에 불교에 대한 이해가 전제되지 않으면 불화를 충분히 이해할 수 없다. 미술과 불교라는 균형잡힌 잣대가 요구되는 것이다.

이 책은 고려불화를 비롯하여 독자의 눈을 즐겁게 해주는 그림들을 충분히 담아내면서도 한편으로 탄탄한 불교이론을 담아내고 있다. 그래서 예술품으로서의 고려불화, 종교 도상으로서의 고려불화가 함께 보인다.

고려불화는 아름답다. 하지만 우리는 단순한 찬사에서 한 걸음 더 나아가 그 아름다움에 새겨진 상징과 은유, 그 속에 감추어진 사상과 역사, 그 속에 스며 있는 우리 전통문화와 외래문화, 화공들의 솜씨와 제작기법 등에도 관심을 가져야 한다. 그리고 이를 통해 고려불화에 담긴 고려인의 염원과 신앙, 선조들의 숨결을 느낄 수 있어야 한다. 이 책은 이러한 문제의식을 가지고 고려불화에 대한 종횡무진의 해체와 종합의 과정을 거쳐 고려불화라는 문화적 코드에 대한 수준 높은 이해를 가능케 한다.

운주사 대표 김시열

삶에서 느끼고 실천하는 경전

틱낫한 스님의 금강경

(틱낫한 지음, 양미성 외 옮김, 8천5백원)

<틱낫한 스님의 금강경>은 선종 전통을 잇는 한국불교에서 가장 많이 읽히는 경전이 <금강경>을 틱낫한 스님의 시선으로 해석하고 풀어낸 책이다.

틱낫한 스님은 한평생 수행과 평화를 위한 기도로 살아온 베트남의 선승이다. 그는 기존 한문본들의 다소 딱딱하고 경직된 해설에서 벗어나, <금강경>의 구절 하나하나를 우리의 삶 속에서 풀어내고 있다. 인간은 물론 존재하는 모든 생명과 사물을 바라보는 스님의 시선은 따스하고 넉넉하며, 동시에 2천5백년 전의 부처님 말씀이 현재에 살아 움직이게 하는 힘을 지녔다. <금강경>은 이제 '경전'이라는 틀에 갇힌 가르침이 아닌, '나의 삶 속'에서 느끼고 실천해 갈 가르침이 된다.

"금강경을 받들어 지니고 실천해 나가는 방법 중의 한가지가 바로 경을 독송하는 것입니다. 경을 읽는 것은 우리 마음의 땅 깊숙한 곳에 묻혀있는 깨달음의 씨앗에 물을 주는 일입니다." 천천히, 한 편의 시를 감상하듯 이 책을 읽어 나가라고 권하고 싶다. 어느새 내 안에서 살아 숨쉬는 붓다의 울림을 느낄 수 있을 것이다.

장경각 대표 원택

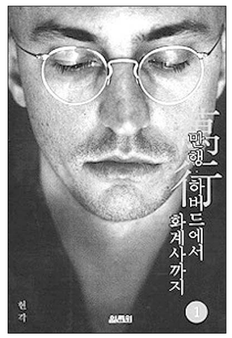
만행-하버드에서 화계사까지 1
현각 스님 지음/ 열림원

"미국의 엘리트 청년이 한국 와서 출가한 뜻은?"

보성 스님(조계총림 송광사 방장)

미국인 현각 스님이 쓴 <만행-하버드에서 화계사까지>라는 책이 일반인들에게 큰 반향을 불러일으킨 적이 있습니다. 독실한 가톨릭 집안에서 태어나 미국의 명문 예일대학과 하버드대학원을 나온 엘리트 청년이 우연히 숭산 스님을 만난 것을 계기로 부모도 사랑하는 여인도 다버리고 스님으로 거듭나기까지의 과정을 진솔하게 담은 책입니다. 이 책을 통해 많은 이웃 종교인과 일반인들이 불교와 선(禪)에 대해 관심을 갖게 되었다고 합니다. 모든 사람들이 현각 스님처럼 가진 것을 모두 내던지고 출가해 참선을 하며 살 수는 없지만, 그 정신을 배우고 그러한 삶을 살아가는 자세를 가져보기 바랍니다.

'당신은 누구인가' 숭산 스님 질문에 삶의 방향 바꾼 현각 스님의 수행기



'당신은 누구인가? 어디서 와서 어디로 가는 것인가?'

폭설이 펴붓던 1989년 12월 어느 날, 미국 하버드대의 한 대형 강의실에 울려퍼진 이 한마디. 키가 작고 통통한 한 국인 스님의 서툰 영어 목소리였다. 이도발적이면서도 근원적인 질문에 숨이 막혀버린 미국 젊은이가 있었다. '당신은 누구인가'라니. 충격, 당혹감, 환희…. 죽비로 등줄기를 후려치는 듯한 전율이나 다름없었다.

그 한국인 스님은 숭산 스님(서울 화계사 조실)이었고, 젊은이는 진리를 갈구하던 가톨릭 신자이자 하버드대 대학원생이었던 스물다섯의 폴 뮌첸이었다. 그날 밤 젊은이의 머릿속은 온통 숭산, 숭산 스님뿐이었다.

한국에서 온 숭산 선사는 대체 누구이고 한국의 선불교는 과연 무엇인가. 한 젊은이의 운명은 그렇게 바뀌어갔다. 바로 현각 스님(화계사 국제선원장)이다.

TV다큐멘터리 '만행'의 주인공으로, 잔잔한 감동과 화제를 불러일으켰던 벽안(碧眼)의 스님. 이 책은 현각 스님의 구도기(求道記)이다. 어린 시절부터 숭산 큰스님을 만나 스님이 되기까지의 이야기, 한국과 불교에 관한 느낌 등. 동양인도 아닌 미국인이 출가를 한다는 것은 얼마나 어려운 일인가. 자신을 비우지 않으면 불가능한 일이기에 그것은 낯선 용기였다.

숭산 스님의 강연에 충격을 받은 1년 뒤. 그는 가슴 설렘을 억누르지 못하고 한국을 찾았다. 90일 간의 동안거(冬安居)를 마치고 미국으로 돌아가면서 내뱉은 말, '아, 스님이 되고 싶어.' 하지만 어머니와 여자친구의 얼굴이 떠올랐다.

번뇌의 연속. 포기하고 싶은 유혹이 손짓할수록 선 수행에 매진했다. 시간이 지나면서 무언가 밝아지는 것을 느꼈다. 안개가 걷히고 의심과 고통이 사라지기 시작했다. 자신의 길이 명확해졌다.

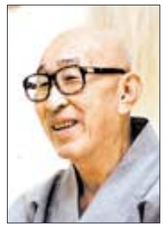
'그래, 출가하는 거야.' 그때가 92년 가을. 그리고 다시 찾은 한국땅….

책의 전체적 분위기는 차분하고 담담하다. 하지만 행간엔 번뇌를 물리치기 위한 처절한 싸움의 흔적이 숨어 있다. 번뇌를 다스리고 구도의 길을 찾아가는 과정이 진한 감동과 깊은 여운으로 다가오는 것도 이 때문이다. 삶을 비우면서 삶을 채워온 젊은 스님 현각. 그는 서구사상에 물든 우리 시개 젊은이들의 자화상인지도 모른다.

선가귀감
박재양, 배규범 옮김/예문서원

"선의 진수 알고 싶을때 꼭 읽어야 할 필독서"

수산 스님(고불총림 백양사 방장)



<선가귀감(禪家龜鑑)>은 청허당(淸虛堂) 서산 대사가 지은 책으로 말 그대로 선가에서 거울로 삼을 수 있는 지침서입니다. 참선 공부인의 필독서라 할 수 있는 <선가귀감>은 선의 진수와 불교를 배우고 수행하는 사람에게 본보기가 될 것입니다. 결제철에 스님들은 선방에서 정진하고 있는 만큼, 재가 불자들은 <선가귀감>을 읽고 생활 속에서 참선할 수 있는 기연을 만들어 보기 바랍니다.

불법과 우주의 이치, 수행자의 자세를 옛 경전과 어록을 들어 설파하고 있는 <선가귀감>은 시대를 뛰어넘어 불자들의 귀감이 될 것입니다.

선과 교 둘 아님 밝힌 수행의 '거울' 서산 대사 50여 경론·어록서 발췌

유가귀감, 도가귀감과 더불어 3가귀감 중의 하나로 불리는 <선가귀감>은 한국불교 선종의 지침서다. 당시 스님들이 세간의 서적에 빠져 본분을 잃는 것을 경계하는 내용과 방대한 대장경을 요약해 그 요체를 밝혔으며, 입문자들을 위한 안내서 역할을 하는 책이다.

이 책은 선(禪)과 교(敎)가 둘이 아님을 밝히는 동시에 간화선(看話禪)을 지침으로 하여 깨달음에 이르는 수행법을 천명하고 있다. 그러나 그 가르침은 선가에서만 요긴한 것이 아니라 일상 생활에서도 응용할 수 있는 수행 길라잡이이기도 하다.

최근 선에 대한 관심이 날로 높아가고 있는 가운데, 중국 선종의 아류가 아닌 우리 만의 독특한 가풍을 맛보고자 하는 이들에게 <선가귀감>은 적합한 책이다. 중국에 <육조단경>이 있다면 한국에는 <선귀귀감>이 있다고 해도 지나친 표현은 아닐 것이다.

세속적 현실에 매몰되거나 수행이라는 관념적 울타리에 갇힌 사람들은 서산 대사의 이 말씀을 들어보라. "현실만 따르는 것은 마치 목마른 사슴이 아지랑이를 물인 줄 알고 찾아가는 것 같고, 마음만을 붙잡으려는 것은 원숭이가 물에 비친 달을 잡으려는 것과 같다."

와 우주의 근본을, 2부에서는 선과 교, 3부에서는 간화선의 수행과 방편을, 4부에서는 스님의 자세와 경책을, 5부에서는 임제종의 종지를, 6부에서는 불법의 이치를 재론하며 결론을 맺고 있다.

예문서원에서 펴낸 <선가귀감>은 여러 한문본 주석서들과는 달리 우리말 언해본까지 함께 분석해 집대성한 주석서로 꼽힌다. 게다가 현존하는 판본으로 판단하면 언해본은 한문본보다 더 오래된 것으로 되레 한문본이 언해본을 축소, 요약한 것이라고 할 수 있으니 더욱 풍부한 해설을 담고 있다.