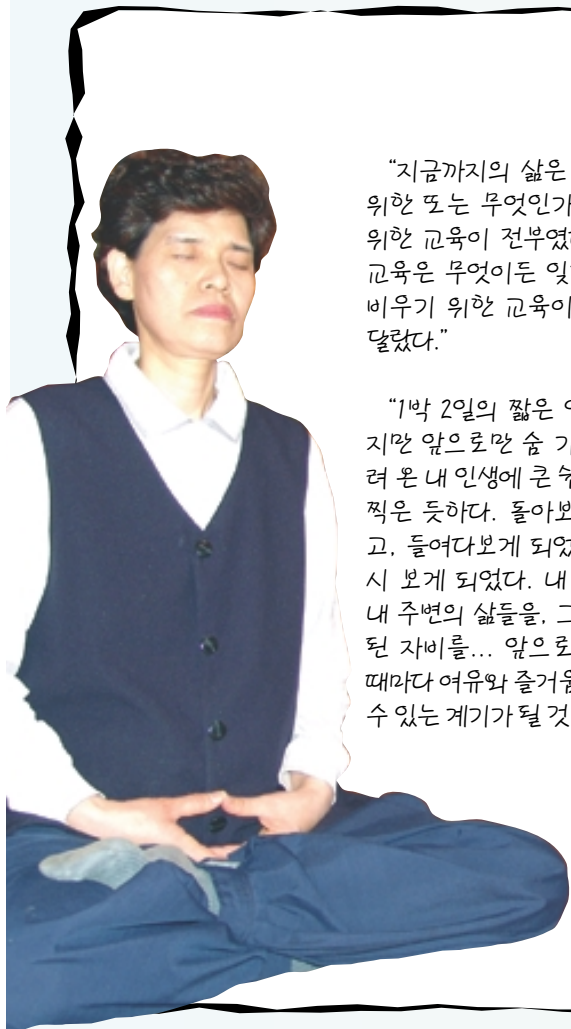


마음 훌훌 비워내고 '참나' 를 찾아 떠나는 여행



"지금까지의 삶은 잘 살기 위한 또는 무엇인가를 넣기 위한 교육이 전부였다. 이번 교육은 무엇인가를 넣기 위한, 비우기 위한 교육이란 점이 달랐다."

"1박 2일의 짧은 일정이었지만 앞으로만 숨 가쁘게 달려 온 내 인생에 큰 영감 하나 적은 듯하다. 돌아보게 하였고, 돌아다보게 되었으며 다시 보게 되었다. 내 인생을, 내 주변의 살들을, 그리고 찢어진 자비를... 앞으로 막막할 때마다 여유와 즐거움을 찾을 수 있는 계기가 될 것 같다."

고마워요 자비명상
마가 스님·이주영 지음
불광출판사 펴냄 | 1만2000원



자비명상 프로그램 이론·효과 수록 진행자를 위한 상세한 지도방법도

마가 스님(만일사 주지, 중앙대 겸임교수)이 진행하는 자비명상 템플스테이에 참가했던 사람들의 소감이다. 이들의 짧은 소감을 읽는 것만으로도 스스로의 마음이 정화되는 것을 느낀다. 자기를 들여다본다는 것, 지나간 시간을 돌아보고 다가 올 시간을 희망으로 기다리고 현재의 시간에 당당하다는 것 이상의 행복이 있을까? 자비명상에 참가한 사람들은 바로 이러한 행복의 주인공이 된 데 대해 함없이 감사한다.

자비명상 지도자로 가장 이름이 난 마가 스님. 스님은 2003년부터 중앙대에서 교양과목 '내 마음 바로보기'를 지도하고 있다. 자비명상을 근간으로 하는 이 강의는 3초 만에 수강신청이 마감 된다는 '전설의 강의'가 됐다. 덕분에 스님은 학교로부터 4년 연속 최우수강사로 선정되기도 했다.

공주 마곡사에서 5년 전부터 자비명상 템플스테이를 시작하여 템플스테이의 역사를 새로 쓰게 한 장본인도 마가 스님이다. 참가자들의 마음을 맑게 씻어 주는 다양한 프로그램들이 입소문을 탔다. 한 프로그램에 연인원 3000명이 동참할 정도였다.

마가 스님이 자비명상의 파트너 이주영씨와 함께 세 번째 펴낸 <고마워요 자비명상>은 자비명상 프로그램의 본질과 지도방법이 상세하게 기록돼 있다. 자비명상이 뭔지 왜 해야 하는지 하고나면 어떤 느낌이 드는지에 대한 의문은 제1부 '자비명상 프로그램 참가자를 위하여'에 고스란히 나와 있다. 2부 '자비명상 프로그램의 토대'에서는 자비명상의 실질적인 이론과 그 배경 효과 등이 자세히 수록됐다.

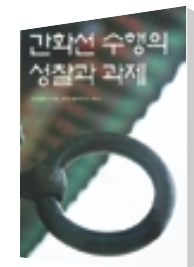
무엇보다 이 책의 진가는 제3부 '자비명상 진행자를 위한 안내'에서 발휘된다. 자비명상에서 응용되는 다양한 방법들과 그에 따른 진행 요령은 물론 특징과 주의할 점 등이 마가 스님의 오랜 경험을 통해 체계적으로 정리됐다. 자비명상 일지표, 청진 연습지, 느낌노트 등 부록도 진행자와 참가자들의 마음을 털어내고 비워내는데 필수품이다.

한편, 마가 스님은 7월 16일 광주 원각사를 시작으로 대전 백제불교대학(17일), 울산 월봉사(28일 오전10시) 부산 흥법사(28일 오후7시) 인천 부루나포교원(8월 12일) 춘천 봉덕사(13일) 서울 불광사(26일) 아산 톨비니 유치원(9월5일) 천안 부루나 유치원(12일) 등 전국에서 자비 명상 강의를 갖는다.(02)420-3200

임연태 기자 mian1@hanmail.net

'간화선' 수행에 대한 고찰

변희욱 박사 논문 등 6편 책으로 엮어



간화선 수행의 성찰과 과제
조계종 교육원 불학연구소 편저
조계종 출판사 펴냄 | 1만원

조계종 불학연구소는 2006년 9월 20일 <간화선의 제창자 대해종>에 대해, 그는 누구인가?를 시작으로 '간화선'을 주제로 한 세 차례의 세미나를 열었다. 여기서 6개의 논문이 발표됐는데 이를 수정 보완해 묶은 책이 바로 <간화선 수행의 성찰과 과제>이다.

이 책은 간화선의 제창자인 대해종고 선사(1875~1948)의 생애와 사상을 재조명 했으며, 이를 바탕으로 간화선 정립의 불교사상적 배경도 고찰했다. 또한 현재 조계종 간화선 수행의 문제점과 대중화를 위한 과제를 상세하게 진단했다.

변희욱 박사(서울대)는 대해 스님이 활동했던 송대(宋代)에 수많은 사대부들이 간화선 수행을 했다는 것을 밝혀냈다. 이덕진 교수(장원전문대)는 '간화선 정립의 불교사상적 배경-대해선사의 <서장>'을 주제로 한 논문을 통해 간화선이 승속에 구별이 없었다고 설명했다. 서재영 박사(동국대)는 "현 의식은 간화선 대중화에 걸림돌이 된다"면서 "종단 차원에서 재가자 전용 수행관 건립과 운영, 다양한 프로그램 개발 등이 선행돼야 한다"고 지적했다.

미산 스님(중앙승가대 교수)은 "지금과 같은 불안한 태도로는 간화선을 국제화 할 수 없다"며 "실천적 과제의 해결과 간화선 국제화를 위한 적극적인 정책이 뒷받침 될 필요성이 있다"고 조언했다.

김주일 기자

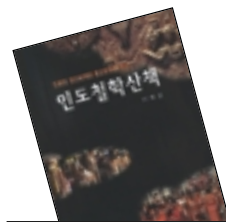
술술 읽히는 인도철학 이야기

철학 개론서 하면 수백페이지 분량의 두꺼운 책을 연상하기 쉽다. 하지만 이 책은 독자가 부담 없이 가볍게 접근할 수 있도록 부피를 줄이고 인도 철학 역사를 읽기 쉽도록 총 30장으로 나눠 정리했다.

저자는 인도철학을 대할 때 "다양하게 전개되는 인간의 정신세계를 살펴보면 인간의 사고 방식중 인도철학에서 논의되는 정신세계와 다른 것이 과연 존재할까하는 의문이 들 정도"라고 말한다. 그렇다면 인도 철학은 어떤 배경에서 탄생했을까?

일찍부터 제사의례를 바탕으로 종교문화를 발전시켜 온 인도를 저자는 종교와 철학이 어우러진 '정교일치 사회'로 보고 있다. 이런 인도는 "다양하게 나타난 인간의 정신세계가 종교문화의 규범으로 실제 생활속에서 살아 있으며, 사회윤리 자체가 종교와 밀접하게 관련된 곳"이라고 저자는 설명한다.

인도 철학은 이러한 사회적 환경에서 발생한



인도철학산책
이태승 지음
정우서적 펴냄
8000원

철학을 가리키며, 베다와 우파니샤드에 근거한 힌두 철학과 그 철학적 근거를 탐리하거나 또는 힌두철학을 비판하며 등장한 불교와 자이나교, 유물론 등 인도에서 발생하고 세계로 전파된 종교와 철학 사상까지를 모두 포함하고 있다고 저자는 말한다.

이 책은 이처럼 다양한 철학사상의 생성과 소멸, 서로간의 논쟁과 융합, 영향을 주고 받는 역사들 인도철학이라는 거대한 흐름속에서 파악할 수 있도록 간단하고 쉽게 설명하고 있다.

김주일 기자 jkim@buddhapia.com

마음이 고요해지는 편지글

산빛 이야기

정목스님 지음
바움퍼냄
9500원



서울의 평범한 개신교 가정에서 태어난 평범한 어린 시절을 보내던 소녀는 마음속 멈추지 않는 질문이 있었다. '왜 재는 나무고 나는 사람이지?' '왜 꽃잎이 지는데 내 가슴이 울렁떨까?'. 친구들과 어울려도 크게 즐겁거나 재미있지 않았다. 열여섯 살, 무작정 찾아간 인천 용화사에서 한 스님을 만났다. 송담 스님이었다. 스님은 소녀에게 무슨 일로 찾아왔느냐고 물었다. 소녀는 "공부도 재미없고 왜 살아야 하는지 모르겠고 답답해서 왔다"고 했다. 그 만남을 계기로 소녀는 절 사람이 되기로 결심했다. 마음속에 오

래 품어온 의문을 이곳에서라면 해결할 수 있겠다 싶었다. 그 소녀가 바로 불교방송 프로그램 진행자로 활동하는 정목스님이다.

이 책은 스님이 출가시절부터 지금에 이르기까지 그동안 맺었던 인연들을 돌아보며 쓴 편지글 형식의 산문집이다. 수녀(현주교·성공회), 비구니(불교), 정녀(원불교 여자 교무) 등 여성 종교인들의 모임인 삼수회(三笑會) 회원들과 함께 떠났던 해외 수행길, 우리 사회의 소외된 이웃에 대한 봉사활동 등에 얽힌 이야기 등이 담겼다. 무엇보다도 정목스님이 이 책을 통해 지속적으로 말하고 있는 것은 한마디로 '분별심과 집착을 버리라'는 것이다. 삶과 죽음의 분별, 선연과 악연의 분별, 남의 종교를 차별하고 적대시하는 분별, 돈과 명예에 대한 집착, 과거와 미래에 대한 집착 등 수많은 분별심과 집착은 우리 자신을 괴롭힐 뿐만 아니라, 주위 사람들을 다그칠 수 없는 낯선 사람들을 만든다는 것이다.

김주일 기자

금주의 베스트 불서 10

순위	도서명	저자	출판사
1	정진	지광	랜덤하우스
2	무문관에서 꽃이 피다	최만희 편저	운주사
3	하루 108배 내음을 살리는 10분의 기적	김재성	이름미디어
4	연젠가 이 세상에 없을 당신을 사랑합니다	월호	마음의 숲
5	안거	봉문	법보신문사
6	도를 찾아 떠난 고양이	양리 브뤼셀	솔바람
7	답답하면 물어라	법문	정토
8	은둔	조연현	오래된 미래
9	바람 속 이야기	동학사편집실	운주사
10	인연법과 마음공부	해국	효림

*불서전문 운주사 제공 (02)3672-7181

모든 불교서적이 모이는 곳
불교서적총판 운주사
전화 02)3672-7181 팩스 02)3672-7188

지혜를 담은 그릇 다산 동양고전 시리즈 차별화된 기획

청소년들과 동양고전의 독자들이 현대적 해설로 다시 읽어야 할 필독서!!

완벽한 전문(全文)해설과 독음(讀音)을 달았고, 재미있는 일화까지 곁들여 쉽고 재미있게 동양고전을 공략할 수 있다!!

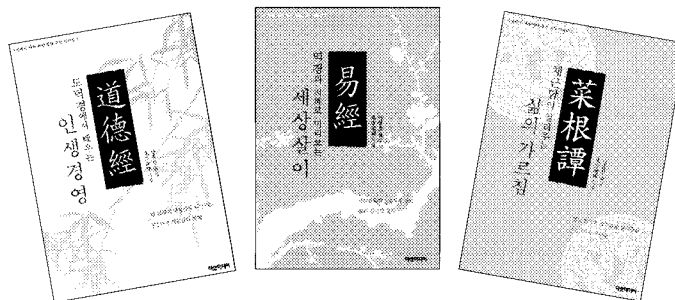
[반야]심경으로 깨닫는 인생 행복

행복한 일생과 아름다운 마음가짐을 위한 48가지 비법
동방원루이 지음 / 남종진 옮김 / 12,000원



불교의 고리를 담은 핵심적 경전!
마음의 번뇌를 달래주는 양약이자
행복한 삶으로 이끌어주는 등불

『심경』(반야심경)은 석가모니께서 큰 깨달음을 얻은 뒤에 처음 쓴 글로 당나라의 현장법사에 의해 옮겨지면서 널리 알려졌다. 우리가 세상을 살아가면서 지녀야 할 올바른 마음가짐과 삶에 대해 다양한 에피소드를 빌려 재미있게 설명한다.



도덕경에서 배우는 인생경이

내 인생의 나침반이 되어 주는 81가지 도덕경의 지혜
동방원루이 지음 / 남종진 옮김 / 12,000원

역경(주역)의 지혜로 미리 보는 세상살이

세상만물 64괘에 담긴 삶의 깊이와 철학
동방원루이 지음 / 이선호 옮김 / 12,000원

채근담이 알려주는 삶의 가르침

일과 휴식의 즐거움을 알려주는 360가지 처세술
동방원루이 지음 / 남종진 옮김 / 12,000원

일찍 고전 시리즈 : 중국 고전의 명언과 지혜

- 일찍 고전 1 「논어(論語)의 명언, 그 위대한 지혜」
- 일찍 고전 2 「맹자(孟子)의 명언, 그 위대한 지혜」
- 일찍 고전 3 「노자(老子)의 명언, 그 위대한 지혜」
- 일찍 고전 4 「주역(周易)의 명언, 그 위대한 지혜」
- 일찍 고전 5 「시경(詩經)의 명언, 그 위대한 지혜」

시리즈의 특징과 장점

- 본 시리즈는 중국의 대표 고전을 엄선한 해설서이다.
- 대표적 고전의 주요한 명구를 원문으로 감상할 수 있다.
- 중국 역사 속에서 상관성을 지니는 흥미로운 사례를 찾아 발굴해 보여줌으로써 원문에 대한 이해도를 높인다.
- 중국 고전에 대한 안목을 배양하는 동시에 중국의 역사에 대한 소양을 높인다.
- 교양성(教養性)과 흥미성을 겸비한 대중적 독서물이다.
- 현대적 감각으로 쉽고 재미있게 해설되었다.