

한 권의 불서 성공의 씨앗

불서 읽기 캠페인

내안의 가시를 다독여봐...



가시가 꽃이 되다

혜거스님 지음
책으로여는세상 펴냄 | 1만2000원

참된 행복이란

열매를 맺는 여정과 그 안의 씨앗을 자연으로 되돌리는 삶의 방법이 담긴 스님의 법문집

“한 가지 생각으로 한 분야에 전념해 공을 이루고, 공을 이룬 뒤에는 자신을 낮추고 상대를 존중하면서, 그 마음이 계속 이어지도록 채찍질하는 것, 이것이 바로 공을 이룬 사람이 한계를 넘어설 수 있는 길입니다. 우리는 그런 마음으로 세상을 살아야 합니다.”

<가시가 꽃이 되다>는 뿌리 없는 허상을 부여잡고 살아가는 현대인에게 들려주는 혜거(금강선원) 스님의 마음수행 이야기다.

내 밖으로 향한 가시로 인해 분노하고 내 안으로 향한 가시로 인해 불행하다 여겨오던 마음을 정성스레 다독여 준다. 참된 행복이란 열매를 맺는 여정과 그 안의 씨앗을 자연으

로 되돌리는 삶의 방법이 담긴 스님의 법문집이다. 미망의 여음이 곁하고 마음의 지혜가 되살아날 때 비로소 가시는 꽃이 된다.

초심(初心)에 해답이 있다. 이 순간 나를 힘들게 하는 일과 사람이 있다면 그 원인은 어디에 있을까? 그 일과 그 사람이 변했기 때문일까? 아니면 내 마음이 변했기 때문일까? 제1장 ‘변한 것은 없는데 하나도 같지 않다’는 스님의 말씀에 해답이 있다. 시시각각으로 변하는 인간의 마음 다스림을 다룬다.

스스로에게 베푸는 가장 큰 자비이자 사랑인 참된 용서의 삶, 진리의 눈과 깨끗한 눈 그리고 지혜로운 눈에 더불어 눈으로 본 것이 자신에게

어뀠던 영향을 미치지 않는 경지의 바라봄으로 자비로울 때야 세상은 평화롭다.

‘참선이란 모든 사물에 대한 의문이 일어나고 모든 이치에 대한 의문이 일어날 때 간절한 마음으로 궁극해 하고, 의문에 깊이 빠져 무아(無我)의 경지가 됩니다.’

여기서 더욱 몰입해 의문이 완전히 사라질 때까지 그 상태를 지켜나가는 것을 말합니다. 고요하면서도 끝없는 마음의 율림과 대화해야 하는 수행의 실천으로써 ‘방석 한 장 위에 스스로 몸을 묶고 마음을 묶어’ 중국의 평안으로 향한다. 그것이 간절한 화두이다.

늘 지금 이 순간을 사는 현재심(現在心)은 진리 안에 머무는 영원함이다. 이슬과 같은 인연의 도리에 담긴 마음의 지혜를 통해 ‘가시는 꽃이 되어’ 향기롭다.

이것이 마음공부다. 왜곡 없는 여여(如如)의 본래 참된 상을 지닌 마

음, 깨달음이란 거울처럼 있는 그대로를 고스란히 담아내는 그런 마음이다.

마음공부의 마지막은 제4장 ‘흔적 없이 배풀고 아낌없이 나누는 삶’이다. 오래 살고, 부자 되고, 병 없이 살며, 고통스럽지 않게 죽는 것은 예나 지금이나 사람이란 바라보는 복일 것이다.

그러나 복중의 복은 덕(德)의 지혜이다. 나 아닌 것을 위해 나는 무엇을 할 것인가! 진정한 성공의 해답을 묻는다. 복과 지혜를 겨루어 본다. 복은 다하여 없어 질수 있지만 지혜는 한번 생하여 유지하면 영원히 멀하지 않는다.

혜거 스님은 서울 금강선원에서 20년째 일반인들에게 불교 진리와 참선을 지도하고 있다. 현재 조계종 교육원에서 스님들을 대상으로 <능엄경>을 강의한다.

가연숙 기자 omflower@daum.net

■ 왕초보 불교박사 되다

석지훈 · 윤창화 · 일지 지음 | 민족사 펴냄 | 9500원
“아빠! 극락과 천당은 같은 건가요?”

평소 당당한 불자라고 여겨왔던 당신. 자녀의 느닷없는 물음에 뭐라 답해야 할지 고민했다면 불교박사를 찾아라. 평소 알듯 모를듯했던 불교 정보를 쉽고 명확하게 답해준다. 어렵듯이 막연한 불교지식을 지녀온 이들에게 권장할만한 입문서다. 절에서 쓰는 말과 행동 아흔 아홉 가지 핵심 물음에 답한다.

■ 마음을 열고 평화롭게

페마 초드론 지음 · 이윤숙 옮김 | 미지의 코드 펴냄 | 8500원
전쟁의 시대. 진정한 마음의 평화를 찾을 수 있는 여섯 가지 길을 제시한다. 유명한 티베트 명사가 초강 트롱파의 제자로 서양인 최초 비구니계를 받은 페마 초드론의 마음평화론이다. ‘마음 다스림’이다. 마음을 여는 순간 평화는 시작된다. 누군가의 바른 마음이 이 지구 위에서 발현될 수 있는 씨앗을 뿌려라 그것이 아말로 함께 하는 삶의 시작’이라고 말한다.

■ 회염경 보현행원품

광덕 옮김 · 박성배 강의 | 도피안사 펴냄 | 8500원
중증무진(重無盡) 법계연기(法界緣起)의 대원을 원만구족한 <회염경>「보현행원품」의 요묘한 진리를 요약했다. 보현행원사상에 눈뜨게 해준 광덕 스님(1927~1999)을 그리며 살아생전에 처마 여쭙지 못했던 질문의 해답을 찾아간다. 진정한 보현보살행으로 참된 보현행자가 되는 지혜와 자비의 마르지 않는 샘물과 만난다.

■ 외규장각 도서의 비밀

조완선 지음 | 휴먼앤북스 펴냄 | 각권 9500원
1866년 병인양요 때 프랑스함대에 빼앗긴 외규장각도서를 둘러싼 지적 미스터리 추리 소설이다. 소설 속에서 의문을 파헤치는 정현선 박사는, 실제 1967년 프랑스국립도서관에서 <직지심체요절>을 발견, 한국의 금속인쇄술이 구텐베르크보다 앞섰음을 세상에 알린 박경선 박사가 모델이다. 19세기 조선과 21세기 한국을 넘나들며 <직지>보다 더 오래된 금속활자의 존재를 둘러싼 한국·프랑스·중국·독일의 문화전쟁이 펼쳐진다.

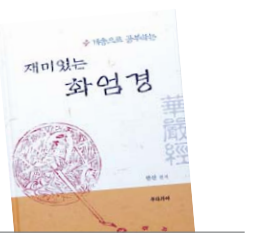
금주의 베스트 불서 10

순위	도서명	저자	출판사
1	연젠가 이 세상에 없을 당신을 사랑합니다	월호	마음의 숲
2	나를 깨우는 108배	구본일	김영사
3	이별로기태우와라, 당신은 나의 연인	월호	운주사
4	살아 있는 것은 다 행복하라	법정	조화로운 삶
5	당신이 주인공입니다	월호	불광출판사
6	아름다운 인생은 얼굴에 남는다	완월	틀
7	나도 때론 울고 싶다	주경	불광출판사
8	하루 108배 내음을 살리는 10분의 기적	김재성	아름디미디어
9	0.2평의 기적	나은희	크리에이트
10	인연(1)	정찬주	작가정신

※ 불서출판 운주사 제공 (02)3672-7181

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

화염의 세계 깊이 들어가기



계승으로 공부하는 재미있는 화염경
반산스님 편저
부다가야 펴냄 | 1만8000원

“한 터럭 구멍을 보니 구족하게 장엄한 넓은 세계에 한량없는 여래가 가운데 있고 청정한 불자들이 가득 찼으며(或有觀見一毛孔 具足莊嚴廣大刹 無量如來悉在中 清淨佛子皆充滿), 혹은 보니 한 터럭 곧 말한 곳에 한량없는 티끌 수 세계가 있어 가지가지 짓는 업이 각각 다른데 비로자나 부처님 법문을 굴리신다(或有見一毛端處 無量塵沙諸刹海 種種業起各差別 毘盧遮那轉法輪).”

일불승(一佛乘)의 법은 자신의 수용만으로 끝나는 것이 아니다. 깨달음의 세계를 중생에게 회향하고자 선재는 보현의 세계로 향한다. 진정한 대승의 의미가 무엇인가. 보살은 어떻게 성불의 길로 향해야 하는가. 그 지침의 해답이 <화염경>에 있다.

20여 년간 화염을 연구해 온 반산 스님이 80편 <화염경>의 중요 계승을 함축하여 화염의 세계로 안내한다.

총 7책 9회 40품으로 ‘보현행원품’을 포함하였다. 선지식들이 발심하여 깨달음을 얻는 계기가 된 300계승을 뽑아 그동안 <해인>지외 <현대불교>에 기고했던 글로 포교 현장에서 설법한 내용을 보강하여 총 31강으로 구성하였다.

절을하면 좋은 것이 뭐지?



0.2평의 기적
나은희 지음
크리에이트 펴냄 | 1만원

0.2평자리 공간에 숨겨진 인생 설계의 비법을 공개한다. 절은 불교의 것, 제사 때와 새해에만 하는 것으로 여겨온 이들의 고정관념을 부숴준다. 절을 과학적으로 분석하여 사회적으로 이슈화 됐던 SBS 다큐멘터리 프로그램 <0.2평의 기적> : 절하는 사람들>을 글로 재구성했다. 스스로를 낮추는

최고의 경제로 알려진 절의 효능이 종교성을 떠나 효과적인 운동법으로 각광 받는다. 몸뿐만 아니라 마음까지 평화롭게 만드는 명상으로 자리 잡아가는 절에 대해 파헤친 최신 보고서이다.

“0.2평에 불과한 작은 방식 하나와 마주하는 순간, 최대한 몸을 굽히고 땅바닥에 몸을 낮추면 똑똑 떨어지는 굽은 땀방울과 함께 사라지는 마음의 군더더기들”

10여 년째 방송 다큐멘터리 작가로 활동 중인 작가가 직접 체험하며 일어나는 변화를 관찰했다. 피부미용과 다이어트에 관심 있거나 새로운 운동법을 찾던 이들에게 부담 없는 책이다. 109배 영성프로그램을 진행 중인 가톨릭 신부와 유산소 운동을 권장하는 가정 의학 박사의 인터뷰 등의 에피소드는 절이 지닌 고정관념을 깨고 일상이 된다.

한자를 읽고 쓰는 새로운 길



한자의 재발견
이재창 지음
뉴런 펴냄 | 2만2000원

한문 신화의 19세기 역사를 뒤엎어 보인다. 2세기 창시되어 21세기까지 이어져 내려온 한자학 육서(六書)이론의 오류를 단숨에 바로 잡는다. 열쇠는 ‘소리’에 있다. 한자는 표의문자 아닌 표음문자라고 말한다. 600여 자의 가장 기본적인 한자만을 골라 갑골문과 금문, 소전체 등 옛 글자꼴과 발음을 두 축으로

로 삼아 하나하나 분석하였다. 소리로 만들어진 한자의 유래를 명백히 밝힌다.

모양(形) · 소리(音) · 뜻(義)이 한자의 3요소임에도 불구하고 기존의 한자 유래 분석에서는 모양과 뜻만 쟁점을 쏜 소리는 소외되어왔다. 한자의 뿌리를 캐는 데 가장 중요한 부분이 발음이라는 정반대의 주장은 기존 학계의 패러다임과 차별화된다. 한자의 뿌리를 새로운 시각으로 접근한 ‘한자의 재발견’이다.

작가는 온라인 신문 <프레시안>에 ‘한자가 그렇게 만들어졌다고?’를 연재하면서 한자의 세계를 소개해왔다. 소리로 바라보는 한자는 한국 한자학의 새로운 가능성 또한 제안한다.

생명 에너지를
굴건히 지키면
약이 입에 이르기 전에
병이 낫는다
원인동 요가마음

민속죽염 20년 전통

프랑스의 일과 온이 담긴
우리 민족의 대표죽염

인체건강의 4대 요소는
“맑은 물, 맑은 공기, 맑은 음식, 질 좋은 소금”인데 이 중 “질 좋은 소금” **자색죽염**은 총 아홉 번의 가열 과정을 거쳐 독성의 완전 제거와 약성의 완전 합성이 이루어지며 마지막 아홉 번째는 극강한 열에 의한 용융과정을 거쳐 탄생된 품질이 가장 우수한 죽염입니다. 이 죽염은 다음과 같은 기능이 있기에 일반인 및 환자들에게 꾸준한 섭취를 권장 할 수 있는 좋은 식품이라 할 수 있습니다.

1. 강한 해독작용을 하며 간 기능을 좋게 한다.
2. 소염작용을 하며 잇몸과 치아를 튼튼하게 해 준다.
3. 위장을 튼튼히 하며 식욕을 촉진시킨다.
4. 정혈작용등 체질개선에 도움을 준다.

※ 죽염을 꾸준히 섭취하시면 인체의 자가 면역력이 높아져 감기 등 기타 질병 예방에 크게 도움이 됩니다.

9번 기준
가 루 죽염 125g 27,500원
가 루 죽염 230g 50,000원
알갱이 죽염 125g 27,500원
알갱이 죽염 230g 50,000원

2번 기준
보급형 민속죽염 500g 10,000원
(음식조리용 · 양치용 · 피부미용)
기본 배움비 25,000원 (50원이상 구매시 무료배송)

주문전화 : 053)985-1135 / 054)733-0979
전국 각 지역별 판매처 모집중! 016-823-0483
경북 영덕군 지품면 속곡동 54번지 www.msjy.co.kr

매일경제신문 인체영양학 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 살아 숨쉬는 천연 비타민과 미네랄, 수억의 효소들을 인체에 공급하면 모든 장기들은 휴식을 취하면서 수십년간 쌓인 독성 노폐물을 청소하고 지방을 분해하는 내과적 수술로써 체중감량이 된다는 20년간의 임상 경험!

"여성이 살뺀다가 더 힘든 이유"
여성이 살뺀다가 더 힘든 것은 임신과 출산이라는 여성 본래의 역할로 남성보다 2배 이상의 체지방을 갖고 있기 때문이다. 최근에는 영양과다, 운동부족, 대사기능의 장애 등으로 노폐물이 쌓여 임신전의 체중으로 복귀하지 않는 여성이 상당수이다. 또한 생리기간 동안 체내에 축적된 수분이 부종으로 바뀌어 체중이 증가하여 합병증과 암발생 등 고위험을 수반하게 된다.

체내 노폐물이 빠져, 건강체질로 바꾸는 발효원액 절식법
풍뎡하다는 것은 단지 체내에 보기 싫은 지방만이 쌓인 것이 아니다. 산업사회의 오염된 환경에서 성장한 우리의 몸속에는 현대의학으로도 규명 못하는 노폐물이 장 속에는 이끼처럼 숙면이 쌓이고 관절 사이사이에 박히고 간에는 지방이 엉키고 혈관에 쌓여 혈액이 탁해지고 굳고 막히는 현상이 발생한다. 살 빼는 약을 먹거나 물단식을 하여도 살은 빠지지만 무엇이 빠지느냐가 문제다. 체중은 줄어도 노폐물을 제거하고 줄어야한다. 그렇지 않으면 손발이 저리고 숨이 답답해지고 피는 더욱 탁해져 혈액순환 장애의 증상이 있다.

초록원 02)523-0708
www.chorokwon.com

과일의 왕 두리안

제일 맛이 좋은 시기에 수확하여 들어왔습니다.

두개 6.5KG 이상 55,000 원
한박스 14KG 이상 100,000 원

Sale!

주문하시면 즉시 택배로 배송되며 받아보실 때는 영하 40도로 급냉해 보관된 두리안이 딱기 좋은 상태로 해동이 되어 있습니다 인터넷에서 주문하셔도 됩니다. 한글로 두리안살

www.durianshop.com

판매 및 문의
블자가 운영합니다
대표전화 ☎ 031-882-1357/031-797-1357
Fax 031-881-1350 긴급전화 : 011-474-1345
입금구좌 : 농협 100023-56-156761(조명숙)

제11회 호국영령 합동위령제

제53주년 현충일 및 2008년 호국보훈의 달을 맞이하여 제11회 호국영령 합동위령제를 병행하고자 합니다. 나라를 위해 헌신하신 일제 호국영령들의 극락왕생을 발원하는 이번 행사에 많은 불자님들의 동참을 부탁드립니다.

▶ 일시: 2008년 6월 6일(금) 오전 10시 30분
▶ 장소: 천연와불성지 지리산 견불사
전화 055)962-3931 / 전송 055)962-3920

천연와불성지 견불사 주지 보덕 함장