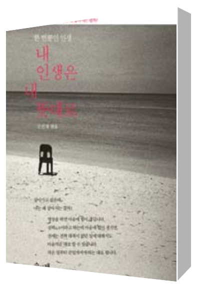
불서읽기 캠페인

명상통해 아름다운 존재로



내 인생은 내 뜻대로
수선재 엮음 | 수선재 펴냄 | 1만800원

살아가고 싶은데 왜 살아지는 걸까?

인생의 의미를 탐미하다보면 의연히 떠오르는 생각이다. 인간으로 태어나 무엇을 위해 살아가는지 묻는 이들에게 한 권의 책 <내 인생은 내 뜻대로>를 권한다. 과연 쉬운 깨달음이 있을까? 도심 속 명상학교를 표방하는 수선재에서 그 해답을 제안한다. 이들이 추구하는 깨달음이란 내 인생을 내 뜻대로 살아가도록 하는 '명상'에 기반을 둔다. 명상으로 건강하고 마음의 편안함을 누리며 마음의 힘을 길러 작은 일부터 큰일까지 원하는 대로 이루는 것이 곧 수선재의 깨달음이다.

수선재 명상 수련가 문화영이 제안하는 일곱 가지 이야기를 차례로 따르다 보면 자연스럽게 선계에 이른다. 삶의 목표를 잃은 이들에게 숨겨진 자아를 찾고자 하는 이들에게 우주에서 가장 아름다운 존재로 거듭나게 하는 길을 일러주는 가이드북이다.

가연숙 기자

영화, 불교와 만나다 유응오 지음 | 아름다운인연 펴냄 | 1만2000원

영화가 불교를 만나 희망을 이야기하다

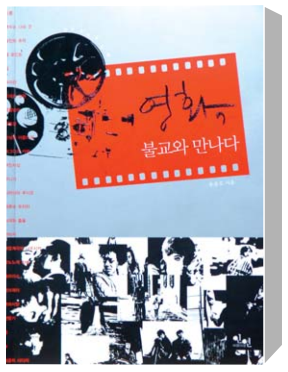
카라멜 향기 가득한 팝콘을 들고 푹신한 의자 깊숙이 몸을 묻은 채 차가운 스크린에 모든 감각을 의지한다. 변방에 머무는 다양한 군상들이 그의 인생 가운데 가장 불꽃같은 시절을 펼쳐 보인다. 2시간 남짓한 현세의 시간에 농축된 이들의 파노라마에 자아를 투영해 본다. 팔만 사천 가지 무진한 인생사 또 다른 내가 그안에 있음을 발견하는 동시에 내가 숨 쉬는 이 시대를 읽어낸다. 이렇듯 영화는 언제부턴가 삶과 동의어가 됐다. 그것은 영화가 바로 인간을 주제로 하기 때문이다. 책 <영화, 불교와 만나다>는 다양한 인간과 삶을 불교라는 프리즘을 통해 다채롭게 비추며 대담한다.

시대와 장르를 불문하고 변함없는 '영화의 사명'이 있다. 영화는 '우리가 생각하는 것보다 세상은 아름답다'고 말해왔고 앞으로도 변함없다는 것이다. 주인공의 죽음이 행복한 결말이 아니다 하더라도 그것은 주인공이 선택한 최선의 희망이다. 그래서 우리는 영화를 '꿈의 공장'에 비유한다.

무지의 캔버스에 풍경을 담듯 회화는 사진이란 장르로 진화해 세상의 순간순간을 기록해 왔다. 뒤를 이어 어둠상자 안에 빛을 나열하는 문명의 이기와 조우하며 비로소 영화는 탄생됐다. 빛과 잔상의 예술이 펼치는 영화는 시대의 이념과 정치 · 경제 그리고 수많은 작가의 고뇌와 정열을 고스란히 담으며 흡사 마르지 않고 샘솟는 기나긴 강처럼 200여년의 시간을 유유히 때론 격동적으로 흘러왔다.

"당신은 어떤 것이라도 영화에서 표현할 수 있다. 그렇지만 당신은 표현된 모든 것을 변호해야 한다." 프랑스 영화감독 장뤽 고다르(1930~)의 말이다. 역설적이게도 고다르의 말이 이 한 권의 책에 주목하게 한다. 감독이 미처 의도하지 못했던 사각지대를 자가당착적인 진술로 발견해 가는 저자의 사유방식 때문이다. 불교라는 또 하나의 프레임으로 가득 차오르는 달을 바라보는 저자 나름의 방식이 머뭇거림 없다. 저자의 지극히 개인적인 기준으로 선별된 영화 52편은 불교 소재의 영화뿐만 아니라 예술영화와 대중영화에 이르기까지 폭넓게 아우른다.

<영화, 불교와 만나다>가 영화와 불교가 만나는 접점의 축으로 삼는 것은 '갈등'이다. 감독의 마음을 대변한 카메라의 렌즈가 포착한 세상을 무대로 인물은 사건의 기승전결을 밟아간다. <화엄경>의 '온 세상이 오직 마음뿐이니 마음밖에는 아무것도 없다. 마음과 부처와 중생도 실은 다른 것이 아니다'라는 구절을 확인하듯 조곤조곤 인물을 쫓는다. 그리고 사르트르의 '존재와 무'를 인용하며 '현상으로서의 존재는 이미 어떠한 개시의 조건도 아니다. 오히려 그것은 그 자신이 하나의 개시가 된 것이며 하나의 나타남이다'라고 강조한다. 이렇듯 저자는 영화감독이 그려낸 풍경의 잔상을 불교와 철학 심지어는 문학과 심리학에 이르는 다양한 학문적 기반으로 파헤쳐간다.



저자는 영화와 불교를 한자리에 놓고 '성찰'이라는 주제로 화합한다. 주제별로 나누어 그 속에서 연기사상 · 유식학 · 화엄학 · 여래장 사상 · 선(禪) 불교를 용해하며 최종적으로 "영화란 무엇인가?"를 되돌려 자문한다. 영화가 세상을 바라보는 창으로서 그 틀이 진화된다 하더라도 저자가 변함없기를 바라는 바가 있다면 그것은 희망과 인류를 향한 연민일 것이다.

가연숙 기자 omflower@buddhapia.com

이기는 것에만 집착하지 말라

경쟁으로부터 편안해지는 법
존 하팩스 지음 | 이소영 옮김
토네이도 펴냄 | 1만1800원

마음을 집어삼킨 현실의 감옥에서 벗어나라.

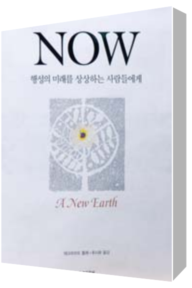
인생이라는 마라톤을 즐기며 완주하는 처세술을 담은 <경쟁으로부터 편안해지는 법>이다. 이기는 것에만 집착하는 덧없는 경쟁에서 벗어나 지금 여기에 주어진 행복을 마음껏 발휘하는 비법을 전수한다. 매 순간을 가치 있게 살며 인생의 승자가 되고자하는 이들을 위한 최적의 지침서다.

결국 즐겁게 사는 것이 이기는 것이다. 숨 가쁘게 불안한 압박감으로 앞서나가려고만 했다면 이제는 잠시 숨을 고를 때다. 그리고 경쟁의 고통으로부터 얼마나 자유로운가를 발견하라 한다. 행복의 비결이란 결코 멀리 있는 것이 아니다. 덧없는 경쟁에서 벗어나 지금 주어진 행복을 마음껏 발휘하며 사는 삶, 그것이 진정한 인생이다.

경쟁으로부터 편안해지는 50가지 멘토는 인간이 세상에 태어난 이유를 비로소 알게 한다. 임상심리학자인 저자는 끝없는 경쟁에 쫓기며 속도와 효율만을 앞세우다 영혼을 잃어버린 현대인을 위로한다. 덧없는 경쟁에서 벗어나 적극적으로 개척하는 열정으로 재충전 하고픈 현대인을 위한 유쾌한 필독서이다.

가연숙 기자

깨어나라 그리고 비상하라



NOW-행성의 미래를 상징하는 사람들에게
에크하르트 톨레 지음 | 류시화 옮김
조화로운삶 펴냄 | 1만5000원

21세기 현대의 영향력 있는 영적 교사로 추앙받는 에크하르트 톨레(Eckhart Tolle). <NOW-행성의 미래를 상징하는 사람들에게>는 인류의 현재 상태 즉 자신의 생각과 자아(ego)를 자신이라고 믿는 그 마음이 어떻게 분노나 질투, 불행에 이르게 하는 장애를 만들어 왔는지 그 위협의 사례를 적나라하게 파헤친다.

붓다는 어느 날 꽃 한 송이를 들어 그것을 응시하며 '침묵의 법문'을 전한다. 수행승 마하가섭이 홀로 미소를 지어 보였으니 선(禪)의 기원인 '염화미소'가 되었다. 찰나의 순간, 꽃은 식물의 깨달음인 것이다. 이로써 저자는 하나의 화두를 들어 보인다. "인류는 의식의 변화를 위한 준비가 되었는가? 물질주의와 물질적 존재가 가진 중력의 잡아당김을 뿌리치고 운명으로부터 비상하라"고 일깨운다.

내 안의 '인류'로부터 자유를 발견하라. 영적으로 깨어있는 삶은 개인의 행복뿐 아니라 지구에 현존하는 폭력의 갈등으로부터 자유로워지는 길이다. 깨달은 인류의 출현은 인간 진화의 다음 단계이며 행성의 미래라고 전하는 더 나은 삶을 위한 지침서이다.

가연숙 기자

금주의 베스트 불서 10

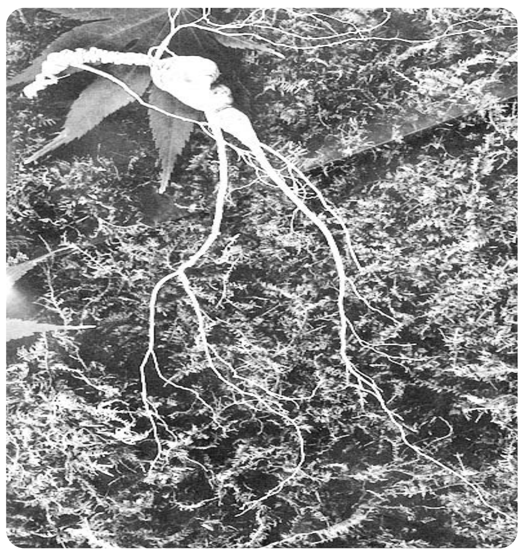
순위	도서명	저자	출판사
1	언젠가 이 세상에 없을 당신을 사랑합니다	월호	마음의 숲
2	아발로키테슈와라, 당신은 나의 연인	월호	운주사
3	이와 같이 살았으면	무비	염화실
4	당신이 주인공입니다	월호	불광출판사
5	하루 108배 내몸을 살리는 10분의 기적	김재성	아롬미디어
6	그물코 인생 그물코 사랑	도법	불광출판사
7	인과경	현담	선
8	위없이 심히 깊은 미묘법이여	김일수	도피안사
9	아름다운 인생은 얼굴에 남는다	뜰	원철
10	원력	혜인	클리어마인드

※불서총판 운주사 제공 (02)3672-7181

모든불교서적이 모이는곳
불교서적총판 운주사
전화 02)3672-7181 팩스 02)3672-7188

30년 전통의 산삼취급전문업체
존경하는 분에게 가장 고급스럽고 길이 남을 선물이 될 것입니다
"최고의 신비스러운 영약" 山蔘 自然
100% 순수 국내산! 국내산이 아닐경우 1억원 배상
품격높은 최고의 선물!!!

존경하옵는 스님, 스승님, 부모님과 시험준비에 지친 수험생에게 평생 최고의 값진 선물 최저가격으로 불자님과 인연을 맺고자 합니다.



식물은 本草에는 上藥 120가지 中藥 120가지 下藥125가지로 모두 365가지의 약용식물이 구분 기록되어 있는데 山蔘은 上藥중의 첫째가는 君藥으로 이 세상의 어떤 약용실물도 모두 아래에 불과하다고 기록되어 있다.

산삼의 효능
- 산삼은 기사회생의 영초로서 옛부터 거의 만병통치의 효험이 있는 영초로 전해 내려왔다.
- 당뇨병, 심장병(동맥경화증, 협심증), 위장병, 혈압조절(고혈압, 저혈압), 아편중독, 나병, 암 등 불치병에 큰 효과가 있다.
- 신경쇠약, 폐병, 간염, 간경화, 악성빈혈, 신장병, 류마티스, 디스크, 신경통, 노화억제, 원기부족, 성인병, 예방과 치료에 큰 효과가 있다.
- 방사선병, 조혈작용, 산후건강회복, 출혈성, 질병, 신진대사 촉진, 비위허약, 뇌기능 강화에 큰 효과가 있다.
- 정력강화(조루증, 정자결핍, 성욕감퇴, 성기능장애), 냉증, 부인병에도 큰 효과가 있다.
- 눈이 밝아지며 어린이는 산삼장뇌를 조금만 먹어도 추위를 타지않고 머리가 좋아지며 저항력이 높은 강력한 체질로 개선된다.
- 산삼은 특정 병에 대한 치료도 될 수 있지만 인체의 전반적인 저항력을 높여 건강을 유지시키는 만병통치적 효험이 있다.

尊敬하옵는 스님, 오늘도 衆生 求道와 佛功으로 苦行하시는 스님 지치신 몸과 氣力을 山蔘 長腦로 다스려 새롭게 精進하시옵기를 祈願드리오며 山蔘이 높은 가격 부담으로 미처 접할 기회를 못 가지셨던 스님께 報恩에 마음으로 제공해 드리고자 하오니 부담없이 別途 연락해 주시기 바랍니다.

심마니로부터 산지에서 직접 공급받아 한정된 수량을 전국 어디라도 배달해 드리겠습니다.

- 별도상담(자연산삼, 장뇌산삼)
- 100년, 120년 자연 산삼 5주(심마니 채취가격으로 공급) 문의상담
- 산삼이 꼭 필요하지만 경제적으로 어려우신 분

산삼장뇌란? 산삼은 천종, 지종, 인종, 장뇌 4가지로 분류됩니다. 그 중 장뇌란 산삼의 씨를 채취한 후 깊은 산에 뿌려 자연상태로 재배한 것이며 자연산삼에 버금가는 효과를 지니고 있습니다. 격조있는 선물이 될 것입니다.

주문처 | 서울 (02)713-7798 / 010-5250-7798
심마당 국립농산물품질관리검정필 (분석 51160-150)

성인병(당뇨 · 고혈압) 예방
첫서리맞은 금강선원 뽕잎차

금강선원 뽕잎차는 초중스님께서 구증구포의 전통방식으로 정성들여 만들어 맛과 향이 탁월합니다.
초중스님의 뽕잎차 이야기는 현대불교신문에 연재되고 있습니다.

금강선원 뽕잎차의 특징

1. 혈당을 떨어뜨리는 성분이 10종이나 들어 있어 당뇨병 환자에게 매우 좋습니다.
2. 혈관내의 콜레스테롤 대사를 돕고 혈전을 용해시켜서 동맥경화를 예방합니다.
3. 다이어트, 소화촉진, 관절통 예방에 효과가 있습니다.
4. 머리를 맑아지게 하며 흰머리가 검어지게 하며 탈모예방에 좋습니다.
5. 중풍(뇌졸중)을 예방해줍니다.
6. 중금속을 제거하는 효능이 탁월하고 소변을 잘 나오게 합니다.
7. 식이섬유가 녹차의 4.7배가량이나 많아 변비에 좋습니다.

금강선원 뽕잎차의 수익금은 선원불사와 법당불사에 회향을 하오니
신심 있으신 불자님들의 많은 동참 부탁드립니다.
www.ggzen.or.kr
홈페이지에 들어오시면 뽕잎차에 대한 자료를 상세히 보실 수 있습니다.

대한불교조계종 제15교구 통도사말사
금강선원
구입문의 : 055)931-9590
계좌번호 농협 843162-55-000050 금강선원