



불서읽기 캠페인

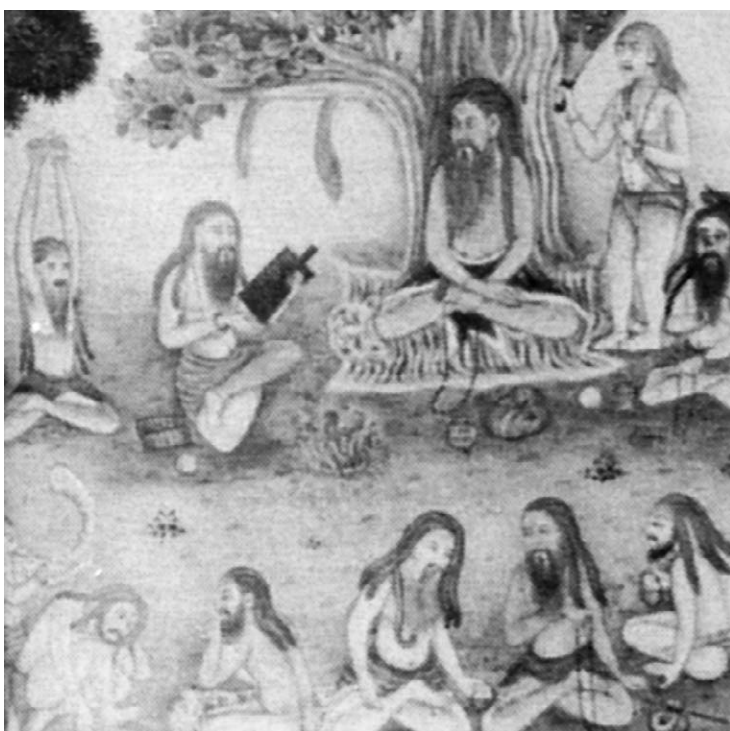
# 인도 정신·힌두의 다양성 포괄적 설명

譯者, 책을 말하다

이 책은 원래 그대로 요가전통(Yoga Tradition), 다시 말해서 고대 베다시대부터 현재에 이르기까지 인도에서 요가가 어떻게 시작되고 발전되어 오늘에 이르게 되었는지를 매우 포괄적으로 다루고 있다. 1998년에 처음 출판된 이 책은 요가에 관한 역사, 문헌, 철학과 같은 이론적 근거에서 실천수행의 방법까지 한마디로 요가에 관한 종합적이고 체계적인 서적이라고 할 수 있다.

#요가에 관한 종합적인 입문서 지은이 게오르그 호이에르슈타인 박사는 요가 전통에 대한 연구뿐만 아니라 요가수행자로서 세계적인 명성을 얻고 있으며 14살 때 폴 브룬톤(Paul Brunton)의 저서 <A Search in Secret India>를 접하고 나서 이후 요가의 길로 매진하면서 다양한 요가서적들을 접하고 위대한 요가수행자들을 만나 직접 영적인 수행을 실천했다. 또한 그는 북부 캘리포니아에 있는 'Yoga Research and Education Center(YREC)'의 설립자 겸 소장으로서 있으면서 정기적으로 요가의 철학, 역사, 수행법 등에 대해 가르치는 한편 학술논문들과 많은 대중적인 작품들을 집필했다. (현재 이곳의 사이트는 활동이 멈추어진 상태로 지은이의 또 다른 사이트인 TRADITIONAL YOGA STUDIES(TYS: www.traditionalyogastudies.com)이나 International Association of Yoga Therapists(IAYT: www.iayt.org)로 연결된다) 현재는 전통 요가 연구 (TRADITIONAL YOGA STUDIES: TYS)라는 사이트를 통해 그동안의 이론과 수행을 체계적으로 정리한 그린요가 (Green Yoga)를 널리 보급하고 있다. 그의 수많은 저서들 가운데 <만트라 (Tantra: The Path of Ecstasy)>와 <요가의 세계 (Yoga: The Technology of Ecstasy)>는 이태영 박사에 의해 비록 약간의 형태이지만 이미 한국어로 번역된 바 있다. 이 책은 지은이가 머리말에서도 밝혔듯이 30년 가까이 학적으로 그리고 실천적으로 요가에 열중한 결과의 진수로 요가에 관한 종합적인 입문서의 성격을 띠고 있으며, 1989년 <요가: 무아경의 기술 (Yoga: The Technology)>이라는 제목으로 출판된 책의 개정판 겸 증보판의 성격을 띠고 있다. 하지만 단순한 개정판이 아니라 분량도 두 배 이상 늘었고 새로운 내용과 요가에 관한 주요한 산스크리트 경전들을 영어로 번역해서 포함시킴으로써 전혀 새로운 모습을 갖추고 있다. #인도의 정신 힌두의 다양성 포괄 이 책의 가장 큰 특징은 인도의 정신,

특히나 힌두의 다양성에 대해 체계적이고 포괄적으로 소개함과 동시에 최근까지 요가의 발전에 대한 학문적 성과들을 일목요연하게 정리해 놓았다는 점이다. 그러므로 독자들은 이 책을 통해 요가의 놀라운 복잡성뿐만 아니라, 인도의 복합 문화의 각기 다른 면들이 밀접하게 상호연관을 맺으면서 공존하고 있는 독특한 인도만의 특징을 파악함으로써, 요가를 알리고 하는 사람들뿐만 아니라 인도사상에 관심을 가진 사람들에게도 매우 유용한 책이라고 할 수 있다. 또한 이 책에서는 요가의 변화와 성장을 고대부터 현대에 이르기까지 시대적으로 자세하게 제시하고 있다. 그렇기에 독자들은 이 책을 통해 요가의 정의뿐만 아니라 다양한 발전과정에 대한 지식도 얻을 수 있는 것이다. 뿐만 아니라 지은이는 요가에 관한 주요 경전들을 발췌하여 함께 수록함으로써 우리가 쉽게 접하기 힘든 요가의 구체적인 수행방법이나 진정한 목적에 대한 이해를 넓힐 수 있도록 배려했다. 그런 면에서 본다면 이 책은 원서든 번역서든 아니면 저자이든 간에 요가에 대한 저서들이 매우 한정되어 있고 부족 한 우리의 현실에서 요가사상과 수행방법 등에 대한 체계적인 지식을 얻고자 하는 사람들에게 매우 유익한 도움을 줄 것이다. 뿐만 아니라 이미 요가수행을 하고 있는 많은 수행자들 역시 자신들이 기존에 배웠던 내용에 대한 이론적 근거나 의심을 품고 있던 문제점들이 이 책을 통해 상당부분 해소될 수 있으리라 생각한다. #지혜의 요가와 행위의 요가 <요가 수트라>에 의하면 요가는 '마음작용의 멈춤'으로 정의되어 있다. 그리고 이것은 인간의 영혼의 본질을 깨닫기 위해 반드시 거쳐야만 하는 과정이다. 인도적 관점에서 인간은 우리가 영혼이라고 부르는 본래의 자아, 마음 그리고 몸이라는 세 가지 요소로 이루어져 있다. 여기서 마음은 자아와 몸을 연결하는 중개자 역할을 한다. 그렇기 때문에 마음에 대한 정확한 자각이 없이는



영혼의 본질을 알 수 없다. 또한 마음에 대한 자각은 단순한 지적이해만으로는 부족하며 반드시 그에 대한 구체적인 실천이 병행되어야 한다. 그러므로 요가에 크게 지적인 방법(Jhana-yoga: 지혜의 요가)과 실천적인 방법(Karma-yoga: 행위의 요가), 두 가지의 길이 존재한다. 요가는 바로 이러한 자각을 위한 다양한 길을 제시하면서 이를 통해 완전한 깨달음을 얻게 하는 것이다. 요가는 또한 살아있는 생명체와 마찬가지로 시대와 장소에 따라 그리고 그것을 구체적으로 실천하는 사람에 따라 다양한 형태로 끊임 없이 변화와 성장을 거듭한다. 이러한 특징은 오늘날 요가를 무분별하게 만들어 그 본질을 잃어버리게 만드는 원인이 되기도 한다. 실제로 이 같은 사실은 오늘날 우리나라에서 요가라는 용어가 무분별하게 마구 사용되는 경우를 살펴봐도 충분히 알 수 있다. 옮긴이가 이 책을 접하게 된 것은 원광대학교 동양학 대학원 요가학과에서 강의를 하고 있을 때였다. 당시에는 우리나라에서 요가에 대한 관심이 대중적으로 크게 확산되고 있던 시기였지만 높아지는 대중적 관심에 비해 요가에 대한 명확하고 체계적인 접근을 위한 이론서는 거의 찾아보기가 힘들었다. 그런 과정에서 옮긴이는 인터넷 서점을 통해 필요한 책들을 찾던 중 우연히 지은이의 책을 만나게 되어 필요한 부분들을 요약하여 강의 교재로 활용하면서 완역의 필요성을 절감하게 되었다. 하지만 이 책이 여러 가지 사정으로 인해 출판을 계획한 지 몇 년이 지나 요가에 대한 무분별한 광풍이 휩쓸고 지나간 이후에 세상에 나오게 된 것은 보다 올바른 이해를 바탕으로 요가의 본래 의미를 되살리고자 하는 우주의 의미 있는 계획이 아닐까하고 생각한다.

요가전통 게오르그 호이에르슈타인 지음  
김형준 옮김 | 무우수 펴냄 | 3만8000원



### 역자 김형준은

중앙대학교 대학원에서 박사과정 수료 후 인도 델리대학교에서 철학박사 학위(1993년)를 받았다. 원광대학교 동양학대학원 요가학과 강의전담 교수를 역임 했으며 현재 건국대 한경대 한국외대에서 강의하며 한국외대 남아시아 연구소 전임연구원으로 근무하고 있다. <불교와 인도사상> <동양종교와 서양사상> 등을 옮기고 엮은 책으로는 <이야기 인도사> <이야기 인도신화>가 있고 공저로 <논쟁으로 보는 불교철학> 등이 있다.



자살, 세상에서 가장 불행한 죽음  
오진탁 지음  
세종서적 펴냄/1만2000원

## '잘 죽기'는 '잘 살기'의 완성 조건

1. 자살은 더 큰 고통을 가져오기 때문이다.
2. 자살한다고 문제가 해결되지 않기 때문이다.
3. 자살은 끝이 아니며, 자살한다고 모든 게 끝나는 게 아니기 때문이다.
4. 우리에게 자살권이 아니라 인간답게 죽을 권리가 있기 때문이다.
5. 자살은 남은 사람에게 더할 수 없는 고통을 안겨주기 때문이다.
6. 우리가 태어난 이유는 영혼의 성숙을 위해서이기 때문이다.

것을 자신의 일, 자신에게도 해당하는 일이라고 절실하게 느끼는 사람이 있다는 게 문제다. 자살에 대한 충동을 느끼는 부류들이 적지 않다는 것은 그 사회의 건강상태가 안 좋다는 이야기이기도 하다. 자살은 개인의 문제인 것 같지만 사회의 문제이기도 하기 때문이다. 이 책은 바로 자살에 관련된 철학적 사색과 사회적 문제, 대안 등을 포괄적으로 다루고 있다. 생사학이 출현하고 자살에 대한 직접적인 연구와 예방 교육이 필요한 것은 자살이 늘어나기 때문이다. 통계청과 경찰청의 자료에 따르면 1996년에서 2006년에 이르는 10년간 자살자의 수는 두 배 이상 늘었다. 한림대학교에서 생사학연구소장 운영 하는 오진탁 교수는 "죽음에 대한 이해의 부족이 자살을 양산해 내는 근원적인 이유"라고 간파한다. 오 교수는 우리 사회

생사학의 관점에서 제시하는 자살을 해서 안 되는 이유들이다. 자살, 언제부터인지 우리 사회에 자살이라는 말이 일상화 되어 있다. 재벌총수 가 한강에 투신하고 유명 연예인이 자결

## 죽음에 대한 그릇된 이해로 자살 선택 '자신의 의지 따라 웰다잉 이룰 수 있어'

을 하는 일도 빈번하다. 그런 가운데 죽음이 이 세상의 고통을 끝내는 유일한 수단이라는 인식이 팽배해 온 것이다. 심지어 자살을 총동원 하는 사이트까지 은밀하게 생명을 한다는 보도까지 나오고 있다. 세상은 떠들썩하게 웰빙(Well-being)을 추구하고 있지만 정작 잘 죽기, 웰다잉(Well-dying)은 외면해 왔다. 그러나 이제 웰빙과 웰다잉이 별개가 아니라는 인식이 필요하고 나름대로 확산되고 있는 분위기다. 그러한 바람에 생사학이 있다. 죽음에 대한 연구는 단순한 죽음을 대상으로 하는 것이 아니라 죽음을 향하는 삶의 모든 단계를 포함한다. 그래서 죽음을 이야기할 때 삶을 빼지 않고 웰다잉을 추구함에 있어 웰빙을 별개로 생각하지 않는다. 잘 사는 것이 잘 죽는 비결이라는 확신이 없다면, 죽음에 대한 오해와 편견은 극복되지 않을 것이다. 자살 관련 뉴스를 들으면 대부분이 자살은 상관없는 문제라고 느끼지만, 그

의 대표적인 자살유형과 그 근처에 깔린 원인들을 분석했다. 또 각종 집단을 대상으로 자살예방교육을 실시하고 그 결과를 꼼꼼하게 체크 했다. 그러한 작업을 종합적으로 묶은 이 책은 죽음에 대해 이해하고 자살을 해서 안 되는 이유들을 명백하게 짚어 낸다. 책의 말미에서 오 교수가 힘주어 말하는 한 대목은 웰빙과 웰다잉이 별개가 아니라는 인식이 필요하고 나름대로 확산되고 있는 분위기다. 그러한 바람에 생사학이 있다. 죽음을 이야기할 때 삶을 빼지 않고 웰다잉을 추구함에 있어 웰빙을 별개로 생각하지 않는다. 잘 사는 것이 잘 죽는 비결이라는 확신이 없다면, 죽음에 대한 오해와 편견은 극복되지 않을 것이다. 자살 관련 뉴스를 들으면 대부분이 자살은 상관없는 문제라고 느끼지만, 그

과일의 왕 두리안

제일 맛이 좋은 시기에 수확하여 들어왔습니다.

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

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

www.durianshop.com

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

해동불교미술원  
016-219-7180 / 011-743-5167

조계종 77조 전강 대선사님 법어집

이제는 전설이 된 한국 근대사의 거목인 전강 대선사님의 최상승법과 예리한 지혜, 선기로 넘쳐난 삶이 생생하게 담겨 있는 전강 대선사님 법어집 <달다>! 전강 대선사님의 인가 제자인 대원 선사님께서 전강 대선사님의 법거량과 법문, 일화를 재조명하여 보였습니다. 전강 대선사님과 대원 선사님의 특별한 인연과 고수명창같이 어우러진 두 분의 법거량도 자세히 실려 있습니다. 섬광과 같은 지혜로 수놓은, 최상승법의 지취없는 문장과 향 없는 향기에 흠뻑 취해보시기 바랍니다. <달다>는 선(禪) 수행자들에게 10년 가문의 단비와 같은 역할을 할 것입니다.

78대 대원 문재현 선사님 저

02-3494-0122 www.zenparadise.com

대원 문재현 선사님 역저

전등록 5권 / 불교 무문관 / 불교 법안록 / 불교 천부경 / 불교 금강경 / 불교 신심명 / 불교 증도가 / 불교 반야심경 / 불교 선문염송 전30권 중 11권 / 불교 환단고기 전5권 / 불교 법운선사심명 / 불교 선가귀감 / 불교 법성계 주머니 속의 심경 / 영원한현실 / 앞뜰에 국화꽃 곱고 북산에 첫눈 하얀 선을 묻는 그대에게 1, 2권 / 세월을복제로세상을복잡하다 / 달다

법회 안내

매월 첫째 일요일 서울 육조정맥선원 선가귀감 법문 02-3494-0122  
매월 둘째 일요일 국제 육조정맥선원 영원한현실 / 선문염송 031-531-8805  
매월 셋째 일요일 광주 육조정맥선원 영원한현실 / 선문염송 062-944-4088  
매월 넷째 일요일 부산 육조정맥선원 반야심경 법문 051-503-6460