

# 내 안에 능력있다... 찾는만큼 보이리라

## 불교적 시각에서 바라본 자기계발서 6권

### 시크릿

론다 번 저 | 김우열 역 | 살림B2 펴냄

<시크릿>은 수 세기 동안 소수의 사람들만이 알고 있던 '부와 성공의 비밀'을 알려준다. "우리의 내면에 잠재되어 있는 비밀의 힘을 이용하면 업그레이드 된 인생을 살 수 있다"고 조언한다.

또한 저자는 "현재 삶 모두가 당신이 예전에 해왔던 생각의 결과물"이라고 '비밀'을 풀이한다. 부와 성공을 부르는 비밀의 힘은 '생각대로 된다'와 '끌어당김의 법칙'에 있었다. 자신이 원하는 것을 생각하면 그 생각이 우주로 부터 그것을 끌어당겨온다는 것이다. '생각대로 된다'는 것은 불교사상의 '모든 것은 마음먹기 달렸다'는 일체유심조(一切唯心造)와 다르지 않다.

또한 '끌어당김의 법칙'은 불교의 업력(業力) 개념과 유사하다. 업(業) 이론에 따르면 우리가 갖는 말·생각·행동 하나하나가 그 나름의 에너지를 행사해 '악이 악을 부르고 선이 선을 부른다(善因樂果 惡因苦果)'고 한다. 이 모두는 결국 자기 자신이 긍정적이고 행복한 감정을 유지하면 원하고 바라는 것을 성취한다는 것을 의미한다. 이러한 '비밀의 힘'을 통해 미래의 삶을 창조하는 원동력이 '당신' 안에 있다는 믿음을 가질 때 원하는 바를 실제화 하는 창조력을 지니게 될 것이다.

### 선물

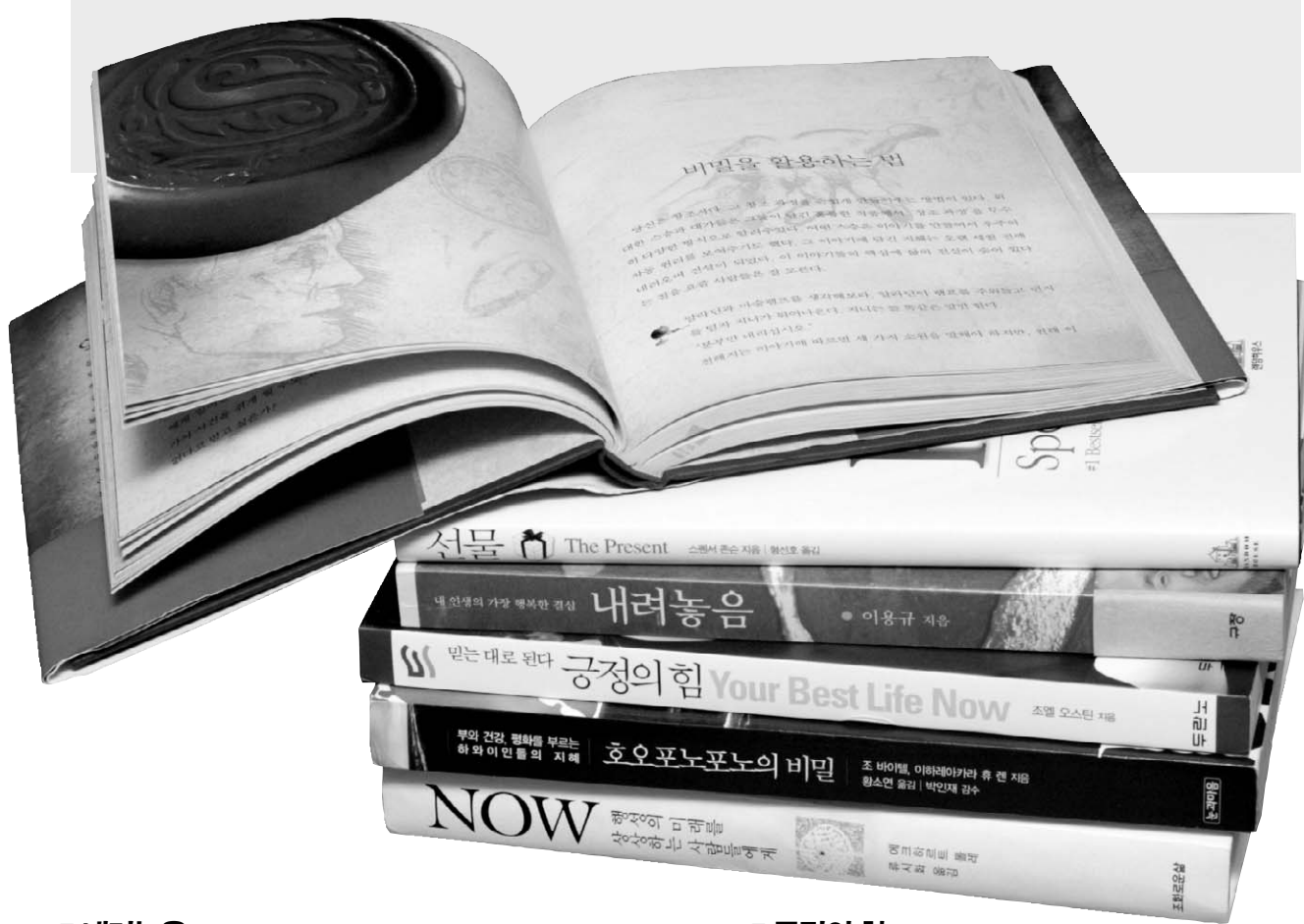
스펜서 존슨 저 | 형선호 역 | 랜덤하우스 펴냄

한 소년이 성인으로 성장하면서 '세상에서 가장 소중한 선물'을 찾아가는 과정을 함께 따라가는 여정을 그리고 있다. <화엄경>입법계품의 선재동자가 53선지식을 찾는 구도여행 끝에 깨달음을 얻는다는 내용의 연장선이다. 그 선물은 어느 위대한 노인이 들려주는 신비스러운 이야기를 바탕으로 일터와 가정에서 수많은 시행착오와 끈질긴 탐색을 마치고 나서야 찾게 된다. 다름 아닌 '귀중한 시간을 사용하는 세 가지 방법'이다. 바로 '현재 속에 살기, 과거에서 배우기, 미래를 계획하기'이다.

저자는 이에 덧붙여 '소명감(purpose)'을 행동 방법의 지침으로 제시했다. 전자가 개인적인 성취를 위한 삶의 행동 방법이었다면, 후자는 주변의 행복까지 고려한 진정한 삶의 의미를 깨닫게 해주는 지침이다.

우리는 삶이 힘들어 때마다 뭔가 비범하고 독특한 해법을 찾곤 하지만, 소중한 것은 언제나 평범하기 그지없는 것들이다. <백암록>은 '오늘, 지금 현재가 바로 인생 최고의 날'이라고 말한다. 이 책은 공기와 물이 우리 건강을 좌우하듯, 누구에게나 주어진 '현재'라는 평범함이 우리 일생을 좌우하는 가장 위대한 선물이라는 것을 소박한 이야기들로 일깨운다.

미국발(發) 금융위기로 인해 한국의 경제적 상황은 악화됐다. 그 결과 청년실업률은 점점 높아지고 평생직장은 찾기도 어려워졌다. 이러한 이유 때문인지 대형서점 자기계발서적 코너에 가면 직장인·대학생 등 너 나 할 것 없이 자기계발 서적을 읽고 있는 모습을 볼 수 있다. 이처럼 많은 사람들이 자기계발이나 성공담에 열광하는 이유는 자기계발서를 통해 자기의 경쟁력을 높이고 보다 나은 미래와 성공, 경제적 풍요를 이루기 위해서 일 것이다. 이 같이 최근 사람들에게 많이 읽히는 자기계발서 중에는 불교에서 말하는 사상을 담고 있는 내용들이 많다. 불교적 시각으로 6권의 자기계발서를 살펴본다. 글=이나는 기자, 사진=박재원 기자



### 내려놓음

이용규 저 | 규장 펴냄

저자 이용규 목사는 수많은 영적스승들과 같은 얘기를 하고 있다. 이 책은 나를 비우고 '내려놓음'으로써 불성(佛性, 저자는 '하나님'이라 표현)으로 채우는 삶을 살라고 말한다. 우리가 내려놓을 때 비로소 그것이 진짜 우리 것이 된다는 설명이다.

그는 이 책에서 자신의 것을 내려놓게 된 과정과 그것을 내려놓은 이후에 나타난 놀라운 변화와 성과에 대해 말하고 있다. 그리고 자신의 본성을 찾을 때 비로소 행복할 수 있다고 고백한다.

'내려놓음'은 불교의 '방하작(放下着)'과도 같다. '나'를 온전히 놓음으로써 집착하는 마음을 내려놓아 내안의 불성을 찾는 과정이다. 우리는 살아가면서 부·명예·성공·배우자·가족 등 모든 것에 집착한다. 이것은 내가 있다는 마음에서 비롯되는 것이다. 모든 것을 놓고 '나'를 향하는 아상(我相)으로 꼭 짊어 마음에서 벗어나게 되면 밝은 삶을 누릴 수 있다.

내려놓은 삶은 한마디로 온유함을 이루는 삶이다. 내 생각·내 욕심·내 소유, 그렇게 내 것 챙기기에만 골몰해온 당신에게 내 안의 부처님은 우리에게 모든 것을 '내려놓으라'고 말한다.

### 긍정의 힘

조엘 오스틴 저 | 정성목 역 | 두란노 펴냄

<긍정의 힘>은 뉴욕타임즈, 아마존닷컴 베스트셀러로 기록되며 미국 내 200만부가 넘게 판매된 책이다. 미국 레이크우드 교회의 담임목사이자 미국 차세대 리더로 급부상하고 있는 조엘 오스틴 목사의 대표작인 이 책은 '긍정'이라는 아주 단순한 가치를 기독교적인 관점에서 구체적으로 잘 제시해 주면서 평범한 삶을 비범한 삶으로 바꾸어주는 마력을 보여준다.

'비전을 키우라, 건강할 자아상을 키우라, 생각과 말의 힘을 발견하라, 과거의 망령에서 벗어나라, 역경을 통해 강점을 찾으라, 베푸는 삶을 살라, 행복하기를 선택하라' 등 최고의 삶을 사는 단계를 7가지로 나누어, 긍정의 힘이 우리 삶에 속속들이 적용될 수 있도록 많은 사례를 통해 이야기 한다.

저자는 마음의 힘을 강조하며 '긍정'으로 살라 한다. 이는 <화엄경>의 '여래성기품(如來性起品)'과 원호 대사의 '모두가 마음 아닌 것은 없다(萬法唯心)'와 일맥상통하는 주제이다. 이 책은 기독교적 언어로 풀어내고 있지만 진리는 부처가 얘기하는 것과 다름이 없다. '마음의 힘'을 믿고 긍정적으로 살 때 우리는 이전보다 더 큰 행복을 얻을 것이다.

### 호우포노포노의 비밀

조 바이텔, 이하레아카라 휴 렌 저

황소연 역 | 눈과마음 펴냄

많은 자기계발서들이 '성공의 지름길'로 긍정·시각화·감정해방요법 등을 말하는데 이 책은 그 한계를 설명한다.

하지만 저자는 '성취의 도구를 내던지고 그들의 마음속 무한한 가능성을 믿는 순간 진짜 기적이 찾아온다'며 대안을 제시한다. '호우포노포노'란 '바로잡다, 오류를 수정하다'는 하와이어로 우리 내부의 유독한 에너지를 방출하고 신성한 생각과 말·업적·행동이 효능을 발휘하도록 하는 과정이다. 휴 렌 박사는 "주변의 모든 일은 나로부터 일어나기 때문에 온전한 책임을 져야 한다"고 말한다. 이는 '무명(無名)의 회고를 통해 진정한 자아의 본체를 찾는다'는 12연기의 환멸(還滅)법과 '이것이 있음에 말미암아 저것이 있는 것'의 인과법과 유사하다. 또한 이 책은 아무것도 존재하지 않지만 모든 것이 가능한 '제로' 상태로 돌아가라고 말한다. 제로 상태에서는 생각·말·기억·믿음·고정관념 그 어느 것도 존재하지 않는다. 이는 <금강경>32분(分) '일체 유위법은 꿈·환영·물거품·그림자와 같고 이슬·번개와 같으니 마땅히 이를 관하라(一切有爲法 如夢幻泡影 如露亦如電 應作如是觀)'와도 비슷하다.

'호우포노포노의 비밀'이 알려주는 '미안·용서·사랑·감사'를 통해 '평화는 나로부터 시작된다'는 말의 의미를 가슴으로 느껴보자.

### NOW: 행성의 미래를 상상하는 사람들에게

에크하르트 톨레 저 | 류시화 역 | 조화로운삶 펴냄

현재의 자아로부터 벗어나 우리가 진실로 어떤 존재인지 깨닫고, 자유롭게 숨쉬며 살아가는 법을 가르쳐 주는 책 <NOW: 행성의 미래를 상상하는 사람들에게>. 이 책은 21세기의 영적 교사로 일컬어지는 에크하르트 톨레의 더 나은 삶, 더 나은 세계를 위한 지침서다. 이 책은 인류의 현재 상태 즉 자신의 생각과 에고(ego)를 자신이 믿고 있는 그 마음이 어떻게 분노나 질투, 불행에 이르게 하는 기능장치를 만들어왔으며, 이 행성과 인류의 생존까지 위협하게 되었는지를 적나라하게 보여준다. 그리고 에고에 바탕을 둔 현재 인류의 의식 상태에서부터 벗어나 진정한 자기 존재를 회복하고, 과거에 대한 집착이나 미래에 대한 기대가 아닌 지금 이 순간을 사는 자유와 기쁨을 발견할 때 비로소 진정한 삶이 열린다고 조언한다. 불교의 <백암록> '내 인생에서 가장 행복한 날은 오늘이고, 내 인생 최고의 날은 바로 오늘이다'와 '오운으로 이뤄진 '거짓 나'는 본래 존재하지 않는다(無我)'를 설명하는 것이나 다를 바 없다. 지금 이 순간을 적이 아닌 친구로 만드는 것, 거짓된 자아(ego)를 불태우고 우리를 순수 존재로 현존하게 하는 것이야말로 최고의 수행이자 진정한 삶일 것이다.

세계로 가는 서병후의 불경영어·천수경

# 수리수리마하수리

THE THOUSAND HANDS SUTRA

Mystical Gateway to Happiness and Enlightenment

책 1권, 오디오에이프 3개포함  
20,000원 → ₩ 14,000원

저자 서병후 | 156쪽 | A5  
출판사 : 도레미음악출판사

보다 활발한 한국 불교의 해외 포교, 그리고 신세대 지식인들에 의한 넓은 시야의 불교 공부와 수행을 위한 기본적 불경 영어 가이드로서 기획된 이 책은 천수경을 텍스트로 했습니다. 영어화된 산스크리트어는 영어로 다루고, 그 표기도 표준적 국제 시스템에 따랐습니다. 저비와 깨달음의 감로를 내려주시는 천수천안 관세음보살의 구원의 염원이 담긴 천수경의 신비스런 비밀공식이 우리들 앞에 펼쳐집니다. 오랫동안 국내외에서 불교를 연구해 왔고, 풍부한 영어교육경험을 갖춘 필자가 선사하는 최초의 영어완역 천수경과 현대적 시각의 주해, 통쾌할 정도로 행간을 꿰뚫는 새로운 해석은 우리들을 감동케 할 것입니다.

온라인 책방 여시아문  
02)737-0695

## 21세기 불자 자가(自家) 기도법

해조(解調) 범산(梵山)큰스님이 쓰신 불자 한 사람이 꼭 한 권씩 수지 독송해야 할 "21C 불자 자가 기도법"이 드디어 불자들에게 선을 보입니다.

이 책은 한글만 아는 사람이면 자기 집에서 혼자 충분히 기도할 수 있도록 저술하였으므로 불자들에게는 필수적인 경서입니다.

해조(解調) 범산(梵山)스님  
1949년 전남 순천출생  
東山 典山 큰스님을 은사로 득도 수계  
법무부 범죄예방 자립봉사위원 역  
대한불교 원흥종 경남총무원장, 중앙총회위원 역  
한해동불교대학 대학원교수  
한양공예대학교 객원교수  
한여래암 주지

[논의]  
·인도불교의 철학적 고찰  
·원시불교의 선경사상에 대한 연구  
·Buddhism과 인도철학과 제학파의 비교 연구  
·공사상에 대한 일 고찰  
·독서문화의 정착 방편에 관한 고찰 등

[차례]  
·그 속에 깊이 있었다... 웃으며 가는 저승길  
·공저 국역상용법집 ·외 전문분야 다수

[차례]  
제 1장-기본학습  
제 2장-중요경전  
제 3장-불공편  
제 4장-진언과 다라니  
제 5장-각종발원문  
제 6장-기도제형수기  
제 7장-불서출판수지공덕  
제 8장-내면탐사와 여래33천통기도  
제 9장-자가기도법  
제 10장-불교기초지식  
제 11장-권선문

◆택배발송 (발송비 무료) ◆정가 30,000원  
◆문의 : 055-761-7462 / 011-552-3222  
◆계좌번호 : 농협 801032-51-032261  
우체국 610790-01-001194 (예금주: 여래암)  
홈페이지 www.yeraeam.com / cafe.daum.net/yeraeam

# 간이 있습니다.

## 건강해야 장수할수 있습니다.

### 참다슬기 농축액

토종우듬과 비길만한 자연산 참 다슬기로 삶의 활력을 찾으세요. 지리산 자락 청정 지역에서 서식하는 자연산 참다슬기만 가지고 전통재래식(가마솥)으로 달인 참다슬기 농축액은 상쾌한 허리를 열어줍니다.

■다슬기 농축액 : 지리산 자락 계곡 물에서 깨끗한 참 다슬기와 구슬달슬기를 죽은 것과 빈 껍데기를 골라 내어 깨끗이 씻고 해금시킨다. 다음 다슬기 10kg을 분쇄하여 가마솥에 넣고 전통비법으로 다슬기 속살이 녹을 때까지 48시간을 다린다. 여기에 마늘, 생강, 대추를 넣고 24시간을 더 달인다. 농축액은 60포 단위로 포장됩니다.

■주문하시면 (생선) 달여 드립니다. 참 다슬기 농축액은 주문(생선) 달여들이며 주문시 기간은 3일~4일 걸리오니 참고하시고 주문해 주세요!

상담 (055)963-9583  
문의 (055)355-5626  
산마을 토종(민속농원)