

“무심에서 창조가 일어난다”

공플란트치과 최우환 원장의 마음공부와 성공이야기

“자신이 하는 일을 통해 잠재력을 발휘하려면 먼저 일에 흥미를 가져야 한다. 일에 몰두해 또렷 또렷하게 깨어있는 상태에서 작업하다 보면 어느새 일하는 사람은 사라지고 동작만 느끼게 된다. 이런 무심(無心)의 상태에서 위대한 창조가 일어나고 믿기 힘든 성과를 내게 된다.”

조계사 인공에서 치과의를 운영하는 불자의사가 인생이야기와 마음공부의 노하우를 들려주는 책 <성공인생 마음공부>(클리어마인드)에 나오는 한 대목이다.

이 책의 저자인 최우환 공플란트 치과 원장은 “창조적인 삶이란 자신의 무한한 가능성을 믿고 끊임없는 도전을 통해 그것을 자신의 삶으로 현실화시키는 것”이라고 말한다.

최 원장은 “인생에 있어서 두려워해야 할 것은 일에 대한 실패가 아니라 실패가 두려워 아무 일도 시작하지 못하는 것”이라는 그는 자기 성취와 더불어 행복한 인생을 살고 싶다면 마음공부를 하라고 조언한다.

“가장 간단한 명상은 자신의 몸과 느낌, 마음 등을 고요히 객관적으로 관찰하는 것이다. 이러한 관찰의 힘이 깊어지면 일상생활을 하더라도 불필요한 일이나 일과 사람에게 휘둘러가는 일을 당하지 않는다. 그리고 늘 고요한 상태에서 깨어있기 때문에 무슨 일도 해도 집중력을 갖게 된다. 아침에 일어나 잠들 때까지 자기를 바라보는 명상을 하게 되면 일상생활 그대로가 수행이 된다.”

최 원장은 이러한 관법(觀法)을 일에 적용하면 자신도 모르게 놀라운 능력을 발휘하게 된다고 설명한다. 아울러 늘 깨어있는 사람은 삶에 끌려다니는 것이 아니라 삶을 끌리는 사람이 된다고 강조한다. 즉, 언제 어디서나 삶의 주인이 되어 사는 사람이 진정한 달인이다.

그렇다면, 한 분야의 달인이 되기 위해서는 좀 더 구체적으로 어떻게 살아야 할까. 이에 대해 최 원장은 “자신의 인생을 송두리째 걸고 일을 해야 하며, 그러기 위해서는 인내와 열의, 정성을 다해야 한다”고 조언한다. 자신이 하는 일을 천직이라 생각하고 스

스도 자부심을 느끼면서 모든 사람의 행복을 위해 일한다면 이런 사람은 한 분야의 마스터이자 명장(明匠)과 같은 존경받는 삶을 살게 된다는 것이다.

최 원장은 이 책에서 가난한 어린 시절과 쌀을 배달하며 공부하던 청소년기, 아르바이트를 하며 의대를 다니던 수련의 시절, 군대에서 군의관으로 복무하던 시기의 어려움을 극복하며 참다운 성공을 향해 매진한 이야기를 진솔하게 담고 있다. 아울러 군복무 시절, 이치영 군순법사를 만나면서부터 <금강경>을 독송하고 참선하며 불교공부에 몰두한 수행담을 담담하게 밝히고 있다.

<금강경>의 ‘머무는 바 없이 그 마음을 내라(應無所住 而生其心)’는 가르침에 따라 남모르게 보살행을 실천해온 최 원장은 울췌부터 조계사와 종로구청과 협약식을 갖고 가난한 어르신과 소년소녀가장을 대상으로 무료 틀니 시술과 치과진료를 하고 있으며, 정기적으로 불자 청소년들에게 장학금도 지급하고 있다. 성공인생 마음공부 | 최우환 | 클리어마인드 | 1만2000원

김성우 기자



최우환 원장. “자신이 하는 일을 통해 잠재력을 발휘하려면 먼저 일에 흥미를 가져야 한다. 일에 몰두해 또렷 또렷하게 깨어있는 상태에서 작업하다 보면 어느새 일하는 사람은 사라지고 동작만 느끼게 된다. 이런 무심(無心)의 상태에서 위대한 창조가 일어나고 믿기 힘든 성과를 내게 된다.”



최우환 원장.

“세상 청정하게 하는 게 보살”

‘통일보살’ 법륜 스님이 전하는 ‘자리이타’ 수행법

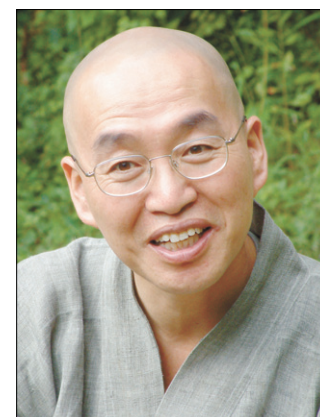
요즘 우리 사회에서 세상을 위해 봉사하는 사람, 보시하는 사람, 또 시민단체 활동가들이 자기 스스로는 행복하지 못한 경우가 적지 않다. 그 원인은 무엇일까. 그것은 자기는 이렇게 희생했는데 세상이 알아주지 않는다는 것이다. 그래서 좋은 일을 하면서도 괴로움이 생겨 중도에 포기하기도 하고, 실망감과 배신감 때문에 얼굴이 밝아지지 못한다.

이에 대해 우리 시대의 ‘통일보살’이자 ‘환경보살’로 불리는 정토회 지도법사 법륜 스님은 “남을 위해 일하는 것도 쉬운 일은 아니지만, 남을 위해서 일한다는 이 생각마저 버리면 더욱 쉬운 일이 아니다. 그렇지만 그 생각을 놓아버릴 때 괴로움이 생기지 않는다”고 조언한다.

이와 같이 법륜 스님의 저서 <붓다에게 물었다>(산티는)는 경전 속의 가르침을 오늘의 삶으로 비추면서 명쾌한 해법을 제시한다. 특유의 유풀과 구수한 입담, 정곡을 찌르는 어법으로 붓다의 가르침을 받고 그 가르침에 몰두하며 2500여 년 전 사람들의 이야기를 마치 지금 여기에서 일어나고 있는 일처럼 생생히 들려준다.

“수행자라는 것은 참선을 하느냐 열법을 하느냐가 중요한 것이 아니라 자신이 행하는 바가 자신의 괴로움을 없앨 수 있느냐, 또 남의 괴로움도 없앨 수 있느냐가 기준이 된다.”

법륜 스님의 법문은 자신의 깨달음을 넘어 이웃과 자연의 고통을 구제하는 보살행을 지향할 수 있도록 구체적이면서도 감동적인 내용으로 가득하다. 불법을 공부한다는 사람이



법륜 스님.

세상 사람과 아무런 차이도 없다면 그게 무슨 법을 만난 것이겠는가? 재물에 대한 욕심도 그대로고 지위에 대한 욕심도 그대로고, 명예나 몸체에 대한 집착도 그대로라면 말이다.

법륜 스님에 따르면 세상에는 네 종류의 사람이 있다. 환경에 물드는 사람, 환경에 물리지 않기 위해 그 환경을 멀리하는 사람, 그 환경 안에 머물면서도 거기에 물리지 않는 사람, 환경 안에 있으면서 그 환경 자체를 맑고 향기로운 쪽으로 물들여버리는 사람이 그것이다.

“불법을 깨친 뒤 붓다는 자신에게 좋은 환경인지 아닌지를 가리지 않고 찾아가 사람들을 만났고 그들은 진리의 길로 이끌었다. 심지어는 먹으면 죽게 되리란 것을 알면서도 총다 바친 공양을 물리치지 않고 받기까지 했다. 그러면서도 총다의 공양을 찬양하고 그를 비방하던 사람들까지 감화시켰다. 그런 붓다의 모습을 보면서 사람들은 그 향기에 취하고 그 말씀에 물들지 않을 도리가 없었다.”

보통 사람들이 환경에 물드는 사람이려면, 붓다는 그 환경을 진리로 물들여버리는 사람이기에 참된 수행자, 즉 보살은 세상을 청정하게 변화시켜야 한다는 게 법륜 스님의 한결같은 주장이다. 붓다에게 물었다 | 법륜 스님 | 산티 | 1만 1000원 김성우 기자

선 수행 ‘좌선’은 무아(無我)가 되는 레슨

무심하게 대상과 하나 되는 순간, ‘반야심경’이 되다

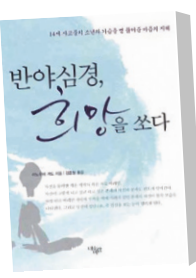
“선 수행의 하나인 좌선은 무아(無我)가 되는 레슨이다. 이것은 ‘죽는 연습’이라고도 말할 수 있다. 자신이라는 작은 세계의 벽을 넘어 대우주와 일체가 되는 레슨이다.”

한 재가수행자가 <반야심경>을 소의경전 삼아 30여년 참선한 구도기를 엮은 책이 나왔다.

2002년 일본 입제종의 고이케 신소(小池心?) 노사(老師) 참선을 지도할 수 있는 스승(導師)로부터 ‘기도(禱堂)’란 법호를 받고 노사가 된 저자 이노우에 기도(井上禱堂)는 14세 때 여름에 교통사고를 당해 사경을 헤매다 우연히 찾은 선사에서 <반야심경>을 만났다. 고교 진학 후 ‘왕따’ 및 유급 등으로 학교에 적응하지 못하자 참선으로 이를 극복하기 위해 휴학, 교도의 견진지에서 1년 반 동안 출가수행을 했다. 그후 프로복서를 거쳐 신문기자, 편집, 광고 대리업 등의 일을 하는 한

편 입제종 계열의 스승들을 찾아다니며 30여년 간 불교를 공부했다. 이 책은 저자가 어린 시절부터 현재에 이르기까지의 인생과 수행 체험을 1인칭 서술 형식으로 솔직 담백하게 기술한 책이다.

저자는 청소년 시절의 방황기를 <반야심경>과 참선을 통해 극복하고, 17세의 어린 나이에 선방에서 ‘무(無)’를 체험하고 <반야심경>과 하나가 되는 경험을 한다. 저자는 “무심하게 정조와 좌선이라는 대상에 완전히 하나가 되는 동안, 갑자기 유무를 초월한 무의 세계로 길이 열렸던 것이다”라고 당시를 회고하고 있다.



저자는 선원에서 나온 후에도 일상속에서 늘 깨어있는 마음으로 수행했으며, 늘 일과 대상과 거리가 있는 경지에서 일상선(日常禪)을 뒤야 점점 깊은 경지로 나아갔다.

“나는 매일 아침 요코하마의 오산바시 국제터미널 가까에서 좌선하는데, 그때마다 주변 풍경과 생명체와 내가 일체가 되어 자신이 사라져 버리는 체험을 한다. 그때 자신이 대자연과 대우주의 네트워크 속의 일부임을 체감하게 된다.”

저자는 “분별하지 않는 지혜를 갖추면 마음을 자유롭게 디자인 할 수 있다”는 생활선을 터득해 이제는 선객(禪客)을 지도하는 스승으로서 무에 자재한 삶을 살고 있다.

반야심경, 희망을 쓰다 | 이노우에 기도, 김종철 역 | 대숲바람 | 1만 원 김성우 기자

시집 두 편 나란히 출간

도인 · 혜종 스님 구도시

비구 · 비구니 스님이 구도의 길을 노래한 시집을 나란히 펴냈다. 거제 도인암 암주 도인 스님은 시집 <세상에서 가장 슬픈 일> (해조음)을 펴냈다.

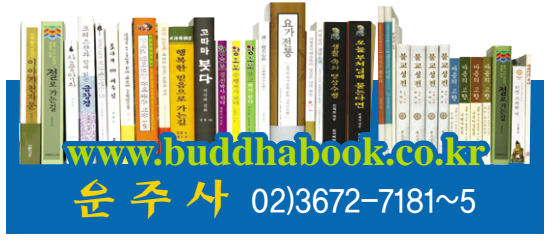
동부산대학 장례행정복지과에서 죽음을 강의중인 도인 스님은 시를 통해 세상에서 가장 슬픈 일이 ‘죽는 일’이 아니라 ‘태어난 일’이라며 중생과 함께 하는 자비행과 더불어 생사(生死) 해탈의 의지를 밝히고 있다. 스님은 9월 23일 오후 6시 거제 고현, 미남크루즈에서 출판기념회 및 서화(書畫)작전(作)전시회를 연다. (011)846-1682

불교방송 ‘무명을 밝히고’에서 법화경을 강의 중인 혜종 스님(前 조계종 총무원 문화국장)은 시집 <너를 위하여 밝혀둔 작은 랩트 하나>(우리글)를 18년만에 증보해서 펴냈다. 혜종 스님은 ‘방황의 끝’이란 시에서 “결국은 하나였어요/ 그렇게 몸부림치며 찾아 헤매었던/ 모든 것의 귀결점은/오로지 나를 비우는 일”이며 “이제 어느 누구라도 / 진심으로 존경하며 사랑할 수 있어요/ 이제 더 이상/ 아무것도 두렵지 않아요”라는 동체대비(同體大悲)를 서원한다. 김성우 기자

금주의 베스트 불서 10

순위	도서명	저자	출판사
1	사는 즐거움	보경	돌
2	쉬고 또 쉬고	우여	새로운사람들
3	힐로 죽이고 방으로 살리고	원철	호미
4	일기일회	법정	문학의 숲
5	아름다운 마무리	법정	문학의 숲
6	상한인의 생을 지나 양파와 마늘만 남는다	상진	마음의 숲
7	인과경	현담	선
8	언젠가 이 세상에 없을 당신을 사랑합니다	월호	마음의 숲
9	행복한 출근길	법륜	김영사
10	일곱 번의 직면사	무비	불광출판사

*불서출판 운주사 제공 (02)3672-7181



전강 대선사님 인가 제자 대원 문재현 선사님 저

신간! 초발심자경문
이 초발심자경문은 한문을 새기는 힘인 문리를 터득하게 하기 위하여 일부러 의역하지 않고 직역하였다. 대원 선사님의 살아있는 수행지침도 실려 있다.

초발심자경문
전강 대선사님 법어집 달다

매월 첫째 일요일 서울 법회 추석연휴로 인해 쉽니다 02-3494-0122
매월 둘째 일요일 국제 정맥선원 영원한현실 / 선문연송 031-531-8805
매월 셋째 일요일 광주 정맥선원 영원한현실 / 선문연송 062-944-4088
매월 넷째 일요일 부산 정맥선원 반야심경 법문 051-503-6460
02-3494-2460 www.zenparadise.com

나한님의 영험이불사에 “큰 도움”이 됩니다

한국고건축
문화재수리기능보유등록 제 1853호

금호 임영창 합장

8치, 1자, 1자 2치, 크기로 조성합니다.
16 나한님 목조각, 채색조성
500 나한님 목조각, 채색조성
1,250 나한님 목조각, 채색조성

2009년 현재나한 11,532분채 풍부한 경험, 실적으로 조성불사중

우리가 아낀, 저널으로 올리는 예 불문에 나오는 “일천이백오십분의 나한님은 부처님의 최초제자인 다섯비구, 가섭상형제의 제자였던 천명의 비구들(우루빈나기섭의 오백제자, 나게가섭의 이백오십제자, 가이갓가섭의 이백오십제자, 그리고 사리불과 목련을 따르던 이백오십명을 말합니다.”

◆ 1,250 나한도 1권 판매금액 180,000원
◆ 입금계좌 : 농협 174392-56-064352 (예금주:이매경)

불 사 상담문의 041)567-2600 / 011-421-5337
인터넷 주소창에 “고건축” 검색어 삽입
www.ehanok.com

3000배 용맹정진

업장소멸의 관건은 지극하고 간절한 성스러움과 최고의 공경심으로 절하며, 전신의 노폐물, 독소, 나쁜 기운의 땀을 흘리면 괴로운 맘 소멸되고...

소원성취는 해맑게 미소 짓는 기쁜 얼굴로
‘부처님 크신 은혜 고맙습니다’ 대규정의 감사염송을 온 몸과 맘에 가득 채우며 절하면 100% 성취된다.

○우리를 마음속에 부처님을 항상 모시는 날마다 행복한 날을 확산하는 염불선도우미를 동참자 전원에게 선물로 드립니다.

■ 날짜 : 2009년 9월 26일(토) 저녁 9시 ~ 2009년 9월 27일(일) 아침 7시
(절하는 법 교육 : 저녁 7시 ~ 9시, 3000배 시작하기 전)

■ 준비물 : 동참비 2만원
[필수준비물] 수련복 : 100% 면 소재 흰색상의, 회색범복 · 조끼, 방수포(신구동참자는 선물), 기도포(방석을 덮을 큰수건), 면 닦는 수건, 면양말 2켤레, 발로매(절수행 특수 덧신), 면장갑 2개, 위생비닐장갑 1개, 목수건
[선택준비물] 무릎, 손목, 발목 아픈신분(팔관애원 보호대), 허리아프거나, 이쑤시개, 양말, 코리베, 차기우선분(호력호력 팬티), 어깨 아픈신 분(스트레칭 필)

■ 장 소 : 분당 하안마을선원
☞ 전철 : 경기도 성남시 분당구 이매동 60-14네비게이션에 하안마을선원 치세요 분당선 이매역 1번 출구 앞, SK주유소 옆 도로로 5분거리 (분당선 : 2호선 선동역, 3호선 도곡역, 8호선 북정역 이용)

백만불자 108배 만일절사 법왕정사
수행중심교육도량

■ 서울 군자법당 (02)456-0035 ■ 부산 금정법당 (051)583-7886
■ 대구 신천법당 (053)743-0063 ■ 광주 상무법당 (062)375-3500
한글도메인 : WWW.법왕정사.kr

핀란드에서 온 100% 야생블루베리!

블루베리는 안토시아닌이라는 기능성 색소를 함유하고 있습니다.
2차 세계대전 당시 독일을 폭격하던 영국공군 조종사들이 야간비행 전에 블루베리를 주식으로 먹었습니다. 이후 물체식별이 향상되었다는 이야기가 전해지고 블루베리에 대한 연구가 시작되었습니다.
다량의 안토시아닌 덕분에 블루베리는 우리몸의 젊음을 지켜주는 과일로 알려지게 되었습니다.

할인판매

블루베리 파우더 =35,000원 → 32,000원
블루베리 주스 =46,000원 → 42,000원
크랜베리 주스 =46,000원 → 42,000원

YADANBOPSEOK 구입문의: 010-5318-0704
www.01053180704.com