

현대불교 독자가 읽은 이 책

행복의 조건

행복을 사회과학으로 풀어낸 책이 출간됐다. 기존의 종교적 체험이나 인간관계 개념의 행복론과는 접근 방법이 다르다. 미 하버드대 의과대학 교수 조지 베일런트가 쓴 <행복의 조건>이다. 베일런트는 공정심리학의 세계적 권위자다.

<행복의 조건>은 3가지 집단을 연구했다. 먼저, 1921년 하버드대 입학한 268명을 대상으로 무려 72년간 추적 조사했다. 사업가 윌리엄 그랜트의 재정지원을 받아 '그랜트 연구집단'이라고 부른다. 두 번째 연구 집단은 '이너 시티(Inner City) 그룹'이다. 1939년 하버드 법대 법학교수였던 켈든 글루맥이 소년원에 수감된 청소년과 법적 문제를 일으킨 적이 없는 14세 남학생 각각 500명을 대상으로 연구에 나섰다. 세 번째는

80세에도 행복하고 건강하게 살고 있었다. 그들은 가운데 불행하고 병약한 이들은 7.5%에 그쳤다. 반면 50세에 3가지 이행을 갖춘 이들 중 80세에 행복하고 건강한 사람은 아무도 없었다. 그리고 4가지 이상의 조건을 갖춘 사람보다 80세 이전에 사망할 확률이 3배나 높은 것으로 조사됐다.

<행복의 조건> 각 장에는 대상자의 사례가 구체적으로 제시돼 있다. 하지만 저자는 익명(匿名) 대신 작명(作名) 센스를 발휘했다. 행복하고 건



항상 배우고 웃어야 행복해져

'더먼 여성 집단'이라 부른다. 스탠 퍼드대 천재 연구(더먼 연구)의 협조를 받아 연구대상자 672명 중 여성 90명을 선정했다. 90명은 모두 IQ 140 이상으로 캘리포니아 도시 지역의 학생으로 구성됐다.

연구결과 행복의 조건을 7가지로 요약했다. 가장 으뜸은, 고난에 대처하는 자세 즉, 성숙한 방어기제이다. 그리고 이것을 뒷받침하는 것은 47세 무렵까지 형성돼 있는 인간관계였다. 두 번째는 평생교육을 의미하는 교육연수(年數)로 나타났다. 평생 독서하고 연구하고 생각하는 사람의 행복감이 여타 그렇지 않은 대상보다 훨씬 높게 조사됐다. 세 번째는 안정된 결혼생활이다. 네 번째는 45세 이전 금연, 이어 알코올 중독 경향이 없으면서 적당한 음주, 규칙적인 운동, 적당한 체중 등이 행복의 조건으로 꼽혔다.

50세를 기준으로, 7가지 조건 중 5~6가지를 갖춘 106명 중 50%가

강한 삶과 불행하고 병약한 삶을 대조할 때는 리처드 럭키(lucky)와 알프레드 페인(pain)이 등장한다. 70대에 도 창조적이고 열정적인 삶을 제시할 때는, 19세에 미술관을 설계한 유명 건축가 프랭크 로이드 라이트가 연상되는 '프랭크' 라이트, 자선(慈善)의 표본으로는 헬렌 켈러를 연상시키는 '엘렌' 켈러가 나타난다.

끊임없이 배우고, 유머를 즐기며, 친구를 사귀는다면, 그리고 겸연하고 술을 즐기는 동시에 일찍 귀가해 가족들 얼굴을 한 번 더 본다면, 그 사람은 행복할 수 있다. 고리타분한 훈계가 아니라 수많은 사람들을 평생도록 밀착 조사하고, 통찰한 결론이라고 베일런트는 강조한다.

행복의 조건 | 조지 베일런트 지음 | 이덕남 옮김 | 프런티어 펴냄 | 1만7100원

진정화

송강 스님 편역 '금강경'

한순에 집힐 정도로 작고 간편해 언제 어디서든 독송할 수 있는 수지 독송본 <금강경>이 나왔다. <세상을 밝히는 보석 금강경>은 불교 방송 자비의 전화를 진행하는 송강 스님(서울 개화사 주지)이 구마라지의 한역

본을 저본으로 조계종 소의경전인 <금강경>을 펴낸 것이다.

일반 대중들을 위해 한문과 한글을 나란히 배치했으며, 각 페이지마다 각주를 달고 번역을 함께해 쉽게 이해할 수 있도록 구성했다.

세상을 밝히는 보석 금강경 | 송강 편역 | 도반 펴냄 | 9500원

이해하고 기도하세요

보경 스님 '약찬계' 강의 내용 담은 '기도하는 즐거움'

한 총각이 부모를 잃고 남의 집에서 머슴살이를 하며 살다가 7년이 지나 그동안의 품삯을 받고 나왔다. 나이 서른이 다 되도록 장가도 못한 처지가 처량해 총각은 품삯을 들고 장님에게 짐을 치러 갔다. 총각은 품삯 모두를 복채로 냈는데 집쟁이는 고작 '대방광불화엄경(大方廣佛華嚴經)' 글자를 써주며 '밤낮으로 외우시오!'라고 말했다.

품삯을 모두 낚했다고 생각한 총각은 그만 분통이 터져 미쳐버렸다. 그리고는 사방을 돌아다니며 '대방광불화엄경! 대방광불화엄경!'하고 열불만 했다. 하루는 바위에서 외우다 잠이 들었는데 견장한 남자가 오더니 '전생에 탐심이 많아 뱀의 몸을 받아 수백년을 살았다. 뱀이 되어서도 도량 바닥의 금덩이가 가까이 떠나지 못하고 있었다. 그대가 '대방광불화엄경'을 외는 소리를 듣고 마음의 문을 열고 천상으로 가게 됐다'고 말했다. 잠에서 깬 총각은 꿈에서 본 대로 그 냥가로 갔다. 그곳에서 금을 발견한 청년은 이후 정신도 돌아오고 행복하게 잘 살았다.

염불로 총각의 신세가 달라진 일화이다. 혹자는 염불수행을 하다가 수행으로 치부해버리기도 한다. 하지만 서울 법원사 보경 스님(사진은 '모든 경전의 제목을 외우는 것만으로도 훌륭한 기도' 된다. 경전의 한 구절 한 구절은 우리가 상상할 수 없는 불가사의한 힘이 담겨있다'고 말했다.

진리에 눈을 뜬 성현들의 가르침은 어떤 면에서는 동일한 듯하고 어떤 면에서는 이질적이다. 스님은 '종교나 사상이 생겨난 지리·문화적 배경에 하나의 해답이 있고 문화적 배경의 핵심은 '먹고 사는 문제'에서 출발한다. 서로 이것을 이해하면 더불어 사는 좋은 사회가 될 것'이라고 강조했다.

이와 같이 불교를 포함한 대다수의 종교의 시작은 그 궁극의 경지가 '깨달음' 또는 '구원'이라 할지라도 '먹고 사는 문제', 즉 자기 위안과 공덕의 성취를 바라는 경우로 시작하는 경우가 많다.

이러한 계기로 기독교에서는 '주기도문'을 외우고 인도에서는 '만트라' 진언을 반복해 외우기도 한다. 불교도 마찬가지이다. '관세음보살' '나무아미타불' 같은 불보살들의 명호부터 '신묘장구대다라니' '능엄진주' 등 다라니, <대방광불화엄경> <나무보살화엄경> 같은 경전의 제목을 반복해 외우는 기도 방식들이 애용된다. 그 중에서도 부처님이 깨달음을 얻은 이후 가장 먼저 설한 법인 <화엄경-약찬계> 기도는 불자들에게 많이 암송된다.

<화엄경>은 모두 80권 39품 10만 개송 240만자로 그 양이 방대하다. 이를 용수보살이 770자 110구로 요약 정리한 게송이 <약찬계>이다. 일정한 운율이 있어 대다수의 불자들에게 사랑을 받으며 암송되고 있지만 그 내용을 제대로 알지 못하는 이가 많다.

보경 스님은 '신도들이 <약찬계>를 무작정 독송하기 보다는 한 음절 한 음절에 담긴 뜻을 알고 기도하는 것이 수행생활에 도움이 될 것'이라고 생각해 강의를 시작했다'고 말했다. 스님은 매달 법회 때마다 <약찬계>를 알기 쉽게 다양한 예화를 들어 강의했고 이를 엮어 <기도하는 즐거움>으로 펴냈다.

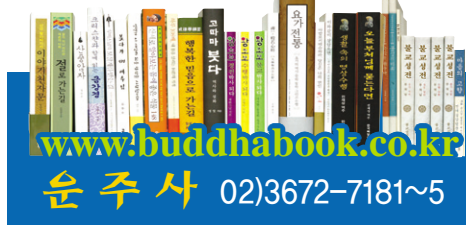


기도하는 즐거움 | 보경 지음 | 불교시대사 펴냄 | 1만3000원

금주의 베스트 불서 10

Table with 4 columns: 순위 (Rank), 도서명 (Book Title), 저자 (Author), 출판사 (Publisher). Lists top 10 Buddhist books for the week.

*불서출판 윤주사 제공 (02)3672-7181



www.buddhabook.co.kr 윤주사 02)3672-7181~5

가르침은 여럿이나 진리는 하나

제자 박영호가 풀어쓴 '다석 마지막 강의'

최근 한 목사가 불교비하 발언을 했다. 또, 한 초등학교 교사는 개신교 이외의 다른 종교를 믿는 학생들에게 불이익을 주어 논란을 일으키기도 했다. 타종교에 배타적인 행동을 보이며 종교편향 발언을 하는 기사들을 접하는 것은 어렵지 않다. 이런 기사를 볼 때마다 드는 생각이 있다. 과연 그들이 존경하고 따르는 예수가 정말로 그렇게 타종교인을 배척하라고 가르쳤을까? 절대 아니다.

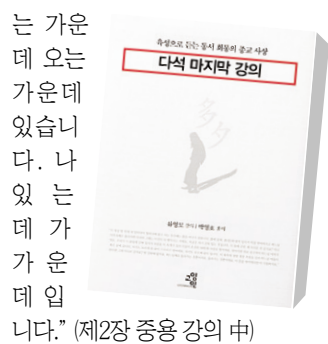
이 같은 현상이 나타나는 이유는 타종교에 대한 물이해와 성경을 원문 그대로 해석하는 데서 나온 결과라 할 수 있다. 비교종교학자도 강남 교수(캐나다 리자이나대)도 그의 저서 <도마복음>을 통해 '어떤 종교이든지 간에 문자 그대로 해석하기보다는 문자 속에 담긴 의미를 파악해야 한다'고 강조하며 기독교, 불교, 노장사상, 양명학에서 공통분모를 찾으려 했다.

이번에 출간된 <다석 마지막 강의>도 <도마복음>처럼 타종교의 이해를 돕고 서로의 믿음을 존중하는데 도움이 되는 책이다.

이 책은 다석 류영모(1890~1981)의 육성을 녹음한 테이프를 글로 옮기고 류영모의 직제자 박영호가 풀었다. 일평생 삶과 죽음을 궁구하며 진리를 좇은 대대사가가 들려주는 간결하고 명료한 진 속에서 다석 사상의 핵심을 만날 수 있다. 책은 류영모가 81세 되던 1971년 광주에서 수녀·수사에 게 <맹자> <사도신경> <불현경> 부터 요가까지 종교의 경계를 넘나들며 강의한 것을 담았다.

책에서 류영모는 불교 경전을 비롯해 <맹자> <중용> <주역> <구·신약 성경>을 두루 아우르며 '가르침은 여럿이지만 진리는 하나'임을 보여주는 일문일답(一問多答)의 사상을 펼친다. 류영모는 '예수와 석가는 신앙의 대상이 아니라 우리가 본받을 스승'이라며 '하느님이 주시는 생령인 영(靈)을 공자는 덕(德)이라 하고, 석가는 법(法)이라 하고 노자는 도(道)라 하고 예수는 열(靈)이라고 한 것이 다를 뿐이다. 이틀만 다를 뿐 실체는 똑같다'고 강조했다.

'가는 게 없으면 오는 게 없어요. 오는 건 가려고 옵니다. 가는 건 오히려 오는 거예요. 그래서 그중 가운데는 가고 오는 가운데니까, 가



는 가운데 오는 가운데 있습니다. 나 있는 데가운데입니다.' (제2장 중용 강의의 류영모의 강의는 알아듣기 어렵기로 정평이 나 있다. 그의 높은 깨달음으로 형이상학의 깊이가 오히려 고차원의 언어유희로 표현이 절묘해 알아듣기 이만저만 어렵지 않다.

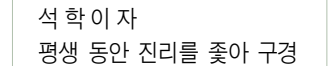
그래서 류영모의 직제자 박영호가 스승의 입말을 최대한 살려 이해를 돕도록 풀어냈다. 박영호는 '일생 동안 다석 사상을 더불어 살아오면서 기쁨과 보람을 얻었기 때문이기도 하지만 그보다 하느님과 함께 그리고 예수, 석가, 노자, 공자 등 여러 성현과 함께 할 수 있는 것이 그렇게 즐거울 수가 없다'며 '이 책에서 우리는 인류 역사상 예수와 석가처럼 큰 깨달음에 이른 몇 사람만이 낫던 독창적인 '제소리'를 들을 수 있다'고 말한다.

다석 마지막 강의 | 류영모 강의 | 박영호 풀이 | 교양인 펴냄 | 2만2000원

이어나는 기사

다석 류영모(1890~1981)

다석 류영모는 불경, 성경, 동양철학, 서양철학에 두루 능통했던 대 석학이자 평생 동안 진리를 좇아 구경각(究經覺)에 이른 우리나라의 큰 사상가였다. 그는 우리 말과 글로써 철학을 한 최초의 사상가였으며, 기독교를 줄기로 삼아 모든 종교와 사상을 하나로 꿰는 한국적이면서 세계적인 사상 체계를 세웠다. 그는 2008년 7월 아시아 최초로 한국에서 열린 '세계철학대회'에서 함석헌과 함께 한국을 대표하는 철학자로 소개된 바 있다.



Advertisement for Zen Paradise featuring a portrait of a man and text about Zen teachings and books.

Advertisement for Hanok Gyeongju (한국고건축) featuring a portrait of a woman and text about traditional Korean architecture.

Advertisement for Hwangbo Maesil Nongchuk Aek (황보매실농축액) featuring images of the product and text about its health benefits.

Advertisement for Bulgama Gold featuring images of the product and text about its benefits for health and vitality.