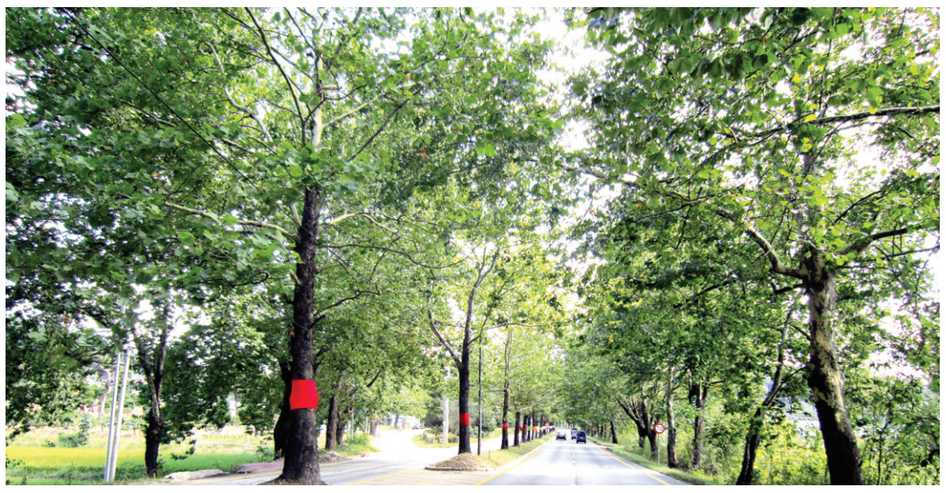
말 없는 숲이 간직한 이야기들

숲에는 갈등이 없다
이우상 지음
아름다운 인연 펴냄
1만4천8백원

"현대 불교사의 큰 스승 성철 스님은 열반송에서, 당신이 이승에서 지은 죄업이 수미산에 넘친다고 했다. 평생 남녀의 무리를 속이고 억지를 부린 일을 큰 죄업이라 여겨 참회한 것이다. 나무도 수명을 다하면 고사목이 된다. 지반의 영양부족, 기후변화, 태풍, 낙뢰, 해충의 침입 등에 의해 고사목이 되는 경우가 많고 사람에 의한 벌채도 원인이다. 나무는 태어난 자리에서 수백 년, 천여 세월과 풍파를 온몸으로 맞다가 열반송 한 줄 남기지 않고 조용히 열반한다. 고사목을 보면 숙연해진다. 번뇌의 흔적인 양 잎사귀와 껍질을 서서히 벗고 앙상한 등뼈만으로 여전히 꼿꼿이 서 있다. 매장, 화장, 조장도 아닌 비바람에 몸을 맡긴 채 선 채로 적멸을 향해 간다." 책은 숲을 이루고 있는 나무와 식물에 얽힌 이야기 모음이다.

1부 '이야기 숲'에서는 나무에 얽힌 전설이나 에피소드를 담았다. 고사목, 싸리나무, 불두화, 달맞이꽃, 산벚나무…. 숲 속의 이야기가 숲을 이룬다. "싸리나무는 과거 우리 생활과 밀접한 나무였다. 사립문은 사리로 엮어 만든 문이다. 나지막하게, 경계하지 않게 만든 문이다. 거부가 아니라 그냥 밀고 들어가면 된다." 조선 숙종 때다. 어사 박문수는 암행 중에 첩첩산중에서 길을 잃고 헤매다 들어간 초가집에서 처음 본 여인이게 회초리로 매를 맞는다. "여보시



플라타너스는 '하늘로부터 받은 은혜=천재'라는 나무 말이 있으며, 꽃말은 '용서와 휴식'이다.

오, 선비님! 일어나 앉으시오. 사정이 딱해서 재워드린 것인데 얌전하게 잠이나 자고 갈 것이지, 선비의 체통과 삼강오륜을 져버리고 유부녀를 농락하려 들다니! 그대로 넘어갈 수 없는 일이니 냉큼 밖에 나가 싸리회초리를 해오시오!" 싸리나무 회초리로 매를 맞아 본 사람은 안다. 회초리의 위엄과 효과를. 예전엔 아이가 잘못을 저지르면 선생님과 부모는 회초리를 만들어 오라고 했다. 아이들은 사립문을 나서서 자신이 지은 잘못을 생각하며 알맞은 굵기의 싸리가지를 꺾어갔다. 물론 가늘고 약한 걸로 꺾어갔다. 그러나 훈육의 효과는 거기서 성공했고, 끝났다. '회초리'의 이유와 가치는 그랬다. 그 회초리는 다름 아닌 우리 곁에 흔하게 있었던 싸리나무였던 것이다. 책이 이야기 하는 '숲'은 단순히 숲을 얘기하는 것이 아니다. 나무, 꽃, 식물은 저마다의 의미와 사연을 갖고 있고, 각자의 삶을 살고 있다고 말한다. 그리고 2부 '나를 비우는 숲'과 3부 '아낌없는 숲'에서는 현대사회의 세태에 대한 시각을 나무와 숲 식물을 통해 바라보고, 나무와 숲이 우리 인간에게 큰 도움을 주고 있으며, 인간은 나무와 숲을 통해 얼마나 많은 혜택을 누리고 있는지를 말한다.

'갈등'의 어원은 숲
정작 숲에는 갈등 없어

'갈등(葛藤)'은 한자어 그대로 '칡과 등나무'를 뜻하는 말이다. 칡 갈자와 등나무 등자다. 칡과 등나무는 줄기가 서로 얽혀 자라는 특성이 있다. 정확하게 관찰해보면 칡 줄기는 왼쪽에서 오른쪽으로 감아 올라가고, 등나무 줄기는 오른쪽에서 왼쪽으로 감아 올라간다. 즉 '갈'은 '등'을 감고, '등'은 '갈'을 감아올린다. 이처럼 '칡과 등나무'가 서로 얽히듯이 까다롭게 뒤엉켜 있는 상태를 나타내는 말이 '갈등'이다. 따라서 두 식물은 아무리 길게 뻗어 가도 화합해 만날 수가 없다. '갈등'의 어원은 이 같이 두 나무줄기의 속성에서 비롯됐다. 칡과 등나무가 서로 까다롭게 얽혀 있으면 그 둘을 떼어놓기가 매우 어렵다. 그러한 이유에서 '갈등'은 일이나 인간관계가 까다롭게 뒤얽혀 어려운 상태 또는 개인의 내부에서 서로 반대되는 생각이 충돌하는 상황을 가리키는 말로 쓰인다. 책 제목에 걸린 '갈등'은 숲에서 온 것이다.

저자는 이 책을 통해 자연의 소중함, 생태의 가치만을 담은 것이 아니라 자연과 어울려 살아가야 하는 인간들의 잘못된 세태를 꼬집으면서 숲과 갈등을 얘기한다. 나무와 식물은 제각각의 인간을, 숲은 인간들이 모여 사는 사회를 내포한다. 저자의 말처럼 숲이든 인간 세상이든 갈등은 무서운 존재다. 무리를 해체시키고, 개인을 파괴한다. 하지만 정작 숲에는 갈등이 얽혀 자라지 않는다. 이는 인간 세상도 마찬가지다. 갈등은 개개인의 욕망이나 욕구에서 시작한다. 인간의 이기심, 시기심에서 갈등이 싹튼다. 정작 '갈등'의 어원인 숲에는 갈등이 없는데 말이다. 저자는 나무와 식물들이 얽혀 사는 숲속 이야기를 다양한 종류의 나무와 식물들을 찾아내고 관찰했다. 생생한 사진 자료를 첨부해 이해를 돕고 있다. 숲과 어울린 사진을 비롯하여 근접 촬영한 사진 등 책에 수록된 나무의 모든 사진을 보면 실제로 나무를 구별할 수 있을 정도다. 기품과 품위가 넘치는 나무의 위상을 세밀히 관찰하여 사진에 담았다. 책을 펼치면 다양한 나무와 꽃, 식물들로 어우러진 숲을 걷게 될 것이다.

박재완 기자 wanihollo@hyunbul.com

가난한 사람을 돕는 것이 '투자'

회전목마 위의 서민경제

아이크 정 · 안형렬 지음 | 한메소프트 펴냄 | 1만5천원

미국 '월가'를 비판하며 한국 경제를 돌아본 교양 경제학이다. 무지막지한 경쟁에 내몰린 서민경제 보호가 절실한 시점에서 이 책은 간단한 처방전을 내려 개인과 가정, 그리고 국가를 치유하는 비책을 제시한다.

세상은 점점 더 글로벌화 되고 개인화 되는 추세다. 오늘날 대부분의 사람들은 전 세계의 유가와 금 시세 및 환율에 민감하게 반응한다. 세계 경제와 비즈니스의 중심이라는 월스트리트의 영향력은 갈수록 커져가고 뉴욕증권거래소의 시황이 국내 증권가의 개미군단들에게도 민감하게 영향을 미치고 있다. 오늘날의 경제계는 이처럼 자연의 생태계처럼 돌아간다. 이제 정치, 경제, 사회가 하나의 커다란 먹이사슬로 엮여 복잡하게 연계되어 살아 숨 쉬는 세상이다. 요즘의 한국 경제는 초저이자율 시대, 서민물가는 하늘 모르게 치솟고 있다. 부모들은 부동산 및 펀드에 열광하고, 자식들은 취업난에 시달리고, 계층 간의 갈등은 더욱 더 깊어가고 있다. 두 저자는 "정신 못 차리면 한국경제의 몰락은 시간문제다"고 말한다. 책은 한국 경제가 상대해야 하는 국가와 집단들의 성격을 보다 명확히 파악함으로써, 지금부터 우리 서민들의 삶이 조금이라도 개선되고 향상되어, 홍수처럼 밀려드는 잘못된 정보에 휩쓸리지 않고, 보다 현명한 삶을 살 수 있다고 말한다.

저자 아이크 정은 미국에서 활동하는 국제금융인으로, 한국의 대기업 종합상사를 시작으로, 엔지니어링회사, 무역회사 및 화학회사를 운영했다. 미국으로 건너가 미국의 중공업분야를 대상으로 프로젝트 파이낸싱, 기업인수 합병, 주식시장 상장분야에서 활동하고 있다.

저자 안형렬(安炯烈)은 한메소프트에서 재직하면서 IT분야의 영업, 마케팅, 유통 및 다방면에서 다양한 업무 경험을 통하여 벤처경영의 어려움을 몸소 체험하고, 창업경제신문 투데이의 발행인 겸 대표이사로서 10여 년째 전문벤처창업가로 활동하고 있다.

두 저자는 책을 통해 경제란 하나의 객체가 아니라 우리의 생활과 삶에 깊숙이 연결되어 있음을 이야기 한다. 더하여, 요즘 한국사회의 키워드는 단연코, 복지이자 반재벌로 상징되는 경제 자유주의인 요즘, 두 저자의 재벌에 대한 시각과 인식은 참으로 탁월해 보인다. 부자를 돕는 것을 '투자'라고 하고, 가난한 사람들을 돕는 것을 '비용'이라 칭하는 것을 거부하는 두 저자는 이런 사고의 차이가 정책이 출발하는 시발점이 되다보니 사회적인 불균형을 바로잡기 힘들다고 말한다. 역으로 부자를 돕는 것을 사회적인 비용이라 하고, 가난한 사람을 돕는 것을 투자라고 생각하기를 요구하는 도발적인 요구를 한다. 이렇듯 책은 시민을 위한 지침서다.

박재완 기자

금주의 베스트 불서 10

8/29~9/4

순위	도서명	저 자	출판사
1	멈추면 비로소 보이는 것들	혜민	쌤앤파커스
2	깨달음	법륜	정토출판
3	스님의 주례사	법륜	휴
4	달팽이가 느려도 늦지 않다	정목	공감
5	21세기 붓다의 메시지	만덕, 만현	현지궁현지사
6	산사는 깊다	지안	불광출판사
7	우리가 모르고 쓰는 생활 속 불교용어	방경일	운주사
8	자기치유(YOUNG OLD와 함께하는 몸과 마음 이야기)	조순희	정우서적
9	마음을 천천히 쓰는 법	주경	마음의숲
10	마음 닦기 일곱 가지 핵심 비결	달고 켄쩨 린포체	여래

※불서총판 운주사 제공

www.buddhabook.co.kr
운주사 (02) 3672-7181

청소년의 '우울' 함께 극복하기

우울을 넘어서

LISA M. SCHAB 지음 | 고진하 · 인경 스님 옮김
명상상담연구원 펴냄

청소년 상담사 등을 위한 〈위기의 청소년을 돕는 워크북〉 제4권이다. 청소년을 대상으로 한 '우울 극복' 워크북이다. 우울감이 약하거나 강하거나, 장기간이거나 단기간이거나, 유전적이거나 상황별이거나에 상관없이 지속적으로 실천하면 도움이 될 만한 연습을 소개하고 있다. 우울을 극복하는 자신만의 방법을 찾아 그를 잘 다루어나가도록 인도한다.

많은 사람들이 살면서 우울을 경험하지만, 청소년기에 일어나는 엄청난 신체적, 정서적, 정신적 변화는 청소년들이 혼란스러운 느낌과 슬픔에 더 쉽게 감염되게 만든다. 즉 우울에 감염되기 쉬워진다는 것이다. 때문에 상담사나 청소년을 돕고자 하는 사람들은 우울이 어떻게 시작되었는지 일상생활을 점검하고 행복해지기 위해 우울을 다루는 법을 배워서 청소년에게 가르쳐야 한다는 것이다.

책에서 소개하는 연습은 다른 치료를 대신하는 것이 아니라 보조적인 수단이다. 그러므로 상담을 받거나 우울증 약을 먹어도 된다. 우울감을 다루는 것은 수업을 받거나 새로운 어떤 것을 배우는 것과 비슷한 일이라는 걸 기억해야한다. 책은 청소년들의 우울을 진단하고 우울을 넘어서는 방법을 제시하고 있다. 사람이 제각각 다르고, 조금씩 다른 방법으로 치유되기 때문에 여기에는 여러 가지 방법들이 소개되어 있다. 그 중에서 자신에게 맞는 치료법을 찾아내는 일은 독자의 몫이다. 저자는 "이 책으로 작업해 나가는 것은 자기 자신을 위해 좋은 일을 하고 있는 겁니다. 건강하게 자신의 감정을 다루고 자신을 돌보는 방법을 배우고 있는 거니까요."라고 말한다. 그리고 우리가 신발 끈을 묶는 법이나 읽기, 쓰기를 배워온 것처럼 우울을 다루는 법도 배울 수 있다고 말한다. 또한 우울에 대해 많이 이해할수록 극복하는 방법도 더 많이 알게 되고, 이런 기분을 다루거나 없애버리는 것도 쉬워진다고 말한다. 책에 실린 연습활동들이 도움을 줄 것이다. 책은 총 40개의 활동을 통해 우울을 넘어서는 연습을 할 수 있도록 했다. "많은 사람들은 자신의 내면에 영적 힘이 존재한다고 믿고 있습니다. 이런 믿음을 가지면 문제에 대한 걱정을 내려놓고 힘든 상황을 견디는 데 도움이 될 수 있습니다. 자신이 믿는 영적 힘이 평화와 힘을 발견하도록 도와주기도 합니다. 만약 여러분이 영적 존재에 대한 믿음을 가지고 있다면 우울감을 줄이는 데 도움이 될 수 있습니다."

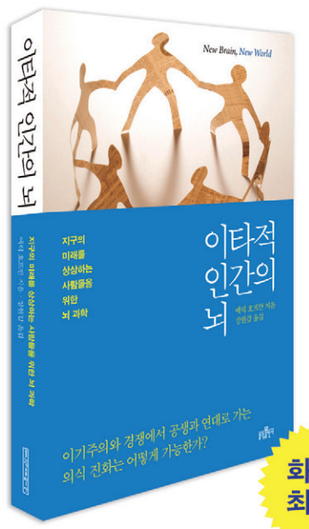
'활동10, 종교적 믿음에서 도움받기'에서는 자신이 영적인 능력을 갖고 있다고 믿는다면 우울감을 줄이는데 다음과 같은 방법으로 그 힘을 이용할 수 있다고 말한다. '어려운 문제들을 해결할 때 정신적으로 의지하기. 좋은 결과가 있을 것이라고 믿기. 기도나 명상을 통해 걱정 덜기 등'이다. 40개의 각 '활동'에는 '활동하기' 코너와 '한 걸음 더' 코너를 만들어 구체적이고 실전적인 연습을 할 수 있도록 했다.

청소년 문제에 관심을 가지고 '위기의 청소년을 돕는 워크북' 시리즈를 펴낸 명상상담연구원은 청소년의 우울을 예방하고 치료하기 위한 명상과 영성을 지도할 수 있는 전문가 양성이 필요하다고 말했다.

박재완 기자

270자 안에 든 공(空)의 도리를
유가와 도가의 핵심 사상까지 아울러
세상에 던지고 홀연히 사라졌던
무구자 도인 !
그리고
우리 시대 최고의 선승 중 한 명인
한암대원 선사의
활달자재한 강설 !
한암대원 선사 강설
456면 | 22,000원
무구자 도인 주해
반야심경

송계도인松溪道人 무구자無垢子라는 분이 있었습니다. 일정한 거주지도 없고 홀연히 나타나서 무엇인가 외우곤 하는데 어느 스님이 들어 보니 어떤 것은 알아듣겠고 어느 부분은 잘 알아들을 수 없었다고 합니다.
그래서 인사를 하고 물어 보았습니다. "말씀하시는 것이 무엇입니까?" "『반야심경』을 주해註解한 것입니다. 인도에서 전해 내려오는 것인데 희귀한 것이니 한 번 보십시오."
그래서 그것을 받아 훑어보니 좋은 말씀이어서 속장경續藏經에 실었다고 합니다.
불광출판사 Tel. (02)420-3200 Fax. (02)420-3400 www.bulkwang.co.kr @bulkwang_c www.facebook.com / bulkwang


지구의 미래를
상상하는
사람들을 위한
뇌 과학
이타적 인간의 뇌
에릭 호프만 지음
장현갑 옮김
272면 | 15,000원
화제의 최신간
현대 문명의 위기는
근본적으로 뇌의 위기다!
생태계 파괴, 빈부격차 확대, 공격적 성향의 극대화……
현대 문명의 위기가 인간의 이기주의에서 왔다고 진단한 저자는
우리 뇌에서 희망의 근거를 발견했다.
좌반구와 우반구의 균형이 회복되고 전두엽이 고도로 활성화되면
세계에는 어떤 일이 일어날까?
뇌와 인간 의식, 그리고 세계의 관계에 관한 40년 연구를 총망라한 이 책에는,
지구를 사랑하는 한 가슴 뜨거운 과학자의 열정이 녹아 있다.