

# 늘 '미래'인 어린이 마음에 부처님 지도를...



**나도 부처님 될래요!**  
 -위대한 진리의 영웅, 석가모니 부처님의 일대기  
 홍사성 글 · 엄수지 그림  
 불교시대사 펴냄  
 1만원

아주 먼 옛날 선혜(수메다)라는 수행자가 있었습니다. 그는 모든 사람을 행복하게 하려는 큰 서원을 세우고 몸과 마음을 바르게 닦았습니다. 어느 날, 디뎡카라 부처님(정광여래 · 연등불)이 마을에 오셨습니다. 선혜는 부처님께 연꽃을 바쳤습니다. 그리고 존경하는 디뎡카라 부처님이 진흙 위로 걸어가는 것을 보고, 얼른 옷을 깔았습니다. 진흙이 다 가려지지 않자 머리를 풀어 덮었습니다. 디뎡카라 부처님이 선혜에게 말씀하셨습니다. "착하구나! 선혜야, 너는 반드시 세상에 부처님이 되어 모든 사람을 행복하게 하리라." 그리고 부처님이 세상에 오셨다. 석가모니 부처님이다. 부처님의 생애는 그렇게 시작됐다.

이 책은 어린이들에게 부처님 부처님의 가르침을 쉽고 재미있게 알려주기 위한 어린이법회용 교재다. 책은 부처님의 전생으로부터 시작되는 부처님 일대기를 12개월 52주 동안 한 주에 한 단원씩 공부할 수 있도록 구성했다. 첫 째 달은 전생과 탄생, 둘째 달은 어린 시절, 셋째 달은 출가, 넷째 달은 고행, 다섯째 달부터 마지막 달까지는 설법으로 전도 및 교화하시는 내용이다.

부처님(석가모니 부처님)이 이 세상에 오시기 전, 디뎡카라 부처님으로부터 수기를 받는 것으로 시작

해서 부처님이 열반하실 때까지 생의 중요한 대목들을 요약해 어린이들이 이해하기 쉽고 기억하기 쉽게 구성했다.

단원이 끝날 때마다 '내용 익히기'를 통해 각 단원의 핵심을 복습할 수 있게 했고, 생활 속에서 실천해야 할 일들을 제



책은 우리 불교의 미래가 걸린 어린이 표교를 돕고 어린이 법회 활성화를 위해 출간됐다. 조계종 포교원장 지원 스님은 추천의 글에서 "부처님의 가르침은 사막을 건너는데 꼭 필요한 지도와 나침반 같습니다. 부처님의 가르침을 받고 수행하고 실천하면 누구든 원하는 목적지에 도달할 수 있습니다. 부처님의 가르침은 어려서 부터 배워야

하며 우리에게 무엇을 가르쳤는지도 알게 될 것입니다. 이 책으로 공부한 모든 어린이들이 부처님처럼 훌륭한 사람이 되기를 바랍니다."며 출간의 의미를 해석했다.

책은 부처님의 열반으로 끝난다. 어린이는 불교의 미래일 뿐만 아니라 모든 인류의 미래다. '어린이'는 늘 '미래'인 것이다. 책은 우리의 미래가 걸린 어린이들이 가는 길에 등불이 되고자 마련됐다.

아울러 책은 어린이뿐만 아니라 불교에 처음 입문한 초심자들을 비롯해 모든 불자들에게도 좋은 책이다. 핵심 위주로 일목요연하게 정리되어 있어 읽기의 기회와 점검의 기회를 준다. 부처님 열반 후 수없이 많은 경전들이 만들어져 전해온다. (나도 부처님 될래요!) 역시 '경전'이다.

박재원 기자 waniholl@hyunbul.com

## 카메라로 보는 세상, 나

### 카메라로 명상하기

임민수 지음 | 송미옥 사진 | 비움과 소통 펴냄 | 1만4천원



"사진 한 장을 찍습니다. 그리고 멈춰 서서 생각합니다. '나는 조금 전, 왜 사진을 찍었는가?' 어떤 행위 중에 있는 나의 생각을 파악하기란 쉽지 않습니다. 그러나 바라본 것에 대한 시각적인 증거를 제공하는 사진을 통해서 어느 정도 가능합니다. 사진 찍기를 하는 나를 잠깐 멈추고, 찍은 사진을 통해 나의 행위를 살필 수 있습니다. 카메라를 손에 든 채, 눈앞에 펼쳐진 것과 사진으로 찍힌 것의 차이를 확인하고, 눈으로 볼 때는 보이지 않았던 것이 무엇인지 확인하는 과정을 통해 그것이 가능합니다."

책은 사진가인 저자가 '사진'이란 작업을 통해 얻어진 사색과 성찰의 순간들을 깊이 있게 정리한 것으로, '카메라 명상법' 또는 '사진으로 하는 명상법'이다. 카메라를 성찰의 도구로 활용, 다른 사람의 눈으로 중계된 것이 아니라 자신의 눈으로 있는 그대로의 세상과 나를 다시 보는 방법을 안내한다. 사진을 찍는 과정에서 어떤 일이 벌어지고, 어떤 일을 겪지 않을 수 없으며, 어떤 상태

### 카메라를 성찰의 도구로 활용

### '사진찍기로 선문답하기' 등 소개

가 될 수 있는지에 대해, 그리고 사진을 찍으면서 너무나 당연하다고 생각해서 거들떠보지 않았던 것들에 대해 말한다. 간결한 글과 사진들이 사색을 시작하게 하고, 저자가 사진을 찍으면서 실천한 명상의 방법들이 '카메라로 명상하기'의 구체적인 안내를 해준다.

"한 사람이 말을 합니다. 다른 한 사람이 그 말을 듣습니다. 두 사람 사이에는 말이 있습니다. '말하는 사람-말-듣는 사람' 두 사람이 주고받은 이 말은, 말한 사람이 주인일까요, 들은 사람이 주인일까요? (중략) 두 사람이 사진 찍기를 통해 대화를 시도합니다. 한 대의 카메라만을 이용해서 사진 찍기를 하는 것입니다.(후략)"

카메라 명상은 소수의 훈련된 사진가나 전문 사진가들을 위한 것이 아니다. 카메라를 손에 들고 천천히 걷는 것만으로 누구나 쉽게 할 수 있다는 것이 카메라 명상의 장점이다. 저자는 "카메라 명상을 통해 사소해 보이는 일상에서 우주를 발견하고 내 속의 부처가 있음을, 다른 사람의 말이 아니라 내 몸의 경험을 통해 직접 깨달을 수 있다."고 밝히면서 '무방비 상태로 사진 찍기'를 비롯해 '사진 찍기로 선문답하기', '노파인(따인더를 보지 않고 촬영하는 기법)로 사진 찍기', '사진 속 내 사진 들여다보기', '찍은 사진보고 글 쓰기', '암실에서 현상한 자화상', '흑백사진 그림책', '리얼 월드에서 바라본 매트릭스', '미래에 바라본 현대의 문화' 등 구체적인 카메라 명상법을 소개한다.

박재원 기자

## 금주의 베스트 불서 10

순위	도서명	저자	출판사
1	21세기 붓다의 메시지	만덕, 만현	현자공현자사
2	스님의 주례사	법륜	휴
3	뒤는 마음 밝은 마음(개정증보판)	김재용	웅화
4	멈추면 비로소 보이는 것들	해민	생연마커스
5	깨달음	법륜	정토출판
6	지금 당장	도법	다산초당
7	허공을 타파하여 마음을 밝히다	선화상인	불광출판사
8	염불수행대전	주세규	비움과소통
9	지혜로운 삶 (신심경 강설)	우학	홍은인연
10	한국고대정도신앙연구	현송	운주사

www.unjusa.com  
 운주사 (02)3672-7181

## 힐링, 이제 만다라로

### 만다라 미술치료 워크북 -김영옥의 이야기가 있는 미술치료기법

김영옥 지음 | 비움과 소통 펴냄 | 1만4천원



보기만 해도 치유를 일으키고 스스로 감정이 정화되는 그림은 없을까? 많은 시간을 투자하지 않고도 반복적으로 보는 것만으로 보는 순간 마음을 다스릴 수 있는 좋은 방법은 없을까? 좋은 책들을 읽고 음미하거나 좋은 그림을 보러 미술관에 들릴 수 없는 현대인들은 또 어떻게 해야 하나? 특히, 우리 청소년들이 직면한 학교폭력과 게임중독은 어떻게 풀 것인가? 이러한 고민들에 대한 해답을 줄 수 있는, 기존에 볼 수 없었던 새로운 만다라 미술치료 워크북이다. 저자인 김영옥(‘마음자리 그림 숲힐링센터’ 원장)은 다섯 차례의 만다라 개인전과 미술치료 임상경험을 바탕으로 한 《김영옥의 이야기가 있는 미술치료기법》을 출간한 바 있다.

인도의 고대 언어인 산스크리트어로 만다라는

‘안전한 세계’ 또는 ‘치유능력을 가진 원 모양’을 뜻한다. 불교에서는 만다라가 인간과 우주의 전체성을 상징한다고 본다. 만다라를 통해 불교적 우주관을 시각적으로 표현하고 불교의 보살들과 신들의 세계 그리고 그 구조를 신비로운 도형과 세상의 5가지 존재 요소인 땅, 물, 불, 바람, 하늘을 상징하는 5색 백, 청, 황, 적, 녹을 사용하여 기하학적인 형태로 표현한 것이다. 수행자들은 만다라를 깨달음을 얻기 위한 명상의 수단으로 사용해 오고 있다. 즉, 만다라는 깨달음의 경지가 시각화된 것이다.

만다라는 종교적 의식과 관련된 축성적인 부분 그 이상을 의미한다. 만다라는 그 전체적인 발산과 재흡수의 과정 속에서 우주를 표현 한 것이다. 만다라는 세상의 본질들을 기하학적으로 형상화 하는데, 특히 그 중심점의 심오함과 중요성은 아주 오래 전부터 받아들여져 왔다. 왜냐하면 그 신비한 힘의 중심이 인간의 중심을 발견하기 때문이다. 이는 우주의 복잡함과 진화의 패러다임이 표현 된 것이다.

세계적인 심리학자 칼 구스타프 융은 서양인들에게 만다라를 소개했다. 융은 만다라의 기본적인 구조를 서양의 연금술적인 전통과 결합시켜 만다라를 재정의했다. 융은 만다라가 지니는 우주적, 영적 의미를 발견하여 만다라가 인간 내면에 주는 의미를 탐구했다. 융은 만다라를 단순히 이례적, 객관적으로 연구를 한 것이 아니라 자신 내면의 변이와 개

인적 문제를 만다라 그리기를 통해 치유한 학자다. 워크북은 기존에 해오던 회화가 아닌, 드로잉(색 보다는 선으로 묘사하는 그림)으로 더 넓고 가볍고 소통하고자 했다. 저자는 약 5년 간 명상을 통해 무의식으로 들어가 4천 장이 넘는 드로잉을 그려내고, 수작업을 통해 만다라 문양을 건져냈다. 무의식의 세계가 만다라 그림으로 펼쳐졌고, 이 드로잉에서 색채를 빼고 선을 따는 방식으로 의식화 한 것이 만다라 도안이다. 워크북에는 원형, 변형, 확장 만다라를 비롯해 새, 용, 식물, 꽃, 사람, 눈동자, 꿈 이야기, 상상의 세계 등 다양한 만다라 문양과 그 모체가 된 드로잉이 한 쌍으로 실려 있다. 완성도 높은 그림을 나열하여 마음이 풀리는 대로 느끼는 가운데 격한 감정을 이완시키는 체험을 할 수 있도록 했다. 보기만 해도 마음에 힘을 얻고 생명의 원동력이 길러지도록 했다. 이를 통해 나아졌던 마음에서 벗어나 자아가 건강해지고 스스로 자신의 문제를 해결할 수도 있다.

박재원 기자

조계종 전강 대선사님 인가제자  
 대원 문재현 선사님 저

**신간!** 달마의 일탈도 허락지 않는다  
 전문염송 21권 세계 최대의 공안집

바른 신앙과 수행의 길잡이!  
 바른 불자가 됩시다  
 현대인의 공공증을 풀어주는  
 누구나 공공한 33가지

031-534-3373

‘직지直指’는 깨달음에 대한 선행의 교과서  
 덕산스님의 안목으로 뜬 선문답의 세계

마음의 해탈을 얻은 선종 조사들(직지 상권)  
**자유인의 길 직지심경**  
 덕산 역해 | 신국판 | 흑백 | 320쪽 | 14,000원

염불선으로 풀이한 선문답의 세계까지 하면  
**영원한 행복의 길 직지심경**  
 덕산 역해 | 신국판 | 흑백 | 496쪽 | 19,500원

직지불교대학 초대학장에 취임한 덕산스님  
 본래마음을 깨닫게 하는 '직지' 정신 선양 나서

《직지심경(直指心經)》은 고려시대 백운경환(白雲景環) 선사님(公案: 화두) 위주의 선문답집이다. 과거 7불(佛)의 오도송, 석가모니불로부터 법을 받은 가섭존자로부터 28조 달마 스님까지의 계승이 들어있고, 중국 200본 선사들의 법어와 선문답, 일화가 들어있다. 3월 4일 직지불교대학에 취임한 덕산 스님(청원 혜은사 주지)이 염불선의 깨달음 체험을 바탕으로 《직지》 상권과 하권을 알기 쉽게 풀이했다.

청주 직지불교대학 070-7675-1080  
 출판 및 법공양(특별할인) 문의 02-2632-8739 | 비움과소통 buddhopia5@daum.net

**초절전형 슈퍼에너지 전기 보일러**  
 전국 사찰 300여곳 시공

지열히트펌프 냉 난방 기름값의 90% 절감  
 월난방비 40평 약 15만원(겨울철 기준)

난방모드: 겨울철 외기에 의해 자가발전 실내공기질 향상과 따뜻한 지열을 이용하여 난방  
 냉방모드: 여름철 외기에 의해 더워진 실내공기질 향상의 차가운 지열을 이용하여 냉방

태양광 발전사업 최고의 안정성 · 수익성

노후에 “연금이 따로 있나? 태양광이 연금이다!”  
 정부에서 강력하게 추진하고 있는 태양광발전소 사업은 개인에게 사업권을 부여하여 안정적 소득 창출과 향후 노후대책은 물론 지속적으로 수입을 12년 동안 보장하는 사업입니다.  
 ▶100Kw 발전 기준시 년소득 약 5,000만원 (불자우대)

내일처럼 열심히 하겠습니까 **慧峰 합장**  
 직통 011-335-6389, 대표전화 1688-5687