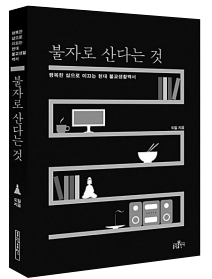


계율 방치된 시대, 불자는 어떻게 살아야 할까

불자로 산다는 것

불광 펴냄 | 도입 지음 | 1만 4천원



불교 공부에 심취해 교리에 해박하고 수행을 많이 하는 사람이 있는가 하면, 불교 집안에서 태어났거나 불교 명을 빌기 위해 습관적으로 절에 다니는 사람도 있다. 또한 부처님오신날이나 동지 같은 불교 명절에만 절에 나오는 사람도 있고, 불교의 분위기를 좋아해 심정적으로 자신을 불자

라고 여기는 경우도 있다.

그렇다면 불자답게 사는 길은 무엇일까? 그 해답은 부처님이 제정한 생활 규범인 계율에 있다.

계율을 지켜야 하는 이유는 간단하다. 부처님께서 말씀하셨다는 이유로 무조건 지켜야 하는 것이 아니라, 고통에서 벗어나 행복한 삶을 살기 위해 지키는 것이다.

불교에서는 잘못된 행위를 단절하는 것이 업을 바꾸는 길이며, 업을 바꿈으로 해서 새로운 삶을 갖게 된다고 가르친다. 나쁜 습관에서 벗어나 좋은 업을 지어 행복을 만들어가는 최선의 방법이 바로 계율을 알고 지키는 것이다. 그런데 2,600여 년 전 인도에서 만들어진 계율을 21세기 한국사

회에서 지키는 것이 가능하기는 한 걸까? 가령 사회생활을 하며 철저히 자신의 의지대로 육식을 하지 않고 술 한 잔 기울이지 않는 것이 계율을 온전히 지키는 일이며 불자답게 사는 길일까? 이러한 의문에 대해, 지난 10여 년간 승보종찰 승광사 율학승가대학원 원장을 지낸 도입 스님이 이 책 <불자로 산다는 것>을 통해 명쾌한 답변을 내놓았다.

이 책은 부처님이 제정한 계율을 현대사회의 일상에서 어떻게 적용하며 실천할 것인지에 대해 총 4장으로 구성되었으며, 일상생활의 의식주를 비롯해 불자답게 살아가는 불교생활백서가 펼쳐진다.

1장 '승가에 살았더라'에서는 승가의

구성과 화합에 초점을 맞춰 스님답게 사는 길을 제시하고 있다. 승가의 자기정화 방식, 질서를 유지하는 법, 사제간의 책임과 의무, 승가의 분쟁해결법 등이 윤곽에 근거해 구체적이고 현실적으로 제시되어, 현재의 복잡다단한 승가 문제를 해결할 수 있는 단초가 되기에 충분하다. 2장 '불자로 살았더라'에서는 불자로서의 자긍심을 고취하며 인격의 완성을 이끌고 있다. 불자로서 어떻게 살아야 할 것인지에 대해 사상적 토대를 마련해주고, 일상생활에서의 수행법을 비롯해 불자의 경제관, 마음가짐 등에 대해 세세한 안내가 뒤따른다. 3장 '불자의 의식주 생활양식'에서는 먹고 입고 주거하는 일상의 기본적인 생활에 있어서 올바른

지침을 잡아준다. 즉 불자라면 늘 마음에 걸리는 음식과 음주 문제를 비롯해, 의복과 주거, 불교의 장례와 제사 문화까지 명쾌하게 풀어준다. 마지막으로 4장 '현대사회에서의 불교적 삶'에서는 급변하는 현대사회 속에서 불교는 정치와 사회 문제를 어떻게 바라보며, 이웃과 더불어 행복하게 살기 위해 어떤 노력을 해야 할지 제안한다. 우리가 분명히 알아야 할 것은 부처님이 세간해(世間解)라는 별칭으로 불릴 만큼 현실적인 삶을 누구보다 잘 이해하고 중요하게 여겼으며, 계율이 고정불변의 절대적인 것은 아니라는 사실이다.

부처님은 이미 제정된 계율이라도 풍습이나 환경에 따라 사람들에게 도움이 되지 않는 상황에서는 스스로없이 계율을 수정했다. 그러므로 부처님 당시의 계율을 어떻게 현대의 보편적 가치에 맞게 적용하여 받아들여야 할 것인지의 우리의 몫이라고 할 수 있다. 계율은 삶을 윤희하게 하는 것이 아

니라 더 큰 자유와 진리를 향한 바른 삶의 실천이다. 부처님은 "내가 열반에 든 뒤 계율을 스승으로 삼으라"고 했다. 선지식이 없는 곳에서는 계율이 곧 스승이 된다. 세상이 바빠서 힘들고 지칠 때, 이 책은 재발심할 수 있는 힘과 용기를 얻게 해 줄 것 같다.

김주일 기자

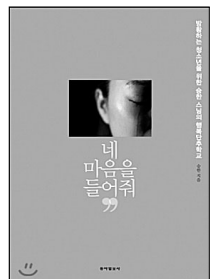
저자 도입 스님은?

1973년 양산 미타암으로 입산했다. 이후 통도사에서 율마 스님을 은사로 율마 스님을 계사로 사미계와 비구계를 수지했다. 태국 왕립 마하출라롱콘 대학을 졸업하고 영국 런던대학 객원연구원을 역임했다. 대강백 각성 스님께 전강을 받고, 승광사 방장 보성 스님께 전계를 받았으며, 통도사 율주 해남 스님께 자장율백을 전수받았다. 2007년부터 2015년 동안까지 조계총림 승광사 율학승가대학원 원장을 지냈다.

“청소년들이여, 먼저 네 자신의 마음을 들어라”

네 마음을 들어줘

승한 지음 | 동아일보사 펴냄 | 1만 3800원



가르쳐주지 않는 걸까?

이 책은 마음 수행 측면에서 청소년의 실질적 고민과 교육 문제를 들여다보는 책이다. 행복한 마음이 행복한 청소년을, 행복

한 청소년이 행복한 학교를 만든다. 승한 스님의 행복단추학교에서 마음의 웃음을 채우고 미래를 위한 행복의 단추를 끼우는 특별한 수업을 시작해보자. 우리 아이들은 지금 이 순간 무슨 고민을 할까?

이 책은 현실과 동떨어진 이론이나 교육 지침이 아닌 청소년의 실제적인 고민서 출발해 마음속 깊은 곳의 상처와 용기를 찬찬히 어루만지는 책이다. 학교의 교육 현실은 위험 수위를 넘어선 지 오래다. 우울증에 걸리는 청소년의 비율은 해마다 늘어나는 추세이며, 심지어 심각하게 자살을 생각해 본 적이 있는 청소년의 비율은 성인보다도 높다. 청소년기의 특징인 극단적이고 충동적인 성향은 이런 불안과 방향을 더욱 부채질한다. 이때 중요한 것이 바로 멘토와 부

모, 그리고 학교의 역할이다. 그러나 과연 어떤 방법으로 어떻게 접근해야 청소년의 위기 상황을 해결할 수 있을까? 이 책은 바로 이런 문제에 대해 정문일침(頂門一鍼)과도 같은 해답을 내놓으려는 시도이다. 책의 저자인 승한 스님은 불교적 깨달음에서 오는 철학적 성찰과 다년간의 청소년 지도 경험을 통해 학교에서는 절대 가르쳐주지 않는 이야기를 주옥같은 법문으로 친절히 풀어낸다.

자신의 마음을 가장 잘 아는 사람이 자신이다. 자신의 문제는 오로지 자신만이 파악하고 해결할 수 있다. 부모님이나 선생님 혹은 친구들이 말해주는 나의 문제점은 실제로 그 문제를 해결해주지 못한다. 내 안에 있는 문제는 오직 나만이 볼 수 있다. 그

래서 승한 스님은 우리에게 필요한 해답이 무엇이든 그것은 모두 '나 자신' 안에 있다고 강조한다. 둥근 그릇에 물을 담으면 물이 동글어지고 네모난 그릇에 담으면 네모가 되는 것도 마찬가지 이유이다.

물 그 자체는 정해진 모양이 없다. 어떤 문제도, 해답도, 고민도, 상처도 결코 고정된 모습이 아니다. 사실 우리는 모두 마음 속으로는 어떻게 자신의 고민을 풀어야 할지 그 해답을 찾아놓고 있는지도 모른다. 다만 그 해답이 두려워서, 혹은 무서워서 좀처럼 용기를 못 내고 있을 뿐이다. 고통에 찬 달팽이가 스스로 고통에서 빠져나오듯 이 스스로 그 두려움에서 빠져나와야 한다. 불가에서 자주 접할 수 있는 마음챙김 명상, 호흡 명상, 걷기 명상, 죽음 명상은 물

론, 감사 노트 쓰기, 자기 자랑 노트 쓰기, 부모님에게 편지 쓰기처럼, 스님이 그 방법으로 알려주는 마음 수행 도구는 이때 매우 유익하게 적용할 수 있다.

청소년기는 누구나 통과할 수밖에 없는 관문이다. 당장은 어쩔 수 없는 고통과 괴로움 때문에 해답을 찾을 수 없는 것 같아도, 누구든 그 관문을 통과해야 어른이 된다. 해답이 없는 것이 삶의 유일한 해답이라는 말이 있지만, 우리는 어떻게든 해답이 없는 해답을 찾으며 그 관문을 함께 통과해야 한다.

그런 과정이 바로 자신의 삶이 되고, 그 삶의 목적이 된다. 우리가 학교에 다니고, 고민하고, 친구를 만나고, 아파하고, 공부를 하는 것도 모두 그런 여정에서 마주하는 다짐들이다. 승한 스님은 "자신의 마음을 잘 알아차리고 그 무늬와 결을 느낄 수 있어야 한다"고 이야기한다. 거들 강조하듯이, 우리는 무엇보다 먼저 우리 자신의 마음에서 울리는 소리에 귀를 기울일 줄 알아야 한다.

야 한다. 모든 것은 마음, 오직 나의 마음에 달려 있을 뿐이다. 젊은 시절 누구보다 방황하고 아파했던 스님이 자신의 경험에서 끌어 올린 저비로운 법문은 막막한 청소년기를 헤쳐 나갈 수 있는 든직한 경구가 되어 주기에 충분하다. 지금까지 알고 있던 학교를 넘어선 학교, 자신의 내면에 담긴 힘으로 스스로 문제를 해결하도록 가르치는 승한 스님의 특별한 학교에 여러분을 초대한다.

김주일 기자

저자 승한 스님은?

중앙대 대학원 철학과 박사과정서 동양철학과 불교철학을 공부하고 있다. 서울신문 신춘문예와 조선일보 신춘문예에 시와 동시가 각각 당선되었으며, 지은 책으로 <나를 치유하는 산사기행> 등 몇 편의 산문집과 시집, 동화책이 있다. 경기도 가평 대원사에서 템플스테이를 지도했으며, 현재는 북한산 중흥사서 상주하고 있다.

불안하고 지친 삶들에게 말을 걸다

눈부신 오늘

법상 지음 | 마음의 숲 펴냄 | 1만 3천원



한숨처럼 흘러나올 뿐이다. 사는 것도 즐기는 것도 아닌 건디는 것이 되어 버린 지 오래인 우리 삶. 어쩌다 우리 삶은 여기까지

흘러오게 되었을까? 어쩌다 우리 삶은 이렇게 거칠고 사나워졌을까?

비교적 종교인을 자처하는 군인 승려가 있다. '목탁소리'의 지도 법사이자, <한국문인>으로 등단한 문필가이며, 스테디셀러 <날마다 해피엔딩> 저자인 법상 스님이 바로 그 주인공이다. 그는 16년간 군대 속 청춘들의 형이자 상담자로서 대한민국 8도, 11개 사단을 유랑했다. 그 세월이 승려라고 답답하고 평온하기만 했을까. 또한 '목탁소리'와 SNS로 대중과 소통해왔으나, 행복해지고 싶고 평화롭게 살고 싶지만 삶은 고삐 풀린 망아지처럼 날뛰기만 한다는 세인들의 호소도 많이 들었을 것이다. 어쩌면 그의 삶은 보통 사람들보다 훨씬 더

녹록치 않았을지도 모른다. 하지만 그는 오히려 "삶은 때 순간이 눈부시다"라고 단언한다.

4년이라는 긴 침묵을 깨고 이번 책으로 돌아온 스님은 삶이 불안하고 고통스럽다며 눈물짓는 우리를 안심시킨다. 그리고 사나운 삶과 약전고투 중인 우리에게 화한 인생과 화해하는 법을 가르쳐 준다.

오늘 하루는 어땠는가? 많이 힘들고 괴로웠을지도 모른다. 지금 살고 있는 삶에 실망하고 있지는 않은가. 하늘이 원망스럽고 세상에 화가 나 속이 끓고 내지는 않은가. 남들은 안 그런 것 같는데, 내 삶은 왜 이 모양 이 따위냐고 울분을 터뜨리고 있을 수도 있다. 어쩌면 어제는 그나마 오늘보다

나았다고 푸념하고, 내일은 오늘과 다를 것이라 기대하고 있을지도 모른다. 이처럼, 우리의 마음속의 '오늘'은 항상 비참하고 끔찍한 존재이다.

하루를 시작할 때면 '안녕하세요?' 라고 인사를 하지만, 우리의 오늘은 '안녕'과 거리가 멀어진 지 오래다. 우리는 그렇게 느끼고 있다. 답답한 현실과 어깨를 누르는 불안은 우리를 '오늘' 보다는 그레도 조금 더 나을지도 모를 '내일'이나 그레도 오늘 보다는 나았던 '어제'를 바라보게 한다. 그렇게 우리는 우리의 소중한 '오늘'을 버리고 있다. 생각해 보면, 지금 이 순간이 바로 그나마 나을 것이라 생각했던 '내일'이고, 돌아보면 아름다웠던 '어제' 인데 말이다.

도대체 우리를 이렇게 힘들게 만드는 것은 무엇일까? 당신과 나는 이렇게 다른데, 어쩌서 우리는 이렇게 똑같이 힘든 걸까? 법상 스님은 그 이유를 나, 당신, 삶, 고통, 행복이라는 다섯 가지에서 찾았다. 이 다섯 화두는 언제나 우리를 괴롭힌다. 아무리 뜯어봐도 부족하고 못난 '나', 친구인 것 같지만 역시 적이자 경쟁자인 '당신', 노력해 봐도 여전히 불만족스러운 '삶', 인생의 다른 이름인 것 같은 '고통', 눈이 빠지게 찾아도 보이지 않는 '행복'. 그는 우리 마음속에 가장 크게 도사리고 있는 다섯 가지 화두를 가지고, 그 화두를 어떻게 바라보아야 할지, 또 어떻게 다루고 다독여야 할지, 그래서 마침내 우리의 오늘을 어떻게 눈부시게 바꾸어야 할지를 알려준다.

답은 의외로 간단하다. '현상'에 끌려 다니지 않고, 있는 그대로를 바라보고, 받아 들여 주는 것이다. 스스로 가지고 있는 기대, 걱정, 불안, 희망, 사랑, 집착 등 갖가지

필터를 내려놓고, 지금 이 순간, 있는 그대로 존재하는 것이다. 쉽지 않은 일이다. 의문도 많이 들 것이다. 그런 의문에 대한 답 역시 이 책속에 들어 있다. 쉽게 따라할 수 있는 일상 속 명상법 역시 소개한다. 우리는 지금 우리가 한 번도 가보지 못한 '오늘'을 여행하고 있다. 이 여행이 고난의 행군이 될지, 모험으로 가득한 여행이 될지는 당신에게 달렸다.

김주일 기자

저자 법상 스님은?

수행과 전법에 매진하고 있으며, 현재는 강원도 고성에 설립된 동해사에 머물고 있다. 인턴 생활 수행도량 '목탁소리'(www.moktaksori.org)와 다음 카페 '목탁소리 지대방'(http://www.moktaksori.kr)의 지도법사로서 생활 속에서 마음을 닦고자 하는 많은 이들의 수행을 이끌고 있다.

아주 특별한 영치유의 세계!!

제70기 최면 전생요법 · 빙의치유법 강좌

“한마디 말로三生을 꿰뚫고 영혼의 아픔을 치유한다”



한국최면과학원 임재형 원장 직강

세계보건기구(WHO)가 인정한 최면요법! 잠재의식 직접조절 - 강력한 개선효과!

※ 누구나 과학적인 방법만 익히면 자기개선은 물론 타인을 돕는 최면전문가가 될 수 있습니다.

전생 요법 : 도대체 전생에 무슨일이 있었던걸까? 무의식 속에 숨겨진 원인모를 심리적, 신체적 고통의 단서를 찾아내어 제반 문제를 해결하고 통찰력을 높혀 지혜로운 삶을 찾게한다.

빙의치유 : 몸은 왜 이렇게 이유도 없이 아픈것일까? 빙의된 영가를 직접 불러내어 어떤 영가가 들어와있는지 당사자나 가족들이 알 수 있으며, 언제, 어디서, 어떻게 들어왔는지, 들어와서 어떤 영향을 미치고 있는지, 원하는 건 무엇인지를 정확하게 알아내어 천도할 수 있다.

사주명리 : 전생, 사주팔자, 빙의에 얽힌 삼각관계를 아십니까? 전생의 성적표인 사주팔자는 빙의와도 밀접한 관계를 갖고있다. 사주팔자는 전생의 업보로 정해지는데 백호대살은 저승사자 달고다니니 횡사 악사요...

실전문주의 파워풀한 강의!!

현재 접수중 - 1회 무료수강 후 결정!!

- ▶ 매주 화요일 오전 10시~오후 5시까지 (7회 과정)
- ▶ 참가비 : 200만원 (과정별 교재 및 수련CD제공)
- ▶ 최면지도사협회 가입 후 전생상담사 이수증 수여



www.hypnos114.com
한국최면과학원
대전광역시 중구 석교동 13-1
042) 222-0737

개인상담 및 공사 기업체 출장강의 가능

성격 개선/ 자신감 고취/ 습관 교정/ 발표 불안/ 부부 솔루션
대인관계 개선/ 스트레스 해소/ 마음의 상처/ 분노 조절
집중력, 기억력 증진/ 게임 중독/ 알코올 중독/ 범죄 수사
스포츠선수 기록 향상/ 전생 체험/ 빙의 치유 등



- KBS 굿모닝 대한민국
- SBS 미워도 다시 한번
- 재벌A 황제로 특종재상
- MBN 심령솔루션 엑소시스트
- tvN 각종 케이블 방송에 다수 출연
- MBC 생방송 오늘아침
- JBC 부모하기
- TV조선 가족투기의 문
- YTN 사이언스 과학특강