

지혜의 보고 佛書

금주의 베스트 불서 10 2015.9.10~2015.9.16

*불서출판 운주사 제공

순위	도서명	저자	출판사	순위	도서명	저자	출판사
1	조용현의 휴휴명당	조용현	불광출판사	6	신묘장구대다라니기도법	원광선생김현호림	
2	행복은덜처럼우리결에있네	윤희스님 (주조계종출판사)	불광출판사	7	신심명(물룩깨달음의노래)	해국스님 모과나무	
3	무아유희문제의연구	홍진	불광출판사	8	명추회요-종경록 철요본	희담/진/영택 정경각	
4	공경을읽는즐거움(위로와응원이빛나는)	일강스님	민족사	9	감산자전	감산역형/대성 탐구사	
5	시끄러운원숭이잠재유기	애반/해/해/해	나무열의자	10	유심안락도	원효/해봉역주 운주사	



선재동자처럼 선지식 찾아 53도량 순례

김주일 기자 kimji4217@hyunbul.com

선목해자 스님과 마음으로 찾아가는 53기도도량

선목해자 스님 저음 | 108산사순례기도회 펴냄 | 2만원

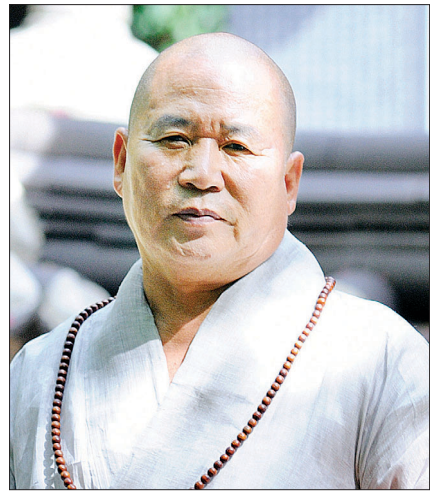


2006년 9월 시작해 9년간의 대장정을 마무리하고 10월 20일부터 25일까지 회향을 앞둔 선목해자 스님(오른쪽 사진)과 함께 하는 마음으로 찾아가는 108산사순례기도회가 <53기도도량>을 펴내며 11월부터 53기도도량 순례를 다시 시작한다.

53기도도량 선정 이유에 대해 선목해자 스님은 “<화엄경> 입법계품서 선재동자가 찾아가는 53선지식을 의미한다”며 “108산사순례가 대사회적인 신행문화의 새바람을 일으키고자 했다”며 이번 53기도도량 순례는 철저히 기도 수행 중심으로 진행할 것”이라고 설명했다.

선목해자 스님은 말을 이었다. “<화엄경 입법계품>에 보면 선재동자는 문수 보살을 선지식으로 삼고 구도의 길을 떠납니다. 선재동자가 여러 선지식을 만나는 이유는 선지식은 어떤 일을 판단하거나 실천하는데 본보기가 되고, 수행자의 모범이 되기 때문입니다. 선재동자는 온갖 부류의 53선지식을 만나는데, 이는 외형적인 것보다 보리심을 내는 그 마음을 중히 여기고 있어 대승불교의 이상을 잘 나타내고 있습니다.”며 “이러한 이상을 실현하겠다는 원력과 기도 순례에 임하는 불자들이 번뇌의 바다에서 인간의 보성을 잃지 않고, 참된 진리를 향한 구도 정신으로 정진하기를 바라는 마음에서 53기도도량 순례를 기획했습니다.”고 덧붙였다. 이에 선목해자 스님은 회원들에게 108염주를 만들 수 있는 염주를 보시하며 53기도도량 순례를 함께 채워 가도록 앨범도 따로 제작해 보시한다. 이 앨범에는 기도도량을 순례하고 난 뒤 찍은 사진과 사찰 전경이 담긴 호신불 카드, 발원문 등을 써서 보관할 수 있도록 특별 제작한 것이 특징이다. 즉 53기도도량의 기도 수행 추억을 한 권의 앨범에 고스란히 간직하는 선목해자 스님의 아이디어로 특별 주문 제작됐다. 또한 53기도도량마다 그 성지에 맞는 발원문과 정공 및 기도를 봉행하며 부대적인 행사를 가급적 자제해 일심기도로 신심을 다지고 안심법문으로 긍정적인 생각, 불교의 소중한 인연 간직을 통해 불보살님의 가피를 느낄 수 있도록 할 예정이다.

이외에도 별도로 기도 법요집도 만들었다. 법요집에는 삼귀의, 천수경, 각 불보살 정공, 행복한 가정을 위한 발원문, 반야심경, 각기도 발원문, 보현행원, 사육서원, 53기도사찰 이름, 53선지식 등이 담겨져 있다.



11월부터 53기도도량 순례 시작

법요집, 신행앨범도 별도 제작

남한 사찰 53개, 북한 사찰 4곳 소개

이번에 발간된 <53기도도량>은 전국 주요 기도도량을 9개 성지로 구분했으며, 책은 삼보사찰로 시작한다. 불보사찰 통도사와 법보사찰 해인사, 승보사찰 송광사를 시작으로 자장율사가 부처님 진신사리를 모신 적멸보궁 여행으로 이어진다. 오대산 상원사와 정암사 법흥사 봉정암이 그곳이다. 또한 대조사 심곡사 용화사 화암사 등 미륵도량과 고관사, 남장사, 백련사 등 미타도량, 관공사 불굴사 선원사 수도암 태안사 등 약사도량, 보살사 보석사 불회사 등 관음도량, 문수사 반야사 죽서사 등 문수도량, 대원사 도솔암 송림사 등 지장도량, 안심사 위봉사 은하사 등 나한도량 등이 대거 포함돼 있다.

남한의 53사찰에 이어 마지막 제 11장에서는 북한의 사찰 4곳도 소개했다. 보현사 성불사 신계사 광법사 등이다.

“북한에도 대략 67곳의 사찰이 있고 300여 스님들이 있다고 들었습니다. 요즘 다시 이산가족 상봉 등 남북관계도 개선되고 있으니 여건이 좋아지면 우리 순례 회원들과 꼭 가서 일심기도 정진을 하고 싶습니다.”라고 북녘사찰 순례의 간절함 바람도 털어놓았다.

선목해자 스님은 “회원 가입은 전국 어디서나 누구나 가능하며, 108산사순례기도회와 같은 방식으로 53기도도량 순례를 하며 11월이나 내년 1월중 택해서 삼보사찰을 시작으로 4년여간 일정을 시작할 것”이라며 “53기도도량을 찾아 염불과 기도, 108참회, 기도도량 불보살 정공, 발원문, 동참발자에 낙관, 해당 사찰 이름이 새겨진 염주알 보시 등을 통해 그 사찰을 이해하고 신심을 증장 시키는 계기가 되도록 여법하게 진행할 것”이라고 야심찬 어조로 피력했다.

고해의 바다 人生서 직면한 고통 어떻게 대할까?

지금 있는 곳에서 시작하라

페마초드론 저음 | 이재석 옮김 | 한문화 펴냄 | 1ks 4500원



삶의 고통이라든 뭐가 거창하게 들리지만 우리가 일상서 부딪치는 고통이 크고 대단한 것만은 아니다. ‘운전 중에 막무가내로 차 한 대가 신호도 없이 끼어들다, 누군가가 내 발을 밟고도 사과 한마디 없다, 지나가던 사람이 팔을 툭 치는 바람에 들고 있던 커피를 쏟으며 신발에 다 쏟았다’ 이런 순간에 당신은 어떻게 반응하는가? 대개는 분노의 감정을 겉으로 표출하거나 속으로 억압하는 식으로 반응한다. 말과 행동으로 비난을 퍼붓거나 마음속으로 상대가 얼마나 못된 놈인지 욕하는 식으로 표출하거나, 그 감정을 자기 안에 가둔 채 외면하는 식으로 억압한다.

사소한 분노가 났든 삶을 위협하는 두려움이 났든 마음속에서 불쑥 감정이 일어날 때, 우리는 그것들을 어떻게 다뤄야 할까? 그 순간 마음이 닫히지 않게 하려면 어떻게 해야 할까? 세계적인 영적 스승이자 마음 전문가인 페마 초드론은 마음을 겉으로 표출하거나 내면으로 억압하는 대신 그 ‘중간지대’에 두라고 한다. 일어나는 감정에 아단법석 떨지 말고 그저 온화한 태도로 느껴보라고 한다. 삶에서 마주하는 고통을 부정하지 않고 그것을 끌어안는 방법으로 사마타-위빠사나, 통렌, 로종 명상을 소개한다.

페마 초드론은 우리나라에서는 여전히 조금은 낯선 이름이지만 달라이라마, 티벳한을 잇는 티베트불교의 차세대 스승으로 세계서 추앙받는 영적 스승이다. 영국의 권위 있는 명상 매거진 <왓킨스>

명상과 마음을 일깨워주는 59개의 경구로 이뤄져 있는 티베트어로 ‘마음수련’을 의미하는 로종의 기본 가르침은 불안, 두려움, 고통 등 삶의 어두운 측면들을 장애물로 보지 말고 오히려 내 안의 자비심을 일깨워줄 연료로 삼으라고 한다. 경구는 꾸준한 수행을 통해 ‘나’라는 존재에게 온전히 스며들게 하는 것이 핵심이다. ‘나는 누구인가’라는 정체성이 실제로 내 마음에서 어떤 일들이 일어나고 있는지에 대한 것이다. 실제로 살아가면서 겪게 되는 구체적인 삶과 이어져 있다. 이 경구들을 마음에 품고 되새기다 보면 우리의 평범한 일상도 깨달음의 길이 된다.

통렌은 티베트어로 ‘주요반음’을 의미하는데 통렌 명상은 나를 비롯한 모든 사람들의 고통과 슬픔을 기꺼이 받아들이고, 나를 비롯한 모든 사람들에게 기쁨을 보내는 과정으로 이루어져 있다. 약점을 감추고 억누르는 대신에 그 또한 우리의 일부를 받아들일 수 있게 하고, 이 명상을 통해 자비심의 동심원을 점점 더 넓게 확장시켜나갈 수 있다.

로종 명상에서 나의 고통과 다른 이들의 고통까지 견인할 수 있는 용기는 있는 그대로의 나 자신을 알아차리는 데서부터 시작한다. 우리에게 필요한 지혜와 자비심은 본래부터 우리 안에 존재하기 때문이다. 그 본래의 마음이 깨어나면서 누구도 비난하지 않고, 모든 주어진 상황에 감사하며 지금 있는 곳에서 시작할 수 있다는 것이다. 이러한 로종의 가르침을 통해 우리는 삶이 주는 어떤 고통과 시련도 받아들일 수 있는 넉넉한 마음의 공간을 내 안에 만들 수 있다.

부록에는 티베트에 전해지는 천 년의 지혜, 59개의 경구로 이루어진 아티사의 수심요결을 수록했다. 또 자기성찰을 위한 질문, 핵심 명상 수행을 심화하기 위한 자료들을 소개해서 마음공부의 지침으로 활용할 수 있게 했다. 김주일 기자

책속의 밑줄 긋기

“화가 났을 때, 우리가 화를 겉으로 표출하는 이유는 역설적이게도 그렇게 하면 조금이라도 위안이 될 것 같아서다. 그것이 행복이라 여기는 것이다. 간혹 순간적인 위안이 찾아올 때도 있다. 그런데 이는 중독 상태에 있는 사람에게 중독 물질을 투여했을 때 순간적으로 마음이 편해지는 것과 다를 게 없다. 얼마 지나면 약물 같은 시간이 다시 찾아오기 때문이다. 공격성도 마찬가지다. 다른 사람에게 버럭 화를 내고 나면 잠시 동안은 마음이 후련할지 모르나. 그러나 자신의 분노와 증오가 정당하다는 생각이 점점 커지면서 결국 해를 입는 것은 자신이다. 시뮬리게

달아온 석탄을 맨손으로 집어서 원수에게 던지는 꼴이다. 석탄에 맞으면 상대는 크게 다칠 것이다. 그러나 먼저 불에 데는 사람은 분명 당신 자신이다.”

“모든 비난을 자신에게 돌려라”는 경구는 건강하고 자비로운 가르침으로 타인을 비난하려는 과도한 성향을 차단해준다. 그렇다고 타인을 비난하는 대신 자신을 비난하라는 뜻은 아니다. 비난하는 행위 자체가 자신에게 어떤 느낌으로 다가오는지를 느껴보라는 의미다. 자신을 방어하거나 타인을 밀쳐내는 대신 그 모든 감정 속에

존재하는 매우 예리고 부드러운 지점과 접촉하라는 의미다. 비난이아말로 우리가 두르고 있는 가장 견고한 갑옷인지도 모른다.”

“모든 이에게 감사하라”는 태도를 완전히 바꾸는 것을 의미한다. 이 경구는 우유부단하고 나약한 구호가 아니다. 길에서 강도를 당하고도 아무 일 없었던 것처럼 태연히 웃으며 “이 경구는 회피하려는 마음이 우리를 얼마나 무지하게 만드는 지를 보여준다. 독을 먹고 있으면서도, 마음에 방어막을 한 겹 더 씌우고 있으면서도 그것을 알아차리지 못하는 문제의 본질을 꿰뚫고 있다.”

자연의 향으로 를 켜세요

삼환양초가 함께합니다

※ 국내에 유통되는 모든 불교양초를 구입하실 수 있습니다.

실외 양초 공양함

실내 양초 공양함

소이(SOY) 왁스 양초

미국산 LOTUS 향초

· 로터스 양초 특징 :

- ① 그을음이 거의 없습니다.
- ② 대두(콩)에서 추출한 순수식물성입니다.

규격 : 59mm x 18mm
연소시간 : 60 ~ 70시간

크리스탈 연꽃 받침대
밀납양초 교체형

법당에서 초공양을 쉽게 올릴 수 있도록 연꽃 모양의 크리스탈 받침대와 밀납양초로 손쉽게 양초를 교체할 수 있는 신제품을 개발하였습니다. 밀납양초는 특수 PC접을 이용하여 화재위험을 완벽하게 방지 하도록 설계 되어 있어 법당 및 야외 어디서나 안전하게 초공양을 올릴 수 있습니다.

품격있는 소전의식을 위한 연꽃 소전대

NAVER 연꽃소전대 검색

귀사찰에 품격있는 소전의식을 위한 연꽃 소전대 작품을 제안합니다.

작품성과 실용성 모두 완벽에 가까운 수제 작품입니다.

디자인특허 및 실용신안 특허를 모두 획득한 작품이며 장인의 딸과 혼뿐 아니라 예술가의 열정이 담긴 작품입니다.

세상에 하나뿐인 작품으로 귀사찰의 기제사나 천도제의 마지막 의식인 소전 준비 하신다면 사찰의 품격과 신도님들의 품격또한 높여 귀사찰의 무궁한 발전에 도움이 될것입니다.

■ 연락처
010-9195-1044 / 070-7563-3898

■ 주소
경기도 안양시 동안구 귀인로 82번길 30 불교조각연구원