지혜의 보고 佛書

금주의 베스트 불서 10 2015.3.16~2015.3.22

※불서총판 운주사 제공

순위	도서명	저자	출판사
1	완벽하지않은것들에대한사랑	혜민	수오서재
2	월호스님의 화엄경약찬게 강설	월호	(주)조계종출판사
3	설전(법정이묻고성철이답하다)	성철,법정,원택	책읽는섬
4	법륜스님의행복-행복해지고싶지만길을몰라헤매는당신에게	법륜	나무의마음
5	신묘장구대다라니기도법	우룡큰스님,김현준	효림
6	발심수행장	공파스님	불광출판사
7	약사유리광칠불본원공덕경	원순 편역	법공양
8	달라이라마의불교강의	달라이라마,틴텐최된	불광출판사
9	능엄경 대의풀이	남회근/송찬문	마하연
10	약사경강의	남회근	부키

현불Shop OPEN MARKET www.hyunbulshop.com

“나는 내 삶의 진짜 주인”

괜찮아, 나는 나니까

글 성전 스님 | 담앤북스 펴냄 | 1만 4천원

잔잔한 감성적 필체로 불자들에게 큰 울림을 전해주는 성전 스님이 4년 만에 산문집을 펴냈다. 성전 스님은 남해 염불암서 주석한다. 암자를 찾은 사람들이 가끔 스님에게 묻는다. “스님 적적하지 않으세요?” 스님은 답한다. “가끔 적적하고 대개는 괜찮습니다.” 그러면 사람들이 다시 묻는다. “어떻게 그럴 수 있지요?” 스님이 다시 웃으면서 답한다. “나는 나니까요.” 이 책 제목인 이 말은 성전 스님이 외우는 일종의 행복 주문이다.

“나는 나니까 라는 말은 내가 내 삶의 주인이라는 의미입니다. 그것은 곧 상황이나 평가에 우왕좌왕하지 않는다는 뜻이지요. 모든 가치와 기준의 생산자로서 자신의 삶을 열어 가는 것이 바로 주인의 삶입니다. 그런 사람들은 혼자 있어도 즐겁고 외부의 평가에도 흔들리지 않습니다.”

이번에 펴낸 산문집에는 총 91편의 글이 실려 있다. 스님이 2013년부터 신문 칼럼에 연재한 것에다가 최근에 쓴 글을 보태 한 권으로 엮었다. 책 속에는 절집의 아름다운 풍경과 아랫마을 할머니의 귀여운 하소연 같은 소소한 일상서부터 실크로드로 떠난 구법(求法) 여행기까지 다양하게 담겨 있다. 성전 스님은 이런 이야기를 통해 ‘지금 여기, 나에게서’ 희망 찾는 법을 들려준다.

또한 책에는 땅에서 넘진 자들이 짚고 일어설 수 있는 희망의 메시지도 담겨 있다. 스님이 전하는 희망은 내가 내 삶의 주인으로 사는 지혜와 마음가짐 그 자체다.

아는 사람은 알지만 성전 스님은 한때 ‘라디오 스타’ 였다. 불교방송 라디오 프로 〈행복한 미소〉 DJ 시절, ‘미소 스님’ 이라는 애칭까지 얻었다. 최근에는 불교TV의 〈뮤직에세이 편지〉 진행자를 맡고 있다. 방송 일로 가끔 서울에 머물지만 대개는 산사서 지낸다. 산중에 살아도 적적하지 않은 이유는 앞서 밝힌 대로 ‘나는 나니까’ 하는 마음가짐 덕분인데, ‘절친들’ 의 공(功)도 크다고 스님은 피력한다. 남해 푸른 바다와 호구산, 밤새 절 마당을 지키는 달빛, 사철 피고 지는 꽃과 나무가 모두 스님의 벗이다. 숲은 계절마다 ‘영원한 것은 없다’ 는 무상(無常) 진리를 색(色)으로 보여 주는 존재요. 달빛은 겸손과 부드러운 말씨의 미덕을 말없이 비추는 벗이라고 스님은 말한다.

“겨울나무는 여름날 무성한 녹음을 그리워하지 않습니다. 그냥 추위를 온몸으로 견디고 있을 뿐입니다. 모든 것을 놓아 버린 겨울나무에 봄이 오는 것을 보십시오. 얼마나 어여쁘게 옵니까. 그것은 모든 것을 놓아 버린 겨울나무가 회복해낸 희망입니다. 놓을 땐 완전하게 놓으십시오. 그 순간 당신의 삶은 축복이 될 것입니다.”

스님 주변의 자연과 사람들을 치켜세우지만, 사실 스님의 수행 도량은 경계가 없다. 산중의 절은 물론 병원과 공항, 미얀마의 어느 허름한 골목까지. 스님은 당신이 머무는 모든 시간과 장소를 마음 도량으로 삼는다. 그것이 스님이 생각하는 바로 ‘마음의 힘’ 이다.

크고 작은 일상서 자신의 탐욕과 분노 그리고 어리석음을 마주할 때마다, 그 일로 좌절하거나 자기 자신에게 실망할 때마다 성전 스님은 다시금 ‘마음의 힘’ 을 떠올린다.

2013년 이후 신문칼럼 등 91편 실어
절집풍경, 구법여행기 등 소재 다양

성전 스님은 “이 길 위에서 나는 생각합니다. 인생은 언제나 과정이고 우리들 고통의 원인은 사건이나 상황에 있는 것이 아니라 그것을 지각하고 해석하는 우리들의 방식에 있다고. 마음을 바꿀 수 있다면 언제나 우리는 행복한 길을 걸을 수 있다는 믿음이 내게는 있습니다.”이라고 설명한다.

먹고 사는 일이 힘겨워 주저앉은 이들, 사람에게 상처받아 괴로운 사람들, 사랑하는 이를 떠나보내고 절망에 빠진 이들에게 성전 스님이 건네는 희망은 다름 아닌 ‘마음’ 이다. 다른 누구의 마음이 아닌 바로 나 자신의 것 말이다. 책에는 바로 지금 여기서, 나의 마음을 온전히 알아차리고 보다 긍정적인 방향으로 바꿔 나가는 지혜가 담겨 있다.

마지막으로 성전 스님은 책 속에서 조언한다. “문제를 좇아가지 말고 마음의 움직임을 살피는 일이 문제를 대하는 가장 바른 방법일 수 있습니다. 산을 다 가죽으로 덮기는 어렵지만 자신의 발을 가죽으로 감싸기는 쉬운 일입니다. 하지만 사람들은 이 쉬운 일은 마다하고 온 산을 가죽으로 다 덮는 그 어려운 일을 하고자 오늘도 헐떡이고 있습니다.”

김주일 기자 kimji4217@hyunbul.com

매일 하나 문장 얻고 하나의 욕심 버리다

나는 도시에서 수행하듯 살기로 했다

김종건 지음 | 도그지어 펴냄 | 1만 3천원

‘물건을 버리고 행복을 되찾자’ 는 단샤리 열풍이 국내에도 거세다. 심플라이프를 주창하는 이 유행의 배경에는 삶의 복잡다단함이 점점 더 심화된다는 팍팍한 현실이 자리한다. 이 책의 저자는 ‘물건 버리기’ 에서 한 발 더 나아가 아예 도시서 수행하듯 살기를 제안한다. 지금은 더 얻기 위한 공부가 아니라 ‘더 비우기 위한 마음공부’ 가 절실한 때라는 것이다. 즉 수행자처럼 사는 삶이야말로 도시서 마음 중심을 지키며 행복하게 사는 비결이라는 것이다.

저자는 우리를 도발하는 것들에 쉽게 반응치 않고 ‘고요해지는 연습’ 을 통해 하루를 수행하듯 살아갈 수 있다고 말한다. 저자의 수행은 ‘성현들의 삶을 본받아 단 하루라도 완벽하게 살 수 있을까?’ 라는 화두로부터 시작, ‘단순함’ 으로 돌아가기 위한 기도, 명상, 경전 공부로 점철돼 있다. 그리고 매 시간마다 나태해지는 자신을 바로잡아 줄 자경문(自警文)을 여러 고전서 취해 이 책의 적재적소에 수록했다.

‘하루’ 라는 일상의 최소단위를 수행하는 자세로 살기로 한 후, 저자는 많은 것들이 바뀌었음을 고백한다. 이 책은 인문학 고전의 정수를 읽고 따라 쓰는 기쁨과, 하루를 반성하고 계획하는 시간을 동시에 제공하는 트랜스포머 자기 수양서이다.

저자, “수행은 도시서도 충분히 가능”
인문학 고전 정수 통한 자기 수양서

지금 우리는 고요함과는 거리가 먼 삶을 살고 있다. 끊임없는 경쟁과 그로 인한 불안, 분노, 강박이 우리의 정신을 온통 쥐고 흔든다. 그 결과 타인을 배려하는 사람들이 오히려 무시당하고, 조금이라도 무시당했다 하면 서로에게 폭발적 분노를 쏟아내는 사회 분위기가 고착돼 있다. 저자는 이런때일수록 중심을 잃고 끊임없이 흔들리는 도시인들에게 ‘고요해지는 연습’ 을 권한다. 〈장자〉 덕충부 편에 ‘사람은 흐르는 물을 거울로 삼지 말고 고요한 물을 거울로 삼아야 한다’ 는 명경지수(明鏡止水)의 고사가 나온다. 흙탕물은 마실 수 없지만 시간이 지나 모든 이물질이 가라앉고 고요해지면 맑은 물을 마시는 것처럼 우리 마음에도 고요함이 반드시 필요하다는 것이다. 그리고 그 고요함에 이르는 방법으로 저자는 쉽게 반응하지 않는 삶을 제안한다. 〈도덕경〉 16장서 노자는 ‘지극한 비움에 이르고 완전한 고요를 지키는 것’ 이야말로 지혜에 이르는 비결이라고 말했다. 따라서 고요함을 유지하기 위해서 우리에게 끊임없이 도발하는 것들에 쉽게 반응치 않는 공부가 절실하다는 것이다. 또한 저자는 일상의 최소단위인 하루를 조각내 고전 속 성현 말씀으로 우리의 삶을 관찰하는 낯선 경험을 제공한다. 매일 어떤 마음을 먹느냐에 따라, 우리에게 주어진 하루를 선물처럼 사는 것은 가능하다는 것이다. 이 책은 유불도 경전과 여러 고전을 다양하게 인용하며 독자들을 기도, 명상, 참선, 위빠사나 같은 생활 속 수행으로 이끈다. 하지만 하루 수행을 실천하는 자신의 분투기를 들려주는 방식을 취하고 있어, 일반인들도 수행하는 삶에 쉽게 다가갈 수 있도록 안내한다.

김주일 기자

우리가 극복해야 할 죽음 3가지는?

보석같은 지혜

해설 라마 글렌 | 번역 김영로 | 마트리 북스 펴냄 | 1만원

이 책은 제7대 달라이 라마(1708-1757)의 저술인데, 정식 명칭은 보석 같은 지혜에 관한 질의응답이다. 이 책은 〈로종(Lojong)과 람림(Ram Rim) 경험에 관한 게송과 신비한 시들(mystical poems)〉이란 명칭의 7대 달라이 라마의 저술 선집 중에서 마지막에 나오는 것이다. 다시 말해, 전체적으로 이 선집은 11세기 중반에 인도 벵골 출신의 위대한 스승인 아띠샤 디빰까라 슈리즈냐나(Atisha Dipamkara Shrijnana)가 티베트로 가져와서 곧 모든 티베트 불교학파의 기반이 된 로종과 람림 전승 분야에서의 7대 달라이 라마의 저술로 구성되어 있다. 라마 글렌에 의하면 우리가 극복해야 할 죽음에는 세 종류가 있다고 한다. 첫째, 외적인 죽음. 이것은 사고나 질병으로 일찍 죽거나, 무의미하거나 헛되이 삶으로써 서서히 죽어가는, 성공하지 못한 삶에 의한 죽음을 가리킨다. 이것에 대한 해결책은 언제나 깨어있는 삶을 통해 사고나 질병을 예방해 의미 있고 보람 있게, 성공적으로 살아가도록 최선을 다하는 것이다. 둘째는 내적인 죽음인데, 이것은 번뇌 때문에 자신의 본성에 충실히 살지 못하는 것을 가리킨다. 예를 들어, 탐욕에 갇힌 사람들은 탐욕서 벗어난 사람들이 누리는 아름다움과 기쁨을 맛보지 못하니 이런 면에서 그들은 죽은 거나 다름없다. 또한 화를 잘 내는 이들은 참된 사랑의 축복을 경험하지 못한다. 그리고 무지한 사람들은 밝은 지혜를 성취한 분들이 누리는 한없는 자유와 희열을 모른다. 모든 고통의 근원인 미혹을 제거함으로써 우리는 이런 내적인 죽음 대신에 모든 경험에서 최상의 기쁨을 누릴 수 있다는 것이 저자의 설명이다. 셋째는 은밀한 죽음으로, 이것은 자기 자신의 불성(佛性), 마음의 본래의 지혜와 몸의 본래의 큰 안락을 모르는 것을 가리킨다.

보석같은 지혜에 관한 질의 응답 수록
7대 달라이라마 선집 중 마지막 부분

7대 달라이 라마는 생애의 많은 시간을 그의 가르침을 받기를 원하는 사람들을 위해 바쳤다. 하지만, 때때로 며칠이나 몇 주 동안 거처서 몰래 나와, 신분을 숨긴 채 이리저리 돌아다녔다. 이때에 그의 수행원들은 그가 뽀딸라서 안거에 들어간 것처럼 행동했다. 종종 이렇게 달라이 라마는 단순 여행자 혹은 거지로 가장해, 공식 모임의 자리가 아닌 곳에서, 일상생활 상황의 방편을 통해 사람들에게 가르침을 주었다. 7대 달라이 라마의 이런 즉흥적인 외도(外道)에 대해 전해 내려오는 이야기에서 그는 집집마다 자신의 서비스를 팔러 다니는 전문적인 기도문을 읽어주는, 가장 낮은 계급의 승려의 복장을 한 것으로 묘사된다. 그는 이 위장 신분으로 일반 사람들의 관심사에 대해 많은 것을 배웠으며, 많은 사람들의 삶에 영향을 끼쳤다. 그리고 이들은 이 겸손한 스님의 소박함과 상냥함에 감동받았다.

김주일 기자

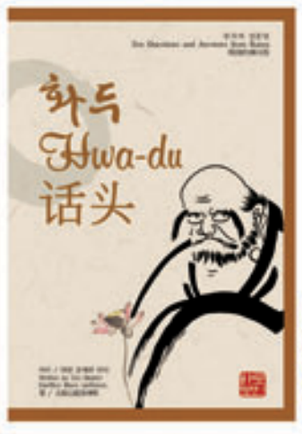
대한불교조계종 해인사 용성선사로 이어진 강맥을 한 몸에 받은 대원 문재현 선사님 현재 74권의 저서 출간!

바로보인 천부경

1986년 5월 15일, 당시 단군선양회를 이끄시던 안호상 박사님과 김경수 참의원님의 방문을 받은 자리에서 대원 문재현 선사님이 즉석에서 현토하고 설했던 것을 1997년이 되어서야 출간하였다. 이 책에는 삼부경인 천부경, 교화경, 치화경이 함께 실려 있다.

그 누구도 흉내낼 수 없는 혜안의 통찰력으로 밝힌, 인류를 선구적으로 이끈 자랑스러운 봉화적 역서, 삼부경!

화 두



‘화두’ 는 대원 문재현 선사님 평생 선문답의 결정판이다. 생생히 살아있는 선(禪)을 한영중 3개국어로 만날 수 있다.

포천 서울 부산 광주에서 매월 선사님의 법회가 열리고 있습니다 www.zenparadise.com 참조

도서출판 문젠(MoonZen Press) ☎ 031-534-3373

생명 에너지를 굳건히 지키면
약이 입에 이르기 전에
병이 낫는다
환인동 요가마을

민속죽염 30년전통
조상의 얼과 혼이 담긴 우리 민족의 대표죽염

인체건강의 4대 요소는 “맑은 물, 맑은 공기, 맑은 음식, 질 좋은 소금”인데 이 중 “질 좋은 소금“ 자색죽염은 총 아홉 번의 가열 과정을 거쳐 독성의 완전 제거와 약성의 완전 합성이 이루어지며 마지막 아홉 번째는 극강한 열에 의한 용융과정을 거쳐 탄생된 품질이 가장 우수한 죽염입니다. 이 죽염은 다음과 같은 기능이 있기에 일반인 및 환자들에게 꾸준한 섭취를 권장 할 수 있는 좋은 식품이라 할 수 있습니다.

※ 죽염을 꾸준히 섭취하시면 안체의 자가 면역력이 놀아져 감기 등 기타 질병 예방에 크게 도움이 됩니다 ※

(1) 강한 해독작용을 하며 간 기능을 좋게 한다.
(2) 소염작용을 하며 잇몸과 치아를 튼튼하게 해준다.
(3) 위장을 튼튼히 하며 식욕을 촉진시킨다.
(4) 정혈작용 등 체질개선에 도움을 준다.

9번 구운

가루자죽염	125g	40,000원
가루자죽염	230g	73,000원
알갱이자죽염	125g	43,000원
알갱이자죽염	230g	78,500원
휴대용 알갱이 자죽염	20g	7,500원

(단체 선물용으로 적합합니다.)

2번 구운 (음식조리용 · 양치용 · 피부미용)

보급형 민속죽염	500g	18,000원
	250g	9,000원

구입가 5만원 미만은 배송비 3천원 적용됩니다.

※ 자죽염 구매시 사은품 (휴대용 알갱이 자죽염 10g) 증정. 회원우대

주문 및 상담 : 010-2823-0483
입금 : 농협 150012-56-086122 예금주 : 김용희(민속죽염)
경북 영덕군 지품면 속곡동 54번지 www.msjy.co.kr

양지국악사
사찰전통 大법고 · 법당천도법고 · 태징 · 목어

◀ 대북

◀ 태징

◀ 2자

▌서울매장 : 서울시 종로구 돈의동 46-1번지
02)3673-3442 / 764-2159 / 010-5264-3906
▌하남공장 : 경기도 하남시 하산곡동 445번지
031)793-3906
▌계좌번호 : 농협 221098-52-250376 조남양

대한명인 제 14-406호 대고제작
www.yangjikukak.com