

지혜의 보고 佛書

금주의 베스트 불서 10 2015.5.11~2015.5.17

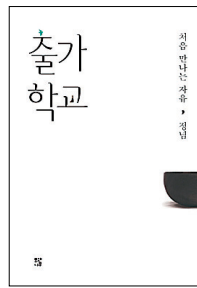
순위	도서명	저자	출판사	순위	도서명	저자	출판사
1	완벽하지 않은 것들에 대한 사랑	헤인	수오서재	6	약사유리광찰불본원공덕경	원순	편역 법공양
2	어떻게 살 것인가(실정스님의 인생법문)	실정, 박원자	나무물살는사람들	7	혜총스님의 아미타경 강설	혜총	(주)조계종출판사
3	설전(법정어문고성철이답하다)	성철, 법정, 원택	책읽는섬	8	달라이라마의 불교강의	달라이라마	불광출판사
4	법문스님의 행복해지고 싶다면 길을 물어라	법문	나무의마음	9	붓다프로젝트	원담	민족사
5	월호스님의 화엄경약찬게 강설	월호	(주)조계종출판사	10	생사의 근본에서 주인이 되라	허운/정원규	불광출판사



지금 행복하지 않으세요?... “단기출가학교로 오세요”

출가학교

정념 스님 지음 | 모과나무 펴냄 | 1만 6천원



월정사 주지 정념 스님은 2004년 주지로 부임하자마자 9월에 1개월 과정의 ‘단기출가학교’를 열었다. 결과는 대박이었다. 신청자가 몰려 불교계에서는 드물게 입교 경쟁률이 4~5대 1을 훌쩍 넘었다. 이는 곧 불교계에 출가 열풍을 일으키며, 새로운 출가 문화를 정착시켰다.



월정사 단기출가학교 참가자들이 경내서 삼보일배 수행을 하고 있다. 현대불교신문 자료사진

**출가 입산 수도 하산 등 4개 구성
끝없이 숙이며 ‘나’를 찾는 과정
3천여명 배출...참가자 경험담도
최근 계층·연령별로 세분화 등**

이다. 저자인 정념 스님은 이미 10여 년 전에 ‘출가학교’를 시작해 사람들에게 행복해지는 법을 알려주고 있다. 이 곳에서는 스님과 똑같이 머리 깎고 산사 생활을 하지만 외형적 변화를 체험하는 것 보다는 ‘더 비우고 낮추는 수행생활’의 내적 변화에 무게를 둔다. 새벽에 일어나 하루 종일 몸을 움직여야 하는 정진과 공동체 생활은 자기 내면과 더불어 타인과의 관계 문제를 해결해야 하는 고된 일과다. 하지만 참가자들은 육체가 힘든만큼 오히려 정신은 맑아진다고 입을 모은다.

이 같이 행복해지는 법을 ‘출가학교’를 통해 공유했고, 다시 <출가학교>를 펴낸 정념 스님은 책 머리서 이것이 ‘출가학교’를 시작하게 된 계기라고 밝혔다. 그리고 책은 출가, 입산, 수도, 하산 등 4개의 과정으로 구분해 참가자들의 경험담도 함께 실었다.

책 속에서는 많은 심경의 변화들이 소개됐다. 출가학교 28기에 참여한 임원종님은 이렇게 고백한다. “저는 한 사람을 지독히도 미워했습니다. 그건 바로 나 자신의 임원종입니다. 제 인생이 너무

하찮아 부끄러웠고, 그런 저 자신을 도저히 용서할 수 없었습니다. 괴로웠습니다. ... (중략) 자신이 가여워 끝없이 절을 했습니다. 신기하게도 힘이 들면 들수록 땀을 흘리면 흘릴수록 맑은 물로 샤워하듯 마음이 개운하고 상쾌했습니다. 그렇게 저는 처음으로 저 자신을 용서했습니다.”

출가학교 11기에 참여한 박소연님의 아버지는 갑작스런 교통사고로 큰 딸을 보냈다. 아버지는 딸에게 이런 애절한 편지를 썼다. “네 덕분에 우리가 불교 공부 다시 시작하는구나. 고맙다. 너도 이 생의 아픔을 모두 잊고 좋은 곳으로 가거라. 우리의 인연이 여기까지 인가 보다. 이제 더 이상 슬퍼하지 않으려다. 곁에 잠시 머물러 준 것만으로도 고마운 존재란다. 딸아 잘 가거라”

출가학교 6기에 참여한 팽정원님은 출가학교의 느낌을 이렇게 소개했다. “오랜 중국 생활을 접고 돌아왔을 때, 처음엔 왠지 그리웠습니다. 무언가 두고 온 것만 같았습니다. 하지만 지금은 알니다. 평온한 행복, 그건 깨어 있어야 보이는 것이었습니다. 지금은 알니다. 빈 그릇으로 있어야 채울 수도 있음을”

저마다 구구절절하고 감동적인 사연들이다. 모두다 마음의 변화가 가져온 큰 선물이다.

이 책의 무대와 테마는 <출가학교>지만 ‘불필요한 것들을 버리고 행복하고 자유롭게 살기’라는 수행자의 메시지를 담고 있다. 저자인 정념 스님도 ‘출가학

교’를 통해 단순히 행동으로 보여주는 출가의 외형적 모습이 아니라 ‘자유와 행복’이라는 내면의 삶, 즉 출가정신에 집중한다고 말한다.

총 4부로 구성된 <출가학교>의 제 1부 ‘집을 나서다’ 편에서 정념 스님은 참가자들의 현상을 통해 우리 사회를 진단한다. “지금 행복하십니까?” 라는 물음을 던지며 시작하는 글은 ‘지식은 넘치고 지혜가 부족한 세상’과 ‘물질은 풍요롭고 마음이 가난한 세상’을 꼬집고 있다.

또한 우리들이 아는 ‘출가’는 세상과의 단절을 의미하고 두려움과 외로움의 세계라 잘못 알고 있다. 이러한 출가에 대한 오해도 풀어준다.

제 2부 ‘산에 들다’에서는 그동안의 삶에서 완전히 벗어난 새로운 삶을 위한 연습들을 소개한다. 출가자들이 가장 먼저 하는 일이 머리카락을 자르고 물들인 옷을 똑같이 입는 것이다. 말을 삼가거나 묵언을 하는 경우도 있다. 공동체 생활의 엄격한 규율과 절집 식사법인 발우공양을 하는 것도 그 가운데 하나이다. 말과 행동의 습관을 바꾸는 연습이다.

제 3부 ‘새 길을 가다’에서는 ‘출가학교’의 정진 프로그램을 소개한다. 매일 새벽 3시에 일어나 새벽예불과 108배, 참선 등의 정진과 발우공양의 일상은 하나 하나가 가르침이고 실천이다. 배워서 안다는 것에 대한 점검은 마음이 얼마나 편안해졌는지, 말투가 부드러워졌는지, 행동이 겸손해졌는지, 삶이 행복하고 평화로운지, 이웃에게 따뜻해졌는지를 통해 알 수 있다.

마지막 제 4부 ‘길을 나서다’에서는 ‘출가학교’를 마치고 다시 세상 속으로 나아갔을 때 우리는 어떻게 살아야 하는지 말한다. 우리가 다시 돌아갈 곳은 더 이상 사바세계의 중생계가 아닌 아름다운 곳으로 보이는 깨달음의 세계라고 전한다.

사정이 있어서 입교하고 싶었지만 뜻을 못 이룬 이들이 있다면 책을 통해 선배 참가자들이 출가학교서 배운 깨달음을 접해 보자. 참했든 안했든 삶 속에서 귀중한 깨달음을 실천하면서 살아간다면 그들은 분명 행복한 수행자일 것이다.

김주일 기자 kimji4217@hyunbul.com

셰프들의 음식 스승 우관 스님의 마음으로 담은 사찰음식 이야기

보리일미

우관 지음 | 램프온더문 펴냄 | 2만 3천원



“보리(菩提)란 산스크리트어의 <Bodhi>를 음역해 ‘최상의 진리를 깨우친 지혜의 깨달음’이라는 뜻을 담고 있습니다. 또한 일미(一味)는 한 맛으로 ‘한’은 모든 것을 총칭하는 큰 한 가지란 의미죠. 즉 보리일미는 ‘깨달음의 한 맛’입니다. 모든 맛을 아우르는 깨달음의 한 맛이야말로 사찰음식이 추구하는 최상의 맛입니다.”

음식 만드는 모든 일이 수행 아닌 것이 없다는 <보리일미>의 저자 우관 스님 <사진>은 자연 농법으로 농사 짓고, 절 주변에 자란 산나물의 순과 줄기, 꽃과 열매 등의 식재료를 채취해 음식을 만든다. 음식을 만들겠다고 뿌리 채 거두면 생명을 죽이는 일이지만, 속아주듯 채취하면 열매의 성장을 도와 그 자연 또한 생명이 증장되니 사찰음식은 자연과 인간이 함께 사는 상생의 음식이라 말한다. 그러니 자연과 내가 닮음이 아니라 하나라 생각하면 어떠한 식재료든 귀하게 여기지 않을 수 없다는 것이다.

스님은 “사람들은 늘 보았던 것, 늘 먹었던 것을 먹으려고 합니다. 그러나 눈을 돌려 주위를 보면 먹을 수 있는 식재료가 지천입니다. 어느 것 하나 버릴 것이 없습니다. 다만 못보고 지나치기 때문에 먹지 못하는 것뿐입니다”며 “그것이 꽃이든, 줄기든 잎이든 열매든 국도 하고 밥도 하고 김치, 장아찌도 담고 떡과 과자도 만들 수 있습니다. 그래서 누구나 따라할 수 있는 손쉬운 조리법을 다양하게 활용하여 만들 수 있는 요리들을 책 속에 담았습니다.”고 밝힌다. 또한 우관 스님은 “나는 부처님께 올릴 팔죽을 끓일 때 어떻게 해야 맛있게 끓일 수 있을까 궁리 하며 맛있어져 라고 주문을 외웁니다. 그러면 정말 맛있는 팔죽이 끓여집니다. 상대방을 기리는 마음으로 음식을 만드는 나의 기



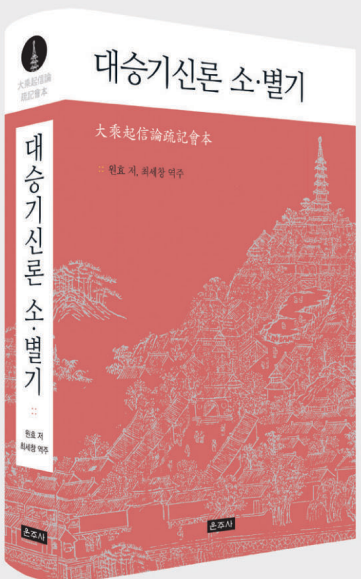
우관 스님이 온전하게 가동이 되어 긍정적인 에너지를 담은 음식이 만들어지는 것입니다.”고 덧붙였다.

이런 음식철학을 가진 우관 스님께 음식을 배우기 위해 미슐랭 스타 셰프들이 한국을 찾았다. 미슐랭 별 셋 레스토랑 라스트라스트(L'Astrance)의 프랑스 천재 요리사 바르보는 이렇게 말했다.

“된장국에 넣을 애호박을 칼로 자르지 않고 나무 수저로 툇툇 자르고, 채소를 손으로 끊어 넣는 걸 보고 왜 칼을 쓰지 않냐고 스님께 물었더니, 생명이 상하지 않도록 칼을 대지 않는다고 합니다. 음식은 요리를 통해서 제 2의 삶이 부여된다는 제 음식철학과 스님의 음식하시는 모습에서 서로가 통한다는 것을 알게 되었습니다.”라고.

한편 이 책은 우관스님의 라이프스타일이 녹아든 사찰음식을 이야기와 함께 화보로 담은 책이다. 그 계절에 가장 구하기 쉬운 식재료를 사용하였으며, 또한 그동안 몰라서 먹지 못했던 식재료에 주목했다. 흐르는 물도 아끼는 마음으로 고구마잎, 돼지감자 잎, 어린 수박 등과 같이 남들은 잘 먹지 않고 버리거나 흘려대는 식재료를 이용한 음식들을 소개한다. 순부터 줄기, 뿌리, 열매까지 하나의 식재료를 온전하게 다 먹을 수 있는 다양한 조리법을 전하며, 식재료를 귀하게 여기는 마음으로 재료를 손질할 때는 껍질과 뿌리를 그대로 사용하고 실뿌리등이 잘려나가지 않도록 깨끗하게 씻어 가능한 통째로 사용하였다. 식재료의 약성을 활용하고 발효장과 발효액으로 맛을 내어 입에는 순하고 소화가 잘 되어 몸이 따뜻해지고 머리가 맑아지는 음식들이다. 김주일 기자

대승불교의 정수를 담은 『대승기신론』의 가장 탁월한 주석서인 원효대사의 『소별기』!



대승기신론 소·별기

알기 쉬운 우리말 번역과 1,100개가 넘는 상세한 각주를 통해 누구나 혼자서 책을 이해하고 대승의 정수와 원효대사의 사상을 맛볼 수 있게 하였다.

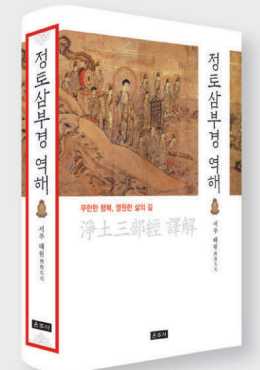
원효 저 | 최세창 역주 | 신국판 양장 | 672쪽 | 값 30,000원

불교 수행법 중 가장 쉽고 성취가 빠른 정도 및 염불 수행!

정도삼부경 역해

서주 태원 번역 및 해설 | 신국판 양장 | 632쪽 | 값 30,000원

『무량수경』, 『관무량수경』, 『아미타경』의 가르침을 원문과 우리말 번역, 해설과 주해를 통해 알기 쉽게 만난다. 아미타불의 본원력에 의지하는 염불수행은 누구나 매우 간단하고 빠르게 무생법인을 얻어 성불할 수 있는 길이다.



용의 분석심리학으로 바라본 선사들의 깨달음!

자아와 깨달음, 심리학으로 통하다

최명희 지음 | 신국판 | 무선 | 380쪽 | 값 17,000원

선사들이 어떻게 자아와 직면하여 깨달음에 이르렀는지, 일화와 어록 등을 중심으로 살펴보는, 조사선을 심리학으로 풀어낸 최초의 책.

