금주의 베스트 불서 10 10/18~10/24

불서총판 운주사 제공 02)3672-7181

순위	도서명	저자	출판사
1	돈황본육조단경(4본대조/정본역주)	조영미,최연식,김종욱,김천학,박인석 역주	운주사
2	미얀마아라한의수행:9위빠사나선사들의법문모음	강종미 편역	해장각
3	요가디피카(아헹가요가시리즈1)육체의한계를넘어	아헹가/현천 역	선요가
4	아비담마길라잡이(2)아비담맛타상가하	아누룻다/대림,각묵	초기불전연구원
5	붓다의가르침과팔정도(개정판)	월폴라라훌라/전재성	한국빠알리성전협회
6	어싱:땅과의접촉이치유한다	클린턴 오버/김연주	히어나우시스템
7	한글아함경*재개정판	고익진 엮음	담마아카데미
8	8정도수행체계(팔정도수행체계)오리지널붓다수행기술	붓다빠라	SATI PRESS
9	살아가는모든순간을기적으로바꾸는틱낫한명상	틱낫한/이현주	불광출판사
10	중의학이론과도가역경:인체는작은우주다	남회근	마하연

책세상

文人스님이 전하는 따뜻한 힐링 잠언 108편



보지 못하는것을 본다는것
주경 스님 지음
마음의 숲 펴냄
1만8000원

7년 만에 내놓은 주경 스님 신간
평소 사유하고 천착한 글들 묶어
짧으면서 편안한 메시지들 '눈길'
"욱, 확 말고 차라리 푹 주무세요"

신중일 기자 motp79@hyunbul.com



주경 스님은…동국대를 졸업하고 예산 수덕사로 출가, 해인사 강원을 졸업했다. 1년여 동남아시아 불교국가들을 만행하고 서산 부석사 주지를 지냈다. 2002년 초대 사무국장으로 최초로 템플스테이 사업을 시작했고 조계종 총무국장, 기획실장, 역삼청소년수련관장, 불교신문사장을 역임했다. 현재 조계종 중앙종회 의장, 동국대 불교학술원 전자불전문화콘텐츠연구소장, 수덕사불교대학장, 불교방송 이사, 중앙승가대학 이사 등을 소임을 맡고 있다.

이스라엘과 팔레스타인 무장단체 하마스의 전쟁에 대한 참상이 연일 뉴스를 타고 전해진다. 하마스의 기습 공격으로 시작된 이번 전쟁은 누적된 분노와 증오로 좀처럼 수그러들지 모른다.

조계종 중앙종회의장 주경 스님은 10월 15일 열린 자신의 신간 〈보지 못하는 것을 본다는 것〉 출판 기자간담회에서 "전쟁 종식을 위해 다 같이 기도하자"면서 "이젠 두 번째 독화살을 맞으면 안 된다"고 했다.

"부처님 경전에는 '두 번째 화살을 맞지 말라'는 비유가 있습니다. 첫 번째 화살을 맞게 되면 놀라고 화가 나고, 나에게 화살을 쏜 사람을 찾으려고 하죠. 이 원망과 증오를 키우면 안 됩니다. 바로 일어난 분노는 어쩔 수 없지만, 이를 확대시키면 나도 망치고 타인도 망치는 일이 됩니다. 증오로 얼룩진 두 번째 화살은 맞지 말아야 합니다."

기자간담회 현장에서 이뤄진 즉문즉설에 주경 스님은 평소 자신이 가진 사유의 결과물들을 구두로 풀어냈다. 어느 문답은 위트로 웃음을 짓게 했고, 어느 문답에는 다시 한 번 이야기를 되새기게 했다.

주경 스님의 신간 〈보지 못하는 것을 본다는 것〉도 마찬가지다. 이 역시 평소 스님이 가진 사유의 결과물들이 잠언의 형식을 빌려 모습을 이뤄냈다.

살아가면서 우리가 보지 못하는 것, 듣지 못하는 것들이 얼마나 많을까. 이 책은 불교에서 말하는 다섯 가지 눈(五眼)을 이야기하며 시작한다. 이 다섯가지 눈은 한계 안에서만 볼 수 있는 시각인 육안(肉眼), 미래는 물론 죽음을 내다볼 수 있는 천안(天眼), 현상과 사물을 꿰뚫어 보는 지혜의 눈 혜안(慧眼), 걸림으로부터 벗어난 법안(法眼), 충만하여 부족함이 없는 부처님의 불안(佛眼)이다.

본래 인간에게는 이러한 다섯 가지의 눈이 갖추어져 있는데 마음이 흐려지는 수많은 미혹 때문에 보지 못한다고 말한다. 욕망과 욕심, 시기와 질투, 나의 이기심과 조급함 때문에 내면의 진실과 실체를 보지 못하고 점점 눈이 닫히고 만다. 종이 한 장만 가려져 있어도 앞을 내다보지 못하는 즉물적인 눈으로 살아감을 안타까워하며 주경 스님은 맑고 순수한 눈을 되찾고 지켜나가는 법을 이야기한다.

이 책에서 말하는 보지 못하는 것을 본다는 것은 무엇일까. 아주 쉽다. 본래 있는 그대로를 보는 것이다. 가까이 다가가는 것. 오래 지켜보는 것. 사랑을 전제로 한 상대의 입장에서 보는 것이다. 집착과 차별을 떠난 눈, 분별할 줄 아는 안목은 나의 '기다림'과 '쉼'에서 온다고 한다.

그래서 이 책의 주제어들은 대부분 '느림'과 '휴식' '비워냄' '사랑'들이다. 보지 못하는 것을 보는 그 '눈'은 사랑을 전제로 한 오랜 기다림과 마음의 여유에서 온다. '쉼'은 우리를 너그러워지게 만든다. 뒤를 돌아보고 그 뒤와 앞을 내어주는 겨를이 있는 삶, 그것이 보지 못하는 것을 보고 듣지 못하는 것을 들으며 사는 삶이며 말하지 않아도 침묵의 공간이 생겨 서로 알아들을 수 있는 이심전심이 되는 것이다.

또한 우리가 생활하며 느끼는 분노와 증오, 차별들에 대한 지침들도 전한다. 주경 스님은 '욱, 확, 팍하지 마세요'에서 어떤 상황에서도 '팍'을 하지 말라고 한다. 스님은 '팍'은 그릇이 깨질 때 나는 소리로 애써 마련한 것이 못 쓰게 되는 소리라고 경계한다. 그럼 어떻게 끌어 오르는 분노와 화를 잠재울까. 차라리 스님은 '잠을 자라'고 한다. 잠을 자고 난 뒤 편안한 상태를 유지하는 것이다. "'욱' 할 때 꿀꺽 삼키면 수행이 잘된다"고도 전했다.

주경 스님이 책을 통해 전하는 메시지는 '사랑'이다. 스님이 전하는 108가지의 수많은 이야기들은 사랑을 향해 가고 있다. 놓지 못하는 것을 놓을 수 있는 것도 사랑이 있어서 가능한 것이고 버림, 비움, 기다림, 두려움조차도 사랑이 있으면 가능할 수 있는 것이다.

내가 사랑하기 어려운 것은 있어도 사랑하지 못하는 것은 세상에 없다. 모든 물체와 물성에는 생겨남이 있고 존재해야 하는 까닭과 근거가 있고 나름 아픔과 슬픔, 고독함과 고난도 있다.

배고프고 춥고 아프고 외롭고 슬프고 억울한 것
소외된 것들을 사랑해야 합니다.
굳이, 애써, 찾아내서
사랑하지 못하는 것을 사랑해야 합니다.

그것을 보고, 듣고, 알아차리는 것이 우리가 살아가는 이유이고 진정한 어른의 시선이고 말이며 성숙함이다.

책 속의 밑줄 긋기

나를 묵묵히 기다려주고 후원해준 부모님처럼 나의 가능성을 발견하고 발탁해준 스승처럼 보지 못하는 것을 본다는 것은 나도 누군가를 손잡아 일으켜 세워줄 수 있고 앞으로 나아가게 해줄 수 있는, 끈이 되어준다는 것입니다. **– #004 알지 못하는 것을 안다는 것**

우리의 마음 그릇에는 세월 따라 기쁨과 슬픔, 분노와 용서, 고집과 관용이 들어서고 나갑니다.

하지만 자신의 뜻과 달리 세상의 풍파로 인해 마음이 채워지고 다시 비워지는 경우, 시간도 오래 걸릴 뿐만 아니라 고통도 많이 따릅니다.

자발적이고 적극적인 마음 비우기가 필요한 이유입니다.

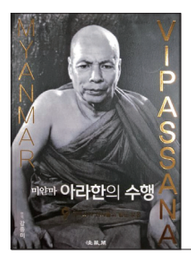
– #074 비워내다 보면 그릇에 아름다움이 담깁니다.

놓을 수 있다고 마음을 먹게 되는 순간 그 전에는 전혀 알지 못했던 설렘과 희망이 마음에 깃들게 됩니다.

수많은 부정과 번민의 굴레를 벗어던지고 새로운 바람이 닿는 살 위에 날개가 돋아날 것입니다.

– #083 놓을 수 있는 용기가 필요합니다

스승들이 전한 위빠사나 요체



미얀마 아라한의 수행
강종미 편역
해장각 / 1만6000원

불교가 한 나라에서 번성하기 위해선 왜곡되지 않은 부처님 말씀과 이를 따라 정진해 깨달음을 얻어 범부중생을 교화하는 수행자가 필수적이다. 테라와다불교의 맥을 이은 미얀마가 불교국가로서 부처님 가르침을 면면히 이어갈 수 있었던 것도 여러 스승들의 노력 덕분이다.

〈미얀마 아라한의 수행〉은 20세기 전후 미얀마 승려로서 아라한의 경지에 오른 것으로 평가받는 최고의 스승 9명의 법문을 모았다. 편역은 1996년 미얀마로 건너가 마하시 · 쉐우민 · 때인구 · 모곡 센터 등에서 직접 위빠사나를 수행하고 마하시 마하간다용, 만달레이 빠리얏띠 사사나 대학 등에서 아비담마와 빠알리 삼장을 수학한 강종미 박사가 맡았다. 이번 책은 그동안 역자가 접한 큰스님들의 법문 중 위빠사나 수행에 요긴한 법문들만 추려 모은 것이다.

위빠사나(vipassanā)의 위(vi)는 '특별하게', 빠사나(passanā)는 '본다'는 뜻이다. 생멸하는 물질과 정신을 관찰해 무상 · 고 · 무아를 아는 수행법으로, 초기경전에는 부처님께서 직접 수행하신 것으로 알려져 있다.

레디 사야도의 법통 제자 위빠사나빠라구 사야찌(1891~1952)는 위빠사나를 수행해야 하는 이유를 이렇게 설명한다.

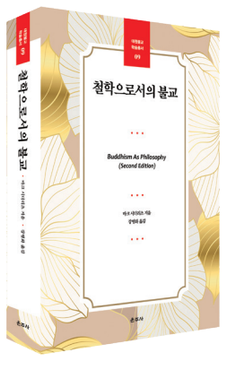
"항상하지 않고 변하는 성품(실재)만을 보게 되면 안심할 수 없고 두려워진다. 위험, 두려움에서 벗어나고 싶다. 끝없이 소멸하고 사라지는 성품에는 사람, 중생, 나라고 여길 만큼 견고한 본체가 없다. 물질 더미를 들여다보면 미세한 입자뿐이다. '액체, 고체, 물질, 형상이란 어디에도 없고 오직 성품뿐이구나! 이것 역시 제 일을 마치면 소멸되어 흔적조차 없어지는구나!' 라고 있는 그대로 알 때 진정한 믿음이 자라난다."

세계적으로 이름이 알려진 쉐우민 사야도(1913~2002) 역시 '생멸'을 항상 주목하라고 조언한다. 알아차릴 대상(물질)과 알아차리는 정신을 의지처로 일어날 뿐 어디에도 '나'는 없다는 것. '내'가 아는 것이 아니기에 일어나는 실재를 그대로 알 때 집착에서 벗어난다고 말한다.

이처럼 위대한 수행자들의 법문이지만 위빠사나가 특별한 사람들을 위한 수행법은 아니다. 책에 소개된 순룬 사야도(1877~1952)는 가난한 농부의 아들로 태어나 마흔이 넘도록 글을 읽지 못했다. 마을에 전염병이 돌면서 죽음에 대한 두려움을 이겨내고자 수식관을 배워 수행하면서 마흔 셋의 나이에 출가했다. 위빠사나를 더 자세히 알고 싶다면 9명의 스승들의 이야기에서 서로 통하는 핵심을 찾아보자.

윤호섭 기자 sonic027@hyunbul.com

현대불교신문 창간 29주년을 축하합니다 | 불교의 현대화를 추구하는 대원불교학술총서



철학으로서의 불교
마크 시더리츠 지음, 강병화 옮김 / 648쪽 / 38,0000원



스토아철학과 서양불교
2,600여 년 전 인도에서 탄생한 불교와 고대 그리스로마 철학인 스토아철학이 보여주는 놀라울 정도의 유사성과 상호 영감은 어디에서 기인하는가!
패트릭 어셔 지음, 이재석 옮김 / 152쪽 / 12,000원



붓다의 깨달음과 뇌과학
뇌의 구조와 작동원리를 이해하면 불교의 가르침을 이해하는 데 큰 도움이 될 뿐 아니라, 어떻게 스스로의 마음을 이해하고 조절할 수 있는지 알게 된다.
문일수 지음 / 360쪽 / 25,000원



고대부터 현대까지 한 권으로 보여주는 한국불교의 역사!
한국불교통사
김경집 지음 / 392쪽 / 20,000원



서양철학자들이 불교에 심취한 이유는 무엇인가?
에리히 프롬과 불교
박찬국 지음 / 316쪽 / 20,000원



인류의 위기에 대한 인식 전환과 새로운 실천 방향 제시!
활생문명으로 가는 길
김규칠 지음 / 368쪽 / 25,000원



불교에서 가장 중요한 주제인 마음(心)과 의식(識)에 대한 통찰!
불교의 무의식
윌리엄 왈드론 지음, 안성두 옮김 / 456쪽 / 23,000원



백운 · 태고 · 나옹의 선어록에 대한 문예 미학적 접급!
한국 선어록의 문예 미학
전재강 지음 / 312쪽 / 20,000원



가장 뛰어난 제자 24인의 삶과 수행, 깨달음의 과정을 담다!
부처님의 위대한 제자들
냐나뽀니까 장로 외 지음, 김충현 옮김 / 728쪽 / 40,000원



비구니 승가에 대한 차별이 과연 부처님의 본뜻이었을까?
비구니 승가 설립의 역사
아날라요 지음, 김철 옮김 / 360쪽 / 20,000원



직접성과 즉각성의 전통적 해석에 대한 비판과 새로운 관점!
새로 보는 선불교
베르나르 포르 지음, 정천구 옮김 / 696쪽 / 45,000원

도서출판 운주사 서울시 성북구 동소문로 67-1 성심빌딩 3층 ● 전화 (02) 926-8361 ● 팩스 0505-115-8361 ● 주문 (02) 3672-7181 ● 다음카페:도서출판 운주사 www.cafe.daum.net/unjubooks