윤회, 부처님이 남긴 행복 처방전



일묵 스님이 들려주는 초기불교 윤회이야기
일묵 지음/불광 펴냄/1만 3800원

김주일 기자 kimji4217@hyunbul.com



초기불교 가르침으로 알아본 윤회 개념과 원리

지금 삶의 행복과 다가올 다음 삶의 행복을 위한 부처님의 바른 처방전인 윤회(輪廻)를 우리는 얼마나 알고 있을까?

윤회란 무엇이고, 그 원리는 무엇인가, 우리가 윤회하는 삼계란 어떤 세계인가, 윤회하는 삶속에서 업은 어떻게 작용하는가, 이생과 내생의 행복을 위해 우리는 무엇을 알고, 무엇을 준비해야 하는가 등등. 우리는 누구나 행복한 삶을 원한다. 하지만 행복한 삶을 살지 못한다. 그 이유는 행복한 삶으로부터 멀어지는 불선(不善)한 행위를 하며 살고 있기 때문이다. 게다가 우리 스스로 짓는 매순간의 업이 어떤 결과를 가져오는지 알지 못하니 많은 이들은 이생의 끝을 두려워하며 고통스러운 삶을 살 수밖에 없다.

불교에서는 모든 고통과 번뇌의 원인 중 하나를 무명(無明)이라 이야기한다. 마치 한 치 앞도 보이지 않는 어둠 속에서 길을 헤매듯 진리의 빛을 얻지 못하고 잘못된 길로 나아가게 되는 것이다. 그럼 우리는 현생과 내생의 행복을 위해 무엇을 알아야 하는가? 그리고 어떻게 살아야 하고, 어떻게 이생의 끝을 마무리해야 하는가? 그것은 윤회(輪廻)의 가르침 안에 모두 담겨져 있다.

이 책의 저자인 일묵 스님<사진>은 1996년 서울대 수학과 박사 과정 중 출가해 성철 큰스님의 제자인 원택 스님을 스승으로 모셨다. 이후 불교 명상에 관심이 있는 이라면 한 번쯤은 들어봤을 국내외 여러 수행처를 다니며 지속적인 수행을 했다. 그리고 현재 초기불교 수행법을 전하는 수행공동체인 제따와나 선원을 활발히 운영하고 있는 선원장이기도 하다.

스님의 저서인 이 책은 초기불교 가르침을 중심으로 윤회의 개념과 원리에 대해 설명한다. 지난 2010년 출간된 스님의 첫 책이자 많은 이들에게 사랑 받은 〈윤회와 행복한 죽음〉의 개정판인 이 책은 새로운 옷과 새로운 구성으로 그동안 허황된 내세관으로만 치부된 윤회의 진정한 의미는 무엇인지 독자들로 하여금 선명하고 바른 시각을 가질 수 있도록 인도한다. 그렇다면 당신에게 윤회란 무엇일까? 일반적으로 윤회는 다음 몇 가지로 인식된다. 먼저 허황된 이야기라는 측면이다. 스님은 이 책의 머리말서 다음과 같이 이야기한다.

"제따와나 선원을 개원하고 많은 사람을 만나면서 새삼 알게 된 사실이 한 가지 있습니다. 그것은 윤회를 믿지 않는 불자가 의외로 많다는 것입니다."

우리는 눈에 보이는 것만 믿는 경향이 있다. 하지만 눈에 보이지 않는 것이라 할지라도 윤회가 우리의 삶과 수행을 올바른 방향으로 이끌어 가는 데 중요한 역할을 한다는 점은 분명하다. 그것을 알고 바른 실천을 행함으로써 진정한 행복을 얻고, 궁극적으로 열반을 실현할 수 있다는 것이 이 책 전반 곳곳에 들어 있는 일묵 스님의 메시지이다.

또한 잊지 말아야 할 것은 윤회는 삶의 끝자락서만 작동하는 원리가 아니라는 점이다. 다시 말해 지금의 삶 속에서도 끊임없이 작동한다는 것이다. 윤회의 원리로서 '이것이 있으므로 저것이 있다', 즉 '연기(緣起)'를 설하신 부처님 가르침을 다시금 되새겨봐야 한다.

둘째, 짐짓 죽음과 연관되어 무겁거나 어두운 개념으로 인식된다. 언젠가는 누구에게나 닥칠 죽음이다. 하지만 '나'에 대한 집착은 끝내 죽음에 대한 공포심을 일으킨다. 또한 한 번도 가 본 적 없는 죽음 이후의 세계에 대해 두려움을 느끼기도 한다.

> **"윤회, 지금 삶 속에서도 끊임없이 작동"**
> **초기불교 가르침 중심으로 '윤회' 설명해**
> **윤회는 삶과 수행 이끄는 구심점 역할**

이 책을 한 줄 한 줄 읽다 보면 그 공포나 두려움은 결국 나로부터 시작되고, 나로부터 극복될 수 있음을 알 수 있게 된다. 그래서 우리 삶의 태도를 바꾸고 더 나은 길로 향하는 길을 찾을 수 있는 것이다. 그렇다면 두려움을 극복하고 지금의 삶과 다가올 다음의 삶의 행복을 위해 우리는 무엇을 어떻게 해야 하는가.

현생과 내생의 행복 위한 윤회 강의

우선 알아야 한다. 윤회란 무엇인지, 윤회가 계속 반복된다는 삼계(三界)란 세계는 어떤 공간인지, 윤회와 부처님의 핵심적 가르침들, 이를테면 업과 십이연기 등은 어떻게 연결되는지에 대해서 말이다. 하지만 어렵고 딱딱하기만 할 것만 같다.

이 책의 특징 중 하나는 간명하고 깔끔한 서술로 하여금 이전의 그 어떤 책보다 쉽고 명확한 이해가 가능하다는 점이다. 그동안 윤회를 다룬 많은 책들은 학제적 성격을 갖거나 일반 독자들이 접하기에 다소 어려운 경우가 많았다. 하지만 이 책은 불교 교리에 해박하지 않은 독자들도 알기 쉽게 서술되어 있다. 윤회와 윤회를 둘러싼 개념에 대해 친절히 설명하고 있는 스님의 강의법도 그러하거니와 초기불교 경전과 주석서 등에서 길어 올린 인연담, 혹은 스님의 개인적인 인연담을 빌려 전달함으로써 초심자인 독자들도 바른 시각을 가질 수 있게 도운다.

다음으로 실천해야 한다. 이 책은 단순히 개념을 설명함에 머무르지 않고 왜 수행을 해야 하는지, 윤회의 순간순간 우리는 어떻게 살아야 하는지에 대해 알려준다. 예를 들어 불자로서 즐거움이 가득한 선처(善處)에 태어나기 위해 무엇을 수행해야 하는지, 생의 마지막 순간 어떤 마음을 가져야 하는지, 임종을 앞둔 가족을 위해 우리는 어떻게 행동해야 하는지 등에 대한 충고를 아끼지 않는 것이다.

오직 당신을 위한 일묵 스님의 강의 계획안

이 책의 각 장 내용을 요약하면 다음과 같다. 제1장은 우리가 윤회하는 세상인 삼계, 즉 욕계 · 색계 · 무색계에 대해 풀었다. 우리는 윤회할 때 자기가 지은 업에 따라 삼계의 서른한 가지 세상 중 한 곳에 태어난다. 이 서른한 가지 세상의 다양한 모습을 알게 되면, 우리는 다음 생에 악처가 아닌 선처에 태어날 수 있도록 항상 경각심을 가지게 될 것이다.

제 2장은 업과 윤회에 대해 다루었다. 업에 의해 윤회가 일어난다는 것은 알지만 업의 개념을 명확히 이해하는 사람은 그리 많지 않다. 업의 역할, 과보를 생산하는 장소, 업이 결과를 맺는 순서와 시기 등에 관한 폭넓고 정확한 이해를 통해 업에 대한 잘못된 견해를 버릴 수 있다.

3장서는 죽음 직전의 인식과정에 나타난 업에 의해 내생의 첫 의식, 즉 재생연결식이 어떻게 일어나는지에 대해 설명했다. 우리가 일생에 지은 업 중 가장 뚜렷한 업이 죽음 직전의 인식과정에서 업이나 업의 표상, 태어날 곳의 표상 중 한 가지 형태로 나타난다. 그 업에 의해 내생에 태어날 세상이 결정되고, 그곳에서 최초로 재생연결식이 일어난다. 이 과정을 잘 이해하면 깨끗한 마음으로 죽음을 맞이하는 것이 얼마나 중요한지를 알 수 있다.

4장은 불교의 핵심 가르침인 연기에 대해 풀어썼다. 3장의 윤회의 원리를 십이연기의 가르침을 통해 체계적으로 정리한 부분이다. 연기를 이해하면 그릇된 견해를 버리고 바른 견해를 갖추어 궁극적으로 깨달음을 실현할 수 있을 것이다.

5장에서는 무아(無我)인데 윤회하는 이유가 존재는 연기, 즉 조건을 의지해서 태어나기 때문이라는 것에 관해 이야기했다. 연기를 통해 존재의 발생과 윤회의 원인을 이해하면 존재들은 서로 의지하고 있다는 것을 알 수 있으므로 자비심으로 세상을 바라볼 수 있다.

불교에서 가장 중요하고 핵심적인 가르침인 연기와 사성제(四聖諦) 등은 윤회를 기반으로 설해져 있다. 이 같은 점을 통해 윤회를 이해함이 불교를 이해함에 있어 얼마나 중요한 것인지 알 수 있다. 더구나 일묵 스님의 윤회 강의를 한 장 한 장 읽다 보면 그동안 얼마나 잘못된 생각을 가지고 살아왔고, 그 잘못된 생각이 우리 안에 얼마나 뿌리 깊이 박혀 있는지 깨닫게 된다. 또한 앞으로의 삶을 어떻게 살아야 할지에 대한 경각심도 생긴다.

우리는 일묵 스님의 이 책을 통해 윤회를 올바르게 이해함으로써 부처님께서 남기신 행복을 위한 또 하나의 처방전을 받아들일 수 있게 된다. 결국 우리에게 남은 건 행복뿐일 것이다.

"기도하는 삶은 복되고 행복하다"



스님, 기도는 어떻게 하는 건가요?
자현 지음/조계종출판사 펴냄/1만 7천원



한 해 동안 사찰에서는 다양한 기도가 이루어진다. 새해가 되면 정초기도를 하고 관음기도, 지장기도, 화엄성중기도 등 애초의 목적이 구복에 있든 천도에 있든, 아니면 또 다른 목적을 가지고 행하는 기도든 상관없이 수많은 형태의 기도가 행해진다. 그럼에도 불교에서 기도란 무엇인지, 기도의 요건과 마음가짐, 기도를 하는 방법과 요령을 체계적으로 설명해주는 이렇다 할 안내서를 보기 드물다.

종교의 본질은 기도에 있다. 하지만 기도하는 방식은 종교마다 다르다. 삶이 괴로울 때, 변화가 필요할 때, 원하는 것을 이루고 싶을 때면 막연히 '기도하고 싶다'는 생각이 들기도 한다. 또 인생을 살다 보면 때로는 자녀의 입시나 취업, 승진이나 매매가 걸린 일을 만나기도 한다. 이런 상황에 마주쳤을 때 어떤 기도가 해법이 될까. 누구는 관음기도가 좋다 하고 누구는 지장기도를 하라고 하는 등 스님들마다 서로 다른 해법을 제시하는 것은 불교가 이른바 '종합병원'이기 때문에 존재하는 복잡성으로 인해 생기는 문제이며, 따라서 가이드북이 필요하다고 저자는 말한다.

불교에서 기도란 무엇일까. 기도는 어떻게 해야 할까. 그리고 어떻게 기도를 해야 바라는 것을 이룰 수 있을까. 불교계에서 '전방위 지식인'으로 통하는 자현 스님<사진>은 특히 대중의 눈높이에 맞춘 재미있고 유익한 강연으로도 인기가 높다. 저자는 기도의 원리부터 마음가짐, 절 기도를 하는 방법, 가피의 종류와 체험, 사경 기도를 하는 법, 석가모니 · 아미타불 · 관세음보살 등 불보살에 대한 기도, 신중기도와 다라니기도 등 우리가 평소 막연히 알고만 있던 기도 방법과 성취에 관하여 각종 경전의 근거와 유래와 함께 알기 쉽고 분명하게 설명해준다. 실용적인 기도 방법과 요령을 소개하는 데 그치지 않고 탄탄한 배경 설명이 뒷받침되어 책의 깊이를 더한다. 또한 염불 및 관불과 칭명염불의 차이, 기도 장소는 어떻게 골라야 하는지, 기도할 때 향은 꼭 피워야 하는지, 절 기도는 어떤 사람에게 적합한지, 참회 기도와 사경 기도는 어떻게 하는지, 진언의 의미를 꼭 알아야 하는지 등 시시콜콜한 궁금증까지 친절히 풀어준다. 이른바 불교 기도에 대한 거의 모든 것을 총망라하였다고 해도 과언이 아니다.

불교는 수행의 종교이다. 기도를 통해 일행삼매에 들어가고 심리적 · 정신적 안정을 얻을 수 있다는 점에서 기도는 참선과는 또 다른 형태의 수행 방법이라 할 수 있다. 하지만 기도는 내면을 정리하는 수행과는 다르다. 그보다는 뚜렷한 목적을 가지고 부처님께 자신의 일을 부탁하고 이루어지게 해주십사 하는 간절한 요청이다. 그러하기에 기도의 목적이 불투명하면 안 된다. 무슨 일이 언제까지 어떻게 이루어졌으면 한다는 정확하고 분명한 목적이 있어야 한다고 저자는 말한다.

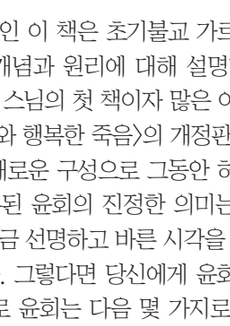
기도는 마땅히 형식과 내용을 갖추어야 한다. 마음이 흐트러지기 쉬운 바쁜 일상생활 속에서 기도를 통해 수행하고 바라는 것을 이루기 위해서는 올바른 기도법을 아는 것이 중요하다. 저자는 절하는 법을 포함하여 분향, 발원, 정근, 회향 등 우리가 생활 속에서 실천할 수 있는 각종 기도법의 순서와 요령은 물론, 기도할 때는 어떤 마음가짐을 가져야 하고 어떻게 기도를 해야 행복과 성취를 이룰 수 있는지 기도할 때 우리가 꼭 알아야 하거나 혹은 몰라도 되는 이모저모를 꼼꼼하고 친절하게 일러준다. 무엇보다 누구나 집이나 사찰에서 책을 펼쳐놓고 하나하나 따라 할 수 있도록 친절하게 꼼꼼히 설명한 것이 이 책의 미덕이다. 난행도와 이행도를 배낭여행과 패키지여행에 비유한다든지 집에서 하는 기도와 달리 사찰 기도의 장점을 독서실에서 공부가 더 잘되는 것에 비유하는 등 자현스님의 책에서만 볼 수 있는, 머리에 쏙 들어오는 쉽고 재미난 예들이 즐비한 것은 이 책이 가진 또 하나의 매력이다.

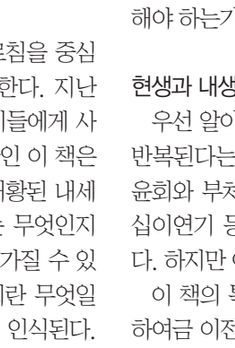
> **기도 원리부터 신중, 다라니까지**
> **한 권에 담은 불교기도 총 백과사전**
> **불교 기도 거의 모든 것 총망라해**

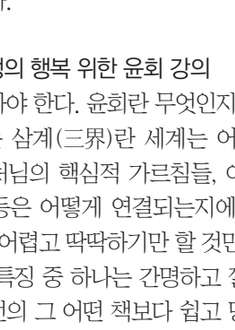
부록에는 우리나라의 대표 기도처들이 총망라되어 있다. 남북보궁과 오대보궁의 역사와 유래, 한국불교에서 중요한 사리들은 어디에 있는지, 3대 성산과 3대 관음도량, 삼보사찰, 전불시대 사찰과 최고 명당 사찰 등 특히 기도에 효험이 있는 사찰에 얽힌 이야기들이 촘촘히 소개되어 재미를 더한다. 또한 사찰에서 이루어지는 1년 기도의 유래와 의미에 대해서도 일목요연하게 정리하여 누구나 실생활에 참고할 수 있도록 하였다. 김주일 기자

2018년 도서출판 운주사 우수도서 선정

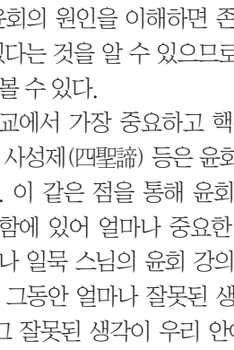
학술원 우수학술도서







2018 세종도서 학술부문



2018 세종도서 교양부문

소유, 행복의 터전인가 굴래인가 — 소유가 인간 삶에서 지니는 의미와 역할, 소유의 본질과 전개 등에 대해 초기불교, 선불교, 서양철학, 경제학, 심리학의 관점에서 입체적으로 조명!
권석만 외 저/신국판/416쪽/값 22,000원

송시의 선학적 이해 — 중국문학의 최고봉으로 평가되는 송대의 시가詩歌를, 선종의 관점에서 회통과 융합이란 주제로 치밀하게 연구한 역작!
박영환 저/신국판/536쪽/값 27,000원

다문화 사회와 철학 — 200만 외국인 시대를 맞이한 한국 사회가 '함께 행복한 공동체'가 되기 위해 필요한 것은 무엇인지, 철학적으로 성찰하였다!
이정은 · 이병욱 · 정창호 저/264쪽/값 13,000원

참여와 명상, 그 하나됨을 위한 여정 — 사회참여와 개인의 내적 성장(명상)은 함께하는 것이 가능한가? 대표적 종교의 전문가들이 이 둘의 상관관계와 공존 가능성을 성찰한 책.
이정배 외 저/신국판/256쪽/값 13,000원

삼계교 연구

수당시대에 선종, 정토종 등 불교종파들과 어깨를 나란히 하며 400여 년 간 영향을 끼친 삼계교 대한 연구 성과들을 총 정리한 역작!
서본조진 저/박부자 역/716쪽/값 35,000원





붓다와 프로이트

서양의 심리학과 붓다의 가르침은 양립할 수 있는가? 하버드 의대를 졸업하고, 뉴욕대학교에서 심리학을 가르치는 저자가 양자의 상호융합의 길을 모색한다.
마크 엡스타인 저/윤희조 · 윤현주 역/
336쪽/값 15,000원

도서출판 운주사 | 자유문고 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