금주의 베스트 불서 10

12/17~12/23

불교전문서점

조계종출판사 불교전문서점 향전 제공 02)2031-2070

순위	도서명	저자	출판사
1	나도 내 마음을 모를 때 불교심리학	보만	불광출판사
2	마음을 다스리는 금강경 백팔배	성범	구봉
3	샨띠데바의 입보리행론	청전옮김	담앤북스
4	선문염송 요칙	문광 집요역해	올리브그린
5	스무살 반야심경에 미치다	김용옥	통나무
6	윤회와 해탈	이중표	불광출판사
7	홀연히 깨어나는 신심명	원제	불광출판사
8	고등학생을 위한 금강경	김형중	운주사
9	깨달음으로 이끄는 대장경 속 한마디	김형중,허회태	운주사
10	깨어나는 삶 화엄의 길	관응문도회	불교시대사

불서총판 운주사

불서총판 운주사 제공 02)3672-7181

순위	도서명	저자	출판사
1	수행초탈인가 치유인가	박찬욱 기획/한자경 편집	운주사
2	법정스님이 세상에 남긴 맑고향기로운 이야기	법정/김계윤 그림	불교신문사
3	성자와 범부가 함께 읽는 금강경	김원수 지음	바른법연구원
4	이제서야 이해되는 반야심경	원영	불광출판사
5	이제서야 이해되는 금강경	원영 스님	불광출판사
6	요가디피카	아행가/현천 역	선요가
7	한마음 요전	대행스님	한마음선원
8	불교 이후	스티븐 배철러/강병화	운주사
9	인생과 싸우지 않는 지혜	곽철환 지음	불광출판사
10	붓다의가르침	월폴라 라훌라/이형두	맑은소리맑은나라

삶의 완성으로 가는 '흐름의 기술'



어른이 되는 흐름의 기술
마가 스님 지음
불광출판사 / 2만원

마가 스님, 40년 수행 담은 방법론
분노·두려움은 흘려보낼 '손님'
고통 생멸, 있는 그대로 바라보길
"어른은 마음 방향 잃지 않는 사람"



마가 스님은 12월 16일 서울 인사동에서 열린 출판간담회에서 "책에 힘든 감정을 흘려보내고 마음의 주인으로 사는 법을 담고자 했다"고 밝혔다. 스님 왼쪽의 족자 '통류(通流)'는 무비 스님이 직접 쓴 추천사다.

여수령 기자 spero0821@hyunbul.com

"마음에 여유가 없어 주변 사람과 가족을 소홀히 대하고 있어요." "상실과 공허를 견디기 힘들어요." "멀어진 인연을 어떻게 해야 할지 모르겠어요."

오늘을 사는 이들의 고백은 조금씩 닮아 있다. 감당하기 어려운 감정과 얽힌 관계 앞에서 사람들은 흔히 '버티는 법'이나 '견디는 요령'을 찾는다. 하지만 잘 이겨 내는 듯했던 삶은 다시 위태로워지기를 반복한다.

수행자이자 상담가로 40년을 살아온 마가 스님은 고통을 견디거나 제거해야 할 장애물로 보지 않는다. 대신 그것을 '흐름이 막힌 상태'로 진단하고, 불교의 핵심 가르침인 무상(無常)과 연기(緣起)의 지혜를 통해 다시 흐르게 하는 길을 제시한다. "없애려 애쓰지 않고, 흐르게 하는 법을 배울 때 비로소 삶은 완성된다"는 것이다.

우리는 흔히 무상을 '사라짐'이나 '상실'의 언어로 이해한다. 그러나 스님에게 무상은 정체된 삶을 다시 움직이게 하는 원동력이다. 집착하고 움켜쥔 마음을 놓을 때, 삶은 비로소 다른 방향으로 흘러갈 수 있기 때문이다. 책은 상처, 분노, 갈등, 비움, 감사라는 삶의 여러 국면을 '흐름'이라는 하나의 원리로 꿰어 낸다. 고통을 밀어내는 대신, 그 고통이 생겨나고 머물다 사라지는 전 과정을 있는 그대로 바라보게 한다.

그 과정에서 독자는 과거의 상처에 머물지 않고, 아직 오지 않은 미래의 불안을 앞당겨 살지 않으며, 지금 이 순간 마음이 쉴 자리를 발견하게 된다. 스님이 말하는 '어른'이란 강한 사람이 아니라, 마음의 방향을 잃지 않은 채 흘러가도록 허용할 줄 아는 사람이다.

그래서 이 책은 독자를 가르치려 하거나 섣부른 해답을 내놓지 않는다. 대신 스스로 자신의 상태를 알아차리고, 왜 막혔는지 발견하도록 돕는다.

책 곳곳에는 수행자의 언어가 일상의 말로 옮겨져 있다. "인생은 겸손에 대한 오랜 수업이다." "누군가를 손가락질할 때, 검지와 엄지를 제외한 나머지 세 손가락은 자신을 가리킨다."

고전의 문장을 오늘의 삶과 연결하고, 수천 년을 관통해 온 마음의 구조를 현대적 언어로 풀어내는 대목에서 수행자의 내공이 드러난다.

각 장 말미에 실린 '오늘의 명상'과 부록의 '참회·감사·사랑 일기', '108 마음약방+미고사 세트'는 독자를 일상의 수행으로 이끈다. 몸이 아프면 약을 찾듯, 마음이 아플 때 스스로 꺼낼 쓸 수 있는 약방문을 마련해 둔 셈이다.

마가 스님은 특히 청년 세대가 연애와 결혼, 직장을 포기한 채 무력감에 머무는 현실을 보며 자신의 삶이 작은 메시지가 될 수 있을 것이란 마음에 책을 쓰게 됐다고 말한다. 때문에 책에는 안양교도소 명상법회, 자비나눔 공양, 무료급식 등 '마음의 감옥에서 벗어나는 길'을 실천적으로 보여 주는 스님의 삶이 그대로 녹아 있다.

마가 스님은 "자비명상을 통해 부족함과 실수, 상처까지도 나의 일부로 받아들이는 법을 배웠다"며 "나를 용서하고, 타인을 용서하고, 삶의 모든 순간을 있는 그대로 받아들이는 태도는 수행을 넘어 삶의 방식이 됐다"고 말한다.

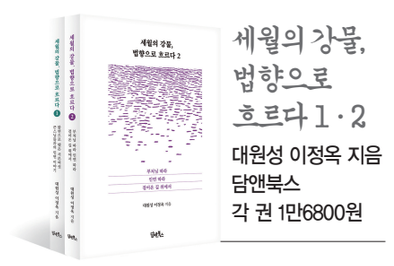
우리 시대의 대강백 무비 스님은 이 책에 '도시통류(道是通流)'란 추천사를 남겼다.

"육조 혜능 스님은 진리니, 삶이니, 길이니 하는 것을 툭 터져 흐르는 것이라고 했다. … 출가 40년의 지혜가 담긴 이 책은 툭 터져 흘러들지 않는 곳이 없는, 행복한 인생을 보는 안목을 열어 줄 것이다."

마가 스님이 전하는 삶의 기술은 단순하다.

"그래도 괜찮아. 이만해서 다행이야. 그럴 수도 있지."

큰스님과의 인연, 생활불교로 이어지다



세월의 강물, 법향으로 흐르다 1·2
대원성 이정옥 지음
담앤북스
각 권 1만6800원

대원성 보살 '법연' 산문집
태도로 남은 큰스님 가르침
가정에서 이어진 수행의 길
생활불교로 회향된 삶의 여정



대원성 이정옥 보살은 12월 17일 부산 대광명사에서 열린 출판간담회에서 큰스님들과의 인연과 그 가르침이 생활불교로 이어진 과정을 이야기했다. 대광명사 주지 목종 스님과 대원성 보살이 일타 스님의 친필 '정심(靜心)'을 들어 보이고 있다.

하성미 부산주재기자 hasm77@hanmail.net

법연(法緣)으로 맺어진 만남은 삶을 바꾸는 힘이 됐다. 부처님의 가르침으로 만난 인연은 보석처럼 마음에 남았고, 생활 속 실천으로 이어졌다. 대원성 이정옥 보살의 산문집 〈세월의 강물, 법향으로 흐르다〉(전 2권)는 법연과 신심이 삶으로 회향된 기록이다.

1권에는 청담·경봉·고암·성철·일타·법정·운허·혜인 스님 등 36명 선지식과의 인연을 담았다. 스님들의 말투와 태도, 삶의 결을 보여 주는 에피소드를 중심으로 구성돼 친숙하게 읽힌다. 저자가 직접 촬영해 간직해 온 사진과 친필 서신, 붓글씨가 함께 실려 기록의 생동감을 더했다.

특히 일타 스님과의 만남은 깊은 울림으로 전해진다. 보살은 자신의 미숙함 앞에서도 먼저 감싸 주던 스님의 모습을 회고하며 "스님은 늘 말이 아니라 태도로 가르쳐 주셨다. 지금도 사람을 대할 때마다 그 모습을 기준 삼아 나 자신을 돌아본다"고 했다.

고암 스님과의 인연도 전했다. 자신의 불명과 자녀 이름까지 지어주며 가족의 삶을 보듬었던 인연이다. 약속에 늦었을 때도 기다려 주던 모습, 물질보다 마음을 먼저 보라는 가르침은 삶의 기준으로 남아 있다. 또 경봉 스님의 화두, 법정 스님의 생활 수행에 대한 조언 등은 한 재가불자가 불교를 삶으로 체득해 온 과정을 보여 준다. 저자는 "큰스님들께서 남기고 가신 말씀과 태도는 여전히 나를 돌아보게 한다"고 말했다.

12월 17일 대광명사에서 열린 기자간담회 자리에는 목종 스님이 참석해 저자와의 인연을 소개했다. 목종 스님은 "전법에 대한 신심과 원력, 큰스님들과의 일화를 통해 많은 가르침을 받았다"며 "항상 존경하는 도반이자 스승 같은 존재"라고 말했다. 이어 "뵐 때마다 오히려 내가 더 충전되고 동기부여를 받는다"며 "불교와 전법의 길에서 매우 귀중한 인연"이라고 덧붙였다.

2권에는 스님들의 가르침을 가정과 일상에서 실천해 온 생활불교의 여정을 담았다. 저자는 결혼 후 연년생 네 자녀를 키우면서도 수행의 끈을 놓지 않았다. 아이들이 잠든 밤마다 108배와 기도를 올리며, 이웃과 주변 사람들을 위한 발원을 이어 갔다.

그는 "돈이 없는 집에는 형편이 나아지기를, 아픈 집에는 병이 낫기를 바라는 마음으로 기도했다"며 "기도가 끝나면 사람들을 불러 밥을 나누고 부처님 이야기를 했다"고 회상했다. 이러한 작은 실천은 자연스럽게 전법으로 이어졌다.

가정은 곧 수행의 공간이었다. 단칸방 시절부터 집 안에 작은 불단을 모시고 매일 108배와 사경을 이어 왔고, 아이들이 잘못했을 때는 꾸중 대신 108배를 함께 했다. 그는 "108배를 하고 나면 마음이 먼저 풀어진다"며 "그 과정 자체가 훈육이자 수행이었다"고 설명했다.

또 경전을 사경해 책으로 엮고, 이를 전국 사찰과 기도처에 보시해 왔다. 한글 사경본이 드물던 시절, 경전을 생활의 언어로 풀어낸 이 기록은 불교를 처음 접하는 이들에게도 자연스럽게 다가갔다. 사경은 가족 수행으로도 이어졌다. 남편과 자녀, 손주들까지 사경을 하고 있고, 명절에는 손주들에게 경전 사경을 권해 불교의 가르침을 자연스럽게 전하고 있다.

저자인 이정옥 보살은 1977년 부산 신행단체 '연꽃모임'을 창립해 40여 년간 회장 등 소임을 맡았고, 부산불교신도회 부회장을 16년간 역임했다. 보현봉사회, 소림청심장학회, 내생장학회, 군법당후원회, 공림공양회 등 여러 불교단체를 조직·운영하며 지역 불교 포교와 봉사 활동에 헌신해 왔다.

이 같은 공로를 인정받아 부산불교포교대상(1988), 홍법대상(1994), 제30회 조계종 포교대상(2018) 등을 수상했다. 저서로는 〈바라밀 일기〉, 〈누가 허공을 비었다 했는가〉가 있다.



어른이 되는 — 흐름의 기술
힘든 감정을 흘려보내고 마음의 주인으로 사는 법
마가 지음
352쪽 | 20,000원

모든 것은 흐른다,
물처럼 바람처럼

묶인 감정, 꼬인 인연, 멈춘 마음을 푸는 '흐름의 지혜'

출가 40년,
'힐링 멘토의 원조' 마가 스님의 진정한 인생 수업
삶의 완성으로 가는 '어른의 조용한 행복'을 발견하다!

"도시통류(道是通流). 육조혜능 스님은 진리니, 삶이니, 길이니 하는 것을 툭 터져 흐르는 것이라고 했다. 한순간도 걸림이 없어 툭 터져 있어야 행복을 느낄 줄 아는 사람이다. 출가 40년의 지혜가 담긴 이 책은 툭 터져 흘러들지 않는 곳이 없는, 행복한 인생을 보는 안목을 열어 줄 것이다."
_ '우리 시대의 가장 존경받는 대강백' 여천무비 스님의 추천사

불광출판사 전화 02) 420-3200 | www.bulkwang.co.kr | 불광미디어