금주의 베스트 불서 10
1/28~2/3

불교전문서점 조계종출판사 불교전문서점 향전 제공 02)2031-2070

순위	도서명	저자	출판사
1	한글 관음경	우룡/불교신행연	효림
2	수호신 기도	묘장	민족사
3	지장기도법	현장	솔과학
4	찬집백연경-백 가지 인연 이야기	역경위원회	동국역경원
5	나를 찾는 108참회 기도문	선묵혜자	마음서재
6	아름다운 인생은 얼굴에 남는다	원철	불광출판사
7	탄허 선사의 사교 회통 사상	문광	민족사
8	눈부신 하루를 시작하는 한마디	법상/용정운	조계종출판사
9	만다라 컬러링 100	편집부	불광출판사
10	묘엄 평전	박원자	조계종출판사

불서총판 운주사 불서총판 운주사 제공 02)3672-7181

순위	도서명	저자	출판사
1	한글 원각경	법공양	함허득통/원순
2	부처님의 생애	조계종출판사	교육원 편찬위
3	오대산 노스님의 인과이야기	불광	과경 엮음
4	요가디피카	선요가	아헹가/현천 역
5	도표로 읽는 경전입문	민족사	정운/배종훈 그림
6	도표로 읽는 불교입문	민족사	이자랑, 이필원
7	겁내지 않고 당당하게	한마음출판사	대행 큰스님
8	금강경 역해	불광	각묵
9	화:마음의 불꽃을 식히는 지혜	운주사	틱낫한/허우서, 허주형
10	마음꽃을 줍다	김영사	덕조 스님 글, 사진

왜 충분히 가져도 행복하지 않은가



탐욕의 심리학
현도 스님 지음
민족사
2만8500원

불교·심리학으로 읽는 탐욕의 구조
핵심은 '소유' 아닌 마음 지배 방식
"욕망 이해하면 탐욕은 힘 잃는다"

여수령 기자 spero0821@hyunbul.com

우리는 왜 충분히 가졌음에도 불안한가. 더 많이 벌고, 더 넓은 집에 살고, 더 나은 조건을 손에 쥐었는데도 마음은 좀처럼 편안해지지 않는다. '이 정도면 됐다'는 안도는 잠시뿐, 곧바로 더 많은 소유와 성취를 향한 결핍감이 고개를 든다. 그 결핍을 메우려다 삶의 균형이 무너지고 수많은 문제가 발생한다는 사실을 알면서도, 우리는 다시 더 큰 불안과 결핍 속으로 자신을 밀어 넣는다. 〈탐욕의 심리학〉은 이 익숙하지만 불편한 질문에서 출발한다.

저자 현도 스님(동국대 WISE캠퍼스 불교상담연구소 연구원·사진)은 "인간을 끝까지 움직이게 하는 가장 강력한 동력은 '더 갖고 싶다'는 마음, 즉 탐욕"이라고 말한다. 스님은 책에서 탐욕으로 인해 심리적 고통과 사회적 혼란을 겪는 현대인의 삶을 불교와 심리학이라는 두 관점으로 분석하며, 성찰과 회복 그리고 행복으로 나아가는 길을 제시한다.

현도 스님은 탐욕을 도덕적으로 비난받아야 할 결함이나 개인의 성격 문제로 바라보지 않는다. 대신 탐욕이 어떻게 마음에서 형성되고, 왜 멈추기 어려우며, 어떤 과정을 거쳐 개인의 불행과 사회적 혼란으로 증폭되는지를 짚어 낸다. 이를 통해 문제의 핵심이 소유의 많고 적음이 아니라, 소유가 마음을 지배하는 방식에 있음을 드러낸다.

또한 스님은 이 책에서 불교는 욕망을 억누르는 종교가 아니라, 오히려 욕망이 생겨나는 구조를 정확히 이해함으로써 그 힘에 휘둘리지 않는 법을 가르치는 실천적 지혜로 제시한다.



"욕망을 이해하는 순간, 탐욕은 힘을 잃는다"는 메시지는 불교 수행의 핵심을 드러낸다.

책은 초기불교의 '갈애(Taṇhā)' 개념과 현대 심리학의 욕망·중독 이론을 자연스럽게 연결한다. 부처님의 비유와 현대 심리학의 데이터가 겹쳐지면서, 독자는 탐욕이 단순한 의지 부족이나 도덕적 결함이 아니라 반복 학습된 마음의 습관임을 이해하게 된다. 욕망을 죄악시하기보다, 정확히 인식하고 다루어야 할 심리적 현상으로 바라보는 시선이 이 책의 중심에 놓여 있다.

이어 탐욕이 어떻게 사회적 현상으로 증폭되는지를 짚는다. 끝없는 경쟁과 비교를 부추기는 구조, 불안 위에 세워진 소비 시스템 속에서 탐욕은 개인의 선택이 아니라 구조적 압력으로 작동한다. 청소년들의 왜곡된 성공 인식, 도박과 가상화폐 광풍, 소유를 통해 존재를 증명하려는 강박은 모두 이 시대가 만들어 낸 탐욕의 얼굴이다.

이 지점에서 스님은 불교의 '중도' 사상과 현대 심리학의 회복 개념을 연결한다. 더 많이 가지는 방향이 아니라, 존재의 충만으로 시선을 돌리는 사유의 전환이 필요하다는 것이다. 이는 현실을 외면하는 이상론이 아니라, 불안한 시대를 살아가기 위한 하나의 실천적 제안으로 읽힌다.

현도 스님은 운문사 승가대학을 졸업하고 동국대 WISE캠퍼스에서 응용불교학 박사학위를 취득했다. 2019년부터 2021년까지 군법사로 활동했다. 현재 한국불교상담학회에서 개발한 '마인드 디톡스 프로그램(MDP, 탐·진·치 해독 프로그램) 강사이며, 동국대 WISE캠퍼스 불교상담연구소 연구원이다.

부처님 가르침으로 '멘탈 잡는 법'



힘들때 열어봐
장웅연 지음
동국
1만8000원

불교적 지혜로 찾는 삶의 해법
도발적 문장 속에 담긴 진정성

"마음이 흔들리면 병이지만, 마음을 움직이면 힘이다. 엄밀히 말해 부정적인 생각은 '생각하는' 것이 아니라 '생각나는' 것이다. 휘둘리지 말아야 한다. 사는 게 마음 같지 않더라도 마음마저 내주어서는 안 된다. 내 삶의 주도권을 삶이 아니라 내가 쥐면 늘 여유롭고 자신만만하다."

불교신문 기자인 저자가 살아가면서 마주치는 현실적 문제들에 대한 대처 방법을 불교적 지혜로 풀어낸 108편의 글을 담은 책이다. 갖가지 곤경과 스트레스로 힘들어하는 현대인들에게 어설픈 덕담이나 위로 대신 직설적이고 과감한 방식으로 '멘탈 잡는 법'을 알려 준다.

저자는 서문에서 "부처님의 여러 말씀 가운데 처세와 직결되는 내용을 선별해 나의 언어를 붙였다"고 소개하고 "그 어떤 불서보다 현실적이고 냉철한 책이 되길 바랐다"고 밝혔다.

책에서는 '세상은 선악이 아니라 강약이 움직인다', '걸림돌이나 디딤돌이나 모양은 비슷하다', '최고의 복수는 그 인간처럼 되지 않는 것이다'와 같은 도발적이고 날카로운 주장을 〈법구경〉, 〈백유경〉, 〈법화경〉 등 경전 구절을 바탕으로 풀어낸다.

'밥벌이의 지겨움'을 한탄하는 이에게는 "먹어야 깨달을 수 있고 부처님도 먹어야 했다. 밥벌이가 부처님"이라고 말하고, 과로로 힘들어하는 이에게는 "알고 보면 그렇게 살아야 자기 속이 편하니까 그러는 것이기에 열정도 탐욕"이라고 경책한다.

"인생에는 학원이 불필요하다. 값비싼 수업료를 지불해야 할 정도로 나에 대해 더 잘 아는 타인은 존재하지 않는다. 지난날이 역사 시간이었다면 현재는 체육 시간이다."

저자는 연세대 철학과를 졸업하고 불교신문 기자로 일하고 있다. 〈나는 어제 개운하게 참 잘 죽었다〉 〈불교는 왜 그래?〉 〈한국인이 가장 좋아하는 선문답〉 등 12권의 책을 펴냈다.

여수령 기자

새로 나온 책

인생을 바꾸게 하는 인연법



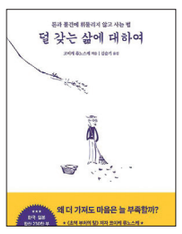
그래서 인연입니다
김현준 지음
효림
5000원

"인생은 그 자체가 하나의 큰 인연이다. 우리가 인연을 잘 가꾸어 풀어 가게 되면 인생 전체가 원만·성취·진실로 가득 채워진다."

김현준 불교신행연구원장이 '인연'을 주제로 월간 '법공양'에 연재한 글을 모은 책이다. 좋은 인연을 소중히 가꾸는 법, 나쁜 인연을 푸는 방법 등을 소개한다.

저자는 "지금 이 자리가 바로 '인·연·업·과(因緣業果)'의 네 가지를 동시에 맺고 풀고 가꾸고 이루는 자리"라며 "인연법을 분명히 알고 잘 풀어 나가게 되면 누구나 원만하고 평화롭게 살 수 있을 뿐 아니라 대행복을 누릴 수 있게 된다"고 말한다.

돈과 물건에 휘둘리지 않는 법

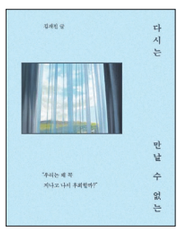


덜 갖는 삶에 대하여
코이케 류노스케 지음
김슬기 옮김
유노북스
1만8000원

지난해 〈초역 부처의 말〉로 '불서 신드롬'을 일으킨 코이케 류노스케가 '돈과 물건에 휘둘리지 않고 사는 법'을 말한다. 15년 전 일본에서 출간된 책으로, 감정과 욕망에 휘둘리는 마음을 들여다보게 한다. 소유를 줄이라고 훈계하는 대신 우리는 왜 필요 이상의 물건을 원하는지, 그 집착이 어떻게 불안을 키우는지를 차분히 짚는다. 더 갖고 싶은 마음을 인정한다, 방을 채우기 전에 마음부터 채운다 등의 원칙을 제시한다.

저자는 한국어판 서문에서 "돈과 물건은 자연스럽게 물 흐르듯이 마음 가는 대로 쓰면 된다"며 "그것이 돈과 물건에 대해 가장 가볍고 얽매이지 않은 상태"라고 말한다.

참지 못한, 혹은 너무 참아 버린 시간



다시는 만날 수 없는 아침도 있단다
김재진 지음
수오서재
1만8000원

"어디가 목표인지 모르겠지만 시간은 무섭게 속도를 낸다. 미쳐 버린 저 시간을 멈추게 하는 방법은 나스스로 멈추는 것밖에 없다. 내 앞에 펼쳐지는 현실을 분주함에서 고요함으로 바꾼다."

김재진 작가의 5년 만의 신작 에세이다. 작가는 음대 학생으로 21살에 등단해 시와 소설 등을 집필했고, 방송국 피디로 일하다 40대 초 직장을 떠나 명상과 마음공부를 만났다. 이후 배운 적 없는 그림을 그리기 시작해 열 번의 개인전을 열었다. 작가는 이번 에세이에서 인생의 황혼을 맞아 삶과 죽음에 대한 성찰, 후회와 깨달음 등 삶의 내공과 작가로서의 깊이를 드러낸다.



불교사상과 최신 생물학의 연관성을 탐구!
다르마와 DNA
저명한 진화생물학자인 저자가 DNA라는 구체적 실험 대상을 통해 불교의 명제를 과학적으로 검증하여, 불교 사상의 원리와 논리의 타당성을 뒷받침한다.
디 덴버 지음, 이동수 옮김/신국판/360쪽/값 24,000원

대승의 기원을 다룬 기념비적인 책!
불교와 에크리튀르
서양 인문학의 첨단 이론을 과감하게 접목하여, 대승불교의 역사를 사상사뿐 아니라 사회사의 관점에서 혁신적으로 재해석하는 새로운 지평을 열었다.
시모다 마사히로 지음, 박현진 옮김/신국판/480쪽/값 28,000원

일본 고승들의 벼락같은 가르침!
번뇌와 함께 춤춰라
일본 명승들의 수행과 구도의 길 그리고 그 속에 담긴 가르침은, 시공을 초월하여 현대인들의 마음에 단순하면서도 강렬한 메시지와 깊은 울림을 준다.
함현준 지음/국판변형/240쪽/값 15,000원

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