해체와 실천으로 읽는 〈반야심경〉



반야심경 새롭게 읽기
카를 브룬휠츨 지음
권선아 옮김 / 운주사
1만8000원



슬기로운 반야심경 생활
이인환 지음
출판이안
1만6800원



대승불교의 정수를 담고 있는 〈반야심경〉은 오늘날 한국불교의 거의 모든 법화와 의례에서 봉독된다. 지난해 9월 열린 동국대 '2025 영캠프: 주인공'에서 〈반야심경〉을 봉독하는 참가자들 모습. 현대불교 자료사진

260자로 간추린 대승불교 정수
사유의 전복에서 자비의 지혜로
수행 지침서로 읽는 〈반야심경〉

여수령 기자 spero0821@hyunbul.com

〈반야바라밀다심경(般若波羅蜜多心經)〉. 당나라 때인 649년, 현장 법사가 번역한 이 경전은 반야 공(空)사상으로 대표되는 600권 분량의 〈반야경〉 정수를 260자로 간추린 것으로, 오늘날 법회와 의식에서 가장 널리 독송된다. 짧은 분량이지만 심오한 가르침을 담고 있어, 현재 국내 서점에 판매되고 있는 〈반야심경〉 해설서만도 100여 종에 이른다.

최근 출간된 〈반야심경 새롭게 읽기〉와 〈슬기로운 반야심경 생활〉 역시 이 경전이 '어렵다'는 인식에서 출발하지만, 그 해법은 자못 다르다. 한 권은 〈반야심경〉이 지닌 사유의 급진성을 끝까지 밀어붙이고, 다른 한 권은 그 가르침을 일상으로 가져온다.

사유의 기반 무너뜨리는 경전

〈반야심경 새롭게 읽기〉는 제목부터 도발적이다. 원제는 'Heart Attack Sutra', 직역하면 '심장마비경'이다. 경전이 심장마비를 일으킨다는 이 역설적 제목은 〈반야심경〉이 등장 당시 얼마나 급진적인 가르침이었는지를 상징적으로 드러낸다. 인간이 근본적으로 무아(無我)이고 무자성(無自性)이고 무근거(無根據)인 존재임을 선언한 가르침이 얼마나 충격적으로 다가왔을지 짐작해 볼 수 있다.

독일 불교학자인 카를 브룬휠츨은 바로 이 지점에서 〈반야심경〉을 해부한다. 〈반야심경〉은 위로의 경전이 아니라, 우리가 의지해 온 모든 사유의 발판을 해체하는 경전이기 때문이다. '색즉시공 공즉시색'으로 상징되는 이 경전의 언어는 상식을 거부하고, 개념을 부정하며, '없다'라는 선언을 반복한다. 그 결과 독자는 혼란에 빠진다. 그러나 저자에 따르면 바로 그 혼란이 〈반야심경〉이 의도한 바다.

저자는 〈반야심경〉이 개념적 사유를 해체하는 것을 넘어 감각과 정서, 자아 인식의 차원까지 근본적으로 흔든다는 점을 강조한다. 우리가 보고 듣고 느끼며 '나'라고 믿어 온 모든 기반이 무너질 때, 비로소 반야의 지혜가 작동하기 시작한다는 것이다.

지혜는 자비를 통해 드러난다

이 책이 주목하는 또 하나의 핵심은 〈반야심경〉이 지혜의 경전이면서 동시에 자비의 경전이라는 점이다. 〈반야심경〉은 관자재보살이 등장하는 유일한 반야부 경전이며, 관자재보살이 직접 공성(空性)을 설한다. 저자는 이 점을 대승불교 이해의 열쇠로 삼는다. 공성은 차가운 허무가 아니라, 자비심을 통해 드러나는 지혜이기 때문이다.

저자는 인도와 티베트의 주요 주석서, 중국과 현대 서구의 연구 성과를 폭넓게 참조해 〈반야심경〉을 입체적으로 읽어 낸다. 경전에 등장하는 용어의 정의와 분류, 어원과 의미를 풀어낸 후 구체적 사례를 예로 들어 설명한다. 이를 통해 공성과 반야바라밀다의 교설이 불교 수행 전체에서 차지하는 구조적 위치를 정밀하게 짚어 내는 점이 이 책의 강점이다.

일상에서 살아나는 반야의 가르침

이에 비해 〈슬기로운 반야심경 생활〉은 〈반야심경〉을 '실생활의 지침서'로 바라본다.

시인이자 군 포교 현장에서 활동하는 이인화 포교사는 초심자들의 눈높이에 맞는 〈반야심경〉 해설이 필요하다는 생각에 이 책을 집필했다. 저자는 "공과 무, 인연법 등 불교 핵심 사상을 쉽게 이해하고 받아들여 실천할 수 있도록 구체적인 방법론을 제시하고자 했다"고 말한다.

〈반야심경〉을 수행법으로 읽어 낸 저자는 보시·지계·인욕·정진·선정·반야라는 육바라밀을 '일상에서 작은 기쁨을 쌓는 실질적 방법'으로 설명한다. 웃는 얼굴로 사람을 대하기, 내 감정을 성내지 않고 잘 정리하기, 꾸준히 좋은 습관을 쌓기 등 구체적인 실천으로 이어 가야 한다는 것이다. 저자는 "부처님께 막연히 부자가 되게 해달라고 빌기보다, 베풀며 행복하게 살겠다는 원을 세워야 한다"고 말한다.

경전에서 삶으로, 해석에서 실천으로

책의 후반부에서는 사성제, 팔정도, 전도몽상 등 불교 핵심 교리를 재가자의 관점에서 풀어낸다. 또 각 장의 끝에 핵심 내용을 질문과 답변 형태로 요약해 담고, 부록으로는 '달라이라마 반야심경', '관세음보살보문품'을 실었다.

저자는 "반야바라밀행은 출가 수행자도 이르기 힘든 경지다. 그러니 재가 수행자로서 너무 욕심을 부리지 않는 것이 좋다"며 "이 책이 '바로 지금 웃을 뿐!'을 실천하며 지극한 즐거움을 누리는 행복한 삶을 사는 데 도움이 되길 바란다"고 기대를 밝혔다.

〈반야심경 새롭게 읽기〉가 개념과 사유의 기반을 철저히 해체함으로써 반야의 급진성을 드러낸다면, 〈슬기로운 반야심경 생활〉은 그 가르침을 다시 삶의 언어로 전달한다. 수행법으로서의 〈반야심경〉을 읽고 싶은 독자라면 〈슬기로운 반야심경 생활〉이, 경전의 사유적 깊이를 끝까지 탐구하고 싶은 독자라면 〈반야심경 새롭게 읽기〉가 좋은 길잡이가 되어 줄 것이다.

명상으로 바뀌는 삶의 풍경



아무튼, 명상
이은경 지음
위고
1만2000원

명상으로 세상을 깊이 이해하다
"선택할 수 있는 건 내 마음뿐"

저자가 명상을 만난 건 흔히 말하는 '번아웃'이 왔을 때다. 상사가 챙겨 준 열흘짜리 요가 체험권이 그를 명상으로 이끌었다. 명상으로 '마음을 선택할 수 있음'을 알게 된 저자는 바디스캔 명상을 통해 나를 다정하게 대하는 법을 익혔다. 삶의 풍경이 조금씩 바뀌는 순간이었다.

〈아무튼, 명상〉은 15년차 홍보 전문가이자 아내, 엄마, 대학원생인 저자가 쓴 명상 에세이다. 명상을 처음 만난 순간부터 매일 명상하게 되기까지의 과정을 편안하게 들려준다. 스트레스와 긴장 완화를 위해 시작한 마음챙김 명상이 '어떻게 살아야 하는가'라는 마음공부로 이어지는 과정이 흥미롭다.

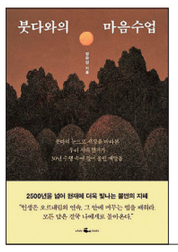
"진정한 변화는 명상 방석 위에서 일어나는 게 아니었다. 무엇을 추구하며 살 것인가에 대한 삶의 전환이 함께 이루어져야 했다. 명상은 핵심적인 도구였지만, 결코 전부는 아니었다."

마음, 고통, 괴로움, 회복에 대해 더 깊이 이해하고 싶은 열망으로 저자는 대학원 명상심리상담학과에 진학한다. 이후 대학원과 여러 수행처에서 명상을 익혔고, 출산과 육아를 거치며 자신을 더 정직하게 마주하는 법을 배웠다. 때론 현실에서 도망치고 싶고, 그런 자신을 비난하는 마음이 올라오기도 하지만 '내가 지금 선택할 수 있는 것은 나의 마음 하나 뿐'임을 떠올리며 다시 좌복에 앉는다.

저자는 명상을 처음 시작하려는 이들에게 말한다. 과학이나 종교라는 단어에 걸려 넘어지지 않고 자유롭게 배움을 이어 가라고. 지혜와 자유는 수행을 통해 우리가 닿을 수 있는 정수이며, 스스로에게 줄 수 있는 가장 커다란 사랑이라고.

여수령 기자

나를 마주하는 '깊은 고요'



붓다와의 마음수업
정준영 지음
웨일북
1만8000원

30년 수행에서 발견한 '행복 지도'
"마음 깊어질 때 평온 절로 찾아와"

속도와 효율이 지배하는 시대. 우리 내면은 불안과 성냄의 파도가 그칠 줄 모르고, 그럴수록 시선은 밖을 향한다. 하지만 2500년 전 붓다는 "과거는 이미 버려졌고 미래는 오지 않았다"며 오직 '지금 이 순간'을 알아차려야 한다고 설했다.

초기불교학자이자 명상 지도자인 정준영 교수(서울불교대학원대학교)가 펴낸 〈붓다와의 마음수업〉은 저자가 30년간 수행의 길에서 발견한 행복의 지도를 담고 있다. 미얀마와 스리랑카 등 전 세계 30여 곳의 수행처에서 정진한 저자는 이 책에서 수행이 특별한 이들의 전유물이 아니라, '더 나빠지지 않기 위해' 누구나 실천해야 할 마음의 행위임을 강조한다.

1부에는 저자가 미얀마 수행처에서 '아라한'을 찾아 떠났던 여정과 그 끝에서 결국 자신과 마주하게 된 진솔한 수행담이 담겨 있다. 스승이 던진 "산을 오르면 다시 내려와야 한다"는 가르침이 삶을 관통하는 화두가 돼, 수행과 삶이 둘이 아님을 깨닫게 되는 여정을 볼 수 있다.

2부에서는 구체적인 수행법을 제시한다. 저자는 언행의 다스림을 뿌리, 마음의 집중을 줄기, 인과 과정을 바르게 이해하는 지혜를 열매에 비유해 고통에서 벗어나는 명상법을 알려 준다.

저자는 책에서 진정한 평온은 '있는 그대로의 나'를 수용하고, 내면의 탐진치(貪瞋痴)를 알아차릴 때 찾아온다고 말한다. "고통이 사라져야 평온해지는 것이 아니라, 마음이 깊어질 때 평온은 저절로 찾아온다"는 것이다.

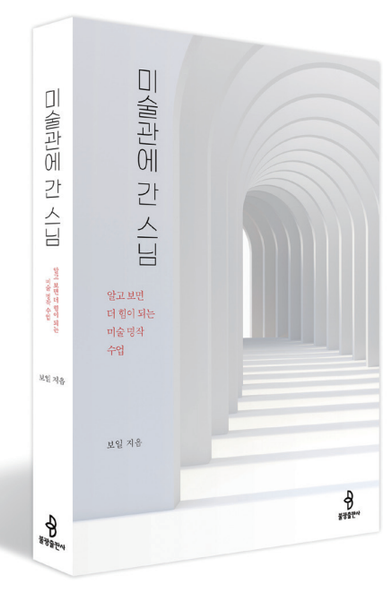
특히 현대인이 앓고 있는 가장 깊은 독을 '불안'으로 진단하고, 외부의 힘에 의존하지 않고 스스로를 관찰하는 '사띠(Sati, 알아차림)'야말로 소용돌이치는 감정 속에서 자신을 지키는 유일한 방책이라고 강조한다. 여수령 기자

"그저 바라보는 것만으로도
힘이 되는 그림이 있나요?"
서울대 철학박사 보일 스님의 내 삶을 위로하는 명작(名作) 읽기!

"예술은 고통을 다루는
가장 다정한 방식이다"

34명 예술가의 삶과 작품으로 배우는
인생의 지혜 고통 속에서
해방의 길을 찾아낸 대가들의 기록,
불후의 명작을 불교적 사유와
통찰로 재해석하다

보일 지음
360쪽 | 20,000원



미술관에 간 스님
알고 보면 더 힘이 되는 미술 명작 수업

모든 것은 흐른다,
물처럼 바람처럼
묶인 감정, 꼬인 인연, 멈춘 마음을 푸는 '흐름의 지혜'

'우리 시대의
가장 존경받는 대강백'
여천무비 스님이 극찬한
바로 그 책!

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.



출가 40년,
'힐링 멘토의 원조'
마가 스님의
진정한 인생 수업

삶의 완성으로 가는
'어른의 조용한
행복'을 발견하다!

힘든 감정을 흘려보내고
마음의 주인으로 사는 법

마가 지음
352쪽 | 20,000원

어른이 되는 —— 흐름의 기술

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