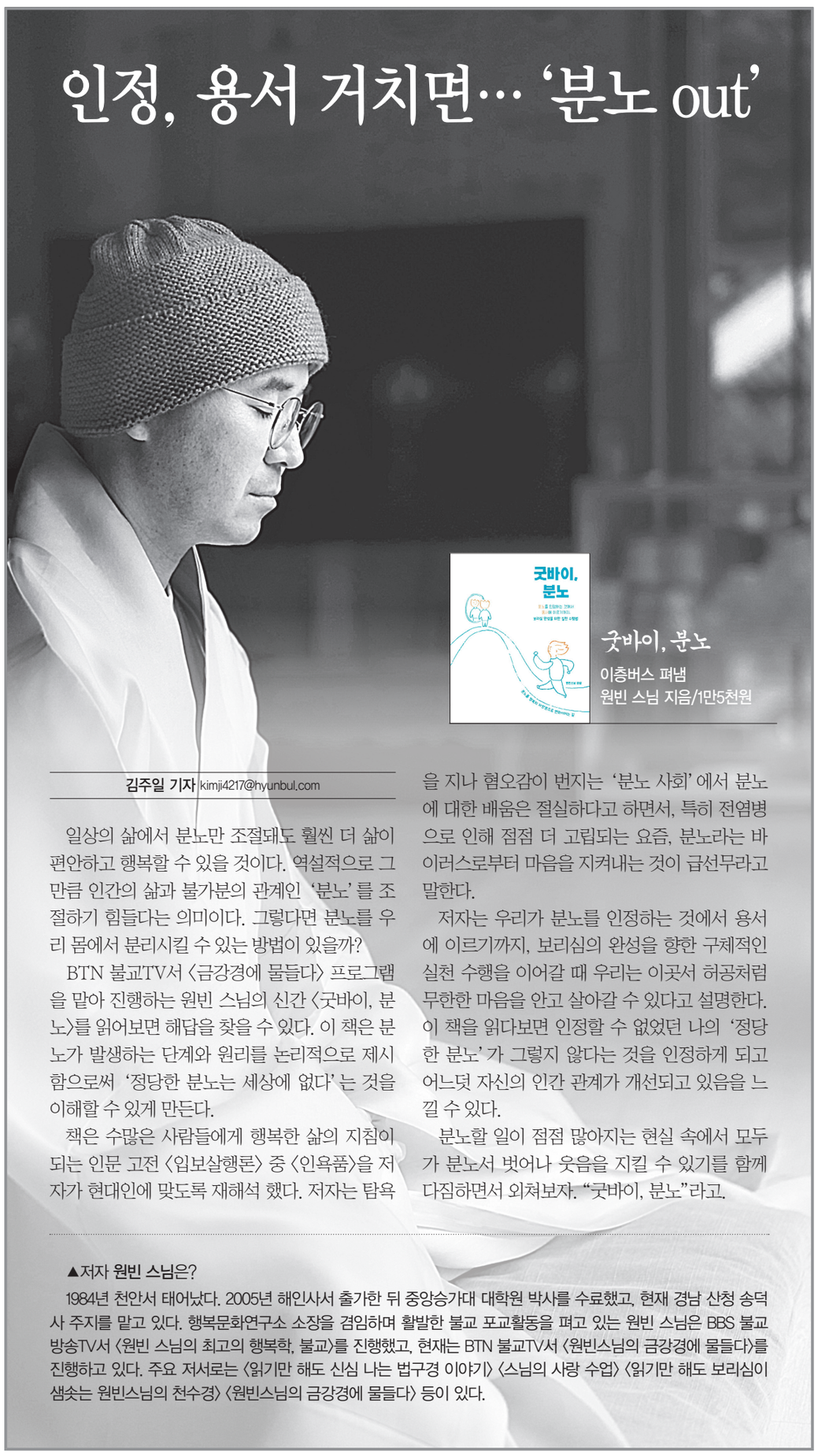
금주의 베스트 불서 10

1/13~1/19 불서총판 운주사 제공 02)3672-7181

순위	도서명	저자	출판사
1	굿바이 분노 : 보리심 완성을 위한 실천 수행법	원빈스님	이층버스
2	나는 괜찮은 사람입니다 : 내려놓고 인정하고 나를 사랑하는법	법륜스님	정토
3	우리는 늘 바라는 대로 이루고 있다 : 선지식의 코신 사랑	김원수	청우당
4	요가 디피카(아헹가요가) 육체의 한계를 넘어	아헹가/현천스님	선요가
5	원빈스님의 금강경에 물들다	원빈스님	이층버스
6	자비는 인연을 가리지 않네 : 그림 경전 말씀	혜조스님	운주사
7	낡은 옷을 벗어라 : 법정스님 미출간 원고 68편 수록	법정스님	불교신문사
8	연기와 공 그리고 무상과 무아	홍창성	운주사
9	화엄경을 머금은 법성게의 보배 구슬	김성철	오타쿠
10	조용헌의 영지 순례 : 기운과 풍광 인생 순례지를 알려주는 영지 20곳	조용헌	불광출판사

책세상

인정, 용서 거치면… '분노 out'



굿바이, 분노
이층버스 펴냄
원빈 스님 지음/1만5천원

김주일 기자 kimji4217@hyunbul.com

일상의 삶에서 분노만 조절돼도 훨씬 더 삶이 편안하고 행복할 수 있을 것이다. 역설적으로 그만큼 인간의 삶과 불가분의 관계인 '분노'를 조절하기 힘들다는 의미이다. 그렇다면 분노를 우리 몸에서 분리시킬 수 있는 방법이 있을까?

BTN 불교TV서 〈금강경에 물들다〉 프로그램을 맡아 진행하는 원빈 스님의 신간 〈굿바이, 분노〉를 읽어보면 해답을 찾을 수 있다. 이 책은 분노가 발생하는 단계와 원리를 논리적으로 제시함으로써 '정당한 분노는 세상에 없다'는 것을 이해할 수 있게 만든다.

책은 수많은 사람들에게 행복한 삶의 지침이 되는 인문 고전 〈입보살행론〉 중 〈인욕품〉을 저자가 현대인에 맞도록 재해석 했다. 저자는 탐욕을 지나 혐오감이 번지는 '분노 사회'에서 분노에 대한 배움은 절실하다고 하면서, 특히 전염병으로 인해 점점 더 고립되는 요즘, 분노라는 바이러스로부터 마음을 지켜내는 것이 급선무라고 말한다.

저자는 우리가 분노를 인정하는 것에서 용서에 이르기까지, 보리심의 완성을 향한 구체적인 실천 수행을 이어갈 때 우리는 이곳서 허공처럼 무한한 마음을 안고 살아갈 수 있다고 설명한다. 이 책을 읽다보면 인정할 수 없었던 나의 '정당한 분노'가 그렇지 않다는 것을 인정하게 되고 어느덧 자신의 인간 관계가 개선되고 있음을 느낄 수 있다.

분노할 일이 점점 많아지는 현실 속에서 모두가 분노서 벗어나 웃음을 지킬 수 있기를 함께 다짐하면서 외쳐보자. "굿바이, 분노"라고.

▲저자 원빈 스님은?

1984년 천안서 태어났다. 2005년 해인사서 출가한 뒤 중앙승가대 대학원 박사를 수료했고, 현재 경남 산청 송덕사 주지를 맡고 있다. 행복문화연구소 소장을 겸임하며 활발한 불교 포교활동을 펴고 있는 원빈 스님은 BBS 불교방송TV서 〈원빈 스님의 최고의 행복학, 불교〉를 진행했고, 현재는 BTN 불교TV서 〈원빈스님의 금강경에 물들다〉를 진행하고 있다. 주요 저서로는 〈읽기만 해도 신심 나는 법구경 이야기〉 〈스님의 사랑 수업〉 〈읽기만 해도 보리심이 샘솟는 원빈스님의 천수경〉 〈원빈스님의 금강경에 물들다〉 등이 있다.

나 녹이는 공부길 미타행자의 삶



미타행자의 수행 한담
본연 스님 지음
담앤북스 펴냄/1만 5천원

청빈하고 올곧은 삶을 사는 본연 스님의 '미타행자 시리즈' 제 3권 〈미타행자의 수행한담〉이 출간되었다. 스님이 홀로 기도하고 텃밭을 가꾸며 손수 공양을 지어 올리는 틈틈이 기록한 수행과 인생에 대한 진솔한 단상으로, 일체중생을 위해 사는 수행자의 삶과 고뇌, 깨달음을 향한 서원 등을 친근하고 따뜻한 문장으로 풀어냈다.

특히 이번 책은 아름다운 제주도 무주선원서 보내는 선농일치의 삶과 토굴 살이의 행복, 수행의 어려움 등 일상의 환희와 정진을 향한 고민 등이 드러나 더욱 친밀하게 다가온다. 재가불자나 수행자의 마음가짐에 대한 당부와 격려도 잊지 않았기에 스님의 문장들은 스승이자 도반이 되어 앞으로 우리가 나아가야 할 방향을 일러준다.

본연 스님은 선원과 기도처를 찾아다니며 수행하다 여법한 수행도량 하나 만들고자 하는 마음으로 제주도에 내려와 항파두리 근처에 무주선원을 세웠다. 우여곡절 끝에 완성된 법당서 정진하고 마당에서 울력하며 수행자의 일상, 수행법, 어른 스님들의 말씀을 등을 카페에 꾸준히 업로드했고, 이는 여러 불자에게 큰 공감과 교훈을 주었다.

〈미타행자의 수행한담〉은 그런 스님의 글 중에서 근래 어려운 시기를 넘기고 마음을 다잡는 데 도움이 될 만한 글들을 모은 한 권이다. 흙먼지 날리는 땅을 홀로 가꿨던 일, 춥기만 했던 겨울을 지나 생명의 감응을 느끼고, 새벽에 기도할 수 있음에 감사하며, 홀로 정진하되 함께 공덕을 나누는 이야기들이 힘든 시간을 보내고 있는 우리의 지친 마음을 감싸주고 앞을 향할 수 있도록 등을 두드려준다.

책속에는 제주도 무주선원서 흙과 더불어 살아가는 삶과 다겁생에 걸쳐 행해가는 수행자의 노력이 씨실과 날실처럼 엮여 있다. 어려운 경전을 그대로 인용하기보다는 옛 스님들의 일화부터 주변 사람들과의 대화, 심지어 축구 선수의 인터뷰까지 주제로 삼아 누구나 쉽게 이해할 수 있는 생활 법문을 담고 있어, 초보자라 하더라도 수행과 정진에 대해 쉽게 이해할 수 있다. 이와 함께 스님의 수행관, 나(我)를 녹이는 공부의 어려움과 보람을 담은 문장들, 재가불자들에게 영감을 불러일으키고 격려해주는 메시지를 때로는 산문으로, 때로는 압축된 시로 표현하며 다양한 갈래로 감동을 선사한다.

한편 저자 본연 스님은 전남 곡성 태안사로 출가했을 때 평생을 하루같이 용맹정진하다 열반하신 청화 큰스님(1923~2003)께서 스승과 제자 간의 인연을 맺으면서 내려주신 법명이고, 미타행자는 염불 수행하는 사제를 격려하기 위해 사형 스님이 지어준 별호다. 승보종찰 송광사 강원서 4년간 경전 공부하고 비구계를 받은 뒤 기도처와 선원을 오가며 정진하던 중, 큰스님의 은혜를 갚는 마음으로 2003년 서귀포 성산 자성원 주지를 자청해 4년간 기도하며 차 밭과 텃밭을 가꾸고 살면서 제주도와 인연이 시작되었다.

자성원 주지 소임을 놓은 뒤 다시 선원과 기도처를 찾아다니며 수행하였으며, 2012년부터는 제주시 항파두리 근처 자그마한 수행도량 무주선원을 열어 수행과 울력으로 극락도량을 일구고 있다. 저서로는 〈미타행자의 편지〉 〈미타행자의 염불수행 이야기〉 〈미타행자의 수행한담〉 등이 있다.

김주일 기자

꾸준히 갈고 닦으면 깨달음 올까?



깨달음이 뭐라고
고이데 요코 지음
정현옥 옮김
불광 펴냄/1만6800원

누구도 속 시원히 알려주지 않는 '깨달음'의 정의와 방법에 관해서 일본 최고의 여섯 스님이 들려준 솔직하고 거침 없는 깨달음 법문

깨달음은 불교가 지향하는 궁극적인 가치이자, 모든 불자의 최대 관심사다. 그런데 깨달음이 무엇인지, 어떻게 해야 깨달음을 얻을 수 있는지, 답을 구하기가 쉽지 않다. 그러다 보니 깨달음에 대해 '내 삶과 무관한 것' '아무나 쉽게 알 수 없는 것'이라는 고정관념을 가진 사람들이 많다. 이 책은 서른두 살 여성 불교 마니아가 일본 불교를 대표하는 여섯 스님을 찾아가 깨달음을 주제로 주고받은 대화를 정리한 것이다. 두루뭉술하고 뜬구름 잡는 이야기가 아닌, 일상적이고 현실적인 차원에서 깨달음을 이야기한다. 깨달음이 무엇인지, 그리고 깨달음이 어떻게 우리 삶을 더 나은 방향으로 이끌어 주는지에 대한 답을 들려준다.

깨달음이 무어냐는 질문에 대한 답처럼, 깨달음이 우리 삶에 어떤 도움을 줄 수 있는가에 대한 스님들의 답 역시 천차만별이다. 그러나 여기에도 공통분모가 있다. '연결' '현재' '명상' 등 이 세 가지가 핵심 키워드다.

이 책을 읽는 또 하나의 즐거움은 여섯 스님의 생생한 인생담을 듣는 데 있다. 어떤 동기로 출가를 했고, 출가 후 삶은 어떠했는지, 불자로서 어떤 신념을 가지고 살고 있는지 등 보통의 삶과는 다른 '스님의 삶'의 들여다보는 재미가 있다. 덤으로 긴 시간 수행하며 살아온 스님들이 삶에서 체득한 알토란 같은 지혜도 얻을 수 있다.

여섯 스님이 들려주는 자기 삶에 대한 솔직한 고백은, 뭔가 남다르고 특별해 보이는 스님들의 삶 역시 우리의 평범한 일상과 다르지 않음을 보여준다. 더불어 어디에서 어떤 삶을 살든지, 날마다 나아지는 삶을 위해서는 꾸준히 스스로 갈고 닦아야 한다는 사실을 상기시켜준다. 각자의 삶, 그 길 위에서 스스로 성실하게 묻고 답할 때 비로소 행복한 삶을 향한 '깨달음의 문'이 열릴 것이라고 말해주는 게 아닐까.

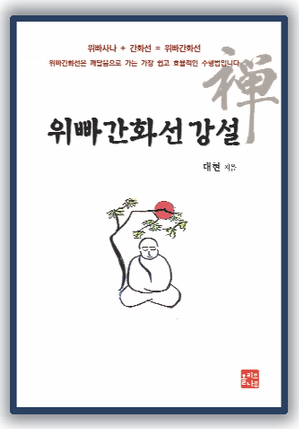
김주일 기자

수행의 가장 빠른 길 = 간화선 + 위빠사나

위빠간화선 강설

대현 지음

"간화선이야말로 깨달음에 이르는 지름길인 것이 분명하지만, 깎아지른 바위산을 단박에 오르는 것과도 같아서 상근기에 적합한 수행법이다. 간화선 수행자라도 위빠사나의 '알아차림'을 하게 되면, 화두를 놓칠 때마다 놓쳤다는 것을 바로 알아차릴 수 있어서 곧바로 되돌기를 할 수 있다. 위빠사나 수행의 장점과 사마타 수행의 극치인 간화선의 장점을 잘 살린 위빠간화선이야말로 수행의 지름길이라 할 수 있다."



* 본책 + 강설 | 국판 | 200쪽 | 값 12,000원



선을 배우는 길

'고요히 비춤'을 바탕으로 삼고 (묵조선), '알아차림'으로 마음이 들뜸에 빠지는 것을 경계하면서 (위빠사나), "이 뭣고?" 하고 화두를 챙김으로써 (간화선), 산란한 마음을 강한 집중으로 삼매에 들게 하여 무명번뇌를 조복시켜 깨달음에 이르는 길.

* 대현 지음 / 신국판 / 302쪽 / 값 15,000원



선승의 길

수행으로만 일관하신 대현 스님의 수행기와 바른 참선수행법. 여러 선지식을 뵙고 '메마른 땅에 단비를 맞은 것처럼' 공부 농사에 영양분을 공급 받았던 내력과 함께 호흡법 등 기초공사의 중요성, 그리고 참선의 지름길을 밝힌다.

* 대현 지음 / 신국판 / 280쪽 / 값 12,000원

올리브나무 경기도 고양시 일산동구 정발산로 82번길 10, 705-101
Tel. 070-8274-1226, 010-7755-2261 FAX. 031-629-6983

* 전국 대형서점 및 인터넷 서점에서 구매하실 수 있습니다.

어산 스님들의 고백 : 사장님이 시설한 사찰에서

염불 하다가 다른 사찰에 가면 염불이 힘듭니다.

주의 : 주위에서 전문가 행세하는 어설픈 반식자들을 물리친 후 본사의 견본으로 법당서 소리비교! 장난감 수준의 차이를 정확하게 확인 후! 귀 법당 시설비의 1/2가격으로 시설! (장기할부 가능)

제품 특징 : 1. 너무 간단함으로 고장이 없음 2. 앰프다루기 1초!
3. 스피커 16개까지 연결

대상 : 전국사찰 · 교회 (제주도 포함)

▣ USB겸용 앰프1, 스피커 2개, LG오디오 1개, 헤드셋 핀 핸드무선마이크, 무선마이크 종류별 4개, 유선마이크 1개 (스탠드 포함)완벽시설, 250만원부터~, 스피커 계속 연결시 비용추가

방송장비
KBS 및 각 방송사 방송기재 납품업체
마이크 공장직영, Multi-Cube
방송시설 전문
Projector EPSON
MASS Concert MICROPHONES
경남 김해시 진례면 진례로 108
TEL : (055) 343-1191
H·P : 010-9471-2026
010-7740-2026
NK Sound NK사운드 대표 박공희

충전식 / 출력 300kw / 헤드셋무선 2 / 유선 2 / 마이크 4개 동시사용, USB 동시녹음
실내 40평 / 야외사용 겸용. (스탠드 포함)



정가(스탠드 포함) 89만원

1. 넥타이핀마이크 2개, 헤드셋마이크 2개 마이크 숫자 4개지만 동시 사용은 2개
2. 헤드셋 사용 염불시 자유로운 두 손으로 목탁 요령, 북 사용

시중에 없음

▣ 한국사찰 각종 제 필수품으로 가격 ₩58만원
주문 방문설치, 사용설명



각종 제 전문 무선마이크

시중에 없음



특징 : 마이크와 2m거리에서 작은 소리에도 청아하고 신명나는 소리 만듬!

가격 ₩ 58만원