지혜의 보고 佛書

금주의 베스트 불서 10 2017.8.23~2017.8.29

※불서총판 운주사 제공

순위	도서명	저자	출판사
1	불화의비밀	자현	(주)조계종출판사
2	오직한생각	종범스님	한생각
3	원욱스님의나를바꾸는화엄경	원욱	민족사
4	과학의불교	사사키시즈카/법장	모과나무
5	아름다운인생은얼굴에남는다(원철스님산문집)	원철	불광출판사
6	봉암사의큰웃음(향곡큰스님일화)	법념/서주	답게
7	스스로를달빛삼다	원철	휴(한겨레출판)
8	달라이라마의인생론	달라이라마	마음서재
9	호흡법문핵심강의	남회근	마하연
10	티베트마음수련법로종	따렉깝괸	담앤북스

현불Shop OPEN MARKET www.hyunbulshop.com

비밀리 전수한 티베트 '마음수련법'

로종

따렉 깝괸 지음 | 이창엽 옮김 | 담앤북스 펴냄 | 1만 6천원



로종(Lojong)은 수세기 동안 티베트의 위대한 불교스승들이 제자들에게 비밀리에 전수한 '마음수련법'을 말한다. 지금은 티베트를 넘어 서양에서도 '마음을 근본적으로 변화시키는 수행'으로 각광받고 있다. 이 책에는 로종의 7가지 핵심 가르침과 59가지 수행법에 대한 현대적인 해석과 설명이 담겨 있다. 타인의 언행이나 작은 시련에도 쉽게 부서지는 마음 때문에 고통받는 현대인에게 마음에 관한 근본적인 성찰과 더불어 마음을 단단하게 하는 실용적인 해법을 제시한다.

르침에는 지금 바로 써먹을 수 있는 수행법이 짧은 경구 형태로 총 59가지 포함돼 있다.

저자는 로종의 가르침에 대한 이해를 돕기 위해 티베트 현자들은 물론 서양의 유명 불교학자와 신경과학자까지 동원한다. 로종 가르침의 근간이 된 위대한 불교스승 샨티데바의 〈입보리행론〉과 아티샤의 〈보리도등론〉의 명구절을 소개한 것은 기본이다. 밀라레빠와 빼뛸 린뽀체 같은 유명 수행자의 어록서부터 나가르주나와 찬드라키르티 같은 불교사상가의 해설, 달라이 라마의 생생한 조언까지 두루 인용한다. 책장을 넘길 때마다 '인생 명언'으로 삼을 만한 지혜와 통찰의 말이 우리의 머리와 가슴을 동시에 울린다.

"온 세상을 가죽으로 덮으려면 어디서 그 많은 가죽을 구할 수 있을까요? 하지만 가죽신 하나만 신으면 온 세상을 다 덮은 것이나 마찬가지입니다." (샨티데바)

샨티데바와 아티샤 그리고 달라이 라마 등
티베트 현자들 지혜와 생생한 조언 바탕으로
'산 위에서 보는 마음'을 기르는 59가지 수행법 소개

이 책의 저자는 로종에 대해 "산 정상서 보는 관점을 기르는 수행법"이라고 말한다. 산꼭대기에 서면 어떤가. 가슴이 탁 트이는 동시에 마음이 넓어진다. 산 아래에서의 작은 다툼, 타인에 대한 미움과 원망, 앞날에 대한 걱정이 '큰 일'이 아님을 온몸으로 느끼게 된다.

로종의 7가지 핵심 가르침은(책에서는 7개 장 제목으로 소개) 바로 '산 정상서 보는 관점과 태도'를 기르는 화두와 같다. 그 7가지는 △마음수련을 위한 준비 운동(無常과 因果 등 삶의 진실 성찰하기) △만물의 상호 의존성(緣起)에 근거, 마음의 본성 역시 공(空)함을 깨닫고 자비심을 기르는 명상법 △분노와 두려움 없이 역경에 대처하는 법 △마음수련을 평생 유지하는 법 △마음수련의 발전 정도를 평가하는 법 △마음수련 시 꼭 지켜야 하는 규범 △일상생활에서 마음수련 하는 법이다. 각각의 가르침은 지금 바로 써먹을 수 있는 수행법이 짧은 경구 형태로 총 59가지 포함돼 있다.

"아침에 일어날 때 소나 양이 우리에서 뛰어나오듯이 서두르지 마라. 침대에서 긴장을 풀고, 눈을 내면으로 돌려 마음속을 주의 깊게 살펴보라." (빼뛸 린뽀체)

"자신의 믿음에 대한 집착과 남의 관점에 대한 혐오, 그것은 모두 생각일 뿐이다." (찬드라키르티)

로종의 59가지 수행법(경구) 중에서도 15번부터 마지막 59번까지 이어지는 경구들은 매우 실용적이고 구체적이다. 자신의 결점이나 잘못을 드러내는 연습에서부터 잘못을 뉘우치는 법, 번뇌를 알아차리고 다루고 제거하는 법 등은 일상서 우리가 하는 말과 생각 그리고 행동을 개선하는 데 실질적인 도움을 준다. 이 경구들을 마음 깊이 새기고 실천하면 매사 일희일비하지 않게 된다. 늘 단단하면서도 유연한 마음으로 살아갈 수 있다. **김주일 기자**

티베트 불교 역사상 최대인 '돈점 논쟁' 그 진실은?

티베트 돈점 논쟁 연구

박건주 지음 | 운주사 펴냄 | 2만원



티베트 불교 역사상 최대의 논쟁인 '돈점 논쟁'에 대해 기존의 티베트 입장이 아니라, 돈황에서 새롭게 발견된 중국측 기록인 〈돈오대승정리결〉을 통해 새롭게 조명함으로써 논쟁의 실제 상황과 중국 선종 돈오법의 진면목을 명쾌하게 밝혔다. 8세기 말 티베트에서 펼쳐진 인도 전래의 점법과 중국 전래의 선종 돈법 사이에 펼쳐진 이른바 '돈점 논쟁'은, 종래 티베트 자료에 의해 그 내용이 전해지고 이해되어 왔다. 하지만 1세기 전 발굴된 돈황문헌 가운데 중국 측 기록인 〈돈오대승정리결(頓悟大乘正理決)〉이 발견되면서 돈점 논쟁의 해명과 진상을 추구하는 세계 각국의 연구가 이어졌다. 그런데 이 논쟁에 직접 참여했던 인도 점법 승들을 비롯하여 지금까지 이에 대한 여러 연구 성과들도 선종의 돈법 이해에 미진하거나 잘못된 부분들이 많은 실정이다.

사실 중국측 기록에 따르면 돈점 논쟁에서 중국측 대표 선승인 마하연 화상이 승리한 셈이지만, 티베트 왕실의 불교정책에 따라 티베트의 기록들은 대론의 실제적 문답 내용을 거의 대부분 기록하지 않고, 인도승과 티베트 국왕 등이 돈법을 비난한 내용만 일방적으로 기술하고는 마하연 화상의 답변과 해설은 거의 싣지 않았다. 따라서 이제까지 우리가 진실로 알던 티베트 쪽의 기록은 사실상 반쪽짜리 기술밖에 안 된다고 말할 수 있다. 이 책은 이런 문제의식을 갖고 1세기 전 발굴된 돈황문헌 가운데 중국 측 기록인 〈돈오대승정리결〉을 토대로 돈점 논쟁의 진상을 파악하고자 했다. 전체 9장으로 구성된 이 책은 먼저 서론서 티베트 돈점 논쟁 전체를 개관하고, 중국측 대론자인 마하연 선사의 생애와 그가 티베트불교에 끼친 영향을 서술한다. 이어서 마하연 선사가 지닌 선법의 핵심 요지에 대해 서술하고 있다. 그리고 티베트 자료에 기술된 돈점 논쟁의 기록들을 하나하나 검토하면서, 동시에 인도측 대표인 연화계(까말라씰라)가 마하연 화상을 비판한 내용을 쟁점별로 조목조목 정리하고 있다. 이어서 〈돈오대승정리결〉 전문을 상세한 해설과 함께 번역한다. 또한 돈점 논쟁의 실상을 좀 더 명확히 밝히기 위해 돈황문서 중 마하연 선사의 다른 법문들을 모아 일일이 번역 해설했다. 아울러 마하연이 활동한 시기에 이미 상당수의 선종 법문들이 티베트에 전해지고 수습됐음을 증명하면서 돈법의 정당성을 역사적 맥락에서도 도출한다. 부록에는 중국 선종의 여러 선가(禪家)서 설하는 돈법을 회통하는 몇 소논문들을 첨부했다. 이 책을 통해 돈점 논쟁의 진정한 결과와 그 배경을 파악하는 과제도 소중하고 당연히 추구되어야 할 것이지만, 그보다 더욱 중요한 것은 마하연 선사가 설파한 돈법을 어떻게 올바로 깊이 이해하느냐 하는 것이다. 왜냐하면 적어도 한국불교는 오랫동안 선종을 표방했고, 그 선종의 꽃인 행법이 바로 돈법이기 때문이다.

불교의 대표적인 수행법이라 할 수 있는 돈법과 점법에 대한 인도측과 중국측 양자의 논쟁에서 두 가지 입장이 뚜렷이 대비되는 까닭에, 이 책에 나오는 여러 논쟁의 자료들은 대승불교의 수행 전체에서 선종의 돈법이 지니는 위상과 의미를 이해하는 데 아주 좋은 자료가 된다. 따라서 이 책이 주안점으로 삼는 것은, 무엇보다도 불교수행서 돈법의 근거와 내용을 자세하고 깊이 해설함으로써 독자들이 돈법에 대해 가능한 한 온전하고 명확히 이해하도록 하는 것에 있다. 즉 저자가 보기에, 종래의 연구들에서 가장 부족하고 미진한 면이 바로 돈법을 깊이 있게 제대로 해설하지 못하고 있다는 점이며, 그 결과 이 논쟁의 진상과 의미를 올바로 파악하지 못하고 있기 때문이다.

인도의 대승불교가 서역과 동아시아에 전해져오면서 역사적으로나 사상적으로 가장 융성한 성과를 이룬 대표적인 나라를 꼽자면, 당연히 티베트와 중국이라고 말할 수 있다. 그만큼 두 나라의 불교는 불교사 전체에서도 끼친 영향이 지대하다. 그리고 두 나라는 8세기 말의 돈점 논쟁을 거치면서 서로 상이한 불교수행체계를 이루어왔다. 따라서 돈점 논쟁에서 나타난 점법과 돈법에 대해 그 차이점과 위상, 의의를 파악하고 올바르게 이해하는 일은 불교수행에 관심 있는 이라면 누구라도 꼭 필요한 사항일 것이다. 이 책은 그러한 요구에 부합한다. **김주일 기자**

용어 해설서 시작하는 〈반야심경〉 강설

제법공상의 이해와 수행

원공 스님 지음 | 조계종출판사 펴냄 | 1만원



우리가 흔히 〈반야심경〉이라 부르는 경전의 완전한 명칭은 '마하반야바라밀다심경(摩訶般若波羅蜜多心經)'이다.

마지막 두 글자인 심경은 핵심적인 말씀이라는 뜻이다. '핵심적인 말씀'이라는 이름에서도 알 수 있듯이 〈반야심경〉은 부처님께서 반야바라밀(般若波羅蜜)에 대하여만 설(說)하신 대품의 600권 반야경(般若經) 중에서도 가장 중요하고 또 함축적인 경전이다. 이런 까닭에 비록 짧은 경전이지만 초심자들이 그 내용이나 경지를 이해하기는 쉽지 않다. 우선 가장 어려움을 겪는 것이 등장하는 용어의 난해함이다.

오온(五蘊), 육근(六根), 육경(六境), 육식(六識) 등은 우리가 쉽게 접할 수 있는 단어가 아니다. 또 이런 단어를 설명하기 위해서는 불가피하게 연기나 공, 중도의 논리를 잇대어 설명할 수밖에 없다. 그래서 이 책의 시작은 바로 용어 설명이다. 육근, 육경, 육식, 아뢰야식, 진여, 오온, 사성제와 십이연기차제에 이어 마지막에 수행 방법까지 이어지는 용어 해설은 〈반야심경〉을 이해하는 길잡이 역할을 톡톡히 해낸다.

반야심경 어려운 이유…
평소에 생각치 않았던 견해 때문

이 책서 두 번째로 치중한 것은 반야심경이 설파하는 '견해'이다. 이 책에서는 '더 알아보기'라는 장으로 처리돼 있다. 그런데 그 견해를 이해하는 방법은 바로 수행으로 모아진다. 반야심경을 이해하는 방법으로 '수행'을 제시한다. 부처님이 그 방법을 수차례 드러낸 삼십칠조도분법으로 시작해 비파사나, 사마타, 삼바발제, 선나까지.

저자는 견해를 완전히 이해할 수 있는 방법은 바로 수행을 통한 '체득'에 있다고 본 것이다.

그래서 숨을 관찰하는 호흡서 시작해 몸을 관찰하는 방법까지. 초심자가 실천할 수 있는 수행서 깨달음에 이르기 위한 여러 방법까지 자세히 설명한다.

대중 눈높이서 쉽게 해설한 반야심경

이 책은 스님이 수차례의 강연과 법회를 통해 신도들에게 가르쳤던 내용을 정리한 것이다. 그렇기 때문에 '자구' 하나를 논리적으로 설명하는 방식보다는 신도들이 전체 개념을 이해할 수 있도록 정리해 놓았다. 필요한 경우 여러 개념을 표로 풀어놓거나 정리해 놓고 있기도 하다. 불교신자라면 몇 번이고 반복해서 공부해야 한다는 반야심경. 그 여러 권의 반야심경 중 꼭 소장해야 할 목록에 들어 있는 책이 될 것이다.

김주일 기자 kimji4217@hyunbul.com

