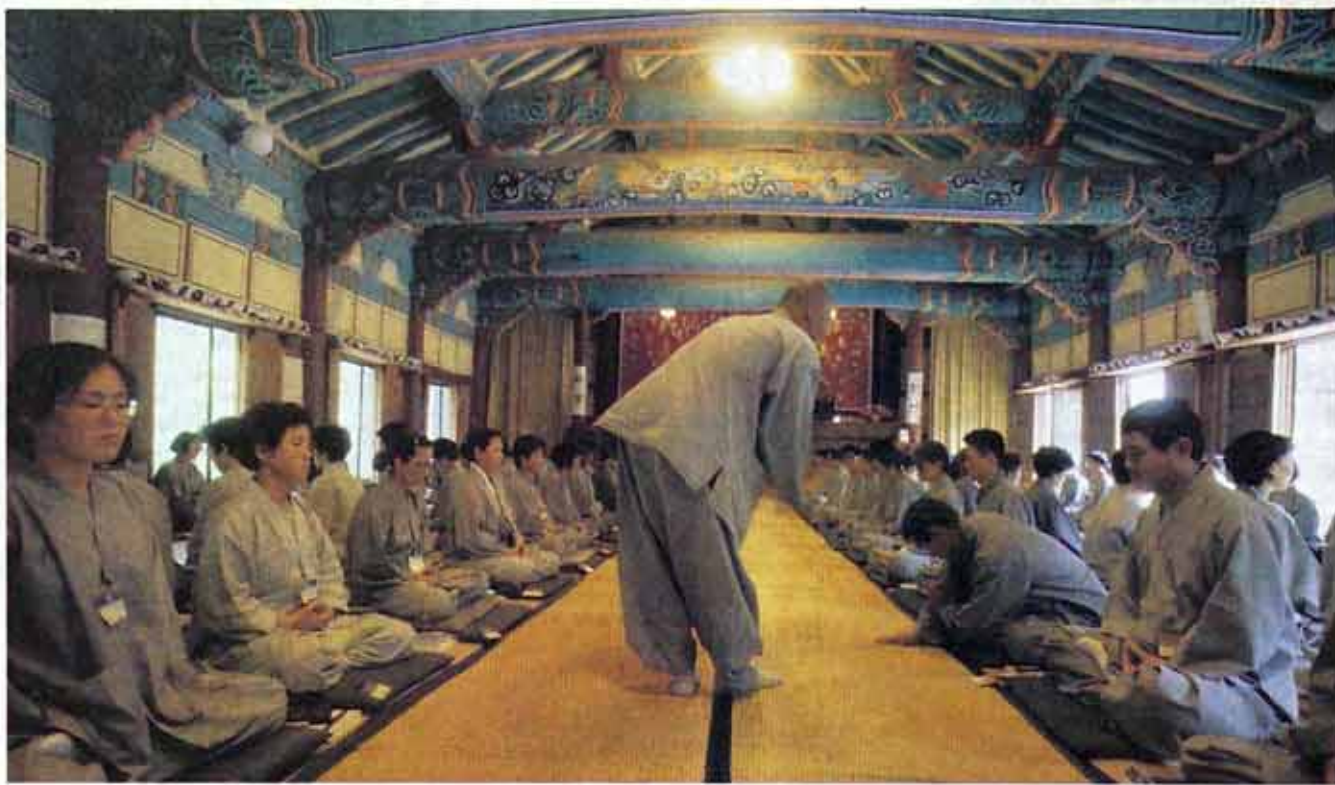




◇4박5일 용맹정진을 마치고 불탑승 상보에 귀의하고 올바른 부처님의 제자가 되기위해 5계를 받는다.



◇'이 밋고' 좌선시간에는 스님들이 간혹 졸음을 이기지 못하는 수련인들의 어깨를 '딱딱' 치는 죽비소리와 호흡소리만 들릴 뿐이다.

## 좌선... 발우공양... 울력... 묵언... 예불...

# “자기속 들여다보는 시간으로”

### 사

4박5일 단기출가

### 찰

새벽 3시 일과 시작

### 수

설틈없는 수행일정

### 련

또다른 세계 열리고

### 회

생활활력 충전 '귀가'

여름 산사에는 노을이 빨리 찾아온다. 해거름의 산그늘 아래 지친 육체를 누이면 마음이 경화되고 겸손해진다. 뿐인가. 모든 것이 잠든 새벽, 미명의 숲길을 혼자 걸으며 청승일 떨어지는 소리를 듣고 있으면 속세의 번뇌가 한순간에 사라지고 온갖 욕심이 씻은 듯 없어진다.

해마다 여름이면 전국의 유명 사찰에서는 '4박5일 단기출가' 사찰수련회가 열려 불자는 물론 일반인 및 타종교인들까지 발걸음을 끌고 있다.

사찰수련회는 혼탁한 도시의 일상생활에서 벗어나 산사의 품속에서 참선과 묵언정진, 108배로 심신을 단련하며 자신을 돌아볼 수 있는 절호의 기회. 단기출가를 통해 단순히 '쉬는 것'에 머무는 것이 아니라 '재충전'을 할 수 있다. 때문에 수련회 접수때면 사찰 중무소는 신청인들의 전화와 방문으로 북새통을 이룬다.

'짧은 출가, 긴 깨달음' 이제는 TV나 신문 광고 문안처럼 익숙해져 버린 사찰 단기출가. 평균 2대의 경쟁률을 보이며 현대인들에게 날로 인기를 더해가는 수련회는 참가자들에게는 부부의 연(緣)을 맺는 만남의 장이 되기도 해 더욱 이색적이다.

산사수련회가 가장 전통깊은 사찰은 전남 순천 송광사. 지난 80년 법정스님이 수련원장을 맡으면서부터 널리 알려지기 시작했다. 올해로 27회째인 송광사수련회는 일찌감치 마감하고, 6월27일 1차 수련회에 들어갔다. 지난해에 이어 올해도 7백명 모집에 1천4백여명이 몰려 2대 1의 경쟁률을 보였다. 이는 한번 신청한 사람에게는 3년동안 신청을 못하도록 정해져도 불구하고 나온 결과여서 올해 수련회에 참여한 사람들은 스스로 '행운아'라고 말하기를 주저하지 않는다.

2일 접수마감된 해인사와 대둔사의 경우도 예외는 아니다.

산사에서 수련은 짧은 기간이지만 불가의 엄격한 법도와 출가사문의 칼날같은 정진을 경험하게 된다. 일단, 중무소에서 등록을 하고나면 모든 소지품을 달긴 뒤 지급받아 입은 갓빛 수련복 외에는 반입이 된다. 미처 준비하지 못한 물건 몇가지들

### 욕심 씻고 번뇌 녹이려 108배 등 치열한 정진 몸은 파김치지만 마음은 '空空'

### 여름휴가 新풍속도 절마다 신청세도 '좁은문'

사러 수련복 차림으로 일주문을 벗어날라치면 "그 몸에 필요하게 뭐여 그리 많은가요?"라는 스님의 따끔한 질책이 떨어지고, 그 질책은 빠른 수련기간 동안 화두처럼 불음이 되고 대답이 되기도 한다.

새벽 3시. 법고 울리고 목어(木魚)소리가 낭랑한 가운데 운판(雲板)의 울음소리가 새벽하늘을 깨우는 기성과 함께 108배에 들어간다. 이어 청아한 목탁소리에 맞춰 예불문을 외면 저절로 자신의 내면의 세계를 살피게 된다.

수련프로그램은 사찰마다 다소 차이가 있지만 송광사의 경우 4박5일의 수련기간 중 일관되게 주어

#### ◇단기출가 사찰수련회

사찰명	기간	횟수	접수마감	연락처
통도사	7/18~8/12	6차	7월5일	0523.84-8380
불국사	7/7~8/25	7차	매월 10일전	0561.746-9912
봉선사	7/26~7/31	1차	7월27일	0346.555-5974
월정사	7/21~8/5	3차	매월 3일전	0374.32-6664
백양사	7/21~7/25	1차	7월10일	0685.92-7502
가사마을회	7/25~7/31	2차	7월15일	02.838-3385
송광사	6/29~8/17	8차	완료	0661.755-0407
해인사	6/27~8/16	7차	완료	0599.31-1001
대둔사	7/7~7/25	3차	완료	0634.34-5502

지는 과정은 묵언과 좌선이다. 절대 침묵을 지키는 것과 '이 몸을 이끌고 이곳까지 오게 한 것이 무엇 일고(이 밋고)'라는 화두를 잡고 자신의 마음자리를 찾아가는 여정이다.

묵언은 부부끼리도 서로 말을 하지 않는다. 말에 둘러싸여 말로써 소통하며 관계 맺고 살아가는 현대인들에게 묵언은 새로운 체험이자 다른 세계로의 접근이다. 지도법사 스님은 '입으로 말하는 법보다 눈빛으로 말하는 법이 더욱 간절하다'고 설명한다.

이 음식이 어디서 왔고, 내 덕행으로 받기가 부끄럽네. 마음의 온갖 욕심버리고 욕심을 지양하는 예로 알아 도업을 이루고자 이 공양을 받습니다.

밥그릇 4개로 이뤄지는 발우공양도 특이한 경험이다. 밥 국 반찬 천수물을 각각 받아 놓은 발우를 앞에 두고 내가 이 음식을 먹을 만한 일을 했는지 반성해 본다. 반찬이나 밥은 절대 남겨서는 안되며 그릇 닦은 물까지 송금으로 마셔야 한다.

실용없이 좌선과 강의, 예불의 강령군으로 이어지는 수련회를 경험한 이들 중에는 오히려 육체적 고통을 그리워하는 이들도 많다. 육체적으로 더없는 합은 수행이 현대사회의 온갖 스트레스와 번뇌에서 벗어나게 만들기 때문일거다.

2박3일 또는 4박5일의 짧은 출가는 수계식을 끝으로 긴 깨달음의 여운으로 남아 희망된다.

매년 해인사 통도사 송광사를 번갈아 가며 사찰수련회에 참가하는 것으로 여름휴가를 대신한다는 송호찬씨(40, 공인회계사)는 "스스로에게 '내가 누구이고, 무엇을 하고 있는가'에 대한 수없는 질문을 던지면서 나를 되돌아 볼 수 있는 재충전의 계기가 됐다"면서 "수련회에서의 강동을 일상생활에 까지 연장시켜 생활화하는 것이 중요하다"고 말한다.

글=도필선 사진=고영배 기자



◇참가자들이 포항수련을 하고 있다.



◇법구경·백암록·현대인의 신행 등을 주제로 하는 강의시간은 불교에 대한 폭넓은 이해를 돕는다.

### 가톨릭신자의 참석소감



### 장광수 (장광수치과의원 원장)

"저는 불자도 아니었고 절의 분위기에 익숙하지도 않았습다. 단지 모든 종교의 선한 교리에 일반적인 호감과 관심을 가진 사정인(市井人)에 지나지 않았습다. 그러나 수련회에서의 기억은 제 평생에 잊지 못할 소중한 부분이 되었습니다. 지금도 제 귀에는 새벽 세시만 어김없이 울리던 송광사의 북소리가 그대로 남아 있느냐구요."

무까 장광수씨(장광수치과의원 원장, 43). 무까는 장씨의 세례명이다. 그는 "천주교인으로서 사찰수련회에 참여하게 된 것이서 모든 것이 생소했고 인상 깊었다"고 말한다.

### “산사수련후 안목 넓어졌어요”

장원장은 지난해 산행회 동료들의 권유로 송광사 3차 수련회에 참여했다.

"같이 산을 타는 동료들 중에 한 분이 매일 햇바퀴 볼 듯 살아가는 제가 안타까웠는지 사찰수련회를 권하셨습니다. 그저 조용한 곳에서 명상이나 하면서 쉴 생각으로 그 제안을 부담없이 받아 들였죠."

그러나 장원장은 송광사 중무소에서 수련기간동안 그곳의 규칙을 모두 엄수하겠다는 일종의 다짐에서 서명하면서 후회했다고 한다. 절때까지 끼고 자연시계를 벗어놓아야 했고, 말을 하지 않아야 했기 때문이다. 또 계속되는 좌선

과 강의는 온몸이 뒤틀릴 정도였으며 수련회 4박5일 중 3일 동안은 지금도 아찔하다고 말한다.

"수련회를 마치고서야 참선시간이 버리는 것에 대한 고통을 철저히 안겨준 시간이었다는 것을 깨달을 수 있었습니다. 수련회 동안에는 그저 결과부과의 자세에서부터 폐배의식에 사로잡혀 있던 잡념에 시달려야 했고, 화두를 생각하기 전에 정신은 아픈 다리 쪽으로 쏠려 욕신의 고통을 참아내지 못해 고통스러울 뿐이었죠."

"수련회에 참가한 뒤로 환자를 대하는

태도와 주변 사물을 보는 시각이 변할 뿐 아니라 이해의 폭이 넓어졌다"는 장원장은 "논란 뜨면 바깥 일에 몰두해야 하는 현대생활에서 우리 마음 속을 찬찬히 들여다 볼 기회를 제공한다"며 사찰수련회를 평가했다. 또 "수련회 기간동안 지위·학력·부의 고하(高下)를 막론한 회색빛 수련복, 시종 들어주던 자원봉사자들의 사심없는 얼굴, 흰찰하신 용모의 스님들이 가사장삼을 펼쳐 입고 법도 있고 당당하게 걸으시던 모습과 영혼한 눈빛이 아직도 생생하다"며 "자격이 되는 2년 뒤(송광사는 한번 신청한 사람에게는 3년동안 신청을 못하도록 되어 있다) 송광사 수련회에 다시 한번 참여할 계획이다"라고 웃어보였다.