

무상사 결제(안거) 규율

원호 대사께서는 '수행'과 '화합'에 대하여 “우리 자신을 이롭게 하고, 또한 다른 이들을 이롭게 하는 것은 마치 '새의 두 날개'와 같다”라고 하셨습니다. 아래의 결제 규칙들은 수행의 방향을 분명히 세우고 신실하게 유지할 수 있도록 도와줍니다. 결제 기간 동안 이 규칙들을 지킴으로써 나 자신은 물론 다른 수행자들을 자연스럽게 도울 수 있습니다. 결제에 참가하는 모든 수행자들은 항상 아래 규칙들을 염두하여 대중(大衆)과 화합할 수 있도록 노력해 주시기 바랍니다.

※ 참선과 자기 수행

모든 수행자들은 스스로 기울인 노력만큼 자신의 참된 본성을 찾을 수 있습니다. 아래의 규칙들을 잘 활용하여 참선수행을 통해 자신의 내면을 조용히 들여다보고 본래 나를 찾는 귀한 시간을 가질 수 있기를 바랍니다.

<일반사항>

1. 결제는 항상 묵언 속에서 진행됩니다.

송산 대선사께서는 “침묵은 성스러움보다 낫다”고 말씀하셨으며, 달마 대사는 소림사(小林寺)에서 9년 동안 침묵 속에 좌선하셨습니다. 묵언은 몸과 말과 마음의 묵언을 뜻합니다. 어떠한 형태로든 수행 참가자와 의사소통을 하는 것, 즉, 몸짓이나 신호를 주고받는 것 또한 대화의 한 형태입니다. 묵언은 수행의 깊이를 더하고, 다른 수행자들의 수행에 방해가 안되며 또한 도울 수 있습니다. 부득이한 경우가 아니면, 결제 중 무상사의 모든 공간에서 묵언을 지켜주시기 바랍니다. 하지만 필요한 경우에 언제든지 지도 스님과 이야기를 나눌 수 있으며, 음식, 숙소, 건강 등에 관련된 문제는 담당자에게 메모로 문의할 수 있습니다. 그러나 이러한 접촉도 최소화 하는 것이 수행자 각자 수행을 심화 시킬 수 있으며 같이 수행하는 사람들에게도 도움이 됩니다..

2. 참선은 정신의학적인 문제를 해결할 수 없습니다.

때때로 심각한 정신적 어려움을 겪는 분들은 참선수행을 통해 그러한 문제를 치료하거나 완화할 수 있다는 비현실적인 사실을 기대합니다. 그러나 참선수행은 정신의학적인 치료를 대체할 수 없으며, 그러한 치료 자체를 더 어렵게 만들 수 있습니다. 선 수행은 대부분의 사람들에게 유익하나, 의학적 치료의 대안은 아니므로, 현재 심각한 정신 질환을 겪고 계신 분들에게는 참선수행이 권장되지 않습니다.

3. 결제 중에는 온전히 자기 자신에 집중합니다.

휴대전화 및 개인 컴퓨터 등 일체의 통신 수단은 결제 기간 중 사용할 수 없습니다. 휴대전화는 입방과 동시에 담당자에게 맡겨 주십시오. 긴급 시에는 입승 스님 및 담당 스님께 도움을 요청해 주십시오.

4. 시간을 정확히 지킵니다.

시간을 지키는 것은 수행의 첫 걸음입니다. 모든 수행 및 예불 시간, 공양 시간을 정확히 지켜주십시오. 법당, 선방, 공양 시간 등을 알리는 목탁이 울리면 곧바로 입실을 해야 합니다.

5. 죽비소리에 맞춰 움직입니다.

입선(入禪)을 알리는 죽비 소리 이후에는 선방(禪房)에 들어가실 수 없습니다. 단, 공안 인터뷰(공안 독참)를 마치고 선방으로 돌아올 경우는 제외합니다. 만약 늦으신 경우에는 다음 행선(行禪) 때까지 1층 다각실에서 좌선을 하며 기다립니다.

6. 행선(行禪)은 참선수행의 일부입니다.

좌선(坐禪) 중간 10분 간 걷는 행선 역시 참선수행의 중요한 과정입니다. 꼭 필요한 상황(화장실 등)을 제외하고는 행선에 동참해주시십시오. 만약 자리를 떠날 경우, 선방에 돌아와 자신의 위치로 조용히 돌아갑니다. 본인의 마음을 들여다 보며 항상 조심히 걸으며, 계단을 오르내릴 때에는 소리가 나지 않도록 주의합니다.

<생활>

7. 몸이 불편하여 참선수행에 참석하기 어려운 경우, 수행시간 전까지 입승 스님께 꼭 알려주십시오.

8. 발우 공양은 모든 수행자들의 안부를 확인하는 시간입니다. 공양을 하지 않더라도 발우 공양 시간에는 모두 참석해주시십시오.

9. 운력 시간 외, 공양간 소임을 맡은 사람들 이외에는 공양간에 출입하지 않습니다.

10. 길을 잃어 위험에 처할 수 있으므로, 등산로를 정확히 알지 못한 채, 홀로 산행하지 않습니다.

11. 여성 수행자와 남성 수행자 단독으로 함께 산책하지 않도록 합니다. 혼자 산책하거나, 길을 잘 알지 못할 경우 3명 이상 묵언하며 함께 산책할 수 있습니다.

12. 다른 성별 수행자의 숙소에 들어가지 않도록 합니다. 단, 지도 법사님과의 공안 인터뷰나 상담이 이뤄지는 경우는 예외로 합니다.

13. 입승 스님의 사전 허락이나 긴급한 용건이 없는 경우, 종무소에 출입하지 않습니다.

14. 사찰 방문객들과 이야기 나누지 않습니다. 수행 중 외부인과의 대화는 시선을 외부로 돌려 수행에 주의 집중을 흐트리는 계기가 되므로 방문객이 말을 걸어올 경우, 종무소 및 담당 스님께 안내해주시십시오.

15. 선방 창문 개폐 및 냉난방기(선풍기) 작동에 관한 요구 사항 등 선방 관련 요구 사

항이 있을 경우, 입승 스님께 먼저 말씀해주시시오.

16. 동물들에게 함부로 먹이를 주거나 장난하지 않습니다.

무상사는 산에 있는 관계로 야생 동물들 등 동물들이 나타납니다. 먹이나 장난을 하는 행동은 동물들에게도 안전 하지 않으므로 주의를 해 주시기 바랍니다.

17. 재가 수행자는 삭발을 할 수 없습니다. 머리를 짧게 자르실 경우, 최소 1cm 이상으로 유지합니다.

18. 각자의 방 이외의 모든 공간에서는 공동체 생활에서의 예의로 항상 동방 및 적삼을 착용하고 양말을 신어야 합니다. 단, 하안거 운력 시간 동안에는 티셔츠만 착용할 수 있습니다.

19. 결제 기간 중 원색이나 화려한 무늬의 옷은 피해주시시오. 시각적인 자극을 최소화 하는 것이 수행에 도움이 됩니다. 아주 추운 겨울을 제외한 나머지 기간 중 법당안과 선방 안에서 모자 착용을 삼가 해 주시기 바랍니다.

20. 흡연과 음주는 수행을 방해하는 요소입니다. 결제 기간 중 흡연과 음주를 절대 하지 않습니다. 사찰 내에서는 결제 기간이 아니어도 흡연 및 음주는 금합니다.

21. 결제 중에는 생각을 줄이는 것이 가장 중요하므로, 개인적으로 가져온 책을 읽지 않도록 합니다. 단, 다각실에 진열된 책들은 휴식 시간 동안 다각실에서 읽고 모든 사람과 공유 되는 책들이므로 원래 자리에 놓아둡니다.

22. 모든 수행자들은 결제 기간 중 매일 한 가지의 운력(사찰 내 청소 및 공양간 보조 등)을 맡게 됩니다. 운력 또한 수행의 일부이므로, 마음을 잘 집중하여 맡은 일에 참여합니다.

23. 세탁은 정해진 시간에만 합니다. 특히, 행선 시간 중 세탁하지 않도록 주의해주시시오. 빨랫줄에 넣어 둔 세탁물은 저녁 예불 전까지 걸어 주시기 바랍니다.

24. 각 방의 소등 시간은 밤 9시 20분입니다.

25. 건강상 불편함이나 문제가 있을 시에는 간병 스님께 먼저 말씀해주시시오.

26. 그 외, 꼭 필요한 사항은 입승 스님 및 각 담당 스님들께 메모를 전달하여 도움을 요청해주시시오.

<알림>

27. 결제에 참가한 수행자가 위 사항들을 지키지 않을 경우, 입승 스님은 두 번에 걸쳐 '주의'를 주실 것이며, 세 번째에는 결제 지도 선사 및 지도 법사님의 '경고'가 주어질 것입니다. 이후에도 규칙을 지키지 않을 경우, '퇴방 조치' 당할 수 있음을 유념해주시요.

28. 위 규칙의 모든 사항에 대한 예외 사항과 사찰 생활 방침은 조실 스님과 선원장 스님께서 최종적으로 결정하십니다.

※ 한국 사찰 기본 예법

* 법당 및 선방에 출입할 시에는 항상 선사님, 지도법사님, 스님들께서 먼저 출입하 시도록 합니다.

* 항상 선방에서는 자리에 앉아있는 사람들의 등 뒤로 걷도록 합니다.

* 공양을 배식 하거나 물건을 주고 받을 때에는 항상 두 손을 사용합니다.

* 자리에 앉을 때나 행선 할 때 다리나 발을 끌지 않도록 하며, 불상이나 다른 사람을 향해 손가락으로 가리키지 않도록 합니다.

* 공공장소에서 눕지 않도록 합니다.

* 법당, 선방 및 공양 시간 중 소리 내어 코를 풀지 않도록 하며, 화장지나 손수건으로 조용히 닦습니다.