# “독서·명상·108배”…취향 따라 모이는 신행 소모임 확산

## 사찰 안팎 소모임 활성화…느슨·꾸준한 연대 형성
## “강요보다 공감”…청년 머물고 싶은 사찰 문화를

**호감이 관심으로, 관심이 신행으로**

**4. 불교 소모임이 뜬다**

김내영 기자 rlasodud0994@naver.com

청년들의 불교 신행 방식이 달라지고 있다. 법회와 신도회 중심의 활동에서 나아가 108배, 독서, 명상, 차담 등 관심사가 비슷한 이들이 함께 수행하고 부처님의 가르침을 나누는 소모임이 사찰 안팎으로 확산되고 있다. 사회관계망서비스(SNS)와 온라인 커뮤니티를 기반으로 한 모임도 활발해지면서 신행 공동체의 형태도 한층 다양해지는 모양새다.

최근 각 사찰은 새신도와 청년 불자를 위한 소모임 운영에 적극 나서고 있다. 하나의 조직에 소속되기보다 관심사를 중심으로 느슨하게 연결되는 청년 세대의 공동체 문화가 신행에도 반영된 결과다. 기존 법회가 부처님의 가르침을 배우는 데 무게를 뒀다면, 소모임은 함께 수행하고 교류하며 신행을 일상으로 확장하는 데 의미를 둔다.

청년 신행 소모임 운영의 대표적인 곳으로는 서울 홍대선원(주지 준한 스님)이 꼽힌다. 홍대선원은 법회와 함께 독서, 명상, 108배 등 다양한 소모임을 운영하며 청년들의 신행 정착을 돕고 있다. 정기 법회 참석이 부담스럽거나 혼자 수행을 지속하기 어려운 이들도 소모임을 통해 자연스럽게 사찰과 인연을 맺고 ‘불자’로서의 소속감과 유대감을 쌓아가고 있다.

이 같은 흐름은 새로운 청년 신행공동체의 탄생으로도 이어지고 있다. 서울 불이성 법륜사(주지 혜각 스님)는 지난 6월 20일 청년 불교 커뮤니티 ‘렛 고 클럽(Let Go Club)’을 창단하고 지속 가능한 청년 신행공동체 조성에 나섰다.

신행 소모임은 온라인에서도 활발하다. SNS와 온라인 커뮤니티를 중심으로 수행 기록을 공유하거나 함께 경전을 공부하는 모임이 꾸준히 생겨나고 있다. 시간과 장소의 제약 없이 참여할 수 있다는 점에서 청년들도 보다 쉽게 신해 공동체와 연결될 수 있다.

실제 회원 수 500만명을 넘어선 국내 대표 취미모임 플랫폼 ‘소모임’에서는 ‘전지적 불교시점’ ‘북클럽모임’ ‘佛필요한이야기’ ‘불빛모임’ ‘고요차회’ 등 다양한 불교 관련 모임이 운영 중이다. 독서와 명상, 차담, 친목 등 각자의 관심사를 매개로 모인 이들은 서로의 수행 경험과 일상을 나누며 도반으로 성장해 가고 있다.

이처럼 신행 소임은 더 이상 특정 사찰이나 일부 청년들의 친목 모임에만 머무르지 않는다. 함께 수행하고 일상을 함께 나누며 신행을 지속하는 새로운 문화로 자리 잡아가고 있다. 법회가 신행의 중요한 기반이라면, 소모임은 신행을 꾸준히 이어가는 실천의 장이자 부처님 가르침을 만나는 연결고리로 자리매김하고 있다는 평가다.

현장에서 청년 신행을 이끌고 있는 스님들은 청년들이 지속적으로 사찰을 찾기 위해서는 자율성과 공감이 무엇보다 중요하다고 강조한다.

렛 고 클럽 지도법사 지우 스님은 “청년이 머물고 싶은 사찰은 강요하지 않는 곳”이라며 “우리는 청년들에게 길을 알려주는 것이 아니라, 그들이 스스로 길을 걸을 수 있도록 돕는 도반이자 가이드가 될 것”이라고 밝혔다.

## ‘방하착’을 ‘Let go’로 풀어낸 청년 포교 실험

**법륜사 ‘렛 고 클럽’**

**불이성 법륜사, 6월 20일 창단**
**‘렛 고’는 포기 아닌 내려놓기**
**일상 속 부담 없는 수행공동체**



6월 20일 법륜사에서 열린 ‘렛 고 클럽’ 창단식 모습.

“나는 이대로 괜찮은 걸까.”

취업과 진로, 인간관계, 미래에 대한 불안으로 청년들이 자주 스스로 던지는 질문이다.

서울 불이성 법륜사가 이런 청년들의 고민에 주목했다. 최근 출범한 청년 불교 커뮤니티 ‘렛 고(Let Go) 클럽’은 ‘방하착(放下着)’을 오늘의 청년들이 이해할 수 있는 언어로 풀어낸 새로운 포교 실험이다. 수행이 특별한 종교행사가 아니라 일상 속에서 자연스럽게 경험하도록 하자는 것이 이 모임의 출발점이다.

6월 20일 창단한 ‘렛 고 클럽’은 40여 명의 청년들이 활동하고 있다. 대부분은 불자가 아니라 불교에 관심을 갖고 사찰을 찾은 청년들이다.

청년 지도법사를 맡고 있는 지우 스님은 주변 청년들과 이야기를 나누며 공통된 고민을 발견했다.

“불교에 관심은 있는데 어디서부터 시작해야 할지 모르겠다는 이야기를 많이 들었습니다. 청년들이 부담 없이 찾아와 쉬고, 수행할 수 있는 공간을 만들어 보자는 생각이 들었죠.”

그 첫 번째 시도가 ‘올데이(All Day) 법륜사 프로젝트’다. 하루 동안 사찰에서 수행과 휴식을 경험하는 프로그램으로, 모집 시작과 동시에 마감될 만큼 큰 호응을 얻었다. 참가자들의 “이런 프로그램이 계속 있었으면 좋겠다”는 요청은 자연스럽게 ‘렛 고 클럽’으로 이어졌다.

법륜사는 도심사찰이라는 환경을 장점으로 활용했다. 1박 2일 템플스테이를 운영하기는 어렵지만 퇴근길이나 주말에 부담 없이 올 수 있는 수행공동체를 만들자는 발상 전환이었다.

지우 스님은 “절에 가기 위해 큰 결심을 하고 연차를 내야 하는 것이 아니라 마음이 힘든 어느 날 자연스럽게 절에 들를 수 있어야 한다고 생각했다”며 “수행이 일상 속 ‘라이프스타일’, 삶의 일부가 되길 바랐다”고 말했다.

이러한 철학은 프로그램에도 그대로 담겼다. 회원들은 한 달 동안 네 가지 주제로 나눠 활동한다. 첫째 주에는 불교 교리를 현대인의 언어로 배우고, 둘째 주에는 명상과 절 필사 등을 체험한다. 셋째 주에는 불교문화와 사찰예절을 익히고, 넷째 주에는 특별 강연을 통해 불교를 더욱 폭넓게 이해한다.

운영 프로그램 전반이 교리를 설명하는 데 그치지 않고 삶과 연결하는 데 초점을 맞춘 게 특징이다.

‘사찰에서?’라는 생각이 들 만한 독특한 프로그램도 있다. 음악을 들으며 빈백에 기대 책을 읽거나 명상하는 시간이다. 지우 스님은 이를 ‘슬로우 맥싱(Slow Maxing)’이라고 부른다. 천천히 쉬는 경험을 최대한 깊게 해보자는 의미다.

커뮤니티 이름에도 이러한 철학이 담겨 있다. ‘렛 고(Let Go)’는 놓아버리거나 포기하라는 말이 아니다. 성적과 연봉, 타인의 시선, 자신의 고정관념까지 붙잡고 살아가는 현대인에게 불필요한 집착을 내려놓자는 의미다. 불교의 ‘방하착’을 가장 직관적으로 표현한 이름인 셈이다.

지우 스님은 “‘렛 고 클럽’은 불교를 살아보는 공동체”라며 “불교가 공부의 대상이 아니라 삶을 지탱하는 친구 같은 존재가 되기를 바란다”고 말했다.

‘렛 고 클럽’은 1986년생부터 2007년생까지 참여할 수 있으며 법륜사 공식 인스타그램(@beomnyun1928)을 통해 안내를 받을 수 있다. 임은호 기자

## 함께여서 가능한 108배…‘같이의 가치’ 나누다

**홍대선원 ‘배배클럽’**

**매주 월요일 오후 8시 운영**
**죽비 소리 맞춰 108배 완주**
**반복되는 수행 속 의미 찾아**



배배클럽은 운영자와 참가자가 마주보고 절하며 유대감을 쌓는다.

“절은 자주 하세요?” “속도는 괜찮으셨어요?” “무릎은 안 아프세요?”

7월 6일 오후 8시 서울 홍대선원 5층 법당. 죽비 소리에 맞춰 108배를 마친 참가자들이 서로의 안부를 묻는다. 얼굴에는 땀이 맺혔지만 분위기는 한층 밝아졌다. 함께 절한 경험을 나누며 처음 만난 사람들은 어느새 서로를 응원하는 ‘신행 도반’이 됐다.

홍대선원(주지 준한 스님)이 지난해 1월부터 운영하는 신행 소모임 ‘배배클럽’의 모습이다. 매주 월요일 오후 8시에 열리는 배배클럽은 누구나 참여할 수 있는 108배 수행 모임으로, 평균 5명에서 많게는 10명이 함께 절하며 수행과 교류를 이어가고 있다.

홍대선원 스태프로 배배클럽 운영을 맡고 있는 신용길 씨는 “108배는 결코 쉬운 수행은 아니지만 함께 완주하며 느끼는 성취감을 나누고 싶었다”며 “‘같이의 가치’를 경험하는 수행 공동체를 만들어 가는 것이 목표”라고 말했다.

이날 모임에는 처음 참가한 잉글랜드 출신 관광객 사라 씨를 포함해 총 5명이 참여했다. 참가자들은 하나둘 좌복을 깔고 죽비 소리에 맞춰 108배를 시작했다. 빠른 사람도, 느린 사람도 있었지만 서로의 호흡에 맞춰 자연스럽게 절을 이어갔다.

배배클럽의 특징은 운영자와 참가자들이 서로 마주 보고 절한다는 점이다. 참여자들의 상태를 살피고 함께 수행하고 있다는 유대감과 동행의 감각을 나누기 위해서다.

신 씨는 “자신의 속도에 맞춰 자신만의 수행을 이어가는 것도 의미가 있지만, 서로 힘을 나누며 함께 완주해 나가는 것이 중요하다”고 강조했다.

108배를 마친 뒤에는 가쁜 숨을 고르고 마음을 가라앉히는 20분간의 좌선과 수행 경험 나누기 시간을 갖는다.

호기심으로 시작한 108배였지만 참가자들은 반복되는 절 수행 속에서 저마다의 의미를 발견하고 있었다. 함께 절하는 사람들 속에서 위로를 얻고, 한 배 한 배에 자신의 마음과 서원을 담아냈다.

조은솔 씨는 “모두가 땀을 흘리는 힘든 상황 속에서 함께하고 있다는 사실에서 가장 큰 위로를 받고 있다”며 “거창한 목표 앞에서는 늘 주저앉게 되는 경우가 많았는데, 한 배 한 배 쌓아가는 것에서 성취감과 효능감을 느끼고 있다”고 소감을 전했다.

이정은 씨도 “108배는 계속 몸을 움직여야 하다 보니 다른 생각이 끼어들 틈이 없다”며 “반복해서 절하다 보면 어느 순간 절 하나에 마음과 서원을 담게 된다”고 말했다.

흐트러짐 없이 108배를 완수한 사라 씨는 “마음 평화를 경험했다”며 “불자가 아니어도 누구나 해볼 만한 수행이라고 생각한다”고 밝혔다.

배배클럽은 앞으로 사경과 염주 꿰기 등 다양한 수행 프로그램도 함께 운영하며 참여자들이 자연스럽게 신행을 이어갈 수 있도록 프로그램을 확대해 나갈 계획이다. 신 씨는 “배배클럽은 108배만 하고 헤어지는 모임이 아니라 함께 수행했다는 경험 자체가 의미가 되는 모임”이라며 “앞으로 다양한 수행을 함께하며 서로를 응원하고 불교가 지향하는 공동체의 가치를 자연스럽게 체험하는 공간으로 만들어가고 싶다”고 강조했다.

이현희 기자

## ‘힙한 불교’ 다음은?…청년이 만든 불교 커뮤니티의 힘

**전지적불교시점**

**2023년 시작한 자발적 불교 소모임**
**전국 회원 300여 명으로 급성장**
**사찰탐방·대화로 호감서 신행으로**
**청년이 만드는 新포교 모델 ‘눈길’**



7월 5일 조계사 탐방에 동참한 청년들이 대웅전 앞 사진 찍기 미션을 수행하고 있다.

늦은 장마와 무더위가 기승을 부린 7월 5일 오전 서울 조계사 일주문 앞. 삼삼오오 모여든 청년들이 서로 반갑게 인사를 나눴다. 누군가는 불교를 오래 믿어온 불자였고, 누군가는 SNS 알고리즘을 통해 불교 콘텐츠를 경험하고 “불교가 궁금해졌다”며 처음 절을 찾은 청년이었다.

이날 조계사를 찾은 청년은 40명. 청년 불교 소모임 ‘전지적불교시점’이 두 달에 한 번 진행하는 사찰탐방에 참가한 회원들이다.

최근 불교는 ‘힙(Hip)한 종교’라는 새로운 이미지를 얻고 있다. 그러나 불교계 안에서는 또 다른 고민이 이어지고 있다. 문화적 호감을 어떻게 지속적인 관심으로, 더 나아가 신행으로 연결할 것인가 하는 문제다. ‘전지적 불교시점’은 바로 그 고민에서 출발한 청년들의 자발적인 실험이다.

이날 참가자들은 조계사 경내를 함께 걸으며 미션을 수행하고, 불교중앙박물관 특별전을 관람한 뒤 점심공양을 함께했다.

“처음에는 혼자 오는 게 조금 부담스러웠어요. 그런데 불교에 관심있는 또래들과 함께 절을 둘러보니 훨씬 편안하네요.”

처음 참가한 김시은 씨(28·서울)의 말처럼 이날 모임은 불교를 배우는 자리이자 마음 맞는 사람을 만나는 공동체의 장이었다. 일정을 마친 참가자들은 서로의 소감을 나누고 다음 모임을 기약했다.

‘전지적불교시점’은 2023년 시작됐다. 대승불교 양우종에서 신행하던 청년들이 “기독교에는 청년 커뮤니티가 활발한데 불교에는 왜 많지 않을까”라는 질문을 던진 것이 출발이었다.

플랫폼 ‘소모임’에 방 하나를 개설하는 것부터 했다. 처음에는 참가자가 손에 꼽을 정도였다. 그럼에도 운영진은 포기하지 않았다. 이웃종교 청년모임과 다양한 커뮤니티를 찾아 운영방식을 연구하고 프로그램을 다듬었다. 그 결과 현재는 300명 이상이 참여하는 청년 불교 커뮤니티로 성장했다.

흥미로운 점은 이 모임이 특정 종단이나 사찰의 포교 프로그램이 아니라는 점이다.

‘전지적불교시점’의 핵심 활동은 사찰탐방과 정기모임에 있다. 두 달에 한 번씩 사찰을 탐방을 한다. 또 한 달에 세 번, 평일 저녁 정해진 장소에 모여 5분 남짓한 영상이나 영화, 예능 프로그램의 한 장면을 함께 본 뒤 자신의 삶을 이야기한다.

정혜정 운영장은 “각자의 고민을 자연스럽게 불교적 관점에서 바라볼 수 있도록 돕고 있다”며 “정답을 알려주는 시간이 아니라 함께 삶을 들여다보는 시간”이라고 말했다.

이기성 운영진은 “결국 불교의 매력은 문화 체험에서 끝나는 것이 아니라 공부와 실천으로 이어질 때 비로소 알 수 있다”고 말했다.

실제 모임을 거쳐 간 청년 가운데는 불교대학에 등록하거나, 정기 법회에 참석하며 신행을 시작한 사례도 적지 않다. 당장은 직장이나 육아 때문에 어렵더라도 “언젠가는 제대로 불교를 공부해보고 싶다”고 말하는 참가자들도 있다.

‘전지적불교시점’ 운영진은 모두 평범한 직장인이다. 퇴근 후와 주말 시간을 쪼개 모임을 준비하고, 부족한 운영비는 사비를 보태기도 한다. 그럼에도 이들이 모임을 이어가는 이유는 분명하다.

정 운영장은 “절에는 다니지만 누구에게 무엇을 물어봐야 할지 몰랐다는 분들이 정말 많았다”며 “불교를 처음 접하는 사람들에게 부담 없이 다가갈 수 있는 첫 번째 다리가 되고 싶다”고 말했다.

‘전지적불교시점’은 75년생 이하면 누구나 가입할 수 있다. 공식 인스타그램(@jeonjijukbulkyosijum) 참조.

임은호 기자