한가위 보름달, 템플스테이 하며 맞아 볼까

한국불교문화사업단
추석 특별 템플스테이

전국 30여 사찰에서 운영
송편 빚기, 고민 상담부터
선명상, 달맞이까지 '다채'

신중일 기자 motp79@hyunbul.com



하동 쌍계사 추석 템플스테이 참가자들이 '송편 빚기' 체험을 하고 있다.
사진=한국불교문화사업단

올해 추석 연휴는 최장 10일 가량을 쉴 수 있는, 말 그대로 '황금연휴'다. 이 같은 연휴에는 국내외 여행지는 어디든 북적일 수밖에 없다. 그럴 땐 도심과 관광지의 번잡함에서 벗어나 온전하게 연휴를 즐길 수 있는 추석 특별 템플스테이를 찾아가 보자.

한국불교문화사업단(단장 일화 스님, 이하 문화사업단)은 추석을 맞이해 10월 4일부터 12일까지 '추석 특별 템플스테이'를 진행한다.

'추석 특별 템플스테이'는 전국 30여 곳의 템플스테이 사찰에서 진행되며 송편 빚기, 달빛 포행, 전통 문화 체험 등의 시즌 특화 프로그램이 운영된다.

긴 연휴가 유독 쓸쓸한 솔로라면 화성 용주사의 '솔로들을 위한 추석특집 수행 프로그램'을 추천한다. 10월 4~6일 2박 3일로 진행되는 프로그램에서는 △요가니드라 △소리명상 △만다라 그리기 △108배 수행 △소리명상 등 수행으로 스스로를 다스리는 법을 배울 수 있다.

오는 11월 13일 수능을 앞둔 수험생이라면 경산 선본사에서 갓바위 부처님을 친견해 보는 건 어떨까. 10월 5~9일 진행되는 '달아 달아 밝은 달아 갓바위 부처님과 놀던 달아~추석 템플스테이'에서는 갓바위 부처님 친견과 선본사 팔상성도 설명 듣기, 108배 등의 프로그램이 진행된다.

선명상 수행을 체험하고 배워 볼 수 있는 프로그램들도 운영된다. 인천 연등국제선원은 10월 3일부터 9일까지 6박 7일 동안 '선명상 집중수행'을 운영하며 △성주 자비선사 '선명상 템플스테이'(10월 7~9일) △영천 은해사 '신선한 선명상 템플스테이'(10월 6~7일) 등도 만날 수 있다.

고민을 해소하고 싶다면 스님에게 상담과 멘탈코칭, 선명상 지도를 받을 수 있는 남양주 봉인사 '한가위 고민 템플스테이'(10월 3~9일)를 추천한다.

문화사업단은 "어느 때보다 긴 추석 황금연휴를 맞아 다양한 계층의 니즈를 충족시킬 수 있는 프로그램들은 준비했다"면서 "추석 특별 템플스테이를 통해 지치고 힘들었던 몸과 마음에 '쉼'을 얻길 바란다"고 전했다.

■ 2025 추석 특별 템플스테이

권역	사찰명(지역)	프로그램명	진행 기간	프로그램 소개
서울	화계사	한가위 禪 시간_ '달을 기다리며', '달이 진 뒤에'	10/4~10/8	송편 빚기, 윷놀이, 달빛명상, 한가위 새벽숨 · 햇살숨
	국제선센터	2025 추석 특별 템플스테이	10/5~10/7	자개전통미니찻상 만들기, 선명상, 템플보드게임, 초공양
인천	연등국제선원	연등국제선원 선명상 집중 수행(6박7일)	10/3~10/9	선명상 집중수행
세종	영평사	영평사 추석 달맞이 템플스테이	10/5~10/7	선명상, 추석합동차례, 성불도 놀이, 백련꽃 차담, 달맞이 포행
경기	봉선사(남양주)	마음의 쉼, 손끝의 향기 추석맞이 전통디저트와 함께하는 템플스테이	9/26~9/27	양갱 만들기, 비밀의 숲 산책 명상
	법륜사(용인)	추석 특별 템플스테이 "보름달처럼 둥근 내마음"	10/4~10/6	타종과 맥놀이, 붓다볼명상, 바디스캔명상, 산사의 여유 즐기기
	용주사(화성)	솔로들을 위한 추석특집 수행 프로그램	10/4~10/5	요가 니드라, 하트명상, 소리명상 & 지버리쉬, 만다라그리기(심리치료)
	봉인사(남양주)	한가위 고민 풀기 템플스테이	10/3~10/9	스님과 고민 상담, 멘탈코칭, 나 사랑 선명상, 수목원 걷기 선명상
	육지장사(양주)	달.소.원-달빛에 소원을 담다	10/6~10/9	소원등 만들기, 달빛명상, 숲속보행명상
	대원사(가평)	절로 절로 만사여의	10/3~10/11	108배 합장주 만들기, 스님과의 차담, 선명상, 숲길 포행
강원	낙산사(양양)	제46차 추석 특집 "아득한 성자"	10/5~10/7	추석 합동차례, 송편 빚기, 윷놀이, 파도명상 및 달맞이
	백담사(인제)	제18회 한가위 어울림 템플스테이	10/6~10/8	한가위 달빛명상, 성불도 게임, 자비명상, 숲 포행
충북	반야사(영동)	한가위(추석) 황금 템플스테이	10/5~10/7	추석차례, 성불도 놀이, 한가위 달맞이, 다라니사경
	석종사(충주)	석종사의 추석 특별 템플스테이, 진월만월(眞月滿月)	10/5~10/6	송편 빚기, 달빛 명상, 추석합동차례, 진월돈월(진월스님의 Don't worry)
	법주사(보은)	2025년 한가위 템플스테이	10/5~10/7	향기명상(천연오일을 이용한 테라피), 추석차례, 달빛 걷기 명상
충남	마곡사(공주)	마곡사 한가위 스테이	10/5~10/7	추석차례, 송편 빚기, 보름달명상, 군왕대 오르기, 백범 김구 명상길 걷기
	한국문화연수원(공주)	알밤 쿵 추석템플스테이	10/3-10/6	알밤 줍기, 알밤떡 만들기, 백제문화유산 관람, 백제복식 체험
전북	내소사(부안)	2박3일 추석 1템3사 사찰순례 (내소사, 선운사, 개암사)	10/7~10/9	문화유산 탐방, 도솔암 탐방, 스님과 차담, 모닥불 피고 고구마 구워 먹기
	서고사(전주)	달빛산행. 달빛옥상 드러누어봐	10/4~10/9	달빛 산행, 달빛 옥상 드러누어봐
전남	대흥사(해남)	대흥사 추석 특별 템플스테이	10/5~10/7	송편 빚기, 추석합동차례, 연꽃등 만들기, 일지암 산행
	신흥사(완도)	추석연휴 템플스테이	10/1~10/12	예불, 포행, 명상
	용흥사(담양)	한가위 피로 회복 템플스테이	10/8~10/10	소원등 만들기, 달뫼수바레길 및 용흥사 계곡 함께 거닐기
	향일암(여수)	2025 향일암에서 한가위 민속놀이 대축제	10/3~10/9	보름달 소원 빌기, 별 바라보기, 한국전통민속놀이, 명승지에서 해돋이
경북	선본사(경산)	달아 달아 밝은 달아 갓바위 부처님과 놀던 달아~~~ 추석 템플스테이	10/5~10/9	갓바위 부처님 친견, 선명상, 3층 석탑 다녀오기
	심원사(성주)	추석연휴 템플스테이	10/3~10/11	예불, 공양, 인연더하기(나에게 쓰는 편지)
	자비선사(성주)	추석 특별 선명상 템플스테이 ; 달빛, 마음을 비추다.	10/7~10/9	주지 스님에게 마음을 묻고 길을 듣다, 자비선명상, 소원지 작성하기
	감산사(경주)	한가위 쉼,돌봄 템플스테이	10/3~10/9	송편 빚기, 윷놀이, 공기놀이, 호미길산책, 보름달빛 구경
	은해사(영천)	은해사 한가위 '선선한 선명상 템플스테이'	10/6~10/7	크리스탈 싱잉볼 치유명상, 달빛행선, 다선일미 차명상, 마음거울명상
경남	성주사(창원)	한가위 보름달빛 템플스테이	10/5~10/11	보름달빛 아래서 싱잉볼 연주로 쉼의 시간을 선물하기, 춤 명상
	문수암(산청)	2025년 한가위 템플스테이	10/1~10/4	송편 빚기, 소원등 만들기, 탑돌이
	쌍계사(하동)	2025 추석 특별 템플스테이	10/3~10/9	윷놀이, 송편 빚기, 주지 스님 특별명상차담, 추석합동차례
	대원사(산청)	2025년 가족과 쉬어가는 한가한 한가위	10/5~10/8	스님과 차담, 대원사계곡길 포행, 108배 및 예불, 탑돌

신뇨엔 문화전법 산실 '키요사토미술관' 30돌 맞다

9월 6일, 일본 야마나시현 코후시에 위치한 키요사토사진미술관 앞마당은 정오부터 세계 각국의 사진작가들로 붐볐다. 삼삼오오 모인 이들의 어깨에는 카메라가 걸려 있었고, 손에는 그동안 찍어온 사진집이 들려 있었다. 무더위가 한풀 꺾이고 초가을에 열린 키요사토사진미술관 개관 30주년 기념식은 세계 사진계의 축제였다.

기념식 무대가 마련된 로비에는 12개국에서 모여든 작가들이 자리를 메웠다. 이들 가운데는 이미 세계적인 사진가도, 이제 막 자기 작품을 선보인 신진 작가도 있었다. 서로의 언어는 달랐지만, 사진이라는 공통의 언어는 그 간격을 좁혀주고 있었다.

기념식의 막이 오르자 사회자는 키요사토사진미술관의 지난 30년 역사를 소개했다. 일본 불교법인 신뇨엔(眞如苑, 진여원)이 개조(開祖) 이토 신죠의 가르침에 따라 1995년 설립한 이 미술관은 '생명에 대한 공감', '전통 사진기법 보존', '젊은 사진가 양성'이라는 세 가치를 중심으로 활동해 왔다.

특히 인재 양성 사업으로 '영포트폴리오(Young Portfolio)'라는 이름 아래 35세 이하 작가들의 작품을 수집해 왔다. 그동안 86개국 1만 2000여 명이 응모, 880명 6000여 점이 선정됐다.

기념식에 참석한 미국 데보라 크로치코 샌디에이고미술관 명예관장과 대만 션 자오리앙(沈昭良) 작가 등 세계적인 사진가들은 "아무도 알아주지 않는 신진작가들의 작품을 실질적으로 구매하고 전시까지 하는 키요사토 사진미술관은 사진작가들의 산실(産室)"이라고 평가했다.

이날 기념식에는 전재홍 대전포토페스티벌 조직위원장을 비롯해 2024 부산국제사진축제 최우수상 수상자인 한효진 작가 등 다수의 한국 중견 사진작가들이 참석했다. 이는 키요사토사진미술관이 한국 작가 65명의 작품 398점을 소장할 정도로 적극 후원해 왔기 때문이다.



세토 마사토 키요사토미술관장(사진 왼쪽)과 데보라 크로치코 샌디에이고미술관 명예관장(사진 오른쪽)이 두 미술관의 비전을 담은 기념품을 교환하고 있다.

9월 6일 개관 30주년 기념식
'영포트폴리오'로 사진계 후원
韓사진계에 전시 등 도움 손길
사진미술관 신축 계획 공개해
조용한 후원서 적극 활동 예고

한발 더 나아가 키요사토 사진미술관은 올해 6월 대전포토페스티벌을 후원하며 소장 작품을 한국서 선보이기도 했다. 30주년 기념식에서도 한국 작가들의 작품이 특별히 전시됐다.

전재홍 조직위원장은 "전 세계 젊은 작가들의 창작활동을 후원하는 숭고한 노력을 30년간 꾸준히 이어 온 것은 감동 그 자체"라며 "작품이 처음 인정받는 그 기쁨이 일생동안 작품활동을 하는 바탕이 된다. 신뇨엔과 키요사토사진미술관의 후원은 단순한 예술 지원을 넘은 인류애의 실천"이라고 말했다.

이날 세토 마사토 관장은 단상에 올라 "앞으로 미술관을 넘어 젊은 사진가들의 감성과 경험이 교차하는 장이 되기를 바란다"며 한국을 비롯한 세계와의 교류 확대 의지를 밝혔다.

기념식 2부 행사에서는 키요사토사진미술관의 새로운 비전이 공개됐다. 바로 고원지대인 호토쿠시에서 관광객들이 많이 찾는 후지산 자락의 가와구치 호숫가로 확장 신축 계획을 발표한 것. 가와구치 호숫가에는 신뇨엔 야마나시별원이 위치해, 수십만 명이 참여하는 일본 밀교 전통의식인 제등호마의식과 세계평화를 기원하는 등롱축제 등이 열린다.

신뇨엔을 대표해 세이지 니시카와 교무장은 "개조 이토 신죠 님의 인재양성과 문화진흥에 대한 가르침에 따라 30년 전 이 자리에서 미술관이 건립됐다. 그때 현장에서 느꼈던 감동이 오늘 그대로 전해진다"며 "또 다른 감동적인 소식을 전하겠다. 신뇨엔은 더욱 적극적인 문화 예술 분야의 사회공헌을 위해 가와구치 호수에 새롭고 더 큰 사진미술관을 지을 예정"이라고 말했다.

일본 도쿄=노덕현 기자

