B is Hip!

B-Spot 템플스테이



내소사 '1템 3사' 템플스테이 모습.
사진=내소사 템플스테이 홈페이지



낙산사의 명물 '서핑 템플스테이' 기념촬영.
사진=낙산사 템플스테이 홈페이지

서핑·컬링·삼사순례…템플스테이는 진화한다

신중일 기자 motp79@hyunbul.com

이제는 어엿한 스물 셋 청년이 된 템플스테이는 이웃종교 청년들의 버킷리스트가 될 정도로 대한민국을 대표하는 국민 문화관광 콘텐츠로 자리매김했다. 실제 템플스테이 참가자 수는 코로나19 이후 회복세를 보이며 2024년 기준 약 62만명을 기록해 당시 역대 최대치를 경신했다.

현재 158개 사찰에서 운영 중인 템플스테이는 시대 트렌드에 맞게 변주를 주며 진화 중이다. 대표적인 사례가 레포츠·순례 등을 접목한 이색 템플스테이들이다.

여름엔 서핑, 겨울엔 컬링

양양 낙산사(주지 일념 스님)의 경우 지역적 특색을 살려 2024년 여름 서핑 템플스테이를 시작해 화제가 됐다. 2025년 겨울부터는 동계스포츠인 컬링을 템플스테이에 접목했다. 이는 모두 낙산사 템플스테이 연수원장 선일 스님의 경험에서 비롯됐다.

2022년 낙산사로 부임한 선일 스님은 강원파라미타청소년협회장을 맡아 동계캠프를 진행하며 컬링 체험을 했는데 컬링이 불교의 선(禪)과 맞닿아 있음을 알았다. 이듬해 여름에는 청소년·대학생 캠프에서 서핑 프로그램을 진행했더니 이 역시 호응이 높았다. 여기에 간화선을 좀 더 쉽게 접할 수 있도록 '파도명상'을 개발해 프로그램에 접목했다.

선일 스님은 "서핑과 컬링 모두 순간순간 집중해야 하는 지점들이 있어 기본적으로 불교의 선과 맞닿아 있다"면서 "청소년·대학생 캠프에서 프로그램을 적용해보고 일반인 템플스테이에도 충분히 접목할 수 있을 것이라 판단했다"고 밝혔다.

이어 "한국불교 전통 수행법인 간화선을 MZ세대에게 직접적으로 전하기는 쉽지 않다. 이들에게 쉽고 재미있게 다가갈 수 있도록 개발한 것이 레포츠와 접목된 템플스테이와 파도명상 등이다"라고 설명했다.

낙산사는 서핑, 컬링에 이어 패들보드 템플스테이와 지역 연계 관광 템플스테이도 계획 중이다. 선일 스님은 "속초에는 크루즈가 들어오는데 이와 연계하는 템플스테이를 진행하려 한다"면서 "여름에는 서핑 템플스테이를 확장해 노을을 보면서 패들보트에서 명상하는 프로그램도 준비 중"이라고 밝혔다.

'1템+3사' 갓성비 템플스테이

진화하는 프로그램을 선보이는 곳 중 하나로 부안 내소사(주지 재안 스님)를 빼놓을 수 없다.

내소사는 2025년 10월부터 '1템3사' 템플스테이를 운영 중이다. 2박 3일 동안 전북의 천년고찰인 내소사, 개암사, 선운사(+도솔암)을 순례하며 불교문화유산과 자연풍광을 만나는 프로그램이다. 이는 한국불교 전통 신행문화인 '삼사순례'에 바탕을 둔 것이다.

내소사 템플스테이 연수국장 진각 스님은 "내소사에 와서 보니까 사찰 설명이 20분이 넘지 않았다. 내소사를 비롯해 주위 개암사, 선운사 안에는 무궁무진한 이야기들이 담겼는데 이를 그냥 지나치는 게 너무 아쉬웠다"면서 "1템3사 템플스테이를 시작하며 새로운 자료집을 제작했다. 사찰 문화유산과 자연 등에 대한 이해가 높아져 호응도 좋다"고 설명했다.



낙산사의 바람에 이는 파도 '치유' 템플스테이.
사진=낙산사 템플스테이 홈페이지

MZ세대 버킷리스트 꼽혀 '인기'
이색 콜라보로 시대 트렌드 접목
회원제 도입, 팬심 만들기 시도
신행 전통 '본질' 지키며 변화

내소사는 지난해 하반기부터 템플스테이 회원제 '소래사:랑'을 도입했다. 템플스테이 회원제를 도입한 사찰은 내소사가 최초다. 회원은 △일반회원 △가피회원 △참선회원으로 나뉘며 회원들에게는 △내소사 템플스테이 체험권 2매 △프로그램 10~30% 할인 △회원 전용·우선·할인 템플스테이 참여 기회가 제공된다.

진각 스님은 "내소사의 원래 사찰명이 '소래사'였다. 이를 바탕으로 회원제 명칭이 생겼다"면서 "부안 지역이 서울 등 도심과는 상당히 거리가 있어 접근성이 부족해 재방문율이 낮은편이다. 많은 분들이 다시 내소사와 부안 지역을 찾을 수 있도록 하기 위해 회원제를 도입했다"고 밝혔다.

이어 "계절·시기별로 체험형 프로그램을 다양하게 기획해 회원들에게 다채로운 혜택이 돌아가게 할 계획"이라며 "현재 회원제가 도입된 지 약 4~5개월 정도 지났는데 60명 정도 참여 중이다. 최종적으로는 300명 정도만 모집해 양질의 프로그램과 특전을 제공하려 한다"고 설명했다.

'전통'에 바탕한 '특색' 프로그램

소개한 낙산사와 내소사의 템플스테이는 '특색' 속에서도 '전통'에 바탕하고 있다. 내소사의 경우 '새벽예불'이 필수 참석이다. 이는 "부처님께 예경 올리고 스스로를 돌아볼 수 있는 귀중하고 소중한 경험"이라는 주지 재안 스님의 방침이다.

진각 스님은 "향후 템플스테이 프로그램에서도 사람에 따라 108배, 300배, 500배, 1000배를 하는 프로그램을 계획 중이다. 절 수행을 하며 스스로를 돌아보는 귀중한 시간이 될 것"이라고 강조했다.

낙산사는 일부 프로그램을 제외하면 스마트폰을 반드시 반납해야 한다. 일정 간 모든 디지털 기기는 사무국에서 보관하며 프로그램 중간도 스마트폰 확인은 불가능하다. '디지털 디톡스'를 통해 제대로 된 쉼을 제공하겠다는 게 선일 스님의 선명이다.

또한 낙산사는 설악 무산 대종사의 시조 작품명에 기인한 '아득한 성자' '적멸을 위하여' 등을 운영하는데 각 프로그램마다 선명상을 비롯한 요가형 108배, 음식 명상, 마음연꽃등 명상 등을 체험할 수 있는 것도 특징이다.

선일 스님은 "대종사의 사상을 확장시켜 템플스테이에 녹여 내려 했다. 가장 기본은 2박 3일 일정의 '아득한 성자' 템플스테이다. 이를 바탕으로 네 가지 테마를 만들어서 자신을 멈추고 성찰할 수 있는 프로그램을 운영 중"이라고 설명했다.

홈페이지를 살펴보니

템플스테이 홈페이지(www.templestay.com)를 살펴보면 조금은 특별한 프로그램들을 만날 수 있다. 담양 용흥사, 강릉 보현사, 영월 만경산사 등에서 지역연계형 템플스테이를 만날 수 있다. 주로 지역 명소 등을 함께 둘러볼 수 있는 템플스테이 프로그램으로 체험 콘텐츠를 좋아하는 사람에게 추천한다.

조금은 길게 사찰에 머물면서 스스로를 돌아보고 싶다면 '일주일 살기' '한달 살기'형 장기 치유 템플스테이가 제격이다. 구례 천은사, 완도 신흥사, 화순 쌍봉사에서 해당 프로그램을 운영 중이다.

'자원봉사형' 템플스테이도 만나볼 수 있다. 템플스테이 일정을 마치고 2시간가량 숙소 정리 및 청소, 세탁 등의 봉사부터 10일 이상 장기 자원봉사까지 프로그램이 다양하다. 봉사를 하는 만큼 템플스테이 참가비용은 대부분 무료다.



