명절증후군, 산사 보름달 앞에 물렀거라!

템플스테이로 보내는 추석 황금연휴

추석이 코앞이다. 어린이들에겐 용돈을, 직장인들에겐 휴식을 주는 고마운 명절이지만 수많은 명절음식을 준비해야 하는 이들에겐 곡절(曲折)이나 마찬가지다. 특히 주말과 이어져 5일이라는 황금연휴를 자랑하는 이번 추석으로 인해 명절증후군은 여느 때보다 심할지도 모른다. 그렇다면 이번 추석, 템플스테이는 어떨까? 무더위가 지나간 산사에는 선선한 가을바람과 또렷한 달빛이 우리를 반긴다. 가족과 함께, 그리고 스님과 함께 조상에 대한 예를 올리면서 지친 일상과 고단함을 풀어내는 템플스테이를 즐겨보자.

건봉사 오직 쉴 뿐(9/14~16)

오직 쉴 뿐이다. 강원도 고성 건봉사는 이번 추석연휴에 맞춰 편안한 마음으로 일상의 모든 것을 내려놓고, 그저 푹 쉬었다가 돌아갈 수 있는 휴식형 템플스테이를 마련했다. 템플스테이에서는 기본적인 사찰예절교육과 건봉사에 담긴 이야기, 스님과의 차담이 기본적으로 진행된다.

염주꿰기와 예불은 희망하는 사람에 한해 실시되며, 이밖에 다른 프로그램은 없다. 템플스테이 이름에 맞춰 참가자들은 지친 심신을 달래고, 가을정취 가득한 산사서 에너지를 재충전하기만 하면 된다. 미취학아동부터 성인까지 참가대상 폭이 넓다. 또 1박2일 또는 2박3일 원하는 대로 신청할 수 있다.

골굴사 선의 숨결(9/14~18)

선무도의 본찰로 유명한 골굴사는 선무도와 더불어 합동차례 등을 준비했다. 이름하여 '움직이는 선의 숨결'. △달빛명상과 선무도 수련 △송편빚기 △합동차례 △주지스님과의 차담 △전통민속놀이(윷놀이 · 제기차기) △국궁체험 등을 즐길 수 있다. 참가대상 제한은 없으며 1박2일부터 신청 가능하다.

내소사 달빛맞이 템플스테이(9/14~16)

전나무 숲길이 산사의 정취를 물씬 더하는 부안 내소사는 템플스테이 참가자들끼리 어울리며 연휴를 보낼 수 있는 프로그램을 마련했다. 연휴기간 동안 함께 송편을 빚어 쪄 먹고, 추석 당일에는 다 같이 차례를 지낸다. 또 각자 연등을 들고 달맞이를 한 뒤 은은한 달빛 아래서 명상과 108배를 체험하는 기회도 주어진다.

대원사 한가위 감사여행(9/16~17)

친척들과의 만남, 차례 등에서 벗어나기 힘든 이라면 산청 대원사의 '한가위 감사여행'에 부담 없이 참가해보자. 이 템플스테이는 추석 당일 다음날부터 진행돼 조금은 편한 마음으로 임할 수 있다. 에니어그램 성격검사를 통해 나에게 맞는 대인관계법과 성향을 파악하고, 명상일지를 쓰며 내면을 돌아보는 시간이 진행된다. 아울러 자존감을 높일 수 있는 '자신에게 감사편지 쓰기', 가을을 만끽할 수 있는 산행 등도 이어진다.

선암사 추석맞이 템플스테이(9/14~17)

연휴에 오롯하게 템플스테이만 즐겨보고 싶은 이를 위해 순천 선암사가 3박4일 템플스테이를 운영한다. 첫날 사찰안내와 스님과의 차담을 시작으로 4일간 △선체조 및 좌선 △편백숲 트레킹 △소원등 만들기 △나를 찾는 108배 △발우공양 △만다라 치유명상 △108염주 만들기 △합장주 만들기 △행복카드 및 체험후기 등 다채로운 프로그램이 펼쳐진다.

마곡사 수리수리 한가위(9/16~17)

공주 마곡사는 전문강사들을 초빙해 조금 더 체계적인 템플스테이를 실시한다. 불교문화체험은 예불 · 범종체험 · 108배 등 외에 '문화재 기능사와 함께하는 고서 엮기' '공감과 교감명상' 등을 마련했다. 특히 백범김구명상길과 솔바람길을 걸으며 스님과 진솔한 대화를 나눌 수 있는 시간도 있다.

아울러 마곡사는 14~18일 동안 모든 일정을 자유롭게 선택해 즐길 수 있는 휴(休) 템플스테이도 별도 운영한다.

영평사 구절초 템플스테이(9/14~15)

구절초는 9개 마디가 있는 풀, 음력 9월 9일에 꺾는 풀이라고 해서 이름 지어진 식물이다. 더없이 푸른 가을하늘과도 잘 어울려 관상용으로써 가치가 있지만 여성건강에 효과가 있는 것으로 더욱 유명하다. 특유의 따뜻한 기운이 월경불순 · 자궁냉증 · 불임증 등에 탁월하다.

매년 가을 구절초 축제를 여는 세종 영평사는 구절초 차와 함께하는 프로그램을 마련했다. 송편을 빚으며 명절 분위기를 살리고, 구절초 차를 마시며 달빛을 감상하는 시간을 보낸다. 구절초 꽃이 개화하는 시기인 만큼 구절초 군락을 거닐면서 심신의 안정에 도움 되는 포행도 진행된다.

윤호섭 기자 sonic027@hyunbul.com

2016 추석 특별 템플스테이

〈한국불교문화사업단 제공〉

지역	사찰	프로그램명	일정	연락처
서울	국제선센터	추석맞이 템플스테이	9/14~15	(02)2650-2242
	금선사	가을을 걷는다	9/14~18	(02)395-9955
	진관사	북한산 보름달빛	9/14~15	(02)388-7999
부산	내원정사	추석맞이 데일리	9/3~14	(051)242-0691
	홍법사	소리없는 아우성	9/14~15	(051)508-0345
경기	백련사	다문화가정 추석맞이	9/14~15	(031)585-3853
	법륜사	한가위 템플스테이	9/14~16	010-6766-8700
	봉선사	한가위 템플스테이	9/14~15	(031)527-9969
	신흥사	불교차례 시식체험	9/15	(031)357-2695
	용주사	어울림 템플스테이	9/14~15	(031)235-6886
	중흥사	보름달, 중흥사서 쉬다	9/14~15	(02)355-4488
	화운사	마음달 찾아 화운사로	9/14~16	(031)337-2576
경북	보경사	한가위 소원성취	9/13~15	(054)262-1117
	심원사	별빛 달빛 템플스테이	9/14~18	(054)931-6887
	은해사	명절증후군이 뭐예요	9/17~18	(054)335-3308
	축서사	쉬고 쉬고 또 쉬고	9/14~16	(054)673-9962
경남	문수암	한가위 달빛포행	9/14~18	(055)973-5820
전남	대흥사	디디고 템플스테이	9/14~16	(061)535-5775
	천은사	찻잔 속 달빛	9/14~16	(061)781-4800
	화엄사	달빛아래	9/14~17	(061)782-7600
충북	석종사	달빛 머무는 날에	9/14~15	(043)854-4505
충남	갑사	달빛 용솟음	9/14~18	(041)857-8921
	수덕사	달숲길 그리고 禪	9/14~16	(041)330-7789
강원	낙산사	달빛바다	9/15~16	(033)672-2417
	백담사	한가위 어울림	9/14~16	(033)462-5565
	삼운사	얼~水 좋다 춘천여행	9/1~30	(033)253-6542



사진제공=한국불교문화사업단

호국승병 모집

호국불교승병단에서 아래와 같이 승병을 모집합니다.

저희 대한호국승병단에서는 순국선열들의 숭고한 호국정신을 받들어
무질서한 사회 무기력한 국가기강과 안보의식없이 전쟁만을 일삼고 있는
위정자들과 부패한 기득세력들에게 이나라 대한민국을 맡기고 좌시할수만은
없기에 진정한 호국불교정신으로 국가와민족의 밝힐 횃불을 높이들 승병을 모집합니다.

입 단 서 류

■ 대 상 : 대한민국 범종단 승려(비구.비구니)
■ 서 류 : 수행 이력서, 신분증, 무력(무술단증 사본)
■ 주 소 : 대전광역시 서구 도산로 41(2층) 승병사무국 사단법인 대한호국불교승병단
■ 지도법사 : 여산 암도 ■ 단장 : 연 화 ■ 승 병 장 : 상 화 ■ 총무원장 : 청 호
■ 사무국장 : 보명 010-9365-4414
■ 위 주소로 서류접수

승병단 목적 :
護國佛敎사상과 僧兵武藝 정신을 계승하여
佛敎文化의 발전에 기여하고 호국불교승병단
활동과 선대 승병조사님들의 활약을 연구개발하며
나라안정과 승병의 심신수련 및 친목을
도모함을 목적으로 한다.



사단법인 대한호국불교승병단

문화재기능인 등록 제5772호

보리수불교예술원

DAUM NAVER 검색 | 보리수불교예술원

인터넷 다음, 네이버 검색창에서 '보리수불교예술원'을 검색하시면
보리수 공방으로 연결되고, 보리수 공방의 작업물들을 보실 수 있습니다.

불상, 닫집, 수미단, 사천왕, 건축, 목탱화, 법상,
경탁, 경상, 현판, 주련, 복전함, 인등, 연, 개금



대 표 오동렬 합장

경기도 남양주시 진접읍 봉현로 154-10 wangborisu@hanmail.net
전화 031)573-1269 / 010-5254-7596