산사에서 맞는 새해 어때요

전국 11개 시·도 30여 사찰서
'설날 특별 템플스테이' 운영
차례 · 명상 등 프로그램 다채

신중일 기자 motp79@hyunbul.com

다가오는 설 연휴를 맞아 번잡한 도심을 벗어나 고즈넉한 산사에서 힐링할 수 있는 특별한 템플스테이가 마련된다.

한국불교문화사업단(단장 일화 스님, 이하 문화사업단)은 "민족 최대 명절 설날을 맞아 전국 11개 시·도 30여 개 사찰에서 '설날 특별 템플스테이' 프로그램을 운영한다"고 밝혔다. 이번 프로그램은 설 연휴인 2월 16~18일 전후로 운영된다.

주요 프로그램으로는 설날 합동차례, 정월 초하루 부처님께 드리는 불교 전통 새해인사(통알 通謁), 떡국 공양, 만두 빚기, 윷놀이·성불도 놀이 등 민속놀이 체험, 108배·선명상·걷기명상·차담 등 새해의 의미를 되새길 수 있는 전통·수행 체험이 마련된다.



낙산사에서 진행된 설날 특별 템플스테이에서 참가자들이 윷놀이를 하고 있다.
사진 제공= 한국불교문화사업단

△하동 청계사 △전주 서고사 △하동 쌍계사 △공주 학림사 △화성 용주사 △부산 홍법사 △공주 마곡사 △남양주 봉선사 △예산 수덕사 △양양 낙산사 △강릉 용연사 △해남 대흥사 △완도 신흥사 △서울 국제선센터 등에서는 사찰 설날 차례 문화와 수행 프로그램을 함께 체험할 수 있다.

가족, 지인과 함께 설날 정서를 제대로 느끼고 싶다면 부안 내소사 등을 추천한다. 부안 내소사에서는 나에게 쓰는 편지를 통해 새해의 다짐을 되짚고, 영동 반야사에서는 성불도 놀이와 별을 보며 나를 돌아보고 하루를 마무리하는 프로그램이 진행된다. 보은 법주사는 '은행윷' 만들기 및 설날 사랑방(윷놀이·포춘쿠키 이벤트)이 진행되며, 경주 골굴사에서는 선무도 공연을 관람·수련하고 전통놀이 한마당을 체험할 수 있다. 고창 선운사에서는 천마봉 해맞이와 민속놀이(제기차기·윷놀이) 프로그램이 진행된다.

한 해를 새로 열고 시작하는 마음을 다지고 싶다면 선명상 등 각종 수행 프로그램을 만나 보자. △강화 연등국제선원의 선명상 집중 수행(4박 5일) △청주 용화사의 선명상·필사명상(새해, 고요를 켜다) △충주 석종사의 사경(寫經)·108참회·떡국 공양 △영천 은해사의 싱잉볼 소리명상 및 별빛산책(2/17~18, 2/18~19 각 1박 2일) △성주 심원사의 해맞이 숲길 명상 △용인 법륜사의 해맞이 명상·통알(새해인사) △남양주 봉선사의 '비밀의 숲' 해맞이 등에서 새해의 원력을 세우는 수행형 프로그램을 경험할 수 있다.

문화사업단장 일화 스님은 "설날 특별 템플스테이를 통해 가족애를 다지고, 새로운 한 해의 원력을 세우는 시간을 가지시길 바란다"며 설날 인사를 전했다.

한편, 각 사찰별 템플스테이 일정 및 세부 프로그램 정보는 템플스테이 공식 홈페이지(www.templestay.com)를 통해 확인할 수 있다.

2026년 설날 특별 템플스테이 프로그램

광역	지역	사찰명	프로그램명	프로그램 간략 소개
서울	양천구	국제선센터	2026 설날맞이: 내 마음에 선함	선명상, 108배(염주 꿰기), 스님과의 차담, 촛불 밝히기, 성불도 놀이(사찰 보드게임), 통알(새해인사) 등 (합동차례: 자율신청)
부산	금정구	홍법사	설날 합동차례 자원봉사 무료템플스테이	새벽예불, 저녁예불, 공양, 합동차례 자원봉사 등
인천	강화군	연등 국제선원	설 연휴 연등국제선원 선명상 집중 수행	명상, 마음 나누기, 걷기명상, 스님과의 차담 등
경기	용인시	법륜사	2026년 병오년(붉은 말의 해) 설날 2박3일 템플스테이	타종체험, 좌선명상, 통알(새해인사), 행복주머니 나눔, 해맞이 명상, 합동차례, 스님과의 차담 등
	화성시	용주사	2026년 설날 특별 템플스테이	스님과의 차담, 요가, 명상, 탑돌이, 걷기 명상, 윷놀이, 합동차례, 성불도 놀이 등
	남양주시	봉선사	2026년 행복한 우리우리 설날 템플스테이	합동차례, 비밀의 숲 해맞이, 새해 소원지 쓰기
		묘적사	2026년 냥이와 윷판 사이, 설날의 쉼 – 설맞이 묘적사 템플스테이	스님과의 차담, 108배, 윷놀이, 별 보기, 보리수나무 소원지 쓰기,
	양주	육지장사	나답게 사는 2026년을 위한 집착OFF발원ON	묵은 해의 스트레스를 날리는 온구체험, 집착타파 발원 선포식 , 호흡명상과 보행명상
	가평군	대원사	2026년 마음에 빛을 켜는 설날 템플스테이	촛불 밝히기, 108배(소원주 꿰기), 윷놀이&딱지치기&제기차기, 새해인사
강원	강릉시	용연사	병오년 설날맞이 템플스테이	스님과의 차담, 탑돌이, 만두 빚기 체험, 가래떡 굽기, 108배 체험, 합동차례, 단청 키링 만들기, 별별 산책, 포행 등
	양양군	낙산사	[선명상] 제49차 설날특집 '아득한 성자'	성자들의 만남, 음식명상, 요가형 108배, 호흡명상, 합동차례, 윷놀이, 새해통알, 연꽃등 만들기, 파도명상, 차명상 등
	인제군	백담사	2026년 제18회 우리 설 희망 템플스테이	스님과의 차담, 성불도게임 및 참선배우기, 통알 및 큰스님 법문 듣기
충북	충주시	석종사	2026년 설날엔 '부처님 종갓집'에서 (1박2일/2박3일)	용서자비 사경, 타종체험, 2025년 나에게 참회 편지 쓰기, 108참회, 희망단주 만들기, 떡국 공양, 명상, 합동 차례, 스님과의 차담 등
	영동군	반야사	설날에 나는 절로!	편백숲 걷기, 별 보며 나를 돌아보며 하루 마무리, 연꽃 만들기 체험, 성불도 놀이, 통알(새해인사), 스님과의 차담 등
	청주시	용화사	〈2026년 설날 특별템플스테이〉 새해, 고요를 켜다	스님과의 차담, 선명상/필사명상, 108배 새해 첫 염주 만들기, 만다라 전통매듭 가방장식 만들기
	보은군	법주사	2026 [설맞이] 템플스테이	나만의 '은행윷' 만들기, 설날 사랑방('은행 윷놀이'와 '포춘쿠키':상품증정), 전통 새해인사 '통알', 세조길 걷기, 수정봉 등반
충남	공주시	학림사	2026년 설날 특별 템플스테이(1박2일/2박3일)	참선(좌선), 포행, 108배, 성불도 놀이, 설합동차례, 108배, 단주 만들기 등
		마곡사	2026 설날 맞이 2박3일 스테이	타종체험, 별빛명상, 108배 체험, 선명상, 군왕대 산행, 합동 차례, 나만의 만다라 색칠하기, 백범 김구 명상길 걷기 등
		한국문화연수원	2026년 설날 특별템플스테이 말처럼 힘찬 기운을~	새해 복떡복떡 만들기, 연꽃 소원등 만들기, 달밤 소원 빌기, 108배 명상, 마곡사 탐방, 새해 꽃신 만들기 등
	세종시	영평사	2026년 설날 템플스테이 2박 3일	한 해를 내려놓다(호흡명상), 연꽃차담, 새배(통알), 떡국공양, 성불도 놀이, 싱잉볼 마음챙김 명상, 촛불명상 등
	예산군	수덕사	2026 설날 템플스테이	스님과의 차담, 불전사물관람, 합동차례, 해맞이 숲길명상, 새해통알(새해인사) 등
전북	전주시	서고사	2026년 병오년, 말달리자!(설날 특별프로그램)	사찰투어, 108배 체험, 스님과의 차담, 황방산 산행, 염주 만들기 체험 등
	고창군	선운사	〈말의 해 특별기획〉 설날 풍성하게 차렸어요	소원등 만들기, 천마봉 해맞이, 제기차기, 윷놀이, 스님과의 차담 등
	부안군	내소사	2026 설날 윷놀이&108배 염주만들기&새해다짐(나에게 쓰는 편지)	윷놀이, 108배 염주 만들기, 새해다짐(나에게 쓰는 편지), 스님과의 차담 등
전남	해남군	대흥사	2026년 대흥사 설날 특별 템플스테이 2박3일	만두 만들기, 합동차례, 스님과의 차담, 요가명상, 숲길 걷기, 연꽃등 만들기 등
	완도군	신흥사	2026년 설날 떡국 맛집 신흥사 템플스테이	남파랑길 걷기 명상, 해맞이, 참선, 108배, 불멍(고구마 구워 먹기), 스님과의 차담, 떡국 공양, 청해진 걷기 등
	담양군	용흥사	2026 병오년 한해 맞이 템플스테이	새해 소원지 작성과 108배, 합장주 만들기, 스님과의 차담
경북	경주시	골굴사	설날 템플스테이	선무도 공연 관람, 선무도 수련, 행선(걷기 명상), 좌선, 108배, 차담, 떡만둣국의 만두 빚기, 전통민속놀이한마당 등
	영천시	은해사	[2026 설연휴 템플스테이] 차를 한 잔 내려드릴게요.	스님과 차담, 합장주 만들기, 별빛산책, 걷기명상, 싱잉볼소리명상
	성주군	심원사	설맞이 템플스테이 〈'해의 문'을 여는 마음 인사〉	차 한잔 명상, 서원탑돌이, 해맞이 숲길 명상
경남	하동군	청계사	2026년 병오년 행복한 설날 템플스테이	선명상, 윷놀이, 행복팔찌만들기, 차 명상, 성불도 놀이 등
		쌍계사	2026년 구정 특별 템플스테이 [쌍계사로 떠나는 '우리소리 여행']	[국가무형유산 특별공연] 거문고 산조 이수자, 경기민요 이수자 – 거문고명상공연, 나도명창(민요배움시간) 쌍계사 스님들과 함께하는 윷놀이, 통알법회, 설날합동차례, 스님과의 차담

한국·중국 불교학자들 韓中불교 교류 조명하다

동국대 불교학술원 · 법문사 불학원 학술대회

1월 17일 중국 서안서 개최
'장안불교와 해동교류' 주제

중국 장안 불교와 한반도 불교의 교류 양상을 조명하는 국제학술대회가 중국 서안에서 열렸다.

동국대 불교학술원(원장 정묵 스님)은 "1월 17일 중국 서안 법문사(방장 관엄 스님)를 방문해 '장안 불교와 해동의 교류'를 주제로 법문사 불학원과 공동으로 학술대회를 개최했다"고 1월 30일 밝혔다.

이번 법문사 방문은 지난해 4월 동국대 불교학술원과 중국 법문사 불학원이 체결한 '장안불교와 해동의 교류 연구 문화교류 협약'의 일환으로 진행됐다. 양 기관은 공동으로 불교 연구 및 교육 분야에서 학술 교류를 촉진하고 양국의 불교 학문과 교육의 발전을 추진하기 위해 업무협약을 맺은 바 있다.

동국대 불교학술원은 문화체육관광부의 지원을 받아 'K-Buddhism 문화콘텐츠 플랫폼 구축 사업'(단장 박인석 교수)을 진행하고 있으며, 한국 불교문화의 다양한 소재들을 대중들이 쉽게 이해할 수 있는 콘텐츠로 재탄생시키는 데 초점을 두고 있다. 이번 법문사 방문 역시 불교 의례 가운데 복장(腹藏) 의식, 사리 신앙 등에 대한 한국과 중국 불교문화의 공통성과 차별성을 직접 확인하고 학문적으로 접근하기 위한 시도다.

학술대회 환영사에서 법문사 불학원장 관엄 스님은 "이번 만남은 국경을 초월한 법연의 결합이자, 학문과 신앙을 관통하는 깊이 있는 대화의 장"이라며 "중·한 불교 교류사에 있어 새로운 장을 여는 계기가 될 것"이라고 강조했다.

동국대 불교학술원장 정묵 스님은 "법문사는 부처님의 지골 사리를 모신 곳으로 부처님의 진신과 불법이 세상에 머무는 엄숙한 사찰"이라며 "이번 학술대회를 통해 한·중 양국의 불교도와 불교학자들 간의 다양한 방면에서 실질적인 교류가 이뤄지길 바란다"고 기대했다.

학술대회에서는 동국대 불교학술원 소속 학자 4인과 법문사 불학원 스님 6인의 발표가 진행됐다. 장안 불교와 해동 간의 사상적 교류 분야에 대해서 박인석 교수가 '7세기 유가사지론의 신라 전래와 주석서의 편찬 : 도륜의 유가론기를 중심으로'를 발표했고, 이기운 교수가 '한국 불복장 의례의 전승과 특징'을 살펴 의례 문화의 기원과 전개를 통해 한국적 특징을 조명했다.

'깨달음을 염원하는 타임캡슐, 불복장에 나타난 경전의 근원을 찾아서: 조상경과 금강정경의 관계를 중심으로'를 발표한 이재수 교수는 의례 문화의 사상적 기원과 특징을 살폈으며, 이경희 연구원은 '당대 사리 신앙과 사리장엄의 신라 수용 양상'을 통해 사리 신앙의 전래와 한국적 특징을 논의했다.

중국 법문사에서는 석심겸 스님의 '다라니 경전의 장안에서의 전역(傳譯)'을 비롯한 불교 사상적 기초와 경전의 번역과 밀교 의례의 문화적 영향 등 다양한 주제 발표가 이어졌다.

학술대회가 종료된 이후 불교학술원장 정묵 스님은 "이번 동국대 불교학술원과 법문사 간에 이뤄진 학술 및 문화 교류가 앞으로도 지속적으로 이어질 수 있도록 두 기관 모두 노력하겠다"고 전했다. 신중일 기자



동국대 불교학술원과 중국 법문사 주요 관계자들이 함께 기념사진을 촬영하고 있다.

중국 구화산, 보타산 6일
지장보살의 도량 구화산과
관음보살의 도량 보타산 순례
3월21일 출발~3월26일 도착
▶ 동참금 : 169만원

중국 아미산,낙산대불,대족석굴 5일
보현보살의 도량 아미산과 낙산대불,
중국 4대석굴중에 하나인 대족석굴 순례
3월25일 출발~3월29일 도착
▶ 동참금 : 149만원

중국 문수보살의 성지
오대산 성지순례 5일
1,500년전에 조성된 운강석굴과
문수보살의 화현처 오대산 순례
6월07일 출발~6월11일 도착
▶ 동참금 : 159만원

오대산과 조주,임제선사 7일
운강석굴과 문수보살의 성지
오대산과 조주, 임제선사 순례
출발일 : 5월 27일 출발~6월 2일 도착
▶ 동참금 : 189만원

인도 히말라야 라다크 순례 8일
고색창연한 티베트 사원들과 천년벽화의 신비 알치곰파
그리고 유명한 헤미스사원 축제
6월21일 출발~6월28일 도착
■ 일정: 델리-라다크(레)-알치-라마유루-레-헤미스-판공호수-레-델리
▶ 동참금 : 369만원

티베트 순례 칭짱열차 8일
라싸-간체-시가체-삼예-칭짱열차-서녕-서안 등
티베트 주요 성지순례 일정입니다.
6월06일 출발~6월13일 도착
▶ 동참금 : 문의

우주의 중심-
티베트 수미산 순례 16일
부처님의 탄생과 같은 말띠 해인 2026년도는
12년 만에 찾아오는 성스러운 수미산 순례의 기회입니다.
6월16일 출발~7월01일 도착
▶ 동참금 : 570만원

중국 실크로드 성지순례 10일
삼장법사 현장스님의 발자취를 따라가는 최고의 순례 길
4월01일 출발~4월10일 도착
6월04일 출발~6월13일 도착
■ 일정: 인천-서안(진시황병마용갱,화청지)-법문사(부처님불지사리)-천수(맥적산석굴)-난주(병령사석굴)-장액(대불사)-칠채산(일곱빛깔 무지개산)-가욕관·돈황(막고굴,명사산)-유원-투루판-우루무치(천산천지)-인천
▶ 동참금 : 349만원

이탈리아 돌로미테 여행 9일
26년 동계올림픽이 열리는 돌로미테 코르티나담페초와
오르티세이는 세상에서 가장 아름다운 곳 중 하나로
7월 초는 야생화가 만발한 최고의 힐링코스입니다.
출발일 : 7월02일~7월10일 출발확정
▶ 동참금 : 800만원

우즈베키스탄 불교성지 순례 7일
고대 실크로드의 중심 지역이었던
우즈베키스탄의 사마르칸트와
테르미즈의 불교사원 등 순례 일정입니다.
6월06일~6월12일(5박7일)
▶ 동참금 : 309만원

백두산, 고구려유적 순례 5일
6월25일 출발~6월29일 도착
■ 일정: 인천-연길-백두산 천지(북파,서파 2곳 등정)-집안(고구려 옛수도-광개토대왕비)-심양-인천
▶ 동참금 : 159만원

예약 · 상담 02)720-9600
마음여행 실크로드여행사
서울시 종로구 우정국로 48, 에스앤에스빌딩 901호
마음여행사 검색