





코로나로 힘드셨죠? 템플스테이로 오세요

활기 띤 템플스테이, 특색 있는 사찰은

무소유길서 사색하는 송광사
용문사, 피자 만들기 '인기'
서울 사찰들 이색 체험 눈길
기차여행 연계 템플스테이도
6월 여행가는날 이벤트 활용을

신성민 기자 motp79@hyunbul.com

아직 불안하지만, 그래도 일상 회복은 이뤄졌다. 지난 2년간 코로나19로 지치고 힘들었던 사람들은 산과 들로, 바다로 여행을 떠난다. 해외여행 패키지는 출시 즉시 마감된다고 한다. 이럴수록 정중동의 마음가짐이 중요하다. 지친 심신을 추스르고 스스로를 반추하는 데 템플스테이만한 것이 있을까. 한번쯤 가볼만한, 그리고 이색 체험이 있는 템플스테이를 정리했다. 특색 있는 템플스테이에 대한 추천은 한국불교문화사업단(단장 원경)의 도움을 받았다. 〈편집자 주〉

나를 바라보는 기회를 찾는다면

조용한 산사를 거닐면 자연스레 스스로를 돌아보게 된다. 사찰에서의 1박 2일은 나를 돌아볼 수 있는 기회다.

승보사찰 송광사는 '다녀오겠습니다' 체험형 템플스테이를 주말에 운영한다. 주말 1박 2일형을 기본으로 매월 마지막 주에는 2박 3일로 확대된다. 주요 프로그램은 우리에게 무소유의 가르침을 전한 법정 스님의 발자취를 느낄 수 있는 '무소유 길'과 암자를 한 바퀴 걸어보는 것이다. 2박 3일 체험 템플스테이에는 스님들과 대화시간, 차담, 전통책 만들기 등의 프로그램이 더 추가된다. (061)755-5350

오대산 월정사는 나를 위한 휴식을 위한 다양한 템플스테이, 수련회 프로그램을 마련했다. 2박 3일간 참선을 하며 자신을 오롯이 바라볼 수 있는 참선 템플스테이 '오롯이 바라보기'가 6월 24~26일, 10월 28~30일, 12월 16~18일 진행된다. 치유·이완 통합 명상 템플스테이(2박 3일)도 7월 중 진행되며, 여름수련회 템플스테이도 7월 29~31일, 8월 5~7일 두 차례 열린다. (033)339-6606

양평 용문사는 주말 체험형 템플스테이 '나를 챙기다'를 운영하고 있다. 용문사 템플스테이의 테마는 쉼이다. 스님과 화롯불 앞에서 차담을 하며 이런 저런 이야기를 나누며 쉬어갈 수 있고, 요가로 나쁜 자세도 교정할 수 있다. 조금 출출한가? 용문사에서는 먹는 즐거움도 있다. 경내 있는 화덕을 이용해 피자를 만들고 먹는 체험도 할 수 있다. (010)5342-5797

수도권 사찰 템플스테이도 '다채'

일상이 바빠 1박 2일까지는 시간을 못 내는 수도권 직장인이라면 서울권 사찰들을 추천한다. **서울 북한산 금선사**는 당일형 템플스테이인 '스님과 함께하는 사불체험'을 매월 한 차례 무료로 진행한다. 프로그램은 아침 9시30분 입재하며 사불체험과 불교문화재 전문가(도윤수, 최성은, 조규환 등)들의 강의도 들을 수 있다. 서울 야경을 체험하는 별빛야행(금·토) 템플스테이와 북한산 숲 속에서 아침명상을 할 수 있는 아침햇살 숲속명상(토·일) 템플스테이도 몸과 마음을 힐링하기에 충분하다. (02)395-9955

마포나루 고찰 석불사에서는 번잡한 도심과 조용한 사찰의 경계를 느낄 수 있다. 휴식형 1박 2일 템플스테이에서는 자유롭게 몸과 마음을 쉴 수 있으며, 스님과 함께 한강변을 걸으며 명상을 할 수 있다. (02)712-1765

사찰 숲에서 나를 힐링하다

자연과 함께하고 싶다면 단연 강원권 사찰들을 추천한다. **설악산 백담사**는 당일형부터 1박2일, 2박3일형까지 다양한 템플스테이를 운영한다. '국립공원 스트레스 회복 프로그램'은 당일형 템플스테이로 백담사 숲에서 스트레스 회복을 위한 명상을 체험하는 것이 메인 프로그램이다. 1박 2일형 '행복 숲명상 템플스테이'에서는 스님과 함께 숲 포행을 하며 설악산의 밤하늘 아래서 차담을 할 수 있다. (010)8978-5035

해발 800m에 위치한 **영월 망경산사**에서는 도량 가득한 야생화와 산약초를 체험할 수 있는 다양한 템플스테이가 진행된다. 망경산사 체험형 템플스테이는 주말(1박 2일)에 운영되며, 사찰투어(야생화 관람), 예불, 108배와 마음챙김 명상, 스님과의 차담 등을 체험할 수 있다. (033)374-8007

수도권 대표 사찰 중 한 곳인 **교종본찰 봉선사**는 '유네스코 생물권보존지역'인 광릉숲 일원을 체험할 수 있는 특별한 곳이다. '비밀의 숲 산책' 템플스테이(주말 운영)는 봉선사 일원의 광릉숲 길에서 걷기명상을 체험하며 휴식과 충전의 시간을 가질 수 있다. (010)5262-9969

불교 전통문화 체험을 한다면

합천 해인사에서는 유네스코 세계문화유산 팔만대장경을 만날 수 있는 특별한 템플스테이가 운영된다. 주말에 운영되는 'In.Haein' 템플스테이는 그동안 출입이 엄격히 제한된 장경판전의 내부를 순례하고 참선, 108배, 팔만대장경 인경을 체험할 수 있다. 해인사는 길게 사찰에서 묵을 수 있는 장기휴식형(15일 이상 30일 이하) 템플스테이도 운영하며, △소릿길 체험 △주중 휴식형 등 다양한 형태의 템플스테이가 준비돼 있다. (010)4763-3161

펭수도 체험했던 한국불교 전통무예 선무도를 체험하고 싶다면 **경주 골굴사**로 가자. 골굴사에서는 함월산 트레킹과 감포 바다명상, 선무도, 국궁을 체험할 수 있는 체험형 템플스테이를 1박 2일·2박 3일로 나눠 운영 중이다. 여름에는 어린이를 대상으로 한 화랑캠프도 열린다. (054)775-1689

장성 백양사의 템플스테이는 한국 전통 사찰음식이 주요 테마다. 조계종 사찰명장 정관 스님과 직접 사찰음식을 만들며 행복한 한 끼를 체험할 수 있다. 휴식형 템플스테이는 평일에 운영되고 있다. (061)392-0434

기차여행하고 템플스테이도 하고

기차여행만의 낭만을 느끼며 템플스테이를 하고 싶다면 **'템플스테이 기차여행'**을 추천한다. 현재 수덕사, 내소사, 갑사, 봉정사와 연계한 기차여행 프로그램이 운영되고 있다. 특히 사찰에서의 템플스테이 전후로 지역 명소와 문화재들을 둘러볼 수 있는 것은 이 프로그램의 매력이다. 다만, 여행 출발 날짜와 최소 출발인원이 다르니 확인이 필요하다. 1544-7755

한국불교문화사업단이 6월 한 달 동안 진행하는 **'행복두배 템플스테이'** 이벤트를 활용하는 것도 좋다. '행복두배 템플스테이'는 한국관광공사가 주관하는 '2022 여행가는 달' 행사와 연계해 이뤄지는 템플스테이 할인 이벤트다.

해당 이벤트 참가자는 1박 2일 템플스테이를 3만 원에 체험할 수 있고, 외국인의 경우 당일형 템플스테이를 1만 원에 참가할 수 있다. 참가자 전원에게는 푸짐한 기념품도 제공된다.

1박2일 템플스테이의 경우 내·외국인 6000명을 대상으로 하며 당일형 템플스테이는 외국인 500명을 대상으로 한다. 예약은 템플스테이 홈페이지에서 선착순으로 가능하다.

문화사업단장 원경 스님은 "코로나 19 방역 완화 이후 처음으로 맞이하는 '여행가는 달'로써 푸르른 숲이 우거진 여름 산사에서 코로나로 지쳤던 몸과 마음을 위로하는 시간을 가져보길 바란다"고 밝혔다.

대한불교조계종
교육원인증 승려연수과정

승려연수과정 수강생 모집
현대인을 위한 생활수행과 포교
코로나 이후 법회 운영 어떻게 할 것인가?



일 정 2022년 8월 24일(수) ~ 26일(금), 2박 3일
장 소 경주 황룡원
(경북 경주시 엑스포로 40 (지번) 신평동 150-8)
문 의 031-470-3196, 3200 (월요일 휴무)
정 원 50명(선착순)
교육비 20만원(국민은행, 292-01-0033-316) (재)한마음선원과학원

법회에서 활용할 수 있는 컨텐츠
▶ 생활 속 참선 수행의 원리와 교육방법
▶ 변화하는 시대의 사찰 운영 사례
▶ 온라인법회 운영과 컨텐츠 제작 및 사례
▶ 마음과 과학

	1일차 (8월 24일, 수)	2일차 (8월 25일, 목)	3일차 (8월 26일, 금)
09:00~12:00		수행과 포교의 연계성 '원리와 사례'	현대인을 위한 포교
14:00~17:00	현대적 생활 수행과 포교 방안	생활 속의 마음공부 '실천중심 방법론'	
18:30~20:30	불교 속의 과학 과학 속의 불교	뉴노멀 시대 온라인 법회 활용 방안	

재단법인 한마음선원
한마음과학원

QR코드를 스캔하시면
모바일 신청도 가능합니다.