

겨울방학 신나게 행복하게 스님이랑 깔깔깔



전국사찰 겨울방학 프로그램 다채



‘방학을 어떻게 보내느냐에 따라 새학년 성적은 물론 대학이 뒤바뀐다.’ 학부모와 자녀들은 이 말을 흘려듣기 힘들다. 머리를 맞대고 겨울방학 계획을 세우다보면 온통 학원이다. 안스럽지만 어쩔 수 없다. 학생이 공부해 해야 하니 말이다. 하지만 우리 아이에게 마음에는 여유를 주고, 학업능력은 높이는 프로그램을 선물해 보고 싶다면 과감하게

사찰로 눈길을 돌려보는 건 어떨까?

겨울방학을 맞아 전국 사찰에서 이색 프로그램을 선보여 관심을 모은다. 깨끗한 자연 속에서 전통 불교문화체험은 물론이고 영어, 스키, 역사탐방, 리더십 프로그램, 선무도, 승마 배우기, 청소년 비전 워크숍 등 취미 생활이나 부족했던 경험이 나 체험의 기회가 가득하다.

공주 태화산 전통불교문화원(본부장 해오, 이하 문화원)은 ‘청소년 명상리더십 캠프 겨울 방학 대인배 프로젝트’를 내놨다. 대인배 프로젝트는 사회교육 전문가 그룹인 에듀맥스의 리더십 프로그램에 불교 명상과 선무도 등의 수업을 접목했다. 이는 불교의 절 명상 등을 통해 청소년들의 마음에 여유를 주고, 캠프 후에도 자신의 마음을 다스리도록 하기 위해서다.

남양주 봉인사, 속초 신흥사, 대구 동화사, 강화 연등국제선원 등에서는 외국인 스님, 원어민과 함께 영어 프로그램을 진행하고, 영어를 통해 전통불교문화를 쉽고 재미있게 경험하도록 했다.

해남 미항사, 서산 부석사, 남해 용문사는 한문 마당을 마련했다. 경주 골굴사 수련은 종합체합체다. 선유가 선기공 선무술 산행, 호신술 국궁수련 승마교육, 명상·무용치유, 불교강의와 한문교육, 원어민 영어회화, 문화관광 등을 일주일 단위로 프로그램을 진행한다.

이성연 · 이나은 기자

지역	사찰	대상	일정	프로그램	연락처	참가비
서울	비로자나국제선원	중·고등생(수험생 환영)	1.8~9	자우 스님과 함께하는 깔깔깔 마음 찾기 청소년 겨울캠프	02-6012-1731	10만원
서울	공생선원	중1~고2	1.1~1.29	스님법문, 절(108배), 참선, 진상훈련, 듣기훈련, 읽기훈련, 모둠활동 등	02-900-2448	5만원
경기 여주	신록사	초등생	12.27~12.29	신록사 문화탐방, 찬불가, 발우공양, 부처님의 일생, 촛불의식, 궁정명상, 수계 회향식	031-885-2505	3만 5000원
경기 안성	활인선원	중1 이상	12.25~12.29, 12.31~1.4, 1.14~1.18 1.21~1.25, 1.31~2.4, 2.18~2.22	법문, 점검, 행선, 좌선, 예불, 선어록 독송, 요가, 단식, 묵언 수행	1644-5266	60만원 (장려금 20만원 환급)
경기 화성	신흥사	초등생	12.24~26	선재종자 성불놀이, 범종 범고 운판 목어 체험, 태권도, 교화공원 꾸미기, 부처님 진신사리 친견	031-357-2695	5만원
경기 화성	신흥사	중·고등생	1.7~1.9	선재종자 성불놀이, 범종 범고 운판 목어 체험, 태권도, 교화공원 꾸미기, 부처님 진신사리 친견	031-357-2695	5만원
경기 남양주	봉인사	초6~중등생	1.7~1.9, 1.14~1.16	청소년 영어명상 템플스테이	031-574-5585	10만원
인천 강화	연등국제선원	초4~중·고등생	12. 27 ~ 12.29, 12. 29 ~ 12.31, 1.3 ~ 1.5, 1.5 ~ 1.7	외국인 스님에게 영어로 쓰는 불교 이야기, 나는 과연 무엇인가? 생각하며 배우는 참선, 108배, 강화도 역사탐방 (마니산등반) 혹은 신나는 우주여행 (우주과학센터)	032-937-7033	7만원
강원 인제	백담사	중·고등생	1.3~1.29	자기 주도적 학습력 개발과정 청소년 비전 워크숍, 효과적인 시간 관리법, 매일 집중명상 훈련(호흡법, 단전호흡, 절 명상, 경기명상, 차 명상 등), 겨울 대청봉 정상 산행, 스키 및 보드 강습, 동해 해맞이	010-7456-8809	200만원
강원 속초	신흥사	유치부, 초 1,2년	1.14~1.16	선제초, 한국불교무용, 독서토론, 빙구타기, 찬불가 배우기 등	033-637-7044	
강원 속초	신흥사	초3~6년	1.14~1.16	헬로달마스쿨, 참선, 108배, 마음 성장 트리미 the Less the More, 다도명상, 독서토론, 빙구타기	033-637-7044	
대구 동구	동화사	초4~중2	1.3~8	미국교과서를 이용한 과목별 수업, 영어 스피드 퀴즈, 팝송 배우기, 영어 발표, 사찰예절교육, 다도체험, 전통놀이	053-982-0101,0223	50만원
전남 해남	미항사	초4~6년	1.2~8	한문학당, 숲 체험(전문 숲해설가의 달마산의 숲과 나무의 설명, 나무목걸이 만들기), 별자리탐방, 탁본체험, 땅굴바다 체험, 달마산 산행, 산사체험, 다도, 요가명상	061-533-3521	30만원
전남 영광	불갑사	초4학년 ~ 중등생	12.24~12.26, 1.14~1.16	스님들의 일상을 체험하고 눈싸움, 쌀매타기, 캠프이어, 고무야구 구위먹기 등	061-352-8097	초 3만원, 중 4만원
전남 나주	심향사	초·중등생	12.29~1.1, 1.9~1.15	부모존중 배우기, 애니메이션을 통한 나 알기, 눈썰매장, 독서토론	061-334-2880	12만원, 25만원
전남 나주	심향사	고등생	1.3~1.5	애니메이션을 통한 나 알기와 치유	061-334-2880	20만원
충남 공주	태화산 전통불교문화원	중·고등생	1.3~5.1.6~8.1.13~15, 1.17~19.1.20~22, 1.27~29	소통·공정·실천·협동·감성·비전·창의·감사 리더십프로그램, 절 명상, 백범의 명상, 선무도, 연극 등	041-841-5050	35만원(2인 이상 할인)
충남 공주	태화산 전통불교문화원	초등생	1.10~1.12, 1.24~1.26	소통·공정·실천·협동·감성·비전·창의·감사 리더십프로그램, 절 명상, 백범의 명상, 선무도, 연극 등	041-841-5050	35만원(2인 이상 할인)
충남 공주	영평사	초6~중등생	1.7~1.9, 1.14~1.16	청소년 영어명상 템플스테이	031-574-5585	무료
충남 서산	부석사	초4~6년	1.16~1.22	한문교육, 산사체험, 다도, 참선, 발우공양, 단청 그리기	041-662-3824	20만원
전북 전주	참좋은우리절	초등생	12.24~26	공부로부터 벗어나 즐겁게 놀아보기, 발우공양, 108배, 사찰예절, 찬불가, 미니올림픽, 촛불의식	063-236-6633	3만원
경북 김천	직지사	중·고등생	1.10~1.14	108배, 명상, 염주만들기, 연등만들기, 부모존중경, 반아심경사경, 다도, 발우공양, 암자순례 등	054-436-6084	15만원
경북 김천	직지사	초등생	1.17~1.22	108배, 명상, 염주만들기, 연등만들기, 부모존중경, 반아심경사경, 다도, 발우공양, 암자순례 등	054-436-6084	15만원
경북 성주	도솔암	초4~고등생	1.1~3	청소년 겨울수련법회	054-931-0175	3만 5000원
경북 영천	은혜사	초·중·고생	상시운영	1일 문화체험형, 1박 2일 숲속 집중력 향상 프로그램	054-335-3318, 2277	
경북 경주	골굴사	초·중등생	12.26~1.22	선유가 선기공 선무술 산행, 호신술 국궁수련 승마교육, 명상치유, 무용치유, 불교강의와 한문교육, 원어민 영어회화, 문화관광(성지순례, 박물관)	055-775-1689	1주 49만원, 2주 90만원
경남 합천	해인사	초등생	1.14~16	해인사 겨울 수련회	055-934-3110	7만원
경남 합천	해인사	중·고등생	1.21~23	해인사 겨울 수련회	055-934-3110	8만원
경남 고성	육천사	중·고등생	12.30~1.1	숲속경기명상 및 사물, 떡국먹기, 전통문화체험, 탁본, 심리검사 및 토론, 명상 실습, 집단상담 무의식의 자기표현하기	055-672-0100	10만원
경남 남해	용문사	초·중등생	1.3~6	한문학당, 인성교육, 생활예절교육 발우공양, 참선, 산행	055-862-4425	20만원

건강백세 아직도 차고 시린 배를 참고 계십니까?
“암은 열에 약하고” 배를 차게하면 질병의 원인이 됩니다.
열침의 효능
금강약돌 온열복대

원적외선 “열침”의 효능 신비로운 금강약돌 온열복대

복한에서 소량만 생산되는 북한3대 특산품인 금강약돌을 주성분으로 만든 기능성 건강치료가 금강약돌 온열복대입니다.

본 제품은 34개의 금강약돌 육각들이 80°C이상의 고열이 발생되어 착용시 뱃속(오장육부) 깊숙한 부분부터 강력한 복사에너지가 전달되어 원적외선 “열침”을 맞는 효과로 신체 어느 부위든 아픈 곳에 다 착용하고 편안하게 앉거나 누워서 휴식을 취하면 장속의 노폐물 배출, 소화불량, 만성위염, 장염, 생리통, 변비, 허리통증완화, 고관절, 어깨결림, 고혈압, 전립선 등을 자연적 치유하며 체질개선 및 원활한 신진대사가 이루어집니다.

하리에 차기만 해도 오장육부를 건강하게 해리를 편안하게 하며 각종 질병을 예방하세요

속똥의 불편함을 해소 가격은 최저 기능은 최고

오장육부를 치유함에 있어 속똥을 권장하지만 많은 시간이 소요되며 흉터 및 뜨거움을 이겨내야 하는 고통과 냄새가 강하기 때문에 가족 및 주위 분들에게 피해를 줄 수 있다. 그러나 이 모든 불편함을 해결한 금강약돌 온열복대는 속똥최고 80°C보다 높은 고열80°C이상의 원적외선 열침이 뱃속(오장육부) 깊숙한 부분부터 침투하여 자연적 치유되며 높은 열로 복대를 하여도 화상 및 흉터 걱정 없이 치유 됩니다. 차가운배, 허리통증, 발바닥온열자립, 어깨결림, 무릎통증 등 온도를 조절하여 안전하고 편하게 사용합니다. 가격은 최저 기능은 최고인 금강약돌 온열복대는 간강도 차고 임과 질병등을 예방하며 간강하게 장수하세요.

◆문의전화 : 금강의료기 (02)723-0099

*입금계좌 : 농협 170-12-056037 정예연 *일요일 공휴일도 상담합니다.
 *대리점 및 유통모집(조형지국건강캐드, 오심건강지, 오주배계통, 지배계통)

www.buljamall.com

불자몰

불자종합쇼핑몰 BuljaMall

불자용품, 사찰홍보용품, 관촉물, 기념물, 답례품
 인쇄물전문(봉투, 전단지, 초대장 등)

최대 50% ~ 70% 할인

소량구매도 가능합니다. (전화문의)

문의전화 : 070-7257-0408