



부산지원은 5월 11일 경내 수련원에서 특별 체험형 템플스테이 '태고, 대장부를 품다'를 진행했다.



태고 템플스테이 참가자들은 산후 우울증 예방 및 스트레스 완화, 순산 등 임신부를 위한 유용한 요가 동작들을 배웠다.

한마음선원 부산지원 1일 체험형 태고 템플스테이

“선한 마음 가져 아기부처님과 인연 맺어요”

한마음선원 부산지원(지부장海道, 이하 부산지원)이 산모들을 위한 특별한 템플스테이를 열어 큰 호응을 얻었다.

부산지원은 5월 11일 경내 수련원에서 특별 체험형 템플스테이 '태고, 대장부를 품다'를 진행했다. 이번 행사에는 신혼부부부터 뱃속에 아이를 둔 예비엄마와 미혼 청년부부 등 23명이 참여해 뜻 깊은 시간을 보냈다.

템플스테이는 △오리엔테이션 △입제식 △We are the 대장부 △발원문 낭독 △요가체험 △태고 일기장 쓰기 △수행의 향기를 마시다 △마음의 불 등 으로 진행됐다.

입제식에서海道 스님은 “여러분은 가족이라는 이름으로 새로운 인연을 맞이할 때 어떻게 하면 선한 인연으로 만날 수 있는지 고민하고 내 아기가 무한한 부처님의 능력을 갖추고 있음을 믿어야 한다”고 강조했다. 이어 스님은 “임신하기 전부터 3세 때까지의 태교가 중요하다. 원을 세우고, 선한 마음으로 아기 부처님을 맞이하길 바란다”며 인사말을 전했다.

이에 앞서 지도법사 혜벽 스님은 “공자 어머니가 태교를 위해 몇 년 동안 공을 들였던 것처럼, 여러분도 지금부터 아기 부처님이 세상에 오실 때까지 노력해야 한다”고 말했다.

템플스테이 첫 프로그램인 'We are the 대장부'에서 참가자들은 아이와 부모 모두가 대장부가 되길 발원하며 발원문을 낭독했다. 이어 태고와 심신 안정을 위한 요가수업이 진행됐다. 산후 우울증 예방 및 스트레스 완화, 순산 등 임신부를 위한 유용한 요가 동작들이 지도 강사의 진행 아래 이루어져 큰 호응을 얻었다.

이어서 태교의 참된 의미를 알려주는 교육적인 프로그램도 진행됐다. 참가자들은 입덧, 진통 및 분만

등 출산 과정의 진정한 의미를 다시 한 번 생각해보고, 훗날 만나게 될 아이를 위해 들려주고 싶은 이야기를 각자의 태고 일기장에 써내려갔다.

박우재(45)·이지은(35) 부부는 “어머니의 신성으로 오늘 태고 템플스테이에 참가하게 됐다. 태어날 아이를 어떻게 맞이해야 할지 막막했는데 이번 프로그램으로 효율적이면서도 좋은 방법을 알게 된 것 같다”며 소감을 말했다.

며느리 권서운(31)씨와 함께 참석한 신경희씨(55)는 “지금까지 며느리에게 태교에 대해 알게 모르게 부담감을 준 것 같다. 하지만 오늘 이 자리를 통해,

예비엄마·신혼부부 등 23명 참여 요가·명상·차담·태고일기 작성海道 스님 “임신 전부터 선한마음 가져야”

뛰어난 아이를 원하기 보다는 어떤 일을 하든 세상에 필요한 사람으로서 주변을 환히 밝힐 수 있는 아이를 소원하게 됐다”고 말했다.

권서운 씨는 “이번 템플스테이를 계기로 좀 더 선한 마음을 갖고 살아가고자 한다. 이러한 자리에 함께 참여해주신 시어머니께 감사드린다”고 말했다.

한편, 오후 프로그램에서는 스님들과의 차담 시간 '수행의 향기를 마시다'가 진행됐다. 세 개 조로 나뉜 참가자들은 영도 앞바다가 보이는 탁 트인 배경을 벗 삼아 부모로서의 마음가짐에 대해 스님과 이야기를 나누는 시간을 보냈다.

마지막 프로그램인 '마음의 불'에서 참가자들은 스님으로부터 건네받은 촛불을 들고 악한 마음과 업



참가자들은 부모로서의 마음가짐에 대해 스님과 이야기를 나누는 시간을 보냈다.



태어날 아이가 야생화처럼 단단하면서도 아름답게 자라길 발원하며 사진을 찍고 있는 참가자들.



부부 참가자가 태고일기에 미래의 아기를 위해 편지를 쓰고 있다.

을 씻고 마음의 불을 밝혀겠다고 발원했다.

이어 부산지원은 ‘매일 아기에게 들려줘야 할 세 가지 당부’가 적힌 태고 일기장을 참가자들에게 나누어 주었다.

세 가지 당부는 대행 스님의 법어를 인용한 것으로, △첫째, 너의 주인공은 너에게 보디가드처럼 항상 따르고 있다. 그러나 어디 가서 무슨 일이 생기더라도, 너의 주인공을 항상 지니고 있으니 진실로 믿고 그렇게 해라. △둘째, 아픔을 전부 견져서 편안하게 해주는 대심을 떠나지 않게 하라. 그것이 우리의 본분이다 △셋째, 부드럽게 행하고 보배스러운 인간으로서 자유인, 지혜로운 사람, 너그러운 사람, 모나지 않는 사람, 자비롭게 사랑할 줄 아는 사람이 되어라로, 참가자들은 태고일기에 미래의 아기를 위한 편지를 적어 내려갔다.

“마음의 불” 두 번째 순서에는 부부가 명상을 하며 서로에 대해 생각해보는 ‘아내도리, 남편도리’ 시간을 가졌다. 참가자들은 오도오 명상을 들으며 인생 동반자로서의 책임과 유대감을 깨닫고 마지막 순서인 ‘족석카메라로 야생화 찍기’ 활동으로 태어날 아이가 야생화처럼, 단단하면서도 아름답게 자라나기를 발원했다.

한마음선원 부산지원의 특별한 템플스테이는 계속해서 진행된다. 오는 6월에는 가족을 위한 템플스테이가, 11월에는 두 번째 태고 템플스테이가 이어진다. 인원은 선착순으로 30명이며, 정기 템플스테이인 1박 2일 체험형과 휴식형 템플스테이는 성인 5만 원, 어린이·청소년은 4만원이다. 또한, 1일 체험형인 특별 템플스테이는 2만원이다. 참가 신청 및 문의는 www.대장부템플스테이.org 또는 템플스테이 사무국 070-4650-5535로 하면 된다. 김내영 객원기자

“은사 대행 스님 가르침 실천”

부산지원장海道 스님 인터뷰

한마음선원 부산지원은 올 한 해 동안 대장부 템플스테이를 상설화해 불자뿐 아니라 일반인들도 참여할 수 있도록 계획하고 있다. 한마음선원 부산지원장海道 스님은 “복잡한 시대를 살아가는 현대인들이 대장부 템플스테이에 참여해 불교라는 틀에 매이지 않고 마음을 쉬면서 각자의 내면에 갖춰진 무한한 에너지를 발견하고 활용하는 계기가 되길 바라는 마음으로 준비했다”고 취지를 설명했다.



부산지원은 지난 1월부터 5월 현재까지 초·중·고등학생 및 어머니, 아버지를 대상으로 템플스테이를 열어왔다. 이번에 개최한 태고 템플스테이는 평소 태교의 중요성을 강조한 대행 스님의 법문을 바탕으로 마련됐다.

海道 스님은 “은사 스님께서는 아이를 갖기 이전부터 태교가 중요하다고 말씀하셨다. 아이를 가져야겠다고 마음먹는 순간부터 태교는 시작돼야 한다”며 “밝고 지혜로운 아이와 만나기 위해 좋은 마음을 내야 한다”고 강조했다.

단체 맞춤형 템플스테이도 진행하는 부산지원은 체험을 희망하는 인근 중학교와 관공서, 복지관, 공공기관을 대상으로 하는 프로그램도 준비하고 있다.

海道 스님은 “보편적인 프로그램은 꾸준히 진행하면서 학교 및 관공서를 비롯해 일반인들의 특징에 맞는 프로그램을 계속 연구하고 발전시켜 나갈 계획”이라고 덧붙였다.

이내은 기자 oasis1983@hyunbul.com

Advertisement for Partner brand electronic dictionaries. Features include: '보고·듣고·배우는~' (Learn by seeing, hearing, and practicing), '첨단혁명의 간편한 휴대용 시청각 경전학습기!' (Advanced, convenient portable audio-visual sutra learning device!), and '영불(念佛), 염송(念誦) 모음' (Collection of sutras for chanting and recitation). The ad also lists various features like multi-language support and a large screen.