

휴식과 여유, 교육·문화가 숨쉬는 ‘천하의 명당’

休息+餘裕

한국문화연수원
KOREAN CULTURE TRAINING INSTITUTE

한해 평균 이용객 3만여명 육박
저렴한 비용 진정한 휴식과 힐링
한옥문화·기외문화체험관 계획

친환경 식재료에 건강식 ‘만족’
“지친 현대인에 위안과 행복”



2009년 6월에 개원한 한국문화연수원은 우리나라 내로라하는 건축가 중 한명인 승효상씨가 자연을 거스르지 않는 친환경 신개념 건축물로 건립해 당시 건축계 새로운 바람을 일으켰다. 연수원 건축양식은 한국건축사에 한 획을 그었다.



전문가를 영입한 미소심장명상, 자각 중심명상 등 '마인드 케어 명상 프로그램'도 인기다. 사진은 외국인 명상단체 프로그램 진행 모습.

크고작은 펜션과 리조트가 전국 곳곳에 넘쳐난다. 명절연휴나 여름휴가 뿐 아니라 주5일근무제 이후엔 금요일 오후부터 일요일까지 연휴나 다름없다. 사람들은 떠난다. 가족끼리 친구끼리, 직장동료나 동호인들이 서로 마음을 모아 어디론가 떠난다. 늘 머무는 가정이나 직장서 벗어나 자기 취향에 맞는 또다른 곳에서 휴식과 여유를 갖기 위해 몸부림친다.

하지만 만만치 않은 비용이 발생한다. 하룻밤 20~30만원 하는 고급 펜션이나 환상적인 리조트를 즐긴 이용객이 어렵다. 또한 화려하고 소란스럽고 휘황찬란한 관광지 문화는 도시인

들에게 더 이상 매력 없다. 사람들은 비용절감과 함께 진정한 휴식과 힐링을 갈구한다. 먹고 마시는 놀이보다 다양한 교육·문화체험 프로그램도 필요로 한다. 갈수록 템플스테이와 캠핑문화가 떠나는 이들에게 더욱 각광받는 이슈다.

하지만 새벽에부터 발우공양 등 사찰 일상을 고스란히 따라가야 하는 템플스테이가 어린 자녀를 동반한 가족이나 노부부들에게 부담일 수 있다. 야외캠핑 역시 사전에 준비해야 할 요건들이 만만치 않다.

공주 한국문화연수원(연수원장 재안스님)은 이처럼 템플스테이와 야외캠핑문화의 강점을 살리고 여기에 최신 교육시설과 전통문화 체험, 전문적인 명상프로그램 '마인드 케어'는 물론 친환경 식재료로 만든 건강식까지 선보인다. 특히 수백년 넘는 천연 소나무가 우거진 태화산과 마곡천 사이 '천하의 명당'에 등지를 들고 있어 한번 다녀간 이들은 꼭 다시 찾는 명소다.

심신이완, 숲치유, 음식명상, 다도...

한국문화연수원의 대표 프로그램은 '다비움 다체움 템플스테이'. 단체나 기업에서 직원 연수 프로그램으로 적극 활용되고 있는 '다비움...'은 마음나누기, 심신이완체조, 호흡명상, 108배 절명상, 음식명상, 숲치유명상, 흙치유, 다도와 다담, 활명상 등 풍성하다. '채움'으로써

행복을 찾을 수 있다고 생각하고 정신없이 달려왔지만 결국 육량과 집착만 남아있는 자신을 바라보면서 더 큰 행복은 '비움'에 있다는 것을 깨닫는 과정이다.

모든 질병의 근원인 스트레스를 '관리'하는 프로그램도 인기다. 이른바 '스트레스 관리를 위한 마인드 케어 명상 프로그램'이다. 스트레스를 다스리지 못하면 건강도 행복도 없다는 전제하에 현대인의 고질병인 소화불량, 불면증, 우울감이나 분노, 짜증, 무력감 등을 치유한다. 미소심장명상, 순간순간 깨어있음을 알아차리는 자각 중심명상 등 전문분야로 파고드는 프로그램만큼 장성화 해피로터스 명상연구소 대표 등 전문인력을 영입해서 진행된다.

기업이나 학교 연수, 휴식형도 OK

차와 음악, 명상이 함께하는 유쾌한 힐링시간도 연수원을 찾는 이들에게 큰 호응을 얻고 있다. 또한 오감을 통해 휴식과 충전 체험하고 전통문화와 수행의 원리를 접목해서 심신의 건강회복, 자존감 및 삶의 질 향상을 도모하는 '기통산장(氣通山場) 템플스테이'는 직장인들에게 각광받는 이색 프로그램이다.

한국문화연수원의 또 하나 이점은 인근에 자리잡은 명산대찰. 걸어서 5분 거리에 천년고찰 마곡사가 인접해 있어 연수원에 머무는 동안 시시때때로 사찰을 오갈 수 있다. 특히 백범 김구

선생이 출가한 마곡사 솔숲에는 '백범 명상길'이 조성돼 있어 숲향과 맑은 공기를 마시며 편안하게 심신을 위로받을 수 있다. 계룡산 기슭에 있는 신원사와 감사는 물론 백제의 정치문화 중심지인 공주를 보호하기 위해 축조된 공산성과 백제 무령왕릉도 한국문화연수원에서 멀지 않은 곳에 자리잡고 있다.

한국문화연수원은 또 지자체 유대감을 높이고 친밀도를 강화하기 위해 충남도 공주시 등 지자체와 협력할 뿐만 아니라, 공주지역 다문화가정을 돕기 위해 직원들이 십시일반 마음을 모아 성금을 위탁하기도 했다.

공주지역 귀농인협의회와 협약을 맺고 지역 특산물과 농산물 장터를 개설해 운영하고 지역 예술인들이 작품을 전시하는 갤러리 역할도 도맡아 할 계획이다.

스님과 차담 나누며 즉문즉답 '상담'

2009년 6월에 개원한 한국문화연수원은 우리나라 내로라하는 건축가 중 한명인 승효상씨가 자연을 거스르지 않는 친환경 신개념 건축물로 건립해 당시 건축계 새로운 바람을 일으켰다. '한국문화의 세계화', '수행문화의 대중화', '전통문화의 현대화'를 내걸고 문을 연 연수원은 이제 '제2도약의 시대'를 열고 휴식과 여유, 교육과 문화가 살아있는 '자연속의 연수원'으로 굳건하게 자리매김하고 있다.



한국문화연수원 인근에는 천년고찰 마곡사 등 가볼만한 명소들이 가득하다. 마곡사 돌다리에서 연수 참가자들이 휴식을 취하는 모습. 화엄스트레스에 시달리는 청소년들에게도 최적의 쉼터다.

주목! 연수원 숙박권

이 한 장에 건강·행복 가득 가족·친구들에게 선물하세요

한국문화연수원 연간 이용객은 3만명에 육박한다. 이 가운데 일반 기업이나 학교에서 단체로 연수원을 방문하는 경우가 많다. 2016년만도 300여 단체가 한국문화연수원을 다녀갔다. 회사 차원에서 참여하는 연수는 업무의 연장이어서 대다수 별 기대 없이 한국문화연수원을 찾는다. 하지만 막상 연수원에서 하루 이틀 생활하다보면 편안한 잠자리는 물론 천혜의 주변 환경과 친환경 음식에 매료되는 이들이 많다. 이들은 연수를 마치고 돌아간 뒤, 가족이나 친구들과 함께 다시 찾는 경우가 적지 않다. 연수원에서는 이같은 사례가 늘자, 연수원 내방자를 대상으로 '휴식형 숙박권'을 판매하고 있다.

1매당 10만원권으로 3인실을 기본으로 3인1실이 가능한 일종의 '상품권'이다. 1인 자녀를 가진 부부가 하룻밤 묵으면서 휴식과 여유를 즐기기에 안성맞춤이다. 황금빛 봉투에 백화점 상품권처럼 고급스럽게 제작된 '한국문화연수원 상품권'은 아직 일반에 통용되지 않지만 올해부터 상용이 본격화되면서 인기를 모을 것으로 보인다.

한국문화연수원은 자동차 없이도 어렵지 않게 찾아갈 수 있다. 공주종합버스터미널에서 오른쪽 건너편(모아공원 옆) 버스정류장에서 시내버스 770번 탑승 후 종점 '마곡사 입구'에서 하차한 뒤 도보로 20분 걸어오면 된다. 작은 길망 하나 어깨에 매고 2시간여 버스를 타고 마곡사 길을 굽이굽이 걸어서 연수원을 찾아간다면 더 좋은 추억여행이 될지도 모른다.

조계종 신도증 소지자는 10% 할인 혜택도 받는다.



한국문화연수원이 발행한 숙박권.

“쾌적한 시설과 최상의 문화체험 제공합니다”

인터뷰 한국문화연수원장 재안스님

맛있게 공양하시고 편하게 쉬다 가시길 ”



“한국문화연수원은 전통과 현대의 조화, 역사와 자연이 함께 숨쉬는 곳입니다. 한국문화연수원이 위치한 장소는 수백년된 천연의 소나무가 우거진 태화산과 마곡천 사이의 명당으로, 삼재팔란(三災八難)이 피해간다는 전국 10승지 중 한 곳입니다.”

지난 2016년 8월, 조계종 총무원장 자승스님이 임명한 한국문화연수원장 재안스님은 “한국문화연수원은 휴식과 교육이 있는 천하의 명당”이라며 연수원을 소개했다.

스님은 그러나 2009년 개원 이래 8년간 접어 들고 있는 연수원 시설 전반이 노후해졌고 외관 역시 보완이 시급한 현실이어서 시설을 수리보수하고 주변환경을 단장하여 보다 아름답고 편리한 문화연수원으로 가꾸기 위해 불철주야 고심하고 있다. 재안스님이 연수원장으로 부임한 이후 직원들도 30여명으로 늘어났다. 연수원 내 도지 가운데 활용 불가능했던 임야를 대지로

전환시켜 3400여평 부지를 확보하는 쾌거도 거뒀다. “매년 성수기에는 250여 방사가 꽉 들어찹니다. 이번에 확보한 새 부지에는 게스트하우스를 세워 수요자를 한층 늘리고 한국문화체험관이나 기외문화체험관을 만들어 양질의 문화체험을 할 수 있도록 차근차근 신중하게 준비하고 있습니다.” 재안스님은 직원들의 근무환경 개선과 연수교육에도 주안점을 두고 있다.

1년 내내 돌아가는 연수원 일정상 직원들을 위해 순환휴가제와 해외연수 등을 도입해서 사기를 북돋을 계획이다.

“휴식과 여유”를 표방하는 한국문화연수원은 무엇보다 “먹는 음식”에 공을 들이고 있다. 우리 몸에 유익한 친환경 식재료는 기본이고 조리과정 전반에 걸쳐 연수원장 재안스님 특유의 청정하고 건강한 ‘음식철학’이 배어있다. 재안스님

의 ‘감독’하에 전 대중이 정성껏 김장을 하고 된장 고추장도 손수 담근다. 오죽하면 연수원 밥맛에 매료돼 연수원을 제집처럼 드나드는 마니아층이 있을 정도다. “가장 좋은 휴식은 몸에 좋은 건강식이 전제돼야 합니다. 우리 연수원에는 마음을 쉬기 위해 오는 분들도 있고 회사 차원에서 단체로 워크숍을 오기도 합니다. 그 많은 분들이 이토록 좋은 환경에서 좋은 공양물로 건강한 기운을 재충전하고 심신을 회복한다면, 연수원장으로서 더 바랄 것이 없습니다.”

재안스님은 연수원에 오는 이들을 상대로 ‘편안한 멘토’가 돼주기도 한다. 조계종 포교국장 겸 신도국장을 역임한 재안스님의 법문은 유머와 위트가 넘쳐나 많은 불자들이 환호한다. 한국문화연수원을 찾아오는 이들에게도 스님은 불교문화와 선(禪)수행을 접목한 알기쉬운 강좌를 직접 이끌고 대중과 마주앉아 차담을 나누고 즉문즉답을 한다. “한국문화연수원은 대한불교조계종이 설립했지만, 스님과 불자들만을 위한 시설이 아닙니다. 세상사에 지치고 힘든 이 시대 모든 이들에게 마음의 안정과 행복을 안겨드리기 위해 1년 365일 문을 활짝 열어 놓겠습니다. 전통문화와 현대의 새로운 지식이 만나는 인재양성의 요람으로 성장하고 있는 한국문화연수원에서 쾌적한 시설과 최상의 서비스를 통해 교육과 휴식, 자연과 치유를 직접 체험해 보시길 바랍니다.”