건강한 나를 만드는 심신치유

인산가 힐링캠프

함양 삼봉산 인산 연수원

INSAN

건강한 삶을 위한 좌우명

"성냄은 기력을 잃게 하고
많은 생각은 정신에 해로우이
정신이 피곤하면 마음은 쉽게 흔들리고
기력이 쇠약해지면 온갖 병 생기는 법
기쁨도 슬픔도 지나친 건 금물
음식은 골고루 섭취해야 하리
재삼 당부하오니 밤중에 취하지 말고
제일 주의할 점은 새벽에 성내는 것이라."

怒甚偏傷氣 思多太損神
神疲心易役 氣弱病相因
勿使悲歡極 當令飮食均
再三防夜醉 第一戒愼嗔

– 孫眞人 養生銘 –

김윤세 회장 Profile 1
힐링캠프 프로그램 개관 2
힐링캠프 핵심 프로그램 3
프로그램 운영방향 4
그밖의 안내말씀 6
힐링캠프 Program 운영조직 7
주요 강사진 8
제공 식단 9
행사일정 10

인산가 100배 즐기기 15
찾아오시는 길 24

김윤세(金崙世)

(주)仁山家 대표,
광주대학교 대체의학과 교수, 월간 〈인산의학〉 발행인.

불세출의 神醫로 추앙받는 仁山 金一勳 선생(1909~1992)의 次男으로서, 선친의 독특한 의학의 맥을 이어받은 '仁山醫脈'의 계승자. 儒醫家門의 오랜 가정교육 전통에 따라 가친으로부터 四書三經을 위시하여 金剛經·圓覺經, 老子道德經 등 儒·佛·道 三家의 제경전과 동양의학 제서 및 家傳특수의학 교육을 이수. 교육부 산하 한문고전의 國譯 기관이자 國譯者 양성 기관인 재단법인 민족문화 추진회 國譯硏修院 硏修部(2년 과정) 및 硏究部(3년 과정) 수료.

불교신문사 편집부 기자·차장 역임(1981~1989). 재임기간 중 전남 해남의 대흥사 강백 梵海스님에 의해 편찬된 한문본 한국역사고승 199인의 傳記-〈東師列傳〉을 번역, 불교신문에 6년 동안 연재. 연재를 마친 뒤 1991년 7월에 책으로 펴내 불교신문사 제정 제2회 불교출판문화상을 받고(91.11.8), 제24회 문화부 추천도서로 선정되었으며(91.12.17), 그 뒤 동국대 譯經院 간행 〈한글대장경〉 제 138권(해동고승전 외편, 94.12)에 수록되었음.

가친의 의학이론을 집대성하여 1986년 6월 〈神藥〉을 간행한 이후 1987년 8월 27일 가업을 기업화하여 국내외 최초의 죽염제조업체 '인산식품'을 설립. 이듬해 1988년 7월 출판업 등록 후 가친의 의학이론을 일반인들에게 이해시키기 위한 도서·잡지 등을 지속적으로 간행해 오고 있음.

신비의 베일에 싸여 있던 仁山의학을 '신토불이 건강학'으로 명명하고 강연·기고 등을 통해 일반에 보급. 한국일보사 발행 일간스포츠에 94년 5월 22일부터 95년 4월 6일까지 총 33회에 걸쳐 '김윤세의 신토불이건강' 칼럼을 연재. 95년 10월 이를 엮어서 〈김윤세의 신토불이건강〉이란 단행본으로 출간. 일반적으로 상용되는 한자 1080字로 동양의학의 원리와 역사, 儒·佛·仙 三家의 양생법 등을 같은 글자의 중복됨 없이 조합하여 서술한 의학천자문 완성. 세계일보에 '김윤세의 養生千字文'이라는 칼럼명으로 96년 3월 1일부터 총 390회 연재한 뒤 이를 엮어 97년 11월 10일 〈김윤세의 壽테크-心身건강천자문〉이란 단행본으로 출간.

경남 함양의 삼봉산(해발1186m) 중턱 해발 500m에 위치한 심산유곡에 현대인의 지친 心身을 재충전할 수 있는 휴양시설로, 총 4만3천여 평의 山林단지에 솔숲속 산책로·황토집·통나무집·민속박물관·강당 및 휴게시설 등을 갖춘 '인산가 건강수련원'을 건립, 운영.

30년간 월간지에 발표한 건강 칼럼을 모아 2012년 4월 17일 〈내 안의 의사를 깨워라〉 단행본 출간.

서울대 행정대학원 국가정책과정 수료 및 KAIST 벤처 최고경영자 과정 수료. 현 광주대 대체의학과 교수로 있으면서 강의 등을 통해 국민건강 증진과 국내 대체의학계 후학을 양성하기 위해 매진 중.

인산가 힐링캠프 프로그램

인산 연수원에서 2박 3일, 몸도 마음도 천지개벽

2박 3일, 체험으로 인생 대반전 콘크리트에 갇혀 살면서, 하루 종일 매연과 소음에 빠져 살면서, 근심·걱정·분노에 사로잡혀 살면서 어찌 몸이 좋아지기를 바라겠는가. 다른 어떤 것보다 몸의 정상회복이 시급한 당신을 심산유곡의 '힐링캠프' 프로그램으로 초대한다. 인산가는 위대한 치유력을 발휘하는 천혜의 자연환경, 인산 김일훈 선생의 불멸의 지혜 가득한 섭생 프로그램, 자신의 몸으로 인산의학의 불멸성을 입증하고 있는 김윤세 회장의 코칭 노하우 등 완벽한 조건을 갖추고 본격적인 심신치유 수련을 시작한다. 건강투자를 인생 최고의 투자로 여기는 회원 누구나 참가할 수 있다.

김윤세 회장의 산행치유 · 섭생치유 · 학습치유 프로그램 인산의학 계승자인 김윤세 회장은 인산쑥뜸으로 몇 차례의 죽을 고비를 넘긴 이래 20년 이상 거르지 않고 뜸을 떠왔으며, 선친인 인산 김일훈 선생에게서 한학과 동양고전, 인산의학을 두루 섭렵, 시·소설·종교·의학 등의 전문서들을 직접 집필했다. 30년 전부터 정기적인 산행과 명상, 학습을 통해 독특한 '심신치유학'을 정립한 그는 1년 전부터는 암벽·빙벽 등반에 도전, 수십년 경험의 전문가들이 놀랄 정도로 일정 수준의 능력을 갖추게 되었다. 김윤세 회장의 고전연구, 명상, 인산식 섭생, 산행 등 4박자 프로그램은 수십년의 직접 경험으로 정립된 것이다. 김 회장은 "이렇게 하면 누구든지 좋아진다"는 절대적 신념과 코칭 프로그램으로 수련자들을 지도한다. 곁에서 직접 보고 듣고 따라하는 것보다 더 좋은 방법은 없다.

인산식 식품으로 건강 정복

힐링캠프 프로그램에 참가하는 모든 참가자는 아무에게도 방해받지 않는 숲속에 잘 지어진 친자연 숙소에 머물면서 인산 김일훈 선생이 제시한 그대로 섭생을 하게 된다. 3일간의 집중 수련기간 중 생강감초진액, 구운 마늘, 인산죽염, 유마고우 등을 섭취한다. 또한, 인산죽염으로 빚은 고추장, 간장, 된장으로 조리한 음식들, 산야초와 산나물 식단이 수련기간 동안 제공된다. 수련을 마치면 인산 식이요법의 핵심을 터득하게 되고 한결 몸이 달라진 것을 실감할 수 있다.

힐링캠프 5대 프로그램

1. 산행치유 : 김윤세 회장은 30년 산행을 통해 산행을 통한 심신치유를 몸소 체험·확신하였으며 이를 통해 '산행치유론'을 정립, 일반에 전수하고 있다. 삼봉산 허리둘레길, 지리산둘레길, 오봉산 태조릿지 등 천혜의 코스들을 차례로 등반하면서 심신이 함께 치유되는 체험을 나눈다. 김 회장은 참가자들과 함께 걸으며 산행기법·정신자세·역사문화 등을 강연, 산행치유의 묘(妙)를 일깨운다. 알고 하는 산행, 이해하고 하는 산행은 그 자체가 치유다.

2. 학습치유 : 김회장은 2박3일 동안 노자 〈道德經〉과 인산 〈神藥本草〉를 중심으로 강론함으로써, '학습에의 몰입(沒入)'이 심리적·신체적 치유는 물론 물질적 성공까지도 함께 가져다주는 탁월한 방법임을 제시한다. 김회장은 인산 김일훈 선생 슬하에서부터 지금까지 책을 놓지 않고 끊임없이 학습함으로써 동양고전·인산의학·詩文 등의 분야에서 일가를 이루었으며, 기업 경영자이면서 지식 컨텐츠의 생산자로서 자신을 정립해왔다. 자신의 저서들을 텍스트로 하여 주요대목을 강연한다.

3. 섭생치유 : 모든 참가자는 2박3일 동안 '인산죽염, 유마고우환, 생강감초진액, 구운 마늘'을 섭취하게 된다. 수련기간 동안 인산 선생의 혜안이 담긴 주요물질들을 보다 효과적으로 섭취하는 방법을 터득하고, 비록 단기간이지만 자신의 몸이 변화하는 것을 실감하게 된다. 훌륭한 섭생법 한 가지를 터득하는 것만으로도 삶은 180도 달라질 수 있으며, 이는 인생의 중요한 자산으로 남을 것이다.

4. 인산의학의 과학적 조명 : 인산생명 과학연구소의 연구와 외부 강사 초빙(교수진)으로 인산의학의 과학적 해석 및 인산의학의 생활 속 적용 및 체험등과 KTR(한국화학융합시험)인증내용인 인산죽염의 안전성 실험 등의 내용을 강의한다.

5. 실전 인산의학 : 인산선생 문하에서 보고 듣고 배우고 익힌 홍순진 부원장의 인산의학 해설 및 후련한 상담내용과 신약을 바탕으로 한 신묘한 세계를 강의로 펼친다.

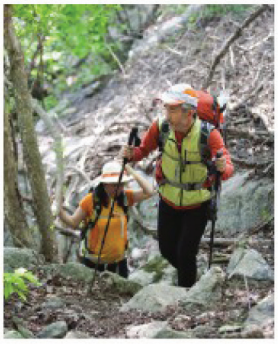
프로그램 운영방향

1. 매회 특색 있는 인산식 건강식단 : 인산연수원에서 건강식단을 설계, 참가자들에게 제공합니다. 참가자들에게 제공하는 식단은 화학조미료나 그밖의 불순한 첨가물을 일체 사용하지 않고 죽염간장 · 죽염고추장 · 죽염된장 등 인산가의 죽염장류로 조리한 것입니다. 소박하지만 고유의 맛과 향이 살아있고 몸안에 들어가서 '위대한 작용' 을 하는 물질들이 첨가된 생명의 밥상입니다.

2. 별도의 인산건강식품 제공 : 수련기간 중 휴대용 아홉 번 구운 죽염, 생강감초진액, 구운 마늘이 제공됩니다. 또한 집중섭취 건강식품으로 '유마고우(유근피 죽염환)' 를 선정, 수련기간 중 한통을 섭취토록 합니다. 단기간의 집중섭취를 통해 몸이 변화하는 것을 실감하고, 효과적인 섭취법을 터득하여 평소 생활에서 적용하는 것이 주목적입니다. 제공된 분량의 인산 건강식품을 모두 섭취하는 것은 부지런하지 않으면 쉽지 않은 일입니다. 어느 시간에 얼만큼씩 어떻게 섭취해야하는지 참가자들과 함께 익히기 바랍니다.

3. 격려하고 인사하기 : 심신치유는 교감에서 시작됩니다. 자연과의 교감, 인간과의 교감! 수련장을 인사와 격려가 가득한 공간으로 채워주십시오. 지나가는 강아지한테도 미소 짓고 인사하는 습관을 들인다면 치유는 저절로, 축복으로 찾아올 것입니다. 얼굴을 마주치는 참가자에게, 강연자에게 아낌없이 따뜻한 눈빛을 그리고 격려를!

4. 강연참여 : 사람에 따라 강연이 지루하게 느껴질 수도, 강연내용이 잘 이해되지 않을 수도 있습니다. 그러나 교감할 수는 있습니다. 강연은 비단 눈에 보이는 언어를 통해서뿐만 아니라 눈에 보이지 않는 언어를 통해서 우리의 오감으로 전해집니다. 마음만 열 수 있다면, 진지하게 참여할 수만 있다면 어떤 강연을 통해서도 뜻한 만큼의 열매를 거둘 수 있을 것입니다. 강연장을 교감의 진동으로 가득 채워주시기 바랍니다.



5. 산행치유의 효과 높이기 : 알고 하는 산행, 이해하고 하는 산행은 그 자체가 치유입니다. 노동으로서가 아니라 취미로, 고된 수련이 아니라 오락으로 즐겨주시고, 서두르지 말고 천천히 컨디션에 따라서 그리고 결과가 아닌 과정 그 자체를 목표로 산행에 임해주시기 바랍니다. 산행 중 별도의 휴식시간이 마련됩니다. 이때를 제외하고는 되도록 말을 삼가거나 말을 하더라도 낮은 소리로 해주시기 바랍니다. 무리하게 속도 내지 말고 자신의 페이스를 유지하면서 속도를 몸에 맡겨주시기 바랍니다.

6. 음악 들으며 휴식하기 : 프로그램 사이 사이에 휴식시간이 마련되어 있습니다. 휴식시간조차도 중요한 프로그램의 하나입니다. 이때 대강당에서 음악을 들으며 차를 마시고 눈을 감고 조용히 명상하거나 느린 걸음으로 주변을 산책하시기 바랍니다. 대강당에서는 휴식시간마다 심신의 독소를 제거하는 좋은 음악들이 계속 흘러나옵니다. 좋은 진동을 몸 안에 받아들인다는 마음가짐으로 귀를 열고 휴식을 취하시기 바랍니다.

7. 인산연수원의 환경을 충분히 활용 : 사람에 따라 인산연수원은 볼 것, 쉴 것 가득한 천혜의 휴양공간으로 보이기도 하고, 다소 썰렁하고 불편한 시설로 보이기도 합니다. 마음과 눈을 열고 인산연수원의 많은 것들을 찾아보십시오. 흔히 볼 수 없는, 가치 있는 전경와 배경, 사물들이 가득합니다. 물소리, 바람소리, 숲과 내, 전경과 배경으로 펼쳐지는 산과 들, 천혜의 산책로, 달과 별들, 약수터, 벤치……이들과 함께 머무는 동안 충분히 즐기시기 바랍니다. 그저 혼자서 묵묵히 바라보며 즐기는 것을 배우는 것은 중요한 수련의 하나입니다. 여기서 즐길 수 있다면 도심에서도 시골에서도 어떤 공간에서도 존재하는 그 자체를 즐길 수 있게 될 것입니다.

그밖의 안내말씀

- 참가자께서는 빠짐없이 명찰을 받아 목에 걸어주시기 바랍니다.
- 모든 프로그램 진행시 사전에 안내방송 및 직원의 구두안내가 있습니다.
  참가자께서는 연수원의 안내에 따라 시간을 지켜주시기 바랍니다.
  대강당에서 진행되는 모든 프로그램을 전원 참여를 원칙으로 합니다.
- 인산가 직원들이 도우미로 참가하고 있습니다. 도움이 필요한 사항 있으면
  회원님의 눈에 보이는 인산가 직원(명찰을 달고 있음) 아무에게나 말씀해주십시오.
- 산행시 인산연수원의 트레이너들이 선두와 중간, 후미 등 곳곳에 있습니다.
  필요할 경우 도움을 청하시기 바랍니다. 또한 체력의 문제로 더 이상의 산행이
  어려울 경우 말씀 주시면 하산할 수 있도록 안내해드립니다.
- 체력적인 문제로 산행이 힘들 경우 연수원 내에서 휴식을 취하거나 가벼운 산책을
  해도 됩니다. 단, 요양이 아닌 수련 프로그램이므로 개별적인 간호 등의 서비스는
  제공되지 않습니다.
- 앞에서 제시한 인산건강식품(제공품)을 수련기간 중 죽염 · 생강감초진액 · 유마고우환
  · 구운마늘 등이 제공됩니다.
- 인산연수원 외부로의 이동은 대절버스와 사내차량을 이용합니다.

수련기간 중 비상연락 전화

- 연수원 : 055-963-9991
- 고객지원센터(서울) : 1577-9585

힐링캠프 Program 운영 조직

- **연수원장** 김윤세 회장
- **프로그램 총괄** 김원근 사장
- **진행** 박홍희 실장
- **제1코디네이터** 정대홍 부장(프로그램 일정관리)
- **제2코디네이터** 고객지원실 팀장(참가자 서비스 제공)
- **연수원 견학 및 각종 탐방 해설** 정대홍 부장
- **산행 트레이너** 정대홍, 박홍희, 정춘근, 노참한
- **서비스팀(김홍진 과장)** 식사 · 숙소 · 시설 · 방송 · 차량 등 일체
  간식 및 음료제공, 행사진행 알림 등 회원 서비스 일체

주요 강사진

김윤세

- 인산가 대표이사(회장), 인산연수원 원장, 광주대학교 대체의학과 교수.
- '동양고전과 인산의학' 강론, 산행치유 및 섭생치유 지도.
- 수련생들과 함께 3박4일간 상주하며 수련 전과정을 직접 지도.
- 수련기간 중 강론교재는 〈한 생각이 암을 물리친다〉

홍순진

- 인산연수원 부원장, 인산식 섭생치유 전문가.
- 인산 김일훈 선생 門下에서 인산의학을 전수 받았으며, 지난 수십년 간 많은 환우들에게 도움을 주었다.
- 인산의학의 각종 기법들을 강의를 통해 전달한다.

고재훈

- 약학 박사.
- 건강 생활 연구 강사.
- 남원시 구세당 약국 경영.

이재양

- 이학 박사.
- 인산생명과학연구소 소장.

김종호

- 인산가 이사. 서울 강북직영점 지점장.

제공 식단

구 분	첫째날 (금)	둘째날 (토)	셋째날 (일)
조 식	된장국 고등어조림 무무침 나물(2~3)	미역국 조기구이 두부조림 나물(2~3)	황태국 꽁치구이 우엉조림 나물(2~3)
중 식	오징어국 꼬막회무침 물김치 나물(2~3)	산채비빔밥 감자국 나물(2~3)	동태국 겉절이 황태포무침 나물(2~3)
석 식	흑돼지두루치기 콩나물국 취나물무침 나물(2~3)	추어탕 계란말이 호박무침 나물(2~3)	

※매 식사 때마다 기본반찬 6가지 이상이며, 사정에 따라 메뉴가 변경될 수 있습니다.

(첫째날) 心身건강 신천지로 가는 길

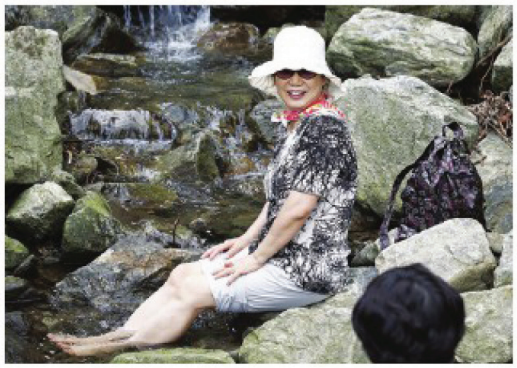
11:00 ~ 12:00	참가접수/명찰교부, 숙소배정/짐정리
12:00 ~ 13:00	점심식사
13:00 ~ 13:30	입소식(진행:박홍희 실장), 국민의례 – 참가자 소개 – 힐링캠프 환영사 및 인사말씀(김윤세 회장)
13:30 ~ 14:00	인산연수원 소개 및 안내
14:00 ~ 16:30	삼봉산 허리둘레길 트레킹(6.5km) (인산연수원 → 삼봉산 임도 → 오도재 : 2시간30분소요) ※ 트레킹 제한 고객 : 버스탑승, 오도재 관광(우천시:상림공원 산책)
16:30 ~ 17:00	죽염제조장 견학(우천시 변동없음)

PROGRAM

17:30 ~ 18:00	인산연수원으로 복귀(죽염제조장 → 연수원)
18:00 ~ 19:00	저녁식사
19:00 ~ 19:30	인산가 소개동영상 시청(중소기업 대한민국의 힘)
19:40 ~ 20:30	본강연 ①인산의학 체험강연 (김종호 이사, 강북지점장)
20:40 ~ 21:30	인산의학 섭생체험/참가자 자기소개 (유황 밭마늘 구워 죽염과 함께먹기) ※ 공식프로그램 종료
21:30 ~ 23:30	자유시간, 취침
23:30 ~ 24:00	별 보며 자정수 마시기 ※희망자에 한함

(둘째날) 順理와 自然의 인산의학 세계

07:00 ~ 08:00	아침산책(연수원 인산동천 산책로, 약2.5km 약 60분소요) ※ 일주문앞 07시출발(우천시 생략)
08:00 ~ 09:00	아침식사
09:00 ~ 10:20	본강연 ②죽염의 과학적 조명 – 고온으로 구운죽염, 일반소금과 어떻게 다른가? (이재양 박사 : 인산생명과학 연구소)
10:20 ~ 10:40	휴식
10:40 ~ 12:00	본강연 ③心身건강 新天地로 가는길 (김윤세회장 : 광주대 대체의학 교수)
12:00 ~ 13:00	점심식사
13:00 ~ 18:00	지리산 백무동 한신계곡 트레킹 (차량이동시간:왕복50분 트레킹:3시간, 휴식:1시간)



PROGRAM

18:00 ~ 19:00	저녁식사
19:00 ~ 21:00	본강연 ④사랑의 妙藥으로 암을 물리친다(고재훈약학박사) ※ 공식 프로그램 종료
21:00 ~ 22:00	친교의 시간 ※다과/담소
22:00 ~ 23:30	자유시간, 취침
23:30 ~ 24:00	별 보며 자정수 마시기 ※희망자에 한함

(셋째날) 무병장수촌 가는 '참의료' 이정표

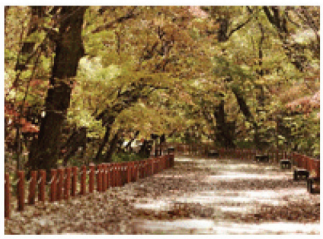
07:00 ~ 08:00	아침산책(연수원 인산동천 산책로, 약2.5km 약60분소요) ※ 일주문 앞 07시 출발(우천시 생략)
08:00 ~ 09:00	아침식사
09:00 ~ 10:20	본강연 ⑤順理와 自然의 인산의학 세계 (김윤세회장 : 광주대 대체의학 교수)
10:20 ~ 10:30	휴식
10:30 ~ 11:30	본강연 ⑥실전인산의학/질의응답 (홍순진 부원장) – 仁山의학, 세상의학의 벽을 넘다.
11:30 ~ 12:00	수료식/기념촬영
12:00 ~ 13:00	점심식사
13:00 ~	행사 마무리/향발

※프로그램은 현장사정에 따라 다소 조정될 수 있음을 알려드립니다.

주변관광지 안내

상림숲과 연꽃밭 | 일두 정여창 고택 | 안의용추사와 농월정
오도재와 지리산 조망공원 | 서암정사와 벽송사 | 뱀사골 칠선계곡
거창 승수대와 남원 광한루 | 합천 해인사와 합천 황매산 | 산청 성철스님 생가(겁외사)

상림숲과 연꽃밭



경남 함양군 운림리에 소재한 '함양 상림숲'은 숲 전체가 천연기념물 154호로 지정 받을 정도로 아름다운 곳이다.

신라 진성여왕때 고운 최치원 선생이 함양태수로 보직하던 시기에 마을의 홍수 방지를 목적으로 이곳을 흐르던 위천수를 돌려 뚝을 쌓아 나무를 심어 만든 우리나라 최초의 인공숲이다.

상림에는 120여종이 넘는 나무가 6만여평가량의 둑을 다라 조성되어 있어 가족나들이와 어린이들의 자연학습원으로도 좋은 곳이다. 길이 1.6km, 면적 6만평에 달하는 상림.

때죽나무와 120여종 2만여그루에 달하는 나무에서 뿜어져 나오는 피톤 치드는 몸을 날아갈 듯 가뿐하게 만든다.

7월 중순쯤이면 상림 바깥쪽에 조성된 연꽃밭이 장관을 이룬다. 사진작가들의 발길이 이어지는 것도 이맘때. 2만평의 공간을 가득 채운 연꽃을 카메라에 담기 위해서다.

연꽃의 아름다움을 제대로 감상하려면 아침시간을 놓쳐서는 안된다. 수련(睡蓮) 종류는 오전 7시 ~ 오후 2시, 연 종류는 오전 7시 ~ 오전 10시 30분 사이에만 꽃을 피우기 때문이다.

상림숲과 연꽃밭 | 일두 정여창 고택 | 안의용추사와 농월정
오도재와 지리산 조망공원 | 서암정사와 벽송사 | 뱀사골 칠선계곡
거창 승수대와 남원 광한루 | 합천 해인사와 합천 황매산 | 산청 성철스님 생가(겁외사)

일두 정여창 고택

함양 일두 정여창 고택
중요민속자료 186호, 경남 함양군 지곡면 개평리에 위치해 있다.

조선 오현중의 한 분인 문헌공 일두 정여창(1450-1504) 선생의 고택으로, 현재의 집은 그가 죽은후 선조무렵 (1570년대)에 건축된 것이다.

1만 평방미터 정도의 넓은 집터에는 솟을대문, 행랑채, 사랑채, 안사랑채, 중문간채, 안채, 아래채, 광채, 사당등의 여러 건물사이에 서 있어 양반대가로서의 면모를 갖춘 경남지방의 대표적인 건축물이다.
솟을대문에는 5개의 충신,효자의 정려패가 걸려있어 조선시대 사회제도의 일면을 알 수 있는 중요한 본보기다.

이 집은 구조적 특성과 더불어 세간, 살림살이등이 비교적 옛스러운 제자리에 보존되고 있어 당시 생활을 연구하는데 좋은 자료가 된다.

상림숲과 연꽃밭 | 일두 정여창 고택 | 안의 용추사와 농월정
오도재와 지리산 조망공원 | 서암정사와 벽송사 | 뱀사골 칠선계곡
거창 승수대와 남원 광한루 | 합천 해인사와 합천 황매산 | 산청 성철스님 생가(겁외사)

안의 용추사와 농월정

용추사

함양군 안의면 상원리 962에 위치한 용추사는 대한불교 조계종의 제13교구 본사인 쌍계사의 말사로 신라 소지왕 9년(약1500년전) 각연대사의 원력으로 창건되었다.

원효, 의상, 무학, 서산, 사명대사 등이 주석하신 신라고찰로 수많은 고승대덕을 배출한 영남제일의 호국충효의 원찰이다.

또한 용추폭포를 비롯한 18경은 예로부터 천하제일의 선경으로 알려져 있다.

농월정

「정자문화의 1번지」로 불리는 함양에는 농월정을 비롯한 4개의 고풍스런 정자가 남아 있는데 특히 농월정은 달을 희롱하며 논다는 옛날 우리 선조들의 풍류사상이 깃든 곳이다.

농월정 앞에 넓게 자리하고 있는 반석을 달바위라고 부르는데, 크기나 생김생김이 천하의 일품이다. 바위의 면적이 정자를 중심으로 해서 1,000여 평 남짓으로 바위 위로 흐르는 물줄기가 여러 갈래로 나뉘어, 조용하고 부드러운가하면 급하게 소용돌이치기도 하고 때론 작은 폭포와 못을 이루기도 한다. 현재는 화재로 소실되어 아쉬움이 크다.

주변관광지 안내

상림숲과 연꽃밭 | 일두 정여창 고택 | 안의용추사와 농월정
오도재와 지리산 조망공원 | 서암정사와 벽송사 | 뱀사골 칠선계곡
거창 승수대와 남원 광한루 | 합천 해인사와 합천 황매산 | 산청 성철스님 생가(겁외사)

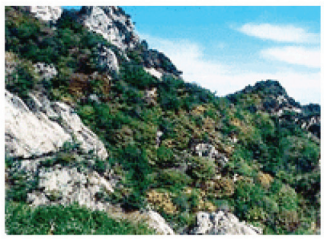
오도재와 지리산 조망공원

오도재

마천면 삼정리 영원사(靈源寺) 도솔암에서 수도하던 청매(靑梅) 인오조사(印悟祖師)(서기 1548~1623년의 西山의 弟子)께서 이 고개를 오르내리면서 득도한 연유로 오도재라는 이름을 얻었다.

오도재(773m)는 삼봉산(1,187m)과 법화산(991m)이 만나는 지리산 관문의 마지막 쉼터로 예로부터 영남학파 종조인 김종직 선생을 비롯하여 정여창, 유호인 선생, 서산대사, 인오조사 등 많은 시인 묵객들이 걸음을 멈추며 지리산을 노래했고, 벽소령과 장터목을 거쳐 온 남해, 하동등지의 해산물이 이 고개를 지나 전라북도, 경상북도, 충청도 지방으로 운송된 육상 교역로였다.

지리산조망공원



오도재 정상에서 마천방면으로 내려오다 보면 지리산조망공원이 위치해 있다.

이곳은 지리산 하봉에서 중봉, 천왕봉을 거쳐 세석평원 벽소령 반야봉까지의 지리산 주능선을 한 눈에 조망할수 있는 유일한 곳이며 넓은 광장과 휴게소가 조성되어 있다.

상림숲과 연꽃밭 | 일두 정여창 고택 | 안의용추사와 농월정
오도재와 지리산조망공원 | 서암정사와 벽송사 | 뱀사골 칠선계곡
거창 승수대와 남원 광한루 | 합천 해인사와 합천 황매산 | 산청 성철스님 생가(겁외사)

서암정사와 벽송사

서암정사

고찰인 벽송사로부터 서쪽으로 600여m 지점에 위치하여 천연의 암석과 조화를 이루고 있는 사찰이다. 한국전란으로 인하여 황폐해진 벽송사를 다시 재건한 원응스님이 이 도량을 찾아 장구한 발원을 세웠다.

지리산의 장엄한 산세를 배경으로 수려한 자연자원과 조화롭게 자연암반에 무수한 불상을 조각하고 불교의 이상세계를 상징하는 극락세계를 그린 조각법당을 10여년간에 걸쳐 완성하여 그 화려함과 웅장함이 과히 장관을 이루고 있다.

벽송사

조선 중종 15 년(1520)에 벽송 지엄대사가 중창하여 벽송사라 하였으며, 한국전쟁 때 인민군의 야전병원으로 이용된 적이 있다.

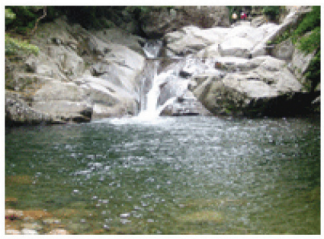
이때 불에 타 소실된 이후 곧 중건되어 오늘에 이르고 있으며, 창건 당시 세워진 것으로 생각되는 높이 3.5m의 삼층석탑은 현재 보물 제 474호로 지정돼 있다.

경내에는 민속자료 제2호인「벽송사 목장승」을 비롯한 3점의 도 유형문화재가 있다.

상림숲과 연꽃밭 | 일두 정여창 고택 | 안의용추사와 농월정
오도재와 지리산 조망공원 | 서암정사와 벽송사 | 뱀사골 칠선계곡
거창 승수대와 남원 광한루 | 합천 해인사와 합천 황매산 | 산청 성철스님 생가(겁외사)

뱀사골 칠선계곡

칠선계곡



칠선계곡은 지리10경의 하나로 수려한 계곡미를 자랑한다.

함양군 마천면 추성리에 위치해 있으며 한라산의 탐라계곡, 설악산의 천불동계곡과 더불어 우리나라 3대 계곡의 하나로 꼽히는 명소이다. 7개의 폭포수와 33개소의 소가 펼쳐지는 지리산의 대표적인 계곡이면서 험난한 산세와 수려한 경관 그리고 지리산 최후의 원시림을 끼고 있다.

특히 추성동 등산로 초입의 [용소]는 왼쪽으로 500여 미터 떨어진 곳에 위치하기 때문에 대부분 그대로 지나치기 쉽다.

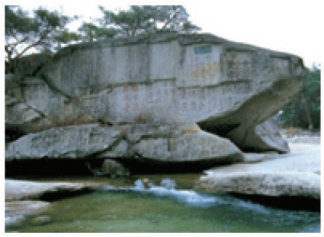
칠선계곡에서 처음 만나게 되는 용소는 등산로 왼쪽 계곡으로 5백여미터 거슬러 올라가면 나타나는데, 사각형의 시퍼런 소로 쏟아져 내리는 물소리가 우렁차고 길게 홈 파인 암반이 기묘하다.

옛날마을에 우환이 있을 때나 기우제 때 돼지를 제물로 바치며 제사를 지내던 곳이라고 한다.

상림숲과 연꽃밭 | 일두 정여창 고택 | 안의용추사와 농월정
오도재와 지리산조망공원 | 서암정사와 벽송사 | 뱀사골 칠선계곡
거창 승수대와 남원 광한루 | 합천 해인사와 합천 황매산 | 산청 성철스님 생가(겁외사)

거창 승수대오 남원 광한루

수승대



수승대는 덕유산국립공원이 빚어놓은 거창 제일의 유서 깊은 명소이다. 조선 중종 때 퇴계 이황 선생이 산자수려함을 격찬하며 수승대로 고칠 것을 권하는 시 한 수를 보내자 바위에 수승대라 새김으로 오늘날 수승대라 부르게 되었다.

특히 가족 단위 관광객에게 인기를 끄는 야외수영장과 야영장 그리고 각종 놀이시설이 완비되어 있으며 매년 8.1 ~ 8.15 거창 국제연극제가 야간에 개최된다.

광한루

이 건물은 조선시대 이름난 황희정승이 남원에 유배되었을 때 지은 것으로 처음엔 광통루(廣通樓)라 불렀다고 한다. 광한루(廣寒樓)라는 이름은 세종 16년(1434) 정인지가 고쳐 세운 뒤 바꾼 이름이다.

지금 있는 건물은 정유재란 때 불에 탄 것을 인조 16년(1638) 다시 지은 것으로 부속건물은 정조 때 세운 것이다.

춘향전의 무대로도 널리 알려진 곳으로 넓은 인공 정원이 주변 경치를 한층 돋구고 있어 한국 누정의 대표가 되는 문화재 중 하나로 손꼽히고 있다.

상림숲과 연꽃밭 | 일두 정여창 고택 | 안의용추사와 농월정
오도재와 지리산조망공원 | 서암정사와 벽송사 | 뱀사골 칠선계곡
거창 승수대와 남원 광한루 | 합천 해인사와 합천 황매산 | 산청 성철스님 생가(겁외사)

합천 해인사와 합천 황매산

해인사

경상남도 합천군 가야면 치인리 가야산(伽倻山)에 있는 절. 대한불교조계종 제12교구 본사이다. 의상(義湘)의 화엄10찰(華嚴十刹) 중 하나이고, 팔만대장경판(八萬大藏經板)을 봉안한 법보사찰(法寶寺刹)이며, 대한불교조계종의 종합 수도도량이다.

이 절은 신라 애장왕 때 순응(順應)과 이정(利貞)이 창건하였다.
신림(神琳)의 제자 순응은 766년(혜공왕 2) 중국으로 구도의 길을 떠났다가 수년 뒤 귀국하여 가야산에서 정진하였으며, 802년(애장왕 3) 해인사 창건에 착수하였다.

황매산

합천호 푸른 물 속에 산자락을 담그고 하봉, 중봉, 상봉등 세봉우리로 정상을 이루어 수중매로 불리는 황매산(1,108m)은 봄에는 진달래와 철쭉이 온산을 물들인다.

여름에는 시원한 계곡이 함께 하며, 가을에는 쑥국새의 쑥국소리로 연신 입방아를 찧고, 겨울에는 새하얀 눈이 휘덮어 독립봉에 불어대는 혹한 바람으로 매서운 겨울산의 맛을 여지없이 드러낸다. 합천8경중 제 8경에 속한다.

상림숲과 연꽃밭 | 일두 정여창 고택 | 안의용추사와 농월정
오도재와 지리산조망공원 | 서암정사와 벽송사 | 뱀사골 칠선계곡
거창 승수대와 남원 광한루 | 합천 해인사와 합천 황매산 | 산청 성철스님 생가(겁외사)

겁외사

겁외사

한국 불교계에 큰 족적을 남긴 성철스님(제6대 조계종 종정, 해인총림 초대방장)께서 대원사(大源寺)로 출가하기 전 25년 동안 살았던 생가터로, 주변을 포함한 약 8,200㎡ 면적에 겁외사(劫外寺)와 함께 복원하였다.

겁외사(劫外寺)는 시간 밖의 절 즉 시간과 공간을 초월한 절이라는 의미로, 그 이름은 성철스님에 의해 지어졌다. 스님은 만년의 몇 해 동안 겨울철이면 백련암을 떠나 부산의 그로부터 사명(寺名)을 딴 것이다. 성철스님의 영정을 모신 안채는 일반인들이 참배하는 공간이며, 사랑채는 외부인이 머물 수 있는 숙소로 지어졌다.

유품전시관에는 그가 생활하던 백련암의 방 모습과 사용하던 의자, 책상 등을 전시하고 있는데, 가사·장삼·노트·안경·연필·고무신·지팡이 등을 통해 그의 인간적이고 소탈한 일상을 엿볼 수 있다.

39권의 노트와 메모에는 그가 법문에 앞서 정립한 교학적(敎學的) 이론이 나타나 있고, 몇 점 안 되는 유품은 생전의 '무소유의 삶'을 보여준다.

찾아오시는 길

(주)인산가 : 인산연수원

주소	경상남도 함양군 함양읍 죽림리 1048-4번지
전화번호	055) 963-9991
팩스번호	055) 963-9990