



청년 대학생 단기출가



있는 그대로 한없이 평안한 마음을 만나다.

1. 접수기간

- 2024년 4월 3일(수) ~ 4월 25일

2. 수행기간

- 1차 : 2024년 4월 22일(월) ~ 27일(토)

- 2차 : 2024년 4월 29일(월) ~ 4일(토)

- 3차 : 2024년 5월 5일(일) ~ 10일(금)

3. 모집인원_연령 : 19세 ~ 30세

- 1차 : 남성 6명

- 2차 : 여성 6명

- 3차 : 남성 6명

*모집상황에 따라 변경 운영, 1인 1방사 사용

4. 두발규정

- 남성 : 스포츠형 (장교형) - 여성 : 단발머리 (단정하게 묶음 머리 가능)

5. 참가비 무료

*소정의 장학금(또는 후원금) 지급 예정(※단기출가 수료자에 한함)

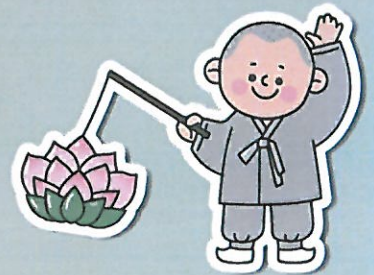
6. 신청방법

- 청년 단기출가 신청서 작성

- 방문 및 이메일 제출 (조계사 홈페이지 www.jogyesa.kr)

7. 선발통보

- 서류심사 후 개별통보



문의 : 조계사 템플국 (02-768-8523)

청년 대학생 단기출가

□ 취지

- 청년·대학생들에게 부처님의 삶과 가르침에서 집착을 버리고 평안한 마음을 이끌어 내자는 취지
- 입시와 경쟁, 취업, 대인관계 등 바쁘고 복잡한 현실을 떠나 사람들의 참스승인 부처님의 삶과 가르침을 배우며, 심신의 안정과 진정한 행복을 만들어가는 방법을 탐구하는 시간 제공.
- 참가자들은 수행과 예불, 명상 등을 통해 집착과 온갖 괴로움에서 벗어나는 불교 가르침을 배우고, 내 삶의 방향을 찾아가는 방법 제시.
- '청년·대학생 단기출가'의 핵심은 부처님의 가르침을 따라, 선명상 안에서 있는 그대로 한없이 평안한 마음을 만나는 것이다. 참가자들은 일주일간 수행에 집중하며 온전한 나 자신을 찾는 정진의 시간 제공.

□ 개요

- 기간 : 1회 차당 6일, 3주간 총 3회차 진행

| 회 차 | 일 정 |
|---------|---------------------|
| 1회차(남성) | 4월22일(월) ~ 4월27일(토) |
| 2회차(여성) | 4월29일(월) ~ 5월 4일(토) |
| 3회차(남성) | 5월 5일(일) ~ 5월10일(금) |

* 모집상황에 따라 변경될 수 있습니다.

- 특성 : 출가 행자 생활 체험
- 내용
 - 예불, 교육, 정진, 온력, 발우공양 등 일상생활 속 수행
 - 기초 교리 강의 및 엄격한 공동체 생활
 - 수행 청구 준수

□ 수행 일정

- 단기출가자 총괄 : 템플국
- 각종 의식 준비 : 법회·행사국
- 교육 및 선명상 지도 : 초발심자경문(부주지스님) / 선명상지도(템플국장)

| 일자 | 수행일정 | 비고 |
|--------|--|----|
| 1일 차 | 입재식(행자복 전달) 지기소개 예불 및 공양작법 습의 수행정진 안내 (일정 및 교육 안내) | |
| 2일 차 | 도량결계의식 출가의식 수계식(삼귀의계 / 오계수지) 및 발우전달 예불 및 공양작법 습의 | |
| 3~5일 차 | 교육 - 선명상(이론 및 실참) - 초발심자경문 (각 회차별 지도법사스님께서서 지도) - 자자회(5일차) | |
| 6일 차 | 회향준비 -行者복 및 좌복 세탁 - 발우 정리 - 개인 물품 정리 소회문 작성 회향식 | |

□ 수행 일정 ※ 부처님오신날 행사일정으로 변경될 수 있습니다.

○ 입재일

| 시간 | 내용 | 담당 | 비고 |
|-------|--------------|----|-----------|
| 14:00 | 집결 후 망사 배정 | | |
| 14:30 | 입재식 | | 행자복 전달 |
| 15:30 | 자기소개 | | |
| 16:00 | 예불 및 공양작법 습의 | | 불고기본예절 |
| 17:00 | 저녁공양 | | |
| 18:00 | 저녁예불 | | |
| 19:00 | 수행정진 | | 불교란 무엇인가? |
| 20:00 | 자율 시간 | | |
| 21:00 | 취침 | | |

○ 2일 차

| 시간 | 내용 | 담당 | 비고 |
|-------|------------------|----|---------------------------------------|
| 03:40 | 기상 | | |
| 04:00 | 도량석 및 새벽예불 | | |
| 05:00 | 선명상 수행 | | 좌선/행선 |
| 06:00 | 자율정진 | | |
| 07:00 | 아침공양 | | |
| 08:00 | 총무원장스님과 함께 108배 | | |
| 08:30 | 온력 | | 도량 청소 |
| 09:00 | 출가의식 및 수계식 | | 발우전달 |
| 11:30 | 점심공양 및 스님과 함께 포행 | | 발우공양 |
| 13:30 | 교육 | | 초발심자경문 |
| 15:00 | 온력 | | 연등고리표달기 등 |
| 16:00 | 자율정진 | | |
| 17:00 | 저녁공양 | | |
| 18:00 | 저녁예불 | | |
| 19:00 | 수행정진 | | 상월결사 108원력문 합송 개인 수행일지 쓰기 및 뒷정리 |
| 21:00 | 취침 | | |

○ 5일 차

| 시간 | 내용 | 담당 | 비고 |
|-------|------------------|----|-----------------------------|
| 03:40 | 기상 | | |
| 04:00 | 도량석 및 새벽예불 | | |
| 05:00 | 선명상 수행 | | 좌선/행선 |
| 06:00 | 자율정진 | | |
| 07:00 | 아침공양 | | |
| 08:00 | 총무원장스님과 함께 108배 | | |
| 08:30 | 운력 | | 도량 청소 |
| 09:00 | 교육 | | 선명상 (이론 및 실참) |
| 10:00 | 사시예불 | | |
| 11:30 | 점심공양 및 스님과 함께 포행 | | 발우공양 |
| 13:30 | 교육 | | 초발심자경문 |
| 14:30 | 3보 1배 | | 사중국장스님 및 안심당 스님 동참 여부 |
| 16:00 | 자율정진 | | |
| 17:00 | 저녁공양 | | |
| 18:00 | 저녁예불 | | |
| 19:00 | 수행정진 | | 자자회 및 뒷정리 |
| 21:00 | 취침 | | |

○ 회향일

| 시간 | 내용 | 담당 | 비고 |
|-------|---|----|----|
| 03:40 | 기상 | | |
| 04:00 | 도량석 및 새벽예불 | | |
| 05:00 | 선명상 수행(좌선/수행) | | |
| 07:00 | 아침공양 | | |
| 08:00 | 총무원장스님과 함께 108배 | | |
| 08:30 | 회향 준비 (행자복 및 좌복 세탁, 발우정리, 개인 물품 정리 등) | | |
| 09:00 | 소회문 작성 | | |
| 10:00 | 회향식 | | |