상수리나무숲이 씻어주고 채워준다
아낌없이 내어주는 ‘국립칠곡숲체원’

팔공산(경북 영천시)에서 가산(경북 칠곡군)으로 이어진 산줄기를 따라가다 보면 유학산(遊鶴山)이 있다. 해발 839m의 높이에 비교적 아담한 산세를 가지고 있는 유학산은 예로부터 학이 노닐었다 하여 그 이름이 붙었다. 새가 노닐고 갈 만큼 평화로운 산자락 아래, 휴식을 찾아오는 이들을 따뜻하게 품어주는 국립칠곡숲체원이 자리잡고 있다.

몸과 마음을 씻어내리는 천연 살균제, 상수리나무숲

2015년 3월 문을 연 칠곡숲체원은 33헥타르(10만평)의 너른 부지에 행정동, 대강당, 세미나실, 구내식당, 단체숙박동, 숲속의 집, 토리유아숲체험원까지 두루 갖추고 있다. 이 공간을 둘러싼 숲은 대부분 참나무로 되어 있으며, 그 중에서도 상수리나무가 빼곡히 자라고 있다.

상수리나무는 사람에게 많은 것을 내어주는 ‘아낌없는 나무’다. 목재로도 쓰이고 열매는 도토리묵으로 쑤어 식량으로 쓰인다. 상수리라는 이름에는 재미있는 이야기가 얽혀 있다. 임진왜란으로 피난길에 오른 선조에게 백성들이 바친 도토리묵이 너무나 맛있어 “항상 수라에 올리라”고 했다 하여 ‘항상 상(常)’자를 넣어 ‘상수라’라고 부르던 것이 ‘상수리’가 되었다는 것이다. 실제 기록으로 확인된 사실은 아니지만, 많은 사람들을 먹여 살린 상수리에 어울리는 이야기다.

한의학적으로도 상수리나무는 유용하다. 잎은 지혈작용이 뛰어나, 예로부터 피를 토하거나 코피가 날 때 참나무 잎을 말려 가루 낸 것을 달여 먹었다. 한약재로써는 뿌리와 줄기의 껍질을 ‘상목피(橡木皮)’라 하여 민간에서 만성 대장염이나 설사의 치료약으로 흔하게 쓰였다. 열매인 상수리는 ‘상실(橡實)’이라고 하여, 항염 효과가 뛰어나다. 한의약적으로는 성질이 따뜻하고 맛은 쓰고 떫으며 독이 없다고 보았으며 설사와 세균성 장염 치료에 쓰였다.

상수리나무는 잎, 껍질, 열매 모두 항균, 항바이러스 효능을 지닌 천연 살균제라 할 만하다. 그래서 칠곡숲체원의 대표 공간인 ‘다누리길’을 따라 걸으며 상수리나무 숲 속에서 숨을 들이쉬는 것만으로도 일상에서 때 묻은 몸과 마음을 깨끗이 씻기는 기분을 느낄 수 있다.

상수리나무
임금님
수라상에
오른

숲과 친해지는 다채로운 방법

칠곡숲체원의 가장 큰 장점 중 하나는 남녀노소 누구나 즐길 수 있는 다양한 산림복지 프로그램이 마련되어 있다는 것이다. 산림교육과 유아숲체험 등 어린이들이 온몸으로 숲을 느낄 수 있는 교육프로그램부터 놀이로 만나는 숲, 숲파이더 맨 등 숲과 함께 뛰어놀 수 있는 프로그램도 마련되어 있다. 특히 누리 특색 교실은 영유아를 대상으로 누리과정 영역별 특화 프로그램을 운영하고 있는데, 어린이집 및 유치원에서 자주 찾는 프로그램이라고 한다. 아이들이 시간 가는 줄 모르고 숲에서 뛰어놀고 예술 활동을 즐기며 숲과 한층 더 친해질 수 있는 프로그램이라는 평가를 받는다.

성인 대상 산림복지 프로그램도 다양한데, 그중 눈에 띄는 것이 임산부를 위한 ‘숲태교’ 프로그램이다. 숲속에서 아기와 교감할 수 있는 ‘숲, 맞이’ 및 ‘숲, 산책’ 프로그램, 자연물을 이용하여 임산부의 정서 안정 및 태아 정상 발달 지지에 도움을 주는 ‘숲, 공예’ 프로그램, 스트레칭 및 명상 활동으로 스트레스 감소와 정서적 안정을 도와주는 ‘숲, 요가’ 프로그램이 있다. 이 밖에도 청소년의 정서 발달을 위한 자연 체험 프로그램, 노년층의 건강을 위한 산림 활동 등 다양한 대상별 프로그램이 준비되어 있어 누구든 숲과 친구가 되는 경험을 할 수 있다.

편안한 쉼을 위한 키트형 산림복지프로그램

칠곡숲체원은 단체숙박과 단독숙박이 모두 가능하다. 복층형 구조의 단체형 숙소동(9인실, 14인실), 숲속의집이란 이름의 단독형 숙소동(3인실, 5인실, 7인실)은 숲 안에서 하룻밤의 편안한 쉼을 누리기에 충분하다.

이외에도 최대 120명 수용 가능한 대강당에서 각종 프로그램에 참여할 수 있으며, 88명 수용 가능한 식당에서 매일 식단이 바뀌는 건강식을 먹을 수도 있다. 2015년 10월 신설되어 건물이 모두 깔끔하고 세련된 것도 장점이다.

무엇보다 칠곡숲체원에서의 숙박을 특별하게 하는 것이 한 가지 더 있다. 바로 숙박객만 누릴 수 있는 ‘키트형 산림복지프로그램’이다. 프로그램은 ‘포이 꾹꾹 지압판 만들기’와 ‘힐링 마사지’로 2종류가 있다. ‘포이 꾹꾹 지압판 만들기’는 나만의 숲 요정 ‘포이’를 꾸미고 직접 만든 지압판으로 혈액순환을 돕는 체험 프로그램이며, ‘힐링 마사지’는 나무 괄사와 호호바오일을 이용해 직접 뭉친 근육을 이완하는 마사지를 체험할 수 있다.

키트형 산림복지 프로그램은 정해진 시간에 강사를 통해 진행할 수 있고, 키트에 포함되어 있는 설명서에 따라서도 자율적으로 체험할 수도 있다. 밤사이 상수리나무숲이 씻어내 준 몸과 마음에 휴식을 채워 넣는 시간이 아닐 수 없다.

숙박과 프로그램 예약은 ‘숲e랑’

칠곡숲체원을 비롯한 전국의 모든 숲체원의 이용 예약은 한국산림복지진흥원 통합예약시스템 ‘숲e랑’(www.fowi.or.kr)에서 가능하다. 매월 15일 오전 9시부터 다음 달 예약이 열리며, 1일 기준 회원당 최대 3건까지 예약 가능하다. 입실은 15시부터, 퇴실은 다음날 11시까지다. 칠곡숲체원은 매월 첫 번째 월요일에 휴관이므로 숙박 및 프로그램 등 서비스 이용이 불가능하다는 점을 유의해야 한다.

함께 둘러볼 만한 주변 관광지

칠곡숲체원이 자리하고 있는 유학산은 과거 6.25전쟁 당시 치열했던 다부동전투가 벌어진 곳으로, 인근에는 이를 기념하기 위한 다부동전적기념관이 있다. 숲에서의 힐링에 역사적 의미를 더하고 싶다면 함께 둘러보길 권한다.

꼭 알아두면 좋은 사항

- 체원에는 반려동물을 동반하고 원내 출입 및 입실이 불가능하다.
- 칠곡숲체원은 대체에너지를 활용해 친환경적으로 조성된 산림교육 전문 휴양시설이다. 환경보호를 위해 숙박 시 개인세면도구 등은 지참해야 한다.