마음충전소

하늘과 산 물과 교감하고
아로마테라피로 편안함을 찾고

2025년 우수웰니스관광지 선정 '트리비움'

현대인의 삶은 늘 과부하 상태다. 끊임없이 쏟아지는 정보와 복잡한 인간관계 속에서 마음이 숨 쉴 틈을 잃기 쉽다. 가끔은 해묵은 감정과 스트레스를 비워낼 시간이 필요하다. 경기도 평택 진위면에 소재한 '트리비움'이 바로 그런 시간을 건네는 곳이다. 자연 속에서 잠시 멈추고, 고요함으로 마음의 속도를 늦추며, 새로운 에너지를 채우는 길을 안내한다.

하늘과 산, 물이 어우러진 공간이 주는 고요함

나지막한 산과 정감 있는 농촌 풍경에 안긴 고즈넉한 곳에 자리한 '트리비움(IIIVIUM)'은 '세 가지 길(하늘, 산, 물)'이 만나는 곳이라는 의미를 담고 있다. 이곳은 단순한 휴식처가 아니라, 번잡한 일상에 치어 흩어진 마음의 조각들을 다시 모아주는 치유의 공간이다.

트리비움에서 가장 먼저 시선을 사로잡는 것은 건축물과 자연이 이루는 완벽한 조화다. 2025년 우수웰니스관광지로 선정된 이곳은 공간 자체가 휴식을 위해 설계되어 있다. 통창 너머로 사계절의 변화를 담아내는 숲 풍경은 조용한 울림을 준다. 갤러리처럼 꾸며진 공간 곳곳에는 미술품이 전시되어 있다. 천천히 시선을 옮기며 작품을 감상하다 보면, 과도한 자극에 지쳐 있던 눈과 머리가 한결 맑아지는 느낌이 든다.

감각이 깨어났다면, 다음은 따뜻한 차 한 잔으로 몸의 긴장을 풀 차례다. 트리비움에서는 자연에서 온 허브차를 맛볼 수 있다. 심신을 달래주는 허브차를 마시며 숲을 바라보면 따뜻한 온기가 몸속 깊이 퍼지며 긴장으로 굳어 있던 근육과 신경이 부드럽게 이완된다.

코끝에서 피어나는 마음의 지도, 아로마테라피

트리비움의 백미는 자연치유학 박사인 대표가 직접 운영하는 아로마테라피 프로그램이다. 이곳의 아로마테라피는 향기 체험을 넘어 현재 나의 심리적 에너지를 확인해 보는 과정이다. 총 10개의 감정 오일(큰 병 6개, 작은 병 4개)의 향을 하나씩 맡으며 지금의 나에게 가장 끌리는 향이 무엇인지 대화를 이어간다. 오일은 천연물에서 기반한 향료를 조합해 만든 것으로 모티베이트(Motivate), 시트러스 블리스(Citrus Bliss), 밸런스(Balance) 등 현재의 마음 상태를 나타내는 이름이 붙어 있다. 신기하게도 그날의 감정과 신체 컨디션에 따라 선호하는 향이 달라진다. 어느 향이 더 마음에 드는지를 말하다 보면, 그 향에 끌리는 이유도 자연스럽게 알게 된다. 일상의 피로가 쌓여서 활력이 간절할 때 또는 위로가 필요한 일이 있을 때, 그리고 새로운 시작이나 방향성이 필요할 때 등 향을 매개로 내 삶의 이야기를 꺼내다 보면 어느새 한결 가벼워진 나를 느낄 수 있다. 아로마테라피 과정의 마무리에서는 선택한 향을 조합해 '나만의 향'을 만들 수도 있다. 이러한 일련의 과정은 스스로를 돌아보고 위로하는 작은 의식으로, 지친 마음을 다독여 준다.

제라늄과 '현초', 몸과 마음의 순환을 돕는 향기

트리비움의 천연물 기반 향료 중에서도 눈여겨볼 만한 것이 바로 제라늄(Geranium)이다. 우아하면서도 싱그러운 향이 감정의 균형을 잡는 데 탁월하다고 알려져 있다. 아로마테라피에 쓰이는 제라늄은 사실 한의약에서도 귀하게 쓰이는 약재인 '현초(玄草)'와 형제이다. '현초(이질풀)'와 같은 쥐손이풀과 식물이기 때문이다.

한의학에서 현초는 '성질이 평하고 맛이 쓰며 달다'고 본다. 타닌 성분이 풍부해 세균성 설사나 만성 장염을 다스리는 지사(止瀉)와 정장(整腸) 작용이 뛰어나다. 소염과 해독 작용이 있어 위장관의 염증을 가라앉히고 상처를 아물게 하는 수렴생기(收斂生肌)의 효능도 있다. 힐링과 치유의 관점에서 현초를 주목해야 하는 이유는, 현초가 몸 안의 나쁜 기운과 노폐물을 씻어내 신체 순환을 바로잡는 데 쓰인다는 점이다. 현초의 향기는 중추신경계에 작용해 불안감을 줄이고 기분 전환에 도움이 된다. 또한 향기 성분 자체에 살균 작용이 있어 공기 중의 세균 억제나 호흡기 건강에도 도움이 된다. 때문에 한의학에서도 현초에서 추출한 정유가 향기 요법에 활용되기도 한다.

자연의 생명력으로 채우는 진정한 휴식

트리비움에는 마음을 진정시키고 휴식을 취할 수 있는 여러 공간이 마련되어 있다. 명상 공간에서는 통창 너머 풍경을 바라보며 조용히 내면을 들여다볼 수 있다. 때로는 요가 수련을 위한 장소가 되기도 한다. 별도로 신청하면 자연 속에서 몸과 마음을 수련하는 요가 시간을 가질 수도 있다.

식물은 자신을 보호하기 위해 여러 가지 강력한 에너지를 응축한다. 천연물에서 추출한 향기는 그 에너지를 우리의 몸과 마음에 불어넣어 준다. 우리가 향을 맡고, 차를 마시며, 숲을 바라보는 것은 식물의 생명력을 빌려와 무너진 균형을 다시 세우는 과정이다.

예술 작품으로 시야를 넓히고, 따뜻한 차로 몸을 데우며, 향기로 마음을 정화하는 시간. 트리비움에서의 하루는 비워낸 자리에 가장 건강한 기운을 채워 넣는 시간이다. 고요함 속에서 나를 되찾고 싶은 날, 평택의 숲속으로 발길을 옮겨보는 것은 어떨까. 그곳의 숲과 물 그리고 깊은 향기가 당신에게 가장 필요한 위로를 건넬 것이다.

함께 둘러볼 만한 주변 관광지

트리비움에서 차량으로 15분 거리에는 진위천캠핑장과 진위천유원지가 있다. 진위천캠핑장은 깨끗한 시설과 저렴한 사용료, 넓은 잔디밭으로 캠핑족에게 인기다. 진위천유원지는 레일바이크를 이용할 수 있어 가족 단위 방문객에게 좋은 평가를 받고 있다. 트리비움에서 차량으로 20분 거리에는 트리하우스가 있다. 팜스테이를 할 수 있는 곳으로 나무 위의 숙소에서 편안하게 휴식을 취할 수 있는 이색적인 곳이다.

꼭 알아두면 좋은 사항

- ✓ 트리비움은 이용료가 있다. 전시된 작품을 감상하고 명상룸과 티라운지를 이용하는 Art&Space(아트앤스페이스), 요가&명상 클래스, 아트앤스페이스 프로그램과 아로마테라피까지 포함한 마인드 미스트 리추얼 등의 프로그램이 있다. 네이버지도의 예약 기능을 통해 프로그램과 날짜를 선택하면 된다.