금주의 법구–〈잡보장경〉
객기 부려 만용하지 말고
허약해 비겁하지 말고
지혜롭게 중도의 길을 가라.

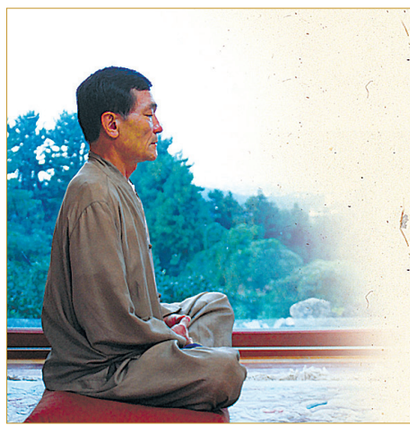
현대불교

행복 더하는
현대불교 ARS 후원
060-700-1080

1994년 10월 15일 창간 주1회 발행 제1285호 구독신청 (02)2004-8212 hyunbulnews.com (불기 2564년 음력 2월 24일) 2020년 3월 18일 수요일

코로나가 던진 화두 "멈추며 돌아봅시다"

불교환경연대 등 '멈추며 돌아보기' 캠페인



'멈추고 돌아보기' 캠페인 제안문

- **우리는 너무 바쁘게 살아왔습니다.**
  이제 멈추고 고요한 시간으로 가져봅니다.
- **우리는 너무 혼자만 생각했습니다.**
  고통받고 아파하는 사람들을 생각해 봅니다.
- **우리는 너무 인간만 생각했습니다.**
  다른 생명과 자연, 미래를 생각해 봅니다.
- **우리는 너무 물질만 생각했습니다.**
  돈이 아니라 생명이 소중한 것임을 생각해봅니다.

노덕현 기자 noduc@hyunbul.com

이웃 · 환경 · 생명 등 수행주제
개인 · 공동체의 삶 되돌아보기
모임 자제 및 외출 최소화 제안

자비명상 '마음마스크' 채팅
"스스로 돌아보는 기회삼길"

코로나19 바이러스 확산으로 '사회적 거리두기'의 중요성이 강조되는 가운데 이러한 자가격리의 시간을 성찰로 보내자는 캠페인이 등장했다.

사찰 법회 등이 중단되고 개인 수행이 이어지는 가운데 불교계에서 성찰 운동을 통해 코로나19로 인한 사회적 공포를 덜고, 우리 공동체의 발전을 위한 새로운 동력을 만들자는 주장이다.

불교환경연대(상임대표 법만)는 최근 코로나19 바이러스로 외부 활동이 줄어드는 시간 동안 스스로를 돌아보며 성찰하는 시간을 갖자는 차원에서 '멈추며 돌아보기' 운동을 전개한다고 밝혔다.

'멈추며 돌아보기' 운동은 2주간 외부활동을 자제하며, 자기 돌아보기, 현재 돌아보기, 상황 돌아보기, 지구와 기후의 미래를 돌아보기, 생명을 돌아보기, 넓어진 자신의 삶을 돌아보는 고요한 시간을 갖기 등의 개인점검 프로그램으로 이뤄져 있다.

구체적으로 멈추며 돌아보기 캠페인 운동 △3월 한 달간 20분씩 나를 돌아보는 고요한 시간(기도)을 갖기 △고통받는 이웃과 생명을 생각하며 마음을 모으는 시간(기도) 갖기 △부정적이고 차가운 언어를 삼가기 △국내 · 국제적으로 고통받는 사람들과 이를 지원하는 사람을 격려하고 모금에 동참하기 △모임 자제, 외출 최소화하며 사회적 거리두기에 동참하기 등으로 진행된다.

이번 운동을 제안한 유정길 불교환경연대 운영위원장은 "코로나19 바이러스의 확산으로 인해 우리는 평생 겪어보지 못한 특별한 상황에 직면하고 있다"며 "코로나19를 보면서 보다 분명하게 깨닫는 것이 있다. 우선 우리가 서로 얼마나 긴밀하게 관계맺고 연결되어있는 의존적 관계인가다"라고 지적했다.

특히 유 위원장은 이번 코로나 바이러스는 그동안 우리가 느끼지 못한 다양한 생존 위험요소들의 일부라고 주장했다.

유 위원장은 "기후변화만 해도 10년이 지나면 돌이키기 어렵다. 야생동물의 서식지가 잠식되고 점점 인간과 야생동물의 서식지가 겹치며 인수공통의 질병도 증가할 것"이라며 "하지만 우리 사회는 경제에 미치는 영향에만 주목하고 있다. 근본적으로 지구와 기후의 미래를 돌아보고, 생명을 돌아보는 고요한 시간이 우리들에게는 너무나 필요하다"고 말했다.

불교환경연대 외에도 불교계에서는 성찰의 시간을 갖자는 시도가 이어지고 있다. 국민멘토 혜민 스님은 최근 '코끼리' 명상 앱을 통해 코로나로 인한 불안과 외로움을 호소하는 이들의 심리치유와 힐링을 할 수 있는 콘텐츠를 무료로 배포하기 시작했다.

사단법인 자비명상의 마가 스님도 최근 카카오톡을 통해 '마음마스크' 21일 정진을 시작했다. 이 정진은 보배경 독송과 함께 모든 존재들의 안녕을 위하 기도하고 스스로를 돌아보는 수행으로 오픈채팅방 '마음마스크19' 등을 통해 스님이 직접 신행상담을 해준다.

마가 스님은 "우리는 모두 연기법에 따라 연결되어 있다. 코로나로 인한 아픔의 시간를 우리가 성숙해지는 시간으로 삼았으면 한다"며 "불교계에서도 그동안 외형적으로 확대해오던 움직임을 돌아보고 불자들의 신심을 높이고 불교만의 사람과 뭇 중생을 향한 실천을 되새기는 기회로 만들었으면 한다"고 당부했다.

〈관련 수행일기 2면〉



3월 10일 서울 인사동 한국사찰음식문화체험관에서 코로나19 의료진을 위한 사찰음식 도시락을 만드는 스님과 불자들. 사진=박재완 기자

사찰음식, 격무 의료진 위로하다

문화사업단 29일까지 도시락 선별진료소 지원

코로나19 여파로 3월 29일까지 전국 템플스테이 운영을 중단한 한국불교문화사업단이 서울지역 선별진료소 9곳에 의료진을 위한 사찰음식 도시락을 지원한다.

한국불교문화사업단(단장 원경)은 3월 10일 '희망나눔 사찰음식 도시락' 100개를 국립중앙의료원에 지원했다. 사찰음식 도시락은 현재 24시간 근무로 정상적인 식사가 어려운 코로나19 선별진료소 의료진을 위해 마련한 것으로, 3월 28일까지 총 15회에 걸쳐 9곳의 선별진료소에 전달된다.

도시락은 밥과 국, 반찬 3종, 사찰김치, 장아찌, 과일, 생수 등으로 구성됐으며, 동원 스님을 비롯한 사찰음식 전문가 스님들과 한국불교문화사업단 사찰음식팀이 인사동 한국사찰음식문화체험관서 조리를 맡았다. 첫 도시락은 잡곡밥, 채개장, 버섯강정, 더덕초무침, 머위두부무침, 파래김자반, 김치, 과일이 담겼다.

이날 국립중앙의료원 전달식에서 단장 원경 스님은 "의료진을 위해 사찰음식을 정성껏 준비했다. 건강한 사찰음식으로 코로나19를 잘 이겨내시길 바란다"고 말했다.

이에 윤혜숙 법우회장(영상의학과 방사선사)은 "의료진이 사찰음식으로 위로받고 힘을 내 이번 위기를 잘 마무리했으면 좋겠다"며 "불교계가 사회적 거리두기에 동참해줘서 고맙다. 도시락을 맛있게 먹고 힘내서 끝까지 최선을 다하겠다"고 화답했다.

윤호섭 기자 sonic027@hyunbul.com

조계종 "화합으로 국난 극복"

원행 스님 명의 담화문 발표
"정부 믿고 예방수칙 준수를"

"천만불자의 마음을 모아 국민의 건강과 사회의 안전, 그리고 병마로 힘든 싸움을 이어기고 있는 모든 분들의 조속한 쾌유를 위해 올리고 있는 기도를 이어가겠습니다."

조계종 총무원장 원행 스님이 코로나19로 고통받고 있는 국민들에게 위로와 희망이 담긴 담화문을 발표했다.

원행 스님은 3월 6일 한국불교역사문화기념관 브리핑룸에서 총무부장 금곡 스님이 대독한 담화문을 통해 "성숙한 시민의식을 바탕으로 우리 사회에 불어닥친 불안과 공포, 혐오를 벗고 재난을 극복하자"고 강조했다.

원행 스님은 "국가적 위기 상황에서 시비와 갈등을 멈추고 사회의 안정을 도모해 극복할 수 있도록 노력해야 한다"면서 "중앙정부의 컨트롤타워인 재해대책본부와 일선 의료현장에서 감염의 위험을 감내하며 사투를 벌이고 있는 의료진을 믿고 개인 예방수칙을 준수한다면 오래지 않아 위기상황은 종식될 것"이라고 밝혔다.

종도와 신도들에 대한 당부도 이어졌다. 기도와 시주로 운영되는 사찰 특성상 법회 중단까지 많은 고민이 있었음을 밝힌 원행 스님은 "사찰의 경제적 문제를 해결하는 것보다 코로나19로 막대한 피해가 예상되는 만큼 어려운 결단을 내릴 수밖에 없었다"고 술회했다.

이어 "종단 지침을 잘 이행하고 있는 스님과 신도들께 감사하다"며 "신도들께서는 법회와 신행활동을 할 수 없다고 해도 가정에서 하루하루 자신을 돌아보는 정진의 시간을 가져달라"고 당부했다.

이와 함께 향후 지원 계획에 대해서도 밝혔다. 원행 스님은 "(재)아름다운동행을 통해 코로나19 피해 주민을 위한 모금운동을 진행하고 있다. 향후 대구 · 경북 지역을 중심으로 지원계획을 수립해 지역 주민을 위한 응원을 아끼지 않을 것"이라며 "한국불교문화사업단과 템플스테이 운영사찰에서는 향후 의료진을 비롯한 방역관계자를 위한 공익 템플스테이를 준비해 생사의 현장에서 노고를 아끼지 않은 분들의 휴식과 심리적 안정을 위해 적극 지원하겠다"고 밝혔다. **신성민 기자**

[알림] 코로나19 바이러스 확산으로 4개면을 한시적으로 감면합니다. 독자 여러분의 넓은 이해를 바랍니다.

