그대는 자비보살

더프라미스 국제재난심리지원단 '이지스'

"끊어진 일상, 마음 돌봄으로 잇습니다"

재난 약자·돌봄 제공자 정서 지원
아동공간·노인쉼터 등 맞춤 복지
피해자가 봉사자로 '회복 선순환'
마음의 문 열 수 있는 관계망 중요
한 사람 아픔 외면 않는 '자비' 정신
"서로 안전망 돼주는 울타리 역할"

이현희 기자 hyeonhae@hyunbul.com

매일 가꾸던 텃밭을 더는 가꿀 수 없고, 매일 만나던 사람을 볼 수 없게 되는 것. 당연했던 일상을 한순간에 잃는 것이 재난이다. 재난이 지나간 뒤 상실과 우울 속에서 무기력하게 살아가거나 사회와 단절된 이들도 적지 않다.

재난으로 인한 마음의 고통은 물적 지원만으로 해결하기 어렵다. 지속적인 관심과 정서 지원을 통해 다시 일어설 수 있는 틈을 만들어야 한다. 국제재난심리지원단 '이지스(AEGIS)'가 필요한 이유다.

이지스는 불교계 국제구호 NGO 더프라미스(이사장 묘장 스님) 산하 단체로 2015년 결성됐다. 오유현 단장을 비롯해 강성원·박응식·이윤호·박재윤·신정식·김진수·유가영·박진호·임예신 활동가 총 10명이 재난심리·정신건강·표현예술 등의 분야 전문가로 활동하고 있다.

이지스가 만들어진 계기는 2014년 세월호 참사였다. 재난 직후 심리 지원의 필요성이 꾸준히 제기됐지만, 당시 국내 시스템은 해외에 비해 미비했다. 물품 지원은 이뤄졌지만 재난 피해자의 마음을 돌보는 지원은 부족했고, 심리 전문가들이 재난 현장에서 함께 활동할 수 있는 네트워크도 마련돼 있지 않았다.

구호 활동을 펼치던 김동훈 더프라미스 상임이사는 현장에서 이러한 한계를 마주했다. 곳곳에 흩어져 있는 전문가들을 연결해 지금의 이지스를 만들었다. 이후 이지스는 국내외 재난 현장을 찾아 재난 약자와 이재민의 마음을 돌보고 있다.

오유현 단장은 "긴급구호 활동가들은 마음 돌봄의 필요성을 느끼지만 심리 전문가는 아니기에 실질적인 도움을 주기 어려웠고, 반대로 저희는 관련 전문성을 갖췄지만 현장 경험이 부족해 당장 무엇부터 해야 할지 모르는 막연함이 있었다"고 이지스의 출발점을 설명했다.

이지스는 현장의 필요에 맞춰 새로운 형태의 지원을 시도해 왔다. 2017년 포항 지진 당시 '아동친화공간'을, 2022년 동해안 산불 때는 '노인돌봄쉼터'를, 2025년 경북 산불 당시에는 '반려동물 대피소'를 국내 재난 현장에 처음 도입했다. 기존 재난 구호 체계에서 놓치기 쉬운 이들의 필요를 살피기 위해서다.

이와 함께 2020년 코로나19 팬데믹을 비롯해 2022년 중부권 수해와 이태원 참사, 2023년 강릉 산불과 경북 예천 수해, 2024년 대전 정뱅이마을 수해, 2025년 제주항공 여객기 참사 등 국내 재난 현장을 찾았다. 2018년 방글라데시 로힝야 난민캠프와 2023년 튀르키예-시리아 지진 현장에서도 활동했다.

이지스가 현장에서 가장 먼저 살피는 것은 '무엇이 필요한가'다. 같은 재난을 겪더라도 각자가 느끼는 마음의 상처와 감정의 크기는 제각각이다. '재난 피해자'라는 하나의 이름으로만 규정할 수 없다는 의미다. 특히 정보 접근과 소통이 어려운 이주민, 이동에 제약이 있는 노인, 보호자 없이 홀로 남겨진 아동 등은 재난 상황에 더욱 취약하다.

2024년 제주항공 여객기 참사 당시 이지스가 무안공항에서 아동친화공간을 운영한 것도 이런 이유에서다. 참사 직후 현장을 찾은 이지스는 유가족 가운데 어린아이들이 있다는 사실을 예상하지 못했다. 사고 수습이 우선적으로 진행되는 동안 아이들은 제대로 된 돌봄과 교육을 받지 못한 채 공항 한쪽에서 시간을 보내고 있었다.

이지스는 먼저 가족들이 안심하고 아이를 맡길 수 있는 쉼터를 마련했다. 그러나 아이들이 바로 찾아온 것은 아니었다. 혼잡한 공항 곳곳을 직접 찾아다니며 한 명 한 명의 상태를 살피고 말을 건네는 것에서 돌봄은 시작됐다. 아이들은 장난감을 갖고 놀고 그림을 그렸다. 함께 이야기를 나누는 동안 무거웠던 공항에 어느새 아이들의 웃음소리가 번졌다.



2015년 결성된 국제재난심리지원단 '이지스(AEGIS)'는 국내외 재난 현장 곳곳에서 재난 약자와 이재민들을 위한 정서 지원 활동을 이어가고 있다. 사진은 오유현 단장(아랫줄 가운데)과 신정식·김진수·유가영·박재윤·이윤호 활동가(시계 방향).



2022년 동해안 산불 당시 마련된 아동친화공간에서 이뤄진 돌봄 활동.



2024년 수해가 발생한 대전 정뱅이마을에서 진행한 공동체 회복 활동 모습.



2025년 팔레스타인 NGO 사와(SAWA) 전화상담원을 대상으로 회복 프로그램을 진행한 모습.

이지스는 이 경험을 사람과 사람 사이의 관계를 되돌아본 순간으로 꼽았다. 재난을 겪은 사람이 자신의 어려움을 하나씩 꺼내놓기 위해서는 먼저 마음을 열 수 있는 관계가 필요함을 절감했다. 박재윤 활동가는 "신체든 마음이든 접촉하는 것 자체가 중요하다"며 "마음의 문을 열 수 있도록 하는 것이 이지스의 역할"이라고 말했다.

이지스의 정서 지원은 재난 피해자에게만 머물지 않는다. 재난 현장에서 피해자를 돕는 사람 역시 돌봄이 필요한 존재라고 본다.

2024년 '팔레스타인 인도적 위기 정신건강 지원' 사업에서는 팔레스타인 NGO 사와(SAWA) 전화상담원들의 소진을 예방하기 위한 워크숍을 진행했다. 33명의 상담원이 두 차례에 걸쳐 각각 3일씩 참여했다.

극한의 분쟁 환경에서 상담원들이 매일 들었던 것은 구조 요청이 아니라 마지막 인사와 죽음을 각오한 목소리였다. 누군가의 고통을 반복해서 듣는 상담원들은 2차 외상과 번아웃에 노출될 수밖에 없다. 이지스는 이들의 몸과 마음을 돌보는 것이 필요하다고 판단했다.

상담원들은 호흡을 통해 온몸에 쌓인 긴장과 아픈 감각을 느꼈다. "내 몸이 보내던 신호를 듣지 못했다" "남을 구하느라 내 마음에는 자리가 없었는데 내가 나에게 돌아가는 시간이었다" 등의 소감을 전했다. 무엇이 힘든지 말하는 것만으로도 힘을 얻고, 자신의 경험을 함께 이야기하는 자리가 마련된 것만으로도 안도감을 느끼는 순간이었다.

이지스는 재난 약자를 지속적으로 돌보기 위해서는 무엇보다 '돌보는 사람'의 마음이 안정돼야 한다고 강조했다. 한 사람의 회복이 전체 지원 체계의 회복력과도 연결되기 때문이다.

"몇 날 며칠 힘든 이야기만 들으면 우울해집니다. 그렇다고 현장을 떠날 수도 없습니다. 그런 상황이 지속되면 자신을 돌보는 힘 자체가 사라집니다. 누군가를 돕기 위해서는 먼저 자신을 돌볼 수 있어야 하고, 그런 돌봄을 이어가도록 돕는 것이 저희의 역할입니다."

사회 구성원으로서의 자립도 이끌었다. 2024년 대전 서구 정뱅이마을에 제방이 터지면서 큰 수해가 발생했을 때, 이지스는 미국국제개발처(USAID)의 지원을 받아 약 6개월간 재난 역사를 기록하는 아카이빙 활동에 참여하며 마을공동체 회복 사업을 진행했다.

주민들도 직접 기록자로 참여했다. 자신의 아픔을 돌아보고 서로의 어려움을 공감하는 과정에서 주민들은 마을 복원을 위한 각자의 역할을 찾기 시작했다.

다음 해 청송 지역 산불이 발생하자 정뱅이마을 주민들은 자원봉사자로 참여해 이지스와 함께 구호 활동을 펼쳤다. 재난 피해자로 도움을 받은 이들이 다른 피해자를 돕는 봉사자가 되는 선순환 구조를 구축한 셈이다.

이지스는 이러한 변화가 회복의 시작이라고 말한다. 자신의 삶을 스스로 선택하고, 다시 누군가와 관계를 맺으며, 자신도 다른 사람에게 힘이 될 수 있음을 경험할 때 앞으로 한 발 나아갈 수 있다는 것이다.

박재윤 활동가는 "치유와 회복은 상대가 그 사람을 바꿔주는 게 아니라, 그 사람이 자기에게 있는 회복의 힘을 찾고 다시 주체로서 살아갈 때 진정으로 이뤄진다"며 "재난 피해자에서 다른 사람을 도울 수 있는 활동가로서 위치가 전환되는 과정에서 회복의 힘을 본다"고 말했다.

이웃의 아픔을 외면하지 않고 그 고통을 덜어주기 위해 기꺼이 시간과 몸과 마음을 내어주는 이지스의 활동은 타인의 고통과 나의 고통을 구분하지 않는 부처님의 자비 정신과도 맞닿아 있다.

"재난은 언론 보도가 쏟아지는 한 달 정도의 기간으로 끝나지 않습니다. 구호 물품과 지원금을 전달했다고 재난이 수습된 것도 아닙니다. 중요한 건 한 사람의 아픔입니다. 한 사람의 고통 곁에 다른 한 사람이 머물러 주는 것, 그 연결이 또 다른 연결로 이어져 서로의 안전망이 돼주는 것. 그렇게 모두가 소외되지 않도록 울타리 역할을 해나가겠습니다."

