금주의 법구-〈법구경〉
항상 새벽처럼 깨어있어라.
부지런히 노력하는 것을 즐겨라.
자기의 마음을 지켜라.

현대불교

구독 · 후원 상담
02-2004-8212
ARS후원 060-700-1080

1994년 10월 15일 창간 주1회 발행 제1453호 hyunbulnews.com (불기 2567년 음력 8월 13일) 2023년 9월 27일 수요일



9월 23일 길상사 다라니원에서 진우 스님의 총무원장 취임 1주년을 맞아 열린 마인드풀 피크닉에는 2030 청춘남녀 20여 명이 참여했다.



진우 스님은 9월 22일 서울시립영등포장애인복지관을 방문해 사회복지사와 특수교사, 전문지원교사를 격려했다.

취임 1주년 진우 스님, 안심법문으로 '소통'

2030 청년세대와 명상 주제로 대화 나서
영등포장애인복지관 임직원 격려 방문도

9월 23일 서울 길상사에서
청년 20여 명과 대화의 장
"화내는 것도 버릇이 된다"

22일엔 사회복지 종사자에
안심법문 전하며 자비 손길
"여러분 모두가 보살" 위로

신중일 · 윤호섭 기자

"절집에서 50년을 넘게 보낸 저도 때로는 화가 납니다. 다만 우리의 화는 어떤 현상에 대한 반응이고, 그것은 100% 내 감정이란 걸 알아차리면 됩니다. 좋은 감정이든 나쁜 감정이든 내가 만든 거라고요. 그걸 알아차려야 감정에 얽매이지 않을 수 있습니다."

조계종 총무원장 취임 1주년을 앞둔 진우 스님이 2030 청년세대와 마주앉았다. 지난해 9월 28일 임기 시작과 동시에 청년불자들을 만나 불교를 바라보는 미래세대의 시각을 이해하고자 했던 스님은 1년이 지나 젊은이들의 인생 멘토를 자처했다. 9월 23일 서울 길상사 다라니원에서 열린 '총무원장 진우 스님과 함께하는 마인드풀 피크닉' 현장. 행사에 참가한 20여 명의 청춘남녀는 자신의 이름과 요즘 느끼는 감정을 서로 공유하며 인사를 나눴다. 진행은 청춘상담소 좀놀아본언니들 대표인 상담가 장재열 씨가 맡았다.

"편안함과 동시에 불안감을 느낍니다." "설레는 시간을 보내고 있습니다." "무기력합니다."

진우 스님은 이런 청년세대의 다양한 감정들이 당연하다고 봤다. 스님은 "우리나라가 세계 10대 강국이라고 하지만 사람들은 정신적으로 불안하고, 사회적으로도 불편한 일이 많다"며 "젊은이들일수록 미래에 대한 불확실성에 고민이 많을 것"이라고 공감했다.

스님은 여러 법문과 대담에서 누차 강조한 '감정의 공식'을 다시 한 번 설명했다. "태어남과 동시에 죽음이 생겨나고, 젊기 때문에 나이가 드는 것처럼 행복이 생기면 그만큼 불행도 생기기 때문에 행복만을 추구하면 그에 대한 대가를 치른다"는 진우 스님의 말에 한 참가자가 "저는 이번 생에 중생의 맛을 너무 크게 느끼는 것 같다"고 답하자 곳곳에서 웃음이 터져 나왔다.

"행복을 크게 느끼는 만큼 불행도 크게 느껴야 한다면 동기부여가 중요한 청년들은 사회적인 성공을 위해 노력해선 안 되는 걸까요?"

초반의 어색함이 한풀 꺾이고 조금은 진지한 고민이 나왔다. 그러자 진우 스님은 괴로움이 없는 게 좋은지, 아니면 행복한 게 좋은지 물었다. 이어 "사회에서 흔히 말하는 '성공한 삶'이 마냥 행복하기만 한 것이냐"고 되물었다.

"성공한 사람으로 굳이 따져보자면 히틀러도 꼽을 수 있습니다. 그는 행복했을 것 같나요? 그림 한 점이 수천 억원인 세계적인 화가 고갱도 삶을 들여다보면 행복한 적이 별로 없습니다. 유명하고 돈이 많아도 그것이 꼭 행복한 것은 아니죠."

진우 스님은 큰 행복에 대한 집착보다는 흔들리지 않는 마음의 편안함을 강조했다. "자본주의 사회를 살아가는 입장에서 더 나은 형편을 욕망할 수밖에 없지 않겠느냐"는 질문에 스님은 "성공하고 돈을 많이 벌어야 행복하다는 강박관념에서만 벗어나면 된다"고 조언했다.

대화중엔 막간을 이용한 퀴즈시간도 마련됐다. 바로 진우 스님의 MBTI 검사유형 맞추기. 몇 번의 오답 끝에 한 참가자가 'ISFJ(별칭 용감한 수호자)'를 외치며 정답을 맞혔다. 이 참가자는 "스님께서 법문을 많이 하셔도 어느 정도 내향적이지 않을까 생각했다. 또 공감해주시고 수행자이시기에 규칙적일 것 같아 골랐다"고 설명했다.

진우 스님은 "MBTI가 신용할 만한 것은 아니라고 생각해 큰 관심은 없지만 젊은이들을 따라 해본 적은 있다"고 답했다.

행사명이 '마인드풀 피크닉'인 만큼 명상과 관련된 대화도 이어졌다. "화가 나서 명상에 집중하기 어렵다"는 고민에 진우 스님은 "화를 낸다는 건 과거 그 행위를 통해 무언가를 얻거나 잃은 경험이 있어 반복되는 것"이라며 "왜 화를 냈는지 스스로 성찰하다보면 편안함을 느낄 수 있을 것"이라고 조언했다.

스님은 또 생활에서 누구나 가볍게 해볼 수 있는 명상법으로 수식관을 제안했다. 이뿐만 아니라 짧은 시간의 '멍 때리기'나 염불도 언급하며 "5분이든 10분이든 습관이 되도록 노력해보라"고 말했다.

스님은 끝으로 "나 역시도 젊은 시절에 우울증을 느껴 죽으려고 했지만 돌이켜보면 그 때가 괴로운 업이 나타날 시기였다고 생각한다"면서 지나가버린 과거와 오지 않은 미래를 생각하지 말라는 〈금강경〉의 '과거심불가득(過去心不可得) 현재심불가득(現在心不可得) 미래심불가득(未來心不可得)'을 설명했다.

진우 스님은 "막연하게 사회적인 성공을 위한 도전이나 노력도 좋지만 내가 이걸 왜 꼭 해야 하는지 돌아보고 감정의 고리를 해결하면 삶의 로드맵을 보다 선명하게 그릴 수 있을 것"이라고 참가자들을 격려했다. 스님은 이어 참가자들을 위해 준비한 단주를 직접 손목에 채워주며 응원의 말을 전했다.

행사가 끝난 뒤 불교크리에이터 강산 씨는 "또래와는 명상에 대한 얘기를 나눌 기회가 없었는데 총무원장스님 덕분에 명상이 어떤 건지 조금 더 이해하는 계기가 됐다"고 소감을 밝혔다.

한편 진우 스님은 22일에도 조계종사회복지재단에서 위탁 운영하는 서울시립영등포장애인복지관을 방문해 사회복지사와 특수교사, 전문지원교사를 격려하고 장애인 이용자들에게 추석 선물을 전달하며 소통의 자리를 마련했다.

추석을 앞두고 이뤄진 진우 스님의 방문은 최근 무분별한 장애인 학대 신고로 인해 특수교사의 인권이 위협받고 있는 상황에 특수교사와 전문지원교사를 격려하고 복지관 이용 장애인들에게 자비의 손길을 전하기 위해 기획됐다.

진우 스님은 복지관 시설을 둘러보며 직접 프로그램을 체험했으며, 점심식사를 위해 식당을 찾은 장애인들에게 직접 음식을 배식했다. 또한, 스님은 식사를 마치고 돌아가는 이용자들에게 선물을 전달하기도 했다.

배식봉사 이후 진우 스님은 영등포장애인복지관 사회복지사, 특수교사, 전문지원교사와 점심공양을 하며, 현장의 고충을 경청했다. 자리에는 최종환 영등포장애인복지관장, 조윤경 사무국장, 서창경 특수교사, 이선아 작업치료사, 김보연 음악치료사, 임은철 놀이치료사, 가경은 언어치료사, 김대중 성인발달장애인 지원 팀장, 박채은 장애 아동 · 청소년 지원 담당, 이미영 장애가족 위기 지원 담당 등이 참석했다.

이들은 현장의 어려움을 진우 스님에게 전하며 심리적 지원을 요청했다. 이미영 장애가족 위기 지원 담당은 "고립가구를 발굴할 때 이미 돌아가시는 경우가 있다. 그럴 때마다 트라우마 상황을 맞이한다. 마음을 치료하기 위한 지원이 필요하다"고 말했으며, 임근철 놀이치료사는 "장애인들의 도전적 행동들 때문에 직원들이 다치는 경우가 많다. 기관에서 병가, 템플스테이 등을 보내주며 직원들의 심리치료를 하지만, 부족한 부분이 적지 않다"고 밝혔다.

김대중 성인발달장애인 지원 팀장은 "열악한 환경에서 근무하다보니 직원들의 퇴사율이 높다. 때문에 직원 유출을 줄이기 위해 교육자들의 복지가 좋아지길 바란다"고 말했다.

진우 스님은 인과와 연기법을 설명하며 기도와 명상을 통해 스스로 업장을 소멸시켜 나갈 것을 강조했다. 이어 "경제적 비용과 제도적인 문제는 현실에 맞게 개선이 이뤄질 것"이라면서 "저 역시 정부 부처 관계자들에게 의견을 개진하며, 여러분들의 현실이 나아질 수 있도록 돕겠다"고 약속했다.

간담회 이후에는 복지관 소강당에서 진우 스님은 영등포장애인복지관 종사자들에게 안심법문을 내렸다. 진우 스님은 "여러분들은 보살에 가까운 사람들이다. 근면하고 성실한 최고의 삶을 구가하고 있다"면서 "완전한 행복을 구가하는 보살이 되겠다는 생각을 갖고, 어려움을 인욕하며 극복하길 바란다"고 설했다.

진우 스님 취임 1주년 특집 2~6면

추석연휴 관계로 다음 주는 휴간합니다.

우주생명을 살리는 사찰음식

2023 제14차 봉녕사 사찰음식대향연







봉녕사 사찰음식대향연은 자연의 맛과 나눔의 마음을 함께 하는 축제입니다.
올해는 '우주생명을 살리는 사찰음식'이라는 주제로 현대의 화두인 환경문제를 생각해 보는 시간을 준비하여 자연과 생태, 우주의 생명들을 보호할 수 있는 사찰음식의 이익을 대중과 함께 하고자 합니다.
모든 생명이 안전하고 행복하기를 바라는 마음으로 마련한 축제의 마당에 동참해 보시기 바랍니다.

▶일 시 : 2023년 10월 6일(금요일) ~ 10월 7일(토요일)
▶장 소 : 수원 봉녕사 경내 (경기도 수원시 팔달구 창룡대로 236-54)

YouTube 봉녕사
※ 본 행사는 봉녕사 유튜브 채널을 통해 시청할 수 있습니다.

주최 대한불교조계종 봉녕사 주관 봉녕사 사찰음식대향연 운영위원회 후원 경기도 수원시 SUWON CITY

시 간	10월 6일(금)	10월 7일(토)
07:00~09:00	사찰음식 전시 및 경연대회 세팅	
09:00~09:30	사찰음식 경연대회 시식 및 평가 09:00~10:10 육화당	금비라 졸업식 09:00~09:30 대적광전
09:30~10:00		차명상 09:30~10:30 부도탑 앞
10:00~10:30	두부 만들기 시연 퍼포먼스 10:20~11:00 대적광전 앞	
10:30~11:00		육법공양 10:30~11:00 불탑 앞
11:00~11:30	차명상 11:00~12:00 도서관 2층	선재스님 사찰음식 특강 11:00~12:00 야외무대
11:30~12:00		탁발시연 12:00~12:30 도량 내
12:00~12:30	육법공양 12:00~12:30 금탑 앞	
12:30~13:00	사찰음식 실습강좌 법송스님(더덕대추전, 우엉찹쌀전) 12:40~13:30 야외무대	사찰음식 실습강좌 선재스님(배추김치, 좁쌀알타리) 12:40~13:30 야외무대
13:00~13:30		
13:30~14:00	탁발순례 13:40~14:20 도량 내	조선마술패, 우담화합창단 리허설 시상식 준비 13:30~14:20 야외무대
14:00~14:30		
14:30~15:00	무아(無我)차회 (헌다와 나눔 찻자리) 14:30~15:30 금탑 앞	1부 : 사찰음식 경연대회 시상식 신도회 공덕상 시상식 2부 : 조선마술패 공연 우담화합창단 공연 14:30~16:30 야외무대
15:00~15:30		
15:30~16:00		
16:00~16:30		
16:30~17:00	판매 종료	행사 · 판매 종료