

타운뉴스 종교면은 교회, 사찰, 성당 등 종교기관과 함께 만들어 갑니다. 귀 기관에서 홍보하고 싶은 행사나 기사거리가 있으면 이메일 (info@townnewsusa.com) 또는 전화 (714-530-1367) 로 알려주세요.

종교



집착을 끊고

“목회자 정신건강 위협”

코로나19 사태로 인해 목회자들이 정신건강 문제에 직면했다는 보도가 나왔다.

16일 미국 뱃티스트뉴스에 따르면 코로나19 사태가 장기화되고 있는 가운데 목회자들 중 26%는 (교회)재정의 어려움, 16%는 테크놀로지 기술의 도전, 12%는 사회적 거리두기 속에서 목양 하기 등 다양한 영역에서 압박감을 받고 있다.

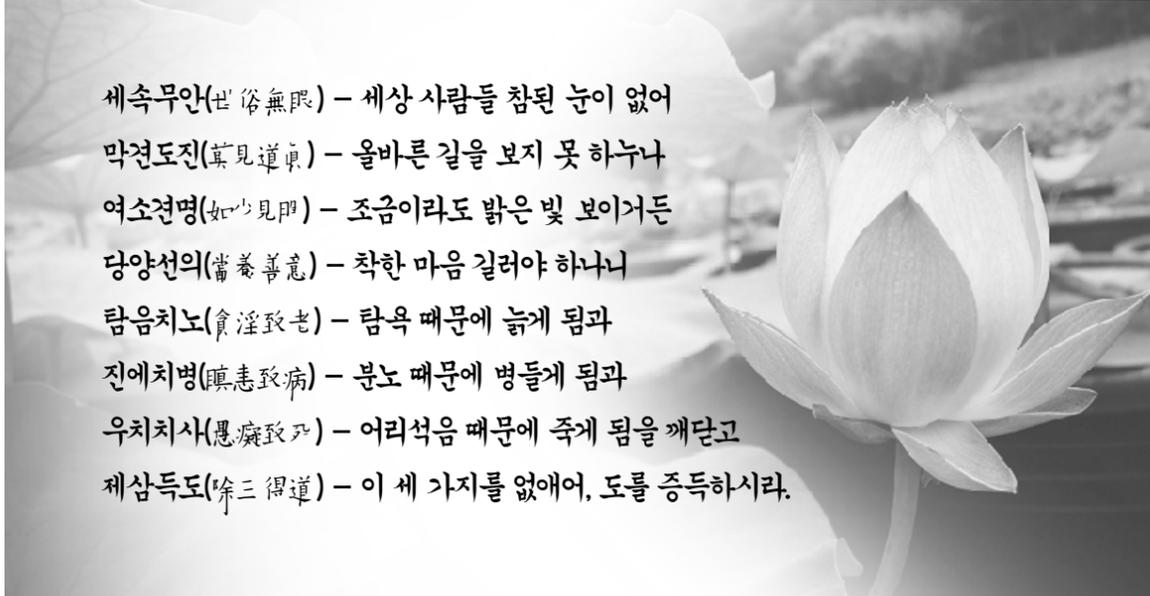
테네시 네쉬빌에 위치한 임마누엘 교회의 레이 오틀런드 목사는 이 매체와의 인터뷰에서 “지금은 목회자들이 정직하고 겸손하게 교인들의 필요를 인정해야 할 때”라며 “교인들의 필요가 이전에 (목사 자신이) 생각했던 것보다 클지도 모른다고 깨닫는 겸손이 목사에게는 부흥의 길”이라고 말했다.

네슈빌 퍼스트 침례교회의 프랭크 루이스 목사는 “수많은 불확실성 속에서 일상을 살아내려는 노력이 좌절되면서 새로운 차원의 짜증과 스트레스를 가져온 것”이라며 “요즘은 불만이나 통명한 말투로 사람들을 대하려는 유혹이 내 안에 있음을 깨닫는다.”고 고백했다.

포커스온더패밀리(Focus on the Family)의 상담가인 롭 잭슨은 코로나 사태로 위기에 빠진 목회자들을 위해 다음과 같이 조언했다.

“목사들이 인내심을 가져야 한다. 지금이야말로 자기 돌봄의 가장 기본적인 것들을 실천하고, 그다음에 타인에 대한 돌봄을 실천해야 할 때이다.”

남부침례교 집행위원회 회장인 로니 플로이드는 “목회자들의 정신 건강은 다시 예배를 함께 드리기 전 우리가 당면한 가장 최우선적인 과제”라며 “목회자들이 이 도전을 정말 잘 알고 있어야 사전에 대처할 수 있다.”고 강조했다. 그는 목회자들에게 ‘그리스도와 개인적 시간을 보내는 데 우선순위를 둘 것’, ‘하루 30분에서 60분 사이의 운동’, ‘줌콜(Zoom Calls)로 여러 목사 동료들과 서로 경험을 나누고 함께 기도하는 시간을 가질 것’ 등을 권면했다.



세속무안(世俗無眼) - 세상 사람들 참된 눈이 없어
 막견도진(莫見道真) - 올바른 길을 보지 못 하구나
 여소견명(如少見明) - 조금이라도 밝은 빛 보이거든
 당양선의(當養善念) - 착한 마음 길러야 하나니
 탐음치노(貪淫致老) - 탐욕 때문에 늙게 됨과
 진에치병(瞋恚致病) - 분노 때문에 병들게 됨과
 우치치사(愚癡致死) - 어리석음 때문에 죽게 됨을 깨닫고
 제삼득도(捨三得道) - 이 세 가지를 없애어, 도를 증득하시라.

세상의 모든 것들은무척 아름답습니다.

어느 곳이든 있는 그 자리에서 자기 자신만의 장점을 갖고 있게 마련이죠. 그러나 숨겨진 그 진여를 깨닫지 못함에 보이는 것에 집착하여 분노하고 어리석은 행동을 하게 되는 것입니다.

만약, 누군가에게 손가락을 하나 펴고 “손가락이 몇 개 입니까?” 라고 묻는다면 많은 이들은 “한 개입니다” 라고 대답할 것입니다. 그러나 그것은 숨겨진 다른 손가락을 보지 못하고 대답한 단편적인 답변이지요.

이 세상의 모든 만물도 마찬가지로입니다.

살아가면서 내 가족과 내 이웃들과 다투고, 성내고, 미워하는 것들은 바로 그들 앞에 나타난 일부분을 보았기 때문입니다.

그들 뒤에 숨겨진 아름다운 모습을 보았다면 아마도 다툼, 성냄, 미움들은 결코 일어나지 않았을 것입니다.

불자여러분!

나와 인연되어진 모든 것들에 대해 나타난 그릇된 모습만 보려하지 말고 그들 뒤에 숨겨진 아름다움을 찾아내어 보세요. 그들 모두를 사랑할 수밖에 없으실 것입니다.

행복이란 결코 멀리 있는 것이 아닙니다.나와 내 주변의 마음이 평온하면 그것이 곧 행복한 것이지요. 내 마음이 평온하기 위해선 모두를 아름답게 바라볼 줄 아는 지혜가 있어야 합니다.

그리되면 내 마음이 즐거움은 물론, 내 주변 까지도 즐겁게 만들게 된답니다. 이것을 파장의 법칙이라 합니다.

즉 잔잔한 호수에 조약돌 하나를 떨어트리면 그 물결은 온 호수를 덮어버리듯 내 마음의 즐거움은 내 주변을 아름답게 가꾸는 풍요로운 꽃들이 되는 것이지요. 그래서 외국에서는 웃는 모임이 있다고 합니다.아무 조건없이 모여서 그냥 막 웃는 것이지요. 처음에는 웃음이 나오지 않아 억지로 웃게 되는데 그 모습에 웃음이 절로 나오게

되고 실컷 웃고 나면 스트레스가 풀려 세상이 모두 아름다워 보인다고 합니다.

불자여러분!

아무리 힘들고 지치더라도 자꾸 상대방의 감춰진 장점을 찾아 칭찬해 보십시오. 상대방도 나에게 두 번 다시 힘들게 하거나 속상하게 하지 않을 테니까요. 그리되면 정말 하루하루가 행복하실 것입니다.

이 세상에 악한 사람이란 없습니다. 어떤 이유에서건 그들을 분노케 하였기에 언행이 거칠어진 것이지요. 그들 뒤에 숨겨진 아름다움을 찾아내는 여러분이 되신다면 이미 부처가 되신 것입니다.

미소가 있고,남을 위한 배려가 있는 귀하의 가정은 그 어떤 막힘도 없이 행복하실 것입니다.

늘 행복한 가정을 가꾸는 아름다운 정원사가 되시길...

-수완나스님-





HARBOR
IMPLANT & COSMETIC
DENTISTRY

하버종합치과

임플란트 전문병원

전 미8군 사령관 전담 주치의

- University of Colorado School of Dental Medicine
- International Congress of Oral Implantologists- Fellow
- The American Academy of Implant Dentistry
- The American Academy of Cosmetic Dentistry
- 워싱턴 대학교 외래교수
- 전 Columbia 치과 병원장
- Dental Director at Carius Dental Clinic, U.S. Army (전. 용산 주한 미8군 병원장)

- 최첨단 의료장비
- 최고의 시설
- 실력있는 의사



상담/예약 **714.773.9999**
플러튼 1호점 / 브레아 2호점 / 부에나팍 3호점