



에덴뉴스

2017년 12월
통합 11-70호

03 에덴의 소식
에덴요양병원의
소식을 알립니다.

04 행복 칼럼2017
류태희 목사가 전하는
희망과 행복의 메시지

05 치유스토리
암을 이겨내는 사람들의
생생한 투병이야기

07 에덴 마당
화이팅릴레이/나도 시인
웃어보아요/칭찬합니다



FOCUS 이달의 포커스



2017 환우들과 함께 하는 가을 문학의 밤

문학과 노래로 한마당 축제를 통해 즐겁고 유쾌한 공간 속에서 모두가 행복한 시간을 보낸 에덴 문학의 밤 자작시 낭송, 애송시 낭송, 삶의 이야기 등 다양한 주제를 가지고 모두가 공감하는 다채로운 순서로 감동과 즐거움을 선사했습니다. 매년 봄, 가을 두 차례 진행되는 문학의 밤 행사는 올해로 14회를 맞이하고 있습니다.



NEWS 에덴의 소식

아픈 날의 기도 출판기념회

문학치료반(담당 원귀옥)에서 아픈 날의 기도 작품집을 발행하고 출판기념회를 열었다. 문학치료반원들과 김남혁 병원장 그리고 삼영인쇄소 최상섭사장이 참석한 가운데 열린 출판기념회에서 김남혁 병원장은 축사를 통해 읽으면 감동이 넘치는 내용으로 가득 찬 이 책이 보다 많은 분에게 읽혀져서 감동이 증가되기를 기원했고, 최상섭 사장도 책을 편집하며 받은 감동이 커서 제분하는 내내 행복했다고 말했다. 에덴요양병원은 차후 기회가 되는대로 제2, 제3의 작품집을 주기적으로 출판할 마음이다.



병원 사택 상수도 설치

병원 사택에 상수도가 설치되었다. 병원에 상수도 설치를 추진했으나 5억 원의 분담금을 요구하여 비교적 적은 금액(3천만원)의 분담금으로 상수도 설치가 가능한 직원사택에 공사를 진행했다. 2017년 여름에 가뭄으로 생활용수가 부족하여 생활용수를 구입하거나 소방서의 지원을 받는 등 어려움을 겪은 바 있다. 이번 직원사택 상수도 설치로 사택에 사용하던 지하수를 병원에서 사용하게 되면 여름철 가뭄으로 인한 물 부족은 해결될 것으로 기대하고 있다.

에덴농장 월동준비

사시사철 푸른 잎 채소를 생산하는 유기농농장 겨울맞이를 위한 월동준비에 직원들이 나섰다. 한겨울에도 하우스에 채소가 잘 자라도록 비닐과 보온용 솜이불도 덮어 주고 잘 자란 풀은 제거해 주어 겨울철 환우들의 먹거리가 풍성해지기를 바라며 힘을 합친 것이다. 에덴에서 유독 겨울이 없는 곳이기도 하다. 에덴요양병원 직원들이 매월 1회씩 농장을 찾아 함께 협력하여 일하며 땀을 흘리는 곳이 바로 유기농 농장이다.



직원동정

♥ 수고하셨습니다 ♥

채중호(관리과) 10월 22일 부
강미리(간호부) 11월 30일 부



행복칼럼[7] 원목실장 류태희

“철질 운석과 그 돌의 가치”

“예수께서 가라사대 너희가 성경에 건축자들의 버린 돌이 모퉁이의 머릿돌이 되었나니 이것은 주로 말미암아 된 것이요 우리 눈에 기이하도다 함을 읽어 본 일이 없느냐” (마 21:42)



지금으로부터 약 37년 전인 1980년 스페인 남부에 위치한 레두에르타에서 아버지와 함께 목축업을 하던 파우스티노 아센시오 로페즈 형제는 우연히 금속성 물질이 함유된 돌덩이를 발견했다. 무게가 약 100Kg에 달하는 이 돌덩이는 다른 돌들과 특별하게 다른 부분들이 있어 로페즈 형제는 그 돌덩이를 집으로 가져와서 30년간 햄 만들 때 사용하는 일상의 평범한 도구로 사용해왔다. 30여 년의 세월이 흐른 2011년, 로페즈는 우연히 TV에서 운석 관련 프로그램을 보게 되었으며 그 운석들은 상당한 가치가 있는 보배로운 돌들이라는 것을 알게 되었다. 로페즈 형제는 자신들의 집에 있는 돌덩이가 운석과 비슷하다는 생각에 지질학 전문가에게 감정을 의뢰하였다.

로페즈 형제의 가정을 방문한 지질학 전문가가 30여 년 동안 햄 만드는 도구로만 사용되어 온 그 돌덩이를 정밀하게 분석한 결과 이 돌덩이는 선사시대에 지구로 떨어진 ‘철질 운석’(주로 철·니켈 합금으로 이루어진 운석)으로 판명되었다. 스페인에서는 4 번째로 발견된 아주 고귀한 것이다. 지질학자 후안 카를로스 마르코 박사는 “철질 운석은 운석 중에서도 희귀해 매우 비싼 가격에 거래된다”며 “과거에는 이 운석을 이용해 칼을 만들기도 했다”고 말했다. 이어 “이 운석은 적어도 530만달러(약 60억원)는 족히 넘을 것”이라고 말했다. 이 사실이 스페인의 한 언론 기관인 EFE에서 보도하면서 전 세계에 알려졌으며 운석에 대해서 사람들이 많은 관심을 갖게 되는 계기가 되었다.

그동안 그 값비싼 가치를 지닌 고귀한 돌인 줄 알지 못하고 다만 음식 재료를 만드는 데 사용되었던 그 돌이 전문가를 만나서 그 가치를 인증 받은 후에야 소중히 보관하는 진귀한 보석으로 바뀌게 된 것이다.

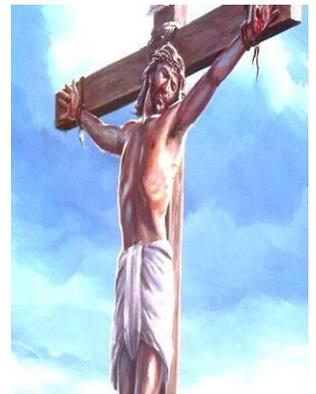
지금으로부터 약 2000년 전 예수님께서 이 땅에 죄인을 구원하시기 위해 오셨을 때 하늘에서 내려오신 메시아이심을 알아보는 사람들은 정말 소수에 불과했다. 동방박사와 베들레헴 언덕의 양치는 목자들 외에는 하늘나라에서 내려 오신 예수님의 보배되심을 알지 못하였다. 이번 달 12월 25일은 온 지구가 예수님의 초림(탄생)을 기뻐하며 하나님께 영광 돌리는 큰 명절로 정하고 기념하는 날(크리스마스)이 되었다. 사람들에게는 싫어 버린 바가 되시고 결국에는 십자가에 달려 죽임을 당하셨지만 부활하셔서 모든 사람들의 피난처요 구원자가 되심으로 가장 보배롭고 값진 산 돌(반석)이 되셨다. 나중에 그 가치를 깨닫게 된 그리스도인들로 인해 찬송과 영광의 대상이 되시며 세상에서 가장 존귀한 구세주가 되셨다.

이 세상에 하나밖에 없는 “나”도 역시 가장 귀하고 보배로운 가치를 지닌 존재이다. 무가치하다고 여겨진다면 갈바리의 십자가를 바라보라. 가장 보배로운 하나님의 아들 예수 그리스도께서 나를 구원하시기 위해 십자가에 달리셔서 대신 죽으신 것이다. 나는 아무런 존재 가치가 없는 죄인이었지만 예수님께서 나를 구원하시고 천국에 데려 가시기 위해 그 보혈의 피를 흘리신 가장 가치 있는 존재가 된 것이다. 이 존재 가치를 깨달을 때 사람들은 자신의 소중함을 깨닫고 더욱 건강한 삶을 살기 위해 최선을 다하며 또한 함께 살아가는 이웃을 가장 소중한 존재로 여기고 사랑하는 것이다. 우리 모두 각 사람은 하나님께 사랑 받기 위해 태어난 가장 소중한 가치를 지닌 존재임을 항상 잊지 말고 날마다 하나님께 감사하며 하늘에 소망을 둔 자로 살아가는 하나님의 자녀로서 자부심을 갖고 살아가자.

“사람에게는 버린 바가 되었으나 하나님께는 택하심을 입은 보배로운 산 돌이신 예수에게 나아와 너희도 산 돌같이 신령한 집으로 세워지고 예수 그리스도로 말미암아 하나님이 기쁘게 받으실 신령한 제사를 드릴 거룩한 제사장이 될지니라 경에 기록하였으되 보라 내가 택한 보배롭고 요긴한 모퉁이 돌을 시온에 두노니 저를 믿는 자는 부끄러움을 당치 아니하리라”(벧전 2:4-6)



예수님의 마구간 탄생



십자가에서 대신 돌아가신 예수님



STORY 치유스토리

나 정말 여기 너무 잘 온 것 같아

최자순

어느 날 볼일을 보러 화장실에 들어갔으나 변이 잘 나오지 않았다. 처음에는 변비려니 생각했는데 12번이나 들락날락해도 도무지 해결이 되지 않았고 이상 징후가 생겼다는 기분이 들어 대장전문병원을 찾아 갔다. 대장질환으로 의심되는 것들은 모두 검사하는 것 같았다.

검사 결과가 나왔는데 의사의 설명을 듣고 나오는 아들의 얼굴빛이 좋아 보이지 않았다. 직감적으로 예후가 좋지 않다는 생각이 들었다.

원래 치질로 불편하던 일은 있었지만 암이라는 상상도 못한 질병이 내 삶에 장애를 주리라고는 꿈에도 생각지 못했다. 그러나 걱정은 되지 않았고 마음의 흔들림도 없이 편안했다.

결국 강남성모병원에서 수술을 받았다. 의사는 "주사는 맞아 야지요?" 라고 물었고 나는 "예" 라고 대답했는데, 의사는 항암주사를 말하는 것이었고 나는 일반주사를 맞으라는 줄로 알았다. 나는 자녀들을 모아놓고 말했다.

"나는 두렵지 않다. 하나님께서 나를 더 필요로 하시면 고쳐주실 것이니 걱정하지 말아라."

자녀들은 이상구박사의 뉴스타트캠프를 알아보았으나 나는 에덴에 오는 것을 희망했고, 결국 이곳에 입원을 했다. 병원에 입원하기 전 원장실에서 원장님을 뵈는 순간, '아! 여기가 정말 에덴이구나' 라는 생각이 들었다. 원장님의 모습과 인상이 마음의 평화를 주었다.

이곳에서 생활하며 나의 마음이 더 밝아졌다. 걱정하는 마음으로 전화하는 아이들에게 "여기 천국이야" 라고 말한다. 식사를 받으면 매일 바뀌어 나오는 메뉴, 맛있는 요리에 너무 감사하다. 각종 프로그램은 나를 다시 태어나게 한다. 아침 스트레칭 체조는 새로운 활기를 더해주어 가볍게 하루를 시작할 수 있게 해 준다. 웃음치료는 기분을 바꾸는 역할을 해 준다. 특히, 남태희 웃음치료사를 보면 환자들을 위해 저렇게 온몸을 던지는구나 하는 생각이 든다. 비파실에 갈 때마다 마음을 다한 치료가 감동을 준다. 모든 것이 준비된 에덴에서의 매일매일의 생활이 나는 즐겁다. 나 정말 여기 잘 온 것 같아!!



FOOD 계절을 대표하는 건강 식품

감자



감자의 원산지는 남미의 안데스 고원 지대이다. 페루와 볼리비아 양국에 걸친 고원에는 기원 전후하여 잉카 문명의 초석이 된 디와나고 유적이 있다. 이 유적에서 감자 모양의 토기, 감자를 그린 항아리 등이 출토되었다. 우리나라에는 중국에서 들어왔는데 연대는 확실치 않다. 이름을 몰라서 청나라 상인들에게 물어 보자 '북방감저(北方甘藷)'라고 가르쳐 주었는데 줄여서 '감저(甘藷)'라고 하였다. 감자 영근 것을 포기째 파내어 들어 올리면 말방울처럼 보여 중국에서는 '마령서(馬鈴薯)'라고도 하였다

감자의 주성분은 전분, 즉 탄수화물이다. 많은 탄수화물에 비해 단백질과 지방은 적기 때문에 체내에서 에너지를 내는 중요한 역할을 한다. 낮은 당분은 감자가 영양식임을 증명해준다.

감자의 효능

암 전이 억제 감자의 성분 중 프로테아제 억제물질은 바이러스와 발암성 물질을 중화시키는 작용을 한다. 암세포를 직접적으로 죽이기보다는 암세포가 더 이상 퍼지지 않도록 막는 힘을 기르는데 도움이 된다.

고혈압과 당뇨에 효과 당분과 지방성분이 적고 식이 섬유가 많이 함유되어 있어 당뇨병 환자들의 식이요법에 감자를 많이 사용한다. 포만감이 상대적으로 적은 밥에 비해 감자는 포만감이 커서 식이요법에 실패하는 당뇨병 환자들에게 좋은 음식이다.

나트륨 배출 감자에는 수박이나 사과에 다량 들어 있는 칼륨이 4배 이상 많다. 칼륨은 나트륨 배출을 돕는 역할을 한다.

비타민 풍부 감자에는 괴혈병과 빈혈을 예방하고 면역력을 높이는 비타민C, 현대인의 병인 스트레스에 효과적인 비타민B1, 식욕 부진에 효과적인 비타민B2, 염증에 효과적인 비타민B6 등의 함유율이 높다. 야채는 비타민이 파괴되기 쉬운 반면, 감자 속의 비타민은 전분이 비타민을 둘러싸고 있어 조리를 하더라도 손실되는 양이 훨씬 적다.

피부미용에 탁월 감자의 비타민C는 미백효과가 뛰어나서 햇빛에 그을린 피부를 하얗게 만들어주는 효과가 있다. 피지가 많은 사람들은 감자를 이용하면 좋다. 또 감자 속의 칼륨은 얼굴의 부기를 빼는데 효과적이다. 눈두덩이나 눈가 등 약한 피부에도 쓸 수 있는 장점이 있고 각질이 많이 일어나는 피부나 알레르기성 민감한 피부에도 무리 없이 쓸 수 있다.

감자로 만든
에덴의 항암채식요리

감자크로켓

레시피 보러가기
QR코드를 스캔하세요



FIGHTING! 파이팅 릴레이 영양과장 김혜순

쓴 잔

마시길 마다하시어 “이 잔을 지나가게 하옵소서” 간청하셨던 주님!
하지만 기꺼이 쓴 잔을 마시고 뒤돌아 서서 동정 어린 눈으로 바라보시며
나의 마시려는 이 잔을 너희도 마시려느냐? 오늘도 물으신다.

오늘도 주님이 나에게 마시게 하시는 이 쓴 잔은
죄로 물든 내 영혼을 깨끗케 하시기 위함인 것을 알아 간다.

나의 마시려는 이 잔을 너희도 마시려느냐? 지금도 물으신다.
삶의 고뇌를 인내와 끈기와 기도로 달게 됨을 알아 간다.

나의 마시려는 이 잔을 너희도 마시려느냐? 내일도 물으신다.
하나님의 영광 속에 머물게 하시기 위하여 여전히 내게 물으신다.

나의 원대료가 아닌 아버지의 원대로 하셔서
먼 후일에 주님 뵈을 날 감사의 잔으로 달게 되게 하옵소서.

살다 보면 누구에게나 겪고 싶지 않은 현실들을 직면할 때가 있습니다.
아마도 나를 사랑하시는 주님께서 가장 좋은 길로 인도하시기 위하여 잠깐 동안
만 허락하신 일이 아닐런지요? 질문을 던져봅니다.

※ 화이팅릴레이는 에덴직원들이 환우 여러분께 전하는 응원의 메시지입니다.
김혜순 영양과장님이 지목한 다음 주자는 '김진아 간호조무사님'입니다.

칭찬합시다~

‘관리과 고광철’님을 칭찬합니다.
직원들 중에도 유난히 환자와 유대관계가
원만하고, 애로사항을 본인의 일처럼 매끄
럽게 처리하여 주시며, 하루에 몇 번을 만
나더라도 인사를 먼저 하면서 매우 정중하
고 친절하게 다가와 환자의 마음을 편안하
게 해주며 항상 웃음을 잃지 않고 선사하여
줍니다.

- 107호 김창원 -

‘111호 조민영’님을 칭찬합니다.
약속(외출외박 시) 잘 지킵니다.

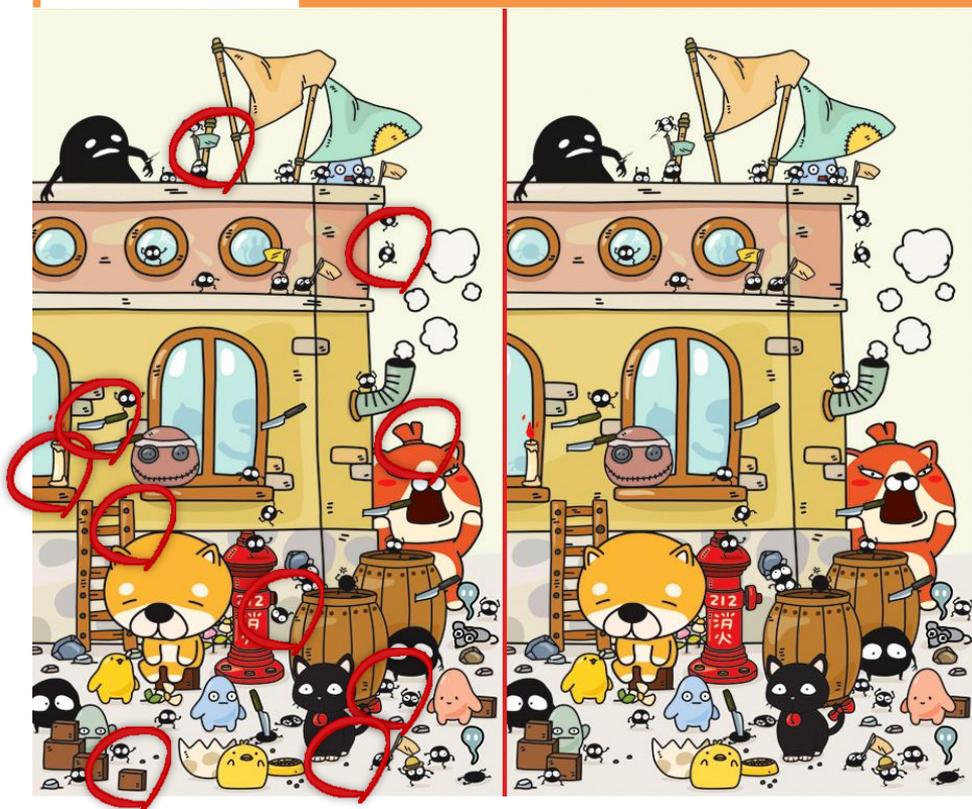
- 간호과 임현주 -

‘210호 차금자’님을 칭찬합니다.
고희를 바라보는 연세에 항암 중 힘든 몸에도
불구하고 210호 방 식구(6명)를 위해 하
루도 빠짐없이 건강차(계피, 생강, 대추,
배, 사과)를 달여 마시게 해 주시며, 큰 언
니답게 항상 웃음을 잃지 않고, 희망과 용
기를 주시니 삶의 의욕이 생겨 하루하루가
행복하고 즐거운 몸이 점점 좋아지고 있습
니다. 감사드립니다.

언니 파이팅~!!! ♡♥♥

- 210호 안미희 -

지난 호 틀린그림찾기 정답



수기공모

에덴뉴스에서
환우분들의 글을 모집합니다.

채택된 글은 에덴뉴스에 기재되며,
제출해 주신 모든 분들께는
상품권 및 기념품을 드립니다.
환우 여러분의 많은 참여 바랍니다.

+++++++ 모집유형 ++++++

- 에덴에서 경험한 행복이야기
 - 가족, 환우를 향한 사랑의 편지
 - 감동을 주는 병실 에피소드
 - 그 외 자작시나 수필 등
- 문의 홍보기획실 (☎610)



편집후기

보이는 것과 보이지 않는 것
세상에는 보이는 것과 보이지 않는 것이 있습니다. 보이는 것은 금방 확인이 되고 믿음이 가지만, 보이지 않는 것은 믿음도 적고 확인도 어렵습니다. 우리는 보이는 것으로 판단하여 보이지 않는 것을 무시하거나 지나쳐 버리곤 합니다. 오늘 내 주변에 일어나는 수많은 일 속에서 보이는 것이 전부가 아님을 기억하면 좋겠습니다.

보이지 않는 것을 볼 줄 아는 믿음의 하루가 되기를 희망해 봅니다. 보이지 않는 회복에 대한 믿음이 우리의 삶을 바꾸어 줄 수 있습니다. 행복하세요~

- 에덴뉴스 편집장 행복돌쇠

에덴요양병원은 어디서나 여러분과 함께 합니다.

- 홈페이지 www.edenah.com
블로그 blog.naver.com/edenah
유튜브 www.youtube.com/user/TVEdenah
페이스북 www.facebook.com/Edenhospital
트위터 twitter.com/Edenhospital

검색창 에덴요양병원 ▼

절취선

틀린그림찾기(12개)

♥ 틀린그림찾기 정답, 칭찬의 글을 홍보기획과로 보내주시면 매월 1분씩 추첨하여 매점상품권을 드립니다.

♥ 접수마감일은 12월 25일이고, 틀린그림찾기 정답과 칭찬의 글을 모두 작성해 주시면 당첨확률이 높아집니다.

♥ 지난 호 당첨자

- 틀린그림찾기 107호 김창원, 간호과 임현주
- 칭찬합시다 210호 안미희, 사택 남효린

이름 : 호실 : 호

♥ ()님을 칭찬합니다.

- 칭찬사연을 자세히 남겨주세요

Blank lines for writing a commendation story.



★ 여자아이는 머리부터 신발까지 1개입니다.