



EAH

에덴뉴스

2018년 5月
통합 12-75호

03에덴소식 / 04행복칼럼 / 05치유스토리 / 06에덴마당

SPECIAL 편집장 특집

새로 시작하는 에덴, 다시 돌아보는 에덴

에덴요양병원에 입원하신 환우들이 건강을 회복하는 일에 생활습관개선은 반드시 꼭 해야 하는 아주 중요한 일 중에 하나입니다. 에덴요양병원은 치료가 목적이 아닌 완치를 최고의 목표로 생활하는 곳입니다. 이 목표의 달성을 위해 단순하지만 정말 중요한 여덟 가지의 생활원칙을 실천하는 것이 무엇보다 중요합니다.



건강한 습관의 시작
NEW START
에덴요양병원



그 셋째가 물입니다.

인체의 70% 이상이 물입니다. 건강 유지에 필수적이며 물을 적당히 사용하면 건강이 증진됩니다. 물을 충분히 마시면, 신체 조직의 필요를 공급하는 데 도움이 되고 병에 저항하는 체질을 이루는 데에도 도움이 됩니다.

+ 에덴 건강 생수 활용법 +

- 하루 8컵의 물을 마십니다.
- 너무 차거나 뜨거운 물은 먹지 않습니다. 물이 차면 찰수록 위장활동에 지장을 줍니다.
- 식사 후에 곧바로 물을 마시지 않습니다. 소화액을 희석시켜 소화력을 감소시킵니다.
- 약 복용 시 산성을 중화시키는 알카리 이온수로는 사용하지 않습니다.
- 1층에 위치한 족욕탕을 잘 활용합니다. 족욕은 혈액 순환을 개선시키고 체온도 높여주며 긴장 완화 효과가 있습니다.
- 운동 후에는 깨끗한 물로 샤워를 합니다. 찬물 혹은 서늘한 물로 하는 목욕은 훌륭한 강장제입니다.
- 온수욕은 모공을 열어주므로 불순물을 제거하는 데 도움을 주며 신경을 안정시켜주고 순환작용을 고르게 해 줍니다.



NEWS 에덴의 소식

뉴스타트 캠프



4월 9일부터 13일까지 서울 목동교회와 하남교회가 참여한 가운데 뉴스타트 건강캠프를 진행했다. 이번 행사를 통해 처음 뉴스타트를 접하는 분들에게는 건강생활에 대한 자신감을, 신앙생활을 하지 않는 분들에게는 사람을 통해 보여지는 하나님의 사랑을 느끼게 하는 계기가 되었다. 참가자들은 소감 발표를 통해 에덴병원의 직원들이 너무 친절하고 환우들의 얼굴이 밝아 이곳에서 생활하는 동안 참가자 모두가 감동을 받았으며 기회가 되면 다시 방문하고 싶다는 희망을 밝히기도 했다.

회복환우 강연회



4월 16일, 림프암을 극복하고 활발한 활동을 통해 유명세를 타고 있는 곽희정님의 회복 체험발표와 투병일기, 경험을 토대로 출간한 '암이 걸린 지금이 행복합니다' 저자 사인회를 가졌다.

이행복(본명 이형정), 곽희정 부부는 강연을 통해 암은 마음으로 극복하는 것이 선행되어야 함을 강조하며 공감을 이끌어 냈다.

CS교육 실시



4월 18일, 고정연강사를 통해 전 직원 대상 CS교육을 실시했다. 고정연강사는 교육을 통해 고객만족은 경험을 통해 나타나는 결과이며 고객은 자기 스스로 공감하지 않으면 반응하지 않는다고 공감하여 반응하도록 만드는 것이 고객에 대한 존중과 예의를 통해 행동하게 만드는 것임을 강조했다.

포크션밴드 공연



4월 25일, 찾아가는 문화행사의 일환으로 남양주시 문화관광과의 지원을 받아 시행하는 포크션밴드의 활기차고 역동적인 공연이 대강당에서 진행되었다. 환우들의 마음을 흡족하게 하고 공감대를 형성하는 무대를 선보인 이번 공연팀은 다시 오겠다는 약속으로 공연을 마무리했다.

직원동정

♣ 환영합니다 ♣

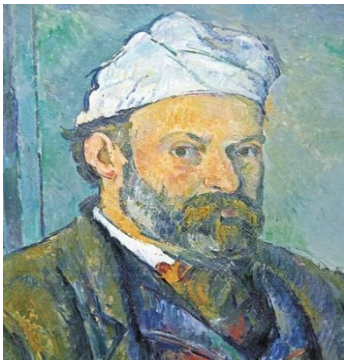
윤연숙(영양과) 5월 1일 부



행복칼럼[12] 원목실장 류태희

“화가 세잔의 아내”

‘여호와 하나님이 가라사대 사람의 독저하는 것이 좋지 못하니 내가 그를 위하여 돕는 배필을 지으리라 하시니라’
(창 2:18)



폴 세잔(Paul Cézanne, 1839. 1.19 ~ 1906.10.22) 프랑스의 대표적 화가로서 현대 미술의 아버지이며 인상파 화가

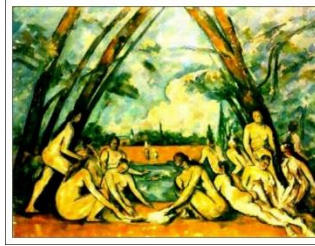
세잔은 부유한 은행가의 사생아로 태어났다. 그림을 그려 화가가 되기를 원했지만 엄격한 부친의 강요로 법과대학에 진학하게 되었다.

그러나 결국 중퇴하고 스스로의 삶을 개척한다. 이 일 때문에 화가 난 부친으로부터 경제적 지원이 끊기자 강박관념과 우울증에 시달리며 살아가게 된다. 하지만 얼마 후 세잔을 이해하는 어머니의 설득으로 아버지는 세잔의 선택을 존중하기로 해서 세잔이 화가가 될 수 있도록 지원해 주었다.

죽마고우인 에밀 졸라의 권유로 22세 늦은 나이에 그림을 그리기 시작하였으나 미술학교 입학시험에 낙방하는 등 수많은 시련을 겪었다. 그러면서도 그림을 포기하지 못하고 그림 공부를 하러 파리로 유학을 떠나게 되었다. 이러한 상황으로 인해 그의 그림은 전체적으로 어둡고 두터운 색조가 주류를 이루지만 한편으로는 그의 그림에서 희미한 희망의 빛도 어김없이 등장한다.

그의 삶에서 가장 중요한 문제는 화가로서의 성공이었는데 그는 몇 번이고 고향 엑상 프로방스에 낙향했다가 다시 파리로 돌아오기를 반복했다. 열심히 그림을 그리다가 마음에 들지 않으면 화가에 그리던 그림을 아무렇게나 구겨 휴지통 속으로 던져 버렸다. 그리고는 그 자리에 주저앉아 머리를 쥐어뜯으며 절규했다. 며칠 뒤 다시 붓을 들었지만 역시 마음에 들지 않았고 그림은 휴지통 속으로 던져졌다.

그리던 그림을 구겨 내동댕이치는 것을 반복하던 어느 날, 자포자기 속에 ‘아, 내 그림 그리는 재능이 이것 밖에 안 되는 것일까?’라는 탄식과 함께 괴로워하며 밖에 바람을 쐬러 나갔다가 돌아왔다. 자신의 무능력함을 탄식하며 집안으로 돌아온 그는 그의 화실에서 아내(Marie-Hortense Fiquet, 1850~1922)가 무엇인가를 소중히 매만지는 모습을 보았다. 그리고는 방안에 있는 벽장 속에 그것들을 넣는 것이 아닌가? 세잔은 아내의 행동이 궁금하여 아내가 밖으로 나간 뒤 몰래 벽장을 열어보았다. 그런데 놀랍게도 그곳에는 그동안 자신이 그렸다가 마음에 들지 않아 휴지통에 구겨 버렸던 그림들이 차곡차곡 펴 놓인 채로 수북이 쌓여 있었다.



<목욕하는 여인들>



<전원 풍경>

세잔이 망쳤다고 생각하며 포기한 그림들을 세잔의 아내는 휴지로 버리지 않고 미래에 희망을 걸고 잘 모아 놓았던 것이었다. 아내가 그동안 자신이 버린 그림들을 잘 보관해 놓은 것을 하나씩 꺼내어 보는 순간 그는 가슴에 뜨거운 감동과 새로운 희망을 느끼며 얼른 그 그림들을 들고 화실로 돌아가서 그것들을 수정해 작품을 완성했다. 이렇게 해서 세상에 태어난 작품이 바로 세계의 명작으로 손꼽히는 <목욕하는 여인들>, <전원 풍경> 등으로서 현재 그 그림들의 가치는 돈으로 계산하기 힘든 고귀한 작품들이다. 이러한 고난의 과정을 통해 만들어진 그림 중에 1883년 그려진 폴 세잔의 자화상 한 점이 2003년 5월 7일 뉴욕의 크리스티 경매장에 출품되었는데 그 그림이 1,730만 달러(약 210억원)에 팔리는 진기록을 세우게 되었다. 이 그림은 세잔이 55세 되었을 때 그린 것으로, 지난 1937년 이후 처음으로 공개됐다. 세잔이 이렇게 화가로서 빛을 발할 수 있게 된 것은 여러 가지 도움이 있었지만 그 중에 가장 결정적인 계기는 그의 아내가 절망 중에 빠진 남편 세잔이 미래에 크게 대성할 가능성을 믿어주고 희망의 불씨를 심어 준 결과라고 볼 수 있다.

5월은 계절의 여왕으로서 신록의 계절이며 어버이날, 어린이날 등이 있는 가정의 달이다. 부모님께 효도하며 자녀들을 올바르게 양육하며 부부가 서로 사랑으로 도와주며 살아가는 것은 가정의 행복을 이루는 가장 중요한 요소 중에 하나이다. 하나님께서 아담과 그 아내를 창조하신 후 친히 주례 하시면서 서로에게 돕는 배필이 되라고 말씀하셨다. 하지만 사탄의 간교한 꾀임으로 죄가 들어오고 그 죄의 원인을 ‘당신 탓’으로 원망하는 불행이 찾아오게 되었다. 하나님은 우리 가정이 행복하고 건강한 작은 천국으로 다시 회복되기를 원하신다.

오늘 배운 세잔의 아내의 아름다운 내조를 서로가 먼저 실천한다면 그러한 가정이 될 것이다. 고개 숙인 아버지, 허리 굽은 어머니, 자포자기 한 남편과 실망한 아내, ‘내 인생은 나의 것’을 외치며 따로 살아가고 점점 더 멀리 우리 곁을 떠나 가버리는 자녀들... 그러나 이러한 구겨진 몸, 치유되기 힘든 버려진 마음을 다림질하여 당신의 벽장 속에 보관해 주신 예수님께 감사드리며 이 5월에 하나씩 꺼내어 다듬어서 행복한 가정으로 탄생되길 기도 드린다. 이렇게 우리가 서로에게 한 마음이 되어 격려하고 사랑하며 도와주는 돕는 배필이 된다면 우리 가정은 분명 하나님께서 계신 행복한 천국을 이루게 될 것이다.

글을 읽고 느낀 소감을 보내주시면 두 분을 선정하여 작은 선물을 드립니다. 에덴요양병원 원목실(010-7672-2015)



LOVE LETTER 사랑의편지

남편에게 띄우는 편지

곽희정

사랑하는 여보!

우리가 처음 만난 날 기억하세요?
85년 나는 대학 2학년 때 여고동창 열명과 함께,
대학 4학년이던 당신은 배드민턴 코치로
회원들을 모시고 남이섬으로 야유회를 갔었죠

우리가 족구 할 때 당신은 심판을 봐 준다며 말을 걸어와
친해지게 되었고 헤어지면서 저에게 애프터를 신청했었죠

다음 날 광화문 봉쥬르 다방에서 우리의 첫 만남
ROTC 후보생 정복을 입고 나온 당신의
깔끔하고 듬직하고 멋~있었던 그 모습에 마음이 흔들렸고,
사범대 체육교육학과라고 해서 더욱 마음이 통했던 것 같아요
저는 고등학교 3년 동안 체육부장만 했었거든요

그렇게 인연이 되어 7년을 연애하고
제가 27살, 당신이 29살 현역대위 때 결혼을 했죠
귀여운 외동딸 낳고 남들이 부러워하는 닭살부부로
행복하게 잘 살게 해준 거,
이 자리를 빌려 고마움을 전하고 싶어요

당신에 대한 내 마음을 삼행시로 표현할게요

'고' 고마워요! 암이 완쾌되게 도와주셔서
'미' 미안해요! 당신과 살면서
세 번이나 크게 아파 힘들게 해서
'사' 사랑해요! 이 생명 다 할 때까지
당신의 동반자, 꼬리로 지혜롭게 따를게요!

여보
사랑해요!



TODAY 따뜻한 하루



당연히 해야 할 일!

소신은 중대하고 갈 길은 멀다.
그것을 각오하고 사명감에
철저하지 않으면 안 된다.
- 논어 -

영국 런던 거리에서 순찰 중인 경찰이 한 고급 자동차가 신호위반 하는 것을 발견했습니다. 경찰은 당연히 그 차를 길가에 세우고 교통 범칙금을 발부하려는 데 뭔가 이상했습니다.

운전자는 면허증을 요구하는 경찰의 요구보다 뒷좌석에 있는 사람의 눈치를 보며 쭈뼛거리는 것이었습니다. 뒷좌석에 앉아 있는 사람은 영국 총리인 처칠이었습니다. 처칠은 조금 당황한 목소리로 경찰에게 말했습니다.

“정말 미안하네. 나는 영국 총리 처칠이네. 내가 지금 바쁜 국정 회의가 있어서 운전기사에게 신호를 무시하라고 지시하였어. 지금 정말로 급한 상황이니 신호위반은 한 번 봐주면 안 되겠나?”

하지만 경찰은 뒷좌석에 앉은 처칠을 보더니 신호위반을 원칙대로 처벌했습니다.

“거짓말 하지 마세요. 교통법규조차 지키지 못하는 사람이 영국 총리일 리가 없습니다.”

처칠은 나중에 경찰청장에게 전화해 공정한 공무의 대가로 해당 경찰에게 ‘1계급 특진’을 하도록 요청했습니다. 하지만 경찰청장은 처칠에게 말했습니다.

“제대로 된 법을 당연히 집행한 사례에 대해서 그동안 승진시켜준 예가 없습니다.”

출처 : 따뜻한 하루 / www.onday.or.kr



매실

FOOD 몸에 좋은 제철 과일

다른 과일에 비해 월등하게 많이 함유되어 있는 구연산은 섭취한 음식을 에너지로 바꾸는 대사작용을 돕고 근육에 쌓인 젖산을 분해해 피로를 풀어주며, 칼슘의 흡수를 촉진하는 역할도 한다. 한편 매실에 함유된 피부르산은 간의 해독을 돕고, 카테킨산은 장 속 유해세균 번식을 억제하므로 매실을 차로 만들어 장기 복용하면 좋다.

매실에는 강한 살균, 해독작용이 있으므로 식중독을 예방하는 효과가 있고, 정장작용이 뛰어나서 설사와 변비를 치료하는 데 효과가 있다.

하지만 아미그달린이라는 독성물질 때문에 매실을 날 것으로 많이 먹으면 유독 성분이 청산으로 분해되어 중독을 일으킬 수 있어서 매실청이나 매실액 등으로 가공해서 섭취해야 한다.

매화의 열매인 매실의 수확기는 5월 하순에서 6월 중순까지이며, 망종(6월 6일 무렵) 이후 수확한 매실이 최고의 효능을 갖는다. 매실 성분의 85%는 수분이며, 10%는 당분, 5%는 유기산이다. 구연산을 포함한 각종 유기산과 비타민 등이 풍부하게 함유된 매실은 피로 회복을 돕고, 해독 작용과 살균 작용이 뛰어나 ‘푸른 보약’이란 별명이 붙어 있다.



FIGHTING 화이팅릴레이

약무과 김순영

인간에게는 해결되지 않는 고품이 있다. 이것은 우리로 반듯한 옷을 입게 하고 말을 잘 하게 하고 선행을 하기도 하며 때론 누군가를 정죄하여 반드시 나를 옳은 사람이 되게 하고 맛있는 것, 좋은 곳, 멋있는 사람을 찾아다니게 하고 무엇을 사고 어떻게든 갖고 날이 새도록 신기루를 좇게 하며 나를 지키고 나를 생각하게 한다. 이것이 남녀노소, 길가에 거지이든지, 세계 최고의 자리에 있든지, 완전한 기독교인이든 천벌 받을 원수든 똑같이 당면하는 인류의 문제라는 점이 재미있다. 그리고 이 모든 일들이 결단코 사람을 옳게도 배부르게도 살게도 못한다는 점이 헛되다.

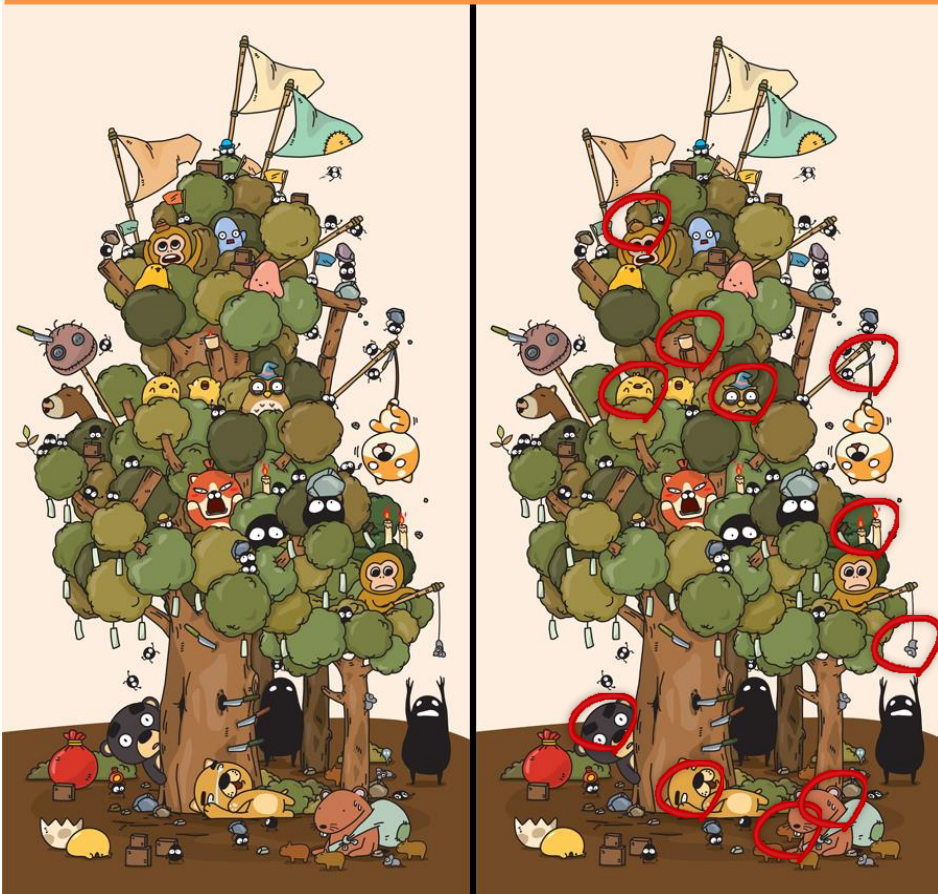
그럼에도 불구하고, 인류를 배부르게 함은 곧 창조주와의 대면이라 믿는다. 누구 말을 믿겠는가. 존재와 목숨이 오가는 일을 누구에게 맡기겠는가. 내 눈으로 보고 내 온 존재를 다해서 확신하자. 하늘의 뜻을 아는 사람이 되자.

하늘의 뜻이 사람에게 비칠 때 사람은 산다. 진정 산다. 사람이 자기의 근본인 하나님과 닿을 때, 온 세계에 가득한 자연스러운 아름다움이 한 가지로 통하여 이해될 때, 나의 바닥에 계시는 여호와를 알게 될 때, 사람은 배가 부르다. 아무 것도 먹지 않아도.

“주의 말씀이 나를 살리셨음이니라” (시 119:50)

화이팅릴레이는 에덴직원들이 환우 여러분께 전하는 응원의 메시지입니다. 김순영님이 지목한 다음 주자는 '총무과장 신안순님'입니다.

지난 호 틀린그림찾기 정답



칭찬합시다~

‘에덴요양병원’님을 칭찬합니다. 아직은 신환자라 지정할 수 없지만 원장님 부터 모든 부서 종사자들, 간호사님들, 원무과 등 모두 넘 친절하고 따뜻한 거 같아요. 뉴스타트는 확실히 좋은 거 같습니다. 식사 메뉴도 좋고 맛도 좋아 감사합니다. - 209호 손명희 -

‘장옥자’님을 칭찬합니다. 언제나 예배 때마다 맛있는 차 손수 끓여 강사목사님 목 건강을 챙겨 주심을 칭찬해드리고 싶습니다. - 708호 정영일 -

301호 ‘박혜림’님을 칭찬합니다. 항상 웃고 바른 모습이 아름답습니다. - 간호부 서경희 -

‘관리과’ 직원들을 칭찬합니다. 추운 겨울, 더운 여름에도 병원 관리를 위해 수고해 주시는 관리과 선생님들 전부를 칭찬합니다. - 간호부 선소미 -

‘선소미’ 간호사님을 칭찬합니다. 귀염귀염한 하이톤의 목소리로 주위 사람들의 기분을 좋게 해 줍니다. 생일 축하드려요~♥ - 간호부 조성은 -

수기공모

에덴뉴스에서 환우들의 글을 모집합니다.

채택된 글은 에덴뉴스에 게재되며, 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

4월과 5월은 에덴요양병원의 가장 아름다운 계절입니다. 벚꽃이 피고 연상홍과 홍산홍이 만발하고 숲은 연한 연두빛으로 시작해 점차 진한 녹색을 띠며 건강한 기운과 공기를 내뿜어 줍니다. 주변이 아름다우면 몸도 마음도 활기를 띠고 치료의 에너지가 형성되어 놀라우리만치 향상된 환우들의 모습을 보는 행복을 선사하는 계절입니다. 이 기회를 최대한 활용하여 향상되고 완쾌된 환우들을 더 많이 보게 되기를 희망합니다.

- 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(10개)

이름 :

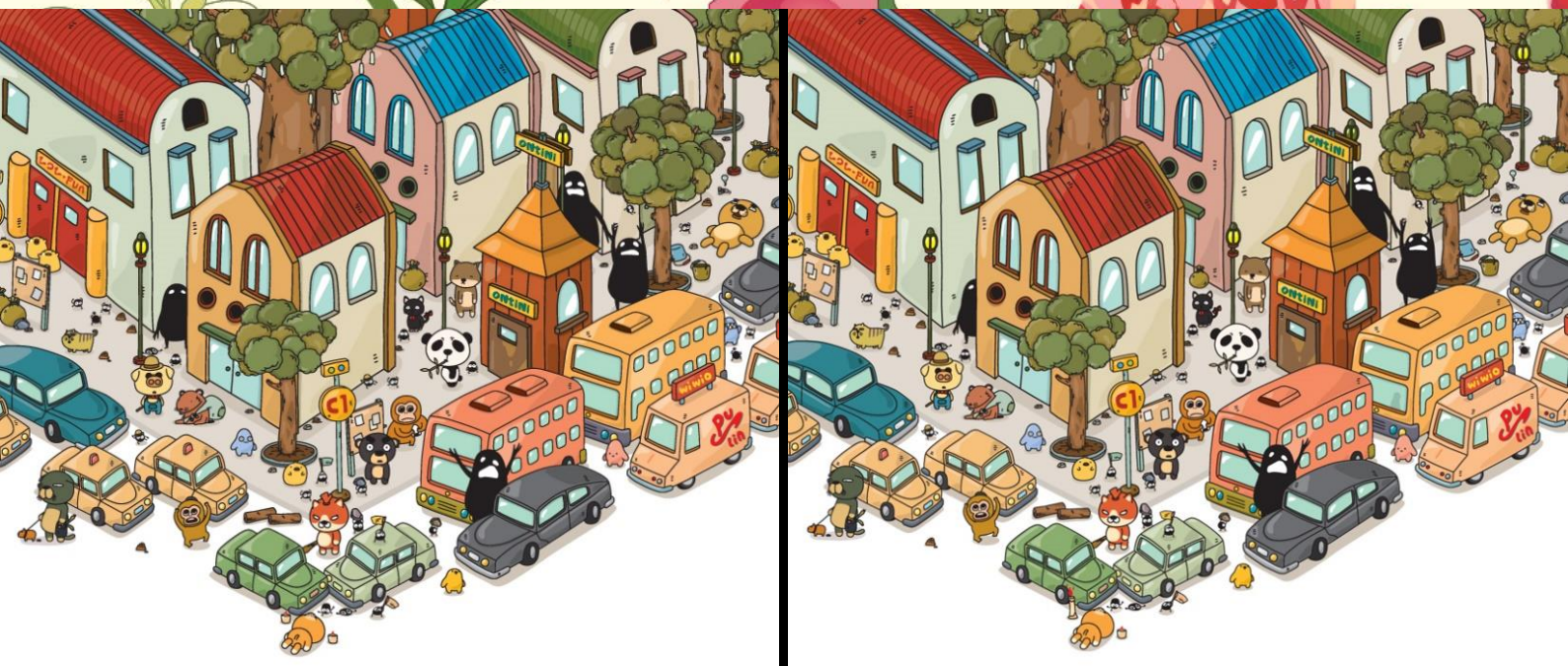
호실 :

호

- ♥ 틀린그림찾기 정답, 칭찬의 글을 홍보기획과로 보내주시면
매월 1분씩 추가하여 매점상품권을 드립니다.
- ♥ 접수마감일은 5월 25일이고, 틀린그림찾기 정답과 칭찬의 글을
모두 작성해 주시면 당첨확률이 높아집니다.
- ♥ 지난 호 당첨자
- 209호 손명희, 708호 정영일, 간호부 서경외, 선소미

()님을 칭찬합니다.

- 칭찬사연을 자세히 남겨주세요



틀린그림찾기 출처 : <http://blog.naver.com/xiipego>

