

삶과 건강

교감/문 덕 진

요

즈음 병으로 인하여 고통 속에서 나날을 보내는 동료 교사들을 많이 볼 수 있다. 그럴 때마다 왜, 무엇 때문에 그에게 벌써 그런 병이 찾아왔을까 하는 생각을 한다.

얼마 전에 삼풍 백화점 붕괴 때 기적적으로 살아난 최명석, 유지환. 그들은 살아있다는 것이 얼마나 소중한 큰 행복인지 깨달았을 것이다. 만약 우리 인간이 죽음의 시간을 알게 된다면 과연 그들은 남은 인생을 어떻게 보낼 수 있을까? 만약 그런 일이 나에게 일어난다면, 나는 어떻게 할 것인가?

우리는 그 해답을 성경에서 찾을 수 있다. 히브리서 3장 4절에 “집마다 지은이가 있으니 만물을 지으신 이는 하나님이니라.”라는 말이 있다. 우리 주위의 어느 하나도 만든 이가 없이 존재하는 것은 없다.

흔히 볼 수 있는 나무, 풀, 꽃 등도

만든 이가 있기 마련이다. 이 세상에 모든 것은 반드시 만든 이가 있으니 존재하는 것이다.

창세기 1장 1절-31절에 의하면 6일 동안 이 세상 모든 것을 말씀으로 만들었다고 한다. 그리고 여섯째 날 우리를 흙으로 빚어서 그 코에 생기를 불어넣어 생령을 만들었다. 창세기 1장 26절에는 “하나님이 가라사대 우리의 형상을 따라 우리의 모양대로 우리가 사람을 만들고”(여기서 복수를 사용한 것은 성부, 성자, 성령은 하나님을 의미)라는 말이 있다. 우리의 모양은 곧 하나님의 모습이다.

과학이 아무리 발달하여도 우리의 심장, 콩팥, 간, 안구 등 인체는 만들 수 없다. 하나님만이 할 수 있는 일이다. 우리를 가장 잘 아시는 분은 우리를 만드신 하나님이다. 발병 원인, 치료 방법도 하나님이 가장 잘 아실 것이다. 불가능한 것도 가능하게 하고

도무지 상상도 못할 기적을 일으키는 분도 하나님입니다.

우리가 병이 났을 때 어떻게 하여야 되는가는 우리를 만드신 이가 가장 잘 알고 계신다.

질병에 시달리고 정해진 수명을 다 채우지 못하는 것은 우리를 만드신 하나님의 말씀에 순종하지 않았기 때문이다. 창세기 1장 29절에 의하면 “내가 온 지면의 씨 맺는 모든 채소와 씨 가진 모든 나무를 너희에게 주나니 너의 식물(植物)이 되리라”는 말이 있다. 하나님이 주신 좋은 식물은 우리를 질병으로부터 지켜주는 보약이지만 우리는 그것을 깨닫지 못하고 인스턴트 음식과 지나친 육류에 의존하고 있어 온갖 질병에 시달리고 있다. 인스턴트 음식 특히 즉석라면을 계속 먹는 사람들은 언젠가는 반드시 배가 아프다고 호소할 것이다.

우리 하나님은 우리를 너무나 사랑하셔서 한 번 상했던 몸을 재생시키는 능력을 베풀어, 주의만 하면 곧 낫게 한다. 그러나 하나님의 뜻을 어기는 사람에게는 용서 대신 큰 벌을 주신다는 것을 잘 알고 있다.

계속해서 뜻을 어기는 사람에게는 죽음을 주시는 것이다.

하나님의 뜻에 따라 삽시다. 마음을 편히 갖고 사랑을 베풀며 살아갑시다. 남을 위하여 착한 일을 행합시다. 나보다 남을 의식하며 말과 행동을 합시다. 한 번 내뱉은 말은 다시 걷어들이지 못합니다.

요즈음 이상구 박사의 NEW START운동이 마스크를 통해 널리 알려져 있다. NEW START 운동은

N:NUTRITION

E:EXERCISE

W:WATER

S:SUN

T:TEMPERANCE

A:AIR

R:REST

T:TRUST IN GOD

의 약자이다. 이상구 박사는 알레르기 전문의였다. 많은 알레르기 환자들에게 약을 주고 치료를 해주어도 곧 다시 병원을 찾곤 했다. 박사는 근본적인 치료는 약으로는 안된다는 것을 깨닫고 음식으로 병을 다스리기 시작했다. 하나님의 가르침대로 병을 치료하게 되었다. 많은 환자들이 하나님의 방법으로 치료받은 결과 다시 병원을

찾지 않았다.

풍부한 영양 섭취와 꾸준한 운동, 좋은 물, 좋은 햇빛, 절제, 깨끗한 공기, 충분한 휴식, 그리고 믿음이 그 해결책이다. 열매 맺는 모든 과실나무도 위의 것들이 없으면 열매를 맺지 못하고 얼마 안 가서 그 생명을 잃을 것이다.

여러분은 우리가 매일 섭취하는 음식이 얼마나 우리 인체에 중요한지 알 것이다. 난 벌써부터 이런 배움을 받은 것에 얼마나 감사한지 모른다. 여러분들도 이런 좋은 말씀을 속히 받아 건강하게 살기를 바란다.

그리고 그분에게 감사의 뜻을 전하고 싶다.

마지막으로 성경 한 구절을 소개하고자 한다.

레위기 11장 3절 “짐승 중 너희의 먹을 만한 생물은 이러하니 짐승 중 무릇 굽이 갈라져 족발이 되고 새김질하는 것은 너희가 먹되”

9절 “물에 있는 모든 것 중 너희의 먹을 만한 것이 이것이니 무릇 강과 바다와 다른 물에 있는 것 중에 지느러미와 비늘 있는 것은 너희가 먹되”

21절 “오직 날개가 있고 네 발로 기

어다니는 모든 곤충 중에 그 발에 뛰는 발이 있어서 땅에서 뛰는 것은 너희가 먹을지니.”

우리에 대하여 가장 잘 아시는 분은 하나님이다. 건강하게 사는 것은 곧 그분을 믿는 것이다. 우리 모두 건강하게 삽시다.