

2019년도 표어
『풍성하게 채우시는
하나님』 (사 30:23)

NEW
순복음Life
제39호

발행일 : 2019. 7.14
발행인 : 한승권 목사
위원장 : 김미진 집사
발행처 : 문서위원회

“ 지금 감사하기를
아침에 쓰면서 하루 시작에 대한
감사뿐 아니라
오늘 행하실 일들에 대한
감사까지 기도하는
마음으로 보내려 가고 있습니다. ”



<이달의 간증>

-김정화 집사-

"간증"이라 하면,

어린 시절 시골 교회 부흥회 때 부흥 강사 목사님이 말씀하셨던 천국을 다녀왔다는지, 앓은 자가 일어났다는지, 세상 사람들이 보기에든 기적 같은 일들을 겪은 분들이 하는 것이라 생각해 왔던터라, 문서위원회에서 예전부터 여러 차례 간증 부탁을 받고도 부담스런 마음에 “제가 드릴 말씀이 없어요” 하고는 그냥 웃음으로 넘기곤 해왔습니다. 저처럼 이렇게 평범하게 신앙생활하고 있는 성도가 간증으로 성도님들을 대한다는 것 자체가 아마도 큰 부담이었는데도 모르겠습니다.



하지만, 매일매일 숨 쉬고 있는 이 자체가 이적이고 감사이고, 순간순간이 하나님의 역사임을 알기에 부끄럽지만 작은 고백 하나를 꺼내어 성도님들과 함께 나누고자 합니다.

저는 지금 5년 넘는 시간 동안(중간에 1년 정도 쉬었던 적도 있음) "감사일기"를 쓰고 있습니다. 예전 저희 회사에서 있었던 강의 세션 중, 외부강사 초청 강연에서 "감사일기"에 대한 이야기를 듣고 제 삶에서 실천하게 되었지요..

처음 시작 할 때는 일기 쓰듯 하루의 시작을 감사하며, 그날 만났던 사람들, 좋은 일들, 무엇보다 잘 이루어지지 않았던 일들까지 감사로 써 내려갔습니다.

그러면서 감사가 또 다른 감사를 낳게 한다는 그 말씀을 체험하듯 예상치 않은 곳에서의 작은 변화들이 일어나기 시작했습니다.

팀원들한테도 감사 노트 한 권씩 나눠주고 함께 쓰도록 독려도 하며 잘 쓰는 직원에게는 작은 선물도 전해주며 긍정적이고 겸손함을 자연스레 익혀가게 하였습니다. 하지만, 여러 명이 하다보다 힘들어 하는 팀원들도 있었지요.

저희 팀원 한 분이 도대체 저는 쓸게 없는데 매니저님은 매일 뭘 쓰는지 궁금하다며 저한테 어떻게 쓰는지 보여 달라 하더라구요.

‘그냥,, 다 감사지.

출근길 안전하게 지켜주심 감사, 팀원들 결근자 없이 다 정시 출근 해준 것도 감사, 약속 잘 지켜준 고객님께 감사, 약속 펑크 난 것도 감사(다른 일을 할 수 있는 시간 갖을 수 있음에..), 계획대로 이뤄진 일들, 그렇지 않은 일들... 주일 성수 할 수 있음도 감사, 찬양대 찬양 실수 없이 할 수 있음도 감사, 남편과 함께 예배드릴 수 있음도 감사...' 정말 소소한 일상의 감사들을 적어내려 간 것을 보고는 "나는 감사할 일이 없다 생각했는데 정말 감사할 일들이 많네요" 하더라구요.

그러면서 감사일기를 쓰기 시작하며 일어났던 삶의 변화들을 서로 이야기하기 시작했습니다. 생각지도 못한 분들한테 연락이 와서 결과들이 나오기도 하고 관계도 좋아지고 그냥 다 감사한 생각이 든다고,,, 감사한 마음들을 여러 모양으로 나누면서 본인들의 삶의 변화 뿐 아니라 회사 내의 어느 팀보다도 강한 팀으로 성장하게 되었습니다. (지금도 잘 쓰고 있는지 다시 한번 돌아봐야겠네요~^^)

저는 어땠나요?

모두 아시겠지만 감사일기를 쓰면서 얼굴 표정도 더 밝아지게 되었고, 직장에서의 결과도 안정적으로 성장하게 되었습니다.

회사 연수원의 매니저 입문과정에 고정으로 강의를 가게 되면서 사례발표 등을 통해 자연스레 선한 영향력을 끼치게 하였고 당진지점내에서도 제가 하고자 하였던 교육관련 일들까지 겸하며 즐겁게 일하고 있습니다. 그리고 인생의 중요한 동반자, 제 곁을 지켜주는 사랑하는 김성대 성도도 만나게 되었구요^^(감사목록에 자주 등장하였음).

자라온 환경도 다르고 성격도 다르지만, 서로에게 감사한 마음을 자주 표현하며 둘이 아닌 하나가 되게 하셨습니다.

위에서 잠깐 언급했지만 1년 정도 중간에 감사 일기 쓰는 것을 쉬었을 때, 정말이지 사람과의 관계도 엉망이었던 적도 있구요. 일은 더 말 할 것도 없이 근근이 체면치레 정도만 유지 할 수 있었답니다. 불평과 불만이 많아지고 감사보다는 당연하더라 마음이 들고, give & give를 말하던 입술에선 give & take를 생각하며 관계를 계산하게 되니 당연히 관계가 좋을 리가 없었지요.. 하지만, 저를 사랑하시는 하나님께서 저를 그냥 내버려 두지 않으시더라구요.

다시 일으켜 세워주시고, 일어날 힘을 부어 주시면서 주님 자녀로 빛이 나게 하셨습니다. 달란트를 주심에 그치지 않고 사용케 하신 찬양대 지휘자의 사역도 감사로 하게 하시니 큰 기쁨이 아닐 수가 없습니다. 지금은 감사 일기를 아침에 쓰면서 하루 시작에 대한 감사뿐 아니라 오늘 행하실 일들에 대한 감사까지 기도하는 마음으로 써 내려 가고 있습니다. 사랑하는 성도님들~

감사할 수 없는 일들까지도 감사할 수 있는, “그럼에도 불구하고” 감사를 선택했던 다윗처럼 어떤 상황 속에서도 감사가 끊이지 아니하며, 주님의 뜻을 알아가는 귀하고 복된 성도님들의 삶 되시길 주님의 이름으로 기도합니다.

“아무 것도 염려하지 말고, 다만 모든 일에 기도와 간구로 너희 구할 것을 감사함으로 하나님께 아뢰라. 그리하면 모든 지각에 뛰어난 하나님의 평강이 그리스도 예수 안에서 너희 마음과 생각을 지키시리라” 빌4:6-7

<지난호 성경퍼즐 정답>

그	리	스	도			베	드	로
리			마	태				데미
심		셋		초	림		요	나
산	돌		성					무
	감		참	미		엘		
참	람			사	마	리	아	
	나	다	나	엘			볼	
올	무		사			실	로	암
		실	로		웁	바		몬



1. 아주 작은 아기 하은이를 만난게 불과 얼마 전 같은데 벌써 장성하여 대학을 졸업하고 직장에 다니시지요? 구체적으로 무슨 일 하세요?

지금은 일산에 있는 연세마두병원에서 물리치료사로 근무 중 이에요! 다들 아시는 전기불히고 찜질 드리는 일도 하고 있구요. 직접 수술한 환자들, 오십견있는 분들 등등 환자분들을 운동시키는 도수치료도 하고 있습니다!

2. 딸 부잣집의 둘째딸이시지요? 원래 가운데 갱긴 자녀가 매우 서럽다는데 하은이는 어떤 유년 시절을 보내셨나요? 혹시 위로 언니와 아래로 동생들 때문에 불합리하다는 생각은 안해 보셨나요?

가끔 장난으로 말하지만 부모님이 굉장히 미안해하는 일이 있는데요. 제가 돌잔치를 했을 때 뭐를 잡았는지 아무도 모르더라구요. 언니는 열 손가락 금반지 낀 사진도 있는데 저는 사진도 별로 없고.... 중간에 꺼서 불편하다기보다는 둘째라서? 서러운 기억이었어요 ㅎㅎ 그래도 언니도 있고 동생도 있어서 전 좋아요!

3. 아들끼리도 우애 있게 잘 지내는 집이 많지만 특히 딸들끼리는 자매애가 남다르다지요? 딸 많은 집의 좋은 부분을 말씀 해 보세요~

딸들만 있다면 첫 번째, 다들 말이 엄청 많아요. 요즘에는 주말에만 만나니까 주말에는 집이 시끌시끌합니다. 두 번째는 서로 이해하는 부분이나 공감되는 부분들이 많아요. 여자들끼리라서 그런지 화장품이나 옷, 등등 서로 골라주기도 하고 선물해주기도 하고 화가 나거나 슬픈일, 기쁜일이 있으면 서로 전화해서 이야기하고 같이 화도내주고 축하해주기도 하죠! 마지막으로 앞예와 겹치지만 서로 잘 챙긴다는거예요! 서로 어디가면 생각나서 사오기도하고, 필요하면 챙겨 주기도하고 말이에요 ㅎㅎ

4. 살면서 무엇을 할 때 가장 신나고 즐거우세요?

요즘에는 바쁘게 교회 일을 할 수 있다는게 즐거워요! 잠시 제가 교회일에 거의 손을 놓고 지냈을 때가 있었는데 너무 지루하고 늘어지더라구요. ㅎㅎ 지금처럼 살짝 피곤하고? 바쁘고 정신없이 지내고 있지만 할 수 있는 교회 일이 있어서 너무 즐겁습니다!

5. 자신에 대한 콤플렉스가 있을텐데요~ 궁금해요.

저는 보다시피 키에 엄청 콤플렉스가 있었어요. 초등학교 때 바이올린 부에서 공연을 했어요. 그런데 두 줄로 서는데 5학년인 저보고 1,2,3학년들 이랑 앞줄에 서라고 그랬었어요. 하지만 제가 자존심이 있지 그렇게는 하기 싫다고 울면서 나갔던 기억이 있어요. 요즘에는요~ 누가 작다고 말해도 크게 타격을 입지 않는 것 같아요. 그만큼 자존감이 높아진 것 같아요!

6. 요즘 보면 학생 때까지는 하나님을 정말 잘 믿지만 청년이 되면서 세상 유혹을 이기지 못하는 친구들이 많이 보이지요? 어떻게 생각하시나요?

너무 마음이 아프죠. 저희 학년도 원래는 항상 머릿수도 믿음으로도 지지 않는 학년이었는데 지금은 다들 어디 있는지... 뭔가 제가 더 챙겨야 하겠는데 라는 생각도 들더라고요. 분명히 세상에서 느끼는 행복함이 있겠지만, 지금 재적 되어있는 모든 학생 청년들이 주님 안에서 느끼는 평안함과 행복함, 즐거움이 더 크다는 것을 알았으면 좋겠어요.

7. 지금 교회에 언니나 오빠들이 결혼을 마구마구 하고 있지요?

하은이는 언제쯤 결혼 계획을 가지고 있나요?

제 주변에 올해 10명 정도가 결혼을 하더라고요. 특히 언니가 결혼을 하니 주변에서 저에게도 언제 결혼하는지 물어보는 분들도 많더라고요. 하지만 저는 30!살 즈음 할 생각입니다. 준비가 다 된 상태가 됐을 때요. 제가 뷔페 맛있는데 찾아 볼 테니 많이 와주세요 ㅎㅎ

8. 집안에 새 식구가 생겼지요? 새 식구 형부 자랑 좀 해 주실래요?

저희 형부는요~ 엄청 장난기가 많아요! 오늘도 백송이 청년이 저랑 장난치는 모습을 보고 누가 이 둘을 형부랑 처제라고 생각하겠어. 라고 하더라고요. 그만큼 먼저 장난도 많이 걸어주고, 항상 배려 해 주려는 모습이 고마웠어요. 그래도 제일 장점은 그 무엇보다 언니한테 잘해준다는 점이에요 ㅎㅎ 결혼 전부터 저희 가족들한테도 엄청 잘 챙겨줬었구요.

9. 길지도 않지만 그렇다고 아주 짧지도 않은 인생을 사셨습니다.

잘했다고 본인 칭찬하고 싶은 일은 무엇이 있나요?

교회 일을 열심히 하는 것? 당연한 일을 하고 있는 것이긴 하지만 그래도 지금까지 제가 한 일 중에 그게 가장 칭찬 받을 일이지 않을까 싶습니다.

10. **하은이의 눈에 비춰진 세상은 어떤 세상인가요? 주님을 알지 못하는 세상 청년들을 중심으로 말씀 해 주세요.**

너무나도 화려한 곳이라고 표현하고 싶어요. 물론 육체의 시선으로 봤을 때요. 왜냐면 제가 봐도 너무 재밌는 것, 예쁜 것, 신기한 것, 눈길을 끄는 것이 많아요. 변화가 빠른 학생, 청년들은 더할 나위 없이 좋아 할 곳이라고 생각돼요. 요즘에는 마귀가 뻘한 방법으로는 유혹하지 않고, 자연스럽게 눈 깜짝할 사이에 스며들더라구요. 물론 분별력이 부족한 세상 청년들은 이미 깊게 빠진 친구들도 있을 겁니다. 그런 친구들을 구해내고 지금 교회에 있는 청년들이 빠지지 않도록 도와 주는게 제가 해내야 할 일인 것 같습니다.

11. **아이들을 가르치는 교사로 사역중이신데 어려운 점은 무엇이고 좋은 점은 무엇인가요?**

일단 좋은 점은 아이들을 좋아하는 제게 아이들을 가르칠 수 있는 기회를 주신 것입니다. 어려운 점 또한 아이들을 가르친 다는 것입니다. 요즘 애들은 너무 빨리 크는 것 같아요. 저도 따라가기가 너무 어려워요. 또한 아이들을 주님의 말씀으로 가르치려니 아직은 그 내용들이 어려운지 가끔은 잘 못 따라오기도 하는데 이걸 제가 아이들을 잘 이끌어가야 하는 사명이라고 생각합니다. 그래도 저는 저희 2학년 승찬, 원희, 유빈이를 포함한 다니엘 유초등부 친구들을 많이 사랑합니다 ♥

12. **안타깝게도 우리는 믿음의 배우자를 만나야 하는데 그렇지 못한 언니들이 있습니다. 이점을 어떻게 풀어나가야 할지 고민해 보세요.**

우선은 이미 부부의 연을 맺었으니 남편들을 교회로 인도해야 되지 않을까요!! 그러기 위해서는 언니들의 힘도 있어야겠지만 요한 남선교회의 도움도 필요할 것 같습니다! 그리고 우선은 지금 아직 결혼을 안 한 사람들은 배우자를 위해 기도해야 하고 또한 믿음을 우선순위로 생각해야 합니다. 물론 어려운 일이겠지만 기도로 준비해서 하나님의 예비하심을 받도록 노력합시다!

13. **그럼 반대로 너무 후회스러워 기억조차 하기 싫은 사건은요?**

제가 교회 일에서 손을 놓았을 때겠조..? 한번 라이프지에서도 간증했었는데요. 한참 교만이 오를대로 올랐을 시절에 제가 있던 자리의 소중함을 알지 못하고 다 내려놓았었습니다. 그때 누군가 저를 잡아주고 다시 불러줄 줄 알았어요. 다시 생각해도 너무 부끄럽습니다. 그전으로 돌아갈 수 있다면 그 자리에서 최선을 다 할 겁니다!

14. 앞으로 젊은이들이 살아가는데 세상은 우리가 알 수 없는 여러 가지 방법으로 유혹하여 믿음을 쓰러뜨릴것입니다. 세상을 이기고 승리할 믿음을 갖기 위해 무슨 노력을 하고 계세요?

예배 생활을 빼먹지 않으려고 합니다. 제가 최근에 3주간 교회에 나오지 못했습니다. 첫 주는 평소와 똑같아서 아무렇지 않았는데 둘째 주에는 마음이 불안하고, 뭔가 답답한 기분이 들었습니다. 그런데 정말 무서운 건 셋째 주가 되니깐 그런 마음은 서서히 사라지고 담담하게 세상 속에 있는 제가 원래의 저인 것 마냥 지냈었습니다. 정말 다행히도 전도사님의 연락, 엄마가(원재옥 권사님) 주일예배 말씀을 챙겨주고 언니(유혜진 성도님)와 계속 여름성경학교를 계획하며 그래도 다행히 긴장의 끈까지지는 놓치지 않은 것 같습니다. 예배에 빠지면 육체는 편해지겠지만, 영혼은 그것보다 배로 곤고하고 쓰러진다는 것 다들 겪기 전에 아셨으면 좋겠습니다. 금요 철야 때 큰 소리로 찬양하는데 너무 즐겁더라고요 ㅎㅎ

15. 엄마는 권사님이시지만 아빠는 아직 교회에 발걸음을 안하고 계셔서 무척 안타깝습니다. 아빠의 영혼 구원을 위하여 둘째 딸 하은이는 무엇을 하고 계신가요?

예전에 전도사님께서 전도의 방법을 여러 가지 설명 해 주셨었는데요. 그중에 가랑비전도법이라고 ‘가랑비에 옷 젖는 줄 모른다’라는 속담이 있잖아요. 그것처럼 계속해서 말씀을 전하고 권유하고 기도하다 보면 전도가 된다는 이야기죠. 그래서 지금 굉장히 오랜 시간동안 아빠에게 적용 중이에요. 아빠의 마음이 너무 넓은지 아직은 다 젖기에는 부족한 것 같아요. 그렇지만 저희 가족의 기도와 권유가 끊어지지 않는 한 아빠가 교회에 나오실 날이 머지 않았다고 생각해요. 성도님들도 함께 기도 부탁드려요!

16. 하은이를 보면 너무 기뻐합니다. 청년이 되어 먼 곳에 나가 직장 생활을 하면서도 신앙과 사명을 본 교회에서 잘 지키고 계십니다. 어떤 다짐이 있었을까요?

지킬 건 지키자. 말 그대로 지킬 건 지키려고 노력중입니다. 그런데 가끔은 세상 사람들과 일을 하는 중에 인간적인 성격과 모습들이 나올 때가 있는데 자제를 못할 때가 있어요... 성격적인 부분에서! 이건 아직도 제가 기도하고 고쳐 나갈 점이라고 생각합니다.

17. 그동안 부모님 눈에 눈물 나도록 힘들게 한 일은 무엇이 있나요?

흠... 아마 제가 다쳤을 때가 아닐까요? 한번은 친구랑 파이프 끝과 끝에 서서 번갈아 치면서 주고받는 놀이를 하고 있다가 순간적으로 위치를 까먹어서 친구가 친 파이프에 제 눈이 맞았습니다. 너무 아파서 사무실에 있는 아빠에게 갔어요. 저는 몰랐지만 눈에서 피가 났다고 하더라구요. 다행히 눈에는 문제가 없고 눈 위랑 미간에 상처가 났었어요. 그때 상처는 아직도 남아 있습니다. 그리고 초등학생 때 잠바 지퍼가 학원 차에서 내리다가 문에 끼어서 그대로 5m를 끌려갔었어요. 다행히 자크가 빠지면서 튕겨 나왔지만 찢어진 잠바를 입고 엉 울면서 집에 오니 아마 엄청 놀라셨을꺼예요. 바로 병원에 갔는데 다행히 주님의 보호하심이였는지 까진 상처정도였습니다. 이외에도 짜잘한 사건사고가 많았는데요. 다행히 부모님께서 저를 하나님께 맡기고 키워서 인지 크게 다치지 않고 잘 큰거 같습니다.

18. 살아온 날보다는 아직 살아가야 할 날이 많아 100년쯤은 남았지요?

남은 인생을 주님 안에서 설게 해 주시겠어요?

우선은 결혼 전까지는 지금처럼 다른 지역에서 일하고 교육도 들으면서 자기계발을 하고, 주말에는 교회에 와서 지금 하는 교사의 일을 감당하고 싶어요. 결혼을 하면 저는 당진에 정착해서 제 언니(유혜진 성도님)처럼 우리 교회에서 일을 열심히 하고 싶어요. 아! 그리고 제가 기도하는 배우자의 중요한 조건은 제가 교회 일을 하는데 함께 지원해 줄 수 있는 사람으로 생각하고 있습니다. 그래서 교회에 큰 힘이 되는 가정을 이루는 것이 제 꿈입니다. 그 이후는 생각을 안해봐서 설계는 못하지만 항상 갈림길에 섰을 때에 기도로 정하며 나아갈 것입니다! 믿음의 선배님들이 다들 그렇게 하고 축복 받는 삶을 사시더라구요 ㅎㅎ



사랑의 집사님!

이종희 집사

언제나 밝고 환한 미소와 작은 체구에서 뿜어져 나오는 열정이 주변 사람들을 기쁘게 만드는 매력 있는 이종희 집사님을 칭찬합니다. 온갖 달란트는 집사님께서 다 가지고 계신 듯 합니다. 성도들과의 관계에서부터 울동, 찬양, 환경꾸미기, 소품 만들기 등등..... 딱 하나만 잘 해도 복 받은 삶일텐데 우리 집사님은 복에 복을 더하여 또 거기에 복을 더한 듯 합니다. 그중 더 하나님께서 기뻐하실 일이 있는데 그것은 바로 전도에 열정 또한 남다르십니다. 필자도 집사님의 권유를 통하여 우리교회에 발을 담그기 시작했으니까요~

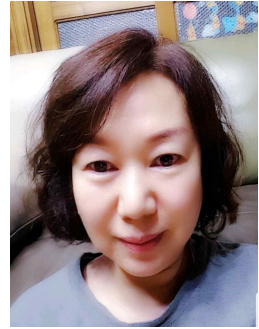
올해 초부터 건강상의 문제로 많이 힘들었지만 환난 가운데 오히려 더 크게 솟아나는 감사의 고백은 또 다른 축복으로 이어져 가고 있습니다. 누구든 좌절할 수 밖에 없는 상황 가운데 힘내시며 잘 감당하고 계신 집사님을 보면 다른 성도들도 은혜 받으며 함께 감사할 수밖에 없습니다. 이제 절반을 넘고 넘어 얼마 남지 않은 치료의 모든 과정을 주님 손잡고, 또 성도의 중보를 통하여 끝까지 승리하시길 기도합니다. 모든 상황 끝에서 알게 될 주님의 크고 놀라운 일들을 기대하며 감사 고백이 넘치는 집사님이 되시길 축복합니다.



<새가족 소개>

- 한미경 성도 -

오송녀 집사님의 딸로 4년 전 아버지께서 소천하신 후 잠시 우리 교회에 출석하셨던 한미경 성도님을 소개합니다. 그때는 교회에 예배를 비롯하여 여러 가지 일들이 부담이 되어 발길을 끊었다고 하네요. 그렇지만 딸의 신앙이 주님 안으로 들어오길 갈망하며 기도하시는 엄마의 권유가 있었구요. 또 남동생 부부가 자녀들과 함께 서울에서 열심히 신앙생활하는 알고 보니 3대가 믿음을 쌓고 계신 기독교 집안이었습니다.



가족들이 한미경 성도님의 신앙을 위해 얼마나 기도했는지 이해가 되는 부분입니다. 게다가 교회에 낮을 익혀서 아시는 분들이 볼 때마다 한마디씩 하시는 복음의 말씀이 마음을 움직여 다시금 우리 교회에 나오시게 되었습니다. 처음 교회에 오셨을 때의 부담감이 지금 아예 없는 것은 아닙니다. 그래도 사랑하는 엄마가 딸과 함께 이 전에 출입하길 원하시니 한번 해 볼 작정이십니다. 거기다 구역장이신 송미정 집사님께서 위낙에 잘 이끌어 주셔서 잘하고 계시다는 고백도 하셨습니다. 본업은 주부이신데 부업으로 암웨이 사업을 하고 계시다니 여러분들 참고하시고요~

남편과 슬하에 중2와 중1 아들이 둘 있습니다. 연년생인 아들들은 흔히 많이 싸우고 자란다는 말을 듣지만 한미경 성도님의 아들들은 형제우애가 남다르답니다. 서로 다투지 않고 부모님 말씀도 잘 듣는 순둥 순둥한 착한 아들들이랍니다. 이제 큰아들이 살짝 사춘기에 접어들고 있어서 잘 지나가길 기도하고 계시다니 여러 성도님들도 기도 보태어 주세요~~

남편 또한 자녀를 사랑하고 아내를 사랑하는 가정적인 분이시라고 합니다. 과묵하며 잔소리가 없으시고 살림 또한 완전하게 아내에게 맡기고 가장으로서 해야 할 일에 책임을 다 하는 분이시라고 칭찬하셨습니다.

자신은 아직 믿음이 적다고 말씀하신 한미경 성도님은 앞으로 자신이 입술로 고백한 모든 일에 대해서는 책임을 지고 최선을 다할 것이라 했습니다. 또한 믿음이 성장 하는 대로 더 적극적인 모습 보여 드린다니 우리 모두의 기도가 더욱 필요하겠습니다.

<시>

불확실한 오늘의 삶을 살았고
이제 안개 자욱한 내일을 바라볼 때
염려와 불안함이 엄습해 옵니다.
그러다 주님께서 비추시는 그 빛을 바라보며
혈루증 앓았던 여인처럼
나도 그렇게 주님의 옷자락을 움켜 잡습니다.

주님!
알 수 없는 수많은 불안과 근심과 두려움 속에서
떨고 있는 저의 모습이 보이지 않습니까?
엄마 품에서 아무 걱정 없이 그렇게 평안한 아이처럼
나도 그렇게 주님 품에서 고요하길 원합니다.

그러나 나는
허다한 위선과 거짓과 쓰러지는 연약함속에서
오늘도 괴로움에 몸서리 치고 있습니다.
주님을 바라보고 주님께 애타게 부르짖어야
내가 살길임을 알지만
유혹은 나를 더욱 깊은 구렁텅이로 던져 버립니다.
이제 긍휼은 없습니다.
사랑도 없습니다.
용서도 없습니다.
성령 충만은 아예 모르겠습니다.

그렇게 실망하고 낙망한 나의 삶은
그저 힘없이 쓰러져가는 작은 갈대 잎사귀와도 같습니다.

그러다 문득
안개 저 너머 작은 빛을 통하여
나 때문에 근심하시는 주님을 발견했습니다.
그러면 안 되는 것이었습니다.
무릎을 꿇었습니다.
살려 달라고 애원했습니다.

혈루증 앓았던 여인처럼
나도 그렇게 주님의 옷자락을 움켜잡습니다.



박선진 집사

<알기>

6월의 어느날...

평소 연락이 뜸하던 소꿉친구의 부재 중 전화가 찍혀 있다. 다시 보니 문자도 하나 와 있다. 어린 시절 함께 뛰놀며 초등학교와 중학교를 함께 다닌 친구 상경이의 엄마가 소천하셨다는 내용이다. 저녁엔 수요일예배가 있고 내일이 발인이라니 오늘밖에 시간은 없다. 근무시간 중 잠시 짬을 내어 장례식장으로 차를 달렸다. 20여년 만에 만난 상경이의 얼굴은 금방 알아 볼 만큼 변하지 않았다. 무슨 말로 어떻게 위로해 줄지~ 막연한 생각을 하며 간 걸음이었는데 어쩐지 상경이 얼굴은 해맑았다. 나를 보고 웃어주었다. 난 그저 다가가 어린 시절을 함께한 친구를 꼭 끌어 안아줬을 뿐 쉽게 어떤 말도 시작하지 못하며 주저하고 있었다. 서로의 안부를 잠시 묻고.....

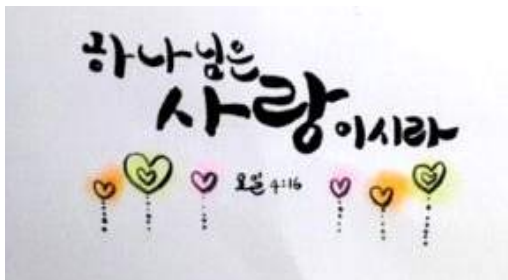
자연스레 돌아가신 아주머니에 대한 이야기로 옮겨졌다. 어린 시절 우리는 누구네 집이든 내 집처럼 드나들며 놀았었다. 아주머니는 먼지와 흙투성이로 더러워진 양말을 신고 방과 마루를 넘나들며 뛰노는 우리 말괄량이들을 싫은 내색 없이 어여빠 여겨 주셨었다. 때가 되면 집으로 보내지 않으셨고 꼭 식구처럼 밥상에 둘러 앉혀놓으셨기에 따뜻한 밥도 같이 먹는 날이 허다했다. 상경이 엄마뿐 아니라 그 외 여러 친구의 엄마들이 모두 같았다. 내 아이 네 아이 할 것 없이 모두 당신들의 자녀인 듯 챙겨주시고 아껴 주셨다. 그 중 특히 상경이 엄마는 가끔 짓궂은 장난으로 나를 난처하게 하시고는 크게 깔깔 웃으시는 귀여운 모습도 기억에 남는다.

그때는 분명 나도 상경이도 그리고 친구들도 교회에는 다니지 않았었다. 어릴 적 우리 동네는 미신과 우상숭배가 아주 강하게 지배하던 그런 동네였다. 그곳에 몇 안되는 기독교인들이 계셨고 그분들의 진정한 그리스도인으로서의 삶과 베품과 나눔이 우상숭배로 가득하였던 마을의 대부분 가정들을 하나님 믿게 하는 큰 기적과도 같은 일을 만들어 내셨다.

아마 상경이 엄마도 그런 분들의 헌신을 통하여 주님을 만나신 것 같았다. 2년 전 아버지께서 권사님으로 소천 하셨고 엄마 또한 권사님으로 천국에 가셨다고 했다. 돌아가시기 바로 전 주말에 아들 딸 며느리 사위 모두 모여 여행을 다녀왔다고 했다. 밤새 웃고 떠들며 즐거운 시간을 보내고 엄마는 월요일 잠자리에 드신 후 화요일 아침엔 일어나지 못하고 이미

천국에 가셨다고 했다. ‘하나님께서 사랑하신 정말 복 많이 받으신 아주머니네~’ 생각하는데 상경이에 말이 더 이어졌다. 아주머니는 주일에 교회 가시는 걸 너무 즐거워 하셨고, 또 교회에서 진행되는 할머니들을 위한 프로그램이 있는데 그걸 또 그렇게 좋아하셨다고 했다. 또 동창 중 한 명이 운영 중인 노인복지관이 있는데 주중에는 거기서 또 즐겁게 시간을 보내곤 하셨다고 했다. 물론 복지관을 운영하는 동창도 하나님을 아주 잘 믿는 친구기에 어르신들을 잘 모셨다고 했다. 또 아주머니에겐 6남매가 있다. 그 6남매가 아버지 돌아가시고 홀로 남은 엄마를 위해 2년간 당번을 섰다는 것이다. 단 한 번도 건너뛴 적 없고 매주 주말마다 자녀들이 돌아가며 시골집에 내려와 엄마와 함께 시간을 보내고 갔단다. 정말 감탄하지 않을 수 없었다. 자녀들 중 정히 시간이 안되면 대타라도 세웠다는 말에 또 놀랐다. 요즘 이렇게 효도하는 자녀들이 있다는 것에 놀라면서도 당연한 이 일로 놀라고 있는 내 모습이 안타깝기도 했지만 말이다. 내가 처음 장례식장에 들어서며 만난 상경이에 얼굴이 후외의 눈물로 얼룩진 것이 아니고 어찌하여 해맑은 웃음이었는지 짐작할 수 있게 되었다. 난 당연히 상경이도 엄마 아빠처럼 하나님을 믿는 줄 알았다. 그런데 의외로 아직 다니지 않는다는 친구에 말을 들었다. 난 조용히 상경이의 손을 잡고 이제 그리워지고 보고 싶어질 엄마를 만나기 위해서는 꼭 하나님을 믿으라고 이야기 해 주었다. 엄마와 아빠가 가시기 전까지 자녀에 믿음을 놓고 얼마나 많은 세월 기도하셨을지 눈에 보이는 듯하여 마음이 무거워지기도 했다. 교회에 가 보겠다는, 그래서 나중에 천국에서 엄마와 아빠를 만나겠다는 친구의 말을 듣고 나는 잠시 비워둔 근무지로 다시 바쁜 걸음을 옮겼다.

김 미진 집사



감사릴레이

박순남 권사

범사에 감사하라 주의 선하심이 영원함으로다 아멘

풍성케 채우시는 하나님을 보라 말씀하셨습니다. 우리 가정에 큰딸 혜주가 결혼하고 새 식구가 둘이나 생기는 풍성함의 축복이 있습니다. 새 식구 사위와 새 생명의 잉태가 하나님의 선물임을 알기에 감사드립니다. 또 사랑하는 아들 원준이가 찬양하며 찬양대에서 예배위원으로서의 사명을 잘 감당하는 모습을 보면 너무나 감사한 마음입니다. 원준이를 사랑하셔서 부족한 부분을 감싸주며 잘한다 칭찬하며 함께 기도해 주신 성도님들 덕분에 이렇게 잘 자라준 아들이 자랑스럽습니다. 아들!! 엄마가 아주 많이 사랑해~~

다음주자 : 김경숙 성도님

유머

* 지옥의 유행어

지옥에서 유행하는 말이 있다고 합니다. 그 말은 다른 말이 아닌 "꼴"이라는 말입니다.

"예수 잘 믿을 꼴", "남을 미워하지 말꼴" "전도할때 잘 받아 들일 꼴"....온갖 말들이 "꼴"로 시작해서 "꼴"로 끝난다는 얘기입니다. 이들은 역시 지옥에서도 불평만 늘어 놓는 것입니다.

* 이리 앉으시요, 저리 앉으시요

우리나라 초창기 교회는 남녀가 구별하여 앉아서 예배를 드렸습니다..

하루는 예배를 드리기 위해 선교사 한분이 자리를 안내하는데 우리말이 몹시 서툴렀습니다. "오늘 예배를 드리기 위해 자리를 정돈 하겠습니다. 남자 새끼들은 오른 쪽에, 여자 새끼들은 왼쪽에, 그리고 아이 새끼들은 아무 쪽에나 앉으십시오"

감동적인 극

안녕하세요. 저는 33살 먹은 주부예요..

32살때 시집와서 남편이랑 분가해서 살았구요.

남편이 어머님 돌아가시고 혼자계신 아버님 모시자고 이야기를 하더군요. 어느 누가 좋다고 할 수 있겠어요. 그 일로 남편이랑 많이 싸웠어요.. 위에 형님도 있으신데 왜 우리가 모시냐고.. 아주버님이 대기업 다니셔서 형편이 정말 좋아요. 그 일로 남편과 싸우고 뉘고 거의 매일을 싸웠어요. 하루는 남편이 울면서 말을 하더군요. 뭐든 다른거는 하자는 대로 다 할테니까 제발 이번만은 부탁 좀 들어 달라구.. 그러면서 이야기를 하더라고요...

남편이 어릴 적에 엄청 개구쟁이였데요.. 매일 사고치고 다니고 해서 아버님께서 매번 뒤통수습하러 다니셨다고 하더라고요.. 남편이 어릴 때 골목에서 놀고 있었는데, 지나가던 트럭에 (큰 트럭 말고 중간 크기 트럭) 발힐 뻔한걸 아버님이 보시고 남편 대신 부딪히셨는데 그것 때문에 지금도 오른쪽 어깨를 잘 못 쓰신데요.. 그리고 아버님 하시던 일이 노가다 (막노동)였는데 남편이 군 제대 하고도 26살 때 쯤 까지 놀고 먹었다고 합니다.. 아버님이 남편을 늦게 낳으셔서 지금 아버님 연세가 68세가 되세요.. 남편은 33살이구요. 60세 넘으셨을 때도 노가다 (막노동) 하시면서 가족들 먹여 살리고 고생만 하셨다네요. 노가다를 오래 하면 시멘트 독이라고 하나...하여튼 그거 때문에 손도 짹짹 갈라 지셔서 겨울만 되면 많이 아파서 괴로워하신다고 하더라고요. 평생 모아 오신 재산으로 마련하셨던 조그마한 집도 아주버님이랑 남편 결혼 할때 집 장만 해 주신다고 파시고 지금 전세 사신다고 하구요. 그런데 어머님까지 돌아가시고 혼자 계신거 보니 마음이 아파서 눈물이 자주 난다고 하더라고요.

저희요.. 전 살림하고 남편 혼자서 버는데 한달에 150만원 정도 벌여 와요. 그런데 그걸로 아버님 오시면 아무래도 반찬도 신경써야 하고 여러가지로 힘들거 같더라고요. 그때 임신도 해서 애가 3개월인데... 형님은 절대 못 모신다고 못 박으셨고 아주버님도 그럴 생각이 없다고 남편이 말을 하더라고요.. 어떡합니까...저렇게 까지 남편이 말 하는데... 그래서 녀달 전 부터 모시기로 하고 아버님을 모셔 왔습니다. 처음에 아버님은 오지 않으시려고 자꾸 거절 하시더라고요. 늙은이가 가 봐야 짐만 되고 눈치 보인다면서요. 남편이 우겨서 모셔 왔습니다..

모셔온 첫 날부터 여러 모로 정말 신경이 쓰이더라고요.

그런데 우리 아버님...

매번 반찬 신경써서 정성껏 차려 드리면 그걸 드시면서도 엄청 미안해 하십니다. 가끔씩 고기 반찬이나 맛있는 거 해서 드리면 안 먹고 두셨다가 남편 오면 먹더라고요. 그리고 저 먹으라고 일부로 드시지도 않아요. 거기다가 하루는 장보고 집에 왔는데, 걸레질을 하고 있으신거 보고 놀라서 걸레를 뺏으려고 했더니 괜찮다고 하시면서, 끝까지 다 청소를 하시더라고요. 그리고 식사 하시면 바로 들고 가서서 설겅이도 하십니다. 아버님께 하지 마시라고 몇 번 말씀 드리고 뺏어도 보지만 그게 편하시답니다. 아버님을 제가 왜 모르겠어요. 이 못난 며느리 눈치 보이시니 그렇게 행동하시는거 압니다. 저도... 그래서 더 마음이 아픡니다.

남편이 몰래 아버님 용돈을 드려도, 그거 안 쓰고 모아 두었다가 제 용돈하라고 주십니다.

어제는 정말 슬퍼서 펄펄 울었어요. 아버님께 죄인이라도 된듯해서 눈물이 왈칵 나오는데 참을 수가 없더라고요. 한달 전쯤 부터 아버님께서 아침에 나가시면 저녁때 쯤 들어오시더라고요. 어디 놀러라도 가시는 거 같아서 용돈을 드려도 받으시지도 않고 웃으면서 ‘다녀 올께’ 하시면서 매일 나가셨습니다. 어제 아래층 집주인 아주머니께서 말씀하시더라고요.

"오다가 이집 할아버지 봤는데 유모차에 박스 실어서 가던데“ 이말 듣고 깜짝 놀랐습니다..

“네.. 그래요..”

아버님 아들집에 살면서 돈 한푼 못 버시는 게 마음에 걸리셨는지 불편한 몸 이끌고 하루 하루 그렇게 박스 주우시면서 돈 버셨더라고요. 그 이야기 듣고 밖으로 뛰쳐나갔습니다.

아버님 찾으려고 이리저리 돌아 다녀도 안 보이시더라고요. 너무 죄송해서 영영 울었습니다. 남편한테 전화해서 상황 말하니 남편도 아무 말이 없더군요. 저녁 5시 조금 넘어서 남편이 평소보다 일찍 들어 왔어요. 남편도 마음이 정말 안 좋은지 아버님 찾으러 나간다고 하곤 바로 나갔어요. 제가 바보였어요. 진작 알았어야 하는데..... 며칠 전 부터 아버님께서 저 먹으라고 봉지에 들려주시던 과일과 과자들이 아버님께서 어떻게 일 해서 사 오신 것인지 몰랐습니다.

못난 며느리 눈치 안 보셔도 되는데 그게 불편 하셨던지 아들집 오셔서도 편하게 못 지내시고, 눈치만 보시다가 불편하신 몸 이끌고 그렇게 일하고 있으셨다니...

친정에 우리 아빠도 고생만 하시다가 돌아가셨는데 돌아가신 아빠 생각도 나고 해서 한참을 펄펄 울었습니다. 우리 아빠도 고생만 하시다가 돌아 가셨는데... 그날따라 아버님 웃으실 때 얼굴에 많은 주름과 손목에서 갈라진 피부가 자꾸 생각나면서 너무 죄송해서 남편이 아버님이랑 들어올 때까지 영영 울고 있었습니다.. 남편 나가고 한시간 좀 넘어서 남편이 아버님이랑 들어오더라구요. 아버님 오시면서도 제 눈치 보시면서, 뒤에 끌고 오던 유모차를 숨기시는 모습이 왜 그리 마음이 아플까요! 오히려 죄송해야 할 건 저인데요...

왜 그렇게 아버님의 그런 모습이 가슴에 남아서 지금도 이렇게 마음이 아플까요... 달려가서 아버님께 죄송하다며 손 꼭 잡고 또 영영 울었습니다. 아버님께서 매일 나 때문에 내가 미안하다면서 제 얼굴을 보면서 말씀 하시는데 눈물이 멈추지 않았어요.

아버님 손을 첨 만져 봤지만요. 심하게 갈라지신 손등과 굳은살 박힌 손바닥에 마음이 너무 아팠어요. 방 안에 모시고 가셔도 죄송하다며 그렇게 펄펄 울었습니다. 남편이 아버님께 그런 일 하지 마시라고.. 자신이 더 열심히 일해서 벌면 되니까 그런 일 하지 마시라고 아버님께 확답을 받아 낸 후 세명이 모여서 조출한 저녁을 먹었습니다. 오늘 남편이 노는 날이라 아버님 모시고 시내 나가서 날이 좀 쌀쌀해져서 아버님 잠바 하나랑 신발을 샀습니다.

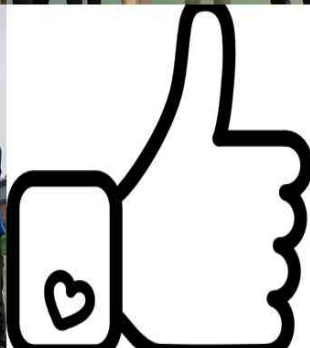
그리고 집에 아버님 심심하실 까봐 케이블 TV도 신청했구요. 아버님께서 스포츠를 좋아하시는 데 오늘 야구방송이랑 낚시 방송 보시면서 너무 즐거워하시더라구요. 지금까지 고생만 하시고 자식들 뒷바라지 하시느라 평생 헌신 하시면서 살아오셨던 아버님의 그런 자취들을 생각하니 마음이 또 아팠네요. 남편한테 말했어요. 저 평생 아버님을 정말 친아버지처럼 생각하고 모신다구요. 비록 지금은 아버님께서 불편해 하시지만, 언젠가는 친딸처럼 생각하시면서 대해 주실 때까지 정말 잘 할거라구요.

마지막으로 아버님! 저 허리띠 풀라 매고 알뜰하게 잘 살게요.
사랑해요 아버님!

DJFGCC

2019 족구대회

장소: 당진 정보고등학교



주님의 온혜



주님께 드릴 맘의 예배
주님을 위한
주님을 향한 노래



성경 숨은그림찾기



*** 주님이 주인이어야**

- essay. 47 -



나의 작은 어설픈 논리 속에 주님을 가둬놓고
내 뜻대로 행하며 주님께 투인행세를 하고 있지는 않는지요?
“내가 주님의 투인이 아니고, 주님이 나의 투인이어야 합니다!”

<주일 학교 소식>

본격적으로 날이 더워지는 6월이었습니다. 그만큼 우리 아이들의 열정도 얼마나 커졌는지 확인해볼 수 있는 한 달이었는데요.

첫째 주는 ‘성경 골든벨’을 진행했습니다. 아이들에게 미리 자료를 나누어주고 진행을 했는데요. 퀴즈의 내용은 기본적인 성경 지식부터 공과 시간에 배운 내용까지! 쉬운 듯 어려운 듯 헷갈리는 내용도 가득했습니다. 골든벨 결과 종합 1등은 3학년 황수현 어린이가 차지했는데요. 시작 전부터 자신감이 가득하더니 역시나 1등을 했습니다. 물론 다른 아이들도 열심히 준비 해 오고 열심히 참여하며 즐겁게 진행을 했습니다. 다니엘 유초등부 어린이들이 주님을 바로 알 수 있도록 도움을 주는 교사들이 되겠습니다.



둘째 주, 셋째 주는 ‘맥추촌극대회 연습’을 진행하였습니다. 제목은 ‘맛있는 사과’입니다. 우리 어린이들이 열심히 연습하면서 처음에는 잘 맞지 않던 것들이 하나가 되어가는 모습을 볼 수 있었는데요. 남녀노소 누구나 좋아하는 사과를 가지고 풀어가는 어린이들의 이야기~ 촌극대회를 통해서 다들 은혜 많이 받으셨지요??



마지막 주는 ‘일손돕기’로 이재동, 김남현 집사님 댁에 감자와 양파를 캐러 갔습니다. 이날은 새로운 친구들도 와서 더 많은 어린이가 함께 했는데요. 요즘 당진에서도 아이들이 농사나 흙 같은 것을 접할 기회가 많지 않은데 이번 기회로 아이들이 쉽게 접하지 못하는 것들을 체험할 기회가 된 것

같습니다. 큰 도움이 되지는 못한 것 같지만 아이들의 마음속에 오랫동안 남을 추억이 되었습니다. 좋은 추억을 만들게 도와주신 이재동, 김남현 집사님께 감사의 마음을 전합니다.

6월 6일 현충일을 맞아 서울 탐방을 떠났습니다.

처음 방문한 곳은 ‘서대문 형무소’입니다. 우리나라가 일제 강점기 때 해방을 위해 투쟁했던 현장이 그대로 보존된 곳인데요. 아이들이 얼마나 이해하고 느꼈는지는 모르겠지만 우리의 삶이 어떻게 편해졌는지 지금을 위해 과거에 어떤 일이 있었는지 어렵פות이라도 알 수 있는 시간이 된 거 같습니다.

두 번째로 방문한 곳은 국립민속박물관 안에 있는 ‘어린이 박물관 - 개와 고양이와 구슬, 맛있는 아시아 밥, 빵, 국수’라는 전시를 다녀왔습니다. 앞에 전시는 과거 우리나라의 집 안, 낚시하는 풍경, 옷 등을 재연해놓았고 아이들이 즐겁게 참여할 수 있는 것들이 많이 있었습니다. 두 번째 전시는 우리나라를 포함하고 있는 아시아의 다양한 밥과 빵과 국수 등에 대해 거대한 조형물, 터치스크린을 통한 게임, 다양한 체험 도구를 통한 참여 활동 등 어린이들이 최고로 즐겁게 놀았던 공간이었습니다. 마지막으로 ‘(유지컬) 천로역정’을 관람하였습니다. 주인공 필그림이 멸망의 도시에서 천국 도시를 찾아가는 모험을 그린 이야기입니다. 어린이들이 다소 이해하기 어려운 내용일수도 있었지만 6학년부터 1학년까지 누구 하나 빠지지 않고 유지컬에 집중하며 끝까지 관람했습니다.



이날 새로운 어린이들이 정착하는 좋은 계기가 되었습니다. 앞으로도 이런 많은 활동을 할 수 있도록 지원과 응원 부탁드립니다. 또한 당일에 비가 온다고 예보 되어있었지만, 성도님들의 기도와 어린이들의 기도를 하나님께서는 들으시고 비구름을 뒤로 미시고 어린이들이 돌아다닐 때에는 덥지 않은 날씨를, 집에 돌아갈 때가 돼서야 시원한 비를 내리시는 주님을 보며 다시 한번 주님의 놀라우신 능력을 보게 되었습니다. 하나님은 선하십니다!

성경 사각 퀴즈.(형제는 가로 자매는 세로)

1)			2)			19)		
					20)			
	3)			5)		21)		
4)				6)				18)
			7)					
						14)	15)	
11)			8)		12)		16)	
		9)			13)			
10)							17)	

가로 열쇠

- 1) 바리새인이며 유대의 교법사, 사도 바울의 스승 (행 5:34,22:3)
- 3) 기드온의 아들 아비멜렉을 비유한 나무(삿 9)
- 4) 이스라엘 초대 왕의 아버지.(삼상 9)
- 6) 에덴동산의 생명나무를 지키던 것중 하나(창3:24)
- 7) 선악을 알게하는 나무의 ○○는 먹지 말라(창2:17)
- 8) 사울과 다윗을 왕으로 기름부은 선지자
- 9) 오병 이어의 이적. 하늘을 우러러 ○○ 하시고...(막 6:42)
- 10) 가롯유다를 대신 할 사도를 뽑는데서 낙선한 사람(행1)
- 11) 여호와께 ○○하라 그는 선하시며 인자하심이...(시118:1)
- 13) 에서와 야곱의 어머니(창25)
- 14) 야곱이 외삼촌 라반에게 속아서 얻은 아내.(창29)

- 16) 에덴동산에 흐르던 강의 하나. (창2:11)
- 17) 추수할 곡식은 많으나 ○○은 없다는 주님의 탄식이 들려
옵니다.
- 19) 출애굽 여정에서 하나님께서 그의 백성을 친히 만나는
장소
- 20) 이것이 가난한 사람은 천국이 저희 것(마 5)
- 21) 도마는 예수님의 부활을....

세로 열쇠

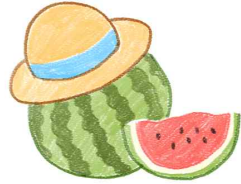
- 1) 골리앗의 고향.(삼상17)
- 2) 나는 사무엘의 아버지입니다.(삼상1)
- 3) 복음, 경희대에 주신 하나님의 선물.
- 5) 인류 최초의 의복은 이 나무의 잎(창3)
- 8) 왕정 이전의 신앙적, 정치적, 군사적 지도자(룻1:1)
- 9) 예배 마지막에 목사님께서....
- 11) 왕이나 제사장의 머리에 기름 부을때 사용한 기름.
- 12) 불말과 불수레를 타고 하늘로.....(왕하2)
- 18) 선민의 표식(구약의 세례) 난지 팔일 만에...(창17)
- 19) 전신 갑주의 유일한 무기 (엡 6)



<건강한 여름나기, 여름철 실내 적정 온도와 냉방병 예방수칙 >

섭씨 30도를 웃도는 때 이른 무더위로 가정, 회사 등 곳곳에서 하나둘씩 에어컨을 틀고 있다.

기상청에 따르면 작년에는 6월 2일 내려졌던 첫 폭염 특보는 올해는 이보다 앞선 5월 15일 광주 지역에 발령됐다. 서울 지역은 지난달 24일 올해 첫 폭염 특보가 발령됐다. 주로 7~8월에 집중되는 폭염주의보가 5월 중순부터 내려지는 등 본격적인 더위 시기가 예년보다 앞당겨진 것이다. 올해 더위는 지난해 기록적인 폭염보다는 덜할 것으로 예상되지만, 때 이른 한여름 날씨가 나타나자 실내 에어컨 사용은 물론, 소비자들은 에어컨 구매를 서두르고 있다.



쉽게 지치는 여름엔 실내에 들어선 순간 맞이하는 시원한 바람도 활력이 된다. 그러나 잦고 급격한 온도차이는 오히려 우리 몸을 지치게 한다. 이번 여름, 시원하면서도 건강한 여름나기를 위해 실내 적정 온도와 냉방병 증상에 방법에 대해 알아보자.

여름철 실내 적정 온도와 습도

우리에게 가장 알맞은 온도는 계절에 따라 다르다. 같은 기온이라 하더라도 사람이 느끼고 춥고 덥다는 감각은 겨울은 추위에, 여름은 더위에 더욱 민감하게 돼 있다.

우리 몸에 부담이 가장 적은 온도는 18℃정도이며, 15.6~20℃ 정도에서 쾌적함을 느낄 수 있다. 여름철 실내 온도는 26~28℃ 사이가 적정하다.

실내의 쾌적함을 유지하려면 실내 습도도 고려해야 한다. 습도는 대체로 40~70% 정도면 쾌적함을 느낄 수 있는 반면, 30% 미만이거나 80% 이상이면 좋지 않다.

실제로 쾌적함을 주는 습도는 온도에 따라 달라지는 것으로 알려졌다.

15℃에서는 70% 정도, 18~20℃에서는 60%, 21~23℃에서는 50%, 24℃ 이상에서는 40%가 적당한 습도다.

한 여름에 '오들오들' 냉방병

여름이 빨라지는 것은 물론, 기록적인 더위가 나타나면서 에어컨은 우리 생활에서 떼어낼 수 없는 필수품으로 자리잡았다. 하지만 날씨가 덥다고 에어컨을 너무 낮은 온도로 오랫동안 틀어두면 '냉방병'에 걸릴 수 있다.

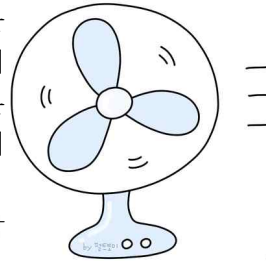
냉방병은 실내와 온도 차가 과도하게 발생한 환경에서 나타난다. 가벼운 감기와 같은 증상이 나타나는 질환으로, 실내와 실외의 온도 차이 또는 실내 습도의 급격한 감소로 발생한다.

무더위에 지쳤다고 에어컨으로 실내·외 온도를 차이를 크게 두면 '냉방병'에 걸릴 수 있다. 실내·외 온도 차가 10도 이상 나면 우리 몸 자율신경이 제 역할을 하지 못하며, 신체가 적응하지 못한다. 또 에어컨은 실내 습도를 낮춰 호흡·기관지가 예민해져 각종 질병에 노출되기 쉽다.

냉방병의 증상은 코막힘을 비롯해 인후통, 두통, 오한, 복통, 설사, 소화불량 등이 대표적이다. 이러한 증상이 나타나면 우선 냉방기를 끄고 환기를 시키며, 몸을 따뜻하게 하는 것이 좋다. 증상이 심하다면, 가정의학과 또는 내과를 방문해 진료를 받고, 휴식을 갖는 것을 권장한다.

더위, 에너지 절약 '두 마리 토끼' 잡으려면?

건강한 여름나기와 더불어 부담스러운 냉방비 걱정을 덜고 싶다면 에어컨 에너지 절약 방법을 지키는 것이 도움 되겠다. 그런데 날씨가 덥다고 에어컨을 낮은 온도로 켜다가 추워지면 끄는 행동은 잠깐은 시원할지 몰라도 건강과 전력 소모에 부담이 된다.



에어컨 필터를 주기적으로 청소하면 세균·바이러스 감염은 물론, 전기료 소비를 낮추는 효과를 볼 수 있다!

따라서 에어컨을 켜다 켜다 반복하는 것보다는 애초에 온도를 26°C(권장)에 맞추고, 바람세기를 강하게 하면 공기 순환을 통해 에너지 절약을 지킬 수 있다.

에어컨 바람을 위쪽 방향으로 보내는 것도 절약에 도움이 된다. 더운 공기는 위로 가고 찬 공기는 아래로 향하는 대류현상. 이 방법을 에어컨에 적용해 찬 바람을 위로 보내 위쪽의 더운 공기를 식히면 실내온도를 낮추는 데 효과적이다.

또한, 에어컨 제습 기능과 선풍기를 함께 활용하는 것도 여름 더위를 잡는 것은 물론 에너지 절약을 할 수 있는 방법이다.

본격적인 여름을 앞둔 이 시점, 오늘 알아본 내용을 통해 무더위에도 끄떡없는 건강, 쾌적한 환경을 준비해보자.

마태(Matthew)

뜻 : 야훼의 선물

레위지파의 후손인 알패오의 아들로 태어났다. 본래 이름이 [레위]("연합하다"라는 뜻)인 그의 그 이름대로 세상과 야합하여 생활하였다.

재물에 대한 욕심이 특별히 많았던 그는 선민으로서의 금지를 갖기 보다는 자신의 욕심을 채우기 위해 수단과 방법을 가리지 않는 현실주의자이기도 했다. 당시 이스라엘 사회에서 창녀와 죄인들과 같이 가장 천대를 받는 부류였던 세리가 되어 부당한 방법으로 돈을 모으기에 급급했던 레위는 예수님의 부르심을 받고 그 인생이 반전되는 상황을 맞는다.



야훼 신앙을 버리고 메시아에 대한 소망마저 등진 철저한 죄인으로 살던 세리의 신분에서 예수님의 부르심에 순종함으로써 영광스런 주님의 제자로 변화된 것이다. 로마 황제의 창고를 채우고 자신의 사리사욕을 만족시키기 위해 가버나움의 세관에 앉아 동족의 고혈을 짜내는데 조금의 가책도 느끼지 않던 [레의]가 이제는 회개한 죄인 [마태]로서의 새 인생을 시작하였다.

이전까지 그를 주장하던 욕신의 안목과 가치관이 주 안에서 새롭게 변화되자 세상재물에 쏟았던 그의 열심은 주님께로 전이되었다. 불의하게 착복하여 쌓아 두었던 재물로 큰 잔치를 벌여 자신과 같은 처지에 있는 자들에게 자신이 받은 구원을 증거하며 주님께로 인도하는 이웃사랑을 실천하였다.

또한 예수님을 전적으로 믿고 의지하며 생명의 말씀을 듣는 가운데 사도로서의 훈련을 쌓아갔다. 그러나 성령세례를 받기 이전의 인간의 열심은 주님이 받으시는 고난의 자리를 회피하는 한계를 드러냈다. 겟세마네 동산에서 예수님을 버리고 도망했던 마태는 부활하신 주님을 만나고 오순절날 성령세례를 받은 후에야 비로소 사도직분을 감당할 수 있었다.

성령이 충만하여진 마태는 천국복음을 전하며 스스로를 낮추고 예수그리스도만을 높이는 충성된 청지기가 되었다. 또한 유대인들을 위해 [마태복음]을 기록하여 [왕]되신 예수 그리스도를 증거하고 사랑의 빛을 갠 헌신된 삶을 살았다.

시사용어 Briefing

실버서퍼 (Sliver Surfer)

중장년층을 의미하는 실버와 인터넷 서핑을 잘하는 뜻을 지닌 서퍼의 합성어인 실버서퍼!

앱, 스마트폰, 인터넷등 현대 기기등을 능숙하게 다루는 중장년층을 일컫는 용어이다.

라곰(Lagom)식 소비

스웨덴어로 라곰은 많지도 적지도 않음을 뜻하는 단어로 옛날 바이킹들이 건배사로 '라게트 옴'을 외친것이 어원이 되었다고 한다. 라게트옴이란, 구성원 모두를 위해! 라는 뜻이다. 즉 라곰식 소비란 지속 가능한 환경을 생각해서 절제하고 주어진 환경 내에서 행복을 추구하는 것을 일컫는 단어로 넘치지 않고 소박한 삶을 지향, 그 속에서 만족을 추구함으로써 예로는 곡물로 만든 화장품, 텀블러 애용 등이 있다.

클래식 페이크(Class Fake)

고급이란 뜻의 클래시와 가짜라는 뜻의 페이크가 합쳐진 신조어다. 진짜보다 가치 있는 가짜를 소비하는 현상을 일컫는 단어로써 인조피와 콩고기의 예가 있다. 이러한 클래식 페이크를 적극적으로 구매하고 활용하는 사람들을 페이크슈머라고 한다.

치킨세 (Chicken Tax)

유럽 국가에서 미국산 닭고기에 높은 과세를 부과하자 미국에서 이를 대응하기 위해 미국으로 수입되는 소형트럭에 25%의 높은 과세를 부과했다고 하여 생긴 단어다. 이후 유럽에서는 미국산 닭고기에 대한 고율 과세를 폐지했지만 미국에서는 아직까지도 치킨세가 유지되고 있다.

립스틱 효과(Lipstick Effeck)

1930년 미국 대공황시기에 경제가 어려움에도 불구하고 립스틱의 소비 판매가 늘어난 현상을 뜻하는 용어로서 경기 불황기에 가성비가 좋은 기호품, 사치품 판매량이 증가하는 현상을 일컫는 단어다.

● 이달의 교회소식

1. 촌극대회 / 7월 7일 오후 6시
2. 요한남선 헌신예배 / 7월 14일 오후 7:30
3. 배드민턴대회 / 7월 20일 오후 2시~6시
4. 주교교사 헌신예배 / 7월 21일 오후 6시
5. 여름성경학교 / 7월 26일~29일

● 공지사항

1. 7월 생활실천표어 / 주님의 마음을 품으라
2. 7월 신앙서적 / 다음 세대를 위한 관계전도법

● 이달의 교우소식

1. 결혼식 / 장혜주청년 - 7월 6일 오후 1시
The AW 컨벤션웨딩홀
2. 새가족등록 / 신성호성도 조하영성도 부부



상담전화 받습니다.

이영주사모:010-7747-5278, 윤희자전도사:010-3066-0544

문서위원회

위원장: 김미진 집사
위 원: 박기숙 집사
이종희 집사
정현미 집사
전수현 집사
조은희 권찰
최하나 청년



† 31785 충남 당진시 백암로 132-37

☎ 041) 352-5278, 356-5278, 357-9547(fax)

교회모바일웹 <http://www.djfgc.org/m/index.htm>