

Title : “최고의 치료제, 기쁨의 감사” *“Real remedy is Joyful Thanksgiving”*

60 여년을 아주 건강하게 살아 온 것이 참으로 감사하지 않을 수 없는 조건이다. 아주 어릴때부터 어머니께서 아침을 챙겨 주셨기 때문에 먹을 수 있었겠지만 못 챙겨주시더라도 내가 부엌에 가서 무엇이든지 먹고 배를 채워서 등교했던 기억이 생생하다. 어떤 사람은 자고 난 입에 무엇이 들어가냐고 하더라마는 입맛이나 밥맛을 따지지 않고 으레히 먹어야 하는 걸로 알았고, 맛이 있고 없고를 떠나 통통 불어 터진 어제 먹다 남긴 수제비도 맛있게 먹었었다. 하긴 홀로되신 어머니께서 꾸려가는 어려운 살림에 찬밥 더운밥을 가려서는 살아 남기 힘들었던 때였지만 기본적으로 건강한 부모님 밑에 태어난 것에 아침밥을 규칙적으로 먹었던 것이 지금까지의 건강에 크게 일조한 것이라 생각한다. 그렇다보니 내가 우리 삼남매를 키울때도 하루를 살아가는 힘이 아침식사로 좌우된다? 라는 생각도 많이 해서 학교 등교 시간 늦었다고 꿈무늬를 빼고 달아나려는 아이들을 채에 태워서 한 사람은 운전하고 다른 한 사람은 고등학생 청소년이 될 때까지 밥을 떠서 입에 넣어 주곤 했었다. 물론 아이들은 학교가면 한국 음식 냄새난다고 싫어 했지만 아침밥 먹이는 것에 사활을 걸었던 때가 있었음은 건강이 이처럼 중요하다는 생각을 했기 때문이다. 지난 해부터 류마티스 관절염이 나에게 통증을 가져다 주었고 그로 인해 약을 먹는다는 것이 부작용에 부작용을 낳기도 하는 것 같다. 예전에 어르신들 심방을 가면 화장대 아래,위에 셀 수도 없이 많은 약병을 보고 놀랐던 일이 한 두번이 아니었고 대화 중 90% 이상이 어딘가가 아프고, 약먹고, 고통스럽고, 다시 병원에 가고 하는 말에 말이 꼬리를 물었었다. 그때는 남의 얘기라고 생각했고 그분들을 위해서 기도하면 나의 임무가 끝났다고 생각했었는데 요즘 나의 생활에 일부분이 된 병원 방문과 약국에서 약을 픽업해서 날마다 잘 챙겨 먹는 일은 그다지 즐거운 일은 아닌 것이다. 장점이 있다면 내가 건강했기에 건강하지 못한 사람들을 이해하지 못했었지만 지금은 상당히 많이 이해할 수 있다는 것이고, 단점은 아직 젊은 사람이 여기 저기 통증이 생기는대로 약을 챙겨야 한다는 것은 심리적으로 유쾌하지 않은 일이기 때문일 것이다. 심하면 우울증이 되기도 한다는데 어떻게 이런 상황에서 벗어날 수 있을까? **빌립보서(Phil.) 4:4 “주 안에서 항상 기뻐하라 내가 다시 말하노니 기뻐하라”** 고 사도 바울은 가르쳤고, 이어서 6 절에 **“아무 것도 염려하지 말고 오직 모든 일에 기도와 간구로 너희 구할 것을 감사함으로 하나님께 아뢰라”** 고 했다. 내 몸이 괴롭고 짜증이 나고 삶의 기쁨이 없는데 어떻게 기뻐할 수 있으며 어떻게 걱정하지 않고 염려를 붙들어 댈수 있을까 말이다. 게다가 감사함으로 아뢰라? 기뻐할 수 없는데 어떻게 감사가 나오냐 라는 것이다. 그렇지만 약이 입에는 쓰고 먹기 힘들어도 몸속에 들어가면 통증을 줄여주고 나쁜 것을 좋게 만들고 약한 것을 강하게 만든다는 것을 알기에 억지로라도 먹는거 아닌가. 그런 원리와

마찬가지로 기쁨으로 감사하는 것이 최고의 치료제이고 보약이며 진통제 임이 분명하다. 요즘 웃음으로 만병을 치료한다는 주장과 함께 실제로 웃음 치료법을 사용하는 사람들이 얼마나 많은지 모른다. 웃음 효과는 참으로 대단한 것이다. 마치 물핀을 맞은 것처럼 자연 호르몬이 분비되게 만든다는 것이다. 여기서 웃음 치료는 크게 웃어 버리고, 웃어 넘겨서 우울한 기분이나 증상을 쫓아 버리고 넘겨 버리라는 것이지만 우리 그리스도인들이라면 일시적인 웃음 치료법을 사용하는 것도 좋겠지만, 마음 깊이 하나님께서 나를 소중하고 존귀한 존재로 지명해서 부르셨고 모든 출입을 보호하시고 암담이 병아리를 품듯 깊이 사랑해 주심에 감사 또 감사, 영원토록 감사할 수 있는데 그 **기쁨의 감사**만이 **최고의 치료제**요, **만병통치약** 이라고 믿는다. 웃음이 나 자신에게 미치는 영향도 우리들 생각보다 엄청 크지만 나의 미소나 웃음 소리가 다른 사람에게도 놀라운 치유의 효과가 있음도 인식하면 좋겠다. 침상에 누워 있는 환자에게 환하게 웃어주고 친절하게 대해줄 때 환자의 통증이 완화되고 우울했던 마음이 햇빛을 향하여 돌아 눅듯 밝아지게 된다는 것이고 실제로 웃음은 천 가지 해로움을 막아주고 생명을 연장시켜 주는 것이 분명한 사실이다.

내가 내리는 결론은 웃음은 기쁨에서 나오고 기쁨은 감사를 낳게 한다.

만 가지 혜택을 누리며 우리는 감사함으로 덤으로 받은 것들을 주변 사람들과 나누는 진정한 추수 감사절을 맞이하면 좋겠다.