소망의 여인들

질염 / 영혼의 열매

김정라 : 여러분 칸디다 균을 아시나요? 주로 구강 또는 피부, 생식기 등에 존재하면서 가려움증 및 염증을 유발하는 균입니다. 여기에 감염이 되면 가렵고 화끈거립니다! 아이고! 정말 괴롭지요... 우리 여자들은 어떻게 해서 질염에 감염이 되는 걸까요? 부끄러워서 남에게 물어보기도 뭐하고... 하지만 이보다 훨씬 더 중요한 질문은 이 질염을 어떻게 없애느냐 하는 거겠죠? 소망의 여인들 시간에서 이것에 관해 이야기해보도록 하겠습니다!

Theme In

김숙경 : 소망의 여인들 청취자 여러분, 지난 한 주간 잘 지내셨습니까? 하나님의 사랑과 예수 복음을 전하는 소망의 여인들입니다. 모두 안녕하세요?(안녕하세요!)

한지현 : 오늘 이야기가 흥미로운데요?

김숙경 : 감염에 대해서 이야기 하는게 흥미롭다구요? 이상한 취미시네요? (웃음)

한지현 : 아뇨. 그래서 흥미로운게 아니고 여성들이 말하기 어려운 이야기잖아요. 그래서 흥미롭다구요. 절 이상한 사람으로 만드시네요. (웃음)

김숙경 : 그렇습니다. 오늘 이야기는 남에게 말하기 어려운 이야기 일 수 있습니다. 여성들의 질 감염에 대해서 이상하지 않게, 이야기 나누도록 하겠습니다.

Bridge Music 1

김숙경 : 여러분은 지금 소망의 여인들을 듣고 계십니다.

한지현 : 제가 처음으로 질염에 걸렸을 때 저는 20 대 중반이었습니다. 처음엔 그게 뭔지 알 수 없었어요. 하지만 너무 불편해서 빨리 치료하고 싶었습니다.

김정라 :그래서 오늘 이야기에 흥미를 가지셨군요? (웃음) 저도 그랬습니다. 보시다시피 저는 아주 건강한 편입니다. 제가 질염에 걸렸을 때 이야기를 들려드릴게요. 그때 저는 우리가 흔히 먹는 과일과 채소, 그리고 통밀빵을 먹었는데, 어느 날 목에 염증이 생기는 것이에요. 또 그때는 어떤 특정한 음식만 먹으면 배가 부풀어 올랐고 자주 위장병을 앓았습니다. 저는 그냥 다른 사람들도 그려러니 생각하고는 목 감염을 치료하려고 비타민과 몇 종류의 약만 먹었습니다.

김숙경 : 어떤 특정한 음식만 먹으면 증상이 나타났다구요?

김정라 : 네, 그 부분은 잠시 후에 말씀 드리겠습니다. 그리고 그 후에는 정기적으로 질 가려움이 생기는 거에요. 누구에게 말하기 어렵잖아요. 저는 가려움증을 없애려고 항생제를 먹기도 했습니다. 그런데 항생제가 질염에 해가 된다는 것을 나중에 알게 되었습니다. 여러분, 먼저 말씀 드리고 싶은 것은 질염을 치료하기 위해서는 반드시 의사에게 물어보아야 한다는 것입니다.

김숙경 : 그럼 의사의 처방도 받지 않고 항생제를 드신거네요? 그래서 질염은 어떻게 되었나요?

김정라 : 그 후에 방광염이 시작되었어요. 방광염은 아주 빠르게 진행되었고 아주 찜찜했지요. 그리고 화장실 가고 싶은 느낌이 자주 느껴졌습니다. 사실 그때는 화장실 가고 싶은 느낌 때문에 한시도 편하지 못했습니다. 그리고 이러다 익사할지도 모른다 생각될 정도로 물도 아주 많이 마셨습니다. 그때 비타민 C와 소변을 중성화시켜 줄 가루봉지 약을 먹었습니다. 약을 먹고나면 일시적으로는 도움이 되었어요.

한지현 : 처음에는 목에 감염이 왔고, 목을 치료하는 과정에서 방광염도 있었던 거네요. 많이 힘드셨겠어요.

김정라 : 맞아요. 말로 다할 수가 없습니다. 결국 저는 이 방광염과 오랫동안 함께 하게 되었어요. 원한건 아니었지만요. (웃음) 또 항상 가렵고 목에 염증이 생기는 것도 저를 지치게 했습니다. 저는 다른 사람들보다 면역력이 낮았던 거지요. 그러던 어느날 저는 오래전에 샀던 책이지만 한번도 읽지 않았던 그 책을 책꽂이에서 꺼내어 읽게 되었어요. 그 책은 여자들을 위한 자연 치유법에 대해 의사가 쓴 책이었어요. 저는 방광염에 대한 부분을 찾아 읽었습니다. 만약 방광염때문에 항생제를 복용해 왔다면 그리고 그것이 단지 짧은 기간 동안만 도움이 되었다면, 일반적으로는 질염이라고 불리우는 칸디다균에 감염되었을 수도 있다고 써 있었습니다. 칸디다균에 관한 부분을 읽기 시작했을때 저는 '어머, 이 의사가 내 얘기를 하고 있네.'라고 생각이 들 정도였지요!

그 의사는 기침, 목아픔, 복부팽만, 가스, 변비, 직장 가려움증, 집중 무능력증, 피곤증 등과 같은 증상에 대해 나열했어요. 저는 우울증으로 괴로움을 겪고 있지는 않았지만 그것도 역시 칸디다균의 증세일 수도 있다고 했습니다.

김숙경 : 제가 조금 설명을 드리자면, 칸디다균은 우리 몸안에 있는 효모입니다. 이 효모는 소화기관 등에 있으면서 대개 우리 몸속에서 친화적인 박테리아로 균형을 유지시켜 줍니다. 하지만 어떤 물질들이 우리 몸안에 들어오면 이 균형이 깨집니다. 항생제나 궤양치료약, 심지어는 설탕의 과용도 이 균형을 깰 수 있답니다. 그래서 그 책에 항생제가 해롭다고 써 있었던 거지요.

김정라 : 잘 알고 계시네요. 그렇습니다. 제가 드리는 말씀이 어렵더라도 잘 들어주시기 바랍니다. 여성들이 장기적으로 피임약을 복용할 때, 여러 번의 임신 등으로도 호르몬의 변화와 불균형이 생깁니다. 만일 이 일이 여러분의 소화기관에서 발생한다면 장벽에 구멍을 낼 수도 있습니다. 이것이 소화기관을 불편하게 하는데 우리 몸에 독성 물질이 생겼다고 보면 됩니다. 만일 여러분의 몸에 이토록 과성장한 칸디다균을 갖고 있다면 어떻게 해야 할까요?

첫째로 여러분은 효모섭취를 중단해야만 합니다. 그러면 여러분의 소화기관이 점차로 스스로 과성장하는 것을 중단하고 회복되기 시작할 수 있습니다.

약 12 주의 기간동안 - 남자와 어린이의 경우는 6 주입니다. - 여러분은 효모와 설탕이 들어있지 않은 식이요법을 해야합니다. 그리고 곰팡이나 발효과정을 거쳐 만들어진 모든 음식들을 피해야 합니다. 그래서 빵, 버섯, 간장, 식초, 발효식품, 또는 술 등을 피해야 합니다. 설탕이나 설탕 대체물도 안됩니다. 어떤 과일이든 과하게 익은 것도 안되고, 포도같이 자연스럽게 곰팡이가 시작되는 것들을 피해야 합니다. 차와 커피도 금해야 합니다.

김숙경 : 아, 여자는 12 주, 남자와 어린이는 6 주 동안 식이요법을 해야 하는군요. 소화기관을 불편하게 하는 과성장한 칸디다균을 없애려면 효모, 설탕, 발효식품, 차와 커피 등을 금하라고 하셨습니다.

김정라 : 네 그렇습니다. 지금까지는 "하지 말아야 할 것"을 말씀드렸는데요, 이제는 "꼭 해야 할 것"을 말씀드리겠습니다.
만일 할 수 있다면 식사하실 때 살아있는 젖산균과 유산균을 포함한 요구르트를 드세요. 그리고 생마늘이 아주 좋습니다. 신선한 과일과 야채들, 고기와 달걀, 신선한 샐러드를 많이 드세요. 그리고 생과일 쥬스와 깨끗한 물을 마시도록 하세요. 통밀로된 음식들, 현미, 대두콩과 보리로 된 모든 것들을 드세요. 누룩없는 통밀빵과 과자, 신선한 견과류와 씨앗 종류들을 드세요.

만일 여러분이 달콤한 것들을 너무 좋아하셔서 설탕으로 채워진 음식들이 먹고 싶으셔도 참으셔야 합니다. 이렇게 어떤 설탕도 먹지 않고 약 일주일만 지내보면 여러분은 깜짝 놀라게 될 거예요. 칸디다균이 죽어 없어질 때 여러분이 설탕을 갈망하던 그 설탕 금단 현상도 빠르게 줄어들어 스스로 놀라게 될 겁니다.

만일 여러분의 증세가 이렇게 먹은지 10 일 내에 훨씬 좋아졌다면 여러분은 바른 길로 가고 있다고 확신할 수 있습니다.

두 번째로 여러분의 면역체계를 새로 만들어야 합니다. 그래서 면역체계가 감염에 대해 다시 정상적으로 반응할 수 있도록 할 수 있습니다.

김숙경 : 면역체계를 새로 만들기 위해서는 어떻게 해야 하나요?

김정라 : 네, 의사에게 여러분의 면역체계를 형성하는데 도움이 될 적절한 보충 약품을 처방 받아 드시기 바랍니다. 그리고 일단 여러분이 자기 자신을 설탕으로부터 떼어놓는 식이요법을 했다면 절대로 되돌아 가지 마세요.

저의 경우에는 이러한 식이요법으로 이제 완전히 회복되었고 정상적이고 균형잡힌 몸으로 돌아왔답니다. 사실상 요즘에 저는 주변 사람들로부터 건강해졌다는 말을 많이 듣습니다. 그리고 날씬해졌다는 말도 듣습니다. (웃음) 여러분들도 이런 기분 좋은 말을 듣고 싶으시죠? 실천하시면 됩니다. 저는 단지 3 개월 정도 걸렸을 뿐이에요!

김숙경 : 그렇군요. 제가 보기에도 아주 좋아 보이십니다.

김정라 : 감사합니다. 육체의 건강을 위한 바람직한 좋은 습관을 들이시기 바랍니다.

김숙경 : 네, 감사합니다. 오늘 소망의 여인들에서 나눠드린 정보가 여러분에게 좋은 소식이 되었기를 소망합니다.

찬양

김숙경 : 여러분은 지금 소망의 여인들을 듣고 계십니다.

한지현 : 지금까지 설명해 주신 이야기를 잘 들었는데요, 달콤한 음식이 주는 유혹에서 벗어나기는 쉽지 않은거 같아요. 하지만 여러분의 건강을 위해서 꼭 실천하시기 바랍니다. (웃음) 저의 집 이야기를 들려드릴게요. 저의 아버지는 농부십니다. 그래서 저희 집 밭에는 여러 가지 채소들이 있습니다. 또 아버지는 포도나무도 몇 그루 갖고 계시지요. 제가 아버지 집에 갈 때마다 싱싱하고 달콤한 포도 열매를 먹는 기쁨은 말로 할 수 없답니다. 여러분들에게도 저희 아버지의 맛있는 포도를 꼭 대접하고 싶네요.

김숙경 : 네, 꼭 초대해 주세요. (웃음)

한지현 : 계절 계절마다 저는 저의 아버지가 이 포도나무를 돌보는 것을 지켜보아왔습니다. 아버지는 포도나무를 잘 키우는 최선의 방법을 알고 계십니다. 아버지는 나무의 수액이 흐르지 않는 겨울 동안에 포도 나뭇가지들을 잘라냅니다. 아버지는 포도나무의 가지를 계속 자르고 또 자르고 .. 정말 많이 자릅니다.
한 이웃 사람이 왜 그렇게 가지를 많이 자르냐고 아버지께 물었습니다. 또 다른 이웃은 말하기를 "그렇게 자르면 포도나무가 죽어요."라고 했지요. 하지만 저의 아버지는 거의 몸체만 남을 때까지 가지치기를 계속 하셨습니다.

김숙경 : 저도 그런 얘기를 들었어요. 포도나무의 가지치기를 적절하게 해 주어야 그 포도나무는 모양도 좋고 최고의 열매를 맺게 된다구요.

한지현 : 맞아요. 저도 최근에야 알았습니다. 저의 아버지는 포도나무가 좋은 과실을 맺게 하기 위해 가지치기를 해야한다는 것을 이미 알고 계셨습니다. 하지만 가지치기한 후에 포도나무를 보면 진짜 말이 안 나옵니다.

여러분이 만일 저희 아버지께서 포도나무 가지치기를 하신 직후에 포도나무를 보았다면, 아마 나무를 다 죽였을거라 생각하실지도 몰라요. 여러분은 저 포도 나무가 다시 자라나 열매를 맺을 수 있을까 걱정하실 것입니다. 하지만 봄에 그 앙상하게 잘려진 포도나무에 작은 잎사귀들이 싹트기 시작할 때면 경이로움을 느낍니다. 새로운 가지들이 자라날 때 이 가지들은 장대에 묶여져서 땅에 닿지 않게 되고 좋은 모양을 갖게 됩니다. 아버지의 일은 포도덩굴을 돌보고 알맞은 비와 많은 햇살을 받게 해서 나무들이 건강하고 맛있는 포도를 맺을 수 있도록 돌봐주는 것입니다.

이 포도나무들은, 하나님의 자녀인 제 인생에 간섭하시는 하나님의 일하시는 방식을 떠오르게 합니다. 하나님은 정원사이십니다. 성경에는 하나님과 우리의 관계를 이렇게 설명하고 있지요.

김숙경 : "나는 참 포도나무요 내 아버지는 포도원 농부라 무릇 내게 붙어 있어 열매를 맺지 아니하는 가지는 아버지께서 그것을 제거해 버리시고 무릇 열매를 맺는 가지는 더 열매를 맺게 하려하여 그것을 깨끗하게 하시느니라..... 내 안에 거하라. 나도 너희 안에 거하리라. 가지가 포도나무에 붙어 있지 아니하면 스스로 열매를 맺을 수 없음 같이 너희도 내 안에 있지 아니하면 그러하리라" (요한복음 15:1-4)

한지현 : 하나님이 우리 삶을 통해 맺기 원하시는 "열매"는 무엇일까요? 달콤하고 맛있는 포도와 같이 하나님은 좋은 "열매"로 자라나기를 원하십니다. 성경에는 성령의 열매라고 불리우는 말씀이 있습니다. 이 말씀은 하나님이 우리 삶을 통해 맺기를 원하시는 일종의 "열매"를 보여주십니다.

김숙경 : "...사랑과 희락과 화평과 오래참음과 자비와 양선과 충성과 온유와 절제라." (갈라디아서 5:22-23)

한지현 : 이것이 바로 "열매"입니다. 이 열매는 우리가 하나님께 속했다는 것을 다른 사람들에게 보여줄 수 있는 열매입니다. 하나님은 하나님의 자녀된 우리의 삶 속에, 하나님의 성품인 이러한 열매를 맺기 원하십니다.

Bridge Music 2

김숙경 : 여러분은 지금 소망의 여인들을 듣고 계십니다. 하나님은 포도나무시고 우리는 그에 붙어 있는 가지라는 말씀을 들으셨습니다.

한지현 : 하나님이 자기 자녀들이 좋은 "열매"를 맺게 하기 위해, 어떻게 그의 자녀들을 돌보실까요? 제일 먼저, 하나님은 우리를 하나님께로 더 가까이 오도록 사랑으로 끌어주십니다. 이것은 마치 저의 아버지께서 자기 포도덩굴을 땅바닥에 닿지 않도록 들어 올려주시는 것과 같은 방식으로 우리를 일으켜 주시는 겁니다.

그런 후에는 우리가 잘 자라도록 하나님이 우리에게 가지치기를 하십니다. 마치 저의 아버지가 겨울에 자기 포도덩굴을 잘라내듯이, 하나님은 부러지고 건강하지 않은 가지들을 제거해 버리십니다.

김숙경 : 부러지고 건강하지 않은 가지들이 무엇일까요?

한지현 : 그것은 다른 사람과의 나쁜 관계일 수도 있습니다. 또는 하나님보다 더 신뢰하고 의지하는 세상일 수도 있습니다. 하지만 우리는 하나님의 뜻에 따라 변화되는 것을 원하지 않거나 또는 포기하기를 원치 않기도 합니다. 그렇기 때문에 하나님이 우리에게 가지치기를 하실 때 고통스럽게 느껴지기도 합니다.

김숙경 : 맞아요, 가지치기가 때로는 다치게도 하잖아요. 마치 외과수술받는 것과 같습니다. 하지만 하나님의 가지치기는, 우리에게 해가 되는 나쁜 습관들 그리고 다른 사람들과의 관계를 망치게 하는 나쁜 습관들, 또 건강하지 않은 형질들을 쳐내시는 것이겠지요?

한지현 : 그렇습니다. 마찬가지로 곤충과 이끼도 포도나무에 해를 끼칩니다. 하나님은 시기심, 욕심, 증오심, 용서못함, 쓰라림과 불평들을 우리 삶에서 잘라내십니다.

하나님은 대개, 하나님의 말씀인 성경을 통해서 우리 삶의 나쁜 부분들을 우리가 스스로 볼 수 있도록 도와주십니다. 때때로 하나님은 우리가 바꿔야만 하는 행동들을 볼 수 있도록 도와주시기 위해, 우리 삶가운데 다른 사람들을 만나게 하시고 환경을 조성하십니다.

소망의 여인들 친구 여러분, 우리 스스로는 "열매"를 맺을 수 없다는 것을 알고 계신가요? 우리는 하나님의 아들이신 예수 그리스도라는 참포도나무에 붙어있어야만 합니다. 예수님은 "나를 떠나서는 너희는 아무것도 할 수 없느니라."하고 말씀하십니다. 일단 접붙힘이 된 후에 어떻게 하면 참포도나무에 잘 붙어있을 수 있을까요? 성경을 통해 하나님과 하나님의 일하시는 방식에 대해 더 많이 배워야만 합니다. 오늘 하시는 것처럼요. 기도를 통해 하나님께 말씀드리세요. 하나님께 사랑한다고 말씀드리세요. 여러분의 삶에서 달콤한 "열매"를 맺도록 도와주실 것을 구하세요.

김숙경 : 친구 여러분, 이 설명이 이해가 되시나요? 여러분은 달콤하고 과즙이 넘치는 포도인가요? 여러분은 여러분의 인생에서 좋고 건강한 "열매"를 생산해 내고 있나요? 여러분이 사랑많은 농부인 하나님과 그분의 아들인 예수 그리스도를 통해 연결되어 있을 때 여러분의 인생에는 "좋은 열매"가 맺히게 됩니다. 또한 이 일들을 통해 여러분은 하나님의 축복을 경험할 수 있습니다.

한지현 : 이 시간 여러분과 함께 기도하기 원합니다.
"하늘에 계신 아버지, 저는 제 인생에 사랑, 기쁨, 평화와 같은 열매가 하나도 없는 것을 알고 있습니다. 또한 저는 저 혼자 이 열매를 결실하지 못하는 것도 압니다. 이 열매를 맺으려면 오직 하나님께 연결되어 있어야만 한다고 하셨습니다. 하나님의 아들인 예수 그리스도께서 저를 위하여 저의 죄를 없애주시기 위해 십자가를 지심을 믿습니다. 저를 하나님의 자녀로 받아주세요. 저는 하나님이 필요합니다. 하나님을 따라갈 수 있도록 저를 도와주세요. 좀 더 하나님을 닮아가도록 도와주세요. 예수님의 이름으로 기도 드립니다. 아멘."

김숙경 : 소망의 여인들 친구 여러분, 만일 여러분이 하나님께 하나님의 자녀로 만들어 달라고 진실되게 간구 했다면 이제 하나님께 속한 사람이 되었고 영원히 하나님의 자녀가 된 것을 아셔야 합니다. 여러분은 포도가 포도나무에 붙어있는 것과 같이 하나님께 붙어있습니다! 하나님의 사랑을 받아들이고 하나님을 따르기 시작하세요. 여러분은 포도같이 과즙이 풍부하고 달콤한 사랑, 기쁨, 평화의 "열매"들을 맺게 될 겁니다. 그로 인해 여러분의 삶은 더욱 풍성해지고, 다른 사람들도 여러분의 달콤한 열매를 맛보게 될 거예요!

소망의 여인들 이만 마치겠습니다. 한 주간 건강하시고 하나님의 은혜가 여러분 가정에 함께 하시기를 소망합니다. 모두 안녕히 계세요. (안녕히 계세요!)