



삶은 사람 다루는 법

좋아하는 사람들하고만 지낼 수 있다면 얼마나 좋을까. 하지만 좀 싫은 사람, 다소 켈끄러운 사람들이 있기 마련이다. 그런 사람들과 같은 부서에서 일하게 된다면, 같은 프로젝트를 진행하게 된다면 인생은 끔찍한 밤과 같이 변할 수도 있다.

어디 직장에서만 그럴까. 집에서 세대가이가 난다고 하며 부모의 말을 아예 무시해 버리는 아들과 딸, 그리고 나의 사정은 안중(眼中)에도 없는 무심한 남편, 돈만 밝히는 부인 때문에 속을 끓일 수도 있다. 학부모 모임에 가도 참가 힘든 엄마를 만날 수 있고 교회나 절에서 종교생활을 해도 눈엣가시 같은 인물이 있기 마련이다.

하지만 당신도 누군가에게 함이 되는 든든한 우군이 될 수도 있지만 때론 서로를 찌르는 고슴도치가 될 수도 있다. 중요한 것은 아예 안 만날 사람이 아니라면 가능하면 싫은 사람과도 원만하게 지낼 수 있는 방법을 찾아야 한다는 것이다.

일반적으로 사람들은 자신이 편찮은 사람이기 때문에 모든 사람과 원만한 관계를 유지할 수 있을 것이라고 착각한다. 하지만 누구나 성향이나 성격이 다른 사람, 그래서 절대 좋아지지 않는 사람이 있다. 다만 내가 싫어하는 사람이 반드시 나쁜 사람이라는 것이다. 그저 나와 가치관이 달라 다른 판단을 내리는 것뿐이다. 모든 사람이 나와 같은 것은 아니라는 사실을 받아들이면 가치관이 다른 사람에 대한 감정도 누그러질 것이다.

나를 향해 끊임없이 비판을 쏟아내는 사람, 부적절한 농담으로 쓴웃음을 짓게 만드는 사람, 태도와 말투로 신경을 긁는 사람, 이 모든 사람들이 견디기 힘들 수도 있다. 하지만 스탠포드대학의 로버트 서튼 교수는 “당신이 좋아하지 않는 사람이야말로 당신이 어리석은 짓을 하는 것을 막아 줄 사람”이라고 강조한다. “다른 관점의 사람이 필요하며 논쟁하고 토론하는 것을 두려워하지 말아야 한다”고 말한

다. 그러니 성공을 위해서라도 좋아하지 않는 사람을 견디낼 필요가 있다.

내가 다른 사람에게 가진 감정이 무엇이든 그 감정은 그 사람에게서 반사되어 다시 나에게로 돌아온다. 이해 불가능한 사춘기 자녀를 향해 잔소리를 하고 소리를 질러대면 아이는 입을 다물고 무시하거나 똑같이 소리를 지르며 문을 뚫어버리고 소통을 거부해버린다.

조지 심리학자인 벤 다투는 “외교적인 포커페이스를 훈련하는 것이 필요하다”며 “다른 사람들에게 전문적이고 긍정적인 사람으로 인식될 필요가 있다”고 말한다. 속에서는 부글부글 끓더라도 웃는 얼굴을 훈련할 필요가 있다.

아무리 노력해도 어떤 사람에 대해서 결코 감정이 좋아지지 않는 경우도 있다. 그럴 땐 짜증나는 사람에게 초점을 맞추지 말고 왜 내가 그 사람 때문에 짜증이 나는지 생각해 보라. 때로 내가 다른 사람에게서 싫어하는 점이 바로 나 자신에게서 스스로 싫어하는 점일 수 있다. 상대방의 태도와 방식이 정말 잘못됐다고 생각한다면 차분하게 말하라. 비난하는 투가 아니라 “당신이 이렇게 하면 이런 느낌이 든다”는 말투를 사용한다. 예를 들면 “회의할 때 내가 말하는 도중에 끼어들면 내 의견을 무시한다는 느낌이 들어요”라고 말하는 식이다.

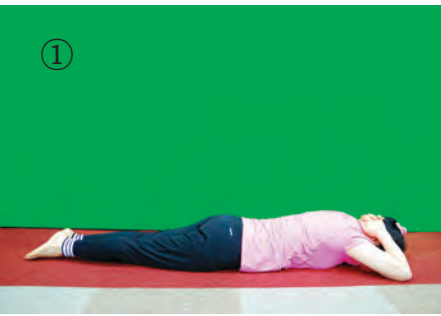
이상에서 살펴본 방법은 각박한 세상을 사느라 마음의 수양이 부족한 일반인들을 위한 요령이다. 구세진인 조희성님은 삶은 사람에 대하여 이렇게 대하라고 말씀하신다. “미운 사람이 있으면 진심으로 좋아하고 사랑하라. 형제의 못마땅한 행동이 눈에 띄면 나에게 저런 모습이 있기 때문에 내 눈에 띄는 것이니, 다 내 죄다. 그러므로 누구든지 내 몸처럼 여기는 마음, 누구의 잘못도 내 잘못으로 여기는 것을 실천하는 것이 바로 가장 기본적인 자유율법을 지키는 생활인 것이다.” 결국 내 마음의 거울을 닦는 것이다. 내 마음이 평온하면 세상이 평온하게 보이고 내 마음이 어지러우면 세상이 어지럽게 보이는 것이다.*



내 몸과 마음을 치유하는 요가

천바람이 코끝을 핑하게 시리게 하고 뼈 속 깊이 스며들면 관절과 근육이 경직되지 않도록 해주고 혈액순환이 무엇보다 원활해야 한다. 세포활성화로 온열 효과를 내는 반신욕이나 좌욕을 하면 허벅지의 혈액순환이 활발해져 좋으며, 따뜻한 물(현무암, 온도는 40~50도 적정)로 마사지 하는 것도 세포 활성화로 온열 효과를 내므로 원적외선을 방출한다. 몸을 부지런히 많이 움직이며, 조금 빠른 걸음으로 걷고, 양상대로 살며 추운 날에는 실내에서 하는 요가 운동으로 꾸준히 자신의 능력에 맞는 동작을 반복한다. 신체를 부드럽고 유연하게 만들어 행복한 관절과 근육으로 건강을 유지하도록 미리미리 준비해 보세요.

엎드려 상체 비틀기!!!



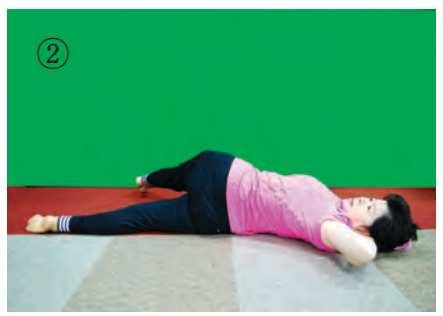
효능: 엎드려서 휴식하며 정신을 이완시키고, 고개를 좌우로 돌려 평상시 사용하지 않던 근육의 불편한 쪽을 자주 수련한다. 상체를 넘겨 옆구리 군살을 제거, 날씬한 허리 라인을 만들어 준다. 골반 다이어트와 균형을 통해 탄력 있는 엉덩이 라인을 만든다.

동작①: 엎드려서 다리를 붙이고 누워 정신을 편안하게 하고 각지 긴 손을 머리 위에 엮는다. 호흡을 반복하며 10초 유지.

동작②: ①번에 이어서 오른쪽 팔꿈치를 지고 호흡을 마시며 왼쪽 팔꿈치를 들어 상체를 뒤로 넘긴다. 10초 유지. 양쪽 각각 5회.

엎드려서 비행기!!!

효능: 어깨 허리근육을 풀어주며 척추 기립근 강화. 상 허체를 동시에 풀어 줄



리면 허리 엉덩이 라인을 탄력 있게 만들어 준다.

동작③: 엎드려서 호흡을 마시며 상 허체를 높이 들어 올린다. 팔약근을 수축하며 팔다리를 쭉 펴준다. 10초 유지. 5회.

엎드려 대각선 업!!!

효능: 허리와 등 전체에 탱탱한 라인, 팔 다리 다이어트 엉덩이 업.

동작④: 편안하게 엎드려 호흡을 마시며 왼손과 오른발을 동시에 높이 들어 올린다. 대각선으로 쭉 펴고 엉덩이를 수축한다. 10초 유지. 양쪽 각각 5회.*



若民抗且不畏死

약민항차불외사

만약 사람들이 항거하면서 또한 죽음조차 두려워하지 않는다면

도덕경 74장 해설

우리가 인류사를 진보적이고 발달사적 의미를 가지고 돌이켜보면, 인류사의 위대한 진화 발전은 목숨을 건 항거로부터 비롯되었다는 것을 알 수 있다. 기존의 왜곡되고 잘못된 고정관념과 관습에 안주할 때, 소수의 선지자와 선각자들은 문제의식을 가지고 구시대의 산물을 과감히 물리치고자 저항했다.

갈릴레오 갈릴레이는 '천동설'에 항거하여 '지동설'을 주장해 기존의 잘못된 인식에 대하여 저항했다. 사상이 루소는 사회적 불평등에 과감하게 저항했다. 다윈은 절대 신권의 지배 아래 성서의 창조론에 반기를 들었다. 간디는 영국의 폭력적 식민정체에 대해 무폭력으로 저항했다. 미국의 킵 목사는 인종 차별에 저항했다.

이와 같이 인류의 삶의 질을 보다 나은 세계로 진화시킨 사람들의 불굴의 신념과 용기는 마침내 세상을 변화시키

고야 마는 강렬한 의지와 항거의 역사가 되었다. 노자의 도(道) 또한 그 당시 사회로부터의 통속적인 관념과 관습의 일상화로부터의 탈피의 혁명적 시도였다. 너무나 억압적이고 부자유와 불평등하며, 또한 불편 부당하고 인위적이며, 비인간적 비자연적이고 반생명적인 사람들의 행태와 사회 구조를 바꾸어보려고 했을 것이다. 승리제단의 불사영생의 도, 무극대도, 참 행복의 길 또한 죽음의 거센 조류에서 벗어나고자 하는 또 다른 항거의 역사다. 인류의 삶의 새로운 패러다임을 제시하고 재건하려는 거대한 혁명의 역사를 펼치고 있는 것이다. 이것은 반드시 풀려야 할 역사의 한 수레바퀴일 수밖에 없다.

인류사의 큰 수레바퀴와 같은 굴림의 3대 혁명의 역사를 보면 잘 알 수 있다. 1685년 카톨릭 부활절책으로 종교적인 분열을 일으켜 폭정으로 이어진 데 대한 유혈사태가 벌어지지 않고 정권이 교체된 명예혁명, 영국이 식민지 사람들의 인권을 무시한 데서 비롯된 미국의 독립혁명, 전 국민이 자유로운 개인으로서의 자기를 확립하고 평등한 권리를 보호하기 위해서

일어선 프랑스의 시민 대혁명이 그 대표적 것이다. 왜 혁명의 위대한 역사의 수레바퀴는 굴러갈 수밖에 없는가? 그것은 우주를 움직이는 힘, 절대 생명의 본질, 선한 생명의 어머니(하나님, 부처님)의 참 사랑의 의지가 담겨 있고, 모든 삼라만상과 인간이 곧, 선한 어머니의 지체로 자녀들로서 본래 선하고 자유롭게 행복하게 살고자 하는 속성으로 되돌아가고자 하는 필연적인 섭리와 예정의 역사 속에 있기 때문이다. 다가오는 시대는 우주만물과 인간이 본래의 참 성품을 회복하여 자유와 평화, 그리고 행복 가운데 영원한 생명의 찬란한 꽃을 피우고 그 향기가 온 우주에 드리우는 아름다운 이상세계, 천국, 극락이 반드시 건립되게 될 전무후무한 혁명의 역사가 펼쳐질 것이다.

이것이 노자의 도가 꿈꾸는 이상세계와 무관하지 않고, 승리제단에서 이루고자 하는 영원한 생명의 향연이 펼쳐지는 불사영생의 대도(大道)의 세계인 것을 누가 알 것인가!

若民抗且不畏死(약민항차불외사): 만약 사람들이 항거하면서 또한 죽음조차 두려워하지 않는다면

奈何以殺權之也(내하이살구지야): 어찌 그들에게 죽음을 로써 두렵게 할 수 있겠소

김주호 기자



허만욱 승사 칼럼

불경이 말하는 바른 도와 감로해인

불경 열반경에는 인간이 걸어야 할 정도(正道)를 간단명료하게 기록하였는데 이것만 이해하고 실천하여도 만사형통이라 할 수 있다. “이 세상의 도(道)는 자유와 평등이 없고, 네 것과 내 것이 다르다. 그러나 부처님의 도는 자유롭고 평등하고 하나가 되는 것이 모든 사람의 정도니라. 모든 경서의 기록은 글자의 뜻이 없는 반쪽 글자의 근본이 되며, 미륵불께서 출현하실 때는, 완전히 없어지고 온전한 글자가 나타날 것이다. 내가 말한 글자는 반쪽 글자였다. 너희들은 반쪽 글자를 버리고 완전한 글자를 알아야 한다”

참 구세주이신 정도령님의 징표는 바로 감로해인(甘露海印)인데, 성경에는 “이슬성신 부여주는 자가 구세주”라고 기록되어 있는데 비해, 불경 열반경에는 구체적으로 그 효능까지 열거하고 있다. 즉 감로를 먹으면 죽지 않고 영생한다, 감로의 광명이 사람의 털구멍으로 들어가면 성불한다, 미륵불을 만나면 누구나 죄가 다 소멸된다, 미륵불이 계신 곳은 금산(金山), 영생체)과 같아서 이곳에 모이는 사람들은 금산과 같이 부처를 이룬다, 감로가 있는 곳에선 늑지 않고 죽지도 않는다. 감로라야 온전히 벗겨져서 금산과 같이 피리다. 미륵부처님께서 제일 바라는 것은 열반경을 널리 전

하는 일이다. 이를 널리 전하는 자는 해가 뜨면 이슬과 인개가 사라지듯 죄가 소멸된다. 한 사람이 부처를 이룰 때 그 부처를 만나는 사람은 모두 부처를 이룬다. 이것은 마치 숲산이 있는데 숲터러리 하나에 불을 붙이면 전 숲산이 불바다가 되는 이치와 같은 것이다.

석가모니께서는 생을 마감할 때, 제자들에게 “내가 열반에 들었다고 말하는 자는 나의 제자가 아니다”라고 분명히 밝히면서, 자신이 의인의 경지에 이르지 못하였음을 솔직하게 고백하였다. 성경에도 있듯이 “누구든지 자기를 높이는 자는 낮아지고, 누구든지 자기를 낮추는 자는 높아지리라(마 23:12)”라고 표현되어 있는 것

로 보아, 그 솔직함과 자존심을 찾아 볼 수 없는 최상급의 성역(聖域)에 도달하신 분임을 확인할 수 있다. 석가모니의 도의 경지를 느낄 수 있는 유명한 말씀이 있다. “색즉시공(色卽是空) 공즉시색(空卽是色)” 눈에 보이는 것이 보이지 않는 것이요, 눈에 보이지 않는 것이 보이는 것이다. 눈에 보이는 것도 작게 쪼개면 보이지 않는 미립자가 되고, 눈에 보이지 않는 것도 원체로 되돌리면 물질로 변하여 보이게 된다는 뜻으로 볼 수도 있다. 석가모니는 현대 양자물리학을 이미 다 깨치고 있었던 것이다.*



승리신문

1990. 3.3 등록번호 다 - 0029

발행인 겸 편집인 김중만

본지는 구세주(정도령, 미륵불)께서 말씀하신 사람됨이 실제로 죽지않는 원리(영생학)를 누구든지 쉽게 배우고 실천할 수 있도록 소개하여 질병과 죽음이 없는 개벽된 세상을 만들고 진정한 평화의 세계를 구현하는데 기여함을 목적으로 발행됩니다.

경기도 부천시 소사구 안곡로 205번길 37
우 14679
홈페이지 www.victor.or.kr



광고 및 구독신청
전화 (032) 343-9985
FAX (032) 349-0202

본지는 신문윤리규정 및 그 실천요강을 준수한다.

본부제단 032-343-9981~2

전국제단 및 해외제단 연락처

역곡제단 : (032)343-9981-2
수원제단 : (031)236-8465
안성제단 : (031) 673-4635
평택제단 : 010-9261-9974
부산제단 : (051)863-6307

영도제단 : (010)6692-7582
김해제단 : (055)327-2072
대구제단 : (053)474-7900
마산제단 : (055)241-1161
진주제단 : (055)745-9228

진해제단 : (055)544-7464
영천제단 : (054)333-7121
사천제단 : (055)855-4270
포항제단 : (054)291-6867
순천제단 : (061)744-8007

정읍제단 : (063)533-7125
군산제단 : (063)461-3491
대전제단 : (042)522-1560
청주제단 : (043)233-6146
충주제단 : 010-9980-5805

橫濱祭壇 : (045)261-6338
神戶祭壇 : (078)862-9522
下關祭壇 : (0832)32-1988
久留米祭壇 : (0942)21-4669
岐阜祭壇 : (0584)32-1350

大阪祭壇 : (06)6451-3914
神奈川祭壇 : (045)451-3150
Philadelphia : (215)722-2902
London : (0208)894-1075

원래 사람은 하나님이었습니니다
그러므로 사람은 하나님이 될 수 있습니다.