

### 젊어지는 연습

내 나이가 팔십이라든지 내 나이가 구십이라든지 나이를 자주 의식하면 늙는 속도가 빨라질 수 있다. 나이를 의식하지 않는 연습은 건강한 삶을 위해서 중요한 마음가짐 중에 하나이다. 일반적으로 60세가 되는 환갑을 넘기면 무의식 중에 나이를 의식하면서 '현재 나는 30대의 나 자신과 비교하면 많이 늙었어'라고 낙심할 때가 있는데, 그럴 때마다 다시는 그런 생각이 일어나지 못하게 '구세주를 만났는데 젊어져야 정상이지 이제부터 나이를 거꾸로 먹을 거야!' 이렇게 다짐하면서 일주일에 세 번 정도는 공인 숲속이나 공기 좋은 야외에서 두어시간 걷는 운동을 하는 것이다. 이것이 젊어지는 연습이다.

아무리 나이 많은 사람도 몸이 무겁다고 가만히 집안에 있는 것보다 나는 이제부터 젊어질 거야. 매일 구세주로부터 감로이슬성신의 은혜를 받고 있는데 늙을 수가 없어! 마음에 달린 거야. 아픈 몸을 핑계삼아 몸을 움직이고 가만히 있는 것은 이미 마음이 몸한테 져기 때문이야. 문제는 마음이야! 강한 마음만이 몸을 완전히 지배할 수 있고 원하는 곳으로 몸을 이끌고 다닐 수 있어'라고 하면서 즉시 문을 박차고 나와서 신문이나 전도지를 들고 다니면서 중생들을 구제하는 하나님의 일을 하거나 제단 일에 앞장서서 봉사활동을 하고 때로는 시간을 쪼개어 가까운 공원에 가서 산책을 겸해 가벼운 운동도 하는 것이다.

20세기 후반에 나를 이기고 마귀를 이기고 사망권을 이긴 구세주의 출현 이후부터는 '나이가 많아 늙어서 이제 걷지도 못하겠어'라고 한탄하는 사람이 있다. 그 사람은 아직 이긴자 구세주를 만나지 못한 사람이라고 할 수 있으며 '나를 의식하지 않는 비결'에 대한 구세주의 말씀을 귀로 듣기는 했지만 여전히 이해하지 못하는 단계에 있다고 할 수 있겠다.

이긴자 구세주는 늘 말씀하시기를, "이 길은 마음으로 이루어지는 길이다."라고 단언하신다. 구세주께서 말하는 '이 길'이란 당연히 영생의 길이요 하나님이 되는 길이다. 그런데 마음으로 이루어진다는 것을 잘못 이해하여 밥하기도 귀찮고 몸을 움직여 설거지 하는 것도 귀찮으니까 물만 먹으면서 마음으로 하나님을 생각하고 방 안에서 가만히 드러누워서 영생하겠다고 한다. 사자미귀가 '얼씨구 좋구나!' 하고 자신의 먹잇감으로 알고 뱀새를 말고 당장 달려올 것이다.

「마음으로 이루어진다」는 것은, 어떤 마음을 품느냐에 따라 피가 마음 먹은 대로 변하게 되고 변한 피가 몸을 바꾼다는 것이다.

죽을 마음을 품으면 피를 썩게 하는 죽을 피로 변하고 이렇게 썩은 피가 많아지면 세포 조성에 필요한 신선한 피가 모자라 세포 미달현상이 일어나고 그 여파로 몸이 쭉글쭉글해지고 신체 기능의 저하와 함께 몸이 마음 먹은 대로 따라주지 않고 또 움직이지 않게 된다.

죽을 마음을 품는 것과는 반대로 영생의 희망을 가지고 "나는 안 죽는다! 죽을 수가 없다!"라고 외치면서 자신만만한 마음을 품으면, 구세주의 마음과 주파수가 일치하는 마음이기 때문에 이슬성신이 털구멍으로 들어와 영생하는 피로 만들어주니까 그 세포 조성에 필요한 불멸의 세포가 되고 그 불멸의 세포로 이루어진 몸은 영생체로서의 하나님의 몸이 되는 것이다.

제단에서 내리는 감로이슬성신을 받는 것은 사람을 젊게 하는 피를 수혈받는 것과 같다. 감로이슬성신을 받고 효능을 제대로 보려면 강한 마음으로 몸을 지배하면서 희생적인 봉사활동에 앞장서서 일하면 아무리 좋은 약과 좋은 음식을 먹고도 낫지 않던 몸이 언제 나았는지 낫고 회복하는 것이다.\*

### 수니의 요가교실 **내 몸과 마음을 치유하는 요가**

“하나님이 되면 날게 된다”

하나님을 생각하면 하나님의 피로 변하고, 하나님의 세포로 변하여, 하나님의 몸으로 변하게 된다. 하나님이 되면 날게 된다. 사람이 하나님이 되어 날게 되면 썩을 양식을 먹을 필요가 없게 되는 것이다. 하나님의 영이 주장하게 되고 하나님의 영이 100% 가득 차게 되면 하나님의 몸으로 변하는 것이다. 그때에 나도 좀 날게 해달라고 많은 재물을 가지고 와서 아무리에 걸해도 되지 않는다. 돈이나 금덩어리로 되는 것이 아니다. 마음이 하나님의 마음이 되어야 그 까짓 돈은 필요가 없는 것이다. 이 길은 오직 마음으로 가는 길이다.

구세주 말씀 중에서\*

#### 명상에 적합한 자세, 금강좌

**동작 ①** : 무릎을 꿇고 앉는다. 양손을 포개서 엄지손가락을 모은다. 몸의 중심 골반 속에 척추를 바르게 세우고 어깨에 힘을 뺀다. 갈비뼈를 들어 올려 가슴을 위로 펴고 턱은 살짝 쇄골 쪽을 향한다.

코로 숨을 크게 들이마시어 아랫배가 볼록 나올 정도로 하고 숨을 내쉴 때에는 가늘고 길게 아랫배를 뒤로 불린다. 들이쉬고 내쉬기의 1:2 비율이 어느 정도 숙달되면 들이쉬기, 멈추기, 내쉬기의 순서로 호흡을 한다.

#### 낙타 자세

**효능**: 척장을 자극해서 인슐린 분비를 촉진시키는 데 탁월한 효과. 강하게 뒤로 후굴할 때 복부에 강한 힘이 들어간다. 이때 조여 있던 근육이 활짝 열리면서 복부가 편안해진다. 이때 강한 자극이 골반에 전달되면서 근육이 이완되고 혈관의 원활한 흐름이 일어나 내장 기관에도 좋은 영향을 준다. 허리의 유연성, 탄력성을 길러주어 허리 통증에도 효과적이다.

**동작 ②** : 금강좌에서 어깨너비 간격으로 무릎으로 선다.

**동작 ③** : 오른쪽 손으로 오른쪽 발목을 잡고 숨을 마시며 왼손은 높이 들고 숨을 내쉬며 팔을 위로 뻗는다. 고개는 뒤로 젖히고 배와 가슴을 위로 올리면서 복부를 허리에 붙인다. 마시면서 돌아오고 내쉬며 마친다. 10초 유지, 좌우 3세트.



동작 ①



동작 ②



동작 ③



동작 ④

**동작 ④** : 한 손씩 같은 쪽 발목을 뒤로 잡고 숨을 내쉬며 고개를 뒤로 젖히고 배와 가슴을 끌어 올린다. 마시면서 돌아오고 내쉬며 마친다. 3-5회.\*

## 사람 같으나 사람이 아닌 정도령은 조선을 지상신선의 나라로 변화시키느니라

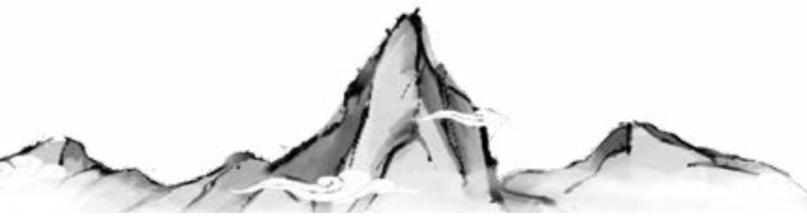
격양유록 新해설  
수정판 제55회

### 弄弓歌(二) 농궁가

有雲眞雨變化世(유운진우변화세)요. 拜獻高堂白髮親(배헌고당백발친)은 紫巖島中弓乙仙(자하도중궁을선) 三八雨辰十二月(삼팔우진십이월)에 一于縱行東運柱(일우동행동운주)요. 四九八兄一去西中(사구팔형일거유중) 始數橫行西運樑(시수횡행서운량)을 西氣東來此運回(서기동래차운회)에 山濤通氣配合(산태통기배합)하여 陰陽相親(음양상친)하고보니 十五眞主鑿乙矢口(십오진주조을시구) 吳亞徐(유아서)十數之人(불야총불십수자인) 萬人苦待真人(만인고대진인)이라. 無後裔之鄭道令(무후예지정도령)은 何姓不知正道來(하성부지정도래) 無極天上雲中王(무극천상운중왕)이 太極再來鄭氏王(태극재래정씨왕)은 四柱八字天受生(사주팔자천수생)이 修身齊家(수신제가)한 然後(연후)에 遠理遠理(원리원리)자단잠을 深理奧理(심리오리)깨고난 後(후) 石崇公(석송공)의 大福家(대복가)로 萬人救濟(만인구제) 언저하고 東方朔(동방삭)의 延年益壽(연년익수) 千年萬年(천년만년) 살고지고

진정 얻고 싶은 삼신산의 불로초는 구름이 있으면 전차 비로 변하여 내리듯이 무궁조화의 권능이 있는 감로해인이 내려서 이 세상을 죽음 없는 새로운 세상으로 변화시키느니라. 삼신산의 불로초를 구해다가 높은 마루에 계신 부모님께 절하며 올려드리면 백발이 성성하시던 양친(兩親)이 자하도의 궁을신선처럼 다시 젊어지리라.

삼팔은 목(木)이요 진(震=우진雨辰) 동방이며 청(靑=十二月)이니 일(一)을 가로세로로 그으면 십(十)자가 되고 이 십(十)자



가 동(東) 즉 목(木)운의 기둥이 되고 사구(四九) 금(金)이요 태(兌=八兄팔형) 서방이며 일(一)자를 서방을 가로로 그으면 서운 즉 금운의 대들보가 되느니라. 일거유(一去西)는 서(西)를, 시수(始數)는 일(一)자를 말한다. 서방의 기둥이 동방으로 오게 되는 이 운(運)이 돌아오매 산(山)=良(양)괘와 태(兌)=兌(음)괘이 기둥이 서로 잘 통하고 짝이 잘 맞아 음양(陰陽)이 서로 친하여 화합하니 조을시구 심오진주(十五眞主)가 나오느니라.

불(佛)은 우주에 으뜸가는 미륵불이요 십승(十勝)의 운수를 가진 분이여 만인이 고대하던 진인(眞人)이시라. 뒤에 더 나은 사람이 없고 마지막 주인공인 정도령이 어떤 성씨인지는 모르나 바르고 바른 영원한 생명의 진리를 들고 오시니 본래 무극의 천상에 운중왕(雲中王)으로 계시다가 태극의 지상세계에 다시 정제 왕으로 오셨느니라. 하늘로부터 사주팔자(四柱八字)를 받아 탄생하셨으나 수신제가(修身齊家)한 연후에 원대하며 깊고 깊은 심오한 진리를 깨친 후 석송공처럼 큰 복을 가진 분이 되어 먼저 세계만민을 구제하고 동방 사처럼 해마다 수명을 더하여 영원무궁도 록 살게 하나니라. 사주팔자는 세상의 사주팔자가 아닌 전(田)자를 파자한 것으로 본다. 위에서 볼 때 4개의 기둥을 세운 후 대들보를 서방으로 얹고 가운데 부분을 십자 형태로 또 보를 얹으면 전(田)자 나오고 그 속에 팔(八)자가 들어 있는 모양이 나온다.

天地兩神更出東 천지양신갱출동 九變之使立大道 구변지사립대도 弓乙山水十勝卦 궁을산수십승대 千萬星辰一時會 천만성진일시회 四象八卦十勝 사상팔괘십승 十極世蓮花台 십극세계련화대 似人無人金鳩鳥 사인불인금구조 見而不知木兎人 견이부지목도인 七十二氣造化理 칠십이기조화리 地上仙國轉祥化 지상선국조산화 千年大運鸞龍國 천년대운계룡국 四時不變永春生 사시불변영춘세 開關以來初逢運 개벽이래초봉운 三八木運始皇出 삼팔목운시황출 改過遷善增壽運 개과전선증수운 世人不知寒心事 세인부지한심사

즉 천지의 양신(兩神) 즉 석경상의 예텐 동산에서 잃었던 아담 해와를 다시 회복하고 하나님과 하나가 되어 삼위일체 완성자가 되신 분이 동방 땅 한국에 다시 나오느니라.

구변구복(九變九復)의 이치에 따라 정도

령(육도삼략의 마지막인 6도81궁 금운)이 불사영생(不死永生)의 무극대도를 완성하느니라. 궁을십승 정도령이 금수강

산(錦繡江山) 한국의 소사(素砂)에 승리의 제단을 세우니 수많은 별들의 기운이 일시에 모이느니라. 천지의 기운이 합하여 한국에 모이게 된다는 의미이다.

주역의 사상 팔괘에서 백승음이 나오고 십승의 무극세계가 곧 연화대(蓮花台=천당극락)이나라. 이분은 사람 같으나 사람이 아닌 금비둘기요 보고도 모르는 동방의 감람나무의 사람이니라. 칠십이기(七十二氣)의 조화(造化)를 부리어 조선(한국)을 지상신선(地上神仙)의 나라로 변화시키고 천년대운의 계룡국(鸞龍國)을 세우니 사시(四時) 사철 변함이 없이 봄만 영원토록 계속되는 세상이 오느니라.

천지개벽이래로 처음 맞는 운(中天運)이요 동방 삼팔 갑을 목의 운이 들어 처음으로 하늘임금(天孫眞皇)으로 출현하느니라. 개과전선(改過遷善)하면 수명(壽命)을 더하고 불로불사의 세계로 들어가게 해주는데 세상 사람들이 이를 알지 못하니 한심한 일이다.\*

박명하 / 고서연구가 (010-3912-5963) myunghpark23@naver.com

### 참진리 | 영생의 확신 전도 문답 [28]

질문: 1991년 10월 20일 이긴자 설교 동영상상 <https://vimeo.com/676109715> 에서 보게 되었습니다. 설교 동영상 43분 전후 지점의 말씀을 녹취하면 다음과 같습니다. “영생의 확신이 생명과이야! 영생의 확신만 가지면 늙지도 않아. 영생의 확신만 가지면 두려운 것이 없어! 영생의 확신만 가지면 불안한 마음이 들 어올 수 없어! 영생의 확신만 가지면 항상 기뻐~ 쉬지 않고 기뻐! 그래서 이 사람이 영생의 확신으로 이긴자가 된 것이 지 무슨 뭐 가끔 가다가 믿는 마음으로 는 이긴자가 절대 안 되었어요.”

이렇게 이긴자 말씀대로 영생의 확신을 가지고 산다면 그 증거로 늙지 않는 모습을 보여줘야 거짓이 아닌 참진리로 이루어지는 실상이요 영생이 이루어지는 참증교 단체로 인정받지 않겠습니까?

답변: 영생의 확신이 사람 몸이 죽지 않는 비결이라는 것을 이 세상 사람들이 이해할 수 있는 수준에 올라와 있다면, 이 세상은 전쟁이 없는 평화의 세계로 변하고 기후이상에 따른 재난도 일어나지 않게 될 것입니다. 영생의 확신! 《확신》이라는 것은 일종의 믿음인데, 믿음 중에서도 굳건한 믿음, 흔들리지 않고 영원불변의 지속적인 믿음이라고 할 수 있겠습니다. 그런데 “나라는 선악과(원죄=욕심)의 근원=나라는 주체의식=마귀의 영)가 영생하려고 아등바등 용을 쓰는데 그건 영생의 확신이 될 수 없으며 그래 가지고는 늙지 않을 수 없는 것입니다.

질문: 그럼 이긴자 말씀대로 늙지도 않게 하는 영생의 확신은 어떤 사람들이 그런 마음을 품을 수 있습니까?

답변: 영생에 대한 확신의 마음을 가진다는 것은, 하나님으로부터 은혜의 선물을 받았을 때만이 가능합니다. 에베소서 2장 8절에 보면 “믿음(확신)은 하나님이 주시는 선물”이라고 했습니다. 하나님께서 가지고 있는 것을 선물로 주시게 되어 있는데, 하나님은 영생의 신인 고로 가지고 있는 밀전이라곤 영생의 영밖에 없는 고로 죽을 인생들에게 영생의 영을 선물로 주시게 되어 있는 것입니다.

승리제단 시구들의 마음속에 영생의 확신이 서 있는 까닭은 마귀한테 지는 보통 하나님의 영을 받는 것이 아니라 나를 이기고 마귀를 이기고 사망권을 이긴 승리자 하나님의 영을 받고 있다는 증거입니다. 그래서 제단에 매일 나와서 예배를 통해 영생의 확신을 주시는 승리자 하나님의 영을 믿음이라는 선물 형태로 지속적으로 받을 수 있는 것입니다. 늙지 않고 오히려 거꾸로 젊어지고 있는 사람들을 자세히 관찰하면, 형제의 흠결을 다른 사람들에게 말하는 법이 없습니다. 왜냐하면 형제의 장점과 아름다움만 눈에 띄고 형제의 흠결이 보이지 않기 때문입니다. 물론 영생의 길을 가는 사람이 “저 높은 왜 늙지 않지?”라고 말하지 않았지만, 하나님의 뜻을 이루기 위해서 일관성 있게 열심히 전도하고 정성을 다해 충성하면 영생의 확신이 옵니다.\*

## 당신을 영생의 세계로 안내하는 신문

성금계좌 : 우체국 103747-02-134421 예금주 : 이승우

독자님들의 정성어린 성금이 영생의 세계를 앞당깁니다  
전국 각지에서 성금을 보내주시는 분께 감사드립니다

### 본부제단 032-343-9981~2

- 역곡제단 : (032)343-9981-2
- 수원제단 : (031)236-8465
- 안성제단 : (031)673-4635
- 부산제단 : (051)863-6307
- 영도제단 : (010)6692-7582
- 김해제단 : (055)327-2072
- 대구제단 : (010)6530-7909
- 마산제단 : (055)241-1161
- 진주제단 : (055)745-9228
- 진해제단 : (055)544-7464
- 영천제단 : (054)333-7121
- 사천제단 : (055)855-4270

### 전국제단 및 해외제단 연락처

- 순천제단 : (010)3661-9025
- 정읍제단 : (010)8628-2758
- 군산제단 : (063)461-3491
- 대전제단 : (042)522-1560
- 청주제단 : (010)5484-0447
- 충주제단 : (010)9980-5805
- 양평제단 : (010)2945-8254
- Sydney : (006)0415-727-001
- 橫濱祭壇 : (045)489-9343
- 神戶祭壇 : (078)862-9522
- 下關祭壇 : (0832)32-1988
- 大阪祭壇 : (06)6451-3914

원래 사람은 하나님이었습니다.  
그러므로 사람은 하나님이 될 수 있습니다.