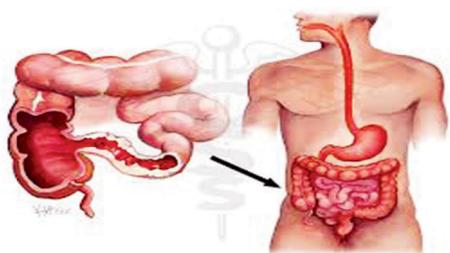


건강 뉴스



인간의 대장 속에서 생존경쟁을 하는 선악의 두 세력

인간의 내부에서도 영적인 두 세력의 치열한 싸움이 있다. 그 중 하나의 예를 들면 장속에서 세균들의 싸움이 그렇다. 인간의 결토는 의젓하고 신사답지만 그 속은 치열한 전쟁이 벌어지는 것이다.

하는 것이 많기 때문에 장 내부가 산성이 되는 것은 우리에게 좋은 일이다. 장 내부가 산성일수록 대변색은 노란색이 되고, 알카리성일수록 검은색을 띤다(미쓰오카도모터리 박사). 성인의 이상적인 대변색은 황토색이다.

그런데 세균이라도 우리 인간에게 해로운 것만은 아니며 오히려 음식을 분해해서 우리에게 좋은 영향을 주는 장내세균은 착한 세균이며 전체의 20% 정도를 차지한다. 압도적으로 많은 세균은 일반적으로 우리의 건강에 영향을 미치지 않는 '기회감염균'이며, 해로운 영향을 주는 악한 균은 5% 이하이다.

악한 균은 유해물질을 만들어 대변을 구리게 한다. 악한 균은 주로 단백질을 먹이로 해서 늘어난다. 사람의 몸속에는 대장균이나 헬리코박티라는 악한 균이 살고 있다. 악한 균이 단백질을 분해하면 암모니아, 황화수소, 인돌, 사카롤, 페놀 등 우리 몸에 해로운 영향을 미치는 물질이 생긴다. 이들 유해물질은 장 안의 세포에 장해를 일으킬 뿐 아니라 혈액으로 들어가서 몸속으로 운반된다. 이들 중에는 악취가 나는 물질도 있는데 이것이 대변에서 악취가 나게 한다. 단백질 대변에서 악취가 나는 이유는 육류가 악취물질의 근원이 되기 때문이다.

착한 균은 장 내부를 산성으로 해서 변비도 방지한다. 인간의 몸속에서 가장 많은 착한 균은 '비피더스균'이고 기타 젖산 간균 등이 있다. 착한 균은 울리도담 등의 탄수화물을 분해해서 젖산(유산)이나 아세트산 등을 만든다. 이들은 산(酸)이므로 많이 생길수록 장 내부의 환경은 산성이 된다. 악한 균은 산성 환경에서 늘어나지 못

악한 균이 단백질을 분해해서 생기는 물질 및 대장에서 흡수되지 못한 쓸개즙산을 분해해서 생기는 물질에는 암을 유발하는 물질도 포함된다. 악한 균은 대장암의 원인이 되기도 한다.*

당신의 속은 편안하십니까? (월간 뉴턴)에서 발췌 허만욱 승사/정주제단 책임승사

입문수기

네번째회 전방 진출 후 바로 승사의 길을 가다

승리제단 나가지 않겠다는 각서를 쓰지 않자 전방으로 진출이 되었고 갑자기 전제단 승사로 임명이 되었다

집안 식구가 가족과 형님, 고향 부모님들에게 승리제단은 썩고 단체라고 퍼뜨리며 거기에 계속 나가면 이혼하겠다고 하였다(이전 회에서).



초창기 전제단 신도들

그와 같은 오해는 모두 거짓말이라고 하며 이해를 시키려 했으나 막무가내였다. 부대 동기들도 가족의 이야기에 동조하며 나를 설득하고 승리제단 나가는 것을 만류하였다. 동기생 모임에 가서도 갑자기 술과 담배를 끊고 어울리지 않으니 정말 사이비에 빠져서 그러는가 생각했고, 부대 교회 목사는 이러한 가정의 풍파와 나의 생활을 군중 사병을 통하여 알아보고는 군 부대장인 여단장에게 보고하게 되었다. 나는 주변의 만류와 이상한 시선을 의식하지 않고 오히려 부하 사병들과 선임사자들에게 진리를 설명하고 승리회보를 전하며 군부대내 전도에 힘썼다.

게 되자 야외훈련이나 당직이 아닌 날은 부대에서 약 2시간 거리에 있는 승리제단에 매주 일요일마다 나오게 되었다. 그렇게 승리제단에 나온 지 만 5개월이 되는 날, 일요일 예배를 마치면서 주님께서 "서보목 대위를 승사로 임명한다."고 갑자기 발표를 하셨다. 마음으로 놀랐기도 했지만 참 진리의 전도사로서의 역할을 다하리라 생각하며 마음대로 감사를 드렸다. 곧 대통령 선거가 시작되는 무렵이었다. 전두환 대통령의 임기가 만료되고 새로운 대통령을 선거하는 시기에 주님께서 "이번에 노태우씨가 대통령이 될 것이니 두고 보라"는 말씀을 하셨다. 모두들 김대중씨가 대통령이 될 것이라고 확신하는 때에 노태우씨가 대통령이 된다고 하니 정도령님을 잘 모르는 사람들은 이해를 하지 못했다.

승리제단 안 나가겠다고 거짓 각서를 쓸 수는 없다

마침내 여단장은 나의 직속상관인 대장과 한병대장, 보안대장을 통하여 나를 상담시키고 다시는 승리제단에 나가지 않겠다는 각서를 받아오라고 지시했다. 대대장은 나를 불러 거짓으로라도 승리제단에 나가지 않겠다는 각서를 써주고 같이 근무하라고 했다. 그리고 내년 소령 진급을 위해 새로운 보직을 추천하겠다고 했다. 그러나 진리를 외면하고 양심을 속이며 거짓 각서는 쓰지 않겠다고 했다.

내 고집을 알고 있는 대대장은 더 이상 설득을 포기하고 여단장에게 보고하게 되니 그해 9월 전방 모 사단 수색대로 발령이 났다. 전출 신고를 하던 날 대대장은 진심으로 애석해 하는 눈물을 흘렸다. 전방 수색대 가서라도 생각을 달리하고 열심히 근무 잘하라고 당부했다. 전방 수색대대장 역시 지금의 대대장과 동기생으로 나에게 대하여 당부를 해 두었던 모양이었다. 종교 때문에 전출을 간다는 것은 어렵지만 역곡 승리제단과는 더 가까운 곳으로 간다는 마음에 기쁜 마음으로 새로운 부임지로 갈 수 있었다. 정든 고향 같은 담양에서 5년 간의 부대 생활을 마치고 처음으로 최전방 수색대로 전출하여 근무하게 되니 오히려 기분이 흥분했다. 가족은 휴시나 전방 새로운 부대로 가면 나의 태도가 달라지려나 기대하며 전방 부대에서 열심히 내조를 했다.

그러나 전방 생활에 어느 정도 익숙하

게 하고 본격적으로 전도에 매진하고자 생각했다. 그래서 가족에게 전역할 것을 이야기하니 필적 뛰었다. 나의 마음은 더 이상 군에서 시간을 허비하고 싶은 생각이 없었다. 그래도 맘치 착한 가족은 승리제단 나가는 것은 좋으나 직장이라도 구해 놓고 전역하자며 전역 지원서를 제출하는 것을 보류하자고 했다. 88올림픽이 열린던 해 봄을 맞아 10여 년의 군대 생활을 마감할 것을 결심하고 아내 몰래 전역 지원서를 내고는 부산에 있는 전역 장교 교육반에 입소했다. 여기서는 매일 저녁 부산제단으로 나가서 예배를 볼 수 있어 좋았다.

전제단 책임승사로 발령나다

다른 장교들은 전역 후 취업을 준비하느라 자동차 정비 기술을 배우거나 여러 가지 사업을 구상하며 전역을 준비했지만 나는 시간만 나면 동료장교들을 전도하거나 부산제단 성도들과 일요일 노방 전도에도 참여하며 전도자의 길을 준비했다. 그렇게 6개월의 시간은 금방 지나갔다. 전역 교육은 끝났지만 아직 전역 수첩을 받기도 전인 88년 12월 중순경 부산제단으로 일요일 예배에 오신 주님께서 예배를 마치면서 "서보목 승사를 전제단 책임승사로 임명한다."

고 하며 갑작스레 승사 전보발령을 내렸다.

아직 승사의 역할도 시무방식도 잘 모르고 마음의 준비가 되지 않은 상태였지만 주님의 인사 발령에 "예!"하고 대답할 수밖에 없었다. 천지공사가 오죽 급하시면 아직 설익은 나 같은 존재가 필요해서 책임승사로 임명하실까 생각하며 처음 주님의 음성으로 찬송을 들었던 "삼천리 반도 금수강산 하나님 주신 동산, 이 동산에 할 일 많아 사방에 일꾼을 부르네. 곧 금일에 일 가려고 누가 대답을 할까" 하는 가사를 떠올리며 기꺼이 그 어느 곳이라도 주님이 가시라면 하나님의 명령에 따르리라 각오를 다졌다.

그 이튿날 부산제단의 시무 승사님으로부터 승사 시무에 필요한 교육을 받고 옷가방을 준비하여 그 날 저녁 무렵에 전제단으로 갔다. 그래도 제단이라는 이름이 있기에 예배장소며 주님상이라도 있을 것이라 생각하고 갔으나 그곳은 부인회장님의 집 뒤 편의 창고를 개조하여 만든 2층 다락방 제단이었다. TV, 비디오 1대와 찬송가 케도 하나가 전부였다. 성도 수는 부인회장님의 가족을 포함해서 10명도 채 안되었다. 그 날 저녁 몇몇 성도님들의 환영인사를 받으며 새로운 전도자의 길이 시작되었다.

아직 젊음이 있기에 겨울의 추운 날씨에도 매일 찬물을 샤워를 하고 기도하며 예배를 인도했다. 그리고 전하는 작은 도시라 이곳은 금방 영생의 진리를 전파하여 발각 뒤집어 놓으리라 각오를 다지며 매일 전단지과 승리신문을 전했다. 참 진리를 전하는 전도자의 길은 나날이 기쁘고 많은 은혜체험을 하게 해주었다. 성도들과 매일 예배를 보는 것 자체가 즐거웠고, 매주 일요일마다 부산제단과 영남 지방으로 오시는 주님을 뵈게 된다는 희망에 추운 겨울도 금방 지나갔다.*

서보목 승사/해동 대표

이기는 삶

참아야 하느니



어려운 상황이 화가 나는 일이 있다면 눈 한번 딱 감아 보라. 참는 것이 최선이라는 것, 그것은 후회를 만들지 않기 때문이다.

성현의 말씀에

참았을 때는

천자가 참으면 나라에 해가 없고, 제후가 참으면 큰 나라를 이룩하고, 벼슬아치가 참으면 그 지위가 올라가고, 형제가 참으면 집안이 부귀하고, 부부가 참으면 일생을 해로할 수 있고, 친구끼리 참으면 이름이 더럽혀지지 않고, 자신이 참으면 재앙이 없느니라.*

참지 못하였을 때는

천자가 참지 않으면 나라를 잃게 되고, 제후가 참지 않으면 그 몸을 잃어 버리고, 벼슬아치가 참지 않으면 형벌에 의하여 죽게 되고, 형제가 참지 않으면 각각 헤어져서 따로 살게 되고, 부부가 참지 않으면 자식을 고아로 만들고, 친구끼리 참지 않으면 정과 뜻이 맞지 않아 원수 간이 되고, 자신이 참지 않으면 근심이 떠나질 않느니라.*

못 참고 성질대로 살아가는 평생 지위지 않는 상처와 근심, 걱정, 한숨으로 몸과 마음을 상하게 된다. 세상에 인내 없이 이룰 수 있는 일은 아무것도 없다. 재능으로는 안 된다. 위대한 재능을 가지고도 성공하지 못한 사람은 많다. 천재성으로도 안 된다. 성공하지 못한 천재는 웃음거리만 될 뿐이다. 교육으로도 안 된다. 세상은 교육받은 낙오자로 넘치고 있다. 오직 인내만이 무엇이든 이룰 수 있다.

어떤 사람이든 추위, 더위, 배고픔, 목마름을 이기지 못하고, 불쾌한 일을 참고 견디는 힘이 없다면, 그는 결코 인생의 승리가 될 수 없다. 그런 사람은 결코 빛나는 명성을 얻을 수 없는 것이다. 인내는 정신의 숨겨진 보배이다. 그것을 활용할 줄 아는 사람이 현명한 사람이다. 인간에게는 불행이나 빈곤, 심지어 질병까지도 필요하다. 이런 것들이 없다면 인간은 곧 오만해지기 때문이다. 그래서 옛말에 참을 인자세 개면 살인도 면한다고 하였다. 오늘부터 불쾌한 일을 당할 때면 되뇌고 또 되뇌어라. 참자, 참자, 끝까지 참자!*

편집부

입문수기 모집

지금 이 험난한 세상에서 여러분들이 진리를 만나지 못해 겪었던 것과 비슷한 이유로 고뇌하고 방황하는 영혼들이 있습니다. 그들에게 여러분들의 이야기는 매우 요긴한 길잡이가 될 것입니다. 희생의 길이요 더불어 같이 이루는 역사입니다. 나라는 소아적 생각에서 벗어나 많은 사람들을 살릴 수 있는 이 길에 동참하여 주십시오. 여러분의 수기는 이기신 하나님께서 큰 은혜로 갚아주시길 것입니다.

인류사 6천년의 비밀

성경에 숨겨진 단군민족의 뿌리역사를 밝힌다



진리의 학문은 신과 인간 자신의 정체성을 바로 아는 데서부터 시작된다. 과연 우주만물과 더불어 인류역사는 언제 어떻게 시작되었으며 그 궁극의 목표는 무엇인가?

도서출판 금성

사람이면 누구나 살아가면서 한번쯤은 자신의 존재와 우주만물과 신에 대하여 궁금해하고 알고 싶어한다. 인생은 어디에서 어디로 가는지 우주만물은 어떻게 생겨났는지 그것이 종교와 학문의 시작이었으리라 본다.