



### 구세주 식생활법③

머리 좋아지는 복숭아, 치매 잡는 양배추, 만병통치약 마늘을 꼭 잡주세요

지난 호에 이어 이번 호에도 음식과 수행 코너를 시작했을 때 실었던 '구세주께서 살하신 식생활법'에 대하여 다시 한 번 되새기는 시간을 갖고자 한다. 다음은 구세주께서 직접 말씀하신 내용이다.

복숭아 속에 뭐가 있느냐 하면 음란의 물질이 있습니다. 뱀을 죽여서 복숭아나무에다 걸어 놓으면 죽은 뱀이 다시 살아나오. 왜 그러냐 하면 뱀과 복숭아는 사촌이기 때문입니다. 그렇기 때문에 복숭아에서 바로 뱀의 생명이 되는 물질이 나오는 것입니다.



하지 만 그 독소 물질을 구세주가 바라보는 순간 없애버립니다. 여러분에게도 바라보는 순간 독소 물질을 제거하는 능력을 주었기 때문에 이제는 복숭아를 먹어도 됩니다. 복숭아 먹을 때 이 사람의 얼굴을 복숭아에다 새겨요. 그러면 복숭아 속에 있는 뱀 독기가 다 없어져 버려요. 죽어서 소멸해버립니다.

사실 여러분들, 복숭아 속에 뭐가 있는지 아세요? 뇌, 그러니까 사람의 뇌를 건강하게 해주는 물질이 있습니다. 복숭아 속에, 그러니까 우리 제단 식구들은 복숭아 많이 잡주세요.

먹는 얘기가 나왔으니 계속 이야기 할게요. 토마토를 먹으면 혈압이 있는 사람들은 혈압이 내려갑니다. 빨간 토마토를 먹어야지 파란 토마토는 먹어봐야 효과가 없습니다.

또 나이가 많은 사람들은 건강증이 되는 치매가 오죠? 그런데 그 치매가 오지 않게 하는 방법이 있습니다. 바로 동그란 양배추를 많이 잡주시는 겁니다. 그걸 주전부리 하는 식으로

로 늘 이제 그대로 시간이 있을 때 마다 날로 뜯어서 먹는 거예요. 치매가 오지 않게 하는 물질이 양배추 속에 있습니다.

그리고 복숭아를 먹으면 머리가 좋아진다고 했죠? 머리가 좋아지니까 치매도 잘 안 오게 되는 것입니다. 사람이 머리를 자꾸 쓰면 치매가 안 와요. 머리를 안 쓰고 망하고 늘 앉아 있으면 치매가 옵니다. 그러니까 이제 치매의 기미가 보이기 전에 40, 50세가 되면 부지런히 양배추를 먹기 시작하세요. 그러면 치매에 안 걸립니다. 하지만 배가 부를 정도는 먹

지 마세요. 뭐든지 과하면 해롭습니다. 적당히 드세요.

참, 여러분들 먹을 것 되게 많네. 토마토도 먹어야 되고, 복숭아도 먹어야 되고, 또 양배추도 먹어야 되니까. 그리고 마늘, 양파도 먹어야 됩니다.

사실 마늘 이야기가 나왔으니 그렇기 마늘은 만병통치약이에요. 기력이 강해집니다. 마늘이라는 것이 그런 겁니다. 그런데 날로 먹으면 매우니까 구워서 먹는 겁니다. 마늘은 구워 먹으면 그 독기가 없어집니다. 마늘은 항암제 역할을 하고 모든 병이 일어나지 않게끔 기력을 강화시켜 줍니다.

그런데 이제 날로 먹을 때는 얇게 썰어서 고추장이나 된장에 발라서 먹으면 나물대로 매운 것이 없어집니다. 우리 제단 식구들은 마늘을 많이 잡주세요. 마늘 먹는 사람은 절대로 암에 안 걸립니다. 무순 암에도 안 걸립니다. 그럼 그냥 나이버려요. 마늘이 그렇게 좋은 겁니다.\*

이승우 기자



## 내몸과 마음을 치유하는 요가

김창철이 지나면 요통 환자가 늘어나면서 겨울은 근육이 괴로운 계절이다. 기온이 뚝 떨어지면 근육이 쉽게 경직되기 때문인데 특히 여성은 뼈나 연골을 보호해주는 에스트로젠이 감소하는 시기여서 각별히 주의해야 한다. 골다공증이 시작되는 중년 이후 남성도 마찬가지다. 근육의 이완과 수축을 적절하게 반복할 수 있고 가정에서도 쉽게 할 수 있는 요가로 단단한 근육을 만들어 혈액순환이 잘 되는 몸으로 겨울나기를 건강하게 준비해볼까?

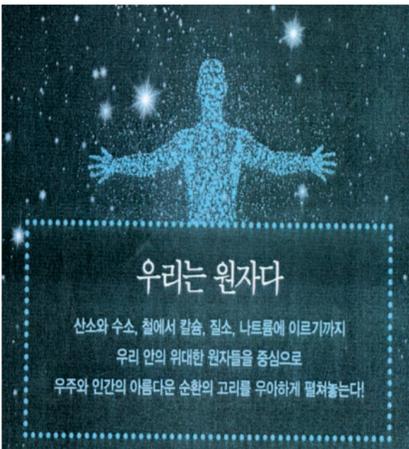
견상자세의 효능

효능: 전신피로 해소, 근력강화, 집중력, 균형감각.



허만욱 승사 칼럼

## 양자물리학적으로 본 구세주



이 세상의 모든 물질을 계속해서 쪼개면 더 이상 쪼갤 수 없는 가장 작은 알갱이가 된다. 이것이 원자다.

원자는 핵과 중성자를 중심으로 전자가 하나님의 영의 힘을 빌려서 무서운 속도로 회전하고 있다. 이것은 중성자, 즉 하나님의 영을 마귀(전자)의 영이 포위하고 있는 형국이며, 결국 하나님의 영이 마귀의 포로로 잡혀있다는 증거이다.

인간은 물론 이 세상의 만물이 모두 신인데, 신에는 두 가지의 종류가 있으며, 인간의 체내에서 동거하고 있는데, 하나는 양심이 영인 하나님의 신이다. 다른 하나는 주체 영인 자존심의 영으로 마귀의 신이다.

현대의 양자물리학의 주장에 의하면, 인간의 육체도 물질로 이루어져 있으므로, 결국 기(氣)라는 에너지로 구성되어 있다고 할 수 있으므로 마치 물질과 에너지(기)의 구분이 없어진 것 같다. 기(氣)는 우주만물을 움직이게 하는 근본적인 힘이며, 과학적 용어로는 에너지라고 부르는데, 신과학에서는 무한정으로 넓은 우주공간은 텅 비어있는 것이 아니고, 'Free Energy'로 채워져 있다고 보고 있다(물리학자 데이비드 볼). 기(氣)에너지야말로 신과학의 핵심 요체(要諦)인 동시에 이것을 가장 효과적으로 집적(集積)시킬 수 있는 기관이 바로 인간의 몸이라는 것이다.

동작③: 1번 자세에서 호흡을 마시면서 한 발 한 발 가슴 앞으로 걸어서 양발을 붙여 엉덩이를 위로 끌어 올린다. 10초 유지. 5회.

동작④: 3번 자세에서 호흡을 마시며 한쪽 다리 안쪽에 힘을 주며 반대쪽 다리를 하늘 높이 끌어올린다. 발바닥이 하늘을 향하도록 한다. 양쪽 각각 10초 유지. 3회.\*

기는 기공의 존재가 아니고, 생체(生體)에너지로서 실존하고 있다(일본 이케미 유지로 교수). 생체에너지가 몸을 흐르는 통로를 경락(經絡)이라고 부르는데, 경락은 인간의 마음의 통로이다. 따라서 눈에 보이지 않으나 느낄 수 있다.

중성미자는 우주에도 가득 차 있는 소립자이며, 빛보다 빠른 속도로 우주를 날아다니고 있으며, 우리 몸에서도 1초 동안 거의 1조 개나 되는 중성미자가 관통하고 있다고 한다. 만물의 본질은 입자인 동시에 파동이며 우리들의 몸도 원자로 이루어져 있을 뿐 아니라 바로 우리가 원자이다. 원자는 영혼이며, 생명이며, 에너지이며, 기이며, 마음인데 이와 같은 신의 세계에서는 영혼에 눈 뜨고 살면 기적 같은 나날이 꼬리를 문다고 한다. 아인슈타인은 항상 자신의 영혼의 거울에 비추면서 살았다고 한다. 또한 그는 육신은 영혼이 잠시 걸치고 사는 껍데기에 불과하다고 여겼다는 것이다. 하지만 보통 인간들은 육신이 자신의 전부라고 믿고 있다.

영혼을 거대한 우주거울로 삼고, 나를 남처럼 비추며 살면, 영혼이 지닌 양심, 사랑, 평화, 연민, 지능, 에너지가 저절로 흘러나온다는 것이다. 막대한 영혼이 우주로부터 흘러나오는 것은, 본래 인체 내에는 영혼의 0.0001퍼센트만이 남아 있고, 나머지 99.9999퍼센트는 두뇌 밖의 우주로 퍼져나가 있기 때문에 가능하다는 것이다. 지능이 우주에서 무한하게 흘러나온다면 우주에 있는 완벽한 지능의 소유자는 과연 누구일까? 그는 영혼들의 본체이신 이긴자 구세주이시다.\*

### 시 한편 생각 한줄

## 사람이었네

루시드 폴

어느 문장은 상징 길게 늘어진 카펫 갑자기 내게 말을 거네

세계라는 이름에 정의라는 이름에 개발이란 이름에

난 중동의 소녀 방안에 갇힌 14살 하루 1달러를 버는

세련된 너의 폭력 세련된 너의 착취

난 푸른 빛 커피향을 자세히 맡으니 익숙한 땅 흙의 냄새

세련된 너의 전쟁 세련된 너의 파괴

난 아프리카의 신 열매의 주인 땅의 주인

붉게 화려한 루비 날카로운 청년이 되어

문득 어제 산 외투 내 가슴속에 기대 눈을 흘리며 하소연하네 내 말 좀 들어달라고

돌처럼 굳은 손을 내밀며 내 빈 가슴 좀 보라고

난 사람이었네 공장 속에서 이 웃이 되어 팔려왔지만 어느 날 문득 이 웃이 되어 팔려왔지만

탄광 속에서 반지가 되어 팔려왔지만 어느 날 문득 반지가 되어 팔려왔지만

자본이라는 이름에

난 사람이었네 사람이었네 사람이었네 사람이었네

얼마전 알과과 바둑의 명인 이세돌을 이기자 사람들이 두려워하며 말했다. "앞으로 로봇이 사람을 지배하는 시대가 오는 거 아냐?" 그 이야기를 들으면서 난 속으로 생각했다. '이미 우리들은 자본주의라는 괴물에 지배받으며 살고 있지 않는데...'

보이지 않는 유리벽을 제대로 불려도 해도 이미 이 시대의 강한 마취제로 감각을 잃어버린 두뇌와 심장이 제대로 작동하지 않는다. 과거의 독재자들은 정권을 잡으면 스포츠와 영화산업을 발전시켜 대중의 관심을 정치분야에서 돌리고자 애썼다고 한다. 지금 자본주의

라는 높은 입맛을 사로잡는 커피, 패스트 푸드, 세련되고 편리한 생활용품과 주거시설, 의복, 스마트폰과 컴퓨터 게임 소프트웨어, 재산 증식을 위한 채테크 상품들로 인간들을 마약에 취한 것처럼 만든다.

대구 시내나 변두리 곳곳에는 요즘 커피 전문점이 우후죽순처럼 많이 생겼다. 이른 아침 우유를 돌리다 보면 우아한 카페트가 깔린 동네 커피점에서 바리스타가 커피의 원두를 가는 모습이 보인다. 외국 유명한 프랜차이즈점의 한잔 오전원 하는 맛 좋은 커피열매의 원산지는 남미 콜롬비아의 고산지대이다. 5000원에 대해서 해발 1000미터 이상에서 탐험된 열매의 주인인 노동자에게는 10원도 돌아가지 않는다고 한다. 매스컴이나 책자를 통해 아프리카, 중동, 남미의 어린이들이 학교에 다니지 못하고, 광산에서 돌을 나르고, 쓰레기 하치장에서 재활용품을 줍고, 공장이나 집에서 배를 짜고, 농장에서 열매를 따는 모습을 본 적이 있다. 초기 자본주의 시대에 영국에서 일어난 아동에 대한 노동 착취가 200년이 지난 지금도 세계 곳곳에서 벌어지고 있다.

형대는 자본주의와 부추기는 때는 경쟁 속에서 부와 경쟁을 얻고자 애를 쓰다보니 개인의 이익만 좇아 생명의 목숨이 되고 공감, 공생, 공영의 기복만은 마릿속에서 점점 약해져 가는 시대

신문에 보니 세계인의 육류 수요를 만족시키기 위해 연간 700억 마리의 가축이 도살된다고 한다. 그 가축을 기르기 위해서는 전 세계에서 수획한 어류의 50%, 세계농지의 80%, 세계 물소비의 70%가 필요하며 결과적으로 세계식량의 절반이 가축사료로 사용된다. 그 결과, 연간 10억 명의 사람들은 굶어죽고 20억 명은 배가 불러 만성질환으로 죽어간다. 그 만성질환을 치료하는 신약개발을 위해 1년에 수억 마리 동물이 생체실험으로 희생되고 있다. 우리가 채식 위주로 식

습관을 고쳐서 생태계를 유지하고 인류의 공생을 도모함이 절실히 필요한 것이다.

젊은이들이 좋아하는 라면을 튀기는 팜유는 동남아의 대단위 야자수 농장이 원산지이다. (참고로 팜유는 포화지방이어서 나쁜 콜레스테롤을 만들기 때문에 라면 조리시 한번 끓여서 그 물을 버리는 것이 좋다.) 동남아의 원시림은 원숭이들의 보금자리인데 여기에 진출한 자본은 그 자리를 깨끗이 정리하고 야자수 농장을 만들어 우리들의 기호에 맞는 공산품 생산을 위해서 코코넛 나무 등의 야자수를 심었다. 그 원시림에 살던 다양한 동물들과 여러 종의 식물들은 어떻게 되었을까? 여하튼 여기서 일하는 노동자들은 강도 높은 노동에 시달리고도 값 싸게 노동력을 제공하고 있다. 이외에도 휴대전화 등 첨단 산업에 필요한 광산자원, 여러 식량자원을 생산하기 위해 자본이 진출한 저개발 국가에서 노동자들이 그들의 인생을 착취당하고 농토에는 맹독성농약이 살포되어 땅과 사람이 함께 병들고 있다. 브라질의 열대우림지역은 파괴되고 그 자리에 육류용 사육하는 사육을 생산하기 위하여 대우농장이 건설되었다. 그 결과 이상기온과 해일과 같은 자연재해가 일어나고 있다. 그 외의 산업에 종사하는 선,후진국 노동자들의 실정도 좋은 형편이 아니다. 자라나는 세대들은 적자생존의 논리 안에서 자본주의 체제에 잘 적응하는 인간형이 되고자 아동시기부터 서로 경쟁하며 강압적인 인시교육을 받고 있다. 어릴 때부터 학교교육에 시달리는 어린이들을 보면 정말 안쓰럽다. 자본주의 체제는 인간의 마음을 닳아서 욕심이 많아 끊임없이 자본을 유지하고 증식시키기 위해 소비를 부추긴다. 자본은 소비를 촉진하고자 위치와 매스컴 등 모든 수단을 동원한다. 실제로 의약 및 의료산업이 소비를 촉진코자 인간의 건강을 위협하며, 무기산업은 인간의 생명을 위협하고 있는데 거기에 대해서 우리가 모르는 심각한 정보들이 많이 있다. 여하한 인간들은 소비의 유혹에 쉽게 현혹되고 모든 재화와 서비스의 상품권인 화폐를 확보하기 위해 인생을 건다. 자본주의가 부추기는 파는 경쟁 속에서 부

와 명예를 얻고자 애를 쓰다보니 개인의 안락한 생존 자체가 삶의 목적이 되고 공감, 공생, 공영(公營)의 가치관은 머릿속에서 점점 잊혀져 간다.

생산력의 급속한 발전과 공급에 못 미치는 상대적인 수요감소로 산업사회는 장기불황과 저성장이라는 피할 수 없는 경제상황에 부딪힐 수밖에 없다. 어찌됐던 이러한 세계적 불황을 맞이하자 영국인은 블랙시트, 미국인은 트럼프를 선택했고, 유럽의 많은 국가의 국민들이 극우 보수 정당을 지지하고 있다.

### 순수한 동심과 생명체에 대한 사랑과 연민의 마음을 갖자

모든 국가들이 자기밖에 모르는 국가로, 세계시민들은 자기밖에 모르는 시민들이 되어 가고 있다. 내 코가 석자라서 지구촌의 다른 어려운 국민과 국가들을 돌아 볼 여유가 없다. 인간이 그렇게 연약한 존재인가? 자본주의 물결에 따라서 바로 반응하여 변해있는 리트머스 용지같은 인간들의 마음에 실망을 금치 않을 수 없다. 우리는 이러한 시대에 새로운 철학을 세우고 인간의 존엄성을 회복해야 한다. 삼한 갈래에 이는 바람에도 괴로워 하는 하나님의 마음, 일세에 이는 바람에도 괴로워하는 시인의 마음이 원래 우리가 가지고 있던 본성이 아닌가? 세계의 모든 이들이 방황한 머리로 우리가 처한 자본주의의 구조 악을 깨닫고, 국가, 민족, 종교, 인종, 이념 및 여러 편향된 사상을 모두 벗어 던지면 좋겠다. 그리고 우리 모두가 순수한 동심과, 생명체에 대한 사랑과 연민의 마음을 꼭 붙잡음으로써 각자의 실존을 확인하고 타인을 보살필 수 있는 눈과 심장을 가진다면 얼마나 좋을까? 날씨가 차가워지는 겨울의 길목에 서서 우리 각자가 가진 것을 모두 이웃과 함께 나눔으로 진정한 삶의 기쁨을 얻고 우리 속에 있는 양심의 온도를 한껏 높여 마음의 월동준비를 하면 좋겠다.\*

리준경 / 대구제대 책임승사