음식과 수행

흙 속의 진주, 칡

여성에게 좋은 에스트로겐 석류보다 625배 함유

이번 호에서는 한의학에서 갈근이라고도 부르는 칡에 대해서 알아보자. 사실 칡은 쓴 맛이 나는 것이 특징이기 때문에 호불호가 갈리는 음식이라고도 할 수 있는데 그래도 계속해서 씹다 보면 달콤쌉싸름한 맛을 느낄 수 있겠다.

칡은 흙 속의 진주로 불릴 만큼 그 효능이 매력적이다. 동의보감에서는 주독을 풀어주고 입안이 마르거나 갈증나는 것을 막는다고 기록되어 있다. 그래서인지 산과 유원지 입구에서는 수레에 굵은 칡뿌리를 싣고 나와 즉석에서 즙을 내 파는 분들이 계시는데 대개 아저씨들이 삼삼오오 둘러서서 한담을 나누며 칡즙을 마시는 광경을 흔히 볼 수 있다. 이 밖에도 혈액순환을 개선하며 혈당조절에 탁월한 효능을 보이고 있는데 지금부터 칡의 성분에 따른 효능, 그리고 부작용에 대해 알아보자.

먼저, 칡 속에 들어있는 성분을 살펴보면, 단백질 1.7%, 지방 0.25%, 탄수화물 27.5%, 섬유질 2%, 무기질 1.2%, 전분 10~14%, 당질 4~5%, 이소플라본, 카테킨, 퓨에라린, 비타민C, 폴리페놀, 칼슘, 칼륨, 아연, 지질, 엽산, 인, 비타민B, 비타민E, 나트륨, 다이제인 등 다양한 성분이 포함되어 있다.

첫째, 이소플라본(식물성 에스트로겐)이 칡 속에는 풍부하게 들어 있다. 이 성분은 여성호르몬인 에스트로겐처럼 작용을 한다고 한다. 갱년기 증상은 주로 에스트로겐 분비량이 줄어들어 생기는 현상인데 이소플라본은 여성분들에게 좋은 작용을 하여 폐경을 지연시켜주거나 갱년기 증상으로 힘들어하시는 분들의 발열이나 안면홍조를 비롯해서 호르몬과 연관되어 나타날 수 있는 이상 증세들을 치료하는 데 도움이 된다. 또한 이소플라본은 콜레스테롤 수치를 안정시키고 고혈압을 낮추며 관상동맥 주변 근육을 이완시켜 심박수를 낮추고 협심증으로 인한 가슴통증을 완화하며 혈액 흐름을 원활하게 하는 등 심혈관 건강에 기여하는 것으로 알려져 있다. 석류보다 무려 625배, 콩의 30배나 많은 식물성 에스트로겐이 함유되어 있다.

둘째, 눈에 띄는 성분이 카테킨 성분인데 폴리페놀의 일종으로 간 해독 능력이 탁월하며 특히 피로회복에 좋은 것으로 알려져 있다. 또한 칡의 뿌리에 퓨에라린이란 성분이 음주량을 줄이게끔 도움을 주고 간 기능을 원활하게 해주면서 간을 건강하게 하는 데 도움을 주고 또한 숙취의 원인인 아세트알데히드를 분해시켜 준다고 한다.

셋째, 칡에 함유된 다이제인이라는 성분이다. 이 성분은 골다공증 예방에 효능이 뛰어나므로 꾸준히 섭취하면 도움이 되겠다.

넷째, 폴리페놀이라는 성분이 유해성 금속물질과 결합하여 소변이나 대변으로 중금속을 배출시켜주는 효능이 있다.

다섯째, 칡에는 비타민C와 탄수화물, 무기질 등의 성분들이 함유되어 있기 때문에 피부염이나 여드름 등의 피부미용에도 효능이 있다.

하지만 칡은 소양체질인 사람이나 몸에 열이 많은 사람에게는 좋은 식품이자 보약으로 알려져 있지만 반면 소음체질이나 태음 체질, 몸이 찬 사람은 양을 조절해서 드시는 것이 좋겠다. 그래서 칡은 몸속이 찬 사람들이 섭취하게 되면 간혹 설사를 유발할 수 있으니 주의하자.*

이승우 기자

이긴자 일대기

: 삼수의 원리로 완성되는 하나님의 역사 〈59회〉

세 번째 사람(셋째 울타리) 속에 삼위일체 하나님이 좌정하는 역사

10절: 두 이긴자를 증거하는 영모님

1) 해와 이긴자와 밀실
2) 삼위일체를 계시한 십 사만 사천의 의인
3) 제3신앙촌의 비화(秘話)
4) 해와 이긴자가 일곱째 천사를 전도함
5) 밀실에 입문하다
6) 밀실에서 일초일초 목숨을 건 사투를 벌여
7) 좋아하는 것이 음란죄
8) 죄의 정체, 마귀의 급소를 최초로 알고 공격함
9) 내가 이겼나요, 하나님이 나를 이기셨나이다

1950년대부터 1980년대까지 약 30년 동안 영모님께서 하늘의 역사를 하셨지만, 이 세상 사람들 중에 그 누구도 하나님의 놀라운 섭리를 깨달은 자가 없었습니다. 영모님께서는 앞으로 되어질 일을 미리 초창기에 말씀을 다 하셨던 것입니다. 1957년에 "앞으로 소사에서 하나님의 뜻이 이루어진다. 첫째 울타리, 둘째 울타리, 셋째 울타리가 이루어지는데 셋째 울타리에 들어가야 구원이지 셋째 울타리에 들어가지 아니하면 구원을 얻을 수가 없다."라고 말씀하시면서, 그 '울타리'의 그림자 격으로 신앙촌을 건설하셨던 것입니다.

2) 삼위일체를 계시한 십 사만 사천의 의인

'첫째 울타리'의 그림자 격으로 소사 신앙촌을 건설하셨고 '둘째 울타리'의 그림자 격으로 덕소 신앙촌을 건설하셨으며 그 다음에는 '셋째 울타리'의 그림자가 되는 기장신앙촌을 건설하셨던 것입니다. 그 당시에 전도관 식구들은 소사신앙촌이 첫째 울타리인 줄 알았고 덕소신앙촌이 둘째 울타리인 줄로만 알았던 것입니다.

영모님께서 둘째 울타리 상징이 되는 덕소 신앙촌에 가셔서는 "십사만(十四萬)은 이루어졌는데, 사천(四千)은 아직 이루어지지 않았다."고 하시니까, 덕소 신앙촌의 간부들은 '현재 전도관 교인들을 전부 합쳐봐야 십사만의 숫자에도 훨씬 못 미치는데 어떻게 해서 십사만이 이루어졌다고 말씀하실까?'하고 의아하게 생각하는 것이었습니다. 이런 생각을 꿰뚫어 보시는 하나님께서는 "순교자의 영과 합한 숫자가 14만에 해당하는 숫자다."하고 마귀를 기만하시니, 그제야 전도관 교인들은 '순교자가 그렇게 많은가?'하고 수긍하는 것입니다. 그런데 놀라운 사실이지만 십사만사천을 언급하시던 영모님조차도 십사만사천이 무엇을 뜻하는지 몰랐던 것입니다. 그저 하나님의 주장하심을 받아 영모님이 그때 그때 그렇게 말씀하는 것뿐이었습니다.

덕소 신앙촌에서 '십사만은 이루어졌는데, 사천은 이루어지지 않았다'고 말씀하시면서, 남자 공장장들을 전부 해임을 시키고 여자 공장장을 세우시는 것입니다. 또 여자들로만 천부장으로 세우고 그 다음에 백부장, 오십부장들도 여자들로 세웠던 것입니다. 이는 해와(여자) 가운데서 이긴자가 나왔다고 웅변한 것이며 또한 이제 해와 시대가 되었다는 의미로 여자만 공장장으로 세운 것이었습니다. 그리고서는 덕소신앙촌 제단 정문에 여자 나체를 석고로 해서 그려 붙이게 하여, '여자 가운데 죄와 상관이 없는 자(해와 이긴자)가 생겼다'는 것을 이 세상 사람들에게 계시하셨던 것입니다.

첫째 아담은 생령이고 둘째 아담은 살리는 영이므로 곧 둘째 아담이 구세주다

하나님께서 '십사만은 이루어졌다'는 것은 '십'은 하나님이요, '사만'은 해와 이긴자인고로 하나님과 해와가 이루어졌다는 말씀을 했음에도 불구하고 그것을 깨달은 자가 아무도 없었던 것입니다. 그리고 '사천'이 아직 이루어지지 않았다는 것은 아담 이긴자가 아직 이루어지지 않았다는 계시의 말씀이 됩니다. 이와 같은 하늘의 감추었던 비밀은 일곱 번째 인을 떼는 자가 되는 아담 이긴자가 아니면 알 자가 없으며, 이 인봉된 천국비밀의 계시는 오직 살리는 영이 되는 둘째 아담이 구세주의 사명으로 이 세상에 강림하여 감추어진 인봉을 떼고 가르쳐주고 알려주게 되어 있는 것입니다.

그러므로 첫째 울타리가 곧 첫 번째 사람 영모님이요, 소사 신앙촌은 영모님 속에 일위(一位)의 하나님이 이루어졌다는 것을 온 천하에 알리는 상징이었습니다. 둘째 울타리는 두 번째 사람 해와 이긴자요, 두 번째 덕소 신앙촌은 해와 이긴자 속에 일위(一位)의 하나님이 이루어졌다는 것을 만민들에게 알리는 상징이었습니다. 그리고 마지막으로 셋째 울타리는 세 번째 사람 아담 이긴자요 곧 삼천년성이며, 세 번째 기장 신앙촌은 세 번째 사람 속에 첫 번째 하나님의 영과 두 번째 해와 이긴자의 영과 세 번째 아담 이긴자의 영이 함께 모여 삼위일체 하나님의 영으로서 이루어졌다는 것을 선포하는 상징이었습니다.

밀실 내부에서 대문쪽을 내려다 본 풍경, 꽃이 많아 '꽃집'이라 불렸다

다시 말해서 십 사만 사천의 의인이란 삼위일체 하나님을 계시한 것으로서 해석하면, 십(十)은 하나님을 가리키는 것이요 사만의 사(四)자는 완전 숫자요 일만 만(萬)자는 초두(十十) 아래 밭 전(田)인고로 밭은 여자를 가리키는 것으로 여자 가운데서 기도를 하여 이긴자가 돼서 왕의 사람이 됐다고 하는 뜻입니다. 따라서 사만은 해와 이긴자를 가리킵니다. 또 사천은 사(四)자가 땅의 완전수요 일천 천(千)자는 사람 인(人)변에 십(十)자이니까 죄를 담당하는 사람이라는 뜻인고로 죄를 담당하는 사람은 바로 완성자니까 둘째 아담을 가리킨 것입니다. 성경에 첫째 아담은 생령이고 둘째 아담은 살리는 영이라고 그랬는데 둘째 아담이 곧 구세주인 것입니다. 이렇게 둘째 아담이 구세주라고 성경에 씌어 있는고로 예수는 구세주가 될 수가 없는 것입니다.

천년성이란 신앙촌과 같은 어떤 장소를 가리킨 것이 아니다

영모님은 덕소에 가셔서 "십사만은 이루어졌는데, 사천은 아직 이루어지지 않았다."고 하셨는데, 이는 '사천(四千)'이 되는 아담 이긴자를 키우고 있다는 뜻이었습니다. 이 아담 이긴자를 키우는 곳이 소사 밀실이었습니다. 하나님께는 덕소신앙촌이 소사신앙촌과 가까운 곳에 있었던고로 마귀가 냄새를 맡고 소사에서 이긴자 구세주로 무럭무럭 자라고 있는 일곱째 천사 아담을 해칠 수도 있다고 보았습니다. 왜냐하면 덕소에 집결한 마귀들이 자꾸 소사로 들어오기 때문이었습니다. 그래서 아담 이긴자를 상징하는 제3신앙촌은 경기도 소사에서 저 멀리 천릿길이나 되는 부산 기장에다가 옮겨가지고 "기장 신앙촌에 가면 구원을 얻는다."고 속이니까 이 마귀새끼들이 천년성이 되는 천당에 들어가는 줄 알고 기장까지 모두 다 따라 들어갔던 것입니다.

사실 천년성이란 신앙촌과 같은 어떤 장소를 가리킨 것이 아니었습니다. 앞서 밝혔듯이 첫째 울타리가 영모님이고, 천년성이 영모님의 몸이요, 영모님의 몸 안에 하나님의 신이 있기 때문에 '하나님이 계신 곳이 그 어디나 하늘나라'라고 하신 것처럼 영모님의 몸이 천년성이었던 것입니다. 그리고 영모님께서 아담과 해와라는 두 가지를 찾아 키울 때에 해와 이긴자의 몸이 되는 이천년성에 대해서는 철저히 숨기시고 말씀조차 꺼내시지 않았던 이유는, 만약 '이천년성이 되는 해와 이긴자가 나왔다'고 덕소에서 공식적으로 선포하게 되면 마귀가 제일 먼저 하나님의 비밀한 계획을 알아차리고 해와 다음에 삼천년성이 되는 아담 이긴자가 나오지 못하게끔 철저히 방해하기 때문이었습니다.*

박한수

新金剛經解說

신금강경 해설(新金剛經 解說) 〈36〉

구경무아분(究竟無我分) 第十七

마침내 나라는 존재는 없다_(2)

須菩提 於意云何
수보리 어의운하
如來於然燈佛所
여래어연등불소
有法得阿褥多羅三藐三菩提不
유법득아누다라삼먁삼보리부
不也 世尊 如我解佛所說義
불야 세존 여아해불소설의
佛於然燈佛所
불어연등불소
無有法得阿褥多羅三藐三菩提
무유법득아누다라삼먁삼보리

수보리야, 너의 생각에는 어떠하냐? 여래가 연등불의 처소에서 법이 있어서 아누다라삼먁삼보리를 얻은 것이냐, 아니냐? 아닙니다. 세존이시여, 제가 부처님께서 말씀하신 바의 뜻(義)을 알기로는 부처님(석존)이 연등부처님의 처소에서 (부처님의) 법이 없는 것을 아누다라삼먁삼보리를 얻었다고 하신 것입니다.

[해석] 여기서는 연등고불(然燈古佛)의 이야기가 나오는데, 경전을 보면 석존은 초창기에서부터 과거부처님으로 연등부처님을 말씀하는데, 이는 참으로 석존의 가르침과는 반대되는 말씀으로 불교에서는 삼세여래일체동(三世如來一體同)이라고 하여 부처님이 이 인간 세상에 오시면 그 뒤에는 부처가 없다고 하는데 여기서는 과거의 연등부처님의 이야기가 나오는데 연등부처님이 계신 곳에서 석존이 성불의 법을 얻었는가를 제자인 수보리에게 물으니, 수보리는 지금까지 금강경에서 석존의 말씀을 정확하게 이해하였으므로 당연히 스승이 되는 석존은 불법의 근본을 가지지 못하였고, 또한 과거에 연등부처님이 있었다면 지금의 석존이 없음을 지혜로써 알고 있으므로 인해 법을 얻은 적이 없다고 부인하는 장면입니다.

佛言 如是如是
불언 여시여시
須菩提 수보리
實無有法如來得阿褥多羅三藐三菩提
실무유법여래득아누다라삼먁삼보리

부처님께서 이르시되, 그렇고 그렇다. 수보리야, 실제로는 (얻은) 법이 없는 것을 여래(석존)가 아누다라삼먁삼보리를 얻었다고 한 것이다.

[해석] 그렇습니다. 석존께서는 제자인 수보리가 연등부처님으로부터 불법을 전수받지도 못했고, 또한 대도를 이룬 적이 없기에 부인을 하는 대답을 했는데 석존 역시 스스로 제자인 수보리의 대답을 대단히 긍정적으로 인정하고 있으며, 이는 바로 "현실이 진여의 실상"이라고 하는 말씀과 같음을 볼 수 있는 부분이랍니다.

須菩提 수보리
若有法如來得阿褥多羅三藐三菩提者
약유법여래득아누다라삼먁삼보리자
然燈佛卽不與我授記
연등불즉불여아수기
汝於來世當得作佛 號釋迦牟尼
여어내세당득작불 호석가모니
以實無有法得阿褥多羅三藐三菩提
이실무유법득아누다라삼먁삼보리

수보리야, 만일 법이 있어서 여래(석존)가 아누다라삼먁삼보리를 얻었다면 연등부처님께서 곧 나에게 너는 돌아오는 세상(來世)에 마땅히 석가모니라는 부처가 된다고 수기(授記)를 주지 않았을 텐데, 실제로 법이 없는 것을 아누다라삼먁삼보리를 얻었다고 한 것이다.

[해석] 역시 지당하신 말씀입니다. 석존께서 연등부처님이 참으로 진짜 완성의 불도를 이루신 부처님이었다면 마땅히 석존에게 내세를 기약할 일이 절대로 없을 텐데 가상의 인물이자 가상의 부처님이었기에 연등부처님을 방편으로 내세워 이 순간까지 비유로써 말씀하고 있었으며, 지금 이 순간부터는 수보리를 통해 사부 대중에게 진실한 가르침으로써 사실을 알려 주는 것입니다.

즉 이 부분을 증거하는 경전이 역시 열반경에 있는데 그 내용을 살펴보면 아래와 같답니다. 참고 경전으로 열반경을 보시겠습니다.

대반열반경(大般涅槃經) 8권
여래성품(如來性品) 제12

迦葉汝當知 가섭여당지
我今當爲汝 善開微密藏
아금당위여 선개미밀장
令汝疑得斷 今當至心聽
영여의득단 금당지심청
汝於諸菩薩 則與第七佛 同其一名號
여어제보살 즉여제칠불 동기일명호
歸依於佛者 眞名優婆塞
귀의어불자 진명우바새

과거칠불 [過去七佛]: 7세기 당나라 청동조각(샌프란시스코 아시아 예술박물관 전시)
출처; https://blog.naver.com/huiripuzhao/10181011476

가섭아 너는 마땅히 알아야 하느니, 내가 지금부터 너를 위하여 착하고 비밀하게 감추어 둔 것을 열어서, 네가 가지고 있는 의심을 끊어주리라. 너와 모든 보살들과 일곱 부처님(過去七佛)까지도 전부 한 이름이었으니 저 부처님(彌勒佛)께 귀의하는 사람이 진짜 우바새라고 부르느니라.

[해석] 이와 같이 석존께서는 진실하게 제자인 수보리를 통하여 현재를 살고 있는 우리에게 바르게 알려주고 있는 것입니다. 그러나 지금의 스님들은 이러한 사실을 감추고 오히려 사실의 내용을 왜곡하여 재가 불자인 대중들에게 거짓으로 석존이 부처였음을 호도하고 있습니다.

즉 만약에 석존이 참으로 부처였다면 지금도 생존하여 일체중생을 평등하게 제도하여 모두 성불을 시켰어야만 중생을 제도했다, 라고 말씀할 수 있을 것입니다. 그래서 석존께서는 그러한 사실을 알리려고 고심 끝에 대승의 경전이라고 하는 이 금강경을 통하여 우리들에게 진실된 가르침을 주고 있는 것입니다.(다음호에 계속)*

明鍾