

이기는 삶

패배자(敗北者)



승자(勝者)와 패자(敗者)라는 글이 있다. 어떤 상황을 당해서 승자와 패자가 각각 대처하는 모습을 적은 글이다. 이 글은 자신을 돌아보게도 하고, 어떤 대목에서는 그와 관련된 사람의 얼굴을 떠오르게 한다. 사람들은 통상 자신의 잘못을 돌아보고 시정하기보다 다른 사람의 잘못을 지적하고 비판하기 좋아한다. 그런 사람들은 패자로 전락하고 만다. 이 글에서 나는 솔직히 열의 아홉은 패배자 항목에 걸린다.

나와 마찬가지로 나의 주위에도 패배자가 넘쳐난다. 모두가 승자의 면모 보다는 패자의 면모를 더 많이 갖추고 있다. 입에는 온갖 핑계가 가득하고 조금만 불리해지면 '남의 사정 모른다'는 말을 입에 달고 산다. 누가 무얼 부탁하면 '지금 바빠서 안돼요!' 라고 거절한다. 평소엔 할 일이 없어 빈둥빈둥 시간을 보내는 사람일수록 '바쁘다'고 한다. 자신이 쉬고 싶은 시간에 누가 무엇을 부탁하면 쉴 수가 없기 때문이며 그나마 나머지 시간에는 자신의 일을 해야 하기 때문이다. 그러므로 다른 사람을 도와줄 여력이 없다. 어쩔

수 없는 패자의 모습이다. 그런데 그런 사람일수록 자신이 하고 싶은 일에 대해서는 '왜 당신들만 하느냐? 나에게도 기회를 달라'고 한다. 평소의 태도로 보아 이번 일도 당연히 거절할 것이라고 판단하여 제외했더니 이번에는 자신이 그 일에 대한 적격자인데 자신을 뺀다고 항변한다. 평소에 잘할 일이지 결정이 되고난 후에 자신이 하고 싶은 일이라고 하여 '처사가 불공평하고 부당하다'고 주장한다. 자신에게 이익이 되어야만 임하는 양체가 이런 경우에는 적극적으로 변한다. 일을 맡겨놓으면 결과가 좋으면 다행이지만 일이 잘못되면 '누구 때문에' 잘못 되었다거나 '자금이 없어서, 여건이 좋지 않아서' 라고 변명을 한다. 역시 패자의 모습이다.

또 어떤 이는 회의 시에 자신이 낸 안건이 받아들여지지 않거나 자신이 낸 안건을 비판하거나 반대하는 사람이 있으면 끝까지 자신의 의견을 관철시키려고 하고 자신의 안전을 반대하는 사람에게 집요하게 자신의 정당성을 강조한다. 결국 큰소리가 나게 되고 급기

야분을 식이지 못하여 욕을 하거나 심지어 기물을 파괴하기도 한다. 그렇게 감정의 끝이 파이면서 그 사람에 대한 감정을 그대로 갖고 있다가 대화 중에 그 사람의 말꼬투리를 잡아 다른 사람 앞에서 면박을 주며 자신에게 한 일을 상기시킨다.

이럴 경우 당하는 입장에서는 정말 참기가 어렵다. 그러나 싸워봤자 똑같은 사람이 될 뿐이다. 그러므로 우선 참는 게 상책이다. 이치와 경우를 따져 봐야 통하지 않는다. 나를 비난하는 상대에게 제대로 대응하지 못하는 나 자신이 비굴하고 바보 같다고 느껴지더라도 참아라. 만약 화가 나서 싸울 것 같으면 얼른 그 자리를 피하는 것이 좋다. 서로 말을 섞다보면 감정이 폭발하여 폭언을 하게 되고 결국 자존심 싸움이 되어 서로 간에 깊은 상처만 남을 뿐이다. 괜한 시시비비에 휘말려 패배자의 수렁에 빠져서 허덕이지 말고 꼭 참고 위기를 잘 넘기시기를 간절히 바란다.*



내 몸과 마음을 치유하는 요가

새 봄을 알리는 입춘(立春)을 시샘 하듯이 동(冬)장군이 심술을 부리지 만 겨울을 견디는 힘이 있었기에 마음은 이미 화사한 등백꽃, 햇빛이 와 있다. 뇌의 세로토닌 수치는 햇빛을 쬐는 시간이 길수록 높아진다고 한다. 뇌의 세로토닌 수치를 높여주는 "햇빛 비타민" 비타민D는 칼슘 흡수를 도와 뼈를 튼튼하게 해주고 면역력을 높여준다. 햇빛과 함께 운동을 하면 힘들어도 종합비타민과 보약 만큼 좋은 효과를 볼 수 있지 않을까요?

상체 하체 스트레칭으로 "나도 S라인"

효능: 큰 보폭으로 걸을 때와 똑같이 다리근육의 수축과이완을 유도하는 운동이다. 다리동작과 함께 양팔을 움직이면 어깨관절이 부드럽게 풀어진다. 가슴을 확장시키고 골반과 척추의 유연성이 증대되고 혈액순환을 개선시킨다.

주의: 무릎이 엄지발가락을 벗어나지 않도록 한다. 능력에 따라 무릎을 펴고 수련하면 더욱 쉽다.

동작①: 다리를 어깨 넓이 두 배로 확장한다. 팔은 합장해 앞으로 쭉 편다.

동작②: 몸을 낮추면서 왼쪽 무릎을 90도 직각으로 구부리고 오른쪽 무릎은 쭉 편다. 10초 유지, 양쪽 교대 3회.

동작③: 중심을 낮추고 양팔을 높게 들어 올린다. 숨을 들이마시며 상체를 뒤로 젖히고 시선은 손끝을 바라본다. 10초 유지, 양쪽 교대 3회.

동작④: 오른손을 왼쪽 허벅지 옆에, 왼손은 오른쪽 골반에 놓고 호흡을 내뿜으면서 상체를 왼쪽으로 비틀어 준다. 10초 유지, 양쪽 교대 3회.*



멸마경을 외우면 영생 얻으리니 생사판단은 모두 마음에 달려있느니라

격암유록 新해설 제23회

聖山尋路(一) 성산심로

성산(聖山)은 계룡산이요 계룡산은 정도령을 말한다. 그러니까 성산심로는 정도령을 찾는 길이라는 뜻이다.

絶倫者 怨無心 절륜자 원무심
盜賊者 必先凶 도적자 필선흉
保身者 乙乙 보신자 을을
保命者 弓弓人 去處 보명자 궁궁인거처
四口交人 留處 사구교인유처
害國者 陰邪 해국자 음사
輔國者 陽正 보국자 양정
強亡者 存存 강망유존 혁심
從心 舊染者 死 종심구염자사
從新者 生 종신자생

천륜을 끊는 자는 죽을 것이며 - 원(怨) 자에서 마음 심(心)을 없애라(無)고 하였으니 죽을 사(死)가 된다.

도적질하는 자는 반드시 먼저 흉하리라. 몸을 보전해주는 자는 을을이요 목숨을 보전해주는 자는 궁궁인 즉 심승인이 거처하는 곳이니 4개의 입 구(口)자를 합한 전(田)의 사람이 계신 곳이니라.

나라를 해롭게 하는 자는 음흉하고 사악하나 보국안민하는 자는 마음이 밝고 올바르니라. 강하면 망하고 온유하면 살아나리니 마음을 새롭게 바꾸어라.

구습에 물든 자는 죽을 것이며 마음을 새롭게 바꾸어 새 시대 새 진리를 따르면 살리라.

殺我誰 小頭無足 살아수소두무족
活我誰 三人一夕 활아수삼인일석
助我誰 似人不人 조아수사인불인
害我者 誰以讎非讎 해이자수사수비수

世人難知 兩白之人 天擇之人
세인난지 양백지인 천택지인
三豐之數 善人食料 삼풍지곡 선인식료
세인불견 俗人不食 세인불견 속인불식
一日三食 飢餓死 일일삼식기아사
三旬九食 不飢長生 삼순구식불기장생

나를 죽이는 자는 누구인가? 소두무족(小頭無足) 즉 작은 머리에 다리가 없느니라. 소두무족(小頭無足)은 화(火)이다. 하늘을 날아 땅에 떨어지는 불을 의미한다.(비화낙지飛火落地)

나를 살리는 자는 누구인가? 삼인일석 즉 닭을 수(修)이니 몸과 마음을 잘 닦아야 하는니라.

나를 도우는 자는 누구인가? 사람 같으나 사람이 아닌 분이다.(정도령) 천신(天神) 즉 하나님에 하강하신 분이니라.

나를 해치는 자는 누구인가? 짐승 같으나 짐승이 아니다. 나라의 자리에 앉아있는 마귀를 말한다.

세상 사람이 알기 어려운 양백성인은 하늘이 택한 분이다. 삼풍의 곡식은 신선들이 먹는 음식재료이지만 세상 사람들은 볼 수도 없고, 속인들은 구할 수도 먹을 수도 없느니라.

세상 곡식은 하루에 세계를 먹어도 결국 굶어 죽지만 삼풍 곡식은 한 달에 아홉 끼만 먹어도 배를 주리지 않고 오래 오래 살 수 있느니라.

弓弓勝地 求民方舟 궁궁승지 구민방주
牛性在野 非山非野 우성재야 비산비야
牛鳴聲 우명성
無文道通 咏歌舞 무문도통영가무
血脈貫通 侍真人 혈맥관통사진인
衆人嘲笑 중인조소
跪坐誦經 肉身滅魔 跪坐誦經 육신멸마

死未生初 幾何得生 사망생초기하득생
不失中入 所願成就 불실중입소원성취
不入中動 永出世 불입중동영출세
人人居處 인인거처

誦經不絕 人得得生
송경불절 인개득생
絶之誦經 萬無一生
절지송경 만무일생
生死判端 都在心
생사판단도지재심

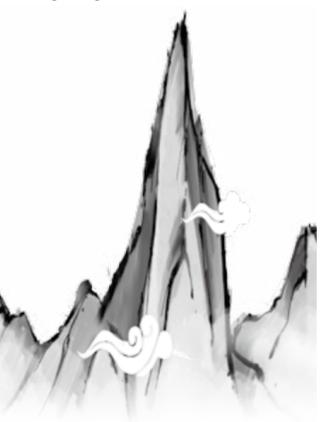
궁궁의 심승지는 죽음의 구렁텅이에 빠진 중생들을 건져내어 영원한 생명을 얻게 해주는 구원의 방주요 우성(牛性) 하나님은 들에 있느니라. 우성인은 하늘에서 땅으로 내려오신 하나님을 말한다. 들야(野)는 인위적인 것이 아니고 꾸밈이 없고 거짓과 위선이 없는 것을 말하니 천진, 천연스러운 것을 말한다.

산도 들도 아닌 그 곳에서는 소 울음소리(우명성牛鳴聲=정도령의 진리말씀)가 들리니라. 거기는 글을 몰라도 도통하니 높은 소리로 찬송을 부르고 손으로 춤을 추듯 진인(정도령)을 모시고 혈맥관통 하도록 박수를 힘차게 치느니라.

세상 사람들이 비롯지만 무릎을 꿇고(금강좌=金剛坐) 육신 속의 마귀를 박멸소탕 하고자 멸마경(滅魔經)을 외우는 기도가 끊임없으니 모두 영원한 생명(영생)을 얻으리라.

멸마경이 끊어지면 만에 하나라도 살지 못하리라. 생사판단은 모두 마음에 달려있느니라. 하나님의 마음을 가지면 살겠고, 마귀의 마음을 가지면 죽는다는 말이다.

死未生初 幾何得生 사망생초기하득생
不失中入 所願成就 불실중입소원성취
不入中動 永出世 불입중동영출세
人人居處 인인거처



各者異異 念念 各자이이념념
唯行必有 大慶 유행필유대경
速脫羣群 人得生 속탈수군죄인득생
運脫羣群 善人 不生 지탈수군선인불생
萬物靈長 從鬼何鬼 不知覺
만물영장 종귀하망귀부지각

죽음의 세계(죄악세계)가 끝나고 영생의 세계가 시작되려는 이 때 과연 몇 사람이나 영생을 얻을까?

중입(中入)의 때를 놓치지 않으면 소원성취 하리라. 중입의 때에 정도령을 만나 구원의 방주를 타지 못하면 영영이 세상을 떠나리라.(죽는다는 의미)

사람마다 사는 곳이 다르듯이 생각하는 것도 다르지만 오직 진리에 따라 바르게 행하는 사람에게는 반드시 큰 경사스런 일이 있으리라.(행함이 없고 말로만 하는 사람은 복을 못 받는다.)

짐승 같은 인간의 무리에서 빨리 빠져나오면 비록 죄인이라도 영생을 얻을 것이요 선인(善人)이라도 늦게 빠져나오면 죽으리라. 만물의 영장으로서 마귀가 무엇인지도 모르고 마귀를 따르니 무엇을 바랄 것인가? 죽음밖에 더 있겠는가? 라는 말이다.*

박명하 / 고서연구가
myunghpark23@naver.com

Immortal Valley

'21일 다시하기' 2탄

승리제단은 사람을 많이 불러 모아서 열성 신도를 양성하는 데가 아니다. 바로 구세주를 키우는 곳이다. 구세주란 죄악으로 까맣게 물든 이 세상을 깨끗하고 정결한 천국으로 변화시키는 존재이다. 지금 이 세상은 6000년간 쌓인 죄책을 청산하지 않으면 많은 사람들이 희생되는 시점에 와있다.

구세주 사명 깊이 인식하자

구세주란 이 세상을 바르게 변화시키는 존재이다. 승리제단에 몸 담고 있는 우리들이 이러한 사명을 깨달았다면 뭔가 세상 사람들과 달라야 한다. 치열한 자기 투쟁과 혁신이 있어야 한다. 먼저 자신이 변해야 남이 변하고 더 나아가 세상이 변한다. 이것은 '21일 다시하기' 실천의 백그라운드다.

윌리엄 H. 맥레이븐(William H. McRaven). 그는 2014년 5월 17일 미국 특수전사령부 사령관으로 재직 중 모교인 텍사스 대학 오스틴 캠퍼스에서 감동적인 졸업식 축사를 한다. 대학을 졸업하고 합한 세상에 나가서 후배들에게 삶을 이겨내는 주옥같은 교훈을 말한다. 세상을 변화시키고자 하면 제일 먼저 아침에 일어나 자신의 침대부터 정리하라고 말한다. 사소한 것 하나를 해냈다는 것이 엄청난 성취감을 주며, 사소한 것조차 잘

하지 못하는 사람이 큰일을 해낼 수 없다는 것이 첫번째 교훈이다. 또한 이 세상은 혼자 변화시킬 수 없으므로 동료들의 협력이 필요하며, 사람을 판단할 때 그 사람의 마음의 크기를 보라고 조언한다. 이 세상은 불공평한 세상이라는 것을 알고 먼저 좌절하지 말고 인내와 끈기로 이겨내라고 말한다. 자신감에 넘치고 힘찬 그의 목소리로 울려 퍼지는 이러한 조언은 그의 성공적인 삶과 맞물려 많은 사람들에게 큰 감동을 준다. 무려 1억 명이상이 유튜브에서 보았고, 책으로 만들어져 베스트셀러 자리에 오랫동안 올라 있다. - 우리나라에서도 '침대부터 정리하라(Make Your Bed)'라는 제목으로 번역되어 출판되었다.

한 가지 더 지켜보자

새해 '21일 다시하기'를 마음먹고 자신의 약속이 아무리 사소한 율법이 었더라도 지금까지 잘 지켜왔다면 아 마 큰 힘을 얻었을 것이다. 허나 지금 좁은 마음이 약간 풀어지지도 모른다. 결코 그런 유혹에 넘어가지 마라. 완전한 자신의 것이 되도록 만들어야 한다. 자신의 것이 되었다고 생각되면 제일 먼저 아침에 일어나 자신의 침대부터 정리하라고 말한다. 사소한 것 하나를 해냈다는 것이 엄청난 성취감을 주며, 사소한 것조차 잘

승리신문

1990.3.3 등록번호 다 - 0029

발행인 겸 편집인 김충만

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 422-826



홈페이지 www.victor.or.kr

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

본지는 신문윤리강령 및 그 실천요강을 준수합니다.

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 : (010)6530-7900
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
강릉제단 : 033-535-8254
橫濱祭壇 : (045)261-6338
神戶祭壇 : (078)862-9522
下關祭壇 : (0832)32-1988

大阪祭壇 : (06)6451-3914
神奈川祭壇 : (045)489-9343

London : (0208)894-1075
Sydney : (006)6142-1738136

원래 사람은 하나님이었습니니다.
그러므로 사람은 하나님이 될 수 있습니다.