

## 영적 수준 끌어올리는 법

구도자들은 자기의 영적 수준을 한 차원 높이려는 데에 관심이 있을 것이다. 지금 자신이 어떤 위치에 있는지 알고 싶고, 한 차원 더 성장하려면 어떻게 해야 하는지 관심이 있다. 그러나 막상 자신의 수준을 체크하고 싶지만 스스로 하기에는 너무 어렵고 난감한 일이라 어물쩍하다가 그냥 넘어간다. 이제는 그럴 필요 없다. 영적 수준을 알리는 지도를 보면 되니까.



지금 자신의 의식수준이 온 우주에 그대로 영향을 미친다

### 영적 수준=의식수준

먼저 영적수준이란 무엇을 말하는지 알아보자. 영이란 의식을 의미하므로 영적수준이란 의식수준과 동의어라고 볼 수 있다. 의학적으로 말하는 의식수준이란 의식이 명료한 상태인가 아니면 졸린 상태인가 혼돈의 상태인가 등등을 판단하는 것을 말하지만 여기서 말하는 의식수준이란 현재 직접 경험하고 있는 심적 현상의 총체, 즉 무엇인가를 생각하거나 느끼는 직접적인 주관적 체험(두산백과사전)을 말한다. 쉽게 말한다면 어떤 일을 당했을 때 판단을 내리거나 생각이 떠오르게 되는 사고방식이나 가치관이라고 표현할 수 있을 것 같다. 사물을 보거나 세상을 판단할 때 사람들은 자기 방식대로 바라보고 판단하므로 동일한 사안을 놓고 어떤 사람은 나쁘다고 하고 어떤 사람들은 좋다고도 한다.

그런데 이런 판단을 내리는 기저에는 그 사람의 가치관이나 의식수준이 있어서 그것에 따라서 생각이 나오게 된다. 그래서 그 사람이 말하는 것이나 행동거지를 살펴보면 그 사람의 의식수준과 가치관을 알 수 있다. 이러한 의식수준은 부모나 조상의 피를 물려받기 때문에 유전된다고도 볼 수 있다. 피는 못 속인다.

아쨌든 자신의 의식수준을 알고 그 의

식을 높이기 위해서는 영적 스승이 필요하다. 인생의 스승이 되는 사람들은 매우 많은데 자신의 의식수준을 체크하는 데에 어려움이 있는 구도자라면 데이비드 호킨스 박사가 저술한 『의식혁명』이라는 책을 참고하면 좋을 것 같다(아래 '의식의 지도' 참조).

### 현재의 의식수준=204

이 세상에 수많은 좋은 일, 위대한 공로를 세운 위인들이 있지만 인류의 의식수준을 끌어올린 석가모니나 예수 공자 등 인류의 성인들만큼 위대한 존재는 없다고 생각한다. 물론 호킨스 박사도 그분들은 깨달음의 단계, 의식수준이 700-1000에 속한 분들이라고 분류해 놓았다.

그러면 현재 인류의 의식수준은 얼마일까? 호킨스 박사에 따르면 현재 인류의 의식수준은 204라고 한다. 그리고 인류의 85%가 200이하의 의식수준을 가지고 있다고 한다. 200이 높은 의식과 낮은 의식의 분기점이라는 것이다.

그런데 여기서 한 가지 의문이 든다. 인류의 의식이 85%가 낮은 차원의 의식에

속하고, 15%만 높은 차원인데 왜 인류의 의식이 퇴보하지 않고 진보하고 있는 것일까? 낮은 수준의 의식의 점유율이 훨씬 많은데 왜 그런 것일까? 그것은 바로 의식수준이 높은 사람들이 낮은 수준의 사람들의 의식수준을 정화시키고, 더 높은 차원으로 끌어올리기 때문이다.

### 생각과 말= 에너지

인류의 사고작용은 에너지 작용이라고 말할 수 있다. 수많은 사람들이 사용하는 생각의 에너지, 다시 말하면 사념의 에너지가 바깥으로 발산되고 있다. 그 사념의 에너지는 공기 중에 가득 차 있을 것이고 온 우주를 감싸고 있을 것이다. 그와 동시에 속한 분들이라고 분류해 놓았다.

이런 내용이 이해가 잘 안 된다면 말의 힘, 마음의 힘에 대해서 KBS, MBC에서 방영한 실험을 한번 보라. MBC에서 한글날 특집으로 말의 힘이라는 프로그램을 방

영했다. 그 내용 중 하나로서들에게 밥이 든 두 개의 유리병을 주면서 한 개에는 부정적인 내용, 짜증나, 미워 등을 적어놓고 시간 날 때마다 밥을 보고 말하라고 하였다. 다른 한 개에는 사랑해, 고마워 등 긍정적인 내용을 적어 놓았다. 그런데 놀라운 일이 일어났다. 일주일 후 부정적인 글 「짜증나」를 적어 놓은 용기의 밥은 썩는 냄새가 나고 흥한 밥으로 변한 반면 긍정적인 글 「고맙습니다」를 적어 놓은 용기의 밥은 누룩이 피었고, 냄새도 역겹지 않았다. 이하 MBC 한글날 특집으로 말의 힘을 보여준 동영상 캡처 <https://youtube/BG7USFeDHVs>



### 인과응보와 성공의 법칙

지금 자신의 의식수준, 즉 생각하고 말하고 행동하는 모든 것이 온 우주에 그대로 영향을 미친다. 그리고 그 영향이 다시 자신에게로 돌아온다. 착한 일을 하면 좋은 결과가 오고, 악한 일을 하면 나쁜 결과가 돌아온다.

성공하고 싶고, 복 받고 싶다면 먼저 자신의 의식수준이 어느 수준에 있는가 체크해 보라. 그리고 자신의 의식 수준보다 한 단계 높은 내용으로 끌어올려라. 예를 들면 자신의 수준이 분노의 단계에 있다면 그보다 한 단계 높은 자존심의 단계로 도약하기 위해서 노력하라. 분노만 하지 말고 그 분노를 하게 만드는 그 대상을 해체시켜라. 만일 자신의 수준이 중용의 단계라면 한 단계 위인 자발성으로 나아가라. 자발성의 단계에 있다면 포용의 단계로 나아가라. 중립적 위치에 머물지만 말고 좋은 것도 받아들이고 나쁜 것도 받아들이고, 모든 것을 받아들이는 포용의 단계로 나아가라. 의식수준의 향상은 자기자신에게 달려 있는 것이다.\*

## 금주의 말씀 요절

전 세계를 향하여 선포한다 <188>  
“나라는 것을 완전히 제거해 버려야”

성경에 '이긴자는 철장을 가지고 만국을 다스리는데 질그릇 깨뜨리는 것같이 한다.'고 하였는데, 철장으로 질그릇을 부술 정도면 대항할 자가 없다는 말이다. 그러므로 마귀와의 싸움은 이미 끝장인 것이다.

이긴자는 무적장수요, 창조주 하나님이요, 생명과일이요, 천사요, 시온이요, 새 예루살렘이요, 믿음이요, 자유율법이

다. 그래서 이긴자가 나오기만 하면 이 세상은 살기 좋은 세상이 되고 죽음과 병고와 전쟁이 영원히 없어지는 것이다.

그러므로 이긴자를 내 소유로 삼아야 구원이다. 그런데 나라라는 것이 살아 있으면 결코 이긴자를 소유할 수가 없다. 나라를 완전히 제거해 버려야 비로소 이기신 하나님께서 좌정하시는 것이 새 예루살렘이요, 믿음이요, 자유율법이

### 행복한 노년 준비

## 오장의 작용과 기능의 이해(간)

간뎡이가 부었다는 말이 있습니다. 좋게 표현하면 대담한 것이고, 나쁘게 말하면 무모한 행동을 할 때 그렇게 말합니다. 또한 눈이 침침하면 간이 나빠서 그렇다고 합니다. 이처럼 간과 성격, 간과 눈은 무슨 관련이 있는가를 아는 것이 건강간의 점검이 되겠습니다.

간은 기능이 가장 복잡한 기관으로, 소화액인 담즙 분비, 단백질과 탄수화물, 지방 대사, 글리코겐과 지용성 비타민 등 저장, 혈액응고 인자를 합성, 혈액에서 노폐물과 독성물질 제거, 혈액량 조절, 노쇠 적혈구 파괴 등의 기능을 합니다. 사람의 간은 하루에 담즙을 800~1000ml 분비하는데 담즙에는 음식물 속의 지방을 소화시키는 데 필요한 담즙산염이 들어 있습니다.

한의학에서는 간에 대해서 이렇게 말합니다.

첫째, 간(肝)은 피를 저장하고 순환하는 피의 양을 조절하는 기능을 합니다. 생성된 피는 간(肝)에 저장되며 간(肝)은 필요에 따라 경맥(經脈)을 통해 피를 온몸에 공급하고 장부(臟腑)들이 자기 기능을 유지할 수 있게 합니다.

둘째, 방어 해독 기능을 합니다. 한 나라의 장군(將軍)과 같이 외부로부터 들어오는 병(病)을 막고 저항하는 역할을 합니다.

셋째, 정신 사유 활동, 분노 화와 일정한 관계가 있습니다.

넷째, 힘줄과 뼈마디의 운동 기능을 주관합니다. 힘줄과 뼈마디는 간(肝)의 영양을 공급받아야 제대로 기능을 할 수 있습니다. 예를 들면, 간(肝)의 음기가 부족하여 힘줄에 영양을 원활히 공급하지 못하면 동작이 둔해지고 심(筋)하면 근위축(筋萎縮)이 생겨 팔다리를 쓰지

못하게 됩니다. 다섯째, 눈과 밀접한 관계가 있습니다. 간(肝)의 기(氣)가 든든하면 시력이 좋고 간(肝)의 기(氣)가 부족하면 시력이 나빠지면서 눈에 갈갈한 증세가 생기게 됩니다.

또한 간(肝)에서 열이 올라오면 눈이 아주 피로해지고 충혈되고 부으면서 눈썹이 자꾸 끼는 증세가 나타납니다.

여섯째, 승발소설(升發疏泄) 기능을 합니다. 간기(肝氣)의 승발소설 기능(은몸에 기운을 퍼뜨리는 작용)이 제대로 되면 온몸의 기혈 순환 기능이 제대로 돌아가고 비위의 소화 기능과 영양 물질을 온몸에 공급하는 작용도 정상적으로 진행됩니다.

‘승발(升發)’이란 상승하고 발산한다는 뜻으로 간(肝)은 오행 중 목에 속하여 상승하는 특성이 있습니다. 승발(升發) 기능이 지나치게 되면 간(肝)의 양기가 심하게 상승해 머리가 아프고 어지럽고 성을 잘 내는 증세가 생기고 이 기능이 제대로 안 되면 가슴이 답답하고 옆구리가 결리게 됩니다. ‘소설(疏泄)’이란 소통하고 배설한다는 뜻으로 내부의 기(氣)와 외부의 기(氣)가 소통이 잘 되고

필요 없는 것은 배설한다는 개념입니다. 일곱째, 손톱, 발톱과 밀접한 관련이 있습니다. 간(肝)의 기(氣)가 어떤 상태 인지는 손톱, 발톱에 나타납니다. 만약 간(肝)의 피가 부족하면 흰자의 손, 발톱은 얇아지고 손톱의 색깔에 핏기가 없 어지며 때로는 손, 발톱의 중간이 움푹 패게 되어 보기 흉하게 됩니다. - 출처: 네이버 블로그 『한방이야기』

간에 대해서 자세히 알면, 노년에도 돈 많이 안 들고도 쉽게 건강을 유지할 수 있습니다.\*

김주호 기자

## 수백만 번 실험으로 완성된 의식의 지도

미국 정신과 의사인 데이비드 호킨스 박사는 사람들의 의식수준을 도표로 만들었다. 수치심의 의식수준은 20이고, 죄의식은 30, 무기력은 50, 슬픔 75, 두려움 100, 욕망 125, 분노 150, 자존심 175, 용기 200, 중용 250, 자발성 310, 포용 350, 이성 400, 사랑 500, 평화 600, 깨달음 700-1000이다. 여기서 수치는 의식의 빛의 밝기라고 해도 된다. 수치가 낮을수록 의식이 약한 것이고 반대로 수치가 높을수록 의식이 밝은 것이다. 즉 수치심은 가장 낮은 의식이고 깨달음은 가장 높은 의식이다.

호킨스 박사는 수백만 번의 실험을 통하여 이러한 의식의 지도를 만들었다고 한다. 그 실험에는 존 다이아몬드(John Diamond)박사의 행동운동역학(Behavioral Kinesiology)이 큰 역할을 했다고 한다. 행동운동역학이란 피험자에게 좋은 물질이나 생각은 피험자의 근육에 힘이 생기게 되며, 반대로 피험자에게 좋지 않은 물질이나 생각은 피험자의 근육에 힘이 빠져게 된다는 것인데, 예를 들면 인공조미료를 접촉한 피험자는 누구나 예외없이 근육에 힘이 빠졌고, 기쁘고 행복한 생각을 하면 피험자는 누구나 예외없이 근육에 힘이 들고, 미소와 같은 긍정적인 감정은 근

육을 강화시키고, 미움과 같은 부정적인 감정은 근육을 약화시킨다는 것이다.

이러한 원리에 따라 수치심, 죄의식, 무기력, 슬픔, 분노 등의 조건에 수치를 대입하여 수백만 번의 실험을 하여 의식의 지도를 완성하였다니 정말 대단한 내용이 아닌가 싶다. 만일 이 도표의 위대성과 효용성을 중요하게 생각하지 않는다면 그 사람은 영적 진화에 대하여 관심이 별로 없는 사람일 것이다.

의식의 지도에 비추어 볼 때 나의 의식은 어디에 속하는지 한번 체크해 보시기 바란다. 그리고 자신의 의식을 향상시키기 위한 방법을 생각해 보라.

호킨스 박사에 의하면 의식수준은 타고난 수준을 넘어서기가 무척 어렵다고 한다. 기껏해야 5점 가량 높일 수 있다는 것이다. 예를 들어 수치심의 수준에 있는 사람이라면 죽을 때까지 그 수준에서 맴돌다 죽고, 분노의 수준에 있는 사람은 분노하다가 죽는다는 거다.

하지만 그렇다고 절망할 필요는 없다. 예외도 있다. 분노의 수준에 있는 사람이 용기의 수준을 넘어 사랑의 수준까지도 올라갈 수 있다.

자신의 의식을 끌어 올리는 가장 빠른

신체의 관행	세속의 관행	수준	대수의 수치	감정	과정
자아	존재	깨달음	700-1000	언어 이전	순수 의식
항상 존재하는	완전한	평화	600	충족	자각
하나	전부 갖춘	기쁨	540	고요함	거룩함
사랑	자비로운	사랑	500	존경	계시
현명함	의미 있는	이성	400	이해	추상
인정 없음	화목한	포용	350	중서	초월
감화 주는	희망에 찬	자발성	310	낙관	의향
동력이 있는	만족한	중용	250	신뢰	해방
용납하는	가능한	용기	200	공정	힘을 주는
무관심한	요구가 많은	자존심	175	경멸	과장
복수에 찬	적대의	분노	150	미움	공격
부정하는	실망하는	욕망	125	갈망	구속
징벌의	무서운	두려움	100	근심	물리남
경멸의	비극의	슬픔	75	후회	낙담
비난하는	질망의	무기력	50	질망	포기
원한을 품음	사악한	죄의식	30	비난	파괴
멸시하는	비참한	수치심	20	굴욕	제거

의식의 지도

방법은 조희성 구세주한테 자신의 모든 것으로 저절로 끌어 올려지게 되기 때문이다. 구세주란 의식을 향상시켜서 불멸의 존재로 만드는 분이다.\*

으로 저절로 끌어 올려지게 되기 때문이다. 구세주란 의식을 향상시켜서 불멸의 존재로 만드는 분이다.\*

## 본부제단 6월 성적 1등 3지역 개인 1등 이귀윤 권사



3지역 김갑용 지역장이 상을 받고 있다

본부제단(윤봉수 신도회장)은 7일(화요일) 구역장회의를 열고 본부제단 6월 성적에 대한 우수자들에게 시상하였다.

\*지역 1등: 3지역(지역장: 김갑용,

- 지회장: 정은경)
- 2등: 5지역(지역장: 박철수, 지회장: 신순이)
- 3등: 4지역(지역장: 박명하, 지회장: 이영애)

- \*구역 1등: 21 구역(구역장: 안명숙) 2등: 15 구역(구역장: 김혜선) 3등: 23 구역(구역장: 3지역)

- \*개인 1등: 이귀윤 권사 2등: 강춘희 권사 3등: 김혜선 권사\*