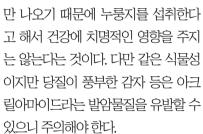
보약 누룽지

누룽지는 탄화 과정을 통해 면역력과 해독작용이 생겨나

평소 구수한 맛 때문에 자주 먹는 누 룽지나 눌은밥, 숭늉이 건강에 좋다는 얘기는 많이 들어보았을 것이다. 하지 만 밥을 태워서 만들어지는 것들이다 보니 사실 걱정도 없지는 않다. 왜냐하 면, 무엇이든 타면 건강에 좋지 않다는 말을 들어보았기에 특히 탄 고기를 많 이 먹으면 암에 걸릴 수 있다는 이야기 때문에 탄 밥인 누룽지도 섭취하길 꺼 리는 분들이 의외로 많다. 그렇지만 누 룽지는 탄 것이라는 이유만으로 피하 기에는 그 고소한 맛이 너무 매력적이 다. 그래서 이번 호에서는 탄 누룽지가 과연 우리 몸에 어떤 영향을 미치는지 자세히 알아보자.

앞에서도 설명했지만 탄 고기를 피

하는 이유는 단백질 및 지방이 포함된 생선이나 육류가 불에 타면서 발 암물질인 벤조피렌이라 는 물질이 생성되기 때 문인데 이와 달리 쌀처 럼 식물성 식품이 탔을 때는 벤조피렌이 극소량



오히려 밥을 태우는 과정에서 탄화 작용이 일어나고 누룽지는 탄소를 많 이 함유하게 되는데 이 탄소가 건강에 좋은 비결이라는 얘기이다. 여기서 탄 소가 왜? 라는 의문이 들 것이다. 즉, 일 산화탄소, 이산화탄소 등 우리가 평소 에 들어왔던 탄소 화합 물질들은 대부 분 해로운 물질이기 때문에 이런 의문 은 자연스러운 것이다. 하지만 누룽지 에는 발암물질도 없고 누룽지 속의 탄 소는 생명의 근원이면서 면역력을 높 이고 해독작용을 한다는 게 학자들의

설명이다. 누룽지는 완전히 태운 음식 이 아니고 적당히 태운 음식이라서 전 혀 다른 물질이 함유된다는 것이다. 또 한, 이 탄소는 구조가 날카롭지 않아 세 포에 상처를 입히지 않고 몸속에 있는 독소를 흡착해 몸 밖으로 배출하는 데 도움을 준다고 한다.

우리 몸속의 혈액, 림프액 등 체액은 항상 ph7.3 정도의 약알칼리성을 유지 해야 좋은데 우리가 먹는 음식들은 대 부분 산성의 식품들이다. 여기서 누룽 지는 대표적인 알칼리성 식품으로 산성 식품을 중화시켜주는 역할을 한다는 것 이다. 그리고 누룽지의 원료인 백미는 탄수화물이 주성분으로 단백질, 아미노 산, 식이섬유가 풍부하게 들어 있어서

> 평소에 음식물 소화 가 잘 안 되거나 소화 불량으로 고생할 때 누룽지를 먹으면 누 룽지에 풍부하게 들 어 있는 다당류가 속 을 편안하게 해준다. 그럼, 누룽지의 효능

중에 대표적인 세 가지만 알아보자. 첫째, 면역력 강화

위에서 설명한 대로 누룽지에는 만드 는 과정에서 발생하는 탄소 함유량이 많아 면역력을 강화할 뿐 아니라 우리 몸속에 있는 해로운 성분들까지 해독시 켜 준다.

둘째, 위장 보호, 소화 기능 향상

누룽지에는 소화에 도움을 주는 탄수 화물 종류인 단당류가 함유되어 있어 소화불량과 위장 기능을 개선하는 데 도움을 준다.

셋째, 숙취 해소와 간 기능 회복 누룽지탕, 눌은밥, 숭늉에는 아미노 산과 당질, 식이 섬유질 등이 함유되어 있어 소화를 도울 뿐 아니라 숙취 해소

와 간 기능 강화에도 효능이 있다.*

이승우 기자

성경 예언 해설집 〈9회〉

모세와 같은 선지자

(지난호에 이어서)

모세는 여호와께 들은 말씀을 백성에 게 다시 전하였으나 모세와 같은 선지자 가 언제 어디서 어느 지파에서 나타난다 고 구체적으로 말하지 않았다. 이후 성경 을 신봉하는 사람들이 예루살렘을 메시 아의 산실로 생각하는 것은 예루살렘 시 온 산은 조상 아브라함이 제사 올린 곳이 요 여호와를 섬기는 성소(성전)가 있는 곳 이요 유다 왕국의 왕도(王都)인 까닭이니 지금은 회교와 유대교가 동서로 분할하여 대립하고 있으나 예루살렘이 회복(통일) 되면 메시아가 임한다고 유대교와 예수교 가 신앙하고 있다.

이렇게 긴 설명을 하는 것은 모세와 같 은 선지자가 가나안에서 출현한다는 고정 관념을 버려야 되는고로 강조하는 것이다. 가나안을 떠난 단 지파에서 출현하는 것 을 증명하기 위하여 모세와 오늘의 이긴 자의 행적을 대조하여 명백하게 알 수 있 도록 하는 것이다.

모세와 이긴자의 성품이 같다. 직선적이 고 의를 위하여 전신을 던지는 희생정신, 강철 같은 담력으로 역경을 돌파하는 과 감성, 인간의 정과 잡념을 초월한 신성한 마음 바탕, 평생 하나님을 향한 일념으로 애국 애족의 숭고한 이념을 소유하였다.

1. 가정의 실태

모세는 유년기에 동족이 거주하는 고센 땅을 떠나 공주의 아들이 되어 애급의 왕 도에서 살았다. 유모가 된 생모 요게벳의 민족 정신 교육이 철저하여 후일 민족을 구하는 원동력이 되었다.

모세가 세 번이나 결혼하였으나 자의로 한 것이 아니다. 왕궁에서 애급 여인과 결 혼한 것은 공주(양모)의 명에 의하여 의무 적으로 따른 것이고, 미디안 피난(연단) 시 절 제사장 이드로의 딸과 결혼한 것도 애 정으로 결합한 것이 아니고 40년간 이드 로의 집에서 살게 되므로 이드로의 권면

과 결혼한 큰 뜻은 출애급시 애급의 잡족도 많이 따라 나왔으나 종교와 문화, 언어, 풍 습이 달라 이스라엘 사람들이 이방 애급인 들을 멸시하므로 동화되지 못하고 대립하 여 싸우는 관계로 애급인의 인격을 높이고 화합시키려는 목적으로 애급 여인과 결혼 하였으나 형 아론과 누이 미리암의 반대로 모세는 큰 시련을 당하였다.(민 12장)

모세가 세 번이나 결혼하였으나 애정에 매이지 않고, 또 모세가 가정에 충실할 수 있는 여건이 못 되어 가정의 행복이 없으므 로 별거 생활이 많았다.

이긴자의 행적도 모세와 흡사하다. 소년 기에 가정을 떠나 서울에서 고학을 하고 하 나님께 충성하는 일념으로 6.25 전쟁시 공 산 치하에서 신앙을 지키고 사선을 여러 번 넘으면서 인간의 취미 생활이나 행락(幸樂) 에 한 시간도 머물지 않았다. 부모와 영모 님의 명으로 결혼하였으나 부부의 정을 초 월한고로 부인의 마음이 멀어졌다. 모세가 자녀를 두었듯이 이긴자도 자녀는 있다.

이긴자의 성품이 특이하다. 태산 같은 신 념, 희생정신, 의를 위하여 온몸을 던지는 용기, 위급한 일을 당하여도 당황하지 않 는 과단성, 직선적이고 소탈한 평민적인 인 간성, 말재간을 안 부리고 마음의 간사함이 없는 진실성 등은 모세와 동일하다. 모세도 말이 능숙하지 못하여 말을 잘하는 형 아론 이 대변자가 되니 모세를 위하여 활동하였 다. 그런즉 모세는 그림자요 이긴자는 본체 가된다.

2. 법(法)

모세가 제정한 십계명(출 20:1~17)은 헌 법이니 이스라엘 신정 국가를 건국하는 헌 법이다. 모세는 여호와를 섬기는 예법(1조 ~4조)과 인간에 관한 법(5조~10조)을 제정 하였다. 모세의 법(민법, 형법, 소송법, 상법 등)은 천 가지 이상 조항이 있으나 10계명 을 모법(母法)으로 제정되었다. 모세가 제 정한 관계로 모세 율법이라 부른다.

대한민국 정부를 수립하는 헌법을 제정 하여 선포하였듯이(7월 17일 제헌절) 이긴 으로 결혼한 것이고, 광아에서 애급 여인 자가 선포한 법은 『자유 율법(누구든지 내

몸처럼 여겨라)』이니 천 가 지 세부 법칙이 있어도 누구 든지 내 몸처럼 생각하는 테 두리 안에 있다.

모세가 제정한 법을 모세 율법이라 명명하는데 자유 율법을 제정한 이긴자의 이 름을 붙여 '이긴자 조희성 법'이라고 말할 수 있다.

모세와 승리자의 공통적 인 핵심은 만나(양식)를 내 리는 권능이니 이스라엘이 농사를 짓지 못하는 시내 광

야 사막지대에서 40 년간 사는 동안 밤사 이에 내리는 만나를 날마다 들에 나가 거 두어다가 먹고 살았다. 모양이 둥굴납작 하고 흰 색이고 맛은 꿀 섞은 과자맛과 같 다.(출 16장)

모세가 내린 육의 만나는 입으로 먹고 배설하는 양식이다. 먹고 배부르니 생명 음식이요 실감이 나지만 다른 간식을 일 체 먹지를 못하여 얼마 후에 백성들은 애 급에 있을 때 여러 가지 음식을 먹던 때 를 그리워하면서 만나를 싫어하였다.(민

이긴자를 통하여 내리는 신령한 만나, 영의 양식은 영생의 양식이요 이긴자의 징표이니 하나님께서 친히 인간 세상에 임하신 증거요 구원의 때가 임하였다. 모 세 당시 백성들이 만나의 귀중성을 망각 하고 애급에서 먹던 음식을 사모하듯이 오늘의 이긴자를 따르는 사람들이 육의 양식을 탐하고 신령한 만나 양식을 등한 시한다면 영생의 반열에 참여할 수 없는 것이다. 이 만나를 성경은 이슬이라 말하 였고 불경과 비결서에서는 감로(甘露)라 하였다.

모세가 기록한 여인과 뱀의 싸움

본문(창 3:15)

내가 너로 여자와 원수가 되게 하고 너희 후손도 여자의 후손과 원수가 되게 하리니 여자의 후손은 네 머리를 상할 것이요 너는

하늘에서 내리는 만나(히브리어: ¡n, manna)를 삼태기에 주워 담다

그의 발꿈치를 상하게 할 것이니라.

성경의 열쇠는 이 말씀 가운데 숨어 있 으니 위의 말씀 내용을 알면 성경 전체를 아는 것이 된다. 본문 말씀 내용은 하나님 이 마귀에게 패한 것을 발표하는 동시에 여자의 후손이 나오면 당신의 원수 마귀 를 멸한다고 선언한 것이다.

시조 아담의 범죄 과정을 기록한 모세 의 글은 모순 투성이니 3장의 본문을 검 토하여 정리하지 않으면 실상을 바로 알 기가 어렵다.

우주 만물 창조론도 사실이 아니려니와 하나님이 지으신 만물이 선하고 아름답다 고 하였는데(창 1장), 3장 1절에서 "하나님 이 지으신 들짐승 중에 뱀이 가장 간교한 지라" 하였으니 간교하다고 말한 것은 악 하다는 말이니 선하신 하나님이 악한 동 물을 만들었다면 모순된 말이다. 기독교 성경학자들도 약육강식하는 살상은 아담 과 이브의 범죄 후 땅이 저주받은 이후 생 겨난 현실이지 범죄 전에는 악한 동물이 없었다고 증명한다. 아담과 이브가 선악 과를 먹기 전에 간악한 뱀이 감언이설로 이브를 유혹하였다는 기록은 사실이 될 수 없는 것이니 말 못하는 동물인 뱀이 사 람과 대화할 수는 없는 것이다.*

- 다음호에 계속



석가모니는 미륵을 기다렸다 〈34〉

석가모니는 줄곧 미륵만 기다렸다 〈34〉

하늘나라(天國) 극락이 되는 곳은 어 디일까? 1-4

三世如來一體同 삼세여래일체동

이 말은 절집의 대웅전에 쓰여있는 글 이며 지금도 절집의 대웅전 또는 해인사 의 강원 등에 널리 쓰여있는 곳이 많다. 이 뜻은 과거•현재•미래에 나타나시는 부처 님이 본래 한 분 부처님이라는 뜻이다. 관 세음•지장•문수 등 보살을 포함한 모든 보살 비로자나불과 아미티불을 포함한 모 서 우주 끝까지의 아주 머나먼 거리도 1 든 부처님 등이 한 부처님 곧 미륵부처님 (하나님)이었다.

부처님(하나님)의 증표이자 상징이 감 로(甘露)•이슬이라고 하는데 이것은 태양 보다 7배 이상 밝은 빛을 무량대수 곱하 기 무량대수를 3시간 반을 곱한 수 분의 1 정도로 역사하는 것이다. 그 이상의 빛은 죄가 있는 사람은 견디지 못하기 때문이 며 또한 빛이 너무 밝기 때문에 무서워서 가까이 오지 않으므로 사람을 구제할 수 가 없기 때문이다.

이 감로•이슬은 기존의 빛은 직선인데 비하여 자유자재로 움직이는 곡선광선이

다. 또한 아무리 치밀한 조직의 두꺼운 물 질이라도 통과하지 못하는 것이 없으며 일초에 30만 킬로미터를 간다고 하는 기 존의 빛보다 비교가 안 될 정도로 빠른 미 륵부처님의 감로•이슬성신은 또한 자유 자재한 것이다.

우리가 지금 보고 있는 우주는 끝을 가 능하기 어려울 정도로 광활하다. 지구와 가장 가까운 달도 수일이 걸리고 화성까 지는 6개월 이상 걸린다. 우주의 거리를 표시할 때 광년(光年)을 사용하는데, 1광 년은 빛이 초속 30만 킬로미터로 1년을 갈 때 그 도달하는 거리를 말한다.

그런데 미륵부처님(하나님)은 지구에 초도 안 걸리는 시간에 왕복이 가능하시 다. 그래서 우리는 이를 일러 무소부재(無 所不在) 한다고 하는 것이다. 이런 엄청난 능력을 가지고 계시므로 같은 시각에 동 시에 다른 여러 지역에 모습을 나타내 보 이는 것이다. 그래서 이런 내용이 불경에 기록되어 있지만 당사자 본인이 아니면 알 수가 없었기에 스님들이 말도 못했고 그 뜻을 알 수 없어 밝히지 못했던 것이다.

또한 미륵부처님(하나님)의 감로•이슬 성신은 창조의 능력과 마귀를 죽이는 살 마광선(杀魔光线)이므로 각종 마귀를 소 멸(掃滅)시키는 위력이 있어 각종 환자들



미륵부처님(하나님)의 감로(甘露)•이슬성신은 그 움직임이 자유자재한 곡선광선이다

의 몸과 마음의 병을 고칠 수 있는 것이다. 즉 미륵부처님(하나님)은 비록 인간을 구 원하시고자 인간의 몸처럼 보이나 사실은 빛의 신인 것이다. 그러므로 성도들이 예 배드릴 때 항상 감로•이슬이 내리고 이로 인하여 건강하고 맑고 밝은 모습을 보이 는 것이다.

'쥐구멍에도 볕들 날 있다'는 말은 사람 들이 많이 듣고 또 많이 사용하지만, 이 말 의 진의는 모르고 있다. 쥐구멍이 구불구 불하니 빛이 들어갈 일은 없다. 왜냐하면 일반적인 빚은 직진으로만 나아가는 성질 이 있어서 쥐구멍에 들어갈 수 없다. 그러 나 이런 말이 현실로 이루어지는 곳이 실 존하고 있지만 이를 아는 사람들은 드물

바로 미륵부처님(하나님)의 감로(甘 露)·이슬성신은 '쥐구멍에도 볕들 날 있 다'는 말을 가능하게 실현한다. 왜냐하면 바로 이 감로·이슬성신은 위에서 설명한 대로 그 움직임이 자유자재한 곡선광선이

기 때문이다. 바로 미륵부처님(하나님)의 몸에서 발산되는 이 빛은 자유자재한 미 륵부처님(하나님)의 본 모습이기 때문이

모든 생명이 있는 것에서는 미미하지만 빛이 발산되고 있다. 사람들에게서도 빛 은 발산되고 있다. 그리고 그 빛은 사람들 이 어떤 마음상태에 있는지에 따라 형태 가 다르다. 미륵부처님 즉 이기신 하나님 이라야 영원한 생명이 되는 감로 이슬성 신을 가지고 있다. 그러나 석존도 감로가 없었고 예수 또한 이슬성신이 뭔지도 몰 랐다. 그들은 주인공이 아니기 때문이다. 그래서 석존은 유언장과 같은 대반열반경 에 다음과 같이 자신이 사람들이 기다리 는 그 부처(주인공)가 아님을 솔직히 말하 고 있는 것이다.

대반열반경 15권(大般涅槃經) 범행품 (梵行品)의 2

復次 善男子 言本有者 我本有 父母和合之身 부차 선남자 언본유자 아본유 부모화합지신 是故現在無有 金剛微妙法身

시고현재무유 금강미묘법신 言本無者 我身本無 三十二相 언본무자 아신본무 삼십이상

八十種好 以本無有 三十二相 八十種好故 <u>팔십종호 이본무유</u> 삼십이상 팔십종호고 現在具有四百四病 현재구유사백사병

또 선남자여, 본래부터 있었다는 것은 나에게 본래부터 부모의 화합한 몸이 있었다는 것이니, 그러므로 현재에 금강 과 같은 미묘한 법신이 없다는 것이며, 본래부터 없었다는 것은 나의 몸에 처음 부터 32가지의 (성인과 같은) 몸매와 80 가지의 잘생긴 모습이 없었다는 것이니, 본래부터 32가지의 거룩한 몸매와 80가 지의 잘생긴 모습이 없었으므로 현재에 404가지의 병에 걸렸다는 것이다.*

감로(甘露)*이슬성신

1. 법구경: 생사의 고뇌를 벗어나려면 마땅히 감로를 먹어야 한다.

2. 대반열반경: 감로의 광명이 사람의 털구멍 속으로 들어가면 다 성불한다. 三十三天上妙甘露不死之藥(삼십삼천 상묘감로불사지약)

3. 선불가진수어록: 감로의 비를 내리 셔서 일체 모든 중생의 미혹과 번뇌의 불꽃(욕심)을 다 멸하여 제거하신다. 4. 도덕경: 천지가 상합하여 감로를 내

5. 성경: 주의 이슬은 빛난 이슬이니 땅에서 죽음을 내어 놓으리라(이사야

6. 중화경(강증산): 미륵불이 감로를 내리니 세인들의 안목이 열리고 사람 들을 성불케 한다.*