

# 지혜의 말씀





**우**리의 신체 상태가 영적인 상태에 영향을 미치는 것을 아신 하나님 아버지께서는 우리가 신체적으로, 또한 영적으로 건강을 향상시킬 수 있는 계명을 마련하셨습니다. 예수 그리스도의 복음이 회복될 때 하나님은 선지자 조셉 스미스에게 우리가 육신을 잘 관리하여 주님의 영이 우리와 함께 할 수 있는 방법도 계시해 주셨습니다. 이 계시는 지혜의 말씀으로 알려졌습니다. 이 계명에 순종하는 것은 예수 그리스도 후기 성도 교회에 들어오기 위해 받아야 하는 침례의 한 자격 요건입니다. 신앙을 행사하여 이 계명에 순종하는 사람들에게는 위대한 축복이 약속되어 있습니다.

### 지혜의 말씀이란 무엇인가?

주님은 선지자 조셉 스미스에게 지혜의 말씀을 계시하셨습니다. 이 계시에서 우리는 술, 담배, 그리고 커피와 차를 의미하는 뜨거운 음료를 금하라는 경고를 받았습니다. 이후에 선지자들은 우리가 불법적인 약물이나 해로운 습관성 물질이 포함되어 있는 일체의 물질을 사용해서는 안 된다고 가르쳤습니다. 지혜의 말씀은 또한 우리가 고기 섭취를 삼가고 곡물, 과일, 야채를 먹도록 가르칩니다.

### 지혜의 말씀이 주는 축복

지혜의 말씀을 지키면 여러분은

**여**러분의 영적 및 신체적인 유익을 위해 주님은 다음과 같은 것들을 금할 것을 요청합니다.

- 술
- 담배
- 커피와 차
- 불법적인 약물
- 기타 유해하거나 중독성인 물질

영적으로 그리고 신체적으로 더 건강한 삶을 살게 됩니다. 비록 여러분이 대부분의 사람들이 겪는 건강 문제로 고통을 겪고 있더라도, 이 계명에 순종한다면 여러분의 육체와 정신은 더욱 건강해질 수 있습니다.

신약전서에서 사도 바울은 육신을 성전으로 언급했습니다. “너희는 너희가 하나님의 성전인 것과 하나님의 성령이 너희 안에 계시는 것을 알지 못하느냐 누구든지 하나님의 성전을 더럽히면 하나님이 그 사람을 멸하시리라 하나님의 성전은 거룩하니 너희도 그러하니라”(고린도전서 3:16~17)

지혜의 말씀을 지키면 여러분이 태어날 때부터 가지고 있었던 섬세하고, 민감하며, 영적인 본성이 하나님의 인도를 받기 위해 잘 준비될 것입니다. 영적인 속삭임과 느낌에 귀 기울이는 방법을 배우십시오. 여러분은 위험에 대해 경고를 받을 것이며 성신의 인도를 받게 될 것입니다. 여러분의 지혜와 지식은 증가할 것입니다. 더 큰 마음의 평안과 자제력의 증가, 그리고 인생과 미래에 대해 자신감 있는 태도를 갖게 될 것입니다.





## 지혜의 말씀

1833년에 선지자 조셉 스미스를 통해 받은 이 계시는 하나님 아버지께서 오늘날 그분의 자녀들에게 주신 지침입니다. 다음은 이 계시가 수록된 교리와 성약 89편에서 발췌한 것입니다.

“교회 그리고 또한 시온에 있는 성도의 유익을 위한 지혜의 말씀이라. ……

“모든 성도 가운데서 약한 자와 가장 약한 자의 능력으로도 감당해 낼 수 있는, 약속이 따르는 원리로 주는 것이니라. ……

“보라, 진실로 이같이 주가 너희에게 이르노라. 마지막 날에 음모를 꾸미는 자들의 마음속에 지금 존재하고 있으며 앞으로도 존재할 악과 의도로 인하여 계시로써 이 지혜의 말씀을 너희에게 주어 너희에게 …… 미리 경고하노니-

“너희 가운데 어떤 사람이 포도주나 독한 음료를 마시는 만큼, 보라, 이는 좋지 아니하며, ……

“그리고 또, 담배는 몸을 위한 것도 위장을 위한 것도 아닌즉, 사람에게 좋지 아니하되, ……

“그리고 또, 뜨거운 음료[커피와 차]는 몸이나 위장을 위한 것이 아니니라.

“건강에 좋은 모든 채소는 사람의 체력과 활력을 위하여 사용하도록 하나님께서 정하여 주신 것이니

“또한 짐승과 공중의 새의 고기도 사람이 감사하면서 사용하도록  
나 주가 정하였느니라. 그러할지라도 그것들은 조금씩 사용해야  
하느니라.

“모든 곡물은 사람의 양식으로 좋은 것이요, 또한 땅 속이나 땅  
위에 열매를 맺는 넝쿨의 열매도 그러하니라 ……

“이 말씀을 지키며 행하기를 기억하는 모든 성도는 그들의 배꼽에  
건강과 그들의 뼈에 골수를 얻을 것이요,

“지혜와 지식의 큰 보화, 참으로 감추인 보화도 찾으리니

“달려도 피곤하지 아니하며 걸어도 지치지 아니하리라.

“그리고 나 주는 그들에게 한 가지 약속을 주노니, 멸하는 천사가  
이스라엘의 자녀에게 한 것같이 그들을 지나칠 것이요, 그들을  
죽이지 아니하리라. 아멘.”(교리와 성약 89:1, 3~5, 8~10, 12, 16,  
18~21)





## 해로운 물질을 끊음

만일 여러분이 담배, 술, 커피, 차, 불법적인 약물, 또는 기타 해롭고 중독성이 있는 물질들을 사용하고 있다면 지금 즉시 중단하십시오. 여러분은 더 건강한 육체와 영을 축복으로 받게 될 것입니다. 일부 사람들은 사용을 중단하기가 어려운 물질에 습관 내지 중독이 되었습니다. 만일 여러분이 이러한 습관성 물질을 끊기 어렵다면 해로운 생각, 활동, 유혹을 고무적이고 건전한 영향을 주는 것들로 대체하도록 도와주실 것을 하나님께 기도하여 간구하십시오. 여러분의 생활을 긍정적이고 여러분을 북돋아 줄 것들로 채우면 해롭고 부정적인 것들이 거할 자리가 줄어들 것입니다. 다음 제안이 여러분에게 도움이 될 것입니다.

**계**속 노력하십시오! 속죄를 여러분의 생활에 적용할 때 여러분의 발전이 더딘 것처럼 보일지라도 주님은 여러분을 도우실 것입니다.

- 끊겠다는 결심을 하십시오. 여러분이 중독을 극복하도록 주님께서 도와주시리라는 확신을 갖고 기도하고 금식하십시오.
- 경전을 공부하십시오. 성구들을 암기하고 그것들을 자주 암송하십시오. 그렇게 한다면 여러분은 영적인 힘을 받을 것입니다.
- 유혹에 저항하는 데 도움이 되도록 신권 축복을 요청하십시오.
- 유해 물질들을 폐기하고 다시는 구하지 마십시오.

- 지혜의 말씀을 여기게 되는 유혹을 받는 시간, 장소, 상황에 관한 목록을 만드십시오. 목록에 있는 것들을 피할 수 있는 방법에 대해 부모, 배우자, 선교사, 다른 믿을 만한 친구들과 이야기하십시오. 예를 들면, 유혹을 받지 않을 수 있는 새로운 활동이나 취미를 찾으십시오. 유혹을 받을 때 고상한 음악을 듣거나, 다른 사람들에게 봉사하거나, 건전한 책을 읽거나, 또는 운동을 하십시오.
- 교회 활동에 참여하십시오. 여러분은 주님께 좀 더 가까이 가게 될 것이며 유해 물질에 대한 욕구를 극복할 힘을 키우게 될 것입니다.
- 적절한 지원 단체에 참여하거나 전문적인 도움을 받으십시오.
- 여러분이 주님께 의지할 때 주님께서 여러분을 도와주신다는 것을 잊지 마십시오. 이러한 물질들을 끊는 것은 매우 힘든 일이 될 수 있으며 일부 사람들은 완전히 중단하기 전에 한번 이상은 옛 습관을 되풀이할 수도 있습니다. 계속 노력하고 절대 희망을 버리지 마십시오.

겸손하고 정직하며 하나님과 다른 사람들에게 도움을 청함으로써, 그리고 예수 그리스도의 속죄를 통해 중독을 극복할 수 있습니다.

지혜의 말씀에 따라 생활할 때 여러분은 주님께서 약속하신 축복을 받게 될 것입니다.





## 추가 학습

다음 질문과 성구들을 참고하면 이 책자에 있는 원리들을 배우는 데 좀 더 도움이 될 것입니다. 여러분은 경전에 있는 각주와 상호 참조를 통해 이 원리들에 대한 추가 성구와 자료들이 무엇인지 알 수 있을 것입니다.

### 내 몸에 섭취하는 것에 대해 주의를 기울여야 하는 이유는 무엇인가?

잠언 20:1(성경, 구약전서)

고린도전서 3:16~17(성경, 신약전서)

고린도전서 6:19~20(성경, 신약전서)

교리와 성약 89편(선교사나 교회 회원은 여러분이 교리와 성약을 한 권 얻도록 도움을 줄 것입니다. 또한 [www.mormon.org](http://www.mormon.org)를 방문하면 온라인으로 그 경전을 볼 수 있습니다.)

“지혜의 말씀, 신앙에 충실함(선교사나 교회 회원은 여러분이 이 책을 얻도록 도움을 줄 것입니다. 또한 [www.mormon.org](http://www.mormon.org)에서도 온라인으로 그 책을 볼 수 있습니다.)

### 건강을 위한 하나님의 계명에 순종할 때 어떤 영적 및 세상적인 축복이 올 수 있는가?

다니엘 1:3~20(성경, 구약전서)

### 내가 유혹을 받을 때 주님은 어떻게 나를 강화시키시는가?

모사이야서 5:2(몰몬경, 196쪽)

모사이야서 7:33(몰몬경, 202쪽)

앨마서 13:27~29(몰몬경, 306~307쪽)

이더서 12:27(몰몬경, 648쪽)

# 내가 무엇을 해야 하나요?



- 계속해서 몰몬경을 읽는다.

독서 제안: \_\_\_\_\_

- 지혜의 말씀에 따라 생활한다. 이 계명을 지키도록 기도로써 도움을 구한다. 유해 물질들을 피하고 적절한 식사와 건강을 위한 다른 활동들에 초점을 맞추므로써 신체적, 영적 건강을 증진시키기 위한 목표를 세운다.

- 이번 일요일에 교회에 참석한다.

- 침례 받을 준비를 계속한다.

침례 날짜: \_\_\_\_\_

- 예수 그리스도 후기 성도 교회에 관해 좀 더 알기 위해

[www.mormon.org](http://www.mormon.org)를 방문한다.

- 선교사와 계속 만나 하나님의 계명이 어떻게 여러분의 생활을 축복할 수 있는가에 대해 배운다.

다음 약속: \_\_\_\_\_

선교사의 이름과 전화 번호:

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

예수 그리스도  
후기성도교회

[www.mormon.org/kor](http://www.mormon.org/kor)

#### 이미지 제공

앞 표지, 5, 6, 9, 10, 17쪽, 이현규, © 이현규  
2쪽, 조셉 윙제 그림의 일부 확대, 데이비드 린슬리, © David Lindsley

© 2007 Intellectual Reserve, Inc. All rights reserved. Printed in the USA. 영어 승인: 2/06. 번역 승인: 2/06.  
The Word of Wisdom의 번역, Korean.

KOREAN



4 0201177320 9

01177 320