

3월 1주차 Q&A — 미국채 금리 하락 시나리오 & 빛이 있는 사람의 투자 전략

· 정리 2026-05-13

중금리 시대 — 금리 내려가도 마냥 좋은 게 아니다 + 빛은 마이너스 자산

박종훈의 경제로드맵 여덟 번째 Q&A. 본 회차는 두 질문을 깊이 — Q1) 미 국채 금리가 내려가면 어떤 일이 발생하나 (알리솔리) + Q2) 빛이 있는 사람의 투자 전략 (박종훈 소장님 짱짱). 본강의 part2_04의 직접 후속이자 part5(금리 한 달 집중 탐구)의 사전 기초.

중금리 시대 — 정의와 의미

강사가 짚는 시대 패러다임: **중금리 시대**가 옵니다.

중금리 시대 정의 — 내려가도 어느 이상 내려가지 않고 올라가면 많이 올라가는 시대. 미국 10년물 국채 금리가 4% 오르락내리락. 이유 — 이미 많은 나라가 빛을 너무 많이 쳐서 기본적으로 저금리가 될 수 없는 구조.

금리와 경기 침체의 관계

금리 방향	시장 해석
금리 어느 이상 ↑	인플레이션 우려
금리 어느 이하 ↓	경기 침체 우려

\“금리가 마냥 내려가는 게 좋지만은 않다\”가 강사의 정확한 시각. 성장률이 너무 낮아지면 기업·개인이 돈 빌려서 투자할 곳이 없어집니다. 그러면 아무도 돈 안 빌려 → 금리 ↓. 그래서 경기 침체가 올 것 같으면 금리가 먼저 움직여 낮아지는 패턴.

금융 위기 — 경기 침체 + 금리 폭등의 극단

딱 하나 예외 — **경기 침체인데 금리가 급등하는 경우** = 최악, 금융 위기:

사례	메커니즘
1998 IMF 외환위기	한은 금리 인상 + 신용 경색
결과	금리 20~30% 폭등

\“경기 침체가 너무 심하면 돈 값을지 못 갚을지 모르니 안 빌려준다. 은행도 돈 없어 빌려줄 수 없음.\” → 신용 경색 → 금리 폭등. 이런 경기 침체가 아닌 **금융 위기**로 분류.

안정적인 금리 수준 — 3.2~4.3%

강사가 짚는 정확한 수치 (중금리 시대 기준):

미국 10년물 금리	시장 해석
3.0% 미만	위험 — 경기 침체 우려
3.2~4.3%	안정 (강의 시점 4.0% 안정)
4.5% 넘음	경제 경보
5.0% 넘음	인플레이션 격 / 래리 핑크 \“추가 하락\”

\“2020년 7월 미국 10년물 0.5%까지 떨어진 일은 다시 일어나기 어렵다 — 미국 정부가 돈을 너무 많이 빌렸기 때문에 웬만해서 내려가는 데 한도가 있다\”가 강사 진단. 래리 핑크(블랙록 CEO)도 \“5% 이상 넘어가면 미국 주가도 떨어질 수밖에 없다\” — 강사 동의.

† 1 강의 시점(4.0%) 이후 흐름. **2026-05-08 미국 10년물 4.38% / 5/1 4.39%** — 강사 안정 범위(3.2~4.3%)의 상단을 약간 넘은 \“안정~경계\” 영역으로 진입. 4.5% 노란불 경계까지 약 0.1~0.15%p 남음. 강사 \“중금리 시대\” 진단 정확 발현.

Q2 — 빛은 마이너스 자산

질문자 박종훈 소장님 짱짱님: \“빛이 있는 사람들이 대부분인 사회에서 금리에 따른 자산 배지 전략 + 투자보다는 빛을 깔아야 하는 상황 + 빛이 있음에도 투자를 지속해야 하는 경우.\”

강사 답 핵심 정의: **빛은 마이너스 자산**.

상황	결과
대출 금리 5% + 투자 수익 4%	실제 1% 손해 — 의외로 못 느낌
빛 내서 투자 시 시간	내 편 X — 다달이 이자 발생
내 돈 투자 시 시간	내 편 — 기회비용은 심리에 안 보임

\“빛도 자산이다\”는 유행 거짓말. 마이너스라는 걸 빼놓고 얘기하면 안 됨. **빛내서 투자할 때는 더 간간하게 봐야 한다**.

한국 자산 구조 — 부동산 75%

항목	비율
한국 평균 가구 순자산 중 부동산	75%
한국 집 보유 가구	58~62%

집 있는 사람은 자산 100%가 집일 가능성 ↑, 현금 거의 없음. 이런 분들이 \“코스피 올라가니 주식 투자해야 하나\” 고민할 때 기준 필요.

빛내서 투자할 때 첫 점검 — 대출 금리

첫 번째 점검 포인트 — 나의 대출 금리:

분류	금리
고금리 채무	7~8%
저금리 채무	3~4%

요즘 변동금리는 이것보다 높음. 강사 시각: \“금리에 따라 내가 이 투자를 할 거냐 말 거냐가 완전히 달라진다.\”

부동산이 유리했던 이유 — 2020~22년 부동산 담보대출 3~4%까지 떨어진 적 있음. 주식 신용대출은 담보 없어 10%+ → 부동산이 상대적 유리. 모든 것이 대출 금리에 따라 결정.

† 4 한국 모기지 금리 흐름이 강사 진단 정확히 발현. **2026-03 한국 모기지 금리 4.34% (5개월 연속 상승), 5년 은행 채권 1월 3.58% → 3월 3.90% 상승**. 고정금리 비중 2025-11 90.2% → 2026-03 60.8%로 추락. 강사 진단 \“부동산 담보대출이 더 이상 3%가 아닌 시대\”가 정확 검증. 정책금리는 2.5% 동결 중인데 시장 모기지 금리는 자연 상승.

코스피 평균 연간 수익률

2026-02-26 기준 코스피 6,300 가정 시:

투자 시작 시점	연평균 수익률
평범한 해 (1995/2005)	6.5~7%
고점 (1994/2007)	4.5~5%
1998 외환위기 폭락	12.3%
2003 폭락	10.5%
2009 글로벌 금융위기	8.5%

\“폭락한 해에 산 게 가장 큰 수익\”이 강사 진단. 다만 강사 단서 — \“평균이라는 건 무시하면 안 된다 + 주가가 계속 오른다고 자만하면 안 된다.\”

증시의 변동성 + 리스크

핵심 위험	영향
매년 50% 상승/50% 하락 가능	대출 이자는 계속 나감
감당 못 하면	사실상 강제 청산
공포 손절	20% 하락 시 흔히 발생
불황 동반	자영업 매출 ↓ + 실적률 7~8% (평균 2.5~3%)

\“위기는 평균 8년마다 왔다\”가 강사의 정확한 사실. 단순 \“대출 금리 < 평균 수익률\”만으로 투자 결정하면 위험.

증시의 적정 위험 프리미엄 — 다모다란 ERP

다모다란 NYU 교수의 **Equity Risk Premium (ERP)**:

국가	ERP
미국	4~5%
한국 (원래)	+1%p
한국 (최근 코스피 최강 분위기 반영)	미국과 동일 적용

빛내서 투자할 만한가 — 강사 공식:

항목	값
한국 국고채 금리 (무위험)	3.5%
+ ERP	4.5%
합계	8%

대출 금리 6% + ERP 4% = **10% 기대 수익률** 필요. 평범한 해 코스피 (6.5~7%) → 빛내서 투자 애매. **폭락한 해 (8.5~12.3%) → 빛내서 투자 유리**.

† 2 다모다란 ERP 2026년 업데이트가 강사 4~5% 진단 검증. **Damodaran 2026 implied ERP 4.23%** — S&P 500 1/1/2026 6845.5 + expected stock return 8.41% 기준 계산. 1960~2025 평균과 거의 동일. 강사 \“4~5%\” 범위 안. 강의 후 1.5개월 시점에서 다모다란이 \“2026 Edition\” 새 paper 공개.

코스피 vs 나스닥 — 30년 vs 35년

시장	1990 이후 연평균
한국 코스피	6%대
미국 나스닥	10.6%

나스닥은 끊임없이 10.6% 상승해 \“대출 금리 5% + 위험 프리미엄 4% = 9% < 10.6%\”라 빛내서 투자 가능했던 시기 ↑. 코스피가 진짜 나스닥만큼 오르는 거냐 아니면 여전히 사이클 산업이냐의 판단이 결정적.

부동산 투자 수익률 — 강남 8.5%

부동산은 주식과 비교:

측면	부동산
유동성	↓ (안 팔리기도 함)
거래 비용	↑
하방 경직성	↑ (잘 안 떨어짐)
위험 프리미엄 (한국)	2~4% (강사 중간값 3% 적용)

\“제가 강남에서 40년 살았는데 2013~14년 절대 집이 안 팔리던 때가 있었다\”는 강사의 직접 사례 — \“하우스 푸어\” 단어가 유행했던 12년 전 지역. 부동산도 안 떨어지지는 않는다.

1990~2026 연평균 (강사 계산):

아파트	가격 상승률	임대 수익률	합계 기대 수익률
강남	6.5%	2%	8.5%
서울	5.5%	2.5%	8%
전국	5.5%	3%	8.5%

미세 통찰 — **강남 아파트는 가격 상승률 6.5%로 가장 높지만 임대 수익률이 낮음** (가격 뱅킹기). 1%p 차이가 30년 복리로 따지면 효과 → 강남 아파트 가격 폭등의 비결.

부자 유리의 비밀 — 대출 금리

2020~22 부동산 담보대출 금리 시기:

항목	값
부동산 담보대출	3%
+ 위험 프리미엄	3%
합계	6%
강남 아파트 기대 수익률	8.5%

6% < 8.5% → **강남 아파트 무조건 유리**. \“왜 강남 아파트 안 사는 거야 당장 사면 이득인데?\”라는 분위기가 만들어질 정확한 메커니즘. 다만 2026년 현재 부동산 담보대출 6~7%(† 4 검증)로 ↑ → \“꼭 사야 되나?\” 결정 기준.

부자가 유리했던 이유 = 부동산 담보대출 금리 낮음. 서민 신용대출 금리 ↑ → 같은 자산 매수에도 손익 비대칭.

강사 결론 — \“여러분들이 노력해야 되는 것 중에 가장 중요한 거, **대출 금리를 낮춰놔야 됩니다.\”**

결론 — 빛내서 투자 기준 명확

강사 명시 권고:

빛내서 투자 시	기준
투자해도 좋을 때	투자 수익률이 대출 이자율 + 위험 프리미엄을 넘는다는 확인
투자 꺼려야 할 때	과거 수익률 또는 기대 수익률이 그 랠보다 낮을 때

대출 금리는 자산 투자 결정의 핵심 변수. 강사가 명확한 행동 권고를 제시한 회차 — \“확신이 들 때만 투자\”라는 신중 기준.

본 회차는 다른 Q&A와 달리 **개인 빛 투자 결정에 대한 명시 행동 권고가 있는 회차**. 강사가 구체적 공식(대출 금리 + ERP)을 제공했고, 강의 disclaimer \“매수·매도 권유 X\”와 정합한 신중 기준.

다음 본강의 Part 3로 진입 예정 — 시리즈 흐름이 \“시장 읽기\” Part 2에서 본격 거시 변수 분석으로 이어집니다.

ONE LINE

중금리 시대 — 미국 10년물이 4% 오르락내리락하는 시대로 진입했습니다. 금리가 내려가는 것도 마냥 좋은 게 아니라 경기 침체 우려의 신호. 빛은 마이너스 자산이고, 빛내서 투자할 때는 "대출 금리 + 위험 프리미엄"이 결정적 — 부자가 유리했던 비밀이 바로 낮은 대출 금리. 강사 명시 결론 — 투자 수익률이 그 함을 넘는다는 확신이 있을 때만 투자, 대출 금리 낮추기가 가장 중요.

† **회차 자료 보강**

- † **1 미국 10년물 5/8 4.38% — Advisor Perspectives** (시간 연장)
강의 시점 4.0%에서 4월 말~5월 4.38~4.39%로 미세 상승. 강사 안정 범위(3.2~4.3%) 상단을 약간 넘어 \“안정~경계\” 영역. 4.5% 노란불까지 약 0.1~0.15%p 남음. \“중금리 시대\” 진단 정확 발현 — 내려가지 않고 오르락내리락.
- † **2 다모다란 2026 implied ERP 4.23% — NYU Stern / Substack** (각도 확장)
강의 \“미국 ERP 4~5%\” 진단 정확 검증. Damodaran 2026 implied ERP 4.23%, S&P 500 1/1/2026 6845.5 + expected stock return 8.41% 기준. 1960~2025 평균과 거의 동일. 강사가 사용한 다모다란 공식이 2026년에도 본격 적용.
- † **3 KOSPI 1990 baseline 100 + 36년 6,300 — Wikipedia** (검증)
KOSPI는 1990년 1월 3일 baseline 100으로 시작. 36년 후 6,300이면 연평균 약 12% (가격만). 강사 \“평범한 해 6.5~7%\” 진단은 \“평범한 해에 산 사람\”의 수익률 — 시점에 따라 큰 차이 (특히 1994/2007 고점에 산 사람은 4.5~5%, 1998 폭락에 산 사람은 12.3%).
- † **4 한국 모기지 4.34% (2026-03) + 고정금리 비중 90→60% — Asia Business Daily** (사례 후속)
강사 \“부동산 담보대출 더 이상 3%가 아닌 시대\” 진단 정확 검증. 2026-03 한국 모기지 4.34% (5개월 연속 상승). 5년 은행 채권 1월 3.58% → 3월 3.90%. 정책금리 2.5% 동결인데도 시장 모기지 금리는 자연 상승. 고정금리 비중 90.2% → 60.8% 추락 — 변동금리로 전환 본격화. 강사의 \“강남 아파트 결정 변경\” 메커니즘 정확 발현.

본 회차 콘텐츠는 강사의 분석과 강의 본문에 명시된 권고에 한하며, 매수·매도 권유 아님. 모든 투자의 최종 판단과 책임은 수강생 본인.