

연말연시 문화행사

Table with 6 columns: 구분, 내용, 장소, 일자, 연락처, 비고. Lists various cultural events like '3rd Youth Welfare Festival' and 'New Year's Eve Concert'.

세밀 문화행사 가족나들이 '손짓'

한해가 다시 갔다. 직장인들의 명퇴, 조퇴가 유행병처럼 번져 가족 모두를 우울하게 만들고 있는 가운데 경제 한파까지 덮친 올 연말은 어느 해보다도 스산함이 더한 분위기다.



티벳에서 7년

◇전세계적 관심을 모으며 제작했던 회제작 '티벳에서의 7년'

이왕이면 지적욕구를 충족시키면서 더불어 즐길 수 있는 방법이 좋겠다. 인근 복지관이나 청소년자원봉사센터, 박물관 등에서 마련한 각종 무료강좌에 그 묘수가 있다.

사와 불광사학생회에서 개최하는 송년행사는 규모면에서나 내용면에서나 단연 화제다. 한층 격을 높여 전문 예술인들이 펼치는 공연장은 어떨지, 97년 마지막날, 63빌딩 국제회의

사찰 송년한마당·음악회·전시회 가볼만 연극 '옹따위의 개띠' 영화 '티벳...' 눈길

좌도 눈길을 끈다. 초중고생을 대상으로 하고 있지만 학부모들도 칭찬할 수 있어 수업 후는 가족이 실습하고 토론할 수 있다. 민속박물관은 중고생 2백명을 대상으로 27일까지 청소년민속강좌를 개설한다.

장에서 열리는 임동창씨의 '피아노·사물소리와 퍼포먼스 한마당'과 28일까지 인천종합문화예술회관에서 공연되는 창작민족서사극 '단장의 미아리고개'도 가족이 함께 차분하고 조용하게 한 때를 즐길만한 곳. '단장의 미아리고개'에는 영산재 전수자 능화스님(인천 구양사)이 출연해 눈길을 모은다.

건강 365일 <9> 오징어 연갑



(영재한의원 원장)

식사 후에 양치를 하는 것이 상식이고 현대인들에게 예티켓이겠지만 매 끼니마다 양치를 하기란 여간 번거롭고 시간이 많이 드는 일이 아니다.

다. 빠른 우리 몸을 지탱하는 기능이나 대변보 같은 것이다. 뼈를 구성하는 칼슘이 부족하면 골다공증, 무릎관절염, 류마티스, 요통, 좌골신경통, 디스크는 물론 악성 대하증이 생긴다.

충치·자궁출혈 등 치료효과 탁월 소양인에 적합...가루로 갈아 복용

때문이다. 오징어 연갑은 약명으로 오적어골(烏賊魚骨)이라고 하는데 이는 까마귀를 잡아 먹는 것이 오징어라는 뜻이다. 해표초라고도 한다.

생상이 안되기 때문이다. 취장에 이상이 생기면 빈혈, 눈피로, 손발저림, 잇몸이 붓거나 혀바늘이 돋는다, 입이 현다. 장란지에 쥐가 난다, 배에 가스가 찬다 등의 증상이 나타난다. 그 다음으로 심이지장염이 오면서 공복시에 속이 쓰리고 배관절 질환이 본격적으로 시작된다. 특히 심이지장염이 오래되면 갑상샘종증이 생긴다.

복용법 오징어 연갑을 갈아서 차 숟가락으로 1스푼정도 하루 2번 복용한다. 소양인 체질에 좋다.

Table with 3 columns: 일자, 시간, 내용. Lists TV programs like '10대 뉴스' and '특별취재'.

Table with 3 columns: 일자, 시간, 내용. Lists radio programs like '차 한잔의 선율' and '97 올해의 가수들'.

만화 100부작 100부작 100부작 이향원

Comic strip panels with text and illustrations. Panels include '놀란 여우', '세찬 바람은 나무가지들 부러뜨렸고', '그 나무가지는 여우등에 떨어졌다', '놀란 여우는 나무를 쳐다보지도 못하고 눈을 감은채 멀리 달아났다', '여우는 날이 저물어도', '큰나무 밑으로 돌아오지 않으려 했으나', '바람에 흔들리는 큰 나무가지들 멀리서 보면서 말했다', '나를 다시 오라고 손짓 하는데', '어려서는 이들도 이와같이 출가하여 스승의 가르침을 받다가', '꾸지람이라도 들으면', '곧 달아나 버린다', '그 뒤 나쁜 친구를 만나', '끝없는 고통에 번민하다', '결국 본래 스승에게 돌아온다', '이와같이 오가는 것을 저 어려서는 여우와 어찌 다르다고 할 수 있느냐'.

Advertisement for '가슴을 적시는 부처님 말씀 300가지' (300 Buddhist teachings to moisten the heart). Features text about the book's value and contact information for Minjoksa.

Advertisement for '97년판 현대불교신문 합본집 예약접수' (97th edition Modern Buddhist Newspaper compilation subscription). Includes details about the book's content, price, and ordering information.