

“역사여행 유익하고 재미있어요”

문화유적을 돌아보며 생생한 조상의 숨결을 느껴보는 어린이 문화답사 프로그램이 인기를 끌고 있다. 가족단위 나들이 문화가 늘어남에 따라 고궁이나 전통사찰 등 우리 문화 유적의 향기를 느낄 수 있는 곳으로 바뀌고 있는 것이다.

교계복지관·전문단체 ‘어린이답사’ 인기

교계 복지관들과 전문 답사단체들이 마련하고 있는 어린이 답사 프로그램은 우리 문화유산의 소중함을 어렸을 때부터 일깨워줌으로써 어린이들의 올바른 가치관 정립을 목적으로 한다. 이들 프로그램들은 대부분 답사전문가의 지도하에 이루어지고 있어 어린이들의 체계적인 학습에 한몫하고 있다.

문수종합사회복지관(관장 진옥스님)은 지난해 9월부터 매월 어린이 문화유적답사기행을 실시하고 있다. 송광사 선암사 도갑사 등 전남지역에 있는 문화유적들을 돌아보게 어린이들에게 지역 문화에 대한 자긍심을 불러일으키고 있다. 금강사회복지관(관장 정관스님)은 상하 때 증점적으로 문화기행 프로그램을 준비한다. 어린이 문화기행

고궁·사찰·유적등 찾아 문화유산 소중함 일깨워 새싹 불심 인성교육 한몫

은 고안사 낙화암 등 공주지역의 흩어져 있는 유적지들을 방문한다. 국토문화연구원 옛물(회장 조승열)은 어린이들이 참가할 수 있는 가족답사 프로그램으로 12일 고창 선운사 동백빛꽃 터널 답사, 18일 고흥 능가사 소록도 방문, 5월3일 문경 봉암사와 괴산 각연사, 5월5일 어린이날 수원 용주사와 수원 화성 답사 등을 준비하고 있다. 우리문화유적답사회 고인돌(대표 이춘상)은 4월7일 운주사, 5월5일 어



어린이들의 문화유적답사는 교실밖에서 이루어지는 생생한 현장교육의 장으로 자리매김하고 있다.

린이날에는 안동의 도산서원 하회마을 박물관 등 유교유적지를 둘러보며 어린이 인성교육의 장을 마련한다.

덕유사회복지관(관장 영담스님)은 인성교육을 주로 하는 열린교실에서 1년에 두 번 문화견학을 실시한다. 우리 문화의 진보적인 모습과 현실을 보여주는 것을 주 아이엠으로 해 부천역사연구소와 함께 부천

역사기행 등도 마련했다. 앞으로 6월이나 10월 중에 전쟁기념관을 방문할 계획이다. 명륜종합사회복지관(관장 현각스님)은 해마다 1월이면 어린이문화기행을 간다. 올해는 LG사이언스홀과 세계사박물관을 참관했다. 녹색삼을 위한 여성들의 모임(회장 정의영)은 초등학생들을 대상으로 8번버스를 타고 떠나는 고궁답사'를 지난해 겨울방학 때 시

◇어린이 유적답사 단체

답사단체	전화번호
금강사회복지관	(0416)856-5110
덕유사회복지관	(032)325-2161
명륜종합사회복지관	(0371)762-8131
문수종합사회복지관	(0662)652-4242
삼전종합사회복지관	(02)421-6077
경신원 문화역사기행	(02)771-0373
국토문화연구원 옛물	(02)275-4333
'남누리북누리' 국토기행	(0652)74-4545
녹색삼을위한여성들의모임	(02)903-6604
누리암	(02)739-9077
돌장승	(02)955-4554
문화답사모임신들매	(02)722-6901
옛그늘문화유산답사회	(051)64-8572
우리문화유적답사회 고인돌	(02)742-6746
터사리	(02)217-5066
터사리	(02)725-1284
한서문화사여행회	(02)499-2038

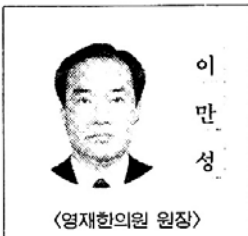
작했다. 20명 정원으로 5일간 실시된 첫 답사의 호응도가 좋아 4월4일 두 번째 경북공 코스에 하루코스로 준비했다. 앞으로 매달 답사를 마련하며 방학 때에는 4~5일간의 집중 답사를 마련할 계획이다.

8번버스를 타고 떠나는 고궁답사'에 참여한 이춘수(12·우이초등 6)군은 "고궁에 몇 번 와봤지만 각 건물에 대한 설명과 우리 역사야기가 너무 재미있어요"라며 흥겨운 기색을 감추지 못했다.

김지연 기자

건강 365일 <17> 대황(大黃)

일명 장군풀뿌리라고도 한다. 동의보감에 보면 어혈(瘀血)을 풀고 월경불순, 종양, 염증을 다스리며 변비를 없애 준다고 나온다.



<영재한의원 원장>

사람의 눈을 보면 노성(怒性)을 띠운 듯한 사람이 있다. 눈이 탁하기도 하고 충혈이 된 것 같기도 하다. 이런 사람들은 간(肝)이 실하다고 하는 태음인(太陰人) 체질이 다. 주위에서 속된 말로 간담이가 부었다는 말을 종종 듣기도 하는 등 노하기를 잘하는 체질이다.

태음인 체질은 만병(萬病)의 근원이 간에서 출발한다. 신경을 쓰거나 비위에 맞지 않거나 스트레스를 받으면 그

않아 변질이 오기도 한다. 우리 인체는 한의학적으로 보면 정(精)과 혈(血)로 구성 되어 있다고 본다. 위장에서 정을 생산하지 못하고 췌장에서 혈을 생산하지 못하면 인체는 온전하지 않게 된다. 정과 혈이란 집의 대들보와 같은데 대들보가 온전하지 않은

울화병·월경불순·변비 등 치료 술에 찌다음 감초 달여넣어 복용

것이 전부 간에 영향을 준다. 소위 말해서 간에서 울화가 치미는 것이다. 그러면 눈이 아프거나 안면부종, 발면종, 속쓰림, 좌골신경통 등이 생기며 만성 변비가 나타난다. 여자들은 월경이 일찍 끊어지고, 갱년기 증상으로 얼굴이 열로 후끈 달아 오르고, 골다공증과 무릎관절염이 온다. 남자들에게는 정력감퇴가 온다. 아무리 보약을 먹어도 소용이 없다. 간장의 울화를 식혀주어야 한다.

집이 어떻게 유지되었는가. 이와같이 간이 허한 태음인 체질은 간의 열을 식혀주는 것이 근본치료법이 된다. 간의 열을 제대로 다스리지 못하면 간의 울화가 대장으로 전이된다. 간과 대장은 내외 관계와 같아 변비와 경비통 등이 온다. 또 대장과 경락상으로 같은 위상에도 영향을 미쳐 속쓰림 위염 발면종 등이 생긴다. 위신경과 연결된 좌골과 무릎관절염도 유발시킨다.

간장의 기능이 지나치면 취장을 자극한다. 취장은 피를 생산하는 장기이다. 취장이 압박을 받으면 피가 생산되지

대황 4g~8g과 감초 4g을 달여서 하루에 두 번 복용한다. 대황은 술에 찌서 사용한다.

‘사랑으로 크는...’ 발간

대전광역시 청소년자원봉사센터(소장 종실스님)는 특별교육대상 청소년 지도교재 <사랑으로 크는 청소년>과 <우리한말사랑하기>를 발간했다. <사랑으로 크는 청소년>

은 △청소년의 이해 △비행청소년의 특성 △청소년 약물 오·남용 실태 등으로 구성되어 있다. <우리한말사랑하기>는 자원봉사 대상자 실 소개와 더불어 희망 자원봉사자의 기본 자세가 수록되어 있는 자원봉사자용 책자이다.

중교 교과서 지도서 발표 교법사단 29돌 기념 행사

대한불교조계종 전국교법사단(단장 고우익)은 창립29주년을 맞아 4월11일 동국대학교 학술문화관 2층 제3세미나실에서 기념법회 및 세미나를 가진다.

이날 세미나에서는 '신도교육의 해에 따른 실행체계화 방안'을 주제로 류동호교법사(광동여교)가 주제발표를 하고 고등학교 <중교(불교) 교과서 지도서 하권(시안)을 발표한다. 교사용 지도서 하권은 △총론(갑남일교법사) 등 총9개 항목으로 구성되어 있다. 하권은 조계종 포교원으로부터 4백만원의 제작비 지원을 받았다.

문화재 애호·심성개발 중점 파라마타 올 사업 확정

파라마타(회장 현근스님)는 문화재 애호활동, 청소년자원봉사센터, 유해환경 감시단 활동 등의 사업계획을 3월23일 임시이사회를 통해 확정했다. 임시이사회에서는 사업계획 외에도 사무총장 관련 정관계인근과 2억7천여만원의 예산안을 승인했다.

이사회에서 상정된 정관계인근은 사무총장을 조계종 포교원 포교국장 단임직에서 포교원 국장으로 하는 것으로 개정되었다. 또 사무소 소재지 이전과 신규등록의 건도 결의했다. 현재 사무총장 내정자는 포교원 연수국장 박경스님이다.

파라마타가 98년 중점적으로 펼칠 사업은 3월26일 개원한 청소년자원봉사센터 활동과 파라마타 국제캠프, 문화재애호활동, 심성개발훈련 등이다. 파라마타 국제캠프는 7월24일부터 27일까지 3박4일간 강원도 고성군의 세계잰버리장에서 열린다. 사경, 불탑·단주·갑등만들기, 불교벽화그리기, 낙산사 참배 등의 불교적인 프로그램으로 진행된다. 심성개발훈련은 참선과 발우공양 등의 체험을 통해



청소년들의 올바른 심성 키우기에 중점을 둘 예정이다. 문화재애호활동은 성보문화재 이해, 체험(수련대회), 조사, 캠페인, 정화, 관리, 소감문작성 등으로 구성되어 활동한다. 지난해에는 5천여명의 청소년이 참가해 문화재 애호활동을 펼쳤다.

올해는 3월25일부터 문화재애호활동에 들어가려고 했던 파라마타는 사무총장이 공적인 까닭에 사업비 집행이 이루어지지 않아 활동이 잠시 연기됐으나 한국청소년연맹이 문화재애호 교재비로 2백만 원을 지원해줄 예정이어서 조만간 활동을 개시한다는 방침이다.

단신

우리는선우 학생회 창립

우리는 선우(공동대표 박광서·남지심)는 3월28일 동국대학교 정각연에서 중·고등학생회 창립법회를 가졌다.

이날 창립된 중·고등학생회는 문화활동, 사회봉사, 환경보호활동, 공부방 학습 등 다방면으로 활동을 펼칠 계획이다. 창립법회와 함께 향산장학회의 장학금 수여식도 거행했다.

무진법장사 어린이 수계

무진법장사(주지 법장스님)는 19일 오후 1시 부처님 오신날 기념 어린이 합동 수계식을 거행한다. 이날 수계법회의 계사로는 법장스님 신공스님(상임법사) 현우스님(상임법사)이 참석할 예정이다.

건강보조식품허가

솔효소정액(松酵素精液) · 솔선식(松仙食) 시판개시!

선(仙·神仙)자를 파자(破字)하면 '山人', 즉 산에 사는 사람이다. 예로부터 산에 사는 사람인 장생불사(長生不死)하는 선인의 주식(主食)이 사계절에 추드름(常綠)을 자랑하는 소나무이니 소나무의 효능을 어찌 말로 다 할 수 있랴. 그러므로 소나무는 나무중의 나무이다.

오행상생(五行相生)은 오행이 서로 생(生)한다는 말인데, 생한다는 것은 도와준다는 뜻이다. 동양의학은 오행상생 원리로 도와주도록 하여 병을 다스려 고친다.

오행중에 물(水)·불(火)·흙(土)·쇠(金), 네 가지는 상생하면서 자기 몸을 희생 소멸하지 않지만 나무(木)는 자기 몸을 완전히 불태움으로써 희생 소멸하여 자식적인 불을 생하기 때문에 나무가 거룩한 어머니 사랑의 어진 마음을 가지고 있다.

일찍이 한민족은 오행으로 38목(木)인 동방(東方)에 살았던 덕분에 나무처럼 원래 마음이 어질고 자질(資質)이 뛰어나 동방의 예의를 숭상하는 나라(東方禮儀之國)로 세상의 우려를 받았기 때문에 나무중의 나무인 소나무가 우리 나라를 대표하고 상징하는 나무이다.

우리나라 4대명산(四大名山)의 하나이고 선인들이 사는 삼신산(三神山) 중 방장산(方丈山)인 지리산(智異山)은 우리 민족과 인류의 거룩한 어머니가 사시는 사랑의 성모산(聖母山)이다. 어머니의 거룩한 사랑이 살기 좋은 세상을 만든다. 사찰과 인간의 비전(秘傳)된 처방을 많이 아는 여래(如來) 한방진료병원장 시연스님과 성모 지리산에서 공해(公害)가 하나도 없는 6백미터 이상 고지(高地)의 소나무 자생군락(自生群落) 청정지역에서 30년간 소나무연구의 오직 한 길을 걸어온 토종 자 소나무농장주가 이번에 힘을 합쳐서 거룩한 어머니 마음으로 소나무 종합영양강정(強精) 식품인 「솔효소정액(松酵素精液)」과 「솔선식(松仙食)」을 만들었다.



「솔효소정액」은 솔잎·솔순·솔씨방·솔마디·송화가루·송진·송근백피·송목피·송이버섯·백동령·적복령·백복신 등 지리산의 정기(精氣) 덩어리인 조선소나무의 열두 가지 원료에 당귀·감초·표고버섯·홍삼탕 기타 여러가지 첨가식품을 배합하고 밀봉한 상태에서 발효 숙성시켜 수천종류의 식물성 효소와 미생물 효소 뿐만 아니라 비타민·미네랄 기타 고단위의 영양소가 함유되어 있어 원활한 신진대사를 촉진하고 자연치유의 힘을 길러줌으로써 성인병을 비롯하여 난치병도 낫게 하며 병의 예방도 하여 정(精)·기(氣)·신(神)이 왕성하게 하는 기적의 솔종합영양강정식품이다.

「솔선식」은 곡식종류는 한 톨도 들어감이 없이 「솔효소정액」과 똑같은 솔의 열두 가지 원료에 여러가지 영양물질을 배합하여 만들었으므로 속세의 사람들이 하루 세 끼 먹는 음식 대신에 선인이 먹는 작은 알갱이로 된 음식이다. 그래서 일체의 다른 음식을 먹지 않고 「솔선식」만 먹고도 살 수 있는 기적의 솔음식으로 3개월만 복용하여도 비만의 몸은 체중이 10kg이상이 빠지고 당뇨에 특효가 있고 성인병과 난치병도 치료되며 몸이 날아갈듯이 가벼워지는 기적의 어떤 후유증도 없는 다이어트 솔음식이다.

「동의보감」과 「본초강목」에서 솔은 심장, 혈관계통의 질환뿐 아니라 신경통, 관절염, 간염, 기관지 질환 등에 효과가 있다고 기술하고 있다.

「솔효소정액」과 「솔선식」은 한국식품연구소에서 품질검사에서 적합판정을 받았으며 특허출원번호 96.57796호(솔효소정액)96.5587(솔선식), 98.3.31(건강보조식품 허가) 앞으로 기적의 우리 소나무 종합강정 건강식품을 세계 각국에 수출하여 많은 외화획득을 할 작정이다.

솔효소정액(松酵素精液)

원액 2,800ml(700ml 4병분량 2개월분)

정가 ₩700,000원

(회원등록시 할인가격 ₩500,000원)

특허출원 96.57796호



솔선식(松仙食)

환약 1개월분

정가 ₩700,000원

(회원등록시 할인가격 ₩500,000원)

특허출원 96.5587호

● 구입문의 (대구) : 053)628-9145
053)655-2227
011)808-8880

◆ 입금구좌 : 대구은행 033-07-172508
대구여래한방