

# 유기농제품, 알고 사면 몸에 좋아요

재배 토양 성분으로 결정  
미네랄 성분 다량 함유  
각종 생필품에 접목 각광  
선택시 인증마크 체크

신세대 주부 조혜인(29) 씨는 요즘 생활비 지출이 부쩍 늘었다. 돈이 조금 더 들더라도 몸에 좋은 유기농 제품을 고르는 경우가 많아졌기 때문이다. 그는 아내나 과일 등 농산물에서부터 화장품이나 장난감, 의류 등 생활용품에 이르기까지 '유기농(Organic)' 딱지가 붙은 제품은 무조건 골라놓고 본다. 그러나 조 씨 남편 홍성정(31) 씨는 아내의 행동을 도저히 이해할 수 없다. "유기농이 뭘데 이렇게 비싸? 건강에 확실히 좋은 한거야? 그걸 어떻게 믿어?" 이런 남편의 질문에 말문이 막히지 않기 위해서는 유기농 상품을 제대로 알고 사용하는 노후가 필요하다.



◇주부들이 유기농산물 판매 매장에서 유기농 아채를 고르고 있다.

자연공 간장' 등 종류도 다양하다. 특히 유기농 케첩은 출시 3개월 만에 13억 5000만 원 어치가 팔렸고 유기농 이유식은 전체 이유식 시장에서 25%를 차지할 정도로 인기를 끌고 있다. 음식에만 유기농 바람이 부는 것이 아니다. '아베다', '프레쉬' 등의 화장품 브랜드도 유기농 원료에 주목하기 시작해 유기농 재배된 알로에나 유기농 장미 추출물 등을 제품에 함유시키고 있다. 또한 유기농 의류와 속옷에 유기농 면이 주목받는 것은 물론, 장난감까지도 유기농으로 재배된 나무를 사용할 정도로 '유기농 응용'은 그 영역을 무한대로 확장하고 있다.

### 제대로 고르기

무농약·저농약 농산물도 유기농산물과 함께 친환경 농산물로 분류된다. 그래서 이들이 때로는 유기농산물로 둔갑, 고가로 팔리는 실정이다. 소비자들의 각별한 주의가 요구된다. 유기농산물은 대체적으로 모양이 예쁘고 색깔이 밝고, 그리고 더 오래 두고두고 먹을 수 있다. 냄새 역시 천연의 향이 강할 뿐, 주관적 판단이 어렵다면 국립농산물 검사소가 승인한 인증마크를 꼼꼼히 체크하는 것도 좋은 방법. 유기농 제품을 전문적으로 다루는 상점과 소평들 등이 늘어나면서 구입처 선정도 어려워졌다. 이에 가장 좋은 방법은 전통적인 유기농법을 이어온 생산자와 직접 거래하는 것이다. 유기농들이 자연의 밑거름이 되고 또 인간에게 돌아오며 연거푸 순환을 거듭하듯, 생산자와 소비자 역시 상생과 순환의 관계로 이어져 가는 것이 진정한 유기농다운 발상이 아닐까.

간성재 기자 thaiswhy@buddhapia.com

- △ 유기농산물 생산자 단체를 만날 수 있는 곳  
한살림(www.hansalim.or.kr), 흙살림(www.heuk.or.kr), 한국유기농업협회(www.organic.or.kr)
- △ 유기농산물 전문 쇼핑몰  
올가(www.orga.co.kr, 080-596-0086), 유기농세상(www.g2w.com), 유기농하우스(www.u9inong.com)
- △ 유기농 전문 음식점  
마켓오-서울 청담동, 유기농 퓨전 레스토랑, 02-548-5000  
한국-서울 대치동, 한식전문, 02-555-8103  
델리 반-서울 청담동, 셀러드와 샌드위치 전문, 02-511-9519

### 소설가 남지성의 化緣에서 찾은

### 내 안의 너 안의 나

### 다시 생각해 보는 천도재



어머니의 49재를 지내면서 느낀 부인의 이야기를 하다보니 3회에 걸쳐서 하게 되는군요. 오늘은 49재에 부치는 부인의 두 번째 제언부터 하겠습니다. "모든 사람은 서원과 능력이 다릅니다. 운동을 잘하는 사람은 자기가 하고 있는 운동을 통해, 공부 잘하는 사람은 자기가 좋아하는 학문을 통해 국가와 사회에 기여하려 합니다. 제가 생각하기엔 스님들도 마찬가지로 생각합니다. 포교 쪽이 적성이 맞는 스님은 포교를 통해, 학문 쪽이 적성이 맞는 스님은 부처님 경전을 연구하고 해설하시므로 해서 부처님과 불교에 기여하려 하시 겠습니다. 그리고 기도가 적성이 맞는 스님은 기도를 통해, 참선이 적성이 맞는 스님은 참선을 통해 불교에 기여하려 하시 겠습니다. 천도재 역시 그런 능력과 서원 속에 포함시킬 수 있는 하나의 의식이라 생각하고 있습니다. 스님들 사이에도 천도재 의식에 특히 관심이 있으신 스님이 계시 거라고 생각하고 있습니다. 영가를 천도해 주는 의식을 통해서 지장보살의 원력을 키우시려 서원과 계신 스님이요, 그런 스님 들에겐 영가 천도가 자신의 전부가 될 수 있을 것일

부여했으면 좋겠다는 생각이 듭니다. 그리고 절도 영가 천도만 집전하는 절을 따로 두었으면 좋겠다는 생각이 듭니다. 간절한 서원으로 천도재 의식을 치르는 것은 영가나 그 가족 뿐 아니라 스님이나 절 더 나아가서는 불교를 위해서도 유익한 것이 될 테니까요." 3회에 걸쳐서 긴 이야기를 하고 있습니다만 부인의 제언을 요약하면 두 가지입니다. 하나는 천도재 법문만은 영가를 위해서, 영가가 윤회의 갈림길에서 바른 선택을 할 수 있도록 도움을 줄 수 있는 법문을 해 줬으면 좋겠다는 것이었고, 다른 하나는 천도재 의식만큼은 간절함과 지극함으로 집전 했으면 좋겠다는 것이었습니다. 그러기 위해서는 영가천도에 서원을 세우고 계신 스님이 집전했으면 좋겠고, 그런 절이 집전했으면 좋겠다는 것이었습니다. 만약 그런 절이 없다면 영가 천도만을 전문으로 하는 절을 따로 세워서 영가천도에 서원을 세우고 계신 스님이 그 절을 운영하도록 했으면 좋겠다는 것이었습니다. 그렇게 하는 것이 영가를 위한 것이 되고, 영가를 좋은 곳으로 천도시키고 싶은 가족을 위

### 영가에 바른 선택 위한 천도재 돼야

니다. 이렇게 영가 천도를 서원으로 세우고 계신 스님이라면 의식 하나하나에 지극한 정성을 쏟게 될 것이고, 그렇게 의식을 집전하신다면 천도를 받고 있는 영가는 물론 의식에 참석한 가족들도 다 감동을 받게 되겠지요. 이것이 바로 천도재 의식 아닙니까?


법력으로 영가를 천도 해 줄 수 있으시다면 더 이상 바랄 게 없겠지요. 하지만 그런 것은 현실적으로 쉽지 않으니 간절함이나 지극한 정성으로 영가를 천도 해 주기를 바라는 것이 가족들의 마음입니다. 하기 때문에 절에서는 아무 스님에게나 천도재 의식을 맡기시지 말고 영가 천도에 관심과 서원을 세우고 계신 스님에게 맡겼으면 합니다. 만약 자신의 절에 그런 스님이 계시지 않다면 당연히 천도재 의식을 맡기 마세요. 절 살림에 보탬이 되기 위해서 라던가 절에서 관행적으로 해오던 일이기 때문에 맡는 것은 옳지 않습니다. 그렇게 의식이 치뤄지던 영가는 물론 천도재를 의뢰한 가족이나 의식을 집전하는 스님들까지도 함께 업을 짓게 될 테니까요.

하기 때문에 절에서는 영가천도에 서원을 세우고 계신 스님에게 천도재 의식을 집전하도록 전문성을

한 것이 되고, 천도재를 집전하는 스님들을 위한 것이 되고, 더 나아가서는 불교를 위한 것이 된다는 것이었습니다.

부인의 제언에 저도 전적으로 공감하고 있습니다. 저 뿐 아니라 천도재 의식에 참석해 본 대부분의 사람들은 부인의 제언에 공감하고 계시 겠습니다. 천도재 의식이 눈에 보이지 않는 영가를 위한 것이라 해서 관행적으로 치러져서는 안 된다고 봅니다. 생과 사가 따로 없다고 하지만 죽은 산자와 죽은 자에게 충격이 두려울뿐입니다. 특히 윤회의 갈림길에서 새로운 생을 선택해야 하는 영가에게는 더욱 더 그럴 것입니다. 그럴 때 영가에게 지혜를 증득시켜 바른 선택을 하도록 돕고자 하는 것이 천도재 의식입니다. 하기 때문에 천도재 법문은 당연히 영가에 맞춰져야 하고, 영가가 바른 선택을 하도록 지극한 마음으로 도와줘야 합니다. 그러기 위해서는 영가를 위해서 큰 스님들이 하신 법문을 모아 영가 법문집을 따로 만드는 것도 좋다는 생각이 듭니다. 모두가 알아들을 수 있도록 쉬운 말로 말입니다. <타락 사자의 사>같은 책도 좋은 참고가 되리라는 생각이 드는군요.

化緣 (02)704-3577



**클릭!**  
불교문화상품

**호신보**

지정 문화재 조각기능사가 조각한 국내 유일의 호신보. 인도네시아에서 수입한 최고급 전단향목으로 만들었다. 아미타여래, 지장보살, 관세음보살 등 섬세한 조각이 돋보이는 8종류의 호신불같은 손에 쥐기도 좋고 끈을 연결해 목에 걸 수도 있다. (5.5\*4.5, 8만원)(4\*2.5, 6만원) 011-775-9609

## 당신도 깨달을 수 있습니다

유체이탈과 영통을 이룰 수 있습니다 (사람에 따라 다를 수 있음)

- 조상신과 중령신을 제도할 수 있습니다.
- 조상의 무덤속까지 볼 수 있게 합니다. (예: 울 또는 나무뿌리가 침범했는지 여부 등)
- 영가의 작용에 의해 일어나는 모든 현상을 바로 잡을 수 있습니다.
- 영가와 대화할 수 있게 합니다.
- 5년후 10년후의 미래를 볼 수 있게 합니다. 전생을 볼 수 있게 합니다.
- 천도시 영가가 세우고 새옷을 갈아 입는 모습을 볼 수 있게 하고 노릇돈을 챙기는 모습을 볼 수 있게 하고 부처님의 말씀에 영가가 천도하는 모습을 볼 수 있게 합니다.

대상 : 스님, 법사

## 좋은소식(영험도량)

지상의 그 어떤 어떤 중령신도 단병에 보내는 도량입니다

- 영가의 작용에 의해서 생기는 모든 현상을 확실하게 잡아줍니다. (모든 병의량)
- 무병, 신병으로 고생하는 분, 마귀에 놀리고 환청으로 잠 못 이루는 분
- 병마다 기우놀리고 약물에 시달리는 분, 각종 정신장애로 고통받는 분
- 주위에서 볼때 도저히 정상적인 행동이라고 보기 힘든 행동을 한다든지, 방 안에서 혼자 중얼거린다든지 등등... 조상의 음력으로 사업성공을 빌원하는 분, 하는일마다 무엇이 가로막고 있다는 느낌이 드는 분

## 자비정사 영험도량

# 02)3453-3421

가장 쉽고 단순하며 단 한번으로 누구나 순간 알아차리고 실천되어지는 수행비전의 비법이 이 세상에 펼쳐집니다

## 참선의기본교육

참선을 氣차게 잘하려면!

- ◆ **첫째:** 제일먼저 가슴차크라(중단전) 명치를 풀고 단전혈을 뚫어 명치, 배꼽주변에 단단하게 맺힌 곳을 풀어주어 들숨시 신체에 문제가 생기지 않게 하는 **도인법** 이고
- ◆ **둘째:** 단전호흡이 저절로 되어지는 **자세법** 10가지를 마스터하여 언제나 어디서나 수승화강, 두환족열이 확인되고 절대로 상기되지 않는 **자세법** 이고
- ◆ **셋째:** 자신의 본래 호흡을 찾아 부처님 호흡법대로 장출식 단전호흡이 되어지는 신비로운 **자동단전호흡법** 이고
- ◆ **넷째:** 행주좌와 일여를 제일 빨리 일체의 무리없이 극복하려면 수식관, 위빠싸나, 화두선보다 **염불법** 이고
- ◆ **다섯째:** 어묵동정, 몽중일여, 숙면일여, 오매일여를 극복하려면 **화두법** 이 최상승의 길입니다.

※ **수련일시:** 매주 목요일 낮반 오후 1시 ~ 3시  
직장인반 7시 30분 ~ 9시 30분

※ **수련비용:** 임회비 1만원 월회비 3만원

## 법왕정사 서울군자법당

전화 02)456-4994 · 0035 (팩스)  
5, 7호선 군자전철역 4번출구 앞 50M 이랑소 가구 4층

- 매일경제신문 인제 경영학 연재 -

## 이강욱 교수의 체질개선 ☆해독다이어트☆

# "당신도 날씬해질 수 있다"

일상 생활하며, 공복감 없이 2주에 5~8kg 뺄 수 있다.

95%의 다이어터가 실패로 끝나는 현실에서 수십년간 몸안에 쌓인 온갖 노폐물이 빠져나오게 체중감량이 된다는 이강욱 교수의 20여년 임상경험은 비만인들에게는 귀가 번쩍 뜨이는 희소식이다.

### "여자가 살빼기 더 힘든 이유"

여자가 살빼기가 더 힘든 것은 임신과 출산이라는 여성 본래의 역할로 남성보다 2배 이상의 체지방을 갖고 있기 때문이다. 최근에는 영양과다, 운동부족, 대사기능의 장애 등으로 노폐물이 쌓여 임신전의 체중으로 복귀하지 않는 여성이 상당수이다. 또한 생리기간 동안 체내에 축적된 수분이 부종으로 바뀌어 체중이 증가하여 합병증과 암 발생 등 고위험을 수반하게 된다.

### 체내 노폐물이 빠져나, 건강해질로 바꾸는 발효원액 절식법

똥똥하다는 것은 단지 체내에 보기 싫은 지방만이 쌓인 것이 아니다. 산업사회의 오염된 환경에서 성장한 우리의 몸 속에는 현대의학으로도 규명 못하는 노폐물이 장 속에는 이끼처럼 속박이 쌓이고 관절 사이에서 박히고 간에는 지방이 엉기고 혈관에 쌓여 혈액이 탁해지고 굳고 막히는 현상이 발생한다. 살 빼는 약을 먹거나 몰단식을 하여도 살은 빠지지만 무엇이 빠져나가는 문제다. 체중은 줄어도 노폐물을 제거하고 줄여야한다. 그렇지 않으면 순환이 저리고 숨이 답답해 지고 피는 더욱 탁해져 혈액순환 장애의 증상이 있다.

### 당신도 날씬해질 수 있다

발효원액은 우리몸에서 자연 50여종의 야채, 과일, 해조류 등을 3~5년간 장기간 자연발효 숙성시킨 것으로 그 속에는 천연비타민과 미네랄, 수역의 효소들이 살아 숨쉬고 있다. 이것을 인체에 공급하면 모든 인체의 장기들이 휴식을 취하면서 효소는 인체 곳곳에 마치 쓰레기처럼 수십년간 쌓인 독성 노폐물을 청소하고, 과잉으로 축적되어있는 지방을 분해하는 내과 대수술을 일상 생활 중에 소리없이 진행한다.


02)523-0708 초 특 원 (팔보호소)

## 명리학 사상 가장 확실한 교과서인 "최신팔자명리학비결" 소개

사주학은 어려운 학문이 아닙니다. 다만, 올바른 교재와 선생을 만나기가 어려울 뿐입니다. 본서도 공부하면, 여러분도 빠른 시일 내에 사주학의 대가가 될 수 있습니다. 왜냐하면, 본서는 사주학의 근본원리부터 고급 추명비결에 이르기까지 사주학의 핵심 이론들을 확실하게 밝혀 놓았기 때문입니다.

### ◆ 본서의 주요내용 소개 :

- 애매한 사주의 운신을 확실하게 잡을 수 있는 **비결 수록**
- 사주구조의 **종교니름을 판별할 수 있는 비결 수록**
- **육친분식 및 대·세운 해석 통변술 수록**
- **국내에 전혀 알려지지 않는 각종 중요 비결을 수록**



- ◆ 저 자: 오산 정대균
- ◆ 책규격: A-4용지 620쪽
- ◆ 가 격: 스님, 법사님들에게는 우대가격 적용
- ◆ 본서는 본 연구소에서만 판매함.
- ◆ 구입방법: 하기 계좌로 송금하신후 전화로 주소와 연락처를 알려 주시면 택배로 우송함. 자세한 서적소개에 관해서는 하기 홈페이지 참조.
- ◆ 계좌번호: **국민 765202-04-019996**  
농협 170202-56-037616  
예금주: 정대균

※ 수강생도 수시 모집 함

**www.sazoopalza.com**

## 오산 팔자 심리학 연구소

서울시 대림 3동 779-15호  
전화: 02-831-0055 (대표)  
FAX 02)831-0058 H·P 011-208-0051