

50년근 산삼을 하루 한뿌리씩! 강원도 50년근 산삼 24뿌리분이 진하게! '셀원' 출시 7일이면 몸이 달라지고 한달이면 다시 태어납니다!

전설 속의 명약 '산삼'
세상에서 가장 좋은 약초가 뭐냐고 묻는다면 누구나 첫손에 꼽는 것이 있다. 바로 산삼이다. 산삼이 좋다는 것은 누구나 아는 사실이지만 실제로 보거나 먹어본 사람은 극히 드물다. 꿈속에 산삼령이 나타나 산삼이 있는 위치를 알려주었다는 이야기나 죽은 줄 알았던 어머니가 산삼을 먹고 살아났다는 이야기가 있을 정도로 산삼은 전설 속에 존재하는 약초인양 멀게만 느껴져 왔다. 동양의학 최고의 신약(神藥)으로 칭송 받는 산삼은 몸을 보하고 부족한 것을 채워주며 막힌 곳을 트어줄 뿐 아니라 정신을 맑게 하고 모든 고통을 이겨내게 만들어 준다고 전해진다. 하지만 우리는 시중에서 산삼을 찾아보기 힘들뿐더러 수십년 묵은 산삼을 찾았다 하면 뉴스에 나올 정도로 놀라운 일이다. 산삼은 그야말로 존재는 하지만 볼 수 없는 전설 속의 명약인 셈이다.

지형 등 모든 조건이 완벽하게 맞아야만 생명의 씨앗을 띄우는 고귀한 존재인 산삼은 이 세상에 존재하는 식물 중 가장 비싼 가격에 거래되는 식물이며 그 효과 또한 무궁무진하다. 허준의 동의보감이나 본초강목 등에 따르면 산삼은 원기를 복돋고 면역력을 높이며 심장, 폐, 간, 신장 등 오장육부의 기능을 향상시켜 준다고 한다. 그리고 항암작용, 노화예방, 정력증진, 동맥경화, 갱년기에도 뛰어난 효능이 있다고 한다. 진세노사이드, 플라보노이드, 폴리페놀 등이 풍부한 것으로 알려져 있으며 사포닌 또한 인삼의 10배, 홍삼의 4~5배 이상 함유되어 있다.

50년근 산삼의 신비
산삼이 몸에 좋은 것은 알지만 구하기도 힘들고 가격 또한 매우 비싸기 때문에 이를 대채 할 수 있는 많은 방법들을 모색해 왔다. 가장 손쉽게 찾아 볼 수 있는 것은 바로 '인삼'과 '장뇌삼'이다. 하지만 이는 유전적인 차이로 인해 산삼에 가까운 효과를 낼 수 없다. 그리고 최근 많이 볼 수 있는 '산삼 배양근'이 있다. 하지만 유전적, 후생유전적 변이 발생으로 인해 최종 산물 변이 발생률이 높을 뿐만 아니라 산삼의

잔뿌리만 배양이 가능하다. 하지만 이런 문제점들을 극복한 신기술이 나왔다. 산삼의 '줄기세포'만을 순수하게 분리·배양하는 기술(특허 제 10-1064518호 / 저자근을 가지는 초본식물의 형성층 유래 식물줄기세포주 및 이의 분리 방법)이 개발된 것이다. 이 신기술을 통하여 '한국산삼감정협회'에서 인증한 강원도산 50년근 산삼의 줄기세포를 상용화에 성공한 것이다. 이는 강원도에서 채취한 50년근 산삼의 효능·효과를 유전적 변이 없이 100% 완벽하게 복제 한 것으로 실제 산삼을 먹는 것과 같다고 해도 과언이 아니다. 이를 통해 그동안 좋다는 것은 충분히 알고 있었지만 쉽게 접하기 힘들었던 산삼을 보다 저렴한 가격에 접할 수 있게 되었다.

50년근 산삼 24뿌리 '셀원'
강원도산 50년근 산삼 24뿌리가 담겨있는 '셀원'은 그 동안 극소수만이 누려왔던 산삼의 효능을 직접 느낄 수 있는 제품이다. 특히 받은

기술을 통해 50년근 산삼의 줄기세포 24뿌리를 추출하여 한 병 한 병에 진하게 담아냈다. 섭취와 흡수에 좋은 액상형태인 '셀원'은 하루 1병씩 손쉽게 섭취가 가능하니 진정 '하루에 산삼을 한 뿌리씩' 먹는 꿈을 이루게 된 것이다. 이는 옛날 임금님 조차 이루지 못했던 불로장생의 꿈을 현대에 와서 이룬 쾌거라 할 수 있다. 이제 '셀원'을 통해 하루 산삼 한 뿌리를 먹는 특별한함을 느껴보도록 하자.

**에이치아이생명과학
상담문의 080-830-0303**



근심이 들러붙을 데가 없는 마음 만들기 8주 마음챙김 프로그램이면 충분하다!

영국 국립임상보건원 권장 프로그램
현대인의 정신건강을 위협하는 수많은 마음병들 가운데 가장 흔한 질환은 우울증이다. 이러한 우울증 재발률을 절반으로 낮추기 위한 획기적인 방법이 개발되었다. 바로 이 책의 저자인 옥스퍼드 대학의 마크 윌리엄스 교수가 공동 개발한 '마음챙김에 근거한 인지치료' 프로그램이다. 그 효과를 인정받아 영국 국립임상보건원에서 우울증 치료의 최우선 처방으로 권장하는 프로그램이다.
우울증까지는 아니더라도 우리는 자식 걱정, 일 걱정, 남편 걱정 등 둘러싸여 한시도 근심을 내려놓지 못했다. 일상의 다양한 근심들로 허거하는 사람들이 더 행복하고 활력 있게 살 수 있도록 하기 위해 '마음챙김에 근거한 인지치료' 프로그램을 쉽게 풀어 쓴 책이 바로 『8주, 나를 바꾸는 시간』이다.

이기 때문이다. 그러다 보면 기분이 한층 더 가라앉아 침울해지곤 한다.
마음은 이와 다른 작동 방식, 즉 '존재양식'으로 움직이기도 한다. 존재양식이란 너무 많이 생각하고 지나치게 분석하며 판단하는 마음의 자연스런 성향에서 한 걸음 비껴나 세상을 직접 경험하는 것이다. 이럴 때 우리는 현재 우리를 괴롭히는 생각이 단지 환상인 것처럼 느껴진다. 이 일 뿐임을 알 수 있다. 더 이상 과거나 미래에 얽매어 전전긍긍하지 않고 늘 깨어 있는 의식으로 현재 순간을 경험할 수 있다. 행복이 오든 불행이 오든 그 순간을 놓치지 않고 있는 그대로 받아들인 후 자연스레 흘러보내게 된다. 생각에 끌려다니다고 인생의 주인으로 살 수 있다.

행복을 위해 포기했지만 돌아온 건 불행뿐
경쟁이 심한 사회에 살고 있는 우리는 직장에서 언제 쫓겨날지 모른다는 불안에 시달리는 나머지 조금이라도 일을 더 하기 위해 취미 활동도 줄이고 가족과 함께 하는 시간도 줄이며, 잠도 줄이고 심지어 밥 먹는 시간도 잘라낸다.
그러면 이렇게 일에 올인한다고 일을 잘할까? 재충전이 되지 않으면 몸과 마음은 점점 지칠 수밖에 없는데, 그러면 이전에는 한 시간이면 충분히 처리하던 일을 끝낼 시간이 걸리고도 완수하지 못해 스스로 무능하다고 여기기도 한다. 이렇게 인생이 꼬이기 시작한다.

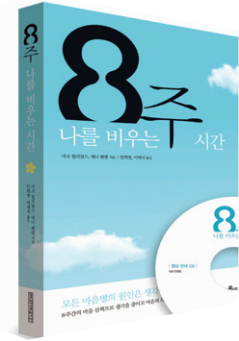
행복을 부르는 생각 습관 기르기
과거에 불행을 경험했던 조건과 비슷한 상황에서 우리는 자동으로 불행했던 기억과 감정을 떠올리고는 다시 불행에 빠져들기 쉽다. 그런데 저지들에 따르면, 8주 동안 하루 30분씩만 꾸준히 연습하면 불행을 부르는 생각 습관을 행복을 부르는 생각 습관으로 바꿀 수 있다고 한다.
『8주, 나를 바꾸는 시간』에는 각 주마다 해야 하는 핵심 정구 명상법 하나씩, 일상생활 속에서 잠깐씩 연습할 수 있는 간편한 수련법이 아홉 개가 실려 있다. 이 수련법들을 생활 속에서 꾸준히 연습해서 마음챙김의 혜택을 차곡차곡 쌓아갈수록 하자. 단 행복해지려고 너무 애쓰지는 않는다. 그저 편안하게 나를 비우면 마음의 자가 치유력이 자연스럽게 되살아나고, 집중력과 용기, 창의성과 회복탄력성 같은 힘들이 조용히 찾아온다.

나를 합리적인 선택을 했는데도 왜 이러한 악순환이 생겨났을까?
문제를 해결해야 할 상황에 닥쳤을 때 우리는 삶의 '선택 사항'으로 보이는 활동을 우선 포기한다. 그런데 사실 그 활동들은 우리에게 양분을 주는 활동이어서, 그 활동이 하나 줄어들 때마다 우리를 지탱해주는 기둥이 하나씩 빠지는 꼴이 된다. 그렇게 기둥이 하나둘 빠지다 아무것도 남지 않게 되었을 때 우리에게 남은 건 탈진과 불행뿐이다.

저자들은 어려운 이문을 소개하는 대신 치유 사례들과 일상의 다양한 풍경 속에서 이야기를 풀어나 누구나 깊이 공감하고 쉽게 이해하여 따라할 수 있도록 했다. 부록 CD를 이용해 명상센터에서 직접 지도를 받으며 명상하는 느낌으로 집에서 수련한다면, 마음챙김 명상의 혜택들이 차곡차곡 쌓여 8주 후 당신은 새롭게 태어날 것이다.

인생의 주인으로 살아가
문제가 직면했을 때 합리적인 사고를 동원해서 문제를 해결하려고 드는 마음의 움직임을 마음의 '행위 양식'이라 한다. 행위 양식 덕분에 우리는 복잡한 도시에서 길을 찾고, 바쁜 업무 스케줄을 소화한다. 그런데 불행이라는 문제가 행위 양식으로 대응할 때는 문제가 발생할 수도 있다. 문제를 해결한답시고 현재의 불행과 상상 속 행복을 비교하며 '더 행복해야 해!'라고 자기를 사정없이 다그치기 십상

이름 합리적인 선택을 했는데도 왜 이러한 악순환이 생겨났을까?
문제를 해결해야 할 상황에 닥쳤을 때 우리는 삶의 '선택 사항'으로 보이는 활동을 우선 포기한다. 그런데 사실 그 활동들은 우리에게 양분을 주는 활동이어서, 그 활동이 하나 줄어들 때마다 우리를 지탱해주는 기둥이 하나씩 빠지는 꼴이 된다. 그렇게 기둥이 하나둘 빠지다 아무것도 남지 않게 되었을 때 우리에게 남은 건 탈진과 불행뿐이다.



신국판 328쪽, CD 수록 값 16,000원
문의 02)420-3200

주련(柱聯) 성찰이라는 시간의 흔적을 적다

주련, 불지러면 누구나 익숙해 있어 쉽게 획 지나가버리는 단어다. 사전적인 의미로는 기둥이나 벽에 붙여 써 붙이는 글씨이다. 그러나 우리는 한적한 산길을 걷다 보면 오래된 절집을 만날 수 있다.
시간의 흔적이 묻어나는 마루나 기둥을 보다보면 그곳에 붙어 있는 글에 눈길을 주게 된다. 이것이 바로 인간과 인생에 대한 성찰을 이끌어내는 '주련(柱聯)'이다.

스님께 주련에 대한 글귀 설명을 듣게 되었다. 주련에 있는 그대로 부처님 말씀과 역대 조사님들의 계승을 항상 집안에서 세기면 얼마나 좋을까 생각하다 달력으로 만들기로 결심한 것이다.

이후 직접 5년여 동안 주련 관련 자료를 수집하기 시작했고 풍경과 어우러진 사진을 마련하고자 밤새워 작업한 적이 셀수도 없었다. 한껏 한껏 정성스럽게 모은 사진들이 지금 삼보불교캐나다의 "사찰과 주련"으로 재탄생된 것이다.

주련에 대한 해설은 보덕굴 강월 스님께 부탁하여 계승 내용이 훼손되지 않도록 정확하게 번역하여 마음에 손쉽게 새기도록 한 것도 특징이다.



삼보불교캐나다 김두형 사장은 삶이 깊어있는 주련의 세계가 널리 알려지지 않음을 안타깝게 생각하여 항상 볼 수 있도록 달력으로 제작 보급 하고 있다.

"산사에 있는 오래된 절의 주련은 부처님 말씀이나 대산사님들의 계승으로 주옥처럼 빛나는 감동적인 내용이지만, 대부분 한문으로 쓰여져 있어 접근과 이해가 어려워 그냥 지나쳐 왔습니다.

저희 삼보불교캐나다에서는 현대인들이 주련을 알기 쉽게 이해 할 수 있도록 한글로 번역하였으며, 또한 당대 서예가들의 명필 글씨를 그대로 옮겨 주련의 의미와 감동을 더욱 더 느낄 수 있도록 하였습니다."

현재 한국불교사진협회 회원으로도 양성한 활동을 하고 있는 김사장은 최고급의 종이로 최고의 작품(달력)을 보급하는데 더 수 없는 보람을 느낀다고 한다.

절집의 아름다운 풍경과 큰 신심으로 담은 사진들을 함께 실어 끝없이 방황하는 우리 마음을 따뜻하게 열고 있다.

삼보불교캐나다 031)732-9905

자연의 향으로 을 켜세요. 『삼환양초』가 함께합니다



삼환양초에서는 법당에서 부처님께 초 공양을 쉽게 올릴 수 있도록 연꽃 모양의 크리스탈 받침대와 밀납양초로 손쉽게 양초를 교체할 수 있는 신제품을 개발하였습니다. 밀납양초는 특수 PC 컵을 이용하여 화재위험을 완벽하게 방지하도록 설계되어 있어 법당 및 야외 어디서나 안전하게 초 공양을 올릴 수 있습니다. 이제 모든 불자들의 마음을 담아 법당에서 1인1등 연꽃밀납양초로 초 정엄을 할 수 있습니다.

인터넷 홈페이지 www.shcandle.com



3x6사군자 (7.4 x 14.5cm) 3x6식물성사군자 3x6연꽃나비 3x6연꽃나비



연꽃나비양초 - 화이트 / 핑크 / 옐로우 / 살구 / 그린 / 개나리 (7.4 x 29cm)



나비양초 - 화이트 / 핑크 / 옐로우 / 살구 / 그린 / 개나리 (7.4 x 29cm)



한복밀납양초 - 4호 / 3호 / 2호 / 1호 / 밀대전사자 / 돈대전사자 / 원기동전사자



수공예예술양초 - 밀납 / 악취아광연꽃양초 / 악취1호예술꽃양초 / 아광 연꽃초

100% 핸드메이드 자수방식

사이즈 및 소재 맞춤으로 작업가능하며, 진화상담을 통해 원하는 상품으로 제작해드립니다.
수공예 전화상담 : H/P 010-3766-0242

