

선엽 스님의
자연힐링차
① 약차(茶) 이야기

코로나 계기로 본 '자연 백신' 茶

벌써 2년 넘게 코로나19 바이러스가 전 세계인을 힘들게 하고 있다. 건강에 대한 두려움을 안고 살아온 지난 2년의 시간들은 성장과 발전만이 살길이라는 생각으로 물질에 기대 살아온 우리의 삶을 되돌아보게 하는 멈춤의 시간들이라고 생각한다.

21세기 초에 진입하면서 경제, 문화의 제2의 르네상스를 맞이하며 즐기고 누렸던 모든 것이 우리의 삶에 '코로나' 라는 과보로 돌아온 것 같다. 지나친 육식의 문화로 인한 코로나19 바이러스의 단백질은 숙주의 매개체가 되었음을 상기하게 된다. 그러면 앞으로 건강하고 안전한 삶을 위해 인류에게 진정한 백신은 무엇일까? 특히 자연에서 얻을 수 있는 백신은 무엇일까.

많은 것들이 있겠지만 그 중 하나가 차(茶)라고 생각한다. 그리고 그 차 중에서도 그동안 알려지지 않은 한국 산야의 식물을 법제하여 만든 약차가 대안이 될 수 있을 것으로 생각한다.



산야의 식물 법제해만든 '약차' 대안
茶 오래 마시면 몸과 마음 즐거워져

그래서 첫 번째 이야기를 우리의 일상에서 '약'으로, '음료' 로 긴 세월 함께한 차(茶, TEA)에 대한 이야기로 시작하려고 한다. 여기서 말하는 차는 카멜리아시넨시스(Camelia sinensis) 동백과의 차나무 녹차 잎을 말한다.

차는 기호식품으로 옛날부터 양생의 도구인 선약으로 귀하게 여겨져 왔다. 다경의 〈본초습유(本初拾遺)〉, 〈본초강목(本初講目)〉 등 오래전부터 내려오는 중국의 다서와 일본의 에이사이선사의 〈끽다양생기(喫茶養生記)〉, 우리나라의 다신으로 불리는 초의선사의 〈동다송(東茶頌)〉에도 차의 좋은 점과 효능이 기록되어 있다.

지금과 같은 양방의 양약(洋藥)이 없던 시절, 우리의 선조들은 오랜 경험과 지혜로 산야에 서식하고 있는 식물 중에서 사람의 몸에 유익한 것들을 찾아내고 그것들을 음료와 약으로 활용해왔다. 그리고 차의 효능 역시 건강을 지키는 수단의 하나로 발전시켜왔다. 그렇게 선조들은 오래전부터 차의 좋은 점들을 알았고, 그 효능과 효과를 후손들에게 건강보호의 방편으로 정립하고 알려왔다. 앞으로 소개할 '약차' 가 그 맥을 같이 한다고 할 수 있을 것이다.

육우가 쓴 〈다경(茶經)〉에는 차를 마시는 인물 중 오래된 사람으로 삼황오제(三皇五帝) 황제인 신농씨(神農氏)가 소개되어 있다.

신농씨는 중국의 농 · 의약(農 · 醫藥)을 다스렸던 전설적인 인물로, 어느 날 백 가지 약초를 맛보며 연구하다가 72번째 독초에 중독되었을 때 차를 달여 마시고 살아났다고 한다. 또 〈식경(食頃)〉에는 "차를 오래 마시면 사람으로 하여금 몸에 힘이 있게 하고 마음을 가볍게 하며 몸과 마음을 즐겁게 한다"고 적혀 있으며, 신농씨의 차의 고사에는 차에는 해독성분이 있고 건강에 유익한 마실 것이라고 되어 있다. 차의 해독작용은 타닌과 카테킨 성분에 의한 것으로 식물의 독성물질인 알칼로이드와 결합시켜 해독시키는 성질과 합성 기능을 가지고 있다. 예로부터 음식의 원천이 약과 동일하여 음식이 때때로 약이 되기도 한다고 했다. 이를 일러 약식동원(藥食同原), 의식동원(醫食同原)이라 칭한다.

근현대과학은 차의 효능 중 폴리페놀과, 카테킨 등의 화학 성분을 차례차례 밝혀내고 있다. 이러한 차의 효능 중 생리복원 기능이 있다는 것이 밝혀졌으며, '차와 건강' 이란 주제 중에는 차의 카테킨을 중심으로 한 연구도 진행되고 있다.

육우의 〈다경〉에서는 "차는 지극히 맛이 차서 행실이 한결같고 정성되며 검소하고 덕이 있는 사람 즉 정행 검지덕지인이 마시기 가장 알맞다"고 차의 정신작용을 설명하고 있으며, 또 "차는 행동이 바르고 다소곳한 덕이 있는 사람에게 가장 적합한 음료"라고 말한다. 또한 염증에 고열이 나고 갈증이 나거나 번민하거나 머리가 아프고 눈이 껄끄럽거나 팔다리가 아프고 뼈마디가 잘 펴지지 않을 때 차를 몇 잔만 마셔도 효과가 있다고 설명한다. 후한시대 외과의인 화타 선생의 저서인 식론(食論)술에는 이렇게 적혀있다. "차는 몸을 가볍게 하고 근골을 바꾼다. 차는 차갑고 독이 없다."

또한 차는 오장의 독을 제거하고 설사 갈열(열에 의한 입안염증) 중질(위장질환) 악창(피부의 악성부스럼, 아토피피부염)에 좋다. 오래 복용하면 마음이 안정되고, 기운을 북돋아 주며 머리를 좋게 하고 잠을 줄여 주며 몸을 가볍게 하고 건강하게 나이가 들며 숙변 변통을 좋게 하고, 방사능기능으로 몸에 나쁜 독소가 흡수되지 않도록 장을 튼튼하고 건강하게 하여 노화를 억제한다. 이외에도 차가 우리의 몸에 좋은 점들은 수없이 많다. 이와 같이 차에는 몸과 마음을 이롭게 하는 것들이 많이 들어 있지만 특히 차의 성분은 혈액과 혈관을 건강하고 튼튼하게 한다는 점에서 좋다고 할 수 있다. 차의 가장 중요한 성분인 폴리페놀(polyphenol)이라는 성분은 식물의 광합성에 따라 생성되는 식물내 페놀성 수산기(OH) 화학물의 총칭으로 식물이 자외선 활성 산소인 포식자등으로부터 자신을 보호하기 위해 만드는 성분으로 알려져 있다.

〈마음정원 대표〉



박주용의
소금&건강
① 건강을 위한 소금

나트륨 아닌 미네랄 덩어리 소금 먹어야

"소금 드실래요? 나트륨 드실래요?" 질문을 해 본다면 사람들의 반응은 어떨까? 대부분은 "웬 나트륨? 소금을 먹어야지, 아니 나트륨과 소금이 같은 것 아니야?" 하는 반응을 보인다. 나트륨과 소금은 같은 것일까? 다른 것일까? 소금에 대한 고민의 시작은 여기에서 출발한다.

우리는 매일 나트륨과 소금을 먹으면서 차이를 제대로 모른다. 방송과 신문에서는 건강을 위해 나트륨을 적게 먹어야 한다는 기사를 내보내고 있다. 소금과 나트륨은 같은 것 같지만 엄연히 다르다. 단지 우리가 그 개념을 혼동하고 있을 뿐이다.

소금은 바닷물을 졸이면 만들어지는 결정체이다. 그리고 나트륨(Na)은 이 결정체 중에서 가장 많은 비중을 차지하는 원소다. 사실 가장 많은 것도 아니다. 가장 많은 것은 염소이온(Cl-)이다. 그 다음이 나트륨이온(Na+)이다. 이 두 가지 미네랄이 결합한 것이 염화나트륨(NaCl)으로 불리는, 우리가 알고 있는 소금이다.

소금의 탄생지 바닷물 속에는 80여 가지의 미네랄로 불리는 우리 몸에 필요한 원소들이 녹아 있으며 이것들은 우리 몸에 꼭 필요한 것들이다. 수많은 바다 생명체들은 물과 그 미네랄을 자원으로 해서 살아간다. 인간 역시 물을 먹고 소금을 매일 먹으면서 살아간다.



소금과 나트륨 완전히 다른개념
나트륨, 소금 속 가장 많은 원소

그런데 어리석게도 우리는 중요한 80여 가지의 미네랄은 제쳐놓고 그중에 한 가지 나트륨만을 골라 먹고 있다. 바닷물 속에는 뼈에 좋은 칼슘도 있고, 심혈관 질환에 좋은 마그네슘도 있고, 축적된 나트륨을 배출해주는 칼륨도 있고, 갑상선 질환을 예방해주는 요오드도 있고, 전립선 건강에 좋은 아연도 있고, 치매에 도움이 되는 리튬 미네랄, 당뇨와 관련된 바나듐 미네랄도 있다. 이렇듯 각각 쓸모 있는 수십 가지의 미네랄이 고스란히 녹아 있는 것이 바닷물이다. 이 바닷물을 그대로 말리면 수십 가지 질 좋은 미네랄을 간직한 미네랄 소금이 된다.

그런데 우리는 바닷물이 간직한 수많은 미네랄 중 염화나트륨만을 빼내어서 소금이라고 하고 먹는다. 오로지 짠맛을 위한 나트륨만을 골라서 먹고 있는 셈이다. 짠 나트륨 성분만을 오랫동안 섭취하다 보니 건강이 악화되고 소금을 적게 먹자는 운동까지 생겨난 것이다.

천일염이든, 정제염이든, 암염이든 다 마찬가지이다. 정도의 차이가 있을 뿐이다. 이런 소금을 가지고 가공한 소금들도 별반 다르지 않다. 미네랄이 없는 소금을 가져다가 이리저리 가공해본들 달라질 것이 별로 없기 때문이다.

암, 고혈압, 당뇨, 심혈관질환. 치매 등 수많은 사람이 걸리는 이런 생활습관병의 발생원인은 아직도 알지 못하고 있다. 그저 유전요인 아니면 생활습관으로 인해, 고령화로 인해 걸리는 질병으로 알고 있을 뿐이다. 사실 많은 질병이 미네랄 부족과 관련이 있다. 수많은 국내외 학자들이 미네랄 부족을 이야기하고 있고, 매 순간 토양에서 미네랄이 사라지고 있고, 그로 인해 식품에서 미네랄이 점점 줄어들고 있다. 그 결과 철분, 칼슘, 아연, 마그네슘 등 미네랄 의약품은 약국과 병원을 당당히 점령하고 미네랄 의약품 시장은 매년 증가하고 있다.

이들 미네랄은 바닷물에 다 들어 있어 그것만으로 바다 생물은 건강하게 살아간다. 그런데 영리하다는 인간은 그 수많은 미네랄 중에 나트륨만을 빼서 이것을 소금이라고 부르며 먹는 잘못을 범하고 있다.

왜 이런 잘못이 일어나고 있는 것일까? 그것은 기술의 부족과 서양적 사고의 맹신에서 온 것이다. 일단 바닷물 속에 있는 모든 미네랄을 소금에 포함시킬 수 있는 제조기술이 지금까지 없었다. 있다고 해도 그런 식으로 만든 미네랄 소금은 맛이 써서 먹을 수가 없는 소금이 되어버린다. 그러니 바다의 미네랄을 모두 담은 그런 소금은 만들 수도 먹을 수도 없었다.

둘째는 학자들이 소금을 분석해 보니 가장 많이 들어 있는 것이 나트륨 즉 염화나트륨(NaCl)이라는 것을 알고 소금을 염화나트륨 덩어리라고 정의를 내려버린 것이다. 그리고는 나머지 미네랄은 전부 불순물로 취급해버린 서양적 관점을 맹목적으로 받아들였다. 그 결과 소금을 만들 때 이미 최대한 염화나트륨만의 소금을 만들고 이어서 나머지 잔여 미네랄을 간수 빼기, 세척하기 등을 통해 전부 제거하여 염화나트륨 99%, 95%의 짠맛만 있는 나트륨 덩어리 소금을 만들어 내고 그것을 최고의 소금, 좋은 소금이라고 정해버리는 어리석음을 저지른 것이다.

산에 돌이 많다고 산을 돌이라 할 수 없고, 수박에 물이 많다고 수박을 물이라고 할 수 없음에도 소금에 염화나트륨이 많다고 하여 소금을 염화나트륨이라고 정의하고 나머지 소중한 칼슘, 마그네슘, 칼륨 같은 수십 가지의 미네랄을 제거하는 우를 범한 것이다.

산에는 나무고 있고, 흙도 있고, 돌도 있어야 그것이 산이다. 소금에는 나트륨도 있고 칼슘, 칼륨도 있어야 그것이 소금이다. 짠맛을 위해 먹는 나트륨 덩어리가 아니라 건강을 위해 먹는 미네랄 덩어리의 소금을 먹어야 한다. 활기찬 신앙생활과 건강한 삶을 유지하기 위해서는 좋은 소금을 가려낼 줄 아는 지혜가 필요하다. 우리는 이제부터 나트륨이 아니라 건강한 소금을 먹어야 한다.

〈(주)오씨아드 이사〉

영혼의 세계 빙의

| 영가천도는 이렇게 해야 한다! |

- 영가천도를 행하는 사람이 영화 화면 보듯이 훤하게 영가를 볼 수 있어야 한다!
- 영가의 생각을 환자의 입으로 영가의 이름, 나이, 성별, 빙의, 년수, 살던곳, 가족인지 아닌지를 확인 할 수 있어야 된다.
- 영가가 몸에 들어온 이유를 말하게 해야 한다.
- 영가가 병든 상태인지, 다친상태인지등을 확인하여 치료해줄 수 있어야 된다. 그렇지 않으면 환자의 병이 낫지않는다.(영가의 병이 사람에게 옮겨온 경우.)
- 영가가 무엇을 좋아하는지, 갖고 싶은것, 먹고 싶은것을 물어서 원하는 것을 갖고, 먹게 해주어야 떠난다.
- 예를들면 소주가 먹고 싶은데 맥주를 주면 영가가 토라져서 천도가 되지 않는다.(환자의 입으로 말한다.)
- 영가가 알아듣기 쉬운말로 설득을 해야 한다. 어려운 경문을 외우면 영가는 알아듣지 못한다. (살아있는 사람도 어렵게 얘기하면 못 알아듣는다.)
- 환자의 입을 통해 영가가 떠난다고 말하고 빛을 타고 가는 것이 환자가 볼 수 있어야 된다. (빛은 영가가 천상으로 가는 길이다.)
- 조상영만 천도하면 된다고 생각하는데 영가를 확인해 보면 조상령 보다도 타 영가가 훨씬 많은 것을 알 수 있다. (조상영가,전생영가로 인해 잡귀가 들어온다.)
- **영가 천도제를 하고 나면 곧바로 병이 호전되어야 한다.**
- '비만'같으면 그 자리에서 살이 빠지는 것이 확인 되어야 하고 육체적인 증상이 곧바로 개선 되어야 한다.
- 먹는 음식이 절제가 되지않고 살이 찌시는 분.

불임, 자연유산, 우울증, 심장발작, 조울증, 강박증세, 신들림, 불면증, 악몽, 가위눌림, 현대의학으로 진단이 안나는 병, 몸에서 기운이 빠져나가는 병, **근육이 풀어지며 통증으로 고통 받는 분, 몸이 굳어지며 감각이 없는 분,** 병원 등을 수 군데 **찾아다니고도 못고친 병으로 고생하는 분.**

◇ 스님(수행하시는 모든분)오래된 고질병으로 고생하시는분. ◇
◇ 영가를 확인하면 어마어마한 사실을 알게된다. ◇

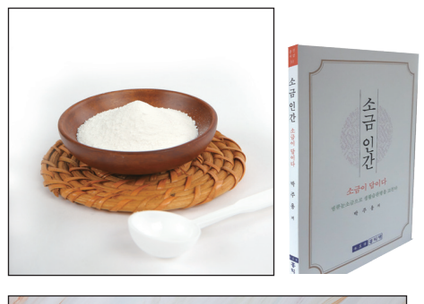
【 풍수에 관한 모든 것 상담 가능 】

천 광 수 련 원 TEL 043)905-8275

충북 보은군 내북면 봉황리 223번지

건강한 수행을 위한 기적의 소금

해양심층수의 모든 미네랄을 그대로 담은 최초의 제품, 소금이 아닌 소금, 기적의 소금으로 불리고 있는 소금이 있다.



강원도 고성 수평선 넘어 6KM 떨어진 깊은 바다, 수심 605m의 깊은 심층수를 길어 올려 첨단공장에서 정성을 다해 정성을 다해 만든 건강을 위한 제품입니다.

깊은바다 해양심층수의 깨끗함, 풍부한 미네랄을 살려 나트륨은 적고 칼슘, 마그네슘, 칼륨 등 바다의 모든 미네랄은 풍부한 소금, 모든 미네랄은 들어 있지만 쓴맛이 없는 부드러운 짠맛의 소금, 엠큐해양미네랄 제품을 한포 한포 물에 타서 드시면 새로운 건강세계를 경험하게 될 것입니다.
오씨아드의 첨단 기술과 생명살림의 마음을 담아 물에 타서 수시로 마실수 있도록(1포/500ml) 개발했습니다.
김오곤 원장 처방에 따라 몸에 좋은 침향을 첨가한 제품도 있습니다.
좋은 제품 드시고 모두 건강하기를 소망해 봅니다.

(주) 오씨아드 엠큐해양미네랄 제품은 강원도 고성 해양심층수 특화산업단지에 있는 해양심층수 엠큐눈소금 전용공장에서 생산 판매됩니다.



엠큐해양고미네랄(75,000원)
3g x 31포 x 2박스 + 180g 1병



김오곤원장의 엠큐해양고미네랄 침향
(125,000원)
3g x 31포 x 3박스=93포(침향 7% 함유)

구입하시는 분들에게는 "소금인간- 소금이 답이다" 책(18,000원판매중)을 함께 보내드립니다

주문 전화 및 대리점 희망 전화 : 033-631-9976, 010-5022-0442
www.mqsalt.com, www.ociad.com