

07

July
2017
Vol.246

仁山의학



자연치유를 추구하는 건강한 삶의 이정표
Journal of Naturopathic Medicine

38

SPECIAL

죽염 미네랄이
더위를 잡는다

16

INSAN PEOPLE

이리 오너라! 업고 놀자~
'영원한 춘향' 명창 안숙선

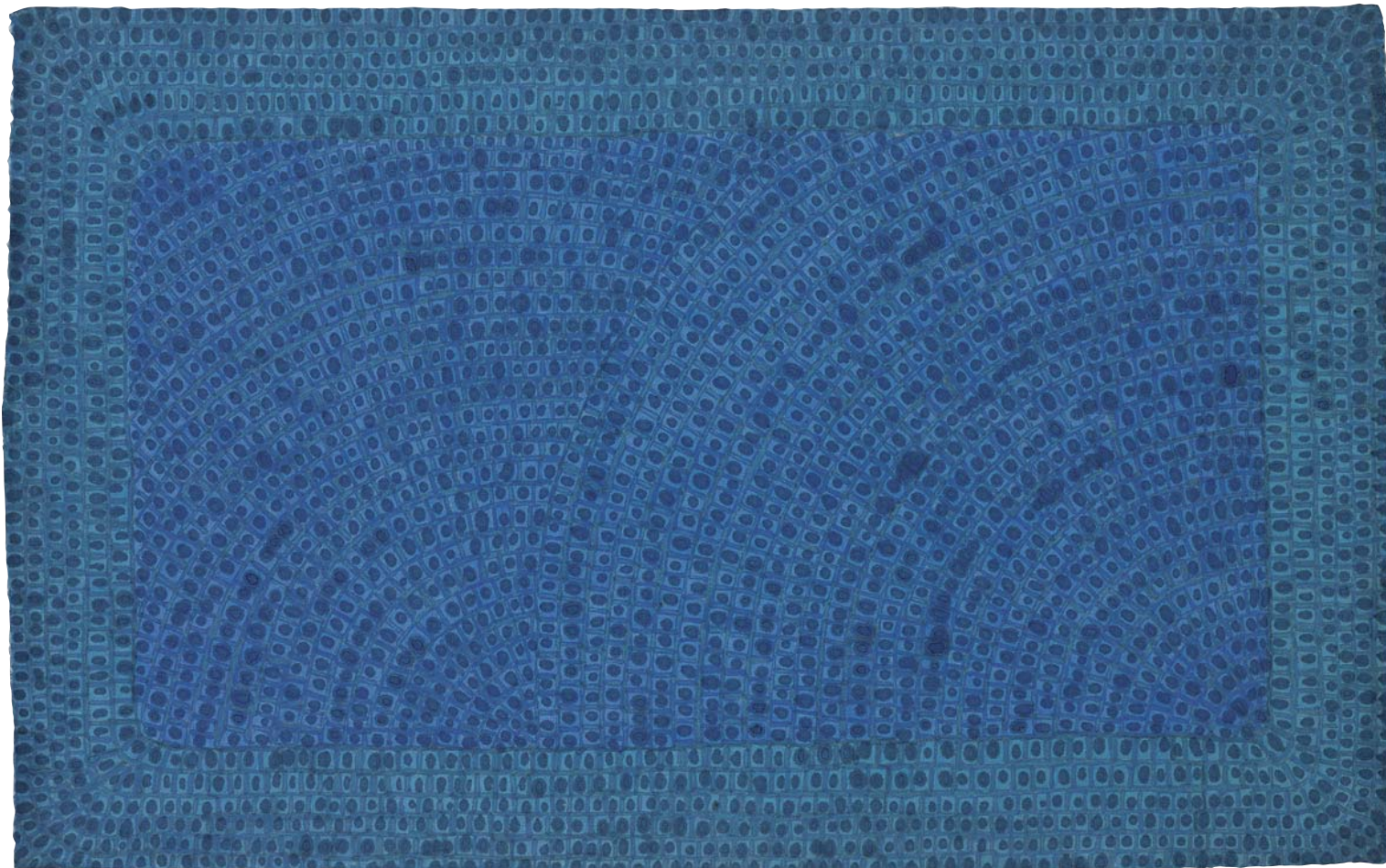
10

HOT NEWS

코넥스대상 · 혁신대상
인산가 연속 수상

120년 건강본가





©김환기 · 무제 · 1973년 작

생각해 보면 허망한 물건품이라네

妻子眷屬森如竹 金銀玉帛積似邱 臨終獨自孤魂逝 思量也是虛浮漚
朝朝役役紅塵路 爵位纔高已白頭 閻王不怕佩金魚 思量也是虛浮漚
錦心繡口風雷舌 千首詩輕萬戶候 增長多生人我本 思量也是處浮漚
假使說法如雲雨 感得天花石點頭 乾慧未能免生死 思量也是虛浮漚

거느린 식구들이 대밭처럼 뻗뻗하고
금은보화가 산더미같이 많더라도
마지막에는 외로운 혼백 홀로 떠나가나니
잘 생각해 보면 허망한 물건품이라네
날마다 힘겹게 살아가는 티끌세상 인생길
벼슬길 겨우 승진하니 머리는 백발이네
염라대왕은 높은 벼슬 두려워하지 않나니
잘 생각해 보면 허망한 물건품이라네
비단 마음, 수놓은 입, 뛰어난 말재주
천 글귀 시를 지어 만호후를 비웃어도
다생겁에 걸쳐 아만의 뿌리만 늘게 하나니
잘 생각해 보면 허망한 물건품이라네
설령 비구름 몰아치듯 설법을 잘하여
하늘 꽃이 감동하고 바위가 끄덕여도
마른 지혜로는 나고 죽음 면하지 못하나니
잘 생각해 보면 허망한 물건품이라네

인도의 유마거사維摩居士와 중국의 방거사龐居士에 비견되는 신라 때 도인 부설거사浮雪居士의 사허부구계四虛浮漚僞이다. 부귀영화는 물론이고 자기 자신의 재주나 능력, 사랑하는 가족들조차 마지막 떠날 때에는 한낱 잠시 물 위에 생겨났다가 사라지는 물건품과 같은 것이라는 이야기이다. 부설거사는 처음에는 스님이었으나 과거 속세 인연으로 묘화妙花 아가씨와 만나 결혼한 이후 거사임에도 수도에 용맹 정진하여 깨달음을 이룬 뒤 많은 이를 제도한 것으로 유명하다. 부인 묘화와 아들 등운登雲, 딸 월명月明 역시 모두 깨달은 도인으로 전해져 온다. 옛날 남인도의 진나陳那·Dinnaga 법사는 대승법문을 하는 데도 당시 사람들이 법집法執에 휩싸여 수긍하지 않고 오히려 비방만 하므로 하도 한탄스러워 산에 올라가 바위 돌을 세워놓고 법문을 했더니 돌들이 끄덕끄덕하였다는 설이 전해온다. ㉮

글 김윤세(본지 발행인,
전주대 경영대학원 객원교수)

출 김 윤 세



생전의 인산 김일훈 선생이 강연 도중에 흐르는 땀을 닦고 있다.
그 앞에 선생의 사자후는 물론이고 작은 숨소리까지 담아낸 녹음기도 보인다.

《神藥本草》는 ‘치유경전’이다

죽염 발명가이자 사상가인 인산 김일훈 선생은 1986년 6월 《神藥》 출간 이후부터 92년 5월 선화하실 때까지 총 32차례에 걸쳐 암·난치병 치료 모방을 만천하에 공개하며 대중 강연을 진행했다. 아들 김윤세 회장은 이를 모두 녹음했고, 선생의 유언대로 사후 《神藥本草》라는 책으로 엮어냈다.

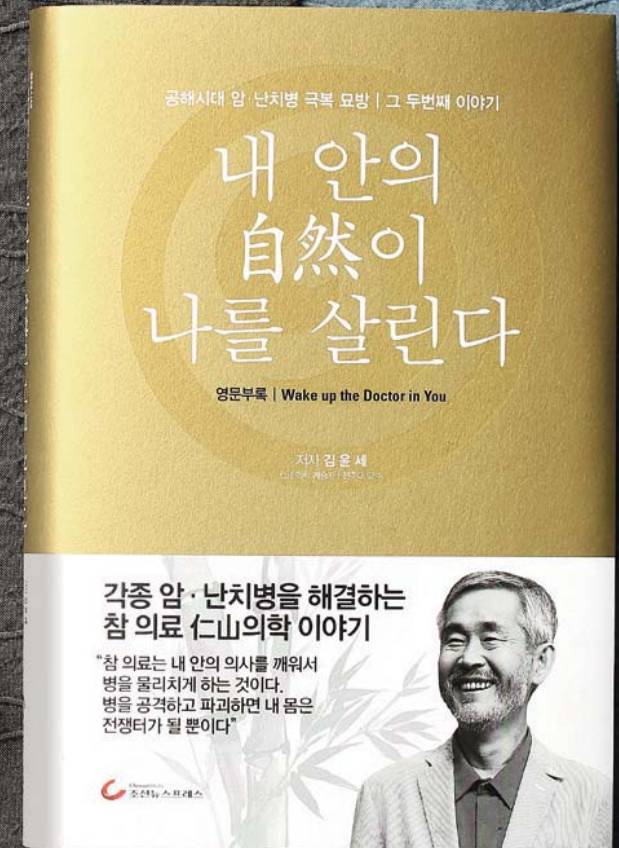
《神藥本草》는 ‘치유경전’이다. 쉽고 간단한 말씀 한마디에 사람들이 병을 고쳤는데, 다만 치유의 기적은 언제나 말씀대로 따라 행하는 자의 것이었다. ㉮

글 박홍희(건강 칼럼니스트)

암·난치병 극복하는 인산의학의 묘법!

인산의학 계승자 김윤세 회장이 지난 4년간 전국에서 진행한
인산의학 특강과 각종 미디어에 기고한 칼럼 42편 엄선

※부록·인산의학 특강 영문본 33편 수록



₩25,000



32

02

건강한 삶을 위한 이정표
생각해 보면 허망한 물거품이라네

08

독자의견

09

브리핑
《동사열전》 2017 개정판 출간

10

핫뉴스
-인산가, 코넥스대상 '최우수 마케팅상' 받아
-인산가, 2017 혁신대상 2년 연속 수상 영예

12

인산가 초대석-자궁암 4기 극복한 이상용씨
"유황 발마늘 먹었더니
아프기 전보다 건강해졌어요"

14

인산가 소식
-인산가, 서울 청계산에서 홍보 캠페인
-인산 죽염 향노화 특화농공단지 본격 시동

16

인산을 닮은 사람
이리 오너라! 업고 놀자~
'영원한 춘향' 명창 안숙선

20

말씀의 재발견 <22>
藥이 없어 죽나? 藥을 몰라 죽지!

21

세상에 꼭 알려야 할 이야기
"자연치유 참의료가
결국엔 당신을 살린다"

28

조용현 박사의 세상만사
목소리의 힘!

29

스페셜 리뷰
암·난치병 치료 활로 열어준
다시 없을 혁명적 의서 《神藥》



프랑스 최초의 BB크림 누가 만들었을까?

부터 본고장 프랑스에서 최고의 인기를 끈
에르보리앙 BB·CC 크림을
‘한국콜마’가 만들었다는 사실, 알고 계셨나요?
모르셨다구요? 그럴 수밖에요
화장품 제조사는 당신의 눈에 띄지 않는 화장품 뒷면에 있으니까요
보이지는 않지만 우리는 세계적인 기업들의 화장품을 연구 제조하는
글로벌 NO.1 화장품 제조사 ‘한국콜마’입니다

제조사를 확인하세요!
화장품 품질을 확인하는 가장 쉬운 방법입니다

kolmar
한국콜마



16



52



58

34

눈여겨보니-지리산자연학교 8박 9일 캠프

삼시 세끼 인산가 스타일
건강 웃음꽃이 피었습니다

38

SPECIAL 죽염 미네랄이 더위를 잡는다

Part 1 미네랄을 충분히 보충하는 법

Part 2 여름철 질환 죽염 활용 가이드

46

리포트

인산가 협력업체 콜마비엔에이치 공장을 가다

52

포커스

생강고 제조 현장의 24시

54

고재훈의 헬스보감

우리 몸의 위대한 장기 간(肝)

56

인산책방

나가요 가즈하로

《병의 90%는 걷기만 해도 낫는다》

58

1박 2일 캠프 현장

나~ 자연으로 돌아갈래

62

김운세의 壽테크-老子 건강학

산 것은 부드럽고 죽은 것은 뻔뻔하다

66

지구촌 물 따라 길 따라-캐나다인 로키(上)

빙하·호수·폭포·야생화

오감이 즐거운 트레킹

70

김재원 칼럼-싱거운 세상에 보내는 짭짤한 이야기 (58)

닭들에게 죽염을 먹이면 시 예방할 수 있을까요?

72

인산가 건강가족

죽염으로 빈혈 잡고 딸 식중독 해결한 배경은 씨 가족

94

인산가 전문대리점

15년간 인산가와 동행한 아산온양대리점

96

우성숙 원장의 愛Say

입맛 돋우는 인산가식 건강밥상

각종 질병에 관한 인산 선생의 마지막 처방전 《신약본초》 전·후편

인산 선생이 후세를 위해 남긴 대저술!

건강하게 천수를 누리며 살 수 있는 지혜!

《신약본초》 전편은 인산 선생이 총 30여 차례, 53시간에 걸쳐 행하신
강연 내용을 그대로 옮긴 어록이며, 후편은 선생이 평소 틈틈이 써놓은
육필원고와 사석에서 하신 말씀을 담은 기록입니다.

읽고 또 읽으면 인산의학의 참의미와 가치를 깨달을 수 있습니다.



전편 ₩30,000

후편 ₩25,000



월간 **仁山의학**은 인산 김일훈 선생이 일생을 통해
남긴 활인구세活人救世 정신과 그의 의료철학을
추구합니다. 인산 선생이 완성한
동서고금東西古今 어디에도 없는 새로운 의학인
'인산의학'은 자연물의 약성을 이용한
저비용·고효율의 새로운 의학 트렌드입니다.

발행일 2017년 7월 1일 발행처 인산가 발행인 김운세
편집인 정재환 기획·편집 조선뉴스프레스 등록 1995년 7월 4일 공보처 등록
서울시 등록번호 라-07328 통권 246호 주소 서울시 종로구 인사동5길 26
홍익빌딩 4층 TEL.1577-9585 FAX 02-732-3919

*인산가의 건강 매거진 《인산의학》은 집지간행윤리위원회의 사전요강을 준수합니다.

*《인산의학》의 콘텐츠는 인산가의 경영·연구 방침이 아니라 필자 개인의 견해를 밝힙니다.

*《인산의학》에 게재된 글과 사진은 허가없이 옮겨 쓸 수 없습니다.

인산가 회원님들의 생생한 체험 사례를 들려주세요

매거진 《인산의학》에서는 매달 인산가 회원들의 체험 사례를 모집합니다.
인산가 제품을 활용한 나만의 레시피가 있으신 분,
인산가와 특별한 인연이 있으신 분 등 어떤 이야기라도 좋습니다.
사례를 보내주시는 분 중, 《인산의학》에 사진과 함께 체험 사례가 게재될 경우 10만~30만 원 상당의
인산가 제품(죽염 및 장류에 한함)을 드립니다. 꼭 연락처를 적어 보내주세요.

보내실 곳

우편 서울시 종로구 인사동5길 26 홍익빌딩 4층
이메일 niceyhs1234@insanga.co.kr



독자 엽서를 보내주시는 분 중
선정되신 분께는
고마움세트를
드립니다.

《인산의학》6월호에 대한 독자의견



6월호에서 스페셜 테마로 다룬 유황 발마늘 관련 기사들을 읽고서 우리의 신체기능을 향상시키고 면역력을 높이며 각종 병균 퇴치에 효과적인 마늘에 대하여 다시 생각하게 되었습니다. 인산가 지점, 전문대리점, 특약점의 차이와 개설 절차가 궁금합니다.

(현종갑·경기도 남양주시 진접읍)



‘올트라 슈퍼푸드 유황 발마늘의 신비’에 나온 기사들이 좋습니다. 죽염과 발마늘의 효능과 먹는 방법이 자세히 설명되어 있어 발마늘 죽염요법을 깊이 이해할 수 있었습니다. 인산가 모든 제품의 효능과 활용법에 대해 알고 싶어졌습니다.

(최범순·강원도 원주시 시청로)

★ 독자 여러분의 성원에 감사드리며, 더욱 알찬 내용으로 찾아뵙겠습니다.

김윤세 회장이 번역한 인물 불교 한국사

《동사열전》 2017 개정판 출간



7월 중에 발간될 《동사열전》의 티저
표지 이미지, 실제 발행 책자 이미지와
다를 수 있습니다.

《동사열전》은 고구려 소수림왕에서부터 조선시대 고종에 이르기까지 1,500여 년의 역사 속에서 활약한 이 땅의 승려와 불교인 200명의 행장을 심도 있게 서술한 저서로 역사 속 승려들이 부처의 유지를 받들어 이 세상 사람들의 마음의 병을 치유하기 위해 어떤 노력과 고행을 해왔는지를 잘 보여주고 있다.

인산가가 스테디셀러 《동사열전東師列傳》을 새로운 디자인과 편집 체계를 적용해 개정판을 발행한다. 《동사열전》은 19세기 한국 불교의 대표적 지성으로 손꼽힌 범해선사梵海禪師가 한문본으로 저술한 내용을 김윤세 회장이 오랜 시간 탐독해 번역한 귀중한 불교문화 사료로 ‘문화체육부추천도서’로 선정된 바 있다.

《동사열전》은 고구려 소수림왕에서부터 조선시대 고종에 이르기까지 1,500여 년의 역사 속에서 활약한 이 땅의 승려와 불교인 200명의 행장을 심도 있게 서술한 저서로 역사 속 승려들이 부처의 유지를 받들어 이 세상 사람들의 마음의 병을 치유하기 위해 어떤 노력과 고행을 해왔는지를 잘 보여주고 있다.

인산가 단신

전주 진북동주민센터 건강여행

전라북도 전주시 진북동주민센터는 지난 6월 9일 인산연수원에서 진북동 주민 42명과 창원중학교 학생 28명을 초청해 지리산 건강여행을 진행했다. 이번 행사에서는 인산가 죽염제조장 견학과 함양 상림공원 산책, 김윤세 회장의 인산의학 힐링특강을 듣는 시간을 가졌다.

부경대 평생교육원, 인산가 견학

부산광역시에 위치한 부경대학교 평생교육원 학생들은 지난 6월 15일 인산연수원에서 지리산 건강여행을 가졌다. ‘내인의 자연이 나를 살린다’라는 주제로 김윤세 회장의 힐링특강과 죽염제조장 견학 등을 진행했다.

진주 문산농협, 인산가 건강여행

경상남도 진주시 문산농협등조합은 지난 6월 21일 조합원 50여 명을 초청해 인산연수원에서 건강여행을 진행했다.

CWNU윈도오케스트라 연주원서 공연

경상남도 창원시 소재 CWNU윈도오케스트라는 지난 6월 30일 인산연수원에서 찾아가는 음악회를 개최했다. 함양군 기관장 및 상록마을 주민들 120명을 초청해 진행한 이번 음악회는 문화소외지역을 방문해 공연을 하면서 관악의 저변을 확대하기 위해 마련됐다. 공연 후 주민들에게 인산가의 죽염요리를 제공하기도 했다.

7월 인산가 주요행사 및 강연일정

2	3	4	5	6	7	8
강북지점 강연(박영문 부장)	강북지점 강연(박영문 부장)	강북지점 강연(박영문 부장)	강북지점 강연(박영문 부장)	강북지점 강연(박영문 부장)	강북지점 강연(박영문 부장)	강북지점 강연(박영문 부장)
9	10	11	12	13	14	15
대우지점 강연(강영호 상무)	대우지점 강연(강영호 상무)	대우지점 강연(강영호 상무)	대우지점 강연(강영호 상무)	대우지점 강연(강영호 상무)	대우지점 강연(강영호 상무)	대우지점 강연(강영호 상무)
16	17	18	19	20	21	22
강북지점 강연(강영호 상무)	강북지점 강연(강영호 상무)	강북지점 강연(강영호 상무)	강북지점 강연(강영호 상무)	강북지점 강연(강영호 상무)	강북지점 강연(강영호 상무)	강북지점 강연(강영호 상무)
23	24	25	26	27	28	29
대우지점 강연(강영호 상무)	대우지점 강연(강영호 상무)	대우지점 강연(강영호 상무)	대우지점 강연(강영호 상무)	대우지점 강연(강영호 상무)	대우지점 강연(강영호 상무)	대우지점 강연(강영호 상무)
30	31	8/1	2	3	4	5
8박 9일 설악산 자연 학교	8박 9일 설악산 자연 학교	8박 9일 설악산 자연 학교	8박 9일 설악산 자연 학교	8박 9일 설악산 자연 학교	8박 9일 설악산 자연 학교	8박 9일 설악산 자연 학교
6	7	8	9	10	11	12
강북지점 강연(강영호 상무)	강북지점 강연(강영호 상무)	강북지점 강연(강영호 상무)	강북지점 강연(강영호 상무)	강북지점 강연(강영호 상무)	강북지점 강연(강영호 상무)	강북지점 강연(강영호 상무)

제4회 대한민국 코넥스대상 인산가, '최우수 마케팅상' 수상



2015년 12월 코넥스 시장에 상장한 인산가가 지난 5월 29일 서울 여의도 한국거래소에서 열린 '제4회 대한민국 코넥스대상' 시상식에서 '최우수 마케팅상'을 수상했다.

《머니투데이》가 주최하고 한국거래소·IBK투자증권·KB증권이 후원하는 이 시상식은 우수한 코넥스 기업을 발굴하고 투자자들의 관심과 기업인들의 의욕을 고취하기 위해 시작됐다. 올해로 4회째 증권업계 관계자 및 중소 벤처기업들의 관심 속에서 매년 치러지고 있다.

대상, 최우수 기술상, 최우수 마케팅상, 최우수 경영상 4개 부문에서 시상이 이뤄졌으며, 인산가는 기업의 혁신성과 창의성 그리고 소비자 요구에 부합하는 시장 친화적인 마케팅 성과를 인정받아 최우수 마케팅상을 수상하는 영광을 얻었다.

“고객 우선주의 마케팅 및 글로벌 시장 개척”

길재욱 심사위원장(한양대학교 경영학부 교수)은 “심사위원들은 역동적인 코넥스 시장을 대표할 수 있는 기업을 선정하기 위해 기본적인 재무성과 외에

도 발전 가능성을 기준으로 삼았다”며 “특히 지역특화 혁신기업인 인산가의 고객 우선주의 마케팅과 홈쇼핑 진출 및 글로벌 시장 개척 등의 성과가 인상적이었기에 최우수 마케팅상을 수여하게 됐다”고 설명했다.

이날 인산가 임직원들과 함께 시상식에 참석한 김윤세 인산가 회장은 “지난 30여 년간 9회 죽염을 비롯한 다양한 명품 건강식품을 만들며 오로지 고객 만족을 위해 애써왔다”며 “코스닥 이전 상장을 위해 애쓰는 과정에서 대한민국 코넥스대상 최우수 마케팅상을 받게 되어 더욱 특별하다”고 소감을 밝혔다. 김 회장은 이어 “해외시장에서도 세계 최고의 죽염 식품 전문기업으로 거듭날 수 있도록 더욱 노력하겠다”고 덧붙였다.

한편 인산가는 한국소비자협회가 주관하는 '대한민국 소비자대상 소비자브랜드 부문 대상'에서 지난해 이어 2년 연속 수상했으며, 산업통상자원부가 주관한 제42회 국가품질경영대회에서 '국가품질혁신상 명품창출 부문 대통령표창'을 받은 바 있다. 

글 김효정 사진 조현호

‘2017 대한민국 혁신대상’ 제품혁신 대상 인산가, 2년 연속 수상 영예



120년 건강본가 인산가(회장 김윤세)는 '2017 대한민국 혁신대상' 제품혁신 대상을 2년 연속 수상했다. 인산가는 지난 6월 22일 JW메리어트 동대문 그랜드볼룸에서 열린 이번 시상식에서 30년 동안 60가지 미네랄이 모두 함유된 안전하고 우수한 죽염을 생산해 국민의 건강증진에 기여한 공로를 인정받아 제품혁신상 대상을 받았다.

KSA 한국표준협회가 주최하는 대한민국 혁신대상은 기술, 제품, 서비스, 경영, 융복합 혁신을 통해 새로운 가치를 창출한 기업과 공공기관을 선정, 전문가들의 심사를 통해 수상하는 시상식으로 2000년부터 진행됐다.

30년 제품혁신 공로 인정받아

대한민국 혁신대상 심사위원을 맡은 신완선 성균관대 교수는 “대학 강단에서 가르치기 어려운 주제가 ‘혁신’인데, 산업 현장에서 피나는 노력으로 ‘혁신’을 이루어낸 수상 기업들이 자랑스럽다”고 심사평을 했다.

2년 연속 제품혁신 대상을 수상한 인산가는 2014년 명품창출 우수기업으로 선정돼 산업통상자원부장관상을 받았으며, 2016년엔 국가품질혁신상 명품부문 대통령상을 수상했다. 또 김윤세 회장은 지난해 해양수산부 지정 식품명인으로 공인을 받았다.

김윤세 회장, 수상자들 대표해 건배 제의

백수현 한국표준협회장은 축사를 통해 “4차 산업혁명이 세계적 화두로 떠오르는데 기술과 사물과 인간이 서로 연결돼 인간의 삶은 혁명적으로 변화될 것”이라며 “4차 혁명은 인간 중심적으로 발전할 것이므로 이를 긍정적으로 수용해 세계 기업과의 경쟁에서 뒤처지지 않아야 한다”고 당부했다.

시상식이 끝난 후 진행된 만찬에서 김윤세 회장이 수상자를 대표해 건배 제의를 했다. 김 회장은 건배사에서 “대한민국 혁신대상을 수상한 모든 기업이 올 한 해 수익도 짹짹하게, 건강도 짹짹하게 챙기시길 바란다”며 참석자들과 함께 ‘짹짹하게’를 외쳤다. 

글 한상현 사진 조현호

자궁암 4기 선고 후 수술받은 이상용씨 “유황 발마늘 먹었더니 아프기 전보다 건강해졌어요”

인산가의 7월은 특별하다. 유황 뿌려 정성껏 키운 발마늘이 1년 만에 출하되는 달이기 때문이다. 시장에 나가면 언제든 살 수 있는 마늘인데 꼭 때를 기다렸다가 구입해야 하나 싶겠지만, 인산가의 마늘은 그 마늘들과는 다르다. 이미 많은 고객이 인산가 유황 발마늘로 건강을 돌보았고, 새 삶을 살고 있다. 자궁암 4기를 선고받고 자궁적출수술을 한 이상용(62)씨도 마찬가지다.

글 김효정 사진 양수열



“자궁암 걸렸었고 수술도 했다고 하면 사람들이 병원에 계속 다니면서 치료를 받아야 되지 않느냐고 물어요. 혹시 모르니 수시로 검사를 받아보라는 거예요. 하지만 그런 소리가 귀에 안 들어요. 잘 먹고, 대소변 잘 나오고, 잠도 잘 자고, 아픈 데 없이 이렇게 몸이 편한데 왜 사서 걱정을 하나요?”

수술 후 처방약과 항암제 대신 발마늘 선택

‘구운 발마늘 죽염요법’은 공해시대의 난치병 치유를 위해 인산 선생이 내놓은 마지막 묘방이다. 유황 뿌린 밭에서 키운 마늘을 껍질째 구워 죽염에 푹푹 적어 하루 20통 이상 먹으면 몸이 가뿐해지고 속병이 치유된다는 가르침이다.

20년 전부터 인산의학학을 접했고, 죽염과 유황오리 등으로 몸 관리를 해오던 이상용씨도 인산가의 유황 발마늘에 대해 알고는 있었다. 하지만 선뜻 마늘을 하루 20통 이상씩 먹게 되지는 않았다. 그러다 2015년, 생각지도 못한 자궁선암 4기 판정을 받고, 그해 여름 큰 수술을 받게 된 이씨는 다시 건강해져야 한다는 절실함 하나로 발마늘에 매달렸다.

“어느 날부턴가 소화가 너무 안 되고 배에 복수가 차기에 간이 안 좋아졌나 싶어서 대학병원에 가봤어요. 검사를 했더니 자궁선암 말기라는 거예요. 직장을 그만두고 몸 되돌리기에 집중하기로 마음먹었죠. 수술 안 하고 버티려고 했는데... 엄마를 잃을까 봐 아이들이 너무 걱정을 하는 거예요. 의사가 암이 전

이될 수도 있다고 겁을 주니까 무서웠을 거예요. 그래서 7월에 자궁을 드러내는 수술을 했고, 딱 일주일 만에 병원에서 나와서 그 길로 유황 발마늘을 먹기 시작했어요.”

수술을 받은 다른 환자들은 마약성 진통제를 링거 병에 꽂고 있었는데, 이씨는 그다지 아프지가 않아서 진통제도 맞지 않았다. 열른 자리를 털고 나가겠다는 생각뿐이었다. 퇴원할 때 처방받은 약이 한 아픔은 됐지만, 마늘 먹음 작심을 했기에 당연히 약은 한 봉지도 먹지 않았다. 항암제는 꼭 맞아야 된다고 해서 한 번 맞았다. 기운이 쏙 빠지고 아무것도 할 수 없는 지경이 돼서 그 뒤로는 병원에 가지 않았다. 병원에선 항암제를 여섯 번 맞아야 한다고 했지만 거절했다.

“100일 동안 마늘 3,000통 약처럼 먹어”

이상용씨는 가족의 걱정과 만류를 뒤로하고, 오로지 유황 발마늘을 구워서 죽염에 적어 먹었다. 아침·점심·저녁 10통씩 하루 30통을 100일간, 총

3,000통을 먹었다. 한 달에 죽염은 1kg 이상씩 먹었고, 유황오리진액도 먹었다. 입맛이 없어도 마늘을 먹기 위해서 식사를 꼬박꼬박 했다. 마늘이 다 떨어졌을 때는 죽마고우를 먹었다.

“돌이켜보면 그 100일 동안은 마늘을 먹기 위해서 살았던 것 같아요. 병원에서 나왔을 때 살이라곤 하나도 안 붙어 있었는데 마늘 먹은 지 100일 되니 몸이 정상으로 쏙 돌아오더라고요. 기운도 생기고 낮 빛도 좋아졌어요. 고질병이던 허리 디스크랑 이명도 없어졌어요.”

수술 후 2년이 지난 지금, 이상용씨는 그 어느 때보다 더 건강하게 지내고 있다. 삶의 활기도 되찾았다. 아프기 전엔 관심조차 없었던 운동도 꾸준히 하고 있다. 근력운동도 하고, 실내에서 자전거도 타고, 요가와 스트레칭도 즐기면서 하고 있다. 서목태·토마토·고추·상추·더덕·산딸기·잔대·매실나무·취나물 등을 돌보고 밭일도 거뜬히 해낸다.

“자궁암 걸렸었고 수술도 했다고 하면 사람들이 병원에 계속 다니면서 치료를 받아야 되지 않느냐고

물어요. 혹시 모르니 수시로 검사를 받아보라는 거예요. 하지만 그런 소리가 귀에 안 들어요. 잘 먹고, 대소변 잘 나오고, 잠도 잘 자고, 아픈 데 없이 이렇게 몸이 편한데 왜 사서 걱정을 하나요?”

남편·동생·이웃도 죽염 동지로

이상용씨의 컨디션이 좋아지니 남편도 인산의학을 인정하게 됐다. 혹시라도 너무 짧까 봐 요리할 때 죽염을 좀 덜 넣을 때면 “죽염이 덜 들어갔다”고 말할 정도다. 그렇게 죽염을 먹기 시작한 후로 남편에게도 변화가 생겼다. 매우 심했던 편두통이 어느 날 부턴가 감쪽같이 사라진 거다. 남편뿐 아니라 이씨의 권유로 여동생도, 이웃도 죽염을 먹는다. 불과 2년 전에 암 말기 선고를 받은 이상용씨가 지금처럼 건강해진 비밀이 ‘마늘과 죽염’에 있다는데... 그들에게 죽염을 마다할 이유가 있을까. ☺

인산가, 서울 청계산에서 홍보 캠페인 “죽염이 등산을 더 즐겁게 해요”

글 이일섭 사진 임영근

인산가 임직원들이 청계산 등산로 입구에서 고객들에게 9회 죽염과 죽염간 빵을 증정하며 ‘건강한 삶’의 방식을 홍보하는 캠페인을 진행했다. ‘병 걱정 없는 건강한 세상, 인산가가 만들어 갈 세상입니다’를 슬로건으로 고객들에게 죽염의 미네랄 효능을 인식시키며 죽염을 통한 회복과 치유를 홍보했다.

여름의 신록이 빛을 발하기 시작한 6월 10일 토요일 아침, 흰색 셔츠에 노란 배지를 착용한 인산가 임직원 40여 명이 청계산 입구에서 캠페인 진행을 위해 분주하게 움직이기 시작했다. 부스를 찾은 등산객들은 “건강을 위해 주말 등산에 나섰는데 몸에 좋은 죽염과 유용한 건강 정보를 선물로 받게 돼 기쁘다”며 “앞으로 인산가 죽염과 여러 제품을 활용해 더욱 건강해져야겠다”는 소감을 전했다.

고객밀착형 마케팅을 강조해 온 천두영 사장의 아이디어로 추진된 청계산 캠페인은 많은 임직원이 고객의 반응

을 현장에서 살펴볼 수 있다는 점에서 성공적이라는 평가를 받았다. 첫 현장 캠페인을 추진해 가는 과정과 결과에 대해 천두영 사장은 이렇게 모니터링한다.

“주말이면 1만여 등산객이 찾는다. 청계산에서의 잠재 고객들과의 만남이 임직원 모두에게 좋은 자극이 됐으리라 생각합니다. 우리가 예상하고 기획하는 것보다 고객들은 늘 한발 더 앞서가 있다는 것을 발견하곤 하는데, 오늘 이 만남의 장이 그 갭을 메우는 좋은 회의라고 여겨집니다. 앞으로도 이런 형태의 이벤트를 마련해서 잠재 고객들과의 접점을 더욱 늘려갈 계획입니다.”

미네랄의 보고寶庫인 죽염을 비롯해 우리 고유의 자연산물을 고효능의 파워푸드로 재생산하는 시스템에 고객의 눈높이를 고려한 세밀한 마케팅이 더해지고 있다. 인산가 죽염산업화 30주년의 역사에 내실을 기하는 움직임인 것이다. 



‘인산 죽염 향노화 특화농공단지’ 본격 시동 연 1,919억 생산 효과 기대 함양이 달라진다

글 김효정 사진 인산가 제공

인산가가 경남 함양군 함양읍 죽림리 일원에 20만 7,000㎡(약 6만 3,000평) 규모로 조성될 ‘함양 인산 죽염 향노화 특화농공단지’ 사업을 이끌어 나갈 전망이다.

이 사업은 경상남도가 50년 핵심전략사업으로서 추진해 온 ‘향노화 산업 육성’ 프로젝트 중 하나로, 2015년 11월 경상남도도와 함양군, 인산가가 투자협약을 맺은 후 1년 6개월간의 심의과정을 거쳐 지난 5월 25일 경상남도 지방산업단지계획 심의위원회 심의를 통과하면서 전격 가시화됐다. 이 사업에 오는 2019년까지 257억 원이 투입될 계획으로 연간 1,919억 원의 생산 효과가 기대돼 지역경제 활성화에 크게 기여할 것으로 보인다.

현재 상세 건축 계획을 제외한 사업기간이 2019년까지로 잡혀 있으며, 농공단지 부지 주변의 환경 여건과 도로·

교통 접근성에 대한 검토 및 주민들과의 조율을 마쳤다.

죽염 제조 시설 넘어 향토문화 즐기는 ‘신개념 농공단지’

‘인산 죽염 향노화 특화농공단지’가 조성되면 죽염을 비롯한 인산가 건강식품의 생산·제조·연구 시설은 물론 판매·휴식·체험·전시 시설 모두가 단지 내에 만들어진다. 죽염 제조시설의 개념을 넘어 죽염과 향토문화에 대해 즐길 수 있는 신개념 농공단지의 탄생으로 지역 관광산업 발전 및 함양군 이미지 제고에도 긍정적 영향을 미칠 전망이다. 이뿐 아니라 농공단지 조성이 완료되면 콩, 무, 약재 등 인산가 제품들의 주원료를 지역의 농산물로 매입해 사용할 예정이므로 지역 농가소득 증대에도 크게 기여할 것으로 기대한다. 



1 주말 청계산 캠페인에 참여한 인산가 임직원들.

2 천두영 사장이 부스를 찾은 고객에게 《인산의학》 매거진을 증정하고 있다.

3 청계산 입구에 마련된 캠페인 부스 풍경. 등산객들은 인산가의 건강 캠페인에 많은 관심과 호응을 보였다.



“춘향은 남자를 섬기는 지조 있는 여성이기도 하지만 사랑하는 상대를 스스로 정하는 독립된 여성이기도 해요. 이런 미덕과 지성을 갖춘 여성이라면 사랑을 받을 자격이 충분한 거죠. 나는 남자든 여자든 자신이 뜻하는 대로 삶을 열어가는 자세가 중요하다고 생각해요”

명창 안숙선이 올해로 데뷔 60주년을 맞고 있다. 철부지 아홉 살에 ‘남원의 아기 명창’이란 애칭을 얻으며 판소리와 함께한 인생이 어느덧 종심(從心)에 이르게 됐다. 그러나 그녀는 여전히 젊고 건강하다. 올여름엔 고향 남원의 인근 진촌과 계촌에서 ‘국악거리축제’와 ‘판소리 캠프’를 열며 대한민국의 모든 계층이 국악을 즐기는 일에 앞장서고 있다. 노쇠와 우울을 모르는 활기가득한 명창의 여름 일상을 전한다.

글 이일섭 사진 이경호

이리 오너라! 업고 놀자~ 70을 바라봐도 ‘영원한 춘향’

“안타까운 일이지만 득음이란 건 없어요”

명창 안숙선은 산에 오르는 일을 매우 좋아한다. 젊은 날엔 고향집 뒤편에 있는 지리산 둔덕에 올라 온종일 소리 연습에 매진했고 국립창극단 단원이 된 이후론 국립극장이 있는 남산이 그녀의 두 번째 고향이 됐다. 하얀 저고리와 엷은 분홍빛 치마를 좋아했지만 가시덤불을 헤쳐나가고 계곡을 건너기에 몸빼바지와 월남치마 차림이 제일이라 어쩌면 당신은 휴일의 등산길에서 작고 초라한 행색의 여인이 ‘사랑가’와 ‘인당수 뱃노래’ 한 대목을 기막히게 불러내는 장면을 목격하지 않았을까 싶다. 힘차면서도 구성지고 명료하면서도 곱삭은 그녀의 깊은 울림을 말이다.

“지리산은 어머니의 품처럼 정말 따사로운 산이죠. 높고 험해 보여도 가만히 바라보면 산길을 따라 올라가는 사람들의 뒷모습이 뚜렷하게 보이는 부드럽고 아늑막한 산줄기가 대부분이니까요. 스승 김소희 선생의 부름에 태생지 남원과는 열아홉 살에 작별을 하게 됐는데 정 많은 고향 사람들과 헤어지는 것보다 지리산을 더는 볼 수 없는 일이 힘들었죠. 내 노랫소리를 되돌려주던 산골짜기의 메아리를 더는 들을 수 없어서 고향 산의 흔적을 찾느라 남산의 등성이 여기저기를 배회하며 보냈죠. 그 허전한 마음을 산이 알아준 덕인지 나는 남산에서 소리의 참된 의미를 깨닫게 됐죠. 득음이요? 안타까운 일이지만 그런 건 없어요. 남산시대를 접고 국립국악원이 있는 우면산으로 터전을 옮긴 지 20년이 넘었지만 득음의 경지는 점점 멀게만 느껴져요. 오히려 내 소리가 마음에 들지 않아 괴로를 때가 많아요. 더구나 우면산은 기가 센 편이죠. 지리산이나 남산처럼 저를 보듬어주지 않아요. 나를 나무라고 내모는 모질고 냉담한

산이죠. 어쩌면 그 기세에 눌려 더 정진하자는 다짐과 반성을 할 수 있으니 가장 고마운 산인지도 모르지요.”

시원한 고음과 적당히 선 목소리의 조화

명창 안숙선 하면 떠오르는 첫 번째 수식은 단연 ‘영원한 춘향’이다. 그녀가 ‘춘향가’를 빼어나게 잘 불러서이기도 하지만 여전히 창극 무대에서 춘향을 연기할 수 있는 내공과 아름다움을 지니고 있기 때문이다. 그녀가 들려주는 절창(絶唱)의 ‘사랑가’는 언제 들어도 감동 그 자체다. 어리지만 꼭 찬 속을 지닌 여인의 풋풋함과 성숙함이 뿔럭 깊이 전해져 오곤 한다. 이어 옥중에서 이도령을 그리워하며 부르는 ‘썩대머리’ 대목에선 온갖 시련과 고초 속에서도 이도령에 대한 진한 사랑에 기대어 깨끗하게 견디는 처연한 춘향의 모습을 아름답게 보여준다. 시원스레 질러내는 고음과 적당히 선 목소리를 바꿔가며 격조와 절제가 실린 그녀의 작창(作唱)은 판소리가 우리 고유의 음악을 넘어 세계 최고의 음악임을 실감하게 한다.

“예전엔 스승이 가르쳐주는 대로 별생각 없이 소리를 했죠. 하지만 춘향가에 담긴 사상과 철학을 이해하면서 판소리를 잘하는 것이 올바른 삶을 사는 것이라는 생각을 갖게 됐어요. 득음의 경지란 최고 경지의 소리를 내는 게 아니라 소리를 통해 참된 삶이 무언지를 깨닫는 순간이란 생각이 들어요.”

고향 남원에서 국악 페스티벌 열어

아홉 살에 데뷔를 해 설장구춤을 추며 신이 나 하던 해맑은 소녀는 스무 살엔 만정(萬正) 김소희(金素姬) 선생의 문하생이 되어 춘향가와 흥보가를 사사하게 된다. 파마머리로 한껏 웨이프를 살린 그녀의 모습에 질겁을 하며 호통을 친 좀 막힌(?) 스승이었지만 몸가짐과 내면이 정돈돼야 제대로 된 소리를 할 수 있다는 것을 알려준 참된 스승이다. 더구나 가야금 산조를 가

르쳐준 향사(香史) 박귀희(朴貴姬) 명창에게 애제자를 빼앗기지 않으려 신경전을 불사르던 너무도 인간적인 스승을 생각하면 자신도 그런 리더가 돼야 한다는 생각에 정신이 번쩍 든다고.

40대에 중요무형문화재 예능 보유자(가야금 병창)로 선정이 됐고, 50대에 국립창극단 단장으로 명예를 드높였으며, 이어 전공여사(전철 공짜로 타는 여자)로 분류되는 65세에 국립국악원 예술감독에 올라선 그녀가 나이 70을 바라보는 지금, 가장 열렬히 바라는 일은 무얼까. 그것은 진정한 판소리와 국악의 발전이다. 예전에 비해 우리의 전통음악에 대한 가치가 인정되고 있는 것은 사실이지만 서구문화와 대중음악에 짓눌려 더욱 위태로워진 국악계의 현실을 그녀는 누구보다 가슴 아파해 한다.

자신의 전성기 회복과 국악의 대중화를 위해 그녀가 동참하고 있는 ‘동편제마을 국악 거리축제’가 올해로 3 회째를 맞고 있다. 그녀의 태생지인 전북 남원시 일대에서 열리는 이 국악 페스티벌은 명창들이 펼치는 판소리와 창극 무대를 비롯해 민요교실과 판소리 캠프가 여름 내 열려 우리의 영혼과 몸짓에 내재된 가락과 리듬의 흥겨움을 일깨울 예정이다. TV와 극장에서만 만나던 안숙선의 국악 세계를 신록이 물결치는 자연 속에서 만나려거든 지금 남원으로 출발하는 게 좋겠다. (출처)



안숙선이 말하는 건강한 삶이란

가장 안숙선다운 순간이 있었다면.

‘춘향가’ 흥보가 한 대목을 놓고 관객과 하나가 되는 순간이다. 소리에 감동해 탄성도 지르지 못하고 ‘학’하는 표정을 짓는 그들을 대할 때면 좋은 소리를 내기 위해 사력을 다해온 우직한 삶이 스스로 자랑스럽다.

득음을 한 순간이 언제라고 생각하나.

그런 순간은 없다. 그런 순간이 오기를 기대하며 정진할 뿐이다.

명창의 행보를 가로막는 걸림돌을 꼽는다면.

역시 체력의 한계다. 예전엔 7~8시간이 소요되는 완창 무대에 서려면 7~8시간 폭 자면 가능했지만 지금은 7~8개월 힘을 비축하고 목을 가다듬어야 가능하다. 에어컨의 건조한 바람, 도시의 매캐한 공기, 사람들과의 작은 의견 충돌 앞에서도 맥을 못 쏠 때가 많다. 그래서 지리산의 맑은 정기와 고요를 이토록 좋아하는지 모르겠다.



1 판소리와 첼로 연주의 조우.
안숙선·정명화 두 가창의 호흡은 음악이 장르에 국한하지 않는 원대한 세계임을 증명하곤 한다.

2 88 서울올림픽 문화축전 행사로 공연된 〈춘향전〉의 실황 장면. 그녀에게 ‘영원한 춘향’이란 수식이 내려진 무대다.

3 스승인 만정 김소희 선생과 함께. ‘너 방정 멀지 말고 더 잘 해야 한다!’며 늘 다그치곤 했지만 음악에 있어서나 인생에 있어서나 그녀가 기대고 매달릴 수 있는 또 하나의 어머니다.

4 신명나게 설장구춤을 추던 어린시절 모습. 가야금 산조와 판소리 명창에 가려진 춤 솜씨를 공개할 무대를 구상 중이다.



藥이 없어 죽나? 藥을 몰라 죽지!

“공중(空中)에도, 산과 들과 바닷속에도, 처처에 즐비하게 널려 있는 약들을 버려두고 ‘약이 없어’ 죽어가고 있는 것이다… 의료기관도, 의료인도, 의료술도, 처방도, 약도 필요 없는 사회… 80년 생애를 통하여 한결같은 바람이 있다면 ‘질병 없는 사회의 구현’ 바로 그것이다.”

— 인산 김일훈 口述, 《神藥》 서문 중에서

누구를 위하여 병원 門은 열리나

조금 비약해서 말하자면, 앞으로 백 년 안에 인산 선생의 바람대로 ‘의료기관도, 의료인도, 처방도, 약도 필요 없는 사회’는 오지 않을 확률이 높다. 의료 기술의 발전이나 신약 新藥 개발, 《神藥》 책을 전 국민이 읽어 누구나 제 병 제 스스로 고치는 날이 도래했기 때문은 아닐 것이다. 아마도 가장 큰 이유는 경제적인 문제 때문일 확률이 높다. 병원도, 의사도, 약국도 필요 없는 세상이 오면 의사와 약사들이 하루아침에 실업자가 될 수밖에 없다. 주사기를 만드는 공장, 식염수를 제조하는 기업은 물론이려니와 의사 외에 병의원 업무 종사자며 제약회사, 요양시설, 건강식품 업체 등 이루 헤아릴 수 없는 많은 사람이 직간접적으로 생계에 영향을 받는다. 한마디로 의료산업은 국가 경제를 좌우할 정도로 비대해졌다. 이 거대한 의료 公營共生 관계를 지탱하는 것은 무엇인가? 그것은 바로 암·난치병을 비롯해 사소한 감기까지 병원에서 대기 번호표를 들고 기다리는 환자들이다.

그런데 환자들이 말린 참웃나무 껍질(乾漆皮, 말린 민들레 전초(蒲公英, 느릅나무 뿌리껍질(柳根皮, 집오리, 다슬기, 벌나무로 병을 고치면 안 되는 이유라도 있는 건가?

처처에 즐비하게 널려 있는 약들은 버려두고

물론, 진료비의 상당 부분이 현대 의료 기술을 통한 진단이나 필요한 의료적 처치를 받아야 하는 경우가 대부분일 것이다. 아마도 그럴 것이다.

그러나 불필요한 검진이나 중복 검사를 통한 과다 비용 청구를 알아보고 현장에서 이익을 제기할 수 있는 환자가 몇 명이나 되겠는가? 의료제도나 시스템에 맞서 개인이 문제 제기를 하는 것은 식상한 표현이긴 하지만 계란으로 바위를 치는 격이다. 다국적 제약회사들이나 그들과 결탁한 범지구적 의료 시스템에 대항할 수 있는 자 과연 누구인가?

물론, 그런 분이 딱 계시긴 했다. 인산 김일훈 선생. 선생 탄식대로 우리는 왜 ‘처처에 즐비하게 널려 있는 약들을 버려두고 죽어가는 것인가?’

왜 정검고 작은 병원들은 자꾸 사라지고 서울의 대형 병원들만 덩치가 커지는가? 어째서 대다수 성인이 고혈압·당뇨 환자 내지는 발병 위험 경고장을 받아가며 살아가는 나라가 되었는가? 왜 치료약이라고 하면서 일이 년도 아니고 죽을 때까지 약을 먹으라고 하는 건가? 병원이 없어지면 인류가 멸망이라도 하는 걸까? 정말 궁금해서 묻는 말이다. ㉠

글 박홍희(건강 칼럼니스트·저서 《암에 걸린 사람들》)

“자연치유 참의료가 결국엔 당신을 살린다”



“True Medicine’s Natural Healing Will Help You in the End”

참의료라 함은 반드시 병의 근본 문제를 해결하는 효능·효과가 증명이 되어야 한다. 그리고 그 방법이 순리적이고 자연적이어야 한다. 병과 싸우면 사람의 생명력이 약해진다. 참의료인 인산의학을 깨달아야 하는 이유다. 이번 호는 지난 6월 16일부터 17일까지 진행된 260차 1박 2일 힐링캠프에서 ‘내 안의 자연이 나를 살린다’라는 주제로 진행된 김운세 전주대학교 객원교수(인산가 회장)의 인산의학 강연 내용을 정리했다. 정리 한상헌 사진 이경호

인산가 힐링캠프에 참가하신 여러분은 각자 뜻이 있으시겠지만 여러분께 꼭 전해 드리고자 하는 이야기가 있다. 여러분의 몸과 마음을 건강하게 하는 가장 기초가 되는 이야기다. 어찌 보면 힐링캠프에 참가한 여러분이 저보다 사회적으로 선배시고 각 분야의 뛰어난 전문가들일 것이다. 하지만 저는 인산 김일훈 선생의 슬하에서 자라며 암·난치병·괴질을 물리치는 모법을 눈으로 보고 체험하며 공부했기 때문에 인산의학에 대해선 자신 있게 말씀드릴 수 있다.

불가(佛家)에 입문할 때 보는 입문서 《초발심자경문》에 이런 말이 나온다. 삼일수심 천재보三日修心 千載寶요, 백년탐물 일조진百年食物 一朝塵이라. '마음을 닦는 수행은 천년 지나도 변치 않는 보배요, 백년 동안 탐욕으로 모은 재물은 하루아침에 티끌이 된다'는 뜻이다. 우리가 인생을 살면서 어디에 가치를 두어야 하는가를 깨닫게 하는 가르침이다. 지금 여러분은 여러분의 생명을 지키는 일에 대해 공부하고 있다. 지금까지 앞뒤 따지지도 않고 여러분의 귀한 생명을 무조건 병원에 맡겨야 한다고 생각했다면 생각의 틀을 깰 필요가 있다. 이제 우주 만물의 질서에 근거한 참의리의 진리를 깨달아 여러분과 여러분 가족의 건강을 지키고, 이를 통해 여러분의 고정관념을 바꾸는 계기가 되길 바란다.

간이 빠진 간고등어를 먹는 세상

우리 건강에 소금이 얼마나 중요한지 30년 동안 강연하면서 알고 있지만 아직 갈 길이 멀다는 생각이 든다. 얼마 전 인산의학 특강을 하기 위해 안동에 갔다. 안동 하면 유명한 것이 간고등어라 점심식사로 간고등어를 먹으러 갔는데 간이 빠진 고등어가 상에 올랐다. 간을 했다는 건 소금을 쳤다는 것이다. 그런데 이름은 간고등어이면서 간잡이가 소금을 쳤는지 안 쳤는지 모를 정도였다. 산해진미가 눈앞에 있다고 해도 소금이 없으면 먹지 못한다. 목으로 넘어가지도 않고, 넘겼다고 하더라도 소화가 잘 되지 않는다.

I am sure each and every one of you has different reasons for attending Insanga's Healing Camp. But here's something I'd like to tell all of you. And this is the most fundamental of the stories that will ensure the health of your mind and body. Perhaps some of you have more experience out in the world than I do, and have expertise in your respective fields. But where Insan Medicine is concerned, I've seen with my own two eyes how Insan Kim Il-hun treated cancer and other terminal diseases, and studied his ways under his very wings. I can confidently talk about it here.

There is a primer for Buddhists called «Chobalsimj-agyeongmun» (Personal Admonitions to Neophytes Who Have First Aroused the Mind). And it contains a saying that means, a mind cultivated over three days is a treasure that could last a thousand years, and all other materials you've acquired all your life can turn to dust. The point is: we have to remember what's truly important in our life and understand where to give our highest priority.

You're here studying ways to preserve your life. But if you've been convinced all along that you absolutely had to stake your life at hospitals, then you should break out of that mold. You have to realize the truth of the true medicine, based on the order of all things in the universe, so that you could help protect the health of yourself and your family, and you could do away with old prejudice.

Eating Salted Mackerel without Salt

I've been lecturing for 30 years on the importance of salt to our body, but I feel like I've still got long ways to go. I traveled to Andong for a lecture on Insan Medicine. Andong is famous for salted mackerel, and so I went for salted mackerel for lunch. But I was served the fish without salt. It was salted only in the name.

미국은 정제된 흰 소금을 피할 것을 권했지만 우리나라는 법적으로 섭취하도록 했다. 소금이 건강에 해롭다는 인식은 바로 순수 염화나트륨 때문이다. 이 흰 소금을 다량 섭취할 경우 혈압을 높이고 위 점막을 해친다. 결국 소금의 문제가 아니라 소금의 종류에 따른 질의 문제이다. 정확히 말해 소금이 아닌 소금, 즉 'NaCl'을 먹어서 병에 걸렸는데 소금을 먹지 말라고 하니 이것이 문제다

2,000년 전 예수 그리스도께서도 소금의 의미를 이야기하셨다. 신약 성경 마태복음 5장 13절에 보면 “너희는 세상에 소금이니 소금이 만일 그 맛을 잃으면 무엇으로 짜게 하리요. 후에는 아무 쓸데 없어 다만 밖에 버려져 사람에게 밟힐 뿐이니라”라고 했다. 소금의 의미를 다양하게 해석할 수 있지만 저는 '세상이 다 썩고 부패하더라도 너희는 썩지 말고 사람들의 모범이 되며, 사회가 혼탁해도 세상을 정화하는 소금의 역할을 하라는 의미로 본다.

소금은 음식을 썩지 않게 하는 힘이 있다. 질이 좋은 소금으로 김치를 담그면 10년을 묵혀도 맛있다. 여름철 태풍이 오면 빗물이 대량으로 바다에 들어가 갑작스럽게 부영양화 현상이 생기게 된다. 바다가 붉은색으로 바뀌는 적조현상을 사람에 비유하면 염증이라고 할 수 있다.

소금의 역할을 인문학적으로 풀어보면 부패방지위원장 내지는 사회정화위원장 정도 될 것이다. 새 정권이 들어섰으니 여러분께서 청와대 홈페이지에 부패방지위원장이거나 사회정화위원장으로 소금장수를 추천해 주시면 어떨까 싶다(웃음).

미국 교수 “소금 섭취 줄이니 고혈압 환자 늘어”

예수께서는 '소금이 그 맛을 잃으면 밖에 버려져 사람에게 밟힌다'고 했다. 소금이 맛을 잃을 일이 없

You could have all the delicacies in the world spread before you, but you couldn't swallow them or digest them without salt.

Some 2,000 years ago, Jesus Christ spoke of the meaning of salt. In the New Testament, Matthew 5:13 reads, “You are the salt of the earth. But if the salt loses its saltiness, how can it be made salty again? It is no longer good for anything, except to be thrown out and trampled underfoot.” There could be many interpretations. The way I see it is this: “Even if the whole world goes bad and corrupt, you should remain exemplary to others, and act like salt that can help purify the world.” Salt has the preserving power for food. With quality salt, even kimchi fermented for 10 years can have a fantastic taste. If a typhoon hits in the summer, large amounts of rain water will fall into the sea for a sudden eutrophication. A red tide for the ocean is akin to inflammation for human.

U.S. Professor says, ‘Less Salt Consumption Led to Hypertension’

Jesus Christ said salt without saltiness would be thrown out and trampled underfoot. But salt would never lose its taste. But Jesus Christ's concern came true in Korea. Salt has lost its taste. That's because some weird type of salt came out some 40 years ago. Bay salt from Korea's west coast is made by drying salt in the sun. But starting in the 1970s, pure sodium chloride, gathered from electrolysis of the East Sea waters, came to be used. The government categorized bay salt into minerals and prohibited it from being used for food. Sodium chloride came to be known as refined salt and has been used for food instead.

It was only nine years ago that the Korean law on managing salt has been revised to the law on fostering the salt industry, allowing bay salt to be consumed after

지 않은가. 그런데 예수님의 말씀이 우리나라에서 이뤄졌다. 소금이 맛을 잃었다. 40여 년 전 이상한 소금이 나타나면서부터다. 우리나라 서해안 천일염은 햇볕을 이용, 바닷물을 증발시켜 만든다. 그런데 1970년대부터 동해안 바닷물을 전기분해해 만든 순수 염화나트륨을 소금으로 사용하기 시작했다. 심지어 정부는 천일염을 광물질로 분류해 식품에 사용하지 못하도록 법으로 규제했고, 그 대신 순수 염화나트륨을 정제된 소금이라고 부르며 식품에 사용하게 했다.

우리나라 염관리법이 소금산업육성법으로 개정되고 천일염을 식품에 편입시켜 먹을 수 있도록 한 것은 불과 9년밖에 되지 않는다. 그전에는 식품으로 사용할 수 없었다. 정제된 소금은 화학물질인 순수 염화나트륨, 즉 'NaCl'이라 음식을 만들면 쓰고 엄청 짜다. 이런 문제를 해결하기 위해 조미료를 섞은 것이 맛소금이다.

우리나라는 순수 염화나트륨을 섭취하도록 법까지 만들었지만 미국은 반대로 상원의원들이 흰 소금의 위해성을 연구하고 분석한 보고서를 의회에 제출했다. 1975년 미 의회는 국민의 성인병 문제가 심각한 사회 이슈로 떠오르자 에드워드 케네디 상원의원과 조지 맥거번 상원의원을 공동위원장으로 하는 '국민영양 및 의료문제 특별위원회'를 설치해 성인병의 원인을 밝히고자 했다. 이를 위해 전 세계 30여 개국 약 280명의 석학들과 미국의 대학, 영국의 왕실연구소까지 참여해 2년 동안 현대인의 질병의 원인을 연구, 분석했다. 무려 5,000페이지에 달하는 이 보고서는 1977년 1월 4일 미 의회에 보고됐다. '맥거번 리포트'라고 불리는 이 보고서에 따르면 현대인의 질병은 잘못된 식생활로 인해 발생하는 것이며 오백식품(五白食品)이라고 불리는 다섯 가지 해로운 물질을 줄이거나 피할 것을 권고했다. 이것이 흰 설탕, 흰 소금, 화학조미료, 흰 밀가루, 흰쌀이다. 이처럼 미국은 정제된 흰 소금을 피할 것을 권했지만 우리나라는 법적으로 섭취하도록 했다. 소금이 건강

all. Refined salt, or 'NaCl' in the periodic table, is extremely salty when used on food. And to reduce such saltiness, some seasoning has been added to what we call seasoned salt.

While Korea was making the laws to let people eat sodium chloride, the United States' senators actually submitted to the Congress a research paper on risks of white salt. In 1975, the U.S. Congress, with lifestyle diseases having emerged as a serious problem, formed the U.S. Senate Select Committee on Nutrition and Human Needs in 1975, headed by George McGovern and Edward M. Kennedy. It was tasked with finding the causes of those diseases. For that, some 280 academics from about 30 nations, along with U.S. collegiate and British royal research institutions, studied and analyzed those causes for two years. And the resulting report, 5,000 pages long, was submitted to the Congress on Jan. 4, 1977. The 'McGovern Report' concluded that the Americans' diet was the main cause of the problem, and it listed five hazardous foods to avoid: white sugar, white salt, chemical seasoning, white flour and white rice. As you can see, the U.S. recommended refined white salt be avoided, but Korea actually made it a law to consume it. The notion that salt carries health risks is all due to sodium chloride. If you consume white salt in large amounts, it will increase your blood pressure and damage mucous membranes in your stomach. It's not so much salt itself; it's what type of salt you consume. Even when you contract diseases because you've been eating NaCl, they tell you to stop taking salt. That's troublesome. Inaccurate research into salt and wrong perception of salt have made us avoid it. Now, the Korean government is running campaigns to encourage people to stop eating sodium.

The World Health Organization's recommendation for

에 해롭다는 인식은 바로 순수 염화나트륨 때문이다. 이 흰 소금을 다량 섭취할 경우 혈압을 높이고 위 점막을 해친다. 결국 소금의 문제가 아니라 소금의 종류에 따른 질의 문제이다. 정확히 말해 소금 아닌 소금, 즉 'NaCl'을 먹어서 병에 걸렸는데 소금을 먹지 말라고 하니 이것이 문제다. 소금에 대한 잘못된 연구, 잘못된 인식이 소금을 기피하게 만들었다. 우리나라 정부에서도 염화나트륨 섭취를 줄여야 한다는 캠페인을 벌이고 있다.

세계보건기구의 나트륨 1일 섭취 권고량은 5g 이하이다. 그러나 미국 고혈압학회 회장을 지낸 알버트 아인슈타인의대 마이클 앨더만(Michael H. Alderman) 교수는 "1만 3,000명의 고혈압 환자를 대상으로 추적조사를 한 결과 나트륨 섭취를 1g 줄이니 10만 명의 고혈압 환자가 늘어났다"며 "소금 섭취가 고혈압의 원인이라고 할 수 없다"고 했다.

바른말 하면 손가락질받는 의료계 풍조

우리나라 의료계는 국민건강 증진과 관련해 바른 말을 하지 못하는 풍조가 있다. 그런데 우리 몸에 바른말을 하는 세포가 있다. 이 세포는 "상감마마 이렇게 정치하시면 아니 되옵니다"라고 직언하는 세포다. 바로 암세포다. 이형기 시인의 '낙화'라는 작품에 보면 '가야 할 때가 언제인가를 분명히 알고 가는 이의 뒷모습은 얼마나 아름다운가'라는 구절이 있다. 가야 할 때 가는 것이 세상 이치이지만 암세포는 그렇지 않다. 적극적으로 버티고 가야 할 때 가지 않는다. 몸에 이상이 있다는 것을 적극적으로 알리는 것이다. 그런데 의료계는 이를 적으로 간주해 공격·파괴·제거한다. 이것은 적적(積積)이다. 독일의 자연주의 의학자 안드레아스 모리츠는 《암은 병이 아니다》라는 책을 통해 이것이 잘못된 폐단임을 지적했다.

세상은 참의료를 깨닫고 인류를 구하기 위해 바른 말을 하는 이들의 말에 귀 기울이지 않는다. 알고도 모른 척한다. 심지어 무엇이 문제인지 인식조차 하지 못한다. 이제 '참의료'라는 화두를 깨달아야 한다.

daily intake of sodium is under 5g. But Dr. Michael H. Alderman of Albert Einstein College of Medicine, former head of the American Society of Hypertension, said his follow-up study of 13,000 hypertension patients showed that a decrease of sodium consumption by 1g led to 100,000 more hypertension patients. He concluded that salt consumption couldn't be regarded as a cause for high blood pressure.

Getting Criticized for Saying the Right Things

It's hard to say the right things about national health in Korea. But we all have cells that dare speak the right words to our body. These cells mince no words. They are cancerous cells. In a poem titled 'Nakhwa' (Fallen Flowers), Lee Hyung-ki wrote, "How beautiful it is to see someone who leaves clearly knowing when to leave." You're supposed to know when your time is up, but cancerous cells aren't like that. They stick around and send all sorts of signals that there's something wrong with your body. But medical doctors see them as targets to attack, destroy and remove. That's a deep-rooted evil.

The world won't listen to those who want to save the mankind by saying the right things. The world pre-



참의료라 함은 반드시 질병의 문제를 근본적으로 해결하는 효능·효과가 증명되어야 한다. 그리고 그 방법이 순리적이고 자연적이어야 한다. 항암제와 같이 인공·조작·화학적 방법을 사용해 암과 싸우면 사람의 생명력이 약해진다. 면역력이 떨어지면 자연 치유 능력이 사라지게 되는데 어떻게 사람이 살 수 있겠는가.

인산 선생의 의학 철학은 세상의 의학과 다르다. 지금까지의 의학은 투병 중심이었다. 병과 싸웠고, 바이러스와 싸웠고, 세균과 싸웠다. 그러나 인산 선생은 병을 일으키는 원인균보다 인체의 방어력인 생명력을 강화해 예방을 해야 한다는 것을 강조했다.

《신약》 책은 의학 혁명의 시발점이 될 것

여러분이 지금까지 막연히 가지고 있던 의료에 대해 생각을 바꿔야 한다. 폴란드 천문학자인 코페르니쿠스의 《천체의 회전에 관하여》라는 책이 과학 혁명의 도화선이 됐듯 인산 선생의 《신약》 책은 앞으로 진행될 의학 혁명의 시발점이 될 것이다. 인산 선생의 의학은 투병의학이 아닌 상생과 양생의 의학이다. 병과 싸우는 의학이 아니라 생명력을 키우는 의학이다. 이것은 '자동설을 믿느냐, '천동설을 믿느냐 하는 차이만큼이나 크다.

마지막으로 당부하고 싶은 말이 있다. 선가에 내려오는 '한로축괴(韓盧逐塊) 사자교인(獅子咬人)'이라는 가르침이 있다. 중국의 명견 중 명견인 한로가 아무리 명견이라고 해도 개는 저한테 돌멩이를 던지면 돌멩이를 쫓지만, 백수의 왕인 사자는 돌멩이를 던진 사람을 물어버린다는 뜻이다. 돌을 던진 사람을 물어야 다시 돌멩이에 맞을 일이 없기 때문이다. 병도 마찬가지다. 병에 걸리면 병이 생긴 원인을 찾아 해결해야 다시는 병에 걸리지 않는 것이다. 병이 나를 괴롭히지만 내 몸의 생명력이 강하면 병에 걸리지 않는다. 참의료는 생명력을 강하게 한다. 참의료인 인산 의학의 의미와 가치를 깨달아 120세 천수를 건강하고 행복하게 누리시길 기원한다. (E)

tends not to hear such people. Sometimes, it doesn't even recognize what the problems are. You have to take note of the 'true medicine.' Such a form of medicine must be able to offer effective ways to cure fundamental problems of diseases. And they must be rational and natural. If you take anti-cancer drugs and other artificial or chemical steps to battle cancer, then it will only weaken you. And if your immune system suffers, then it will cost you your ability to heal naturally. You wouldn't be able to live like that. Insan's philosophy in medicine is different from the one of the rest of the world. So far, the focus has been on struggles. We've been fighting disease, viruses and bacteria. But Insan has insisted that we have to strengthen our own defense to prevent such diseases in the first place.

《Shinyak》 Will Set Off Medical Revolution

You have to shed yourself of whatever ideas you may have about medicine. Just as «On the Revolutions» by the Polish astronomer Nicholas Copernicus set off a scientific revolution, Insan's «Shinyak» will be the starting point for a medical revolution. Insan isn't about struggles; it's about coexistence and cure. And the difference is as large as the one between the heliocentric theory and the geocentric theory. Let me stress one last thing. There is an old Zen saying about how even the finest of dogs will chase a stone if one is thrown at his direction. But when you throw one toward a lion, then the lion will bite the person who threw it. If you attack that person, then you'll never have a stone at you again. It's the same with diseases. If you get sick, you have to find the cause so as not to be sick again. And if you have enough life inside you, you won't contract diseases. I hope you will all see the value of the true medicine and live a happy and healthy life until 120. (Insan)

自然治愈真医疗 拯救你的生命

大家一定要懂得如何守护自己的生命。直到现在,如果认为自己宝贵的生命应交给医院,那就需要打破这一想法。要真正懂得依据宇宙万物秩序的真医疗真理,守护大家以及家庭的健康。过去三十年来,我一直强调并宣传盐对我们健康的重要性,但要走的路还很漫长。不久前,我在安东做过一次特别演讲。安东的腌制青花鱼非常有名,所以中午就去吃腌制青花鱼。可万万没想到,竟出来一个没有咸味的青花鱼。腌制就等于放盐,而青花鱼没有放盐。哪怕是山珍海味,如果不放盐就吃不上去,不仅很难吞下去,吃进去也消化不好。盐有防治饮食腐烂的功能。使用质量好的盐腌渍泡菜,过十年也很好吃。夏天刮台风,雨水大量进入大海,突然就产生富营养化现象。海水出现赤潮的现象,如果比喻成人的话,可以说是炎症。海水之所以不会腐烂,就是因为海水中有盐。如果用人文学来解释盐,可以说成盐是防腐败委员长或社会净化委员长。2000年前,耶稣基督曾经说过,“如果盐失去其味,就会被丢在外面,被人践踏”。盐是不会失去其味吧?不过盐失去了味道,那就是四十多年前出现奇怪的盐后,其味道就有变化。上世纪七十年代开始,韩国就把东海岸海水电解制成纯氯化钠,并称它为盐而使用。政府将把纯氯化钠替代天然盐,称它是精制盐,并允许在食品上使用。精制盐是化学物质“NaCl”,使用

它烹饪饮食,饮食就会变苦、特别咸。为隐藏这一事实,混合调料而制成就是味精盐。韩国制定法律让人们吸取纯氯化钠,而美国恰恰相反,制定证明白盐危害性的“麦高文报告(McGovern Report)”,议会对其进行调查。盐对身体有害的认识,起因就是纯氯化钠。正确地说,因吸取“NaCl”而得病,却说不能吃盐。就这样,因为对盐的错误研究以及错误认识,使人们开始回避盐。世界不理睬、不用心听为了让人们懂得真医疗、为拯救人类而说实话、直言的话。现在,需要真正领悟“真医疗”这一话题。真医疗务必须要证明治愈疾病根源的功绩与效果,而且其方法一定要顺其自然。如果使用抗癌剂等人工、操作、化学的方法,与癌症作战,人的生命力就会变得虚弱。仁山先生的医学哲学与世间的医学截然不同。截至目前,医学就是与病魔作斗争为主治疗,就是抗病、抗病毒、抗细菌。可是,仁山先生比起引起疾病的原因菌,更加注重强调增强人体防御力的生命力,从而预防疾病。一旦患上疾病,就要找患病原因并根治其原因,才能不再患上疾病。疾病虽然折磨人体,但身体的生命力越强,就不会患上疾病。真医疗就让生命力更加顽强。真诚祝愿,懂得真医疗——仁山医学的意义及价值,健康享受120岁自然天寿。(E)



눈은 800가지 공덕 귀는 1,200가지 공덕 목소리의 힘

글 조용헌(동양학자, 건국대 석좌교수) 사진 조선일보 DB

소리는 에너지를 지니고 있다. 소리는 인간의 여섯 가지 감각기관 중에서 귀(耳根)를 통해서 인체 내부로 들어온다. 감각기관 중에서 눈(眼根)은 빛(色)을 보지만, 귀는 소리를 듣는다. 사람에게 가장 영향을 많이 미치는 요소는 빛과 소리이다. 그러므로 눈과 귀가 중요한 비중을 차지할 수밖에 없다. 여기서 한 걸음 더 들어가면 눈보다도 귀가 더 비중을 차지한다. 왜냐하면 눈은 뒤에 있는 것은 보지 못하지만, 귀는 뒤에서 들리는 소리도 들을 수 있기 때문이다. 《능엄경楞嚴經》에서는 눈은 800가지 공덕을 지니고 있지만, 귀는 1,200가지 공덕을 지니고 있다고 설파한다.

귀가 눈보다 400가지 공덕이 더 많은 것이다. 소리마다 반응 부위가 다르다. 어떤 소리는 사람의 상단전上丹田을 자극하여 활성화시킨다. 어떤 소리는 중단전中丹田을 자극한다. 어떤 소리는 하단전下丹田을 자극한다. 하단전

은 성적인 에너지를 주관하는 부위이고, 중단전은 기(氣)가 강하고 약하고를 주관하는 부위이고, 상단전은 섬세한 정신 작용을 담당하는 부위이다. 하단전이 발달한 사람은 체력이 좋고, 중단전이 발달한 사람은 결단력이 강하다. 상단전이 발달한 사람은 머리가 좋고, 창의력이 뛰어나다. 어느 단전이 발달했느냐에 따라 선호하는 소리도 각기 다르다.

옛그제 경기도 화성에 있는 옥란재玉蘭齋에서 바리톤 우주호를 비롯한 '바보음악가들' 12인의 공연이 있었다. 넓은 극장이 아닌 50평 남짓의 좁은 실내에서 남자 성악가들 목소리를 동시에 듣기는 처음이었다. 공간이 좁으니까 소리의 에너지를 실감할 수 있었다. 가장 높은 음의 테너 소리는 상단전을 자극했다. 바리톤은 가슴 부위의 중단전을, 그리고 가장 낮은 음의 베이스는 하단전을 자극했다. 마치 무협지에 나오는 무술의 고수들이 한꺼번에 쏟아내는 장풍掌風을 온몸으로 받는 듯한 느낌을 주었다. 그 장풍을 맞으니까 오르가슴이 찾아왔다. 먹고산다고 고생하면서 쌓인 삶의 찌꺼기를 씻어내는 효과라고나 할까. 불경기일수록 음악을 들어야만 재생의 에너지를 공급받을 수 있다는 결론을 얻었다. 인간의 육성에서 나오는 소리는 힘을 준다. ㉠

공해시대 암·난치병 치료의 활로 열어준

다시 없을 혁명적 의서《神藥》



죽염 산업의 도래를 촉발한 대저서《神藥》. 이 책을 대한 사람들은 우선 책의 두께에 놀란다. 그리고 제대로 읽은 사람들은 이후로 두 번 더 놀란다. '이렇게 쉬운 치료 방법이 있었구나!' 하는 놀라움이 그 첫 번째이고, '책에 적힌 묘방을 따른 암·난치병 환자들이 회복되는 광경을 목격했을 때 느끼는 놀라움이 두 번째다.

글 박흥희(건강 칼럼니스트) 사진 양수열



1986년 《神藥》이 출간되자 형식적인 의료가 아니라 실제로 사람을 살리는 의료에 대한 사람들의 요구가 분출되기 시작했다. 생사의 갈림길에 선 사람들, 병실에서 퇴출된 가망 없는 환자들이 《神藥》에 매달려 살고자 아우성을 쳤다. 《神藥》은 예상을 뒤엎고 한 달 만에 초판 4,000부가 모두 소진돼 재판에 들어간다(2017년 현재까지 약 70만 부 판매)

‘주변에 무궁무진한 양의 영약靈藥을 쌓아둔 채 이 땅의 수많은 사람이 지금 이 순간에도 각종 질병으로 죽어가고 있다. 이 책은 억울한 죽음을 가능한 한 막아보려는 의도에서 쓰였다.’

1986년 6월 15일 세상에 첫선을 보인, 세계 의학사에 한 획을 그으며 등장한 혁명적 의서 《神藥》의 서문 중 일부다. 인산의학 창시자인 인산 김일훈(金一勳·1909~1992) 선생은 일생 동안 체험과 연구, 구료救療 활동을 통해 터득한 병자病者 살리는 비결秘訣을 차남 윤세(인산의학 계승자·現 인산가 회장)에게 구술口述로 전해 책으로 남긴다. 선생의 나이 78세 무렵의 일인데, 그 책이 바로 《神藥》이다.

인산 선생이 책의 서문에서 언명言明했던 것처럼 마른 명태, 토종 오이, 쏘나무 등 치료약이 널려 있는 데도 여전히 사람들은 암에 걸려 비싼 돈을 들여가며 치료 여행을 다니다 끝내 숨을 거둔다. 이런 안타까운 현실은 30년 전 그때나 지금이나 크게 다를 바 없다.

《神藥》책 속에는 우리나라 산야山野에 즐비한 천연 자연물을 약으로 활용하는 지혜가 가득 담겨 있다. 선생이 밝힌 대로 ‘억울한 죽음을 막아보려는’ ‘활인구세活人救世’ 정신에 입각한 사람 살리는 비결이 책갈피마다 들어 있는 것이다.

새 생명 출발書이자 암·난치병 종말의 書

《神藥》에는 암을 비롯해 공해시대에 찾아오는 각종 현대 질병 및 난치병을 치료하는 탁월한 처방들이 실려 있다. 이 책은 주변에 흔하게 널린 재료를 가지고 너무도 쉽게 병을 고칠 수 있는 방법을 적고 있다. 그렇기 때문에 이해하기 힘든 의료용어를 일상적으로 들어온 현대인들에게는 오히려 뭔가 살짝 의구심이 드는 면도 있을 것이다. 하지만 그런 의구심은 오래가지 않는다. 책을 읽다 보면 책에 적힌 처방대로 실천할 수밖에 없을 것이고, 그렇게 하다 보면 인산 선생의 해안에 무릎을 치게 될 테니까 말이다. 솔직히 이것은 필자의 경험이기도 하다.

《神藥》이 출간되자 형식적인 의료가 아니라 실제

로 사람을 살리는 의료에 대한 사람들의 요구가 분출되기 시작했다. 생사의 갈림길에 선 사람들, 병실에서 퇴출된 가망 없는 환자들이 《神藥》에 매달려 살고자 아우성을 쳤다. 《神藥》은 예상을 뒤엎고 한 달 만에 초판 4,000부가 모두 소진돼 재판에 들어간다(2017년 현재까지 약 70만 부 판매). 이어 책을 읽은 사람들이 인산 선생이 기거 하던 초막으로 구름처럼 몰리기 시작했다. ‘난치병 환자들의 종착역’인 열 평 남짓한 초막은 전국 각지에서 찾아온 환자들로 붐볐다. 하루에 보통 100~200여 명의 환자들이 방문했고, 집 앞은 물론 도로까지 승용차들로 북새통을 이루었다. 인산을 찾아온 환자들 가장 흔한 질병은 ‘암’이었다. 인산은 그들의 말을 끝까지 다 듣고 난 후 약화제를 불러주곤 했다. 아픈 환자나 그 가족들은 대부분 이튿날 병원들을 돌아다니다가 마지막 한 가닥 실오라기 같은 희망을 품고 인산을 찾아온 사람들이었고, 인산은 그들에게 생명의 빛이 돼 주었다. 그 모든 것이 《神藥》책으로부터 비롯된 일이었다.

이전에도 없었고 앞으로도 없을 불멸의 大저술

《神藥》은 어떻게 세상의 빛을 보게 되었나? 인산은 1981년 12월 말 경남 함양으로 낙향하여 후세에 전할 《神藥本草》를 구상하는 한편 물어 물어 찾아오는 환자들을 구제하였다.

당시 《불교신문》 기자로 재직하던 김윤세 회장은 매주 토요일마다 서울에서 함양으로 내려와 아버지 인산의 구술을 받아 적었다. 그러는 한편, 정리한 구술을 아버지에게 다시 감수를 받아 《수행인의 건강학》이란 제목으로 《불교신문》에 연재하였다. 4년 동안의 구술 정리 및 감수가 끝나고 비로소 책 한 권의 원고가 완성되었다.

전세금 400만 원으로 이룬 70만 부의 기적

그러나 당장 책을 출판할 돈이 없었다. 당시 김윤



세 회장은 아버지 일생의 업적이 될 저서 출간을 위해 화곡동 집 전세금 400만 원을 빼 출간 비용으로 충당하고 월세방으로 이사했다. 1986년 6월 15일, 드디어 인산의학과 그 사상을 현대적인 문장으로 옮긴 한 권의 책이 출간되었다. 그 책이 바로 의학의 패러다임을 바꾼 혁명의 의학적 《神藥》이다.

《神藥》출간 직후부터 ‘죽염소동이’ 벌어졌다. 독자들로부터 ‘죽염을 구할 수 있느냐’는 문의전화와 빗발쳤다. 사정이 급한 사람들이 찾아와 죽염을 내놓으라고 하는 바람에 일부 가지고 있던 죽염은 순식간에 바닥이 났다. 죽염을 구하지 못한 사람들이 ‘구할 수도 없는 것을 책에다 그렇게 써놓은 것은 너무 무책임한 일이 아닌가?’ 하고 따지는 사태가 벌어졌다. 사람들의 죽염 생산 요청이 자못 심각한 정도에 이르자 당시 김윤세 회장은 함양으로 달려가 부랴부랴 죽염을 굽기 시작했다. 정확히 30년 전, 드디어 죽염이 세상의 빛을 보게 되는 순간이었다.

1987년 8월 27일, 김윤세 회장은 아버지 인산을 모시고 함양군 유림면 옥매리 1095-16번지에서 세계 최초로 죽염 제조 산업화의 첫 불을 땀다. 인산 선생이 죽염을 발명한 지 반세기가 지난 후야 비로소 법적 테두리 안에서 인산의학의 현대적 계승이 이루어진 것이다. 이 모든 일 또한 《神藥》이라는 한 권의 책으로부터 비롯된 것이었다. ㉑

2017 인산가

유황 토종 발마늘

클래스가 다른 마늘이 1년 만에 돌아왔습니다!

인산가 유황 토종 발마늘은 시중에 판매되는 마늘과의 비교를 거부합니다.
외래종은 말할 것도 없고, 토종이라 해도 다 같은 마늘이 아닙니다.
인산가는 태안농업협동조합과 '태안 토종 유황마늘 납품 협약'을 맺고,
태안토종유황발마늘연구회에서 생산하는 질 좋은 유황 토종 발마늘을 제공합니다.
특히 인산 선생의 가르침대로 구운 발마늘 죽염 요법을 실천해
건강을 유지하고 되찾으려는 분이라면,
제대로 재배해 약성이 높은 인산가 유황 토종 발마늘을 선택하십시오.



유황 뿌린 비옥한 흙에서 키워
마늘 본연의 맛과 향을
가득 담고 있는
유황 토종 육쪽 발마늘!

●유황 토종 발마늘 특상품
1박스 (3kg) ₩70,000

●유황 토종 발마늘
1박스 (3kg) ₩56,000



- ★본 주문은 예약 주문 건으로 7월 하순부터 출고됩니다.
- ★재고 소진 시 주문이 불가합니다.
- ★예약분은 보관상의 문제로 순차적으로 전량 발송될 예정입니다.

▲ 인산가 유황 토종 발마늘을 곁에 두고 오래도록 싱싱하게 드시는 방법

- 1 수령 직후 마늘을 박스에서 꺼내어 바람이 통하는 망에 담아
통풍이 잘 되는 곳에 보관해 주시기 바랍니다.
- 2 마땅한 보관 장소가 없다면, 김치냉장고에 보관하시는 것도
오래도록 마늘의 싱싱함을 유지시키는 비결입니다.

Tip

인산 세라믹 용기로
발마늘을 간편하게 구워 드세요

인산 세라믹 용기에 발마늘 7~8개를 껍질째 넣고
전자레인지에 5~6분 돌리면
간편하게 구운 발마늘을 드실 수 있습니다.

인산 세라믹 용기 ₩33,000



지리산자연학교 8박 9일 힐링캠프

삼시 세끼를 인산의학 스타일로 호호~깔깔! 웃음꽃이 피었습니다

지난 6월 17일부터 25일까지 경남 함양군 일대에서 지리산자연학교 8박 9일 힐링캠프가 진행됐다. 각자의 생활을 떠나 지리산 산세 아래에서 함께 지내며, 캠프 기간 동안 오로지 인산의학을 실천하는 이번 힐링 프로젝트에 15명의 인산 가족이 함께했다.

글 김효정 사진 정춘근 인산연수원 실장



지리산자연학교 8박 9일 캠프의 하루는 아침 8시부터 시작됐다. 9회 죽염과 서목태 간장으로 맛을 낸 인산의학식 상차림으로 아침 식사를 한 후 9시가 돼 본격적인 오전 프로그램이 진행됐다. 보통 오전에는 지리산 주변이나 둘레길 트레킹을 하고 오후에는 함양 주변의 관광명소를 둘러보는 일정이었다. 죽염제조장 견학도 하고, 도시락 싸서 지리산 백무동 한신계곡에 트레킹도 다녀왔다. 남원 광한루에서 춘향이와 이몽룡처럼 품을 잡고 사진도 찍었다.

15명 참가... 건강 식단과 맞춤형 특강

6월의 지리산 8박 9일 캠프에 참가한 15명의 인산 가족은 두 쌍의 부부를 제외하곤 모두 혼자였다. 이들 중에는 암 선고를 받고 병원 치료를 받다가 중단한 사람, 아예 병원 치료를 받지 않은 사람도 있었다. 몇 개월 시한부를 선고받고 인산의학으로 건강을 회복한 사람도 있었다. 처음 만나는 사이에 서먹한 것은 첫날 잠시, 비슷한 생각과 고민들을 나누고 좋은 데서 좋은 것만 먹으며 지내서인지 모두들 금

세 한 가족처럼 친해졌다.

물 좋고 공기 좋은 곳으로 산책을 다녀오면 김윤세 인산가 회장의 '내 안의 의사를 깨워라' '내 안의 자연이 나를 살린다' 건강 특강과 우성숙 인산연수원장의 '암을 이기는 우리 밥상' '쫄쫄 체험 사례' 특강을 들었다. 인산 선생의 일대기를 담은 영상과 '죽염의 날' 영상은 참가자들이 인산의학을 더 깊이 이해하는 데 도움을 줬다. 알차게 짜인 프로그램에 맞춰 인산의학식으로 지내는 동안 참가자들은 하루에 9회 죽염 40g, 죽마고우 60g, 유황오리진액골드 4포씩을 마셨고, 삼시 세끼 인산의학 스타일의 음식을 먹었다. 컨디션이 안 좋으면 산해진미가 앞에 있어도 목구멍에서 넘어가지 않는 법인데, 참가자들은 매 끼니 밥그릇을 싹씩 비워냈다.

우성숙 원장 "한라산에서도 캠프 열고 싶어"

어떤 방해도 받지 않고 오롯이 몸과 마음의 치유에 집중하고자 모인 참가자들인 만큼 준비된 프로그램의 한순간도 놓치지 않으려 적극성을 보이기도 했

다. 사흘쯤 지났을 때는 낮빛이 좋아지고 생기가 도는 것을 서로를 보며 확인했다. 참가자 중 뇌종양으로 시한부 선고를 받고 큰 수술을 한 후 인산식 섭생으로 건강을 회복한 이성표씨는 "매 끼니 최고급 건강식과 함께 죽염과 유황오리진액을 먹으며 조금씩 달라지는 컨디션을 느낄 수 있었다"며 "다 함께 웃놀기도 하고 춤도 추면서 매일매일 실컷 웃을 수 있어서 참 좋았다"고 캠프의 후기를 전했다.

캠프를 이끌고 있는 우성숙 인산연수원장은 "암 진단을 받고 낙담한 주부, 예전만 못한 체력 탓에 여름나기가 두렵다는 가장, 내 몸을 위해 평생 처음으로 휴가를 낸 직장인 등 다양한 동기를 갖고 계신 분들이 모여 캠프를 시작했는데 치유와 회복을 경험하며 모두 밝은 얼굴이 되어 귀가를 하셨다"며 "참가자분들끼리 친해지셔서 자유시간에도 정자나 벤치에 삼삼오오 모여 즐겁게 이야기를 나누시는 걸 보며 지리산과 설악산뿐 아니라 제주 한라산에서도 자연학교 캠프를 진행해야겠다는 결심을 했다"고 말했다. 



8박 9일간의 즐거운 캠프 현장

내 안의 의사가 나를 살리는 것이 무엇지를 톡톡히 알게 해준 '지리산 자연학교 8박 9일 캠프-인산의학으로 살아가기' 프로그램 참가자들의 표정이 밝다. 매일 9회 죽염, 죽마고우, 유황오리진액을 챙겨 먹고 다른 지역으로 이동하는 날에는 인산식으로 짭짤 채운 최고급 도시락을 챙겨 나갔다. 걷다가 만난 뽕나무에서 오디도 따먹고 힘들면 어디든 털썩 주저앉아 쉬어갔다. 깔깔 웃고 마음대로 춤을 추다 보니 스트레스도 다 날아갔다. 캠프 마지막 날, 소금 발포 시간엔 다들 헤어짐을 아쉬워하며 '집에서도 인산의학으로 살기'를 다짐했다.



전심전력 專心專力! 내 몸 살리기 8박 9일 프로젝트

전심전력(專心專力) 온 마음과 온 힘을 다 기울임

설악산과 지리산에서 인산食으로 몸 고치고 인산式으로 마음까지 건강해지는 8박 9일 프로그램

8박 9일 프로젝트를 이끌어 갈 우성숙 원장은 30년 전 우연히 《神藥》 책을 읽은 후 인산의학에 매료되어 지금까지 《神藥》 책에 적힌 대로 실천하고 자연치유를 추구하며 건강하게 살고 있는 자연인이다. 인산의학에 비롯해 죽음 등 인산의학의 여러 가지 건강법을 행복하게 실천하며 살아가는 인산연수원 원장이자, 설악산자연학교의 주인장이기도 하다.

지리산자연학교 8박 9일 힐링캠프 안내

캠프 일시	7월 15일(토) 오후 5시 입소 ~ 23일(일) 오후 1시 종료
내용	• 8박 9일간 인산의학으로 살아가기 • 날마다 하루 죽염 40g, 죽마고우 50g, 유황오리진액 골드 4포 제공 • 식사 9회 죽염 · 서목태간장으로 조리 • 아름다운 지리산 둘레길 트레킹
준비물	세면도구, 편한 복장, 편한 신발, 모자, 배낭, 물병, 물컵
교통편	버스 : 서울(남부, 동서울) → 함양터미널 → 택시로 20분 자가용 : 내비게이션에 '인산연수원' 검색
장소	경상남도 함양군 함양읍 삼봉로 292-90 인산연수원 (다음 · 네이버에서 '인산연수원' 검색)

신청/문의 010-9000-3931

설악산자연학교 8박 9일 힐링캠프 안내

캠프 일시	7월 29일(토) 오후 5시 입소 ~ 8월 6일(일) 오후 1시 종료
내용	• 8박 9일간 인산의학으로 살아가기 • 날마다 하루 죽염 40g, 죽마고우 50g, 유황오리진액 골드 4포 제공 • 식사 9회 죽염 · 서목태간장으로 조리 • 아름다운 계곡과 탁 트인 동해 바닷길 및 숲속길 트레킹
준비물	세면도구, 편한 복장, 편한 신발, 모자, 배낭, 물병, 물컵
교통편	항공: 김해→양양공항→택시로 20분 버스: 동서울터미널→설악산 오색정류장(2시간 20분 소요)→걸어서 5분
장소	강원도 양양군 서면 안터길 42-1 (다음 · 네이버에서 '설악산자연학교' 검색)

신청/문의 010-9000-3931

시금치 90kg 먹어야 마그네슘 1,000mg 흡수

죽염엔 인체 필수 56가지의 미네랄 함유

여름철 등산객의 저체온증 사고가 해마다 반복된다. 지난 6월 10일 한라산을 등반하던 50대 남성이 저체온증을 호소해 해경 헬기로 긴급 후송한 일이 있었다. 빠른 조치로 생명이 지장은 없었지만 인적이 드문 등산로에서 발생했다면 자칫 큰 사고로 이어질 뻔했다.

미네랄 부족하면 불규칙한 심박,
구토, 호흡곤란 생겨

등산객의 저체온증 사고 원인은 여러 가지가 있을 수 있지만 더운 날씨에 과도한 등산으로 인한 미네랄 부족에 무게를 두고 있다. 경련과 호흡곤란 등 전형적인 미네랄 부족 증상을 보였기 때문이다. 과도한 땀 배출은 급격한 체력 저하를 불러온다. 땀 속에는 수분뿐만 아니라 인체 대사 및 생리활동에 필요한 나트륨, 칼슘, 마그네슘 등과 같은 전해질 등 미네랄 성분이 포함된다. 미네랄은 몸속 세포들이 정상적으로 작동하도록 돕는데, 미네랄이 부족하게 되면 현기증이나 불규칙한 심박, 구토, 호흡 곤란 등이 생긴다.

급성저나트륨혈증도 저체온증 사고 원인이 될 수 있다. 저나트륨혈증은 몸속에 염분이 부족해서 발생한다. 혈액 속의 나트륨 농도는 평소 1ℓ당 140mmol로 일정하게 유지된다. 뇌하수체와 신장에서 이를 정교하게 조절하기 때문이다. 그런데 염분이 땀과 함께 다량 배출돼 농도가 135mmol 아래로 떨어지면 저나트륨혈증이 온다. 등산객들이 갈증을 해소하기 위해 한꺼번에 많은 양의 물을 마시게 되면

우리 몸은 염분 농도를 조절하기 위해 소변이나 구토 등으로 수분을 계속 배출시킨다. 이를 의학용어로 '자발적 탈수'라고 한다. 이것이 반복되면 체내 나트륨 농도가 떨어져 저나트륨혈증이 생길 수 있다. 저나트륨혈증이 발생해 쓰러진 환자에게 수액을 놓으면 빠르게 기력을 회복한다. 0.9%의 생리식염수에 포도당이 함유된 수액은 쉽게 말해 약한 소금물이다. 몸속 나트륨을 보충하는 것이다.

여름철 1℃ 오를 때마다
사망률 15.9%씩 증가

폭염이 계속되면 나이가 70~80대 이상의 어르신 사망 사고도 늘어난다. 나이가 들면 신체 기능은 점차 떨어져 폭염 같은 외부 스트레스를 이겨내는 힘

미네랄 Mineral이란?

인체의 성장과 생명 유지 및 생식에 있어 반드시 필요한 무기질 영양물질. 인체나 식품에 함유된 원소 중 산소(O), 탄소(C), 수소(H), 질소(N)를 제외한 원소의 총칭. 인체 구성 성분 중 미네랄이 차지하는 비중은 4%밖에 되지 않는다. 나머지 96%는 O, C, H, N 등 4원소가 차지한다. 탄수화물, 지방, 단백질은 물론 물, 비타민 등 영양소는 화학물질의 혼합물로 생물체 내에서 합성이 가능하지만 미네랄은 인간을 포함한 지구상의 어떤 생물체도 스스로 합성하지 못하기 때문에 반드시 식품을 통해 섭취해야 하는 필수 영양소이다. 인간에겐 60가지 미네랄, 16가지 비타민, 12가지 필수 아미노산, 3가지 필수 지방산 등 매일 90가지 영양소가 필요하다.

SPECIAL
THEME

죽염 미네랄이 더위를 잡는다

무더위가 본격적으로 시작되는 7월은 건강하게 여름나기를 준비하는 시기다. 높은 온도에서 장시간 땀을 흘렸는데 물과 미네랄을 적절히 보충하지 않으면 저체온증이나 탈수증, 저나트륨혈증 등 각종 여름 질병에 노출될 수 있다. 과도한 땀 배출로 인해 부족한 미네랄을 확실하게 보충해 줄 방법은 무엇일까?

글 한상현 일러스트 이철원 참고도서 (죽은 의사는 거짓말을 하지 않는다)(조엘 월레)



은 약해진다. 특히 여름철 일사병이나 열사병은 무더위로 인해 발생하는 뇌의 체온조절중추의 기능장해에서 비롯된다. 초기엔 두통, 현기증 등의 증상을 동반하고 졸음이 몰려온다. 그러다가 체온이 40도 이상 급상승해 일시적으로 의식을 잃을 수 있다.

여름철 과도한 땀의 배출은 체력 저하의 주요 원인이다. 여름철 무기력증이 오는 것도 땀을 통해 인체 필수 영양소가 배출된 후 제대로 보충되지 않기 때문이다. 이는 직접적인 사망 사고로 이어질 수 있다. 국내 대학의 연구 논문에 따르면 무더운 여름 체력 저하는 면역력을 떨어뜨려 사망률을 높인다고 한다. 이화여자대학교 예방의학교실 박혜숙 교수팀에서 '폭염이 사망률에 미친 영향'을 분석한 연구 결과를 보면 인명피해가 발생하기 시작한 29.2℃에서 1℃ 오를 때마다 사망률은 15.9%씩 증가한 것으로 나타났다.

여름철 건강은 비단 어르신들만의 이야기가 아니다. 건강한 성인들도 고른 영양소 섭취가 이뤄지지 않으면 건강에 적신호가 켜질 수 있다. 7월부터 본격적인 휴가철이 시작되면 몸매 관리에 신경을 쓰는 젊은이들이 늘어난다. 날씨의 영향으로 옷이 짧아지고 얇아지게 되면 숨어 있던 군살이 드러나게 된다. 때문에 다이어트를 통해 체중 감량을 시작하게 된다. 그러나 짧은 기간 동안 살을 빼는 가장 효과적인

방법이 금식인지라 대부분 음식 섭취는 하지 않은 채 운동에 매달린다. 무작정 굶는 방법은 미네랄이나 비타민 등 필수 영양소 부족으로 피부 탄력이 떨어지고 활성산소가 증가해 노화가 촉진될 수 있다.

여름철 떨어진 체력을 보충하기 위해 제일 먼저 찾는 것이 보양식이다. 그러나 이보다 더 간단한 해결법은 체내에서 배출된 미네랄을 충분히 보충하는 것이다. 미네랄을 올바르게 섭취하려면 미네랄의 속성을 알아야 한다. 미네랄은 세 종류로 구분된다. 첫째, 금속성 미네랄이다. 굴껍데기, 달걀껍데기, 탄산염, 진흙 등에 함유된 금속성 미네랄은 35~40세 성인 기준 체내 흡수율이 3~5%밖에 되지 않는다.

시중에서 판매되는 유산염 칼슘 제품을 하루 한 알 1,000mg을 섭취한다고 가정해 보자. 1,000mg의 유산염 칼슘 알약 중 250mg만이 금속성 칼슘이고 나머지 750mg은 유당이다. 250mg에서 10% 미만이 흡수가 된다고 보면 결국 25mg 이하의 유산염 칼슘을 섭취하는 것이다. 하루 2알을 먹는다고 해도 50mg밖에 되지 않는다. 따라서 하루 필요한 양을 보충하려면 적어도 90알의 칼슘 정을 먹어야 한다. 매끼 30알씩 먹어야 가능한 것이다.

시판 영양제엔 필수 미네랄 10여 종 그쳐

두 번째는 킬레이티드(chelated) 미네랄이다. 금속성 미네랄이며 표면에 아미노산, 단백질, 효소를 이용, 금속원자를 둘러싸게 해 체내 흡수율을 40%나 높인 것이다.

마지막 세 번째는 콜로이드 미네랄이다. 체내에 가장 효과적으로 흡수되는 미네랄이다. 무려 98%가 흡수된다. 킬레이티드 미네랄보다 2배 이상 높다. 콜로이드 미네랄은 작은 미립자로 적혈구의 7000분의 1의 크기다. 각 미립자마다 마이너스 전기를 띠고 있는데 우리 내장(臟)의 벽은 플러스 전기를 띠고 있어 장의

내벽에 전기적 힘으로 이끌리게 돼 흡수가 잘 된다.

몸에 흡수가 잘 되는 콜로이드 미네랄은 식물을 통해 섭취할 수 있다. 식물은 콜로이드 미네랄의 저장소이기 때문이다. 식물도 자체적으로 미네랄을 만들어 내지 못하기 때문에 땅에서 뽑아 올린다. 식물은 이를 액체 상태로 식물섬유를 만들고 인간이 이 미네랄을 섭취하는 것이다. 문제는 식물에 함유된 미네랄의 양이다. 예를 들어 마그네슘을 자연 상태 그대로 섭취하려면 엽록소가 많은 녹색의 채소로 먹어야 한다. 마그네슘은 엽록소의 한 분자이기 때문이다. 대표적인 녹황색 채소 시금치 4.5kg에는 약 1g의 엽록소가 들어 있는데 그중 마그네슘은 단 50mg에 불과하다. 하루 1,000mg의 마그네슘을 섭취하고자 할 때 이를 시금치로 보충하려면 매일 90kg을 먹어야 한다. 그러나 농토에 있는 미네랄 고갈로 인해 이마저도 섭취하는 것이 쉽지 않다.

시중엔 비타민과 미네랄이 함유된 종합영양제가 다양하게 출시돼 있지만 인체 필수 미네랄 종류가 10여 종에 불과해 턱없이 부족하다는 것이 전문가들의 지적이다.

미네랄 전문가로 노벨의학상 후보에도 올랐던 미국의 조엘 월렉 박사에 따르면 "에완전용 사료에는

40가지의 미네랄이 들어 있으며 실험용 마우스의 먹이에는 28가지 미네랄이 들어 있지만 아이들이 먹는 분유에는 11가지 미네랄밖에 들어 있지 않다"고 했다. 조엘 박사는 가장 완벽에 가까운 형태의 60가지 콜로이드 미네랄을 모두 섭취하는 방법을 《죽은 의사는 거짓말을 하지 않는다》라는 그의 책에 소개했다. 미국 남부 유타주의 선사시대 계곡에 남아 있는 7,500만 년 전 건초를 채취해 정제된 지하수에 담근 후 콜로이드 미네랄을 추출해 섭취하는 것이다. 그러나 구하기도 어려울 뿐만 아니라 가격대가 높게 형성돼 쉽게 섭취하기 어렵다.

여름엔 미네랄이 필수... 미네랄은 단연 죽음

최근 흥미로운 논문 하나가 나왔다. 인산죽염에 얼마나 많은 미네랄이 들어 있는가를 알아보기 위해 해외 연구 기관에 분석을 의뢰한 결과가 담겨 있다. 국내 D대학교 이모 교수 연구팀이 진행한 이 연구는 인산죽염 속에 인체가 필요로 하는 미량원소가 얼마나 들어 있는가를 분석한 것이다. 이 논문에 따르면 측정 가능한 60종의 원소 중 산소, 질소, 수소, 탄소를 제외하고 56종의 원소가 인산죽염에서 확인됐다. 이번 연구는 일본 식품연구소 실험실과 미국 갈브레이스 분석회사의 실험실에 교차 의뢰해 분석한 것이다. 이번 연구를 통해 죽염이 콜로이드 미네랄을 대체할 수 있는 또 다른 미네랄 공급원으로서의 가능성이 입증됐다.

미네랄은 항생제처럼 며칠 복용하다가 그만두는 처방약과 근본적으로 다르다. 산소가 우리의 생명 유지에 절대적인 것처럼 미네랄도 건강을 유지하는데 반드시 필요한 영양소다. 특히 여름철 과도한 땀 배출로 인해 떨어진 체력을 회복하고 면역력을 높여 건강한 삶을 살기 위해선 죽염을 가까이 두고 늘 섭취하는 것이 바람직하다고 볼 수 있다. 





눈병·탈수·벌레 물린 데·설사·일사병 죽염 하나로 깔끔히 '올킬'

여름이 되면 무더위를 피해 산이나 바다로 휴가를 떠난다. 야외활동이 늘면서 접하게 되는 다양한 여름철 질환을 죽염으로 해결하는 방법에 대해 알아본다.

글 한상헌 그림 서터스톡 참고도서 《죽염요법》(김운세 著)

1 물놀이하다 눈병에 걸렸을 때

여름철 더위를 피해 물놀이장을 찾을 때 안과 질환에 주의해야 한다. 특히 아이들은 물놀이할 때 물속에서 눈을 뜨는 경우가 많아 자칫 유행 결막염에 걸리기 쉽다. 물놀이를 다녀온 후 눈이 가렵거나 눈곱이 끼고, 눈을 뜨고 감을 때 이물감이 느껴진다면 유행 각결막염을 의심해 볼 것. 보통 안과에서는 항생제나 스테로이드성 안연고 등을 처방한다. 그러나 굳이 항생제를 쓰지 않고도 죽염수를 만들어 눈에 넣어 세척해 주면 해결된다.

눈 세척용 죽염수 만들려면

▶ 죽염을 생수나 증류수에 1:5 비율로 섞어 녹인 후 거름종이로 거르면 맑은 죽염수가 된다.



2 무더위로 탈수증이 왔을 때

날씨가 더워지면서 체온이 급격히 오르는 것을 막기 위해 우리 몸은 땀을 배출한다. 이때 배출된 땀만큼 수분과 미네랄이 보충되지 않고 장시간 방치되면 탈수증이 발생할 수 있다. 탈수 증상으로 손발이 저리는 근육통과 심한 갈증, 두통과 구역질이 나온다. 의식을 잃는 경우도 있다. 땀을 통해 나트륨 등 전해질이 부족해 탈수증이 생기면 응급치치로 0.9%의 나트륨이 함유된 수액(링거)을 혈관에 투여한다. 하지만 나트륨 이외의 미네랄은 보충되지 않기 때문에 죽염을 먹는 것도 방법이다.



배출된 미네랄 보충하려면

▶ 고체 죽염을 입에 넣고 녹여 먹거나 생수 300ml에 가루 죽염 한 스푼을 넣고 녹인 후 마신다.

3 모기 등 벌레에 물렸을 때

더위를 피해 산이나 강, 바다로 떠나는 여름휴가는 생각만 해도 즐겁다. 그러나 모기나 벌 등 벌레와의 일전은 피할 수 없다. 모기에 물리면 가려움증을 참지 못해 손으로 긁거나 침을 바르기도 한다. 손톱으로 눌러 열십자 모양을 내기도 한다. 모기에 물리거나 벌에 쏘이는 등 해충의 피해를 입으면 가루 죽염을 물에 녹인 물죽염을 바르면 된다. 가려움증도 해결되고, 부기가 금세 가라앉는다.



가려움증 해결하려면

▶ 고체 죽염을 침으로 녹여 바르거나 물죽염을 발라주면 가려움증과 부기가 가라앉는다.

4 상한 음식 먹어 설사할 때

기온이 올라가면 음식이 쉽게 변질되기 때문에 식품 관리에 주의해야 한다. 냉장고에 보관 중인 음식이라 하더라도 오래되면 상하기 때문에 섭취 전 꼭 확인해야 한다. 음식이 상하면 식중독을 유발하는 살모넬라와 대장균 등이 서식할 수 있기 때문이다. 음식이 상한 줄 모르고 섭취를 했을 때 우리 몸은 거부반응이 일어나 토를 하게 되고 장 속에 있는 내용물도 밖으로 내보낸다. 이때 필요한 것이 죽염이다.



설사 멈추게 하려면

▶ 생강과 감초를 달인 물과 함께 죽염을 먹거나 큰 호두 3개의 속살을 오래 씹어서 먹는다.

5 일사병으로 실신했을 때

더운 곳에서 장시간 일하거나 직사광선을 오래 쬐면 두통, 현기증, 저혈압 등이 생기는데 이를 일사병이라고 한다. 체온을 조절하는 중추신경의 활동이 멈추면서 생기는 증상이다. 체온 조절에 필요한 혈류량은 증가하는데도 심장으로부터의 혈액 송출이 필요량을 따라가지 못하기 때문에 심할 때는 실신할 수 있다. 특히 어린이와 노인의 경우 위험성이 높기 때문에 가급적 야외활동 시 주의해야 한다.

부작용 없이 안정시키려면

▶ 원감초 2냥(75g)을 물에 넣고 달인 후 가루 죽염 1돈 반(약 6g)을 타 마시게 한다.



6 몸에 땀띠가 났을 때

땀을 많이 흘리며 일을 할 때 피부에 붉은 발진이 생길 수 있다. 흔히 땀띠라고 부르는 이 피부 발진은 자연 치유되지만, 가렵고 따갑기 때문에 참지 못하고 손으로 긁게 된다. 이럴 경우 세균이 침투해 덧날 수 있다. 특히 아이들은 성인에 비해 땀샘의 밀도가 높고 피부 면적당 열 배출량이 많아 땀띠가 잘 생긴다. 몸을 씻어 환부의 땀과 노폐물을 제거한 후 통풍이 잘 되는 옷을 입어 더 이상 덧나지 않게 한다.

땀띠를 후유증 없이 없애려면

▶ 가루 죽염에다 난반을 적당량 섞은 후 물에 진하게 개어 환부에 펴 바른다.



7 여름철 심해진 무좀 잡을 때

무좀 환자들에게는 여름이 두렵다. 땀이 많이 나는 여름이면 숨어 있던 무좀균이 기승을 부리기 때문이다. 생명을 지장을 주는 병은 아니지만 가려움증과 발 냄새를 동반하기 때문에 타인에게 불쾌감을 주는 등 삶의 질을 떨어뜨린다. 또한 재발률이 높아 완치되기 어려운 생활 질환 중 하나다. 대부분 무좀 치료에 항진균제나 스테로이드제 연고를 사용하지만 근본적으로 문제를 해결할 수 없다.

무좀에서 벗어나려면

▶ 느릅나무의 껍질(유근피)을 달인 물에 죽염을 녹인 후 발을 씻고 주기적으로 바른다. ㉔

간장은 사랑입니다

무더운 여름, 땀을 뻘뻘 흘리며 지게 한 짐 가득 소꼴을 베어 신고 온 손자를 본 할머니는 부라부라 장독으로 뛰어갑니다.

잘 익은 조선간장을 국자에 떠 온 할머니는 물 한 대접에 간장을 타서 저으며 손자에게 마시라고 건네줍니다.

땀으로 빠져나간 염분(전해질)과 미네랄을 보충하는 동시에 갈증도 해결하는 조상의 슬기로운 지혜를 엿볼 수 있는 장면이 아닐 수 없습니다.

요즘 젊은이들이나 운동선수들이 즐겨 마시는 전해질 보충 이온음료의 옛날식 버전이 '간장 물'이었던 셈입니다.

재래식으로 담근 조선간장은 사랑입니다.



인산가 협력업체 콜마비엔에이치 공장을 가보니

익모초진액·왕느릅나무진액 생산 최상의 처방과 첨단 설비가 만나다



인산가에서 판매하는 진액 제품 중 새롭게 출시된 익모초진액과 왕느릅나무진액은 협력업체인 콜마비엔에이치(Kolmar BNH)를 통해 제조되고 있다. 훌륭한 기술력과 최상의 설비 시설로 건강 기능 식품의 개발·생산을 담당하는 콜마비엔에이치 음성공장을 방문해 인산가 진액류의 제조공정을 취재했다.

글 김효정 사진 이신영

죽염포도당·코코아맛 홍화씨도 만들어

세계 최초로 죽염을 산업화한 인산가는 죽염을 비롯한 대부분의 주요 제품을 인산가 본사가 위치한 경남 함양군 내 인산연수원과 농·공장에서 자체 설비를 활용해 생산하고 있다. 자연으로부터 난 원재료들의 고유 성분을 살리면서 인산 선생의 처방을 그대로 실천하는 것이 인산가 제품 제조의 기본 방침이다. 그렇기에 인산가 직원들은 하루 8시간 이상씩 소나무 장작불 앞에 서 있어야 할 때도 많은데, 아무리 정성과 시간이 들더라도 정석대로 만드는 것 역시 인산가의 고집이다.

인산가는 이와 같은 생산 기본 방침을 고수하면서 더 다양한 제품을 여러 제형으로 만들기 위해 각 부



- 1 콜마비엔에이치 FDP 사업 부문을 이끌고 있는 음성공장 전경.
- 2 익모초진액·왕느릅나무진액 제조 설비.
- 3 인산가 제품의 연구를 맡고 있는 박민우 식품과학연구소 대리.

들어 더욱 깊고 진한 맛을 낸다. 왕느릅나무는 예부터 약용으로 많이 사용해 온 약재로 《신약본초》에는 ‘황토의 신비’라 기록되어 있다.

“원재료 영양과 고유의 품미 살리는 데 중점”

콜마비엔에이치는 한국원자력연구원과 한국콜마의 공동 출자로 2004년 설립된 선바이오텍이 2013년 한국푸드팜과 합병하며 세워졌다.

콜마비엔에이치에서 인산가 제품의 연구를 맡고 있는 박민우 식품과학연구소 대리는 “철저한 품질 관리와 사후 관리로 고객사 만족을 높이는 데 최선을 다하고 있다”며 이렇게 설명했다.

“인산가 진액 제품의 경우 추가로 배합되는 재료가 거의 없기 때문에 원재료의 유효성분을 최대한 추출하는 데 초점을 맞추고 있습니다. 추출 시의 온도와 시간에 따라 추출액의 결과물이 다르는데, 원재료 고유의 품미를 고스란히 담은 최상의 맛을 찾기 위해 인산가 직원분들과 여러 차례 협의하는 과정을 거쳤습니다. 또 추출 후 살균·포장하는 과정에서 공기 접촉을 차단해 혹시 모를 제품 손상을 막고 있습니다.”

문에 특화된 협력업체를 선정, 그들이 가진 기술력과 최상의 설비를 활용하기도 한다. 그중 콜마비엔에이치는 익모초진액과 왕느릅나무진액, 죽염포도당 2종, 맛있는 홍화씨·코코아맛의 생산을 맡고 있다. 인산 익모초진액은 ‘어머니를 이롭게 한다는’ 뜻을 가진 익모초에 황기·당귀·천궁·백작약·숙지황·대추·감초·생강·감초 등 몸에 이로운 재료를 혼합해 만든 제품으로, 계피 외에는 모두 국산 재료를 사용해 그 품미와 맛이 깊고 진하다. 익모초는 허리 아프고 손발 찬 데 특히 좋으며, 어혈을 풀어주고 혈액순환을 도와 남녀 구분 없이 건강 증진에 도움 된다.

인산 왕느릅나무진액은 100% 국내산 왕느릅나무를 추출해 만든 진액에 오직 9회 죽염만을 더해 만

인산가 왕느릅나무진액&익모초진액 이렇게 만들어요

01 철저한 위생 관리

진액 제조 현장에 접근하기 위해서는 모두가 위생복으로 갈아 입고 반드시 에어샤워기를 통과해야 한다.



06 파우치에 진액 담기

제품 파우치에 진액을 담는다.

02 액상 추출

4m 높이의 추출기에 원재료를 넣고, 100℃ 이상 고온에서 8시간 이상 추출한다. 탕약기에 약재를 넣고 달이는 과정이라 생각하면 쉽다.



07 밀봉하여 마감하기

진액이 외부 공기에 노출되지 않게 꼼꼼히, 2단계를 거쳐 밀봉한다.

03 모든 재료 배합

원재료 외에 다른 재료가 들어간다면 배합기에서 모든 재료를 섞는다. 왕느릅나무진액의 경우 이때 죽염을 넣어준다. 배합 후 살균하여 필터를 거치면서 찌꺼기가 걸러진다.



08 중량 체크

녹색 벨트를 지나는 동안 제품의 중량이 자동 체크된다. 정량 미달이거나 초과될 경우 벨트 아래로 제품이 떨어진다. 이 단계에서도 직원이 직접 눈으로 포장상태를 확인한다.

04 관리 및 확인

원재료에서 액상을 추출하는 전 과정은 자동화되어 있지만, 매 단계 직원들이 직접 눈으로 확인하며 시스템 및 액상 상태를 관리한다.



09 파우치 포장 완성

익모초진액도 왕느릅나무진액과 동일한 과정을 거쳐 제품화된다.

05 마지막 필터링

액상이 제품화되기 전에 식약처의 HACCP 인증받은 필터로 또한 번 필터링을 한다. 혹시라도 남아 있을지 모를 불순물을 제거는 과정이다.



10 박스 포장

파우치를 박스에 넣어 포장하는 단계는 직원들이 책임진다. 이 때도 박스당 정량이 포장됐는지 거듭 확인한다.

인산가 '죽염견과'

여름휴가떠나기 전, 가방에 쏙~
우리 가족 위한 프리미엄 영양 간식

국내산 검은콩, 잣, 대추의 고소한 맛과 풍미가 일품입니다.
구운 아몬드에 죽염으로 간을 해 입맛 살리는 짭짤함을 느끼실 수 있습니다.
여름철 온 가족 건강 간식, 인산가 죽염견과로 간단하게 해결하세요.



100% 국산 재료에 죽염으로 양념한 인산가 ‘죽염 포기김치’

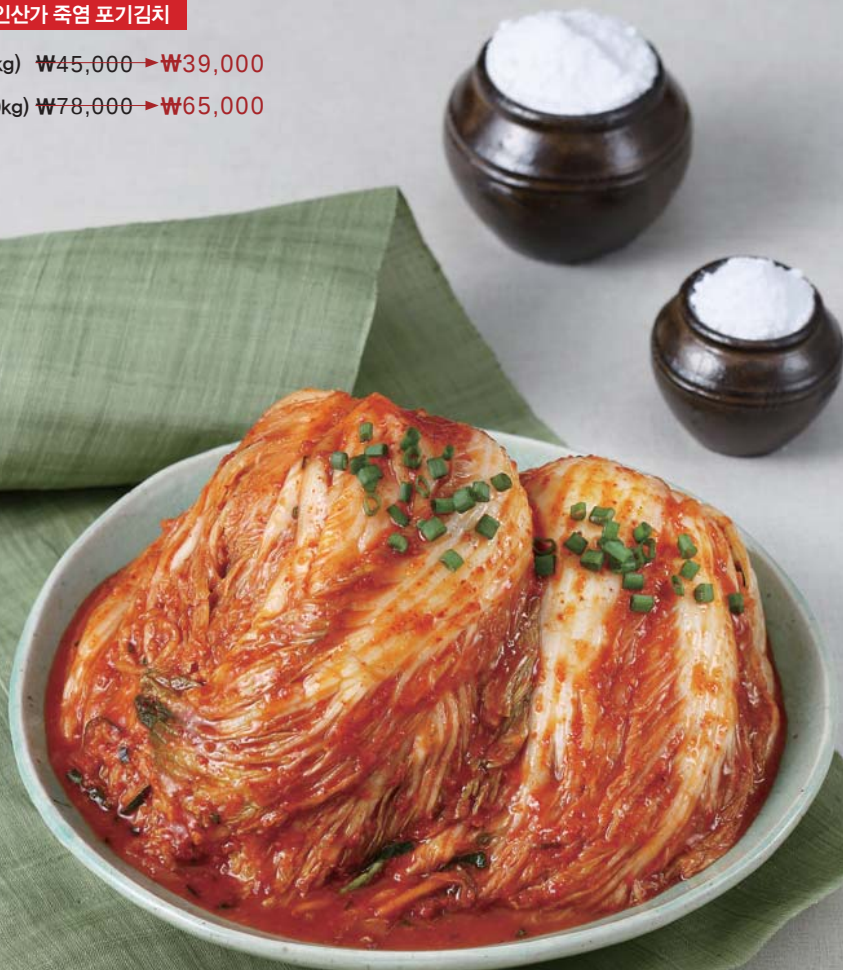


노지 재배한 배추를 죽염에 절여 깨끗이 씻은 후,
국산 고춧가루와 무채, 갓, 젓갈, 죽염 등 갖은 양념으로 버무린 김치소를
배춧잎 사이사이에 넣어 정성스럽게 담갔습니다.
간간하고 철저한 위생관리는 물론, 시원하고 상큼한 맛까지 일품입니다.

인산가 죽염 포기김치

(5kg) ₩45,000 → ₩39,000

(10kg) ₩78,000 → ₩65,000



식약처 HACCP에 의거하여 원료 선정부터
제조·출하·유통까지, 과학적이고 체계적인
위생관리를 통해 정성껏 만듭니다.

소화 안 되고 더부룩할 땐

윤기 흐르는 들기름 찰밥 한 그릇

인산 선생은 《신약》에서 ‘찰밥에 들기름을 쳐서 먹으면 각종 질병 치료와 건강 증진에 여러 가지로 도움이 된다’며 약성의 원리와 효과에 대해 설명했다 (98페이지).

참쌀은 수기水氣로 화한 수정水精의, 들기름은 화기火氣로 화한 화신火神의 조화가 풍부한 영양식품인데, 참쌀만으로 지은 찰밥에 더운 기운을 품은 들기름을 적당량 섞으면 이 둘의 기운이 서로 만나서 크게 더운 기운으로 변한다는 것이다.

《신약》에는 ‘이때 이뤄지는 상승효과를 통해 살충해독殺蟲解毒하며 지악생신去惡生新하며 보음보양補陰補陽하며 대보음기大補陰氣하는 등의 여러 가지 작용을 한다’고 적혀 있다. 몸의 염증을 없애고 기운을 돌우는 데 도움을 준다는 것이다. 또 《신약》에는 들기름 찰밥을 오래 먹으면 ‘위장의 부담이 줄고 소화 기능이 좋아지며 몸이 가벼워지고 수명이 늘어난다’고 적혀 있다.

생것 그대로 착유해 만든 인산가 생들기름

불포화지방산이 많이 함유된 들기름은 혈중 콜레스테롤을 낮춰 동맥경화증 등의 성인병을 예방하는데 효과적이다. 이와 같은 들기름의 효능은 이미 잘 알려져 있어, 앞서 말한 인산 선생의 가르침에 대해서는 모르더라도 좋은 들기름을 먹고자 하는 이가 많다.



인산가에서 만드는 생들기름은 원재료가 가진 좋은 성분을 파괴하지 않기 위해, 통들깨를 볶지 않고 생것 그대로 단 한 번만 착유해서 기름을 낸다.

보관을 위한 첨가물이 일절 들어 있지 않기 때문에 특수 설계된 이중 밀폐 용기를 사용해 공기 유입을 적극 차단, 약 90일 동안 신선도를 유지할 수 있게 했다. 글 김효정 사진 양수열

《신약》 속 들기름 찰밥 먹는 법

1. 찰밥을 지을 때 물이 잦을 무렵 들기름 5손가락을 넣고 뚫을 뚫인다.
2. 뜨거울 때 먹는 것이 좋다. 100일간 계속 들기름 찰밥을 먹으면 더욱 좋다.
3. 중병 환자이거나 100일이 지나도 몸이 좋아지지 않으면 저녁식사만이라도 들기름 찰밥을 먹는다. 날계란 2개를 섞어 비벼 먹으면 원기 회복에 도움이 된다.

자정수에 65kg의 재료 담아 소나무 장작으로 불 때고

땀과 정성으로 빚은 '명품 생강고'

많이 기다렸다. 《신약본초》에 소개된 생강엿이 드디어 제품으로 출시됐다. 생강고生薑膏는 언제 어디서든 누구나 쉽고 간편하게 먹을 수 있는 제품이지만, 생강고를 만드는 과정은 결코 간단하지 않다. 오랜 시간 땀과 정성을 들여 만드는 생강고 제조 현장을 가보았다.

글 한상현 사진 한준호

인산 김일훈 선생은 평소 생강감초탕을 즐겨 마셨다. 공해독을 해독하는 데 생강이 으뜸이라며 죽염과 함께 상복했다. 가정에서 손쉽게 인산의학학을 실천할 수 있는 방법이기도 하다. 그런데 아이들은 잘 먹지 않는다. 약이라고 하면 손사래부터 친다. 인산가에서 남녀노소 생강감초탕을 즐길 수 있도록 달달하고 먹기 좋은 엿을 만들었다.

남녀노소 누구나 쉽게 먹을 수 있는 생강고

인산가에서 새롭게 출시한 생강고生薑膏는 《신약본초》에 소개된 인산 선생의 묘방 중 하나다. 생강과 감초, 대추, 건도라지까지 넣고 24시간 정성 들여 만들었다. 인산 선생은 생강고를 먹으면 화공약독을 해독해 병을 이길 수 있는 힘이 생긴다고 했다.

생강고에는 주재료인 생강이 무려 40kg이 들어간

다. 가마솥에 가득 찬다. 여기에 약재나 음식물을 중화시키는 대추, 해독력이 있는 감초와 건도라지가 추가된다. 무쇠가마솥에 넣고 소나무 장작불로 한약 달이듯 푸욱 달이면 생강감초탕이 된다. 이렇게 달인 생강감초탕을 엿으로 만들어 아이들부터 비위 약한 어른까지 누구도 거부감 없이 먹을 수 있다.

생강감초탕을 엿으로 만들기 위해선 엿기름이 필수 재료다. 찹쌀죽에 천연소화제인 엿기름을 넣고 삭히면 위장 계통에 문제가 있는 분들도 부담 없이 먹을 수 있는 생강식혜가 된다. 이를 삼베보자기에 두 번 걸러 다시 은근한 불에서 졸이면 생강고가 완성된다. 생강고가 완성되기까지 한시도 쉴 틈 없이 꼬박 6시간을 서서 주걱으로 저어줘야 한다. 자칫 늘어붙기라도 하면 폐기해야 하기 때문이다. 생강고는 이렇게 24시간 땀과 정성을 들여 만든 인산가의 자랑이다. ㉠

생강고에 들어가는 특급 재료들

생강 40kg
건도라지 1.8kg
감초 300g
대추 600g
찹쌀 15kg
엿기름 7.5kg

총 65.2kg + 자정수 120ℓ



24시간 정성 담은
수제 명품 생강고
이렇게 만들어요



1. 자정수 채우기

깨끗하게 세척한 가마솥에 감로수가 함유된 자정수를 담는다. 수질검사가 끝난 지하 암반수라 믿음이 간다.



2. 가마솥에 재료 넣기

생강, 감초, 대추 등 재료를 자정수로 세척한 다음 가마솥에 넣는다.



3. 소나무 장작으로 불 때기

물과 재료가 솥에 담기면 소나무 장작으로 가마솥에 불을 넣는다. 무쇠로 만든 솥이라 달구어지는 데 시간이 걸린다.



4. 생강 진액 저어주기

가마솥이 끓기 시작하면 생강 등 재료들이 아래로 가라앉기 때문에 주기적으로 뒤집어주고 저어줘야 한다.



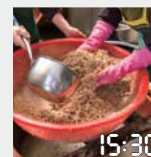
5. 생강 진액 거르기

6시간 정도 달인 생강 등을 체에 한번 거르고 다시 삼베보자기로 걸러 준수한 진액만 남기고, 술을 세척한 후 다시 넣는다.



6. 찹쌀 넣고 죽 만들기

잘 거른 생강 진액에 찹쌀을 넣고 죽이 될 때까지 끓인다. 이때 찹쌀이 솥에 늘어붙지 않도록 잘 저어줘야 한다.



7. 엿기름 내기

엿을 만들 때 핵심재료는 엿기름이다. 바구니에 마른 엿기름을 넣고 물을 뿌려 우윳빛 엿기름을 낸다.



8. 생강 죽 식히기

찹쌀 넣고 2시간 정도 끓이면 생강 죽이 된다. 불을 빼고 죽이 미지근해질 때까지 식힌다.



9. 엿기름 넣고 삭히기

생강 죽이 식으면 미리 내려놓은 엿기름을 넣고 삭힌다. 이 과정에서 온도 조절이 중요하다.



10. 삭힌 생강 죽 거르기

엿기름으로 6시간 삭히면 달달한 식혜가 된다. 이것을 고운 삼베보자기로 두 번 걸러 솥에 넣는다.



11. 생강 식혜 졸이기

생강으로 만든 식혜가 완성됐다. 엿을 만들려면 잘 졸여야 한다. 4시간을 꼬박 저어줘야 탄생하기 때문에 힘든 과정이다.



12. 따끈한 생강고 퍼내기

생강 식혜를 잘 졸여 짙은 갈색의 엿으로 바뀌면 고운 체에 걸러 통에 담는다.



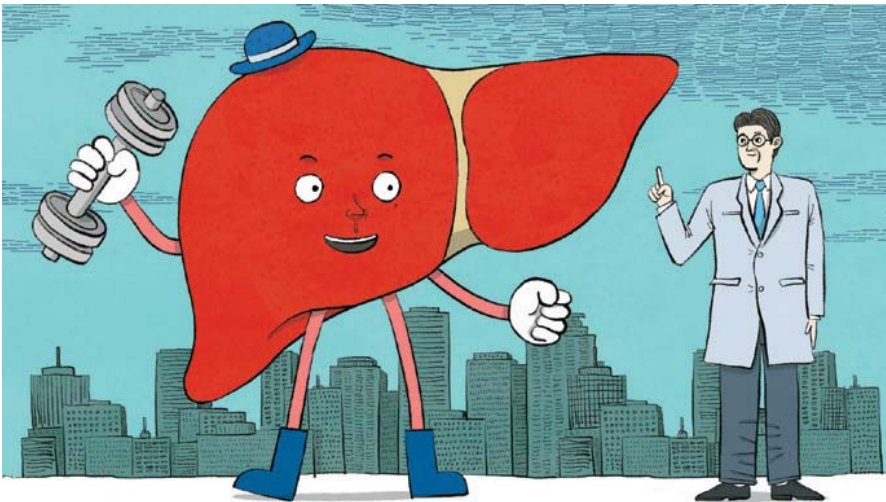
13. 식은 생강고 병에 담기

잘 식은 생강고를 손가락으로 뜨면 길쭉하게 따라 올라올 정도로 진하다. 소독된 유리병에 담으면 끝.

체내 해독에서 나쁜 세균 처리하는 면역 기능까지 우리 몸의 위대한 장기 간肝

간은 영어로 'Liver'라고 하는데 이 단어 속에서 간의 중요성을 발견할 수 있다. 'Live'는 '살아 있다'는 뜻인데 여기에 'R'을 붙여 의인화해 '살아 있는 사람'이라는 의미를 담고 있다. 우리 생명을 영위하는 데 중요한 역할을 한다는 뜻을 담고 있다. 간의 역할과 간 질환 초기 증상, 간에 좋은 음식들을 알아본다.

글 고재훈(약학박사) 일러스트 박상훈



인체의 화학공장... 청소부 역할 특출

간은 우리 몸에서 제일 큰 장기이다. 간은 '인체의 화학공장'이라 불리며 독소를 제거하는 해독 기능과 함께 여러 조직에서 필요한 영양소를 만드는 등 간이 하는 일은 아주 많다. 간은 간문맥 혈관을 통해 풍부한 영양분이 포함된 혈액이 들어가고, 간동맥 혈관을 통해선 산소가 포함된 혈액이 공급된다. 또 한편으로는 몸이 필요로 하는 여러 물질을 만드는 생산자이기도 하다. 간은 하루에 1리터씩 쓸개즙을 생산해 지방의 소화를 돕는다. 단백질 합성을 통해 혈액 응고 인자와 알부민을 만들어 저장한다.

간의 여러 기능 중에서 가장 중요한 것 중 하나가 해독 작용이다. 독성물질이나 노폐물을 무해한 성분으로 바꿔서 체외로 배출시키는 일을 한다. 한 예로 단백질 분해로 생기는 암모니아는 간에서 요소로 바꿔 소변으로 내보내는데 만약 간이 손상되어 이러한 기능에 문제가 생기면 암모니아 축적으로 인해 간성 혼수상태가 올 수 있다.

간은 독성물질뿐만 아니라 몸의 나쁜 세균을 처리하기도 하는데 간에는 균을 잡아먹는 쿠퍼 세포라는 특수 세포가 있어서 장에서 유입되는 나쁜 세균들을 파괴하는 면역 기능을 수행한다.

적혈구가 적절히 재활용되지 못하면 눈이나 피부에 황달이 나타날 수 있다. 간은 아주 훌륭한 저장 창고이기도 하다.

80% 손상될 때까지 이상 신호 안 보여

간은 소화기관을 거쳐 흡수된 포도당을 글리코겐으로 바꿔서 저장해 두었다가 필요할 때 다시 포도당으로 분해해서 쓰이도록 한다. 지방이 너무 많이 저장되어 간세포까지 파괴되는 경우를 지방간이라고 한다. 특히 술을 오랜 세월 너무 많이 마시면 알코올 분해 과정에서 생긴 유독물질 때문에 간세포가 만성적으로 손상되어 알코올성 간 질환이 생길 수 있다. 간경화, 바이러스성 간염 등 여러 간 질환의 방치에도 변이가 일어나 간암 등으로 발전할 수 있다.

간은 한 개이지만 생체이식이 가능하다. 간은 재생 능력이 좋은 만큼 자신의 80%가 손상될 때까지도 전혀 신호를 보내지 않는다. 그래서 '침묵의 장기'라고 불리기도 한다. 간 질환은 유독 남성들에게 많이 나타나는 질병이다.

간이 나빠지면 나타나는 증상들

간 기능이 저하되면 영양분을 합성하고 저장하는 대사의 기능이 떨어지게 된다. 그로 인해 인체 내에 에너지가 부족해지게 되고 간의 해독 작용이 정상 기능을 하지 못해 쉽게 피로해지고 집중력이 떨어지게 된다. 아무 이유 없이 목이 빠르거나 근육통이 자주 발생한다. 간이 안 좋아서 영양분 관련 대사를 제대로 수행하지 못하기 때문이다.

모든 일에 있어 의욕을 상실한다. 호르몬 대사를 제대로 수행하지 못하기 때문이다. 눈이 피로해지고 시력이 급격히 떨어진다. 비타민 대사를 진행하지 못하기 때문이다. 장에 가스가 차고 배가 나오며 변비 증상을 경험하게 된다. 소변의 색깔도 누렇게 냄새가 많이 난다. 간이 빌리루빈 대사를 제대로 하지 못하기 때문이다.

간에 좋은 생약 7가지

- 1. 결명자**
간을 깨끗하게 해주는 효과가 있다. 시력이 나빠지는 것은 눈이 아니라 간이 안 좋아졌기 때문이다.
- 2. 영경귀**
영경귀에 들어 있는 실리마린이라는 성분이 알코올을 분해하는 데 도움을 주며 지방간 질환을 개선해 주는 효과가 입증돼 간기능 개선제로 많이 쓰인다.
- 3. 헛개나무**
지방간은 물론이고 간 질환 예방부터 기능 개선에 도움을 주는 좋은 약재이며 알코올 해독제로 사용되고 있다.
- 4. 당근**
다양한 비타민을 다량 함유하고 있어 손상된 간세포 재생에 도움을 준다.
- 5. 토마토**
체중 조절에도 매력적인 채소지만 간의 재생 효과와 손상된 부분을 회복시켜 주는 데 좋다.
- 6. 바지락**
비타민과 칼슘, 나이아신이 함유돼 있어 간을 보호해 주는 식재료다.
- 7. 마늘**
마늘에는 알리신 성분이 다량 함유돼 있어 비타민B군의 흡수를 도와 체내 에너지 대사를 활발하게 해 간의 피로를 경감시켜 주며 세균 감염을 예방하는 효과가 있다.

간이 해독 작용을 제대로 하지 못하면 독소가 피부로 나타나 가려움, 부스럼, 종기, 기미, 피부반점이 생기게 된다. 뿐만 아니라 혈당량 조절이 안 되고 호르몬 대사의 불균형을 초래해 머리카락이 빠지고 빈혈이 발생할 수 있다. 방귀가 자주 나오고 냄새가 심해진다. 간의 지방 대사과 담즙산 대사가 원활하게 이뤄지지 않기 때문이다. 또한 간에서 혈액 응고 인자를 제대로 생산하지 못해 작은 충격에도 피멍이 들고, 코피가 자주 난다. 잇몸, 항문 등 약한 피부조직에서 출혈이 발생한다. ㉠

고재훈 박사

고재훈 박사는 조선대학교 대학원에서 약학박사 학위를 취득했으며, 미국 보스턴대학교 경영대학원을 수료했다. 전라북도 남원시약사회 회장, 남원중앙로타리클럽 회장을 역임했다. 전국 직장 및 단체 초청으로 500여 회 강연을 다닌 베테랑 건강생활 강사다. 남원에서 구세당 약국을 경영하고 있다.

나가오 가즈히로 《병의 90%는 걷기만 해도 낫는다》

오늘도 걷고 내일도 걸으면 내 건강은 어느새 '튼튼'

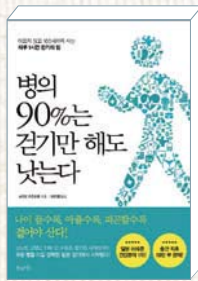
나가오 가즈히로 박사는 지난 20여 년간 환자를 진료하면서 중요한 사실 하나를 깨달았다.

대부분의 질병은 걷기만 잘 해도 치료된다는 것이다.

그는 실제 임상을 통해 밝혀낸 걷기의 효용성을 대담하게 풀어내고 있다.

글 서인원 일러스트 이철원

걷기가 몸에 좋다는 것은 누구나 아는 상식이다. 하지만 한 사람의 인생을 뒤바꿀 만큼 '특별'하다고 생각하지는 않는다. 나가오 가즈히로(長尾和宏) 박사는 걷기를 통해 몸과 마음을 단련하고 나아가 개인의 운명까지 좌지우지할 수 있다고 공언한다.



나가오 가즈히로 지음
이선정 옮김 / 북라이프
값 13,500원

걷기, 뇌를 일깨우는 지름길

우리는 걸을 때 호흡기를 통해 산소를 섭취한다. 또 근육을 사용하여 혈액이 순환되는 과정을 거친다. 자연스레 산소가 뇌에 고루 퍼지고, 뇌 내 신경세포가 자극받아 시냅스라는 신경세포의 접합부가 연장된다. 연장된 시냅스는 다른 신경세포와 이어져 또 다른 신경회로를 만들어낸다. 이런 순순환이 반복되면 두뇌 회전이 빨라지고 머리로 좋아진다.

일본 국립장수의료연구센터가 경도인지 장애 환자들을 대상으로 4년간 추적조사를 벌인 결과, 머리를 쓰며 운동할 때 치매 예방 효과가 큰 것으로 나타났다. 예컨대 '50부터 3씩 빼면서 걷기'와 '끝말잇기 하며 걷기' 같은 식이다. 치매가 진행 중일 때도 걷기의 효용은 여전하다. 걷기가 치매 원인 물질인 베타

아밀로이드가 뇌에 과도하게 들러붙는 것을 막아주기 때문이다.

걷기는 우울증에도 효과적이다. 사람은 걸을 때, 행복 호르몬이라 불리는 세로토닌과 교감신경계와 관련 있는 노르아드레날린이라는 호르몬이 증가한다. 이 두 호르몬이 부족한 상태가 바로 우울증이다. 저자는 이를 근거로 항우울제 등 약물을 최소화하고, 환자 개인에 맞는 걷기를 처방해 우울증을 치료해야 한다고 강조한다.

'바르게 걷기'는 '바른 자세'에서 출발

헬스장에서 웨이트 트레이닝할 때, 자세가 잘못됐다면 다치기만 하고 운동 효과는 제대로 얻지 못할 공산이 크다. 걷기도 마찬가지다. 주머니에 손을 넣거나 팔짱을 끼고 걷는다면 걷기의 효용을 제대로 누릴 수 없다. 그 효용을 최대한 출력하기 위해서는 '바르게' 걷는 것이 중요하다. 저자는 '바르게 걷기'는 '바른 자세'에서 출발한다고 이야기한다.

자세가 바르다는 말은 몸에 불필요한 부담을 주지 않고 서 있다는 것과 같다. 바른 자세가 무엇인지 알려면, 전신 거울을 옆에 두고 다음 방법을 따라 해볼

필요가 있다. 우선 턱을 가볍게 당기고 어깨가 굽지 않도록 가슴을 조금 내민다. 배는 내밀지 않는다. 등허리를 앞으로 구부리거나 뒤로 젖히지 말고 곧게 편다. 마지막으로 좌우 다리에 체중이 균등히 실리도록 똑바로 선다. 단전, 어깨뼈, 골반을 의식하며 따라 하면 한결 쉽다.

바르게 서는 법을 익혔다면 다음은 걷기다. 걷는 행위를 언뜻 다리에만 의존하는 일로 오해할 수 있다. 그러나 하체에만 집중해 걸으면 힘이 몰려 더 빨리 지친다. 무릎과 발목에도 좋지 않다. 온몸으로 체중을 분산시켜 걸어야 한다.

이때 유념할 부위가 팔꿈치다. 팔꿈치를 뒤로 충분히 당기며 걸으면 어깨뼈가 같이 움직이므로 상반신 근육을 골고루 쓸 수 있다.

하루 30분가량 고정적인 걷기 시간 확보를

저자는 각자 자신만의 걷기 코스를 짜보라고 조언한다. 꼭 유명 공원이나 산책로가 아니어도 된다. 오히려 평일에는 출퇴근길을 활용하는 것이 걷기를 습관화함에 있어 좋은 일이다.

출근길, 가까운 역보다 한두 정거장 더 먼 역을 택해 걷는다. 퇴근길, 내려야 할 역의 한두 정거장 앞



남상남 교수는 서울대 체육학과와 대학원을 졸업, 국민대학교에서 이학박사 학위를 취득했다. 한국운동생리학회 회장, 한국체육학회 회장 등을 역임했다. 이 책은 걷기로 질병을 치료하고 극복한 사례들을 소개한다. 또한 성별, 연령별, 질환별 각기 다른 걷기 실천법을 제시한다.

남상남 지음 / 넥서스BOOKS
값 12,800원



에서 내린다. 환승은 일부러 많이 걷는 방법을 택한다. 식당이나 은행을 갈 때는 조금 먼 지점으로 향한다. 이런 식으로 하루 30분가량의 고정적인 걷기 시간을 확보할 수 있다.

걷기에 있어 장소와 시간이 평계로 작용할 수 없듯, 몸 상태 또한 마찬가지다. 저자는 신경이 예민하고 통증이 심할 때에도 '힘이 닿는 만큼'은 걸어야 한다고 주장한다. 그래야 근력과 면역력이 좋아져 '견딜' 힘이 생긴다는 것이다. 걷지 않는다면 육체적 노화와 정신적 노쇠가 동시에 온다. 생명의 불씨를 스스로 꺼뜨리는 꼴이다. 몸이 불편하면 불편한 대로, 허리 보호대든 깔창이든 본인에게 맞는 버팀목을 활용해 걷고, 걸을 수 없을 때조차도 움직이는 것을 멈추지 않는다. 걷기란 인간이 건강을 영위하는 데 있어 지켜야 할 '본분'이다. ㉮

나가오 가즈히로

일본 소화기병학회, 소화기내시경학회, 내과학회 등 소속으로 도쿄 의과대학과 간사이 국제대학에서 객원교수로 강의하고 있다. 저서로 《항암제를 끊을 10번의 기회》《할매할매, 요양원 잘못 가면 치매가 더 심해져요》 등이 있다.



260차 1박 2일 힐링캠프 새파란 하늘, 짙푸른 녹음 나~ 자연으로 돌아갈래

화창한 날씨, 걷기 참 좋은 날입니다. 숲길을 걸어도 좋고, 장독 줄 지어 선 인산연수원길을
걸어도 좋아요. 인산가 힐링캠프는 공해 속 삶으로 지친 심신을 자연으로 되돌리는
시작점입니다. 지금부터 260차 힐링캠프 현장 속으로~!

글 한상현 사진 이경호

솔바람 솔솔 부는 솔밭 사이로~

인산연수원 입구에는 아름드리 소나무가 빼곡히
들어선 산책길이 있습니다. 아침 일찍 이 길을 걸으며
피톤치드 듬뿍 마시면 도시의 묵은 때가 벗겨질 겁니다.



걷는 것만으로도 힐링

삼봉산 둘레길을 걷는 것만으로도
힐링이 됩니다. 힐링캠프는 공해에
지친 나를 자연으로 돌려보내는
시간입니다.



역시 힐링캠프야! 엄지 척

선글라스를 쓰고 엄지 척! 마치 영화 <맨인블랙>에
나오는 요원들 같네요.



폭염보다 더 뜨거운 9회 죽염

아무리 더워도 인산가 죽염제조장의 불은 꺼지지
않아요. 1,600도에서 웅웅한 9회 죽염이 서서히
굳어가네요.



사랑의 손가락 하트

힐링캠프 좋다고 소문이 나서 그런지 올 들어
가장 많은 회원이 참가했습니다. 오도재에서
잠시 쉬며 손가락 하트 날립니다.

물은 손으로 떠먹어야 제맛~

인산연수원 일주문 앞에는 지하 암반수가 솟아납니다.
김윤세 회장이 산책을 마치고 손으로 물을 떠 마시네요.



몸을 깨우는
아침 체조

아침 산책을 하기 전 간단히 몸풀기 체조를 하고 있어요.

웃음 속에 비친 그대

"나는 울고 싶진 않아, 다시
웃고 싶어졌지, 그런 웃음 속에
비친 그대 모습 보면서~"
우성숙 인산연수원장의 기분
좋은 웃음에 빠져드네요.



숲속을 걸어요~

인산동천 산책길에서 김윤세 회장을 만났어요.
함께 숲속을 걸으며 기념사진 한 장 찰래!



어때~ 시원하지?

토닥토닥~ 옆 사람의 어깨를
두드리며 피로를 풀어주네요. 역시
안마는 남의 손이 시원한 법입니다.

돌만의 여행 즐기는 엄선희·영희씨 자매 암 투병 언니 선희씨 "10개월간 꾸준히 먹고 효험"



북유럽에서 날아온 엄선희(62·오른쪽)씨는 간호사 출신이다. 노르웨이에서 살다가 며칠 전 서울 성동구에 사는 동생 영희(60)씨와 함께 휴가를 보내기 위해 입국했다. 자매는 건강여행으로 돌만의 시간을 보내기 위해 인산가 힐링캠프를 선택했다. 사실 선희씨는 암 환자다. 그런데 동생보다 더 건강해 보인다. "소금에 대한 관심이 많아 전부터 죽염을 먹었어요. 그러다 1년 전 자궁 부근에 종양이 발견돼 항암치료 받고 요양을 하면서 인산의학을 알게 됐죠."

선희씨는 노르웨이로 출국하기 전 죽염, 명태, 죽마고우, 홍화씨 등 제품을 구입해 약 10개월간 꾸준히 먹었다고 한다. 특히 마른 명태의 해독력 덕분에인지 기력 회복이 빨랐다. 얼마 전 받은 정기 검진에서도 이상이 발견되지 않았다. 동생 영희씨는 "건강을 회복한 언니와 힐링캠프를 함께 오게 돼 행복하다"고 했다.

힐링캠프 올 3번째 참가하는 신경자 목사 "54년 괴롭힌 중이염 죽염으로 고쳤어요"

인천 수종교회를 담임하고 있는 신경자(68) 목사는 힐링캠프에 올해만 벌써 3번째 참가하고 있다. 신 목사가 인산가를 자주 찾는 이유는 50년 넘게 그녀를 힘들게 한 중이염을 단 3개월 만에 죽염으로 해결했기 때문이다. 뿐만 아니라 피부병까지 말끔하게 해결했으니 죽염에 빠지지 않을 수 없다고 했다. "14세부터 앓아온 중이염을 죽염으로 고쳤다면 다들 믿지 않겠죠? 진물 나고 가렵고 이명까지 있어 엄청 고생했어요. 항생제를 아무리 먹어도 낫지 않던 것을 해결했으니 저도 정말 신기해요."

신 목사는 인산의학을 성경적으로 해석해 전하는 이광복 목사의 제자다. 스승의 영향으로 인산의학을 접하고 난 후 자신의 건강관리에 대한 자신감이 생겼다. 신 목사는 "큰불을 꺾으니 인산의학으로 잘 관리만 하면 된다"며 "54년 묵은 중이염 고친 저를 통해 많은 중이염 환자들이 소망을 가졌으면 좋겠다"고 바람을 전했다. ☎





산 것은 부드럽고 죽은 것은 뻣뻣하다

도덕경 제7장

人之生也柔弱,其死也堅強.萬物草木之生也柔脆,其死也枯槁.
故堅強者死之徒,柔弱生之徒.是以兵強則滅,木強則折.強大處下,柔弱處上.

인지생야유약, 기사야견강. 만물초목지생야유취, 기사야고고.
고견강자사지도, 유약자생지도. 시이병강즉멸, 목강즉절. 강대처하, 유약처상.

사람이 살아 있을 때에는 부드럽고 연약하지만 죽으면 딱딱하고 뻣뻣해진다. 온갖 물체들, 풀과 나무들 역시 살아 있을 때에는 부드럽고 연약하지만 죽으면 마르고 뻣뻣해진다. 그러므로 딱딱하고 뻣뻣한 것은 죽음의 무리이고 부드럽고 연약한 것은 삶의 무리이다. 따라서 군대가 경직된 조직으로 운영되면 자멸하게 되고 나무가 말라서 뻣뻣해지면 부러지게 된다. 강하고 큰 것은 아래쪽에 자리 잡게 되고 부드럽고 유연한 것은 위쪽에 자리 잡게 된다.

살아 있는 사람들의 가장 두드러진 특성은 부드럽고 연약하다는 것이다. 단 네 글자로 이러한 특성을 잘 설명해 주는 특별한 기인(奇人)의 특별한 글귀가 있다. 김삿갓이라는 별명으로 더 잘 알려진 김병연(金炳淵) 선생이 길을 가다가 때마침 초상을 치르고 있던

한 상갓집에 들러 시장기를 면하려 하매 그곳에 있던 누군가가 선비 행색을 지닌 그에게 밥값으로 만장(萬章)에 쓸 글귀를 부탁하였다.

김삿갓은 조금의 망설임도 없이 즉시 붓을 들어 '柳柳花花유유화화'라 써서 주니 모두들 그 뜻을 몰라 설명을 부탁하매 "사람이란 살아 있을 때에는 부드럽다가 죽으면 뻣뻣해지는 법"이라고 풀이해 주었다. 버들 유자를 우리말로 '부들부들', 꽃 화자를 꽃꽃→꽃꽃으로 풀이하여 "살아 있을 때에는 부들부들 부드럽던 사람이, 죽은 뒤에는 뭉이 굳어져 뻣뻣해진다"고 설명하여 그 자리에 있던 많은 사람을 크게 웃게 하는 한편 깊이 감탄하게 한 바 있다.

비록 해학적으로 들릴 수 있는 이야기이지만 이

노자는 사람뿐만 아니라 다른 동식물을 위시하여 심지어 풀과 나무들조차 "살아 있을 때에는 부드럽고 연약하지만 죽으면 마르고 뻣뻣해진다"고 강조한 뒤 이런 논리를 유추하여 나라의 운명에 크게 영향을 미치는 군대 역시 유연성을 상실하고 경직된 조직으로 운영될 경우 전쟁에서 이길 수 없을 뿐 아니라 스스로 멸망을 초래하게 될 가능성마저 높아진다고 경고한다

이야기 속에서 "사람이 살아 있을 때에는 부드럽고 연약하지만 죽으면 딱딱하고 뻣뻣해진다"는 말로, 삶에서 유연성이 얼마나 중요한지에 대해 강조한 노자 사상의 편린(片鱗)을 엿볼 수 있다.

노자는 사람뿐만 아니라 다른 동식물을 위시하여 심지어 풀과 나무들조차 "살아 있을 때에는 부드럽고 연약하지만 죽으면 마르고 뻣뻣해진다"고 강조한 뒤 이런 논리를 유추하여 나라의 운명에 크게 영향을 미치는 군대 역시 유연성을 상실하고 경직된 조직으로 운영될 경우 전쟁에서 이길 수 없을 뿐 아니라 스스로 멸망을 초래하게 될 가능성마저 높아진다고 경고한다.

나무도 생명력이 약화되어 수분이 말라서 뻣뻣해지면 중 내에는 부러지거나 부서져 수명이 끝나게 되는 것이고 사람 역시 생명력을 떠받치는 물(혈액과 체액)이 마르면서 불(체온)이 사그라지게 되면 점차 유연성을 유지하지 못해 죽음으로 이



설탄 한시각 · 묵암 성도의 '달마도(達摩圖)'

어지게 되는 법이다.

인체 안팎을 흐르는 기(氣)와 혈액(血液)의 순환이 원활하지 못하고 체온 역시 정상 범위(섭씨 36.5~37.3)를 벗어나 점차 낮아져서 35도 이하로 내려가면 조직의 유연성이 떨어져 몸은 굳어가고 암세포는 기하급수적으로 불어나게 된다.

물과 불의 신묘한 조화에 의해 유지되는 생명체의 '생명의 불꽃'이 사그라지고 '생명의 물줄기' 흐름이 원활하지 못하게 되면 우리 육신의 무병장수(無病長壽) 불로장생(不老長生)의 염원은 허망한 물거품으로 끝나게 되고 게다가 고정관념의 틀을 깨지 못한 영성(靈性)마저 영원성(永遠性)에 함유하지 못하고 종막을 고하게 된다. 한마디로 육신의 생명은 인생행로에서 암·난치병·괴질의 복병(伏兵)을 만나 비명횡사(非命橫死)를 면하지 못하고 정신생명이라 할 영성은 어

둠에 갇혀 영원성의 밝은 세상으로 가지 못한 채 미망(迷妄)의 윤회(輪廻)를 거듭하는 신세를 면하기 어려울리라는 점을 간과하지 말아야겠다.



도덕경 제77장

天之道,其猶張弓與? 高者抑之,下者舉之,有餘者損之,不足者補之.
天之道,損有餘而補不足. 人之道則不然,損不足以奉有餘. 孰能有餘以奉天下,唯有道者.
是以聖人爲而不恃,功成而不處,其不欲見賢.

천지도, 기유장궁여? 고자억지, 하자거지, 유여자손지, 부족자보지.
천지도, 손유여이보부족, 인지도족불연, 손부족이봉유여. 숙능유여이봉천하, 유유도자.
시이성인위이불시, 공성이불처, 기불욕현현.

자연의 도리는 마치 활시위를 당기는 것과 같아서 높으면 누르고 낮으면 올린다. 남는 것은 덜어내고 부족한 것은 보충한다. 자연의 도리는 남는 것을 덜어내 부족한 것을 보충하는 데 반하여 사람의 도리는 그렇지 않아 부족한 사람에게서 덜어내어 남는 사람에게 바친다.

누가 남는 사람에게서 덜어내어 천하 사람들에게 바칠 수 있겠는가? 그것은 오로지 자연의 도리를 터득하여 그 도리에 따르는 사람만이 가능할 것이다. 그러므로 훌륭한 위정자는 원가를 해놓고도 생색生色을 내거나 내세우지 않고 공을 세우더라도 그 공을 스스로 차지하지 않는다. 그것은 스스로의 훌륭한 면모를 드러내 보이려고 하지 않기 때문이다.



‘궁중자수매화도 10폭 병풍’

누가, 여유로운 사람들의 것을 덜어내어 천하 사람들에게 바칠 수 있겠는가? 그것은 오로지 자연의 도리를 터득하여 그 도리에 따르는, 다시 말해 무위자연無爲自然의 정치를 펴는 위정자라야 가능할 것으로 판단된다. 이러한 위정자는 세상 사람들에게 중요한 사업들을 성공적으로 이뤄놓고도 일절 생색을 내거나 그 공功을 스스로의 것으로 차지하는 법이 없다

하늘의 도, 즉 자연의 도리는 활시위를 당겨 화살을 쏘아 과녁을 맞히는 것과 같다고 하겠다. 화살 끝이 높으면 누르고 낮으면 올려서 정확을 기해 쏘아야 과녁에 적중하리라는 것은 활을 쏘아본 사람은 누구나 공감할 수 있는 이야기일 것이다. 그리고 자연의 도리는 남는 것을 덜어내 부족한 것을 보충하는 법인데 사람의 도리는 그렇지 못해서 부족한 사람들의 것을 덜어내어 여유로운 사람들에게 바친다.

누가, 여유로운 사람들의 것을 덜어내어 천하 사람들에게 바칠 수 있겠는가? 그것은 오로지 자연의 도리를 터득하여 그 도리에 따르는, 다시 말해 무위자연無爲自然의 정치를 펴는 위정자라야 가능할 것으로 판단된다. 이러한 위정자는 세상 사람들에게 꼭 필요한 중요한 사업들을 성공적으로 이뤄놓고도 일절 생색을 내거나 그 공功을 스스로의 것으로 차지하는 법이 없다. 그것은 애초에 자기 자신의 훌륭한 면모를 내세우거나 드러내 보이려는 의도를 전혀 갖고 있지 않기 때문이다.

높으면 누르고 낮으면 올리고 남으면 덜어내고 부족하면 보충하여 우리 몸 오장육부의 조화와 음양陰陽의 균형을 유지하는 것이 건강을 위한 매우 중요한 방책이라 하겠다. 즉 인체를 구성하는 60가지 미세알들이 금목수화토金木水火土 오행五行의 상생相生 상합相合으로 조화를 이루고 산·알칼리의 평형과 산화·환원력의 균형을 적절하게 유지함으로써 우리 몸은 기본적인 건강상태를 지속적으로 유지할 수 있을 것으로 판단된다. ㉮

글 김윤세(본지 발행인, 전주대학교 경영대학원 객원교수)

빙하·계곡·호수·폭포 오감이 즐거운 자연별곡

로키산맥Rocky Mountains! 7,000km의 안데스산맥에 이어 세계에서 두 번째로 긴 산맥이다. 무려 4,500km에 달한다. 한국 사람들이 많이 찾는 히말라야도 그 길이가 2,576km밖에 안 된다. '캐나디언 로키Canadian Rocky Mountains'는 북미 대륙에 위치한 로키 중에서 캐나다에 있는 부분을 말한다. 그 길이는 1,500km 정도 된다. 우리의 백두대간 길이와 비슷하다. 캐나디언 로키와 구분하여 미국에 있는 로키를 '컬럼비아 로키'라고 부르며, 약 3,000km에 이른다.

글·사진 박정원(월간산부장)

캐나디언 로키에는 제스퍼, 밴프, 요호, 쿼트네이 등 네 개의 국립공원과 해버, 아시니보인, 롭슨 등 세 개의 주립공원이 있다. 그중 밴프 국립공원Banff National Park은 캐나다 로키산맥의 관문 격이며, 1885년 캐나다 최초로 국립공원으로 지정된 곳이다. 제스퍼Jasper 국립공원은 가장 면적이 넓으며, 산·계곡·폭포·호수 등 다양하고 뛰어난 경관을 자랑한다. 1984년 세계자연유산으로 등재됐다.

전 세계에서 매년 1,000만 명 다녀가

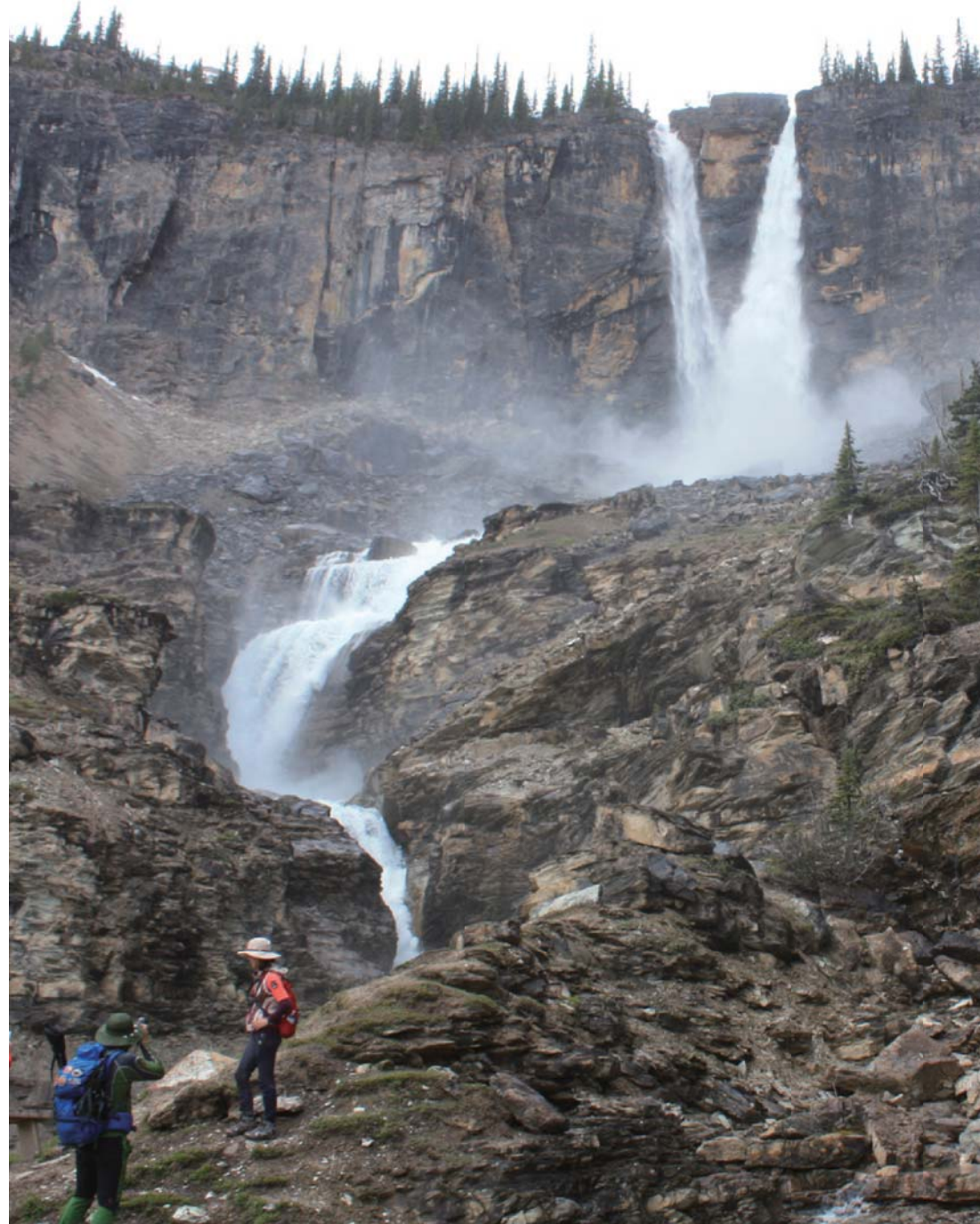
트레일 코스도 엄청나게 많다. 로키에서 판매하는 지도에는 수많은 갈래의 트레킹 코스가 표시돼 있다. 그 수를 헤아리기 힘들 정도다. 현지 가이드는 요호, 제스퍼, 밴프 3개 국립공원에만 모두 260여 개 코스에 총 1만여km의 트레일 코스가 있다고 한다. 우리나라 백두대간의 남한 구간만 700km 정도 된다. 이와 비교하면 가히 어느 정도 되는지 짐작이 가능할 것이다.

캐나디언 로키는 트레커들에게 히말라야와는 또

다른 감동을 전한다. 광활한 자연과 변화무쌍한 날씨, 태초의 신비를 간직한 빙하, 시시각각 영롱한 빛을 발하는 호수, 목초지와 협곡, 폭포와 온천 등 자연이 빚어내는 다채로운 모습은 감탄이 절로 나오게 한다. 대표적인 빙하는 324km의 컬럼비아 빙원, 호수로는 해발 1,500m에 위치한 밴프 국립공원의 모레인 호수와 루이스 호수, 제스퍼 국립공원의 메디슨 호수, 말린 호수 등이 유명하다. 특히 루이스 호수는 세계 10대 절경 중 하나로 꼽힌다.

캐나디언 로키의 정상은 만년설로 덮여 있고, 트레킹을 하다 보면 수목한계선을 뚜렷이 볼 수 있다. 캐나다 남부에서의 수목한계선은 2,200m 내외, 미국의 북부에서는 2,900m, 미국의 남부에서는 3,400m로 되어 있다. 대체로 2,000~3,500m에는 전나무, 소나무, 구상나무 등 침엽수림이 우거져 있다. 산록부에는 떡갈나무가 많고, 계곡에는 관목이 산재하는 초지가 넓게 펼쳐져 있다. 동물로는 곰·퓨마·산양·엘크 등이 서식한다. 트레킹 하다 가끔 운이 좋으면(?) 이들 동물과 마주칠 때도 있다. 뛰어난

두 개의 폭포가 동시에 쏟아진다고 해서
명명된 트윈폴은 그 규모나 수량 면에서 보는
사람을 단연 압도한다.



자연경관과 긴 트레일을 즐기 위해 매년 전 세계에서 1,000만 명 이상의 방문객이 찾는 것으로 알려져 있다.

요호밸리 코스엔 254m 높이의 타카카우 폭포

로키 트레킹은 매년 6월 말부터 9월 말까지 문을 연다. 겨울과 봄 시즌은 만년설과 해빙기로 사고 위험이 높아 통제를 한다. 캐나다인 로키 중에서도 세계 10대 절경 중의 하나인 루이스 호수 트레킹 등을 포함 5개의 트레킹 코스가 있다.

먼저 '요호밸리 트레일 Yoho Valley Trail'이다. 이 트레일은 이름 그대로 1886년 지정된 요호국립공원에 있다. 요호는 인디언어로 '홀륭한, 굉장한'이란 뜻이다. '야호'와 비슷하게 들린다. 타카카우 폭포 Takakkaw Falls 가 출발 지점이다. GPS로 고도가 1,521m 나온다.

제법 높다. 널찍한 주차장에 한국 브랜드 차들도 제법 눈에 띈다. 반갑다. 영어뿐만 아니라 다양한 언어가 들린다. 전부 타카카우 폭포를 보기 위해서 온 듯하다.

타카카우 폭포는 캐나다에서 가장 큰 폭포다. 무려 254m의 높이에서 물을 내뿜는다. 한마디로 장관이다. 타카카우란 말도 캐나다 원주민 말로 '거대한'이란 뜻이다. 정말 거대한 폭포다. 여름에 빙하에서 녹은 물이 타카카우 폭포로 넘치듯 흘러와 마치 포효하듯 물보라를 일으키며 쏟아진다. 하지만 가을엔 수량이 점점 줄어든다. 급기야 겨울엔 눈과 얼음으로 뒤덮이거나 극심하게 수량이 줄면서 결국 얼어 멈춰버린다. 시즌 오픈되는 6월 말, 7월에 가면 물보라를 그리며 쏟아지는 캐나다에서 가장 큰 폭포의 장관을 만끽할 수 있다. 주변에는 캠프파이어와 야영을 할 수 있는 간편한 편의시설까지 구비돼 있다.

트레일은 쪽쪽 뻗은 전나무 사이로 평이하다. 급경사도 없다. 걷기에 너무 편하다. 누군가 "이런 정도의 길이면 하루 50km도 건넌다"고 말한다. 길옆으로 요호강 Yoho River이 흐른다. 로키는 어디에서든 물이

철철 넘쳐흐른다. 6월 말, 7월 초에 겨우내 얼었던 눈과 얼음이 녹아내리기 때문이다. 귀가 상쾌해지고 머리가 자연과 동화되는 느낌이다. 자연과 교감이 이뤄지는 듯하다.

갈림길이 나온다. '래핑 폭포 Laughing Falls 2.2km'와 '포인트 레이스 폭포 Point Lace Falls' 이정표가 보인다. 래핑 폭포 방향이다. 폭포소리가 웃는 소리로 들린다고 해서 명명된 폭포다.

트레일과 경관은 너무 좋지만 아쉽게도 화장실은 찾기 힘들다. 70대의 동행인은 "이곳 모두가 오픈 토일렛 Open Toilet, 개방화장실인데, 뭐 새삼스럽게 화장실을 찾느냐"며 농담 삼아 말한다. 여성 참가자들도 오픈 토일렛으로 삼삼오오 볼일을 보러 간다. 그 모습이 전혀 어색하지 않다. 자연으로 돌아간 듯하다.

야영장이 나온다. 텐트가 쳐져 있다. 젊은 남녀들이 여러 군데서 캠핑을 즐기고 있다. 야영장 주변엔 불을 지필 수 있도록 통나무 조각들을 쌓아놓았다. 캠퍼들 누구나 이용할 수 있으며, 모두 공짜란다. 오래된 나무가 많아서 누리는 호사다.

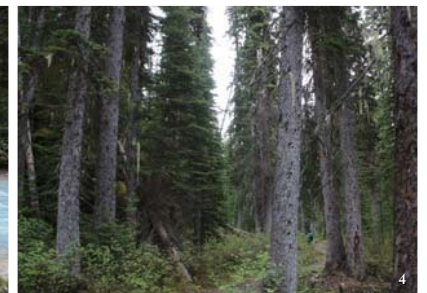
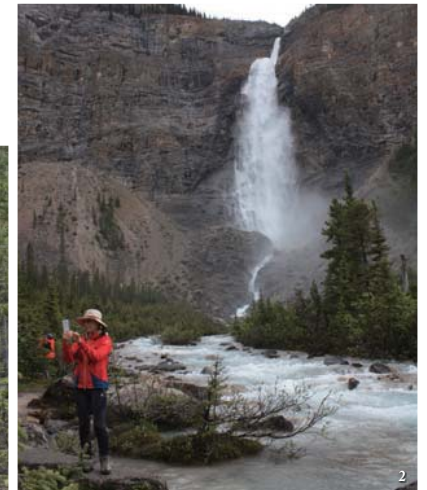
원시 자연의 고사목 등 자연 그대로

트레일 옆으로 각종 야생화가 만발해 있다. 길을 걸으면서 얻는 또 다른 즐거움이다. 눈, 귀, 코? 오감이 즐거운 트레킹이다. 세계 각국의 트레커들이 지나면서 서로 '하이비' '헬로 Hello'로 인사를 주고받는다. 등산로에서 흔히 볼 수 있는 장면이다. 바위엔 이끼들이 무성하다. 천혜의 숲을 그대로 보여준다. 수백 년은 된 듯한 나무뿌리가 그대로 노출돼 있다. 고사목도 오래된 숲이라는 사실을 알린다. 원시 자연 그대로다.

목적지인 트윈폴 Twin Falls, 우리 말로 쌍폭이 가까워지자 고도가 약간 높아진다. 물도 많아져 땅이 더욱 폭신해진다. 트윈폴 직전 아늑한 산장이 있다. 트윈폴 오두막 Twin Falls Chalet으로 알려진 트윈폴 티하우스다. 1900년대 초 캐나다 철도 개설 당시 노동자들이

요호밸리를 즐기면서 쉬었던 오두막을 1992년 그 시절 그대로의 모습으로 다시 만들었다. 지금은 트레커들에게 점심 식사와 차를 팔고 있다.

마침내 트윈 폭포에 도착했다. 거대한 두 개의 폭포가 쏟아져 내리며 소리를 만들고, 다시 하나의 폭포로 합쳐져 내리는 모습이 장관이다. 수량도 엄청나다. 그 큰 규모만큼이나 내뿜는 물보라는 마치 이슬비같이 주변을 적신다. 이 코스의 특징은 가는 곳마다 폭포가 있다는 점이다. 출발 지점에 있는 캐나다 최고의 폭포인 타카카우부터 목적지인 트윈 폭포까지 폭포만 5개 이상이다.



- 1 폭포수 떨어지는 소리가 마치 인디언들이 웃는 소리같이 들린다고 해서 명명된 래핑 폭포 앞에서 사람들이 사진을 찍고 있다.
- 2 캐나다에서 가장 큰 폭포인 타카카우 폭포는 그 길이가 무려 300m 가까이 된다.
- 3 요호밸리 트레일은 만년설에서 흘러내리는 물이 하천과 강을 이뤄 중간중간 나무로 다리를 만들어 트레커들을 건너게 한다.
- 4 요호밸리 트레일은 대부분 우거진 전나무숲을 지나 상쾌한 기분을 느낄 수 있다.

닭들에게 죽염을 먹이면 AI 예방할 수 있을까요?

맹색이 닭해에... 3,000만 마리가 넘는 닭들이

AI 때문에 산 채로 살처분되는 그 현장에

금년은 정유년이다. 닭해다. 이렇게 써놓고 보니까
신년 새해 기분이 난다. 정유년이니 닭해니 하고 12
간지 얘기를 하는 것이 대개 정초, 신년 새해 벽두에
있는 일이니까. 그러나 지금은 새해는 커녕, 새해가
지나 일 년 중의 제일 가운데다. 절기상으로 하지를
지났으니 딱 가운데다.

그런데 정초처럼 닭해니, 정유년이니 하고 있는 것
은 아무래도 금년에 닭들이 심상치 않아서다. 우리
국민 모두가 걱정하는 것처럼, AI로 인해 닭들의 수
난이 극에 이르고 있다. 금년 3월 통계를 보면, 벌써
3,376만 마리의 닭이 살처분되었다.

작년에도 3,000만 마리가 넘는 닭과 오리가 AI 여
파로 살처분되었다. 말이 3,000만 마리지 엄청난 숫
자다. 살아 있는 생명을 그래도 되는지 누구에게 물
어보고 싶은 마음 간절하다. 지난 6월 19일 <조선일
보>는 '한국에서 닭의 위상' 제하의 기사에서 닭 애
기를 게재했다.

“닭, 살아서도 죽어서도 괴롭다... 국민 간식 ‘치느
님’이라며 추앙받는 것은 잠시, 닭으로서 대한민국
에서 사는 건 고통스러운 일이다... 또한 중요한 날
과 극진한 대접의 중심에 항상 닭이 있어 왔다. 처가
에 찾아온 사위에게 장모는 씨암탉을 잡았고, 여름
대표 보양식에는 빠질 수 없는 메뉴였다. 하지만 현
재 쫓쫓한 벼슬로 새벽을 알리는 모습보다 식탁 위

튀겨진 모습으로 우리에게 더 익숙한 닭...”

하키야 살처분하지 않고 AI에 걸린, 또는 걸릴 가
능성이 있는 닭들을 그냥 두면 인간에게 어떤 해를
끼칠지 모르니, 이 대규모의 살처분은 결국 닭에 대
한 인간의 정당방위권 행사라고나 보아야 할지. 그
러나 서글프다. 맹색이 인간으로서, 자기들 살겠다고
다른 동물을 살처분하다니, 같은 동물 입장에서 볼
때 좀 불공평한 것은 아닌지.

살처분으로도 살벌하게 들리는 닭 우는 소리

치킨 프랜차이즈 베스트 4도 경쟁하듯 시끄러워

닭해에 닭들로 해서 시끄러운 것은 살처분 때문
만은 아니다. ‘치맥’을 모르는 한국인은 없을 것이다.
한국인뿐만 아니라 중국인들도 거의 치맥을 안다고
한다. 닭고기와 맥주. 익혀서 뜨거워진 닭의 시체와
시원한 맥주를 곁들인, 생긴 지 10년 안팎의 이 새로
운 메뉴는 닭이 인간의 경제에 보태기를 한 대표적
사례이기도 하다.

꼬꼬닭이 시끄러운 소리를 낸 건 치맥뿐이 아니
다. 우리나라 치킨 프랜차이즈 업체의 빅브라더인
BBQ·하림·교촌..., 거기에는 호식이두마리치킨까
지 어우러져, 시끄럽게 닭 우는 소리를 내고 있다. 금
년도 치킨 시장 소음의 시작은 BBQ로 되어 있다. 박
근혜 탄핵 직후, 정부가 힘이 빠진 상태에 있을 때 가
격인상으로 시끄러웠다. BBQ에 교촌이 합세해서 닭
우는 소리가 더 커졌다. 그런 닭 우는 소리만이 아니



다. 하림도 닭의 소음에 가세했다. 병아리 사육에서
출발해 국내의 74개 계열사를 거느리며 자산 규모
10조원, 재계 30위권으로 성장한 하림그룹이 편법
상속 논란에 휘말렸다. 호식이두마리치킨은 한술 더
떴다. 그 회사 회장이 여직원 성추행으로 큰 구설수
에 올랐고, 지난 6월 23일 검찰로부터 간신히 불구
속 수사 결정을 받았다.

만약 대한민국 닭에게 죽염을 먹인다면

무서운 AI가 예방될지도 모른다는 상상을

인간의 병은 대개 면역력 결핍에서 온다고 의학은
말하고 있다. 양방과 한방에서 다 그렇게 주장하고
있고, 대체의학에서는 치료보다 면역에 더 관심을
보이고 있다. 채널조선 등 종편들은 건강 방송에 많
은 시간을 편성하고 있다. 그 건강 방송에 출연하는
의사나 영양학자들도 하나같이 면역에 대해서 얘기
하고 있다. 그렇다면 닭들에게 면역력을 키워주면 어
떨까 하는 생각을 해본 건 필자만이 아닐 것이다.

2년 전으로 기억된다. 함양에 내려가 김윤세 인산
가 회장(전주대학교 대체의학과 교수)을 만났다. 마
침 김 회장이 인산 힐링캠프 참가자들에게 강의를
했는데, 닭들의 살처분에 대해서 매우 안타까워하고
있었다. 강의를 끝나고 나온 김 회장과 꼭차를 마시
며 문득 AI와 닭 얘기를 꺼냈다.

“AI도 면역 관련 질병이라고 하셨는데, 닭들에게
죽염을 좀 먹이면 AI가 해결되지 않을까요?” 필자의
질문에 김 회장은 “가능할 수도 있겠쎄. 그러나 워낙
병 걸린 닭이 많으니...” 무슨 수로 그 많은 닭에게 죽
염을 먹일 것인가를, 김 회장과 필자는 골똘히 생각
하고 있었다.

물론 ‘닭에게 죽염을!’ 이런 발상은 좀 엉뚱하다.
그러나 해마다 살처분이 늘어나는 현실을 생각한단
면 시도해 볼 필요도 있다고 본다. BBQ·하림·교촌·
호식이두마리치킨 등 치킨 업계의 빅브라더들이
‘닭에게 죽염 공급하기 기금’을 만든다면 가능성도
있어 보인다. 참 필자의 이런 생각을 혹 지하에 계신
인산 선생이 들으시면 뭐라 하실는지... ☹



김재원 yeowonagain@naver.com

전 <여원> 발행인 / 인터넷신문
'여원뉴스'(www.yeowonnews.com) 회장 겸 대표
칼럼니스트 / DMZ 여성관광 진행자 / 예술의전당
자문위원 / Miss Intercontinental 한국대회장 /
한국페미니스트클럽 회장

죽염으로 빈혈 잡고 딸 식중독 해결한 배경은씨 가족

“딸 호주서 식중독으로 실명 위기 죽염 먹고 회복... 천운입니다”

인터뷰 약속을 정하고 만나기로 한 장소에 다다를 때쯤 단박에 알아차렸다.
오늘 만날 주인공이 저 두 사람이구나. 수많은 인파가 오가는 공원 앞,
모르는 멀리서도 알아챌 수 있을 만큼 건강하고 다정한 모습이다.

글 홍정기 사진 류열

진정한 인연은 우연한 기회에 찾아온다고 했던가. 평소 광고 전단 한 장 놓치지 않고 꼼꼼히 읽어보는 습관을 가진 배경은(55)씨. 2010년 지하철을 타고 이동하던 그는 선반 위에 놓인 월간《인산의학》을 발견하게 된다. 평소처럼 아무 생각 없이 ‘누가 놔두고 갔거나’ 하고 하나하나 훑어본 그는 책에 소개된 죽염에 호기심을 느껴 한번 먹어보기로 작정했다. 그리고 곧바로 인산가에 전화해 죽염을 주문했다.

누가 소개한 것도 아니고, 우연한 인연으로 접하게 된 인산가 죽염이 그를 빈혈에서, 딸을 실명 위기에서 벗어나게 할 줄 짐작이나 했으랴. “천운입니다. 천운이에요.” 그의 죽염 예찬은 인터뷰 내내 이어졌다.

평생 먹으려던 빈혈약, 이제 거든

나름 건강 체질을 자신하는 배경은씨는 고등학교 시절에도 아픈 적 한 번 없었다고 한다. 그러던 어느 날, 학교에 현혈차가 왔고 친구들과 현혈에 동참했다. 그런데 전혀 예상하지 못했던 말이 나왔다.

“학생은 빈혈이 심하니 앞으로 절대 현혈하면 안 돼. 집에 가서 부모님한테 꼭 말씀드려야 해.”

어린 나이 그는 대수롭지 않게 여겼다. 별 이상 없이 지내왔기에 무슨 큰 문제가 있으랴 싶었고, 괜한 일로 부모님께 걱정을 끼쳐 드리고 싶지 않았다. 그

리고 결혼을 하고 아이를 낳고 꽤나 시간이 흘렀을 즈음, 집안일을 하면 어지럽고 점점 기운이 없어지는 느낌을 받았다고 한다. 이러한 상황이 지속되자 안 되겠다 싶어 병원을 찾았더니, 역시나 빈혈이라는 진단이 나왔다.

“의사가 이렇게 말을 하더라고요. ‘어떻게 이런 상태로 지냈어요? 빈혈이 심합니다. 인도를 걸을 때에도 절대 차도 쪽으로 가지 마세요.’ 큰일 났다 싶었지요.”

병원에서 처방해 준 빈혈에 좋다는 철분제를 먹었지만 크게 나아지지 않았다. 결국 의사 말대로 ‘평생 약에 의지해 살아야 하는구나’ 하고 자포자기自暴自棄할 때 죽염을 만났다. 죽염을 먹고 얼마 지나지 않아 빈혈약을 끊었다. 몸에 힘이 붙고 어지러움이 없어져 더 이상 약 먹을 일이 없게 됐기 때문이다.

“계단을 조금만 내려가도 어지러워하던 제가 이제는 등산대원들과 같이 산을 올라도 제일 먼저 도착합니다. 더 이상 어지럽거나 기운이 없거나 하지 않아요. 죽염 외에는 먹은 게 없는데요.”

배경은씨로 인해 동료 등산인들 모두가 이제는 죽염 애호가가 됐다고 한다. 입 주위 물집이 마를 날이 없던 등반대장은 죽염을 바르기 시작하면서 씻은 듯이 나았고, 동료들은 등산 전 죽염을 넣은 생수 한 모금을 들이켜야 산에 오른다.

“계단을 조금만 내려가도 어지러워하던 제가 이제는 등산대원들과 같이 산을 올라도 제일 먼저 도착합니다. 더 이상 어지럽거나 기운이 없거나 하지 않아요. 죽염 외에는 먹은 게 없는데요”



죽염 싫어하던 딸이 죽염으로 회생

딸의 이야기는 더 드라마틱하다. 몇 년 전 호주로 유학을 떠난 딸 이향우(29)씨. 어느 날 딸로부터 휴대폰으로 놀라운 사진 한 장이 날아왔다. 연어를 먹고 식중독에 걸렸다고 보내온 사진 속 딸은 눈은 튀어나올 정도로 심하게 부어올랐고 온몸이 불긋불긋 피부 질환이 생긴 상태였다. 당시 딸은 외국인 동료와 함께 집을 공동으로 사용하고 있었다. 음식을 함께 먹은 룸메이트 역시 심한 식중독 증상을 보였다. 외국인이어서 호주의 종합병원 응급의료 시스템을 이용하는 것 자체가 쉬운 일이 아니었다. 또한 한밤중이라 인근 의원들은 문을 닫은 상태였다. 딸의 상태는 점점 더 심해져 갔지만 손을 방법 없었다. 어찌할 바를 몰라 발만 동동 구르고 있었다. '저러다 실명하면 어쩌나.' 배경은씨 머릿속은 온갖 나쁜 상상으로 채워지고 있었다. 그러다 유학길에 들려 보낸 죽염이 갑자기 떠올랐다.

“평소에 딸이 죽염을 그렇게 싫어했어요. 애원하고 부탁해도 너무 짜다며 도무지 먹지를 않았죠. 식중독에 걸렸다고 난리가 났는데, 방법은 없잖아요. 서울만 돼도 택시라도 타고 가겠지만 당장 갈 수 있

는 곳이 아니니 답답했죠. 제가 혹시나 해서 ‘너 죽염 다 먹었어?’ 그랬더니 ‘아니 남았어’ 하더라고요. 그래서 당장 죽염부터 먹으라고 했어요.”

지푸라기라도 잡는 심정으로 딸은 룸메이트와 함께 죽염을 먹을 수 있는 만큼 먹었다. 어머니와 통화한 지 2시간 후 딸은 다시 사진을 보내왔다.

“정말 놀랐어요. 눈이 튀어나와 금방이라도 큰일 날 것 같았던 애가 진정이 된 겁니다. 딸이 그러더라고요. ‘룸메이트는 번기가 넘칠 정도로 구역질을 하고 이제는 나아져서 누워 있다’고요.”

딸의 제자들도 죽염 먼저 찾아

이 일을 겪은 딸 이향우씨는 이제 알아서 죽염을 챙긴단다. “엄마, 죽염 떨어졌어.” “이제 너도 돈 버니까 네 돈으로 사 먹어.” 딸에게도 죽염은 필수품이 된 모양이다.

이향우씨도 죽염을 재미있는 방법으로 주변에 전하고 있다. 자신이 영어를 가르치는 제자들에게 가끔 벌칙으로 죽염을 먹게 한다고 했다. “선생님 너무해요. 너무 짜요” 하면서 인상을 찌푸리던 아이들이 언젠가부터 “선생님 죽염 좀 주세요. 체했는지 속이 이상해요”라며 먼저 찾는다고. 아이들의 영향으로 학부모들이 죽염을 구입한 적도 있다.

모녀가 나란히 숲속 길을 걷는다. 따가운 햇살이 연신 내리쬐지만 우거진 나무가 그늘을 만들어내는 숲은 제법 찬바람을 내어준다. 죽염을 만나지 못했다면 저 다정한 모녀의 모습을 지금 이 순간 볼 수 있었을까. ☹

인산가 건강가족을 찾습니다

온 가족이 인산의학으로 건강을 챙기고 있는 건강가족을 찾습니다. 선정된 가족에게는 지면에 소개된 가족사진 액자와 죽염 제품을 보내드립니다.
문의 1577-9585



달이고 삭히고 졸이고 정성 담은 '유황오리고'

인산가 유황오리진액을 소나무 장작불로 달여
누구나 먹기 편하게 엿으로 만들었습니다.
그냥 떠먹어도 좋고, 따뜻한 물에 타서
차처럼 즐길 수도 있습니다.
유황 먹여 키운 진짜 유황오리에 마늘, 포공영,
금은화, 유근피, 생강, 다슬기 등 14가지 재료를
더해 정성껏 만들었습니다.



유황오리고(582g) 2병 세트

₩300,000 → ₩255,000

원료 유황오리 2마리(3kg), 마늘, 생강, 대파 25뿌리, 금은화, 포공영, 유근피, 대추, 감초, 백아, 양귀, 다슬기, 참깨, 엿기름

인산의학 3대 신약 중 하나 홍화씨 분말 & 환

《신약》《신약본초》에서 가장 많이 언급되는 홍화씨!
100% 국내산 홍화씨를 가루로 낸 분말과
홍화씨 분말에 자죽염을 더해 만든 환으로
약해지기 쉬운 뼈를 돌보세요.



홍화씨 분말 세트 (500g×2개)

₩130,000 → ₩104,000

원료: 국내산 홍화씨 100%



홍화씨환 세트 (250g×3개)

₩186,000 → ₩158,100

원료: 홍화씨 분말, 자죽염 분말, 밤 분말

홍화씨 제품 구입 후
개봉 유무와 상관없이
밀봉하여 반드시
냉장보관 하십시오.

간장은 自然입니다

인산가 죽염간장은 지리산 줄기 삼봉산에서 흘러내린
맑은 물과 9회 죽염, 국산 메주를 이용해 재래식으로 담근
간장입니다.

해발 500미터 청정지역 장독대에서 사시장철 맑은 바람과
햇빛을 받으며, 숨 쉬는 공기 향아리 속에서 숙성된
재래식 간장은 自然입니다.

無방부제, 無첨가물 간장은 그 자체로 自然입니다.

서목태 죽염간장
(500ml) × 2병 ₩98,000
₩83,300
(10) × 2병 ₩176,000
₩149,600



메주콩 죽염간장
(500ml) × 2병 ₩60,000
₩51,000
(10) × 2병 ₩108,000
₩91,800



5,800원이 아깝지 않다!

인산 죽염두부

인산 죽염두부(340g)

₩5,800

생으로 먹고, 찌개에 넣고, 부쳐서도 먹는 친근한 먹거리 두부.
하지만 다 똑같은 두부가 아닙니다.

인산 죽염두부는 100% 국산콩과 9회 죽염만을 사용해
만든 명품 두부입니다. 몸에 좋지 않은 간수 대신
9회 죽염을 사용해 만들었습니다. 화학 첨가제를
전혀 넣지 않아 자연 그대로의 맛을 느낄 수 있습니다.
더욱 고소하고 담백한 콩 본연의 맛을 즐기세요.

"인산 죽염두부 한 번 먹어본 후로 마트에서 파는
두부에는 손이 안 가더라고요." (한00 고객/35/남)
"맛있다고 해서 먹어봤는데, 그냥 생으로 먹어도
엄청나게 고소해서 요즘엔 다이어트 식품으로
즐거 먹어요." (정00 고객/60/여)



잠을 잘 자야 약발도 잘 받는다

무덥고 습한 한여름, 잠 한번 제대로 자기가 쉽지 않습니다.
땀에 젖어 뒤척뒤척, 7~8시간씩 자고 일어나도 피곤하죠.
피곤이 쌓여 몸에 좋다는 건강식품을 챙겨 먹지만,
잠을 푹 자야 건강식품 약성도 제 효과를 내기 마련입니다.

베개만 바꿔도 밤이 달라진다

불면증, 열대야 때문에 숙면이 힘들다면
인산숙면베개를 경험해 보세요.
국내산 편백을 일일이 깎고 다듬어 넣고,
머리에 닿는 걸피는 천연 염색을 해 피부자극이 전혀 없습니다.
피톤치드와 은은한 편백 향이 머리를 맑고 시원하게 해줍니다.

편백
100%



인산숙면베개 1개(흰색·하늘색)

₩89,000

인산숙면베개 세트
(흰색 2개/흰색+하늘색/하늘색 2개)

₩170,000

온 가족이 함께하는 공연장 나들이

뮤직드라마 <당신만이>



평범한 경상도 부부의 37년간의 결혼생활을 유니버스 식으로 담은 뮤직드라마 <당신만이>. 연인이었다가 든든한 '내 편'이었다가, 때론 '웬수'도 되었다가 동반자가 되기도 하는 특별한 것 없는 보통 부부가 사는 모습을 90년대 우리가 사랑했던 추억의 가요에 담아 진솔하고, 감동적인 이야기로 풀어냅니다.

뮤직드라마 <당신만이>에는 결혼 후에 누구나 한번쯤은 겪어보았을 부부간의 사랑, 돈, 자녀에 대한 이야기가 담겨 있습니다. 서로를 이해하고 인정하며 배려하고 함께하는 많은 부부에게 귀감이 될 것입니다.

-시놉시스-

일 년에 치를 제사가 무려 8번! 오늘도 제사 때문에 등골이 휘는 '필레'는 남편 '봉식'을 집꾼으로 달고 장을 보러 나섰습니다. 한 톨이라도 아끼려고 콩나물 값 50원을 두고 실랑이를 벌이는 '필레'가 부끄럽기만 한 '봉식'. 콩나물 값 50원에서 시작한 싸움은 제사상에 올릴 정종 병나발 사태까지 이어지고, 급기야 '필레'는 이혼을 선언한다.

버럭 최강에 무뚝뚝한 '봉식'과 씩씩 본능의 경상도녀 '필레'. 이 부부의 37년간 러브스토리는 과연 순탄하게 이어질 것인지...

• 이런 분들에게 추천합니다!

- 열애 중인 연인들, 예비부부들
- 어느새 서로가 너무 익숙해져 버린 부부들
- 온 가족이 함께 볼 수 있는 공연을 찾는 분들

일시 수·목·금 8시, 토 3시/6시 30분, 일요일·공휴일 3시(월·화 공연 없음)
장소 JTN 아트홀 3관(대학로)
관람시간 120분
문의 (주)도모컴퍼니 070-8245-2602

*뮤직드라마만 대중가요와 연극이 만나 꾸며진 형태의 극입니다.



인산가에 대한 궁금증 홈페이지에서 확인하세요!

**www.
insanga.
co.kr**



인산가 공식 홈페이지에는
활인구세 정신으로 일생을
한신한 인산 선생의 이야기는
물론이고, 인산의학을
비롯한 인산가의 모든 자료와
활동내용이 일목요연하게 담겨
있습니다. 바르고 정직하게
기업을 운영하며 오직 고객
건강을 최우선 가치로 삼는
인산가의 온라인 속 공간에서
유익한 지혜와 정보를 마음껏
누리세요.

클릭 하나!★

힐링캠프 스토리
20여 년 역사를 자랑하는
인산가 힐링 프로그램에 대한
모든 것. 힐링캠프 일정표와
프로그램 상세 내용을 확인할
수 있습니다.



클릭 둘!★

인산의학 스토리
보고 또 봐도 보고 싶은 인산
김일훈 선생의 일대기와 추억의
사진첩. 읽고 또 읽어도 재미있는
죽음이야기, 인산의학을 활용하는
방법이 자세히 소개되어 있습니다.



클릭 셋!★

인산건강 스토리
120년 건강본가 인산가와 함께하는
건강강연 일정과 내용을 소개합니다.
매달 발행되는 <인산의학> 매거진도
온라인에서 만나세요.



인산죽염 오리자널(9회)



- ▶ 고체 (70g) ₩17,000
(240g) ₩58,000
(500g) ₩112,000
(1kg) ₩215,000
- ▶ 분말 (70g) ₩16,500
(230g) ₩53,000
(500g) ₩107,000
(1kg) ₩198,000



1,600도의 불길을 견뎌내고 용암처럼 흘러내린 죽염의 진수를 오롯이 담았습니다. 칼슘, 철, 구리, 아연, 게르마늄, 셀레늄, 마그네슘 등 각종 미네랄을 풍부하게 함유하고 있습니다.

인산자죽염(9회)



- ▶ 고체 (240g) ₩74,000
(1kg) ₩264,000
- ▶ 분말 (230g) ₩66,000
(1kg) ₩242,000



자색색을 띤 자죽염은 오리자널 인산죽염과 마찬가지로 아홉 번 구워 완성됩니다. 계란 노른자위 맛과 단맛이 더 느껴지는 자죽염은 고도의 열처리 과정을 통해 완성되는 제품입니다.

프리미엄 알칼리죽염 미세과립 (3회 용용)

- ▶ 알칼리죽염 (240g) ₩12,000
(1kg) ₩44,000

3번 구운 죽염으로, 1,600도 온도로 녹여 용암처럼 흘러내리는 과정을 거쳐 만든 정갈한 식탁용 죽염입니다.



다용도죽염(1회)

- ▶ 다용도죽염(분말) (210g) ₩5,000
(1kg) ₩20,000
- ▶ 다용도죽염(과립) (210g) ₩5,500

전통적인 죽염 제조 과정으로 1번 구운 죽염. 요리나 세안 등 생활 속에서 손쉽게 사용할 수 있습니다.



생활죽염(3회)

- ▶ 생활죽염(분말) (210g) ₩9,500
(1kg) ₩38,000
- ▶ 생활죽염(분말)세트 (210g·10개) ₩90,000
- ▶ 생활죽염(과립) (210g) ₩10,000
(1kg) ₩40,000

전통적인 죽염 제조 과정으로 3번 구운 죽염. 음식 조리뿐만 아닌 세안, 목욕, 마사지, 양치질 등 일상 전반에 걸친 활용이 가능한 제품입니다.



인산물죽염(9회)

- ▶ 물죽염 실버 (300ml) ₩6,000
- ▶ 물죽염 실버 (1l) ₩13,500
- ▶ 물죽염 골드 (300ml) ₩12,000
- ▶ 물죽염 골드 (1l) ₩27,000
- ▶ 물죽염 골드 (9l) ₩240,000

나물, 찌개, 국물, 김치류 등 각종 요리를 비롯해 가려운 곳, 양치, 눈코 세척, 피부 등 건강관리에 편리하고 간단한 물죽염을 활용하시면 좋습니다.



인산메주콩·서목태 죽염간장

- ▶ 메주콩죽염간장 (500ml) ₩30,000
(1l) ₩54,000
- ▶ 서목태죽염간장 (500ml) ₩49,000
(1l) ₩88,000

제대로 된 장이 아니면 제대로 된 맛이 날 수 없죠. 인산죽염과 100% 국산 콩으로 정성스레 담가 깊은맛이 납니다.



인산 복해정

- ▶ (300ml) ₩121,000
(700ml) ₩278,000

유황오리·서목태·죽염이 농축된 일명, 오리간장으로 불리는 제품입니다.



인산죽염고추장

- ▶ 순한맛 (1kg) ₩33,000
(2.5kg) ₩82,000
- ▶ 매운맛 (1kg) ₩33,000
(2.5kg) ₩82,000

태양초, 9회 죽염, 찹쌀을 주원료로 향아리에서 직접 숙성한 제품. 찹쌀의 함량이 높아 감칠맛이 나고 부드럽습니다.



메주콩·서목태 죽염된장

- ▶ 메주콩죽염된장 (900g) ₩21,000
(2.5kg) ₩57,000
- ▶ 서목태죽염된장 (900g) ₩24,000
(2.5kg) ₩63,000

100% 국내산 메주콩·서목태로 만들어 맛이 깊고 구수합니다.



인산죽염쌈장·인산건강된장

- ▶ 쌈장 (500g) ₩15,000
(900g) ₩24,000
- ▶ 건강된장 (900g) ₩22,000

국내산 서목태와 메주콩을 섞어 전통적 방식으로 만든 된장으로, 깊은맛을 냅니다.



죽염간장소스

- ▶ (500ml) ₩25,000

생선회, 튀김 등을 먹을 때 감칠맛을 더해주는 제품입니다. 화학첨가물이 들어가지 않았으며, 17가지 이상의 국내산 원재료로 만들어 맛이 깔끔합니다.



죽마고우 환

- ▶ (230g) ₩53,000

아홉 번 구운 죽염과 소나무 장작불로 구운 유황마늘을 하나로 합친 제품입니다.



유마고우 환

- ▶ (190g) ₩46,000

9회 죽염, 구운밭마늘, 유근피와 서목태를 배합해 만든 제품으로 간편하게 섭취하실 수 있습니다.



서목태 청국장 환

- ▶ 서목태 환 (170g) ₩19,000

100% 국산 콩으로 만든 청국장 환. 환으로 되어 있어 섭취하기가 편합니다.



유황오리고

▶ (582g) ₩150,000

신제품

국산 유황오리고와 다슬기, 마늘, 생강, 참쌀 등을 가마솥에 넣고 푹 고아 식혔습니다. 유황오리고진액의 영양과 맛을 동시에 살린 제품입니다.



생강고

▶ (582g) ₩90,000

신제품

국산 생강과 말린 도라지, 대추, 참쌀 등을 가마솥에 넣고 푹 고아 식혀 온 가족이 먹기에 좋습니다. 생강 본연의 맛과 향이 살아 있습니다.



인산 홍화씨·홍화씨 환

- ▶ 씨앗 (500g) ₩45,000
- ▶ 환 (250g) ₩62,000
- ▶ 분말 (500g) ₩65,000 / 2개 구입 시 ₩120,000
- ▶ 분말+씨앗 ₩100,000

생홍화씨를 소화가 잘 될 수 있게 볶아 분말화한 제품입니다.



생들기름

▶ (210ml) ₩20,000

철저하게 관리되는 생산 공정과 특허 용기 사용 등으로, 갓 짜낸 생들기름의 맛과 풍미가 유지됩니다.



인산 호두액

▶ (180ml) ₩75,000

국내산 호두살로만 3번 뜰들이고 건조하여 정성스럽게 만든 고급 호두기름입니다.



맛있는 홍화씨 -코코아 맛

- ▶ 1박스 (17g · 20봉) ₩30,000
- ▶ 2박스 ₩60,000

아이들이 홍화씨를 맛있게 섭취할 수 있게 만든 제품입니다.



99죽염포도당

▶ 84g(700mg · 120정) ₩12,000

수분과 포도당의 즉각적인 공급이 가능한 제품입니다. 운동 후, 땀을 많이 흘리는 작업 후에 드시면 특히 좋습니다.



죽염포도당

▶ 84g(700mg · 120정) ₩9,000

우리 몸에 꼭 필요한 필수 에너지원인 포도당을 죽염포도당으로 간편하게 채우세요.



복해정 환

▶ (180g) ₩42,000

유황오리고, 서목태, 9회 죽염, 유근피 등을 주원료로 만든 복해정을 간편하게 섭취하도록 환으로 빚었습니다.



다슬기 환

▶ (220g) ₩77,000

다슬기 원액에 유황마늘, 서목태, 인산죽염, 유황오리고 추출물을 더해 간편하게 섭취하도록 환으로 빚었습니다.



인산가 죽염 포기김치

- ▶ (5kg) ₩45,000
- ▶ (10kg) ₩78,000

100% 국산 재료만을 사용해 만들었습니다. 1회 죽염으로 배추를 절이고 3회 죽염과 육수로 양념한 건강김치입니다.



죽염 두부·청국장

- ▶ 죽염두부(340g) ₩5,800
- ▶ 죽염청국장(180g) ₩5,500

100% 국산 콩과 9회 죽염만을 사용해 만든 제품. 화학첨가제가 전혀 들어가지 않은 자연 그대로의 맛으로 더욱 고소하고, 담백한 맛을 느낄 수 있습니다.



죽염꽃감

- ▶ 실속형 (45~50g) ₩70,000
- ▶ 명품형 (55~60g 이상) ₩120,000

인산가 9회 죽염수에 담가 자연 건조시킨 명품 꽃감으로 죽염의 짭짤함과 꽃감의 단맛을 동시에 느낄 수 있습니다.



건강한 죽염견과

▶ 750g(50g·15팩) ₩60,000

죽염으로 맛을 낸 구운 아몬드와 국산 검은콩, 대추, 잣이 넉넉하게 들어 있습니다.



인산 무염

▶ 무염 프리미엄(600g) ₩75,000

서리 맛은 무와 다양한 한약재를 넣고 술에서 7시간 동안 정성껏 달여 만든 제품입니다.



고성 마른명태

- ▶ 통복어 10마리 ₩30,000
- ▶ 복어포 10마리 ₩36,000

해양 심층수로 씻고, 동해바다 해풍으로 건조해 미네랄 함량이 일반 복어보다 5배가량 많은 고단백 식품입니다.



인산선식

▶ (40g·30팩) ₩50,000

보리, 참쌀, 죽염, 홍화씨, 구운 발마늘 등 다양한 곡식을 넣어 만든 100% 국내산 건강 선식.



구운 마늘고

- ▶ 1병 (600g) ₩108,000
- ▶ 2병 구입 시 ₩183,000

달콤하게 마늘을 먹을 수 있는 가장 손쉬운 제품입니다.



죽염쌀조청

▶ (550g) ₩12,000

100% 국내산 쌀과 참쌀로 만들고, 9회 죽염을 첨가해 옛날 방식 그대로 가마솥에서 오랜 시간 정성껏 달여 만들었습니다.



왕느릅나무진액

▶ (80ml·30팩) ₩68,000

왕느릅나무진액에 인산가 9회 죽염을 넣어 진하게 만들었습니다.
100% 국내산 재료로 만들어 더욱 믿을 수 있습니다.



신제품

사시사철 무·생강진액

▶ 1박스 (80ml·60팩) ₩108,000
▶ 2박스 (80ml·120팩) ₩210,000

서리 맞은 토종 가을무로 만든 무엿과 생강감초진액을 일정한 비율로 섞어 만든 환절기 추천 제품입니다.



유황오리다슬기진액 골드

▶ 프리미엄 (80ml·120팩) ₩1,550,000

유황오리진액에 다슬기를 더했습니다.
최상의 재료를 배합해 귀하게 만들었습니다.
허약하고 무거운 몸에 활기를 부여하는 해독보원의 요제.



유황오리진액

▶ 럭셔리 (80ml·120팩) ₩1,350,000
▶ 프리미엄 (80ml·60팩) ₩750,000
▶ 오리지널 (80ml·60팩) ₩550,000

무쇠가마에 소나무 장작불만으로 달인 초자연의 진액으로 인산가의 전통적 공정 방식과 정성이 가득한 모약입니다.
회원의 기호에 맞게 원료를 가감해 달이는 맞춤식 건강식품입니다.



익모초진액

▶ (80ml·30팩) ₩68,000

여성에게 좋은 익모초에 황기·당귀·천궁·백작약 등을 넣고 진하게 만들었습니다.



인산 마른명태엑기스

▶ (80ml·90팩) ₩250,000

강원도 고성 of 고성태를 사용하여 비린맛을 잡아 맛과 영양을 높였습니다.



생강감초진액

▶ 오리지널/마일드 1박스 (80ml·60팩) ₩78,000
▶ 오리지널/마일드 2박스 (80ml·120팩) ₩150,000

《신약》에 기술된 대로 생강·감초·대추의 비율을 4:3:1로 맞춰 정성을 다해 만든 제품입니다.



다슬기진액

▶ 프리미엄 (80ml·60팩) ₩300,000

5kg 다슬기를 무쇠가마에 넣고 정성스레 달여 진한 맛을 느낄 수 있습니다.



인산죽염 커피믹스

▶ (12g·10개) ₩4,000
▶ (12g·100개) ₩30,000

콜롬비아 아라비카 100% 고급 원두와 9회 죽염의 만남. 풍미는 깊고 뒷맛은 깔끔한 커피믹스입니다.



인산가 개운한 차약

▶ (150g·4개) ₩18,000

9회 죽염이 함유된 차약으로 불소, 파라벤, 타르색소 등 첨가물을 넣지 않은 차약입니다.



우리밀 죽염건빵

▶ (30g·10봉) ₩5,000

100% 국산 우리 밀로 만들고 인산가 9회 죽염이 첨가돼 짭짤하면서도 부드러운 건강한 간식입니다.



인산 쑥향

▶ (100g) ₩53,000

인산 쑥향은 강화 싸주아리쑥을 말려 걸러낸 것입니다.
서해 바닷바람 속의 염기(鹽氣)를 받고 자란 재료를 사용했습니다.



인산 프리미엄 천연비누

▶ 1개 (100g) ₩3,500
▶ 4개 세트 ₩13,000

식물성 팜유와 아자유를 사용했으며 인산죽염, 유근피, 황토가 첨가돼 깨끗한 피부로 가꿔줍니다.



인산 세라믹 용기

▶ ₩33,000

내열냄비 3호, 내열도자기 세라믹 용기로 유황발마늘을 더 맛있게 구워줍니다.



수승화강찜질기

▶ 1개 ₩110,000

자옥백반석이 들어 있는 제품으로 가열 시 온기가 오랫동안 지속됩니다.



인산죽염 완관장 맛김 & 김자반볶음

▶ 맛김 (20g·10봉) ₩20,000
▶ 김자반볶음 (60g·3봉) ₩15,000

알칼리죽염으로 간을 해 짜지 않고 감칠맛이 그만입니다.



인산숙면배개

▶ 하늘색 / 흰색 중 택1 ₩89,000
▶ 흰색 세트 / 하늘색 세트 / 흰색·하늘색 세트 ₩170,000

편백이 들어 있어 자는 동안 은은한 향기를 맡으며 숙면을 취할 수 있습니다. 고급스러운 소재의 제품으로 선물용으로도 좋습니다.



《神藥本草 전·후편》 ▶전편 ₩30,000 · 후편 ₩25,000



인산 김일훈 口述
《신약본초 전편》은 각종 난치 질병에 관한 선생의 마지막 처방 전으로 총 30여 회에 걸쳐 전한 인산의학의 비밀을 육성 그대로 실었다. 《신약본초 후편》은 전편에 빠져 있던 인산 선생의 미발표 원고 등을 수록했다. 인산의학의 모든 것을 엿볼 수 있는 인술과 사상의 완결판이다.

《내 안의 自然이 나를 살린다》 ▶₩25,000



김윤세 著
공해시대 암·난치병 극복을 위한 모방을 담은 또 한 권의 비법서. 《내 안의 의사를 깨워라》 이후 김윤세 회장이 쓴 글과 강연 내용을 정리해 인산 선생의 자연치유 사상을 되짚었다. 나를 살리는 것은 결국 내 몸 안의 자연치유력이라는 인산의 철학이 담겨 있다.

《내 안의 의사를 깨워라》 ▶₩25,000



김윤세 著
30여 년 넘게 인산 선생의 의학 세계를 알리기 위해 김윤세 회장이 여러 매체에 연재해 온 건강 칼럼을 정리한 완결판. 현대의학의 한계에 대한 대안과 내 몸 안의 자연치유력을 통해 나와 내 가족의 병을 고치는 '참의학'의 비결이 담겨 있다.

《神藥》 ▶₩20,000



인산 김일훈 口述 / 김윤세 著
단순한 의학 서적이 아니라 우주 만물의 이치에 따른 자연물의 약성과 그 약성을 활용하여 치유할 수 있는 질환별 처방을 적어두고 있다. 1986년 발간된 이래, 지금까지 의학 서적 역사상 전무후무한 판매량을 기록하고 있는 인산의학과 그 철학의 교본서.

《나는 죽음이 달다》 ▶₩15,000



인산의학 체형 수기 및 치유기를 묶은 책. 각종 암·난치병으로 죽음의 위기에 처했다가 기사화한 많은 사람의 사례가 담겨 있다. '참의학'을 자각하고 실천하기 위한 노력을 기울이는 이들에게 훌륭한 이정표가 되고 있다.

《한 생각이 癌을 물리친다》 ▶₩12,000



김윤세 著
공해독으로 생기는 암·난치병을 다스리고 치유하는 법을 적고 있다. 총 14장으로 된 이 책은 한 장 한 장마다 체내에 쌓인 공해독을 풀어주고 거기에 원기를 돋워 병마를 이길 수 있도록 하는 해독보원解毒補元의 방법을 제시하고 있다.

《죽염요법》 ▶₩15,000



김윤세 著
죽염을 통해 암·난치병을 치유한 사람들의 사례와 각종 죽염활용법이 적혀 있는 책. 암·난치병으로 고통받는 인류에게 매우 손쉬우면서도 효과가 뛰어난 실용민간요법의 핵심을 수록해 놓았다. 죽염을 복용 하실 분들의 일독을 권한다.

《인산쑥뜸요법》 ▶₩15,000



김윤세 著
인산쑥뜸법은 물에 빠져 이미 숨이 넘어간 사람, 제초제를 마시고 죽어 가는 사람, 심지어 백혈병, 에이즈까지 현대의학이 손쓰지 못하는 중증 환자를 구해낸 신방神方 중의 신방이다. 누구나 쉽게 배우고 실행할 수 있는 인산쑥뜸법을 소개한 책.

누룽지세트

▶ (500g · 3개) ₩17,000

국산 쌀 100%로 만든 신토불이 제품입니다. 간식으로 그대로 먹어도 되고, 물에 끓여 드셔도 됩니다.



구기자차

▶ (110g) ₩70,000
▶ (110g · 2병) ₩130,000

산 높고 물 맑은 지리산에서 청주에 담가 찌고 말리기를 아홉 번 반복한 명품 수제 구기자차입니다.



차류 3종 세트

▶ ₩18,100
(옥수수차 500g, 동굴레볶음 200g, 보리차 500g)

100% 국내산으로 만든 제품으로 구수한 맛이 일품입니다.



찰기장쌀

▶ (500g) ₩5,100

쌀과 혼합해 건강 별미식으로 이용되고 있습니다. 팔과 섞어 오곡밥이나 떡을 만들어 먹습니다.



서리태(속청)

▶ 서리태(1kg) ₩13,900

서리태는 검은콩의 일종으로 '속이 푸르다'하여 '속청'이라고 합니다.



유기농 야생 가바쌀

▶ 2종 세트 2kg ₩22,000
(쌀 1kg 한봉지, 현미 1kg 한봉지)

일반 현미보다 두뇌활성 물질인 GABA 성분이 8배가 더 들어간 천연 유기농 기능성 쌀입니다. 머리를 많이 쓰는 수험생이나 직장인에게 좋습니다.



제품문의
1577-9585

인터넷 쇼핑
www.insanlife.com



인산연수원 안내

휴양과 재충전의 명소 인산연수원

해발 530m에 위치한 인산연수원은 매년 3만 명 이상의 회원이 찾는 힐링센터다. 5만 평 부지에 약 120명이 동시에 숙박 가능하며, 전 식 죽염 요리를 제공한다. 1시간 내외 걸을 수 있는 인산동천과 금강송 숲속 산책로가 있으며 황토한옥방과 현대식 황토방, 싱글 침대방 등 황토로 만들어진 숙박시설이 마련돼 있다. 2,000여 개의 장독이 장관을 이루며 가마솥에서 소나무 장작으로 불을 때 전통방식으로 유황오리액기스를 만드는 모습을 직접 볼 수 있다. 단체(20인 이상) 예약을 하면 죽염제조장 견학과 상림공원 산책, 삼봉산 트레킹, 지리산 둘레길, 칠선계곡 등을 안내받을 수 있다.

숙박시설 황토한옥 : 2인실 10개, 가족실(10인 독채) 2개동
문화관 : 3인실 7개, 5~6인실 4개
인수관 : 침대방 2인실 9개, 7~8인용 2개

편의시설 : 구내식당, 모인점, 죽염전시관, 제품판매장
주소 : 경남 함양군 함양읍 상봉로 292-90
예약문의 : (055) 963-9991(전화 및 인터넷 예약 가능)



펜션 숙박에 오토캠핑까지 지리산 가족 여행 추천지 지리산 롯지

가족 단위의 지리산 여행 명소 지리산 롯지, 지리산 둘레길 제3코스에 인접해 있고 너른 천연 잔디 운동장이 있어 아이들이 안심하고 뛰어놀 수 있다. 펜션 숙박은 물론 오토캠핑도 가능하다. 지리산 둘레길이나 백무동 계곡을 걷고, 서암정사, 벽송사, 실상사 등 근처 고찰 탐방하기에도 좋다.

예약문의 (055) 963-9788



1박 2일 힐링캠프

20여 년째 열리는 1박 2일 건강캠프/2017년 2·3·4·6·7·8·9·11월 개최/강연, 공장 견학, 문화명소 탐방/문의 1577-9585



2박 3일 힐링캠프

인산연수원의 2박 3일 수련 프로그램/2017년 5·10월 개최/산행차유, 학습차유, 섬생차유 진행/문의 1577-9585



인산죽염제조공장

경남 함양군 수동면 수동농공길 23-26/인산죽염 제조/각종 인산 제품 물류기지

인산가 지점 안내

서울 강남지점

강남구 대치동 동부센트레빌 상가 내 118호 도곡역 1번 출구 나와 뒤돌아서 횡단보도 건너편 문의 02) 566-9585
영업시간 평일 10:00~19:00 토요일 10:00~17:00 일요일·공휴일 휴무

부산지점

부산시 해운대구 센텀동로 9 트림프월드센텀 상가동 1층 114호 문의 051) 747-3148~9
영업시간 평일 10:00~19:00 토요일 10:00~17:00 일요일·공휴일 휴무

광주지점

광주시 서구 광천동 38-2 대산빌딩 103호 광주 신세계백화점 앞(죽염커피 전문점 커피나인셀) 문의 062) 363-9585
영업시간 평일 10:00~19:00 토요일 10:00~17:00 일요일·공휴일 휴무

인천지점

인천시 남구 주안로 117-9 J타워 101호 문의 032) 432-9585
영업시간 평일 10:00~19:00 토요일 10:00~17:00 일요일·공휴일 휴무

남원지점

전라북도 남원시 황단로 98-1(구역전 평화시장 앞) 문의 063) 636-2250
영업시간 평일 10:00~19:00 토요일 10:00~17:00 일요일·공휴일 휴무

울산지점

울산광역시 남구 삼산로 311 1동 문의 052) 257-9585
영업시간 평일 10:00~19:00 토요일 10:00~17:00 일요일·공휴일 휴무

부산지사

부산시 동래구 총렬대로 180 동래 대동병원 정문 맞은편 문의 051) 557-5553
영업시간 평일 09:00~19:00 공휴일·토요일 09:00~17:00(일요일 휴무)

서울 강북지점

종로구 관훈동 백상빌딩 1층 인사동 네거리 부근 문의 02) 737-8612, 8585
영업시간 평일 10:00~19:00 토요일 10:00~17:00 일요일·공휴일 휴무

대구지점

대구시 수성구 달구벌대로 2353 삼구빌딩 문의 053) 746-9585
영업시간 평일 10:00~19:00 토요일 10:00~17:00 일요일·공휴일 휴무

전주지점

전주시 완산구 71번대로 175 성지빌딩 1층(전주시청 앞 홀플러스 건너편) 문의 063) 288-9585
영업시간 평일 10:00~19:00 토요일 10:00~17:00 일요일·공휴일 휴무

대전지점

대전시 서구 탄방동 835 뉴한양프라자 공작 한양아파트 상가1층(죽염커피 전문점 커피나인셀) 문의 042) 485-9585
영업시간 평일 10:00~19:00 토요일 10:00~17:00 일요일·공휴일 휴무

창원지점

경상남도 창원시 성산구 중앙대로81 올림픽호텔상가108호 문의 055) 275-9585
영업시간 평일 10:00~19:00 토요일 10:00~17:00 일요일·공휴일 휴무

세종지점

세종시 한누리대로 2144 스마트하브 107호(세종시청 신청사 옆) 문의 044) 863-9585
영업시간 평일 10:00~19:00 토요일 10:00~17:00 일요일·공휴일 휴무

제주지사

제주시 1100로 3321 다솜빌딩 1층(신제주 롯데마트 서쪽) 문의 064) 745-9585
영업시간 평일 10:00~19:00 토요일 10:00~17:00 일요일·공휴일 휴무

인산가 서비스 및 멤버십 안내

인산가 공식 홈페이지

- + 인산가 주요 시설 및 이용 안내
- + 인산가 주요 행사 안내
- + www.insanga.co.kr

회원 서비스

인산가 인건보 회원에 가입 시 본사 주요 제품 10% 할인 및 각종 선물 증정 등 다양한 특권 제공.
가입비 5만 원을 납부하거나 인산가 제품 총 구매 누적금액이 100만 원 이상 되면 자동으로 회원 자격 부여

인건보 회원(가입비 5만 원 납부)

- + 월간 《인산의학》 1년간 무료 제공, 단행본 증정
- + 《한 생각이 암을 물리친다》(신약) 중 택일
- + 할양 인산연수원 1박 2일 무료쿠폰 증정
- + 인산가 제품 구입 시 10% 할인 혜택(단, 토종 상품 및 외주매입상품, 역기스류 일부는 제외)
- + 문의 1577-9585

제품대금결제 및 계좌번호

제품대금결제 및 계좌번호

농협 053-01-269286
국민 006-01-0799-654
신한 140-007-667475
우리 1005-601-165903
경남 695-07-0006274
무통장입금 예금주: (주)인산가 서울지점
모든 신용카드로 결제 가능

인산가 전문대리점 연락처

서울/강서/강서구청	02-2692-7889	충남/당진(매봉한방)	041-363-4340	부산/금정	051-517-1157
서울/성북/돈암	02-928-0345	충남/천안(활인가)	041-564-7797	경남/창원마산	055-251-0338
		충남/공주(활인가 죽염추어탕)	041-858-0163		
경기/화성(동탄)	031-8003-9585			대구/달서	053-634-8080
경기/시흥(장곡)	031-314-6837	전북/군산	063-445-9585	경북/안동	054-852-9159
경기/부천(원미)	032-207-6500	전남/나주(한솔)	061-333-5254		
				강원/원주	033-742-5354
대전/유성(자이)	042-823-0225	부산/지사	051-557-5553	강원/원주(제일)	033-761-9585
충남/아산(온양)	041-546-3373	함양/지사(인산쇼핑)	055-964-9448-9	강원/횡성	033-345-7877

인산가 특약점 연락처

서울		경기/용인(기흥)	031-285-0975	경남/진주(산채가)	055-761-0600
강남/압구정	02-541-4666	경기/수원(지동)	031-246-1678	경남/진주(문산)	055-761-8245
강남/새천년	02-552-3524	경기/구리(천조)	02-435-0676	경남/진주(정촌)	055-756-3378
강남/구치역	02-542-3678	경기/남양주(진접)	031-571-0476	경남/진해	070-8131-1721
송파/석촌(송파프라자)	02-425-0539	경기/김포(문양)	031-997-2525	경남/거창	055-943-3698
서초/방배	02-534-8248			경남/서귀해	055-338-6075
양천/목동	02-2647-4890	대전/충청		경남/창원(대방)	055-287-2700
강서/우장산	02-3664-4851	충남/홍성	041-634-8956	경남/창원(팔용)	055-251-3531
동작/상도A	02-815-7795	충남/서천	041-956-0652	경남/함양	055-962-6930
동작/상도B	02-2252-5754	충남/당진(읍내)	041-357-1603		
동작/노랑(헬스메이드)	02-822-4441-3	충북/영동	043-744-3465	대구/경북	
마포/용강	02-718-0778	충북/청주(홍덕)	043-283-0436	대구/남구	053-471-3377
종로/송인	02-928-0045	충북/청주(율량)	043-213-2979	대구/수성	053-793-9195
동대문/답십리	02-2245-3371	충북/청주(돌피)	043-213-4204	대구/수성(만촌)	053-751-0252
동대문/청량리	02-967-3591	충북/단양(영춘)	043-423-1425	대구/관문	053-756-5888
성북/정릉	02-942-2712	광주/전라		경북/경주	054-742-4040
영등포/대림	02-846-2201	광주/동구	062-223-7933	경북/상주	054-535-0533
영등포/여의도	02-782-3738	광주/동구(홍궁)	062-419-7788	경북/칠곡	054-972-8297
영등포/신길	02-836-3455	광주/북구	062-267-1846	경북/영천	054-331-1449
구로/오류	02-923-9697	광주/서구	062-374-0950	경북/영주	054-633-0798
용산/동부이촌	02-517-6733	광주/남구(봉선)	062-673-9022	포항/북구	054-251-6464
광진/군자역	02-467-2001	광주/광산	062-952-0389	포항/북구(죽도)	054-246-2583
노원/상계	02-939-2080	전남/목포	061-282-9836	포항/양덕	054-282-5333
		전남/광양	061-763-8080		
인천/경기		부산/경남		강원/제주	
인천/남동	032-435-3963	부산/남포	051-242-7708	강원/강릉	033-646-4351
인천/서구(가좌)	032-577-8889	부산/광안	051-757-0021	강원/강릉(교동)	033-645-0189
인천/부평	032-519-3389	부산/사직	051-516-0651	강원/속초	033-633-6321
경기/과천(문원)	02-504-8985	부산/사하	051-743-3306	강원/춘천	033-262-6236
경기/과천(별양)	02-503-6880	부산/온천	051-503-3807	강원/양양	033-671-7830
경기/고양(행신)	031-979-1700	부산/개금	051-897-8844	제주/일도	064-726-1237
경기/고양(백석)	031-901-7529	부산/사상(염곡)	051-326-0222	제주/고산	064-772-4598
경기/부천(삼곡)	070-8860-3731	울산/남구	052-266-3168	제주/아라	064-745-5999
경기/부천(원미)	032-612-7589	울산/중구(중앙)	052-245-5150		
경기/안산(선부)	031-487-0188	울산/연양	070-7786-6558	신규 오픈 특약점	
경기/안양(만안)	031-466-7540	경남/마산	055-221-7230	경남/창원(안골)	055-552-3334
경기/안양(무진항)	031-470-3118	경남/양산	055-385-9909	경남/창원(사림)	055-285-2042
경기/안양(인덕원)	031-397-3427	경남/진주	055-753-0588	광주/사구(라마다몰라자)	062-717-7000
경기/이천(창전)	031-635-4806				
경기/평택	031-611-8563				

건강을 지키는 기업,
인산가의 주인이 되십시오



120년 죽염종가 건강한 세상을 함께 만들어 가실 분을 모십니다



2016 국가품질혁신대회 명품창출 부문
대통령표창 수상

이 시대의 화두는 건강입니다. 건강에 대한 올곧은 철학으로
질 좋은 죽염과 이 땅의 천연물을 전해온 인산가와 함께하실 분을 모십니다.
이제, 당신이 성공할 차례입니다.

전문대리점

- 사업 경력 3년 이상
- 실평수 33㎡ 이상 운영 가능자

특약점A(습안습)

- 사업 경력 1년 이상
- 진열 공간 10㎡ 이상 가능자

특약점B(음식점)

- 인산죽염 사용 음식점
- 인산가 죽염류, 죽염장류를 사용하는 죽염 음식점



“건강하게 자란 아이를 보며 인산의학 전파 의지 솟았어요!”

“어릴 때부터 잔병치레를 많이 하는 아이를 지켜보며 항상 애가 타고 마음이 아팠습니다. 그런 제가 인산가와 인연을 맺게 된 것은 말할 수 없이 큰 행운입니다. 죽염을 비롯한 인산가의 건강식품과 함께한 우리 아이는 튼튼하게 자라서 올해 12세가 되었습니다. 건강한 아이를 볼 때마다 인산의학에 고마움을 느낍니다. 주변의 모든 분이 건강해질 수 있도록 인산의학을 열심히 전파하겠습니다. 인산가 감사합니다.”

부산금정 전문대리점 이수진 점장

대리점 모집 안내 문의

(02) 767-2007 / 2082
(02) 767-2073

수출상담문의

15년간 인산가와 동행한 아산온양대리점 매장엔 편백 피톤치드 향기 판매보다 고객 건강이 더 먼저

인산가와 15년을 동행한 아산온양 전문대리점. 죽염산업화 이후 절반의 시간을 인산가와 함께했다. 절망 속에서 삶의 희망을 품게 해준 참의료와의 인연에는 어떤 사연이 숨어 있을까?

글 한상현 사진 조현호

박종금 대표와 친척들 20여 명이 모여 사는 이유

충남 아산에 위치한 인산가 아산온양대리점은 특별하다. 매장에 들어서면 기분부터 좋아진다. 허파 가득 들어오는 피톤치드가 머리를 상쾌하게 한다. 매장 실내 인테리어를 편백으로 마감했기 때문에 마치 편백 숲속에 있는 듯하다. 박종금(51) 아산온양대리점 대표는 매장에 들르는 고객이 잠시나마 심을 얻을 수 있도록 편백으로 매장을 꾸몄다고 했다.

“고객들이 죽염을 먹는 이유는 건강해지기 위한 것이잖아요. 매장에 머무르는 동안만이라도 피톤치드 가득한 좋은 공기 마시며 마음의 여유를 가졌으면 좋겠어요.”

박 대표가 이렇게까지 건강을 강조하는 이유는 단지 인산가 전문대리점을 운영해서가 아니다. 그녀의 가족이 인산의학으로 절망의 삶에서 희망의 삶으로, 죽음의 길에서 생명의 길로 바뀌는 모습을 곁에서 지켜봤기 때문이다.

인산의학으로 이모의 병 고친 것 보고 신뢰

박 대표는 인산가 대리점을 2002년부터 시작했다. 당시엔 대리점 사업이 활성화되기 전이라 인산가 본사까지 직접 찾아가 대리점 계약을 할 정도로 적극적이었다. 이토록 인산가를 신뢰하는 이유는 큰이모 조병녀(81)씨 때문이다. 병원에서도 포기했던 이모가

- 1은 식구가 인산의학을 실천하는 건강가족이다. 오른쪽부터 큰이모 조병녀씨, 박종금씨, 작은이모 조정자씨.
- 2 건물 외관에 맞게 직접 디자인했다는 아산온양대리점 간판이 눈에 띈다.
- 3 매장 실내 인테리어를 편백으로 마감했다. 마치 편백 숲속에 있는 듯 머리를 상쾌하게 한다.

인산의학으로 건강해졌으니 진짜를 만난 것이다.

조병녀씨는 40대 때부터 항상 아팠다. 급기야 간에서 밤톨 크기만 한 종양이 발견됐다. 조씨는 “은몸이 노래지는 황달이 오니까 세상이 노랗게 보였다”고 했다. 종양을 제거하기 위해 병원을 찾았다. 그런데 수술대 위에서 의사가 마취를 중단시켰다. 지금 몸상태로 개복을 하면 깨어나지 못할 수 있다고 했다.

“수술을 하자고 매달렸는데 의사는 ‘집에서 마음 편히 좋은 것 먹고 요양하다 보면 좋아질 수 있다’는 거예요. 참 허무하네요. 마치 ‘집에 가서 죽으세요’라는 말로 들리더라고요.”

절망한 나머지 집에서 산송장처럼 누워 지냈다. 그러다 문득 ‘병원은 믿을 수 없으니 내 스스로 노력을 해 살아야겠다’는 생각이 들었다. 그때부터 섭생으로 병을 고치기 위해 채식에 철저히 무염식無鹽食을 했다. 그러나 조금 좋아지다 다시 아프기를 반복했다. 오늘 사는 게 전부였다. 내일이 없었다. 그렇게 10년을 버텼다. 1994년 어느 날 갑작스런 복통에 병원을 찾았다. 암이 재발됐다고 했다. 10년 노력이 물거품이 되는 순간이었다. 병원은 믿을 수 없기에 다른 방법을 찾던 중 인산가를 만났다.

“죽염제조장 가서 꼼꼼히 확인하고 인산의학의 의미와 가치를 설명 들었어요. 당뇨가 심해 자주 물을 마시는데 죽염을 아무리 먹어도 갈증이 나지 않더라고요. 이제 진짜 참의료구나 깨닫게 됐어요.”

그때부터 조병녀씨는 인산의학으로 병을 다스리기 시작했다. 증원과 단전에 인산쑥뜸을 올렸다. 봄과 가을 두 차례씩 3년을 땀다. 15~20분 타는 뜸을 올리기도 했다. 독하게 땀다. 그리고 다시 병원에 갔더니 의사는 그녀를 당황하게 만들었다. “암이 아니었나 보네요!”

언니 병수발하며 곁에서 이 과정을 모두 지켜본



작은이모 정자(76)씨는 “진짜 인산가를 알았더라면 멀리 돌아오지도 않았을 것”이라고 말했다.

매일 매순간 고객의 병 낫길 바라는 마음뿐

아산온양대리점 건물과 길 건너 건물에 조병녀씨 가족과 미국 이민 갔던 조씨의 동생들이 귀국해 함께 모여 산다. 20명이나 된다. 매일 만나고 매주 모여 회식하며 행복하게 살고 있었다. 물론 모두 인산의학을 실천한다. 하루 죽염 1kg을 식탁 위에 올려놓으면 한 달 가기 전에 사라진단다.

박 대표는 “대리점 사업이 돈벌이가 돼서는 오래가지 못할 것”이라며 “고객의 건강을 책임진다는 생각으로 진심을 다하다 보면 신뢰가 쌓이는 법”이라고 했다. 이들은 제품을 많이 파는 게 목적이 아니라 고객의 건강을 회복시키는 게 목적이다. 고객과 15년 동안 쌓은 신뢰는 하루아침에 무너지지 않는다. 매일 매순간 고객의 병이 꼭 낫기를 바라는 마음을 담아 죽염을 전하고 있다. ●

아산온양대리점

주소 충청남도 아산시 삼동로 84
문의 (041) 546-3373



우성숙 인산연수원장이 전하는 생명과 자연치유에 관한 에세이

지리산 자락에 위치한 인산연수원을 운영하는 우성숙 원장이
《인산의학》 독자 여러분에게 생명과 자연치유에 관한 메시지를 전합니다.
사계절 내내 자연의 포용력과 생명력을 느낄 수 있는 인산가 함양 연수원에서는
몸과 마음이 건강해지는 휴양을 즐길 수 있습니다.

문의 055) 963-9991

입맛 돋우는 인산가표 건강밥상

내가 속해 있는 친목 모임 중에 한 달에 한 번 정도 돌아가며 회원들의 집에서 만나 함께 집밥을 먹는 모임이 있다. 밖에서 사 먹는 음식을 그다지 좋아하지 않는 사람들이라 자연스럽게 그렇게 하게 되었다. 순번이 되면 모두가 어찌나 정성스럽게 잘 차려 내는지 매번 감동이다. 웅기 향아리에 하루종일 은은하게 훈제를 한 돼지고기와 직접 기른 온갖 채소로 만든 장아찌를 뒤뜰에 멋지게 차려놓은 집, 자연산 송이, 해삼, 홍어로 삼합을 만들어 우리 모두를 감동시키는 집도 있고 온갖 산해진미로 일류 호텔 주방장 못지않은 코디와 맛으로 호강시켜 주는 집도 있다. 그러니 매번 과식을 안 할 수가 없다. 내 차례가 되면 은근히 고민이 된다. ‘무슨 메뉴로 감동을 주지?’ ‘할 줄 아는 요리가 있어야지...’

그러다 문득, 그래 내 차례만큼이라도 고기 안 먹는 날로 하자. 요즘은 너나 할 것 없이 누구나 고기를 너무나 자주 먹으니까. 문득 어릴 적 어머니께서 해마다 거르지 않고 먹여주시던 건강 음식 중에 산초기름에 구워주시던 손두부가 생각났다.

마침 우리 인산가에 산초기름도 있고 국산 콩 죽염두부도 있으니 충분히 특별식이란 생각이 들었다. 두부는 아무리 생각해도 우리 조상들의 뛰어난 지혜의 음식인데 화학응고제 때문에 꺼려져서 그동안 제대로 먹질 못했다.

하지만 이제 인산가의 죽염두부가 있으니 마음 놓고 두부를 싹껏 먹을 수 있으니 참 좋다. 즉 석에서 산초기름에 죽염두부를 구우니 고소하고 독특한 산초기름 향이 온 주변 사람들의 식욕을 돋운다. 구수한 죽염 청국장을 따끈따끈하게 끓이고 인산 선생님이 말씀하신 만병을 예방·치료하는 들기름 찰밥을 고슬고슬하게 정성스럽게 지었다. 마무리로 구수하고 뜨끈한 송농을 끓여내니, 송농은 참 오랜만이라며 다들 좋아했다. 간단하고 소박한 밥상이지만 약성도 좋고 맛도 그만이고 속도 편안하다며 다들 좋아했다.

매끼 먹는 음식도 그렇고 손님 대접하는 메뉴도 가능하면 옛 조상들이 늘 먹어오던 음식들로 실천하는 것이 가장 확실한 건강밥상이란 생각을 한다. 

붙이는 곳

보내는 사람

이름

주소

--	--	--	--	--

우편 요금
수취인 후납 부담

발송 유효 기간
2016.4.1~2018.3.31

광화문우체국 승인
제호

받는 사람

120년 건강본가



서울시 종로구 인사동5길 26 홍익빌딩 4층

0

3

1

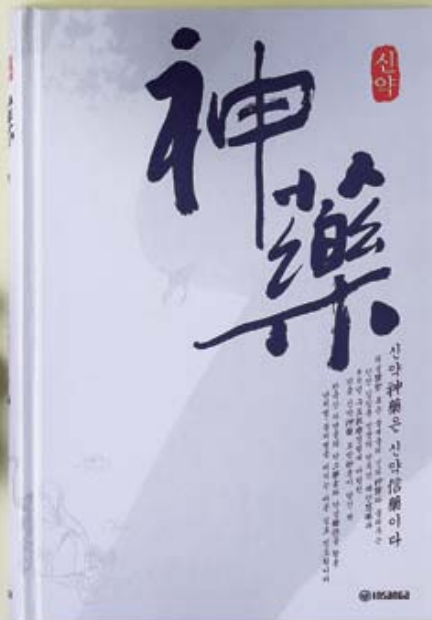
4

9

붙이는 곳

붙이는 곳

120년 건강본가



가장 건강했던 그 몸, 그 시절로
이제 좋아질 것입니다

‘인건모’ 회원 가입신청서

이름 _____ 생년월일 _____

연락처 자택전화 _____ 휴대전화 _____ SMS 수신동의 □예 □아니오

이메일(보유 시) _____ 이메일 수신동의 □예 □아니오

자택 주소 _____

직장 주소 _____

기타 _____ 연락처 직장전화 _____

※ SMS(문자) 혹은 이메일에 수신동의 하시면 인산가의 각종 행사 및 최신 정보를 안내해 드립니다.

본인은 귀 모임의 제 규정을 준수할 것을 서약하며 입회를 신청합니다.

2017년 월 일 입회

신청인 성명

(인)

仁山家 귀하

(주)인산가 대표전화 1577-9585 웹사이트 www.insanga.co.kr

《인산의학》에 대한 회원님의 소중한 의견을 보내주세요.

매월 좋은 의견을 보내주신 분들을
선정해 고마움세트 A를 드립니다.



1 이번 호에 가장 유익한 기사는 어떤 것이었나요?
그 이유는 무엇인가요?

2 다음 호에서는 어떤 이야기를 다루면 좋을까요?

3 인산가에 바라고 싶은 것이 있다면 무엇인가요?

독자 여러분의 소중한 의견에 감사드립니다.

인건모 회원 가입

● ‘인건모’의 가족이 되시면...

- ① 21세기 동의보감, 인산의학의 진수를 담은 《신약》 또는 《한 생각이 암을 물리친다》 도서 증정
- ② 인산가가 운영하는 함양 인산동천의 황토한옥 1박 무료 이용권 증정 (유효기간 1년)
- ③ 죽염 및 인산가 제품(일부) 10% 할인 구매
- ④ 인산 선생의 무위자연의 참의료 묘방과 신약神藥, 독특한 건강법, 암, 난치병 극복 체험 사례 등을 다룬 건강 월간지 《인산의학》 무료 우송

*인건모 가입은 가입비(5만 원) 납부를 통해 이루어집니다. 그 외 추가 회비 및 연회비는 없습니다.

폴
칠
하
는
곳

폴
칠
하
는
곳

폴칠하는 곳



죽염의 살아 있는 역사를 한눈에 세계 최초 죽염박물관 개관

세계 최초로 죽염을 산업화한 인산가에서 죽염의 역사와 전통을 고스란히 담은 죽염박물관을 개관했습니다. 활인구세 정신으로 죽염을 창시한 인산 김일훈 선생의 일대기부터 죽염의 제조 과정, 7대 신약, 죽염 맛보기 등 다양한 테마로 꾸며졌습니다.

죽염박물관 미리 보기

Theme1 보다
인산 선생의 일대기와
죽염의 생산 과정을
한눈에 볼 수 있어요.



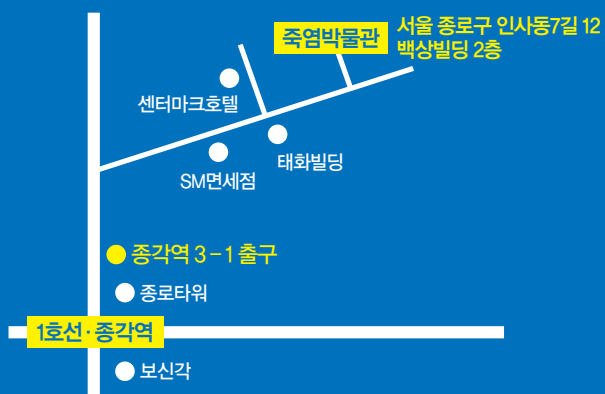
Theme2 만나다
인산의학 7대 신약과
산화환원력 테스트 등
인산의학을 직접 만나요.



Theme3 듣다
인산 선생의
생전 육성을 생생하게
들을 수 있어요.



Theme4 느끼다
9회 죽염을
직접 먹어보며
건강한 맛을 느껴보세요.



Wake up
the Doctor
in You

고래도 춤추게 하는 함양 1박 2일 힐링캠프

이 세상에서 우리를 고칠 수 있는 유일한 것은
바로 우리 자신이라고 합니다.
여름의 향기가 가득한 지리산, 인산의 품에서
귀하의 심신心身을 밝고 가볍게 바꿔보세요!

7월 1박 2일 힐링캠프(261차)

일정 7월 14(금)~15일(토)

장소 함양 인산연수원(경남 함양군 함양읍 삼봉로 292-90)

참가비 8만 원(1인 기준, 인건보 우대 회원은 7만 원)

셔틀버스 운행 종각역 3-1번 출구 앞에서 7시 50분 출발

참가 신청 및 문의 1577-9585(인산가 서비스센터)

힐링캠프 프로그램 함양 상림공원 산책·죽염 제조장 견학
생활 속의 인산의학 실천 방안 강연

《내 안의 자연이 나를 살린다》 저자 김윤세 회장 특강

