



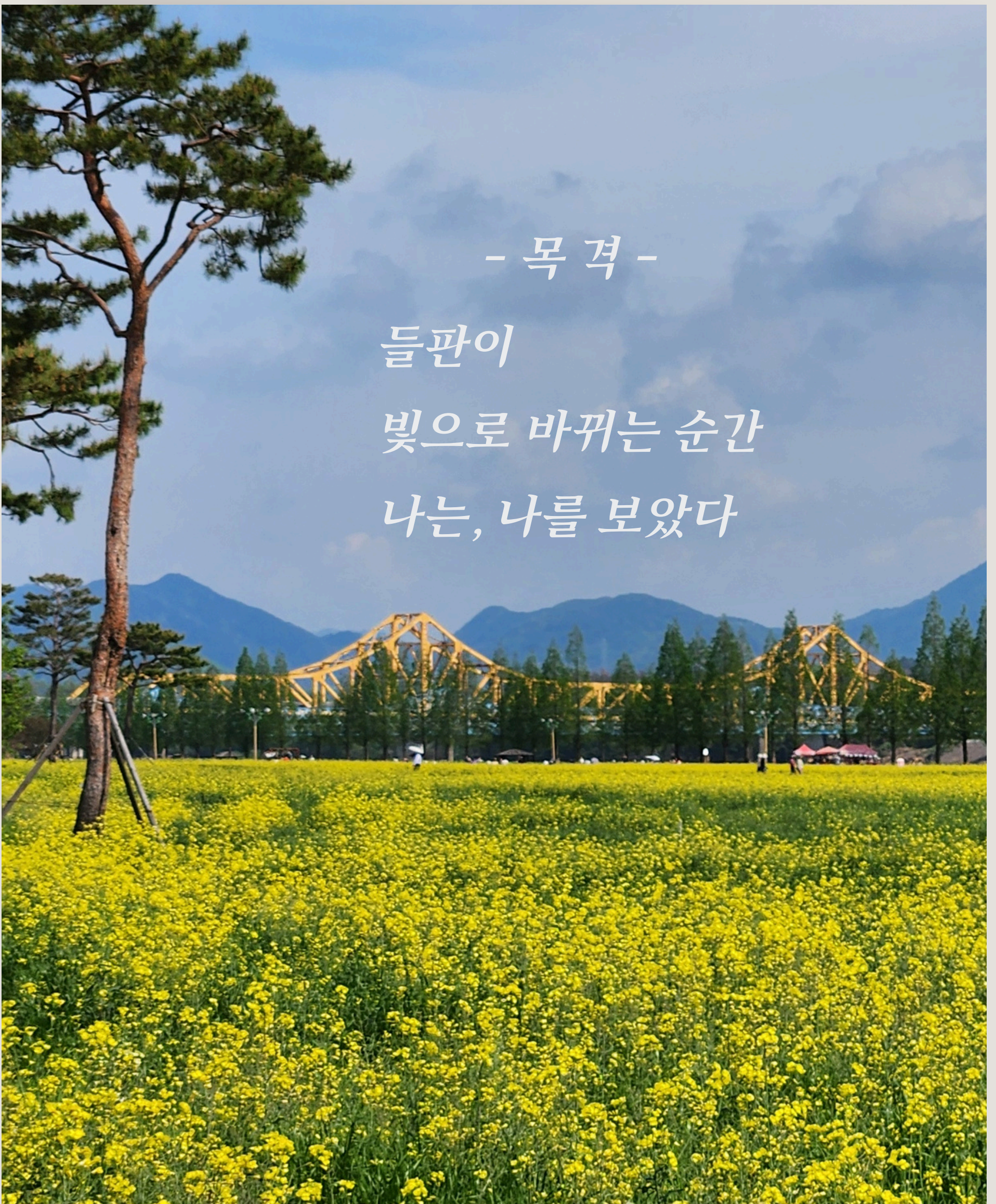
EKOLO



에콜로 소식

2026년 5월

일상 속 소소한 사랑의 진동을 모아
세상을 건강하고 아름답게 하다!



- 목 격 -

들판이

빛으로 바뀌는 순간

나는, 나를 보았다

목 차

빛의 인사

- “목격“
- 표지 사진: 낙동강변 유채꽃 들판과 남지철교

함께 나누는 이야기

- 에콜로 캔디 온라인 판매 재개
- 에콜로 캔디 소개

에콜로 에세이

- 윷놀이와 야구

한 잔의 문화

- 섹션 소개
- Rod Stewart – Sailing –

내몸내가

- 섹션 소개
- 건강을 지키는 세 가지 흐름

에콜로 정보

함께 나누는 이야기

에콜로 캔디 온라인 판매 재개

한동안 품질로 인해
에콜로 캔디의 온라인 판매가
잠시 중단되었었습니다.

기다려주신 많은 분들의 마음 덕분에
이제 다시 만나보실 수 있게 되었습니다.

일상의 작은 순간에
조용한 여유와 부드러운 즐거움으로
다시 함께할 수 있기를 바랍니다.

감사합니다.



에콜로 샵 ▶



☸ 함께 나누는 이야기 ☸

에콜로 캔디 소개

- 무설탕 (Sugar-Free) 캔디 -
에콜로(EKOLO) 캔디는 25년에 걸친
핵심소재 (플로로탄닌) 연구와
이를 담아내기 위한 독자적 무설탕 (Sugar-Free)
제조 기술이 융합되어 완성된 제품입니다.
(특허출원 #10-2024-0144560)

- 핵심 신소재, 플로로탄닌 -
다년생 갈조류인 감태로부터 엄선된 생리활성 성분을
추출한 해양 폴리페놀인 플로로탄닌은
25년간의 R&D를 통해 다양한 생리활성 연구 결과 축
적, 150편 이상의 SCI급 논문 발표와 함께
미국 FDA (2008년 NDI) 및 유럽연합 (NFI, 2018년
NFI)신규 식품소재로 공식 인정되었습니다.

- 패키지 디자인 -
우리나라 전통 목조 건축물 (궁궐, 사찰 등)에 여러가
지 빗살로 무늬를 그려서 장식하는 기법인 단청(丹青)
에서 영감(靈感, inspiration)을 얻었습니다.

[홈페이지](#) ▶



에콜로 에세이



- 윷놀이와 야구 -

윷놀이와 야구.

서로 전혀 다른 두 놀이처럼 보이지만,
조금만 들여다보면
놀라울 만큼 닮아 있는 구조가 있습니다.

두 게임 모두
‘던짐’으로 시작됩니다.
윷놀이에서는
허공을 향해 윷을 던집니다.
손을 떠난 순간,
그 결과는 더 이상 우리의 것이 아닙니다.
야구에서도 마찬가지입니다.
투수가 던진 공은
타자의 배트와 만나
전혀 다른 방향으로 흘러갑니다.

여기서 중요한 것은
우리가 결과를 직접 만들어내지 않는다는 사실입니다.
우리는 그저 던지거나 칠 뿐입니다.

[다음 페이지에서 계속]

그리고 세상은 그것을 받아
자기 방식으로 다시 만들어
우리에게 돌려줍니다.

웃은 땅과 부딪혀 결과를 드러내고,
공은 배트와 만나 새로운 흐름을 만들어냅니다.
이처럼 모든 결과는
‘던짐’과 ‘부딪힘’ 사이에서
비로소 만들어집니다.

어쩌면 우리의 삶도
이와 크게 다르지 않을지 모릅니다.
우리는 매일
말을 던지고,
선택을 던지고,
마음을 던지며 살아갑니다.
그리고 그 모든 것은
세상과 부딪히며
예상하지 못한 형태로 돌아옵니다.

그래서 중요한 것은
어떤 결과가 나오느냐가 아니라,
어떻게 던졌느냐입니다.

서두른 마음으로 던진 것은
그대로의 흔들림을 담아 돌아오고,

깊고 고요한 상태에서 던진 것은
전혀 다른 결을 만들어냅니다.

그리고 이 모든 흐름에는
또 하나의 공통점이 있습니다.
결국, 돌아와야 완성된다는 것.

윗놀이에서 말은
출발점으로 돌아와야 끝이 나고,
야구에서도 점수는
홈으로 돌아와야 비로소 인정됩니다.
아무리 멀리 나아가도,
돌아오지 않으면
그것은 완성되지 않습니다.

그리고 주목할 점은,
이 ‘돌아옴’이 단순한 반복이 아니라는 점입니다.
한 바퀴를 돌아
다시 같은 자리에 선 것처럼 보이지만,
그 과정을 경험한 우리는
이미 이전과 같지 않습니다.
돌아온다는 것은
그저 제자리로의 복귀가 아니라,
한 층 깊어진 상태로의 귀환이기 때문입니다.





한 잔의 문화



섹션 소개

가끔은 “내 마음이 굳어버린 건 아닐까”
스스로에게 묻게 되는 순간이 있습니다.

‘한 잔의 문화’는
그런 순간을 위해 준비한 작은 초대장입니다.
이야기와 노래, 그림과 시처럼
다양한 문화의 조각들이 모여
어쩌면 낯설게 느껴질지도 모를
다른 이들의 감성이
당신의 마음을 살짝 두드릴지도 모릅니다.

이곳에서 우리는 열린 마음으로
서로 다른 색깔의 온기를 전해 받고,
잠시 잊고 지냈던
감정의 결을 다시 어루만집니다.



- Rod Stewart - Sailing -

처음 몇 음이 흐르는 순간,
무언가 새로운 감정의 공간이 열립니다.

마음 어딘가에 빛으로 수를 놓듯이
잔잔한 반짝임으로 간지럽히는 선율.

“Sailing”은
그렇게 시작됩니다.

어떤 노래는
우리의 감정을 극적으로 끌어올리지만,
“Sailing”은 이미 흐르고 있던 마음을
조용히 드러나게 합니다.

Rod Stewart의 이 곡이 그렇습니다.

꽤 거칠지만,
그러나 묘하게 따뜻한 그의 음색은
완벽하게 다듬어지지 않았기에
오히려 더 절절하게 다가옵니다.

마치 바람을 제어하기보다
그 흐름을 읽으며 나아가는 항해처럼.

[다음 페이지에서 계속]

이 노래는 “사랑”의 감정 보다는
오히려 ‘어딘가를 향해 가고 있는 스스로의 상태’
그 자체를 들려줍니다.

멀리 있는 곳을 향해,
아직 닿지 않은 무엇을 향해
조용한 듯하지만 치열히 열망하며 움직이는 마음.

어쩌면 우리는 모두
자신만의 항해를 하고 있는지도 모릅니다.

정확한 목적지를 알지 못해도,
완벽하지 않아도,
각자 고유의 리듬과 색깔로 흘러가는 여정.

이 곡을 만날때,
잠시 멈추어
지금의 방향과 속도를
조용히 느껴보게 됩니다.

오늘,
오랜 친구 같은 이 한 곡과 함께
당신의 몸과 마음이
당신만의 맑은 결로 흐르는 시간을
가져보셔도 좋겠습니다.



- Sailing (가사 버전) -



내몸내가



‘내몸내가’ 섹션 소개

100세 시대를 살아가는 지금,
건강은 가능한 한 일상에서
스스로의 의지와 지혜로써 지켜야 하는
가장 기본적인
삶의 조건이 되었습니다.

‘내몸내가’ 섹션은
“내 몸은 내가 지킨다”는 신념을 바탕으로,
건강의 근원적 원리를 이루는
불변의 정보와, 이를 바탕으로
일상 속에서 알고 실천하면 좋을
실용적 건강 과학을
나누기 위해 만들어졌습니다.





건강을 지키는 세 가지 흐름,
정(精)·기(氣)·신(神)

건강을 이야기할 때
우리는 종종 수치와 결과에 집중합니다.

혈압, 혈당, 체중, 검사 수치—
눈에 보이는 것들입니다.

하지만 몸을 실제로 움직이고,
회복시키고,
균형을 유지하게 하는 것은
조금 더 보이지 않는 영역에 있습니다.

수천년을 이어온 동양의 오래된 관점에서는
이를 세 가지로 설명합니다.

정(精), 기(氣), 신(神)

[다음 페이지에서 계속]

이 세 가지는
몸과 마음을 이루는 가장 근본적인 흐름입니다.

정(精)은
몸을 이루는 기본적인 물질적 기반입니다.

영양, 수면, 회복—
몸을 채우고 유지하는 힘입니다.

충분히 쉬지 못하거나
지속적으로 소모되면
몸은 쉽게 지치고 약해집니다.

기(氣)는
그 기반 위에서 흐르는 에너지입니다.

호흡, 순환, 움직임—
몸 안에서 끊임없이 흐르며
활력을 만들어냅니다.

기(氣)가 막히거나 약해지면
피로감, 무기력, 집중력 저하로 이어집니다.

신(神)은
이 모든 것을 조율하는 중심입니다.

의식, 감정, 집중, 방향성—
우리가 어떻게 살아가고 있는지를 결정하는 힘입니다.

[다음 페이지에서 계속]

신(神)이 안정되면
몸도 자연스럽게 균형을 찾습니다.

이 세 가지는
따로 존재하는 것이 아니라
서로 깊이 연결되어 있습니다.

정이 약해지면 기가 흐르기 어렵고,
기가 흐르지 않으면 신이 흔들립니다.

반대로,
신이 안정되면 기가 부드럽게 흐르고,
그 흐름이 다시 정을 지켜줍니다.

그래서 건강을 유지한다는 것은
무언가를 더 추가하는 일이기보다,
이 세 가지 흐름을無理 없이 이어지게 하는 일입니다.

잘 먹고,
잘 쉬고,
잘 숨 쉬고,
마음을 너무 소모시키지 않는 것.

어쩌면 아주 단순해 보이지만,
그 안에는 몸을 지키는
가장 깊은 원리가 담겨 있습니다.

[다음 페이지에서 계속]

오늘,
잠시 자신의 상태를 돌아보셔도 좋겠습니다.

나는 지금
정기 충분한지,
기가 잘 흐르고 있는지,
신이 안정되어 있는지.

그 흐름을 알아차리는 순간,
건강은 이미
다시 시작되고 있을지도 모릅니다.



건강의 세 가지 흐름 정 · 기 · 신

몸과 마음을 이루는 세 가지 근본 에너지
서로 연결되어 균형을 이룰 때,
우리의 건강과 삶의 질이 높아집니다.

- 정** 몸의 근본을 채우는 힘
영양, 수면, 회복을 통해
몸의 기초를 튼튼하게 합니다.
- 기** 생명 에너지를 순환시키는 힘
호흡, 운동, 순환을 통해
활력과 생기를 만들어냅니다.
- 신** 마음과 의식을 다스리는 힘
안정된 마음, 긍정의 생각이
몸 전체의 균형을 이룹니다.



세 가지 흐름이 조화롭게 순환할 때
건강은 자연스럽게 자라납니다.





에콜로 정보



[에콜로 대문 사이트 ▶](#)

[에콜로 샵 ▶](#)

[회원가입 바로가기▶](#)

[에콜로 선언서 ▶](#)

[“한잔의 문화” 섹션 참여 ▶](#)

[캔디 체험 설문이벤트▶](#)

[에콜로 아이디어 제안 이벤트▶](#)

[에콜로 회원 맛집 이벤트▶](#)

[플로로탄닌 과학 문헌 사이트 ▶](#)

[무엇이든 건의/문의 하기 ▶](#)

