

새 강 만들기

어떤 것에 상처를 받고 그 상처에 어떻게 대처하는지도 역시 습관이다. 비판을 받으면 당황하며 얼굴이 빨개지고 누가 내 말을 자르면 금방 속이 상하는 것도 그런 습관이 들었기 때문이다. 금방 기가 죽어 고개를 푹 숙이는 것도, 고함을 지르며 상대를 역공하는 것도 다 습관이다. 습관은 수백 년에 걸쳐 물을 실어 나르던 강물과 같다. 조금 더 느긋하게 반응하고 싶다면 새로운 물줄기를 내서 새로운 강을 만들어야 한다. 하지만 물은 새 강이 옛 강과 같은 깊이가 될 때까지는 계속 예전의 강 쪽으로 향하기 마련이다. 인내심을 갖고 끈기 있게 강을 파야 한다. 마음의 상처도 마찬가지다. 자동적으로 다른 생각을 하고 다른 반응을 보일 때까지 열심히 새로운 습관을 길러야 한다.

도리스 볼프의 <심장이 소금 뿌린 것처럼 아플 때> 중에서

도리스 볼프

● 심리치료 전문가 ● 저서: <감정사용설명서>, <심장이 소금 뿌린 것처럼 아플 때> 등

대림 마루

모든 비즈니스 상업용, 일반 주택, 신축건물 등등
최고급 정품 독점 디자인 제품
최저 가격 보장과 완벽 시공



- *SPC
- *MSPC
- *MGO
- *WPC
- *Laminate
- *Hardwood

특별세일

최고급 100% 방수 SPC 시공 포함 \$3.89/sqft
(제품을 꼭 확인하세요)

모든제품은 품질보증서와 함께
Lifetime warranty를 드립니다.

무료견적 전화: **714.833.9944**

12770 Florence Ave. Santa Fe Springs, CA 90670



김명철 재활의학과

Diplomate, American Board of Physical Medicine & Rehabilitation

신경근육
정밀 검사
미국 보드전문의

진료과목

- 무릎 · 허리 · 목의 통증
- 오십견 · 디스크 장애 · 관절염
- 관절수술 · 골절수술 후의 재활
- 신경질환 · 골격 질환의 재활
- 중풍 · 척수 손상의 재활과 치료
- 스포츠 (골프, 테니스, 축구 등) 후 통증 · 손상

진단검사

- 신경 근육 정밀 검사 (EMG)
- 근육, 관절, 인대등의 초음파 검사
- **센 빈센트 병원** **신경근육 정밀 검사(EMG) 실장**
 헬리웃 장로병원

어깨 · 목 · 허리통증 · 손 발저림 · 관절염



Myeong C. Kim, M.D.

- 클리블랜드 팔마병원 재활의학병동 과장, 자문의 (18년)
- 미국 재활의학, 신경 근육 검진학 미국보드 전문의
- 미국 재활의학 학회 (ABPM&R),
- 미국통증치료학회 (AAPM) 정회원

각종보험 & HMO



★OC 분원 OPEN! **통증치료 · 물리치료 · 운동치료의 재활의학** 정확한 진단과 검사 · 최선의 치료

부ENA팍
통증·재활병원

Tel. 714.670.8111

8111 Commonwealth Avenue, Buena Park, CA 90621

LA 올림픽 재활병원

Tel. 213.381.5454

LA 병원 15년 경력

2140 W Olympic Blvd, #210 Los Angeles, CA 90006