

돼지고기와 비만증 치료제(Ⅱ)



이 중 오 원장
(동의 침술원, 동의체질학회장)

〈 4 월호 127쪽에서 계속〉

체질학의 선구자 이 제마 선생님은 이런 말을 전했는데, 100년 후에는 모든 지구상의 인류가 나의 학문을 따를 것이다. 라고 했으며, 만호의 고을에 한 사람만의 그릇굽는 사람이 있다면 그릇이 부족할 것이요, 백집이 있는 마을에 한 사람만의 의사로서는 사람을 살라기가 불가능 할 것이라 필히 의학을 넓혀 밝힘으로서 집집마다 의술을 알고 사람마다 체질을 알게된 뒤에야 건강 “壽”을 보전할 것이다.

한의학의 역사는 5 천 6 백년이 되었지만 나무로 비유하면 나뭇잎만 안 것이며 뿌리를 몰랐다. 이 제마는 그 뿌리를 발견했는데 단 네 가지 뿌리를 찾아낸 것이다. 그리고 네 가지 처방을 살펴보면 그 나무뿌리에 맞는 거름만 주면 되는 것이다. 그러기에 네가지 체질만 알면 약의 처방이나 침의 처방이 같으며 음식도 동

일한 것이다. 깊은 연구에야 무슨 한도가 있겠는가 그러나 에는 이 요구된다.

지난 한의학은 방향이 너무 다양하였으니 무한한 시간이 필요했지만 사실상 알고보면 체질학은 단시일 내에 습득할 수 있는 매우 쉬운 학문이다. 오늘날 기계문명에서 대기오염과 화학식품 또는 가공식품의 공해 등 여러 요인이 있다고 하더라도 가장 큰 원인은 잘못된 인식된 식품과 체질을 무시한 약의 복용일 것이다. 이 기회에 부언하고자 하는 바는 현재 세계적으로 문제화되고 있는 성인병인데 외국제의 건강식품으로 수입되는 고가의 식품들은 사실상 체질적으로 볼 때 자신의 체질도 모르면서 무분별한 복용을 하고 있는데 그 종류만도 수 백종 이라 한다. 건강식품이란 선전에만 현혹되어 성과없이 외화만 낭비하고 있는 것이 아닌가 생각한다. 성인병의 일종인 비만증도 마찬가지로 그런 추세인데, 그래서 자연식이니 건강식품이니 하며 각종의 약품까지 외제가 등장하고 있으며, 치료방법으로는 단식이니 금식이니 하며, 많은 방법과 운동법 등도 다양하게 대유행하고 있지만, 이는 일시적인 성과는 얻을런지 몰라도 근본적으로 비만증에 걸려 있는 사람이면 자기 체질에 맞는 음식을 약물과 함께 병행하여 섭취하지 않는 한 비만증의 치유란 불가능한 것이다. 앞서서도 말했지만 이 비만증도 다른 질병과 마찬가지로 자기 체질에 맞지 않는 음식을 잘못 섭취했기 때문이라 할 수 있다. 그러므로 비만증

의 치료도 다른 질병과 마찬가지로 자기 체질에 맞는 음식을 선택하여 섭취하면 치료될 수 있는 것이다. 혹자간에 체질을 무시한 채 비만증환자에게 채식섭취를 주장하는 사례가 있는데 이는 크게 잘못 된 것이며 체질에 맞지 않는 채식은 육식 이상으로 그 사람의 비만증을 촉진할 뿐이다. 왜냐하면 체질의학에서는 육식이 맞는 체질과 채식이 맞는 체질이 분명하게 구분되며, 채소는 채소대로 육식은 육식대로 분류되며 이것들은 네 가지의 성분차로 분류되어 있는 것이다. 인간과는 다르지만 순수한 초식동물인 코끼리의 경우를 보더라도 그 몸집이 거대한 만큼 비만한 것도 한에가 될 것이다. 뿐만 아니라 우리 생활에 밀접한 관계를 맺고 있는 소를 보더라도 체질과 음식과의 관계를 쉽게 알 수 있을 것이다. 이런 동물들도 육식은 물론 아무 돌이나 먹지 않고 그들의 장부에 맞는 풀만 먹는다는 사실을 우리는 알아야 한다. 그래서 특히 비만증으로 고생하는 환자들은 치료약을 선택함에 있어 더욱 주의가 필요하며 그 이전에는 체질에 맞는 음식을 선택함이 더욱 중요하다. 그렇지 않고 체질을 무시한 음식을 섭취하거나 약을 잘못 복용한다면 건강을 회복하기는 커녕 오히려 해가 되며 부작용만 더욱 크게 할 것이다.

최근 외신에 의하면 선진국인 미국의 암센터 조지타운대학과 일본의 암센터 대만의대 등에서는 체질의학에 대한 관심이 고조되어 연구에 몰두하고 있다는 것이다. 특히 영국의 국립기관인 영양교육기관에서 특별자문위원회를 설립하고 연구한 보고에 의하면 가공할 고질적인 난치의 암을 비롯한 고혈압·당뇨병·심장병·치질·변비·퀘양·간폐장암·충치 등 모든 질병의 원인은 잘못된 식사에서 기인된 것이라고 지적하고 있다. 그리고 음식물은 독극물과 같이 즉각적으로 어떤 병을 일으키지는 않으나, 오랜기간 잘못된 식생

활은 결국 병을 일으킨다는 것이 각국의 학자들의 이론과 동일하다. 체질의학의 선구자 이 제마선생님은 이 학문을 이미 100년전에 정립하였으니 숭배할 인물 이시다. 건강을 보전하자면 누구나 자기 체질을 알고 몸에 맞는 음식 즉 체질에 맞는 음식을 상식하고 약이나 침 심지어 운동까지도 체질에 기준하여야 한다는 것이다. 현대의학에서 말하는 체중론도 신장에 기준을 두어 체중의 경중을 말하지만 체질에 따라 다르므로 표준체중과 다르다고 염려할 필요가 없다. 다시말해서 체중이 가해져도 혈압과 몸에 이상이 없는 한 체질적으로 볼 때는 정상일 경우가 많다. 마찬가지로 체중이 미달인 것도 같으므로 하등관계가 없다. 이런 점이 과거 의학과 체질의학의 다른 점인 것이다. 전자는 체질을 몰라서 인체를 일률적으로 본 것이며, 후자는 체질에 의한 것이기 때문이다.

그 인원의 수야 헤아리기 어려우나 전술한 바와 같이 잘못 먹은 음식이 원인으로서, 다시 말해 닭고기가 맞는 체질자가 돼지고기를 먹는다는가, 또는 돼지고기가 맞는 체질에 닭고기를 먹는다는가 하는 것이다. 필자 자신이 음식을 체질에 적응해 본 결과로도 충분히 주지되었는데 체질에 맞지 않는 음식을 먹으면 신중(身重)해지고, 체질에 맞는 음식을 섭취해보면 몸이 가벼워짐을 짐작할 수 있는 것이다. 때문에 음식으로 몸을 자유자재로 조절할 수 있는 것이다.

환자들이 체험한 바는 대부분 돼지고기에 맞는 체질인이 소고기를 먹어 비만증을 가지는 경우가 많다. 그래서 침범도 겸해지며, 돼지고기를 먹어 4·50대 주부들의 비만증이 말끔히 치유되는데, 어떤 주부는 체중이 감소해서 술자에게 새옷을 맞춰 주어야 한다는 농담을 강조하지 않을수 없다.

독자들은 건강을 보전하자면 체질에 맞는 음식의 중요함을 재인식 하시기 바라는 바이다. *