

## ‘사랑’ 과

최 차 혜

**이**웃에 사는 남자와 한 번도 말을 건넨 적은 없지만, 그 사람 생각을 하면 가슴이 울렁거리는 수가 있다. 또 우연히 만난 친구의 오빠가 잊혀지지 않는다든지, 혹은 직장에서 결혼한 상사에게서 다정한 말을 듣는 사이에 어느덧 사모하는 정이 움틀 수도 있다.

이런 감정을 모조리 ‘사랑’ 이라고 할 수는 없겠지만, 진정한 사랑과 도취상태를 구분하기란 결코 쉬운 일이 아니다. 쉽사리 사랑이라고 표현하는 애인 사이일 망정, 사실은 한 때의 도취상태에 불과한 경우가 많다.

한마디로 ‘좋아하는 사이’ 라느니, ‘서로 사랑한다’ 느니 해도 그 진상은 천차만별이다.

만일 그것이 진정한 사랑이라면, 행복한 결혼으로 이어지는 구름다리가 될 것이요, 또 어떤 불가피한 장애 때문에 결혼을 못하더라도 아름다운 추억으로 남아 그 사람의 마음을 풍요롭게 만들 것이다.

그렇지만 반대로 그것이 한 때의 도취상태라면 머지 않아 자신의 어리석음을 창피하게 여길 것이고, 만일 성급한 결혼으로 이어졌다면 오래지 않아 파탄으로까지 이어지기도 한다.

따라서 진정한 사랑인지 한 때의 도취상태인지 하는 것은 자기 스스로가 판단할 중요한 문제가 아닐 수 없다. 그러나 초기에는 구분이 쉽지 않다. 문제는 한동안 진행된 다음에야 나타나는데, ‘연애’ 와 ‘도취’ 의 판별법을 심리학자는 다음과 같이 지적해 준다.

1. 만일 상대에게 어떤 결점이 나타났을 때, 그 결점을 짐짓 외면하거나, 혹은 그 결점을 깨닫고 갑자기 환멸을 느낀다면 그것은 도취상태의 특징이다. 반대로 상대방의 결점을 고치려고 노력하거나, 고칠 수 없는 것이라면 오히려 호의적인 눈으로 바라보는 것은 진정한 연



# 도취'의 차이점

산부인과 원장, 전문의

애의 경우이다.

2. 상대방의 어떤 면은 관심이 많은데 반해 다른 점에서 무관심하다면 도취상태의 특징이요, 용모나 성격·사고방식 등 모든 면에서 매력을 느낀다면 진정한 연애인 것이다.

3. 도취상태는 돌발적으로 발생해 차츰 열기가 식어 가는데, 진정한 연애는 갈수록 고조되어 간다.

4. 진정한 연애는 기쁨과 슬픔을 함께 하려는 강한 욕구가 있는데, 도취 상태에서는 상대방의 일면에서 만족을 얻으면 다른 면에는 거의 관심이 없다.

5. 도취상태의 특징은 상대방이 누구이든 연애 자체를 연애하는데, 진정한 연애의 경우는 평생을 의지할 만한 실제 인물이어야 한다.

6. 상대방에게 끌리는 매력이 성적 매력에 국한되거나 정신적인 면보다는 표면적인 면에 더 이끌린다면 진정한 연애는 성립될 수 없다.

7. 도취상태에선 육체적 욕구를 최우선으로 느끼는데 반해, 진정한 연애에서는 정신적 애정으로 육체적 욕구를 억제할 수 있다.

8. 도취상태에서는 애인과 마주 앉아 있어도 불안하고 초조할 때가 많은데, 진정한 연애에서는 특별한 경우를 제외하고는 편안한 안정감을 느낀다.

9. 진정한 연애에서는 갈등이 생기면 회해하려는 기분부터 드는데, 도취상태에서는 그것을 계기로 염증과 반감이 생긴다.

10. 진정한 연애라면 신뢰감이 있으니 제3자인 이성과 동석해도 질투를 느끼지 않으나, 단순한 도취상태라면 마음이 동요되고 질투심이 생긴다.

11. 진정한 연애에서는 상대방에 대한 희생정신이 강한테 반해, 도취상태에서는 위기가 닥치면 자기방어의 생각이 앞선다.

12. 진정한 연애에서는 두 사람의 장래에 대해 진지하게 생각하게 되는데, 한 때의 도취상태에선 눈 앞의 향락에 마음을 빼앗긴다. 72

## 극 내의 약정보

### 수영하면 퇴행성 관절염 발병 늦춰

**관**절질환 중 가장 흔한 퇴행성 관절염의 발병을 늦추려면 규칙적으로 수영을 하는 것이 좋다는 연구 결과가 나왔다.

한양대 구리병원 재활의학과 김미정 교수팀은 최근 39~81세의 해녀 31명과 집안일만 하는 비슷한 연령의 가정주부 31명을 선별해

이들 두 그룹을 비교 조사한 결과 이같은 결론을 얻었다고 밝혔다.

연구결과에 따르면 퇴행성 관절염의 발병 연령은 해녀군의 경우 59.4세인 것으로 나타난 반면 일반 가정주부군은 49.9세로 훨씬 빨랐다.

김교수 팀은 이에 대해, "해녀들은 수심 15m 이상 잠수해야 하는 등 고된 일을 함에도 불구하고 수영과 같은

운동을 전혀 하지 않는 주부들에 비해 훨씬 늦게 관절염이 발병한다는 것을 의미한다"고 말했다.

김교수 팀은 또, "수영은 부력을 이용해 물속에서 행하는 운동의 하나로 무릎 관절에 미치는 체중의 부담을 덜어주고 무릎주위 근육을 튼튼하게 하는 효과가 있음을 시사하는 것"이라며 "따라서 퇴행성 관절염에는 규칙

적인 유산소운동, 특히 수영이 예방 및 치료에 효과적임을 알려준다고 말했다.

여러 관절에서 생기지만 무릎에서 생기면 심각한 통증이나 변형을 초래해 일상적인 보행까지 어렵게 하는 퇴행성 관절염의 원인은 지금까지 정확히 파악되지 않고 있다. 72

