

# 프로폴리스의 위력

-지난호이어서-

두리원 대표 김해룡  
한국자연 건강연구회 이사

## 6. 위장병과 대장염에 뛰어난 효과

### 4. 만성 대장염이 낫다.

대장염은 위염보다 낫기가 더 어렵고 궤양성 대장염은 위궤양보다도 더 어렵다. 그렇다해서 못 고치는 난치병은 아니다. 대장염과 궤양성 대장이 구별되는 것은 대장염은 설사가 잦고 마지막 변속에는 흰곱뽕이 섞여 있다. 궤양성 대장염은 설사나 흰곱뽕이 섞여 나오는 것은 만성 대장염과 같으나 궤양성에도 가끔 출혈을 하게 된다.

양봉을 오랫동안 하였던 박종희(충북 영동군 매효면 어촌리) 할아버지는 대장염으로 17년간이나 고생하셨던 분이다. 매일 5~6회 변을 보게 되고 심할 때는 15회까지 보게 되었다. 변만 자주 보게 되는 것이 아니고, 수시로 오는 고통 때문에 집안 사람들까지 괴롭힐 때가 한두번이 아니었다.

먼저리 여행을 할 때는 고속버스를 탈 엄두를 내지 못했다. 화장실에 자주 가야 하는데 고속버스를 타면 화장실에 갈 수 없기 때문에 기차나 완행버스만 이용해야 했다.

먼저리 여행을 할 때는 고속버스는 탈 엄두를 내지 못했다. 화장실에 자주 가야하는데 고속버스는 타면 화장실에 갈 수 없기 때문에 기차나 완행버스만 이용해야 했다.

프로폴리스가 위염이나 장염에도 좋다는 것을 알고 프로폴리스를 복용한 지 2개월만에 그렇게 오랫동안 고생했던 대장염이 깨끗이 나았다.

출혈이 없었던 것을 보면 궤양성 대장염이 아닌 단순 대장염이었기 때문에 다소 빨리 나은 것으로 생각된다.

### 5. 위장병이 왜 많아졌나

작년 7월 전국의 6천7백91가구, 인원은 2만2천6백75명을 대상으로 훈련받은 조사원이 가가호호 방문하여 조사한 자료에 의하면 10명의 국민 중에 3명이 지병을 갖고 있음을 한국보건사회연구원에서 96년도에 발표한 바 있다. 그 가운데 소화성 궤양, 위염, 관절염, 충치, 고혈압, 당뇨병 등 5대 병이 전체 병의 33%를 차지하고 있고, 그 중 위장병이 병 전체에서 14.3%를 차지하고 있다고 했다.

이로 인한 국민경제적 손실은 소득 상실분 1%, 의료비 5%를 합쳐 연간 3조원에 이른다고 하니 그 피해가 보통이 아니다.

그 중에서도 위장병이 제일 많다고 할 때 우리 가정으로서는 이해가 되지 않는다. 필자가 관절염으로 많은 약들을 먹을 때는 위장이 나빠서 한 때 고생한 적도 있었지만, 건강을 되찾고 부터는 위장병을 모르는 생활을 하고 있다. 이것은 나만이 아니고, 우리 식구 모두가 그렇다. 가족은 대학생들, 고등학생 하나, 집사람 모두 다섯 식구이지만, 위장이 나빠서 며칠만이라도 약을 먹었던 사람은 아무도 없다. 간혹 사용하는 것은 「까스명수」 정도인데 이것도 1년중 가정에서 사용하는 총량이 6병 이내이다. 필자가 마신 것은 장례식에 갔을 때 주는 것 외에는 사 먹은 기억이 없을 정도이다. 이렇게 위장병이 없게 된 것은 특별한 방법이 있기 때문이다. 한 가정에 병자가 많으면 그 가정에 발병 원인은 틀림없이 있는 것이고, 없으면 없는대로 원인이 있다.

의료보험조합에서는 3년간 의료비가 지출되지 않은 가정에는 특별 시상을 한다는 이야기를 들었을 때 시상도 중요하지만, 그 집 식구들이 병 없이 지낼 수 있게 된 원인들을 규명해서 사례집을 만들어 공개한다면 국민건강에 더 큰 도움이 될 것이다.

필자는 남보다 좀 빨리 식사를 하는 편이지만, 필자와는 비교가 되지 않을 정도로 초고속으로 드시는 분이 김영삼 대통령이다. 낮에 국수를 드실 때 단 5분만에 다 드시는 분이다. 남들이 그렇게 빨리 식사를 하였다면 많은 사람이 위장병으로 고생하겠지만, 대통령께서는 위장병으로 고생하는 일은 결코 없을 것이다. 필자가 그렇게 말할 수 있는 것은 그분의 아침 조깅(Jogging) 때문이다. 조깅을 하면 장을 흔들게 되는 장의 운동량은 다른 사람보다 몇배나 더 많다. 이것이 발병을 없게 만드는 원인이 된다.

필자는 운동하는 것이 없다. 있다면 매일 3~4km 정도 걷는 것 밖에 없다. 걸음 걸이로 환산하면 4~5천보는 될 것이다. 1만보는 꼭 걸어야 된다고 주장하는 사람에게는 필자의 걸음 수는 미달이다. 1만보를 꼭 걸어야 하고, 그 양을 채워야 한다



는 생각에 빠져 있는 사람은 운동량이 많아도, 정신적으로는 해를 입고 있는 사람이다. 무엇이든 즐거운 가운데 시작하는 것이 참운동이요 참건강법이다.

우리 가정도 일반인들이 먹고 있는 쌀인 9분도, 10분도의 죽은 쌀을 먹고 있다면 5인 가족 중 위자병이나 다른 병으로 고생하는 사람이 있겠지만, 없는 것은 쌀에 눈이 붙어 있는 5분도 쌀을 먹고 있기 때문이다. 5분도의 쌀만 먹어도 조효소제인 베타틴과 베타시스테인이라는 성분이 함유되어 있어서 염증을 막아 주는 역할을 하기 때문에 위장병을 예방시켜 준다.

박정희 대통령 시절에 식량 사정이 어려워 정백된 백미를 먹지 말고, 덜 도정한 7분도 이하의 쌀을 먹도록 권장한 일이 한 때 있었다. 먹는 것까지 정부가 개입할 것이 무엇이나? 하는 국민들의 반발 때문에 시행하지 못하고, 흐지부지 되었다. 박 대통령에게 유신과 같은 잘못이 있었던 것도 사실이지만 가난을 몰아낸 대통령으로서의 길이 남을 업적들이다. 그 때 7분도 이상은 도정하지 못하게 하는 법령이라도 제정되었다면 경제성장을 시킨 대통령보다 질병을 없앤 대통령으로 더 추앙을 받게 되었을 것이다. 국민의 질병을 40%에서(수년까지 않아 40%가 될 것임)5% 이하로 떨어뜨릴 수 있게 되었을 것이다. 그렇게만 되었으면 뛰어난 수재들이 의대에만 들어가려고, 안달을 부리는 일도 없을 것이고, 짓고 지어도 부족되는 종합병원도 광역시나 도청 소재지에 2개만 있어도 충분할 것이다.

제 딸이 의심되면 한번 실천해 보기를 바란다. 6개월 이상되면, 나의 딸이 참말이라는 것을 인정하게 될 것이다. 건강 강연을 위해 마이크 앞에서 기 전에 몇 가지 약들을 먹고 나서 "건강을 위해서는 어떻게 해야 한다"고 떠벌리는 자는 모두 남을 속이고 있는 영터리 강연자다. 자신의 몸 하나 건강하게 하지 못하면서 남에게 방법을 제시하는 것은 기만이요, 소경이 소경을 인도하는 것과 같은 것이다.

필자는 13년간 몸이 불편해서 출근하지 못한 날은 하루도 없었다. 자연의학을 연구한 이후로는 특수 촬영이나 종합 진찰을 받아본 적이 없다. 죽을 때까지 내게는 종합진찰이 필요 없을 것으로 여긴다.

위장병이 발병하여 다방면으로 시도해도 해결되지 않을 때는 프로폴리스를 한번 사용해 볼만하다. 이것이 모든 병을 해결시키는 것은 아니지만 위장병에는 특효다. 병에 근본적인 방안은 영양학적인 예방이 중요하다. 5분도 쌀만 복용해도 위장병은

자연히 예방된다. 두뇌에 정신적인 안정을 가져다 주는 것도 현미식이다. 그러므로 먼저 교도소나 군기관, 학급 급식부터 실시하면서 현미식을 하는 사람이 연사가 되어 홍보를 하면, 앞으로도 늘어난 성인병 등 다양한 병을 사전에 예방시키는 방법이 될 것이다.

## 7. 프로폴리스와 미용

### 1. 세계 최초의 화장품

여성은 목숨보다도 자신의 아름다움을 더 소중히 여긴다. 그래서 일찍이 "돈을 벌려고 하면 여성을 아름답게 하는 사업에 투자하라. 그러면 실패하지 않는다"고 한 것은 한 유대인 사업가의 말이지만, 결코 헛말은 아니다.

이 말은 오늘과 같은 현실에만 적용되는 것이 아니고, 고대에도 적용되었다. 히포크라테스 같은 대학자도 피부 미용에 관심을 가지고 피부를 아름답게 하는 데는 첫째가 식이요법, 둘째가 햇볕에 피부를 적절하게 노출시키는 것이고, 셋째가 특수 재료를 넣은 물에서 목욕하는 것이라고 했다. 오랜 세월이 경과한 지금도 적용될 수 있는 학설이다.

진정한 미(美)는 바르는 데서 나타나는 것이 아니고 먹는 음식물에서 오게 된다.

체내에 독소가 가득히 채워져 있는 상태에서는 아무리 좋은 것을 발라도 몸에서 풍기는 아름다움은 낼 수 없다. 빠른 시간에 아름다움을 표출시키는 것이 얼굴에 바르는 것이고 자신과 타인에게 취각의 기능을 높여 주는 것이 있다면 그것은 향이다.

세계에서 최초로 화장품을 만든 사람은 그리스의 의화학자 칼렌(Calen)이다. 서기 50년에 올리브유에 나무의 진액을 첨가시킨 크림을 만들었다. 여기에 향을 내기 위해서 장미꽃 잎에서 짜낸 즙액을 첨가시켰다. 색깔이 황금빛을 띠고 있다해서 골드크림(Gold Cream)이라는 명칭이 붙었다.

이것을 피부에 바른 뒤 맛사지를 했을 때 피부가 윤택해지는 것은 말할 것도 없지만, 피부질환이나 갈라상에도 상당한 효과가 있었다. 전시(戰時)전에는 이 화장품이 응급 치료용으로 사용되었다. 1990년대에 들어 와서는 각국에서 프로폴리스를 넣은 화장품이 개발되기 시작했다. 우리 나라에서는 90년대 중반 크리스찬 실업가 가운데 한 사람인 박종성(여) 사장께서 칠레산 프로폴리스를 첨가시켜 만들어낸 화장품이 「아미가 화장품」이다. 이것이 홍콩, 중국 등 여러 나라에 수출이 활발히 이루어지고 있다.

-다음호에 계속-