

태교(胎敎)란 무엇인가? 요즘 많은 사람들이 태교에 대한 관심을 가진다. 교육열이 세계 최고라는 우리나라에서 이제 자궁속의 태아에 대한 교육에도 이렇게들 관심을 보이니, 이 분야의 교육도 세계최고가 될 듯싶다. 웬만한 임신부들은 저마다 태교책, 태교음반 하나 정도는 가지고 있다고 하니, 어느 경제신문에서 지적한 바와 같이 “태교산업”이 번창하고 있다고 할 만도 하다. 태교에 대한 관심이 많아지는 것은 바람직한 일이지만 우선 태교의 본질을 이해해야 하겠다.

태교란, 태중교육(胎中敎育) 또는 태내교육(胎內敎育)의 약자(略字)이다. 태교는 믿을만 한 것인가?

아니면 단순히 미신인가? 임신부들에게 이런 물음을 던져 보았더니, 적어도 우리나라에서는 전자(前者)쪽이 훨씬 많았다. 이것은 아마도 우리의 어머니, 할머니, 또 그 조상때부터 면면히 이어져 내려온 우리나라의 전통 태교 덕이 아닌가 한다. 그러나 우리나라의 과학자들은, 아쉽게도 아직 태교를 과학이라고 생각하는 사람들이 많지 않은것 같다.

임신시 자궁내의 태아에게 엄마가 신호를 보낼 수 있을까? 예를 들면, “건강하게 태어나라”, “마음이 고와야 된다” 등등... 임신중에 임신부와 그 가족들이 자궁 속의 태아에게 전하고 싶은 메시지는 수도 없이 많을 것이다. 태어난 후에도 부모들은 아기가 무병장수(無病長壽)하기를 간절히 기원한다. 이러한 자궁내의 태아와 태어난 후의 신생아들에 대한 부모의 염원(念願)들이 그대로 나타난다면 얼마나 좋을까. 그런데 이것은 결코 불가능하지 않다. 실제로 이러한 염원들은 임신부의 몸과 마음을 다스림으로서 대부분 성취할 수 있는 것이다. 최근 외국에서 이러한 분야의 연구가, 소위 ‘태아 프로그래밍 (programming)’ 이라는 제목으로 진행되고 있다. 이것은 다름 아닌, 동양에서의 태교(胎敎)의 개념과 마찬가지로이다.

태교(胎敎)의 개념을 이해하기 위해서는 우선 심신의학(心身醫學)을 이해해야 한다. 심신의학이란, 질병의 근본이 신체(body)와 마음(mind) 모두에게 있으며 이 두 가지는 서로 떼어서 설명할 수 없다는 것이다. 이미 외국의 학자들은 인간의 몸과 마음을 ‘인체 양자역학(量子力學)이론’으로 풀이하기 시작하였다. 즉 세포를 세분하면 양자(量子)의 크기가 되는데, 이때 정신과 육체는 일체화된 하나의 에너지와 정보흐름에 의하여 지배되며 이 흐름의 조정과 평형으로 질병을 치료할 수 있다는 것이다.

태교란 말할 것도 없이 심신의학의 대표적인 분야가 된다. 심신의학은 이제는 세계 과학계에서도 인정하고 있는 분야인데, 정작 의학자들은 태교와 과학의 연관성에 대하여 별 관심을 가지지 않아 왔다. 그런데, 최근 임신중의 자궁내 환경이 사람의 지능지수(IQ)에 큰 영향을 미친다는 연구결과가

발표된 후 많은 과학자들이 비로소 태교의 과학성에 관심을 가지게 되었다.

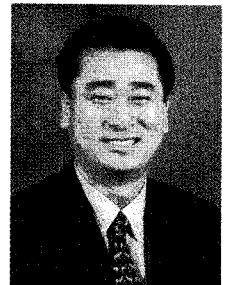
미국 하버드대학 연구진이 1994년도에 발표한 바에 의하면 인간들의 지능 지수, 즉 IQ는 80%정도가 유전, 즉 선천적으로 타고난다고 주장하였다. 그러나 1997년 세계적인 과학전문잡지인 '네이처'에 미국 피츠버그대학의 연구진이 반박 논문을 발표하였다. '인간의 지능은 유전적인 요소보다는 자궁내 환경이 더욱 중요하다'는 것이다. 즉 인간의 지능지수의 형성에는 자궁내 환경, 즉 태내(胎內)환경이 결정적이라 것이다. 이후 세계적으로 자궁내 환경과 인간의 두뇌, 언어발달, 감성 등의 다양한 분야의 연구가 진행되고 있다.

피츠버그대학의 연구진들이, 자궁내 환경으로 인정한 요소들 중 중요한 것들을 추려보자. 충분한 영양공급, 편안한 마음, 유해물질의 차단 등이 그것이다. 이것은 그야말로 우리 전통태교에서 꾸준히 권장해왔던 태내환경과 너무나 흡사하다. 태아가 자궁 내에 있을 때 얼마나 충분한 영양공급을 받았는가, 임신부는 얼마나 스트레스 없는 환경을 지내왔는가, 임신부는 태아에게 해로운 환경과 얼마나 떨어져 있었는가? 이러한 기본적인 요소들이 장차 태어날 아기의 IQ는 물론 건강에 가장 중요하다는 것은 우리나라 전통태교에서는 이미 상식이었다. 물론 태교가 사람의 IQ를 높인다는 목적으로만 이해되어서는 안 되지만, 이러한 연구결과들은 "우리의 전통태교가 과학이었다"라는 사실을 증명해 주는 중요한 계기가 되고있다.

그런데, 그동안 너무나 다양한 태교방법이 다양한 경로를 통하여 전해져 왔다. 그 결과, 누가 보아도 미신으로 치부해 버릴 사항들이, 단순히 태교책에 적혀져 있다는 사실만으로 맹목적으로 믿어져 왔다. 잘못 알려진 일부 미신적인 요소들에 대하여 태교의 바른 지식을 갖추어야 한다. 요즘에는, 자신이 싫어하는 클래식 음악을 억지로 듣고있는 산모들도 많다. 임신부 자신의 배에 복대를 감고 그 속에 태아가 들으라고 영어 테이프를 계속 들려주는 산모도 보았다. 이밖에도 일부 태교전문가를 자처하는 사람들이 과학이라는 이름을 들먹이며 검증되지 않은 방법들을 소개하는 경우도 많이 보았다. 이러한 것들은 반드시 바로 잡혀져야 할 것이다.

올바른 태교의 방법에서 가장 중요한 것은 임신부의 "마음"이다. 무릇, 사람의 몸은 마음이 지배한다는 사실들을 알고 있으면서도 많은 사람들이 이를 쉽게 믿지 않는 까닭은 바로 "결과가 눈에 보이지 않는다"는 기존의 과학적 사고에서 벗어나지 못하는 탓이다. 태아를 '마음'을 열고 받아들여야 한다. 욕심을 버리고 있는 그대로 받아들여야 한다.

태교의 과학적 배경을 이해하고, 태아의 마음과 몸에 임신부의 마음과 몸을 맞추어야 한다. 태교란 결국, "임신중에, 부모가 자신들이 원하는 아기의 모습으로 살아가는 것"이다. **PPK**



박 문 일
대한태교연구회 회장,
한양대학병원
산부인과 교수