

건강 칼럼

7가지 감정, 칠정(七情) 스트레스가 병이 되는 이유는?

최근에는 현대 진단기기의 발달로 아주 작은 부분까지 진단을 해내어 병을 찾아 내기도 한다.

그래서 그 부위를 없애기 위한 수술 요법을 강요 받기도 한다.

그런데 이러한 검사에도 안 나타나는 데 증세가 있고 아픈 경우가 있다. 흔한 말로 검사를 해서 이상이 나타나지 않으면 스트레스로 인한 병이라고 포괄적으로 설명을 하는 경우가 많다.

한의학에서는 병의 원인을 마음에서 오는 내인(內因), 외부의 기후환경에서 오는 외인(外因), 음식, 티박산, 약물중독 등의 불내외인(不內外因)으로 나누었다. 이중 내인이 정신, 스트레스 마음에서 오는 병을 말한다. 내인에 대하여 알아보려고 한다.

한의학의 질병 중에 매핵기(梅核氣)라는 병이 있다. 매화씨인 매실, 매핵과 같은 것이 목에 걸려서 목구멍을 막는 증세이다. 막힌 것을 뱉어도 뱉어지지 않고 삼켜도 삼켜지지 않으며 목에 걸려있는 증세다.

매핵기의 원인은 무엇인가?

인간의 칠정(七情)으로 인해서 칠기(七氣)가 발생하여 기가 맺히고 답이 생기고 잘 순환하지 못해 위로 팔이 올라가서 열이 생기면 체내 노폐물인 담(痰)이 생긴다. 담이 더욱 많아져서 목저지면서 목에 걸려서 삼키지도 못하고 뱉어내지도 못하는 매핵기가 생긴다. 속이 그득하고 소화도 안되고, 가슴이 답답하기도 하며, 숨이 쉴 수 없는 증세가 같이 나타나기도 한다. 심해지면 가슴과 배에 각종 덩어리, 종양 등이 생기고 풍증이 나타나기도 한다.

칠정(七情), 칠기(七氣)는 한의학에서 희(喜) 노(怒) 우(憂) 사(思) 비(悲) 공(恐) 경(驚)을 말한다. 즉 기쁘고, 성내고, 슬퍼하고, 생각하고, 근



김수범

우리의한의원장

심하고, 놀라고, 무서워하는 것을 말한다.

정(情)과 기(氣)는 무엇인가?

정(情)과 기(氣)를 알기 위해서는 먼저 성(性)을 알아야 한다. 사상의학에서 애노희락(哀怒喜樂)의 성(性)은 폐비간신(肺脾肝腎)의 기능이 잘 되게 하고 애노희락(哀怒喜樂)의 정(情)은 조금 해져 폐비간신(肺脾肝腎)의 기능이 위축되게 하여 장부의 대소가 나누어져 체질을 구분하였다.

좀더 설명한다면 성(性)은 성리학(性理學)의 성(性)으로써 이(理)이고 지선(至善)한 것이고, 사람 본연의 것이라 하였다. 심(心)은 이(理)가 있는 곳이며 이가 작용하는 장소라고 하였다. 성리학의 이기론(理氣論)에서 이(理)는 발견되기 전의 것이고, 기(氣)는 발견되어 나타나는 것을 말한다. 정(情)은 심(心)에서 생겨서 인간의 욕심이나 감정이 개입이 된 것을 말하고, 외부로 나아가는 기(氣)로써 나타나지는 것이다. 그래서 칠정(七情)과 칠기(七氣)가 작용을 하는 것이다.

칠정(七情), 칠기(七氣)는 무엇인가? 한의학에서 칠정(七情)과 칠기(七氣)는 희(喜) 노(怒) 우(憂) 사(思) 비(悲) 공(恐) 경(驚)에서 만들어진다. 인간이 편안했을 때의 상태를 성심(性心)의 상태라면 인간의 욕심, 감정이

합쳐지면 정심(情心)이 되고, 일곱 가지의 감정인 칠정(七情)으로 인하여 매핵기가 발생한다고 볼 수 있다.

칠정(七情)이 영향을 주는 오장육부는 무엇인가?

칠정이라는 감정의 종류에 따라서 영향을 주는 장부는 다르다. 인간의 감정이 심해지면 오장육부에 영향을 주어 건강을 해치고 많은 병의 원인이 된다.

기쁜 감정이 매우 심한 희정(喜情)은 심장에서 나타나는데 희정(喜情)이 감정적으로 과하게 되면 정신(神)이 흩어져서 산만해진다.

화를 내는 감정인 노정(怒情)은 간(肝)에 속하며 크게 화를 내면 간을 상하고 기혈(氣血)이 거꾸로 올라가 역상(逆上)하여 피를 토하고 설사를 하며 졸도를 할 수 있다.

근심하는 감정인 우정(憂情)은 폐(肺)에 속하며, 풀려지지 않으면 의지(意)를 상하게 되는데, 비장(脾臟)은 중기(中氣)를 주관하는데 중기가 억압이 되면 의지(意)가 자유롭게 펼쳐지지 못하여 우울해진다.

생각을 많이 하는 감정인 사정(思情)은 비(脾)에 속하며 한가지 생각에 몰두하게 되면 마음이 한곳에 머물러 정기(正氣)가 운행지 못하여 기가 동체(動) 순환이 안 되는 기결(氣結)이 된다. 슬퍼하는 감정인 비정(悲情)은 슬픈

감정이 심해지면 폐(肺)를 손상하여 순환이 안되어 열기가 막혀서 쌓이게 되면 폐기를 손상시켜 기(氣)가 소모된다.

공포스러운 감정인 공정(恐情)은 공포감이 심해지면 신(腎)을 상하여 정기가 아래로 내려가고 올라가는 승강(升降)이 되지 않아 기(氣)가 아래로 내려가 멈추게 되므로 기가 허약하게 된다.

깜짝 놀라는 감정인 경정(驚情)은 놀라는 상황으로 심해지면 정신이 의지하지 못하고 돌아갈 곳이 없고 생각이 정리되지 않아 기가 흩어지게 된다.

사상체질의학에서의 본성과 감정인 성정(性情)은 어떻게 작용하나?

사상체질적으로는 성(性)과 정(情)으로 인하여 정(情)의 크기가 대소(大小)가 나누어지고 사상체질이 나타난다.

태양인은 애성(愛性)이 널리 퍼져서 폐(肺)가 커지고, 노정(怒情)이 조금씩 퍼져서 간(肝)이 작아진다. 소양인은 노성(怒性)이 넓게 안에서 비(脾)가 커지고, 애정(愛情)이 조금씩 퍼져서 신(腎)이 작아진다. 태음인은 희성(喜性)이 넓게 퍼져서 간(肝)이 커지고, 락정(樂情)이 조금씩 퍼져서 폐(肺)가 작아진다고 하였다.

또 각 체질마다 평소의 선천적인 마음인 항심(恒心)이 있다. 태음인의 항심은 겁이 많은 것인데 심해지면 두려운 마음인 파심(怕心)에 이르러 심장이 두근거리는 정충(悸)증세가 나타난다.

소양인의 항심은 두려운 마음인데 심해져서 두려움이 공포스러운 마음에 이르면 건망증이 나타난다. 소음인의 항심은 불안정(不安定)한 마음이고, 태양인의 항심은 급박(急迫)한 마음이며 심해지면 인체에 영향을 준다.

사설

DMZ 국제기구 유치 문제

한반도 분단의 상징인 비무장지대(DMZ)의 평화적 활용 방안을 모색하기 위한 DMZ 피스존 심포지엄이 열려 관심을 모았다.

행사는 지난 6월 30일 서울 용산구 동자아트홀에서 개최됐다. 한반도의 지속 가능한 평화의 관점에서 DMZ에 국제기구를 유치하려는 주장은 충분한 실현 가능성이 있다.

이는 특히 한반도 평화의 마중물이 될 것이다. DMZ 평화를 위해서는 유엔의 역할이 막중하다. 이번 행사는 DMZ의 평화적 활용을 위한 유엔 역할을 논의하는 자리가 되었다는 평이다.

문헌속 세계평화여성연합 세계회장은 "세계적 경제 위기와 함께 찾아온 글로벌 패권 경쟁과 북한 위기를 극복하기 위해 치유와 희망, 평화의 이미지로써 DMZ의 한계를 극복하고 유엔과 함께 신동일한국을 실현할 수 있도록 DMZ 내 국제기구 유치 논의가 확산되기를 바

란다"고 전했다. 한편 DMZ(Demilitarized Zone) 이른바 비무장 지대(非武裝地帶)는 휴전에 합의하면서 설치한 비무장·비전투 지역이다. 이곳은 군사정전위원회의 허가 없이 출입할 수 없다.

동서 길이 248km이며, 군사분계선을 중심으로 남쪽 2km 지점을 남방한계선, 북쪽 2km 지점을 북방한계선으로 한다. 남방한계선은 관할권이 연합군 총사령관에게, 북방한계선은 조선인민군과 중국인민지원군에게 주어졌다.

이곳은 희귀 동물들의 주요 서식지가 되었다. 이를 조사하기 위해 남북한 학술 조사단의 구성이 논의되기도 했다. 이 지역은 '평화가 달성될 때까지 적대행위와 일체의 무력행사를 방지하기 위해' 설치되었다.

그러나 실제 남북한 모두 감시 초소(OP)·관측소(OP)·방안과 함께 신동일한국을 실현할 수 있도록 DMZ 내 국제기구 유치 논의가 확산되기를 바

한국 세계 7번째 위성 발사국

누리호 발사 성공으로 대한민국의 하늘이 활짝 열렸다. 대한민국 과학기술이 위대한 전진을 이룬 셈이다. 1989년 6월 최초의 과학관측 로켓 '과학 1호'가 발사된 지 꼭 30년 만의 일이다.

누리호는 지난 6월 21일 전남 고흥 나로우주센터에서 발사됐다. 지난해 10월에 이어 두 번째 발사다.

목표는 인공위성을 고도 700km의 궤도에 올려 초당 7.5km의 속력(시속으로는 2만7000km)으로 지구 주변을 안정적으로 돌도록 하는 것이다.

1차 발사에서는 목표가 이뤄지지 않았다. 2차 발사는 한국이 독자 개발한 발사체에 실제 기능을 지닌 독자 개발 인공위성을 실어서 발사해 성공한 첫 사례다.

누리호는 이날 나로우주센터에서 오후 3시45분 발사 전 준비 점검을 완료했다. 이어 발사 10분 전인 3시50분 자동발사운영(PLO) 프로그램을 시작했다.

자력으로 발사 카운트다운에 들어간 후 지상고정장치 해제 가 되면서 4시 이륙했다. 누리호는 4시2분께 1단을 분리하고 2단을 성공적으로 분리했다.

오후 4시3분께 발사 위성 덮개(페어링)를 분리하고 고도 200km를 통과했다. 오후 4시13분께 3단 엔진이 정지되며 목표 궤도에 도달했다. 이어 오후 4시14분께 성능검증위성, 4시16분께 위성 모사체를 각각 분리했다.

대한민국은 우리 땅에서 우리 손으로 우리가 만든 발사체를 우주로 쏘아 올리는 7번째 나라가 됐다.

정부는 2027년까지 4번의 추가 발사를 통해 누리호의 기술적 신뢰도와 안정성을 높여나갈 계획이다.

8월에는 달 궤도선을 발사하고 국제유인우주탐사사업 '아르티메스'에도 참여하면서 역량을 키워나갈 방침이다. 우주 강국을 향한 담대한 여정을 함께 할 때이다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

사진으로 보는 지구촌 소식

스리랑카 대통령, 부인과 함께 몰디브로 도피

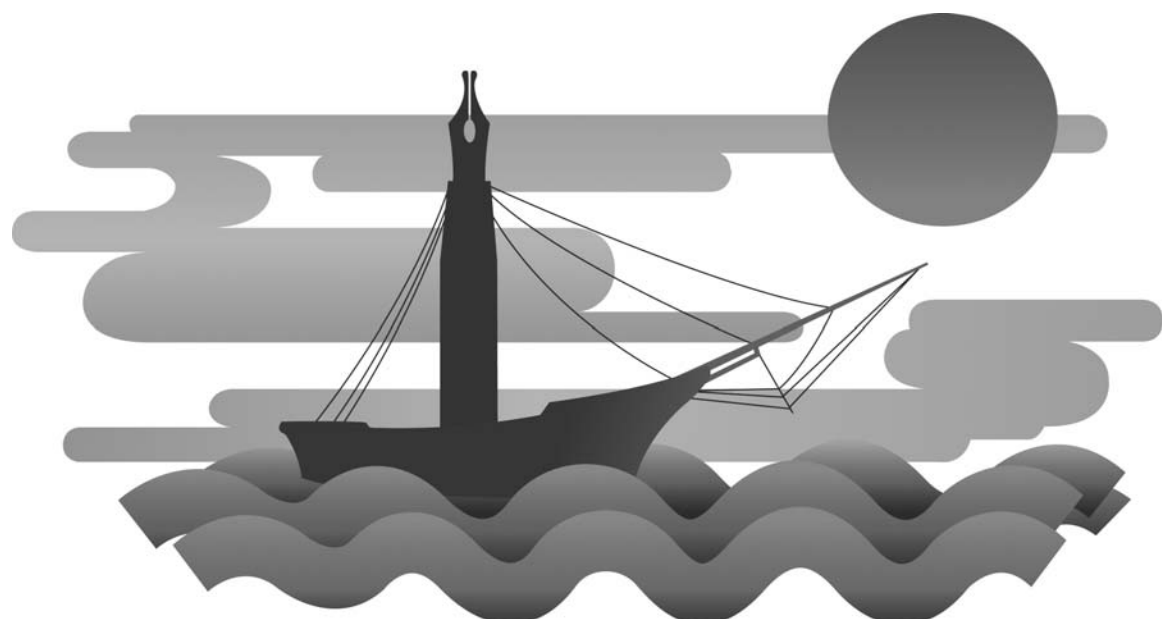


13일(현지시간) 스리랑카 콜롬보에서 반정부 시위대가 국기를 들고 시위하고 있다. 익명을 요구한 한 출입국관리소 관계자는 리자팍사 대통령이 부인, 경호원과 함께 몰디브 수도 말레로 향하는 스리랑카 공군기에 탑승해 출국했다고 밝혔다.

아베 총격 현장 조사하는 경찰



일본 경찰이 13일 일본 서부 나라현에서 아베 신조 전 일본 총리가 총격으로 쓰러진 현장 인근 보도를 조사하고 있다.



용기와 희망을 주는 인간을 위한 정론지

"더 좋은 신문, 더 사랑 받는 신문, 독자와 함께하는 신문"을 위해 전주매일의 전 직원들은 '전북 최고의 신문'을 제작하기 위해 최선을 다하겠습니다.

진정한 지방자치 발전을 위해 중앙지를 답습하는 형태를 벗어나 보다 깊이 있게 내 고장 소식을 빠르고 정확히 독자 여러분들에게 전달하겠습니다.

당신의 어려움을 속 시원하게 풀어 드리기 위해 대안적 비판 기능을 강화하고 있으며 한 단계 더 성숙한 네트워크 구축과 함께 지역발전의 수레바퀴를 힘차게 굴리겠다는 약속을 드립니다.