

건강 칼럼

생애주기별 정·정력(精力)·리비도의 기능은?

세상은 급변하고 있다. 컴퓨터가 나오고 스마트폰이 나오고 이제는 태블릿, 인공지능, 자율주행 자동차 등 다양한 첨단 기술이 쏟아져 나오고 있다. 급변하는 세상에 적응하기가 쉽지 않은 세상이다. 대한민국은 이러한 변화에 잘 적응하여 발전하고 있다. 이러한 변화의 원동력은 무엇일까? 바로 정, 정력(精力)이다. 사회에서 열정적으로 일을 하는 사람을 정력적인 사람이라고 할 때의 정력이다. 또 예로부터 성적인 힘이 강한 사람을 말할 때의 정력이다. 정력의 정은 한의학에서 가장 기본적인 요소인 정(精), 기(氣), 신(神)의 중요한 요소이며 근본적인 힘이다. 이것은 정신분석학에서의 성충동, 정신적 에너지를 의미하는 리비도(Libido)와 유사하다. 이제 정력과 리비도에 대하여 알아 보 고자한다.

한의학의 정, 정력은 무엇인가? 한의학의 동의보감에 보면 먼저 인간의 몸인 신형(身形)이 나오고 다음에 인체의 기본요소인 정(精), 기(氣), 신(神)이 나온다. 그중에 정(精)이 가장 먼저 나오며, 신체의 가장 근원이 되며 가장 보배로운 것으로 선천적인 원기, 에너지이다.

또한 정(精)은 생식의 원천으로 남녀의 정이 만나서 생명을 탄생시킨다. 또 생명의 원천으로 인체 내에서 정력, 뇌, 뼈, 이빨, 머리카락, 골수의 기본요소이며, 오장육부에 있는 정(精)의 원천이 된다. 정(精)이 튼튼해야 정력, 기억력, 창의력, 의욕, 체력 등이 강하여 생명력이 활력을 잃어준다. 한의학에서는 정을 도와주는 한약을 먹음으로써 신장의 기능을 도와주어 정력을 강하게 하여 준다.

정신분석학에서의 리비도는 무엇인가? 정신분석학에서는 성욕, 성충동, 성적



김수범
우리한의원장

욕동 등을 리비도(Libido)라고 하였다. 프로이드는 이드(伊) 즉 무의식에서 나오는 정신적 에너지로써 성적 에너지인 성욕, 성적 충동 등을 지칭하였다. 칼 융은 뜻을 넓혀서 역동성을 갖는 생명의 에너지라고 하였다. 정신분석학에서의 리비도, 성충동에 대한 프로이드의 "성욕에 관한 세 편의 에세이"에서 구강기, 항문기, 남근기, 잠재기, 생식기 별로 리비도의 작용을 설명하였다.

또 리비도가 향하는 곳에 따라서 자아리비도, 대상리비도가 나누어진다. 리비도가 자신에게 향하게 되는 자아리비도는 나르시시즘적인 현상이 나타난다. 리비도가 외부의 대상으로 향하면 다른 이성에 대한 관심이 생기고 사랑을 한다. 사람이 가능하지 않다면 리비도가 승화되어 성적리비도를 예술, 취미, 종교, 교육 등에 관심을 돌려 자신의 쾌락을 느낄 수 있다.

프로이드는 충동을 성욕이 발생하는 성충동과 생명을 유지하기 위한 기본 욕구인 배고픔, 성욕과 같은 자아충동, 자기보존충동으로 구분하였다. 성충동은 자신의 성적 에너지인 리비도를 외부대상을 향하거나 자신의 자아를 향하여 성적 만족을 얻는 것이다. 자아충동은 에너지가 자신의 생명을 유지하기 위한 식욕, 배고픔 등과 같은 충동으로 자기보존충동과 유사하다.

프로이트의 후기에는 삶의 충동은 리비도가 살아있는 생명체의 통일성과 존재를 유지하는 것이라고 말한다. 즉 일반적으로 말하는 삶을 의욕적으로 살아가려고 노력하는 것이다. 자신이 바라는 지식, 예술, 취미, 종교, 부, 명예, 운동, 가족, 행복, 즐거움 등을 이루기 위해 살아가는 것이다. 에로스 사랑의 충동의 목적은 보다 큰 통일을 이루어 유지하려는 것으로 남녀의 결합을 의미한다. 성적인 결합은 성이 분리되기 이전의 상태인 양성적인 존재인 통일성을 회복하려는 노력이다. 또 자신의 생명을 자신이 아닌 2세를 통하여 생명을 연장하고 유지하려는 목적도 포함된다.

한의학에서는 정(精)과 정신분석학에서의 리비도는 매우 유사하다. 남녀의 정이 만나서 새로운 생명을 만들어내는 것은 동일하다. 남녀의 정이 만나서 생명을 이루고, 남녀의 리비도, 성충동이 만나서 생명을 만든다. 인체에서의 작용도 정력과 리비도는 유사하게 전개가 된다.

우리는 정력, 리비도를 생애주기에 따라 잘 사용하여야 한다. 어렸을 적의 성장기에는 충분한 영양 공급으로 정(精)이 생성되어 뇌, 뼈, 이빨, 머리카락, 골수의 중요한 인체의 기관이 잘 발달하여 성인이 되었을 때의 건강한 신체가 되어야 한다.

시춘기, 청년기가 되었을 때는 멋진 이성을 만나서 사랑을 하고 젊음을 누리고 결혼을 하여 가정을 이루고 자신을 이어나갈 2세를 탄생하는데 노력을 하여 자신의 본신을 만들어 내는 것이 중요하다. 그렇지만 절제된 정력, 리비도를 유지하고 정력을 승화시키는 것도 좋다. 학생은 자신의 정력을 성적으로만 소모하지 않고 자신이 좋아하는 분야, 학업, 예술, 야구, 이상을 위하여 승화시킨다면 성적인 쾌락보다 더 큰 쾌락을 맛볼 수 있다.

장년기가 되었을 때에는 정력을 성적으로만 사용한다면 육체적인 만족을 위한 삶이 될 것이다. 정력을 사업, 부, 명예, 연구, 운동, 스포츠, 음악, 미술, 봉사, 예술 등의 자신의 특화 부분에 승화시켜 사용을 한다면 삶의 보람과 만족을 느낄 것이다.

노년기가 되었을 때는 정력을 성적으로 사용하는 것을 줄여야 한다. 과도하게 정력을 소모하는 것은 자신의 생명을 단축하게 된다. 나이가 들수록 정력을 몸 안에 간직을 하고 있어야 한다. 정력이 자아보존충동으로 작용을 하여 건강한 생명을 유지할 수 있게 하는 것이 장수의 비결이다.

한의학에서는 정력을 보하는 한약들을 많이 처방하여 왔다. 공진단, 정력을 보하는 한약 등을 단지 성적 쾌락을 위하여 복용하는 것은 근시안적인 생각이다. 정력을 승화시켜 자신의 이상, 학습, 사업, 명예, 운동, 예술, 연구, 학문 등에 활용을 하는 것이 좋다. 사춘기, 청년기에도 성적 쾌락보다는 학습이나 성장, 건강을 위하여 승화시키는 것이 좋다. 노년기에는 성적 소비를 줄여서 자신의 생명이 연장되고 건강한 신체를 유지하는데 활용하는 것이 좋다. 마지막으로 자신의 정력을 잘 쓰기 위해서는 무분별한 정력의 소모를 줄이는 것이 중요하다.

사설

국회의원 주식투자 문제없나

21대 국회에서 국회의원 230명 중 절반가량인 142명이 주식을 보유하고 있다. 일부는 본인이 소속된 상임위와 이해 충돌이 의심되는 주식을 보유하고 있다. 현행법에 따르면 의원들은 보유 주식과 직무 관련성이 있는 상임위를 맡으면 주식을 신장하고 수탁기관은 60일 내 이를 매각해야 한다. 그러나 그렇지 않은 경우가 많다. 이해충돌 여부를 판단하는 직무 관련성 심사를 먼저 받아야 한다. 그러나 여기에는 위원 구성이나 심사 기준, 절차, 결과 등 모든 게 밀실에서 이뤄진다. 주식백지신탁 제도는 유명무실하다. 상당수는 주식을 처분하지 않은 것으로 나타나 취약한 제도 개선이 시급한 것으로 드러났다. 이는 현행법에 허점이 많아서다. 이해충돌 여부를 판단하는 직무 관련성 심사가 밀실에서 이뤄지는 점이 가장 먼저 지적된다. 인사혁신처 주식백지신탁심사위원회의 위

원 구성이나 심사기준, 절차 및 결과 등이 공개되지 않고 있다. 직무 관련 정보의 범이나 성격을 소속 상임위로 한정하는 것 자체도 맹점이다. 문제가 되면 사후적으로 사·보임하면 그만이란 편의성이 작용한다. 급속히 변화하는 투자 양상을 제도가 따라가지 못하는 점도 문제다. 해외 주식이나 암호화폐, 간접 투자상품이 무종지대로 존재한다. 자기들끼리 짚아서 해서 그냥 넘길 수 있다. 문제가 되면 소속 상임위만 슬쩍 바꾸면 그냥 아무 일도 없었던 것처럼 끝이다. 국회의 일이나 그 배우자라고 해서 무조건 사적 경제활동을 하지 말라는 게 아니다. 양심이 있다면 독립기구를 만들어 직무 관련성 심사를 투명하게 공개해야 한다. 고양에게 생선을 맡겼다는 소리는 듣지 말아야 한다. '국회의원 주식투자 문제없나'를 검토해야 할 때이다.

전북의 고향사랑 기부제

고향사랑기부제 시행은 지속 가능성이 관건이다. 일본의 경우에는 이 제도를 고향납세제라고 부른다. 우리는 고향사랑 기부제로 일단 이름이 다르다. 일본은 우리와 달리 수백만 원까지 세액이 공제된다. 개인뿐 아니라 법인까지 고향에 납세할 수 있다는 점이 지속가능성의 이유로 꼽힌다. 반면 우리는 공제 한도가 턱없이 낮아 그저 하나의 기부 문화로 유명무실해질 가능성이 있어 제도 정비가 필요하다. 일본 도쿄의 어느 가정집은 4년 전부터 고향납세제를 적극적으로 이용한 덕에 연 초부터 식탁이 전국에서 온 특산물로 푸짐하다. 주인은 고향이 류슈인데 주로 그 지역에서 나는 먹을 것들을 매년 답례품으로 받고 있다. 이들 부부가 고향세로 기부하는 금액은 우리나라 돈으로 연간 350만 원에서 400만 원이 맞벌이 직장인이지만 적지 않은 돈이다. 납세제에 동참할

수 있는 것은 거의 대부분을 세금에서 공제받기 때문이다. 일본의 고향납세제는 개인부담금 2만 원을 제외한 나머지 기부금 대부분을 공제받을 수 있다. 직장인은 30만 원에서 100만 원 정도, 고연봉자들은 500만 원 이상까지 공제가 가능하고, 심지어 법인도 참여할 수 있다. 지자체가 30%까지 답례품을 제공한다. 연간 10조 원 상당의 돈이 지역으로 움직이고, 답례품 시장도 활성화하는 이 유다. 반면 우리 고향사랑기부제는 정치후원금과 비슷하게 운영되면서 소득세에서 전액 공제되는 한도가 10만 원으로 못 박혀 있다. 기부 한도도 500만 원으로 정해져 있어 한도를 모두 채워도 90만 원을 공제받은 데 그친다. 낮 내기식 자선 활동의 하나로 흘러서는 안 된다. 고향 사랑기부제가 이름처럼 고향을 살릴 지속가능한 제도로 자리를 잡아야 한다.

사외기고는 본보의 편집방향과 다를 수도 있습니다.

기고문

지난 10일 오전에 덩프트레이 교차로에서 우회전을 하다 70대 여성을 치는 사고가 났다. 또한 앞선 5일에는 우회전하던 승용차가 술에 취한 남성을 치는 사고가 났다. 두 사고 모두 교차로에서 우회전을 하다가 일어난 사고다. 도로교통공단 통계에 따르면 19~21년 3년 동안 교차로 우회전 교통사고는 5만 6천여 건이 발생하였고 사망자만 400명 이상이 나왔다. 이러한 문제를 개선하기 위해 올해 1월 22일 교차로에서 우회전하는 방법을 담은 도로교통법 시행규칙이 개정되었다. 내용을 살펴보면 이렇다.

교차로 우회전 이제 무조건 정지하세요

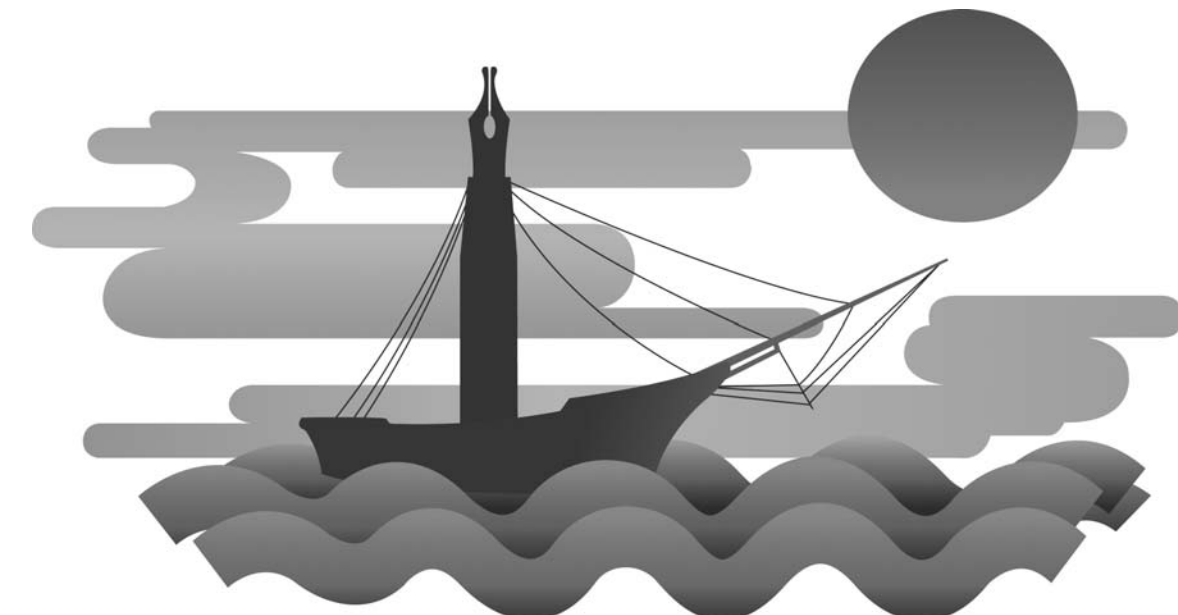
우회전 신호등이 설치된 교차로에서는 우회전 신호등이 녹색신호일 경우에만 우회전을 할 수 있으며, 우회전 신호등이 설치되지 않은 곳에서는 전방의 차량 신호가 적색일 때 우회전하려는 차량은 반드시 일시정지한 후 주변에 보행자가 없는지 확인한 후 우회전을 할 수 있다. 이를 위반할 경우 신호위반으로 처리되어 승용차 기준 6만원의 범칙금이 부과된다. 앞서 작년 7월 보행자보호 의무규정을



허만욱
고향경찰서서
교통관리계장
경감

강화한 개정 도로교통법이 시행되었다. 개정 내용 중 횡단보도에서 통행하는

사람이 있거나 통행하려는 사람이 있을 때 멈춰야 한다. 이번 개정안과 비슷할 수 있어 혼동될 수 있으나 조금만 보면 간단하게 구분할 수 있다. 교차로에서의 우회전은 보행자 유무와 관계없이 전방 신호가 적색일 때는 무조건 정지해야 하고, 7월 개정안은 보행자가 통행하거나 통행하려 할 때 일시 정지해야한다는 차이점이 있다. 지금까지 별도의 신호없이 다녀 불편함이 많을 수도 있지만, 이번 개정안을 생각하면서 운전자와 보행자 모두가 안전하게 다닐 수 있는 교통문화를 위하여 노력해주시길 바란다.



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