

仁山의학

Journal of Naturopathic Medicine

October 2016
Vol.237

10

자연치유를 추구하는 건강한 삶의 이정표



INSAN PEOPLE

해사한 미소와 아무진 활 솜씨
4년 후에도 신궁 꿈꾸는 장혜진

REPORT

죽염된장이 맛은 물론
항암 효과 더 크다

SPECIAL

인산 선생이 만든
유황오리의 품격



초가을 지리산으로 떠나는 2박 3일 힐링캠프

인산의 자연치유 의방을 체험하며 건강한 삶의 이정표를 만난다

‘인산의학’의 지혜로운 건강묘법을 경험할 수 있는
절호의 기회!

지리산 푸른 숲에서의 힐링은 덤!

직접 체험해 봐야 인산의 자연치유법이 와닿는다.
10월 인산가 2박 3일 힐링캠프에 꼭 참여하세요!

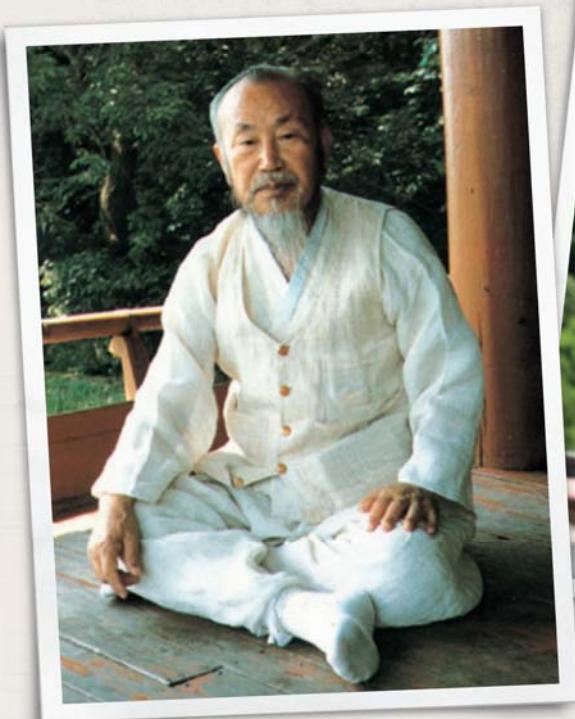
35기 2박 3일 가을 힐링캠프

일정	10월 13(목) ~ 15일(토)
장소	인산연수원(경남 함양군 함양읍 죽림리 1048-4, 055-963-9991)
프로그램	산행치유 삼봉산 허리둘레길 걷기, 지리산 백무동 한신계곡 단풍 트레킹 등 산야 등반 섭생치유 죽염제조장 견학 및 인산죽염, 생강감초진액, 구운 미늘 등 인산가 파워푸드 체험 학습치유 노자의 <도덕경>과 인산의 <신약본초>를 중심으로 한 김윤세 회장의 명강연, 부부행복연구원 최강현 교수 초청 특강 인산의학의 과학적 조명 인산생명과학연구소의 연구내용을 통한 인산의학의 우수성 확인
교통편	함양버스터미널 → 인산연수원 간 셔틀버스 운행 10월 13일 당일 10시 30분 / 11시 30분 2회 운행
참가비	20만 원(1인 기준, 2박 7식)
준비물	트레킹화 / 우의 · 우산 · 세면도구 / 방한용 겉옷
참여 신청	1577-9585(인산가 서비스센터)

인산가

—
캠페인

죽염 산업화 29주년 건강한 삶으로 나아가게 하는 이정표

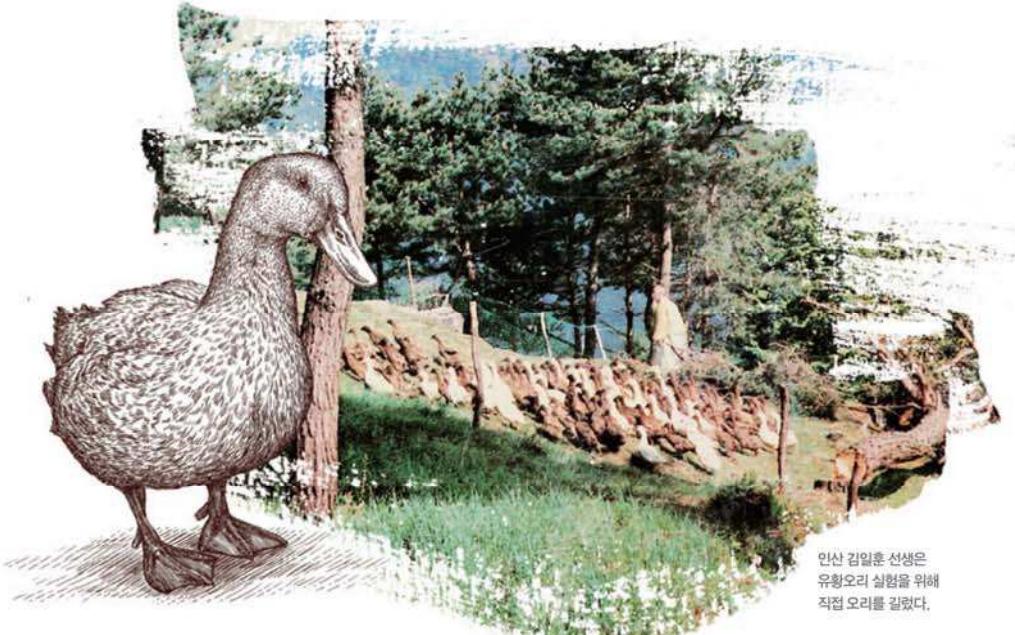


우리 민족의 전통의학으로 질병 없는 사회를 만들고자 했던 인산 김일훈 선생의 일념은
활인구세活人救世의 신화를 만들며 참의료의 실체를 경험하게 했습니다.
병든 이들의 완쾌를 위해 당신의 모든 것을 던지며
가난과 외로움을 숙명으로 받아들였던 아버지의 모습을 마음 깊이 새겨온 김윤세 회장은
그 숭고하고 신비로운 의방을 새로운 시대에 맞게 응용하며
인산가를 죽염명가의 건강 바이오 기업으로 성장시켜 왔습니다.
죽염 산업화 29주년, 분명 당신을 건강한 삶으로 나아가게 하는 이정표입니다.

인산 선생이 만든 유황오리의 품격

유황오리가 몸에 좋다는 것은 알고 있지만 독성이 강한 유황을 먹여 기른 오리가 어찌하여 약이 되는지는 모르는 이가 많다. 유황오리가 독을 해독하고 몸을 보하는 최고의 식품이라 할지라도, 그 이유를 이해하지 못한다면 선뜻 복용하기 쉽지 않다. 인산 김일춘 선생이 거듭된 실험을 통해 완성한 유황 법제의 비밀 그리고 인산 선생의 말씀과 옛 의서 속 자료를 통해 왜 유황오리가 해독보원의 결정체인지 알아본다. 또 고객과의 1대1 맞춤 제작으로 주문과 동시에 제품을 제조하는 전 과정을 면밀히 들여다본다.





인산 김일훈 선생은
유황오리 실험을 위해
직접 오리를 길렀다.

“오리의 뇌수 속엔 각종 독 푸는 해독제 있어 공해 속에 살아가는 모든 사람에게 좋은 약”

인산 김일훈 선생은 세계 최초로 극강의 해독력을 가진 오리로 유황을 법제해 병을 고치는 약으로 활용했다. 비법 또한 미디어 인터뷰를 통해 만천하에 공개했다. 1988년 4월 27일 발행된

『민속신약』 3호에 실린 인산 선생과의 실제 인터뷰를 재구성했다.

정리 한상현 자료 『민속신약』 3호 사진 인산DB

『인산의학』 : 신약 책을 보면 오리는 28수 중 여성 정女星精과 허성정虛星精에 응하여 회생한 동물로 나온는데, 별의 정기와 오리의 약성은 어떤 연관성이 있습니까?

인산 김일훈 선생(이하 인산 선생) :
모든 생물에게는 인연因緣의 힘이 작용하고 있고 그 한계가 분명하다. 각 생물이 지니는 약성에도 인연의 힘이

오리는 명태와 비교해 해독력이 강할 뿐 아니라 보원補元 등 다양한 약리적 효능을 갖고 있다. 오리의 털구멍을 통해 합성되는 것이 다르기 때문이다. 오리가 일반 해독제와 비교해 다른 점은 단순히 해독만 하는 것이 아니라 원기를 보충한다는 것이다



작용한다. 유근피나 벌나무, 산삼, 사슴 등에는 활인성活人星이 비치니 이는 인간을 살리기 위해 나온 생물이다. 앞으로 그것들을 이용해야 할 시기가 올 것이다. 허성정을 용한 생물로는 돼지가 첫째이고 여성정을 용한 생물로는 오리가 첫째다. 여성정과 허성정은 둘 다 수성水星 분야에 속해 있어 만류의 해독제다. 그러나 다소 차이가 있으니 돼지는 부자附子독이나 초오草烏독 해독에는 오리를 앞서고 오리는 그 외 대부분의 해독 작용에 돼지를 앞선다. 오리의 뇌수 속에는 각종 독을 푸는 해독제가 있어 청강수나 양잿물 등 극약을 먹여도 죽지 않으니 인간이 그 힘을 빌리는 것이다.

『인산의학』 : 오리가 화공약독·공해독 등에 최상의 해독제라고 했는데 해독력이 강한 이유는 무엇 입니까?

인산 선생 : 오리고기는 짠데 그것은 염도가 높기 때문이다. 백금白金에서 들어오는 염도가 높기 때문에 해독 능력이 강해지는 것이다. 이런 이치는 금은화, 포공영의 경우에도 적용이 되는데 그 맛이 짜서 고름을 소멸시킨다. 늑막염에는 오리에 금은화 2근 반, 포공영 3

근 반을 쓰면 치료되고 유종乳腫이나 유방암에도 마찬가지다. 늑막염에는 금은화가 주장약이고 유종·유방암에는 포공영이 주장약이다.

금은화나 포공영 둘 다 소농消謾·소염제消炎劑로 쓰지만 포공영의 염도가 훨씬 높아 유종이나 유방암에는 포공영을 위주로 하는 것이다. 금은화는 쓴맛이 앞서므로 늑막염에 주효하다.

유근피는 달고 짠맛이 있으니 창종약瘡腫藥이다. 소금이 백금에서 이루어지므로 짠 것 속에는 모두 백금 성분이 있고 백금 성분은 영약靈藥을 이룬다.

『인산의학』 : 신약의 하나인 죽염이 약이 되는 원리와 오리가 약이 되는 원리가 같다는 건가요?

인산 선생 : 소금의 약성이나 오리의 약성은 그 원리에 있어서 비슷하나 음식에 양념이 다르면 다른 음식이 되듯 차이가 있는 법이다. 죽염이나 오리 둘 다 염종炎腫에는 신약이지만 효과 면에서는 차이가 있다.

『인산의학』 : 오리가 약성에 있어서 명태나 생강, 죽염 등 다른 해독제와 다른 점은 무엇입니까?



인산 선생 : 오리는 명태와 비교해 해독력이 강할 뿐 아니라 보원補元 등 다양한 약리적 효능을 갖고 있다. 오리의 텔구멍을 통해 합성되는 것이 다르기 때문이다. 오리가 일반 해독제와 비교해 다른 점은 단순히 해독만 하는 것이 아니라 원기를 보충한다는 것이다. 또 오리에는 거악생신력去惡生新力이 있어 어혈瘀血을 파하고 생혈生血을 하며 소염·소농력이 있다. 죽은피를 없애고 기를 돋우므로 각종 풍을 예방하고 치료할 수 있다.

《인산의학》 : 유황오리를 마늘이나 유근피와 함께 쓸 경우 어떤 효과가 있으며 같이 쓰면 안 되는 약재에는 어떤 것이 있습니까?



인산 선생 : 오리와 같이 쓰지 못하는 약재는 없다. 특별히 좋은 약으로는 금은화, 포공영, 유근피 등을 들 수 있지만 비록 초오나 부자 같은 극약이라도 같이 쓴다고 해서 부작용이 생기지는 않는다. 오리에다 마늘을 넣어 달여 먹으라고 하는 것은 마늘 자체에 보원 능력과 거악생신력이 있어 오리의 약성과 잘 조화되기 때문이다. 오리는 주로 소염제 역할을 하고 마늘은 장약 역할을 하는데 장을 치료하는데에는 마늘이 주효하다. 마늘을 잘 다져서 종쳐 위에 놓은 뒤 불을 붙이면 마늘 끓는 물이 종쳐에 닿아 창을 치료할 수 있다. 마늘 굽은 것은 살을 써게 하는 보음제補陰劑이고 작은 것은 원기를 돋우는 보양제補陽劑이다. 내가 화제에 오리, 마늘, 파, 다슬기 등을 자

주 쓰는 것은 나름의 이유가 있다. 오리와 마늘은 앞에서 설명했고 파는 흥분제로 마늘의 보양 작용을 돋운다. 또 다슬기는 간에 도움을 준다. 모든 것이 간에서 정화가 되는데 간에서 완전 정화가 되지 않으면 심장으로 올라가는 피에 문제가 생겨 여러 가지 병이 생기는 것이다.

《인산의학》 : 말기 암 환자에게 꼭 알 놓는 오리를 구해 달여 먹으라고 하셨는데 그 이유는 무엇입니까?

인산 선생 : 생명이 위급한 사람에게 알 놓는 오리를 권하는 것은 그 사람의 혼 줄이 떨어져 생명을 잃기까지의 시간을 연장시키기 위해서다. 오리 알보에 있는 알 하나에는 오리 생명이 하나 들어가 있으니 인간의 혼 줄을 잡시라도 불드는 힘이 있는 것이다. 약의 효과가 인체에 미치기도 전에 숨이 넘어가면 아무 소용이 없으니 알 놓는 오리를 이용해 인간의 혼 줄을 잡시라도 불드는 것이다.

《인산의학》 : 오리가 특히 효과가 있는 병은 어떤 것 이 있나요?

인산 선생 : 오리는 농약독이나 화공약독을 푸는 데에는 최고의 약이므로 공해 속에 살아가는 모든 사람에게 좋은 약이다. 또 모든 암을 치료하기 위해서는 오리가 필요한데 오리가 체내의 독을 풀어줌으로써 그 약효가 나기 시작하는 것이다. 오리는 골수암, 골수염, 늑막암,

오리는 수정水精이 위주이고 유황은 화기火氣가 위주이다. 오리 자체가 좋은 약이고 유황 자체가 좋은 약인데 둘을 조화시키면 신비한 약효가 생겨난다. 식힌 보리밥에다가 유황을 섞어 먹이면 오리가 피뚱을 쌌는 수가 있다. 그때는 양을 줄이고 차차 늘려나가면 된다. 중中오리에게 유황을 먹여 키우면 6개월 후에는 약성이 구비된다



뇌종양, 뇌암 등에는 없어서는 안 되는 약이고 죽염은 파상풍이나 치근암에는 최고의 영약이다.

《인산의학》 : 『신약』 책에 보면 오리에게 유황을 먹여 키우면 약성이 더욱 강해진다고 했는데 그 이유는 무엇입니까?

인산 선생 : 오리는 수정水精이 위주이고 유황은 화기火氣가 위주이다. 오리 자체가 좋은 약이고 유황 자체가 좋은 약인데 둘을 조화시키면 신비한 약효가 생겨난다. 그것을 설명하려면 물을 끓이는 과정을 이해하는 것이 필요하다. 물에 계속 화기를 가해 끓이면 나중에는 백비탕이라고 하여 단맛이 있는데 단맛은 꿀의 원료다. 물은 금생수金生水라 하여 본래 비릿한 맛이 있다. 그러나 계속 열을 가하면 화극금火克金의 원리에 의해 비린맛이 끓기고 화기가 앞선다. 화미火味인 쓴맛이 나오지 않는 것은 불기운이 물속에서 물기운과 싸우기는 힘들기 때문이다. 그래서 화생토火生土의 원리에 의해 아들인 토土와 함께 힘을 합쳐 수기水氣를 이기니 토극금土克金이라 한다. 그래서 물맛이 달게 되는 것이다. 물에 열을 가하는 단순한 과정에서도 이런 변화가

이루어지는데 우주에는 각종 변화가 무궁무진하다. 오리에게 유황을 먹이면 나타나는 변화도 이와 마찬가지다. 옛 비결에 무명괴질無名怪疾이 살인무비殺人無比라 하였는데 앞으로 복잡한 시기가 올 때 유황 먹인 오리가 꼭 필요할 것이다.

《인산의학》 : 오리에게 유황을 먹여 키울 때 유의해야 할 점은 없습니까?

인산 선생 : 식힌 보리밥에다가 유황을 섞어 먹이면 오리가 피뚱을 쌌는 수가 있다. 그때는 양을 줄이고 차차 늘려나가면 된다. 중中오리에게 유황을 먹여 키우면 6개월 후에는 약성이 구비된다. 요즘 모든 약재 처방에 오리를 이용하고 있는데 죽염이나 오리 같은 홀륭한 약재는 단일하게 사용할 수도 있다. 오해단이나 삼보주사 같은 약재를 쓴 일도 있지만 그것 만들기에는 시간이 너무 오래 걸리고 비용도 많이 들 뿐만 아니라 약재 자체가 한정되어 있으니 대중화시킬 수 없다. 그래서 요즘 많이 쓰는 것이 죽염과 오리다. 죽염은 태평양 물이 마르지 않는 한 무진장 만들어 낼 수 있고 오리 또한 대량 사육이 가능하니 대중화시킬 수 있는 것이다.■

“오리 대가리 삶아 먹으면 수종 다스려져”(본초강목) “흰 오리 피 마시면 모든 벌레의 독 풀어”(광기)

예부터 오리는 민속 약의 하나였다. 오리고기를 먹으면 몸을 보補해주고 번열煥熱을 제거할 수 있으며 대소변을 이롭게 하고 창독瘧毒을 물어준다고 하여 여러 가지로 이용됐다.

고서古書에 나온 오리고기의 약성을 살펴본다.

글 한상현 자료 (민속신약) 3호 사진 셔터스토

圖 法 穴 諸

오리고기는 머리에 난 부스럼을 다스리고 피, 약전국과 함께 삶아 그 즙을 먹으면 몸에 몸시 열이 나고 가슴 속이 답답한 번열을 없애 준다. 오리 피를 따뜻하게 해서 마시면 열독을 물어주고, 사람이 죽게 되었을 때 오리 피를 목구멍에 넣으면 다시 살아난다. 흰 오리 뚱은 열독과 열리熱痢를 다스리며 달걀 흰자위에 개어 열창종독熱瘡腫毒에 바로연 효험을 본다. 지네에 물린 데 바르면 독을 없앤다.

열창종독으로 인해 참을 수 없을 때 오리 뚱을 달걀 흰자위에 개어 물이면 열창종독이 그대로 사라진다.

흰 오리의 피에 술을 타서 먹이면 어린아이의 白癩·이질의 하나로 흰 곰팡이나 고름 섞인 대변이 나오는 별과 즉시 사라진다.

흰 오리 기름은 약성이 달고 매우 차며 독이 없다. 기가 약하고 한열寒熱하여 몸이 붓는 수종水腫 등을 다스린다. 오리고기는 허를 보하고 객열客熱·합병증으로 몸에서 나는 열을 덜어주며 장부臟腑에 이롭고 배뇨排尿를 증조롭게 한다. 또 소아의 경간驚癇·놀림을 때 발작을 하는 치질을 치료한다. 흰 오리의 피는 약성이 짜고 맹하며 모든 독을 품다. 흰 오리의 뚱은 물 등 광물질로 만든 약제의 독을 주이며 속에 맷힌 것을 물어주고 열이 쌓인 것을 흘트린다.

배에 물이 차서 위금할 때 대가리가 푸른 수증 오리를 삶아 즙을 마신다.

흰 오리의 피에 갈은 양의 따뜻한 술을 넣어 마시면 기침으로 인한 피를 토하거나 가래 끊는 것이 멎춘다.

연주창립포생의 결핵성 부종인 갑상생증이 있어서 터진 부스럼의 진물이 그치지 않을 때 오리기름에 반하 가루를 적당량 타서 물이면 진물이 그친다.

흰 오리의 피를 뜨겁게 하여 마시면 모든 벌레의 독을 풀다.

오리 대가리를 삶아 먹으면 수종을 다스리고 소변을 통리한다. 오리 뇌腦를 추위로 피부가 얼어 손상을 입은 동상에 바르면 효과가 있다. 오리의 피는 더운 피를 다스리고 금·은·단석·비상의 독을 제독하며 사공의 독을 풀다. 또 중풍을 다스리며 물에 빠져 죽게 된 사람의 입과 코에 오리 피를 부어 넣으면 즉시 회생한다. 그 밖에도 지네에게 물린 데 바르면 즉각 낫는다. 오리의 혀는 치질의 충을 주이며 오리의 쓸개를 치핵痔核에 바르면 좋고 눈이 붂어지기 시작할 때 그 즙을 떨어뜨리면 효과가 있다. 오리 모이주머니 껌질은 뼈가 굳은 데 구워 갈아서 물과 함께 1돈씩 먹으면 낫는다. 흰 오리 뚱으로 즙을 짜서 먹으면 금, 은, 동, 철의 독을 풀다.

갑자기 출도를 하여 위금할 때 수증 오리 피를 입에 넣어주면 곧 기가 통하고 살아난다.

오리고기는 피부의 헌이나 다친 곳으로 세균이 들어가서 열이 오르고 열굽이 붉어지며 붓고 통통을 일으키는 단독單毒을 풀고 더위를 먹어 설사를 하는 열리를 그치게 한다. 또한 배와 가슴의 열을 다스린다.

『영류영방』
永類鈴方

『일화보초』
一華本草



오로지 당신 한 분만을 위하여 주문과 동시에 1박 2일간 수작업

인산가 유황오리진액은 고객의 주문과 동시에 제조에 들어간다. 유황을 먹여 정성스레 키운 오리는 털과 뚱을 제거한 뒤 머리부터 발끝까지 버리는 것 없이, 유근피·금은화·포공영 등 12가지 약재와 함께 달인다. 한 솥 가득 담긴 재료들이 진액이 되어 포장되기까지의 전 과정을 취재했다.

글 김효정 사진 한준호 영상 임영근

인산가 유황오리진액은 경남 함양군 인산연수원 인근에 위치한 유황오리농장에서 사육하는 오리로 만든다. 인산가 유황오리농장에서는 부화된 지 3개월 지난 오리에 아침마다 유황 섞인 사료를 먹여 키우고 있다. 유황을 적어도 1년은 먹여야 오리에 약성이 제대로 갖는다.

이렇게 꾸준히 유황을 먹여 기른 오리라면 탕, 구이, 주물럭 등 어떤 요리로 섭취해도 몸 상태가 좋아지는 효과를 볼 수 있다. 그러나 해독과 보원의 제대로 된 효능을 보기 원한다면 인산 선생이 제시한 방법을 넘는다.

따라 제조하는 인산가 유황오리진액을 선택하기로 한다.

오리 두 마리에 20kg 넘는 약재 넣어 달여

인산가 유황오리진액이 만들어지는 과정을 한마디로 표현하면 '정성'이다. 인산가는 선주문 후 제조로 유황오리진액을 만들고 있다. 고객의 건강상태와 체질에 맞춰 재료를 더할 수도 있다. 고객 한 분을 위한 진액을 만드는 데 필요한 재료의 양은 무려 20kg이 넘는다.

소나무 장작으로 불을 뗀 아궁이 위 커다란 무쇠 가마솥에 지리산 천연 암반수 '자정수'를 끓고 털과 뚱만 제거한 유황오리를 넣어 한소끔 끓인 후 유근피·천궁·포공영·금은화·당귀·맥아·하고초·감초·생강·마늘·대추·대파 등 12가지 약재를 더해 끓인다. 약재들은 적정 용량에 맞게 준비하고 일일이 세척한다.

제작은 이론 아침부터 시작되는데, 8시 간 이상 달여 오후가 되면 유황오리는 형체가 없어진다. 모든 약성이 진액에 녹아든 것. 나머지 약재를 마저 걸러내면 건더기가 없는 진액만 남는데, 진액과 건더기를 분리할 때는 물리적인 힘을 가지 않고 자연스럽게 아래로 떨어지는 것만 받는다. 아주 작은 건더기도 들어가지 않도록 진액을 한 번 더 삼베보자기로 걸러낸다. 이렇게 두 번 걸러낸 진액을 다시 가마솥에 끓고 줄여가며 달이면 진하다 진한 진액을 얻을 수 있다.

이튿날 아침에 진액을 한 번 더 끓인 후 포장을 하고, 포장지째 40분간 살균 과정을 거친 후 박스에 담는다.

요즘은 가정에서도 약탕기를 사용해서 쉽게 진액을 만들지만, 인산가는 여전히 전통방식 그대로 불에 장시간 끓여가며 약을 달이듯 진액을 얻는다. 그 과정에서 소나무 장작불을 살피고, 약재가 고루 달여지도록 뒤집어가며 가마솥 곁을 지키는 것은 인산가 유황오리 제조장 직원들의 몫이다. 고객의 주문이 들어오면 재료 손질부터 마지막 포장단계까지 모두가 100% 수작업으로 이뤄지니 유황오리진액 한 박스에는 고객이 건강을 회복하길 바라는 이 직원들의 정성도 가득 들어 있다. ■



유황오리진액에 들어가는
13가지 재료

유황오리진액 제조 과정 따라잡기



유황오리진액 제조 과정을
동영상으로도 확인하세요!

- ❶ 휴대전화(스마트폰)에 QR코드 리더 애플리케이션을 설치해 주세요.
- ❷ 애플리케이션을 실행하면 나오는 화면에 QR코드(오른쪽 사각형)를 인식시켜 주세요.
- ❸ 인산가 유황오리진액 제조 전 과정을 동영상으로 확인하실 수 있습니다.



01 재료 준비

고객의 주문이 들어오면 재료 준비를 시작한다. 약재마다 정해진 양이 있기 때문에 정확하게 계량하는 것이 중요하다.

02 약재 세척

12가지 약재를 깨끗이 씻는다. 이물질이 들어가지 않도록 주의하며 두세 차례 꼼꼼히 세척한다.

03 자정수 끓기

유황오리진액을 달일 무쇠 가마솥에 자정수 약 160ℓ를 넣는다.

04 불붙이기

아궁이에 소나무 장작불을 넣는다. 불을 붙이고 물을 끓이는 데 30분은 족히 걸린다.

05 유황오리 끓이기

물이 끓으면 털과 뚱을 제거한 유황오리를 넣고 한소끔 끓인다. 이때 1차로 오리기름을 걷어낸다.

06 약재 넣어 끓이기

준비해 둔 약재를 모두 넣는다. 20kg이 넘는 양이다 보니 커다란 무쇠 가마솥이 가득 찬다. 소나무 장작불이 깨지지 않도록 지켜보며 불 조절을 한다.



07 약재 뒤집어가며 달이기

제품은 살균 작업을 거쳐 박스 포장 후 배송된다. 일요일에는 배송이 되지 않기 때문에 토요일에는 진액을 제조하지 않는다. 고객에게 최대한 신선한 제품을 전달하기 위해서다.

08 약재와 진액 분리

이튿날 아침이 되면 전날 농축한 진액을 다시 한 번 끓인 후 팩으로 포장한다.

09 진액 한번 더 거르기

걸러낸 진액을 다시 가마솥에 넣고 1인분 분량으로 농축될 때까지 기름기를 제거해 가며 달인다. 여기서 첫째 날 과정이 마무리된다.

10 농축하기

아주 작은 약재 찌꺼기라도 들어가지 않도록, 걸러낸 진액을 삼베보자기로 다시 한 번 걸러낸다.

11 팩 포장

약재가 고루 달여지도록 뒤집어준다. 이때 나오는 오리기름도 제거한다.



유황오리에서 죽염·쑥뜸까지 체내 면역력 높여 去惡生新

유황오리는 몸속 독소를 제거할 뿐 아니라 원기도 보충해 준다. 오리의 해독력과 인산의학의 체온요법이 함께 작용해 거악생신去惡生新的 효과를 내는 것. 몸에 쌓인 독이 제거되면 피가 맑아지고, 피가 맑아지면 체온이 올라가고 면역력이 높아져 보원이 되는 원리다. 유황오리를 비롯하여, 인산의학에서 말하는 체온 올리는 방법을 알아본다.

정리 김효정 사진 인산IO

질병의 종류는 만 가지가 넘지만 병에 걸리는 원인은 하나이다. 내 안에 있는 자연치유 능력, 즉 면역력이 약해졌기 때문이다. 면역력이 강화되면 각종 바이러스나 세균은 물론 암세포도 우리 몸에서 자리를 잡지 못한다. 이 면역력을 높이기 위한 가장 건강하고 좋은 방법은 체온 올리기이다. 인산 김일훈 선생이 말씀하신 참의료도 체온을 올려 스스로 치유 가능한 몸을 만드는데서 시작된다. 인산 선생은 우리 주변에서 나는 자연물을 섭취함으로써 체온을 올릴 수 있다며 유황오리, 죽염, 마늘, 생강 등을 체온 상승의 비법으로 제시했다.

최고의 해독제 유황오리

유황오리를 섭취하면 몸속 독소가 제거되고, 해독이 되면 피가 맑아지고, 피가 맑아지면 신체의 움직임이 활발해져 체온이 올라가고 면역력이 강해진다. 인산 선생은 불기운 가득한 유황을 오리에게 먹이면 완벽하게 법제되며, 최고의 해독제가 된다는 것을 최초로 밝혔다. 지구의 생명체 중 오리만이 유일하게 독성이 있는 유황을 먹어도 죽지 않는데, 수정수기를 품고 있는 오리가 유황의 불기운을 다스리면서 법제가 되면, 생명을 살리는 신약이 된다.

천연 미네랄 풍부한 죽염

인산 선생은 죽염을 퍼 먹으면 살 수 있다고 했다. 죽염이 몸속 질병을 없애는 치료약이라는 뜻이 아니다. 죽염을 많이 먹으면 피가 맑아지고, 피가 맑아지면 순환이 잘 되고, 순환이 잘 되면 체온이 올라 자연치유력이 높아진다는 뜻이다. 죽염은 천일염을 대나무에 넣고 입구를 황토로 봉해 소나무 장작으로 불을 때 만든다. 이러한 과정을 거쳐 죽염 속 천연 미네랄이 풍부해지고, 유황 성분이 많아져 해독력 및 피를 맑게 하는 효과가 생기게 된다.



땅속 불기운 가득한 마늘

밭마늘을 껌질째 구워서 뜨거울 때 죽염에 푹 찍어 하루에 20통 이상 먹으면 체온을 올릴 수 있다. 불기운이 가득한 유황 성분이 몸을 따뜻하게 하는데, 인산 선생은 땅속 유황 성분을 가장 많이 함유한 물질 중 으뜸이 마늘이라 했다. 이는 인산 선생이 돌아가시기 직전에 마지막으로 공개한 치료법이다. 단, 마늘에는 독성이 있어 생마늘을 먹으면 안 된다. 껌질째 구워야 독성은 사라지고 약성만 남는다.



공자도 매 끼니 챙겨 먹은 생강

따뜻한 성질을 가진 생강의 대표적인 효능은 거악생신이다. 몸 안의 나쁜 것을 없애고 새살을 듣게 하며 피를 맑게 한다는 뜻이다. 생강을 먹으면 몸속에 쌓인 각종 공해독이 제거되고 몸이 따뜻해질 뿐 아니라 위장도 튼튼해진다. 중국의 성인인 공자도 몸을 따뜻하게 하기 위해 식사 때마다 생강을 챙겨 먹었다고 전해진다. 인산가는 현대인이 쉽고 간편하게 인산요법의 하나인 생강 섭취를 실천할 수 있도록 생강감초진액과 무·생강진액을 만들어 판매하고 있다.



불기운이 몸에 직접 퍼지는 쑥뜸

자연물을 먹어서 체온을 올리는 것보다 더 확실한 방법은 사람의 몸에 직접 불을 때는 것이다. 아궁이에 불을 때면 차갑던 방이 곧 펄펄 끓는 것처럼, 좀 더 빨리 체온상승 효과를 볼 수 있다. 뜨거운 기운을 몸에 직접 침투시켜 병균을 죽이고 피를 잘 돌게 하여 면역력을 강화시키고 병을 고치는 인산쑥뜸요법이 그것이다. 5분 이상 타는 쑥뜸을 단전과 중완에 뜨면, 뜸 중심부의 온도가 섭씨 700도를 넘어 무척이나 뜨겁지만 이것을 견디면 몸속의 나쁜 성분이 빠져나오고 체온이 오른다.



해양심층수로 깨끗하게 씻고 죽염으로 완성한 특급 새우젓

글 김효정 사진 셔터스톡

젓갈은 인도·베트남·태국 등 더운 지방에서 시작됐다. 쉽게 변질되는 해산물을 장기 보존하기 위해 염장, 발효시켜 먹던 것이 젓갈의 시초다.

젓갈은 우리나라 식생활에서도 빼놓을 수 없는데, 우리나라에서의 젓갈 사용에 관한 최초의 문헌기록은 《삼국사기》 신문왕조 부분에 나온다. 신라 신문왕이 왕비 김씨를 맞이할 때 폐백 품목에 쌀·술·꿀·장·기름·포와 함께 젓갈이 언급되고 있다. 이후 젓갈은 보편화되어 지금까지 다양하게 활용되고 있다.

새우젓 속 무기질 성분, 생체 기능 향상 효과

우리나라에서는 생새우를 염장해 만든 새우젓을 많이 섭취하는데, 담그는 시기에 따라 오젓·육젓·자젓·추젓 등으로 나뉜다. 새우젓을 사용하면 깔끔하고 시원한 맛을 낼 수 있어 주로 김치 양념과 국·찌개 등의 밑간을 맞추는 데 사용한다.

새우젓은 맛뿐 아니라 영양적으로도 훌륭한 식품이다. 염장, 발효되는 과정에서 새우 자체의 효소와 외부 미생물의 작용으로 아미노산과 칼슘, 인 등 무기질이 생성돼 섭취 시 생체 기능을 향상시킨다. 또한 새우젓에 다량 함유된 프로테아제는 단백질을 소화시키는 역할을 하며, 리파아제는 지방의 소화를 돋는다.

새우젓은 껍질이 얇고 밝은 분홍색을 띠며 살이 굵고 비린내나 구린내가 나지 않는 것이 좋다. 국산 새우젓은 대부분 서해안 천일염으로 염장을 하는데 최



근에는 정제염이나 암염으로 만든 중국산, 베트남산 새우젓이 국산 새우젓으로 둔갑해 시중에 유통되는 일이 많다. 그렇기 때문에 값이 너무 저렴한 제품의 경우 주의를 기울여 상태를 살펴보는 게 좋다. 하지만 소비자가 국산 새우젓을 제대로 구별하기란 쉽지 않다.

인산가, 죽염 새우젓 출시… 깊고 진한 짠맛 일품

이에 인산가는 국산 새우젓의 품질을 더욱 높이고, 보다 맛있고 신선한 새우젓을 고객의 식탁에 올리기 위해 죽염으로 간을 한 인산죽염 새우젓을 출시했다.

깊고 진한 짠맛이 일품인 인산죽염 새우젓은 식약처의 HACCP 인증을 받은 제조장에서 안전하고, 깨끗하게 만들어지고 있다. 제조를 맡은 서해글로벌 측은 “국내 최초로 생새우를 냉장한 후 제조장으로 이 송해 동해의 해양심층수로 깨끗이 씻어 이물을 걸러내고, 인산가 죽염으로 간을 해 기존 새우젓 제품들과 차별화된 깊은 짠맛이 난다”고 설명했다. ■

해사한 미소와 아무진 활 솜씨 4년 후 '어게인 2016' 기대하세요

체조선수보다 작고 왜소한 체격을 갖고 있지만 쌈름선수도 버거워하는 활시위를 자유롭게 당기며 리우의 사선을 점령한 장혜진. 하루에 400회 이상 활을 쏘는 강훈련을 10년 이상 해온 터에 손기락은 굳은살과 관절염으로 둔탁해졌지만 순식간에 과녁을 조준해 내는 선명한 눈매는 깊고 투명하기만 하다.

글 황혜진(여성조선 기자) 사진 조인기, 조선DB

"심적 부담 내려놓으니 게임 잘 풀려"

세계인의 관심이 집중됐던 리우올림픽 양궁 결승. 극도의 긴장이 몰려드는 순간이었지만 장혜진 선수는 활을 쏘는 사이사이 해사한 미소를 지으며 혼들리지 않는 모습을 보여주었다. 더욱이 화살이 엇나갔을 때 그 웃음은 큰 힘을 발휘하곤 했다. 실수에 대한 안타까움을 웃음으로 털어내며 다음을 준비하는 모습에서 담대함이 느껴졌으며 승부에 눌리는 게 아니라 도리어 즐기고 있다는 것을 보여주었다.

"올림픽에 나왔으니까 누구나 다 잘하고 싶고 메달도 따고 싶잖아요. 하지만 올림픽을 경험한 선배들이 마음을 좀 갖지 말라는 얘기를 해줬어요. '올림픽은 4년에 한 번 열리는 세계 축제다. 일생 살면서 흔히 오지 않는 기회인데 언제 또 누려보겠느냐. 금메달이 인생의 전부는 아니니 결과에 얹매이기보다는 지구촌 축제를 충분히 즐기자 와라.' 그 조언을 제 안에 새기고 경기에 임했어요. 심적 부담을 내려놓을 수 있었고, 경쟁 상대를 친구로 여길 수 있었어요. 그런 여유가 도리어 게임을 잘 풀리게 하는 추진력이 됐던 것 같아요."

장혜진 선수에게 온 국민의 뜨거운 관심이 향하는 데는 또 다른 이유가 있다. 그녀는 지난 2012년 올림픽

선발전 때 4위에 그쳐 런던행 티켓을 얻지 못했다. 이번에는 3위에 올라서며 난생처음 올림픽에 출전했지만 세계랭킹 1위인 막내 최미선과 런던올림픽 2관왕 기보배에게 스포트라이트가 쏠렸다. 그렇게 주목받지 못한 선수였던 장혜진이 금메달 2개를 거머쥔 것이다.

"경기가 다 끝나고 동생이 그러더라고요. 길몽을 꿤다고요. 대표팀 선수들이 모두 메달을 목에 걸고 자기한테 왔대요. 그런데 미선이와 보배는 금메달이 하나인데 저는 하나를 더 꺼내들면서 두 개를 땄다고 좋아하더래요."

그에게 금빛 기운을 가져다준 건 가족의 바람만이 아니었다. 0.0058%의 확률이라는 화살 쪼개기, 일명 화살이 화살을 맞히는 로빈후드 애로가 올해 유난히도 많았다.

이제 와 생각하니 되려고 그랬나 싶지만 좋은 결과의 바탕은 엄청난 훈련과 치밀한 준비였다. 올림픽 준비기간을 '다시는 겪고 싶지 않은 4년'이라고 표현할 정도로 혹독하게 운동했다.

올림픽 메달보다 더 어려운 국가대표 선발전

"경기 시즌에는 매일 400발 넘게 화살만 쏘고요. 동

"리우올림픽 때 경기가
다 끝나고 동생이
그러더라고요. 길몽을
꿨다고요. 대표팀 선수들이
모두 메달을 목에 걸고
자기한테 왔대요. 그런데
미선이와 보배는 금메달이
하나인데 저는 하나를 더
꺼내들면서 두 개를 땄다고
좋아하더래요."



계훈련을 할 때에는 웨이트 트레이닝도 병행해요. 리우 입성을 앞두고는 특별훈련이라고 해서 소음 적응 훈련을 했는데요, 야구장에 가서 경기 시작 전에 이벤트 양궁 경기를 하는 거예요. 준결승, 결승으로 갈 수록 관중이 많아지는 것에 대비해 미리 연습을 하는 거죠.”

작년에 브라질에서 테스트이벤트(프레올림픽)를 치른 후에는 리우올림픽의 양궁장인 삼보드로무 경기장과 똑같은 형태의 태릉선수촌 모의경기장에서 연습을 했다. 또 2주간의 브라질 전지훈련을 다녀오면서는 시차 적응이 얼마 만에 되는지 통계를 내보는 과정까지 거쳤다. 철저한 준비 덕분인지 단체전 8연패를 해내야 한다는 압박 속에서도 메달을 못 떨 거란 생각은 하지 않았단다.

“연습을 하면서도 저희끼리 ‘당연히 딸 거다’ ‘할 수 있다’ 같은 자신 있는 말만 했어요. 게다가 올해 멤버들이 좋고 팀워크도 좋아서 자신이 있었어요.”

한국 양궁은 자타가 인정하는 세계 최강이다. 오죽 하면 올림픽 메달리스트가 되는 것보다 국가대표 선발전을 통과하는 게 더 어렵다는 얘기가 나올 정도다. 장혜진 선수가 생각하는 한국 양궁의 강점이 궁금했다.



1 8월 12일 리우올림픽 양궁 개인전 시상식에서 금메달에 입 맞추며 기뻐하는 모습. 금메달은 좋은 거지만 더 좋은 건 패배의 순간에도 웃을 수 있는 여유와 희망임을 그녀는 누구보다 잘 알고 있다.
2 러시아와의 단체전 결승 장면. 슈팅 직전의 그녀 표정이 기묘해 · 최미선보다 더 편안해 보인다.

3 강혜진은 동료들보다 좀 더 무거운 42파운드 활을 사용한다. 활시위를 닦는 힘이 더 강하다는 것을 의미한다. 셀 활, 무거운 활을 쓰는 민준의 손은 신경통과 관절염으로 범벅이 돼 있지만 단아한 손매는 여전히 아름답다.
4 8월 26일 넥센 히어로즈와 LG 트윈스의 경기 서구를 위해 고척스카이돔을 방문했다. 넥센 투수 김상수가 서구 요령을 설명하며 그녀 옆에 서는 영광을 안았다.
5 지난해 프레올림픽 일정을 마치고 그녀는 이구아수폭포로 달려갔다. 거대한 물줄기와 자연의 위대함에 큰 감명을 받았다고.



“여러 관문이 놓인 오랜 선발전을 거치거든요. 그게 다 연습이고 경험이 되죠. 그 과정에서 터득하는 게 임 컨트롤 방법들이 자기 몸에 쌓이고 또 쌓이는 거죠. 더욱이 오직 선발전 기간 중의 실력에 의해서만 순위가 정해지는 공정한 방식으로 운영하고 있어 선수들이 오직 훈련과 기록에만 집중할 수 있게 하는 점도 강점이죠.”

장혜진 선수는 화살을 놓는 타이밍 결정이 상대적으로 조금 빠른 편이다. 전략이냐고 물으니 원래 성격이 급해 오래 기다리는 걸 못 견디다며 웃어 보였다. 상대팀 선수와 번갈아 한 발씩 쏘는 동안, 상대팀 선수가 활시위를 당기는 동안에는 무슨 생각을 했을까.

“어렸을 때부터 젊은 엄마가 되는 게 꿈”

“의식하지 않으려 해도 상대 점수를 불러주니까 귀에 들리거든요. 상대가 10점을 쏘면 ‘나도 10점 쏠 수 있다!’ 생각하면서 저한테 집중하려고 했어요. 상대

가 실수를 하면 ‘아싸!’ 그러면서 더 자신 있게 쌌고요.”(웃음)

은퇴를 생각해야 할 나이에 올림픽에 첫 도전을 한 그녀로서는 기대 이면에 많은 부담이 뒤따랐다. 더욱이 출전 세 선수 중 기량과 경기 운영력이 가장 열세라는 전문가들의 평가는 그녀를 더 힘들게 했다. 하지만 예상은 적중보다는 변수를 낳기 마련이라는 사실을 알게되며 대표팀의 관세를 뒤집어놓았다. 가능성을 갖고 있다는 그녀에 대한 진단은 이제 ‘대기만 성형 신궁’으로 바뀌었고 그녀는 이참에 4년 후 도쿄 올림픽 도전을 헤아리며 생애 처음으로 욕심이란 걸 내보이게 됐다. 하지만 진짜 욕심은 따로 있다. 어린 시절부터 마음속에 품고 있던 오랜 꿈 하나가 있다며 어렵사리 그 소망을 들려준다.

“실은 어렸을 때부터 젊은 엄마가 되는 게 꿈이었는데요, 30대가 됐으니 이미 무산됐죠. 그래도 여전히 현모양처가 되는 게 제 꿈이에요!”

장혜진이 들려주는 건강한 삶

●활을 쏘는 타이밍이 다른 선수에 비해 매우 짧다는 점은 게임에서 어떤 강점으로 작용한다고 생각하나.

“컨디션이 좋지 않으면 저 역시 조준에 오랜 시간이 걸려요. 그런데 대부분 저희는 좋지 않은 컨디션으로 게임을 하게 되죠. 부상 상태에서 통증을 견디며 활을 드는 게 다반사고 이런 리우에서는 폭력조작이 내는 충성을 들으며 게임에 임해야 했죠. 몸 상태를 비롯해서 주변 컨디션에 휩쓸리지 않으려면 빠른 조준과 결정이 과녁을 맞히는 데 더 유리하다고 생각해요. 물론 속전속결의 급한 성격도 한몫하고요.”

●‘정꽁’이라는 애칭은 158cm의 작은 키에서 비롯됐는데 핸디캡으로 여긴 적은 없나요.

“키에 대해서는 고민해 본 적이 없어요. 팔이 긴 편이라 (기)보배와 (최)미선이의 화살에 비해 차이도 없고요. 오히려 바람의 방해를 덜 받는 편이죠.”

●오랜 무연 시절을 극복할 수 있었던 힘은 무언가요.

“화살이 떠날 때 느껴지는 산뜻한 느낌. 그걸 저희는 손맛이라고 부르는데 그걸 참 좋아해요. 야구선수들이 배트를 휘두르는 순간 춤련을 적감하는 것처럼 저희도 10점이나 9점이다 느낄 수 있죠. 사실 명중은 그 손맛이 좋으나 출지 않으나의 결과예요. 감을 키워나가는 일이 좋았기 때문에 선발전에서 제외됐을 때도 절망하기보다는 내게 부족한 게 무언가를 곱씹으며 저를 되돌아보곤 했어요. 아직 때가 아니라는 걸 받아들일 수 있었죠.”



5대 삼蔘에 속하는 '잔대'

기침·가래 멎게 하고 해독에도 효험

글 김호정 사진 조선DB

우리나라 산과 들에서 흔하게 볼 수 있는 잔대는 인삼·현삼·단삼·고삼 등과 함께 5대 삼蔘으로 꼽힌다. 초롱꽃과의 여러해살이 풀인 잔대의 종류는 나리잔대, 넓은잔대, 둥근잔대, 톱잔대, 층층잔대, 털잔대 등 40여 종이 넘는다. 잔대는 높이 40~120cm, 전체적으로 잔털이 있으며, 잎과 줄기의 연한 부분과 뿌리를 식용 및 약용으로 사용한다. 작은 더덕처럼 생긴 뿌리는 독특한 향기가 나며, 단면으로 자르면 작은 구멍이 많이 나 있고, 조직이 연해 부드럽고 빛깔은 하얗다.

시포닌 성분… 산삼 못지않은 효능

잔대는 사포닌과 이눌린 등의 성분을 함유하고 있어 우리 몸에 산삼 못지않게 이름다. 도라지 뿌리처럼 젖은 기침이나 가래, 목이 마르는 증세와 기관지염에 효과가 있어 민간에서는 기침을 멎게 하는 약초로 잔대를 많이 사용했다. 『동의보감』에서는 잔대의 효능을 두고 “감기는 물론 가래가 끊고 심한 기침이 나오며 숨이 차는 등의 증상에 쓴다. 또 목 안이 아프고 쉬는 등의 호흡기 질환에 사용한다”고 했다.

또한 잔대는 몸속 독성을 해독하는 효과가 있어 약물중독, 식중독, 종기 등을 치료하는 데도 효험이 있는 것으로 알려졌다.

잎은 나물, 뿌리는 양념구이로 입맛 살려

잔대는 알칼리성 식품으로 맛이 순하고 담백



하다. 잎에는 약간의 쓴맛과 단맛이 있고, 향이 좋다. 어린잎은 생으로 먹거나 물에 살짝

데쳐서 나물로 무쳐 먹고, 다 자란 잎은 국으로 끓여 먹거나 말려서 차로도 마신다. 잔대를 차로 마시면 담배로 인한 몸속 니코틴을 제거하고, 음주로 인한 간의 독을 푸는 데 효과를 볼 수 있다.

잔대 뿌리를 섭취할 때는 흙을 털어내고 씻은 후 껌질을 옆으로 돌려가며 벗긴다. 그대로 조리하면 쓰고 아린맛이 나므로 죽염수에 비벼 씻어 쓴맛을 적당히 우려내는 것이 좋다. 생채를 하거나 더덕처럼 살짝 두들겨 양념을 발라 구워 먹으면 된다. ■

**“쉽고 간단한 인산의학
효과는 상상을 초월”**

의학이라는 학문, 굉장히 어렵고 복잡한 것이라고 여길 수 있다. 하지만 인산 김일훈 선생의 창조적 신의학인 인산의학은 초등학교 5학년생도 이해할 수 있고 직접 실천도 가능하다. 이번 호는 김윤세 전주대학교 대체의학대학원 객원교수(인산가 회장)가 지난 9월 2일부터 3일까지 진행된 253차 헬링캠프에서 ‘내 안의 자연이 나를 살린다’라는 주제로 인산의학의 의미와 가치에 대해 강연한 내용을 정리했다.

정리 한상현 사진 김종연

1山全一勳先生之像

엄밀하게 말해 고혈압은 병이 아니다. 혈압이 높아진 것이다. 혈압은 가만히 있어도 올라갔다 내려갔다 한다. 주변 환경과 몸 상태에 따라 달라진다. 그리고 나이에 따라서도 다르다. 그런데 20대 청춘과 80대 노인에게 같은 혈압 기준을 적용하고 있다. 이것이 과연 이치^{理致}에 맞는 치료법인가?



바쁜 삶 중에도 생명에 관해 공부하겠다고 불원천리 不遠千里 달려오신 여러분은 이미 복을 받기 위해 충분하다. 훌륭하고 참된 의료를 깨달아서 그것으로 나와 내 가족의 건강을 확실하게 정상화시키겠다는 마음이 자리하고 있기 때문이다.

제가 여러분에게 전하고자 하는 참의료를 편의상 인산의학이라고 부르고 있다. 인산 김일훈 선생께서 제시한 의학 이론이기 때문이다. 그런데 왜 인산의학이라고 했을까? 허포크라테스가 현대의학의 아버지라고 불리지만 그의 의학 철학을 허포크라테스의학이라고 하지는 않는다. 우리나라를 대표하는 의학자 허준, 이제마 등도 마찬가지다. 전체를 아울러 민속의학, 전통의학 등으로 부른다. 아니면 크게 동양의학이나 서양의학으로 구분한다. 현대의학과 민간요법으로 분류하는 이들도 있다. 그런데 굳이 인산의학이라는 표현을 쓴 것은 그만한 이유가 있다. 인산의학은 고금동서古今東西를 막론하고 처방이나 이론이 비슷한 것이 하나도 없다. 처음부터 끝까지 독창적이고 독특한 창조적 신의학^{新醫學}이다.

고금동서를 막론하고 독창적인 인산의학

이 의학이라는 학문, 굉장히 어렵고 복잡한 것이라고 여길 수 있다. 하지만 인산 김일훈 선생의 창조적 신의학인 인산의학은 초등학교 5학년생도 이해할 수 있고 직접 실천도 가능하다. 이렇게 쉽고 간단한 묘법인데도 불구하고 효과는 상상을 초월한다. 세계에서 가장 유능한 의사들이 있다는 미국 하버드대 의과대학 데이나 파비 암센터나 국내 최고의 의료기관이라는 서울대학교병원 등에서도 치료가 불가능하

다 한 병을 인산 선생은 고쳤다. 저는 30년 넘게 제 눈으로 보고 제 귀로 듣고 직접 체험했다. 심지어 저는 요단강을 6번 건넜다가 인산의학으로 다시 돌아올 수 있었다. 그래서 인산 선생의 창조적 신의학인 인산의학을 누구보다 잘 알고 있다.

인산의학이 간단하고 실천하기도 쉽다고 해서 누구나 제대로 할 수 있는 것은 아니다. 수십 년 병원 다닌 이들이 하루아침에 자신의 고정관념과 선입견을 버리고 인산의학을 참의료로 받아들일 수 있겠나. 쉽지 않을 것이다. 인산 선생의 가족인 자녀와 아내도 그가 어떤 분인지 깊이 있게 알지 못했다. 그저 돈 없고 가난을 물려준 아버지라고만 생각했다. 수많은 병자를 치료했는데도 불구하고 아버지가, 남편이 누군지 몰랐다. 갑기 걸리면 약국 달려가기 바빴고 아프면 병원으로 달려갔다. 죽을 병 걸린 이가 찾아와 침맞아 살고, 약 달여 먹고 사는 것을 두 눈으로 똑똑히 봤으면서도 '그건 그거고 나는 나야'라며 믿지 않았다. 여러분이 인산의학을 쉽게 받아들일 수 없는 것도 충분히 이해한다. 하지만 직접 실천을 해보면 그 효과와 효능을 바로 알 수 있는 것이 인산의학이다.

참의료는 무엇인가? 내가 병에 걸리면 치료를 해서 병이 낫고 정상이 되는 게 참의료다. 한 가지 예를 들어보겠다. 여러분 가운데 지금 혈압약 드시고 계신 분이 있을 텐데, 혹시 혈압약 먹고 고혈압이나 저혈압을 고친 분이 있는가? 혹시 주위에서 고쳤다는 분을 본 적은 있는가? 아마도 보지 못했을 것이다. 고혈압은 병이 아니기 때문에 약을 먹어도 낫지 않는 것이다. 이런 사기 행각을 의료라는 이름으로 행하고 있어도 누구 하나 의심을 하지 않는다.

소금이 고혈압 유발?… 염화나트륨이 주범

의대 가려고 그렇게 열심히 공부했고, 대학에서 수년 동안 고생해 전문의가 됐는데 의사 말이 맞지 않겠느냐고 할 것이다. 그러나 안타깝게도 사실이 아니다. 엄밀하게 말해 고혈압은 병이 아니다. 혈압이 높아진 것이다. 혈압은 가만히 있어도 올라갔다 내려갔다 한다. 주변 환경과 몸 상태에 따라 달라진다. 그리고 나아가에 따라서도 다르다. 그런데 20대 청춘과 80대 노인에게 같은 혈압 기준을 적용하고 있다. 나이가 들어 혈압이 올라가는 것은 노화로 인한 지극히 자연스러운 현상이다. 또 한 가지 당뇨약을 먹고 당뇨병이 치료가 되나? 평생 관리하면서 먹는 것이 당뇨약이다. 의료^{醫療}라는 단어는 치료할 의^醫자와 병^病 고칠^療자로 병을 고친다는 뜻이다. 그런데 병 치료도 못하면서 돈은 꼬박꼬박 받는다. 그럼에도 불구하고 누구 하나 의심하고 문제제기 하는 이가 없다. 합리적으로 생각해 보자. 이것이 과연 이치^{理致}에 맞는 치료법인가를 살펴봐야 한다. 이치는 결이다. 대나무는 웬만해선 부러뜨리지 못한다. 그런데 결을 따라 자르면 바로 쪼개진다. 병을 이치에 맞게 고치지 않고 이치에 거스르게 고치면서 병이 낫기를 바란다. 그러니 고혈압약을 30년 넘게 먹어도 완치가 안 되는 것이다.

죽염을 먹으면 고혈압이 언제 없어졌는지도 모르게 사라진다. 죽염을 일상에서 열심히 먹으면 혈압이나 당뇨가 정상이 된다. 심근경색 환자들도 혈관 튼튼해지고, 면역력을 높여 병을 물리치게 하는 것이 인산의학이다.

병은 쫓아가서 고치면 안 된다. 병은 잘 도망간다. 고혈압의 주범은 소금이 아니다. 소금은 자연물질이기 때문에 혈압을 올리지 않는다. 순수 염화나트륨이 혈압을 높인다. 지금 우리가 알고 있는 소금 유해론은 학자들의 잘못된 가설에 의해 만들어진 것이다. 그런데 인류는 그걸 믿고 있다. 죽염 먹으면 효과 난다고 해도 꼭 혈압약을 같이 먹는 이가 있다. 걱정이 많고 의심이 돼 그렇겠지만 신뢰하지 못하면 병을

못 고친다.

인산의학을 먼저 실천하고 공부한 전문가들이 아무리 설명을 해도 한계가 있다. 여러분이 직접 실천하고 깨달아 여러분의 입으로 전해줘야 한다. 한번 효과를 보면 하지 말라고 해도 한다. 인산의학 마니아들이 '인산의학이야말로 이치에 맞는 의학'이라고 아무리 알려줘도 모르는 사람들은 의심부터 한다. 오히려 '인산가에서 뭘 얻어먹었기에 그렇게 홍보를 하고 다니느냐'고 편찬을 듣기 일쑤일 게다. 혹자는 인산의학을 '짜고 치는 고스톱'이라고 한다. 죽염이 짜니 '짜고', 음식에 쳐 먹으니 '치는', 고통이 멈추니 '고스톱'이라는 것이다(웃음). 말도 잘 갖다 붙인다. 그런데 틀린 말은 아니다.

자연치유 능력으로 병을 고치는 인산의학

인류는 여전히 소금이 몸에 해롭다고 생각한다. 인류 전체가 그러하다고 믿고 있던 것이 실제로 그렇지 않고 밝혀진 대표적인 예가 지동설이다. 180도 사람의 생사를 바꾸는 것을 두고 코페르니쿠스적 발상이라고 한다. 폴란드 천문학자 코페르니쿠스는 『천체의 회전에 관하여』라는 책을 30년 망설인 끝에 출간했다. 그 후 200년 세월이 지나고 뉴턴에 이르기까지 계속해서 이 진실에 대해 증명했다. 코페르니쿠스의 이론이 과학의 혁명을 일으킨 것이다. 1986년 6월 15일 세상에 등장한 『신약』 책도 의학의 혁명을 일으킬 것이다. 『신약』은 인류 역사를 통틀어 지금까지 전해진 의학 이론을 송두리째 바꿔놓았다. 천동설의 학인 현대의학이 공격, 파괴, 제거하는 의학이었다면 지동설의 학인 인산의학은 자연치유 능력으로 병을 치유한다. 효과 안 나는 것 같아도 어느새 치료가 돼 있다. 표 안 나게 낫는다. 인산의학은 병을 쫓아다니는 것이 아니라 병의 원인을 제거해 근본적인 치료를 하는 것이다. 인산의학을 설명하는 옛 선인의 말이 있어 소개한다. 한로축고韓爐逐塊 사자교인獅子咬人, 한나라의 용맹스러운 개라 해도 들을 던지면 개는 들을 쫓아 달려가지만 사자

'제2의 심장' 발, 평소 마사지 관리 중요

발바닥 저림 무시하면 발 전체 통증 생길 수도

글 김효정 일러스트 한상엽 참고도서 《수술없이 통증 잡는 법》 나영무 저

바닥에 걸린 수건을
발가락으로 움켜쥐듯이
당겼다 편다. 발바닥
스트레칭뿐 아니라 평발
교정에도 도움이 된다.



운동과 식이요법 등으로 건강관리를 하는 사람이 늘고 있지만 발 건강까지 신경 쓰는 사람은 많지 않다. 걷고, 뛰기며 무리가 없으면 발에 무관심하게 된다. 하지만 발은 '인체의 축소판' '제2의 심장'이라 불릴 정도로 중요한 신체 부위이다.

특히 발바닥은 서 있을 때 체중을 고스란히 받치고 있기 때문에 피로가 쌓이기 쉽다. 피로가 누적돼 통증이 생기지 않도록 평소에 꾸준히 발바닥 마사지를 해주는 것이 좋다.

장시간 서 있거나 많이 걸어서 발바닥이 지리고 통증이 느껴질 경우에는 바로바로 발바닥 근육을 풀어줘

야 한다. 한번 생긴 발바닥 통증을 무시하고 넘기면 만성 통증이 생길 수도 있고, 발뒤꿈치와 발가락까지 통증이 번질 수도 있기 때문이다.

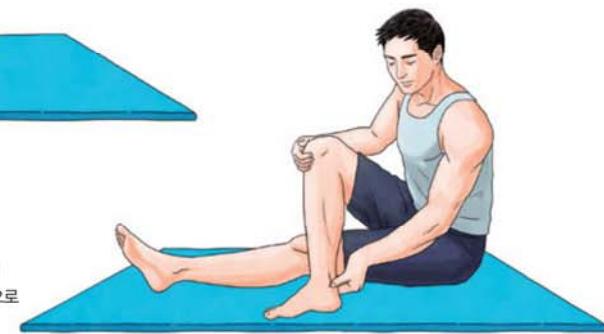
발에 강한 힘 가해지면 '기능성 평발' 될 수도
무리한 운동 등으로 발에 반복적이고 강한 힘이 가해지면 발바닥 안쪽에 아치 모양으로 떠 있는 공간이 점차 내려앉는 '기능성 평발'이 될 수도 있다. 이 경우, 움직임에 제약을 받게 되고 심하면 발목에 염증이 생기게 된다. 기능성 평발 초기에는 의료용 깔창과 꾸준한 운동이 발 교정에 도움이 된다.



작은 공이나 병, 봉을 발바닥 아래
놓고 발을 앞뒤로 민다.



발가락을 뒤로 젖히고
엄지손가락으로 발바닥을
꾹꾹 눌러준다.



발뒤꿈치 아킬레스건이
연결된 부위를 손가락으로
눌러 마사지한다.

생 / 활 / 의 / 지 / 혜

물죽염
100배 활용법
(8)

양치·가글 할 때도 물죽염 쓰세요

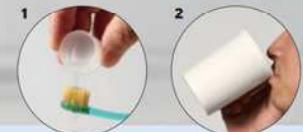


죽염으로 양치할 때
전맛이 너무 강해
어려움이 있다면

물죽염을 활용해 보세요.
입에 물고 양치를 하면
입냄새도 짙게 되고
입안이 상쾌해요. 특히
목을 많이 쓰시는 분들,
물죽염으로 가글하면
좋아요.

양치·가글 할 때 물죽염 활용법

1 양치할 때는 물죽염
골드(20%) 원액 그대로 사용하는
게 좋아요. 물죽염을 두강에
따라 입에 넣고 칫솔질을 하면
됩니다. 칫솔에 직접 뿌려도
되는데 주의할 점은 칫솔이
완전히 마른 상태가 좋아요.
2 물죽염으로 가글할 때는
물죽염 원액을 사용하기엔 조금
부담스러울 거예요. 컵에 따라
생수로 희석을 한 후 사용하면
좋아요. 예를 들어 물죽염
골드(20%) 10mL에 생수 40mL로
1:4 비율이면 적당합니다.



神들의 세계로 통하는 일본판 ‘태백+계룡산’

‘하얀 신들의 산’으로 불리는 하쿠산 白山 · 2702m, 후지산 富士山 · 3,776m · 다테산 立山 · 3,015m과 더불어 일본의 3대 영산 靈山이다. 일본 최고의 명산으로 꼽히는 후지산이야 에도 江戸 시대(1603~1867)부터 신앙을 위한 등산을 했을 정도로 알려져 있지만 하쿠산은 다소 생소하다.

글·사진 박정원(월간산부장)

하쿠산은 일본 중북부 해안과 인접한 이시카와현에 주로 속해 있으며, 후쿠이현과 기후현 등 3개 현에 걸쳐 있다. 한국인 들에겐 덜 알려져 있지만 일본에서는 신사의 총본산으로 여겨질 정도로 신령스런 산이다. ‘신령스런 인물’인 다이초대 사 泰澄大师가 717년 하쿠산을 처음 개척한 것으로 알려져 있으며, 하쿠산의 ‘신령스런 신’들과 다이초대사를 모신 신사가 일본 전국에만 약 3,000여 개에 달한다고 한다.

‘순백의 산’ 정상 주변부는 신들이 머무는 영역으로, 인간이 발을 들여놓을 수 없는 성지로 여겨져 왔다. 하늘로 통하는 공간, 신神과 가장 가까운 장소로 인식됐다. 최고봉 고젠가미네 御前峰의 신사엔 십일면관음상이, 오난지가미네 大汝峰에는 아미타여래상이, 베쓰산 別山에는 관음상이 모셔져 있는 사실만 봐도 예사롭지 않다. 고젠가미네의 시라야마히메 신사에선 등산객들이 합장하고 기도를 올리는 장면을 흔히 볼 수 있다. 중북부 최북단 해안에 가장 가까우면서 최고로 높아 일출과 일몰을 즐기려는 등산객이 이곳을 찾는다.

다양한 수종 · 고산식물로도 유명

하쿠산 인근 주민들이 하쿠산에 대한 믿음이 얼마나 강한지를 보여주는 일화가 아직까지 전한다. 옛날엔 하쿠산도 3,000m를 넘었다고 한다. 주민들은 하쿠산을 일본 최고의

일본 3대 영산으로 꼽히는 하쿠산은 단풍으로도 유명하다.
단풍이 하쿠산 전체를 빚게 물들이고 있다.



산으로 알았다. 하지만 후지산이 더 높다는 얘기가 들렸다. 하쿠산 주민들은 “누가 더 높은지 비교해 보자”며 발끈해서 제안했다. 대나무 양쪽에 물을 매달고 양쪽 산의 최고봉에 대나무를 늘혀서 걸쳐 물이 기우는 쪽이 낮은 것으로 결론 내기로 했다. 하쿠산 쪽으로 기울었다. 주민들은 아쉬워하며 정상에 돌을 실어 날랐다. 흙이 파이지 않도록 모두 짚신을 신고 오를 정도였다. 하지만 끝내 역전하지 못했다. 이러한 이유 때문인지 ‘천상의 화원’이라 불릴 정도로 여성적인 우아한 모습의 하쿠산 정상 주변에는 유달리 돌들이 많다. 또 등산로 입구에서 몇 년 전까지 짚신을 팔았다고 한다.

하쿠산 등산로는 여러 코스가 있지만 그중 벳도다리를 건너 사방신도 沙防新道로 정상에 올라 관광신도 觀光新道로 하산하는 코스를 택했다. 총 14~15km, 출발지인 베쓰도데야이의 고도는 1,450m, 이 지점에서 고도 1,300m가량 더 높은 곳에 있는 정상 고젠파미네(2,702m)로 향했다.

계곡 주변 산림은 울창하다. 깊은 계곡 영향인지 다양한 수종으로 가득하다. 하쿠산은 정상 직전의 넓은 평원에 널려 있는 고산식물로도 유명하다. 올라가는 등산로 주변 수백 년 된 너도밤나무 군락지는 전국에 알려져 있다. 가끔 곰도 출몰한다. 일본 등산객들은 배낭에 전부 방울을 달고 다닌다. 곰들의 접근을 막기 위함이다.

진노스케 대피소를 지나면 가파른 사면을 깎아 만든 길이 나온다. 천길 낭떠러지에 이어 조그만 샘물이 나온다. 그 옆에 ‘靈峰白山 延命水(영봉백산 연명수)’라고 새긴 비석이 있다. 생명을 연장해 주는 생명수란 의미다. 매년 열리는 가나자와시 축제 때 사람들에게 뿌리는 물이다.

이어 하쿠산 갈림길이다. 사방신도와 관광신도로 나뉘진다. 정상 가는 길은 외길이다. 고지는 2,320m, 고개를 살짝 올라서면 더 넓은 평원이 펼쳐



진다. 2,300m가 넘는 고지에 이렇게 넓은 평원과 거기서 자라는 야생화는 정말 천상의 화원이다. 이곳이 바로 ‘신들의 영역’으로 불리는 곳이다.

일본의 3대 명산다운 천상의 화원

무로도 墓堂가 저만치 위에 있다. 무로도는 순례자가 머무는 공간이며, 후지산·다테산에도 있다. 드넓은 평원은 ‘신들의 정원’이며 놀이터다. 우뚝 솟은 푸른색의 바위가 길 옆에 있다. 그 바위엔 불상 비슷한 형상이 새겨져 있다. 아오이시 青石라고 한다.

아오이시는 현세 現世와 내세 來世의 경계에서 있는 바위로, 하쿠산에 참배 등산을 하는 사람들은 이 큰 암석 아래 쌀과 소금을 올리고 촛불을 밝힌다. 일본의 종교학자 구보다 노부히로 久保田 康弘는 “아오이시는 천상계와 지하계를 연결하는 우주의 축과 같은 역할을 하며, 여기서부터 정상까지는 천상계로 신이 강림 降臨하는 지역을 암시한다”고 그의 책 『山岳靈場巡禮(산악영장순례)』에 소개하고 있다.

그 아오이시를 넘어서면 천상계, 아니 ‘신들의 세계’로 접어든다. 완만한 ‘신들의 평원’을 거쳐 마침내

하쿠산 오쿠미야 白山奥宮에 도착한다. 바로 위에는 하쿠산 최정상 고젠파미네, ‘靈峰白山 御前峰(영봉백산 어전봉)’이라 새겨진 비석이 있다.

관광신도로 내려가는 길은 한마디로 ‘천상의 화원’이다. 아생화 이름 모를 고산식물들이 군락을 이뤄 여름이면 이보다 더 아름다운 곳이 없을 정도로 향기와 꽃이 만발한다. 얼마 지나지 않아 ‘사총蛇壠’이란 돌무덤이 나온다. 돌무덤의 사연은 이렇다. 하쿠산을 개척한 다이초대사가 순례할 때 3,000마리의 뱀이 방해를 했다. 다이초대사는 뱀들이 다시는 순례자들을 방해하지 못하도록 1,000마리는 죽이고, 나머지 2,000마리는 연못에 넣고 눈으로 덮어 봉해 놓았다고 전한다. 그 1,000마리의 무덤이 바로 이 사총이다.

천상의 화원으로 둘러싸인 등산로는 계속된다. 정말 하쿠산에 흄뻑 빠져들게 한다. 가끔씩 눈에 띄던 조릿대는 내려갈수록 더 큰 군락지를 이루고 있다. 마지막 갈림길에서 선원 駿院이 나온다. 선원을 앞에 두고 원쪽으로 1km쯤 가면 처음 출발했던 베쓰도데야이이다.

하쿠산 곳곳에 신사와 그와 관련된 시설이 여러 곳 눈에 띈다. 일본 3대 명산답게 신령스럽다. 천상의 화원과 현세와 내세를 경계 짓는 아오이시, 신들의 정원 등이 압권이다. ■

1: 눈이 쌓인 하쿠산 전경. 신년이나 명절, 많은 사람이 침배 등산을 한다. 가나자와시 제공
2: 우뚝 솟은 하쿠산 정상 밑에 화산 호수가 있다.

3: 무로도 위에 펼쳐진 신들의 정원엔 작은 연못과 각종 야생화가 어울려 아름다운 경치를 만든다.

4: 일본 3대 명산 중의 하나인 하쿠산 정상에 일출을 보기 위해 많은 등산객이 모여 있다. 가나자와시 제공

교통편

인천에서 고마쓰공항까지는 비행기를 이용한다(주 4회 운행). 고마쓰공항에서 가나자와역까지는 기차로 갈아타고 약 40분. 가나자와역에 하쿠산 가는 버스가 있다.

관광지

-가나자와 겐로쿠엔 第六園
에도시대 대표적인 정원 양식인 회유림천사 回遊林泉式으로 조성한 일본 3대 정원 중 하나. 1676년 기가번의 번주 마에다 가문의 5대 번주가 조성했다. 봄 벚꽃, 여름 신록, 가을 단풍이 아름다우며, 거울엔 나무를 눈으로부터 보호하기 위해 쳐놓은 새끼줄에 눈이 쌓여 운치 있는 풍경을 연출한다.
교통편은 JR가나자와역에서 11·12·9번 버스, 가나자와 루프버스로 10분. 겐로쿠엔시타 第六園下 정류장에서 도보 5분. 요금 300엔. 홈페이지 <http://www.pref.ishikawa.jp/siro-niwa/kenrokuen/> 참조.



지리산 정기 마신 253차 1박 2일 힐링캠프(쑥뜸수련회)

시몬! 너는 아느냐 힐링되는 소리를~

마치 대지를 녹일 것처럼 뜨거웠던 무더위도 한풀 꺾었습니다. 어느새
인산연수원에도 가을이 찾아왔네요. 쑥뜸 뜨기 딱 좋은 계절 가을에 열린 253차
힐링캠프 이모저모를 카메라에 담았습니다.

글 한상현 사진 김종연



가을이 내 품 안에~

인산연수원에도 가을이 찾아왔어요. 힐링캠프
참가자들이 삼봉산 산책로에서 잠시 휴식을 취하며
두 팔 벌려 가을을 맞고 있네요.



이것이 3회 구운 죽염 기둥

인산가 죽염제조장에선 죽염 만드는 과정을
언제든 견학할 수 있어요. 힐링캠프 참가자들이
공장 내에 전시된 3회 구운 죽염 기둥을
살펴보고 있네요.

죽염 구울 때마다 샘플 보관해요

인산가는 질 높은 죽염을 생산하기 위해 구울
때마다 샘플을 채취해 보관하고 있어요.
죽염제조장에 전시돼 있는 샘플을 직접 확인하세요.



비 올 땐 연잎 우산이 최고지

힐링캠프 첫날 가을비가 내렸어요. 캠프 최연소
참가자인 세 살배기 시윤이가 몸집보다 큰 연잎을
우산 삼아 들고 아장아장 걷고 있네요.



인산 선생의 친필 사인입니다



《인산의학》9월호에 소개된 박상희 회원(오른쪽)이
힐링캠프에 참가했네요. 1986년 11월 박상희 회원에게 인산
선생께서 직접 사인해 준 《신약》책을 박홍희 인산가
홍보국장(왼쪽)이 소개하고 있습니다.



영구법의 신비를 깨닫다

인산쑥뜸(영구법)의 대가인
김종호 이사가 전하는 쑥뜸 법은
들을 때마다 신비합니다.



힐링캠프 장독대 투어

인산연수원 아래에는 수백 개의 장독이 오와 열을 맞춰 서 있어요.
장독에 담긴 죽염 간장과 된장은 지리산 맑은 물과 공기로 빚어
최고의 맛을 자랑합니다.



한마디도 놓치지 않을 거야

힐링캠프에 처음 참가한 김총락 회원 부부가
김운세 회장의 인산의학 힐링특강을 경청하고
있습니다. 울산에서 왔다는 이들 부부의
표정이 사뭇 진지합니다.

뜨거운 맛 좀 보실래요?

인산쑥뜸에 도전하시는 분들에게 뜸자리를
잡아드려요. 오직 힐링캠프 쑥뜸수련회 때만
해드립니다. 물론 쑥뜸은 직접 뜨셔야
하는 거 아시죠. ^~;



제 253차 인산가 힐링캠프



인산의학은 생활 속 건강 지혜

인산의학이 삶의 일부분인 우성숙
설악산자연학교장이 생활 속 실천 노하우를
힐링캠프 참가자들에게 전하고 있습니다.

힐링캠프에서 만난 사람들

경기도 수원에서 온 박대은씨
“항암치료 24번 받았지만 인산가 제품 먹고 잘 견뎌”



이번 힐링캠프가 네 번째라는 박대은(52)씨는 현재 암 치료 중이다. 2008년 난소 암 진단을 받고 수술을 했다. 그리고 2010년 재발해 지금까지 항암치료를 받고 있다. 24차례나 되는 항암치료에도 불구하고 아픈 사람의 모습은 찾아볼 수가 없었다.

“병원에서 만난 분이 죽염을 소개해 주더라고요. 면역력 떨어진 암 환자에게 좋다고 해서 먹기 시작했어요. 9회 죽염으로 음식을 해먹고 인산가 간장, 된장, 고추장을 먹고 있는데 항암치료를 24번이나 했어도 잘 먹고 잘 자고 합니다. 면역력이 좋아져서 아닐까 싶어요.”

그녀는 수술을 결정할 때 조금이라도 시간이 있었다면 아마도 하지 않았을 거라고 했다. 그녀는 “암 진단받고 병실 잡기도 힘들다던 대학병원에서 다음날 수술을 했다”며 “처음엔 일사천리로 진행되는 치료 일정이 기적 같았지만 지금 생각해 보면 고장 난 내 몸을 고치려 하지 않고 잘라내는 것이 옳은 선택이었을까 하는 생각이 든다”고 했다. 하지만 지금은 마음 편하게 살고 있다. 아프지 않고 잘 먹고 잘 자는 지금 이 순간이 감사하다고. 인터뷰 내내 밝은 미소를 보이며 긍정적으로 살고 있는 그녀가 아름답게 보였다.

부산 강서구에서 온 이종훈·전말련 부부
“큰딸도 여동생도 유황오리진액 꼭 챙겨 먹어”

이번에 힐링캠프에 처음 참가했다는 이종훈(57)·전말련(53)씨 부부. 인산의학으로 건강을 관리하고 있는 부부는 건강한 에너지가 넘쳤다.

“심혈관 질환이 집안 내력이라 남편 건강이 걱정되더라고요. 애주·애연기인데 본인이 끊지를 않으니 저라도 건강을 챙겨야겠다라고요.”

어느 날 《조선일보》에 실린 무엇 광고를 보고 인산가에 전화를 했다. 월간 《인산의학》을 정독하면서 인산의학에 대해 궁금해졌다. 그렇게 죽염을 먹기 시작하면서 인산가 제품을 복용하게 됐다. 남편과 함께 유황오리진액을 먹고 건강에 자신이 생긴 전말련씨는 주위에 소개해 9박스나 주문을 하기도 했다. 그녀는 “교사인 큰딸도 항상 피곤해 했는데 유황오리진액을 먹고 피곤함이 사라졌다며 꼭 챙겨 먹더라”며 “여동생도 물이 달라졌으며 하나 더 주문해 달라고 했다”고 전했다.

전말련씨는 “아침마다 남편에게 해독주스를 해주는데 죽염과 홍화씨를 한 숟가락씩 넣어준다”며 “고체 죽염도 늘 휴대하면서 먹고 있다”고 했다. 이종훈씨는 “아내가 챙겨주는 유황발마늘을 먹으니 술을 더 먹는 것 같다”며 웃었다.





김윤세의壽泰科 · 老子 건강학

깊은 뿌리에 기반을 둔 '長生의 道理'

』

도덕경 제59장



治人事天, 莫若嗇. 夫唯嗇, 是謂早服, 早服謂之重積德, 重積德則無不克, 無不克則莫知其極, 莫知其極, 可以有國. 有國之母, 可以長久. 是謂深根固柢, 長生久視之道.
치인사천, 막약색. 부유색. 시위조복, 조복위지중적덕, 중적덕즉무불국, 무불국즉막기국, 막기국, 가이유국, 유국지모, 가이장구, 시위심근고저, 장생구시지도.

』

『



온갖 풍상에도 뿌리와 밑동이 흔들리지 않고 수족을 뜻대로 움직일 수 있으며 밝은 눈과 귀로 만물의 실상을 여실如實하게 보고 들으며 입으로 말할 수 있을 정도의 삶이라야 진정한 '장생구시'長生久視의 도'라 할 것이다.

』

백성들을 다스리고 하늘을 섬김에 있어서, 즉 자연의 이치에 맞게 천하만사를 처리해 나감에 있어서 아끼는 것보다 더 좋은 방법은 없을 것이다. 오로지 아끼는 것만이 백성들이 진심으로 따르도록 하는 법이라 하겠다. 백성들이 잘 따르는 것을 두터이 덕을 쌓는 일이라 하겠고 두터이 덕을 쌓으면 이겨내지 못

할 일이 없을 것이다. 이겨내지 못할 일이 없으면 그 능력의 한계를 알지 못할 것이고 능력의 한계를 알지 못할 정도로 훌륭한 이는 나라를 맡아 다스릴 수 있을 것이다. 나라를 다스릴 도를 터득하여 도에 따라 나라를 다스릴 경우 그 나라는 오래오래 유지될 것이다. 이것이 바로 깊은 뿌리, 견고한 밑동을 지녀 장구한 삶을 영위할 수 있고 오랜 세월 만물의 실상實相을 제대로 볼 수 있는 훌륭한 도리道理라 하겠다.

백성들을 다스리거나 하늘을 섬김에 있어서 다시 말해 자연의 법칙을 받아들이 천하만사를 처리해 나감에 있어서 아끼는 것보다 더 좋은 것이 있으랴? 근검절약의 미덕 대신 계으름과 사치, 방탕한 생활에서 벗어나지 못할 경우 그 누구도 위정자를 신뢰하고 따르지 않을 것이다. 스스로 근검절약의 미덕을 보여 백성들의 신뢰를 얻어 덕스러움의 정치를 펴나가는 그런 위정자가 이겨내지 못할 일이 무엇

이고 이룩하지 못할 일이 무엇이겠는가?

능력의 한계를 알기 어려운 그런 이들은 자연스럽게 만백성의 신뢰를 얻어 나라를 다스릴 수 있는 통치자의 지위에 오르게 될 것이고, 또한 나라 다스림의 모태母胎라 할 무위자연의 도道를 터득하여 도에 따른 무위자연의 정치를 펴나감으로써 그나라는 장구한 세월, 안정적으로 정권을 유지할 수 있을 것이다. 바로 깊은 뿌리, 견고한 밑동을 지녀 오래 살 수 있고 오래 볼 수 있는 도리라 하겠다.

근근이 목숨은 붙어 있지만 눈이 잘 보이지 않고 귀가 잘 들리지 않으며 말을 제대로 하지 못하고 수족手足을 뜻대로 움직이지 못하는 지경에 이르렀다면 비록 장생長生이라 하더라도 별다른 의미를 부여하기 어려울 것이다. 온갖 풍상에도 뿌리와 밑동이 혼들리지 않고 수족을 뜻대로 움직일 수 있으며 밝은

눈과 귀로 만물의 실상을 여실如實하게 보고 들으며 입으로 말할 수 있을 정도의 삶이라야 진정한 '장생구시'長生久視의 도'라 할 것이다.

개인의 삶에 있어서도 사치와 낭비가 없는 근검절약의 검소한 삶을 영위하는 것이 자연의 이치에 부합하는 것이어서 건강과 행복이 샘솟는 원천으로서 작용을 하리라 생각된다. 춥고 배고픈 시절에는 그 고통을 하루속히 면하기를 바랄 뿐 별다른 생각 없이 지내다가 정작 배부르고 등 따신 시절을 맞게 되면 다른 이들의 그와 같은 고통을 외면하고 본인만의 풍족한 삶에 만족하는 이들이 적지 않다. 재물을 아끼는 것도 중요하지만 정작 그보다 더욱 중요한 것은 자기 자신의 생명력을 아끼는 것이다. 생명력을 낭비, 허비할 경우 곧바로 이어지는 것은 비명횡사非命橫死일 뿐이라는 점을 잊지 말아야 하리라.

』

도덕경 제60장



治大國, 若烹小鮮. 以道莅天下, 其鬼不神, 非其鬼不神, 其神不傷人.
非其神不傷人, 聖人亦不傷人, 夫兩不相傷, 故德交歸焉.
치대국, 약행소신. 이도이천하, 기귀불신, 비기귀불신, 기신불상인,
비기신불상인, 성인여불상인, 부양불상상, 고덕교귀인.

』

큰 나라를 다스리는 것은 마치 작은 생선을 익히듯이 해야 한다. 즉 자꾸만 손을 대어 뒤적거리지 않는 '가만둠'의 정치, 인위를 가하지 않는 무위자연의 도로써 다스려야 한다는 이야기이다. 도로써 세상을 다스리면 귀신이 귀신 노릇을 못 하게 된다. 귀신이 귀신 노릇을 못 할 뿐만 아니라 귀신이 사람을 해치지 못하게 되며 귀신이 사람을 해치지 못할 뿐 아니

라 위정자도 또한 사람을 해치지 못하게 된다. 양쪽 모두 사람을 해치지 못하니 양쪽 모두의 덕이 다 같이 사람에게로 돌아가게 되는 것이다.
작은 나라라면 위정자의 소신과 철학에 따라 다스리더라도 견장을 수 없을 정도의 혼란을 초래하거나 망국亡國으로 치닫는 불행으로 쉽게 이어지지는 않을 것이다. 그러나 큰 나라의 경우 무위자연의 위

도로써 우리 몸과 마음을 다스릴 경우 몸을 구성하는 정상 세포가 어떤 이유로 암세포로 바뀌어 병마로서 인체에 지대한 악영향을 미치는 악행을 저지르지 못할 것이고 몸을 다스리는 위정자 '마음 임금(心王)'이 각 세포 백성들의 충언과 고언에 귀를 기울여 몸이라는 거대한 세상을 혼란의 도가니로 만드는 우愚를 범하지 않을 것이다.

대한 정치가 아니라 인위人爲, 인공人工, 조작操作이 가미되고 위정자의 사심私心이 끼어들 경우 나라는 점진적으로 혼란 국면을 맞이하게 될 것이고 급기야 견잡을 수 없는 사태로 발전해 마침내 붕괴崩壞로 이어지게 될 것이다. 큰 나라를 다스리는 것은 마치 작은 생선을 삶거나 굽듯이 자꾸만 손을 대어 뒤적거리지 말고 충분하게 익을 때까지 인내심을 가지고 관찰하되 웬만하면 문제를 스스로 만들어 못쓰게 하지 않는 것이 현명한 처사라 하겠다. 이른바 '가만둠'의 정치야말로 진정으로 천하 백성들을 위하는 훌륭한 정치라 할 것이다.

도로써 나라를 다스리면 사람들이 위법행위나 악행을 저지르지 못하는 것에 그치지 않고 귀신들 역시 사람들을 음해陰言하지 못하며 위정자의 권력 오남

용을 원천적으로 일어나지 않도록 예방할 수 있게 됨으로써 나라는 반석 위에 자리 잡은 것처럼 오래 오래 태평성세를 구가할 수 있으리라.

같은 논리에 따라 살펴본다면 도로써 우리 몸과 마음을 다스릴 경우 몸을 구성하는 정상 세포가 어떤 이유로 암세포로 바뀌어 병마病魔로서 인체에 지대한 악영향을 미치는 악행을 저지르지 못할 것이고 몸을 다스리는 위정자 '마음 임금(心王)'이 각 세포 백성들의 충언忠言과 고언苦言에 귀를 기울여 몸이라는 거대한 세상을 혼란의 도가니로 만드는 우愚를 범하지 않을 것이다. 도를 벗어난 정치를 하면서 나라의 태평성세를 기약하기 힘들 것이고 도를 벗어난 비자연과 무리無理의 삶을 살면서 심신心身의 건강과 안전을 기대하기 어려울 것이다.

도덕경 제61장

大邦者下流, 天下之牝, 天下之交也. 牝常以靜勝牡, 以靜爲下.
故大邦以下小邦, 則取小邦, 小邦以下大邦, 則取於大邦. 故或下以取, 或下而取.

大邦不過欲兼畜人, 小邦不過欲人事人. 夫兩者各得其所欲, 大者宜爲下.

대방자하류, 천하지민, 천하지교야. 빈상이정승모, 이정위하.
고대방이하소방, 즉취소방, 소방이하대방, 즉취어대방. 고혹하이취, 혹하이취.
대방불과육겸죽인, 소방불과육입사인. 부양자각득기소육, 대자의위하.

나라든, 개인이든 인과응보의 수레바퀴는 억겁億劫의 시간과 십방十方의 공간을 넘어 계속 돌아가고 있음이 엄연한 현실임에도 그것을 벗어날 수 있는, "큰 나라가 먼저 스스로 낮추어 작은 나라를 포용하라"는 노자의 해결 묘방에 귀를 기울이지 않는다

큰나라는 마치 큰 강의 하류와 같은 것이어서 모든 것을 포용하고 받아들이는 천하의 암컷이요, 천하의 모든 것이 모여 교류하는 터전이다. 암컷은 늘고요함으로써 수컷을 이기는데 고요함으로써 자신을 낮추기 때문이다. 그러므로 큰나라가 스스로 낮추어 작은나라를 대하면 작은나라 백성들의 민심을 얻게 되고 작은나라가 스스로 낮추어 큰나라를 대하면 큰나라로부터 진심 어린 환대와 예우를 받을 수 있게 될 것이다. 그러므로 어떤 경우에는 낮춤으로써 얻게 되고 어떤 경우에는 낮추었음에도 얻게 된다. 큰나라는 작은나라의 백성들끼리 함께 돌보려는 것뿐이고 작은나라는 큰나라에 편입되어 선진 문물을 받아들여 스스로의 발전을 도모하려는 것뿐이다. 두 나라가 제각각 원하는 바를 얻고자 할 경우 큰나라가 먼저 스스로 낮추어야 할 것이다.

예나 지금이나 강대국들의 '갑질'은 여전하고, 너른 영토와 강성한 군사력을 믿고 주변의 약소국들을 공격, 과괴하고 노략질을 일삼던 나라들이 세월의 거대한 흐름과 함께 역사의 무대 저편으로 스러져가는 모습들을 우리는 술하게 보아왔다. 그토록 강성하여 '모든 길은 로마로 통한다'는 말까지 나오게 한 로마제국을 위시하여 중국 천하를 최초로 공식 통일한 진시황의 전나라, 전 세계의 절반 이상을 정

복하여 통치했던 청기즈칸의 원나라, 해가 지지 않는 나라 영국 등 초강대국의 전성기는 결코 오래가지 못했다.

노자의 지적대로 큰 나라로서 큰 강의 하류처럼 사방에서 훌러들어오는 모든 것을 포용하고 받아들여 한 나라의 백성으로 융합시키는 유연성을 지닌 무위자연의 정치를 했더라면 단기간에 멸망으로 이어지는 비참한 최후를 앞당기지는 않았을 것으로 판단된다.

'사대주의事大主義'라는 말에서 알 수 있듯이 약소국이 강대국에 아부하여 섬기는 것이 당연한 것처럼 여겨지는 세상 흐름을 노자께서 모를 리 없건마는 노자는 큰 나라가 먼저 스스로 낮추어 작은나라를 포용하는 덕스러움의 정치를 폐야 한다고 강조한다. 세상 사람들의 보편적 견해와 정반대라고 인식될 수 있는 가르침을 당당하게, 명명백백하게 설파하고 있는 것이다.

큰나라가 강대한 힘으로 작은나라를 일시적으로 억압할 수 있을지 몰라도 그들의 마음을 얻기란 그리 쉽지 않은 법이어서 끝내 마음을 얻지 못할 경우 음지가 양지 되고 양지가 음지 되듯 정반대의 처지로 바뀌어 다시금 상대만 바뀐 어리석은 폭압정치를 이어가다가 멸망으로 종막을 고하게 된다. 나라도, 개인이든 이처럼 인과응보因果應報의 수레바퀴는 억겁億劫의 시간과 십방十方의 공간을 넘어 계속 돌아가고 있음이 엄연한 현실임에도 그것을 벗어날 수 있는, "큰나라가 먼저 스스로 낮추어 작은나라를 포용하라"는 노자의 해결 묘방에 귀를 기울이지 않는다. 개인 또한 재력과 권력을 가진 이들이 먼저 돈 없고 힘없는 사람들에게 스스로 낮추어 겸손하게 다가가 그들에게 배풀고 그들이 원하는 바를 해결하기 위해 진정으로 노력할 경우 지구촌은 머지않아 태평성세를 구가하며 지상천국地上天國으로 바뀌게 될 것이다. ■

글 김윤세(본지 발행인, 전주대 대체의학대학원 객원교수)



다시 돌아온 콜레라 공포

주눈이 콩과 죽염으로 ‘격퇴’

요즘 거제도 바다에서 세계보건기구가 악성 전염병으로 지정한 콜레라가 15년 만에 발생해 외지인의 발길이 뚝 끊기다 보니 음식점들이 장사가 안된다고 아우성이다. 인산의학으로 치료하는 콜레라 처방을 소개한다.

정리 한상현 일러스트 정인성

조선업의 불황으로 타격을 입고 있는 거제 지역의 경제가 멍장 같은 구름에 휩싸였다. 많은 사람이 모여 사는 지역에 어찌 질병이 없을까마는 삼면이 연결된 것이 우리의 바다인데 그 콜레라균이 꼭 거제도에만 머물러 있겠는가. 참으로 걱정이 된다.

더욱이 최근에는 무슨 기획된 행사처럼 전염성 질환이 연이어 보도가 되고 있다. 지난해에는 메르스 사태, 리우올림픽을 전후해서는 지카 바이러스의 공포가 훨쓸고 지나갔는데, 이제 그것이 채 끝나기도 전에 또 콜레라로 인해 많은 사람이 전전긍긍하고 있다.

동의학에서는 콜레라를 토사과란吐瀉癪이라 불렀다. 1433년(세종 15년)에 출간된 의시인 『향약집성방 韓藥集成方』에도 이 골치 아픈 콜레라에 대한 16가지의 원인과 수많은 처방이 제시되어 있는 것으로 보아 그 당시 민초 民草 또한 이 병과 얼마나 사투를 벌였는지 짐작할 수 있다

조선시대 때만 해도 공포의 질병

대체 콜레라가 어떤 병이기에 이토록 두려워하는가. 콜레라는 오염된 물이나 음식에 섞여 감염한 비브리오 콜레라균이 소장에서 번식하며 생산하는 독소로 의해 구토嘔吐나 물 같은 설사가 쏟아지는 것이 특징이다. 심한 탈수 증상, 근육경련, 혼수상태 등이 일어나고 제때 치료하지 않을 시 사망에 이르는 병으로 알려져 있다. 열대지방에서는 우기雨期, 온대에서는 여름부터 가을에 걸쳐서 발생하고 우리나라처럼 해외여행이나 수입하는 식품에 균菌이 묻어서 들어오는 나라에서는 계절적 경향은 없다고 보고 있다.

16세기까지만 하더라도 이것은 비허脾虛로 인해 음식을 먹고 상傷해서 생긴 증상으로 보았다. 그래서 이정李廷·16c 명대은 『의학입문』에서 설사를 5종으로 나누고 ① 물이 많은 설사는 습사濕瀉 ② 곱뚱이 나오면 열사熱瀉 ③ 오리뚱 같으면 한사寒瀉 ④ 피곤하고 무기력하면 허사虛瀉 ⑤ 대변을 가리지 못하면 활사瀉瀉로 보고 각기 상응하는 처방을 내놓았다. 그러나 완전한 치료는 어려웠다. 이 골치 아픈 병의 규명은 1800년대에 들어와서야 가능했다. 1854년 파시니Pacini가 콜레라 환자의 변에서 원인균을 발견한 후 비브리오 콜레라로 명명하고 세균학자이며 베를린대학 위생학과 교수였던 로베르트 코흐(1843~1910)가 1883년 인도印度 행 콜레라 조사단과 연구 여행 중에 코마균 분리에 성공했다.

우리나라도 1821년(순조 21년)경부터 크게 유행하여 이듬해에는 제주도에서도 많은 사망자가 발생했다고 전해지는데, 실록實錄에는 독특하게도 여병이라 기록되어 있다. 그런 뒤 1894년(고종 31년) 갑오경장 이후 행정제도를 개혁하면서 1895년 각종 유행성 전염병의 예방 및 소독법의 법규를 발표하고 동년(1895년) 내부령 内部令 4호로서 호열자(콜레라의 한역) 예방과 소독집행 규정을 반포한다. 이리하여 전염병 예방과 소독에 관한 서구식 행정제도를 본격적으로 도입하게 된 것이다. 이 무렵 나온 책이 그 유명한 『호열자병예방주의서虎列刺病豫防注意書: 1902』이다. 서양의학에 의한 최초의 전염병 예방서로서 관립학교官立學校에서 편집한 소책자이다. 사실 동의학에서는 이 병을 토사과란吐瀉癪이라 불렀다. 1431년(세종 13년) 세종의 조령朝令을 받고 1433년(세종 15년)에 완성되어 동년同年 8월에 전라, 강원 양도兩道에서

분간分刊된 의서인 《향약집성방》에 이 곳이 아픈 콜레라에 대한 16가지의 원인과 수많은 처방이 제시되어 있는 것으로 보아 그 당시 민초民草 또한 이 병과 얼마나 사투를 벌였는지 짐작할 수 있다.



돈은 안 들고 효능은 신비로운 인산의학

아무튼 《향약집성방》의 병리적 이론을 근거로 한다면 과란에는 맹렬猛烈한 전염병인 콜레라와 급성위장병도 포함包括된다고 하겠는데, 크게 2종류로 나누면 하나는 병리적病理의 내용물內容物을 토사吐瀉해서 배출하는 습과란濕瘧亂이고, 또 하나는 토하지 못하고 시하濕下하지 못하는 건과란乾瘧亂이라 하겠는데, 선조들이 시달린 이 병을 달나라에 사람들이 들락거리는 오늘날에도 고생을 한다면 이건 말이 안 된다. 다행히도 현대의학은 물과 전해질 공급으로 사망률이 제로에 가깝도록 치료를 하고 있으니 참으로 다행이라 하겠으나, 문제는 실제로 당하는 환자의 고통은 이루 말할 수 없고, 또 병원에 입원해야 한다는 것이다. 대학병원과 종합병원 응급실 앞에 응급환자가 줄지어 선 행렬을 본 적이 있는 사람은 눈앞이 깜깜해지는 것을 느낄 것이다. 그리고 그 많은 치료비는 어찌할 것인가. 시대와 사정이 바뀌면 자기의 건강을 도모하는 상식도 바꿔어야 한다.

지구에는 언제나 삼독三毒이 존재한다. 이 독이 확산되고 팽창되어 임계상태臨界狀態가 되면 무슨 병이 어떻게 발생할지 아무도 모른다. 그때마다 남에게 의지할 것인가? 스스로 해독하고 원기元氣를 도와 자신을 튼튼히 해야 한다. 이것이 스스로 살아남는 자치의학自治醫學이다. 인산 선생의 가르침은 돈이 들지 않는다. 그러나 그 효능은 신비에 가깝다.

콜레라 처방전

- 재료 서목태(쥐눈이콩) 1홉, 생강 40g, 감초 40g
- 방법 준비된 재료와 물 25ℓ를 넣고 3시간 이상 끓인다.
- 복용 따뜻할 때 복용한다. 물이 시원할 때는 죽염을 함께 먹는다.

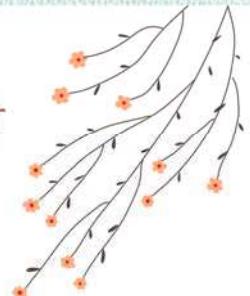
'도정노인' 옛 나루터에서 손님을 실어 나르던 늙은 벗사공을 지칭한다. 인산 선생의 의술과 철학을 세상에 전하는 일을 대업으로 여기는 그의 전언傳言에는 삶의 지혜와 깊이가 담겨 있다.

'인산의 자연치료법'

우성숙 교장이 전합니다

설악산 오색에서 자연학교를 운영하고 있는 우성숙 교장은 인산의학과 명상·산행·자연식을 제안하며 많은 사람에게 건강한 삶을 경험하게 합니다.
문의 033)672-3930

환절기에 꼭 해야 할 '체온 올림' 요법



유난히 무더웠던 여름을 보내면서 대부분의 사람이 에어컨 바람과 선풍기 바람을 많이 쪘고 찬 음료, 찬 과일 등 찬 음식을 자주 먹어서 몸에 냉기를 많이 축적했으리라고 본다. 그 냉기를 해결하지 않으면 올겨울은 어찌될지 불을 보듯 뻔하다. 저체온으로 인해 면역력이 낮아져서 감기는 물론이고 온갖 질병에 걸릴 확률이 높아진다. 그렇다면 우리 인산의학으로 체온을 정상화시키는 방법은 어떤 것이 있을까?

우선 체온 보온 역할을 하는 죽염으로 모든 음식을 짭짤하게 해서 먹고 죽염간장 차를 따끈하게 해서 수시로 먹어준다. 또한 몸을 따뜻하게 해주는 유황발마들을 껍질째 구워서 죽염을 듬뿍 찍어서 먹는다. 마늘을 미처 준비하지 못했다면 인산가에서 판매하고 있는 죽마고우환이나 마늘 엷을 부지런히 먹는다. 유황오리진액까지 먹는다면 금상첨화라 하겠다. 영구법靈灸法, 즉 인산쑥뜸을 뜯다면 체온을 올릴 수 있는 가장 확실한 방법이 된다. 쑥뜸은 지금이 뜰 수 있는 적기이다. 인산의학의 모든 처방의 핵심은 해독보원解毒補元으로 요약된다. 해독보원을 중시하는 이유는 몸 안의 독을 풀어주고 원기를 회복시킴으로써 기운이 나고 입맛이 돌고 몸이 따뜻해지므로 면역력이 높아져서 어떤 질병이든지 스스로 이길 수 있는 몸 상태를 만들어주기 때문이다. 이 모든 처방은 《신약神藥》《신약본초神藥本草》전·후편에 있는 내용이다. 한글만 알면 누구나 읽고 실천해서 스스로 병을 고칠 수 있도록 인산 선생께서 80평생의 경험으로 검증, 확인한 신약 묘방妙方을 세상에 날낱이 공개하였다. 가을은 독서의 계절이라 하는데 이 가을에 《신약》《신약본초》를 열심히 읽고 또 읽어서 스스로 질병을 예방하고 치유할 수 있는 최고의 축복된 가을을 맞이하시길 소원해 본다.

‘죽염의 날’ 29주년 행사에 1,200여 명 흥겨운 한마당

죽염 산업의 메카는 역시 인산가!



세계 최초로 죽염을 산업화한 날을 경축하는 29주년 죽염의 날 기념식이 인산연수원에서 성황리에 개최됐다. 이번 행사는 그 어느 때보다 많은 인원이 참가해 조용하던 시골 마을이 인산인해를 이뤘다.

글 한상현 사진 양수열

“인산가, 전 국민의 희망되는 기업 기대”

죽염이 세상의 빛이 된 날을 예찬하는 29주년 죽염의 날 기념식이 지난 8월 27일 경남 함양군 인산연수원에서 개최됐다. 전국 각지에서 인산의학 마니아를 자처하는 약 1,200여 명의 회원들과 사회 각 기관장들이 참석해 그 어느 때보다 풍성한 행사였다.

본 행사에 앞서 식전 행사로 함양군의 자랑거리인 대별풀꽃과 한바탕 신명나는 가락으로 행사의 개막을 알렸다. 색소포니스트 신유식의 ‘한오백년’ 연주와 드럼 퍼포먼스가 어우러져 행사 분위기는 한껏 고조됐다. 여기에 전자바이올린까지 합세해 참가자들의 어깨를 들썩이게 했다. 초대가수 한봄이 나와 ‘아님 말고’ ‘트로트메들리’를 부르며 행사장의 홍을 돋웠다.

죽염의 날 기념식은 박홍희 인산가 홍보출판국장의 사회로 진행됐다. 먼저 민초들의 의황으로 불린 인산 김일훈 선생의 일대기 동영상과 120년 죽염종가 인산가 소개 동영상이 상영됐다.

이어진 축사에서 임창호 함양군수는 “죽염의 날을 맞아 함양을 찾아주신 인산가 회원과 임직원 관계자들에게 축하와 감사를 드린다”며 “인산가가 함양뿐만 아니라 병마로 인해 어렵고 힘든 시간을 보내는 전 국민에게 희망이 되길 바란다”고 말했다. 전광우 부산동래구청장은 “죽염을 애용하는 죽염 마니아로 이 자리에 참석했다”며 “죽염의 우수성을 우리만 알 것이 아니라 이번 행사를 통해 건강 100세를 지향하는 국민에게 알려지기를 바란다”고 전했다.

건강에세이 공모전 수상자 시상식도

행사를 위해 발효식품 전문가인 박건영 차의과대학 교수와 천일염 박사인 함경식 목포대학교 교수 가 나와 죽염의 우수성을 과학적으로 입증한 연구 내용을 짧은 강연으로 전달했다. 박건영 교수는 “죽염은 그 자체로 항암 및 항비만, 염증 치료 효과가 있음

이 최근 연구를 통해 밝혀졌다”고 했다. 함경식 박사는 “소금은 모든 장기와 두뇌 활동에 큰 영향을 미치기 때문에 어떤 소금을 먹느냐가 대단히 중요하다”며 “소금의 혁명이라고 할 수 있는 죽염은 인산 선생의 높은 혜안을 엿볼 수 있는 소금”이라고 밝혔다.

기념식 행사에는 2016 인산가 건강에세이 공모전 수상자 시상식도 함께 진행됐다. 공모전에 수상자로 선정된 대상 임경희(58·대전 서구)씨를 비롯해 금상 나현(48·전남 광양)씨, 은상 강동윤(23·부산 북구)씨가 행사에 참석해 김윤세 회장으로부터 상장과 상금을 전달받았다.

김윤세 회장 “죽염은 내 몸의 전략적 핵무기”

행사의 마지막 순서로 죽염산업화의 주인공인 김윤세 회장의 죽염의 날 기념사가 진행됐다. 김 회장은 “함양군청으로부터 인가를 받고 죽염을 공식적으로 산업화한 날이 29년 전 오늘이다. 병을 공격, 파괴, 제거하지 않고 내 안의 의사를 깨워서 병을 물리치게 하는 것이 인산의학의 의방이며, 신약이 바로 죽염이다. 죽염은 소금에 불이 들어간 것으로 세상의 빛이

1 29주년 죽염의 날 기념식에 전국 각지에서 1,200여 명의 회원이 참석했다.
2 함양군 대별풀꽃과 행사의 흥을 돋우고 있다.

3 색소폰과 전자바이올린 연주에 맞춰 참가자들이 어깨춤을 추고 있다.
4 행사 참가자들이 죽염 제품을 구입하고 있다.

5 김윤세 회장(오른쪽에서 두 번째)과 우성숙 설악산자연학교장이 행사를 관람하고 있다.
6 축사하고 있는 임창호 함양군수.

7 인산가 건강에세이 공모전 수상자들. 왼쪽부터 은상 강성운, 김윤세 회장, 대상 임경희, 금상 나현.

됐다. 그 의미와 가치를 알면 삶이 달라진다. 죽염은 활용가치가 무궁무진하다. 여러분이 먼저 건강의 전략적 핵무기인 죽염을 활용해 병마를 물리치고 120세 천수를 건강하고 행복하게 누리시길 기원한다”며 기념사를 마쳤다. 한편, 인산가는 행사장 인근 인수관에 죽염산업화 29년의 역사를 한눈에 볼 수 있는 전시관을 설치, 참가자들이 무료로 관람하도록 했다. 또한 행사 참가자 전원에게 가마솥에 장작불로 직접 끓인 육개장과 죽염김치, 과일, 떡을 특식으로 제공했다. ■

'인산가 건강 에세이 공모전' 금상 수상작

돌지 않은 바람개비

글 나현



아내도 참 많이 지쳤다. 간헐적으로 죽어달라고 땀을 썼으니, 남편의 아픔을 대신해 주지 못하는 마음 얼마나 고통스러울까. 거실에서 곤히 잠든 아내 얼굴을 쳐다보면서 나는 울고 또 울었다. 죄인이라고 울었고 남편 잘못 만나 불철주야 마음고생 하며 살아가는 아내가 불쌍해서 내 마음은 찢기어져 갔다. 가끔 “걸어다니는 남자만 봐도 부럽다”는 말을 들었을 때 유일하게 내가 할 수 있는 건 나를 학대하는 것이 전부였다.

언제부터인지 모르겠지만, 새벽에 일어나면 원인 모를 고통에 시달렸다. 그럴 때마다 가까스로 일어나 소파에 기대 한 바탕 눈물을 쏟아야 했다. 매일 오전 10시, 한 번 더 이유 없는 고통이 갯벌을 채우는 밀물처럼 내 가슴으로 밀려들었고 나는 꼼짝없이 바닥에 누워 그렇게 점심을 먹을 때까지 눈물과 함께 뒹굴었다. 오후 3시가 되면 아침과 다를 바 없는 세 번째 고통이 찾아왔고 사는 것을 그만두고 싶다는 생각만 간절했다. 이유 없이 밀려오는 고통과 싸우면서 한 바가 지씩 짚고 고통스런 눈물을 흘리고 또 견뎌내는 일 외에는 생활이라고 여길 만한 게 아무것도 없었다.

벌써 누워서 지내온 날이 4년째다. 육체에 힘이라고는 한 방울도 남아 있지 않아 응급실을 수시로 들락거렸고, 아무리 찾아도 병명이 나오지 않는 나의 몸은 마치 배터리가 방전된 기기 같았다. 전국에서 유명하다고 하는 병원과 민간요법, 그리고 1회에 30만 원 하는 교정원까지 돌아다니며 물 쓰듯 돈을 썼다. 카

원인도 모르는 참혹한 통증으로 4년간 누워 지내
치료비 결제 카드 전표는 쌓이는데 체중은 더욱 줄어
마지막 선택으로 설악산자연학교로 들어가
발마늘을 죽염에 찍어 먹고 혹독한 쑥뜸 치료
마침내 고름과 함께 4년의 병고도 함께 빠져나가

드 대금은 수북하게 쌓여갔지만 그러거나 말거나 나는 어딘가에 훌린 사람처럼 누가 용하다고 하는 곳만 있으면 기어이 찾아갔다. 검사비용이 한번에 100만 원 하는 만성피로 전문병원에도 갔다. 역시 병명은 나오지 않았다. 체중은 62kg에서 52kg으로 줄었고 피폐해진 행색은 내가 보기에도 끔찍했다. 이러지도 저러지도 못하는 진퇴양난의 시간이 천년처럼 느껴졌다. 깁킴하고 공기 한 방울 없는 아둠만 득실거리는 진공의 싱크홀에 갇힌 시는 것이 정말 지옥이었다. 인산가의 영구법(쑥뜸)을 안지는 좀 오래되었지만 늘 마음뿐이었다. 〈인산쑥뜸요법〉 책을 사서 읽었다. 그렇지 않아도 겁이 많던 내가 책을 읽고 난 후 적나라하게 표현해 놓은 뜰불의 고통을 알고 나니 생각조차 하기 싫었다. 그러다 또 시간을 하비하고 또 다른 곳으로 기웃거리다 더 몸이 나빠져서는 “몸은 칼 없는 수술이다” 뜰불이 몸속에 있는 병소를 알아서 찾아내 고쳐준다”는 문장에 힘을 얻었고, 영구법을 실천한 사람을 수소문해 도움을 받고서 죽기를 각오하고 무작정 설악산자연학교로 들어갔다.

가져간 악을 이를 만에 완전히 끊어버리고 뜰을 끼기로 했다. 이젠 더 물려날 곳이 없었다. 어떤 절망과 좌절, 그리고 포기로도 절대 뺄 수 없도록 마음속에 문장 하나를 새겨넣고 끝까지 텅텅 박아버렸다. 그리고 나서 굵고 무거운 점 하나를 찍어 더 이상 도망가지 않기로 굳게 맹세했다.

‘나는 어기(인산 쑥뜸)가 마지막이다.’

악을 끊고 나니 잠이 오지 않아 미처버릴 것 같았다. 다시 악을 먹을까 응급실로 갈까 매일 유혹에 시달렸고, 하얗게 지샌 밤이 쇳덩이처럼 무거웠다. 움직일 힘이 없어 누워 지내는 날도 많았고 멍하게 정신없이 보내기도 했었다. 온 힘을 내 하루 3번씩 발마늘을 10통, 20통씩 구워 죽염에 찍어 먹는 것이 고역이었지만, 하루종일 나오는 가스 배출이 우렁찬 소리와 함께 주는 시원함은 나을 수 있다는 희망의 전주곡으로 들렸다.

드디어 맨살(전중)에 뜰장을 올려놓았다. 뜰장이 티들어 갈 때마다 그 뜨거움이 칼로 생살을 찢어발기는 고통으로 나타났고 서러움의 눈물이 났다. 이것은 잘못 살아온 날들에 대한 회한의 눈물이라고 나를 다독이고 또 ‘내 육신에게 저은 죄를 용서받고 뜨거움으로 보상받는다’ 다짐하면서 견뎌낼 수 있다고 자위했다.

뜰불이 육체와 합일하여 군불을 지칠 때마다 가슴과 뱃속에서 요동을 쳤고, 머리까지 반응이 왔다. 병원에서 찾아내지 못한 병소를 찾아냈다는 증거라서 뜨거움은 고마웠다. 드디어 12일째, 뜰장을 올려놓고 스르르 잠이 들었다. 세상에! 날아갈 것만 같았다. 약 없이 잠을 잔 것이 대체 얼마 만이었던가? 잠을 자기 시작하면서 그렇게 서서히 내 몸은 건강하던 예전의 상태로 시나브로 회복되어 가기 시작했다. 죽염과 발마늘을 악착같이 먹으면서 999장의 마지막 뜰을 뜯고 고약을 물었다. 뜰자리에서 고름이 조금씩 빠져나오면서 4년 동안의 병고가 몇 개월 만에 회복되자 주변 사람들이 어떻게 해서 좋아졌느냐고 물어온다. 그럴 때마다 나는 단연 쑥뜸이 비책이라고 얘기한다.

병명이 있으나 치료방법도 없다는 절망의 터널에서 치료방법이 있는 곳은 병명을 가리지 않는다는 사실을 늦게나마 알고 쑥뜸을 실천했다는 것이 나에게는 큰 축복이고 행운이었다.

무릇 암흑 같은 기나긴 겨울을 잘 견뎌 내 몸에 봄날의 기운을 차지해 넣어준 뜰을 통해 ‘쑥뜸은 내 평생의 주치의’라고 오늘도 마음속에 조각하듯 새겨넣어 본다. 쑥불의 뜨거움만큼, 내 몸에 군불을 지피듯 그렇게. ■



이제야 우리는 겁내기 시작한다 그러나 미리 겁내야 했다

경주 지진은 이미 1,000년 전 신라 혜공왕 때부터

《삼국사기》나 《조선왕조실록》만 참고했어도…

지진이 일본의 후쿠시마까지 왔을 때도 남의 일인 듯 싶었다. 그런데 남의 일 아닌 내 일이 되어가고 있다. 경주에서 시작된 지진 공포다. 처음인 만큼 충격은 물론 말도 못한다.

추석을 이틀 앞둔 지난 9월 12일 경북 경주를 중심으로 발생한 지진은 우리나라에서 지진 관측이 시작된 이후 최대 규모다. 규모 5.8의 지진.

그리고 일주일 후인 19일 지진이 또 한 번 경주를 흔들었다. 우리는 겁먹었다. 그러나 우리나라에서의 지진은 금년 9월 12일의 경주 지진이 처음은 아니다. 여러 고증에 따르면 신라 시대부터 이미 이에 버금가는 지진이 수차례 발생했다.

우리는 '예측할 수 없었다. 대응해 나가겠다'는 정부

의 설명을 별로 믿지 않는다. 지진에 대책 없는 정부임을 이미 알기 때문이다.

"1,000여 년 전의 경주가 지진터였다는 사실을 모르고 거기에다 원자력발전소를 짓고, 그 경주에 원자력발전 쓰레기를 보관하는 방폐장을 두었다니. 이건 마치 핵이 그 자리에서 터지기를 기다리는 사람들이…" – 동국대 장계황 교수의 9월 15일자 페이스북

연합뉴스와 여원뉴스도 9월 13일자에 같은 내용을 보도했다.

'토함산 땅이 불타고 홍륜사 문이 무너졌다'는 제목 하에 "기록상 가장 피해가 커던 지진은 신라 혜공왕 15년인 779년 3월에 발생했다. 《삼국사기》에는 지진이 있어 민가 무너지고 죽은 자가 100명이 넘었다고 기록되어 있다"고 보도했다.

우리나라 지진에 관한 기록은 《삼국사기》에만 있지 않다. 《조선왕조실록》에도 1643년 7월 24일 울산에서 땅이 갈라지고 물이 솟아올랐다는 기록이 있다. 또 1681년 숙종 때 규모 7.5 정도의 지진이 양양과 삼척에서 있었으며, 1936년 지리산 쌍계사에 있었던 지진 등 경주·울산을 중심으로 한 지역이 지진대에 놓여 있음을 역사의 기록에서 알 수 있다.

**촛불에 손을 대보고 나서야 뜨겁다는 것을 안다면
지진이 터지고 나서야 우왕좌왕 서두를 수밖에
어쨌든 우리는 겁먹기 시작했다. 진즉에 먹었어야 할
겁. 진즉에 대비했어야 할 것을, 일이 터지고 나서야
우리는 당황하기 시작했다.**

이런 이야기가 있다. 일본인들은 "촛불에 손대지 말라. 뜨겁다"하면 촛불에 손대지 않는다. 그런데 한국인들은 "촛불에 손대지 말라, 뜨겁다"해도, 스스로 촛불에 손을 대보고 테어서 뜨겁다는 것을 알고 난 다음에야 촛불에 손을 대지 않는다고 한다.

어느 친일파가 그런 소리를 했느냐고 홍분할 필요는 없다. 역사를 우리 마음대로 하지 못하던 시절, 그러니까 일제 치하에서라면 그럴 수도 있다. 다른 나라의 폭력 아래서 살았으니. 그러나 원자력발전소 부지 선정이나 건설에는 우리 정부가 우리 기술로 지었으니 지혜로운 사전 조사가 필요했었다. 경주를 아는 역사학자 한두 사람에게만 의견을 구했어도 지금 이런 공포에 시달리지는 않을 것이다.

**지진이 지구 내부에서 생긴 불길이듯이
암 같은 병도 바로 우리 내부에서 생겨
갓취야 할 것을 갖추지 않을 때, 준비해야 할 것을 준비하지 않을 때, 또는 졸업해야 할 것을 졸업하지 못하고 현상에 절질 이끌려갈 때, 개인이건 기업이건 국가건 이윽고 거기서 엄청난 일이 발생한다.
우리 몸 안의 병도 그렇다. 여기서 필자가 '몸 안의 병'이라고 말하는 점에 유의해 주기 바란다. 병은 밖**



지난 9월 12일
경주에서 발생한 지진
피해 현장.

에서 오지 않고 안에 있다가 터진다. 마치 지진이 먼 우주 공간 한구석에 있던 명왕성이나 해왕성이 지구 근처에 있다가 달려와 지구를 툭 건드려서 일어나는 것이 아니라, 지구 내부에서 터져 나오듯이 우리 몸의 병도 그렇다. 밖에서 오기보다는 안에 있다가 터지는 병이 더 많다. 우리가 무서워하는 암도 그렇고 백혈병도 그렇고 거의 모든 병이 다 우리 몸 안에 있다가 터진다. 다만 우리는 지진이 터진 후에야 난리 법석을 부리듯이, 병이 난 다음에야 약국을 찾고 병원을 찾고 난리 팽과리를 친다. 거기에 비하면 인산의학은 미리 준비한다. 인산 선생과 김윤세의 명저 《신약》이 그렇고, 김윤세의 《내 몸의 의사를 깨워라》가 그렇다. 인산죽염이나 쑥뜸, 홍화씨나 유황오리진액 등은 모두가 치료제라기보다는, 우리 몸의 면역성을 높여 몸 안의 병이 난동을 못 부리게 예방하는 것이다.

이 나라 지진에는 왜 인산 선생이 없었던가? ■



김재원
전 여원 발행인 / 인터넷신문 '여원뉴스'
(www.yeownews.com) 회장 겸 대표 칼럼니스트 /
DMZ 여성관광 진행사 / DMZ EXPO 2017 팔기언대표 /
예술의전당 자문위원 / Miss Intercontinental 한국대회장

깊고 풍부한 맛은 기본 건강까지 생각한 죽염 커피믹스

글 김효정 사진 셔터스톡



현대인의 생활에서 커피는 빼놓을 수 없는 음료다. 기호식품을 넘어 하나의 문화로 자리 잡았다 해도 될 정도다. 길

거리엔 커피전문점이 즐비하고, 불과 몇 년 전까지만 해도 한두 브랜드가 시장을 장악하던 캔커피와 믹스 커피도 그 종류가 다양해졌다.

관세청 통계 및 보건복지부·질병관리본부의 '2014 국민건강통계' 조사에 따르면, 지난해 커피 원두는 68개국에서 13만 7,795톤이 수입됐고, 성인 1인당 하루 평균 1.7잔의 커피를 마신다. 1년이면 620잔꼴이다. 그야말로 커피 전성시대다.

커피, 간암이나 자궁내막암 예방 연구결과도

이토록 사랑을 받는 커피지만 건강을 생각하면 하루 4잔 이상 마시는 것은 좋지 않다. 커피 속 카페인이 불안, 초조를 야기하고 심하면 혈압상승, 빈혈을 유발할 수도 있기 때문이다. 하지만 어디까지나 커피를 너무 많이 마실 경우에 해당된다. 그렇기 때문에 커피가 무조건 건강에 좋지 않다는 식의 논리는 성립되지 않는다.

그리고 커피는 얼마 전 '암을 유발한다'는 누명도 벗었다. 지난 6월 세계보건기구(WHO) 산하 국제암연

구소(IARC)가 지금까지 발표된 1,000여 편의 논문을 바탕으로 커피를 발암물질에서 제외한 것. 1991년 커피를 발암물질로 분류한 후 25년 만의 일이다. 최근엔 오히려 커피가 간암이나 자궁내막암 등을 예방한다는 연구결과들이 신임을 얻고 있다.

엄선된 원료에 9회 죽염 배합 '맛으로 승부'

인산가는 이처럼 많은 사람이 즐기는 커피를 보다 맛있고, 건강하게 만들어 소비자에게 전하고자 신제품 죽염 커피믹스를 선보였다. 콜롬비아 아라비카 100% 고급 원두에 9회 죽염을 배합해 풍미는 깊게, 뒷맛은 깔끔하게 만들었다.

달콤한 커피 맛을 위해 필요한 설탕과 크림 하나도 건강을 생각해 엄선했으며, 식물성 크림과 유기농으로 재배한 사탕수수로 만든 설탕을 사용해 칼로리까지 잡았다. 또 최신 공법(고압에서 단시간에 원두를 추출한 후 동결 건조하는 방식)을 통해 커피 본연의 향과 맛이 원두 추출 시 유실되지 않도록 했다.

커피전문점에서 판매하는 커피 값은 천차만별이다. 브랜드 명성이 높은 전문점에선 커피 한 잔에 6,000 원 이상도 받고, 좋은 상권에 위치한 커피숍들은 주인이 책정하는 게 값이다. 커피 원두의 품질이 아닌 임차료, 인건비, 인테리어 비용 등을 따지다 보니 가격이 비쌀 수밖에 없다.

커피 맛 외의 요소들에 비용을 지불하며 커피전문점을 고집할 것인지, 엄선된 원료로 고급스럽게 만든 인산가 죽염 커피를 편안하게 즐길 것인지는 고객의 선택이다. ■

30년 구들 장인이 만든 이동식 황토 구들방

언제 어디서나 따끈따끈 '힐링명품'

30년 경력의 구들 장인이 개발한 이동식 황토 구들방은 전통 구들 방식을 접목해 이동과 설치가 편리하게 만들어진 소형 주택이다. 설치 후 바로 이용할 수 있고 열효율도 높아 건강을 위해 요양을 하거나 귀농을 준비하는 이들의 인기가 높다.

글 한상현 사진 김중연 자료 안병연구들명가

인산연수원에 들어서면 아담한 집 두 채가 나란히 서 있다. 30년 구들 장인 안병연(주안병연구들명가 대표)이 직접 개발한 이동식 황토 구들방이다. 방문을 열어보니 벽지는 한지로 돼 있고, 방바닥은 옻칠한 한지가 깔려 있다. 벽과 천장에 마감재 있는 나무는 은은한 향이 일품인 편백이다. 마치 편백 숲 속에 앉아 있는 기분이다. 쑥뜸의 계절, 따뜻한 황토 구들방에 누워 뜰을 뜨면 좋겠다는 생각이 먼저 들었다.

구들에 황토·맥반석·숯 넣어 원적외선 방출

이동식 황토 구들방은 우리나라 전통 구들을 접목해 만든 것으로 이동이 편리하고, 축열 방식의 구들을 활용해 난방비가 적게 들판 아니라 열이 고루 분배돼 아랫목과 윗목이 따로 없다. 또한 구들에 황토와 맥반석, 숯 등을 넣어 집 자체에서 원적외선이 나온다. 건강을 위해 전원생활을 꿈꾸는 이들, 귀농을 해 자투리땅에 몸을 지칠 황토방을 지으려는 이들에게 강력 추천한다. 난방 단열이 잘돼 찜질방으로 활용해도 좋다. 이동식 황토 구들방은 5톤 트럭만 들어갈 수 있으면 어디든 설치 가능하다. 또한 설치한 날 바로 이용할 수 있어 시간을 절약할 수 있다. 만약 설치 여건이 좋지 않더라도 실망할 필요 없다. 구들판을 먼저 설치한 뒤 현장에서 벽과 지붕을 없어 마무리할 수 있다.

이동식 황토 구들방의 가장 큰 장점은 바로 구들이다. 아궁이에 불을 때면 방고래를 타고 열이 이동하기 때문에 아랫목부



1 이동식 황토 구들방을 직접 개발한 안병연 대표.
2 크레인으로 구들방을 설치하는 모습.
3 이동식 황토 구들방 실내.
4 인산연수원 내에 설치돼 있는 이동식 황토 구들방.

안 대표는 “구들을 놓으려 다니면서 건축주들에게 마당이나 농장에 갖다놓을 구들방이 있으면 좋겠다는 제안을 많이 받았다”며 그 후 연구 끝에 내놓은 것이 ‘이동식 황토 구들방’이다. 실용신안 특허를 받았다.

터 따뜻해지는 것이 아니라 윗목부터 온기가 올라온다. 그리고 열을 흡수한 구들은 오랫동안 온기를 유지한다. 이동식 황토 구들방은 원적외선이 다양 방출되는 것도 장점이다. 건강을 위해 황토방을 짓고 요양을 하는 이들이 늘고 있다. 바로 황토에서 발생하는 원적외선을 이용해 건강을 회복하려는 것이다. 이동식 황토 구들방은 황토와 맥반석, 숯 등을 배합해 방바닥에 20cm 이상 깔았기 때문에 열을 받으면 원적외선이 방출된다. 황토는 60~70°C 이상의 열을 가해야 원적외선이 나온다. 그러나 기존 보일러식 황토방에선 온도를 높이는 것이 쉽지 않다. 이동식 황토 구들방은 아궁이로 불을 때기 때문에 높은 열을 가할 수 있고 그 열을 머금은 구들이 장시간 방을 따뜻하게 만들기 때문에 난방비가 적게 듦다. 실제로 장작 몇 개만 있으면 하룻밤을 따뜻하게 보낼 수 있다. 나무를 때 물을 데운 뒤 순환시키는 화목보일러와 달리 아궁이에 직접 불을 때 방바닥을 달군다. 아궁이

는 장작과 펠렛(톱밥) 겸용이다.

또 다른 장점은 구들의 크기, 창문과 출입문의 위치, 내외벽 마감재 및 벽지, 장판 등 고객의 요구에 맞게 맞춤형 구들방 제작이 가능하다는 것이다. 이동식 구들방은 2.5평에서 6평 까지 다양하다.

안병연 대표, '아궁이 최대 면적' 설치 기록 보유

이동식 황토 구들방을 개발한 안병연 대표는 국내 최대 면적의 구들방 설치 기록 보유자다. 2013년 한국기록원은 경남 산청군 신안면 신기리 소재 단독주택을 ‘단일 아궁이 최대 면적 난방’으로 인증했다.

이 집 구들 면적은 174.9m²(52.9평)로 방 5개와 화장실, 거실로 이뤄져 있다. 구들의 달인인 안 대표는 충북 제천에서 태어나 초등학교를 채 마치지 못하고 12세 때 강원도 강릉의 보현사에서 행자 생활을 시작했다. 출가를 위해 절집 밀바다 생활부터 했다. 그 후 서울 조계사, 부산 금정산 소림사와 울산 인성암 등 여러 절을 돌아다니며 행자 생활을 하면서 절과 암자와의 구들방을 고치기 시작했다. 그렇게 시작된 구들과의 인연이 지금의 안 대표를 있게 했다. 지금까지 그가 놓은 구들방은 약 100여 개.

캠핑장에서도 간편하게 설치 가능

안 대표는 구들을 오토캠핑장 등 야외활동 시설에 설치, 텐트를 치는 데크로도 활용할 수 있다고 했다. 구들판을 설치해 겨울철 캠핑장 이용객들이 아궁이에 불을 때며 구들도 체험하고 따뜻하게 캠핑을 즐길 수 있다는 것. 자연과 인간이 함께 사는 생태화장실과 전력을 사용하지 않는 저온창고도 개발 중이다. 안 대표에게 샘솟는 아이디어의 원천을 묻자 ‘자연이 곧 나의 스승’이라고 했다. 그는 “제비가 처마에 흙으로 집을 짓는 것을 보고 황토방을 생각했고, 까치가 나무 위에 집을 짓는 것을 보고 비바람에도 끄떡없는 목조주택을 짓게 됐다”며 ‘선조들의 지혜가 담긴 과학적인 구들을 하나라도 더 놓는 것이 세상 질병을 줄이는 길’이라고 했다. ‘자연이 놀이터’라는 안 대표는 삶을 자연과 더불어 즐기며 사는 진짜 자연인이었다. ■

구입 문의 010-5512-6698(영업부 김세진 이사)

인산쑥뜸으로 내 몸의 온도를 높여 저하된 면역력을 끌어올리자!

병 물리치고 면역력 높이는 인산쑥뜸을 뜨자

10월 29(토)~30일(일) 설악산자연학교에서
인산쑥뜸 치유캠프가 열립니다

설악산자연학교 힐링캠프 및 휴양을 위한 장기 체류 안내

캠프 일시	10월 29일(토) 오후 5시 입소~30일(일) 오후 1시 종료
내용	죽염과 유황밭마늘을 구워 먹으며 인산의학으로 면역력을 키운다. 쑥뜸에 도전하는 참가자에게 쑥뜸에 관한 모든 것을 알려주고 함께 실천한다.
준비물	일반: 산행에 적합한 복장과 신발, 보온병, 물컵, 세면도구, 수건 등 쑥뜸: 일반 준비물에 손거울, 부드러운 슬(볼터치용), 작은 가위, 반창고, 티슈 등
힐링캠프 참가비	10만 원(1인 기준, 1박 3식) *쑥뜸방(장기 체류) 이용료 6만 원(1인 기준, 1박 3식, 1일 · 일주일 · 보름 · 장기 체류 등 일정 관계없이 체류비는 동일함)
교통편	항공: 김해→양양공항→택시로 20분 버스: 동서울터미널→설악산 오색정류장(2시간 20분 소요)→걸어서 5분
장소	강원도 양양군 서면 안터길 42-1 (다음, 네이버에서 '설악산 자연학교' 검색)
신청/문의	010-9000-3931, http://cafe.daum.net/woosungsook (우성숙의 설악산자연학교)

우성숙 교장은 30년 전 우연히 《神藥》 책을 읽은 후 인산의학에 매료되어 지금까지 《神藥》 책에 적힌 대로 실천하고 자연치유를 추구하며 건강하게 살고 있는 자연인이다. 인산쑥뜸을 비롯해 죽염 등 인산의학의 여러 가지 건강법을 행복하게 실천하며 살아가는 힐링 하우스, 설악산 자연학교의 주인장이기도 하다.

“당신이 헛되이 보낸 오늘은 어제 죽은 이가 그토록 그리던 내일이다.”
랠프 에머슨의 시를 생각하며, 건강과 관련된 일을 내일로 미루지 마십시오!
–설악산자연학교는 당신의 소중한 오늘을 지켜드리는 힐링 하우스입니다.