

왜 자연의 원리인가?

| 표상수 |

자연의 원리를 면밀히 파악하여 인체와 마음에 적용하고 심신의 건강을 회복하고 치유할 수 있는 길을 말합니다(편집자 주).



자연의 원리는 우리의 몸과 마음과 영혼에 관한 본질적인 이야기를 합니다. 서양에서 건너온 무슨 기법이나 어떤 학자의 학설류가 아닌, 사람에 관한 본원적인 이야기를 하기 때문에 우리가 누구이며, 어디서 와서 어디로 가며, 영혼이란 무엇이며, 깨달음이란 무엇인가 하는 명제들에 대해서도 일정 부분 답을 해 줄 수 있습니다.

이제까지 동서고금을 통해서 수많은 종교와 철학과 사상과 학문이 쏟아져 나왔지만, 인간이 어떤 존재인지 몰랐기 때문에 사람을 행복하게 하고 세상을 살기 좋도록 만드는 데는 한계가 있었습니다. 모든 문제의 근원은 사람 안에 있음에도 불구하고, 사람에 대한 총체적이고도 제대로 된 규명이 없었기에 세상에 여러 문제들이 야기되었고, 야기된 문제들 또한 시간이 갈수록 증폭이 된 나머지, 기존의 그 어떠한 가르침이나 학문, 법술을 갖고는 손도 못 대게 된 것이지요.

모든 문제에 대한 근본적인 해결은 사람을 건강하게 하는 데서 시작합니다. 기실 기존의 모든 가르침은 사람의 마음을 건강하게 하고자 하는 것과 몸을 건강하게 하고자 하는 두 가지 가르침으로 대별될 수 있습니다.

허나 실제로 몸이면 몸, 마음이면 마음 하나도 건강하게 하지 못했을 뿐만 아니라, 더 나아가 심신을 유기적이고도 통합적으로 보는 체계를 갖춘 가르침은 드물었습니다. 사실 사람이란 어떤 존재인가 나름 규명을 하다 보니까 이런 방법을 쓰면 되겠다 싶어서 그것 하나만 뚝 떼어서 들고 나온 것이 기존의 학문이요 철학이요 사상이요 법술들입니다. 그렇기 때문에 그것의 출처가 서양이 되었던 일본이나 중국이 되었던 간에 인간을 통전적으로 보지 못하는 학문은 자연히 그 한계를 노정시키지 않을 수 없게 되는 것입니다. 이제는 그런 단편적이고 파편화된 기법들이나 학술들에서 벗어나서 인간을 있는

그대로 통합적으로 봐야 될 시점에 이르렀습니다. 그래서 자연의 원리와 같은 본질적이고도 모든 가르침을 하나로 꿰 버리는 통전적인 가르침이 필요하게 된 것입니다.

자연의 원리를 제대로 공부해서 실천을 하고 나면 더 이상 동서양의 학자들이나 영성계 대가들의 가르침 등에 휘둘릴 일이 없어집니다. 문제는 내 안에 있다는 걸 알게 되었고, 그 문제를 해결할 수 있는 구체적인 법방 또한 내 손에 있음을 깨닫게 되기 때문입니다. 그리고 자연의 원리가 동양의 옛 현자들이 말한 가르침들과도 일맥상통하고 있다는 것도 알게 됩니다. 그래서 동서고금의 모든 가르침들과 철학, 사상, 학문들이 자연의 원리 안에서 서로 교차하고 만나고 있음을 깨닫게 되니, 더 이상 지엽적인 문제들에 매이지 않아도 되는 것이지요.

그래서 자연의 원리에서는 먼저 나 자신부터 건강하게 해야 된다고 말하고 있습니다. 나 자신을 건강하게 하도록 하는 법방을 자연의 원리는 제시하고 있는데 그것을 육기섭생법이라고 합니다. 제가 진행하는 요법사 강의는 육기섭생법을 근간으로 하고 있습니다. 그런데 수백 가지가 넘는 질병들을 다루어야 하기 때문에 120시간이라는 꽤 긴 시간을 요합니다. 그러나 120시간을 공부한 것으로 실생활에서 충실히 실천해서 실제 나와 내 가족, 내 친구와 이웃이 건강해진다면 120시간이라는 시간은 결코 긴 시간이 아닐 것입니다.

인영과 촌구가 균형을 이루면 잠재능력을 계발하는 데 유리하다

음식을 먹어야 에너지가 보충되기 때문에 육기섭생법을 위주로 처방을 합니다. 우리가 환경 대란, 에너지 대란, 경제 대란, 식량 대란,

인영맥이 크면 환상적이고, 추상적이고, 비현실적인 상황을 계속 떠올리게 되고, 경우에 따라서는 잠도 안 올 정도로 공상망상들이 꼬리에 꼬리를 물고 일어나게 됩니다. 또 촌구가 인영보다 훨씬 큰 사람은 머리로 피가 덜 가니까 위기의식이 없고 판단이 느려집니다.

병겁 등 격변을 대비한다고 했을 때, 가장 먼저 의식주를 준비해야 되잖아요. 일단 집과 얽은 있다고 보고요. 집과 옷은 한번 마련해 놓으면 5년도 쓰고, 10년도 쓰고, 좋은 집은 100년도 갑니다. 그런데 먹거리는 한번에 5년 치, 10년 치를 마련 못합니다. 매 계절하다, 매년마다 새로운 먹거리가 나오기 때문인 것도 있지만, 보관하기도 어렵고 또 보관을 잘못하면 썩기 때문입니다. 그래서 먹는 걸 준비하는 것은 굉장히 중요한 문제가 됩니다. 병을 이겨내고 예방하고 고치는 요체도 먹거리에 있습니다. 약藥도 사실은 먹거리의 하나죠. 먹는 것과 운동, 호흡, 몸을 따뜻하게 하는 이런 것. 맥을 봐서 맥이 급하거나 빠르면 몸이 차가워진 거니까 몸을 따뜻하게 해주는 것이 최우선입니다.

그래서 육기섭생법을 잘 터득해서 실천을 하면 뭐가 되느냐? 먼저 좋은 사람이 됩니다. 맥도 조절해서 인영 촌구를 같게 만들면 일단 음양이 같아진 거니까 건강해졌다고 할 수 있겠죠. 그러면 건강해지게 되면 뭐가 좋으냐? 어떤 상황에 적응을 잘하고, 난관을 타개하고 고비를 넘기는 데 유리한 능력을 확보하게 됩니다. 돈을 번다 하더라도, 촌구와 인영이 비슷한 사람하고 차이가 많이 나는 사람 중 누가 돈을 많이 벌 것 같아요? 촌구와 인영이 비슷하거나 같은 사람이 돈을 더 많이 벌 수 있습니다. 그런 사람은 뭘 해도 실패를 안 내고 꾸준히 할 수 있기 때문입니다. 건강한 사람은 일을 한 번 시작하면 5년도 하고, 10년도 합니다.

그런데 인영 촌구맥이 많이 차이 나는 사람은 조금만 일해도 지치고

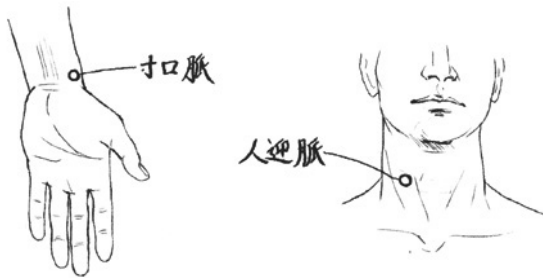


그림 1. 인영맥 촌구맥 보는 위치

금방 싫증을 내게 됩니다. 머리속에 온갖 공상망상, 헛생각들이 막 들어오거든요. 인영맥이 크면 환상적이고, 추상적이고, 비현실적인 상황을 계속 떠올리게 되고, 경우에 따라서는 잠도 안 올 정도로 공상망상들이 꼬리에 꼬리를 물고 일어나게 됩니다. 또 촌구가 인영보다 훨씬 큰 사람은 머리로 피가 덜 가니까 위기의식이 없고 판단이 느려집니다. 또 몸이 무거우니까 만사가 귀찮아지고 게으르게 되기도 합니다. 촌구맥이 훨씬 큰 사람은 굶뜨고, 인영맥이 훨씬 큰 사람은 생각이 걸 넘고, 앞서가고 그렇게 되는 거예요. 그래서 인영이 큰 사람은 현실을 직시하는 힘이 떨어져서 시행착오를 많이 합니다.

그런데 인영 촌구가 균형이 잡히면 사물을 볼 때도 균형 잡힌 시각에서 볼 수 있게 됩니다. 사물을 보는 주체는 자기 자신이죠. 과거를 보는 것도, 미래를 보는 것도 자기 자신이 보는 겁니다. 판단하고 결정내리는 것도 자기 자신이고, 그러니 자기 내면의 기운을 잘 만드는 것이 매우 중요한 과제라고 할 수 있습니다. 현재 만들어져 있는 그 내면의 기운으로 내가 생각하고 마음을 먹고 일을 하니까 그렇습니다.

그러면 인영맥과 촌구맥의 균형을 잡아 놓으면 어떻게 되느냐? 이런 사람은 자신의 내면에 있는 무한한 잠재능력을 끄집어내는 데 유리합니다. 잠재능력을 끄집어내기만 한다면 영어를 하나도 모르던

사람이라도 영어를 쉽게 잘 할 수 있게 되고, 문자를 몰랐던 사람도 잘하게 됩니다.

허약해진 곳을 튼튼하게 하는 첫 번째 방법

관절에 염증이 오고 통증이 생기면 침 맞고 뜸뜨고 지압하고 마사지하고 수술하고 하잖아요. 그런 것 하기 전에 우리는 뭐부터 해야 되느냐? 관절이 아프고 쭈시고 땡기고 염증이 생기는 원인을 알아야 되겠죠. 그건 그 부분이 허약해서 그런 겁니다. 건강하고 튼튼하면 그런 일이 안 생깁니다. 그런데 관절이 허약해져서 병이 생긴 사람을 데려다가 침놓고 뜸뜨고 지압하고 진통제 먹이고 수술하면 될까요?. 그런 것들 하기 전에 약해서 그런 거니까 기운을 얻기 위해서 먼저 영양부터 공급하라는 것입니다. 세포 입장에서 보면 기운이 부족해서 피가 돌지 않아서 그런 건데 거기를 먼저 칼로 찌거나, 뜸뜨거나 해서는 안 된다는 것입니다.

병이라는 놈이 지금 어디에 있는지 잘 보세요. 일체의 병은 세포 속에서 생기잖아요. 그러면 세포가 힘이 세고 건강하면 병이 없을 것이고, 그 세포가 허약해져서 비실비실 거리면 병이 생기게 되겠죠. 그렇다면 이 힘없는 세포에다가 침을 찌르고 뜸으로 태우는 것보다는 음식으로 영양을 해서 기운을 차리게 하는 것이 우선이라는 겁니다. 허약해진 간을 영양하는 유일한 방법은 음식을 먹는 거예요. 어떤 사람은 고고한 척 하면서 영양제를 맞잖아요. 그게 아니고 입으로 먹어야 됩니다. 역사 이래 지금까지 음식을 입으로



먹어서 영양해 왔지, 주사기를 통해서 혈관으로 영양한 적이 없었습니다. 물론 인사불성이 되고 소화력이 극도로 쇠잔해진 경우는 예외로 해야겠지요. 지금까지 여러 법술과 이론과 학설로 해봤지만 안 되었으니 이제 영양하는 방법도 근본자리로 돌아가자. 본래本來의 자리로 돌아가자는 겁니다. 이것이 '원시반본'하는 법방입니다. 태곳적 신시 문화 시절에는 다 이렇게 했어요.


그러면 무엇으로 영양하느냐? 신맛, 고소한맛으로 영양합니다. 그것으로 영양하면 기력이 확보될 수 있어요. 먹어서 힘이 생겼으니 이제는 침으로 찌르고 뜬을 뜨고 약 먹이고 레이저 쏘고 칼로 수술해도 되나요? 에너지를 넣었으니까 해도 돼요. 그게 영양하지 않은 상태에서 하는 것보다 훨씬 낫습니다.

왜 소식小食을 해야 하는가

간담이 허약한 사람에게 신맛을 많이 먹으라고 한다고 해서 배부르게 먹으라는 게 아닙니다. 과식이 아니라 다른 것보다 그걸 많이 먹으란 겁니다. 대신에 배부르지 않게 먹어야 돼요. 소식을 해야 병을 고치기 쉽거든요. 배부르게 먹으면 무조건 과식입니다. 그럼 소식은 뭐예요? 부족한 듯 먹는 게 아니라 배부르지 않게 먹는 것을 말해요. 부족한 듯 먹으라고 하면 힘들잖아요. 먹다가 만 것 같고. 그런데 소식을 하면 일단 위장이 좀 작아져요. 그렇게 1년 정도만 적게 먹는 연습을 하면 장기臟器가 다 정리가 돼요. 간이 제자리를 찾고, 폐가 제자리를 찾고, 심장이 제자리를 찾아갑니다.

우리 몸이 어떻게 되어 있느냐 하면, 이 갈비통 안에 오장이 들어 있잖아요. 그리고 위장이 이렇게 있는데 뭘 집어넣으면 위가 늘어나게

되겠죠. 과식을 해서 위장만 늘어나면 괜찮은데 다른 장기들도 있어요. 폐나 간이나 십이지장 같은 것도 갈빗대 안에 자리하고 있는데, 위가 늘어나서 이렇게 압박을 가하게 되니 이 장기들은 어디 도망갈 곳이 없어서 눌리게 되는 겁니다. 그러니 많이 먹으면 위장이 늘어나서 폐와 심장을 압박하니까 숨도 가빠지게 되는 거죠. 요즘 사람들을 보면 얼마까지 먹느냐? “배불리 죽겠다” 할 때까지 먹어요. 그건 죽기 직전까지 먹는다는 말입니다. 그것도 하루에 세 번씩.

계속 적게 먹으면 이렇게 자리만 많이 차지하고 있던 위장이 작아지죠. 그러면 밀려났던 장기들이 제자리를 찾아가게 됩니다. 제자리를 찾으면 이 사이에 끼어있던 장기들이 각자 자기 할 일을 원활하게 하게 되겠죠. 원활하게 하면 열이 만들어지고 뱃속에 쌓여 있는 지방질 같은 것들도 분해가 빨리 됩니다. 장부의 활동을 잘하게 해주는 사람이 누구냐 하면 바로 자기 자신이죠. 그것도 안하고 어디 가서 “경락마사지 해주세요. 효소 해주세요. 침 놔주세요. 발마사지 해주세요.” 합니다. 그런 것 하면서 또 배부르게 먹으면 소용이 없어요. 내가 보기에는 그건 그냥 돈만 낭비하는 겁니다.(끝) 

- 이 글은 『현성의 쟁기로 새 문명의 발을 갈다』에서 발췌하였습니다.
- 이 글은 미네사의 허락 없이 무단 전재나 재배포를 할 수 없습니다.

저자 | 다해 표상수 | 1960년 충남 예산군에서 났다. 20대 초반에 가톨릭 농민회 활동을 하면서 민족의 생존권과 직결되는 식량자주권이 장차 외세에 넘어가게 되는 상황이 올 거라는 걸 내다보고는 우리 종자 수호를 위한 운동을 전개하였다. 군대에서 허리를 다친 후 농사를 짓기 힘들게 되자, 서울로 올라와서 여느 사람들처럼 평범한 사회인으로 살았다. 그러다가 현성 김춘식 선생을 만나서 자연의 원리 공부를 하게 되었고, 고질병이었던 허리도 고치게 되었다. 이를 계기로 자연의 원리를 세상에 전파하는 일에 생을 바치고자 마음먹고, 생식원을 열어서 수많은 사람들을 가르쳤다. 그러다가 98년 현성 선생님의 특별한 부촉을 받고 선생께서 하시던 요법사 강좌를 물려받아서 지금까지 지속하고 있다. 스스로를 생식 장사꾼이라고 말하지만, 어릴적부터 품은 뜻과 이상은 남달랐다. 소년 시절부터 ‘홍익인간’ 하는 삶에 뜻을 두었고, 20대 중반 이후에는 날로 쇠잔해져 가는 우리 민족의 정신과 얼을 보존하는 운동에 앞장서기도 하였

다. 30대 중반에 생식원을 하면서부터는 교육문제와 먹거리 전반에 대한 문제, 특히

의료매트릭스에 대한 문제까지 관심분야를 확대하였고, 궁극적으로는 자연의 원리를 통해서만 사람이 사람답게 사는 세상을 건설할 수 있다고 생각하여 그것을 이루기 위해서 일로매진 해오고 있다. 현재 자하생식원 본원의 원장으로 있다.

추천도서 마음에 닿은 책 Good Book

현성의 쟁기로 새문명의 받을 갈다

저자 표상수 | 출판사 만국활개남조선 | 정가 36,000원



자연의 원리를 통해 건강을 지키는 법을 담은 강의록. 생명력이자 마음, 온기와도 일맥상통하는 무형의 장부인 '심포삼초'에 대해 설명했다. 저자에 의하면 스트레스와 찬 음식은 심포삼초를 허약하게 만들고, 이에 몸은 생명력을 잃게 된다. 또, 현대 의학의 십수만 가지에 이르는 병 중 70 내지 80%는 심포삼초가 허약해진 것과 밀접한 관련이 있다고 한다. 책은 자연의 원리를 이용하여 심포삼초를 강화하고 각종 질환을 완화하는 법을 소개한다