

性, 우리 아이는 얼마나 알까?

성 (性)의 자유방임시대인가. 청소년 10명 중 2명이 성경험이 있다는 통계. 매일 아침 e메일만 열면 넘치는 성관련 스펀 메일로 성에 대한 우리 아이들의 의식이 자칫 잘못될 수도 있다. 하지만 관심을 갖고 찾아보면 청소년 성상담 사이트도 활발히 운영되고 있다. 익명성을 통해 말 못할 자신의 고민을 속 시원히 털어 놓을 수 있다는 것이 인터넷 성상담의 장점. 부모들도 학교나 상담소에 만 의존하지 말고 자녀들의 성 고민에 관심을 가지는 것도 중요하다. 또한 성교육 관련 서적을 활용하면 건전한 성지식을 습득하는데 도움이 된다. 청소년들이 성상담을 할 수 있는 곳은 어디인지, 관련 도움도서는 무엇인지 알아봤다.

이젠 터놓고 얘기합시다

□ 성상담 사례와 바람직한 성교육

"14하고 3학년 김보라(19·가명)입니다. 부모님이 안 계시는 집이 늘려 온 남자친구와 성관계를 가졌습니다. 그냥 서로의 성기를 밖에서만 부렸는데 그곳에 정액이 묻었습니다. 혹시 임신이 될까 너무 걱정이 큼니다. 급합니다. 빠른 답변 바랍니다."

-보라양, 너무 걱정 마세요. 질내 사정이 아니라면 임신될 가능성은 거의 없어요. 그래도 미심쩍은 부분이 있다면 생리주기에 맞춰 임신테스트기를 사용해 임신 여부를 판단할 수 있습니다. 하지만 여러 정황으로 짐작해 봤을 때 보라양이 걱정할 만큼 심각한 것이 아니니 안심하세요. 하지만 이번 일을 계기로 이런 일은 하지 않는 게 좋겠지요? 남자친구와의 데이트를 하더라도 사람들이 많은 커피숍이나 극장, 공원 등지에서 건전한 만남을 가지는 게 좋습니다.

"저기, 저는 S고 3학년인데요. 아침에 자위를 하려는데 가끔 발기가 잘 안돼요. 아버지께 여쭙 봤더니 괜찮다고 하시더라고요. 하지만 걱정됩니다."

-자신의 성문제를 아버지께 털어놓고 말한 것은 참 칭찬할 일이에요. 신체리듬과 건강상태에 따라 성기능에 이상일 수 있습니다. S고 3학년생인 만큼 입시에 대한 스트레스 때문일 수도 있고 수면부족으로 인한 것일 수도 있습니다. 발기부전에 대한 심리적 압박감을 버리고 시간 날 때마다 운동도 열심히 하면 금세 괜찮아질 테니 너무 걱정하지 마세요.

불교상담개발원(원장 정덕) 청소년 성상담 사이트 '아하!섹스(www.ahsex.org)'에 자신의 고민을 문의해 온 상담사례다. 지금까지 학생들이 받아온 성교육은 남녀의 신체구조, 생리, 임신 등 생리적이고 과학적인 것에 머물러 있다고 전문가들은 입을 모은다. 그래서 성교육을 한다고 하면 "다 아는 이야기" "뻔한 이야기" "시시해" 정도도 인식하고 있다.

이근후 불교상담개발원 교문은 "청소년들은 과거에 비해 활발한 성행동을 하지만 그 행동을 자신이 원해서 하는 것인지 정확히 판단하지 못하는 경우가 많다"며 "청소년들이 자신의 성에 대해 정확한 의사를 표현

하고 조절할 수 있는 성교육이 이뤄져야 한다"고 설명한다. 또 이교문은 "순간적인 성적충동을 조절하지 못할 경우 어떤 일이 일어날 수 있는가를 꼭바로 알게 해 줄 수 있는 성교육과 상담이 중요하다"며 "성충동의 감정을 바라 볼 수 있을 뿐만 아니라 스스로 조절할 수 있도록 도와야 한다"고 강조한다.

특히 전문가들은 성 고민을 끄고 싶지 말고 인터넷 성상담 사이트를 적극 활용하라고 주문한다. 청소년 성상담 사이트 '아하!섹스' '구성애의 아우성' '한국 청소년상담원' 등이 그것.

'아하!섹스'의 경우 청소년 성 고민을 자유게시판과 비밀게시판 형식으로 상담 받을 수 있는 '열린상담방'과 각종 성교육 자료실 그리고 부모를 위한 성교육 자료실 등 다양한 형식으로 꾸며져 있다.

□ 부모와 함께하는 성교육

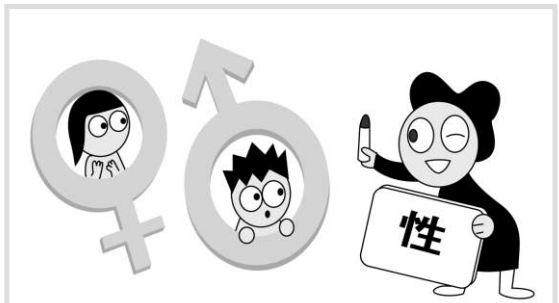
너무도 다양한 성문화에 노출되어 있는 우리의 아들·딸들에게 올바른 판단기준을 심어주는 일을 학교 교육에만 미룰 수는 없다. 이제는 부모도 자녀들이 성문제로 고민을 털어놓을 때를 대비해 언제든지 대답해 줄 수 있는 준비를 해야 한다. 이른 토대 없이 이렇게 하니가 어려워지는 것은 아이들에게 현실성 없는 옛날 이야기로만 들릴 수 있기 때문이다.

또 성교육은 반드시 현실적이어야 한다. 이미 여러 형태의 신체적 접촉이 이뤄지고 있는 실정에서 어떻게 하면 서로에게 안전하고 건강한 성을 지켜가느냐를 알려주는 것이 급선무다. 특히 답답한 현실을 탈출하는 방법으로, 성을 하찮게 생각해서 아무렇게나 버릇된 자포자기하는 행동은 성인이 되어도 평생 후회할 만한 문제점을 일으킨다는 점을 강조할 필요가 있다.

부모들은 성적인 문제에서 자녀들의 사생활을 완벽하게 보장해 주는 것도 중요하다. 아이들은 성문제와 관련해 부모에게 쌓인 불신감이 회복하기 힘들기 때문이다.

글=노병철 기자

도움말=이근후 불교상담개발원 교문



기존 성교육 생리적 수준 머물러 성 행동에 대해 조절토록 도와야 인터넷 상담사이트 수시 활용을 현실성 없는 경험 이야기는 금물

상담센터 / 웹주소	전화
아하!섹스 청소년상담실 (ahsex.org)	(02)737-7378
구성애의 아우성 (sungae.com)	(02)332-9978
참119 (cham119.com)	(02)562-3406
한국청소년상담원 (kyo.or.kr)	(02)2253-3811
아하!청소년문화센터 (aha.ymca.or.kr)	(02)2677-9220
민우회온라인상담실 (counsel.womenlink.or.kr)	(02)737-5763
여성평등성상담 (equal.chosun.ac.kr)	(062)234-6645
Yme사이버상담실 (yme.ne.kr)	(02)2634-8213
내일여성센터 (ausung.net)	(02)338-7480
포천가족상담센터 (pchsoc.com)	(031)542-317

제목 / 저자	내용
<셋! 나도 어른이 되어가고 있어> / 야마모토 나오히데	청소년과 아동 성교육의 지침서
<정말 딱딱한 청소년의 성> / 정정만	편경 속의 성 고민을 가볍게 설명
<성의 과학사관> / 오영근	성 관련 모든 용어정리
<사랑한다면 증거를 보여줘> / 이근후	성적 갈등에 관한 문제제명
<여성과 성> / 김동길	성 윤리를 담아낸 책
<10대 자녀들이 성적인 고민에 빠지는 시기를 늦추는 방법> / 마린은 하워드	10대의 성적행동과 관련된 문제 정리
<청소년이 궁금해하는 77가지 성> / 서울YMCA	학부모들을 위한 성 교육 지침서
<남에게 주는 선물 염미가 이야기 해 주고 싶은 여자의 성> / 정혜원	여자 아이들을 위한 성지침서
<아들에게 주는 선물 아미가 이야기 해 주고 싶은 남자의 성> / 정혜원	남자 아이들을 위한 성지침서
<성! 동방 일러 주세> / 이은열	성교육을 지도하면 느낀 점을 정리 함



김재일 교수의 티베트의학 산책 (37)

아이는 부산하게 움직여야 정상

소아과질환의 둘째 유형은 식이를 잘못하거나 아기를 잘못 다루어 생긴 병들이다. 잘못하여 아기를 바닥에 떨어뜨리거나 제 몸도 추세온다든가 태움의 밀동 짜지를 너무 일찍 때 낸다거나 잘 보살펴주지 않아 아이가 너무 울어도 병이 생길 수 있다. 축축한 바닥에 오래두거나 기저귀를 제때 갈아주지 않거나 너무 열성(熱性)이 강한 우유 크림 양고기 마늘이나 반대로 한성(寒性)이 강한 아이스크림 같은 음식들을 많이 먹여도 아이에게 탈이 날 수 있다. 티베트의서에는 그와 같은 이런저런 원인으로 생기는 소아과질환이 24종 있다고 언급되어 있다. 이들 24종류의 소아과 질환은 다시 성년기, 미성년기 및 유아기 소아질환들로 세분하고 있다.

홍부염과 폐 간질환 설사 구토 전염성열병 제대감염 그리고 요석증은 성년기소아 질환으로 분류되고 목구멍염 자라 및 쓸개질환 소화 및 결장이상 뇌척수액 누적으로

에 서서 아기의 깃털에 드러난 깃털을 살핀다. 아기의 깃털은 마치 잎맥이 선명한 나무 잎사귀와 외양이 비슷하다. 아기의 오른쪽 깃털은 세 부위로 나누어 각각 윗부분은 폐와 대장 가운데 부분은 간과 쓸개 그리고 아랫부분은 우측 신장과 방광의 건강상태를 파악하는 진단 증거로 활용된다. 왼쪽 깃털 역시 세 부위로 나누어 윗부분은 신장과 소장 중간부분은 비장과 위장 그리고 아랫부분은 좌측 신장과 생식기관의 상태를 읽어내는 진단 증거로 삼는다.

깃털의 어느 부위라도 검붉은 색이면 그 부위와 관련된 해당 장기에 감염이나 염증이 있다는 신호이다. 깃털이 깎기기가 없거나 창백하면 한성병(寒性病)과 관련된 질환임을 의미하고 깃털의 실핏줄이 십자(十字)로 이리저리 서로 교차되어 있으면 귀신에 씌인 병임을 뜻한다. 깃털의 깃털 문양이 가지런하고 크기가 고르면 생명을 위협 없이 병이 곧 낫게 될 것으로 해석된다. 그러나 깃털에

24종 소아질환은 성년·미성년·유아기로 분류 갖난아이는 진맥이 어려워 깃털 핏줄로 진단

로 인한 뇌압상승 삼출적으로 점도나 흙을 먹는 토식증 그리고 모유(母乳)감염으로 인한 식중독은 미성년기소아질환으로, 눈병 깃털 구강궤양 분비선염증 척수질환 기생충병 항문농양은 유아기소아질환으로 분류된다.

있도 충분히 먹고 기저귀도 제때 갈아 채우고 젖이나 날 시기도 아닌데 계속 울음을 그치지 않고 보채면 갖난아이에 어떤가 문제가 있다는 신호이다. 잘 먹지도 않고 축 늘어져 눈도 뜨려놓고 톱 놀려고도 하지 않은 채 죽은 듯이 가만히 있거나 하도 정상이 아니라는 신호이다. 아이들은 자고로 부산하게 움직여야 정상이다. 갖난아이를 추켜 세우어 어떤 부분을 만졌을 때 기겁을 하고 큰 소리로 울어대면 역시 그 부분과 관련된 특정 장기에 문제가 있다는 신호일 수 있다.

갖난아이는 손목을 만져 진맥할 수도 없어 진단이 간단치 않다. 그래서 갖난아이는 깃털의 실핏줄을 읽어서 진단하는 티베트 고유의 특별한 진단법을 쓴다. 이 방법은 아기를 빛이나 햇볕이 들어오는 방향을 향하도록 엄마 무릎에 앉히고 의사는 아기 뒤쪽

깃털이 전혀 보이지 않으면 명(命)이 오래지 않다는 불길한 징조이다. 제목이 <보연화관(寶蓮花冠)>이란 뜻의 티베트의서에는 이런 특수한 진단법들이 자세히 기록되어 있다.

아기를 진단하는 방법은 그 외에도 노진(脈診)과 엄마외의 문진(問診)을 통해 아기의 증상과 병증을 알아보고 아기를 직접 살펴보는 망진(望診)이 있다.

진단이 일단 내려지면 의사는 각각의 병증에 따라 여러 가지 약을 처방한다. 요즘 아이들은 복용하기 좋게 단맛을 가미한 약에 길들여져 전통약이나 향약의 쓴맛을 싫어한다. 그러나 개중에는 쓴맛을 달약도 거르지 않고 곧잘 복용하는 아이들도 적지 않다.

지금까지 우리 사회에 흔한 질병들을 티베트의학의 관점에서 살펴보았다. 가장 흔한 감기에서부터 소아과질환에 이르기까지 대표적인 몇몇 질환만 훑어본 것이다. 다음 호부터는 티베트의학의 독특한 진단기법들과 그 가치 그리고 놀라운 정확성을 소개할 것이다.

■ 아주대교수·한국티베트의학원장

간(肝)

간지방간경화

건강해야 장수할 수 있습니다.

지리산자락 신비의 **참다슬기 농축액**

도종 웅담과 비길만한 자연산 참다슬기 쏘의 활력을 찾으세요. 지리산 자락 청정 지역에서 서식하는 자연산 참다슬기만 가지고 전통재식(기마술) 방법으로 달인 참다슬기 농축액은 생애 한 하루를 열어줍니다.

『농축액을 개발하여 KBS TV "6시 내고향"에 방영된 이래로 "생방송 좋은아침" MBC TV "고향은 지금" 조선일보, 중앙일보에 소개 됨』

자료신청: (055) 963-9583 · 상담문의: (055) 355-5626
산마를 토종 (민속농원)

Energy Healing Center

운·기치유 명상 수련원

- 누구나 배워서 스스로 치료할 수 있고 가족이나 이웃의 질병도 치유해 줄 수 있으며 병원에서 아무 이상이 없다는 모든 증상들을 치유할 수 있다.
- 본 수련원에서 하고 있는 기치유(에너지치유)는 플라시보 효과가 아닌 실질적인 치료법으로 근본적인 치유 효과가 있다.

氣 는 곧 Energy이다!!!

- 수련만 하여도 중증의 상기병, 삼차신경통, 간경화, 통풍 등 불치 난치병에 탁월한 효과가 있다.
- 미국립 보건원 산하 대체의학 연구소에서 21세기 의학은 기치유가 일반화 되는 시기로 전망하였듯이 직업으로서 활용이 가능하다

기치유사 26기 수련생 모집

개강일자 : 2개월 과정 (8일완성)
11월 16일 수요일 오후 2:30~5:00
11월 17일 목요일 오후 7:00~9:20

수련비 : 80만원
수련지도 : 윤한홍

서울 불교대학원대학교 요가 치료학과 겸임교수
한국기치유 연구회 회장 / (주)명상신문 논설위원

저서 : 기치유와 기공수련 / 기치유학

문 www.gichiu.com 후원 한국기치유 연구회
의 02-3482-5032 원 Energy Healing Center

사찰, 법당, 앰프 전문

지난 30년간 사찰의 앰프, 마이크, 스피커 소리를 연구해온 音響研究家 金文華가 직접 설치에 드립니다.

DX-707 스텐드 마이크 하나만으로도 법당의 소리가 3배 좋아집니다!

염물, 설법 전용 고성능 마이크

DX-707 스텐드 마이크
마이크 가격 : 250,000원

◇ 소리공방 종목 ◇
▷ 사찰 법당 앰프설치
▷ 고성능 무선마이크
▷ 각종 마이크 판매
▷ 법당전용 스피커

비즈니스님 특별우대! | 법당전용스피커 YM-520

유코음향연구소

소장 김문화 : 011-335-2895
서울 양천구 신월 3동 48-9 중경빌딩 300호
(02)2697-9976, 2605-3235, 2601-8284
홈페이지 : www.yukosound.com

관절염·신경통·오십견·류마티스

한방요법으로 치료한다

윤원장은 우슬, 창출, 당귀, 맥아로 60°C에서 6시간 동안 알콜추출(65브릭스로 농축), 숙단, 구판, 홍화자 외 19개 약재를 특수효모와 후설당으로 16일간 숙성발효하여 물약을 액상화시켜 丸(환)으로 만든 관신환(丸)을 처방하여 관절염, 신경통, 류마티스, 오십견 등에 주효하며 5~7일 정도 복용하면 통증 완화, 무기감소가 나타나며 혈행개선도 뛰어난 효과가 있다고 자부심을 갖고 있다. - 관신환(丸)

기관지천식

천연생약제로 치료한다

윤원장은 함양작용이 뛰어난 신비한 약초로 구전되어 온 백화사설초(白花蛇舌草)와 그 외 수종의 약제로 만든 기천탕을 처방하여 수년간 기침·가래·기관지천식으로 고생하신 환자에게 복용시켜 많은 효과를 보고 있으며, 환자증상에 따라 차이는 있지만 30일간 복용해도 80~90% 이상의 개선효과가 있었으며, 환자에 따라 1~6개월까지 복용을 해야 하는 경우도 있다고 한다. - 기천탕(湯)

윤원장병원
원장 윤량

윤원장은 함양작용이 뛰어난 신비한 약초로 구전되어 온 백화사설초(白花蛇舌草)와 그 외 수종의 약제로 만든 기천탕을 처방하여 수년간 기침·가래·기관지천식으로 고생하신 환자에게 복용시켜 많은 효과를 보고 있으며, 환자증상에 따라 차이는 있지만 30일간 복용해도 80~90% 이상의 개선효과가 있었으며, 환자에 따라 1~6개월까지 복용을 해야 하는 경우도 있다고 한다. - 기천탕(湯)

자료제공 윤량한의원 02-598-9832