



Dr.황의 바른 자세 바른 생활

36 턱의 중요성

중추신경계 깨트리는 핵심 원처

턱이 척추의 구조를 무너뜨리는 부위라는 사실을 아십니까? 턱관절은 우리 몸의 중추신경계의 구조를 깨트리는 가장 핵심 원처입니다. 반대로 말하면 척추구조를 가장 빠르게 정상위로 변화시킬 수 있는 중요한 부분이 바로 턱입니다. 턱관절 주위에는 수많은 혈관, 신경, 인파가 분포돼 있으며 특히 12개의 뇌신경 중 9개의 뇌신경이 턱을 지나며 이곳의 영향을 받고 있는 관련 근육만 136개나 됩니다.

턱에 분포된 수많은 원심·구심성 뉴런은 시각각으로 턱관절에 가해지는 신체의 변화를 감지하며 뇌에 영향을 끼칩니다. 때문에 뇌를 비롯한 신체의 여러 분야에 즉각적으로 반응합니다.

턱의 불균형은 씹는 능력의 불균형을 가져와 뇌의 순환 및 호흡체계를 깨뜨림과 동시에 내분비의 모든 호르몬분비장치를 유발합니다. 또한 코에도 영향을 미쳐 코골이와 알레르기성 비염, 만성비염의 원인이 되기도 하며 안면과 두개골의 뒤틀림에 의해 안면비대칭을 발생시키기도 합니다.

요즘은 안면비대칭으로 고민하는 사람들이 많습니다. 평소 한쪽으로만 음식을 씹어 어느 날 '딱' 소리가 나거나 입을 벌릴 때 마다 통증 및 두통이 생긴다면 턱의 불균형을 의심해 봐야 합니다. 또한 귀에서 '웅' 소리가 나는 이명증(耳鳴症) 또한 턱 이상의 대표적 증세입니다.

일생동안 가장 많이 움직이면서도 가장 취약한 부위가 바로 턱관절이라 할 수 있습니다.

이러한 이유로 턱 불균형은 전신체형의 불균형을 손쉽게 유발합니다. 그래서인지 턱이 발달된 생명체는 전신의 균형미를 오래도록 유지할 수 있습니다.



턱의 문제로 인한 안면비대칭.

턱이 유독 발달된 포식동물 중 하나인 하이에나는 사자나 기타 육식동물보다 턱이 더욱 발달했습니다. 하이에나는 턱 근육인 저작근(Masticatory Muscle, 咀嚼筋) 통해 턱의 안정성 유지시키며 전신의 탄탄함과 강직성을 통해 자신의 생존영역을 유지하고 있습니다.

턱의 불균형은 탈구(Dislocation, 脱臼)와 같은

아 교정도 함께 고려해 봐야 합니다. 요즘은 'V라인'이라고 해서 가쁜 얼굴라인을 선호합니다. 이러한 계란형의 얼굴구조를 갖기 위해서는 얼굴마사지, 다이어트 보다 자신의 턱 비틀림 정도를 체크하고 전체적인 체형 교정을 하는 것이 더욱 중요합니다. 또한 체형교정은 바른 자세와 균형 잡힌 몸으로 만들기 때문에

얼굴이 비뚤어지는 것도 미리 예방 할 수 있습니다. 불균형한 턱으로 몸의 다른 곳에 이상이 느껴 질 때는 반드시 그 근본적인 원인이 되는 전신의 체형과 자세를 바르게 만들기 위한 노력을 결코 게을리 하지 않아야 합니다. 예쁘고 대칭이 맞는 균형 잡힌 얼굴을 갖기 위해서 앞으로 턱을 괴는 습관이나 구부정하게 다니는 습관 등을 버려야 합니다.

항상 자신의 자세가 구부정해 지지 않도록 평상시 반듯한 자세를 갖기 위한 노력에 게을리하지 않습니다. 우리 몸은 모두 연결돼 있습니다.

포스츰어애포터너스 교정센터
황상보 원장 T : 1544-9697

턱의 불균형은 뇌의 순환 및 호흡체계를 깨뜨리고

내분비의 호르몬분비 장치를 유발시킨다

급성의 경우 증세가 호전되는데 2주거량이 걸리지만, 대개의 경우는 장기간 턱의 문제가 발생해 체형이 불균형해지는 경우가 많습니다. 이 경우는 전체적인 체형의 밸런스를 잡는 것이 중요하므로 평균적으로 3-6개월의 교정 기간이 필요하다고 할 수 있습니다.

필요에 따라 수술이 필요한 경우도 있는데, 턱관절의 손상(턱관절 내 디스크의 손상)이 심해 정상적인 관절활동을 할 수 없을 때입니다. 만일 교합에 문제가 심각하다면 교합에 대한 치

료를 받으면 턱의 순환 및 호흡체계를 깨뜨리고 내분비의 호르몬분비 장치를 유발시킨다. 턱의 불균형은 뇌의 순환 및 호흡체계를 깨뜨리고 내분비의 호르몬분비 장치를 유발시킨다.



김경현 원장의 몸·마음 이야기 24 만성질환 한방치료

항상성 유지의 면역능력 강화 필요

시중에서 '만성질환을 한방요법, 자연요법, 민간요법 등으로 고쳤다'고 말하는 책들을 쉽게 접할 수 있다. 건강식품에 대한 소개에는 '고혈압, 당뇨병, 간경화, 암 등에 효과가 있다'는 이야기가 빠지지 않는다. 온갖 만성질환을 고치는 방법이 한국에 다 있는데 노벨의학상은 어찌하여 엉뚱한 곳에만 수여되는지 혼란을 느낄 정도다.

직업이 한의사이다 보니 암을 고쳤다는 비방들은 왜 그리도 많은지 암환자의 가족마다 암에 대한 한방요법을 물어 온다. 이러저러한 민간요법을 써봤는데 자신은 왜 낫지 않는지는 일종의 황의성 질문도 많이 받게 된다. 이러한 질문을 받을 때마다 느끼는 그 짙짙한 기분은 감출 수 없다.

필자는 동의보감의 몇 줄을 금과옥조같이 여기며 기적의 한방요법이라고 떠드는 이들을 볼 때면, '그런 것도 과연 한방요법이라고 할 수가 있는가'라고 생각하며 그 업보를 어떻게 다 갚으려 하는지 때로는 연민의 정도 느낀다. 모든 질병은 일반적으로 급성질환과 만성질환으로 분류할 수 있다.

급성질환은 그 질환을 앓고 있을 때 치료시기를 놓치면 생명을 잃을 수 있을 만큼 급격히 진행되지만, 적절한 치료를 받아 고비를 넘기게 되면 질병발생 이전의 상태로 돌아갈 수 있는 '완치(完治)'가 가능하다는 특성을 갖고 있다.

그러나 고혈압, 당뇨병, 간경화 같은 만성질환은 급성질환과는 반대의 특성을 갖는다. 만성질환이 있으면 당장에는 목숨을 잃을 정도는 아니지만, 본질적으로 질병이전의 상태로 되돌아 갈 수는 없다. '완치(完治)'가 불가능하다는 말이다.

완치가 불가능하므로 엄밀한 의미에서는 치료라는 말보다는 조절이라는 말을 쓴다. 다른 합병증을 유발하지 않고 신체 자체의 힘으로 약물을 사용하지 않아도 될 정도로 조절 관리한다는 의미이다. 치료라고는 하지만 치료된 것 같이 보일 뿐이다.

당뇨병의 경우 초기단계에 운동과 식이요법을 잘 하면 혈당을 정상인과 비슷하게 조절할 수는 있으나, 그렇다고 해 그 환자에서 혈당이 오를 수 있는 경향들이 완전히 제거된 것을 뜻하지는 않는다. 고혈압 환자는

의 경우, 운동으로 체중을 조절하고 금주·금연하면 혈압약을 복용하던 사람이 약을 끊고도 혈압을 정상인의 수준으로 유지할 수 있다.

간경화의 경우도 복수, 소화기 출혈, 혼수 등의 합병증을 치료하면 약물에 의존하지 않고도 생활할 수 있도록 조절할 수 있다. 그러나 이는 약물에 의한 치료에서 약물에 의존하지 않는 치료로 단계를 낮춰 조절하는 것일 뿐 질병이전의 상태로 돌아갔음을 의미하는 것은 아니다.

만성질환은 그 질병이 일어난 것이 서서히 일어난 만큼 그 조절과정도 서서히 이뤄져야 한다. 질병이 계속 진행하려고 하는 경향을 억지하고 정지시켜서 질병의 단계를 낮추도록 해야만 한다. 증상이 없어졌다고 해서 질병이 진행돼온 신체 내의 소인들이 다 없어졌다는 것은 아니다. 질병이 시작됐어도 인체의 다른 기능이나 조절능력이 보상작용을 일으켜 정상상태를 유지하다가 그 한계를 넘게 되면 질병의 증세를 보이는 것이 만성질환의 특징이다. 그러므로 질병의 조절도 인체의 항상성을 유지시켜주는 면역능력을 강화하고 질병을 진행시킬 수 있는 소인들을 줄여나가면 질병의 단계는 낮춰질 수 있다.

고혈압이나 당뇨병 치료약을 한약과 함께 복용해도 되느냐는 질문을 많이 받는다. 그 답은 그 질병의 단계에 따라 다르다고 할 수 있다. 만성병에 대한 한방요법의 주안점은 그러한 질환을 일으킨 인체의 불균형상태를 해소시키고 정상을 유지시키려고 하는 인체의 조절능력을 극대화시키는 데 있다. 자체능력만으로도 모자랄 때에는 이미 검증된 약물의 도움도 받아야만 한다.

만성병에 한약이 많이 쓰이는 것은 한방에는 양방과는 다른 보기보양(補氣保養)의 개념이 있기 때문이다. 인체가 본래 갖춘 조절 면역능력을 강화시켜주는 개념이 없기에 만성병을 일으킨 부조화상태에 대한 한방적인 접근이 가능하다. 그러나 질병의 단계가 한참 진행됐을 때는 한방요법도 한계를 가질 수밖에 없다. 만성병과 한방요법에 대한 올바른 이해와 아울러 자신의 몸을 검증되지 않은 방법에 내맡기지 않는 지혜가 무엇보다 필요하다.

선재한의원 (02)518-0845

성공과 건강을 돌려주는 우주의 대가인!

빙의치유의 정석

전국서점에서 판매중!!



* 직장인, 자영업자, 종교인, 학생, 가정주부, 사업가, 군인, 연예인, 교포 등등 대한민국 국민 누구나에게도 도움이 되는 책

이 책은 오랜동안 빙의, 우물증, 신병, 병명이 나타나지 않는 분, 불치병 등 고질질환자들이 치료를 포기하기 전에 찾아오는 연구소에서 실지로 일어난 실화를 바탕으로 서술한 생생한 체험기이다.

특히 저자는 고등학교 수학여행 때 설악산 금강굴 안의 쫄대 4개 모두에서 쫄뿔서광을 받은 후 20년간 사람들의 삶 속에서 온갖 고행을 하게 된다. 37세에 드디어 받은 대우주의 기로 인해 하늘문이 열려 신비의 나라와 소통하게 되는 신비한 능력 때문에 운명의 이정표가 완전 달라지게 된다. 금메달을 향하는 선수에게 모진 훈련이 기다리듯 저자 역

아파도 외로워도 혼자만이 감수하던빙의 치료와 구원의 결정판!

빙의시대에 등불이 되어줄 명쾌한 해답이 여기에 있습니다.

세계최초로 선화도를 통하여 대우주의기를 받는 사람들의 생생한 체험기 수록

가정과 사회에서 행복을 포기한 이시대의 냉가슴을 후련하게 달래주는 성공치유의 선화도와 빙의진단요령, 성공을 이끄는 우주의 대가인!

시 무지 힘든 역경과 시련의 시한대에서 대우주의 기운과 선화도의 대가인을 아픈이들에게 한사람이라도 소중히 나누어 주고자 정성을 다하고 있다. 오로지 선한 마음으로 화합하려는 대우주의 기운으로 온세상을 아름답게 다듬고자 불철주야 애써온 저자의 변함없는 진실함을 기다리다 기적같은 환화를 체험한 회원들의 열화같은 선원에 못이겨 드디어 책을 저술하게 된 저자는 이땅에 모든 사람들이 고통을 떨고 마음의 평화를 찾아가는 "진실의 힘"을 많이 접하기를 바라고 있다.

총 5장으로 나누어진 본서의 특징은 일반인들이 흔히 잘모르지만 실생활에는 유용하게 도움이 되는 지식들이 많이 저술되어 있으며 풀만 잘 집어넣는 운동선수도 비유한다면 왜 골을 잘 집어넣게 되었는지, 그리고 어떻게 해야 골도 잘 넣고, 골이 잘 넣어진다면 주변동료들과 팬들과도 어떻게 행복하게 되는지에 대한 이론적인 뒷받침을 확실하게 정돈해 놓은 책이라 할 수 있다.

물질문명만 앞서고 정신 문명이 뒤떨어져 질수록 늘 어만 가는, 현대의학으로도 해결이 안되어 고통 받는 사람들에게는 어쩌면 한줄기 등대불같은 이 책이야말로 빙의분야에 새로운 정식으로 다가가는 최상의 필독서라해도 과언이 아닐 것이다.

저자는 2010년 한국현대인물열전 33인에 선정되었다.

눈물

슬퍼서 눈물이 나고 기뻐서 눈물이 나고 행복해서 눈물이 나고 감동해서 눈물이 나고 아파서 눈물이 나고 배신당해서 눈물이 나고 절망해서 눈물이 나고 가난해서 눈물이 나고 마음이 아파서 눈물이 나고 사랑해서 눈물이 나고 헤어짐에 눈물이 나고 만나지 못해 눈물이 나고 서러워서 눈물이 나고 눈에 먼지가 들어 눈물이 나고 배고픔에 눈물이 나고 억울함에 눈물이 나고 아픈사람을 보면 눈물이 나고 후회해도 눈물이 나고 참회의 눈물이 나고 그리움에 눈물이 나고 사기 맞아서 눈물이 나고 죽음에 눈물이 나고 원망의 눈물이 나고 부부싸움으로 눈물이 나고 속아서 눈물이 나고 재물을 잃어 눈물이 나고 자녀로 인해 눈물이 나고 형제간의 갈등으로 눈물이 나고 책을 읽으며 눈물이 나고 영화를 보며 눈물이 나고 술을 먹고 눈물이 나고 갇힌곳에서 벗어나 눈물이 나고 무서워 눈물이 나고 말실수를 해서 눈물이 나고 꾸지람을 들어 눈물이 나고 사업실패로 눈물이 나고 반가움에 눈물이 나고 잠이 오지 않아 눈물이 나고 배우지 못해 눈물이 나고 삶의 고달픔에 눈물이 나고 깨달음에 이르지 못해 눈물이 나고 부모를 생각해서 흐르는 눈물이 가장 값진 눈물이다.

선화도와와 만남이 온갖 고통에서 벗어나고 동시에 감동과 행복과 기쁨의 눈물이 되기를 바랍니다.

우주의기연구소 - 도솔 -

선화도란?

인류를 구원하기 위하여 영가를 구원하고 병을 치유하시고 고통을 덜어주고 약함을 없애고 선한 마음으로 세상 사람을 편하게 해주시는 분으로 사람처럼 울 수 없으므로 그림으로 나타내신 분입니다. 실제 선화도를 영적으로 보는 분들이 많이 있습니다. 선화도는 인간이 태어난 이래로 그려진 적이 없으며 세계최초로 우리 인간 세상에 그림의 형상으로 오신 것입니다. 선화도는 추상적인 그림이 아니며 대우주를 관장하는 천상의 세계에서 오신 실존 인물입니다. 선화도를 한분 그림 때마다 대우주를 관장하는 곳에서 선화님들이 지상으로 내려오십니다.



선화도는 배워서 그려지는 그림이 아니고 절대능력을 받아서 그려지는 신비한 그림으로 마음의 평화를 주며 가족에게는 화목을 주는 동시에 기쁨을 주십니다. 또한 우리가 고민하는 것을 헤아리며 메세지가 그대로 전달되어 소원을 들어주시며 액운을 막아주며 우환을 없애주시기도 합니다. 선화도의 또 다른 특징은 사람마다 다르게

그려지며 10초면 그려집니다. 선화도가 다르게 그려지는 이유는 본인에게 가장 알맞은 선화님이 그려져야 하기 때문입니다. 선화님들이 이 땅에 오신 목적은 기존의 모든 가치관과 이념을 초월 선의 힘으로 하나 되게 하여 합을 이루기 위함입니다.

선화도를 소장한 분들이 체험한 사례들

- ◇ 몸에서 열기를 느낀다.
- ◇ 불가능했던 일이 가능해졌다.
- ◇ 사업이 번창해졌다.
- ◇ 평소 불안한것이 사라졌다.
- ◇ 가정불화가 사라졌다.
- ◇ 마음의 안정과 기쁨을 찾을 수 있었다.
- ◇ 늘상 웃음이 넘쳐났다.
- ◇ 때로는 환희심이 일어 기쁨의 눈물을 흘렸다.
- ◇ 들꽃이나 박하 향기, 은은한 향내를 맡았다.
- ◇ 선화도를 보고 슬피지면서 하염없이 눈물이 흐르며 몸과 마음을 씻어준다.
- ◇ 되는 일이 없었는데 선화도를 소장하고부터 일이 잘풀렸다.
- ◇ 선화도에서 발송되는 대우주의기를 받아서 질병을 치료하고 육체적 정신적 건강을 되찾았다.
- ◇ 눈에 어떤 형상이 보인다.
- ◇ 온몸에 전율이 느껴진다.
- ◇ 바라던 소원이 이루어졌다.
- ◇ 액운이 막아졌다.
- ◇ 마음이 편해지며 기분이 좋다.