

# 『黃帝內經』에 나타난 精神과 肉體의 상관성에 대한 연구

東義大學校 韓醫科大學 原典學教室<sup>1</sup>

김중한<sup>1,\*</sup>

## A Study about Correlation between Mind and Body in the Medical Classics of 『Hwangjenaegyong(黃帝內經)』

Kim Joong-han<sup>1,\*</sup>

<sup>1</sup>Dept. of Oriental Medical Classics and Medical History, College of Oriental  
Medicine, Dongeui University

Western Medicine had been taking the occurrence of a disease as a physical matter and had tried to step forward from this angle till the late twentieth.

But lately for about 20 years, a lot of researchers have started to understand the disease and human function as those in holistic system. They supposed that the human function was the result of the interactions in 'Mind-Brain-Body' system and tried to explain and prove about the theory at the molecular level.

The name of this new field of human science is 'Mind-Body Medicine' and in the center stands the 'Psychoneuroendoimmunology.

Traditional Korean Medicine of which the core system was formed 2500 years ago, explains the complex interaction between mind and body with the theory of 'Mind-Brain-Body' system.

To research on the correlation between mind and body, we tried to explain from the viewpoint of medical classic about the philosophical background, relations among mind, five viscera, and body, interaction between mind and body.

**Key Words :** mind, body, Hwangjenaegyong(黃帝內經), naegyong(內經)

## I. 서론

현대의학(서의학)은 20세기 말까지 病이 생긴다는 것을 육체적 차원에서 주로 이해하고 다루어왔다. 그

러나 최근 20여 년 전부터 현재에 이르면서 많은 과학자들이 인체의 기능과 질병 발생을 전인적 차원(holistic)에서 이해하려는 노력이 일어났으니, 곧 우리 인체 기능은 마음-뇌-육체(Mind-Brain-Body)가 밀접하게 연계되어 상호작용을 하고 있다는 것을 분자과학수준으로 증명하고 이해하기 시작한 것이다.

\* 교신저자 : 김중한. 동의대학교 한의과대학 원전학교실.  
전화 : 051)850-8638, E-mail : kjhan24@hanmail.net

이 새로운 분야에 정신신경내분비면역학 (Psychoneuroendocrinology)이 중심적인 역할을 하며<sup>1)</sup>, 이러한 새로운 영역의 의학을 心身醫學이라고 부른다.

대략 2500년 전에 의학적 기본이론을 갖춘 한의학은 精神과 肉體의 상호작용을 마음-오장-육체로써 설명하고 있다.

본 논문은 한의학에서 精神과 肉體의 상관성을 연구하기 위해서, 정신과 육체의 양분 인식론의 철학적 배경, 精氣神의 상호관계, 心和五臟과 腦의 상호관계, 그리고 정신과 육체의 상호 영향에 대한 문제 등을 醫學經典인 『黃帝內經』(이하 『內經』)을 중심으로 밝혀 보고자 한다.

## II. 본론

### 1. 人間과 天地自然과 상관성

#### 1-1. 天地自然 宇宙觀

한의학의 근본 이론과 체제의 정립 시기는 한의학 이론방면의 經典으로 불리는 『內經』 및 『難經』의 성립연대와 맞물려 있다고 할 수 있는데, 『內經』의 성립연대는 대략 戰國시대에서 秦·前漢시대에 이르기까지 여러 사람의 손을 거쳐서 완성되었다고 한다. 『難經』은 대략 前漢시대 초기에 완성되었다고 본다. 그리고 『內經』과 『難經』이 탄생되기 이전에 중국은 春秋시대에서 戰國시대를 거치면서 諸子百家가 출현하여 중국 철학사상에 있어서 찬란한 문화가 형성된 시기였다. 특히 중국 철학을 대표하는 儒家와 道家는 萬世不朽의 철학사상을 배태하고, 후세 여러 학문 분야에 영향을 주었다. 한의학도 이러한 철학적 배경하에 근본 사상과 이론 체제가 형성되었다고 할 수 있다.

그러면 동양 古代 先賢들이 天地와 그 사이에 존재하는 人間과 萬物의 탄생(우주관)은 어떻게 이루어졌으며? 天地는 人間에게 어떤 대상인가? 그리고 人間은 어떻게 살아가야 값진 삶을 사는 것인가? 라는

가치문제에 대하여 어떻게 이해하였는지 살펴보도록 하자.

우선 宇宙의 존재 근원에 대하여 老子는 다음과 같이 말했다.

“無는 天地의 始라 말하고, 有는 萬物의 母라 말한다.”<sup>2)</sup>

“道는 하나를 생하고, 하나는 둘을 생하고, 둘은 셋을 생하고, 셋은 만물을 생한다. 만물은 陰을 등지고 陽을 포용하며 沖氣로써 조화를 이룬다.”<sup>3)</sup>

그리고 道에 대하여 “어떤 物이 있어 混成하여 天地에 앞서 생하는데, 寂寥하여 소리도 없고 냄새도 없으나, 獨立해서 변하지 않으며, 두루 행하되 위태롭지 않으니, 天地의 母가 된다고 할 수 있다. 나는 그 이름을 알 수 없지만 字하여 ‘道’라 말한다.”<sup>4)</sup>고 설명하였다.

또한 道家 서적에 속하는 『列子』는 老子의 이러한 사상을 더욱 부연해서 다음과 같이 설명했다.

“대저 有形이 無形에서 생겼다면 天地는 어디로부터 생하는가? 그러므로 이르길 太易, 太初, 太始, 太素가 있었는데 太易은 氣가 드러나지 않은 때요. 太初는 氣가 처음 생긴 때요. 太始는 形이 처음 생긴 때요. 太素는 質이 처음 생긴 때이다. 氣와 形과 質이 갖추어져 서로 떨어지지 아니한 상태를 渾淪이라 하는데, 渾淪은 만물이 서로 渾淪하여 아직 떨어지지 않은 상태다. 보아도 보이지 않고, 들어도 들리지 않으며 만져도 잡을 수 없으니 그러므로 易이라 한다. 易은 형체의 경계가 없으니 易이 변하여 하나가 되고, ... 하나는 形이 변화하는 근원이다. 맑고 가벼운 기운은 상승하여 하늘이 되고, 무겁고 탁한 기운은 하강하여 땅이 된다. 하늘과 땅의 氣가 沖和하여 사

2) 韋利 英譯. 老子. 長沙. 湖南出版社. 1994. p.2. “無, 名天地之始. 有, 名萬物之母.”  
3) 韋利 英譯. 老子. 長沙. 湖南出版社. 1994. p.98. “道生一, 一生二, 二生三, 三生萬物. 萬物負陰而抱陽, 沖氣以爲和.”  
4) 韋利 英譯. 老子. 長沙. 湖南出版社. 1994. p.54. “有物混成, 先天地生, 寂兮寥兮, 獨立不改, 周行而不殆, 可以爲天下母. 吾不知其名, 字之曰道.”

1) 변광호, 장현갑. 스트레스와 심신의학. 서울. 학지사. 2005. pp.3-22.

람이 되었다. 그러므로 天地의 精氣가 합하여 만물이 化生하였다.”<sup>5)</sup>

이상의 道家의 우주 생성관은 처음에 無에서 有가 생겼다고 보는데 여기서 無는 가변성조차 없는 절대적인 無의 개념이 아니다. 단지 일정한 형체가 없다는 것이며, 有形을 낳을 수 있는 잠재력을 가진 渾淪한 氣를 無라고 한 것이라고 할 수 있다. 즉 天地와 萬物의 생성 근원은 太初에 天地가 未分한 渾淪한 一氣 상태로 있다가, 一氣가 끊임없이 운동함으로써 輕淸한 기운은 올라가서 天이 되고, 重濁한 기운은 하강하여 땅이 된 것이다. 그래서 老子는 “無는 天地의 始源이 된다고 이른다.”고 한 것이다. 나아가 天地의 精氣가 相交함으로써 만물이 탄생되었다고 보았기 때문에 “有는 天地의 父母가 된다고 이른다.”고 한 것이다. 단지 둘째 문단에서 道에서 하나가 나왔다고 하여 道라는 개념을 一氣에 우위에 두었는데, 老子는 道란 형용할 수 없으나 만물의 母가 되는 것이라 하였으니, 道는 곧 만물을 생성하는 법칙, 존재를 규정지어 주는 기능으로써 말한 것으로 渾淪한 一氣 밖에 별개의 어떤 물체를 지칭하는 것은 아니다.

이러한 老子의 “無는 天地의 始源이다.”라는 사상은 儒家의 經典 『周易』에서 이른바 “太極이 兩儀를 생한다.”<sup>6)</sup>라고 한 것과 상통하고, “有는 萬物의 母이다.”라고 한 것은 이른바 『周易·序卦傳』에서 “天地가 있는 후에 萬物이 생겨났다.”<sup>7)</sup>고 한 뜻과 상통한다. 宋代 성리학자인 周廉溪는 儒家의 周易사상에 道家의 사상을 흡수하여 『太極圖說』을 지어 다음과 같이 말했다.

5) 莊萬壽. 新譯列子讀本. 臺北. 三民書局. 1979. pp.50-51. 『列子·天瑞』“夫有形者, 生於無形, 則天地安從生, 故曰, 有太易, 有太初, 有太始, 有太素. 太易者, 未見氣也. 太初者, 氣之始也. 太始者, 形之始也. 太素者, 質之始也. 氣形質具而未相離, 故曰渾淪. 渾淪者, 言萬物相渾淪而未相離也. 視之不見, 聽之不聞, 循之不得, 故曰易也. 易無形埒, 易變而爲一, 一變而爲七, 七變而爲九. 九變者, 究也, 乃復變而爲一. 一者, 形變之始也. 淸輕者, 上爲天, 濁重者, 下爲地. 沖和氣者爲人, 故天地含精, 萬物化生.”

6) 周易(古典影印四書五經). 서울. 景文社. 1979. p.596. “易有太極, 是生兩儀.”

7) 韋利 英譯. 老子. 長沙. 湖南出版社. 1994. p.649. 『周易·序卦傳』“有天地然後, 萬物生焉.”

“無極이면서 太極이다. 太極이 動해서 陽을 생하고 動이 극도에 달하면 靜이 되나니 靜하면 陰을 생한다. 靜이 극도로 달하면 다시 動하니 한번 動하고 한번 靜하는 것이 서로 뿌리가 되어 陰과 陽으로 판연히 갈리어 兩儀가 성립한다. … 陰陽과 五行의 精이 미묘하게 융합하여 응결한 데서 乾道는 남성이 되고, 坤道는 여성이 되어 (天地 陰陽)二氣가 交感하여 萬物이 化生한다. 萬物이 생겨나고 또 생겨나서 변화가 무궁하게 일어난다.”<sup>8)</sup>

道家는 원래 無爲自然을 주창하여 세속에서 벗어남(遁世)을 목적으로 삼고, 儒家는 修己治人을 주창하여 經世를 목적으로 삼으나, 天地 自然과 宇宙의 존재 根源에 대한 견해는 대체로 일치함을 알 수 있다.

이상 古代 先賢들의 천지 만물 生成觀을 도식화하면 다음과 같다.

道家: (老子 전 문) 1.無(天地未分時, 渾淪한 一氣) → 2.有(兩分한 天·地) → 3.萬物 化生

(老子 후 문) 1[ 道 → 하나(一氣)] → 2.[ 둘(天地) → (셋:天, 地, 間氣) ] → 3.萬物 化生

儒家: (周易) 1. 太極 → 2.兩儀(天地) → 3.萬物 化生

(性理學) 無極而太極(無而有, 渾淪한 一氣) → 兩儀(天地 陰陽) → 萬物 化生

#### 1-2. 天地와 人間의 존재가치관

앞에서 天地는 萬物의 母라 하였으니, 天地는 人間과 떨어질 수 없는 존재이다. 그래서 道家와 儒家는 天地 變化를 잘 관찰하여 이를 인간의 삶에 표준으로 삼고자 하였다.

道家의 經典인 『老子』와 『莊子』에서 天地의 德性과 그 존재 가치를 다음과 같이 말했다.

“天地는 長久하다, 天地가 長久할 수 있는 까닭은

8) 趙南國 譯. 聖學十圖. 서울. 교육과학사. 1986. p.116. 『太極圖說』“無極而太極, 太極動而生陽. 動極而靜, 靜而生陰, 靜極復動. 一動一靜, 互爲其根, 分陰分陽, 兩儀立焉. … 二五之精, 妙合而凝, 乾道成男, 坤道成女. 二氣交感, 化生萬物, 萬物生生, 而變化無窮焉.”

스스로 생하지 않기 때문이다. 이런 까닭으로 聖人は 자신을 내세우지 않으므로 자신이 드러나고 자신을 중시하지 않으므로 자신을 보존하니 사사로움이 없는 것이 아니겠는가? 그러므로 사사로움을 이룰 수 있다.”<sup>9)</sup>

“사람은 땅을 본받고, 땅은 하늘을 본받고, 하늘은 道를 본받고, 道는 自然을 본받는다.”<sup>10)</sup>

“大道는 넓어서 이루지 않는 곳이 없다. 萬物은 거기에 의지하여 성장하지만 道는 말하지 않는다. 功을 이루고도 스스로 功이 있다고 하지 않는다. 萬物을 양성하지만 스스로 주로 여기지 않는다. ... 끝내 스스로 크다고 하지 않으므로 그 음을 이룰 수 있다.”<sup>11)</sup>

“天地와 나는 함께 생하였고, 萬物은 나와 더불어 일체가 된다.”<sup>12)</sup>

다음은 儒家의 『周易』 및 『書經』, 『中庸』에 나오는 말이다.

“하늘의 운행이 굳건하니 君子는 이를 본받아서 自彊不息하느니라.”<sup>13)</sup>

“땅의 형세가 坤厚하니 君子는 이를 본받아 厚德으로 만물을 포용한다.”<sup>14)</sup>

“易은 聖人이 지극히 정밀하게 연구하고 隱微한 변화를 살펴서 나온 것이다.”<sup>15)</sup>

“하늘이 신물을 생하니 聖人이 이를 법으로 삼고,

天地 변화에 聖人이 이를 본받고, 하늘이 象을 드러워서 吉凶이 나타나니 聖人이 이를 본받았다. 河圖가 나오고 洛書가 나오니 聖人이 이를 본받아 법으로 삼았다.”<sup>16)</sup>

“易에 이르길 ‘하늘이 돕는 자는 길하여 이롭지 않는 바가 없다. 夫子께서 말씀하시기를 하늘이 돕는 자는 順應하는 자요, 사람이 돕는 자는 신용이 있는 자다.’”<sup>17)</sup>

“天地는 萬物의 父母요, 오직 사람은 萬物의 靈長이다.”<sup>18)</sup>

“하늘이 명한 것을 誠이라 이르고, 誠을 따르는 것을 道라 이르고, 道를 닦는 것을 教라 한다.”<sup>19)</sup>

“誠은 하늘의 道요, 誠하고자 하는 자는 사람의 道이다. 誠은 힘쓰지 않아도 中的이 되고 생각하지 않아도 얻는 것이요, 從容하며 中道에 이르는 자는 聖人이다. 誠하고자 하는 자는 善을 택하여 굳게 지키는 자이다.”<sup>20)</sup>

이상 동양 聖賢들은 天地는 萬物을 양육하면서 그 功을 자랑하지 아니하며 無爲自然하면서 이루지 못하는 바가 없기 때문에, 天地의 萬物을 생하는 仁德과 從容 中道하면서 변하지 않는 至誠한 상은 인간이 본받아야 하는 최상의 대상으로 인식하였고, 인간은 행복한 삶을 위해서 天地의 변화를 잘 파악해서 순응해야 할 뿐 만 아니라, 天地의 변화 道理를 교훈으로 삼아 인간 생활에도 기본이 되는 법으로 삼았다고 할 수 있다.

한의학의 천지자연 우주관도 古代 道家, 儒家의 기본 입장과 동일하다. 天人 상호 관계에 대한 설명

9) 韋利 英譯. 老子. 長沙. 湖南出版社. 1994. p.14. 『老子·7章』 “天長地久, 天地所以能長且久者, 以其不自生, 故能長生. 是以聖人後其身而身先, 外其身而身存. 非以其無私邪, 故能成其私.”

10) 韋利 英譯. 老子. 長沙. 湖南出版社. 1994. p.56. 『老子·25章』 “人法地, 地法天, 天法道, 道法自然.”

11) 韋利 英譯. 老子. 長沙. 湖南出版社. 1994. p.76. 『老子·34章』 “大道汜兮, 其可左右. 萬物恃之而生而不辭, 功成不名有, 衣養萬物而不爲主. 常無欲, 可名於小, 萬物歸焉, 而不爲主, 可名爲大. 以其終不自爲大, 故能成其大.”

12) 劉建國, 顧寶田. 莊子譯註. 長春. 吉林文史出版社. 1996. p.42. 『齊物論』 “天地與我並生, 而萬物與我爲一.”

13) 周易(古典影印四書五經). 서울. 景文社. 1979. p.75. “天行健, 君子以自彊不息.”

14) 周易(古典影印四書五經). 서울. 景文社. 1979. p.98. “地勢坤, 君子以厚德載物.”

15) 周易(古典影印四書五經). 서울. 景文社. 1979. p.591. “夫易, 聖人之所以極深而研幾也.”

16) 周易(古典影印四書五經). 서울. 景文社. 1979. p.598. “是故天生神物, 聖人則之, 天地變化, 聖人效之, 天垂象, 見吉凶, 聖人象之, 河出圖, 洛出書, 聖人則之.”

17) 周易(古典影印四書五經). 서울. 景文社. 1979. p.599. “自天祐之, 吉无不利.” 子曰, “祐者, 助也. 天之所助者, 順也, 人之所助者, 信也”

18) 書經讀本. 台北. 大方출판사. 1978. p.105. “惟天地, 萬物之父母, 惟人萬物之靈.”

19) 大學中庸 附診解. 대전. 學民文化社. 2000. p.26. “天命之謂性, 率性之謂道, 脩道之謂教.”

20) 大學中庸 附診解. 대전. 學民文化社. 2000. pp.189-190. “誠者, 天之道也. 誠之者, 人之道也. 誠者不勉而中, 不思而得, 從容中道, 聖人也. 誠之者, 擇善而固執之者也.”

에 있어서 더욱 진일보했다고 할 수 있는데, 그 내용의 일면을 보면 다음과 같다.

“하늘은 만물을 덮고 있고 땅은 만물을 싣고 있어 온갖 만물이 다 구비하였으나 사람보다 귀한 것은 없다. 사람은 天地의 氣로 생하고, 四時의 변화 속에 성장한다. … 대저 사람은 땅에서 생하지만, 그 命은 하늘에 달려 있다. 하늘과 땅의 氣가 합하여 이루어진 것을 사람이라 명명한다. 사람이 사시변화에 순응하는 자는 天地는 그의 부모와 같이 길러준다. 만물의 이치를 잘 아는 자를 하늘의 아들이라 한다.”<sup>21)</sup>(『素問·寶命全形論』)

“하늘은 사람에게 五氣(공기 호흡)로써 양육하고, 땅은 사람에게 五味(음식물)로써 양육한다.”<sup>22)</sup>(『素問·六節藏象論』)

“上古시대의 사람은 養生의 道를 아는 지라 陰陽의 변화에 순응하였다.”<sup>23)</sup>(『素問·上古天真論』)

“陰陽 四時의 변화는 만물의 終始의 규율이 되며, 死生の 근본이 된다. 이에 거역하면 災害가 생하고 순응하면 질병이 생기지 않으니 이를 道를 터득했다고 이른다. 道는 聖人は 이를 실행하고, 愚者는 위배한다.”<sup>24)</sup>(『素問·四氣調神大論』)

이상과 같이 한의학에서도 인간은 天地에 의존하여 생명을 유지하므로 天地는 萬物의 父母가 된다고 하였고, 人間은 마땅히 天地의 변화 도리를 잘 파악해서 도리에 맞게 순리적으로 살아야 질병이 생기지 않는다 하였다. 그러므로 天地는 生命의 근원이며 天地 변화의 원리를 人間의 생활 규율에 표준으로 삼았

다고 할 수 있다.

## 2. 한의학의 근본 사상

한의학의 근본 사상은 동양 고대 철학 사상에 근본해서 배태되었다. 이러한 근본 사상은 의학 經典인 『內經』과 『難經』속에서 볼 수 있다. 근세의 중국학자인 任應秋는 근본사상을 陰陽五行說, 統一整體觀, 恒動觀 세 가지로 요약하였다.<sup>25)</sup> 이 세 가지 사상은 서로 연관성이 있으며 그 바탕의 저변에는 天人相應觀(혹은 天人合一說)이 깔려있다고 말할 수 있다.

이 세 가지를 부연해서 설명하면 대략 다음과 같다.

첫째, 陰陽五行學說은 陰陽學說과 五行學說로 나누어 말할 수 있다.

陰陽學說은 天地로부터 그 속에 존재하는 수많은 생명체에 이르기까지, 생성 변화의 양상 및 생명의 구조와 기능적 현상들에 대하여 하나이면서 대립되는 양면으로 분개해서 인식하는 방법이다. 五行學說은 생명체에는 다섯 가지(木, 火, 土, 金, 水)기본 성질, 요소를 갖추고 있다고 보는 학설이다. 이는 한의 학적인 관점인데, 이러한 사상은 유가의 경전인 『禮記·禮運篇』에 다음과 같이 말한 곳에서 볼 수 있다.

“사람은 天地의 德을 품수 받은 것이요, 陰陽의 교함으로 된 것이요, 鬼神의 회함으로 된 것이요, 五行의 秀氣로 되었다.”<sup>26)</sup>

여기에서 戰國시대에 이미 五行學說이 생명체의 기본요소로서 인식되었음을 알 수 있다. 만일 佛敎의 관점이라면 생명체는 四大(地, 水, 火, 風)로 되어있다고 할 것이다. 그러면 한의학에서는 왜 五行으로 보는가? 이는 古代 聖賢들이 인체를 해부해서 관찰함에 五臟이 우리 몸속의 기관 조직 가운데 근본이 됨을 알았기 때문이다. 한의학에서 五行學說은 天人合一사상과 맞물려 1년을 5계절로 분개해서 五臟과

21) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.26. 『素問·寶命全形論』“天覆地載, 萬物悉備, 莫貴於人, 人以天地之氣生, 四時之法成. … 夫人生於地, 懸命於天, 天地合氣, 命之曰人. 人能應四時者, 天地爲之父母, 知萬物者, 謂之天子.”

22) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.26. 『素問·六節藏象論』“天食人以五氣, 地食人以五味.”

23) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.11. 『素問·上古天真論』“上古之人, 其知道者, 法於陰陽.”

24) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.13. 『素問·四氣調神大論』“陰陽四時者, 萬物之終始也, 死生之本也, 逆之則災害生, 從之則苛疾不起, 是謂得道. 道者, 聖人行之, 愚者佩之.”

25) 王琦等 5人. 黃帝內經素問今釋. 서울. 성보사. 1983. pp.5-9.

26) 禮記(古典影印 四書五經). 서울. 景文社. 1979. p.280. “人者, 其天地之德, 陰陽之交, 鬼神之會, 五行之秀氣也.”

부합시켰다. 즉 사계절에 土의 계절을 첨가하여 春(72일) 夏(72일) 秋(72일) 冬(72일)을 연결하는 환절기 각18일(4×18=72일)을 맡고 있다고 보아 土寄旺四季라 하며, 혹은 여름과 가을 사이 濕熱이 많은 시기인 음력 6월을 長夏라 하여 土에 배속시켰다. 脾는 또한 인체에서 水穀을 수납하여 소화 분해시켜 氣血을 생성하는 근원지가 되며, 또한 생성한 氣血과 津液 등을 나머지 四臟에 공급하니 五行의 土와 같이 중앙에 위치하여 四方에 위치하고 있는 水 火 木 金을 모두 포용하는 것과 같다고 하겠다. 그래서 木-春-肝, 火-夏-心, 土-長夏-脾, 金-秋-肺, 水-冬-腎으로 五行과 五季와 五臟의 氣가 하나로 상합하는 것으로 인식하였다. 五行學說은 인체를 구성하고 있는 모든 기관 조직을 五臟을 중심으로 六腑 筋骨 經絡 皮毛 등으로 크게 五機能體系로 분류해서 보는 방법이라고 할 수 있다. 陰陽學說이 생명체의 외형적 구조와 기능적 활동 변화를 양면으로 보는 간편한 분개 방법이라면, 五行學說은 오행 각각의 특성과 아울러 오행간의 相生 相剋 이론을 통해서 인체의 보다 복잡한 생명 현상을 설명하고 이해하는데 있다. 陰陽五行學說은 동양의학의 특징을 상징하는 핵심이론이라고 하겠다. 둘째, 統一整體觀이란 크게는 天地 萬物과 人間이 하나로 연결된 생명체로 보는 것이요, 작게는 한 생명 자체에 많은 조직 기관들이 각기 직분과 기능이 다르게 작용하지만 모든 기관 조직이 생명체를 위하여 하나가 되어 상호 통합해서 협력하고 있다고 보는 사상이다. 셋째, 恒動觀이란 천지 자연계나 생명체는 영원히 운동 변화 속에 있으며 정지함이 없다고 보는 관점이다. 운동을 動과 靜으로 나누어 말하더라도, 여기서 靜은 변화가 전혀 없는 정지된 상태를 말하는 것이 아니고, 動과 상대적인 개념으로 활동력이 떨어지거나, 거의 움직이지 않는 미세한 움직임을 포괄해서 의미한다.

이상 한의학 근본사상은 고대 철학 즉 儒家의 周易과 道家의 천지 우주관에 연유하고 있다고 할 수 있는데, 古代 先賢들은 위로는 天의 日月星辰의 운행과 변화를 살피고, 아래로는 地의 萬物이 天運에 부응하여 生長收藏하는 변화를 살피고, 아울러 萬物의 靈長인 인간이 천지 자연 변화에 어떻게 살아가야 천

수를 누리면서 건강하게 사는 것인지에 대하여 여러 세대, 여러 사람을 거치면서 축적된 삶의 지혜에서 나온 산물이라고 할 수 있을 것이다.

### 3. 精神과 肉體의 兩分 인식론의 근원에 대하여

古代 先賢들은 앞에서 언급했듯이 생명체는 다섯 가지 특성, 근본물질로 이루어졌다는 五行思想 이외에 생명체(인간을 포함한 만물)는 一氣로부터, 유형의 形과 무형의 氣가 결합해서 이루어졌다는 보편적인 인식관이 있었는데 대략 다음과 같이 인식하였다.

첫째, 생명체를 하나의 一氣로 된 것이다. 老子에서 이른바 “無는 天地의 始이다.”라고 한 無의 개념이며, 즉 渾淪한 一氣이다. 儒家에서 이른바 太極 이론과 상통한다. 氣 一元論을 극명하게 주장한 이는 道家의 莊子이다. 『莊子』에서 다음과 같이 말했다.

“인생이란 氣가 모인 것이니. 氣가 모이면 살고 흩어지면 죽는다. … 天下를 관통하는 것은 一氣일 뿐이다.”<sup>27)</sup>

둘째, 생명체(인간을 포함한 만물)는 形과 氣가 결합으로 본 것이다. 『周易·繫辭傳』에서 나온다.

“하늘은 象을 이루고, 땅은 形을 이루어 변화가 드러난다.”<sup>28)</sup>

“하늘과 땅의 기운이 모여서 만물이 두렵게 엉기고 남녀의 정이 교합함에 만물이 화생하느니라.”<sup>29)</sup>

셋째, 중국 고대 서적인 『管子』, 『莊子』에서는 形과 精으로 양분해서 말했다.

“무릇 사람이 생함에 하늘에서 그 精을 흡수 받고,

27) 劉建國. 莊子譯注. 중국, 吉林文史出版社. 1993. p.431. 『莊子·知北遊』 “人之生, 氣之聚也. 聚則爲生, 散則爲死. … 通天下—氣耳.”  
28) 周易(古典影印四書五經). 서울, 景文社. 1995. p.554. 『周易·繫辭傳』 “在天成象, 在地成形, 變化見矣”  
29) 周易(古典影印四書五經). 서울, 景文社. 1995. p.554. “天地網羅, 萬物化醇, 男女構精, 萬物化生.”

땅에서는 形을 부여받아서, 이 둘이 합하여 이로써 사람이 되었다.”<sup>30)</sup>

“세상의 일을 포기하면 形이 수고롭지 않을 것이고, 인생을 잊어버리면 精을 훼손하지 않을 것이다. 形이 온전하고 精이 회복되면 天地의 德과 더불어 하나가 된다. 天地는 萬物の 父母가 되니, 天地의 氣가 합하여 형체를 이루고, 흩어지면 처음으로 돌아간다. 形과 精을 虧損하지 않으면 天地 조화와 더불어 推移할 수 있다고 이른다.”<sup>31)</sup>

넷째, 道家書인 『列子』에서 精神과 形體(骨骸)로 양분해서 말했다.

“精神은 하늘이 소유하고 있는 직분이요. 骨骸는 땅이 소유하고 있는 직분이다. 하늘에 속하는 것은 輕淸하여 분산되어 있고, 땅에 속하는 것은 重濁하여 취합되어 있다.”<sup>32)</sup>

이상에 동양 고대 철학자들은 만물은 천지의 기운을 받아 이루어졌는데, 하늘에서 動的이며 無形의 기상인 氣 혹은 정미한 생명물질을 상징하는 精을 부여 받고, 땅에서는 靜的이며 有形의 형질을 상징하는 形, 形骸를 부여 받았다고 인식하였다. 그러다가 존재 근거의 주재자가 되는 신의 개념이 끼이어 들면서 『列子』에서 와같이 하늘에서 정신을, 땅에서는 형체를 부여받았다는 인식의 전환이 있었다고 보아진다.

한의학의 경전인 『내경』에서는 고대 철학의 영향을 받은 흔적이 있으며, 나아가 인체를 주요 대상으로 다루는 학문이라, 인체를 形과 氣로 나누어 정신적 스트레스와 外邪의 손상 관계, 신체의 壽夭強弱을 진단하는 방법으로 논하기 하였지만 그러나 인간의 특성을 神(주재자)과 形(물질)으로 대별해서 말했다

고 할 수 있는데 대략 다음과 같다.

“黃帝가 말하기를 寡人이 듣기로, 사람 몸속에 精·氣·津·液·血·脈이 있지만, 寡人은 이것들이 一氣일 뿐이라고 생각하는데, 지금 곧 여섯 가지로 분별해서 명명하니 그런 까닭을 알 수 없습니다.”<sup>33)</sup>(『靈樞·決氣』)

여기서 黃帝가 스승인 岐伯에게 묻는 말 속에서 이미 당시에 萬物の 생명은 하나의 氣로 되어있다는 道家 사상이 만연하고 있었다고 짐작할 수 있다.

“하늘에서는 氣가 되고, 땅에서는 形을 이룬다. 形氣가 서로 감응하여 萬물이 化生한다.”<sup>34)</sup>(『素問·天元紀大論』)

이 경문은 위에 나오는 『周易·繫辭傳』의 내용과 동일한데 단지 “在天爲象”의 ‘象’ 字를 ‘氣’ 字로 대체하여 더욱 구체화했다고 할 수 있다.

“하늘에는 精이 있고, 땅에는 形이 있다. … 그러므로 萬物の 父母가 될 수 있다.”<sup>35)</sup>(『素問·陰陽應象大論』)

이 경문은 위에 나오는 『莊子』와 『管子』의 精과 形이 결합으로 본 관점과 같다.

“喜怒哀의 감정은 (內)氣를 손상하고, 風寒의 邪氣는 (外)形을 손상한다.”<sup>36)</sup>(『素問·陰陽應象大論』)

“내가 듣기로 形에는 緩急이 있고, 氣에는 盛衰가 있다는데, … 形과 氣가 서로 합하면 長壽하고 서로 합하지 못하면 夭折한다. … 平人으로서 氣가 形을

30) 顏昌曉. 管子校釋. 중국 호남성. 岳麓書社. 1996. p.406.

『管子·內業』“凡人之生, 天出其精, 地出其形, 合此以爲人.”

31) 劉建國. 莊子譯注. 중국. 吉林文史出版社. 1993. p.361.

『莊子·達生』“棄事則形不勞, 遺生則精不虧. 夫形全精復, 與天爲一. 天地者, 萬物之父母, 合則成體, 散則成始. 形精不虧, 是謂能移.”

32) 莊萬壽. 新譯列子讀本. 臺北. 三民書局. 1979. p.59. 『列子·天瑞』“精神者, 天之分. 骨骸者, 地之分. 屬天淸而散, 屬地濁而聚.”

33) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.226. 『靈樞·決氣』“余聞, 人有精氣津液血脈, 余意以爲一氣耳, 今乃辨爲六名, 余不知其所以然.”

34) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.127. 『素問·天元紀大論』“在天爲氣, 在地成形, 形氣相感, 而化生萬物.”

35) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.20. 『素問·陰陽應象大論』“天有精, 地有形, … 故能爲萬物之父母.”

36) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.18. 『素問·陰陽應象大論』“喜怒哀傷氣, 寒暑傷形.”

이기는 자는 長壽하나, 形이 氣를 이기는 자는 위태롭다.”<sup>37)</sup>(『靈樞·壽夭剛柔』)

前文은 정신적 스트레스는 체내의 마음에서 발생하므로 氣를 상하게 하고, 풍한의 외기를 체외의 피부로부터 들어오므로 形을 상하게 한다고 한 것이다. 後文은 형체와 내기는 조화를 이루어야 되는데 부조화할 경우 내기가 실한 것이 형체가 실한 것 보다 낫다는 설로 기능적 능률(생명력)을 중시한 관점이라 하겠다.

“上古의 사람은 養生의 道를 잘 알아서 ... 능히 形과 神을 함께 보존하여 天壽를 다 누리고 돌아갔다.”<sup>38)</sup>(『素問·上古天真論』)

“岐伯이 말하기를 形에 대하여 말하겠습니다. 形의 드러남이여! 눈이 어두워져 病이 있는 바를 묻고, 어느 經에 있는지 찾아보지만 분명하게 앞에 있으나 만져서 찾을 수 없으니 그 病情을 알 수 없는 까닭에 形이라 이릅니다. 神에 대하여 말하겠습니다. 神의 신묘함이여! 귀로 들을 수 없고, 눈은 밝고 심은 열리어 志意에 앞서 神明이 들어오니 활연히 홀로 깨달아 말로써 표현할 수 없고 함께 보지만 홀로 볼 수 있으니 마치 어두운 곳에서 소연히 홀로 밝아서 마치 바람이 구름을 걷어버린 것 같은 까닭에 神이라 이른다.”<sup>39)</sup>(『素問·八正神明論』)

“粗工은 외부에 드러난 形을 중시하고, 上工은 내재하여 形의 주가 되는 神을 중시한다.”<sup>40)</sup>(『靈樞·九

鍼十二原』)

“聖人이란 자가 있었는데 ... 外로는 일에 形을 수고롭게 하지 않았고 內로는 사상에 근심이 없었다. 恬愉함을 임무로 삼았고 自得함을 공으로 여겼다. 形體에 손상됨이 없었고 精神이 흠어 지지 않았으므로 또한 百壽를 할 수 있었다.”<sup>41)</sup>(『素問·上古天真論』)

“百歲가 되면 五臟이 모두 虛해지고 神氣가 모두 사라지고 形骸만 홀로 남아 입증하게 된다.”<sup>42)</sup>(『靈樞·天年』)

“形은 즐거우나 志(마음)가 괴로우면 病이 脈에 발생하고, 形도 즐겁고 마음도 즐거우면(氣逸則滯하여) 病이 肉에 발생하고, 形은 고달프나 마음이 즐거우면 病이 筋(인대)에 발생하고, 形과 마음이 모두 괴로우면 病이 咽喉에 발생한다.”<sup>43)</sup>(『素問·血氣形志』)

이상은 모두 정신(神, 精神, 志)과 육체(形, 形體, 形骸)로써 인체를 양면으로 대별하여 논했다고 할 수 있다.

정신과 육체로 양분해서 인식하는 근원에 대하여 이상의 고대 선현들의 관점을 종합하면 천지는 만물의 부모요 사람은 천지의 덕을 부여 받아 이루어졌다는 天人合一사상에 근본해서 하늘에서 無形의 動的인 氣, 혹은 (정미한 생명의 근본물질로서)精을 부여 받았고, 땅에서는 有形의 형체를 부여받았다고 인식하였는데, 이러한 논리가 인간에 적용되면서 의지가 없는 단순한 물질적인 無形의 氣와 有形의 形에서 물질을 주재하는 道家의 道와 儒家의 理와 대등한 인간의 神과 물질로 대별하여 결국 인체를 정신(영혼 포함해서)과 육체라는 양분해서 보는 보편적인 인식관이 형성되었다고 본다.

37) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. pp.220~221. 『靈樞·壽夭剛柔』“余聞形有緩急, 氣有盛衰, ... 形與氣相任則壽, 不相任則天. ... 平人而氣勝形者壽, 形勝氣者危矣.”

38) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.11. 『素問·上古天真論』“上古之人, 其知道者, ... 能形與神俱, 而盡終其天年, 度百歲乃去.”

39) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.56. 『素問·八正神明論』“岐伯曰, 請言形, 形乎形, 目冥冥, 問其所病, 索之於經, 慧然在前, 按之不得, 不知其情, 故曰形. 帝曰, 何謂神. 岐伯曰, 請言神, 神乎神, 耳不聞, 目不明, 而志先, 慧然獨悟, 口弗能言, 俱視獨見, 適若昏, 昭然獨明, 若風吹雲, 故曰神.”

40) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.205. 『靈樞·九鍼十二原』“鑿守形, 上守神.”

41) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.12. 『素問·上古天真論』“有聖人者, ... 外不勞形於事, 內无思想之患, 以恬愉爲務, 以自得爲功, 形體不敝, 精神不散, 亦可以百數.”

42) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.301. 『靈樞·天年』“百歲, 五臟皆虛, 神氣皆去, 形骸獨居而終矣.”

43) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.52. 『素問·血氣形志』“形樂志苦, 病生於脈, 形樂志樂, 病生於肉, 形苦志樂, 病生於筋, 形苦志苦, 病生於咽喉.”

#### 4. 精氣神의 상호관계

앞에서 언급했듯이 인체는 일정한 위치에 일정한 형태를 갖춘 形骸, 혹은 肉體가 있다. 현대 해부학 지식으로 구체적으로 말하면 외부에는 頭(머리), 頸(목), 體幹(몸통), 및 體肢(사지)로 대별해서 구분하고, 세부적으로는 세포와 조직(상피, 결합, 신경, 근육 등), 기관(간·신장·갑상선 등 실질성기관, 위·방광 등 유장성기관)과 계통(골격계, 근육계, 순환기계, 신경계, 감각계, 소화기계, 호흡기계, 비뇨기계, 생식기계, 내분비계), 개체라는 일련의 구조적 단계를 형성하고 있다.<sup>44)</sup>

그리고 이러한 인체 여러 기관과 조직에 영양을 공급하고 신진대사를 돕는 물질이 있는데, 이를 인체의 생명물질이라 할 수 있는데, 老子 道家의 학설에 근본해서 神仙사상이 결합한 養生을 위주로 한 후세 道家들은 이를 精, 氣, 神이라 하고, 인체의 三寶라 하여 중시하였다. 醫學 經典인 『內經』에서는 精·氣·神 이외에 中焦(소화기)에서 水穀의 氣를 받아 汁을 내어 붉게 변화시킨 血도 중요시하였다.<sup>45)</sup> 血은 全身에 주행하는 經絡에 따라 운행하여 모든 조직에 영양을 공급하며<sup>46)</sup>, 肝에 주로 藏하며, 肝이 血을 받아야 눈으로 볼 수 있고, 手足도 血을 받아야 걷고 잡을 수 있다<sup>47)</sup>고 했다. 『內經』은 精·氣·神·血 네 가지를 중시해서 다음과 같이 말했다.

“사람의 血, 氣, 精, 神은 생명을 奉養해서 생명체를 두루 온전하게 유지한다.”<sup>48)</sup>(『靈樞·本藏』)

精·氣·神·血 외에도 또 皮膚 腠理를 열고 臟으로

나오는 분비물인 津이 있고, 骨에 들어가서 關節의 屈伸을 좋게 하고, 腦髓를 보익하며 皮膚를 윤택하게 하는 液이 있다.<sup>49)</sup> 따라서 인체 주요물질은 精·氣·神·血·津·液 등이 있다고 하겠다.

인체의 주요 물질 여섯 가지 가운데 네 가지를 축약하면 精·氣·神·血을 들 수 있다. 그런데 歷代 諸家들이 생명물질의 상호관계를 논함에 精·氣·神·血의 四者 관계를 논하지 않고 精·氣·神 三者로 논함은 아마 精과 血은 可視적인 물질로서 同類로 보아 특징상 뚜렷한 구분이 되는 三者를 중심으로 논한 것이라고 본다. 血과 精은 有形으로 형질이 있으니 陰에 속하고, 氣와 神은 無形이니 陽에 속한다. 기능적 특징으로 논하면 血과 精은 기관 조직에 영양을 공급하고, 생식 기능에 관여하며 생명활동에 필요한 물질적 재료와 같은 것이고, 氣는 밖으로는 공기의 출납을 맡고, 속으로는 생명물질의 재료인 精과 血을 운행하는 動力이 되는 것이고, 神은 생명활동을 총괄하는 주재자가 된다고 할 수 있다. 그러므로 이들 간에 상호관계는 생명물질의 재료가 되는 精과 血을 하나로 묶어 精이라 하고, 精·氣·神의 三者의 상호관계로써 설명할 수 있다고 본다. 先賢들은 이들의 관계를 精과 氣의 관계 혹은 精과 神의 관계, 精·氣·神의 관계 등으로 설명하였다. 이를 밝히는 것은 곧 본 논문의 주제인 精神과 肉體의 상호 관계를 규정하는 가장 기본이 되는 이론이라고 할 수 있다.

本章에서 논하는 精·氣·神의 상호관계에 대한 이론적 근거는 明代 가장 걸출한 의학이론가인 張景岳의 이론을 주로 취하여 논함을 밝힌다.

『內經』에는 “味歸形, 形歸氣, 氣歸精, 精歸化, 精食氣, 形食味, 化生精, 氣生形. 味傷形, 氣傷精, 精化爲氣,”라는 글귀가 있는데 이 내용의 요지는 形과 氣와 精은 互根이 되어 영향을 주며 轉化할 수 있다는 뜻이다. 본 經文을 景岳은 다음과 같이 해석했다.

“五味(음식물)는 精血을 생하여 이로써 形에 영향을 준다. 그러므로 ‘味歸形’이라고 했다. 形의 존망은

44) 노민희, 용준환, 이용덕, 박미영. 인체해부학. 서울. 도서출판정당. 2000. pp.30-33.

45) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.266. 『靈樞·決氣篇』 “中焦受氣, 取汁變化而赤, 是謂血.”

46) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.288. 『靈樞·本藏篇』 “經脈者, 所以行血氣 而營陰陽, 濡筋骨, 利關節者也.”

47) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.28. 『素問·五藏生成篇』 “肝受血而能視, 足受血而能步, 掌受血而能握, 指受血而能攝.”

48) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.288. 『靈樞·本藏』 “人之血氣精神者, 所以奉生而周於性命者也.”

49) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.266. 『靈樞·決氣』 “何謂津. 岐伯曰, 腠理發泄, 汗出溱溱, 是謂津. 何謂液. 岐伯曰, 穀入氣滿, 滲澤注於骨, 骨屬屈伸, 洩澤補益腦髓, 皮膚潤澤, 是謂液.”

氣의 聚散에 관계되니 ‘形歸氣’라 했다. 人身의 精血은 氣의 작용에 힘입어 生化하니 ‘氣歸精’이라고 하였다. 物이 처음 생함에 그 形은 모두 水이다. 水에 속하는 精으로부터 氣로 生化하고, 다시 氣로부터 神으로 生化하니 이것이 水가 萬物의 근원이 되는 것이니 ‘精歸化’라 한 것이다. ‘氣歸精’하니 그러므로 ‘精食氣’(精은 氣를 먹고 자란다.)라 하였다. ‘味歸形’하니 그러므로 ‘形食味’라 하였다. 萬物이 化생함은 반드시 精으로부터 시작되니 ‘化生精’이라 하였다. 氣가 모이면 形이 생하고 氣가 흩어지면 形이 사하니 ‘氣生形’이라 하였다.”<sup>50)</sup>

나아가 景岳은 精에서 氣로 변하고, 氣가 精으로 변하는 경우와 精·氣·神三者 간의 서로 生化하는 원리를 설명했는데 우선 李東垣의 설을 인용하여 그의 관점을 말하고, 자기의 견해인 先天의 氣와 後天의 氣로써 分別하여 다음과 같이 명석하게 설명했다.

“李東垣『省言論』에 말하기를 ‘氣는 神의 祖요, 精은 氣의 子요, 氣는 精과 神의 根蒂이다. 위대 하도다! 氣가 쌓여서 精을 이루고 精이 쌓이면 神이 온전해진다. 반드시 淸靜하여 道로써 다스려야 하늘과 사람이 하나(天人)가 될 것이다. 道가 있는 자는 이를 할 수 있을 것인데 나는 어떤 사람인가? 절실하게 말을 살필이 마땅할 뿐이다.’ 이는 養身의 道로써 養氣를 근본으로 삼아서 말한 것이다. 내가 생각하건데 … 天은 眞一의 氣인데, 氣는 虛에서 化생하고, 氣로부터 形으로 化생한 것이니, 이 氣는 虛無로부터 나온 것이요. 後天은 血氣의 氣로서 氣가 穀食으로부터 온 것이니 形으로부터 氣로 化생한 것이니, 이 氣는 調攝으로부터 온 것이다. 여기서 形은 곧 精이다. … 先天의 氣는 ‘氣化爲精’이요, 後天의 氣는 ‘精化爲氣’이다. 精과 氣는 본래 서로 互根이 된다. 精氣가 충족해지면 神은 저절로 왕성해진다. 비록 神이 精氣로부

터 생하지만, 그러나 精氣를 統御해서 運용의 主가 되는 것이니 곧 우리들의 마음(心) 속에 존재하는 神이다.”<sup>51)</sup>

그리고 精·氣·神의 상호관계에 대하여 분개하여 말할 수 있는 경우와 분개하여 말할 수 없는 경우가 있다고 다음과 같이 거듭 설명하였다.

“精氣의 陰陽에 있어서 분개하여 말할 수 있는 것이 있고, 분개하여 말할 수 없는 것이 있다. 분개할 수 있는 것은 앞에서 이른바 淸濁對待로써 말할 경우요. 분개할 수 없는 것은 예를 들면 修煉家들이 이른바 精·氣·神을 三寶로 삼는 경우이다. 대개 先天의 氣는 神으로부터 氣로 生化하고 精으로 生化하는 것이요. 後天의 氣는 精으로부터 氣로 化생하고 神으로 化생하는 것이다. 이 三者의 化생은 서로 뿌리가 되며, 본래 같은 一氣이다. 이것이 분개할 수 없는 까닭이다.”<sup>52)</sup>

우선 위 문장에서 淸濁對待로써 분개해서 陰陽으로 말한 것은, 곧 精은 陰이 되고 氣는 陽이 된다고 한 것이다.<sup>53)</sup>

景岳은 다시 精·氣·神은 실제상에서 분개할 수 없는 까닭을 形(정)과 氣, 水(精)와 氣로써 다음과 같이 부연 설명하였다.

51) 王玉生. 類經評注. 西安. 陝西科學技術出版社. 1996. pp.5-6. 『類經·攝生類』 “李東垣『省言箴』曰; 氣乃神之祖, 精乃氣之子, 氣者精神之根蒂也. 大哉! 積氣以成精, 積精以全神, 必淸必靜, 御之以道, 可以爲天人矣, 有道者能之. 余何人哉, 切宜省言而已. 此言養身之道, 以養氣爲本也. 愚按諸論, 無非精氣神之理, … 先天者, 眞一之氣, 氣化于虛. 因氣化形, 此氣自虛無中來. 後天者, 血氣之氣, 氣化于穀, 因形火氣, 此氣自調攝中來. 此一形字, 卽精字也. … 故先天之氣, 氣化爲精, 後天之氣, 精化爲氣, 精之與氣, 本自互生, 精氣既足, 神自旺矣. 雖神由精氣而生, 然所以統御精氣而爲運用之主者, 則又在吾心之神, 三者合一, 可言道矣.”

52) 張介賓. 景岳全書. 서울. 大星文化社. 1988. p.52. 『景岳全書·傳忠錄』 “至若精氣之陰陽, 有可分言者, 有不可分言者. 可分者, 如前云淸濁對待之謂也. 不可分者, 如修煉家以精氣神爲三寶. 蓋先天之氣, 由神以化氣化精, 後天之氣, 由精以化氣化神, 是三者之化生, 互以爲根, 本同一氣, 此所以爲不可分也.”

53) 張介賓. 景岳全書. 서울. 大星文化社. 1988. p.51. 『景岳全書·傳忠錄』 “若以淸濁對待言, 則氣爲陽, 精爲陰.”

50) 王玉生. 類經評注. 西安. 陝西科學技術出版社. 1996. p.18. 『類經·陰陽類』 “五味生精血以成形. 故味歸於形. 形之存在. 由氣之聚散. 故形歸於氣. … 人身精血. 由氣而化. 故氣歸於精. … 物之初生. 其形皆水. 由精以化氣. 由氣以化神. 是水爲萬化之原. 故精歸於化. … 氣歸精. 故精食氣. 味歸形. 故形食味. … 萬物化生. 必從精始. 故化生精. … 氣生形. 氣聚則形生. 氣散則形死也.”

“대개 陰은 陽이 없을 수 없으니, 氣가 아니면 形을 생성할 수가 없다. 陽은 陰이 없을 수가 없는데 形이 아니면 氣를 실을 수가 없다.”<sup>54)</sup>

“대저 氣는 陽이니 升을 주하고, 水는 陰이니 降을 주한다. 그러나 水中에 氣를 藏하고 있으니 水는 곧 氣이다. 氣中에 水를 藏하고 있으니 氣 또한 水이다. 升降하면 비록 陰陽으로 나누어지나 氣와 水는 실제로 同類이다. 왜 그런가? 가마솥을 관찰하면 그 象을 얻을 수 있다. 대저 水는 솥 가운데 있고, 아래에서 불로 데우면 水가 마른다. 이는 水가 마른 것이 아니고 水가 氣로 변한 것이다. 위로 올라가서 다시 끓어오르면 水가 화생한다. 이는 水가 생한 것이 아니다. 氣가 水로 변하여 흘러내린 것이다. 그러므로 水가 없으면 어디로부터 오겠으며, 氣가 없으면 水가 어디로부터 이르겠는가? 水와 氣는 일체임을 이에 볼 수 있다. 사람의 精과 氣도 이와 같다.”<sup>55)</sup>

“대저 ‘天一生水’의 天一은 天의 一이다. 一은 곧 陽이다. … 水가 萬物을 생하게 하는 것은 이 一에 힘입어서다. 水가 氣로 변하는 것도 또한 이 一에 힘입어서다. 보지 못했는가? 春夏의 水를 토가 얼으면 萬物을 생하고 長하는 것은 이 一이 있음이 아니겠는가? 秋冬의 水를 토가 얼으면 생할 수 없고 長할 수 없는 것은 이 一이 없음이 아니겠는가? 오직 생하지 않을 뿐만 아니라 얼게 된다. 이는 水가 또한 죽은 것이다. 水가 萬物을 생하고 流行하는 까닭은 어느 것이 陽氣가 주하는 것이 아니겠는가? 이는 水中에 陽이 있을 뿐이요. 水가 곧 陽은 아니다.”<sup>56)</sup>

이상 景岳의 이론에 근거해서 精氣神의 상호관계를 요약하면, 첫째는 이 세가지를 논리상 구분할 수 있으나, 실제상에서 구분할 수 없다는 것이요. 둘째는 서로 어떻게 영향을 주는지? 상호 生化的 次序 문제와 그렇게 보는 근거에 대한 이론이다.

첫째 문제로, 세가지를 구분해야 하는 것은 개념이다. 즉 精은 생명의 근본이 되는 물질이니, 존재의 근거가 되고, 氣는 無形으로 생명체내 여러 물질과 人身을 움직이게 하는 動力에 해당하고, 神은 가장 상위적 개념으로 一身의 주가 되며 精과 氣를 통솔하며 운용하는 주체가 된다고 말할 수 있다. 이를 다시 움직이는 자동차에 비유해서 말하면 精은 오일에 속하는 것이요. 氣는 전지(배터리)에 해당하고, 神은 운전사에 비유할 수 있다. 이와 같이 精氣神 三者는 각자의 특징으로써 논리상에서 분개할 수 있다. 반면에 실제상에 분개할 수 없는 것은, 만일 精이 없으면 氣와 神이 탈 존재 근거가 없다. 氣가 없으면 精과 神이 작용할 수 없으니 마치 물이 썩어 얼어붙어서 초목을 살리는 생명수가 될 수 없는 것과 같다. 神이 없으면 마치 운전사 없는 자동차와 같다. 그러므로 三者는 생명체에 함께 존재하며 하나라도 분리하면 생명을 잃게 된다고 할 수 있다. 『內經』에 “血氣는 사람의 神이다.”<sup>57)</sup>라고 한 말과 “神은 水穀의 精氣이다.”<sup>58)</sup>라고 한 말 속에 精氣神은 분리할 수 없다는 의미가 내포되어 있다고 하겠다.

둘째, 精氣神은 互根이 되어 서로 生化する 次序에 관한 견해이다. 우선 李東垣은 “氣는 神의 祖요, 精은 氣의 子이다.”라고 하여 氣로부터 精으로 화생하고 다시 神으로 화생한다는 것이니, 이는 養身의 道로써 養氣를 근본으로 한 관점이다. 예를 들면 다음과 같은 華佗의 五禽戲 등 導引체조가 여기에 해당한다고 볼 수 있다.

“인체는 노동을 하고자 한다. 단지 피로하게 하는 것은 마땅하지 않다. 몸을 움직이면 穀氣가 잘 소화

54) 王玉生. 類經圖翼·類經附翼. 西安. 陝西科學技術出版社. 1996. p.400. “蓋陰不可以無陽, 非氣無以生形也. 陽不可以無陰, 非形無以載氣也.”

55) 王玉生. 類經評注. 西安. 陝西科學技術出版社. 1996. p.28. 『類經·陰陽類』“夫氣者陽也. 氣主升. 水者陰也. 水主降. 然水中藏氣. 水即氣也. 氣中藏水. 氣即水也. 升降雖分陰陽. 氣水實爲同類. 何也. 請以釜觀. 得其象矣. 夫水在釜中. 下得陽火則水乾. 非水乾也. 水化氣而去也. 上加覆固則水生. 非水生也. 氣化水而流也. 故無水則氣從何來. 無氣則水從何至. 水氣一體. 於斯見矣. 而人之精氣亦猶是也.”

56) 王玉生. 類經圖翼·類經附翼. 西安. 陝西科學技術出版社. 1996. p.397. 『類經附翼·大寶論』“夫天一者, 天之一也. 一即陽也. … 水之生物者, 賴此一也. 水之化氣者, 亦賴此一也. 不觀乎春夏之水, 土得之而能生能長者, 非有此一乎. 秋冬之水, 土得之而不生不長者, 非無此一乎. 不惟不生而自且爲凍, 是水亦死矣. 可見水之所以生, 水之所以行, 孰非陽氣所主,

此水中有陽耳, 非水即爲陽也.”

57) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.55. 『素問·八正神明論』“血氣者, 人之神.”

58) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.268. 『靈樞·平人絕穀篇』“神者, 水穀之精氣也.”

되고, 血脈이 유통하여 병이 생기지 않는다. 비유컨대 문지도리는 섞지 않는 도리와 같다. 이 때문에 장수를 추구하는 자는 도인 체조를 하였다.”<sup>59)</sup>

다른 하나는 景岳의 관점인데 이른바 先天의 氣와 後天의 氣로 나누어 본 것이니, 즉 先天의 氣는 虛로부터 화생하니 곧 神으로부터 氣로 화생하고 다시 精으로 화생하는 것이요. 後天의 氣는 水穀으로부터 화생한 것이니 곧 精으로부터 氣로 화생하고 다시 神으로 화생하는 것이다. 景岳이 先天의 氣는 虛에서 생겨서 氣와 精으로 화생한다는 것은 곧 老子가 이른바 道(無)에서 渾淪한 一氣가 화생하고 다시 天地로 화생하는 원리로 본 것이다. 여기서 道는 神과 존재 근거의 원리로서 상통하고, 渾淪한 一氣는 氣와 상통하고, 有形인 天地는 精과 상통한다고 본 것이다. 또 景岳의 先天의 氣는 無에서 有로, 後天의 氣는 有에서 無로 변하는 관점으로 본 것이라 할 수 있다.

한편 道家 養生學派들의 다른 관점이 있는데, 이들의 관점은 東垣과 같이 양생을 위주로 하는 목적은 수련방법이 다르고, 또한 生化 次序도 다르다. 生化하는 次序는 景岳의 後天의 氣가 생화하는 차서와 같지만 관점은 같지 않다. 이들의 관점은 다음과 같다.

“丹家 양생수련 공부는 ‘精을 단련하여 氣로 화생하고, 氣를 단련하여 神으로 화생하고, 神을 단련하여 虛로 돌아가고, 虛를 단련해서 道와 합일한다.’ 하였고, 『丹書』에 이르길 ‘精은 氣의 母요, 神은 氣의 子이다.’ 하였으니 그러므로 神은 또 精氣가 생한 것이다. … 象川翁이 이르길 ‘養生의 道士는 먼저 精을 보배로 삼아야 한다. 精이 충만하면 氣가 장성하고, 氣가 장성하면 神이 왕성하고, 神이 왕성하면 身이 건강하고, 身이 건강하면 病이 적다.’라 하였다.”<sup>60)</sup>

59) 段逸山, 醫古文自學應考必讀, 中國, 上海中醫學院出版社, 1992. p.45. “人體欲得勞動,但不當使極爾. 動搖則穀氣得消,血脈流通,病不得生,譬猶樞戶不朽是也. 是以古之仙者,爲導引之事.”

60) 文山遯叟蕭天石, 養生道家概要, 台北, 自由出版社, 1979. pp.203-205. “丹家養生修煉工夫 … ‘煉精化氣, 煉氣化神, 煉神化虛, 煉虛合道’ … 丹書曰 ‘精是氣之母, 神是氣之子’ 故神又爲精氣所生. … 象川翁曰 ‘養生之士, 先補其精, 精滿則氣壯, 氣壯則神旺, 神旺則身健, 身健則少病’ ”

養生道家가 精을 유독 중시한 것은 『內經』 이른바 “精은 身의 근본이다.”<sup>61)</sup>와 “生의 來原을 일컬어 精이라 한다.”<sup>62)</sup>라는 관점에서 생명물질의 존재 근거로서 精을 중시했다고 본다. 이는 또 李東垣의 導引 양신법과 다른 관점이다. 東垣이 육체적 동작을 통해서 精과 神을 단련하는 방법이라면 養生道家들은 下焦 丹田 수련을 통해서 ‘還精補腦’의 효과를 거두어 真人에 이르는데 있다.

이상의 精·氣·神 생화 차서에 대한 관점을 총괄해서 도식화하면 다음과 같다.

張景岳 (先天之氣: 虛無) 神 → 氣 → 精 생화  
(後天之氣: 水穀): 精 → 氣 → 神 생화

李東垣 (養身之道: 養氣): 氣 → 精 → 神 생화  
養生道家(丹田修煉: 還精補腦): 精 → 氣 → 神 생화

결론적으로 精 氣 神 개념은 다르지만 실재상에서 분개할 수 없는 서로 의존적이며 互根이 되어 서로 영향을 주며 轉化할 수 있다고 하겠다.

## 5. 五臟과 心 그리고 腦의 관계

神(사고, 인지, 지각, 감정 등을 총괄하는 정신작용)은 인체의 어느 장기에서 발원하며 통솔하는가 하는 문제는 東醫(동양에서 발달한 의학=한의)와 西醫(서양에서 발달)의 관점이 확연히 다르다. 西醫는 지난 300년간 ‘과학혁명’이라는 인류 사상적 지각변동을 경험하는 시기에 힘입어 우리의 모든 사고와 행동 그리고 인체의 모든 조직 기관의 활동을 총괄하는 것은 곧 신경(never)의 총수인 腦(brain)라고 밝혔다. 그래서 腦 과학자는 “당신(인체)을 이루고 있는 모든 것은 腦이다.”라고 말한다.<sup>63)</sup> 현대 과학은 腦의 수많은 기능들이 일어나는 메커니즘을 아직 완전히 밝히지 못했지만 腦가 감각기관을 통해 들어온 정보를 통

61) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. P.16. “夫精者, 身之本也”

62) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. P.224. “生之來, 謂之精”

63) 수전 그린필드 저. 정병선 譯. 브레인 스토리. 서울. 지호출판사. 2004.

합하고 사고, 기억, 언어, 운동 능력을 총괄하는 중심체가 됨을 밝혔다. 한의학은 2000여년 지나는 동안 이러한 정신을 총괄하는 중심 장기를 心이라고 하였다. 그러므로 한의학에서 心의 개념은 五臟 가운데 心臟(cardium)을 지칭하지만, 구조적인 心臟과 腦의 정신적 기능을 포괄하는 의미라고 말할 수 있다.

精神의 중심센터에 대한 西醫와 韓醫간의 견해적 차이는 과학의 발달로 인한 西醫들의 견해의 전환에도 있지만, 한의학의 인체에 대한 근본 인식론에 문제가 있다. 즉 앞서 언급했듯이 한의학의 인체관은 五行思想에 근본한 五臟 중심 사상이라고 할 수 있다. 이해를 돕기 위해서 나무에 비유해서 말하면, 五臟은 나무의 뿌리(根)와 같고, 六腑는 중심 줄기(幹), 四肢는 큰 가지(枝)와 같고, 經絡와 皮膚는 가는 가지와 잎(枝葉)과 같다고 본다.

다음은 五臟과 心, 그리고 腦와 五感を 지각하는 五官 등에 대하여 『內經』의 인식관을 살펴보고 이들 간의 상관성을 밝혀보고자 한다.

인체의 중심 기관을 五臟으로 보는 이유에 대하여 『內經』에 나타난 대략 다음과 같은 특징으로써 말할 수 있다

#### 5-1. 五臟이 인체 중심기관으로 보는 이유

첫째, 五臟은 天人合一思想과 五行思想에 인체의 근본이 되는 다섯 개의 장기이며, 精神作用을 주관하는 것으로 인식하였다.

“天에는 四時와 五行이 있으니, 이 때문에 地上에는 生·長·(化)·收·藏이 펼쳐지고, 이 때문에 寒·暑·燥·濕·風이 생긴다. 人에는 五臟이 있어서 五氣를 화생하고, 喜·怒·悲(思)<sup>64)</sup>·憂·恐이 생긴다. … 東方에서는 風이 생하는데, … 肝은 目을 주관하고, 志에 있어서는 怒가 된다. … 南方에서는 熱이 생하는데, … 心은 舌을 주관하고 志에 있어서는 喜가 된다. … 中央에서는 濕이 생하는데, … 脾는 口를 주관하고, 志에 있어서는 思가 된다. … 西方에서는 燥를 생하는

데, … 肺는 鼻를 주관하고, 志에 있어서는 憂가 된다. … 北方에서는 寒을 생하는데, … 腎은 耳를 주관하고, 志에 있어서는 恐이 된다.”<sup>65)</sup>(『素問·陰陽應象大論』)

“五臟 저장하는 五神은, 心은 神을 저장하고, 肺는 魄을 저장하고, 肝은 魂을 저장하고, 脾는 意를 저장하고, 腎은 志를 저장한다.”<sup>66)</sup>(『素問·宣明五氣』)

이상의 내용을 天人 五行 合一을 도표로 요약하면 다음과 같다.

五行	木	火	土	金	水
四時(五季)	春	夏	(長夏)	秋	冬
五臟	肝	心	脾	肺	腎
五神	魂	神	意	魄	志
五情(七情)	怒	喜(驚)	思	憂(悲)	恐

둘째, 생명의 주요물질인 精·氣·神·血 등을 저장하는 주요 臟器로 인식하였다.

“五臟은 精·神·血·氣·魂·魄을 저장하는 기관이다.”<sup>67)</sup>(『靈樞·本藏篇』)

셋째, 五臟은 오각을 인식하는 頭部의 五官인 七竅를 통솔한다.

“五臟의 氣는 항상 내에서 顔面의 七竅로 통한다. 그러므로 肺氣는 코로 통하니 肺가 조화로우면 코가 냄새를 맡을 수 있고, 心氣는 혀로 통하니 心이 조화로우면 맛을 알 수 있고, 肝은 눈으로 통하니 肝이 조화로우면 五色을 분별할 수 있고, 脾氣는 입으로 통하니 脾가 조화로우면 五穀을 알 수 있고, 腎氣는

65) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.18. 『素問·陰陽應象大論』 “天有四時五行, 以生長收藏, 以生寒暑燥濕風. 人有五臟, 化五氣, 以生喜怒哀憂恐 … 東方生風, … 肝主目, 在志爲怒 … 南方生熱, … 心主舌, 在志爲喜, … 中央生濕, … 脾主口. 在志爲思. … 西方生燥, … 肺主鼻, 在志爲憂, … 北方生寒, … 腎主耳. 在志爲恐.”

66) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.51. 『素問·宣明五氣』 “五臟所藏, 心藏神, 肺藏魄, 肝藏魂, 脾藏意, 腎藏志.”

67) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.288. 『靈樞·本藏』 “五臟者, 藏精神血氣魂魄也.”

64) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.233. 『素問·天元紀大論』에는 ‘悲’자가 ‘思’자로 되어 있는데, 오행배합에서 ‘思’로 함이 낫다. “天有五行, 御五位, 以生寒暑燥濕風. 人有五臟, 化五氣, 以生喜怒哀憂恐.”

귀로 통하니腎이 조화로우면 소리를 구별해 들을 수 있다. 五臟이 조화롭지 못하면 七竅가 통하지 못한다.”68)『靈樞·脈度』)

“五官은 五臟의 거울입니다. … 鼻는 肺의 官이요, 目은 肝의 官이요, 口脣은 脾의 官이요, 舌은 心의 官이요, 耳는 腎의 官입니다. 黃帝께서 말씀하시기를 ‘五官으로써 무엇을 살필 수 있습니까?’ 岐伯이 대답하시기를 ‘이로써 五臟의 상태를 살피는 것입니다.’”69)『靈樞·五閱五使』)

넷째, 五臟의 強弱(堅脆)은 건강과 질병을 결정하고, 아울러 생명의 존망을 결정하는 가장 중요한 기관이다.

“五臟은 中을 지키는 기관이다. … 五臟은 身의 強이다.”70)『素問·脈要精微論』)

王冰은 위 經文을 다음과 같이 해석했다.

“身形 가운데는 五神이 안거하는 장소가 있는데 여기에서 五臟을 볼 수 있다. … 五臟이 편안하면 神이 지켜지고, 神이 지켜지면 몸이 강건해지니 그러므로 ‘身之強’이라 말하였다.”71)

“五臟이 견고한 자는 無病하고, 五臟이 취약한 자는 病을 떠나지 않는다.”72)『靈樞·本藏』)

68) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.245. 『靈樞·脈度』“五臟常內關於上七竅也. 故肺氣通於鼻, 肺和則鼻能知臭香矣. 心氣通於舌, 心和則舌能知五味矣. 肝氣通於目, 肝和則目能辨五色矣. 脾氣通於口, 脾和則口能知五穀矣. 腎氣通於耳, 腎和則耳能知五音矣. 五臟不和, 則七竅不通.”

69) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.62. 『靈樞·五閱五使』“五官者, 五臟之閱也, … 鼻者, 肺之官也. 目者, 肝之官也. 口脣者, 脾之官也. 舌者, 心之官也. 耳者, 腎之官也. 黃帝曰, 以官何候. 岐伯曰, 以候五臟.”

70) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.37. 『素問·脈要精微論』“五臟者, 中之守也. … 夫五臟者, 身之強也.”

71) 郭霽春. 黃帝內經素問校注(上). 中國. 人民衛生出版社. 1992. pp.221-222. “身形之中,五神安所之所也. 此則明觀五臟也. … 藏安則神守, 神守則神強, 故曰身之強也.”

72) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.288. 『靈樞·本藏』“五臟皆堅者, 無病, 五臟皆脆者, 不離於病.”

“百歲가 되면 五臟이 모두 虛해지고 神氣가 모두 사라지고 形骸만 홀로 남아 임종하게 된다.”73)『靈樞·天年』)

“무릇 胸腹에 刺鍼하는 자는 五臟을 반드시 피해야 한다. 心에 자침하면 하루 만에 죽고, 脾에 적중하면 5일 만에, 腎은 7일 만에, 肺는 5일 만에 死하고, 膈間을 손상하면 病이 나온 것 같으나 1년을 지나지 못해서 반드시 죽는다.”74)『素問·診要經終論』)

“邪風이 身形에 이르면 치료를 잘하는 자는 먼저 皮毛에 있을 때 다스리고, 그 다음은 肌膚에 있을 때 다스리고, 그 다음은 筋脈에 있을 때 다스리고, 그 다음은 六腑에 있을 때 다스리고, 그 다음은 五臟에 이르러 다스리는데, 五臟을 다스리는 자는 半은 살고 半은 죽는다.”75)『素問·陰陽應象大論』)

이상에서 五臟은 인체에서 있어서 주요 생명물질인 精·氣·神·血을 저장하는 주된 장기이며, 인체 모든 기관 조직을 통솔하며, 인식의 거울인 五官의 주인이며, 五臟의 강약과 손상은 건강과 질병, 감염의 易難, 生死 등을 결정하는 가장 근본이 되는 장기임을 알 수 있다.

5-2. 心과 腦의 상관성

앞에서 언급했듯이 한의학은 陰陽五行 사상에 근본해서 인체의 근본 기관을 五臟으로 보았다. 가장 중요한 이유는 주요 생명물질인 精·氣·神·血 등을 저장하고 있는 점과, 人身의 主가 되는 정신작용을 들 수 있을 것이다. 그런데 五臟 가운데 다시 尊卑를 논한다면 心은 君主의 관직이 되며, 精神을 통솔한다고 했다. 四臟이 모두 정신작용과 관련이 있지만 五臟

73) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.301. 『靈樞·天年』“百歲, 五臟皆虛, 神氣皆去, 形骸獨居而終矣.”

74) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.35. 『素問·診要經終論』“凡刺胸腹者, 必避五臟, 中心者, 環死, 中脾者, 五日死, 中腎者, 七日死, 中肺者, 五日死, 中膈者, 皆爲傷中, 其病雖愈, 不過一歲, 必死.”

75) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.20. 『素問·陰陽應象大論』“邪風之至, 疾如風雨, 故善治者, 治皮毛, 其次, 治肌膚, 其次, 治筋脈, 其次, 治六腑, 其次, 治五臟, 治五臟者, 半死半生也.”

가운데 중심이 되는 心을 통해서 각 五行의 성향에 따라 나누었을 뿐이다. 우선 인체에 있어서 心의 기능에 대하여 『內經』의 經文을 중심으로 밝혀보면 다음과 같다.

“心은 君主의 기관이고 神明이 나온다. 肺는 相傳의 관직이고 治節이 나온다. 肝은 將軍의 관직이고, 謀慮가 나온다. … 그러므로 君主가 밝으면 아랫사람들이 편안하고, 이로써 養生하면 장수하고 죽을 때까지 위태롭지 않으며, 이로써 天下를 다스리면 크게 창성하지만, 君主가 밝지 못하면 十二官이 위태로워진다.”<sup>76)</sup>(『素問·靈蘭秘典論』)

“五臟이 주관하는 것은, 心은 脈을 주관하고, 肺는 皮를 주관하고, 肝은 筋을 주관하고, 脾는 肉을 주관하고, 腎은 骨을 주관한다.”<sup>77)</sup>(『素問·宣明五氣』)

“心은 五臟六腑의 大主이고, 精神이 머무는 곳이다. 그 臟이 堅固하면 邪氣가 침입할 수 없는데, 침입하면 心이 傷하고, 心이 傷하면 神이 泯러가고, 神이 泯러가면 죽는 것이다. 그러므로 모든 邪氣가 心에 있다는 것은, 모두 心의 包絡에 있는 것이니 包絡은 心主의 經脈이다.”<sup>78)</sup>(『靈樞·邪客』)

위 經文에서 心은 精神이 거처하는 집이요. 神明(정신작용)이 여기서 나오기 때문에 一國의 君主와 같다고 했다. 그리고 心 君主의 통치력의 明不明(得失)으로 五臟六腑를 비롯한 모든 조직의 安危가 결정된다고 하였다. 그리고 心臟이 邪氣를 받으면 神을 잃어 죽게 되므로 邪氣가 침입하면 心包(심근주변 혈관 및 심을 싸고 있는 막)가 대신 받는다고 했다. 心

은 곧 근본 중 근본이 되는 장기라 할 수 있겠다.

그러면 腦는 한의학에서 어떻게 보는가? 그리고 뇌와 정신의 관계에 대하여 古代 醫書에서 어떻게 보았는지 살펴본다면 대략 다음과 같다.

“腦, 髓, 骨, 脈, 膽, 女子胞 이 여섯 가지는 地氣에서 所生한 것이라 모두 陰精을 저장하니 地의 성품을 닮았다. 그러므로 그 기능은 五臟과 같이 藏而不瀉하며, 六腑가 瀉而不藏하는 특성과 다르므로 이름을 奇恒之腑라고 한다.”<sup>79)</sup>(『素問·五藏別論』)

“모든 髓는 모두 腦에 속한다.”<sup>80)</sup>(『素問·五藏生成』)

“腦는 髓의 海이다. … 髓海가 有餘하면 몸이 가볍고 강건하며 힘이 세어 자신의 정도를 넘어서고, 髓海가 부족하면 腦가 빙글빙글 돌고, 耳鳴하며 정강이가 저리고 어지러워 눈이 보이지 않고, 몸이 나른해서 눕기를 좋아한다.”<sup>81)</sup>(『靈樞·海論』)

이상에서 腦는 膽과 血脈 등과 같이 五臟에 속하지 않으면서 陰氣(精血 등)를 저장하고 있어 五臟의 기능과 유사하다고 하며, 일반적인 六腑의 기능(傳化物: 음식물을 소화 전송하는 기능)과는 다르므로 ‘奇恒之府’라고 하였다. 腦는 모든 髓가 모이는 海가 된다고 했는데 『內經』에 “腎은 骨髓을 만든다.”<sup>82)</sup>고 하였고, 또 “腎은 水인데, 水가 骨을 생한다. 腎의 생성작용이 안 되면 骨髓가 충만하지 못하여 寒氣가 骨에 이른다.”<sup>83)</sup>라 하였고, 또 이르길 “사람이 始生함에 먼저 精이 이루어지고, 精이 이루어지면 腦髓가 생한다.” 하였으니, 腦는 오장 가운데 腎에 소속되는 것으

76) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.24. 『素問·靈蘭秘典論』 “心者, 君主之官也, 神明出焉. 肺者, 相傳之官, 治節出焉. 肝者, 將軍之官, 謀慮出焉. … 故主明則心安, 以此養生則壽, 歿世不殆, 以爲天下則大昌. 主不明則十二官危.”

77) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.51. 『素問·宣明五氣』 “五臟所主, 心主脈, 肺主皮, 肝主筋, 脾主肉, 腎主骨.”

78) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.325. 『靈樞·邪客』 “心者, 五臟六腑之大主也, 精神之所舍也, 其臟堅固, 邪弗能容也. 容之則心傷, 心傷則神去, 神去則死矣. 故諸邪之在於心者, 皆在於心之包絡. 包絡者, 心主之脈也.”

79) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.30. 『素問·五藏別論』 “腦髓骨脈膽女子胞, 此六者地氣之所生也, 皆藏於陰而象於地, 故藏而不瀉, 名曰奇恒之府.”

80) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.28. 『素問·五藏生成』 “諸髓者, 皆屬於腦.”

81) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.269. 『靈樞·海論』 “腦爲髓之海, … 髓海有餘, 則輕勁多力, 自過其度. 髓海不足, 則腦轉耳鳴, 脛痠眩冒, 目無所見, 懈怠安臥.”

82) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.19. 『素問·陰陽應象大論』 “腎生骨髓”

83) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.70. 『素問·逆調論』 “腎者水也, 而生於骨, 腎不生, 則髓不能滿, 故寒甚至骨也.”

로 보았다. 腎의 기능적 특징을 살펴보면 『內經』에 이르길 “腎은 作強之官으로 伎巧가 거기서 나온다.”<sup>84)</sup>고 하였고, 또한 “腎은 水를 主하며, 五臟六腑의 精을 받아 저장한다.”<sup>85)</sup>고 하였다. ‘作強之官’이라는 뜻은 腎은 精을 저장하는 특성을 지닌 장기이므로 精이 왕성하면 身이 강해지기 때문이다. 伎巧가 나온다는 것은 水가 萬物을 생하듯이 精의 생명을 창출하는 능력으로써 말한 것이다.

『內經』과 함께 한의학 이론의 양대 經典에 속하는 『難經』에는 命門學說이 처음 제시하면서 다음과 같이 命門은 정신이 깃든 집이라 하였다.

“臟은 각각 하나인데 腎은 兩臟이 있다는 것은 무엇입니까? 腎이 둘이라는 것은 다 신이 아닙니다. 좌측은 腎이 되고, 우측은 命門이 되는데 명문은 精神이 집이요. 元氣가 얽매인 곳이다. 男子는 精을 저장하고, 女子는 子宮이 매이어서다. 그러므로 腎은 하나임을 알 수 있습니다.”<sup>86)</sup>

여기서 命門은 남자는 精을 藏하고 여자는 子宮이 자리하여 새 생명을 창출하니 곧 命門이라고 명명했다고 할 수 있다. 그리고 이는 精神의 집이 되고 元氣가 얽매인 곳이라 하여 인체에 가장 중요한 장기로 인식하였다.

한편 明代 의가인 李梴은 『醫學入門』에서 下焦 腎의 精은 上部의 腦와 上下로 升降疏通하고 있다고 다음과 같이 하였다.

“腦는 髓의 海이다. 모든 髓가 腦에 소속되어 있다. 그러므로 위로는 腦에 이르고, 아래로는 尾骶骨에 이른다, 髓는 腎이 主한다.”<sup>87)</sup>

조선 시대 名醫 허준은 『東醫寶鑑』에서 養生道家書의 내용을 인용했는데 거기서 腦를 元神의 집이라 하였는데 다음과 같다.

“머리는 사람의 天谷으로 神을 저장하고 있다. 이 天谷에는 眞一을 저장하고 있고 元神이 깃들어 있다. 머리에는 九宮이 있어 위로 九天에 상응한다. 중간에 하나의 宮이 있는데 ‘泥丸’이라 하고, … 또 ‘天谷’이라 일컫는다. 곧 元神이 머무는 宮이다. 그 곳의 빈 곳은 골짜기와 같고 神이 거주하므로 谷神이라고 일컫는다. … 人身에는 위에는 天谷으로 泥丸宮이 있어 神을 저장하는 집이요. 가운데는 應谷으로 絳宮이 있어 氣를 저장하는 집이요. 아래에는 虛谷으로 關元이 있어 精을 저장하는 집이다.”<sup>88)</sup>

이상에서 보면 腦는 髓海이며 精과 骨髓를 관장하는 腎과 밀접한 관계가 있다는 『內經』의 이론에서 『難經』의 命門學說이 나와서 兩腎의 가운데 하나가 命門이 되어 精神의 집이라는 이론이 첨가되고, 다시 養生道家들이 ‘還精補腦’를 획득하는 단전수련법과 결합하여 두부 중앙 泥丸宮(腦)은 上丹田으로 神의 집이라는 학설은 나왔는데 明代와 조선의가들이 이를 수용했으나, 이 이론은 西醫의 腦학설에서 취한 바가 아니지만 그 의미는 같다고 하겠다.

한의학에서 心은 人身의 君主이며 여기서 精神이 나온다는 이론은 정설이라면, “天谷(腦)은 元神의 府”라는 방계설이라고 할 수 있다.

한의학은 五臟 중심이론으로 흉복부에 있는 五臟을 중시하지만 또한 腦가 있는 頭部를 중시하였는데, 『內經』에서 다음과 같이 말했다.

“머리는 精明의 府이다. 머리가 기울고 눈 주위가 폭 거지면 精神이 장차 탈할 것이다.”<sup>89)</sup>

84) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.24. 『素問·靈蘭秘典論』 “腎者, 作強之官, 伎巧出焉.”

85) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.11. 『素問·上古天眞論』 “腎者主水, 受五臟六腑之精而藏之.”

86) 葉霖. 難經正義. 中國. 人民衛生出版社. 1990. p.73-74. “藏各有一耳, 腎獨有兩者, 何也. 然, 腎兩者, 非皆腎也. 其左者爲腎, 右者爲命門. 命門者, 謂精神之所舍, 原氣之所繫也, 男子以藏精, 女子以繫胞. 故知腎有一也.”

87) 李梴. 編註醫學入門(內集卷二). 서울. 대성문화사. 1980.

p.28 “腦者, 髓之海, 諸髓皆屬於腦, 故上至腦, 下至骨骶, 髓則腎主之”

88) 許浚. 東醫寶鑑. 서울. 南山堂. 1989. p.201. 『東醫寶鑑·頭』 “谷者, 天谷也, 神者, 一身之元神也. … 其谷藏眞一宅元神, 是以, 頭有九宮, 上應九天, 中間一宮, 謂之泥丸, … 又謂天谷, 其名頗多, 乃元神所住之宮. 其空如谷而 神居之故, 謂之谷神, … 人身中, 上有天谷泥丸, 藏神之府也, 中有應谷絳宮, 藏氣之府也, 下有虛谷關元, 藏精之府也.”

머리가 精明의 府가 되는 이유는 인지능력인 시각, 청각, 촉각, 미각, 언어능력을 구사하는 五官이 있어 五臟의 통솔 하에 오감기능을 발휘하며, 頭面의 氣色을 통해서 精神 상태의 好惡가 반영되기 때문이다.

또한 『內經』에 나오는 다음과 같은 내용을 통해서 인체 장기 가운데 손상을 받으면 생명에 가장 치명적인 장기가 腦와 心임을 밝히고 있다.

“眞頭痛은 두통이 심하여 腦가 모두 아픈데 手足이 차서 關節에 이르면 치료할 수 없고 죽는다. … 眞心痛은 手足이 차서 關節에 이르고 心痛이 심하고 아침에 발하면 저녁에 죽고 저녁에 발하면 아침에 죽는다.”<sup>90)</sup>(『靈樞·厥病』)

“頭中에 腦戶를 자침하여, 뇌에 이르면 곧 죽는다.”<sup>91)</sup>(『素問·刺禁論』)

이상의 心과 腦의 관계에 대하여 결론적으로 말한다면 腦는 한의학의 관점에서 보면 腎에 속하고, 腎은 精과 髓를 저장하며, 腎의 五神은 志이다. 『內經』에 이르길 “心有所憶, 謂之意. 意之所存, 謂之志.”(마음에 기억하는 것을 意라 하고, 意를 보존하는 것을 志라 한다.)라고 하였으니, 志는 곧 기억력을 나타내고, 기억력은 精이 충실한 청년기에 왕성하다가 노년기에는 저하되는 것으로 보아 精의 盛衰는 정신력의 성쇠와 관련되므로 精髓의 海인 腦는 곧 精神力과 밀접한 관계가 있다고 하겠다. 더구나 중국 명대나 조선 중기 의가들이 이르러 머리 중앙에 天谷 즉 泥丸宮(腦)이 있는데 그곳이 精神이 머무는 곳(元神의 府)이라고 한 이론은 西醫의 腦의 개념과 미리 약속하지 않아서도 합일한다고 하겠다. 한의와 서의가 인체는 여러 기관과 조직이 모여서 이루어졌다는 생각은 동일하지만 한의학은 오행학설에 근본하여 인체를 오개의 특성 즉 기능적 동일성과 유기적인 관계를

중시하는 반면에 서의는 구조적인 기관 조직의 특수성 즉 부분적 개별성을 중시하는 관점의 차이가 있다. 단지 한의학은 五行思想 인체관으로 인한 시대적 한계에서 두부에 있는 뇌를 중심 장기에서 제외했지만 그러나 뇌가 거처하는 頭部를 精明의 府(집)라 하여 정신의 상태를 반영하는 곳으로 인식하였고, 腦에 邪氣가 침입해서 두통이 심한 眞頭痛이 되면 死症이라 하였고, 腦戶를 刺針하여 뇌에 이르면 곧 죽는다 하여 腦를 心과 똑같이 손상 시 생명에 가장 위험한 기관으로 인식하여 중시하였다고 할 수 있다. 그러므로 한의학적 관점에서 心과 腦를 통합해서 말한다면 ‘心은 精神이 소생하는 씨앗(體)과 같다면, 腦는 精神작용이 발현하는 수많은 열매(用)와 같다’고 할 수 있을 것이다.

## 6. 精神이 肉體에 미치는 영향

精神이 肉體에 미치는 영향은 정신작용이 육체에 미치는 경우요, 반면에 肉體가 精神에 미치는 영향은 육체적 상태가 정신적 변화를 초래하는 경우를 말한다. 이러한 육체와 정신의 상호 영향 관계는 준비주종의 관점이 아니고 어느 것이 주도적으로 작용하느냐 하는 문제라고 본다. 그리고 신은 無色 無聲 無臭 없는 정신세계를 말하니, 이의 변화는 곧 체내의 혈기 정기 등 변화를 초래한다고 할 수 있을 것이다. 신의 의미에는 사유, 감정 등 정신작용, 및 총체적인 생명현상을 총칭하는 의미가 있다. 『內經』에 나타난 이와 관련된 經文을 중심으로 살펴보고자 한다.

마음이 氣에 영향을 미치고, 氣가 마음에 영향을 미치는 도리에 대하여 『孟子』에서 일찍이 다음과 같이 잘 언급하고 있다.

“孟子가 이르길 ‘대저 志는 氣의 將帥이다. 氣는 體에 충만한 것이다. 志가 이르면 氣가 따르게 되니 그러므로 그 志를 잘 受持하되 그 氣를 사납게 하지 마라.’고 하였고, 公孫丑가 말하기를 ‘이미 志가 이르면 氣가 따르게 된다 하였는데 또 그 志를 受持하고 그 氣를 사납게 하지 마라’는 것은 무슨 뜻입니까? 孟子가 이르길 志가 한결 같으면 氣가 움직이고 氣가 한결같으면 志를 움직인다. 지금 (어떤 사람이) 갑자기

89) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.37. 『素問·脈要精微論』 “頭者, 精明之府, 頭傾視深, 精神將奪矣.”

90) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.256. 『靈樞·厥病』 “眞頭痛, 頭痛甚, 腦盡痛, 手足寒至節, 死不活. 眞心痛, 手足清至節, 心痛甚, 旦發夕死, 夕發旦死.”

91) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.102. “刺頭中腦戶, 入腦立死.”

기 넘어진다든지 달린다면 이는 氣가 도리어 마음을 움직이는 것이다.”<sup>92)</sup>

즉 意志는 氣의 將帥로서 마음이 이르면 氣가 따른다는 것이다. 이는 『內經』에서 이른바 “神이 動하면 인체에 氣가 먼저 행한다.”<sup>93)</sup>는 뜻과 같다. 반면에 氣가 사납거나 한결같으면 마음을 움직인다 하였다. 前者는 마음이 육체에 미치는 이유요. 後者는 육체의 상태가 마음에 미치는 상황을 간명하게 밝힌 글이라고 본다.

6-1. 精神 修養(평정한 상태)이 건강 생리에 미치는 영향

“上古에 聖인이 백성들을 교화하여 말하기를 不正한 기후가 발생하면 출입을 삼가고, 恬憺虛無를 하면, 眞氣가 잘 순종하고, 精神이 안으로 잘 보전되니, 病이 어디로부터 생기겠는가!”<sup>94)</sup>(『素問·上古天真論』)

위 문장은 恬憺虛無하면 신체의 眞氣가 잘 순환해서 病이 발생하지 않는다고 한 것인데, 恬憺虛無는 정신 상태를 뜻하는 말인데, 그 출처는 아마 『老子』에서 “君子(道者)는 恬憺을 최상으로 삼는다.”<sup>95)</sup>라는 데서 나온 것 같다. 이에 대하여 『莊子』에서 다음과 같이 부연 설명하였다.

“대저 恬淡寂寞하고 虛無無爲는 이는 天地의 平易요. 道德의 본질이다. 그러므로 聖인은 마음을 휴식하므로 平易하여 편벽되지 않고, 平易해지면 恬淡에 이른다. 平易恬淡하면 憂患이 침입할 수 없고, 邪氣

가 침입할 수 없으므로 德이 온전하고 神이 훼손되지 않는다.”<sup>96)</sup>

여기서 恬淡은 寂寞과 상통하고, 虛無는 無爲와 상통한다. 醫家인 王冰은 “恬憺(恬淡)虛無는 靜이다.”<sup>97)</sup>고 하였고, 張景岳은 “恬憺은 淡泊하여 밖으로 바라는 것이 없는 것이요, 虛無는 漠然하여 마음에 동요하는 바가 없는 것이다.”고 하였다. 이는 곧 佛家에서 이른바 번뇌 망상이 끊어지고 惺惺寂寂한 禪定에 이른 경지요. 宋代 성리학자들이 主一無適, 嚴肅整齊하여 昏氣를 물리치고 精明을 발양하는 敬 공부 등이 모두 精神의 淸淨하고 平定한 한 경지를 추구하는 데 있다고 할 수 있다.

이상에서 經文의 要旨는 恬憺虛無는 마음이 고요하기가 止水와 같고 맑기가 明鏡과 같은 경지에 도달하면 체내의 眞氣(精氣神, 氣血 등)가 순조롭게 운행되어 病이 침입할 틈이 없다는 것이다. 오늘날 임상 의학에도 명상요법(Meditation treatment) 등이 이에 속한다고 하겠다.

6-2. 治病에 있어서 治神의 중요성

질병에 있어서 治神을 최우선으로 함은 精神이 인체의 내외적 모든 활동을 주재하기 때문이요. 또한 질병의 원인은 神을 잘 다스리지 못함에 많이 기인하기 때문이다. 『內經』에서 이른바 “今世의 사람(養生의 道를 모르는)은 ... 때때로 精神을 잘 다스리지 못하고 ... 起居에 節度가 없으니 그러므로 五十이 되어 벌써 동작이 쇠퇴해진다.”<sup>98)</sup>고 한 말이 이것이다.

“鍼術로 治病함에 다섯 가지 요건이 있다. ... 첫째가 治神이요. 둘째가 養身이요. 셋째가 藥物의 眞僞를 잘 아는 것이요. 넷째가 鍼石의 大小를 制定하는

92) 孟子 附診解(乾). 대전. 學民文化社. 1998. pp.199-203. 『孟子·公孫丑』“夫志氣之帥也, 氣體之充也, 夫志至焉, 氣次焉, 故曰持其志, 無暴其氣. 既曰志至焉, 氣次焉, 又曰持其志, 無暴其氣者, 何也. 曰志壹則動氣, 氣壹則動志也. 今夫獸者趨者, 是氣也而反動其心.”

93) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.320. 『靈樞·行鍼』“神動而氣先行”

94) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.11. 『素問·上古天真論』“上古聖人之教下也, 皆謂之, 虛邪賊風, 避之有時, 恬憺虛無, 眞氣從之, 精神內守, 病安從來.”

95) 韋利 英譯. 老子. 長沙. 湖南出版社. 1994. p.70.

96) 劉建國, 顧寶田. 莊子譯註. 長春. 吉林文史出版社. 1996. p.302. “夫恬淡寂寞, 虛無無爲, 此天地之本, 而道德地質也. 故聖人休焉, 休則平易矣, 平易則恬淡矣. 平易恬淡, 則憂患不能入, 邪氣不能襲, 故其德全而神不虧.”

97) 郭霽春. 黃帝內經素問校注(上). 中國. 人民衛生出版社. 1992. p.6.

98) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.11. 『素問·上古天真論』“今時之人不然也, ... 以妄爲常, ... 不時御神, ... 起居無節, 故半百而衰也.”

것ियो. 다섯째가 腑臟血氣의 虛實을 잘 아는 것이다.”99)(『素問·寶命全形論』)

“무릇 刺針의 道는 반드시 먼저 治神해야 한다.”100)(『素問·寶命全形論』)

여기서 治神의 대상은 두 가지를 내포하고 있다고 하겠다. 하나는 醫師 자신의 神이요, 다른 하나는 患者의 神을 다스리는 것이다. 楊上善은 “鍼의 본 뜻을 얻고자 하는 자는 반드시 먼저 스스로 五神을 다스려야 한다. 五神이 이미 다스려지면 五臟의 血氣가 안정되고, 九候가 이미 心에 갖추어지게 되고, 이에 心에 鍼의 道가 존재하게 되어 虛實을 補寫할 수 있는 것이다.”101)라고 하였고, 王冰은 “마음을 오로지하여 망동하지 말라는 것인데, 『寶命全形論』에 이른바 ‘手如握虎’하고 ‘神無營於衆物’라고 한 것이다.”102)고 하여 醫師의 입장에서 정신을 집중함을 말하였고, 張景岳은 “醫師는 반드시 神으로써 無形한 內氣를 관찰하고 病者는 반드시 神으로써 血氣를 행하니. 그러므로 鍼術은 治神을 우선으로 삼는다.”103)고 하여 醫師와 患者의 양측 모두를 아울러 말하였다.

치료에 있어서 궁극적 목적은 患者의 질병을 퇴치하는 것이니, 궁극적으로 患者 精神이 안정됨에 있다. 그런데 醫師는 患者에게 영향을 주므로 醫師는 치료의 효과를 높이기 위해서 마땅히 자신의 精神을 먼저 평정해야 할 것이다.

### 6-3. 질병치료에 장애가 되는 정신 상태

99) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.53. 『素問·寶命全形論』 “鍼有懸布天下者五, 黔首共餘食, 莫知之也. 一曰治神, 二曰知養身, 三曰知毒藥爲眞, 四曰制砭石小大, 五曰知腑臟血氣之診.”

100) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.53. 『素問·寶命全形論』 “凡刺之眞, 必先治神.”

101) 楊上善. 黃帝內經太素. 서울. 대성출판사. 1991. p.329. “凡得鍼眞意者, 必先自理五神, 五神既理, 五臟血氣安定, 九候已備於心, 乃可存心鍼道, 補寫虛實.”

102) 郭謙春. 黃帝內經素問校注(上). 中國. 人民衛生出版社. 1992. p.359. “專精其心, 不動動亂也. 所以云手如握虎, 神無營於衆物, 蓋欲調治精神, 專其心也.”

103) 王玉生. 類經評注. 西安. 陝西科學技術出版社. 1996. p.687. “醫必以神, 乃見無形, 病必以神, 血氣乃行, 故鍼以治神爲首務.”

治病에 있어서 患者의 마음을 안정시키는 것이 최우선임을 앞에서 이미 언급했다. 반면에 患者의 마음을 가두지 못하면 치료 효과를 거둘 수 없다. 이와 관련한 經文은 다음과 같다.

“鬼神에 구애받는 자는 지극한 醫德을 더불어 말할 수 없으며, 鍼石을 두려워하는 자는 지극한 技巧을 더불어 말할 수 없으며, 病을 치료할 허락하지 않는 자는 病이 반드시 치료되지 아니하고 치료해도 過가 없다.”104)(『素問·五藏別論』)

여기서 세 가지 문제점을 제시했다. 첫째 鬼神에 구애된 자이니, 곧 扁鵲 六不治 가운데 하나인 ‘무당을 믿고 의사를 믿지 않는 자’(信巫不信醫)와 같은 의학의 공효를 논하기 어려운 경우요. 둘째는 鍼石을 두려워하는 자는 곧 鍼이나 뜸 등 치료 수단에 수반되는 작은 고통을 두려워하여 치료를 거부하는 것이니 침술 등 뛰어난 기술을 논하기 어렵다는 것이요. 셋째는 病을 치료하지 않겠다는 것은 곧 삶의 의욕이 없는 자를 말하니, 生意와 거리가 먼 자이니 어떻게 할 수 없는 환자를 말한 것이다. 이상은 비정상적인 정신 상태와 그릇된 관념으로 인해 치료효과를 기대할 수 없는 경우를 말한 것이다.

### 6-4. 정신적 스트레스가 육체에 미치는 영향

인간의 감정에는 七情이 있는데 儒家는 “喜, 怒, 哀, 懼, 愛, 惡, 欲”105)이라 말하고, 醫家들은 喜, 怒, 思, 憂, 悲, 驚, 恐을 七情이라고 한다. 儒家는 일상생활에 발생하는 감정의 변화를 철학적으로 말한 것이고, 한의학은 오행학설에 입각에서 생리적 차원에서 말한 것이라 할 수 있다.

儒家의 경전인 『中庸』에서는 “喜怒哀樂이 發하지 아니할 때를 中이라 말하고, 發하여 中節이 되면 和라고 말한다.”고 하였다. 이와 같이 의학적으로도 情이 발동하여 中節이 되면 인체 생리적 작용을 돕겠지

104) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.30. 『素問·五藏別論』 “拘於鬼神者, 不可與言至德. 惡於鍼石者, 不可與言至巧. 病不許治者, 病必不治, 治之无功矣.”

105) 禮記(古典影印四書五經). 서울. 景文社. 1979. p.279. “何謂人情, 喜怒哀懼愛惡欲, 七者, 弗學而能.”

만, 中節이 안되고 망동하게 되거나, 장기간 지속되면 혈액 순환을 해쳐서 病을 유발할 수 있다.

(1) 七情이 氣에 미치는 영향에 대하여 『內經』에서 다음과 같이 말했다.

“과인은 百病이 氣에서 생하는데 怒하면 氣上하고, 喜하면 氣緩하고, 悲하면 氣消하고, 恐하면 氣下하고, ... 驚하면 氣亂하고, 思하면 氣結하는 것을 알고 있습니다. 그러나 ... 이상 氣가 不同한데 어떻게 하여 病이 생합니까? 岐伯이 대답하기를 怒하면 氣가 逆上하는데 甚하면 嘔血하거나 飧泄할 수도 있습니다. 그러므로 氣가 逆上합니다. 喜하면 氣가 和平하고 志가 通達하며 榮衛가 通利하니 그러므로 氣가 弛緩합니다. 悲하면 心係가 急해지고, 肺布葉이 舉上하여 上焦가 不通하며 榮衛가 不散하니, 熱氣가 속에 있으므로 氣가 消耗됩니다. 恐하면 精이 물러가고, 물러가면 上焦가 폐색되고, 폐색되면 氣가 되돌아가고, 되돌아가면 下焦가 脹滿하니 그러므로 氣가 下行합니다. 驚하면 心이 의지할 바가 없고, 神이 돌아갈 바가 없고, 思慮가 정착하지 못하니 그러므로 氣가 亂하게 됩니다. 思하면 心이 存續하는 바가 있고, 神이 귀속하는 바가 있어 정기가 머물러 행하지 못하므로 氣가 응결됩니다.”<sup>106)</sup>(『素問·舉痛論』)

“肝은 目을 주관하고 志에 있어서는 怒가 되는데 怒는 肝을 손상한다. ... 心은 舌을 주관하고 志에 있어서는 喜가 되는데 喜는 心을 손상한다. ... 脾는 口를 주관하고 志에 있어서는 思가 되는데 思는 脾를 손상한다. ... 肺는 鼻를 주관하고 志에 있어서는 憂가 되는데 憂는 肺를 손상한다. ... 腎은 耳를 주관하고 志에 있어서는 恐이 되는데 恐은 腎을 손상한다

.”<sup>107)</sup>(『素問·陰陽應象大論』)

(2) “心이 怵惕思慮하면 神을 상하고, 神이 상하면 恐懼 自失한다, ... 脾에 愁憂가 풀리지 않으면 意를 상하고, 意가 상하면 悵亂이 생긴다. ... 肝이 悲哀로 動하면 魂을 상하고, 魂을 상하면 狂忘하여 精明하지 못하고 不正하며, ... 肺에 喜樂이 無極하면 魄을 상하고, 魄이 상하면 狂하게 된다. 狂者는 마음에 사람에게 존경심이 없다. ... 腎이 盛怒가 그치지 않으면 志를 상하고, 志가 傷하면 앞에 한 말을 잘 잊어버린다.”<sup>108)</sup>

이상의 感情과 氣의 관계를 요약하여 도식화하면 다음과 같다.

怒 - 氣逆上 - 傷肝 - (魂)- 狂忘, 喜 - 氣弛緩 - 傷心 - (神)- 恐懼, 自失,  
悲 - 氣消耗 - 傷肺 - (魄)- 狂, 恐 - 氣下 - 腎 - (志)- 善忘前言, 驚 - 氣散亂(心),  
思 - 氣鬱結 - 傷脾 - (意)- 悶亂

6-5. 정신적 스트레스로 발생된 질병

(1) “陽氣라는 것은 크게 怒하면 형기 함께 끊어지고 血이 逆上하여 위에서 울체되므로 , 사람으로 하여금 薄厥證을 유발한다.”<sup>109)</sup>(『素問·生氣通天論』)

(2) “실망한 바가 있고 원하는 바를 얻지 못하면 肺가 鳴하고, 肺鳴하면 肺葉이 熱焦하여 五臟에 영향을 주어 痿躄症이 된다. ... 悲哀가 지나치면 心包絡이 끊어지고 心包絡이 끊어지면 陰氣가 內動하고, 心

106) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.78. 『素問·舉痛論』 “余知百病生於氣也, 怒則氣上, 喜則氣緩, 悲則氣消, 恐則氣下, 寒則氣收, 炆則氣泄, 驚則氣亂, 勞則氣耗, 思則氣結. 九氣不同, 何病之生. 岐伯曰: 怒則氣逆, 甚則嘔血及飧泄, 故氣上矣. 喜則氣和志達, 榮衛通利, 故氣緩矣. 悲則心係急, 肺布葉舉, 而上焦不通, 榮衛不散, 熱氣在中, 故氣消矣. 恐則精却, 却則上焦閉, 閉則氣還, 還則下焦脹, 故氣不行矣. 寒則腠理閉, 氣不行, 故氣收矣. 炆則腠理開, 榮衛通汗大泄, 故氣泄. 驚則心無所倚, 神無所歸, 慮無所定, 故氣亂矣. 勞則喘息汗出, 內外皆越, 故氣耗矣. 思則心有所存, 神有所歸, 正氣留而不行, 故氣結矣.”

107) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.19. 『素問·陰陽應象大論』 “肝主目, 在志爲怒, 怒傷肝. ... 心主舌, 在志爲喜, 喜傷心. ... 脾主口, 在志爲思, 思傷脾. ... 肺主鼻, 在志爲憂, 憂傷肺. ... 腎主耳, 在志爲恐, 恐傷腎.”  
108) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.224. 『靈樞·本神』 “心怵惕思慮, 則傷神, 神傷則恐懼自失. ... 脾愁憂而不解, 則傷意, 意傷則悵亂. ... 肝悲哀動中, 則傷魂, 魂傷則狂忘不精, 不精則不正當. ... 肺喜樂無極, 則傷魄, 魄傷則狂, 狂者意不存人. ... 腎盛怒而不止, 則傷志, 志傷則喜忘, 其前言.”  
109) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.14. 『素問·生氣通天論』 “陽氣者, 大怒則形氣絕, 而血菀於上, 使人薄厥.”

下의 血이 崩하여 자주 尿血症이 생긴다.”<sup>110)</sup>(『素問·痿論』)

(3) “太息하는 것은 무슨 氣가 그렇게 하는가? 岐伯이 답하길 憂愁 思慮로 心系가 급해지고 心系가 급해지면 기도가 축약됩니다. 축약되면 呼吸이 불리하므로 太息을 해서 퍼서 나가게 합니다.”<sup>111)</sup>(『靈樞·口問』)

(4) “黃帝가 물기를 ‘인생에 巔疾이 있는데 病名이 무엇이며 어떻게 해서 발생합니까?’ 岐伯이 답하기를 胎病이라고 합니다. 이 病은 어머니 자궁 속에 있을 때 그 어머니가 크게 놀란 바가 있어 그 때 氣가 위로 올라가서 내려오지 아니하니 精氣도 또한 위로 偏盛되어 아이로 하여금 巔癇이 되게 한 것입니다.”<sup>112)</sup>(『素問·痿論』)

(5) “갑자기 즐겁거나 갑자기 괴롭거나 혹은 처음에 즐겁다가 뒤에 괴롭거나, 모두 精氣를 상하게 하며 精氣가 없어지면 형체가 훼손된다. 갑자기 화를 내면 陰(精血)을 상하고, 갑자기 웃으면 陽(神氣)을 상하여 氣가 역상하여 脈이 넘치고 神氣가 형을 떠난다.”<sup>113)</sup>(『素問·疏五過論』)

(6) “무릇 病者를 진찰하기 전에 반드시 물어야 할 것이 있으니 일찍이 貴人이다가 뒷날에 賤人이 되면 비록 邪氣에 적중하지 않았더라도 病이 내부에서 발생하니 이를 脫營이라고 말하고, 일찍이 富者였다

가 뒷날에 貧者가 되면 失精이라고 말하는데 五氣가 속에서 연루되고 病이 치우치는 바가 있는데 일반의 사들이 진찰을 해도 臟腑에 이상이 없고 형태적 변화가 없으므로 의심을 하나 그 병명을 알지 못한다. 신체는 날로 줄고, 氣虛하고 精衰해지는데 病이 깊어지면 氣가 없어지고 으스스하면서 때때로 놀란다. 病이 깊은 자는 외로는 衛氣가 모순되고, 내로는 榮血이 축한 것이다.”<sup>114)</sup>(『素問·疏五過論』)

이상을 經典에 나타난 정신 충격으로 발생한 질병을 요약하면 다음과 같다.

大怒 - 薄厥(뇌중풍류), 失亡과 所願不得 - 痿躄症(足無力, 不能行),

지나친 悲哀 - 血尿症(小便出血), 憂思 - 太息, 임신 중 크게 놀람 - 선천성 癩疾,

暴樂暴苦, 始樂後苦 - 精氣 손상 - 형체 毀壞, 暴怒暴喜 - 氣逆上 神氣脫(사망)

先貴後賤(명예 손상) - 脫營, 先富後貧(경제 파산) - 失精

6-6. 祈禱, 呪文으로 病을 치료하는 祝由法

“黃帝가 물기를 ‘빌어서(祝) 病이 낫는 것은 무슨 까닭입니까?’ 岐伯이 답하기를 옛날 무당은 百病의 相靨을 알고 있으므로, 먼저 病이 발생한 심리적 이유를 아는 자라. 이로써 빌기만 해도 나왔다.”<sup>115)</sup>(『靈樞·賊風』)

## 7. 육체적 상태가 精神에 미치는 영향

7-1. 육체적 상태가 꿈으로 나타난 심리적 변화  
“陰盛하면 큰물을 건너고恐懼하는 꿈을 꾸다. 陽

110) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.88. 『素問·痿論』 “有所失亡, 所求不得, 則發肺鳴, 鳴則肺熱葉焦, 故曰, 五臟因肺熱葉焦, 發爲痿躄, … 悲哀太甚, 則胞絡絕, 胞絡絕, 則陽氣內動, 發則心下崩, 數溲血也.”

111) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.263. 『靈樞·口問』 “人之太息者, 何氣使然. 岐伯曰, 憂思則心系急, 心系急則氣道約, 約則不利, 故太息以伸出之.”

112) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.95. 『素問·痿論』 “帝曰, 人生而有病巔疾者, 病名曰何, 安所得之. 岐伯曰, 病名爲胎病, 此得之在母腹中時, 其母有所大驚, 氣上而不下, 精氣并居, 故令子發爲巔疾也.”

113) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.193. 『素問·疏五過論』 “暴樂暴苦, 始樂後苦, 皆傷精氣, 精氣竭絕, 形體毀沮, 暴怒傷陰, 暴喜傷陽, 厥氣上行, 滿脈去形.”

114) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.193. 『素問·疏五過論』 “凡未診病者, 必問貴後賤, 雖不中邪, 病從內生, 名曰脫營. 營富後貧, 名曰失精. 五氣留連, 病有所并, 醫工診之, 不在臟腑, 不變軀形, 診之而疑, 不知病名. 身體日減, 氣虛無精, 病深無氣, 洒洒然時驚, 病深者, 以其外耗於衛, 內奪於榮.”

115) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.305. 『靈樞·賊風』 “黃帝曰, 其祝而已者, 其故何也. 岐伯曰, 先巫者, 因知百病之勝, 先知其病之所從生者, 可祝而已也.”

盛하면 큰 불로 화끈한 꿈을 꾸다. 陰陽이 모두 성하면 서로 죽이고 해치는 꿈을 꾸다, 上焦가 성하면 날아가는 꿈을 꾸고, 下焦가 성하면 추락하는 꿈을 꾸다. 배가 심하게 부르면 주는 꿈을 꾸고, 배가 심하게 고프면 탈취하는 꿈을 꾸다. 肝氣가 성하면 화내는 꿈을 꾸고, 肺氣가 성하면 통곡하는 꿈을 꾸다. 短蟲이 많으면 군중들이 모여 있는 꿈을 꾸며, 長蟲이 많으면 서로 치고 상해하는 꿈을 꾸다.”<sup>116)</sup>(『素問·脈要精微論』)

꿈: 육체적 상태를 반영 陽盛-大火, 陰盛-大水 혹은 所願充足: 飢-탈취, 飽-授與

“肝氣가 성하면 꿈에서 화를 내고, 肺氣가 성하면恐懼하고 哭泣하며 날아오르는 꿈을 꾸고, 心氣가 성하면 잘 웃고 두려워하며, 脾氣가 성하면 노래하거나 몸이 무거워 거동을 잘하지 못하고, 腎氣가 성하면 腰脊이 양측으로 틀리어 이어지지 않는 꿈을 꾸다. 心에 邪氣가 침입하면 언덕 산에 불나는 꿈을 꾸며, 肺에 침입하면 나는 꿈을 꾸고 金鐵로 된 奇物을 보며, 肝에 침입하면 산림 수목을 보고, 脾에 침입하면 구름과 큰 못을 보거나 풍우로 집이 무너진다. 腎에 침입하면 연못에 임하거나 수중에 빠지는 꿈을 꾸다.”<sup>117)</sup>(『靈樞·淫邪發夢』)

: 오장의 소속 감정으로 표출

7-2. 형체가 쇠약하여 精血의 消盡되어 불치병에 이르면 神의 기능이 소실됨.

“黃帝가 묻기를 ‘形이 피폐해지고 血이 消盡하면 치료를 해도 효과가 없는 것은 무슨 까닭입니까?’ 岐伯이 답하길 ‘神을 부릴 수 없기 때문입니다.’ 黃帝가

묻기를 ‘어찌하여 神을 부릴 수 없다고 합니까?’ 岐伯이 답하길 ‘鍼石은 치명하는 도구입니다. 精神이 나아가지 못하여 志意가 다스려지지 않으니 病을 치유할 수 없습니다. 지금 精이 괴멸되고 神이 가버려서 營衛의 작용을 회복시킬 수 없습니다. 왜냐하면 嗜欲이 무궁하여 憂患이 그치지 않아 精神이 弛壞하고 榮血이 응체되며 衛氣가 제거되었으므로 神이 몸을 떠나서 病이 나올 수 없는 것입니다.”<sup>118)</sup>(『素問·湯液醪醴論』)

7-3 질병으로 인한 심리적 변화

(1) “陽氣가 갑자기 끊어져 통하기 어렵게 되므로 인해서 화를 잘 내는데, 이를 陽厥이라 합니다.”<sup>119)</sup>(『素問·病能論』)

(2) “肝病자는 … 화를 잘 낸다. 虛하면 잘 두려워하여 어떤 사람에게 잡혀있는 것 같다. … 四肢가 차고 마음이 즐겁지 못하다. 腎病자는 … 虛하면 몸이 차고 마음이 즐겁지 못하다.”<sup>120)</sup>(『素問·藏氣法時論』)

(3) “陽明脈이 終絶되면 口目이 動作하고 잘 놀래고 妄言한다.”<sup>121)</sup>(『素問·診要經終論』)

(4) “精氣가 心에 치우치면 喜하고, 肺에 치우치면 悲하고, 肝에 치우치면 憂하고, 脾에 치우치면 畏(思의 誤字로 봄)하고, 腎에 치우치면 恐한다. … 邪氣가 陽分에 침입하면 狂이 되고, … 陽에 치받히면 巖疾이 되고, 陰에 치받히면 疔어리가 된다. 陽에서

118) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.33. 『素問·湯液醪醴論』 “帝曰, 形弊血盡而攻不立者何. 岐伯曰, 神不使也. 帝曰, 何爲神不使. 岐伯曰, 鍼石, 道也. 精神不進, 志意不治, 故病不可愈. 今精壞神去, 營衛不可復收. 何者, 嗜欲無窮, 而憂患不止, 精神弛壞, 營衛除, 故神去之而病不愈也.”

119) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.92. 『素問·病能論』 “岐伯曰, 陽氣者, 因暴折而難決, 故善怒也, 病名曰陽厥.”

120) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.50. 『素問·藏氣法時論』 “肝病者, … 令人善怒, 虛則 … 善恐如人將補之, … 腎病者, 虛則 胸中痛, 大腹小腹痛, 清厥意不樂.”

121) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.35. 『素問·診要經終論』 “陽明終者, 口目動作, 善驚妄言.”

陰으로 들어가면 靜하고, 陰에서 陽으로 나오면 怒한다.”<sup>122)</sup>(『素問·宣明五氣』)

(5) “足陽明經脈의 病은 사람과 火를 싫어하며, 나무 부딪치는 소리를 들으면 놀래는데, 그 까닭은 足陽明脈은 胃脈인데 胃는 五行에서 土이니, 土는 木을 싫어하기 때문이요. 陽明脈은 血氣가 성하여 邪氣가 침입하면 熱이 심해져서 火를 싫어한다. … 陽盛하면 四肢가 實하고, 實하면 높은 곳을 올라갈 수 있고, 熱이 몸에 성하므로 옷을 벗고 달리고자하며 親疎를 가리지 않고 妄言과 욕 짓거리를 한다.”<sup>123)</sup>(『素問·陽明脈解』)

(6) “肝熱病者가 熱이 심해지면 狂言을 하고 놀래며 잠을 편안히 자지 못한다. … 心熱病者는 먼저 마음이 즐겁지 못하다.”<sup>124)</sup>(『素問·刺熱論』)

(7) “黃帝가 물기를 ‘溫病으로 땀이 나왔는데 다시 發熱하며 脈이 조금하며 發汗이 쇠퇴하지 않고 狂言하며 음식을 먹지 못하는 病은 무슨 病입니까?’ 岐伯이 답하기를 ‘陰陽交라고 하며 陰陽交는 죽게 됩니다. … 狂言하는 자는 失志한 것입니다.’<sup>125)</sup>(『素問·評熱病論』)

(8) “足少陽之瘧은 … 사람 만나는 것을 싫어하

며, 사람을 만나면 마음이 두근두근한다. 足太陰之瘧은 사람으로 하여금 즐거워하지 않고 한숨을 잘 쓴다. … 足厥陰之瘧은 마음에 두려움이 있다.”<sup>126)</sup>(『素問·刺瘧論』)

(9) “肝의 寒邪가 心으로 전이하면 狂이 되며 氣가 隔塞되어 통하지 않는다.”<sup>127)</sup>(『素問·氣厥論』)

(10) “心風의 病증은 화를 잘 냅니다. … 肝風의 病증은 잘 슬퍼하며 화를 잘 내며 때로 여자를 증오합니다.”<sup>128)</sup>(『素問·風論』)

(11) “氣가 亂하여 근심과 생각이 많으면 痺가 心에 치우친 것이다.”<sup>129)</sup>(『素問·痺論』)

(12) 肝氣가 허하면 두려워하고, 肝氣가 실하면 화를 잘 낸다. 心氣가 허하면 슬퍼하고 실하면 웃음을 그치지 못한다.”<sup>130)</sup>(『靈樞·本神』)

(13) “膽病자는 한숨을 잘 쉬고 입이 쓰며 심장 아래가 두근두근 불안하며, 다른 사람이 자기를 체포할 것 같이 두려워한다.”<sup>131)</sup>(『靈樞·邪氣藏府病形』)

(14) “怯士가 술을 마시면 勇士를 피하지 않는 이유는 어떤 장부가 그렇게 됩니까? 少俞가 답하기를 술은 水穀의 精이요. 熟穀의 液입니다. 그 氣가 사남

122) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.51. 『素問·宣明五氣』 “精氣并於心則喜, 并於肺則悲, 并於肝則憂, 并於脾則畏, 并於腎則恐, … 邪入於陽則狂, … 搏陽則爲顛疾, 搏陰則爲瘧, 陽入之陰則靜, 陰出之陽則怒.”

123) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.63. 『素問·陽明脈解』 “足陽明之脈病, 惡人與火, 聞木音則惕然而驚, 鐘鼓不爲動, 聞木音而驚, 何也. 願聞其故. 岐伯對曰, 陽明者胃脈也, 胃者土也, 故聞木音而驚者, 土惡木也. … 陽明主肉, 其脈血氣盛, 邪客之則熱, 熱甚則惡火. … 陽盛則四支實, 實則能登高也. … 熱盛於身, 故棄衣欲走. … 陽盛則使人妄言罵詈不避親疎, 而不欲食, 故妄走也.”

124) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.66. 『素問·刺熱論』 “肝熱病者, … 熱爭則狂言及驚, … 不得安臥, … 心熱病者, 先不樂.”

125) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.68. 『素問·評熱病論』 “黃帝問曰, 有病溫者, 汗出輒復熱, 而脈躁疾不爲汗衰, 狂言不能食, 病名爲何. 岐伯對曰, 病名陰陽交, 交者死也. … 狂言者, 是失志.”

126) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.74. 『素問·刺瘧論』 “足少陽之瘧, … 惡見人, 惡見人, 見人心惕然, 足太陰之瘧, 令人不樂, 好大息, … 足厥陰之瘧, … 意恐懼.”

127) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.76. 『素問·氣厥論』 “肝移寒於心, 狂隔中.”

128) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.84. 『素問·風論』 “心風之狀, … 善怒嚇, … 肝風之狀, … 善悲, … 善怒, 時憎女子.”

129) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.86. 『素問·痺論』 “淫氣憂思, 痺聚在心.”

130) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.225. 『靈樞·本神』 “肝氣虛則恐, 實則怒, … 心氣虛則悲, 實則笑不休.”

131) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.217. 『靈樞·邪氣藏府病形』 “膽病者, 善太息, 口苦, 嘔宿汁, 心下澹澹, 恐人將捕之.”

고 날래서 胃에 들어가면 胃가 늘어나고 氣가 逆上하여 흉중에 충만하고 肝이 뜨고 膽이 길게 퍼집니다. 이렇게 되면 진실로 勇士에 가깝습니다. 氣가 쇠해지면 후회합니다. 勇士와 더불어 동류가 되지만 그렇게 하는 것을 알지 못합니다. 이를 酒悖라고 합니다.”<sup>132)</sup>(『靈樞·論勇』)

(15) “팔십세가 되면 肺氣가 쇠약하고 魄이 이탈하므로 언어 구사에 실수를 잘한다.”<sup>133)</sup>(『靈樞·天年』)

(16) “건망증은 무슨 氣가 그렇게 하는가? 岐伯이 답하기를 善忘은 上氣가 부족하고 下氣가 유여하여 腸胃는 實해되 心肺가 虛하다. 虛하면 營衛가 아래 머무는데, 이런 상태가 오래되면 때때로 올라가지 못하니 그러므로 잊기를 잘합니다.”<sup>134)</sup>(『靈樞·大惑論』)

이상 경전에 나타난 사례를 통해서 질병으로 인하여 심리적 변화가 초래함을 알 수 있다. 즉 肝이 實하면 화를 잘 내고, 虛하면 두려움이 많고, 心이 實하면 웃음이 잘 그치지 않으나 虛하면 잘 슬퍼하고, 足陽明經胃脈에 병이 되면 陽盛하여 登高, 棄衣行走, 妄言 하는 등 狂症을 발생하고, 心肺 上焦의 기가 부족하면 건망증이 잘 생기고, 年老하여 원기가 부족하면 언어에 착오를 잘하는 등을 발생한다고 하였다. 그러므로 질병에 이환되면 체내의 氣血순환의 不調, 寒溫 不調 (내분비 물질인 호르몬의 변동) 등 육체적 변동이 심리적 변동을 유발함을 알 수 있다. 육체와 정신은 상호 불가분 관계로 互根이 되어 상호 영향을 준다고 할 수 있다.

132) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.297. 『靈樞·論勇』“怯士之得酒, 怒不避勇士者, 何臟使然. 少俞曰, 酒者, 水穀之精, 熟穀之液也, 其氣標悍, 其入於胃中, 則胃脹, 氣上逆, 滿於胸中, 肝浮膽橫, 當是之時, 固比於勇士, 氣衰則悔, 與勇士同類, 不知避之, 名曰酒悖也.”  
133) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.301. 『靈樞·天年』“八十歲, 肺氣衰, 魄離, 故言善誤.”  
134) 홍원식. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.345. 『靈樞·大惑論』“人之善忘者, 何氣使然. 岐伯曰, 上氣不足, 下氣有餘, 腸胃實而心肺虛, 虛則營衛留於下, 久之不以時上, 故善忘也.”

### III. 결 론

精神과 肉體의 관련된 제반 문제를 연구한바 대략 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 인체를 대표하는 精神과 肉體의 양분 인식론의 철학적 배경과 근원은 고대 동양 철학 의 양대 산맥인 道家와 儒家의 천지 자연 존재 근원에 대한 우주관에 근본해서 나왔다고 할 수 있다. 즉 古代 先賢들은 태초에 道家의 無와 儒家의 太極에 해당하는 하나의 渾淪한 一氣가 있었는데, 이 一氣가 끊임없이 동정하는 가운데 輕淸한 기운은 올라가서 하늘이 되고, 重濁한 기운은 하강하여 땅이 되었다. 그리고 하늘과 땅이 서로 교류하여 沖氣로써 만물이 태어났다고 인식했다. 萬物의 형성은 하늘로 부터 無形의 氣, 혹은 생명의 근본이 되는 미세한 물질로서 精을 부여받았고, 땅으로부터 有形의 形을 부여받았다고 보았다. 그러나 이러한 논리가 인체에 적용됨에 목적성(정신계)이 없는 단순한 물질로서의 氣와 形의 분개하는 관점에서 老子의 道, 혹은 성리학의 理와 대등한 의미로써 존재를 규제하는 주재자인 精神과 규제를 받는 形體로 분개하는 관점으로 전환하였다고 볼 수 있다.

2. 정신 상태가 육체에 영향을 주고, 육체의 상태가 정신적 심리에 변화를 준다는 것은 곧 체내 생명물질의 변화를 뜻한다. 한의학의 經典에는 생명물질로써 精·氣·神·血·津·液이 있다. 그런데 그 가운데 精氣神血이 주요물질 이라고 할 수 있다. 『黃帝內經·靈樞』「本藏篇」에 이에 대하여 말하기를 “사람의 血·氣·精·神은 생을 받들며 생명의 전신 조직에 두루 퍼져있다.”고 하였다. 역대 의가들이 생명물질의 상호 관계를 논함에 그 특징상 뚜렷한 구분이 되는 養生道家의 三寶인 精氣神三者로써 논하였다. 血은 精과 생명체에 영양물질로써 동류이기 때문에 하나로 묶어서 精으로 대표하였다. 그래서 생명의 근본 물질이 되며 형체가 있어 존재 근거로서의 精, 영양물질인 精血 등 체액을 조직으로 운반하고 신진 대사를 수행하는 동력으로써 氣, 그리고 이들을 주재하며 생명활동을 총괄하는 神으로 나누었다. 이들의 상호관계에

대하여 明代 걸출한 張景岳의 이론에 근거하면 두 가지 측면이 있다. 우선 하나는 이들은 논리상으로 서로 분리해서 말할 수 있으나 실제상에서 精·氣·神은 분리해서 말할 수 없다고 했다. 왜냐하면 물질적 재료와 같은 精이 없으면 氣와 神은 탈 존재근거가 없게 되고, 氣가 없으면 精은 마치 물이 뚝뚝 얼어서 생명물질로서 기능을 발휘 할 수 없는 것과 같고, 神이 없으면 精과 氣는 불빛 없이 어두운 굴속으로 들어가는 것과 같다. 예를 들어 현실상에서 말하면 갑자기 사고를 당해 形이 파손되어 출혈이 많아도(精의 손상) 죽게 되지만, 반면에 병으로 임종 시에 神氣가 形骸를 떠나면 또한 죽게 된다. 이와 같이 精氣神은 서로 의존하며 同生同死한다고 할 수 있다. 두 번째 문제는 精氣神의 상호 轉化하는 차서 문제이다. 이에 대하여 張景岳은 두 가지 측면으로 말했는데 즉 先天의 氣는 虛無에서 생하니, 神으로부터 화생하여 氣로 화생하고 氣가 다시 精으로 화생하는 것이고, 後天의 氣는 水穀의 精으로부터 화생하니, 精으로부터 氣로 화생하고 다시 神으로 화생하는 것이라 하였다. 景岳의 先天의 氣의 본래 의미는 道(無=神)에서 渾淪한 一氣(기)로 다시 天地(有=形=精)로 본 것이나, 無形에서 有形으로 변하는 것이고, 後天의 氣는 有形에서 無形으로 변하는 과정이라 할 수 있다. 그 외 李東垣은 “氣는 神의 祖요. 精은 氣의 子이다.”라고 하여 氣로부터 精으로 화생하고 精이 다시 神으로 화생한다고 했는데 景岳은 東垣의 견해는 “養身의 道로써 養氣를 주로 해서 말한 것이다.”라고 했다. 이는 곧 도인체조 등으로 몸을 움직여 血脈의 순환을 좋게 하고 소화를 촉진시켜 돕고, 나아가 정신력을 좋게 하는 類이라고 할 수 있다. 한편 養生道家들도 養形을 위주로 하지만 精氣神 생화 차서는 또한 東垣과 다르다. 그들의 수련법은 단전수련을 통해서 大丹을 이루어 “還精補腦”를 획득하여 真人에 이르는 것을 목적으로 한다. 그래서 그들은 이르길 “精을 수련해서 氣를 화생하고 氣를 수련해서 神을 화생하고 神을 화생하여 虛로 돌아가고 虛로 단련하여 道와 하나로 된다.”(“煉精化氣, 煉氣化神, 煉神化虛, 煉虛合道”) 그들의 생화차서는 精-氣-神으로 생화한다고 했다. 이는 景岳이 이른바 後天의 기의 차서와 같지만 그 관점은

다르다고 할 수 있다. 이상에서 精氣神 삼자는 互根이 되어 서로 의존적이며, 서로 영향을 주며, 轉化할 수 있다고 하겠다.

3. 정신작용의 장기으로써 五臟, 心 그리고 腦의 관계에 대하여 논하면, 한의학은 우선 天人合一思想과 五行思想에 근본하여 인체는 5개의 특성을 근본으로 해서 이루어졌다고 보아 五臟을 인체의 중심장기로 인식했다. 五臟의 중요성은 생명물질인 精氣神血을 저장하고 있고, 각 五臟마다 정신작용인 五神이 있고 七情에 민감한 반응을 한다고 보았다. 이 오장 가운데 또한 준비를 논한다면 心은 一身의 君主가 되어 정신작용을 통솔하니 근본장기 중에 근본이라고 하겠다. 한편 腦에 대한 한의학적 인식은 膽과 脈과 같이 精血을 저장하여 기능상으로 五臟을 닮았으나 五臟에 속하지 않고, 水穀을 소화 유통시키는 六腑와도 달라서 奇恒之腑라 하였고, 또한 髓의 海라 하였다. 髓는 腎에 속하니, 腦는 五臟에 배속하면 腎에 속한다. 腎은 精을 저장하고, 五神으로 志를 藏하는데 志는 “생각한 바를 잊지 않고 기억하는 능력(意之所存 謂之志)을 말하니, 精이 왕성하면 정신력도 왕성해진다. 또한 腦는 頭部에 있는데 『內經』에서 頭部는 五臟의 기상이 발현되는 곳으로 五官이 있어 시각, 청각, 미각, 촉각 등으로 인지능력을 발휘하므로 精明의 府라고 한다. 그리고 頭部가 기울고 눈자위가 폭꺼지면 精神이 장차 탈할 것이라 진단했으니 頭部는 五臟에 속하지 않지만 五臟의 기상이 반영되는 곳으로 매우 중시했음을 알 수 있다. 그리고 또 하나의 이론 경전인 『難經』에서 “右腎은 命門인데 생명을 창조하는 精을 藏하고 精神의 집이 되며 원기가 달려있는 곳이다.”라는 命門學說을 주장했는데, 이 학설은 아마 養生道家에 흡수되어 “還精補腦”의 이론이 탄생되었다고 본다. 道家養生法을 중시한 許浚은 『東醫寶鑑』에 道家書를 인용하여 “頭部の 중앙에 天谷(泥丸宮=뇌)있는데 元神의 府이다.”하였다. 腦를 神의 집이라는 道家와 15세기 초기 조선 시대의 의가들의 이론은 西醫의 腦 이론과 약속하지 않았는데도 서로 부합된다. 인체의 장기 손상 가운데 心을 제외하고 腦의 손상을 가장 경계했는데 즉 腦의 손상으로 일어나

는 통증이 심한 眞頭痛은 치료하지 못하고 죽는다고 하였고, 腦戶를 刺鍼하여 腦에 침이 이르면 곧 죽는다고 하였으니 五臟의 장기로서 頭部에 있는 腦를 가장 중시했다고 하겠다.

韓醫와 西醫가 인체는 여러 기관과 조직이 모여서 이루어졌다는 생각은 같지만 한의는 五行學說에 근본하여 인체를 5개의 특성 즉 기능적 동일성과 상호 유기적인 관계를 중시하는 반면에 서의는 구조적 기관 조직의 특수성 즉 개별적 부분을 중시하는 관점의 차이가 있다고 하겠다. 한의학적 관점에서 心과 腦를 통합해서 말한다면 ‘心은 精神이 發源하는 體라고 한다면 腦는 精神작용이 發顯하는 用이라고 말할 수 있을 것이다.

4. 정신이 육체에 미치는 영향에 대하여 다음과 같이 나눠 말할 수 있다.

첫째, 정신양생법으로 恬憺虛無하기를 주장했는데 이는 莊子가 이른바 寂寞無爲요. 佛家の 惺惺寂寂한 禪定에 들어간 경지요. 성리학자들이 主一無適하는 敬 공부와 상통한다고 하겠다. 이러한 精神의 淸淨하고 고요한 경지는 인체의 氣血을 잘 운행시켜 최상의 신체적 조건을 유지하여 질병이 생기지 않는다고 했다. 오늘날 새로운 치료분야로 대두하여 응용되고 있는 명상치료요법이 이에 해당한다고 하겠다.

둘째, 治病에 있어서도 治神을 우선으로 삼았다. 반면에 의술을 믿지 않거나 치료수단을 두려워하거나 생의 의욕이 없는 비정상적인 정신의 소유자는 치료하기 어렵다고 하였다.

셋째, 지나친 七情은 氣에 변동을 일으키어 五臟을 상하게 한다고 하였다.

즉 怒하면 氣가 逆上하며 肝을 상하고, 喜하면 氣가 弛緩하며 心을 상하고, 悲하면 氣가 消耗되며 肺를 상하고, 恐하면 氣가 下落하며 腎을 상하고 驚하면 氣가 散亂하며 心을 상한다.

넷째, 정신적 스트레스는 다음과 같은 병과 관련이 깊다고 하였다.

大怒하면 吐血하거나 薄厥(뇌중풍)을 유발하고, 失亡과 所願不得은 痿躄症으로 다리가 무력하여 행하지 못하고, 지나친 悲哀는 血尿症(小便出血)을 일

으키고, 憂思는 太息을 유발하고, 임신 중에 크게 놀라면 태아가 선천성 간질이 되고, 癩疾을 낳고, 暴樂暴苦하거나 始樂後苦하면 精氣를 손상하여 형체가 毀壞되고, 暴怒暴喜하면 기가 역상하고 神氣가 脫하여 죽게 된다고 하였다.

先貴後賤하여 명예에 큰 손상을 입으면 脫營이라는 병이 되고, 先富後貧하여 경제 파산을 입으면 失精이라는 병이 되는데 이병은 처음에는 형태상 변화가 없으므로 무슨 병인지 알기 어려우나 시일이 지나면 체중이 줄고 氣가 虛해지고 精이 쇠약해져서 무력해지고 추우며 때때로 놀란다고 하였다.

5. 육체의 상태가 정신에 영향을 미치는 경우이다.

첫째, 꿈은 육체적 상태를 반영한다. 陽盛하면 큰 불이 나는 꿈을 꾸고, 陰盛하면 큰 물을 꿈꾼다. 또한 소원충족을 의미한다. 배가 고프면 취하고, 배가 부르면 주는 꿈을 꾸다.

둘째, 형체가 쇠약하여 精血이 消盡되면 神이 작용하지 못하므로 치료할 수 없다.

셋째, 五臟의 병은 七情의 감정으로 표출되는 경향이 있다. 肝이 실하면 잘 怒하고, 허하면 두려워한다는 등

넷째, 年老하여 원기가 쇠약하면 언어에 실수를 잘한다.

다섯째, 陽明經이 實하면 熱이 심하여 화를 싫어하고, 陽盛하여 四肢가 實하여 높은 곳을 올라가고 옷을 벗고 달리며, 親疎를 가리지 않고 욕을 잘한다.

여섯째, 濫病이 심해져서 음식을 못 먹고 熱이 내리지 않고 狂言하고 失志하는데 死證이다. 이외에도 『內經』에 나타난 육체상태가 정신에 미치는 내용이 더 있지만 생략한다.

결론적으로 精神이 肉體에 미치는 경우가 있고, 肉體가 精神에 미치는 경우가 있는데, 이는 모두 氣가 肉體와 精神 사이에 왕래하는 결과라 할 수 있다. 그리고 실제 임상에 있어서 환자의 특성에 따라 肉體를 중시해서 치료해야 할 경우가 있고, 혹은 精神을 중시해서 치료해야 할 경우가 있겠지만, 兩者를 막론하고 行住坐臥 語默動靜을 주재하는 一身의 君主인

精神을 우선으로 전제해서 치료에 임해야하는 것은 바꿀 수 철칙이라고 하겠다.

## 참고문헌

### <단행본>

1. 郭霽春. 黃帝內經素問校注(上). 北京. 人民衛生出版社, 1992. p.6.
2. 노민희, 용준환, 이용덕, 박미영. 인체해부학. 서울. 도서출판정담. 2000. pp.30-33.
3. 段逸山. 醫古文自學應考必讀. 中國. 上海中醫學院出版社. 1992. p.45.
4. 大學中庸 附診解. 대전. 學民文化社. 2000. p.26. pp.189-190.
5. 孟子 附診解(乾). 대전. 學民文化社. 1998. pp.199-203.
6. 文山遜叟蕭天石. 養生道家概要. 台北. 自由出版社. 1979. pp.203-205.
7. 변광호, 장현갑. 스트레스와 심신의학. 서울. 학지사. 2005. pp.3-22.
8. 書經讀本. 台北. 大方出版社. 1978. p.105.
9. 수전 그린필드 著. 정병선 譯. 브레인 스토리. 서울. 지호출판사. 2004.
10. 顏昌曉. 管子校釋. 중국 호남성. 岳麓書社. 1996. p.406.
11. 楊上善. 黃帝內經太素. 서울. 대성출판사. 1991. p.329.
12. 葉霖. 難經正義. 중국. 人民衛生出版社. 1990. pp.73-74.
13. 禮記(古典影印 四書五經). 서울. 景文社. 1979. p.279, 280.
14. 王琦 等 5人. 黃帝內經今釋. 서울. 성보사. 1983. pp.5-9.
15. 王玉生. 類經評注. 西安. 陝西科學技術出版社. 1996. p.18, 28, 397, 400, 687. pp.5-6.
16. 韋利 英譯. 老子. 長沙. 湖南出版社. 1994. p.2, 14, 54, 56, 70, 76, 98, 649.
17. 劉建國, 顧寶田. 莊子譯註. 長春. 吉林文史出版社. 1996. p.42, 302, 361, 431.
18. 李梴. 編注醫學入門(內集卷二). 서울. 대성문화사. 1980. p.28
19. 張介賓. 景岳全書. 서울. 大星文化社. 1988. p.51, 52.
20. 莊萬壽. 新譯列子讀本. 臺北. 三民書局. 1979. p.2, p.59. pp.50-51.
21. 趙南國 譯. 聖學十圖. (서울)교육과학사. 1986. p.116.
22. 周易(古典影印四書五經). 서울. 景文社. 1979. p.75, 98, 554, 591, 596, 598, 599.
23. 許浚. 東醫寶鑑. 서울. 南山堂. 1989. p.201.
24. 洪元植. 精校黃帝內經. 서울. 동양의학연구소. 1981. p.11, 12, 13, 14, 16, 18, 19, 20, 24, 26, 28, 30, 33, 35, 37, 38, 50, 51, 52, 53, 55, 56, 62, 63, 66, 68, 70, 74, 76, 78, 84, 86, 88, 92, 95, 123, 127, 193, 205, 217, 220, 221, 225, 224, 225, 226, 233, 245, 256, 263, 266, 268, 269, 282, 288, 297, 301, 305, 320, 325, 345.

