

水穀의 人體內 代謝過程 설명모델*

慶熙大學校 韓醫科學事業團¹ · 慶熙大學校 韓醫科大學 原典學教室²

柳姪我¹ · 張祐彰² · 丁彰炫^{2,**}

A Theory Model for Explaining Human's Catabolism[異化作用] and Anabolism[同化作用] of Food and Drink[水穀] in Korean Traditional Medicine*

Lyu Jung-ah¹ · Jang Woo-chang² · Jeong Chang-hyun^{2,**}

¹Oriental Medical Science Center

²Dept. of Oriental Medical Classics, College of Oriental Medicine, Kyunghee University

In Korean Traditional Medicine(K.T.M.)'s theory, there are some important constitutions which constitute the human being. They are Jeong(精), Gi(氣), Sin(神), and Hyeol(血). Jeong(精) is the essential substances which constituting human body and maintaining life's activities. Gi(氣) is the vital energy or functional activities of human body. Sin(神) is a kind of Gi(氣) which is related to mentality, consciousness and thinking. Hyeol(血) is the red fluid circulating through the blood vessels and nourishing the body tissues. When a man is born, he takes Jeong(精) from his father, and Hyeol(血) from his mother. So father's Jeong(精) and mother's Hyeol(血) became the source of their children's Jeong(精), Gi(氣), Sin(神), Hyeol(血). But after be born, man need to make Jeong(精), Gi(氣), Sin(神), Hyeol(血) by himself from Foods and drinks[水穀]. This thesis was written to explain a process or a system how the Foods and drinks[水穀] change to human's Jeong(精), Gi(氣), Sin(神), Hyeol(血).

When the food and drink[水穀] put in human's mouth, Five Bu[五腑] primarily digest and change to food and drink[水穀]'s Essence and nutrients which is similar to chyme or chyle[乳糜]. Secondly, Five Jang[五臟] make Gi(氣), Jinaek(津液) - the body fluid, Jeong(精), Wigi(衛氣) - the defensive Gi, and Yeonggi(營氣) - the nutrient Gi circulating the Meridians, and Hyeol(血) from that food and drink [水穀]'s Essence and nutrients. And the information of every processing is reflected in urine. So the digestion is accomplished at not only Five Bu[五腑] but also five Jang[五臟]. The concept of digestion in this thesis is including both catabolism[異化作用] and anabolism[同化作用].

Samcho(三焦) is the recognition to the process of this digestion - catabolism and anabolism in three part.

Key Words : food and drink[水穀], digestion, catabolism[異化作用], anabolism[同化作用], Five Bu[五腑], Five Jang[五臟], Samcho(三焦)

* 이 논문은 '2007년도 2단계 두뇌한국21사업'의 지원을 받아 연구되었음.

** 교신저자 : 丁彰炫. 慶熙大學校 韓醫科大學 原典學教室.

전화 : 02)961-0337. E-mail : jeongch@Khu.ac.kr

I. 序 論

이 論文은 臨床 韓醫師들이 韓醫學의 기본 生理와 病理 명확히 알고서, 變化의 象인 환자의 病症을 파악하도록 도움을 주고자 쓴 것이다.

韓醫學의 生理와 病理라면 이미 학부시절에 적지 않은 수업시간에 걸쳐 배우고 학점을 이수하였다. 그럼에도 불구하고 많은 한의사들이 어떠한 病症이 나타나는 原因과 理致를 설명하는 데에 洋方의 여러 가지 학술체계를 빌리고, 오직 處方을 내리기 위해서만 마지못해 몇 가지 症狀들과 ‘證’이 조합된 中國식 辨 證체계를 쓰고 있다. 이러한 것이 싫어 나름대로 스승을 찾아다니며 東醫寶鑑이나 醫學入門이나 四象醫學 등을 배워 임상에 임하는 이들은, 나름대로 一家를 이루지만, 동일한 患者와 동일한 病症을 두고 전혀 다른 견해를 내어놓는 일이 빈번하다. 韓醫學의 이와 같은 현실은 결국, 우리가 한의사임에도 불구하고, 우리에게 보편적인 지식이 되어 있어야 할 韓醫學의 生理와 病理를 절대다수의 한의사들이 모르고 있다는 것을 말해준다.

왜 모르고 있느냐, 어떻게 해야 알 수 있겠느냐 등의 문제들을 따질 겨를이 없는 것 같다. 확실한 것은, 庖丁의 눈에 소가 온전한 소로 보이지 않듯이, 우리 한의사들의 눈에 환자의 臟腑와 經脈이 어떻게 돌아가는지, 氣血津液의 상태가 어떠한지, 正氣와 邪氣의 세력이 어느 쪽이 강한지, 이러한 것들이 확연히 보여야 한다는 것이다.

땀은 中風이나 癌 같이 위중한 질병도 아니고, 發熱이나 咳嗽, 疼痛 같은 급박한 증상도 아니지만, 傷寒論을 비롯한 여러 醫書들과 醫案들에서, 인체의 津液狀況을 알려주는 指標로서, 주증상과 더불어 發汗樣相을 항상 언급하여 기술하고 있다. 이것은 서양의 학과 크게 다른 점으로서, 人體를 채우고 있는 精이나 氣나, 神, 津液과 같은, 有形·無形의 세계를 넘나드는 물질들에 대한 개념이 없는 서양의학에서는 깊이 다루지 않는다. 따라서 서양의학의 生理와 病理로 질병을 파악하게 된 우리 한의사들도, 환자들의 發汗樣相으로부터 예전 우리 선조들이 얻었던 만큼의 정보를 얻지 못하고 있다. 이에 여러 가지 發汗樣相의

裏面에 있는 人體의 상황을 자세하게 辨別하여 설명함으로써, 오로지 자신의 望聞問切만으로 환자의 病症을 파악하는 한의사들에게, 인체의 津液狀況을 정확히 알려주는 發汗樣相이라는 診斷指標를 되살려주 고자 하였다.

이러한 목적으로 論文을 써 가던 중, 여러 가지 양 상의 發汗을 설명하려면 水穀이 들어와서 소화, 흡수 되어 津液을 비롯한 인체의 여러 가지 구성 물질을 만들고 땀이나 소변, 대변으로 배출되기까지의 代謝 과정 전반을 분명하게 알지 않으면 안 된다는 국면을 맞게 되었다. 왜냐하면, 水穀이 氣化되어 실제 몸에서 일을 하는 여러 가지 물질, 즉 津이나, 液, 血, 營·衛氣 등이 되는 각 단계에서 모두 發汗이 될 수 있으며, 땀의 주재료가 되는 체내 물질이 한 가지가 아니라는 것을 알게 되었기 때문이다. 하여, 결국 水穀의 人體內 代謝過程에 대해서 별도로 하나의 論文을 먼저 쓰게 되었다.

水穀의 體內代謝 과정과 精, 神, 氣, 血, 營·衛氣 등에 관해서는 『黃帝內經·素問』 「經脈別論」과 『黃帝內經·靈樞』 「榮衛生會」, 「決氣」, 「本藏」 등에 다른 篇에 비해서 비교적 상세한 내용이 나와 있으며, 스승이신 朴贊國 先生께 『감기를 알면 건강이 보인다.』¹⁾ 등의 著述과 講義를 통하여 水穀이 몸속에 들어와 땀 등 몇몇 腑만이 아니라 五臟과 인체 조직에 깊이 들어가 五行循環을 거치고 나서 체외로 배출된다는 가르침을 받았다. 여기에, 韓醫學에 入門하여 지금까지 다듬어 온 陰陽과 五行의 認識들과, 骨髓에서 조혈모세포를 만들며, 혈액생성에 중요한 역할을 하는 에리트로포이에틴 같은 호르몬이 腎臟에서 만들어진 다는 서양의학적인 지식을 바탕으로 水穀의 人體內 代謝過程 전반에 대해 하나의 설명 모델을 만들어보 고자 한다.

살아 움직이는 人體의 變化象을 時間의 흐름에 따라 옮겨가는 양상으로 단순화시켜 설명하는 것이 傳統學問의 근본정신에 부합하지 않음을 안다. 그러나 본래의 뜻을 잃을 우려를 다소 각오하고서라도, 한의 학의 生理와 病理를 同時代의 사람들 누구나 쉽게 이

1) 朴贊國 著. 감기를 알면 건강이 보인다. 경기도 과천시. 집 문당. 2007.

해하고, 그에 따라 질병치료를 할 수 있도록 만들어 내어놓는 것 또한 이 시대에 原典을 전공으로 하는 사람의 사명이라 여긴다. 그것이 서양의 生理와 病理와 診斷에 韓藥과 鍼術만 붙여 쓰는 지금 한의계의 보편현실 보다는 훨씬 낫지 않겠는가?

II. 本 論

지금부터 水穀의 人體內 代謝過程에 대한 설명 모델을 根據를 들어 서술해보겠다.

1. 腑에서 이루어지는 飲食物의 1차 消化

1) 口腔에서 肛門까지

우선 水穀이 입을 통하여 체내에 들어와 가장 먼저 가는 곳은 胃이다. 여기에 대해서는 『黃帝內經·靈樞』「榮衛生會」²⁾에서나 『黃帝內經·素問』「經脈別論」³⁾에서 다른 점이 없다. 그리고 문장 내에서 다음 구절을 보면 보통 脾나 肺, 肝, 心의 작용을 쓰고 있고 膽이나 小腸, 大腸 등을 거치거나 작용을 받는 것을 말하고 있지 않다. 그렇다고 이리하게 脾나 肺, 肝, 心의 작용을 언급한 후에 나머지 腑의 작용을 쓰기도 않는다. 그러므로 음식물이 胃로 들어갔다, 혹은 음식물이 胃로 내려갔다 하는 한 구절에 우리가 양방에서 배운 일반적인 음식물의 소화과정이 모두 포함되어 기술되어 있다고 보아야 할 것이다. 즉, 음식물이 입으로 들어가서 咽門을 지나 식도를 거쳐 胃에 가서 소화가 되고 십이지장, 소장을 거치면서 膽汁 등의 도움을 받아 영양분(水穀의 精微가 됨)이 흡수되고 대장에서 수분(水穀의 津液)이 흡수되는 일련의

과정을 ‘飲食入胃’ 혹은 ‘飲食下胃’라는 한 구절로 말하고 있는 것 같다. 『黃帝內經·素問』「靈蘭秘典論」⁴⁾에서는 6臟 6腑의 象을 12官職의 職務에 견주어서 小腸을 ‘受盛之官, 化物出焉’으로 大腸을 ‘傳導之官, 變化出焉’으로 따로 말하기도 하였으나, 일반적으로 水穀이 체내에 들어가서 어떠한 변화를 거쳐서 어느 臟에 가서 어떠한 역할을 한다 할 때에는 小腸이나 大腸의 단계는 언급되지 않고 ‘飲食入胃’라는 구절 속에 포함되어 생략되는 것 같다. 그 이유는 口腔에서부터 肛門에 이르기까지의 음식물이 직접 지나가는 통로는, 體內에 있지만 外物과 직접 맞닿을 수 있는 일종의 表面으로써, 간단한 해부만 해 보아도 그 하는 일을 어렵지 않게 알 수 있기 때문일 것이다. 이러한 점을 『黃帝內經·素問』「五臟別論」에서는 “水穀이 입에 들어간 즉 胃가 實하여지고 腸이 虛하여지며, 음식이 내려간 즉 腸이 實하여지고 胃가 虛하여지므로 六腑는 實하여지고 滿하지 않는다⁵⁾.”, “무릇 胃, 大腸, 小腸, 三焦, 膀胱 이 다섯 가지는 하늘의 기운이 생한 바이므로 그 氣가 하늘의 象을 띠어 瀉되 藏하지 않으며, 五臟의 濁氣를 받으므로 傳化之府라 이름한다. 여기에는 오래도록 머무를 수 없으니 운반하고 瀉한다⁶⁾. 魄門⁷⁾도 또한 五臟의 부리는 바로 水穀이 오래도록 藏하여질 수 없다.”⁸⁾는 문장으로 서술하고 있다.

앞에서, 소화시킨 음식물의 영양분 흡수는 괄호를

2) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.119. “岐伯答曰, 人受氣於穀, 穀入於胃, 以傳與肺, 五臟六腑, 皆以受氣.” “黃帝曰, 人有熱, 飲食下胃, 其氣未定, 汗則出, 或出於面, 或出於背, 或出於半身, 其不循衛氣之道而出, 何也?”

3) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.86. “食氣入胃, 散精於肝, 淫氣於筋. 食氣入胃, 濁氣歸心, 淫精於脈.” “飲入於胃, 游溢精氣, 上輸於脾, 脾氣散精, 上歸於肺, 通調水道, 下輸膀胱.”

4) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.34. “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. 膽者, 中正之官, 決斷出焉. 膻中者, 臣使之官, 喜樂出焉. 脾胃者, 倉廩之官, 五味出焉. 大腸者, 傳道之官, 變化出焉. 小腸者, 受盛之官, 化物出焉. 腎者, 作強之官, 伎巧出焉. 三焦者, 決瀆之官, 水道出焉. 膀胱者, 州都之官, 津液藏焉, 氣化則能出矣.”

5) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.42. “水穀入口則胃實而腸虛, 食下則腸實而胃虛, 故曰實而不滿, 滿而不實也.”

6) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.42. “夫胃, 大腸, 小腸, 三焦, 膀胱 此五者, 天氣之所生也, 其氣象天, 故瀉而不藏, 此受五臟濁氣, 名曰傳化之府, 此不能久留, 輸瀉者也.”

7) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.42. “柯校에 ‘魄’ 卽 ‘粕’이라 하였다.”는 注가 있는 것과 文意로 보아 항문을 말하는 것으로 보인다.

8) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.42. “魄門亦爲五臟使, 水穀不得久藏.”

하여 水穀의 精微가 된다고 설명하였고 수분 흡수는 水穀의 津液이라 설명하였는데, 이는 『靈蘭秘典論』의 ‘受盛之官, 化物出焉’, ‘傳道之官, 變化出焉’의 문장을 해석하여 설명모델에 반영한 것일 뿐만 아니라, 앞으로 생성될 人體의 精氣나 人體의 津液과 구별되는, 체내에서 消化되어 만들어진 水穀의 精微 및 津液이라는 것을 분명히 해두고자 해서이다. 그 이유는, 序論에서 脾胃의 津液이 여러 가지가 될 수 있다고 하였는데, 바로 이렇게 人體의 氣나 津液으로 바뀌기 전의 막 소화된 水穀의 精微나 津液이 脾胃의 津液이 될 수 있으며, 따라서 특히 ‘津液’이라 했을 때 腐熟된 水穀의 津液인지, 그것을 가지고 人體에서 쓰일 수 있게 가공한 人體의 津液인지 구분하여 인식할 필요가 있기 때문이다. 『黃帝內經·靈樞』「榮衛生會」에서 “사람에게 熱이 있으면 음식이 胃로 내려가 그 氣가 定하여지기도 전에 脾胃가 즉시 나온다.9)”고 한 경우나 『黃帝內經·素問』「經脈別論」에서 “飲食을 배부르게 먹는 것이 甚하면 脾胃가 나오다.10)”고 했을 때의 脾胃의 津液이 되는 것은 腐熟된 水穀의 精微, 혹은 津液으로서, 그 氣가 定하여지지 않았다는 것은 精微나 津液으로 1차 바뀌어진 水穀이 人體에서 쓰일 여러 가지 氣들, 즉 津이나 液, 衛氣나 營氣, 血 들 중 어느 것으로 될지 결정되지 않았다는 뜻으로 보인다.

이들 人體에서 쓰일 여러 가지 氣에 관해서는, 『黃帝內經·靈樞』「決氣」의 “듣는데 사람에게 있는 精·氣·津·液·血·脈이 나의 뜻에는 한 가지의 氣인데 지금에 분별하여 여섯 가지로 이름하는 까닭을 모르겠다.11)” 하는 문장과, “여섯 가지 氣가 각각 나누어 주하는 바가 있으나 五穀과 脾胃가 여섯 가지 氣의 큰 바다가 된다.12)”하는 문장으로 보아 모두 水穀을 재료로

하여 만들어져서 각기 쓰임에 따라 모양새와 이름을 달리함을 알 수 있다.

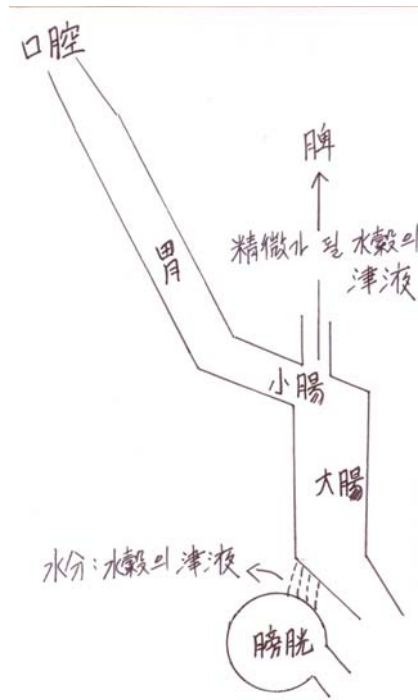


그림 2. 脾胃에서 이루어지는 飲食물의 1차 消化

2) 膀胱의 作用

지금까지의 서술에서 六腑 중 三焦와 膀胱의 작용이 언급되지 않았다. 먼저 膀胱의 작용에 관해서는 『黃帝內經·靈樞』「榮衛生會」에서 “下焦는 도는 장[廻腸13]과 膀胱으로 흘러서 스며들어가는 것으로 나뉜다. 그러므로 水와 穀이 평소에 胃 속에서 함께 머무르다가 糟粕을 이루어 모두 大腸으로 내려와 下焦를 이루는데, 스며 나온 것들이 모두 아래로 와서 고르게 섞여 별도의 汁을 흘려보내니, (이 즙이) 下焦를

13) 小腸 중 回腸과 大腸을 합하여 일컫는 말인 듯하다. 回腸은 복강 내에서 구불구불한 모양을 하고 있으며, 大腸도 上行結腸·橫行結腸·下行結腸이 합하여 전체적으로 하나의 큰 원을 그리는 모양을 하고 있으므로 전체적으로 ‘도는腸’이라 할 수 있다. 또한, 回腸은 小腸에 속해있긴 하지만 소화액 분비와 영양분 흡수 기능이 많지 않아 기능상으로는 大腸에 가까우므로, 下焦에 속한다고 볼 수 있다.

9) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞, 서울, 東洋醫學研究院 出版部, 1985. p.119. “人有熱, 飲食下胃, 其氣未定, 汗即出.”

10) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞, 서울, 東洋醫學研究院 出版部, 1985. p.86. “飲食飽甚, 汗出於胃.”

11) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞, 서울, 東洋醫學研究院 出版部, 1985. p.168. “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.”

12) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞, 서울, 東洋醫學研究院 出版部, 1985. p.168. “六氣者, 各有部主也, 其貴賤善惡, 可爲常主, 然五穀與胃爲大海也.”

돌아 膀胱으로 스며들어간다.14)”고 하였다. 그러나 『黃帝內經·素問』「靈蘭秘典論」에 “膀胱은 州都之官으로 津液을 藏하였다가 氣化되면 능히 내보낸다.15)”고 한 것이나, 朴贊國의 저서 『감기를 알면 건강이 보인다』 중 “땀이 혈관 밖에서 일어나는 생화작용이라면 소변은 혈액 내에서 일어나는 생화작용인 것이다. 우리가 물을 먹으면 물이 그냥 소변으로 나오는 것이 아니라 물도 곡기와 같이 오행순환을 거치고 배출된다. 그러므로 식은땀이나 설사같이 그냥 몸속을 거쳐 나오는 것이 아닌 것이다. 즉 물이 위장에서 흡수되어 비장을 거쳐 간과 심장을 통하여 폐까지 갔다가 폐의 수강작용을 받아 배출되어야 하는 것이다. 이를 구체적으로 말한다면, 물이 일단 흡수되면 몸 안에서 오행의 순환을 거쳐야 한다는 것이다. 즉 음식물의 영양물질이 간으로 가서 저장되었다가 심장을 거쳐 조직에 분포되어 기를 조직에 주면 조직에서 이 기를 사용하고 이때 나오는 노폐물의 가스는 피부로 배출되고 액체 노폐물은 소변으로 배출되는 것이다. 우리 몸에 들어오는 기나 폐기물이 된 기, 그리고 우리 몸에 유익한 정기는 모두 물속에 저장된다. 물이 이렇게 오행 순환을 하는 것이 얼마나 중요한지를 알 수 있을 것이다.16)”는 내용으로 보아 小便과 관계되는 膀胱의 작용이 여기에서 그치는 것이 아닌 것으로 생각된다. 즉, 膀胱의 作用은 水穀의 精微와 津液이 五臟을 돌면서 앞서 말한 여섯 가지의 氣로 分化·生成되는 氣化作用(五臟에서의 2차 消化)과 함께 다루어야 좀 더 온전한 설명이 될 것이다.

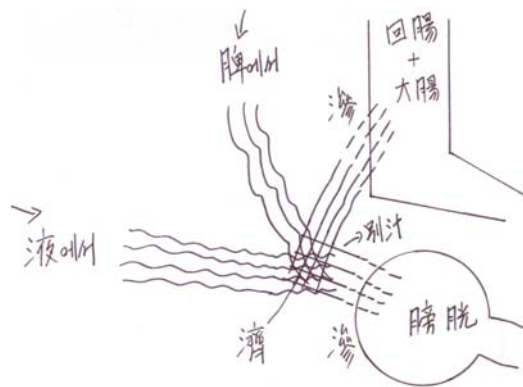


그림 3. 廻腸과 膀胱으로 구성된 下焦

3) 三焦

三焦에 관해서는 『黃帝內經·素問』「靈蘭秘典論」의 “決瀆之官으로 물길이 나온다.17)”는 문장만 보면 다른 臟이나 腑같이 하나의 독립된 臟腑인 것 같으나, 『黃帝內經·靈樞』「榮衛生會」에서 上焦, 中焦, 下焦로 나누어 그 작용과 부위를 자세하게 언급한 것18)으로 보면 인체를 크게 上, 中, 下 세 부위로 나누어 각각의 部位와 그 부위에 속하는 臟腑나 經絡 등에서 일어나는 일을 포괄적으로 認識하는 것으로 생각된다. 하여, 著者は ‘三焦란 水穀이 우리 몸에 들어와서 소화

14) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.120. “下焦者, 別廻腸, 注於膀胱 而滲入焉. 故水穀者, 常并居於胃中, 成糟粕, 而俱下於大腸而成下焦, 滲而俱下, 濟泌別汁, 循下焦而滲入膀胱焉.”
 15) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.34. “膀胱者, 州都之官, 津液藏焉, 氣化則能出矣.”
 16) 朴贊國, 감기를 알면 건강이 보인다. 서울. 집문당. 2007. p.138.

17) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.34. “三焦者, 決瀆之官, 水道出焉.”
 18) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. pp.119-120. “黃帝曰, 願聞三焦之所出. 岐伯答曰, 上焦出於胃上口, 並咽以上, 貫膈而布胸中, 走腋, 循太陰之分而行, 還至陽明, 上至舌, 下足陽明, 常與營俱行於陽二十五度, 行於陰亦二十五度, 一周也, 故五十度而復大會於手太陰矣. 黃帝曰, 人有熱, 飲食下胃, 其氣未定, 汗則出, 或出於面, 或出於背, 或出於身半, 其不循衛氣之道而出, 何也. 岐伯曰, 此外傷於風, 內開腠理, 毛蒸理泄, 衛氣走之, 固不得循其道, 此氣慄悍滑疾, 見開而出, 故不得從其道, 故命曰漏泄. 黃帝曰, 願聞中焦之所出. 岐伯答曰, 中焦亦並胃中, 出上焦之後, 此所受氣者, 泌糟粕, 蒸津液, 化其精微, 上注於肺脈, 乃化而爲血, 以奉生身, 莫貴於此, 故獨得行於經隧, 命曰營氣. 黃帝曰, 夫血之與氣, 異名同類何謂也. 岐伯答曰, 營衛者, 精氣也, 血者, 神氣也, 故血之與氣, 異名同類焉. 故奪血者無汗, 奪汗者無血, 故人生有兩死, 而無兩生. 黃帝曰, 願聞下焦之所出. 岐伯答曰, 下焦者, 別廻腸, 注於膀胱, 而滲入焉. 故水穀者, 常并居於胃中, 成糟粕而俱下於大腸, 而成下焦, 滲而俱下, 濟泌別汁, 循下焦而滲入膀胱焉. 黃帝曰, 人飲酒, 酒亦入胃, 穀未熟而小便獨先下, 何也. 岐伯答曰, 酒者, 熟穀之液也, 其氣悍以清, 故後穀而入, 先穀而液出焉.”

되고 흡수되어 여러 가지 종류의 氣로 바뀌어지는 과정과, 이러한 과정에서 나온 氣들의 작용범위, 그리고 氣를 만들고 남은 노폐물들이 몸 밖으로 나오기까지의 과정, 이 모두를 統括적으로 認識한 것이다.'라는 概念을 설정하여 가지고 있다. 마치 '水穀의 한살이'와 같은 것으로서, 水穀이 들어가지 않은 상태에서는 인체에서 三焦를 찾아볼 수가 없을 것이다. 水穀이 들어가야 비로소 胃에서 腐熟작용을 하고 中焦에서 쪼여서 그 蒸氣가 위[上]로 올라가 肺를 비롯한 上焦에 안개처럼 끼고, 다시 中焦에서는 五臟循環을 거쳐 血로 변환 營氣가 經脈의 순환을 시작하며, 下焦에는 大腸으로 내려온 糟粕과 膀胱에 고인 津液이 보인다. 즉, 설비만 갖추어져 있던 공장에 원료가 들어오면 기계가 돌아가면서 여러 단계의 產物이 나오는데, 그러한 과정 자체가 하나의 시스템이 되는 것과 같다. 여기에는 물론, 生産에 사용된 機械와 原料와 方法과 그에서 나오는 產物과 마지막의 廢棄物 처리 까지, 여러 가지 요소가 포괄적으로 들어가 있다. 三焦라는 것도 人體에서 일어나는 이러한 水穀 加工 시스템을 認識하고, 그것을 쉽게 上·中·下 세 단계로 나누어 옛 사람들이 이름 지어놓은 것이 아니겠는가 하는 것이다. '焦'라는 것은 '탄다', '태운다'는 뜻¹⁹⁾으로, 水穀에 熱을 가하여 여러 가지 화학변화를 일으키는 象을 '焦'라는 단어로 取象한 것으로 볼 수 있다. 그러므로 三焦가 小便과 관련하여 물길(水道)만 낸다고 생각하는 것은 三焦에 관한 온전한 인식이라고 할 수 없을 것이다. 물길을 내는 것을 포함하여, 水穀이 人體에 들어와서 나가기까지 진행되는 모든 상황 전체를 일컫는 것이라고 보아야 타당할 것이다.

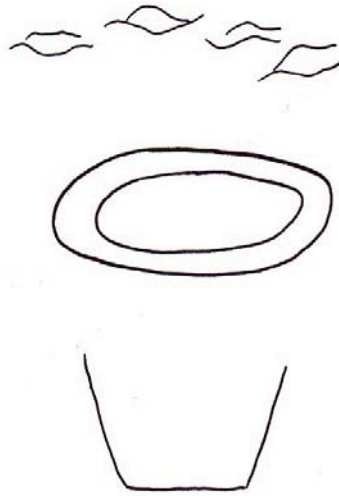


그림 4. 上焦는 구름과 같고, 中焦는 도량과 같으며, 下焦는 하수구와 같음²⁰⁾.

2. 五臟에서의 2차 消化(蒸溜로 體內에 필요한 물질을 만듦)

1) 脾에서 肺로

『黃帝內經·靈樞』「榮衛生會」篇을 보면 中焦에서 營氣가 나오는 과정을 서술하는 문장 중에 '津液을 쪼서 보다 순수하고 미세한 물질로 바꾸어 위[上]로 올라가 肺脈으로 흐르도록 한다²¹⁾'하는 것이 脾臟이 하는 일을 잘 말해주고 있다. 여기서 津液은, 물론 水穀이 1차로 소화되어 만들어진 액체상태의 영양물질을 말한다. 쪼다는 것은 熱을 가하여 氣化시킨다는 뜻으로 이렇게 하면 액체가 기체로 형태가 바뀔 뿐만 아니라 익어서[熟] 質의 변화가 일어나게 된다. 자연계에서 어떠한 물질이 익으면 甘味가 많아지고 따라서 익지 않았을 때보다 陽氣가 더욱 활성화된다. 陽氣가 활성화되면 자연히 위[上]로 올라간다. 그러나 體內

19) 東亞出版社 漢韓大辭典編纂部. 東亞 漢韓大辭典. 서울. 東亞出版社. 1982. p.1079.

20) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.120. "上焦如霧, 中焦如瀾, 下焦如瀆."

21) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.120. "蒸津液, 化其精微, 上注於肺脈."

에서 일어나는 일이므로 완전히 증발하여 날아갈 수 없고 경계에 가서 머무르게 되는데, 이리되면 운동성이 떨어져서 온도가 내려가므로 안개처럼 뿌옇게 서리게 된다. 脾臟이 하는 일을 말해주는 이와 비슷한 문장이 『黃帝內經·素問』「奇病論」에도 나오니, “무릇五味가 입으로 들어가 胃에 간직되는데, 脾가 胃를 위하여 그(氣化하여 된) 精氣를 가계 한다²²⁾.”고 하였다.

脾가 이렇게 水穀의 津液을 썬서 精微한 물질로 바꾸어 위[上]로 가도록 할 수 있는 것은 자체에 많은 陽氣와 熱을 지니고 있기에 가능할 것이다. 이러한 陽氣와 熱을 지닐 수 있는 것은 下焦 元陽의 도움을 받은 것일 수도 있고, 胃를 감싸고 있으면서²³⁾ 胃가 水穀을 소화시킬 때 나오는 熱을 전해받은 것일 수도 있고, 또는 가운데 臟으로서 土德의 轉化로 볼 수도 있을 것이다. 어쨌거나 많은 陽氣와 熱을 가지고, 腑에서 消化하여 津液의 상태로 된 水穀을 썬서 質과 形의 변화를 일으킴으로써, 체외의 물질인 水穀이 체내 구성물인 津이나 液²⁴⁾, 衛氣, 營氣, 血 등으로 바뀌는 五臟 作用을 받을 수 있는 자격을 갖추도록 한다. 동시에 이러한 過程 자체가 첫 번째 五臟 作用이 되므로, 그 重要성과 比重이 매우 크다. ‘血이 脾에 의해 化生된다²⁵⁾’든지, ‘後天의 本’이라든지 하는 것이 모두 이러한 重要性을 認識하여 나온 말일 것이다. 특히 『醫宗必讀·腎爲先天本脾爲後天本論』에서는 “脾를 어찌하여 後天의 本이라 하는가? 中략. 穀食이 胃로 들어가 六腑를 거쳐서 氣가 이르르며, 五臟에서 和하고 調하여서 血이 생기어, 사람이 이를(氣와 血을) 밀친으로 하여 생명을 유지하므로, 後天의 根本이 脾에 있다고 한다²⁶⁾.”고 하여 水穀이 六腑

뿐만 아니라 五臟의 作用을 받아야 血로 바뀔 수 있으며, 그렇게 되기 위해서는 脾의 역할이 중요함을 분명하게 말하고 있다.

한편, 精微한 氣로 바뀌지 못하였거나, 水穀의 津液이 精微로 썬지는 과정에서 나오는 노폐물은 大腸을 통하여 下焦로 내려가서 걸러지고 스며 나온 다음 다른 氣化과정에서 나오는 노폐물들과 함께 섞여서 별도의 汁을 이루어 膀胱으로 스며들어가게 된다²⁷⁾. 여기서는 상부로 올라간 水穀의 精微를 따라 肺로 가겠다.

2) 肺의 作用 - 인체의 쓰임새에 맞춘 ‘氣’가 만들어지며, 여기에서 津과 液이 생성된다.

脾의 작용에 의해서 肺로 간 水穀의 精微가 구체적으로 어떠한 과정을 거쳐서 血이 되고 營氣가 되었는지 자세히 설명해주는 문구를 찾기가 쉽지 않다. 그러나 五臟의 作用을 거치는 과정을 脾에서 시작하여 肺로 이어진 이상, 계속해서 腎과 肝의 작용을 받고 다시 中焦로 와서 心臟의 작용을 마지막으로 받아서 붉게 변하여²⁸⁾ 脈管 內를 흐르는 血과 營氣가 된다고 보아야 理致에 합당할 것이다.

肺에서 일어나는 가장 눈에 띄는 일은 呼吸이다. 『黃帝內經·靈樞』「決氣」에서 “무엇을 일러 氣라 하나냐?²⁹⁾”는 黃帝의 물음에, 岐伯이 “上焦가 열려서 發함에 五穀의 味가 퍼져서 피부에 연기가 끼듯이 끼며, 몸을 채우며, 터럭에 고이는데 (이러한 象이) 마치 안개가 서리고 이슬이 맺힌 것 같으니, 이것을 일러 氣라 합니다³⁰⁾.”고 대답하는데, 여기서 ‘上焦가 열려서 發한다’는 것이 바로 肺의 호흡작용을 말하는

22) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.176. “夫五味入口, 藏于胃, 脾爲之行其精氣.”
 23) 허준 지음. 김형준, 최철한, 전지훈, 남무길, 강영희, 성민규, 안상영 옮김. 對譯 東醫寶鑑. 경남 하동군 화개면. 동의보감출판사. 2006. p.248. 脾臟圖
 24) 앞에서 水穀의 津液과 人體의 津液을 구분해야 할 필요성을 말한 바 있다. 여기서는 人體의 津液을 뜻한다.
 25) 朴贊國 編譯. 臟象學. 서울. 成輔社. 1992. p.180. “『景岳全書』에서 血은 '비에 의해 化生된다(生化于脾)'고 하였다. 脾胃의 생리기능은 기혈이 생성되는 과정의 중요한 一環이므로, 脾胃를 '氣血生化的 來源'이라 한다.”

26) 朴贊國 編譯. 臟象學. 서울. 成輔社. 1992. p.178. “脾何以爲後天之本? 中略. 穀入于胃, 瀝陳于六附而氣至, 和調于五臟而血生, 而人資之以爲生者也, 故曰後天之本在脾.”
 27) 앞의 本論 「(2)膀胱의 作用」 본문 내용 중 『黃帝內經·靈樞』「榮衛生會」下焦 문장 해석 참조.
 28) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.168. “中焦受氣, 取汁變化而赤, 是謂血.”
 29) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.168. “何謂氣?”
 30) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.168. “上焦開發, 宣五穀味, 熏膚, 充身, 澤毛, 若霧露之溉 是謂氣.”

것으로 볼 수 있다. 脾의 작용으로 肺脈으로 올라온 水穀의 精微(여기서는 ‘五穀의 味’라 하였다.)가, 呼吸運動을 동력으로 하여, 體表의 末端인 皮와 毛까지 펼쳐지고, 이리하여 末端에 서려있거나 혹은 냉각되어 이슬처럼 맺히기도 한 것이 우리 몸을 채우는 ‘일반적인 氣³¹⁾’가 되는 것이다. 여기서 중요한 대목은, 脾의 작용을 받았다고는 하나 아직 體外 物質인 ‘水穀의 精微’가 體內 物質인 ‘人體의 氣’로 비로소 바뀌었다는 점이다. 이러한 중대한 변화가 일어나는 데에, 水穀의 精微가 단순히 ‘펼쳐지기[宣]’만 해서 된다고 하면 무언가 미진한 점이 있다. 그리고 앞서 脾臟의 작용을 설명하면서 ‘위로 肺脈으로 흐르도록 한다³²⁾’고 하여 ‘脈’이 갑자기 나온 것도, 짚고 가야 할 대목이다. 또한, 肺가 氣를 주관한다[肺主氣]는 것을 설명하면서, ‘肺는 인체의 氣를 생성하는 중요한 작용을 하는데, 인체의 氣는 선천의 精氣, 수곡의 精氣, 자연의 淸氣가 결합하여 만들어진³³⁾’든지, ‘肺는 대기를 정기와 곡기에 합하여 기를 태우는 단계이다. 그리하여 조잡한 것은 버리고 알짜만 골라 거두어들이는 단계이다³⁴⁾’라 하여, 새로 만들어진 水穀의 精微와 呼吸을 통하여 大氣로부터 들어온 淸氣 외에 본래 있던 인체의 氣가 더해져서 새로운 氣가 만들어짐을 말하고 있다. 그렇다고 한다면 본래 있던 인체의 氣는 어떠한 방법으로 肺에서 일어나는 이러한 새로운 氣의 生成에 참여하는 것일까?

이러한 여러 문제에 대한 해답의 실마리를 『黃帝內經·素問』「經脈別論」에 肺가 百脈을 朝하는 과정을 설명하는 문장에서 찾을 수 있을 것 같다. 문장을 읽어보면, “食氣가 胃로 들어감에 탁한 기운이 心으로 돌아가 脈에 精을 스며들게 하니, 脈의 기운이 經을 흐르고, 經에 흐른 氣는 肺로 돌아가므로 肺가 모든 맥[百脈]의 조회를 받으며, (또한) 精을 皮毛로 보내니, 毛와 脈의 精이 합하여 府에 氣가 가게 한다.³⁵⁾”

31) 衛氣나 營氣처럼 특수성을 띄지 않는 초기단계의 평범한 氣를 말한다.

32) 각주 19 참조

33) 朴贊國 編譯. 臟象學. 서울. 成輔社. 1992. p.171.

34) 朴贊國. 감기를 알면 건강이 보인다. 서울. 집문당. 2007. p.187.

35) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.86. “食氣入胃, 濁氣歸心, 淫精於脈. 脈

고 하였다. 이 문장은 水穀이 입으로 들어가 六腑와 五臟의 작용을 모두 거친 후 血이 되어 脈管 내를 흐르게 된 후의 과정을 설명하는 것으로, 문장 중 ‘탁한 기운’이란 氣에 비해 탁한 ‘血’을 일컫는 것으로, ‘脈에 스며드는 精’은 ‘營氣’를 말하는 것으로 볼 수 있다. ‘스며든다[淫]’는 용어를 쓴 것은 원래 있는 血에 새로 만들어진 血이 더해지기 때문인데, 血이 心의 작용을 받아 脈管 내를 순환함으로써 비로소 ‘營氣’의 특성을 지니게 되기 때문이기도 하다. 營氣를 ‘精’이라 할 수 있는 이유는 뒤에 설명하겠다. 이렇게 經脈을 돌던 氣는 모두 肺에게 불려가 肺를 만나야 한다. ‘朝’에는 ‘흠어져 있던 것을 불러 모아서 본다’는 뜻³⁶⁾이 있는데, 이렇게 하는 이유는 經을 돌아다니서 손상되고 지치고 더러워진 氣를 새로운 氣로 회복시켜주기 위해서이다. 그러므로 經을 순환하던 百脈에서 불려온 기존의 營氣(人體의 精氣)에 呼吸을 통하여 들어 온 大氣의 淸氣, 새로 만들어진 水穀의 精微(水穀의 精氣)가 합하여져서 새로운 인체의 氣가 만들어지는 것으로 볼 수 있다.

그런데 이러한 血에 녹아있는 營氣와, 호흡을 통하여 大氣 중에서 들어 온 淸氣와 脾에 의해 쪼여서 肺脈으로 온 수곡의 精微, 이렇게 淵源과 性質이 다른 물질이 만나서 아무런 상호작용 없이 조화롭게 그냥 섞이기만 하기는 힘들 것이다. 더구나 이미, 經脈을 돌아서 노폐물을 싣고 있는 血에 녹아 있던 營氣는 이러한 노폐물을 떨쳐내어야 새로운 氣를 받을 수가 있을 것이다. 따라서 酸素를 많이 간직하고 있는 淸氣와 합해져서 체표말단인 皮毛로 뿜어지는 과정 중에 營氣에 실려 있던 노폐물이 淸氣에 많이 녹아 있는 酸素에 의해서 태워지며, 이렇게 해서 순수해진 氣[人體의 精氣]가 水穀의 精微[水穀의 精氣]와 합해지는 과정이 앞서 해석한「經脈別論」문장 중 ‘毛와 脈의 精이 합한다.’고 한 대목이라 볼 수 있다.

이렇게 새로 만들어진 氣는, 아직 거칠어서 脈管內를 循環할 수 있을 만큼 純粹하지 못하므로, 脈管內로 다시 들어가는 것이 아니라 皮膚나 毛孔이나 기

氣流經, 經氣歸於肺, 肺朝百脈, 輸精於皮毛, 毛脈合精, 行氣於府.”

36) 東亞出版社 漢韓大辭典編纂部. 東亞 漢韓大辭典. 서울. 東亞出版社. 1982. p.834.

다 氣로 채워져야 할 부분을 체표의 말단에서부터 차례로 채워 들어오게 된다. 이것이 온몸을 적시고 마지막에 腎臟의 영역에까지 오면, 고여서 骨과 腦髓를 채우고 그 기능을 돕는 '液'이 되며, 체표에 가까운 곳에 있다가 液化되어 腠理를 통하여 體外로 배출될 수 있는 것은 '津'이라 한다. 이때의 津과 液은 물론 인체에서 스스로의 쓰임새에 맞추어 새로이 만들어진 '人體의 津液'이며, 모두 肺에서 새로이 만들어진 '人體의 氣'로부터 생겼다.

그러나 그 위치하는 곳과 하는 일이 좀 다른 것 같다.『黃帝內經·靈樞』「決氣」를 보면, “腠理가 發하여 새게 되면 땀이 溱溱하게 나오니, 이것을 일러 津이라 한다.³⁷⁾” 하였으며, 液에 대해서는 “穀食이 들어가서 氣가 채워짐에 적시고 적서서 骨로 흐르며, 骨의 類屬들이 屈伸하므로 새어나와 腦髓를 적시고 補益한다. (이리되면) 皮膚에 潤澤한 象이 나타나니 이것을 일러 液이라 한다.³⁸⁾”고 '津'과 '液'을 나누어 설명하였다. 먼저 '津'에 대하여, 우리가 일상에서 '津'이라는 말을 사용하는 경우를 보면, 나무나 풀줄기 등에 상처가 나서 밖으로 스며 나오는 즙을 진이라 하고, 사람이 땀을 많이 내거나 일을 많이 하여 기운이 줄어든 것을 보고 진이 빠졌다고 한다. '津'은 원래 '나루'라는 뜻³⁹⁾으로 나루는 강을 건너기 위하여 잠시 배를 기다리는 곳을 말한다. 그러므로 津은 體外로 나오기 위한 氣가 고여서 액체 상태로 된 것으로 볼 수 있다. 한편 『東醫寶鑑·內景』「津液」에서는 液에 관해서 특별히 「腎臟이 液을 主한다[腎主液]」고 하여, 「難經」의 「腎은 五液을 주관하여 五臟으로 나누어 보낸다. 肝에 들어가면 淚가 되고, 心에 들어가면 汗이 되고, 脾에 들어가면 涎이 되고, 肺에 들어가면 涕가 되고, 腎에 들어가면 唾가 된다⁴⁰⁾.”는 문장을 인용하

여 설명하고 있다. 이 문장과 「決氣」편의 설명을 종합하여 보면, 液은 骨과 腦髓, 眼窩, 鼻腔, 口腔 등을 채우고 있는 액체로서, 津에 비하여 五臟과 직접 연결된 五官이나 骨, 腦髓 등을 채워서 營養하므로 한층 더 정미로운 것임을 알 수 있다.

설명이 이쯤에 이르면, “膀胱은 고을의 도읍과 같은 官으로서 津液을 간직하니, 氣化作用이 일어나면 능히 내보낸다.”하는 『黃帝內經·素問』「靈蘭秘典論」의 문장은 그럼 무슨 말인가 하는 의문이 들 것이다. 膀胱은 腎에 배속되므로, 다음 순서인 '(3)腎臟 및 膀胱의 作用'에서 계속해서 津液에 관하여 생각해보기로 하겠다.

여기서는 다만, 液의 경우 腎臟에서 主한다고는 하나, 津이나 液 모두 그 生成淵源이 '肺에서 새로이 만들어진 人體의 氣'에 있음을 강조하고자 한다. 임상에서 肺의 기능이 약한 太陰人의 경우, 水穀을 많이 섭취하여 水穀의 津液이 풍부한데도 불구하고 肺에서 새로운 氣를 만들어 생성되는 液이 충분치 않아서, 오히려 皮膚가 거칠고 건조하게 되는 것을 자주 볼 수 있다⁴¹⁾. 이러한 때에 운동을 충분히 하여 呼吸을 통하여 체내에 淸氣를 많이 공급하여 氣와 液 생성을 촉진하면, 皮膚건조를 비롯하여 부종 등 여러 가지 太陰人의 常病⁴²⁾이 나아지며, 밖으로는 땀이 시원하게 잘 나오는 것을 볼 수 있다⁴³⁾. 땀으로 나오는

入心爲汗, 入脾爲涎, 入肺爲涕, 自入爲唾.”

41) 앞의 『黃帝內經·靈樞』「決氣」의 '液'에 관한 문장 해석에서, 液이 骨과 腦髓를 충분히 채우면 皮膚에 潤澤한 象이 나타난다 하였다.

42) 김진수. 四象人의 鍼法. 경기도 부천시. 전국의학사. 2003. p.184. “肺局에 해당하는 病證은 神病과 皮膚 寒熱 등을 들 수 있다. 神病은 精神的으로 鬱滯되고 健忘症 등을 들 수 있으며 皮病은 無汗과 皮膚乾澁 津液의 不足 등을 말하고 寒熱은 惡寒과 發熱이 있다는 것이다.” p.181. “太陰人 寒者는 病이 깊어지면서 濕鬱과 의 싸움을 하면서 肺局에서의 發散을 도모하게 되는 것이다. 濕鬱이 유발하는 病證은 痰飲의 病證이자 鬱滯성이기 때문에 消化가 더디고 더부룩하며 붓고 泄瀉를 하면서도 답답함을 호소하게 되고 冷寒邪에 민감해진다.”

43) 김진수. 四象人의 鍼法. 경기도 부천시. 전국의학사. 2003. p.173. “太陰人은 呼散되는 陽氣가 不及하고 吸聚하는 陰氣가 太過하는 生理的 조건을 타고난 사람이며, 中략. 呼散之氣가 제대로 作用하게 된 것을 확인하는 것이 汗出의 有無를 포함한 體液分泌가 원활해지는 것을 관찰하는 것이다. 總論에서 설명한 대로 일체의 體液分泌는 肺局의 呼散

37) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.168. “腠理發泄, 汗出溱溱, 是謂津.”

38) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.168. “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.”

39) 東亞出版社 漢韓大辭典編纂部. 東亞 漢韓大辭典. 서울. 東亞出版社. 1982. p.981.

40) 허준 지음. 김형준, 최철환, 전지훈, 남무길, 강영희, 성민규, 안상영 옮김. 對譯 東醫寶鑑. 경남 하동군 화개면. 동의보감출판사. 2006. p.181. “腎主五液, 分化五臟. 入肝爲淚,

것은 ‘津’이므로, 液의 생성과 津의 배출 사이에 상호 비례하는 관계가 있으며, 이것은 肺에서 새로운 氣를 만드는 작용에서 淵源하므로, 肺에서 津液이 생성되고 주로 고이는 곳은 腎이라 말할 수 있다. 그러므로 肺가 병들면 기침을 하면서 가래가 생기는 이유를, 氣를 만드는 과정에 문제가 생김으로 인하여, 불량한 液이 생성되어 腎으로 내려가지 못하고 거슬러 올라 오는 것으로 설명할 수 있다. 또한, 이러한 불량한 液을 지칭하는 용어가 바로 ‘痰飲’임도 알 수 있다.

3) 腎臟 및 膀胱의 作用

(1) 腎臟의 作用

지금까지, 水穀이 人體에 들어와서 氣와 津과 液이 만들어지는 과정까지 살펴보았다. 다음으로 만들어져야 할 중요한 產物은 ‘血’이다. 이에 관해서는 “中焦에서 氣를 받아 汁을 취하여 變化하여 붉게 된 것을 血이라 한다44).”는 『黃帝內經·靈樞』 「決氣」의 문장과, “中焦는 또한 胃中和 나란히 하여 上焦의 뒤에서 나오니, 여기에서 받은 바의 氣에서 糟粕은 분리하여 보내고, 津液을 찌서 精微로 바꾸어 위로 肺脈으로 보내니 이에 바뀌어 血이 된다. 몸을 받들어 살림에 이것(血)보다 귀한 것이 없어서, 이것만이 홀로 經隧를 行하니 ‘營氣’라 命하여 이른다45).”는 『黃帝內經·靈樞』 「榮衛生會」의 문장과, 역시 같은 편 “무릇 血과 氣가 이름이 다르나 같은 類라는 것은 무엇을 이름입니까?46)”하는 黃帝의 물음에, 岐伯이 “營衛는 精氣이며, 血은 神氣입니다. 그러므로 血과 氣는 이름이 다르나 모두 氣의 종류입니다. 그러므로 血을 탈진한 자는 땀이 없으며, 땀을 탈진한 자는 血이 없습니다. 따라서 사람이 살아감에 營과 衛가 죽고서 血과 汗이 생길 수는 없습니다47).”고 답하는 문장 들

之氣의 作用으로 이루어지는 것이다.”

44) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞, 서울, 東洋醫學研究院 出版部, 1985. p.168. “中焦受氣, 取汁變化而赤, 是爲血.”

45) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞, 서울, 東洋醫學研究院 出版部, 1985. p.120. “中焦亦並胃中, 出上焦之後, 此所受氣者, 泌糟粕, 蒸津液, 化其精微, 上注於肺脈, 乃化而爲血, 以奉生身, 莫貴於此, 故獨得行於經隧, 命曰營氣.”

46) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞, 서울, 東洋醫學研究院 出版部, 1985. p.120. “夫血之與氣, 異名同類, 何謂也?”

을 살펴보아서 그 생성과정을 유추해보겠다.

우선, 營氣는 血이 생성되고 經脈을 돌아서 되는 것임을 알 수 있다. ‘營’에는 ‘경영한다, 순환한다’는 뜻이 있으며, “營氣를 가두고 막아서 도망가지 못하게 하는 것을 일러 脈이라 한다48).”는 『黃帝內經·靈樞』 「決氣」의 내용에서 보듯이 脈管 내를 흘러야 ‘營氣’라 일컬을 수가 있겠다.

둘째로는, 血과 汗은 동일한 재료에서 만들어지며, 특히 血은 神이 녹아있는 氣로서 營과 衛와 함께 精氣의 종류라는 것이다. 血과 汗이 모두 될 수 있는 재료는 人體의 津液이며, 血과 營·衛氣가 모두 동일한 종류의 氣라고 한다면, 결국에는 人體의 津液에서 衛氣와 營氣와 血이 氣化되어 만들어졌다고 볼 수밖에 없다. 즉, 營·衛氣와 血은 肺에서 만들어진 津液이 다시 한 번 더 氣化작용을 거쳐서 만들어진, 보다 더 精練된 氣라는 것이다. 그래서 營·衛氣를 ‘精氣’라 하였을 것이며, 여기서 精氣란 당연히 人體의 精氣를 말하며, 營氣는 血의 다른 측면으로, 血이 心의 작용을 받아서 脈管 內를 돌게 되면 붙여주는 이름이라 할 수 있다.

그렇다고 한다면, 津液으로부터 衛氣와, 앞으로 營氣가 될 血이 만들어지는 곳은 어디이겠는가 하는 문제가 남는다. 이곳은 元陰과 元陽이 동시에 있으면서 液을 主管하며, 津液을 臟하고 있는 膀胱을 腑로 두고 있는 腎臟이 될 수밖에 없다. 『黃帝內經·靈樞』 「榮衛生會」에 “營氣는 中焦에서 나오고, 衛氣는 下焦에서 나온다49).”는 문장이 있을 뿐만 아니라, 血은 붉은 빛을 띠는 인체가 피워내는 ‘꽃’과 같은 것으로, 꽃은 여름에 精에서 나오는 것이다50). 물론, 腎臟에서는

47) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞, 서울, 東洋醫學研究院 出版部, 1985. p.120. “營衛者, 精氣也, 血者神氣也, 故血之與氣, 異名同類焉. 故奪血者無汗, 奪汗者無血, 故人生有兩死而無兩生.”

48) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞, 서울, 東洋醫學研究院 出版部, 1985. p.168. “壅遏營氣, 令無所避, 是謂脈.”

49) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞, 서울, 東洋醫學研究院 出版部, 1985. p.119. “營出於中焦, 衛出於下焦.”

50) 꽃은 봄, 여름, 가을에 모두 피지만, 이치상으로는 오행순환 과정 중 여름과 火에 배속된다.(아래 四氣調神大論 내용 참조) 즉, 어떤 사물이 꽃을 피우고 있다면, 그 때가 자연계의 계절상으로는 봄이나 가을이라 하더라도 그 事物 自體는 현재 ‘火’의 五行作用을 하고 있는 단계에 있는 것이다. 洪

우리가 알고 있는 血과는 좀 차이가 있는, 보다 더 기초적인 물질을 만들 것이다. 그 색도 붉지 않고 검은 빛에 가까울 것이며 이름도 ‘血’이 아니지만, 뼈이나 腦髓 등을 채우고 있는 液을 재료로 하고, 命門 相火의 陽氣를 동력으로 한 氣化作用에 의해서, 먼저 분별되어 나오는 것은 上焦로 가서 衛氣가 되고 후에 분별되는, 보다 더 정밀한 氣가 수렴되어 血의 기초 물질이 되는 것이다. 나머지는 역시 다른 단계에서의 氣化作用에서와 마찬가지로 膀胱으로 보내지게 될 것이다. 著者の 見解로는 이 물질이, 韓醫學을 배운 사람들이 보편적으로 가지고 있는 개념인 ‘腎에서 藏하는 精’에 해당될 것 같다. 곧, ‘精’이 바로 ‘血’의 기초물질인 것이다.

일반 精의 개념과 지금 여기서 서술한 것의 차이점은, 보통은 肺에서 精氣가 수렴되어 腎에서는 간직하기만 하는 것인데 비해, 지금 著者の 주장은 肺에서 만들어져서 腎臟으로 내려온 液이 한 번 더 氣化하여 精이 된다는 것이다. 실제로, 『黃帝內經·靈樞』 「決氣」편의 液이 탈진되었을 때의 증상을 보면, ‘骨과 그 類屬들의 屈伸運動이 원활하지 않으며, 顏色이 붉어지며 腦髓가 없어지며 정강이가 저리고 귀가 자주 울린다⁵¹⁾’라 하여, ‘精虛⁵²⁾’의 증상과 크게 다르지 않

다. 또한 『臟象學』에서는 腎臟 精氣의 氣化作用에 대하여 여러 번 언급하고 있다⁵³⁾. 이 부분의 문장만 읽어보아서는, 腎臟의 氣化作用을 動力으로 하여 水液이 썩어서 蒸氣의 형태로, 三焦를 通路로 하여 全身에 운반되는 것처럼 생각되기 쉬우나, 『黃帝內經·靈樞』 「榮衛生會」의 三焦에 관한 서술⁵⁴⁾을 볼 때, 腎臟의 氣化作用에 의하여 衛氣는 上焦로 가서 汗의 배출에 관여하고, 中焦에서는 血이 化生되어 經脈을 도는 營氣가 되며, 下焦에서는 膀胱의 小便 배출이 조절됨으로써 體內的 津液代謝를 주관한다고 보아야 옳을

하므로 眩暈·目眩·耳鳴·耳聾 등의 증상이 나타난다.” “處方解說 - 熟地黃은 腎精을 자양하는 君藥이고, 山茱萸는 肝腎藏精하고, 山藥은 補脾肺陰 益精하는 臣藥이다.” 허준 지음. 김형준, 최철한, 전지훈, 남무길, 강영희, 성민규, 안상영 옮김. 對譯 東醫寶鑑. 경남 하동군 화개면. 동의보감 출판사. 2006. p.42. “1. 精爲身本 정은 몸의 근본이다 又曰, 五穀之津液, 和合而爲膏, 內滲入于骨空, 補益髓腦, 而下流于陰股, 陰陽不和, 則使液溢而下流于陰, 下過度則虛, 虛則腰背痛而脛痠. 又曰, 髓者, 骨之充, 腦爲髓海, 髓海不足, 則腦轉, 耳鳴, 胎痠, 眩暈.”

53) 朴贊國 編譯. 臟象學. 서울. 成輔社. 1992. p.190. “腎이 水液을 주관한다함은 腎의 精氣가 갖는 蒸騰氣化作用을 가리킨다.” “체내의 진액은 脾의 運化, 肺의 宣發·肅降, 腎의 蒸騰氣化作用에 의해서, 三焦를 통로로 전신에 분포된다.” “다만 肺의 宣發·肅降, 脾의 運化가 모두 腎精氣의 蒸騰氣化作用에 의존한다.” p.191. “膀胱이 소변을 저장하고 배설하는 기능은 腎의 氣化機能에 의존하며, 膀胱의 氣化는 실제로 腎의 氣化에 예속된다.”

54) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. pp.119-120. “黃帝曰, 願聞三焦之所出. 岐伯答曰, 上焦出於胃上口, 並咽以上, 貫膈而布胸中, 走腋, 循太陰之分而行, 還至陽明, 上至舌, 下足陽明, 常與營俱行於陽二十五度, 行於陰亦二十五度, 一周也, 故五十度而復大會於手太陰矣. 黃帝曰, 人有熱, 飲食下胃, 其氣未定, 汗則出, 或出於面, 或出於背, 或出於身半, 其不循衛氣之道而出, 何也. 岐伯曰, 此外傷於風, 內開腠理, 毛蒸理泄, 衛氣走之, 固不得循其道, 此氣慄悍滑疾, 見開而出, 故不得從其道, 故命曰漏泄. 黃帝曰, 願聞中焦之所出. 岐伯答曰, 中焦亦並胃中, 出上焦之後, 此所受氣者, 泌糟粕, 蒸津液, 化其精微, 上注於肺脈, 乃化而爲血, 以奉生身, 莫貴於此, 故獨得行於經隧, 命曰營氣. 黃帝曰, 夫血之與氣, 異名同類何謂也. 岐伯答曰, 營衛者, 精氣也, 血者, 神氣也, 故血之與氣, 異名同類焉. 故奪血者無汗, 奪汗者無血, 故人生有兩死, 而無兩生. 黃帝曰, 願聞下焦之所出. 岐伯答曰, 下焦者, 別迴腸, 注於膀胱, 而滲入焉. 故水穀者, 常并居於胃中, 成糟粕而俱下於大腸, 而成下焦, 滲而俱下, 濟泌別汁, 循下焦而滲入膀胱焉. 黃帝曰, 人飲酒, 酒亦入胃, 穀未熟而小便獨先下, 何也. 岐伯答曰, 酒者, 熱穀之液也, 其氣悍以清, 故後穀而入, 先穀而液出焉. 黃帝曰, 善. 余聞上焦如霧, 中焦如漚, 下焦如瀉, 此之謂也.”

元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.14. “夏三月, 此謂蕃秀, 天地氣交, 萬物華實, 夜臥早起, 無厭於日, 使志無怒, 使華英成秀, 使氣得泄, 若所愛在外, 此夏氣之應, 養長之道也, 逆之則傷心, 秋爲痠癘, 奉收者少, 冬至重病.” 꽃이 精에서 나온다는 것은 스승이신 朴贊國 선생의 2006년 5월 23일 경희대학교 대학원 원전교실 內經講義를 듣고서 알게 된 것이다. 선생이 黃疸이 정상적인 생리 현상이라는 양방의학의 견해에 대하여, 그렇지 않다 하시며, 이는 아이들이 肝에 문제를 가지고 태어나는 것이라고 말씀하셨다. 그 이유로, 아이들은 꽃과 같은 존재인데, 꽃은 精이 펼쳐지는 것이기 때문에 색이 붉고 먼지가 끼지 않는 것이라 하셨다. 따라서 만약, 이와 같은 막 피어난 꽃에 먼지가 낀다면 이것은 精이 병든 것으로 이미 심각한 문제라는 것이다.

51) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.168. “液脫者, 骨屬屈伸不利, 色夭, 腦髓消, 脛痠, 耳數鳴.”

52) 裴秉哲. 標準 臨床方劑學. 서울. 成輔社. 1995. p.244. 六味地黃丸 “病因病機 - 腰는 腎의 府이고, 腎은 先天之本으로서, 骨을 주관하고 髓를 생성한다. 만약 腎陰이 부족하여 骨髓를 충분히 영양하지 못하면 허리와 무릎이 시큰거리고 힘이 없고(腰膝痠軟無力), 또한 腦는 髓의 海이기 때문에 腎陰이 부족하여 腦髓가 생성되지 않으면 骨髓의 영양이 부족

것이다. 즉, 腎臟의 精氣가 水液을 氣化시키는 작용에 의하여 中焦에서 血이 化生된다는 것이다.

이상을 정리하여 보면, 腎臟에서 液을 氣化하여 衛氣와 精을 만드는데, 衛氣는 上焦로 가고, 精은 血의 기초물질이 되며, 나머지는 膀胱에 가서 저장된다. 우리가 精血이라 하여 精과 血을 함께 말하는 경우가 많은데, 이것은 精과 血이 비슷한 속성이며 精이 血의 기초물질임⁵⁵⁾을 나타내고자 해서일 것이다.

이렇게, 水液을 氣化시키는 연료가 되는 腎臟의 陽氣는 앞서 언급한, 肺가 百脈을 朝하여 거두어들이는 기존의 營氣를 호흡으로 받아들인 淸氣로 淨化시킨 후, 水穀의 精氣와 합하여 새로이 만들어 낸 人體의 氣의 滋養을 받는 것으로 생각된다. 앞의 『黃帝內經·素問』 「經脈別論」의 肺朝百脈의 내용이 나오는 일련의 문장⁵⁶⁾을 해석한 구문⁵⁷⁾ 중 ‘府에 氣가 行하게 한다’한 것이 이러한 의미인 것 같다. 朴贊國은 ‘府란 거두어진 精氣가 모여드는 창고로서 예를 들면 丹田과 같은 곳이다⁵⁸⁾’라고 注釋하였거니와, 뒤이어 나오는 神明과 짝하여 生死를 가르는 五臟 스스로의 homeostasis를 지니려면⁵⁹⁾, ‘府’를 ‘生命의 門⁶⁰⁾’인 命門으로 보는 것이 타당할 것이다.

(2) 膀胱의 作用

다음으로는, 膀胱의 작용과 小便에 관한 것이 남아 있다.

55) 동의보감에 精과 血이 비슷한 물질임을 말해주는 문장이 있다. 허준 지음. 김형준, 최철한, 전지훈, 남무길, 강영희, 성민규, 안상영 옮김. 對譯 東醫寶鑑. 경남 하동군 화개면. 동의보감출판사. 2006. p.43. “사람에게서 배출된 정을 그릇에 담아 약간의 소금과 술을 섞은 뒤 하룻밤 밖에 두면 다시 혈이 된다. [眞詮]”

56) 각주 36 참조

57) ‘2. 五臟에서의 2차 소화 (2)肺의 作用’ 본문 내용 중 『黃帝內經·素問』 「經脈別論」의 肺가 百脈을 朝하는 과정을 설명하는 문장 해석한 부분 참조.

58) 朴贊國. 懸吐國譯 黃帝內經素問注釋 上. 서울. 慶熙大學敎出版局. 1998. p.356.

59) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.86. “府精神明, 留於四藏, 氣歸於權衡, 權衡以平, 氣口成寸, 以決死生.”

60) 朴贊國 編譯. 臟象學. 서울. 成輔社. 1992. p.193. “命門이 人體에서 갖는 중요성을 설명하였다. ‘精神’이 소장된 곳이며, ‘原氣가 매여 있는 곳’으로 人體 생명활동의 근본 즉 ‘生命의 門’인 까닭에 ‘命門’이라 한다.”

지금까지의 과정에서 膀胱이 직접 언급된 곳은 大腸 糟粕에서 스며나온 液이 下焦를 돌아 膀胱으로 스며 들어간다⁶¹⁾는 것과, 『黃帝內經·素問』 「靈蘭秘典論」의 “膀胱은 고을의 도읍과 같은 官으로서 津液을 간직하니, 氣化作用이 일어나면 능히 내보낸다⁶²⁾.”는 것이 있다. 이외에 脾에서 水穀의 津液을 썬서 精微로 만들고 나머지를 大腸을 통하여 膀胱으로 내려보낼 것이라⁶³⁾ 하였고, 腎臟에서 命門의 陽氣로 液을 썬서 衛氣와 精을 만들고 나머지를 膀胱에 저장할 것⁶⁴⁾이라 하였다.

여기에서 우선 생각해볼 수 있는 것은, 膀胱은 腑에 속하지만 腑에서의 1차 소화과정에서 뿐만 아니라 臟에서의 2차 소화과정에서 나오는 代謝 잔여물도 膀胱으로 간다는 것이다. 그러므로 人體의 여러 물질대사 과정에서 나오는 液體狀의 노폐물들이 걸러진 후 下焦에서 만나서 섞인 후 방광으로 스며 들어가는 것으로 생각할 수 있다. 그런데, 이렇게 해서 방광에 고인 액체를 ‘津液’이라 하였다. 앞서 서술한 人體의 津과 液이 생성되는 과정을 염두에 두고 보았을 때, 津液은 肺에서 새로 만들어진 영양분을 많이 담고 있는 氣에서 淵源한다. 맘도 되지만, 腎臟에서 骨과 腦髓를 補益하기도 하며, 특히 精과 血의 재료가 되기도 하는 것이다. 그러므로 膀胱에 고인 액체를 단순한 각 대사과정의 노폐물로만 보고, ‘氣化作用이 일어나면 능히 내보낸다’ 하는 것을 小便의 배출로만 보기에는 무언가 석연치 않은 점이 있다. 더구나, 이러한 膀胱의 氣化작용이 腎臟의 氣化작용에 연속되어 있다⁶⁵⁾ 하였으며, 실제 임상에서도 腎臟 陽氣가 부족하거나 지나칠 때 小便의 이상도 함께 나타나게 된다⁶⁶⁾. 즉, 여기서 氣化란 腎臟의 氣化作用으

61) 위 1. 六腑에서 이루어지는 飲食物의 1차 消化 (2)膀胱의 작용 본문 내용 중 『黃帝內經·靈樞』 「榮衛生會」 下焦 해석 참조.

62) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.34. “膀胱者, 州都之官, 津液藏焉, 氣化則能出矣.”

63) 위 ‘2. 五臟에서의 2차 消化(蒸溜로 體內에 필요한 물질을 만들) (1)脾에서 肺로’ 본문 중 마지막 문단 내용 참조.

64) 위 ‘(1)腎臟의 作用’ 본문 내용 참조

65) 각주 54 내용 참조

66) 裴秉哲. 標準 臨床方劑學. 서울. 成輔社. 1995. p.268. 縮泉丸 “病因病機 - 神氣가 不足가면 膀胱이 虛冷하여 水液을

로 보아도 무리가 없으며, 腎臟의 氣化作用은 水液을 썬서 衛氣나 精을 만들기 위한 것이므로, 膀胱에 간직되어 있던 津液도 腎臟의 氣化作用을 받으면 衛氣나 精血의 생성에 참여할 수 있는 것으로 보아야 할 것이다. 이렇게 생각하고, 『黃帝內經·素問』 「經脈別論」의 “마신 것이 胃로 들어가 精微가 흘러넘치면 위 [上]로 脾로 옮겨져서 脾臟의 氣가 마신 것의 精微를 퍼뜨립니다. (다시) 위 [上]에서 肺로 돌아가 물길[水道]을 통하게 하고 조절하여 아래로 膀胱에 보내줍니다. (이에) 水의 精氣가 사방으로 퍼져서 五臟의 經脈과 함께 行하여 四時の 五臟陰陽[五臟變化]에 부합하니, 살피고 헤아려 常을 삼습니다67).”하는 문장을 읽어보면, 위 ‘1. 六腑에서 이루어지는 飲食物의 1차 消化 (2)膀胱의 작용’ 본문에서 『감기를 알면 건강이 보인다』의 내용을 인용한 부분 중 ‘소변이 혈액 내에서 일어나는 생화작용’이라는 말을 수궁할 수가 있다. 즉, 液體가 胃로 들어오면 이것은 이미 津液의 상태로 들어온 것이므로 胃에서 반죽으로 만들고 익히는 대신 精微한 성분을 분리시켜서 脾로 보낸다. 脾臟에서 썬서 上焦에 서리게 하면 肺에서는 이를 다시 膀胱에 津液으로 되돌려 보내는데, 앞에서 설명한 肺에서 새로운 氣를 만들어 體表부터 차례로 채워나가는 작용이 어떻게 진행되느냐에 따라 이 氣가 膀胱에까지 도달하여 液化되어 고이는 速度나 程度가 달라질 것이다. 肺가 水道를 소통하고 조절한다[通調水道]는 말의 뜻이 이것일 것이다. 이렇게 해서 膀胱에 고이게 된 津液이 腎臟의 氣化作用을 받으면, 精으로 化生되어 肝부터 시작되는 人體 精氣의 순환과정에 참여하므로, 四時에 따른 五臟陰陽의 복잡한 變化樣相을 반영한다는 것이다. 실제 임상에서 小便은 肝이나 心臟의 異常을 파악하는 診斷指標의 역할을 하고 있는데68), 이렇게 肝이나 心臟의 정보를 담고 있으려면

血이 되어 肝과 心臟을 직접 거치지 않으면 안 되고, 그러려면 人體의 精氣에 포함되지 않으면 안 된다. 따라서 腑에서의 1차 소화과정과 臟에서의 여러 단계의 氣化작용에서 나온 液體상의 잔여산물이 섞인 汁과 肺에서 만들어진 氣가 합해져서 膀胱에 저장되었던 津液이, 다시 氣化되어 肝부터 시작되는 人體 精氣의 순환을 거처서 나와야 人體의 모든 단계에서의 代謝 노폐물이 모인 진정한 小便이 될 것이다.

4) 肝과 心の 作用

水穀이 胃로 들어와서 腑와 脾, 肺, 腎을 거치며 氣와 津과 液과 精이 만들어짐으로써, 인체가 生理를 영위하는데 필요한 물질적 基礎가 다 갖추어졌다고 볼 수 있다. 따라서 나머지 肝과 心에서는 精을 血로 바꾸어 脈管 내를 돌게 함으로써, 水穀 加工 시스템의 대장정을 마치게 된다. 그러나 人體의 입장에서 보자면, 이제부터는 밖에서 들어온 원료물질을 자신의 쓰임에 맞추어 形質을 가공하는 일이 일단락되고, 이 물질을 썬서 스스로의 生理를 운영하고, 또한 다른 神機之物과 교류하면서, 陰陽平衡을 이루어 生命을 이어나가는 精氣 運行的 시작69)이 된다. 여기에

흡수가 안되어서), 땀이 많이 남.”

백승룡 감수. 만화로 보는 성인병 치료-① 극복하자! 심장병. 서울. 圖書出版 普文書苑. 1991. p.35. “자기 전에 수분을 취한 것도 아닌데 잠자리에 들었다가 아침까지 몇 번이나 화장실에 가고, 더욱이 1회의 소변량이 낮보다 많을 때에는 심부전의 의심이 있습니다.” “심부전이란? 심장은 전신의 구석구석까지 혈액을 송출하는 펌프역할을 하고 있는데, 이 심장의 펌프기능이 저하되면 몸이 필요로 하고 있는 혈액을 공급할 수 없게 됩니다. 이 상태를 심부전이라고 하며 협심증, 심근경색, 심장판막증, 선천성 심장병, 심근증 등의 심장병을 앓는 사람이나 고혈압인 사람에게 일어납니다. 또한, 심부전이라는 말은, 심장의 병적인 이상 상태를 가리키는 말이며 「심부전」이라는 이름의 심장병이 있는 것은 아닙니다.”

69) 『黃帝內經·素問』 「經脈別論」 “食氣入胃, 散精於肝, 滲氣於筋, 食氣入胃, 濁氣歸心, 滲精於脈, 脈氣流經, 經氣歸於肺, 肺朝百脈, 輸精於皮毛, 毛脈合精, 行氣於府, 府精神明, 留於四藏, 氣歸於權衡, 權衡以平, 氣口成寸, 以決死生, 飲入於胃, 游溢精氣, 上輸於脾, 脾氣散精, 上歸於肺, 通調水道, 下輸膀胱, 水精四布, 五經並行, 合於四時五藏陰陽, 揆度以爲常也.” 부분에 대한 朴贊國의 【小考】 - 朴贊國. 懸吐國譯 黃帝內經素問注釋 上. 서울. 慶熙大學敎 出版局. 1998. pp.357-358. “이 후에서는 전체적으로 精의 生成에 초점을 맞추어 설명하였으며, 이때에 외부에서 받아들이는 穀氣

조절하지 못하므로 小便이 잦거나 소변을 지린다. 治療方法 - 陽氣를 북돋아 腎을 따뜻하게 하면 자연히 치유된다.”

67) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울, 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.86. “飲入於胃, 游溢精氣, 上輸於脾, 脾氣散精, 上歸於肺, 通調水道, 下輸膀胱, 水精四布, 五經並行, 合於四時五藏陰陽, 揆度以爲常也.”

68) 崔三燮, 孫淑英 編. 韓方養生學. 서울. 성보사. 1997. p.461. “간은 통각신경(痛覺神經)이 없으므로 자각 증상이 없다. 그러나 전신(全身) 증상은 많다. - 소변이 황색(영양

는, 지금까지 설명한 水穀 가공 시스템을 스스로 운영하는 일도 포함되어 있다. 밖에서 들어 온 客이 主人이 되어 다시 새로운 客을 맞아들인다고 생각하면 쉬울 것이다.

『黃帝內經·素問』 「經脈別論」을 읽어보면, 肝에서는 腎에서 만들어진 精을 흡어서 筋에 氣가 스며들도록⁷⁰⁾ 함으로써 人體가 動作을 할 수 있도록 한다. 스며든다[淫]는 용어를 쓴 것은 앞에서 설명하였듯이, 원래 있는 氣에 새로운 기운이 더해져서 보충되는 것이기 때문이다. 動作은 神機之物的 중요한 特質 중의 하나이며, 動作을 하게 하는 筋에 공급되는 氣가 精을 성글게 한 ‘血’에서 나왔다는 것은 단순한 우연이 아닐 것이다. ‘肝은 血을 저장한다[肝藏血]’는 용어를 쓰는 것으로 보아, 이러한 역할을 하는 물질을 지금의 단계에서부터는 ‘血’이라 칭할 수 있으나, 절차상 아직은 脈管 내를 돌지도 않고 완전히 붉은 색을 띠지도 않을 것이다. 筋에 공급되어 全身의 조직에 가서 動作을 일으키고, 각 조직의 정보를 지닌 血이 心臟으로 돌아와서⁷²⁾ 각 조직의 운영정보에 더하여 君火의 작용을 받음으로써 비로소 붉은 색을 띠고⁷³⁾ 脈管 내를 흐르는 營血이 될 것이다⁷⁴⁾. 이렇게

는 精의 生成을 도와주는 보조적 역할을 한다. 즉, 인체의 생리를 두 가지로 나누어 볼 때 하나는 음식을 먹어서 穀氣를 받아들이는 동물적 생리체계가 있고, 또 하나는 穀氣와 관계없이晝夜로 陽氣와 陰氣를 길러 精을 생성하는 식물적 생리체계가 있다. 그런데, 근본적으로 精氣가 충실하지 않으면 외부로부터 穀氣를 받아들일 수 없으며, 또한 穀氣를 받아들이는 모든 생리 과정이 궁극적으로는 생명활동의 가장 중요한 목적인 精의 생성을 위한 것이므로, 穀氣를 받아들여 이루어지는 동물적 생리체계는 精의 生成과 관련된 식물적 생리활동, 즉 精이 주체가 되어 이루어지는 五行運動에 대하여 보조적 역할을 하는 것이다.”

70) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울, 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.86. “食氣入胃, 散精於肝, 淫氣於筋.” 食氣入胃와 散精於肝 사이에 食氣가 精으로 되기까지의 과정이 생략된 것으로 보이며, 食氣入胃를 생략하지 않은 것은 精이 食氣에서 淵源한 것임을 확실히 하고자 해서일 것이다.

71) ‘肝主疏泄’을 肝의 이러한 작용을 또 다른 용어로 표현한 것으로 볼 수 있다. ‘疏’는 精을 풀어서 氣가 나올 수 있게 하는 것을, ‘泄’은 이리하게 성글게 만든 精에서 氣를 뽑아 내어 筋에 보내주는 것을 말한다고 볼 수 있다.

72) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울, 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.86. “食氣入胃, 濁氣歸心, 淫精於脈.”

73) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞. 서울, 東洋醫學研究院

經脈을 흐르던 氣는 肺에 불려가 다시 새로운 氣의 생성에 참여하게 되어, 같은 과정이 나선형으로 계속 반복되면서 人體의 生理가 營爲되는 것으로 생각할 수 있다.

Ⅲ. 考 察

지금부터는 本論에서 根據를 달아가며 하나하나 펼쳤던 水穀의 人體內 代謝過程을 설명하는 모델을 글과 그림으로 단순해, 알기 쉽게 그려보도록 하겠다.

飲食物이 입을 통하여 咽門을 지나서 胃로 들어가면 胃 및 小腸, 大腸에서 음식물의 소화 및 영양분과 수분의 흡수 작용이 이루어진다. 영양분과 수분이 흡수되고 남은 糟粕은 항문을 통하여 체외로 배출되며, 大腸에서 흡수된 수분은 아래로 스며나가서 다른 곳에서 온 수분과 합하여 膀胱으로 스며들어간다. 小腸에서 흡수된 영양분은 脾臟의 陽氣에 의하여 찌져서 蒸氣가 되어 上焦로 운반되며, 肺의 呼吸作用에 의하여 체표 말단의 皮毛까지 퍼지는데, 이것이 水穀의 精氣이다. 한편, 기존의 經脈 내를 순환하던 營氣가 肺로 와서 呼吸으로 들어 온 大氣 중의 清氣에 의하여 淨化된 후 皮毛에 퍼져 있는 水穀의 精氣와 더해져서, 마침내 人體의 氣가 만들어진다. 이 氣가 인체의 겉으로부터 속으로, 위로부터 아래로 차례로 몸을 채워 들어 와서, 마침내 體表에 가까운 곳에 있다가 液化되어 체외로 나가 땀이 되는 ‘津’과 腎臟의 영역에 고여서 骨과 腦髓를 채우고 보익하는 ‘液’이 된다. 또한, 이 氣는 腎臟 命門의 陽氣를 滋養하기도 한다. 腎臟에서는 命門의 陽氣로 液을 氣化하는데, 먼저 분별되어 나오는 거친 氣는 上焦로 가서 衛氣가 되고

院 出版部. 1985. p.168. “中焦受氣, 取汁變化而赤, 是謂血.”

74) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞. 서울, 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.120. “中焦亦並胃中, 出上焦之後, 此所受氣者, 泌糟粕, 蒸津液, 化其精微, 上注於肺脈, 乃化而爲血, 以奉生身, 莫貴於此, 故獨得行於經隧, 命曰營氣.” 이 문장은 水穀의 代謝 과정 중 中焦에서 일어나는 일만 서술한 것으로, 실제로는 上注於肺脈과 乃化而爲血 사이에 肺와 腎 및 膀胱에서 일어나는 많은 과정이 생략되어 있음을 論文을 읽으면서 아셨을 것이다.

뒤에 분별되는 보다 순수한 氣는 다시 수렴되어 血의 기초물질인 精이 된다. 이 때 지금까지의 여러 단계의 代謝과정에서 나온 액체 노폐물이 섞여서 膀胱에 스며들어 간 汁과 肺에서 만들어진 氣가 섞여서 된 膀胱의 津液이 함께 氣化되어 섞여 들어간다. 이렇게 해서 만들어진 精은 肝에서 성글게 풀어져 筋으로 보내져서 人體를 움직이게 하는 血이 되며, 이 血이 心으로 돌아와 붙어지고 經脈을 뚫으로써 營氣가 된다. 이 營氣는 다시 肺로 가서 새로운 人體의 氣의 생성에 참여함으로써 같은 과정이 되풀이되어 人體의 生理가 營爲되며, 精血에 섞여 들어가 經脈의 순환까지 거친 후 다시 肺와 膀胱을 거쳐 체외로 배출된 小便에는 체내 모든 代謝과정의 상황이 반영되어 있다.

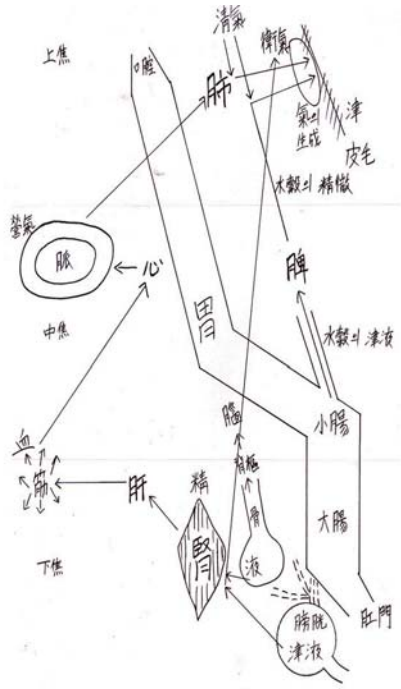


그림 5. 水穀의 腑에서의 1차 소화와 臟에서의 2차 소화

IV. 結論

1. 胃 및 膽, 小腸, 大腸, 膀胱에서는 水穀을 腐熟

시킨 후 흡수하여 人體에서 직접 쓰일 수 있는 氣나 津液, 血 등을 만들 수 있는 기초물질인 水穀의 津液을 만든다. 小腸에서 흡수된 보다 영양분이 많은 津液은 脾로 가고, 大腸에서 흡수된 津液은 膀胱에 스며 들어간다.

2. 脾에서는 水穀의 津液을 蒸溜하여 水穀의 精微로 만들어 肺로 보낸다.

3. 肺에서는 呼吸作用으로, 脾에서 온 水穀의 精微를 皮毛로 보내는 한편, 經脈을 뚫고 營氣를 역시 呼吸을 통하여 들어온 清氣로 淨化하여 皮毛로 보내어서 水穀의 精氣와 人體의 精氣가 합하여 마침내 人體의 氣가 만들어진다.

4. 肺에서 만들어진 人體의 氣는 體表부터 차례로 人體를 채워 들어오는데, 고이는 곳의 물리적 조건이나 상황에 따라 液化될 수 있다. 體表에서 液化되어 땀으로 나가는 것을 津, 腎臟의 영역에 고여 뼈이나 腦髓를 채우는 것을 液이라 한다. 이렇게 만들어진 津과 液은 人體에서 實務를 담당하는 물질로서, 腑에서 만들어진 初期의 水穀의 津液과 구분된다. 膀胱에는 여러 代謝 단계의 液體 老廢物들과 肺에서 만들어진 氣가 섞인 津液이 貯藏된다.

5. 腎臟에서는 液을 蒸溜하여 血의 기초물질인 精을 만드는데, 이때 膀胱에 간직되어 있던 津液도 함께 蒸溜되어 精의 生成에 참여할 수 있다. 먼저 分別 蒸溜되어 나오는 氣는 上焦로 가서 衛氣가 된다.

6. 肝에서는 腎臟에서 만들어진 精을 성글게 풀어서 筋에 보내어 人體의 ‘動作’을 지원한다. 이렇게 精이 성글게 풀어져서 일을 할 수 있게 된 것을 血이라 칭한다.

7. 筋에 보내졌던 血은 心으로 돌아와 붙어짐으로써, 마침내 脈管 내를 도는 營氣가 된다.

8. 營氣가 다시 肺에서 새로운 氣의 생성에 참여하여 人體를 채우고 膀胱에 가서 배출됨으로써, 水穀에서부터 腑와 臟을 돌면서 水穀의 津液, 水穀의 精微, 氣, 液, 精, 血, 營氣의 단계를 모두 거친 小便이 배출된다.

9. 三焦는 人體에 水穀이 들어가서 일어나는 作用과 거기에 참여하는 臟腑 및 作用의 產物, 즉 水穀代謝의 全 과정을 人體의 부위별로 나누어 上, 中, 下로

認識한 것이다.

參考文獻

<단행본>

1. 김진수. 四象人の鍼法. 경기도 부천시. 전국 의학사. 2003. p.173, 181, 184.
2. 東亞出版社 漢韓大辭典編纂部. 東亞 漢韓大辭典. 서울. 東亞出版社. 1982. p.834, 981, 1079.
3. 朴贊國 編譯. 臟象學. 서울. 成輔社. 1992. p.171, 178, 180, 190, 191, 193.
4. 朴贊國. 감기를 알면 건강이 보인다. 서울. 집문당. 2007. p.138, 187.
5. 朴贊國. 懸吐國譯 黃帝內經素問注釋 上. 서울. 慶熙大學敎 出版局. 1998. p.356. pp.357-358.
6. 裴秉哲. 標準 臨床方劑學. 서울. 成輔社. 1995. p.244, 268.
7. 백승룡 감수. 만화로 보는 성인병 치료-① 극복하자! 심장병. 서울. 圖書出版 普文書苑. 1991. p.35.
8. 崔三燮, 孫淑英 編. 韓方養生學. 서울. 성보사. 1997. p.461.
9. 허준 지음. 김형준, 최철한, 전지훈, 남무길, 강영희, 성민규, 안상영 옮김. 對譯 東醫寶鑑. 경남 하동군 화개면. 동의보감출판사. 2006. p.42, 43, 181, 248.
10. 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1981. p.14, 34, 42, 86, 176.
11. 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.86, 119, 120, 168. pp.119-120.