

水穀의 運化와 배출 -『黃帝內經』을 중심으로-

大田大學校 韓醫科大學 原典學教室¹

오계근¹·윤창열¹ *

The movement and transformation of the food and drink and its transpiration

Oh Chae-kun¹ · Yoon Chang-yeol¹ *

¹Dept. of Oriental Medical Classics, College of Oriental Medicine, Daejeon University

According to 『Hwangjenaegyong(黃帝內經)』, when the food and drink[水穀] enter the mouth, they divided into two different things with solid food[食] and liquid food[飲], then transformed and absorbed into Jeong(精), Gi(氣), and Jinaek(津液) and spread to the entire body. The movement and transformation[運化] of the food and drink in the body can be distinctly described with the circulation of the Yeonggi(營氣)·Wigi(衛氣) and metabolism of Jinaek. The leftover food[糟粕] which is not transformed into Jinaek, not delivered to the Jangbu(藏府) like Gan(肝), Shim(心), Bi(脾) and Pe(肺), brought to the Daejang(大腸) and transported through the baekmun(魄門). Or some of them are verified at the Hoejang(廻腸) and brought to the Banggwang(膀胱) through the Hacho(下焦) then transpired them outside the body. The distinguishing mark of the movement and transformation of the food and drink and its transpiration in the 『Hwangjenaegyong』 is that the Sin(腎) of five jangs is exclude from the process of the movement and transformation and the process is explained with the fluid like Gi and Jinaek. From the 『Nangyeong(難經)』, developing of Myeongmun(命門) theory, the importance of the Sin in the delivering process of the food and drink is remarkably highlighted; however in the late period of Chosun dynasty(朝鮮), Seokgok Igyujun(石谷 李奎峻) denied the temporary theory of Myeongmun and asserted the original interpretation recovery of 『Hwangjenaegyong』.

Key Words: Hwangjenaegyong(黃帝內經), food and drink[水穀], Seokgok, Igyujun

I. 서론

『黃帝內經』의 성립 연대로 추정되고 있는 漢나라 당시에는 기, 음양, 오행 등 우주론의 관념들이 발전하고, 이에 상응하여 새로운 형태의 국가와 인간 몸 에 대한 인식이 형성되었다¹⁾. 그 전체적 관계를 형성

* 교신저자 : 尹暢烈. 大田大學校 韓醫科大學 原典學教室.
대전광역시 동구 용운동 96-3
E-mail : yoony@dj.ac.kr.
Tel : 042-280-2601.
접수일(2008년 10월 24일), 수정일(2008년 11월 5일).

계재확정일(2008년 11월 12일)

하게 하는 토대가 되는 관념이 바로 감응(感應)으로 감응 관념은 氣 사상과 아주 밀접한 관계를 형성하고 있다. 여기서 氣란 죽은 물질이 아니라 시간의 흐름 속에서 살아 움직이는 생명의 힘이자 에너지를 지칭하는 단어이고, 우주와 인간 전체가 같은 기로 구성되어 있음에서 한발 더 나아가 우주 안에 있는 인간을 포함한 개별적 사물이 어떻게 움직이고 관계를 형성해가는데 대한 개념이 바로 감응이라 할 수 있다²⁾. 『黃帝內經』은 이런 관점을 분명하게 드러내고 있는데 “하늘의 기는 肺와 통하고, 땅의 기운은 목구멍(噎)과 통하며, 바람의 기운은 肝과 통하고, 우레의 기운은 心과 통하며, 곡식의 기운은 脾와 통하고, 비의 기운은 腎과 통한다”³⁾는 식으로 사람의 몸과 天地를 感應의 관계로써 설명한다. 그렇다면 사람이 삶을 유지하기 위해 필수적인 땅의 기운, 또는 곡식의 기운 등은 어떤 과정을 통해 체내로 흡수되고 운화되며 또 배출되어 天地와의 感應을 이루어내고 있는가.

水穀의 섭취와 운화 및 배출과 관련되어 기존에 보고된 논문은 그 수가 많지는 않다. 이종향(1976)⁴⁾은 소화계 질환을 중심으로 소화 기관의 생리를 살피고 있고, 원태희(1995)⁵⁾는 脾胃의 생리 기능을 중심으로 『黃帝內經』 중의 문장을 분석하고 있으며, 백상용(2003)⁶⁾은 津液, 血, 汗 등의 水液 대사 기전에 대해서 정리하고 있다. 그리고 최근 유정아 외(2008)⁷⁾

는 기존의 관련 이론을 종합하여 水穀의 인체 대사 과정을 腑에서의 1차 소화와 藏에서의 2차 소화로 구분하여 水穀 대사의 설명 모델을 상정하려고 시도한다. 그렇지만 대부분의 논문들이 『黃帝內經』의 설명 뿐 아니라 후대 의가들의 여러 의견들을 중첩하여 소개하고 있어 수곡의 흡수 運化 및 배출에 대한 논의는 여전히 확연하게 드러나 있지 않은 실정이다. 이에 이하에서는 체내로 들어간 水穀이 어떤 과정을 통해 섭취되고 어떻게 체내를 運化하며 체외로 배출되는지에 대해 『黃帝內經』의 내용을 중심으로 고찰해보려고 한다.

II. 본론

1. 水穀의 흡수

사람이 음식을 섭취하면 胃로 들어가 精과 氣, 津液의 형태로 바뀌어 체내외를 運化하게 되고 대소변으로 배출되기에 이르는데 이에 대해 『黃帝內經』은 입을 타고 목구멍을 통해 들어간 水穀은 강물이 물러드는 바다처럼 胃로 모아져 흡수 작용에 의해 味가 간직되고, 五藏의 기운이 길러져 氣가 생겨나고, 津液이 이루어지며 神도 또한 생겨나게 된다고 설명한다⁸⁾.

1) 飲과 食의 소화 및 흡수

먼저 水穀의 고형물질(食)이 胃로 들어가게 되면 그 중 정미로운 기운(精)이 흡수되어 肝에 흠뻑러지고 肝은 다시 전신의 筋에 그 氣를 뿌려준다⁹⁾. 그리하여 몸 중에 마치 나무처럼 세워져 있는 筋들이 바

1) 王洪圖 주편. 黃帝內經研究大成. 北京. 北京出版社. 1994. p.252.
 2) 김희정. 몸·국가·우주 하나를 꿈꾸다. 서울. 궁리. 2008. pp.148-149.
 3) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.25. “天氣通於肺, 地氣通於噎, 風氣通於肝, 雷氣通於心, 谷氣通於脾, 雨氣通於腎.” 『黃帝內經太素』와 『針灸甲乙經』에는 ‘谷’이 ‘穀’으로 되어 있다. 이하 『素問』과 『靈樞』의 원문 및 구두점은 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985와 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985를 따른다.
 4) 이종향. A Study of the principle of oriental medicine concerning the disease of digestive system. 대한한방내과학회지. 1976. 1(1). pp.7-19.
 5) 원태희. 비위생리에 원용되는 황제내경 어구에 관한 연구. 대한한의학회지. 1995. 16(2). pp.453-489.
 6) 백상용. 인체내 수액의 특성 및 대사기전에 대한 연구. 대한한의학회지. 2003. 24(3). pp.130-37.
 7) 유정아, 장창우, 정창현. 수곡의 인체내 대사과정 설명모델. 대한한의학회지. 2008. 21(1). pp.63-78.

8) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.295. “咽喉者, 水穀之道也.”
 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.261. “人之所受氣者, 穀也. 穀之所注者, 胃也. 胃者, 水穀氣血之海也.”
 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.36. “五味入口, 藏於腸胃, 味有所藏, 以養五氣, 氣和而生, 津液相成, 神乃自生.”
 9) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.86. “食氣入胃, 散精於肝, 淫氣於筋.”

위와 같은 骨을 지탱하게 되고¹⁰⁾, 그 기운을 받아 전신의 관절을 구부렸다 폈다하며 자연스럽게 움직이게 된다¹¹⁾. 水穀의 고�형 물질에서 구별된 탁한 기운(濁氣)은心を 통해 脈으로 들어가게 되고 脈氣를 따라 肺로 전해지게 된다. 그리고 그 중 정미로운 기운(精)은 다시 마치 땅 위의 풀들이 자라나듯이 온 몸의 거죽과 터럭(皮毛)들에게까지 공급되어진다¹²⁾.

고형 물질(食)과 달리 水穀 중의 액상 물질(飲)들은 胃로 들어가면 넘쳐 흘러 脾에 전달되는데, 脾의 기운이 정미로운 것(精)들을 위쪽의 肺로 보내면 肺는 宣發·肅降작용을 통해 물길(水道)을 조절하여 안으로는 五藏六府를 밖으로는 肌肉, 腠理, 皮毛를 滋潤하게 된다. 그 탁한 것의 일부는 땀으로 변해 체외로 배출되고, 일부는 膀胱으로 전해져 소변으로 배출된다¹³⁾.

2) 五味의 흡수

『黃帝內經』은 水穀의 흡수를 고�형물질과 액상물질로 구분하여 설명하기도 하지만 五味를 기준으로 설명하기도 한다. 신 맛, 쓴 맛, 단 맛, 매운 맛, 짠 맛

(酸苦甘辛鹹)의 五味는 본초 중에서 생겨나 하늘이 사람에게 공급하는 五氣와는 달리 땅이 공급하는 것으로 입을 통해 들어가서 腸胃에 간직되다가 각각 자신이 좋아하는 五藏을 향해 들어가게 된다¹⁴⁾. 먼저 穀 중의 신 맛은 肝으로 들어가고, 쓴 맛은 心으로 들어가며, 단 맛은 脾로 들어가고, 매운 맛은 肺로 들어가며, 짠 맛은 腎으로 들어간다¹⁵⁾.

五味는 위의 五藏 뿐만 아니라 筋·血·肉·氣·骨로도 들어가는데 먼저 신 맛은 筋으로 들어가고, 쓴 맛은 血로 들어가며, 단 맛은 肉으로 들어가고, 매운 맛은 氣로 들어가며, 짠 맛은 骨으로 들어간다¹⁶⁾. 따라서 만일 五味 중의 각각을 과식하게 되면 筋·血·肉·氣·骨과 관련된 증상이 일어난다. 먼저 신 맛을 많이 먹으면 소변이 잘 나오지 않거나 굳은 살, 주름이 생기고 입술이 젖혀지며¹⁷⁾, 쓴 맛을 많이 먹으면 구토하거나 거죽이 마르고 털이 빠지게 되며¹⁸⁾, 단 맛을 많

- 10) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.298. “地有林木, 人有募筋.”
- 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.298. “地有山石, 人有高骨.”
- 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.166. “宗筋主束骨而利機關也.”
- 11) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.300. “住留則傷筋絡骨節, 機關不得屈伸, 故病攣也.”
- 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.72. “手屈而不伸者, 其病在筋.”
- 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.57. “膝者筋之府, 屈伸不能, 行則僂附, 筋將憊矣.”
- 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.195. “病在筋, 筋攣節痛, 不可以行, 名曰筋痺.”
- 12) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.86. “食氣入胃, 濁氣歸心, 淫精於脈. 脈氣流經, 經氣歸於肺, 肺朝百脈, 輸精於皮毛.”
- 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.298. “地有草蓂, 人有毫毛.”
- 13) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.86. “飲入於胃, 遊溢精氣, 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.”

- 14) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.36. “草生五味”
- 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.36. “天食人以五氣, 地食人以五味.”
- 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.36. “五味入口, 藏於腸胃.”
- 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.246. “五味各走其所喜.”
- 15) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.246. “胃者, 五臟六腑之海也, 水穀皆入于胃, 五臟六腑, 皆稟氣于胃. 五味各走其所喜, 穀味酸, 先走肝, 穀味苦, 先走心, 穀味甘, 先走脾, 穀味辛, 先走肺, 穀味鹹, 先走腎.”
- 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.92. “五味所入, 酸入肝, 辛入肺, 苦入心, 鹹入腎, 甘入脾, 是謂五入.”
- 16) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.333. “五走, 酸走筋, 辛走氣, 苦走血, 鹹走骨, 甘走肉, 是謂五走也.”
- 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.270. “酸走筋... 鹹走血... 辛走氣... 苦走骨... 甘走肉.”
- 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.92. “辛走氣... 鹹走血... 苦走骨... 甘走肉... 酸走筋.”
- 17) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.270. “酸走筋, 多食之, 令人癢.”
- 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.39. “多食酸, 則肉胝皸而唇揭”
- 18) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.270. “苦走骨, 多食之, 令人變軀.”

이 먹으면 빈민하게 되거나 뼈가 아프고 머리털이 빠지게 되며¹⁹⁾, 매운 맛을 많이 먹으면 가슴이 번열이 나거나 筋이 땅기고 손톱이 마르게 되며²⁰⁾, 짠 맛을 많이 먹으면 갈증이 나거나 脈의 흐름이 꺼끄러워지고 얼굴의 색택이 변하게 된다²¹⁾.

2. 水穀 섭취 후의 체내·외 運化

『黃帝內經』은 水穀이 흡수된 이후 체내에서 벌어지는 운화 과정에 대해 수곡과 기혈의 바다인 胃 중에서 마치 실제 바다에서 구름이 생겨나고 하늘 아래를 움직이듯이 기운이 생겨나와 온 몸의 經隧를 타고 퍼지게 된다고 설명하고 있다²²⁾. 그리고 이 과정을 통해 그 氣가 전신에 전달되면 五藏이 안정되고, 血脈이 매끄러워지며, 온 몸을 주재하는 神이 생겨나게 된다²³⁾. 운화의 과정은 크게 氣의 범주에서 맑은 기운은 肺로 올라가고, 탁한 기운은 胃로 내려간다고 요약할 수 있겠지만 보다 구체적으로 氣의 움직임과 津液의 흐름, 그리고 남은 찌꺼기인 糟粕의 배출의 세 갈래로 나누어 살펴 볼 수 있다²⁴⁾.

1) 宗氣 및 營·衛氣의 생성과 운화

- 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.39. “多食苦, 則皮槁而毛拔.”
- 19) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.270. “甘走肉, 多食之, 令人悅心.”
- 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.39. “多食甘, 則骨痛而髮落.”
- 20) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.270. “辛走氣, 多食之, 令人洞心.”
- 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.39. “多食辛, 則筋急而爪枯.”
- 21) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.270. “鹹走血, 多食之, 令人渴.”
- 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.39. “多食鹹, 則脈凝泣而變色.”
- 22) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.261. “人之所受氣者, 穀也. 穀之所注者, 胃也. 胃者, 水穀氣血之海也. 海之所行雲氣者, 天下也. 胃之所出氣血者, 經隧也.”
- 23) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.172. “氣得上下, 五臟安定, 血脈和利, 精神乃居, 故神者, 水穀之精氣也.”
- 24) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.194. “氣之大別, 清者上注於肺, 濁者下走於胃.”

五穀은 胃로 들어가서 糟粕과 津液 그리고 宗氣의 세 갈래로 구분되어 運化하는데 그 중 宗氣는 위 아래의 息道나 氣街로 운행하기도 하지만 가슴에 쌓여 주로 호흡과 관련된 역할을 수행한다²⁵⁾. 따라서 水穀 섭취 후 생겨나는 여러 가지 氣 중에서 運化와 관련해서는 營氣나 衛氣가 보다 직접적인 연관성을 지니고 있다고 여겨진다.

胃로 들어간 음식은 脾에 의해 그 기운과 진액을 팔다리를 비롯한 전신에 공급한다. 특히 胃에서 두 갈래로 나뉘어진 營氣와 衛氣는 하늘의 별자리 움직임과 같이 멈추지 않고 전신을 흐른다²⁶⁾. 營氣는 中焦에서 만들어지는데 中焦는 水穀 중에서 糟粕을 걸러내고 남은 津液을 찌어 증기처럼 정미로운 물질로 변화시켜 肺脈으로 올려보내게 된다. 이 때 정미로운 물질들이 中焦의 기운으로 붉은 血로 변화된 채 經隧(經隧)으로 들어가 멈추지 않고 전신으로 퍼져가게 되는 것이다²⁷⁾. 즉 水穀 중의 정미로운 기운인 營氣는 經脈으로 주입되어 몸의 위 아래와 五藏과 六府로 공급되어진다²⁸⁾. 맥 중(脈中)을 운행하는 營氣의 흐

- 25) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.298. “五穀入于胃也, 其糟粕津液宗氣, 分爲三隧, 故宗氣積于胸中, 出于喉嚨, 以貫心脈, 而行呼吸焉.”
- 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.316. “宗氣留於海, 其下者注於氣街, 其上者走於息道.”
- 26) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.112. “四肢皆氣聚於胃而不得至經, 必因於脾乃得稟也. 今脾病不能爲胃行其津液, 四肢不得稟水穀氣.”
- 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.246. “穀始入于胃, 其精微者, 先出于胃之兩焦, 以溉五臟, 別出兩行, 營衛之道.”
- 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.345. “夫血脈營衛, 周流不休, 上應星宿, 下應經數.”
- 27) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.119. “營出於中焦.”
- 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 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, 莫貴于此, 故獨得行于經隧, 命曰營氣.”
- 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.168. “中焦受氣, 取汁變化而赤, 是謂血.”
- 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.113. “黃帝曰, 營氣之道, 內穀爲寶, 穀入于胃, 乃傳之肺, 流溢於中, 布散於外, 精專者, 行於經隧, 常營無已, 終而復始, 是謂天地之紀.”

는 膀胱으로 전달되어 저장되어 있다가 陰器를 타고 배출된다³⁶⁾. 특히 津은 전신의 肌肉이나 皮膚에 뿌려져 있는 수분으로 腠理가 열릴 때 밖으로 왕성하게 배출되거나 또는 液과 함께 결합하여 膏를 이루고 骨空을 통해 스며들어 腦髓를 補하거나 陰部를 유양한다³⁷⁾. 반면 液은 구멍이나 빈 틈을 채우고 있는 액상의 물질로 骨 속에 스며들어 구부렸다 펼 수 있도록 하거나 腦髓를 보충하거나 또는 皮膚를 윤택하게 한다³⁸⁾. 津과 달리 液은 땀, 콧물, 눈물, 땀은 침, 굳은 침 등의 다섯 가지로 구분하여 각각을 주관하는 五藏에 따라 또는 날씨나 감정에 따른 몸의 변화에 따라 각각 다르게 분석된다³⁹⁾.

1985. p.176. “夫五味入口，藏於胃，脾爲之行其精氣津液在脾，故令人口甘也，此肥美之所發也。”

36) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.315. “莖垂者，身中之機，陰精之候，津液之道也.”

37) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.183. “三焦出氣，以溫肌肉，充皮膚，爲其津.”

홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.176. “夫五味入口，藏於胃，脾爲之行其精氣，津液在脾，故令人口甘也，此肥美之所發也.”

홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.168. “何謂津? 岐伯曰 腠理發泄，汗出溱溱，是謂津… 津脫者，腠理開，汗大泄.”

홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.183. “五穀之津液，和合而爲膏者，內滲入於骨空，補益腦髓，而下流於陰股.”

38) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.159. “液者，所以灌精濡空竅者也.”

홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.168. “何謂液? 岐伯曰，穀入氣滿，淖澤注于骨，骨屬屈伸，洩澤補益腦髓，皮膚潤澤，是謂液.”

39) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.92. “五藏化液，心爲汗，肺爲涕，肝爲淚，脾爲涎，腎爲唾，是謂五液.”

홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.333. “五液，心主汗，肝主泣，肺主涕，腎主唾，脾主涎，此五液所出也.”

홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.183. “黃帝問於岐伯曰，水穀入於口，輸於腸胃，其液別爲五. 天寒衣薄，則爲溺與氣，天熱衣厚則爲汗，悲哀氣并則爲泣，中熱胃緩則爲唾.”

홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.183. “故五藏六腑之津液，盡上滲於目，心悲氣並則心系急，心系急則肺舉，肺舉則液上溢.”

津液의 생리기능, 분류 및 구별과 관련하여는 김선호. 善乎靈樞(上). 대전. 주민출판사. 2003. p.394. 참조

津液의 운화를 관장하는 藏府로는 肺·脾·腎·三焦·膀胱을 들 수 있다. 津液은 몸 안의 수분이기 때문에 五藏 중의 腎에 의해 그 흐름을 통제되는데 腎은 胃의 관문으로 배설을 주관하여 胃에 저장되어 있는 수분이 위 아래로 넘쳐흐르지 못하도록 한다⁴⁰⁾. 이 때 太陰인 肺는 少陰인 腎의 標本의 관계를 이루어 수분대사에 간접적으로 참여하며, 위에서 살펴본 것처럼 물 길(水道)을 조절하여 水穀으로부터 흡수와 飲과 함께 津液을 膀胱에 전달하기도 한다⁴¹⁾. 그렇지만 津液을 주로 운행시키는 역할을 하는 것은 다름 아닌 脾이다. 脾는 胃를 위해 津液을 움직여 팔다리를 비롯한 전신으로 퍼지도록 한다⁴²⁾. 그리고 三焦도 津液의 대사에 일정한 역할을 수행한다. 三焦는 다름 아닌 물길을 내는 藏府로서 腎, 膀胱에 속해 있거나 배합되어 있다⁴³⁾. 三焦의 진액 대사와 관련된 역할은 中焦에서 진액을 짜어 肺脈으로 올려보내면 上焦에서는 手太陰을 따라 전신에 퍼뜨리고, 下焦에서는 물을 흡수하여 膀胱으로 전달한다로 압축하여

40) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.127. “夫水者，循津液而流也，腎者水臟，主津液，主隊與喘也.”

홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.213. “帝曰 腎何以能聚水而生病? 岐伯曰 腎者，胃之關也. 關門不利，故聚水而從其類也. 上下溢於皮膚，故爲附腫. 附腫者，聚水而生病也.”

41) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.213. “黃帝問曰 少陰何以主腎? 腎何以主水? 岐伯對曰 腎者至陰也，至陰者盛水也. 肺者太陰也，少陰者冬脈也. 故其本在腎，其末在肺，皆積水也.”

홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.86. “飲入於胃，遊溢精氣，上輸於脾. 脾氣散精，上歸於肺，通調水道，下輸膀胱.”

42) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.169. “脾主爲胃行其津液者也.”

홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.112. “今脾病不能爲胃行其津液，四肢不得稟水穀氣.”

43) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.34. “三焦者，決瀆之官，水道出焉.”

홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.215. “腎合三焦膀胱，三焦膀胱者，腠理毫毛其應.”

홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.22. “腎合膀胱，膀胱者津液之府也. 少陽屬腎，腎上連肺，故將兩臟. 三焦者，中瀆之腑也，水道出焉，屬膀胱，是孤之府也. 是六腑之所與合者.”

설명할 수 있는데 이는 “上焦는 안개와 같고, 中焦는 거품과 같으며, 下焦는 도랑과 같다”처럼 비유적으로 표현되기도 한다⁴⁴⁾. 끝으로 膀胱은 수분의 대사과정을 통해 들어온 津液을 저장하고 있다가 氣化 작용을 통해 배출해낸다⁴⁵⁾.

3. 水穀의 섭취 운화 과정을 통한 배출

수곡의 섭취 운화 과정을 통해 이루어진 대변(糟粕)과 小便의 배출에 있어 가장 중요한 작용을 수행하는 藏府는 다음 아닌 腎이다. 腎은 二陰에 그 구멍이 열려있으면서 水를 주관하여 소변의 생성 및 대소변의 배출에 직접적인 작용을 수행한다⁴⁶⁾.

1) 대변의 형성과 배출

水穀 중에서 精, 氣, 津液 등이 흡수되고 남은 나머지는 胃에서 糟粕을 이루어 아래쪽의 大腸으로 전달된다⁴⁷⁾. 따라서 糟粕이 이루어지는 과정에는 脾·胃·大腸·小腸·三焦·膀胱의 藏府들이 모두 관여한다고도 볼 수 있다⁴⁸⁾. 大腸과 小腸은 모두 胃에 속해있

는 六府로 小腸은 廻腸에, 廻腸은 다시 廣腸으로 연결되어 있으며 廣腸의 끝에는 魄門이 자리하고 있다⁴⁹⁾. 小腸에는 물길(水道)이 나 있는데 아마도 大腸과 小腸의 연결 부위인 廻腸에서 膀胱으로 연결되어 있는 下焦의 그것을 언급하고 있는 것으로 보인다⁵⁰⁾. 따라서 小腸이나 大腸에 이상이 생기면 실사를 한다던지 하는 대변 배출의 이상이 발생하게 된다⁵¹⁾.

2) 소변

胃에서 精氣로 추출되어 肝·心·脾·肺 등의 藏府로 전달되지 않고, 津液으로 변화하여 전신으로 퍼지지도 않은 水穀의 糟粕들은 大腸으로 전해지는데 그 중 일부가 廻腸에서 고형 성분과 분리되어 下焦를 타고 膀胱으로 들어가 소변이 된다. 이외에 水穀 중에서 넘쳐흘러 脾로 전달되었던 액상 물질(飮)이 肺를 통해 膀胱으로 전해지기도 한다⁵²⁾. 膀胱은 이렇게 들어온

44) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. pp.119-120. “上焦…貫膈而布胸中, 走腋, 循太陰之分而行…中焦…泌糟粕, 蒸津液, 化其精微, 上注於肺脈…下焦者, 別廻腸, 注於膀胱, 而滲入焉…滲而俱下, 濟泌別汁, 循下焦而滲入膀胱焉.”
 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.120. “上焦如霧, 中焦如漚, 下焦如瀆.”
 45) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.34. “膀胱者, 州都之官, 津液藏焉, 氣化則能出矣.”
 46) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.21. “北方黑色, 入通於腎, 開竅於二陰.”
 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.11. “腎者主水.”
 47) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. 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.”
 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.120. “故水穀者, 常并居於胃中, 成糟粕, 而俱下於大腸.”
 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.246. “穀氣津液已行, 營衛大通, 乃化糟粕, 以次傳下.”
 48) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부.

1985. pp.37-38. “脾胃大腸小腸三焦膀胱者, 倉廩之本, 營之居也, 名曰器, 能化糟粕, 轉味而入出者也.”
 49) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.21. “大腸小腸, 皆屬於胃, 是足陽明也.”
 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.170. “小腸後附脊, 左環廻周壘積, 其注於廻腸者, 外附於臍上…廻腸當臍左環, 廻周葉積而下…廣腸傳脊, 以受廻腸.”
 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.42. “魄門亦爲五藏使, 水穀不得久藏.”
 50) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.99. “手太陽外合於淮水, 內屬於小腸, 而水道出焉.”
 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 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.”
 51) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.92. “大腸小腸爲泄.”
 52) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 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.”
 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.183. “陰陽氣道不通, 四海塞閉, 三焦不瀉, 津液不化, 水穀並行腸胃之中, 別於廻腸, 留於下焦, 不得滲膀胱, 則下焦脹, 水溢則爲水脹, 此津液五別之逆順也.”
 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.86. “飮入於胃, 遊溢精氣, 上輸於脾. 脾氣散

津液을 간직하고 있다가 氣化 작용을 통하여 음경을 거쳐 체외로 배출한다⁵³⁾. 소변의 배출과 관련이 있는 藏府는 서로 짝하고 있는 腎, 膀胱, 三焦 등으로 볼 수 있는데⁵⁴⁾ 소변의 생성과 배출과 관련해서 이들의 작용이 명시되어 있지는 않지만 “腎이 몸 전체의 水를 주관한다⁵⁵⁾”, “腎이 二陰을 주관한다⁵⁶⁾”나 “三焦가 병이 들거나, 膀胱이 병이 들면 소변을 못보게 된다⁵⁷⁾”는 직간접적인 언급을 통해 미루어 짐작할 수 있다.

前陰과 後陰으로 배출되는 것을 제외하고 참고해야 할 배출물 중의 하나는 바로 땀(汗)이다. 땀은 津液 중의 하나로 구별될 수 있으나 음식을 섭취가 원활하게 이루어졌을 때 생겨나는 배출물로도 생각해 볼 수 있다⁵⁸⁾. 땀은 소·대변과 마찬가지로 水穀을 통해 만들어지며 날이 덥거나 옷을 두텁게 입었을 경우 체표로 배출 될 수 있지만 음식을 많이 먹었을 때 배출되기도 한다⁵⁹⁾.

精, 上歸於肺, 通調水道, 下輸膀胱, 水精四布, 五經并行, 合於四時, 五藏陰陽, 揆度以爲常也.”

- 53) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.34. “膀胱者, 州都之官, 津液藏焉, 氣化則能出矣.”
홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.315. “壅垂者, 身中之機, 陰精之候, 津液之道也.”
- 54) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.215. “腎合三焦膀胱, 三焦膀胱者, 腠理毫毛其應.”
- 55) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.11. “腎者主水.”
- 56) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.21. “北方黑色, 入通於腎, 開竅於二陰.”
- 57) 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.39. “三焦病者, 腹氣滿, 小腹尤堅, 不得小便, 窘急, 溢則水留, 卽爲脹, 膀胱病者, 小腹偏腫而痛, 以手按之, 卽小便而不得.”
홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.124. “小腹腫脹, 不得小便, 邪在三焦, 約取之太陽大絡”
홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.92. “膀胱不利爲癃, 不約爲遺尿.”
- 58) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.88. “開腠理, 致津液, 通氣也.” 본 문장에 대해 馬蒔, 張景岳 등은 ‘辛味’에 대한 부연 설명으로 풀이하기도 하나 五味의 흡수 이후에 몸에서 일어나는 반응으로 보는 森立之의 설명이 보다 설득력이 있다.
- 59) 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부.

4. 水穀의 흡수, 운화 및 배출과 관련된 제가들의 의견

水穀의 흡수, 운화 및 배출과 관련한 여러 의견들 중에서 가장 중요한 부분을 차지하는 것은 命門과 관련된 논설들이다. 위에서 살펴보았다시피 수곡의 흡수 및 운화와 관련하여 五藏 중의 腎은 직접적으로 관여하고 있지 않다.

『難經』三十六難에서의 “腎은 두 개이나 모두 腎이 아니라 왼쪽은 腎이고, 오른쪽은 命門이다. 命門은 神精이 머무는 곳으로 原氣가 매어있다⁶⁰⁾.”라는 ‘左腎右命門’ 논설 이후 腎에 火를 위치시키는 命門 관련 학설이 전개됨에 따라 배출과 津液 대사를 주도하던 腎은 이제 脾胃에 제공되는 火로서 水穀의 흡수 및 운화에 직접적인 작용을 하는 것으로 설명된다. 이처럼 命門과 火의 개념을 연관시키게 된 것은 運氣學이 성행한 宋代 이후의 일로 六氣의 개념인 君火, 相火를 命門으로 인식하면서부터이다. 하지만 그 효시는 唐의 王冰이 편집한 것으로 여겨지고 있는 『黃帝內經素問』 중의 運氣七篇 중에서 찾아볼 수 있다⁶¹⁾.

이후 南宋의 許叔微(1079~1154)에 이르러 음식 소화 과정을 설명하며 “허리와 腎의 기운이 왕성하면 이것이 眞火로서 위로 올라가 脾胃를 찢고 음식을 변화시켜 水穀을 나누어 흐르도록 하여 二陰을 통해 배출된다”, “항상 腎氣를 따뜻하게 補해야 飲食이 불기운을 얻을 수 있다.”⁶²⁾라고 하여 본격적으로 腎 중

1985. p.123. “人所以汗出者, 皆生於穀, 穀生於精.”

- 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.183. “水穀入於口, 輸於腸胃, 其液別爲五…天熱衣厚則爲汗.”
홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985. p.86. “飲食飽甚, 汗出於胃.”
땀의 생성과 배출과 관련해서는 백상용(2003), pp.134-136 참조.
- 60) 김용진, 윤창열 편. 難經研究集成. 대전. 주민출판사. 2007. p.626. “腎兩者, 非皆腎也. 其左者爲腎, 右者爲命門. 命門者, 諸神精之所舍, 原氣之所繫也.”
- 61) 황원덕, 김증한. 君火, 相火와 命門의 연관성에 관한 연구. 대한원전외사학회지. 1994. 8. p.161, 180, 182.
- 62) 劉景超, 李具雙 편. 許叔微 著. 許叔微醫學全書. 普濟本事方. 北京. 中國中醫藥出版社. 2006. pp.130-131. “若腰腎氣盛, 是爲眞火, 上蒸脾胃, 變化飲食, 分流水穀, 從二

의 火의 역할을 들어 설명하기 시작한다. 특히 그는 『普濟本事方』 「心小腸脾胃病」 중 ‘二神圓’의 해설에서 “한 사람이 음식을 먹지 못했는데 補脾藥을 써도 모두 효과가 없었으나 본 처방을 주자 복용 후 기뻐하면서 음식을 먹을 수 있었다. 이 병은 전적으로 脾虛로만은 볼 수 없다. 腎氣가 약해지면 眞元이 쇠약해져 음식을 소화시킬 수 없게 되니 마치 술 중에 쌀을 가져다두어도 아래쪽의 불이 약하면 하루 종일이 지나도 쌀이 익지 않을 것이니 어떻게 소화가 될 수 있겠는가.”⁶³⁾라며 사람의 소화기관을 술과 아궁이에 비유하여 설명하고 있다. 嚴用和(1199~1267?) 역시 『嚴氏濟生方』에서 眞陽이 쇠퇴하고, 坎火가 식으면 脾土를 찌질 못해 음식이 소화되지 못한다고 지적하며, 脾를 補하는 것이 腎을 補하는 것만 못하며 腎氣가 튼실하여 丹田의 火가 脾土를 찌어줄 수 있으면 脾土는 따뜻해지고 中焦가 스스로 치료되어 胸膈이 저절로 열려 음식을 먹을 수 있게 될 것이다⁶⁴⁾라고 주장한다.

이러한 논지는 金元 시대를 지나 明의 溫補學說로까지 이어지게 되는데 劉河間(1120~1200?)은 『素問病機氣宜保命集』 「病機論」에서 『仙經』의 “心爲君火, 腎爲相火”라는 말을 인용하면서 『難經』의 주장을 수정하여 “척추 아래로부터 일곱 번째 마디 곁에 小心이 있는데 그것이 命門相火이다.”라고 하였고⁶⁵⁾, 朱

丹溪(1281~1358)는 『格致餘論』 「陽有餘陰不足論」과 「相火論」 중에서 腎과 肝에 相火가 존재하고 있고, 이는 心에 위치한 君火에 매여 心이 움직일 때마다 같이 움직이지만 사람 몸에 드러나는 움직임은 모두 相火에 의한 것이라라고 주장하였다.⁶⁶⁾ 그리고 明代의 張景岳은 설사병의 원인을 命門의 火가 쇠하였다고 간주하여 인삼, 백출, 부자, 육계 등의 약으로 命門, 즉 腎陽을 복돋는 치료법을 활용하고 있으며 益火之劑인 右歸飲을 선용하여 溫補學派의 계보를 이어간다⁶⁷⁾.

한편 조선 許浚의 『東醫寶鑑』에서는 『普濟本事方』을 인용하여 음식을 좋아하지 않는 것은 하부의 元陽이 쇠약하기 때문이다(不嗜飲食由下元陽衰)라고 논설하며 命門 火와 脾胃 소화기능을 연관시키고 있다⁶⁸⁾. 그러나 구한말의 李奎峻은 『素問大要』 「素問附說」 중의 「腎有兩藏辨」과 「扶陽論」에서 “心火는 위에 있고 腎水는 아래에 있어 火가 水로 내려온 이후에 水가 올라가는 것이니 이처럼 陽氣가 서로 교류해야 살 수 있고 그렇지 않으면 죽게된다.”라고 지적하며 腎藏에서 작용하는 相火 역시 심장의 君火에서 유래하고 이러한 火의 작용이 왕성할 때 건강을 유지할 수 있다는 扶陽論을 주장하였다⁶⁹⁾. 사람의 생명이 火에 근거하고 있다고 바라본 그는 水穀이 胃로 들어 오면 火를 통해 運용이 되는데 肺를 통해 나가 살과 피부를 따뜻하게 하며 외부로부터의 風寒을 막아내

陰出… 常須暖補腎氣, 飲食得火力.”

63) 劉景超, 李具雙 편. 許叔微 저. 許叔微醫學全書-普濟本事方. 北京. 中國中醫藥出版社. 2006. p.100. “有人全不進食, 服補脾藥皆不驗, 予授此方, 服之欣然能食, 此病不可全作脾虛. 蓋因腎氣怯弱, 眞元衰劣, 自是不能消化飲食, 譬如鼎釜之中, 置諸米穀, 下無火力, 雖終日米不熟, 其何能化?”

64) 王道瑞, 申好眞 편. 嚴用和 저. 嚴用和醫學全書-濟生方. 北京. 中國中醫藥出版社. 2006. pp.19-20. “大抵不進飲食, 以脾胃之藥治之多不效者, 亦有謂焉. 人之有生, 不善攝養, 房勞過度, 眞陽衰虛, 坎火不溫, 不能上蒸脾土, 衝和失布, 中州不運, 是致飲食不進, 胸膈痞塞, 或不食而脹滿, 或已食而不消, 大腑漉泄, 此皆眞火衰虛, 不能蒸蘊脾土而然. 古人云: 補腎不如補脾. 余謂: 補脾不若補腎, 腎氣若壯, 丹田火經上蒸脾土, 脾土溫和, 中焦自治, 膈開能食矣.”

65) 葉川, 建一 편. 金元四大醫學家名著集成. 北京. 中國中醫藥出版社. 1995. p.114. “左腎屬水, 男子以藏精, 女子以系胞, 右腎屬火, 游行三焦, 興衰之道由于此. 故七節之傍, 中有小心, 是言命門相火也.”

66) 朱震亨 찬. 丹溪醫集格致餘論. 北京. 人民衛生出版社. 1993. p.10. “主閉藏者, 腎也, 司疎泄者, 肝也, 二藏皆有相火, 而其系上屬於心. 心, 君火也, 爲物所感則易動. 心動則相火亦動.”

朱震亨 찬. 丹溪醫集 중 格致餘論. 北京. 人民衛生出版社. 1993. p.38. “天主生物, 故恒於動, 人有此生, 亦恒於動, 其所以恒於動, 皆相火之爲也.”

67) 리강희 외 역. 張景岳 저. 國醫類經. 서울. 해동의학사. 2001. p.64, 262.

68) 윤석희, 김형준 외 옮김. 허준 저. 對譯東醫寶鑑. 서울. 동의보감출판사. p.1226. 본문에서 許浚은 朱丹溪의 丹溪心法을 인용하였다고 기록하고 있으나 인용문은 위에서 설명한 許叔微의 普濟本事方の 원문 그대로이다.

69) 이규준. 素問大要. 서울. 대성의학사. pp.233-236, p.240. “天地者萬物之父母, 水火者陰陽之徵兆, 人亦應之. 心火在上, 腎水居下, 火降乎水而后水乃升焉. 故陽交則生, 陽反則死… 心爲火之主, 故曰君火, 腎曰相火者, 非是別火, 乃此火之行乎水者也.”

는 것을 上焦火, 水穀을 찌어 진액으로 만들고 血로 변하며 윤기가 있도록 하는 것을 中焦火, 맑고 탁한 것을 구별하며 도량을 통해 몸 밖으로 나가도록 하는 것을 下焦火라고 하여 火를 중심에 두고 水穀 운화를 설명해간다⁷⁰⁾.

III. 고찰

水穀의 흡수 운화 및 배출에 가장 관련이 깊은 藏府는 脾와 胃로 飲食을 氣와 津液으로 변화시키고 糟粕을 大小腸으로 전달하는 역할을 수행한다. 특히 胃는 小腸, 大腸, 三焦, 膀胱 등과 함께 水穀을 받아들이고 내보내는 작용을 하여 水穀의 섭취와 배설을 담당한다. 五藏 중에서 胃와 膜을 두고 연결해있는 脾가 가장 주도적인 작용을 담당하는데 食으로부터 흡수한 精과 氣를 肝이나 心, 胃에서 넘쳐난 飲은 肺의 관련 藏으로 보내기도 하고, 津液을 움직이는 작용을 수행하기도 한다.

『黃帝內經』중에서 이야기하는 水穀 精氣의 흡수 및 운화 및 배출에 있어서의 특징 중 하나는 五藏 중의 腎이 精氣의 흡수와 관련해서는 그 역할이 빠져있다는 것이다. “腎의 胃의 관문이다.”, “腎은 二陰에 그 구멍이 열려있다” 등의 표현이 胃, 小腸, 大腸과 관련성을 드러내고는 있지만 위의 언급들 역시 주로 津液 대사나 소대변의 배출 등과 관련지어 설명하고 있다. 후대의 가들이 이야기한 ‘아궁이의 불’인 命門의 火가 ‘가마솥’인 脾胃에 열기를 공급하여 水穀 精氣의 흡수를 돕는다는 식의 논설들은 道家 계열의 ‘內丹’ 이론 등이 본격적으로 전개되면서 水穀 精氣 흡수에 있어서의 腎의 相火, 즉 水 중의 火의 역할이 추가된 것으로 생각되며, 따라서 腎에 命門之火를 위치시킨 『難經』 이후 의가들의 주장에 반대하며 腎藏 속에 작용하는 相火의 근원을 心の 君火로 보고 心の 君火가 하강한 이후에 腎水가

상승한다고 주장하면서 陽의 중요성을 강조한 石谷 李奎峻의 의견이야말로 『黃帝內經』의 본지와 일치한다고 여겨진다.

水穀의 흡수 운화 및 배출과 관련하여 또 다른 특징 중의 하나는 氣와 津液이라는 흐르는 유체를 활용한 설명이다. 水穀으로부터 구별되어 나온 精과 氣, 그리고 津液은 肺와 脾의 운화 작용을 통해 전신으로 뿌려진다. 脾에서 心, 다시 肺로 전달된 食氣와 脾에서 肺로 넘쳐 흘러간 飲은 바람이 바닷물과 강물을 움직이는 원동력이듯이 肺의 풀무질을 통해 온 몸의 筋, 經脈, 皮毛 등으로 뿌려지게 되고, 수곡에서 생겨난 또 다른 산출물인 津液은 脾, 三焦의 기운을 타고 온 몸의 肌肉, 皮膚 등으로 마치 안개가 자욱하게 끼듯이 퍼져나가게 된다. 이 때 腎은 水를 주관하는 藏으로써 胃의 관문을 열고 닫아 물이 넘쳐나 皮膚 등이 부어오르는 일이 없도록 한다. 몸의 크고 작은 물길인 經脈을 타고 흐르는 氣나 일정한 노선이 없이 몸 구석구석까지 안개처럼 퍼지는 津液의 운화에서 살펴볼 수 있듯이 胃로 들어온 水穀의 精과 氣는 고정적인 물체로서의 장기나 소화관, 골격보다는 그 속과 주변에 자리 잡은 유체들의 흐름에 더 많은 관심을 기울이고 있어 한의학에서 바라보는 몸이 ‘흐르는 신체’⁷¹⁾임을 확인하고 있다.

IV. 결론

1. 『黃帝內經』에 따르면 입을 통해 들어간 水穀은 胃에 간직되어 있다가 精, 氣, 津液 등으로 변화하여 흡수되어 五藏 및 肌肉, 皮毛 등의 전신으로 퍼져가게 되는데 마치 실제 바다에서 구름이 생겨나고 하늘 아래를 움직이듯이 기운이 생겨나와 온 몸의 經隧를 타고 퍼지게 된다는 식의 天地와 몸의 感應 이론을 기반으로 설명한다. 이 과정을 통해 氣가 전신에 전달되면 五藏이 안정되고, 血脈이 매끄러워지며, 神이 저절로 생겨나게 되는 것이다.

2. 水穀은 고행 물질인 食과 액상 물질인 飲으로

70) 이규준. 素問大要. 서울. 대성의학사. p.237. “人生何根, 火爲之根, 根何附焉. 水穀爲田, 水穀入胃, 火乃運用, 其蒸蒸浮浮, 出乎肺葉, 周行乎經隧之外, 煦溫肌膚, 衛捍風寒者, 上焦火也, 命曰衛氣. 其腐熟水穀, 薰蒸津液, 周行乎經隧之中, 變成血赤, 榮光悅澤者, 中焦火也, 命曰榮氣. 其泌別清濁, 疎通溝瀆, 出而不納者, 下焦火也.”

71) 이동철 역. 이시다히데미 지음. 기 흐르는 신체. 서울. 열린책들. 1996. p.25.

구별되어 흡수되며 食은 精과 氣로, 飮은 水精으로 전신에 뿌려지게 된다. 水穀의 흡수는 酸苦甘辛鹹의 五味가 五行 배속에 맞추어 肝腎脾肺腎의 五藏으로 들어가게 되는 것으로 설명되기도 한다.

3. 운화의 과정은 氣의 움직임인 營·衛氣의 순행과 수액의 흐름인 津液의 대사로 구분하여 볼 수 있는데 營氣는 十二經脈과 任督脈을 타고 흐르고, 衛氣는 낮에는 陽經, 밤에는 五藏을 흐르게 된다. 그러나 津液은 營氣나 衛氣처럼 일정한 노선을 흐르는 것이 아니라 전신 肌肉, 皮膚에 뿌려지거나 뼈 사이와 같은 일정한 공간에 머무르게 된다.

4. 위에서 精氣로 추출되어 肝·心·脾·肺 등의 藏府로 전달되어 지지 않고, 津液으로 변화하여 전신으로 퍼지지도 않은 水穀의 糟粕들은 大腸으로 전해져 魄門을 통해 배출된다. 그리고 그 중 일부는 廻腸에서 구별되어 머무르고 있다가 下焦를 타고 膀胱으로 들어가 체외로 배출되게 되고, 또한 水穀 중에서 넘쳐흘러 脾로 전달되었던 액상 물질(飮)이 肺를 통해 膀胱으로 전달되어 체외로 배출된다.

5. 『黃帝內經』 중에서 이야기하는 水穀 精氣의 흡수 및 운화 및 배출에 있어서의 특징 중 하나는 氣와 津液이라는 개념을 통해 ‘흐르는 신체’를 상징하고 있다는 것이며 또 다른 하나는 五藏 중의 腎이 水穀 精氣의 흡수와 관련해서 그 역할이 빠져있다는 것이다. 『難經』 이래 命門 학설의 전개와 함께 후대에 이르러서는 腎의 중요성이 상당히 부각되었으나 구한말의 石谷 李奎峻은 기존의 命門 학설을 비판하며 『黃帝內經』의 본 뜻을 회복할 것을 주장한다.

V. 參考文獻

<논문>

1. 백상용. 인체내 수액의 특성 및 대사기전에 대한 연구. 대한한의학회지. 2003. 24(3). pp.130-137.
2. 우원홍, 서명, 정우열. 火의 개념에 대한 시대적

- 고찰. 대한한의학회지. 1986. 7(1). pp.121-122.
3. 원태희. 비위생리에 원용되는 황제내경 어구에 관한 연구. 대한한의학회지. 1995. 16(2). pp.453-489.
4. 유정아, 장창우, 정창현. 수곡의 인체내 대사과정 설명모델. 대한한의학원전학회지. 2008. 21(1). pp.63-78.
5. 이종향. A Study of the principle of oriental medicine concerning the disease of digestive system. 대한한방내과학회지. 1976. 1(1). pp.7-19.
6. 황원덕, 김중환. 君火, 相火와 命門의 연관성에 관한 연구. 대한원전전사학회지. 1994. 8. p.161, 180, 182.

<단행본>

1. 김선호. 善乎靈樞(上). 대전. 주민출판사. 2003. p.218, 394.
2. 김용진, 윤창열 편. 難經研究集成. 대전. 주민출판사. 2007. p.626.
3. 김희정. 몸·국가·우주 하나를 꿈꾸다. 서울. 궁리. 2008. pp.148-149.
4. 葉川, 建一 편. 金元四大醫學家名著集. 北京. 中國中醫藥出版社. 1995. p.114.
5. 王道瑞, 申好眞 편. 嚴用和 著. 嚴用和醫學全書. 北京. 中國中醫藥出版社. 2006. pp.19-20.
6. 王洪圖 주편. 黃帝內經研究大成. 北京. 北京出版社. 1994. p.252.
7. 이규준. 素問大要. 서울. 대성의학사. pp.233-236, p.237, 240.
8. 이동철 역. 이시다히데미 지음. 기 흐르는 신체. 서울. 열린책들. 1996. p.25.
9. 임윤경. 대학 경락경혈학 총론. 대전. 초락당. 2007. p.8.
10. 張景岳 著. 리강희 외 역. 국역 類經. 서울. 해동의학사. 2001. p.64, 262.
11. 許叔微 著. 劉景超, 李具雙 편. 許叔微醫學全書. 北京. 中國中醫藥出版社. 2006. p.100.

pp.130-131.

12. 허준 저. 윤석희, 김형준 외 옮김. 對譯東醫寶鑑. 서울, 동의보감출판사. p.1226.
13. 홍원식. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985.
14. 홍원식. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원출판부. 1985.