

『黃帝內經』에 나타난 精의 意味에 대한 考察

大田大學校 韓醫科大學 韓醫學科 醫史學教室
鄭承哲·金容辰*

對黃帝內經中出現的精之含意的研究

大田大學校 韓醫科大學 韓醫學科 醫史學教室
鄭承哲·金容辰

精, 氣, 神堪稱人體之三寶, 是人體在生命活動中所必需的重要物質. 尤其是精以多種含意, 在人體及自然界中廣為應用. 因此, 本論文對黃帝內經中出現的精的含意進行了研究, 取其最重要的含意, 認為精是生殖之精和水穀之精, 是人體之精.

關鍵詞: 黃帝內經, 精, 氣, 神, 意味.

I. 緒論

精·氣·神은 人體의 三寶라고 불리우는 것으로 사람에게 있어 반드시 필요한 것이며 서로 유기적인 관계를 가지고 있는 것이라고 이해하고 있다.

古代에는 氣를 때로는 '精氣'라 부르기도 하고 '精'이라 부르기도 한다. 예컨대 『管子·內業篇』에서 “精也者는 氣之精者也라(精은 氣中에서도 精華된 것이다.)”고 하였으니 이는 精이나 精氣는 一種의 더욱 精微한 氣를 말하는 것이요, 이러한 精氣가 人體에 充滿해야 곧 사람이 正常的인 生理活動을 維持할 수 있다는 것이다. 또 『管子·內業篇』에서 “精存自生이라야 其外安榮이라 內藏以爲泉原이오 浩然和平以爲氣淵이니 淵之不涸하면 四肢乃固하고 泉之不竭하면 九竅遂通(정기 속에 잘 보존되어 저질로 생해야만 밖의 형체가 편안하고 영화롭게 된다. 내장은 샘의 근원이 되고 넉넉하고 和平해야 氣가 쌓여 모이니 못이 마르

지 않으면 四肢가 견고해지고 샘이 마르지 않으면 九竅가 잘 소통된다.)”이라 했는데, 이는 사람의 四肢·九竅 및 內臟의 活動은 모두 精이 源泉이 됨을 說明하고 있는 것이다. 이 뿐만 아니라 그들은 人間의 思想活動도 精氣의 活動에 依하여 이루어진다고 생각하여 『管子·內業篇』에서 “氣道乃生하고 生乃思하고 思乃知하고 知乃止矣(氣에 의해서 생명이 나오고 생명이 있으면 생각을 하게 되고 생각하면 지혜로워지고 지혜로우면 그칠 곳에서 그치게 된다.)”라고 하였다¹⁾.

이처럼 소중한 精에 대하여 『素問·金匱真言論』에서는 “무릇 精은 人體의 根本이다”²⁾라고 하였으며, 『東醫寶鑑·精』에서는 “精이란 가장 좋은 것을 말한 것이다. 사람의 精은 가장 귀한 것이지만 그 量은 매우 적어서 온몸의 精을 다 합하여야 모두 한 되 여섯 홑이 된다. 이것은 男子가

1) 洪元植·尹暢烈, 新編中國醫史學, 周珉出版社, 大田, 2004, pp. 41~42.

2) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 78. “夫精者身之本也.”

* 交信著者: 金容辰, 大田大學校 韓醫科大學 醫史學教室, 042)280-2626 king@dju.ac.kr

16세까지 精을 배출하지 않았을 때의 分量으로 한 근의 무게가 됨을 말한다. 精을 쌓아 가득히 채우면 석 되가 되고, 精을 損傷하거나 잃으면 한 되가 채 안 된다. 精과 氣는 서로를 길러주는 데, 氣가 모이면 精이 가득하게 되고 精이 가득하면 氣가 旺盛하게 된다. 매일 먹는 飲食의 精微로운 것이 精이 되기 때문에 ‘곡식’을 뜻하는 ‘米’와 ‘생명의 푸른빛, 왕성함’을 뜻하는 ‘靑’자를 합쳐서 글자를 만들었다. 사람이 16세가 되면 精을 排泄하게 되는데, 한 번 性交를 할 때마다 반홉 分量의 精이 줄어든다. 잃어버리기만 하고 더해지지 않으면 精이 枯渴되어 病이 생기게 된다. 그러므로 慾情을 節制하지 못하면 精이 消耗되고 精이 消耗되면 氣가 衰弱해지고 氣가 衰弱해지면 病이 생기고 病이 생기면 몸이 위태로워진다. 그러므로 어찌 精이라는 것을 人體의 가장 귀한 보배라고 하지 않을 수 있겠는가(養性)³⁾라고 하여 人體에 있어서 精의 중요함을 강조하고 있다.

이렇듯 人體에 있어서 精의 重要性에도 불구하고 精에 대한 研究가 그 어느 分野보다도 未備하다고 판단되어 筆者는 精·氣·神 三寶의 하나인 精에 대하여 研究·考察을 하여 우선 精의 意味에 대하여 얻은 바가 있어 이를 보고하는 바이다.

II. 『黃帝內經』에 나타난 精의 意味

1. 水穀之精

水穀의 精은 또 精微한 것을 가리킨다. 그러므로 脾胃의 消化吸收 과정에서 水穀의 精微한 것이 營, 衛, 氣, 血, 津液 및 五臟의 精을 生成하여 身體를 高루 運行하며, 五臟에 貯藏되는 이것을

3) 許浚, 東醫寶鑑, 南山堂, 서울, 1998, p. 81. “夫精者 極好之稱 人之精 最貴而甚少 在 身中 通有一升六合 此男子二八未泄之成數 稱得一斤 積而滿者 三升 損而喪之者 不及一升 精與氣相養 氣聚則精盈 精盈則氣盛 日啖飲食之華美者 爲精 故從米從靑 人年十六則精泄 凡交一次 則喪半合 有喪而無益 則精竭身疲 故慾不節 則精耗 精耗 則氣衰 氣衰 則病至 病至 則身危噫 精之爲物 其人身之至寶乎(養性).”

後天에서 來源하는 生命의 精이라 한다. 『說文』에 “精, 擇米也.”라 하였고, 『素問·經脈別論』에는 “음식물이 胃로 들어가면(脾가 이를 運化하여) 精微物質은 肝으로 散布하고(肝은 이) 精微之氣로 써(전신의) 筋을 滋養합니다.”⁴⁾라고 하였으며, 『靈樞·平人絕穀』에는 “胃는 둘레가 1尺5寸이고 직경이 5寸이며 길이가 2尺6寸으로서, 가로로 굴곡져있고 서 말 닷 되의 食物을 받아들인데, 그 중에 食物이 일반적으로 두 말(2斗) 정도 들어 있으며,(음식물과) 한 말 닷 되(1斗5升)의 물이 들어가면 가득 찹니다. 上焦에서 散布되는 精氣는 食物의 精微에서 나온 것으로 빠르고 매끄럽게 運行하며,(그 나머지는) 下焦에서 여러 腸에 들어갑니다.”⁵⁾라 하였는데 여기에서 張介賓은 “精微慄悍滑疾이란 水穀의 精氣를 말한 것이고, 下澆諸腸이란 水穀에서 質이 거친 것을 말한 것이다.”⁶⁾라 하여 水穀에서 來源하는 精을 설명하고 있다.

4) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, pp. 253~255. “食氣入胃, 散精於肝, 淫氣於筋. 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. 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, 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.”

5) 裴秉哲, 今釋黃帝內經靈樞, 成輔社, 서울, 1995, pp. 293~295. “黃帝曰: 願聞人之不食, 七日而死, 何也? 伯高曰: 臣請言其故. 胃大一尺五寸, 徑五寸, 長二尺六寸, 橫屈受水穀三斗五升, 其中之穀, 常留二斗, 水一斗五升而滿, 上焦泄氣, 出其精微, 慄悍滑疾, 下焦下澆諸腸. 小腸大二寸半, 徑八分分之少半, 長三丈二尺, 受穀二斗四升, 水六升三合合之大半; 迴腸大四寸, 徑一寸寸之少半, 長二丈一尺, 受穀一斗, 水七升半; 廣腸大八寸, 徑二寸寸之大半, 長二尺八寸, 受穀九升三合八分合之一. 腸胃之長, 凡五丈八尺四寸, 受水穀九斗二升一合合之大半, 此腸胃所受水穀之數也. 平人則不然, 胃滿則腸虛, 腸滿則胃虛, 更虛更滿, 故氣得上下, 五藏安定, 血脈和利, 精神乃居, 故神者, 水穀之精氣也. 故腸胃之中, 當留穀二斗, 水一斗五升, 故平人日再後, 後二升半, 一日中五升, 七日五七三斗五升, 而留水穀盡矣. 故平人不食飲七日而死者, 水穀精氣津液皆盡故也.”

6) 張介賓, 譯注類經 第2冊, 서울, 海東醫學社, 2001, p. 91. “精微慄悍滑疾 言水穀之精氣也. 下澆諸腸 言水穀之質粕也.”

2. 天地之精

天地의 精은 또 種氣, 精氣라고 한다. 이것은 天地 自然界의 構成的인 基本物質을 말하며, 陰陽의 分別이 있고, 그 형체는 정밀하고 세밀하며 미묘한 것이며, 升降 運動에 처하여 變化의 중심을 말한다. 『淮南子·天文』에서 “天地之襲精爲陰陽”이라 하였고, 『素問·五常政大論』에는 “동남방은 陽에 속하는데, 陽은 그 精華가 아래로 下降하므로 남방은 덥고 동방은 따뜻합니다. 서북방은 陰에 속하는데, 陰은 그 精華가 위로 이어지므로 북방은 춥고 서방은 서늘합니다.”⁷⁾라 하였으며, 『素問·陰陽應象大論』에서는 “동쪽은 陽에 속하는데, 陽은 精氣가 상부에서 모인 것으로서(精氣가) 상부에 모이면 상부는 盛하지만 하부는 虛해지므로 눈과 귀는 밝지만(하부의) 손과 발은 민첩하지가 않습니다. 서쪽은 陰에 속하는데, 陰은 精氣가 하부에서 모인 것으로서(精氣가) 하부에 모이면 하부는 盛하지만 상부는 虛해지므로 눈과 귀는 밝지 않지만(하부의) 손과 발은 민첩합니다.”라 하였다.

3. 人體之精

人體의 精은 곧 生命의 精을 말한다. 이것은 人體를 構成하며, 人體 生命 活動을 維持하는데 필요한 基本物質을 말한다. 『素問·金匱真言論』에서 “무릇 精氣는 人體의 根本입니다.”라 하여 그 來源에 따라서 分布와 功能이 나누어진다고 하였다.

첫째, 先天之精

先天之精은 人體 生命의 根本이며 시작을 말하며, 부모에게서 來源하는 生殖之精을 말하고, 나아가서 生하고 길러지고 이루어지는 것이 人體

7) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, pp. 658~659. “帝曰：天不足西北, 左寒而右涼, 地不滿東南, 右熱而左溫, 其故何也? 岐伯曰：陰陽之氣, 高下之理, 太少之異也. 東南方, 陽也, 陽者, 其精降於下, 故右熱而左溫; 西北方, 陰也, 陰者, 其精奉於上, 故左寒而右涼. 是以地有高下, 氣有溫涼, 高者氣寒, 下者氣熱, 故適寒涼者脹之, 溫熱者瘠, 下之則脹已, 汗之則瘠已, 此腠理開閉之常, 太少之異耳.”

각 臟腑와 器官인데 이것은 氣血 津液 등도 포함하고 있다. 『靈樞·本神』에 “그러므로 生命의 來源이되는 物質을 ‘精’이다.”⁸⁾라고 하였으며, 『靈樞·決氣』에서는 “男女가 交合하여(새로운) 形體를 만드는데, 항상 形體보다 먼저 形成되는 것을 ‘精’이라 합니다.”⁹⁾라 하였고, 『靈樞·經脈』에는 “사람이 태어날 때는 먼저(陰陽 兩氣로부터) 精이 형성되고 精이 形成되면 腦髓가 生成되는데, 骨은 人體의 氣동과 같고, 脈은 울타리와 같으며, 筋은 그물과 같고, 肉은 담장과 같으며, 皮膚가 견고해진 후에 毛髮이 자라 人體가 形成됩니다. (母體에서 나온 후에는) 음식물이 胃에 들어가면(精微 물질로 化生하여) 脈道를 통하여 氣血이 運行됩니다.”¹⁰⁾라 하여 先天의 精을 說明하고 있다.

둘째, 臟腑之精

臟腑之精은 先天의 精이 化生되어 이미 生하고 난 후에 水穀의 精에서 말미암아 보충하는 것이며, 臟腑와 臟腑 功能에 의해 구성되어 活動하는 物質에서 基因하며, 五臟에 저장되고, 그 중 가장 精微한 것은 腎臟에 저장된다. 『素問·上古天真論』에서 “腎은(人體의) 水氣를 주관하고 五臟六腑의 精을 받아 저장하므로 五臟이 충실해야(精을) 배출할 수 있습니다.”¹¹⁾라 하였고, 『素問·陰陽應象大論』에서는 “形體가 衰弱할 경우는 氣로써 따뜻하게 해주고, 陰精이 부족할 때는 味로써 補해야 합니다.”¹²⁾라고 하였는데 張志聰은 ‘精謂五臟之陰精’이라 하였다. 『靈樞·本神』에서 “그

8) 裴秉哲, 今釋黃帝內經靈樞, 成輔社, 서울, 1995, pp. 107~109. “天之在我者德也, 地之在我者氣也, 德流氣薄而生者也, 故生之來謂之精, 兩精相搏謂之神”

9) 裴秉哲, 今釋黃帝內經靈樞, 成輔社, 서울, 1995, p. 286. “兩神相搏, 合而成形, 常先身生, 是謂精.”

10) 裴秉哲, 今釋黃帝內經靈樞, 成輔社, 서울, 1995, pp. 128~129. “人始生, 先成精, 精成而腦髓生, 骨爲幹, 脈爲營, 筋爲剛, 肉爲牆, 皮膚堅而毛髮長, 穀入于胃, 脈道以通, 血氣乃行.”

11) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 52. “腎者主水, 受五藏六府之精而藏之, 故五藏盛, 乃能寫.”

12) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, pp. 101~102. “形不足者, 溫之以氣; 精不足者, 補之以味.”

리므로 五臟은 精氣의 저장을 주관하며 손상시켜서는 안되는데, (精氣가) 손상되면 精氣가 내부를 지키지 못하므로 陰이 虛해지고, 陰이 虛해지면 氣化作用을 하지 못하고, 氣化作用을 하지 못하면 죽습니다.”¹³⁾라 한데 楊上善은 ‘精者五臟精液’이라 하여 臟腑의 精을 強調하였다. 『靈樞·根結』에는 “(經脈의 氣는 체내에서) 晝夜로 50바퀴씩 주행하여 五臟의 精氣를 전신으로 운행시키는데, 주행 횟수가 부합하지 않는 것을 ‘狂生’이라 합니다.”¹⁴⁾라 한 것을 楊上善은 “營氣一日一夜周身五十營於身者也, 經營五臟精氣, 以奉生身. 若其不至五十營者, 五臟無精, 其生不久.”라 하여 臟腑의 精을 설명하고 있다.

셋째, 生殖之精

生殖之精은 肝血과 腎精에 말미암아 元氣로 化 한 것이고, 衝脈과 任脈을 주관한다. 腎臟에 저장되어 天癸에 이르러 出現되고 成熟되어 繁殖하여 生育하는 功能을 발휘하는 것이다. 또 특히 남자의 精液을 말한다. 『素問·上古天真論』에는 “56歲에 이르면 肝氣가 쇠약해져 근육을(마음대로) 움직이지 못합니다. 64歲에 이르면 天癸가 고갈되어 精氣가 부족해지고 腎臟이 쇠약해져 形體가 모두(노쇠하여) 한계에 이르며, 치아와 머리카락이 빠집니다.”¹⁵⁾라 한 것을 高士宗은 ‘精, 男子之天癸, 精也’라 하여 남자의 生殖之精을 설명하였다. 『靈樞·本神』에서는 “두려움이 해소되지 않으면 精이 손상되고, 精이 손상되면 骨節部에 痠痛이 발생하여 다리가 연약무력(痿厥)해지며, 遺精·滑精 등이 발생합니다.”¹⁶⁾라 하여 生殖之精의

病理 작용을 說明하였다.

넷째, 眞陰, 腎水라 하여 人身 水氣의 根本 源流를 精이라 한다.

『素問·解精微論』에 “水의 원천은(체내에) 축적되어 있는 水液이고, 축적된 水液이란 至陰이며, 至陰은 腎의 精입니다. 腎에서 根源한 水液이므로(평소에) 흘러나오지 않는데, 이는 腎精 이 水液을 주관하여 바로잡고 억제하기 때문에 水液이 함부로 운행하지 않는 것입니다.”¹⁷⁾라 하여 人體의 水氣의 源泉을 精으로 보았다.

다섯째, 津液으로 보고 人體 生理의인 水液을 精으로 보았다.

『素問·經脈別論』에 “음식이 胃로 들어가면 그 精氣는 넘쳐서 상부의 脾로 운반되고, 脾氣는 이(胃가 운반해준 음식물의 精氣)를(전신으로) 散布하여(經脈을 따라) 상부의 肺로 모여들게 하는데,(肺氣는 宣發肅降 작용을 통해) 水道를 조절하여(水氣를) 하부의 膀胱으로 흘러가게 합니다. 水精은 전신에 골고루 퍼져 五臟의 經脈으로 流入되고, 四時에 따른 五臟의 陰陽 변화에 부합하는데, 헤아려 常道로 삼아야 합니다.”¹⁸⁾라 하여 人體 내 津液을 精의 작용이라 설명하였다.

여섯째, 元氣, 元陰, 元陽을 말한다.

先天之精에서 來源하여 腎臟 중에 저장되어 神으로 표출되어지는 것을 의미한다. 『靈樞·本神』에 “그러므로 생명의 來源이 되는 물질을 ‘精’이라 하고, (남녀의) 兩精이 결합하여 형성된 생명력을 ‘神’이라 한다.”¹⁹⁾라 할 때 兩精은 元陰과 元陽을 指稱하는 것으로 볼 수 있다.

13) 裘秉哲, 今釋黃帝內經靈樞, 成輔社, 서울, 1995, p. 111. “是故五藏, 主藏精者也, 不可傷, 傷則失守而陰虛, 陰虛則無氣, 無氣則死矣.”

14) 裘秉哲, 今釋黃帝內經靈樞, 成輔社, 서울, 1995, p. 82. “一日一夜五十營, 以營五藏之精, 不應數者, 名曰狂生. 所謂五十營者, 五藏皆受氣, 持其脈口, 數其至也.”

15) 裘秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 15. “七八, 肝氣衰, 筋不能動, 八八 天癸竭, 精少, 腎藏衰, 形體皆極, 則齒髮去.”

16) 裘秉哲, 今釋黃帝內經靈樞, 成輔社, 서울, 1995, p. 111. “恐懼而不解則傷精, 精傷則骨痠痿厥, 精時自下.”

17) 裘秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 891. “水宗者積水也, 積水者至陰也, 至陰者腎之精也. 宗精之水所以不出者, 是精持之也, 輔之喪之, 故水不行也.”

18) 裘秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 254-255. “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.”

19) 裘秉哲, 今釋黃帝內經靈樞, 成輔社, 서울, 1995, p. 108. “故生之來謂之精, 兩精相搏謂之神”

일곱째, 胎元 즉 胚胎의 精氣

『素問·奇病論』에 “黃帝가 묻기를 사람이 태어 나면서부터 癲疾을 앓는 경우가 있는데, 病名을 무엇이라 하며, 어찌하여 이 병을 얻은 것입니까? 岐伯이 답하기를 병명을 ‘胎病’이라 하는데, 이는 어머니의 뱃속에 있을 때 얻은 병으로서, 그 어머니가 크게 놀란 바가 있어 氣가 치솟아 하강하지 않은 까닭에 精과(치솟은) 氣가 함께 머물게 되므로(태아의 발육에 영향을 미쳐) 자식으로 하여금 癲疾이 발생케 한 것입니다.”²⁰⁾라 하여 胚胎時 精氣를 강조하고 있는 것이다.

여덟째, 津液과 더불어 共生하여 外部를 防禦하는 精氣

『素問·評熱病論』에 “사람이 땀을 흘리는 까닭은 모두 穀氣에서 나오는데,(이는) 穀氣가 精氣를 생성하기 때문입니다. 만약 邪氣가(正氣와) 骨肉 사이에서 싸워서 땀이 나면 이는 邪氣가 물러가고 精氣가 이긴 것입니다. 精氣가 이 기면 마땅히 음식물을 먹을 수 있어 다시 熱이 나지 않습니다. 다시 熱이 나면 邪氣(가 이긴 것)이고, 땀이 나면 精氣(가 이긴 것)입니다.”²¹⁾라 하여 外部에서 들어오는 邪氣에 대한 防禦 機能을 精으로 보았다.

아홉째, 神, 精神, 神志

『文選·神女賦』에 “精交接以來往兮.”라 하였고, 注에 “精, 神也.”라 하였으며, 『素問·解精微論』에 “대저 水의 精은 志이고, 火의 精은 神인데, 水와 火가 서로 감응하면 神과 志가 모두 슬퍼지니, 이런 까닭에 눈에서 눈물이 나옵니다.”²²⁾라 하고,

『靈樞·終始』에 “오로지 정신을 하나로 모아 精氣가 흩어지지 않도록 하고 다른 사람의 소리를 듣지 않도록 함으로써 精氣를 수렴하도록 해야 하며, 반드시 정신을 針을 놓는 데만 두어야 합니다.”²³⁾라 하였으며, 『素問·舉痛論』에 “두려워하면 精氣가 쇠약해지고,(精氣가) 쇠약하면 上焦가 막히며,(上焦가) 막히면(上焦로 가야할) 氣가(下焦로) 돌아오고,(氣가 下焦로) 돌아오면 下焦가 脹滿해지므로 氣가 下行합니다.”²⁴⁾라 하여 精氣를 神·精神·神志로 확대 해석하고 있는 것이다.

열번째, 人體 生命과 더불어 自然界에 相應하는 天地陰陽五行的 精

『素問·金匱真言論』에 “동쪽은 청색에 해당하는데, 肝과 通하고,(肝은) 눈으로 竅를 열며, 그 精氣는 肝에 貯藏되고, 그 병은 잘 놀라는 것으로 나타납니다. …… 남쪽은 적색에 해당하는데 心과 通하며,(心은) 혀(舌)로 竅를 열고, 그 精氣는 心에 저장되며, 병은 五臟에 있습니다. …… 중앙은 황색에 속하는데 脾와 通하며,(脾는) 입으로 竅를 열고, 그 精氣는 脾에 저장되며, 병은 舌本(舌根)에 있습니다. …… 서쪽은 백색에 해당하는데 肺와 通하며,(肺는) 코로 竅를 열고, 그 精氣는 肺에 저장되며, 병은 背部에 있습니다. …… 북쪽은 흑색에 속하는데 腎과 通하며,(腎은) 二陰으로 竅를 열고, 그 精氣는 腎에 저장되며, 병은 谿(四肢關節)에 있습니다.”²⁵⁾라 하여 五方, 五竅,

故泣出也。泣涕者腦也，腦者陰也，髓者，骨之充也，故腦滲爲涕。志者，骨之主也，是以水流而涕從之者，其行類也。夫涕之與泣者，譬如人之兄弟，急則俱死，生則俱生，其志以早悲，是以涕泣俱出而橫行也。夫人涕泣俱出而相從者，所屬之類也。”

- 20) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 443. “帝曰：人生而有病癲疾者，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，故令子發爲癲疾也。”
- 21) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 337. “人所以汗出者，皆生於穀。穀生於精。今邪氣交爭於骨肉而得汗者，是邪却而精勝也。精勝則當能食而不復熱。復熱者邪氣也，汗者精氣也。”
- 22) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, pp. 891~892. “是以俱悲則神氣傳於心精，上不傳於志而志獨悲，

- 23) 裴秉哲, 今釋黃帝內經靈樞, 成輔社, 서울, 1995, p. 125. “專意一神，精氣之分，毋聞人聲，以收其精，必一其神，令志在鍼”
- 24) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 382. “恐則精却，却則上焦閉，閉則氣還，還則下焦脹，故氣不行矣”
- 25) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, pp. 79~83. “帝曰：五藏應四時，各有收受乎？岐伯曰：有。東方青色，入通於肝，開竅於目，藏精於肝，其病發驚駭。……南方赤色，入通於心，開竅於耳，藏精於心，故病在五藏，……中央黃色，入通於脾，開竅於口，藏精於脾，故病在舌

五臟, 五體, 五行 등 自然界와 陰陽 五行과 같이 작용하는 精을 설명하고 있다.

4. 清爽, 醒寤

『靈樞·營衛生會』에 “젊은 사람들은 氣血이 왕성하여 肌肉이 매끄럽고 氣道가 잘 통하며, 營氣와 衛氣의 운행이 常度를 벗어나지 않으므로 낮에는 精神이 맑고 상쾌하며 밤에는 숙면을 취할 수 있습니다.”²⁶⁾라 하여 精神이 상쾌한 것을 精이라 설명하고 있다.

5. 强壯

『素問·評熱病論』에 “太陽經에 刺針하여(經氣를) 이끌어 내면 精氣가 왕성한 青年은 3일 만에, (精氣가 비교적 약한) 中年은 5일 만에, 精氣가 왕성하지 못한 老人은 7일 만에 靑黃色의 痰을 뱉어 내는데, 그 모양은 고름과 같고 크기는 彈丸만하며 입이나 혹은 코로 배출됩니다.”²⁷⁾라 하였고, 『素問·生氣通天論』에는 “그러므로 음식물의 五味가 조화를 이루도록 주의해야만 골격이 바르고 筋脈이 부드러워지며 氣血이 순조롭게 흘러 腠理가 치밀해집니다. 이와 같이 하여 骨氣를 튼튼하게 하고, 신중하게 養生의 법도대로 행하면 오래도록 天壽(天命)을 누릴 수 있습니다.”²⁸⁾라 하였으며, 『素問·脈要精微論』에는 “(脈氣가)

本. …… 西方白色, 入通於肺, 開竅於鼻, 藏精於肺, 故病在背. …… 北方黑色, 入通於腎, 開竅於二陰, 藏精於腎, 故病在谿. 其味鹹, 其類水, 其畜彘, 其穀豆, 其應四時, 上爲辰星, 是以知病之在骨也, 其音羽, 其數六, 其臭腐.”

- 26) 裴秉哲, 今釋黃帝內經靈樞, 成輔社, 서울, 1995, p. 210. “黃帝曰: 老人之不夜眠者, 何氣使然? 少壯之人不晝眠者, 何氣使然? 岐伯答曰: 壯者之氣血盛, 其肌肉滑, 氣道通, 營衛之行, 不失其常, 故晝精而夜眠. 老者之氣血衰, 其肌肉枯, 氣道澀, 五藏之氣相搏, 其營氣衰少而衛氣內伐, 故晝不精, 夜不眠.”
- 27) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, pp. 179~180. “以救俛仰. 巨陽引精者三日, 中年者五日, 不精者七日, 欬出靑黃涕, 其狀如膿, 大如彈丸, 從口中若鼻中出, 不出則傷肺, 傷肺則死也.”
- 28) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 73. “是故謹和五味, 骨正筋柔, 氣血以流, 腠理以密. 如是則骨氣以精, 謹道如法, 長有天命.”

四時와 상반되면서 有餘(太過)한 것은 邪氣가 왕성하기 때문이고, 不足한 것은 正氣가 소모되었기 때문입니다.(時舍에 비추어 볼 때) 응당(經脈이) 太過해야 함에도 不足하면 邪氣가 盛한 것이고, 응당 不足해야 함에도 有餘하면 正氣가 쇠약한 것입니다.”²⁹⁾라 한 것을 高士宗은 ‘精, 精強也.’라 하여 强壯이라는 의미로 사용하였다.

6. 靈活, 流利

『素問·八正神明論』에 “초생달이 뜨는 일초에는 血氣가 차오르기 시작하여 衛氣가 運行을 시작하고, 달이 차는 보름에는 血氣가 충실하여 肌肉이 탄탄하며, 달이 기우는 월말에는 肌肉이 감소하고 經絡이 공허하며 衛氣가 虛해지므로 형체만 홀로 존재합니다.”³⁰⁾라 하였는데, 이것을 張介賓은 ‘精, 正, 流利也.’라 解釋하고, 또 楊上善은 ‘精者指月初血氣隨月新生, 故曰精也.’라 하고, 또 張志聰은 ‘精, 純正也.’라 하여 血氣가 달을 따라 새롭게 생하는 것을 精이라 설명하고 있다.

7. 細小

『廣雅·釋詁』에 “精, 小也.”라 하였고, 『素問·湯液醪醴論』에는 “무릇 病이 발생하기 시작할 때는 매우 微弱하고 매우 단순하여(病邪가) 반드시 먼저 皮膚에 침입하여 鬱結되기 마련입니다.”³¹⁾라 한 것을 高士宗은 ‘精, 細也.’라 하여 細密하고 單純하다는 뜻으로 精을 사용하였다.

8. 微妙, 細微的關鍵

『素問·金匱真言論』에 “그러므로 診脈을 잘하는 자는 신중하게 五臟六腑의 順·逆 및 陰陽·表

29) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 189. “岐伯曰 反四時者, 有餘爲精, 不足爲消. 應太過, 不足爲精, 應不足, 有餘爲消. 陰陽不相應, 病名曰關格.”

30) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 289. “月始生, 則血氣始精, 衛氣始行; 月郭滿, 則血氣實, 肌肉堅; 月郭空, 則肌肉減, 經絡虛, 衛氣去, 形獨居.”

31) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 169. “帝曰: 夫病之始生也, 極微極精, 必先入結於皮膚.”

裏·雌雄의 綱(綱紀)을 살펴서 마음속에 간직하고, 마음을 갇고 오묘한 이치에 부합하도록 합니다.”³²⁾라 한 것을 『太素』에서는 “藏之心意, 合之於精.”이라 하였으며, 楊上善은 ‘行之於心, 合於經妙.’라 하고, 王冰은 ‘心合精微, 則深知通變.’이라 해석하여 精을 깊고 奧妙한 것으로 사용되기도 하였다.

9. 泛指水液

『素問·湯液醪醴論』에 “어떤 질병은 外表(毫毛)에서부터 발생하지 않고 五臟의 陽氣가 고갈되어 발생하는데, (五臟의 陽氣가 소모되면 陰液이 氣化되지 않아) 水氣가 胸腹腔에 가득 차고, 그 陰氣만 홀로 머물게 되어 精이 내부에 홀로 있고 陽氣는 외부에서 소모되므로(몸이 심하게 부어) 형체가(기존의) 옷과 맞지 않으며, 이에 四肢가 급작스럽게 부어 中氣를 요동하게 됩니다. 이는 氣機가 내부에서 막혀서(氣化作用이 失調됨으로 인해) 形體가 外部에서 변화한 것인데, 이를 치료하려면 어떻게 해야 하나까?”³³⁾라 한 것을 王冰은 ‘言如是者, 皆水氣格拒於腹膜之內, 浮腫施張於身形外.’라 하여 腹膜의 內部에 水液이 넘치는 것을 精이라 보았다.

10. 通晴

『愚書·京房傳』에 “陰霧不精”이라하고, 『史記·天官』에 “天精而景星見”이라하였고, 注에 “精即晴”이라 하고, 『素問·四氣調神大論』에 “날이 밝으면 日月이 밝지 못하는데, (만약) 邪氣가(天地의) 空間에 가득 차면 陽氣(하늘의 清陽한 氣)는 막히고 地氣(땅의 陰濁한 氣)는 상승하여 해와 달(明)을 가리며, 雲霧가 개이지 않아 이슬이 내리

지 않습니다.”³⁴⁾라 하여 精은 晴과 상통하는 뜻으로 해석하고 있다.

11. 通清, (神志) 清淅

『靈樞·大惑論』에 “(衛氣가) 陰分에서 오랫동안 머물러 그 氣가 정상적이지 못하면 눈이 감기므로 자꾸 잠을 자러 합니다.”³⁵⁾라는 것을 『太素』에서 ‘精作清’ 하여 清明이라고 설명하였다. 『素問·生氣通天論』에 “陽氣는 精微로움으로써 精神을 자양하고, 부드러움으로써 筋脈을 자양합니다.”³⁶⁾라 하였으며, 『靈樞·本神』에서 “肝은(魂을 저장하는데) 슬픔이 지나쳐 內臟에 영향을 미치면 魂이 손상되고, 魂이 손상되면 精神이 혼란하여 사물을 분간하지 못하며, 事物을 분간하지 못하면 행동거지가 바르지 못하고, 前陰이 수축되고 筋脈에 경련이 발생하며, 兩脇骨 부위의 痛症으로 거동이 불편하고 毛髮에 潤氣가 없으며 顔色이 초췌해지고, 가을에 죽습니다.”³⁷⁾라 하여 精을 明의 뜻으로 밝고 자세하다는 의미로 해석하기도 하였다.

12. 通星, 日月星辰

『素問·五運行大論』에서 “虛(宇宙)는 하늘의 精氣를 받은 것(日月星辰)을 늘어놓고 있습니다. 形(땅에 있는 만물)과 精(하늘에 있는 日月星辰)의 움직임은 根本과 枝葉의 관계와 같아서 고개를 들어 그 象을 관찰한다면 비록 멀다 할지라도(그 精氣를) 알 수 있습니다.”³⁸⁾라 하여 日月星辰이

32) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 83. “故善爲脈者, 謹察五藏六府, 一逆一從, 陰陽表裏, 雌雄之紀, 藏之心意, 合心於精. 非其人勿教, 非其真勿授, 是爲得道.”

33) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 170. “帝曰: 其有不從毫毛而生, 五藏陽以竭也, 津液充郭, 其魄獨居, 孤精於內, 氣耗於外, 形不可與衣相保, 此四極急而動中, 是氣拒於內, 而形施於外, 治之奈何?”

34) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, pp. 59~60. “天明則日月不明, 邪害空竅, 陽氣者閉塞, 地氣者冒明, 雲霧不精, 則上應白露不下.”

35) 裴秉哲, 今釋黃帝內經靈樞, 成輔社, 서울, 1995, p. 621. “留於陰也久, 其氣不清, 則欲暝, 故多臥矣.”

36) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 68. “陽氣者, 精則養神, 柔則養筋”

37) 裴秉哲, 今釋黃帝內經靈樞, 成輔社, 서울, 1995, p. 110. “肝悲哀動中則傷魂, 魂傷則狂忘不精, 不精則不正當, 人陰縮而攣筋, 兩脅骨不舉, 毛悴色天, 死于秋.”

38) 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995, p. 589. “虛者, 所以列應天之精氣也. 形精之動, 猶根本之與枝葉也. 仰觀其象, 雖遠可知也.”

宇宙의 精氣를 받아 形成되었다고 설명하고 있다.

13. 通睛, 又稱精明

눈동자의 시각적인 機能을 의미하는 내용을 보면, 『靈樞·大惑論』에서 “五臟六腑의 精氣는 모두 눈으로 모여 사물을 보는 작용을 합니다. 이들 精氣는 (눈의) 오목한 곳에 모여들어 눈동자 [眼睛] 을 형성하는데, (그 중) 骨(腎)의 精은 瞳孔이 되고, 筋(肝)의 精은 검은자위가 되며, 血(心)의 精은(눈 안쪽 모서리의) 血絡이 되고, 氣(肺)의 精은 흰자위가 되며, 肌肉(脾)의 精은 눈꺼풀이 되고, 筋·骨·血·氣의 精氣를 포괄한 것과 脈絡이 합쳐져 目系를 형성합니다.(目系는) 상부의 腦에 속하며 뒤쪽의 頂部로 나옵니다.”³⁹⁾라 하여 여기서의 精은 눈동자에 사물을 뚜렷하게 보는 작용이 있음을 설명한 것으로서, 楊上善은 注에서 ‘五臟六腑의 精氣 중에서 맑은 것은 상승하여 눈으로 들어가 눈의 精이 된다’고 하였으며, 張介賓은 ‘爲之精이란 사물을 뚜렷하게 보는 작용이 있음을 말한다.’고 하여 눈을 精明之腑라 稱하기도 하였다.

III. 結 論

이상과 같이 『黃帝內經』에서 ‘精’字가 어떠한 意味로 사용되었는가를 종합적으로 살펴보면 다음과 같다.

1. 『黃帝內經』에서는 精·氣·神·血 중 하나인 ‘精’ 즉 腎精으로 사용되었다. 다시 말해서 『素問·上古天真論』에서 말한 “醉以入房, 以欲竭其精”과 『素問·六節藏象論』에서 말하고 있는 “腎者主蛰, 封藏之本, 精之處也”라는 것이 腎精 즉 生殖之精의 뜻으로 해석할 수 있는 것이다.

2. ‘精’字의 意味가 사람의 몸에서 精氣·精神·精光·精華·精明·精明之府·精微·精液 등의 의미와 精陽氣라는 意味로 使用되었다.

3. ‘精’字의 意味가 清爽 및 醒寤·強壯·靈活과 流利·細小·微妙·泛指水液·通睛 및 精明·通清 등의 意味로도 使用되었으며, 기타 日月星辰을 가리키고 있는 경우도 있었다.

이상과 같이 『黃帝內經』에서 200餘회에 걸쳐서 ‘精’字가 사용되었다. 이렇게 많이 使用되면서 多樣的 意味를 내포하고 있는데, 그 가운데 重要的 意味로 取扱하고 있는 것은 生殖之精과 水穀之精을 뜻하는 人體之精이라고 볼 수 있는 것이다.

參考文獻

1. 洪元植·尹暢烈, 新編中國醫學史, 周珉出版社, 大田, 2004.
2. 裴秉哲, 今釋黃帝內經素問, 成輔社, 서울, 1995.
3. 許浚, 東醫寶鑑, 南山堂, 서울, 1998.
4. 裴秉哲, 今釋黃帝內經靈樞, 成輔社, 서울, 1995.
5. 張介賓, 譯注類經 第2冊, 서울, 海東醫學社, 2001.

39) 裴秉哲, 今釋黃帝內經靈樞, 成輔社, 서울, 1995, pp. 616~617. “歧伯對曰：五臟六腑之精氣, 皆上注於目而爲之精. 精之窠爲眼, 骨之精爲瞳子, 筋之精爲黑眼, 血之精爲絡, 其窠氣之精爲白眼, 肌肉之精爲約束, 裹擷筋骨血氣之精而與脈并爲系, 上屬於腦, 後出於項中.”