

丹田呼吸과 話頭參禪의 原理에 關한 精氣神論的인 比較 考察

김 경철*

The Jeong-Gi-Shin study on the principle of Dan-Jeon respiration and Seon meditation

Kim Kyeongchul

College of Oriental Medicine, Dongeui University

In order to study for the principle of the Dan-Jeon respiration and Seon meditation to be ascetic exercises for the sake of experience of Oriental medicine as practical science, they were investigated the theory of the Jeong-Gi-Shin.

The results obtained were as fallows ;

1. The Dan-Jeon respiration was Hinayana of ascetic exercises to act demension of Gi to be observed two sides of material and spirit.
2. The Seon meditation was Mahayanea of exercises to experience demension of Shin to be the subject of life directly.
3. Even though Dan-Jeon respiration takes the golden mean of Shin, it belongs to the category of Jeon-Gi to correspond to appearance of material dimension.

Seon meditation utilizes the Jeong-Gi in the stage of the golden mean of Shin.

As results, Dan-Jeon respiration does not get out of the world of appearance centering around the Gi. But Seon meditation gets out of the world of appearance and utilizes the relativity in the free absoluteness.

[key word] Dan-Jeon respiration, Seon meditation, Jeong-Gi-Shin, the subject of life, Hinayana and Mahayanea

1. 緒論

現代에서 韓醫學의 學習은 많은 葛藤을 일으키고 있다. 葛藤의 根源은 現代 物質 文明과 東洋傳統의 精神文化 사이의 衝突이다. 이 두 文化의 對立에서 現代人이 韓醫學을 수용함에는 葛藤과 苦悶이 있게 된다. 韓醫學의 教育的인 側面과 그리고 個人의 修行的인 側面에서 살펴보아도 이런 葛藤은 심각하게 나타난다. 이 葛藤의 未解決로 因하여 韓方 學習이 理論的인 面으로만 흐르게 되어 드디어는 卓上空論的인 글자 놀음의 學習을 하게 된다.

韓醫 學習은 달라져야 되며, 理論과 實踐이 具備되는 方向으로 바뀌어져야 한다. 가장 먼저

* 동의대학교 한의과대학 생리학 교실

精神的인 變換이 있어야겠고, 여러 가지 韓方의 臨床 技術의 實際的인 習得이 마련되어야 한다.

個人的 修行과 깨달음의 問題, 그리고 韓醫學의 理論과 技術 習得의 問題를 實事求是의 立場에서 解決하기 위한 가장 代表的인 方法이 바로 자신의 온 몸과 맘을 바쳐 生體 實驗하는 丹田呼吸과 參禪이다. 韓方 生體 實驗인 丹田呼吸과 話頭 參禪은 韓醫의 精髓 理論인 精氣神論을 몸과 맘으로 느낄 수 있는 具體的인 方法이다. 丹田呼吸과 參禪을 通해 精神的인 修行을 행하게 되고 정통 韓醫學의 脈을 잇게 되는 것이다. 理論과 實踐이 兼備된 修行法으로 韓醫學을 習得하게 되면, 韓醫學的인 여러 問題에 解決策을 體得하게 되어 學問的인 自負心도 생기게 되며, 修行의 方向에 따라 實用的인 高度의 技術도 研磨하여 驅使하게 된다.

이에 著者는 丹田呼吸과 話頭 參禪의 原理에 對하여 韓方 固有의 理論인 精氣神의 論理로 이 두 가지의 方法을 比較 研究하여, 韓醫의 實際的이고 살아 있는 理論을 修鍊을 通하여 體得함에 基礎的인 資料를 提供하고자 하여 本 論考에 臨하는 바이다.

II. 本論

文明 社會를 살아가는 現代에서 傳統의 東洋 思想的인 思考 體系를 維持하면서 그리고 實際 臨床 等의 實用的인 面에서도 東洋 思想의 應用 學問인 韓醫學을 驅使하는 韓醫師는 傳統의 東洋的인 文化와 現代 物質 文明 사이의 衝突에서 일어나는 葛藤을 겪게 된다. 이 葛藤은 여러 樣相으로 나타나는 바, 個人的인 問題로 일어날 수도 있고 社會的으로 惹起될 수도 있고, 內部的으로 또는 外部的으로 생길 수도 있다.

學問 思想과 實用 技術의 兩面에서 생기는 이런 葛藤을 극복하기 위해 實事求是의 理論과 實踐을 兼備할 必要가 있게 된다. 內經 以來로 韓醫學의 內容을 자세히 살펴보면, 理論과 實踐이 함께 具備된 狀態이나, 後代로 내려와 現 時點에 到達하여 制度圈 學校 教育의 學問 習得과 臨床家의 韓方 技術의 驅使는 理論과 技術의 應用이 各各 別途이다.

이와 같이 葛藤의 解決策이 잘못되어 그 동안 韓醫界는 方向舵를 잘못 잡아왔으며, 數十年의 세월이 累積된 結果로 오늘날 甚히 어려운 處地에 놓이게 되었음은 周知의 事實이다. 難局 打開의 眞正한 方法論은 葛藤의 解決로 連結되어야 하는데, 이는 理論과 實踐이 兼備되는 살아 있는 學問의 學習이 된다.

전통 韓醫學의 內容을 習得함에는 窮理盡性하는 精神이 必要한 바, 이는 바로 韓醫師 스스로가 온 몸과 맘을 바쳐 傳統 韓醫學의 內容을 體得하는 것이다. 이에 古來로 東洋的인 修行의 代表格인 丹田 呼吸과 話頭 參禪의 原理에 關해 精氣神의 觀點에서 살펴보고자 한다.

1. 丹田 呼吸의 原理에 對한 精氣神論的인 考察

道家의 修行法인 丹田 呼吸은 臍와 또는 臍下의 丹田을 中心으로 하는 修行法이다. 먼저 一次的인 精의 단계로부터 시작하여 二次的인 氣의 단계와 三次的인 神의 단계로 나아가는 것이다. 一次的인 物質의 수준인 精을 바탕으로 하여 物質에서 精神으로 機能化하는 氣를 中心으로 삼고 高次的인 精神인 神을 完遂하는 것이다.

먼저 精은 몸의 構成 要素의 基本 單位로써 一次的인 차원의 物質的 수준이다. 실제 修行에 서는 몸의 조절로부터 行功이 시작되는 바, 이를 調身이라 하여 몸의 자리 매김을 말하고 있다. 跏趺坐를 틀고 앉을 時에 허리뼈를 곧게 세움을 가장 중시하는 것이다. 기타 여러 가지의 몸의 자세가 다루어지고 있으나 잔가지의 설명에 불과하며, 또한 類派에 따라 차이가 나기도 한다.

모든 類派가 공통적으로 허리 세움을 주장하고 있는 바, 이는 몸의 중심 잡기와 下部의 精과 中部의 氣와의 循環을 돕기 위한 措置가 되는 것이다. 우리가 跏趺坐를 結하고 下丹田인 臍 또는 臍下에 意識을 집중하여 丹田呼吸을 행하게 되면 身體 構造上 몸의 중심은 丹田이 되게 되 며, 이는 요즘 氣 科學에서 관심을 끌고 있는 피라미드의 原理와 같게 되어 우주의 精氣를 강력 하게 흡수하게 된다. 그리고 脊椎骨을 바로 함은 몸의 앞 部位에서는 腹部를 펴게 하고, 몸의 뒤 部位에서는 허리와 등을 곧게 하여 몸 전체의 循環을 고르게 하여 精과 氣의 連結을 돕게 된다. 調身의 要點은 육체의 整頓을 말하는 것으로 跏趺坐를 結하고 허리를 곧게 펴서 기본적인 行功 의 姿勢를 잡아 주는 것이 된다. 이것이 곧 精의 次元에서 다루어지는 것이다.

兩 乳部 사이의 膈中 部位를 지칭하는 中丹田인 中部의 氣는 一次的인 次元의 精을 바탕으로 하여 物質的인 狀態에서 機能化하는 生體에너지로써, 精을 基礎로 삼아 이루어지는 것으로 後天 의이며, 心肺와 주로 關聯을 가지게 된다. 따라서 呼吸의 調節과 밀접한 連繫가 있게 되며, 이를 行功에서는 調息이라고 한다. 調息의 경우에도 類派에 따라 여러 方法과 說明이 있으나, 그의 요 체는 규칙적이고 안정된 呼吸을 말하며 修鍊의 程度에 따라 점점 깊은 呼吸을 驅使하게 되는 것 이다. 안정된 깊은 呼吸을 구사하는 심오한 行功의 結果는 自然의 變化 리듬과 더불어 되며, 드디 어 天人合一의 狀態인 真人이 되게 된다.

규칙적이고 안정된 呼吸을 행하게 되면 心肺의 機能이 원활하게 되고, 이로 인하여 온 몸의 血液循環이 고르게 된다. 결국 呼吸은 전신의 循環과 相互 影響을 맺게 되어 呼吸의 정도가 物 質的인 精과 육체에 영향을 미치며 또한 精神的인 맘의 움직임과 物質的인 육체의 컨디션의 정 도가 逆으로 呼吸의 상태에 영향을 끼치게 된다. 이처럼 精氣神의 원활한 相互 影響下에서 全身 의 氣의 循環이 잘 되면, 上中下의 三部位가 疏通이 시원하게 되어 氣가 充滿되고 다시금 精을 補充하고 또한 三次的인 次元의 神을 만들게 된다.

上丹田의 部位는 頭部를 말하며, 三次的인 次元인 神이 精과 氣를 바탕으로 이루어지게 된다. 神은 物質的인 육체와 육체에서 발현하는 身體 機能을 기초로 하여 만들어지며, 결국은 생명 자 체를 대표하게 된다. 生命의 特徵인 精神作用을 말하는 神은 동시에 生命 現象을 指稱하기도 한 다. 그 이유는 神機之物인 生命體는 非生命體에 比較하여 主體的인 主人公으로 自發的인 自己 代謝를 營爲하므로 生命 現象을 나타내는 바, 이에 있어 精神 作用이 바로 생명의 主體이며 동 시에 目標이기도 한 것이다. 非生命도 비록 物質的인 精과 이를 바탕으로 하는 作用인 氣를 간 직하고 있으나, 三次的인 高度의 主體性이 있는 精神 作用인 神은 갖추지 못하게 된다. 따라서 精神인 神은 生命과 非生命의 區分 基準이 되기도 한다.

精神 次元인 神의 修鍊은 調心이라 하여 우리들 맘의 調節을 말한다. 맘의 調節이 神과 密接한 關係를 가지므로 內經에서도 心神을 여러 가지로 함께 다루고 있다. 맘은 身體와 身體 機能의 바탕 위에 作用이 이루어지게 된다. 精氣를 기본으로 이루어지는 神은 다시금 精氣를 補充하여

주며, 生命의 主體가 됨은 周知의 事實이다. 天地人이 一致하여 스스로 그러하는 自然的인 狀態에서 精氣神은 서로서로 도와 가며 生命 現象을 나타내게 된다.

그러나 우리들 生命體는 主人公인 神이 스스로 온갖 生命현상을 발현하므로 이에 相應하는 甞를 치르게 되며, 精神이 煩雜하게 되고 自然의 狀態를 벗어나게 된다. 調心은 바로 이처럼 번잡하기 쉬운 精神을 바로잡아 調節하는 것으로 行功의 最高 段階가 된다. 이미 行해진 調身의 精과 調息의 氣를 基本으로 調心의 神을 마련하는 段階이다.

여기서 중요한 것은 精神을 집중하여 생각의 統一을 이루는 것으로 생각 그 자체를 부정하는 것이 아니라는 점이다. 만약 精神 自體를 否定한다면 돌과 모래와 같은 非生命과 다름이 없게 되어 生命과는 關係가 없게 된다. 精神作用의 煩雜함을 헤치고 精神을 고르게 가지자는 것이다. 道家에서 말하는 還虛의 상태가 바로 이것을 가리키는 것이다. 이 境地에서 무수한 副産物이 나오는 바 세간에서는 이를 道通이라 稱한다. 이것이 바로 自然의 狀態로써 行功의 最高 境地이며, 生命이 살아가는 目的이 된다.

以上에서 살펴본 것처럼, 丹田呼吸은 身體의 上中下 三部位를 빗대어 一次的인 精과 二次的인 氣와 三次的인 神의 強化를 이루는 것으로 物質과 機能과 精神의 三位一體를 이루고 있다. 生命의 最高 境地를 目標로 삼고 있으며 이는 精氣神의 完成이 되는 것이다.

2. 話頭 參禪의 原理에 對한 精氣神論的인 考察

丹田呼吸이 道家의 修行法이라면 參禪은 佛家의 修行法이 된다. 이 모두 人生의 完成을 最高의 目的으로 삼고 있다는 점은 同一하나, 內容과 原理에 多少間의 差異가 있다. 勿論 直接的으로 修行을 하는 修行者에게는 군더더기의 말이 되겠지만, 修行의 原理와 生命에 關한 精氣神論을 整理하는 것도 修行過程과 韓醫 學習에 다소나마 도움이 되리라 思慮된다.

佛家의 參禪法에는 數息訣, 默照禪 등의 여러 方法이 있으나, 宋代 以後 下根器의 衆生을 위하여 祖師들이 부득이 하게 話頭 參禪을 活用하고 있는 實情이다. 後代의 歷史로 내려오면서 文明이 發展하여 모습의 樣相이 더욱 많아지고 따라서 모습을 좇는 생각도 더욱 煩雜하게 된다. 더 많은 妄想을 일삼는 衆生을 修行의 길로 引導하기 위해 만들어진 것이 바로 話頭參禪法이다.

暫時도 쉬지 않고 솟아오르는 雜생각을 어떻게 할 것인가가 바로 參禪의 具體的인 方法이다. 物質의 肉體를 갖고 生命을 維持하는 衆生은 모습에 떨어지는 삶을 살아가는데, 이것이 바로 衆生의 宿命이 되는 것이다. 온 누리와 生命의 主人公인 精神이 下部 次元인 物質의 肉體에 拘束되는 形局이다. 主體的인 自己를 妄覺하여 生命의 本源的인 意義와 目的을 喪失하고 顛倒夢想한 채 하루하루를 보내고 있다. 여러 生에 걸쳐 익혀진 妄想의 習氣는 쉽게 없어지지 않고 修行의 많은 障礙로 나타난다. 特히 物質文明이 高度로 發達한 現代에서 더더군다나 道德性이 缺如되고 資本主義에서는 누리의 主人公인 맘을 제대로 理解한다는 것조차도 어렵게 되고 있는 實情이다.

이처럼 煩雜한 妄想을 잠재우고 自性의 本源자리를 據得하는 것이 話頭參禪의 目的이다. 마음에서 일어나는 온갖 雜생각을 이겨내고 惺惺寂寂한 마음을 아는 것이다. 끊임없이 일어나는 妄

想의 굴레에서 벗어나기 위해 한가지의 話頭를 들고 계속해서 精進하는 것이다. 大信心과 大疑心과 大奮發心을 지니고 오롯히 앞만 보고 勇猛 精進하는 것이다.

술한 세월 동안의 習氣로 인하여 쉽없이 생겨나는 妄想 그리고 主人公인 마음이 모습에 顛倒夢想되어 본연의 자리를 잃어버려 人生의 苦海를 헤메고 있다. 자성이 물질의 모습에 빠져 주위 환경에 주체적으로 대하지 못하는 것으로, 한 생각을 일으키는 即時 兩邊의 苦海에서 흐우적거리는 것이다. 여기서 문제는 오랜 習氣로 인하여 끊임없이 일어나는 妄想을 극복하는 것이 된다. 妄想을 이겨내는 방법으로 參禪이 등장하는 것이다.

그 방법에 있어 歷代로 많은 種類가 있었으나 昨今에는 話頭參禪이 주된 자리를 차지하고 있다. 話頭라는 큰 妄想으로 온갖 작은 妄想을 일시에 除去하는 것이다. 話頭를 一心으로 가지게 되면 精神이 如一하여져서 物質의 精과 身體 機能의 氣가 원활한 作用을 하게 된다. 參禪의 代表格인 坐禪은 跏趺坐를 結하고 한가지로 話頭를 드는 것인데, 이는 바로 單刀直入으로 神을 中道로하여 下部 次元인 氣와 精을 統率하는 것이다.

行住坐臥 語默動靜의 一切의 行爲에서 一心으로 話頭를 챙겨서 바로 精神을 다스려 修行을 하는 것이다. 모든 생활에서 그리고 어떤 환경에서조차도 話頭를 놓지 않는 것이다. 一心專力으로 정진하는 것이 된다. 이처럼 恒心을 견지하기 위해 精神的인 힘이 필요하며, 이 힘을 坐禪을 통해 기르는 것이다. 坐禪에서 話頭를 純一하게 가지면 精神이 執中되고 自然的으로 呼吸이 고르게 되며 跏趺坐의 身體 또한 가장 正常의 狀態를 維持하게 된다. 神을 바로 調節함으로써 精氣를 다스리는 方法이 된다.

이와 같이 話頭 參禪의 原理는 單刀直入의 神을 깨쳐 精氣를 다스리는 것이 된다. 三次的인 神의 調節을 통하여 二次的인 氣와 一次的인 精을 가지런하게 하는 것이다. 上部의 精神을 調節하여 下部의 身體와 이의 機能을 統制하는 것이 된다. 따라서 或者는 이를 두고 바로 질러가는 方法이라 稱하기도하여, 제트기를 타고 서울에 가는 最上乘의 길이라고 말한다.

3. 丹田呼吸과 話頭參禪의 原理에 關한 比較 考察

陰陽의 相對的인 差別性 世界를 살아가는 生命은 精神과 物質의 兩面으로 觀察되는 全一的인 生命現象을 發顯한다. 一次的인 物質의 次元인 精의 段階와 이의 機能化하는 二次的인 氣의 段階 그리고 生命 自體로 까지 把握되는 精神의 三次的인 神의 段階가 있다. 生命 現象을 觀察하는 主要 方法인 精氣神의 三寶論은 바로 韓醫學의 核心理論이며, 丹田呼吸과 話頭參禪의 原理를 把握하는 方法이 되기도 한다. 그 理由는 이 두 修行法의 目的이 精神의 完成에 있으며, 이 精神의 完成이 바로 精氣神論的으로 必要 充分하게 把握되기 때문이다.

生命의 主體인 精神은 여러 가지 이름으로 命名된다. 修行者와 研究者의 立場과 體得의 與否에 따라 認識되는 程度가 다르게 되며, 이의 名稱에서도 다양하게 다루어진다. 마음으로 指稱되기도 하고 靈魂, 自性, 道, 眞理, 神, 부처, 中道 等等. 온갖 가지로 불려진다. 그러나 要는 모두가 한자리를 가리키는 것으로 우리의 主人公 자리를 말하는 것이 된다.

丹田呼吸과 話頭參禪은 이 精神을 體得하는 것을 目的으로 삼고 있으나, 그 具體的인 內容에

있어서는 若干의 差異가 있다. 이는 곧 個人的 修行과 連繫되며, 生命의 目的과 主體에 關한 問題이기도 하다. 이의 比較를 精氣神論으로 考察해 보면 더욱 뚜렷이 알게 된다.

丹田呼吸은 精과 氣의 基本위에 이들의 蓄積에 따른 神의 強化를 內容으로 한다. 먼저 物質의 次元인 精을 蓄積하고 이를 바탕으로 氣를 強化하여 精神으로의 方向을 完成하는 것이다. 低次元에서 次次로 高次元으로 올라가는 形象이다. 따라서 二次的인 氣의 段階를 重視하고 있다. 精과 神의 中間的인 存在로 物質과 精神의 兩面의인 性質을 具備하고 있는 氣는 丹田呼吸에서 核心的인 事項이며, 오히려 神보다 더 重視되고 있다고 할 수 있다. 이처럼 氣의 重視는 修行의 過程에서 神의 忽待를 가져오기 쉬우며, 修行의 目的이 誤導되거나 또는 生命의 主體에 關해서도 그릇된 理解를 가져온다.

그 結果 實際 行功에서 修行의 手段인 呼吸의 調節을 마치 目的인양 認識하여 呼吸의 樣相에 全的인 努力을 傾注하게 된다. 그리하여 調息의 深奧함에 重點을 두어 氣的인 現象을 最高의 境地로 取扱하고 모습이 主人인양 여기는 小乘의 道理에 빠지게 된다. 世間의 大概의 修行이 이에 屬하는 것이다. 이는 氣의 자리매김을 正確하게 하지 못하고 三次的인 神의 中道를 잘못 理解하여 일어나는 現象이라고 할 수 있다. 丹田呼吸의 原理에서 살펴본 것처럼 精氣를 基本으로 最高境地인 神의 次元을 據得하는 것이 바로 진정한 修行의 目的이며, 氣는 어디까지나 精을 바탕으로 하여, 高次的인 神을 連繫하는 中間 段階임을 正確히 알아야 할 것이다.

話頭參禪은 精神의 妄想을 억지로라도 억누르는 訓練을 많이 하여 오랜 習氣를 除去하는 方法이다. 精과 氣의 次元은 遮止하여 두고 直接的으로 神을 對象으로 話頭를 쟁겨 全一한 精神 狀態를 維持하는 것이다. 生命의 主體이며 實相인 精神을 一舉에 獲得하는 修行으로 高次的인 方法이라 여겨진다. 그러나 實際 修行에서 많은 이들이 精神의 中道를 잘못 이해하거나, 衆生의 次元에서는 도저히 이루어질 수 없는 것으로 여겨서 마구니의 길로 접어들고 있다.

話頭參禪은 純一한 精神을 體得하여, 物質의 精과 이의 機能化인 氣의 次元을 잘 쓸수 있는 진정한 絶對的인 神의 境地가 되는 것이다. 物質界의 相對的인 差別相을 뛰어 넘어 絶對性의 立場에서 物質의 精과 物質에서 機能化하는 氣 그리고 精神의 神을 偏僻된 兩邊에 빠지지 않고 잘 쓰고자 하는 것이 參禪의 目的이다.

丹田呼吸과 話頭參禪은 모두 精神의 如一함을 目標로 하나, 그 內容 面에서 多少의 差異를 나타내고 있다. 먼저 丹田呼吸은 呼吸의 重要性을 強調한 面으로 흘러 氣를 重視하는 傾向이 있으며, 이 結果 物質의 모습 世界를 完全히 벗어나지 못하는 小乘의 境地를 나타내고 있다고 여겨진다. 이에 비해 話頭參禪은 絶對性의 마음을 生命의 主體로 正確하게 認識하고 이의 體得을 修行의 目的으로 삼고 있는 大乘의 境地로 把握된다. 物質의 精과 이의 機能化인 氣의 存在는 어디까지나 精神의 完成을 위해 存在한다는 事實이다.

이처럼 精氣神은 丹田과 參禪의 重要 原理가 된다. 이들 둘 모두 精氣를 바탕으로 한 神의 完成을 目的으로 하나 丹田은 氣에의 偏重으로 神에 대하여 疎忽한 立場을 나타내고 있으며, 이의 結果로 物質의 모습에서 완전히 벗어나지 못하고 있다. 精氣神 中에서 物質과 精神의 兩面으로 觀察되는 氣 中心의 次元에 머무르고 있는 것이다.

參禪은 神을 바로 據得하는 修行法으로 精神이 生命의 主體가 됨을 알고 物質의 精氣를 神의

中道 立場에서 自由自在로 마음껏 쓰는 것이다. 相對性的 差別 世界에서 絕對性を 把握하고 邊見에 치우치지 않고 相對性を 자연스럽게 活用하는 것이다. 精神과 物質의 兩面을 뛰어난 絕對性인 神의 次元이 되는 것이다.

III. 結 論

實踐的 學問인 韓醫學의 體得을 위한 修行法인 丹田呼吸과 話頭參禪의 原理에 關하여 精氣神의 理論으로 살펴본 바 다음의 結果를 얻을 수 있었다.

(1) 丹田呼吸은 物質과 精神의 兩面으로 觀察되는 氣의 次元을 中心으로 삼아 行功하는 小乘의 修行法이다.

(2) 話頭參禪은 單刀直入으로 生命의 主體가 되는 神의 次元을 體得하고자하는 大乘의 修行法이다.

(3) 丹田呼吸은 비록 中道の 神이 目的이나 物質 次元인 모습에 該當하는 精氣의 範疇를 對象으로 하며, 話頭參禪은 神의 中道 境地에서 精氣를 잘 活用하는 것이다.

이와 같이 丹田呼吸은 氣를 中心으로하여 모습의 世界를 완전히 벗어나지 못하며, 話頭參禪은 神을 中心으로하여 모습의 世界를 벗어나 自由自在의 絕對性으로 相對性을 쓰는 것이다.

參考文獻

1. 김기추 : 절대성과 상대성, 서울, 동문출판사, 1986.
2. 백봉 : 금강경 강론, 서울, 동문출판사, 1986.
3. 이동현 : 생활기공, 서울, 정신세계사, 1992.
4. 허준 : 동의보감, 서울, 남산당, 1980
5. 홍원식 : 정교황제내경, 서울, 동양의학연구원, 1986.