

# 東醫寶鑑中の 精氣神에 관한 文獻의 考察(I)

鞠淳鎬·姜政秀\*

## I. 緒 論

許浚<sup>1)</sup>이 그의 《東醫寶鑑, 集例》에서 “黃庭經, 有內景之文, 醫書, 亦有內外境界之圖, 道家以清淨修養爲本, 醫門以藥餌鍼灸, 爲治, 是道得其精, 醫得其粗也”라고(黃庭經에는 內景之文이 있고 醫書에는 內外 境界의 형상지도가 있으니, 道家는 清淨修養으로써 人體의 根本을 삼고 醫家는 藥餌와 鍼灸로써 治療로 삼으니, 이는 道家에서는 그 정미로움을 얻은 것이요 醫家에서는 그 조잡함을 얻은 것이다) 밝힌 것을 볼 때, 許浚은 道教의 哲學적 原理로서 東醫寶鑑의 醫學思想을 說明하려 하였고, 一般의인 醫學은 오히려 附隨的인 內容으로 다루었다는 것을 알수있다.

道란 우선 調攝修養을 말하고 醫란 주로 治療를 가리키니, 前者는 醫學의 根本이요 後者는 醫學의 枝葉으로 여겨, 《黃庭經》<sup>2)</sup>의 內景之文에서 연유된 “마음이 몸안에 있어 몸안의 모든 모습을 관조한다”는 의미로, 卷頭에 〈內景篇〉을 놓고 道教의 養生思想을 기술하였다. 이는 《素問, 四氣調神大論》에 “不治已病, 治未病<sup>3)</sup>”(이미 발병한 것을 고치는 것이 아니고 아직 이르지 않는 병을 고친다)의 概念과 맥락을 같이 하여, 治病以前에 養生함으로써 壽命延長 및 疾病豫防을 우선하는 道教의 根本의 治療精神에 비해 발병이후에 비로소 疾病을 治療하고 壽命을 보장하게 하는 醫學을 枝葉的인 방법에 국한된다고 보았다.

이러한 《東醫寶鑑》의 養生적 思想은 黃帝內經에서도 찾아볼 수 있는데, 《素問, 陰陽應象大論》에 이르기를 “形不足者, 溫之以味, 精不足者, 補之以氣<sup>4)</sup>”(形이 부족한 이는 五味로써 溫하고 精이 부족한 이는 氣로써 보충한다)라 하여 自發的으로 運行 循環하는 人體의 生理的인 恒常性을 유지함에 있어서 形而上學 및 形而下學의 二元的 體系로 人體를 이해하였고, 《東醫寶鑑》에서는 사람의 몸이 안으로는 五臟六腑, 밖으로는 筋骨肌

肉血脈皮膚로 되어있지만 그 主體는 精·氣·神이라고 주장하였다.

이처럼 《東醫寶鑑》에 도입된 精氣神의 理論은 주로 道教에서 주장된 學說인데, 道教에서는 生命活動을 生命體의 時·空間의 偏差에 의거하여 精氣神의 三寶說로 認識하였다. 이들 三要素는 根源에 있어서 形氣未具한 鴻濛의 狀態로부터 具而未離한 渾淪의 狀態로 變化하여 비록 易에서 太極으로 轉換되는 狀態로 先天의 無形이지만 이미 作用하여 形象化되면 單純하게 分離되는 것이 아니고 時·空間의 偏差에 의해 相互變化하여 後天的으로 세가지 要素가 형성되었고, 이는 三才說에 의해 宇宙萬物을 구성하는 세가지 바탕, 즉 하늘과 땅 그리고 萬物을 대표하여 사람으로서 三才를 삼아, 이 三才의 道가 지극한 道용을 갖는다 하여 三極이라고도 일컬으며, 易은 이 三才, 즉 三極을 根本原理로 하였다<sup>5)</sup>. 이때 三은 宇宙變化 原理에서 一에 二를 加한것이라 하여, 統一의 本體인 純陽 一과 分散의 主體인 至陰 二의 陰陽이 합성된 것으로 곧 陰陽의 混成體이다. 一이 二로 발전하려면 三의 협조가 절대로 필요하다. 또한 三을 가리켜 一水가 二火를 生하는 傍助者가 된다고 하니, 獨陽인 一은 絶對的으로 陰의 統一의인 압력하에서만 자기의 性質을 발휘하여 發展할 수 있는 故로, 獨陽은 반드시 混成體인 三을 얻음으로써 宇宙 目的을 달성할 수가 있는 것이다라 하였다<sup>6)</sup>.

이러한 創造論은 老子的 《道德經》과 《天符經》에서도 찾아볼 수 있다. 따라서 許浚은 原論的인 創造論에 입각한 精氣神理論을 도입하여 人間의 生命構成要素를 精·氣·神의 三要素로 보았으며, 이 三要素는 각각 따로 分離하여 存在하는 것

2) 道教와 不老長壽醫學, 吉元昭治著, 도광순譯, 서울, 열린책, 1992, P 372.

3) 黃帝內經素問今釋, 成輔社, 서울, 1983, P 8.

4) 成輔社, 前掲書, P 28.

5) 周易과 世界, 金碩鎭, 동신출판사, 1988, P 47.

6) 宇宙變化의 原理, 韓東錫, 행림출판, 1974, P 152.

\* 大田大學校 韓醫科大學 生理學教室

1) 東醫寶鑑, 許浚, 서울, 대성문화사, 1992, P 1.

이 아니라 相互依存속에서 氣의 狀態로 나타나며, 人體의 兩面인 精神과 肉體는 二元的 要素의 結合이 아닌 氣의 往來에 의한 順逆의 結果로 變化한 一元的 觀點이라고 여겼다. 그리하여 道家 三寶라고 불리우지는 精·氣·神의 理論을 基礎로 人體를 온전히 보존하여 生의 根本을 기른다는 《東醫寶鑑》만의 독창적인 養生思想을 成立하였다.

《東醫寶鑑》書頭に 기재된 臟腑身形圖를 《醫學入門<sup>7)</sup>》의 書頭に 기재된 先天圖에 비교하고 상술된 “是道得其精, 醫得其俎也”의 뜻에 비추어 許浚은 《東醫寶鑑》에 서술하려는 本意를 醫術이란 仙道이오 疾病만을 고치는게 아니고 老衰를 방지하고 生命을 연장시키는 것이 의사의 첫번째 조건이다<sup>8)</sup>라고 闡明하였다. 이에 筆者는 단순히 精氣神의 구조적 나열을 考察함에 그치지 않고, 宇宙의 本源運動인 三才說에 입각하여 精氣神의 三位一體의 整體觀을 연구하고자 한다.

## II. 本 論

### 1. 東醫寶鑑의 成立

《東醫寶鑑》은 序文에 의거하여 살펴보면, 宣祖 29년에 太醫 許浚이 宣祖의 命을 받들어 儒醫 正職, 太醫 揚禮壽·김응택·李命源·鄭禮男 등과 撰集을 시작하여 宣祖 29년부터 光海君 5년까지 16年間の 刻苦勉勵 끝에 全 25卷 25冊으로 갈무리된 朝鮮中期의 綜合醫書이다<sup>9)</sup>.

《東醫寶鑑》의 著者인 許浚(A.D.1546-1615)은 子가 淸源, 號는 龜巖으로 本은 陽川이다. 宣祖 7년에 醫科試에 합격하여 內醫院에 勤務를 필두로 內醫와 御醫를 거쳐, 光海君 5년에 卒하기까지 그의 탁월한 業績으로 인하여 그 位가 輔國崇祿大夫에까지 올랐다. 그의 著書로는 《纂圖方論脈訣集成》 4卷, 《東醫寶鑑》 25卷, 《診解胎產集要》, 《診解痘瘡集要》, 《診解救急方》, 《新纂壁廡方》, 《壁廡新方》등으로 實用的인 立場에서 그 內容이 詳細하고 또한 正確하며 科學的으로 편찬되어 있다<sup>10)</sup>.

### 2. 東醫寶鑑의 思想의 意義

《東醫寶鑑》은 우리나라의 醫學思想에 看過할 수 없는 研究價値가 있다고 사료되어 筆者는 《東醫寶鑑》의 著者인 許浚의 醫學思想중 가장 特色

있는 精氣神의 독특한 思想 및 體系를 일찌기 그어는 中國의 역대 의서에도 없는 〈內景篇〉을 들어 說明하고자 한다.

《東醫寶鑑》은 우리 醫學계의 대표적 의방서로 그 內容은 自國醫學에 있어서 古來의 鄉藥을 계승하였을 뿐아니라, 古今의 醫說을 종합 結속시켜 正연한 理論體系를 도모하고자 “不治以病, 治未病”이라는 醫學本然의 精神인 《內經》을 연구하고 새로이 金元四大家의 醫學을 도입함으로써 우리 醫學의 自主性을 成立하는데 確固한 貢獻을 하였다. 詳察해보면, 寶鑑은 學問적으로 《素問》과 《靈樞》 그리고 《難經》을 宗으로 하여 仲景의 學說을 取하였고, 治療방면으로 金元四大家의 各家學說을 고루 도모하였으나 그 중에서도 유독 丹溪의 學說을 중시하였으며, 특히 養生방면으로는 道教의 精氣神 三寶學說을 대폭 수용하여 獨創的인 醫學思想임을 강조하였다.

이로 《東醫寶鑑》은 科學的이고 實用的인 理法方藥이 완전히 구비된 百科全書라 할 수 있고, 上記한 바와 같이 《內經》의 學問的 배경 그리고 《東醫寶鑑》에 인용된 明初 이전의 總 86種의 醫書가 지닌 治療의 背景뿐만 아니라, 道教에서 비롯된 精氣神의 養生의 背景까지도 대폭 수용하였는데, 이는 人間 中心의 思想을 제창함으로써 東醫라고 일컫을 수 있는 韓國 韓醫學의 自主性을 公고히 한 許浚精神의 발현이라 할 수 있다. 許浚<sup>11)</sup>은 《東醫寶鑑, 集例》에서 “我國僻在東方, 醫學之道, 不絕如線, 則我國之醫, 亦可謂之東醫學也, 鑑者, 明照萬物, 莫逃其形”이라 하여 “우리나라는 東方에 위치하여 醫學의 道가 線과 같이 끊어지지 않은 즉 우리나라의 醫學을 역시 가히 東醫라고 일컫음이다. 鑑이란 萬物을 밝게 비추니 그 모습을 어찌 피할 것인가”라 하여 《東醫寶鑑》이라고 명명했다.

### 3. 東醫寶鑑의 構成과 內容

許浚과 正職 등은 일찍이 道家의 淸淨과 修養을 신봉하여 醫學의 眞理를 道教의 哲學에서 구하였고, 그로 인해 《黃庭經, 內景之文》에서 착안한

8) 醫學輯要, 宋点植, 대전, 문경출판사, 1991, P 30.

9) 權學澈, 동의보감을 통한 허준의 의학사상에 관한 고찰, 대한원전의사학회지, 1992.

10) 權學澈, 前掲書.

11) 許浚, 前掲書, P 1.

7) 醫學入門, 李挺, 대성출판사, 1983.

〈內景篇〉을 《東醫寶鑑》의 첫 머리에 두었다. 內景이란 말은 內는 마음을 뜻하고 景은 모습을 뜻함으로 마음이 몸안에 있어 몸안의 모든 모습을 觀照하고 있다는 의미이다.

順序를 살펴보면, 《黃帝內經》의 次序에 준하여 전체가 〈內景篇〉, 〈外形篇〉, 〈雜病篇〉, 〈湯液篇〉, 〈鍼灸篇〉, 〈目錄〉 등으로 구성되어 있으니, 이 책은 먼저 內景함으로써 精氣神 臟腑가 內篇이 되고 다음 外境을 취하여 머리, 얼굴, 수족, 筋脈骨肉이 外篇이 되고, 또 五運六氣, 三法, 李東垣의 內傷外感, 각 疾病의 症候등을 채집하여 〈雜病篇〉이 되고, 끝에 湯液, 鍼灸등을 기술하여 그 變化를 다하였다. 〈內景篇〉을 中心으로 養生思想을 강조하여 《黃庭經》에서 인용한 精氣神 三寶說로 根本原理를 說明하고자 하였고, 그 〈內景篇〉에서의 順序 역시도 精·氣·神으로 나열하였다. 부서하면, 〈外形篇〉과 〈雜病篇〉은 治療방면의 原理를 說明하였고, 〈湯液篇〉과 〈鍼灸篇〉은 각각 本草學과 經絡學을 기술하였다.

《東醫寶鑑, 集例》에서 許浚 자신이 道家는 淸淨과 修養으로 本을 삼고, 醫門은 藥餌와 鍼灸로 治療를 하기 때문에 道家는 그 精한 것을 얻고 醫家는 그 거친 것을 얻었다고 한 것으로 보거나, 또한 〈內景篇〉의 수많은 道家說의 인용이나 각 文의 말에 들어 있는 導引法이나 單方療法등을 보아도 얼마나 많이 道家의 影響을 받고 있나 알 수 있다.

#### 4. 精

##### 1) 精의 概念 및 機能

精은 《說文解字》에서 擇米也라 하여 從米 從靑이라 하니<sup>12)</sup> 水穀之氣중에서 가장 精微로운 것을 가려 精이라 稱하였다. 이는 廣義로 後天之精이라 하는데, 五味에서 비롯된 水穀의 精微로움으로부터 化生하고 終局에 腎에 저장되어 五臟六腑에까지 수포되는 精을 말하는 것이다. 또 狹意의 精은 先天之精이라 하여 腎에 저장되었던 精이 人間的 生殖뿐만 아니라, 生長·발육·노쇠와 깊이 關係되는 稟賦로서의 精으로 인식되며, 先天之精과 後天之精은 相互 의존하고 보충하는 關係가 있어 모든 生理 機能과 현상에 物質적 基本 要素가 된다.

《東醫寶鑑, 身形篇》의 〈人氣盛衰〉에서 《素問》에 이르기를, “사람이 40이 되면 陰氣가 반감되어 起居가 게으르고, 50에 몸이 무겁고 耳目이 聰明하지 못하며, 60에 陰莖이 痿廢하고 氣가 衰하여 九竅가 불리하고 下虛·上實하여 涕淚가 많아진다”고 하였다<sup>13)</sup>. 〈精篇, 精爲身本〉에서 《靈樞經》에 이르기를, “兩神이 서로 합하여 形體를 이루어 身體보다 먼저 생기는 것을 精이라 하며, 이 精은 身體의 根本이 된다”고 하였고, “精이 虛하면 허리와 등이 疼痛하며, 筋剛이가 피곤해진다. 또 髓는 骨을 채우는 것이요, 腦는 髓海가 되는 것이니, 髓海가 부족하면 腦가 어지럽고 귀가 울며, 온갖 眩暈의 證세가 일어나게 된다”고 하였다<sup>14)</sup>.

同篇의 〈精爲至寶〉에서 《仙書》에 이르기를, “肝精이 굳세지 않으면 눈이 현란하여 빛이 없고, 肺精이 부족하면 살이 빠지고, 腎精이 부족하면 腎氣가 감소되며, 脾精이 견고하지 못하면, 이와 털이 탈락하여 疾病이 곧 생기고 따라서 몸이 사망하는 것이다<sup>15)</sup>”라고 하였고 《養生書》에 이르기를, “精과 氣가 서로 保養하는 것이니, 氣가 모이면 精이 충만하고, 精이 충만하면 氣가 성하니, 날마다 음식의 화미한 것을 섭취하면 이것이 精이 되는 고로, 米字와 靑字를 합한 것이 精字가 된다”고 하였다<sup>16)</sup>. 同篇의 〈補精以味〉에서 《內經》에 이르기를, “精은 곡식에서 생긴다. 精이 부족한 자는 食味로써 補한다. 그러나 醇酒와 厚味보다 淸淡한 植物이 능히 補精한다”고 하였다<sup>17)</sup>. 同篇의 〈遺泄精屬心〉에 《直旨》에서 이르기를, “精之主宰, 在心, 精之藏制, 在神<sup>18)</sup>”이라 했다. 同篇의 〈夢泄屬心〉에서 《入門》에 이르기를, “夢泄은 心虛에 속하며 대개 교감하는 精은 항상 한점의 白膜에 있는데, 元精이 이것으로써 精의 根本을 삼는 것은 心에 속하기 때문이다. 낮에 생각하는 바가 있어 꿈에泄하는 것이다<sup>19)</sup>”라고 하였다. 이상과 같이 精篇에 내포되어있는 許浚의 思想은 道教의 影響을 크게 받아서 人身의 가장 보배로운 物質인 精을 節慾함으로써 儲精하여야 한

12) 說文解字注, 殷玉裁, 상해, 상해고적출판사, 1981, P 331.

13) 許浚, 前掲書, P 7.

14) 許浚, 前掲書, P 23.

15) 許浚, 前掲書, P 23.

16) 許浚, 前掲書, P 23.

17) 許浚, 前掲書, P 25.

18) 許浚, 前掲書, P 26.

19) 許浚, 前掲書, P 26.

다고 강조하였다. 이는 精이 人體를 구성하고 生命活動을 유지시키는 가장 基本的인 物質이기 때문에 이러한 精의 存在는 인류가 존속해 나가는데 있어서나 生命活動을 유지해 나가는데 있어서나 必須的인 것임을 말하는 것이다.

## 2) 精과 水와의 關係

精氣神의 三要素중에서 精은 人體의 가장 精微로운 物質이므로 五臟중의 腎臟에서 貯藏한다. 고로 腎藏精하고 《素問, 上古天真論》에 이르기를, ‘腎主水, 受五臟六腑之精而藏之, 天一生水, 在人曰精<sup>20)</sup>’이라 하니 天人相應의 側面에서 보면, 이는 人體의 基本 物質을 精으로 보고 宇宙의 根源 物質을 水로 생각해 볼 수 있다. 天道는 水氣의 作用을 거친 후에야 그 내부의 깊은 곳까지 凝固하게 되는 것이다. 이와 같이 함으로써 陽은 완전히 수장되어서 萬物의 生命을 創造하는 것인데 이것은 人間에 있어서는 精이라 한다. 水氣란 본래 流動 變化의 源泉이며 生命의 母體이며 精神의 府庫인 것이다.

그렇다면 水의 自動性은 어디에 있는가 하는 것을 고찰해 볼 필요가 있다. 宇宙에 있는 萬象은 동하지 않는 것이 없다. 이것을 상찰해보면 모두 물의 運動이다. 이것은 바로 水氣 자체가 지닌 바의 凝固性과 自律性과 調和性에서 오는 것이다. 그런데 凝固性의 統一은 精을 귀장하고, 自律性은 精속에 있는 陽을 동하게 하여서 變化하고, 調和性은 동함에 있어서 일어날지도 모르는 矛盾을 조절하는 것이다. 이러한 자기 원인을 가진 것이 水이기 때문에 水에는 恒久性과 變化性이 있게 된다. 宇宙의 變化는 물이 變化하는 바의 단계적인 小變化를 의미하고, 사실상으로 變化하는 本體는 물인 것이다. 그것은 물이 자기가 지닌바의 凝固性과 自律性과 調和性으로써 萬物을 生成하는 基本存在이므로 宇宙의 本體라고 하는 것이다<sup>21)</sup>.

## 3) 精氣神에 도입된 天人相應說

古人들은 天人合一, 天地相關 思想으로 自然과 四季와의 調和, 天·地·人의 三位一體觀, 循環思想, 整體觀에 의거하여 人間을 大宇宙에 대해 小宇宙라고 본 것이다. 그러므로 萬物중에서 특히 人間은 宇宙의 變化運動에 순응함으로써 건강한 삶을 영위할 수 있으며 窮極의으로는 大宇宙에 합

一된다는 思想을 가져왔다. 《東醫寶鑑》에서 許浚은 人身이 小宇宙라고 하는 대명제하에 醫學思想을 전개하였는데, 身形臟腑圖에서는 孫眞人의 말을 빌어 人身 小宇宙와 天人合一說로 說明하였으니, 이는 《醫學入門》 書頭の 先天圖와 待對의 의미로 해석해볼 수 있다. 人體가 天地 運行度數와 일치하여 人間이 自然에 의지하여 同氣感應으로 自然界의 變化에 대하여 조절·적응함을 일러 韓醫學에서는 天人相應說이라고 한다.

〈身形篇, 人心合天機〉에서 《仙經注》에 이르기를, 璇璣를 斗라 하는데, 하늘은 斗로써 機械를 삼고, 사람은 마음으로써 機械를 삼아 몸에서 마음이 운전되는 것이 마치 하늘이 北斗를 운전하여 四時를 조절하는 법과 같다 하니<sup>22)</sup>. 〈氣篇, 氣爲諸病〉에서 《萬病回春》에 이르기를, “風이 氣를 傷하면 疼痛이 생기고, 寒이 氣를 傷하면 戰慄이 생기며, 더위가 氣를 傷하면 熱悶이 생기고, 濕氣가 氣를 傷하면 腫脹이 생기며, 燥한 것이 氣를 傷하면 閉結이 된다”고 하였다<sup>23)</sup>.

天人相應이란 人體의 生理現象을 自然現象에 대비시켜 醫學, 天文學, 氣象學을 自然科學의 觀點에서 상통시킨 理論<sup>24)</sup>으로, 주로 《黃帝內經》에서 人間과 自然의 關係를 하나의 統一의인 正체적 觀點으로 說明하여 韓醫學의 生理, 病理, 診斷, 治療, 豫防 등의 理論의 基礎를 제공하였다. 고로 三才說에 의하여 宇宙萬物을 구성하는 세가지 재질이 있어 天人相應하니, 人體에 上·中·下의 三丹田과 三關이 있고 道家의 精·氣·神 三寶가 있게 되는 것이다. 《靈樞, 本神》에 이르기를 “生之來爲之精 兩精相搏爲之神<sup>25)</sup>”이라 하였고, 《靈樞, 決氣篇》에 이르기를 “兩神相搏, 合而成形, 常先身生, 是爲精, 精者, 身之本<sup>26)</sup>”이라 하였듯이 宇宙變化에서 水가 根本 物質이 되었듯이 人體에서는 精과 下丹田이 몸의 根源이 됨을 알 수 있다. 《寶鑑, 身形篇》에, 天地사이에 사람이 가장 귀하니, 머리는 등글어 天을 象하고 발은 모나 땅을 象한다 하니, 이내 人體가 天地의 陰陽四時와 相應함을 상세히 기술되었다<sup>27)</sup>. 同篇의 〈人身猶一

20) 成輔社, 前掲書, P 2.

21) 韓東錫, 前掲書, P 60.

22) 許浚, 前掲書, P 12.

23) 許浚, 前掲書, P 36.

24) 吉元昭治, 前掲書, P 42.

25) 精校黃帝內經靈樞, 洪元植, 서울, 동양의학연구원출판국, 1985.

26) 洪元植, 前掲書.

國)에서 抱朴子가 이르기를, “人間的 身體를 한 국가에 비유하여 骨節은 百官이며 神은 임금이며, 피는 臣下이며, 氣는 百姓이라는 것이다. 몸을 잘 다스리면 나라를 잘 다스리는 것이다”라고 하였다<sup>28)</sup>. 이렇듯이 人體가 天地를 法하고 生한 즉 順하지만, 人身의 自主인 精氣神 三寶에 逆하는 養生을 한즉 生을 維持하기 어려울 것이다.

### 5. 氣의 概念과 機能

氣는 《說文解字》에 “饋客之芻米也”라하여 從米從氣으로 取象하니<sup>29)</sup> 氣字의 뜻은 구름기운이란 글자이다. 구름기운이란 아직 구름으로 영기기전의 象을 의미하는 것이고, 米자의 뜻은 四通八達을 의미하는 것인 즉, 統一綜合의 의미가 있다<sup>30)</sup>. 氣는 아주 미세한 物質인 동시에 活動性이 강하여 부단히 運動하는 物質이며, 전체인 宇宙와 개체인 人體를 구성하는 基本物質이다. 人間은 身體의 活動을 유지하기 위해서 天에서 鼻를 통해 喉로 大氣를 받고, 地에서 口를 통해 咽喉로 五味가 化生한 水穀之氣를 받아, 이를 합하여 後天之氣를 생성하고 父母로부터 父精母血을 받아 先天之氣를 이룬다. 이를 有形的·無形的 機能과 構造에 作用하여 氣의 推動·溫煦·防禦·固攝·氣化作用을 가능케 한다. 고로 氣는 生命活動의 에너지이며, 生理機能을 촉진하는 주요 物質이다<sup>31)</sup>. 《東醫寶鑑, 氣篇》에 〈氣爲精神之根蒂〉, 〈氣生於穀〉, 〈氣爲衛〉, 〈衛於外〉, 〈營衛爲行〉을 나열하여 氣의 生成 및 作用에 대해 기술하였다.

특히 同篇의 〈氣爲衛, 衛於外〉에서 《內經》에 이르기를, “陽은 動을 主宰하는 것인데 사람의 知覺과 運動과 보고 듣는 것과 말하며, 냄새 맡는 것이 모두 다 陽氣가 皮膚를 薰蒸하고 몸을 충족하고 모발을 윤택하게 하여 마치 안개와 이슬이 灌溉해 주는 것과 같다. 만일 陽氣가 제대로 운행하지 못하면 九竅가 안으로 閉塞하고 肌肉이 밖으로 墮滯하여 知覺·運動·視聽·言笑가 다 機能을 잃는 법이다. 사람의 陽氣란 것은 하늘의 日光과 같은 것인데, 사람이 陽氣를 잃으면 요절하기 쉬우며, 그것은 마치 하늘이 광명을 잃으면 萬物이 발생할 수 없는 것과 같다”고 하였다<sup>32)</sup>. 氣는 곡식에서 생한 水穀之氣와 호흡의 根本이 되는 大氣가 합하여 행해지는데, 氣의 날숨은 天의 根本에 접해 있고, 氣의 들숨은 地의 根本에 접해있어 呼한

즉 氣가 出하여 陽의 闢이 되고, 吸한즉 氣가 入하여 陰의 開가 되니, 呼吸한 즉 陰陽 變化가 일어난다. 이러한 氣는 病的 原因이 되기도 하고 人體의 情緒인 七情에 밀접한 關係를 갖고 있다. 이를 나열해보면,

同篇의 〈九氣〉에서 《內經》에 이르기를, “百病이 모두 氣로부터 생기는데, 怒하면 氣가 오르고, 기뻐하면 늦추어지고, 슬퍼하면 스러지고, 恐하면 氣가 下하고, 추우면 거두어지며, 더우면 泄하고, 놀라면 요란하며, 疲勞하면 消耗되고, 思慮가 過하면 맏히는데 九氣가 동조하지 않으면 어떠한 病이 생기는 법인가?<sup>33)</sup>”하였다. 同篇의 〈氣候候〉에서 《內經》에 이르기를, “五陰의 氣가 끊어지면 눈이 어지럽고 이로 말미암아 志가 먼저 죽는다. 志는 즉 神이므로 이렇게 되면 生命을 더 지탱하지 못하는 법이다. 六陽의 氣가 다 끊어지면 陰과 陽이 서로 떠나고 腠理가 發泄하여 진땀이 흐르는 것이며 하루 이상 살지 못한다. 六腑의 氣가 다 끊어지면 上氣가 되고 다리가 오그라지며, 五臟의 氣가 안에서 끊어지면 泄瀉를 금하지 못하고, 심하면 手足이 不仁하는 病이다”고 하였다<sup>34)</sup>.

### 6. 神의 概念과 機能

神은 《說文解字》에서 “神天神引出萬物者也”라하여 從示從申이라 取象하니<sup>35)</sup>, 神은 萬物을引出하는 天神을 가리키며, 天地始生 萬物化生 變化創造의 主宰이다. 人體의 生命을 영위하기 위해서 수반되는 一切의 精神的 活動을 포괄하는 단어이다. 神은 본래 巫俗的 要素에서 비롯되어 《周易》에서 보면 〈繫辭傳〉에서 이르기를, “陰陽不測爲之神<sup>36)</sup>”(陰과 陽에 헤아리지 못함을 神이라 하니라)이라 하고 또 “知變化之道者 其知神之所爲乎<sup>37)</sup>”(變化의 道를 아는자 그 神의 하는바를 아

28) 許浚, 前揭書, P 7.

29) 殷玉裁, 前揭書, P 333.

30) 韓東錫, 前揭書, P 116.

31) 東醫生理學, 전국한의과대학 생리학교실 공저, 경희대학교출판국, 1993, P 82.

32) 許浚, 前揭書, P 33.

33) 許浚, 前揭書, P 37.

34) 許浚, 前揭書, P 44.

35) 殷玉裁, 前揭書, P 3.

36) 周易講解, 金碩鎮, 서울, 대유학당, 1993, P 312.

37) 金碩鎮, 前揭書, P 328.

27) 許浚, 前揭書, P 6.

는저!)라 하니, 〈說卦傳〉에서 이르기를, “神也者, 妙萬物而爲言者也38)”(神이라는 것은 萬物을 묘하게 함을 말함이니)라 하여 變化막측한 陰陽의 變化를 알아 妙法됨을 일컫었다. 점차 韓醫學에서도 사용하기 시작하여 《黃帝內經》에 이르러 《靈樞, 本神篇》에 이르기를, “兩精相搏謂之神39)”이라 하여 神의 生成을 말하였고, 《素問, 靈蘭秘傳》에서 이르기를, “心者, 君主之官, 神明出焉40)”이라 하여 神의 作用인 意識, 思惟, 感情, 感覺 등이 心에 의해 주도된다고 배속하였다.

《東醫寶鑑, 神篇》의 〈五臟藏七神〉에서 《內經》에 이르기를, “두 精이 서로 마찰하는 것을 神이라 하고, 神을 따라서 왕래하는 것을 魂이라 하며, 精과 아울러 출입하는 것을 魄이라 하고, 마음에 생각하는 바 있는 것을 意라 하며, 意가 存在하는 것을 志라 하고, 생각으로 인하여 처리하는 것을 志라 한다. 五臟이 간직한 것은 心은 神을 간직하고, 폐는 魄을 간직하고, 肝은 魂을 간직하고, 脾는 意를 간직하고, 腎은 志를 간직한다. 또 脾는 意와 智를 간직하고, 腎은 精과 志를 간직하는데 이상을 합하면 七神이 된다. 神은 精氣의 化成一요, 魄은 精氣의 匡佐요, 魂은 神氣의 輔弼이요, 意는 기억해서 잊지 않는 것이요, 志는 專意해서 옮기지 않는 것이다”라고 하였다41).

〈身形篇〉의 〈胎孕之始〉에서 《聖惠方》에 이르기를, “天地의 精氣는 萬物의 形象을 化하는데 아버지의 精氣는 魂이 되고, 어머니의 精氣는 魄이 된다”고 했다42). 同篇의 〈保養精氣神〉에서 羅仙이 이르기를 “무릇 魂이란 陽이요, 魄이란 陰이니, 神이 능히 氣를 복용하고, 形이 능히 味를 먹으면 氣가 맑은 즉, 神이 상쾌하고 形이 피로한 즉, 氣가 탁하다. 魂은 하늘로 날아가고 魄은 땅속으로 떨어지니, 水火가 나누어 흩어져 각자의 根源으로 돌아가 생한 즉 한몸이나 죽은 즉 서로 떨어져 날아가고 떨어짐이 각기 다른 것은 稟賦의 自然스러움이다”라고 했다43). 《東醫寶鑑》에서는 道教의 經典인 《黃庭經》의 影響을 받아 神을 精神作用으로만 보지 않고, 神靈의 概念으로도 파악하여 人間의 五臟六腑의 저마다 神이 있으며, 각각의 이름을 가지고 있다. 五臟六腑뿐만 아니라 身體의 百節에 모두 神이 存在한다. 이들 神은 臟의 氣가 끊어지면 밖으로 나타나는데, 이것을 病者가 보기도 한다. 神에 관하여 許浚은 특히 道教

의 學說을 많이 인용하여 人身에 깃들여 있는 抽象의이며 形而上學的인 神의 형태와 作用을 形而下學的으로 구체화시키고 實體화시켜서 실제 느낄 수 있게 하였다.

이렇게 神을 心臟 혹은 마음으로 볼 뿐만 아니라, 神靈으로써 이해한 것은 道教의 影響이라고 판단되는데, 이는 《東醫寶鑑》 자체가 道教醫學의 至大한 影響을 받았음을 나타낸다. 神篇의 〈人身神名〉에서 《黃庭經》에 이르기를, “肝神의 이름은 龍烟이요 字는 含明이다. 形長은 七寸이고 그 빛은 靑紫色이다. 心神의 이름은 丹元이요, 字는 守靈이다. 形長은 九寸이며 그 빛은 赤色이다. 脾神의 이름은 常在요 字는 魂停이다. 形長은 七寸 六分이며 그 빛이 黃色이다. 肺神의 이름은 皓華요 字는 虛成이다. 形長은 八寸이고 그 빛은 絕白色이다. 腎神의 이름은 玄冥이요 字는 育嬰이다. 形長은 三寸 六分이고 그 색이 黑色이다. 膽神의 이름은 龍曜요 字는 威明이다”라고 하였다44). 同篇의 〈神統七情傷則爲病〉에서 《內經》에 이르기를, “心이 神을 간직하고 神의 君主가 되어서 七情을 統攝하고 萬氣를 酬酌하는데, 七情이란 것은 喜·怒·憂·思·悲·驚·恐이다. 또 魂·神·意·魄·志가 모두 神으로써 主를 삼는 고로 거기에 각각 神이 있다”고 하였다. 變化莫測한 陰陽의 主宰者인 神이 잘 간수되면 살고 神을 잃으면 죽는 것이다. 失神이란 精神이 떠나서 昏迷한 것이다45). 즉 神이란 人體내에서 생을 영위하기 위하여 各 機關과 組織이 맡은바의 職分을 총괄하는 活動을 가리키는 것이다.

## 7. 精氣神의 相互關係

### 1) 精氣神의 生成 및 作用

〈身形篇〉의 〈人身猶一國〉에서 抱朴子가 이르기를, “一人之身 一國之象也”라는 구절을 인용하고 있다46). 人間의 胸腹은 한 국가의 宮室이며, 四肢는 郊境이라는 것이다. 骨節은 百官이며, 神은 임금이며, 피는 臣下이며, 氣는 百姓이라는 것이다.

39) 洪元植, 前揭書.

40) 成輔社, 前揭書, P 49.

41) 許浚, 前揭書, P 49.

42) 許浚, 前揭書, P 7.

43) 許浚, 前揭書, P 7.

44) 許浚, 前揭書, P 48.

45) 許浚, 前揭書, P 50.

46) 許浚, 前揭書, P 9.

38) 金頌鎮, 前揭書, P 411.

몸을 잘 다스리면 나라를 잘 다스리는 것이다”라고 하였다. 同篇의 〈丹田有三〉에서 《悟眞篇》에 이르기를, “人體에서 精氣神으로써 위주하여 神은 氣에서 生하고, 氣는 精에서 生하는 고로 眞을 아는 이는 몸을 수련하되 精氣神 三物에 치중하여 단련한다”고 하였다<sup>47)</sup>. 同篇의 〈保養精氣神〉에서 羅仙이 이르기를, “精은 몸의 根本이요, 氣는 神의 主要, 形은 神의 집이다. 그러므로 神을 너무 많이 쓰면 停息하고 精을 과히 쓰면 竭하며, 氣가 太怒하면 끊어지게 된다. 사람의 生道는 神이요, 形體의 依託은 氣인데, 氣가 衰하고 形이 耗損한 뒤에 장생한다는 법은 있을 수 없다”고 하였고, “무릇 神明은 生化의 本이요, 精氣는 萬物의 體니 그 形을 온전히 하면 生하고 그 精氣를 기르면 性命이 길어진다”라고 하였다<sup>48)</sup>. 同篇의 〈先賢格言〉에 《東垣省言箴》曰, “氣는 神의 祖요, 精은 氣의 子요, 氣는 神의 根蒂가 되며, 氣를 쌓아 精이 되고, 精을 쌓아 神을 온전히 하면, 맑고 고요하게 되며 道를 따라 행하면 天과 人이 서로 합하는 법”이라 하였다<sup>49)</sup>. 〈精篇〉의 〈精爲至寶〉에서 象川翁이 이르기를, “精이 氣를 生하고, 氣가 神을 生하니 一身의 榮衛가 이보다 더 큰 것이 없는 것이다. 養生함에는 제일로 精을 중히 여겨야 함은 多言을 불요하거나, 精이 實하면 氣가 壯하고, 氣가 壯하면 神이 왕성하며, 神이 왕성하면 몸이 건강하고, 몸이 건강하면 저절로 病이 없어져서 안으로는 五臟이 영화하고 밖으로는 皮膚가 윤택하며 顏色이 광채하고 耳目이 총명하여 老當益壯이 된다”고 하였다<sup>50)</sup>. 〈神篇〉의 〈神爲一身之主〉에서 無名子가 이르기를, “天一은 水를 낳으며 사람의 精에 해당된다. 地二는 火를 낳으며 사람의 神에 해당된다”고 하였다<sup>51)</sup>.

탈레스<sup>52)</sup>는 宇宙의 本質을 물이라 하였다. 물은 物質적인 實體이면서도 運動하는 힘이 있으며, 또한 物質의이면서도 精神的인 것이라고 하였다. 따라서 물은 萬物의 實體이며 原理이므로 또한 萬物을 육성하는 것인즉, 人間생활에 있어서 불가결의 가치가 있는 것이라고 하였다. 즉, 이러한 물은 變化性과 自律性과 無限性을 가지고 있기 때문에 運動하는 萬物의 根源이 된다고 하였던 것이다.

물에는 그의 本質이 되는 三大要素를 지니고 있는 것이다. 이것은 바로 凝固性과 自律性과 調和

性의 세 가지를 말하는 것이다. 동하는 모든 원인으로서의 凝固性이 없다면 統一할 수가 없고, 自律性이 없다면 變化할 수가 없고, 調和性이 없다면 모순대립을 調和해 낼 수가 없는 것이다. 宇宙의 變化는 氣化, 氣變作用이 반복되는 水火의 作用이니, 水가 발산하면 火의 象이 되고 火가 종합하면 그 象이 바로 水이다. 그런즉 水와 火라는 概念은 變化現象으로서의 구별일 뿐이고, 그 실상을 따져보면 火란 것은 水의 氣化作用에서 이루어진 물의 변형인 것이다. 다시 말하면, 火란 것은 현상계에 나타난 바의 多의 實體인 것이고 결코 萬物의 本體는 아니다. 그러므로 火는 主觀的 實體인 一水의 影子에 불과한 것이다. 이는 水火一元運動의 散合法則을 세워놓은 것이니, 分裂과 統一을 說明하고 또는 水와 火라는 異質的인 두 개의 原質은 一水를 本體로 한 一인 本體의 二原質이라는 것을 말하는데 있다. 이것을 水火一體論이라고 한다. 여기서 우리는 水를 精에 속하게 하고, 火를 神에 속하게 하고, 氣化氣變作用을 氣라고 보아 水火一體論을 精氣神 三寶說로 유추해볼 수 있다. 渾然한 人體내에서 純一不雜한 것이 精이고, 融通血脈하는 것이 氣요, 虛靈活動하는 것이 神이다. 그러므로 이에 精과 氣와 神을 生命의 關鍵이라고 하는 것이다. 그런데 精, 氣, 神의 生成은 水穀의 精微와 五臟六腑의 정상적인 機能으로 말미암으며, 五臟六腑의 機能과 人體四肢의 活動이 또한 精, 氣, 神에 의지함으로써 物質적 基礎를 이루고 있으니 精氣神 相互간에도 消長盛衰가 이루어지고 있는 것이다.

## 2) 精氣神 三寶說의 思想的 背景

精氣神 三寶는 三이라는 象數學的 理致를 담고 있어 《宇宙變化의 原理》에서, 韓東錫<sup>53)</sup>은 “만일 宇宙의 사물들이 단순히 象만 나타난다고 하면, 象의 可否 判斷에 있어서 많은 혼란이 일어날 수 있으나, 自然의 調和는 이와같은 弊端을 방지할 수 있도록 自然數와 象이 병행하는 것이다. 그러므로 이것을 象數라 하는 바, 數는 象의 의미를

48) 許浚, 前揭書, P 9.

49) 許浚, 前揭書, P 15.

50) 許浚, 前揭書, P 23.

51) 許浚, 前揭書, P 48.

52) 韓東錫, 前揭書, P 109.

53) 韓東錫, 前揭書, P 134.

47) 許浚, 前揭書, P 9.

밝혀주며, 또 象의 內容을 증명해 주기도 한다”고 하였다.

이러한 이치로 《說文解字》에 “三은 天地人之道야, 二는 地之數야, 一은 惟初太始 道立於一造分天地成萬物”이라 하였다<sup>54</sup>). 《老子 道德經》에서는, “道生一 一生二 二生三 三生萬物.....”라 하여, 道란 物化하기 前의 氣體요, 一은 宇宙에 충만하여 있는 一氣요, 二는 陰陽二氣요, 三은 陰陽二氣에 沖氣를 가한 것이다. 形而上學的 세계에 있던 道, 곧 氣가 一氣가 되어 現象界로 나타낼 때 二氣로 되고, 또 二氣의 화합으로 沖氣가 생긴다. 이것은 곧 陰陽沖의 三氣로 인하여 萬物을 辨證法的으로 生成한다고 본다<sup>55</sup>). 《素問, 三部九候論》에서는 天地의 大數는 一에서 始하여 九에서 終하는데 一은 天, 二는 地, 三은 人이 되며 이로 말미암아 天地人을 三才라 한다<sup>56</sup>). 《天符經》에서는, “一始無始一 析三極 無盡本 天一 地一 人一三.....”라 하여, 하나의 탄생이 無에서 시작하여 三分되어 天地人의 위치를 정하게 되므로 결국 三分節한다는 사실을 알 수 있다<sup>57</sup>).

이로써 三과 天地人 三才의 關係를 說明하여 宇宙萬物을 구성하는 세가지 바탕, 즉 하늘과 땅 그리고 萬物을 대표하여 사람으로서 三才를 삼는다. 이 三才의 道家 지극한 妙用을 갖는다 하여 三極이라고도 일컬으며, 易은 이 三才 즉 三極을 根本原理로 한다<sup>58</sup>). 또 하늘에는 太極이 있고, 땅에도 太極이 있고, 사람에도 太極이 있어 三太極이 된다. 《東醫寶鑑, 神篇, 神爲一身之主》에서 邵子가 이르기를, “神은 心의 통솔을 받고, 氣는 神의 통솔을 받으며, 形은 首의 통솔을 받아서 形氣가 서로 사귀고 神이 그 가운데서 主가 되는 것이니 三才의 道”라고 한다. 이러한 三才설에 의해 精氣神 三要素가 成立하게 된것이다라고 하였다<sup>59</sup>).

精氣神 三寶說은 上·中·下 三丹田과 관련이 있어 《東醫寶鑑, 身形篇》에, “上丹田은 腦에 있어 腦髓가 되고 氣를 저장하는 부위이며, 中丹田은 心臟에 있어 絳宮이 되고 神을 저장하는 부위이며, 下丹田은 臍下三寸에 있어 精을 장하는 부위이다”라고 《仙經》에서 일렀다<sup>60</sup>). 또 三寶說은 등에 있는 三關과 관련이 있어 腦의 뒷부분에 있는 關門을 玉枕關이라고 하고, 夾脊에 있는 關門을 轆轤關이라고 하며, 水火之際에 있는 關門을 尾閭關이라고 하여 대개 精氣가 昇降往來하는 道

路이다<sup>61</sup>). 이 모든 것이 三才說에서 비롯한 天人相應의인 의미로 精氣神을 人體에 각각 다르게 명명된 理論임을 알 수 있다.

### 3) 東醫寶鑑에 나타난 精氣神의 養生觀

《東醫寶鑑, 集例》에 許浚이 이르기를, “《黃庭經》에는 內景之文이 있고 醫書에는 內外境界의 形象之道가 있으니, 道家는 淸淨修養으로써 人體의 根本을 삼고 醫家는 藥餌와 鍼灸로써 治療를 삼으니, 이는 道家에서는 그 精微로움을 얻은 것이요 醫家에서는 그 粗雜함을 얻은 것이다”라고 하였다. 이는 일반적인 醫術을 부수적인 것으로 여겨 淸淨修養을 人體의 根本으로 삼아 道教의 哲學의 眞理를 醫學의 根源으로 인식하였다. 道教의 養生思想을 대폭 수용하면서도 架空의이거나 非現實的이지 아니하고 實際的으로 益壽할 수 있는 養生術로 전환시켰다. 그는 人體의 精氣神이 온전한 狀態에서는 疾病 발생이 있을 수 없다고 생각하였다.

이를 《東醫寶鑑》내에서 자세히 살펴보면, 〈身形篇〉의 〈壽夭之異〉에 “上古之人其知道者, 法於陰陽, 和於術數, 飲食有節, 起居有常, 不妄作勞, 故能形與神俱, 而盡終其天年, 庶百歲乃去.”<sup>62</sup>)라 하였고, 慶搏이 이르기를, “醫員은 神明을 통하고 調和를 권용하여 夭할 사람을 壽하게 하고, 壽할 사람을 神仙으로 만들어 주어야 하는 법이다. 그러니 어찌 醫員의 도를 하루라도 폐할 수 있겠는가?”라고 하였다. 同篇의 〈保養精氣神〉에 臞仙이 이르기를, “氣를 服하는 者는 天百이라도 다 죽지 않는 고로 몸이 하늘에 날고, 곡식을 먹는자는 天百이라도 다 죽으므로 形體가 땅으로 떨어진다”고 하였으며, 〈以道療病〉에 臞仙이 이르기를 “至人은 병들기 전에 다스리고, 庸醫는 병난 뒤에 다스리니, 先者는 마음을 다스리는 법이요, 後者는 藥이나 鍼灸로써 병을 다스리는 법이다. 다스리는

55) 老子道德經, 王弼注, 香港, 상무인서관, 1973, P 41.

56) 成輔社, 前掲書, P 111.

57) 黃武淵, 한의학에 있어서 수리와 음양론의 관계, 경희대학교한의학과대학논문.

58) 金碩鐵, 前掲書, P 47.

59) 許浚, 前掲書, P 48.

60) 許浚, 前掲書, P 9.

61) 許浚, 前掲書, P 9.

62) 許浚, 前掲書, P 8.

54) 殷玉裁, 前掲書, P 9.



법은 두가지가 있으되 병의 根源은 하나이다”라고 하였다<sup>63</sup>). <神篇>의 <五味生神>에서 <內經>에 이르기를, “하늘은 사람에게 五氣를 주고 땅은 사람에게 五味를 먹이는데, 五氣는 코로 들어가서 心과 肺의 위에 棲息하여 五色으로 하여금 修明케 하고, 聲音으로 하여금 舒暢하게 하는 것이며, 五味는 입으로 들어가서 腸胃에 간직하고 五氣를 滋營하므로 氣가 化해져서 津液이 되고, 神이 여기에 자생한다”고 하였다<sup>64</sup>). 결론적으로 許浚은 人體내의 三寶인 精氣神을 가장 중시하고 이를 함양할 것을 강조하였으며 이를 實踐하기 위하여 導引法을 대폭 수용하였다.

### III. 結 論

이 考察의 目的은 東醫寶鑑에 나타난 道教의 精氣神 三寶說을 살펴보는데 있다. 許浚은 道는 그 精微로움을 얻고 醫學은 그 조잡함을 얻는다고 卷頭에 명시하고 三寶說을 기초로하여 심원한 醫學의 本質을 闡明하였다. 그런이유에서 東醫寶鑑은 次序상에 의해 內景篇으로 시작하게 되었다.

1. 人體는 五管, 四肢, 身體 등의 有形的인 外形과 五臟六腑, 精氣神 등의 無形的인 內景으로 나누어 볼수 있다. 이러한 人體의 兩面은 相互補完의 관계에서 보면 一切的인 調和性을 띠고있음을 알 수 있다.

2. 天人相應하여 人體를 小宇宙로 보니 人體를 天地나 一個國家로 비유하게 되어 一氣가 始生할때부터 天地를 法하여서 形體를 이루었으니 이는 靜的인 개념에 의한것이고 天地人, 三才에 의해 人體가 運行하는 原理가 각각 정해져서 활동하게 된다. 이는 精氣神의 三才가 太極으로 작동하는 動的인 개념이다.

3. 精은 人體를 구성하는 物質바탕으로 先後天의 作用이 가능하다. 고로 人體의 構成維持도 가능하지만 다른 個體의 形成도 가능하므로 이는 宇宙가 탄생할때 근본적 物質로도 볼수있어 精과 水와의 관계는 創造論的인 立場에서 類似性을 갖고있다.

4. 氣는 營衛를 運行하고 臟腑를 支持하는 無形的인 物質이다. 氣의 변화가 精이 되고 神이 되니, 단지 發散과 收斂에 의하여 형태만을 달리하는것때문에 人體의 모든 生命활동이 이에 포괄된

다.

5. 神이란 精과 氣를 주재하는 사람의 의식이라고 볼수 있다. 이는 본래 있었던것이 아니라 만물이 순행중에 저절로 발현되는것이다. 寶鑑에서는 道敎的인 立場에서 形而上學的이고 抽象的인 神의 개념을 形而下學的이고 具體的인 개념으로 새로이 전환시켰다

6. 精, 氣, 神은 상호작용에 의해 變化 倏傳化한다. 精神이 肉體를 통해 발현되고 肉體는 精神의 물질적 바탕이 된다. 따라서 精氣가 넘치면 神은 역시 왕성해지고 반대로 精神활동이 미약하면 精氣 역시 미약해지니, 生命이 絶하면 精神은 萬物와 生의 본자리로 歸源하게 된다

7. 道敎思想에 직접 영향받은 許浚은 精氣神 三寶를 온전히 함으로서 生命의 根源을 기른다는 養生論을 많이 포함시켰다. 소극적인 방법으로는 四時에 順應해서 근신하는 법과 적극적인 방법으로 導引, 按摩 등의 인체단련운동을 통하여 스스로 長하는법으로 나누어 설명하고있다.

### 參 考 文 獻

1. 權學澈 : 東醫寶鑑을 통한 許浚의 醫學思想에 관한 考察, 大韓原典醫史學會誌, 1992.
2. 許津 : 許浚의 生涯와 東醫寶鑑에 對한 研究, 慶熙大學校 韓醫科大學, 1986.
3. 蔣沂南 : 精神發現에 對한 考察, 慶熙大學校 韓醫科大學 生理學敎室, 1988.
4. 金廣中 : 內經에 나타난 神의 意味, 慶山大學校 韓醫科大學 生理學敎室, 1994.
5. 金廣中 : 東醫學에 나타난 人體生理現象에 관한 考察, 慶山大學校 韓醫學科, 1983.
6. 洪元植 : 韓醫學에서 보는 精神과 肉體, 大韓原典醫史學會誌 Vol17, 1993.
7. 李秉書 : 韓醫學과 道敎의 關係에 對한 文獻的인 考察, 大田大學校 論文集 韓醫學篇 第一卷 第一號.
8. 李鎮洙 : 東醫寶鑑에 보이는 養生思想, 漢陽大學校 體育學科, 圓光韓醫學 第二卷 第一號.
9. 黃武淵 : 韓醫學에 있어서 數理와 陰陽論의 關係.
10. 尹祥熙 : 五神의 認識 및 內容에 관한 文獻的인 考察, 大田大學校論文集 韓醫學편 第三卷 第二號.
11. 孫思邈 : 備急千金要方, 서울, 大星文化社, 1984.
12. 韓東錫 : 宇宙變化의 原理, 서울, 杏林出版

63) 許浚, 前掲書, P 11.

64) 許浚, 前掲書, P 48.

- 社, 1974.
13. 王弼注：老子道德經, 香港, 商務印書館, 1973.
  14. 王琦의 4人：黃帝內經素問今釋, 서울, 成輔社, 1983.
  15. 金碩鎭：周易講解, 서울, 大有學堂, 1993.
  16. 周易, 서울, 保景文化社, 1984.
  17. 李相殷監修：漢韓大辭典, 서울, 民衆書林, 1985.
  18. 李挺：編註醫學入門, 서울, 大星出版社, 1983.
  19. 蔡禹錫：韓醫學概論, 羅州, 東新大學校 韓醫科大學, 1996.
  20. 全國韓醫科大學 生理學教室 共著：東醫生理學, 慶熙大學校出版局, 1993.
  21. 宋点植編：醫學輯要, 大田, 文耕出版社, 1991.
  22. 金碩鎭：周易과 世界, 東新出版社, 1988.
  23. 吉元昭治著, 도광순譯：佛敎와 不老長壽醫學, 서울, 열린책, 1992.
  24. 許浚：東醫寶鑑, 서울, 大星文化社, 1992.
  25. 許浚：國譯增補 東醫寶鑑, 서울, 南山堂, 1966.
  26. 周楣聲：黃庭經醫疏, 서울, 一中社, 1991.
  27. 段玉裁：說文解字註, 上海, 上海古籍出版社, 1981.
  28. 洪元植：精校黃帝內經素問, 서울, 東洋醫學研究院出版局, 1985.
  29. 洪元植：精校黃帝內經靈樞, 서울, 東洋醫學研究院出版局, 1985.