

동의신경정신과 학회지
J. of Oriental Neuropsychiatry
Vol. 12. No. 1. 2001

五志相勝療法에 관한 臨床事例 研究와 現代의 理解

강형원 · 장현호 · 유영수
원광대학교 한의과대학 신경정신과교실

A review of the Traditional Concept of Psychologic Therapy in Oriental Medicine—specially about Oh-Ji-Sang-Seung(五志相勝療法) Therapy—

Hyung-Won Kang, Hyun-Ho Jang, Yeoung-Su Lyu

Dept. of Neuropsychiatry, College of Oriental Medicine, Wonkwang Univ. Iksan, Korea.

In oriental medicine, from old times, psychological therapy has been regarded as physical therapy that has been inseparable from psychological therapy. The major objects for oriental psychological therapy is human emotions. Human emotions can be put in the seven feelings(七情) that include Joy(喜), Anger(怒), Grief(憂), Anxiety(思), Pity(悲), Fear(恐), Surprise(驚). The seven feelings are connected with human physiology. If each of the seven feelings is excessive, human physiology loses its valance. So the seven feelings are major causes of diseases. The specific character of oriental neuropsychiatry is to make use of the seven feelings in clinical treatment. These oriental neuropsychiatry therapies are performed through consultation with the patient. Of these therapies, Oh-Ji-Sang-Seung(五志相勝療法) is based on the theory of interrelation in five elements(metal, wood, water, fire, and earth) in oriental medicine. Specially the sequential subjugations of the five emotions are applied. The contents of Oh-Ji-Sang-Seung(五志相勝療法) include five subjugations of five emotions. Anxiety subjugates fear(思勝恐), fear subjugates joy(恐勝喜), joy subjugates pity(喜勝悲), pity subjugates anger(悲勝怒) and anger subjugates anxiety(怒勝思).

The psychological therapy of Oh-Ji-Sang-Seung(五志相勝療法) can be applied in all areas of neuropsychiatry. These days, many mental diseases such as Panic Disorder, Depression Somatoform disorders, and negative symptoms of Schizophrenia have been improved by Oh-Ji-Sang-Seung(五志相勝療法) therapy.

Here, we present the treatment cases applied Oh-Ji-Sang-Seung(五志相勝療法) therapy in oriental medicine quoted from old oriental books and the latest treatment cases. Moreover, we hope that many oriental therapist will treat many different patients with mental disorders by Oh-Ji-Sang-Seung(五志相勝療法) therapy.

Key words: The seven feelings, The five elements, Panic disorder, Psychological therapy, Oh-Ji-Sang-Seung(五志相勝療法) therapy

교신저자: 강형원, 경기도 군포시 산본동 1126-1
원광대학교 부속 군포한방병원 신경정신과
(Tel. 031-390-2762, Fax. 031-390-2584,
e-mail: faithkhw@unitel.co.kr)

I. 緒 論

韓醫學에서는 情志 즉 感情의 變化를 疾病을

일으키는 중요한 原因으로 인식하고, 이런 경우에는 藥보다는 정신적인 치료를 중시하여 정신요법을 행한 臨床例가 多數 기록되어 있다. 이는 정신과 육체를 분리하지 않는 心身一原論과 內因의 七情傷을 매우 중요시하는 三因論的 病因論이 실제 임상 치료에 있어서도 그대로 적용된 것이다¹⁾.

韓醫學에서 精神療法는 여러방법이 있는데, 발병 전에 병을 미리 예방하는 것을 以道療法, 마음을 수양하는 虛心合道, 대화 등을 통해 환자의 기분을 전환시켜주는 移情變氣療法, 五行의 相生相克理論을 心理治療에 응용하는 五志相勝療法, 약한 자극부터 시작하여 점차 강한 자극을 주어 이들 자극에 익숙해지게 하여 증상을 치료하는 驚者平之療法, 환자에 대한 암시를 통해 병을 치료하는 誑治療法, 상대에 대한 보증, 설득 등으로 자신을 되찾도록 용기를 주는 至言高論療法, 그리고 오늘날의 氣功治療와 유사한 導引療法과 丹田呼吸法이 그것이다²⁾.

五志는³⁾ 喜·怒·思·憂·恐 五種情志의 變動과 五臟機能의 有關性을 말하는 것으로 『素問·陰陽應象大論』⁴⁾에 “心志는 喜, 肝志는 怒, 脾志는 思, 肺志는 憂, 腎志는 恐”이라고 하였으며, 또한 “悲勝怒, 恐勝喜, 怒勝思, 喜勝憂, 思勝恐”라 하여 五行 相克理論을 利用하여 感情의 太過不及으로 인한 情志病을 治療하도록 記載되어 있다.

즉, 五志相勝療法이란 인체는 외계환경이나 정서적인 자극을 받으면 人體 五臟神의 機器가 逆亂해져 喜·怒·思·憂·悲·恐·驚의 情緒的인 病變이 생기게 되는데, 이를 五臟神의 生, 克, 乘, 侮 理論을 心理治療에 理容하는 方法이다⁵⁾.

五志相勝療法에 대한 內經 以後의 기록으로는

『類經·論治類』⁶⁾과 『景岳全書·傳忠錄』⁷⁾에서 張景岳이 구체적으로 설명한 바 있고, 『丹溪心法』⁸⁾과 『儒門事親』⁹⁾에 여러 精神療法과 더불어 五志相勝療法에 대한 비교적 상세한 臨床例가 多數 記載되어 있다.

이외에도 『呂氏春秋·至忠編』¹⁰⁾에 보면 宋代 文摯는 激怒시키는 방법으로 齊나라 閔王의 병을 치료하였다는 기록이 있는데 이는 怒가 思를 물리친다는 木克土, 즉 五行의 相克의 理論을 心理治法에 應用한 五志相勝療法의 전형적인 범례이다.

이에 저자는 韓醫學의 歷代文獻에 기록된 醫案을 중심으로 韓方 精神療法의 寶庫를 發掘하고 五志相勝療法에 대한 활용방안과 구체적인 治法原理 그리고 현대적 의미를 살펴보고 다음과 같은 知見을 얻었기에 이에 보고하는 바이다.

II. 本論 및 考察

1. 歷代文獻에 나타난 五志相勝療法

韓醫學에서는 일찍이 內經時代부터에서부터 心因性疾患을 인정하고 『素問·陰陽應象大論』⁴⁾에 “肝在志爲怒 怒傷肝 悲勝怒(金克木); 心在志爲喜 喜傷心 恐勝喜(水克火); 脾在志爲思 思傷脾 怒勝思(木克土); 肺在志爲憂 憂傷肺 喜勝憂(火克金); 腎在志爲恐 恐傷腎 思勝恐(土克水)”라 하여 五志는 心志의 喜, 肝志의 怒, 脾志의 思, 肺志의 憂, 腎志의 恐이라 하였고, 이러한 感情의 太過로 인한 不調和는 五行 相克理論을 利用하여 治療하도록 記載되어 있다.

七情이란¹¹⁾ 喜·怒·憂·思·悲·恐·驚의 7種

1) 김지혁, 황의완. 동의정신의학. 서울:현대의학서적사. 1992:157, 783-791.
 2) 이승기. 인지치료와 한방정신요법. 서울:동의신경정신과학회지. 2000;11(2):169-175.
 3) 漢醫學大辭典編纂委員會 編譯. 漢醫學大辭典[基礎理論編]. 서울:東洋醫學研究院 出版部. 1989:240.
 4) 楊維傑 編. 黃帝內經譯解(素問). 서울:成輔社. 1980: 50-52.
 5) 譚開清 編著. 七情病辨治. 北京:中國醫藥科技出版社. 1998:151-157.

6) 張介賓. 類經 上. 서울:大星文化社. 1982:247.
 7) 張介賓 編著. 景岳全書 上. 서울:대성문화사. 1988:11, 708, 709.
 8) 朱震亨. 丹溪心法附餘. 서울:대성문화사. 1982:516-526.
 9) 張子和 編著. 儒門事親 卷七 內經編 因憂結塊 一百; 驚一百三; 卷三 九氣感疾更相爲治衍 二十六. 台北:旋風出版社. 中華民國67年.
 10) 呂不韋. 呂氏春秋. 서울:민음사. 1993:240, 241.
 11) 漢醫學大辭典編纂委員會 編譯. 漢醫學大辭典[基礎理

感情을 말하는 것으로, 이는 인간의 精神意識의 外界事物에 대한 반응이다. 그러나 이러한 意識活動이 지나치게 強烈·長久하거나 또는 調和를 잃으면 病因이 질병이 발생하게 되는 데 이를 七情傷 혹은 情志傷 이라 한다. 『素問·舉痛論』¹²⁾에 “怒則氣上, 喜則氣緩, 悲則氣消, 恐則氣下, …… 驚則氣亂, …… 思則氣結” 이라 하여 感情의 變化가 곧 氣의 변화임을 설명하였다.

五行學說¹³⁾은 고대 자연철학의 하나인데, 醫學에서는 五行을 五臟에 배속하여 肝木, 心火, 脾土, 肺金, 腎水라 하였다. 醫學上 五行學說의 基本內容은 크게 두가지로 보면, 첫째는 五臟으로 중심적 기초를 삼고 그 위에 經絡으로 全身을 연계시킴으로써 人體의 整體性을 설명하고 아울러 자연현상의 관찰과 醫學實踐을 五方·四時 등과 연계시켜 인간과 자연계의 통일성을 설명하는 것으로 『素問·陰陽應象大論』⁴⁾에 “在天爲風, 在地爲木, 在體爲筋, 在臟爲肝, 在色爲蒼, …… 在變動爲握, 在竅爲目, 在味爲酸, 在志爲怒”라 함과 같다. 두번째는 『素問·五運行大論』¹⁴⁾에 “氣有餘, 則制己所勝, 而侮所不勝, 其不及, 則己所不勝, 侮而乘之, 己所勝, 輕而侮之”라 하여 五行의 相生, 相克과 相侮, 相乘의 이론으로써 五臟의 相互依存, 相互制約의 關係를 闡述하여 陰陽學說과 일치시킴으로써 질병을 예방하고 치료할 수 있는 道理由 인식되는 것을 말한다.

韓醫學 최고의 고전인 黃帝內經의 『素問·陰陽應象大論』⁴⁾에서 五志相勝療法에 대해 처음으로 기록된 이래 朱丹溪는 『丹溪心法』⁷⁾에서 “五志之火 因七情而起 鬱而成痰 故爲癩癘狂妄之證 宜人事制之 非藥石所能療也 須診察 其由以平之”라 하여 五志之火가 極하면, 즉 精神의인 偏盛이나 葛藤이 甚하면 그것이 胸中에 鬱積되어 痰을 造成시켜 모든 精神科疾患을 誘發시키는데, 이는 藥

만으로 치료할 수 있는 것이 아니고, 인간적인 對話를 통하여 정신적인 葛藤이 오게 된 緣由를 잘 살펴 그것을 풀어 줄 수 있는 精神療法이 필요할 것이라고 하고¹⁾, 五志의 相生相克關係를 다음과 같이 例示하고 있다. “怒傷肝者 以悲勝之(金克木) 以恐解之(水生木); 喜傷心者 以恐勝之(水克火) 以怒解之(木生火); 思傷脾者 以怒勝之(木克土) 以喜解之(火生土); 憂傷肺者 以喜勝之(火克金) 以思解之(木生金); 恐傷腎者 以思勝之(土克水) 以憂解之(金生水); 驚傷膽者 以悲勝之(金克木) 以恐解之(水生木); 悲傷心包者 以恐勝之(水克火) 以怒解之(木生火)”라 하였다.

또한 張子和의 『儒門事親』¹⁵⁾에서는 五志相勝治療의 精神治療에 있어 의사가 환자에게 말하는 원리를 다음과 같이 제시하고 있는데, “悲可以治怒 以愴惻苦楚之言感之; 喜可以治悲 以諠浪藝狎之言娛之; 恐可以治喜 以迫懼死亡之言怖之; 怒可以治思 以汚辱欺罔之言觸之; 思可以治恐 以慮彼志此之言奪之. 凡此五者 必詭詐譎怪 無所不至 然後可以動人耳目 易人所視.”라 하였다.

張은 『類經·論治類』⁵⁾에서 “此因其情志之勝, 而更求其勝以制之之法也”라 하였고 『景岳全書·傳忠錄』⁶⁾에서는 “七情內傷 過於喜者 傷心而氣散 心氣散者 收之養之; 過於怒者 傷肝而氣逆 肝氣逆者 平之抑之; 過於思者 傷脾而氣結 脾氣結者 溫之豁之; 過於憂者 傷肺而氣沈 肺氣沈者 舒之舉之; 過於恐者 傷腎而氣怯 腎氣怯者 安之壯之.”라 하여 더 구체적으로 治法에 대해 설명하였다.

이와 같은 五志相勝의 原理를 응용하여 移情變氣法등의 韓方 精神療法을 驅使하므로써 心因性疾患을 치료한 治驗例가 많은 醫書에 전해지고 있으나 특히 『儒門事親』·『丹溪心法』·『醫學入門』 등에서 상세한 기록을 볼 수 있다¹⁾. 이에 위에서 나타난 五志相勝療法의 구체적인 治法原理와 여러 歷代文獻에 나타난 各各의 臨床事例를 중심으로 五志相勝療法에 대한 活用방안과 現代적 의미를 살펴보았다.

論編]. 서울:東洋 醫學研究院 出版部. 1989:350.

12) 楊維傑 編. 黃帝內經譯解(素問). 서울:成輔社.1980: 255-306.

13) 漢醫學大辭典編纂委員會 編譯. 漢醫學大辭典[基礎理論編]. 서울:東洋 醫學研究院 出版部. 1989:241.

14) 楊維傑 編. 黃帝內經譯解(素問). 서울:成輔社.1980: 500-512.

15) 張子和 編著. 儒門事親 卷三 九氣感疾更相爲治衍 二十六. 台北: 旋風出版社. 中華民國67年:21.

2. 五志相勝療法の 治法原理⁵⁾

1) 怒傷病 治法

怒傷病에도 虛實로 나누어 治療해야 한다. 만약 怒郁氣結 氣郁不散하면 『素問·陰陽應象大論』⁴⁾에 “怒傷肝 悲勝怒(金克木)”의 治法을 사용해야 하는데, 이는 『儒門事親』¹⁵⁾에서 “悲可以治怒 以愴惻苦楚之言感之”라 함과 같이 슬퍼하고 측은히 여기는 마음으로 노한 감정을 치료하는 것으로 悲則氣消하여 郁結之氣를 消散하는 것이다. 만약 怒郁太過하여 肝精氣受傷하면 “虛則補氣母”法에 따라 以恐滋養肝木한다. 만약 怒郁太過하여 肝氣不足하면 역시 “子能令母實”법의 원칙에 따라 從喜法助肝氣한다. 『景岳全書·傳忠錄』⁶⁾에 말한 “過于怒者 傷肝而氣逆 肝氣逆者 平之抑之”라고 한 것과 같다.

2) 喜傷病 治法

喜傷病에도 虛實로 나누어 治療해야 한다. 만약 喜氣過盛하면 먼저 『素問·陰陽應象大論』⁴⁾에 말한 바와 같이 “喜傷心 恐勝喜(水克火)”의 治法을 사용해야 하는데, 이는 『儒門事親』¹⁵⁾에서 “恐可以治喜 以迫懼死亡之言怖之”라 함과 같이 극심한 두려움으로 喜病을 치료하는 것으로 恐則氣陷하여 精不并而喜愈한 것이다. 그리고 만약 喜傷過度하여 心氣가 不足하면 “虛則補氣母”의 原則에 따라 木生火하는 以怒助心氣한다. 그리고 만약 喜傷過度로 心氣가 弛緩不斂하면 “子能令母實”의 原則에 따라 以思則氣結함으로 耗散된 心氣를 收斂해야 하는데, 이는 『景岳全書·傳忠錄』⁶⁾에서 말한 “過于喜傷心而氣散 心氣散者 收之養之”라고 한 것과 같다.

3) 思傷病 治法

思傷病에도 虛實로 나누어 治療해야 한다. 만약 思郁過盛하여 氣結不散하면 『素問·陰陽應象大論』⁴⁾에 말한 바와 같이 “思傷脾 怒勝思(木克土)”의 治法을 사용해야 하는데, 이는 『儒門事親』¹⁵⁾에서 “怒可以治思 以汚辱欺罔之言觸之”라 함과 같이 욕되고 분하게 하는 감정으로 思病을 치료

할 수 있는데, 이는 怒則肝木疏達하여 思郁之結을 疏散하는 것이다. 만약 思傷太過하여 脾氣不足하면 補火生土法에 따라 以喜助脾氣한다. 또 만약 思慮太過 脾氣耗散하면 憂則氣聚法을 使用하여 以憂助思傷之脾氣한다.

4) 憂傷病 治法

憂傷病 또한 虛實로 나누어 治療해야 한다. 만약 憂鬱不解하여 肺氣가 閉塞되면 『素問·陰陽應象大論』⁴⁾에 말한 바와 같이 “憂傷肺 喜勝憂(火克金)”의 治法을 사용해야 하는데, 喜하게 되면 氣和되고 志達하게 되며 營衛가 通利되고 閉塞되었던 氣가 펼쳐진다. 만약 憂傷이 太過하게 되면 肺氣가 먼저 손상을 받으니 “虛則補其母”법의 원칙에 따라 思法助肺氣하게 되니 “培土生金法”이다. 만약 憂傷이 太過하여 憂傷氣耗하게 되어 肺氣가 不行하게 되면 역시 “子能令母實”법의 원칙에 따라 以恐法助肺氣한다. 『景岳全書·傳忠錄』⁶⁾에 말한 “過于憂者 傷肺而氣沈 肺氣沈者 舒之逢之”라는 것과 같다.

5) 悲傷病 治法

悲傷病의 治法은 다음과 같다. 만약 悲鬱이 不解하면 肺氣가 鬱結되니 가히 『素問·陰陽應象大論』⁴⁾에서 말한 “悲傷肺 喜勝悲(火克金)”의 治法을 사용한다. 이는 『儒門事親』¹⁵⁾에서 “喜可以治悲 以諠浪藝狎之言娛之”라 함과 같이 웃고 즐거운 일이 우울한 비애감을 치료하는 것으로 喜하면 氣和되고 志達되니 以暢達悲鬱之熱한 것이다. 만약 悲鬱이 傷氣하여 肺氣가 耗散되면 가히 “虛則補其母”法을 이용하여 “思則氣結”로 耗散之氣를 收調할 수 있다. 만약 悲鬱이 太過하여 肺氣가 부족해지면 역시 “子能令母實”法의 원칙에 따라 恐法으로 悲傷之氣를 調補한다.

6) 恐傷病 治法

恐傷病의 治法은 다음과 같다. 만약 恐傷이 不解하여 腎氣가 손상을 당하면 가히 『素問·陰陽應象大論』⁴⁾에 말한 바와 같이 “恐傷腎 思勝恐(土克水)”의 治法을 사용한다. 이는 『儒門事親』¹⁵⁾에

서 “思可以治恐 以慮彼志此之言奪之”라 함과 같이 사려깊은 생각이 두려움을 치료하는 것으로 생각하면 氣結하니 下陷之氣를 收斂하게 되는 것이다. 만약 恐이 腎氣를 손상시키면 腎氣가 부족해 지니 “虛則補其母”法에 따라 以憂補腎法으로 治恐한다. 만약 恐傷腎하여 腎氣가 損傷당하면 역시 “子能令母實”法의 원칙에 따라 怒法으로 치료한다. 怒하면 氣가 上逆되어 助母氣하게 되니 이는 『景岳全書·傳忠錄』⁶⁾에서 말한 “過于恐者傷腎而氣怯 腎氣怯者 按之助之”라는 것과 같다.

7) 驚傷病 治法

驚傷病의 治法은 다음과 같다. 만약 猝然히 驚嚇하여 驚恐이 不解하면 서로 均일하게 사용하는 것을 常法으로 하는 治療을 이용한다. 만약 膽氣 亂하여 驚駭不止하게 되면 가히 “驚者平之”의 治法을 이용할 수 있다. 肝膽은 서로 表裏이기 때문에 怒法으로써 驚證을 치료한다. 만약 驚傷膽하여 膽氣不足하게 되면 恐法을 이용하여 치료한다. 즉 “補腎正補膽也”의 뜻과 부합된다. 만약 驚駭不解하여 膽氣不足하게 되면 喜法으로 助膽氣한다.

3. 五志相勝療法의 歷代 主要 臨床事例 研究¹⁶⁾

1) 思勝恐

(1) “驚” 『儒門事親·驚一百三』¹⁷⁾

【原文】 衛德新之妻，旅中宿于樓上，夜值盜劫人燒舍，驚墮牀¹⁸⁾下。自後每聞有響 則驚倒不知人，家人輩躡¹⁹⁾足而行，莫敢冒觸有聲，歲餘不痊。諸醫作心病治之，人蔘珍珠及定志丸皆無效。戴人見而斷之曰，“驚者爲陽，從外入也，恐者爲陰，從內出。驚者，爲自不知故也，恐者，自知也。足少陽膽經屬肝木，膽者，敢也，驚怕則膽傷矣。”乃命二侍女執其兩手，按高椅之上，當面前下置一小几²⁰⁾。戴人曰，

“娘子 當視此。”一木猛擊之，其婦大驚。戴人曰，“我以木擊几，何以驚乎。”伺少定 擊之，驚也緩。又斯須 連擊三，五次。又以杖擊門，又暗遣人畫背後之窗。徐徐驚而笑曰“是何治法？”戴人曰，“『內經』云，‘驚者平之’，平者常也，平常見之，必無驚。”是夜使人擊其門窗 自夕達曙。夫驚者神上越也，從下擊幾。使之下視，所以收神也。一二日，雖聞雷亦不驚。德新素不喜戴人。至是終身厭²¹⁾服。如有人言戴人不知醫者，執戈以逐之。

【解說】 衛德新의 아내가 旅行中에 樓위에 묵었는데 밤에 도둑의 劫辱을 당하고 놀라서 침상 아래로 떨어졌다. 그 후 매번 소리를 들으면 놀라서 넘어져 사람을 알아보지 못하였다. 집안 사람들이 살금살금 걸고 감히 부딪혀 소리가 나게 하지 못하고 세월이 지나도 낫지 않았다. 모든 의사가 心病으로 알고 人蔘, 珍珠, 및 定志丸으로 치료하였으나 모두 효과가 없었다. 載人(張子和의 號)이 보고서 단정하여 말하길 “驚이란 陽으로 從外入하는 것이며, 恐이란 從內出하는 것이고, 驚은 스스로 알지 못하고 恐은 스스로 아는 것이다. 이는 足少陽膽經으로서 肝木에 屬하고 膽이란 勇敢한 것인데 驚怕하면 膽이 傷하는 것이다.”라고 하면서, 婦人으로 하여금 두 손으로 의자를 잡고 구부리게 한 뒤 그 앞에 柈을 가져다 놓고 막대기로 큰 소리가 나도록 치며 載人이 말하길 “낭자! 이를 잘 보시오.”하고 나무 하나로 힘껏 내리 치니 그가 크게 놀랐다. 載人이 말하기를 “나는 나무로 茶機를 친 것인데 왜 놀라는가?”하고 약간 진정되기를 기다려 이를 또 때리니 놀란 것이 완화되었다. 또 연달아서 3-5차례 막대기로 문을 치는 것을 반복하니 서서히 놀란 것이 웃음으로 변했다. 衛德新이 말하기를 “이렇게 한 것은 어떻게 치료한 것이요.”하니, 그가 말하기를 “內經에 말하기를 놀란 것을 平하게 해 주는 것이니 平이란 日常의인 것이다. 무엇이든 平常의으로 보면 아무것도 놀랄 것이 없다.”라고 하였다. 이것은 밤에 사람을 시켜서 창과 문을

16) 王米渠 編著. 中醫心理治療. 成都:重傾出版社.1986: 51-67.

17) 張子和 編著. 儒門事親 卷七 內經編 驚一百三. 台北:旋風出版社. 中華民國67年:11, 12.

18) 牀(평상 상)

19) 躡(밟을 섭)

20) 几(안석 궤, 明器의 한가지)

21) 厭(죽하다, 가득차다 염, 心服)

저녁부터 아침까지 두드리라고 한 것이다. 무릇
驚은 神氣가 위로 넘쳐 날치는 것인데 꺾을 아
래로 내려다보게 함으로써 그 神氣를 收斂하는
것이다. 하루 이틀 지나서는 비록 천둥소리를 들
어도 놀라지 않았다. 본래 衛德新이 평소에 載人
을 좋아하지 않았으나 이때부터 중신토록 마음속
으로 따르게 되었다. 만약 그에 대해 醫學을 모
르는 자라고 하는 사람이 있으면 창을 들고 내던
질 정도였다.

[考察] 張子和(대략 1156~1128)는 金代의 著名
한 醫學家로 金元四大家의 一人이며, 本名은
張從正이고 自號는 戴人이다. 代表的인 著書로
『儒門事親』 40卷이 있으며 心理療法의 大夫로 알
려져있다. 張子和가 실시한 위의 心理治療 수
준은 매우 높이가 평가할 만하다. 단계적으로 잘
정돈되어 있고 꼭 필요한 것을 간단한 방법으로 실
행했을 뿐 아니라 점점 깊게 한 걸음씩 접근해
효과가 매우 뛰어나게 했다. “驚則氣亂 恐則氣下”
라 했으니, 張子和가 나무를 부딪히는 것을 이용
하고 더불어 부인으로 하여금 아래로 내려가 보
도록 한 방법은 부인으로 하여금 놀라고 두려운
것으로 인해서 생긴 것을 명백하게 알도록 한 것
이니 浮越하는 神氣를 收攝하도록 하기 위한 목
적이다. 思는 脾土에 屬하고 五行學說에서는 恐
은 腎水에 屬한다. 脾는 腎水를 制約할 수 있으
므로 思는 恐을 이길 수 있다. 이는 즉 五志相勝
療法을 이용한 一例이다.

이 病案은 현대 서양의학에서 J. Wolpe가 처음
시작한 系統脫敏(Systematic desensitization) 療法
과 비슷하다. 먼저 놀라고 두려운 것이 생기게
한 원인을 찾아내고 다른 무서워한 사물에 충분
히 갑자기 노출시키는 것을 통과하여 그 소리를
들음으로써 무섭고 두려워하는(過敏) 심리를 벗
어나게(脫) 하고 점차로 그 반응을 느슨하게 하
여 최후에는 완전히 무섭고 두려운 것을 억제하
는 치료방법이다. 金代 張子和의 『儒門事親』(成書
于公元1228년)과 J. Wolpe의 1958년의 相互抑制
心理療法을 비교해 볼 때 730년의 차이가 난다.
이것은 韓方 精神療法이 훨씬 앞서서 시행되었음

을 의미하고 오늘날 실제 임상에서 恐傷病의 代
表的인 疾患인 恐慌障礙(Panic disorders)에 효과
적으로 응용할 수 있는 정신요법 중의 하나라고
생각된다.

(2) 參禪消恐 『續名醫類案·驚悸』²²⁾

[原文] 盧不遠²³⁾治沈君魚, 終日畏死, 龜卜巫數
無不叩, 名醫之門無不造. 一日就診, 盧爲之立方用
藥, 導諭千萬言, 略覺釋然. 次日侵晨又就診, 以卜
當十日死, 盧留宿齋中, 大狀其膽, 指菁山叩問谷禪
師授參究法. 參百日, 念頭始定而全安矣. 戊午過東
濠吳對亭大參山房, 言及先時恐懼狀, 蓋君魚善慮,
慮出于肝, 非思之比. 思則志氣擬定, 而慮則運動展
轉, 久之傷肝. 肝血不足, 則善恐矣. 情志何物, 非
世間草木 所能變易其性, 惟參禪一着, 內忘思慮,
外息境緣, 研究性命之原, 不爲生死所惑, 是君魚對
證之大藥也. 君魚病良已, 能了知此藥物否.

[解說] 盧不遠은 沈君魚를 치료함이라. 沈君魚
는 중일 죽음을 두려워하여 점을 치고 명의라는
명의는 모두 찾아 불렀다. 하루는 盧不遠이 진찰
를 하였다. 盧不遠은 이를 위하여 방법을 찾고
약을 사용하고 천가지 만가지 말로서 대략 깨달
게 함이라. 그러나 다음날 새벽에 또 나아가 진
찰하니 십 일후에 죽는다고 점치니 盧不遠이
엄숙한 가운데 유숙하며 담력을 크게하라 하고
菁山の 谷禪師를 찾아가 參究法(일종의 내공수련
법)를 지도받도록 소개하였다. 沈君魚는 마음을
비로서 정하고 백일을 참선하니 온전이 평안해
지니라. 戊午時(3-5시)에 이르러서 東濠吳를 만나
大參山房에 머무르면서 전에 두려워하던 것을
(東濠吳에게) 말함이라. 대체로 沈君魚는 근심격
정이 많았다. 慮는 肝에서 나오고 思는 견줄바
가 못된다 하니라. 思가 志氣가 응집되어 정해진
것이나 慮(근심 걱정 두려움)는 불안해 안절부절
하게 정해진 것이다. 이것이(慮가) 오래되면 肝이
傷하고 肝血이 不足하여 쉽게 두려워하게 되니

22) 清·魏之琇 編著. 續名醫類案 下冊·驚悸. 台北:宏
業書局有限公司. 中華民國68年:520, 521.
23) 盧不遠(明代의 醫生 盧復의 字)

라. 情志는 어떤 것인가? 이는 세상에 草木(넓게 약물을 지칭)이 아니며 이른바 쉽게 성질을 바꿀 수 있는 것이 아니라. 오직 參禪하여 한번 깨달으면 안으로는 思慮가 없어지고 밖으로는 境緣을 호흡하니 생명의 근원을 연구하여 生死의 의혹됨이 없으면 이는 沈君魚의 증상에 확실한 약이다. 沈君魚는 병이 좋아 지나라. 나은 것은 능히 약물이 아니었음을 알아라.

[考察] 『續名醫類案』(刊行于1886年)은 清代의 醫家 魏之琇(1722~1772年)의 著書로 魏之琇는 代代로 醫業에 종사하여 경험과 자료가 풍부하였으며, 明代 江瓘의 『名醫類案』을 繼承하여 후에 大量的 歷代醫家の 醫案을 수집 집대성하여 완성하였다. 그 중 心理治療醫案은 22例가 있는데 本案은 怒不遠이 沈君魚의 恐死病을 치료한 기록이다. 盧不遠은 明代의 醫生 盧復의 字로 의학에 정통하고 佛敎學에도 兼通하여 그의 醫學上에는 佛敎思想의 影響을 상당히 反映하였다. 여기서도 불교 심리학에 대한 언급이 있는데 소위 삼단계의 심리치료법을 소개하였다. 우선 “導諭方言”, 즉 많은 효과적인 말로 깨우치고 인도하는 방법으로 그 이치를 밝힘으로써 바로 치료효과를 볼 수 있고, 그 다음은 病人으로 하여금 그 집에 머무르게 하여 왕성한 腦力을 기르게 하고 접객상 장차 죽을 것이라는 등의 허무한 말을 타파하고 아울러 두려움의 심리기전을 깨달아 사실분석에 근거를 두어 스스로 알게 하는 것이다. 최종적으로는 宗教에 依支해 佛敎의 生死觀을 紹介하여 두려운 마음을 없애면 병이 낫는다는 것이다. 이는 “恐則氣下 氣下而散歸腎水; 思則氣結, 氣聚而定屬脾土”함으로 五行相克의 理論中 土克水의 “思勝恐”法을 이용한 것이다. 本案의 心理治療는 現代精神醫學의 支持療法과 類似하다.

2) 恐勝喜

(1) 以恐治喜 『儒門事親·九氣感疾更相爲治術』²⁴⁾

[原文] 又聞 莊先生者 治以喜樂之極而病者. 莊

切其脈 爲之失聲²⁵⁾佯曰 “吾取藥去.” 數日更不來. 病者悲泣 辭其親友曰 “吾不久矣.” 莊知其將愈 慰之. 詰其故 莊引素問曰 “懼勝喜樂.” 此二人²⁶⁾可謂得玄關者也. 然華元化以怒郡守而幾見殺 文摯⁸⁾以怒 齊王而竟殺之 千萬人中. 僅得一 兩人. 而反招暴禍 若乃醫. 本至精至微之術. 不能自保. 果賤技也哉. 悲夫.

[解說] 또 듣기를 莊先生은 喜樂이 지나쳐서 병이 된 사람을 치료하였다. 莊先生이 脈을 보고 병이 重한 것처럼 놀라는 표정을 짓고 말하길 “내가 약을 구하러 갔다 오겠소.” 하고 수일이 지나도 오지 아니하니 病者가 친구에게 고별하듯 말하길 “나는 죽을 날이 멀지 않았네.” 하였다. 莊先生이 그것을 알고 장차 나올 것이라고 위로 하였다. 그 연고를 추문하듯 물으니 莊先生이 素問을 인용해 말하길 “懼勝喜樂이라고 했소.” 라고 말했다. 楊·莊先生 두사람은 이런 이론의 근본 원칙을 확실히 파악하였다. 그렇지만 華佗의 激怒法으로 郡守의 疾病을 치료하고 자기는 죽게된 경우도 있다. 文摯가 怒하게 하는 법을 써서 齊王의 병을 고쳤지만 그만 죽고 말았으니 천만인 중에 겨우 하나 둘을 얻고 도리어 화를 초래한 것이다. 의료는 매우 정밀하고 세밀한 기술이나 만일 자기 자신을 보호하지 못하면 오히려 천박한 기술일 뿐이다. 애석하다.

[考察] 張子和는 傑出한 心理治療의 大夫로 그 기초들은 선인들의 경험을 계승 발전시킴으로써 가능했다. 本案은 張氏가 收集한 五志相勝療法中の 1例로 莊先生이 喜樂이 지나쳐서 病이 된 사람을 치료한 例를 기술하였다. 『素問·陰陽應相大論』⁴⁾에서 말한 “恐勝喜”의 방법을 응용한 것인데 약을 구하러 간다고 속이고 돌아오지 않아 환자가 극도로 두려워하게 하고, 환자가 “약이 없으므로 치료될 수 없구나.” 하고 절망하여 悲泣하므로서 喜樂을 抑制시키도록 하는 방법이다. 즉 心の 志는 喜이고 腎의 志는 恐으로, 腎이 心を

24) 張子和 編著. 儒門事親 卷三 九氣感疾更相爲治術 二十六. 台北:旋風出版社. 中華民國67年:11, 12.

25) 失聲(驚訝狀)

26) 二人(楊, 莊 二先生을 指稱)

克하는 水克火의 원리를 治療에 應用한 것이다.

(2) 十年笑病 『續名醫類案·哭笑』²⁷⁾

【原文】先達²⁸⁾李其性，歸德府鹿邑人也。世爲農家，癸卯獲僑²⁹⁾於鄉，伊父以喜故，失聲大笑。及春舉進士，其笑彌甚。歷十年擢³⁰⁾諫垣，遂成痼疾。初由間發，後宵旦不能休。大諫甚擾之，從容與太醫某相商，因得所授。命家人給乃父云，“大諫已歿。”乃父慟絕幾殞。如是者十日，病漸瘳³¹⁾。佯而爲郵語云，“趙大夫治大諫，絕而復甦。”李因不悲。而症永不作矣。蓋醫者意也，喜則傷心，濟以悲而乃和。技進乎道矣。

【解說】 선배인 李其性は 歸德府鹿邑 사람인데 代를 이어 農家출신이었는데 癸卯년에 고향에서 출세한 출중한 인물이었다. 李氏의 父가 기뻐하여 실성할 정도로 大笑하였다. 봄이 되어 進士로 승진하니 그 웃음이 더욱 심해졌다. 십년이 지나 諫垣(간원)에 더욱 승진하자 마침내 痼疾病이 되었다. 처음에는 간간히 발생하였으나 후에는 밤과 새벽으로 쉬지 않았다. 大諫이 심히 걱정을 하여 太醫를 불러와 방책을 얻고자 하였으니 집사람들에게 아버지한테 “大諫이 사망했다.”라고 전하라 했다. 그랬더니 아버지는 서러워서 몇번씩 기절하였다. 이러한 것이 십일 정도 지난 후에 병이 점점 나아졌고 나중에 속이면서 郵가 말하기를 “趙大夫가 大諫을 치료하여 다시 소생하였다.”라고 말하였다. 李는 더 이상 슬프지 않았고 병이 다시 발병하지 않았다. 대개 醫라는 것은 意이니 즐거움으로 心을 상하면 슬픔으로 억제하여 조화를 이루니 이 道에 地支하는 것이다.

【考察】 本案『續名醫類案·哭笑』篇에 수집된 邱汝誠의 醫案이다. 환자는 父들의 승승장구 성공으로 인하여 喜氣가 太盛하여 笑病에 이르러 頑

固한 疾患으로 자리를 잡을 정도로 심한 경우에 아들이 죽었다는 충격적인 소식을 듣고 처음에는 놀라 몇 번씩 기절하여 본인의 웃음은 그치게 되었다. 그러나 아들을 잃은 슬픔으로 우울해 있자 아들이 다시 살았다고 말함으로써 정상으로 치료한 치험례이다. 前者는 恐勝喜의 原理를 응용한 것이고 後者는 갑자기 변한 감정의 기복을 재차 喜勝悲의 原理를 兼하여 應用한 것이다. 本案에서 보듯이 한 환자에게서 나타나는 복잡한 감정의 문제를 적절한 五志相勝療法을 시행함에 있어서는 숙련된 醫者의 많은 주의와 계획이 要求되기도 한다.

3) 喜勝悲

(1) 因憂結塊 『儒門事親·因憂結塊一百』³²⁾

【原文】息城司侯。聞父死于賊。乃大悲哭之罷。便覺心痛。日增不已。月餘成塊。狀若覆杯。大痛不住。藥皆無功。議用燒針灸艾。病人惡之。乃求於戴人。戴人至。適巫者在其傍。乃學巫者。雜以狂言。以謔³³⁾病者。至是大笑。不忍。同面向壁。一二日。心下結塊皆散。戴人曰。內經言憂則氣結。喜則百脈舒和。又云喜勝悲。內經自有此法治之。

【解說】 한 사람이 부친이 賊에게 죽었다는 말을 듣고 크게 悲哭하더니 드디어 心痛을 느끼면서 한달여가 지나니 塊가 생겨 술잔을 덮어 놓은 것과 같았고 疼痛을 견디지 못하였다. 이에 張은 무당으로 하여금 환자가 웃음을 참지 못하도록 만들어 心中에 맺혔던 塊가 흩어지게 만들었다. 張이 말하기를 “憂하면 氣結하고 喜하면 百脈이 舒和하며 또 喜勝悲라는 것이 內經에도 있는 것이다.”라고 하였다. 즉 이는 五行相克 원리 중 火克金의 理致를 응용한 것이라고 할 수 있다.

【考察】 本案은 張子和의 『儒門事親』에 있는 心理治療 中の 한 例로 매우 생동감있게 표현하고 있다. 과도한 悲傷으로 心中에 痛症이甚한 환자

27) 清·魏之琇 編著. 續名醫類案 下冊·驚悸. 台北:宏業書局有限公司. 中華民國68年:528.

28) 先達(前輩)

29) 僑(준걸 준, 卷, 出衆)

30) 擢(뽑을 탁)

31) 瘳(나을 추, 抽, 病愈)

32) 張子和 編著. 儒門事親 卷七 內經編 因憂結塊 一百. 台北:旋風出版社. 中華民國67年:10.

33) 謔(희롱거리 할, 開玩笑)

를 張子和가 치료한 것으로 火克金의 “喜勝憂”에 原理를 둔 것으로 『儒門事親』¹³⁾에서 말한 바 “以 謔浪褻狎之言娛之”라 함과 같다. 張子和는 무당으로 하여금 노래 부르고 춤추게 하여 웃음을 유발시키도록 하였는데 이는 오늘날 코메디 혹은 개그 프로를 응용하거나 단편 콩트로 환자치료에 응용하는 예술공연치료도 이와 유사하다.

(2) 得子忘憂 『杏軒醫案·初集』³⁴⁾

【原文】 鮑覺生宮儻鬱傷心脾，証類噎膈殆而復生。鮑宮儻未第時，游毘陵幕³⁵⁾，抱疴半載，白治不痊。因買舟回里，延予治之。望色頰赤面青，診脈虛弦細急。自述數月來通宵不寐，聞聲即驚，畏見親朋，胸膈嘈痛，食粥一盂且嘔其半，類如羊矢，色綠而堅，平時作文頗敏，今則只字難書。無已成膈證耶？予曰，“君質本弱，兼多抑鬱，心脾受傷不能爲胃行其津液，故食阻，二腸無所稟接，故便乾，若在老年即慮成膈，今方少壯憂可無虞。”方仿逍遙，歸脾出入服至數十劑，病尚未減，衆憂之。予曰，“內傷日久，原無速效，況病關情志，當內顧靜養，未可徒持藥力。”續得弄璋之喜。予曰，“喜能勝憂，病可却也。”半月後果漸瘥，仍動往僧齋靜養。共服煎藥百劑，丸藥類斤乃瘳。因更號覺生，蓋幸其殆而復生也。

【解說】 鮑覺生宮儻은 鬱하여 心脾를 傷한 噎膈類로 죽을 정도로 위태롭다가 다시 살아났었다. 鮑宮儻이 아직 관직에 오르기 전에 毗陵幕에서 일을 하였는데(비서관리의 막중에서 일을 맡아보는 것을 말한다.) 병을 반년 동안 앓아 무슨 방법으로도 낫지 않았다. 그래서 배를 빌려 고향으로 돌아와 나에게 청하여 치료를 받게되었다. 望色은 頰赤 面青하고 脈은 虛弦 或 細急하였다. 스스로 말하기를 “수개월동안 밤새도록 잠을 이루지 못하였고, 소리를 들으면 놀라고, 친척이나 친구 보는 것을 두려워하였고, 胸膈이 嘈囉하고 아프며, 죽 한 그릇을 먹으면 반 그릇을 토하고, 大便이 양의 똥과 같고 色錄에 딱딱하기까지 했고, 평소에는 꽤 민첩하였으나 이제는 한 글자도 쓰

지 못하게 되었다. 이는 부득불 膈證이 된 것인가?” 내가 말하길 “자네는 체질이 본래 약한데다가 抑鬱한 感情이 겹하여 心脾가 傷하여 胃로 津液을 보내지 못한 것으로 먹으면 막혀서 二腸이 영양분을 받지 못하므로 便이 乾燥한 것이다. 만약 나이가 많으면 膈證이 되는 것을 염려해도 되지만 지금은 젊으니 그런 걱정은 안 해도 된다.” 그래서 逍遙散, 歸脾湯을 數十劑 먹여 보았지만 病은 오히려 수그러들지 않자 사람들이 걱정하였다. 내가 말하기를 “內傷한 것이 오래되어 효과가 빨리 나타나지 않고, 또 病이 情志와 관계되어 마땅히 安을 바라보고(자기마음, 감정을 조절하고) 靜養하여야 하며 藥力에만 기대지 않아야 한다.” 그리고 계속하여 아들을 얻는 기쁨이 있었다. 내가 말하기를 “喜는 능히 勝憂하니 病이 可히 없어질 것이다.” 보름 후 병이 점점 차도를 보이자 절에 들어가 靜養하기를 勸하였다. 거기에 더불어 煎湯 白劑를 먹이고 丸藥 數斤을 먹이니 병이 나았다. 그래서 이름을 覺生이라고 다시 짓고 다행히도 죽다가 다시 살아나게 된 것이다.

【考察】 이 案은 清代 程文囿의 『杏軒醫案』(刊于 1829年)에서 나온 것으로 이 책은 疑難病의 證驗 案이 주로 수록되어 있으며, 심리질환(정신과 질병)과 신체질환이 보통 混雜되어 발현하므로 약물치료에만 기대어서는 안 되는데, 疑難病은 보통 心病(정신적인 병)과 함께 섞여 있기 때문이라 하였다. 이 책의 의학 심리학 사상은 매우 풍부하고 심리치료 醫案 외에도 또한 心理治療와 함께 기타 치료방법이 서로 배합된 綜合治療 醫案도 매우 많다. 悲憂病의 원인은 매우 복잡하여 보통 오래되어도 낫지 않는데, 이번 案은 보통의 치료법인 逍遙散, 歸脾湯類의 藥을 多用했으나 半年이나 되어도 낫지 않은 이유를 病이 情志와 相關이 있어서 藥力에만 의존해서는 안 된다는 것이다. 아들을 얻는 기쁨이 있어서 병이 확실히 호전되었으니, 이는 五志相勝療法 中 火克金의 “喜勝悲”의 原理를 이용한 것으로 현대인에게 많은 우울증환자에게도 적극적으로 응용할 수 있는 精神療法로 사료된다.

34) 清·程杏軒. 杏軒醫案并按. 서울:의성당. 1988:6.

35) 毗陵幕(到一個號稱毗陵的官吏幕中做事)

4) 悲勝怒

(1) 眞怒假厥『景岳全書·詐病』³⁶⁾

· [原文] 在都中時，一相契金吾公，畜二妾，其一則
 嚙媼也，有母隨之。一日二妾相競，燕妾理屈，其母
 助惡，叫跳撒賴，遂致氣厥若死。乃令一婢抱持而
 坐，自暮及旦，絕無蘇意。清晨延予療之。予初入
 室，見其肉厚色黑，面青目暝，手撒息微。及診其脈
 則伏渺若脫，亦意其眞危也。斯時也，欲施溫補，則
 慮其大怒之後，逆氣或有未散；欲加開導，則慮其脈
 之似絕，虛極有不能勝。躊躇未決，乃請復診。及入
 室再見，則不若前次之撒手，而十指交叉抱腹，仰坦
 於婢者之懷。因疑其前番撒手，今既能叉手，豈他人
 之所爲乎？及著手再診，則似有相嫌不容之意，而拽
 之不能動，此更可疑也。因出其不意，卒猛一扯，則
 頓脫有聲，力強且勁。由是前疑始釋，其將死之人，
 豈猶力有如是乎？乃思其脈之若此者，或以肉厚氣
 滯，此比人稟賦多有之也；或以兩腋夾緊，此奸人狡
 詐亦有之也。若其面青息微，則怒氣使然，自不足
 怪。識見既定，因聲言其危，使聞灸法，以恐勝之。
 遂先投一劑，到咽卽活。次日會公，因詢予曰：日昨
 之病，固料其勢必危矣。然謂其爲眞邪，則何以藥甫
 及脣，而效之峻速有如此？謂其爲假耶，則何以能終
 夜倣作，而形證之肖似有如此？昨公所用之藥，果亦
 有何玄秘否？是皆不能無疑也。予曰：予之玄秘，秘
 在言耳。亦不過借藥爲名耳。但使彼懼，敢不速活。
 經曰：憂可勝怒，正此謂也。是可見人情之巧，其有
 最難測者皆如此，使詐非再診而再察之，則予亦幾爲
 所誑矣。是以凡遇此類，不可不加之詳審。

[解說] 수도안의 한 황제금위관은 공식적으로
 (세상 사람들이 다 아는) 두 첩을 거느리고 있었
 는데, 그 하나가 연희이며 그녀의 母가 함께 딸
 려 있었다. 하루는 두 첩이 서로 싸우게 됐는데
 연희가 도리가 맞지 않게 싸웠고 그 母가 그 잘못을
 도왔다. 소리를 지르고 발을 구르고 훌트리고
 생떼를 쓰다가 氣厥하여 마치 죽을 것 같았다.
 그래서 한 하녀에게 (연희를) 붙잡고 기대어
 앉게 하였다. 저녁부터 새벽까지 기절하여 깨어

나지 못했다. 새벽녘에 나에게 치료를 청하여 처
 음 입실해서 보니 살이 肥厚하고 살색이 검었고,
 얼굴은 파랗고 눈은 감고 있었으며, 손은 흐트러
 놓고 있었고 호흡은 微弱하였다. 診脈을 해보니
 맥이 숨어서 아득하여 탈진한 것 같았다. 정말로
 위험한 것을 뜻했다. 곧바로 溫補를 시행하려 했
 지만 大怒한 후에 氣가逆하거나 털 풀어질까 염
 려가 되었고, 開導法을 사용하려 했지만 맥이 끊
 어질 것 같고 虛가 極하여 이겨내지 못할 것이
 염려가 되었다. 주저하고 결정을 못하고 腹診을
 請하여(장경악이 청한 것) 입실하여 다시 보니
 전번처럼 손이 흐트러진 것이 아니고 열 손가락
 을 교차하여 배를 덮고 하녀의 품에 안겨 앉을
 향해 기대어 있었다. 전 번에는 손이 흐트러져
 있었는데 지금은 능히 손을 교차하고 있는 것은
 왜 일까? 다른 사람이 건드린 것은 아닐까? 손을
 대서 再診을 하려하니 꺼리는 듯이 하였고, 내(의
 사)가 잡아끌어 보니까 움직이려고 하지 않았다.
 이는 더욱 더 의심스럽다. 그래서 환자가 모르게
 갑자기 당겼더니 갑자기 소리지르고 힘을 써서
 버티는 것으로 전번에 대한 의심이 이제는 풀렸
 다. 죽어가던 사람이 어찌 그렇게 힘이 셀 수가
 있는가? 脈에 있어서 저번에 그랬던 것은 살이
 肥厚하고 氣滯하기 때문이거나, 다른 사람에 비
 해 稟賦가 충실하기 때문이다. 또는 양 겨드랑이
 를 오그리고 있어서 그 간사한 인간이 속이려고
 한 것이다. 마치 얼굴이 파랗고 호흡이 미약한
 것처럼 보인 것은 怒氣 때문에 당연히 그러한 것
 이지 이상하게 생각할 필요가 없었다. 이미 알아
 보고 정했으니 무섭게 겁주듯이 선포하기를 환자
 에게 灸法을 하겠다고 들려줘서 慄으로 그것을
 이기게 하였다. 그리고 약 한제를 주었더니 먹자
 마자 살아났다. 다음날 公(남편)을 만났는데 나에
 게 묻기를 “어제의 병은 그 기세가 매우 위험하
 다고 굳게 생각했으니 당연히 眞邪라는 뜻인데,
 어찌하여 약을 입술에 대자마자 그렇게 빨리 효
 과가 나타날 수 있을 까요? 假邪인가요? (거짓이
 라면) 어찌 밤새도록 것처럼 形證이 나타났을까
 요? 어제 公이 쓴 약은 어떻게 심오하고 신비롭
 지 않을 수 있겠습니까? 모든 것에 의문이 없지

36) 張介賓 編著. 景岳全書 上. 서울:대성문화사.1988: 708, 709.

않을 수 없습니다.” 내(의사)가 말하길 그것이 (약) 玄秘한 것이 아니라 玄秘로운 것은 말 일 뿐입니다. 약은 이름만 빌려 온 것에 불과할 따름입니다. 단지 환자를 두렵게 하니 감히 빨리 살아나지 않을까? 經에서 말하길 憂(悲)는 怒를 물리칠 수 있다는 것이 바로 이것을 말하는 것이다. 사람이 감정을 巧妙하게 구미는 것은 이처럼 생각해 내기가 정말 어렵다. 만약 어제 재진하고 다시 관찰하지 않았다면 나는 또한 거의 속아 넘어 갔을 것이다. 이런 경우를 만날 때는 상세하게 살피지 않으면 안된다.

[考察] 이 案은 한 부인이 하루는 도리에 맞지 않는 말싸움을 하다가 크게 성을 내고 중병으로 가장한 것이 기록되어 있다. 張景岳이 初診時에는 거의 속아 넘어 갈 뻔하다가 再診時에 얼굴색이 靑黑한 것을 보고 火가 난 것으로 판단하고, 또 脈象을 주의 깊게 살펴보니 身體의 姿勢 등이 달라 같지 않음이 있었고, 二次 診斷 중에 환자의 손 부분의 자세가 변한(일차진단시의 자세와는 다르게) 것을 발견하였고, 더불어 외계자극에 대한 반응을 잘 살펴보고 나서 重病을 假裝한 것을 확인하였다. 그래서 灸法을 사용한다고 선포하기를 첫째로, 불로 뜨겁게 해서 아프게 할 것이고, 둘째로 얼굴에 상처를 나게 할 것이라 하여 病人으로 하여금 슬프고 속상한 감정을 느끼게 하니 자기의 속인 행위를 끝냈다. 이는 五志相勝療法 中 金克木하는 “憂勝怒”의 치료원리를 운용하여 病人의 怒로 인한 心身失調를 치료한 것이다. 이 안에서 심리적 원인 요소를 잘 관찰하고 질병의 성질을 잘 판단하는 것이 심리치료의 중요한 기초가 됨을 알 수 있다. 세심하고 진중하게 살펴야하며 모든 면을 고려하여 치료에 임해야 함을 보여준다. 본 안은 극도의 스트레스로 인한 身體化 障礙중 히스테리 발작형태의 전환장애나 韓醫學의 厥症의 狀態에서도 증상을 치료하는데 응용해 볼만한 방법이다.

(2) 調柔五志(『古今圖書集成·醫部全錄·藝文』³⁷⁾)

[原文] 余³⁸⁾雖不敏, 公不以爲無似, 俾攝錄事判官, 判官識在撫治, 一城生聚, 凡其捍御綏輯之策, 不憚晝夜而勤行之, 以酬公知遇之萬一. 然節宣之功不加, 日積月深, 以勞而致疾疾之初作, 大熱發四中, 繼之以昏仆, 迨其蘇也, 雙目運眩, 耳中作秋蟬鳴, 神思恍惚, 若子子然離群而獨立, 若御驚颺而游行太空, 若乘不係之舟, 以簸蕩于三峽四溟之間, 殊不能自禁. 聞丹溪朱先生³⁹⁾產修³⁹⁾者, 名傳四方, 亟延治之. 先生至, 既脈曰, “內搖其眞, 外勞其形, 以虧其陰, 以耗其生, 宜收視返听于太虛之庭, 不可專借藥而已之也.” 因屬其高弟子賈君思誠, 留以護治之. 賈君即視餘如手足之親, 無所不至其意, 慮餘怒之過也, 則治之以悲, 悲之過也, 則治之以喜, 喜之過也, 則治之以恐, 恐之過也, 則治之以思, 思之過也, 則治之以怒, 左之右之, 扶之掖之, 又從而調柔之. 不特此也, 其逆厥也, 則藥其湧泉以寤之, 其怔忡也, 則按其心俞而定之, 如是者數年, 不可一朝夕離去, 寧食不鮮羞, 衣不裊⁴⁰⁾裘⁴¹⁾, 何可一日以無賈君? 寧土不魯鄒, 客不公侯, 何可一日以無賈君? 餘疾于是乎告廖, 而賈君有功於餘者甚大矣.

[解説] 나는 민첩하지 못하였으나 公은 둔하다고 생각하지 않아서 錄事判官의 일을 맡겼다. (임시로 특수 사건, 사물을 처리하는 관리로 파견되었다.) 判官은 한 성의 백성을 다스리면 무릇 그들을 편안하게 보호하고 질서를 다스리는 직책인데 힘든 줄 모르고 주야로 열심히 다닌 것은 많은 사람 중에 나를 골라 기회를 준 公에게 보답하기 위함이다. 그래서 특별히 공을 쌓지는 않았지만 오래동안 밤낮으로 열심히 일하여서 노력과 도로 病에 걸리게 되었고, 병의 처음은 四肢에 큰 熱이 났고 昏絶하여 조금 있다가 깨어나고 두눈이 핑핑 돌고 귀에서는 매미소리가 들리고 정신과 생각이 황홀하고 마치 균중밖에 홀로 떨어져 있듯이 고독하고 외로운 느낌이 들고 큰바람을 만나 하늘을 붕붕 떠다니는 것 같고 매어지지 않는 배에 타서 넓은 바다에 떠다니는 것 같았

38) 余(指張君)

39) 產修(丹溪의 字)

40) 裊(옷통뱃을 석, 袒也, 文飾)

41) 裘(갓옷 구, 皮衣),

37) 陳夢雷, 張廷錫 等 編著. 圖書集成 醫部全錄 18. 서울:大星文化社. 1986:447.

데, 스스로 어떻게 할 수 없었다. 四方으로부터 丹溪先生의 이름을 듣고 급히 치료를 청하였다. 선생이 와서 그 맥을 보고 말하기를 안으로 부터 眞氣가 흔들리고 밖으로는 形體가 勞傷하고 陰이 虧損하고 그 생명이 耗損되어서 보고 들은바 매우 虛한 지경에 이르렀으니 약의 힘만 빌려서는 안된다 하였다. 그의 뛰어난 제자인 賈思誠을 남겨서 보호하고 치료하게 하였다. 賈思誠은 형제 처럼 대해주었고 다 알고 안 해주는 것이 없었고, 내가 怒過한 것을 염려하여 悲로써 치료하였고 悲過하면 喜로써 치료하였고 喜過하면 恐으로 治療하였고 恐過하면 思로써 治療하였고 思過하면 怒로 治療하였으니, 그때 그때 적당히 도와주고 그 변화에 잘 따라서 조리하고 치료하여 주었다. 정신적인 치료뿐만 아니라 逆厥하면 용천에 침을 놓아서 깨어나게 하였고 怔忡이 있으면 心俞를 눌러서 멈추게 하였다. 이와 같이 몇 년 동안 아침저녁으로 한번도 떨어질 수 없었으니 맛있는 음식을 먹지 않아도 좋은 옷을 입지 않아도 어찌 賈思誠 없이 하루라도 살 수 있으리요? 비록 좋은 땅을 갖고 있지 않아도 높은 사람이 손님으로 오지 않아도 어찌 賈思誠 없이 하루라도 살 수 있으리요? 질병이 다 나았으니 賈思誠의 나에 대한 공덕은 깊고도 크다.

[考察] 賈思誠(元末明初)은 朱丹溪의 入門弟子 중의 한사람으로 段階의 學術精髓를 甚得하여 더욱 發展시켜 情志相勝療法의 心理治療方面에서 더욱 두각을 나타내었다. 本案은 張君이 積勞로 病이 나서 骨蒸勞熱, 昏暈厥倒, 神識恍惚하여 朱丹溪先生에게 診察를 請하니 丹溪先生이 判斷하건데 勞心之疾로서 藥物로서 治療하는 것이 아니라 반드시 調理心身하여야 함으로 평소 아끼던 弟子 賈思誠을 張君 곁에 두어 看護하고 治療하게 했다. 賈思誠은 특별히 주의 하여 情志방면에 調理를 잘 하였는데, 五行의 理論에 따라 정서변화를 조정하고 적절한 침구요법도 실행하여 조리하니 효과가 매우 좋았다. 그리하여 張君은 賈思誠의 공덕을 크게 입어 마음으로 그를 너무 좋아하게 되었다. 과로로 勞

心之疾患에 걸린 환자에게 있어 약보다 정성스러운 간병과 情志治療가 心身好轉에 있어 매우 중요함을 보여주는 사례로 오늘날 극심한 스트레스 및 과로로 인한 다양한 심신질환에 응용할 수 있는 좋은 임상례이다.

本案은 清代·陳夢雷의 『古今圖書集成·醫部全錄·藝文』(1726年刊)에 수록된 내용으로 이 책은 中醫 最大 醫學類書중의 一部로서 다수의 心理治療案이 總論, 列傳, 藝文, 紀書, 雜論外編(卷五百零一至卷五百二十) 등에 豊富히 編輯 收錄되어 있다.

5) 怒勝思

(1) 怒愈齊王 『呂氏春秋·至忠』⁴²⁾

[原文] 齊王疾病, 使人之宋迎文摯. 文摯至, 視王之疾, 謂太子曰, “王之疾必可已也. 雖然, 王之疾已, 則必殺摯也.” 太子曰, “何故?” 文摯對曰, “非怒則王疾不可治, 怒王則文摯必死.” 太子頓首強請曰, “苟已王之疾, 臣與臣之母以死爭之于王, 王必幸臣與臣之母. 愿先生勿患也.” 文摯曰, “諾, 請死爲王.” 與太子以期而往, 不急者三, 齊王固已怒矣. 文摯至, 不解屨⁴³⁾登床, 履⁴⁴⁾王衣, 問王之疾. 王怒而不與言. 文摯因出辭以重怒王, 王叱而起, 疾乃遂已. 王不說, 將生烹文摯, 太子與王後急爭之而不能得. 果以鼎生烹文摯.

[解説] 齊王이 病(憂慮病)을 앓고 있어서 사람을 보내 송나라의 文摯(문지)를 맞아 데려오니 文摯가 도착하여 疾病을 보고 太子에게 말하길 “왕의 질병은 可히 治療할 수 있습니다. 그런데 王의 病이 낫고 나면 저는 반드시 죽을 것입니다.” 太子가 “왜 그렇소.”라고 말하자 文摯가 대답하길 “怒하게 하지않고는 王의 病을 治療할 수 없습니다. 王이 怒하면 저는 반드시 죽을 것입니다.” 太子가 끄덕이며 강하게 請하길 “王의 病이 나으면 나와 나의 어머니가 왕에게 당신의 죽음을 막을 것이요. 왕은 나와 나의 母를 각별히 아

42) 呂不韋. 呂氏春秋. 서울:民音社. 1993:240, 241.

43) 屨(신 구, 聚, 鞋)

44) 履(신 리(이), 旅, 踐踏)

끼니 그런 걱정은 하지 않길 바라오.” 文摯가 말하길 “좋습니다. 왕을 위하여 죽음을 무릅쓰겠습니다.” 太子에게 갈 약속시간을 정하고 세 번이나 가지 않자, 齊王은 극도로 火가 났다. 文摯가 도착하여 신도 벗지 않고 침상에 올라서 王의 옷을 밟고 서서 王에게 病에 대해서 물으니 王이 화가 나서 아무 말도 하지 않았다. 文摯는 거듭 王이 火가 날 말을 하자, 왕이 큰소리로 욕하며 일어나자 병이 나왔다. 왕은 기뻐하지 않고 文摯를 삶아 죽이려고 하자 太子와 왕후가 급히 죽음을 말리려고 했지만 아무 소용이 없었다. 文摯는 술에 살아져 죽게 되었다.

[考察] 本案은 激한 怒氣를 의료수단으로 사용하여 치료효과를 얻는 것을 기록한 것이다. 이는 怒가 思를 물리친다는 五志相勝療法의 전형적인 범례이다. 원래 『呂氏春秋』(秦代呂不韋客編)에 기재되어 있었다. 齊王은 公元前 280년간에 있었던 제민왕이다. 원문에 설명하길 疴病을 앓았다고 했는데, 현재 疴는 일종의 瘡에서 생긴 癩痕이라고 많이 인식되고 있다. 그러나 그 문장에서 이런 뜻으로는 의미가 잘 맞지 않는다. 제민왕의 병이 憂慮病으로 본다면 이 병을 激怒法을 사용하여 치료한 것은 맞다.

이 案은 제민왕이 질병이 있어 특별히 사람을 송국에 파견하여서 文摯에게 의술을 청하니 文摯가 병을 본 후에 病人이 怒氣가 激發하게 하는 치료방법을 반드시 취해야만 할 것으로 판단하였는데 제왕을 화나게 하면 장차 殺身之禍에 이를 것을 고려하여 齊 太子에게 치료를 하는데 안전에 대한 보증을 얻어내고 나서 치료를 행했다. 그러나 불행하게도 齊王의 病을 完治시켰으나 齊王은 감사하기는 커녕 文摯를 죽이려고 하였고, 태자와 왕후가 용서하고 풀어주길 애원하였으나 아무 효과도 없이 文摯는 결국 죽음을 면하지 못하였다. 이는 중국심리치료 역사 중에서 몸바쳐서 의술을 시행한 비장곡으로 첫 번째 이름을 남긴 경우이다. 이 案은 怒氣로 身體를 動하게 하여 鬱思의 感情을 깨트렸는데, 이는 五志相勝療法 中 木克土의 원리에 따라 “怒勝思”를 이용한

것이다. 僞藥의 효과에 대한 찬반논쟁이 있듯이 심리치료에 있어서 정도에 크게 벗어난 거짓말이나 詐欺로 환자를 치료하게 하는 것은 논란의 소지가 많아 향후 이에 대한 적절한 방법이 충분히 연구되어져야 할 것으로 사료된다.

(2) 怒斷相思 『續名醫類案·鬱證』⁴⁵⁾

[原文] 一女與母相愛. 既嫁母喪, 女因思母成疾, 精神短少, 倦怠嗜臥, 胸膈煩悶, 日常慙慙, 藥不應. 予視之曰, “此病自思, 非藥可愈.” 彼俗酷信女巫, 巫托降神言禍福, 謂之卜童, 因令其夫假託賄囑之, 託母言女與我前世有冤, 汝故托生於我, 一以害我, 是以汝之生命剋我, 我死皆汝之故. 今在陰司, 欲扳汝仇, 汝病慙慙, 實我所爲. 生則爲母子, 死則爲寇仇. 夫乃語其婦曰, “汝病若此, 我他往, 可請巫婦卜之何如?” 婦諾之, 遂請卜, 一如夫所言. 女聞大怒詬曰, “我因母病, 母反害我, 我何思之!” 遂不思, 病果愈. 此以怒勝思也.

[解説] 한 여자가 어머니와 서로 그리워하였다. 이미 시집을 가서 어머니가 죽으니 여자가 어머니를 그리워하다가 병이 들어 精神이 모자라고 피곤해하고 누워있을려고만 하고, 가슴이 답답하고 평상시에도 쇠약한 듯하여 약이 듣질 않았다. 내가 그것을 보고 “이 病은 그리워하는데서 온 것이니 藥으로 나올 수 없다.”고 말했다. 저들의 풍속에 무당을 매우 신뢰하였으니, 무당이 신내림을 빙자하여 禍福를 말하니, 그것을 卜童이라고 말하였다. 그 사람에게 가탁할 것을 뇌물을 주어 부탁하였기 때문에 신내림하여 어머니가 말하기를 너와 내가 전생에 원한이 있다. 그러므로 너는 나를 의탁해서 태어났다. 오로지 나를 해칠려고 하였기에, 너의 목숨이 나를 이긴 것이다. 내가 죽은 것은 모두 너 때문이다. 이제 저승에서 너에게 원수를 갚고자 하니 네가 병들어 쇠약한 것은 실은 내가 하는 것이다. 살아서는 어미와 자식이 되지만 죽어서는 원수가 되는 것이다. 무릇 그 말에 그 여자가 말하기를 “네 병이 이와

45) 清·魏之琇 編著. 續名醫類案 上冊·鬱證. 台北: 宏業書局有限公司, 中華民國68年:232.

같고, 내가 그에게 가니, 무당에게 점을 쳐 어찌 할 것인지 청할 수 있겠는가?" 여자가 그것을 허락하고, 따라서 점을 청하니 그 남자가 말한 것과 한가지로 같다. 여자가 듣고서 大怒하여 욱하며 말하기를 "나는 어머니 때문에 병이 들었는데, 어머니는 오히려 나를害하는구나. 내가 어찌 그리워하겠는가!" 따라서 그리워하지 않았고 병이 과연 나왔다. 이것은 성냄으로써 그리워하는 것을 이긴 것이다.

[考察] 어머니와 딸이 정이 깊은 것은 본래 인 지상정이지만 어떤 일이든지 일단 지나치면 병이 된다. 이 글은 딸이 어머니를 그리워하는 게 지나쳐서 모든 病症이 발생해 약을 써도 효과가 없는 것에 대하여 기록하였다. 心病은 반드시 心으로 돌아와서 치료해야하니 한세량이 "怒勝思(성냄으로써 그리워하는 마음을 없애다)"의 원리에 바탕해서, 환자가 평상시에 서로 신뢰하는 무당의 도움을 얻어서, 거짓으로 환자를 격노하게 하는 점치는 말을 꾸며서 모녀관계를 이간시켰다. 사랑이 변해서 원한이 되고, 은인이 변하여 원수가 되며, 思慮가 곧 새로 생긴 怒氣에 의해 타파되어야 할 것에 결탁하여 미치니 마음을 바로잡을 수 있게 되어, 병이 따라서 나왔다. 당연히 이 글은 의리에 있어서는 긍정적이지만, 갖다 쓴 수단은 신뢰할 바가 부족하다. 미신적인 행위의 도움을 빌어서 어머니와 딸의 친밀한 정을 해치는 것은 윤리에 어긋나는 것이다.

현실적으로 이러한 방법을 응용함에 있어서는 精神療法를 실시하는 醫者和 患者間的 깊은 치료적 동맹 관계뿐만 아니라 환자 보호자의 이해와 협조 하에서 실시되어야 할 것으로 사료된다.

3. 五志相勝療法の 最近 臨床事例

1) 恐慌障礙 患者 適用例

37세 남자 환자가 타 大學病院에서 Panic disorder 진단을 받고 치료한 후 직장 복귀를 했으나 증상이 다시 심해져 본원에 래원하였다. 환자는 매우 불안정해 보였으며 잦은 공황발작으로

심한 두려움에 놓여 있었다. 평소 성격은 내성적이고 장남이지만 어머니의 영향으로 혼자서 결정을 내리는 경우가 거의 없는 성인아이의 유형을 띄고 있었다. 얼마 전 회사 연수기간 중 분임토의시 식은땀과 긴장에 이어 호흡이 곤란해지면 공황발작이 일어났다. 한해 전에도 업무적인 스트레스로 불면이 오면서 몇 번 유사한 발작이 있었지만 바로 치료후 증상이 호전되었다고 한다.

환자는 직장의 잦은 부서 이동과 상사의 군대식 일괄 방식에 불쾌감과 적응력을 잃고 있었다. 더군다나 이전 부서에서는 일이 많아 바쁘게 생활하고 직장 상사나 동료들로부터 인정도 받았는데 요즘은 일도 별로 없고 인정도 못 받고 자꾸 무시하는 게 견딜 수 없었다는 것이다. 환자로 하여금 다시 4주 병가를 내도록 하고 집중치료하였다.

위 환자는 STAI 불안척도에서도 높은 점수를 나타냈고 MMPI에서는 신경증 척도는 경도상승, Pt(강박증)는 중등도의 상승을 보여 만성불안상태가 지속되는 양상을 나타냈으며 A.P.A 공황장애 진단기준에도 부합되었다. 四象體質로는 太陰人으로 판명되었고 韓方辨證으로는 心血不足型 驚悸怔忡症으로 진단하고 처방으로는 補血養心安神하는 四物安神湯 加味方으로 하고 調氣治神의 원리에 따라 針灸, 附衄治療를 겸하였다. 또한 七情記錄表(불안 감정상태를 매일 기록하는 표)를 작성하게 하며 매일 체크하게 하여 불안, 공포에 대한 점수의 변화를 확인하게 하며 불안의 생리적 원리와 반응에 대해 인지시키고 발작시 긴호흡법으로 대처하도록 교육하였다.

치료3주 후부터는 증상 점수가 절반(8점만점에 4점)이하로 떨어지면서 증상이 다소 완화가 될 시점에 환자 보호자(아내)와 충분한 상담을 한 후 환자에게 불안을 더 유발할 수 있는 몇가지 방법을 시도하기로 하였다. 직장상사에 대한 불만과 두려움이 업무복귀를 불안하게 하는 원인이므로 환자에게 다음과 같이 말했다. "직장에 다시 복귀하고 싶지 않으세요?" 잠시 멈췄더니 "하긴 해야죠" "그럼, 일도 못하는 주제에 병가까지 내서 도움이 하나도 안 된다고 직장상사가 그렇

게 얘기 할 수 있지 않겠습니까? 그런데도 직장에 복귀할 수 있었습니까?” 하고 다그치듯 물으니 깜짝 놀라고 다시 불안을 느끼기 시작했다. 하지만 현재의 증상으로는 복귀하는데 문제되지 않을 정도로 좋아졌다는 것을 그동안의 七情記錄表를 통해 보여 준 후에는 곧 이해하고 증상이 사라졌다.

그 다음날 래원시에는 증상이 거의 좋아졌으니 예정된 병가기간 보다 앞당겨 내일부터 출근하려고 하니(아내에게는 출근하려고 하면 자초지종을 얘기하고 병원으로 되리고 오라고 하고) 염려하면서 집에 갔다. 그 다음날 실제로 출근시 복장으로 단정하게 하고 직장에 갈려고 집을 나서자, 아내가 그동안의 의도를 얘기하니 拍掌大笑하더라는 것이다. 그 길로 병원에 다시 래원해 그동안의 변화를 물으니 직장상사가 무슨 말을 해도 이제 그리 두렵지 않고 당장 오늘이라도 직장에 나갈 수 있을 것 같고 그동안 왜 자기 자신이 그렇게 반응했는지 모르겠다며 강한 자신감을 나타내었다. 이 환자는 예정된 병가기간을 마치고 정상적으로 직장에 복귀해 큰 어려움 없이 지내고 있으며 지금은 한 달에 한번씩 래원해 상태를 점검받고 있는 상태다.

위의 경우는 공황장애 환자에 대한 한의학적인 변증치료와 한방 정신요법을 시행해 현실 적응을 돕고 주요증상을 완화시킨 예이다. 이전에도 직장복귀 당시 심한 불안감으로 재발한 경험이 있어 이에 대한 두려움을 늘 가지고 있는 상태였다. 환자가 직장복귀를 앞두고 더 불안해 할 시점에 직장복귀를 돕는 방법으로 다양한 정신요법이 시행되었다.

환자로 하여금 불안점수를 매일 체크하게 한 것은 막연한 불안이 점점 과거와 비교해 좋아지고 있음을 확인시켜주기 위함이고 공황장애에 대한 교육과 發作시 대처방안 등을 교육함은 五志相勝療法 中 土克水의 原理를 이용한 “思勝恐”法과 같이 병리기전을 인지시키고 사려깊게 생각함으로써 공포를 물리칠 수 있게 한 것이다. 이는 서양의학에서 공황장애의 주요 치료방법인 인지행동요법을 실시함과 유사하다.

또한, 직장상사가 환자를 무시하고 아무데도 쓸모없는 사람이라고 다그쳤다는 것은 지속적인 스트레스의 원인이 되었다는 열등감과 낮은 자아에 대해 다시금 충격을 주면서 이를 완화시키는 방법으로 이는 韓方 精神療法 中 驚者平之療法을 실시한 것으로 西洋醫學에서 말하는 系統脫敏(Systematic desensitization) 療法과 유사하다 할 수 있겠다.

위 환자의 경우는 太陰人의 怯心에다, 낮은 자존감, 열등의식이 자라잡고 있어 본 요법을 시행하는데 많은 주의가 요구되어 보호자인 아내로 하여금 이러한 방법을 시행해야 하는 이유와 앞으로 치료방법에 대해 충분히 상의하고 보호자의 충분한 이해 가운데 본 精神療法을 實施하여 좋은 치료효과를 보았다.

2) 憂鬱症 患者 適用例

35세 여자 환자분이 2개월간의 심한 感氣몸살을 앓은 후 생긴 不安障礙와 消化不良으로 래원하였다. 辨證上 心脾兩虛型 驚悸怔忡症으로 溫膽湯에 健脾和胃之劑를 加味한 처방과 針灸, 附缸治療를 하였다. 열흘이 지나도 큰 차도가 없고 오히려 불안증과 불면으로 더 불편을 호소하여 MMPI를 실시하였는데 삿갓형의 신경증척도와 Pt가 상승해 있고, BDI에서도 45점으로 나타나 심한 우울증으로 진단하고 상담치료에 들어갔다. 상담 중 심한 적개심과 분노감이 있는 것을 확인하고 그 원인을 물으니 2년전 남편의 외도가 지금도 이를 갈 정도로 격분케한다는 것이다. 이제 그 분노가 살기 싫을 정도의 모욕감으로 여겨지면서 아직도 잊혀지지 않는 적개심으로 오히려 자신을 힘들게 한다는 것이다. 상담치료중 환자의 마음 속의 말들을 최대한 끌어내게 하며 울면서 그동안의 말못할 고통과 분노를 하소연하게 하였다. 그리고 기독교인인 환자에게 성경의 산상수훈 중 八福에 해당하는 “공홀히 여기는 자는 복이 있나니 저희가 공홀히 여김을 받을 것이요.”(마5:7) 라는 말씀과 결국 인간이 모두 용서받아야 할 죄인이라는 사실과 용서의 원리에 대해 인지시켰다. 그리고 기도할 것을 권하였다. 열

마후 환자가 초췌하지만 밝은 얼굴을 하면서래
원하여 며칠간 장염, 심한 설사로 내과 치료를
받았는데 예전 같으면 굉장한 불안이 있었을 텐
데 그래도 불안하지는 않게 되었다는 것이다. 이
유를 물으니 기도하다가 잠들었는데 새벽에 어떤
형체는 없는데 음성이 들려와 “다 나왔다. 평안하
라”고 계속 들려왔다는 것이다. 그리고는 예전의
不安한 마음과 不眠症이 없어졌고 피곤하긴 한데
오히려 마음은 기쁘다고 하였다.

위 환자의 경우는 초진시 정신적인 원인을 과
악하지 못하고 辨證爲主의 治療 만하다 不眠, 不
安의 원인을 알고 이를 적극적으로 해소시켜줌으
로서 치료된 예라 할 수 있다. 이 환자는 기독교
신자로 신앙을 가지고 있어 기독교적으로 접근하
기가 용이한 점도 있었고 환자가 少陰人의 不安
定之心을 信仰의 對象에 맡기고 依支함으로 治療
效果가 좋았던 것으로 사료된다. 환자로 하여금
충분한 하소연과 울음으로 기분을 환기시키도록
한 것은 移情變氣療法을 실시한 것이고 용서의
原理와 八福을 말한 것은 五志相勝療法 中 悲勝
怒의 原理로 남편의 이해할 수 없는 그리고 도저히
용서 할 수 없는 마음을 긍휼히 여기는 마음
으로 바꾸면서 적개심과 분노가 풀린 것이다. 마
지막으로 환자로 하여금 기도 할 것을 勸한 것은
『續名醫類案·驚悸』¹⁷⁾에서 말한 “參禪消恐”의 의
미로 불안하고 공포스러웠던 마음을 신앙의 대상
에 의해 극복하는 방법으로 증상호전에 큰 도움
이 된 것으로 사료된다.

V. 結 論

韓方 精神療法 中 五志相勝療法에 대한 文獻의
臨床事例 研究와 현대적 이해를 통해 다음과 같
은 結論을 얻었다.

1. 五志相勝療法은 韓醫學의 基本 理論인 五行
相生相克理論을 心理治療에 응용한 韓醫學 固
有의 精神療法이다.

2. 五志相勝治療이란 情志相勝療法이라고도 하
며, 인체는 외계환경이나 정서적인 자극을 받
으면 人體五臟神의 機器가 逆亂해져 喜·怒·
思·憂·悲·恐·驚의 情緒的인 病變이 생기
게 되는데 이를 五臟神의 生, 克, 乘, 侮 理論
을 心理治療에 理容하는 方法이다.

3. 五志相勝療法의 主要 內容은 “思勝恐·恐勝
喜·喜勝悲·悲勝怒·怒勝思”이며, 七情의 虛
實에 따라 “虛則補其母”, “子能令母實”의 原理
가 應用된다.

4. 五志相勝療法은 神經精神科 모든 질환에 응
용가능한 治療방법으로 특히, 현대인에게 많이
발생하는 恐慌障礙, 憂鬱症, 身體型 障礙, 精神
分裂症의 陰의 症狀 등에 구체적으로 이용하여
치료효과를 기대할 수 있는 정신요법으로 사
료된다.

5. 五志相勝療法에 대한 歷代 治驗例들은 질병
치료에 있어서 매우 실질적이고 구체적인 한
방 精神요법의 寶庫로서 앞으로 이를 기초로
서양의학의 精神요법과 비교 검토하고 융합하
여 한의학의 독특한 精神요법을 발전시켜 실
제 임상에서 적극적으로 확대 실시할 수 있을
것으로 사료된다.

參 考 文 獻

1. 김지혁, 황의완 編著. 동의정신의학. 서울: 현대의학서적사. 1992:157, 783-791.
2. 이승기. 인지치료와 한방정신요법. 서울: 동의신경정신과학회지. 2000;11(2):169-175.
3. 漢醫學大辭典編纂委員會 編譯. 漢醫學大辭典[基礎理論編]. 서울:東洋 醫學研究院 出版部. 1989:240, 241, 350.
4. 楊維傑 編. 黃帝內經譯解(素問). 서울:成輔社. 1980:50-52, 255-306, 500-512.
5. 張介賓. 類經 上. 서울:大星文化社. 1982:247.

6. 張介賓 編著. 景岳全書 上. 서울:대성문화사. 1988:11, 708, 709.
7. 朱震亨. 丹溪心法附餘. 서울:대성문화사.1982 :516-526.
8. 張子和 編著. 儒門事親 卷七 內經編 因憂結塊 一百; 驚一百三; 卷三 九氣感疾更相爲治衍 二十六. 台北:旋風出版社. 中華民國67年.
9. 呂不韋. 呂氏春秋. 서울:民音社. 1993:240,241.
10. 譚開清 編著. 七情病辨治. 北京:中國醫藥科技出版社. 1998:151-157.
11. 清·魏之琇 編著. 續名醫類案 下冊·驚悸. 台北:宏業書局有限公司. 中華民國68年:520, 521, 528.
12. 清·魏之琇 編著. 續名醫類案 上冊·鬱證. 台北:宏業書局有限公司, 中華民國68年:232.
13. 王米渠 編著 : 中醫心理治療, 成都, 重傾出版社, p.51-67, 1986.
14. 清·程杏軒. 杏軒醫案并按. 서울:의성당. 1988:6.
15. 陳夢雷, 張延錫 等 編著. 圖書集成 醫部全錄 18. 서울:大星文化社. 1986:447.