

비만 기전에 관여하는 七情에 대한 벡터적 연구

곽승혁

원광대학교 한의과대학

The Study on the Physical Vectors of the Seven Passions in the Pathophysiology of Obesity

Seung-Hyuk Kwak

College of Oriental Medicine, Wonkwang University

Objectives :

The purpose of this study is to analyze the seven passions in terms of physical vector, and to understand the point of actions and directions. The result of this study will help us understand the aspect that the seven passions result in obesity and contribute in finding effective treatments.

Methods :

The characters of each seven passions were identified according to 『Hwangjenaekyung-Huangdineijing』.

Results and Conclusions :

1. Each of the seven passions differs individually in physical characters in terms of points of actions and directions.
2. As the vector points of each seven passion work closely to digestive metabolism, and if the directions of vector clash into normal physiology, huge effects on obesity can be brought about.
3. Obesity, as a pathological situation, can be approached by canceling out all the vector elements of the seven passions. Here, the vector elements are basically regarded as the sources of obesity.
4. Psychological models of obesity can be applied for prevention and treatment.

Key Words : Obesity, Seven passions, Vector, Points of actions, Direction

■ 교신저자 : 곽승혁, 전라북도 익산시 신용동 344-2 원광대학교 한의과대학 한의학과 gwak-new@hanmail.net
■ *본 논문은 대한한방비만학회 10주년 기념행사 중 학생논문발표대회에서 최우수논문으로 채택되었음.*

I. 서론

비만의 원인 요소 중 하나로 밝혀진 스트레스는 비단 비만 뿐 아니라 모든 질병의 발병에 폭 넓게 영향을 미친다. 「丹溪心法」에서 '氣血이 冲和하면 百病이 생기지 않는데 울적하고 답답한 것이 있으면 百病이 생기기 때문에 사람의 병은 대부분 鬱滯하여 생긴다(氣血冲和, 萬病不生, 一有沸鬱, 諸病生焉, 故人身諸病多生於鬱)고 논한 것과 같이 情志 상태는 인체의 병리 기전에 막대한 영향을 끼치고, 따라서 질병의 진단 및 치료와 예방에 있어 정신적 요인이 매우 중요하게 고려되어야 함을 알 수 있다^{1,2)}.

그러나 인간이 경험하는 모든 感情 상황이 동일한 양상으로 인체 생리 과정에 작용하는 것은 아니다. 각 感情 요소들은 각기 확연히 구별되는 특징을 지니고 인체 생리기전에 관여하며, 때로는 병리적 상황을 야기한다. 『黃帝內經 素問』의 「陰陽應象大論」과 「舉痛論」에 따르면 七情으로 분류되는 각각의 感情 요소들은 각기 다른 臟腑에 특이적으로 영향을 미치며, 고유한 氣의 운동 양상을 보인다. 즉, 七情의 각 感情 요소들은 서로 구별되는 크기와 방향, 작용점을 나타내며 발현되는 것이다.

본 논문에서는 七情의 이러한 성질을 물리학적 벡터의 개념으로 해석하여 그 특성을 파악하고, 인체의 정상 생리 벡터와 七情의 벡터가 서로 충돌하여 비만을 유발하는 기전을 유추하여 이를 바탕으로 비만의 예방 및 치료에 응용할 수 있는 방안을 모색해 보고자 한다.

본 연구는 『黃帝內經 素問』의 「陰陽應象大論」에 나타난 七情 요소가 특정 臟腑에 특이적으로 미치는 영향과, 「舉痛論」에 나타난 각 七情 요소로 인하여 야기되는 각기 다른 형태의 氣의 변화를 확인하고 각각의 七情 요소를 물리학적 벡터

성분으로서 해석한 것이다. 이를 통해 七情의 각 요소가 가지는 고유의 방향과 작용점이 비만의 발병 기전에 관여하는 원리를 유추함으로써 비만의 예방 및 치료에 관한 응용 방안을 모색하였다.

II. 본론

1. 『素問』에 나타난 七情

1) 「陰陽應象大論」에 나타난 感情 요소와 각 臟腑에 미치는 특이적 영향

「素問 陰陽應象大論」에서는 肝의 志는 怒이고 화를 내면 肝이 손상되고, 心의 志는 喜이고 기뻐하면 心이 손상되고, 脾의 志는 思이고 생각에 脾가 손상되고, 肺의 志는 憂이고 憂鬱해하면 肺가 손상되고, 腎의 志는 恐이고 두려움에 腎이 손상된다고 기술하였다.(「素問 舉痛論」怒傷肝... 喜傷心... 思傷脾... 憂傷肺... 恐傷腎...³⁾) 이는 五行의 체계를 통해서 여러 感情 상황을 분류하고 五行 분류상 같은 영역에 속하는 臟腑와의 상호 연관관계를 밝힌 것이다. 곧, 이것은 각각의 感情 요소가 특정 臟腑와 긴밀한 관계를 맺으며, 해당 臟腑가 특정 感情에 대해서 특이적으로 반응하는 것을 의미한다. 七情의 각 感情 요소를 개별 벡터로 해석할 때 각각의 벡터는 서로 구별되는 작용점을 위주로 작용하는 원리를 제시한 것으로서, 이는 곧 동일한 感情 상태로 발생하는 자극에 대해서도 특정 臟腑가 더 민감하게 반응한다는 의미로 해석할 수도 있을 것이다.

2) 「舉痛論」에 나타난 七情 요소의 벡터적 방향성과 크기

「素問 舉痛論」에서는 각각의 七情 요소의 작용과 그로 인해 발생하는 氣의 운동 양상의 변화

에 대하여 기술하였는데, 화를 내면 氣가 逆上하고, 기뻐하면 氣가 弛緩되며, 슬퍼하면 氣가 消散되고, 두려워하면 氣가 下降하며, 깜짝 놀라면 氣의 흐름이 紊亂해지고, 생각이 깊어지면 氣가 鬱滯된다고 밝히고 있다. (「素問 舉痛論」 余知百病生於氣也, 怒則氣上, 喜則氣緩, 悲則氣消, 恐則氣下, 寒則氣收, 炅則氣泄, 驚則氣亂, 勞則氣耗, 思則氣結³⁾.) 七情의 구성 요소인 喜, 怒, 憂, 思, 悲, 恐, 驚 중에서 憂에 대한 언급은 없지만 근심하고 걱정하는 그 성상을 생각할 때, 思와 恐, 悲 등의 感情 요소가 나타나는 양상을 참고하여 미루어 예상해 볼 수 있을 것이다.

화를 낸 후 나타나는 氣의 벡터는 위쪽을 향해 일방적 방향으로 집중되는 양상이기 때문에 발견되는 氣의 흐름이 단선적이고 강력하다. 기뻐할 때 나타나는 氣의 벡터는 同篇에 나타난 心志가 지나치게 通暢하고 榮衛가 圓滑해진다는 설명에 의거할 때 (「素問 舉痛論」 喜則氣和志達, 榮衛通利, 故氣緩矣³⁾), 그 방향이 대체로 정상 생리의 방향과 일치하고 生氣를 활성화시키는 역할을 하지만 그것이 과도할 경우 결국 弛緩되는, 즉 무기력해지는 결과를 낳는 것을 알 수 있다. 슬퍼할 때 나타나는 氣의 벡터는 同篇에서 제시한, 슬픔이 지나치면 心系가 躁急해지면서 肺氣가 散布되고 肺葉이 들쭉거리 上焦 기운이 不通하고 榮衛의 기운이 散布되지 않아서 熱氣가 머무른다 (「素問 舉痛論」 悲則心係急, 肺布葉舉, 而上焦不通, 榮衛不散, 熱氣在中, 故氣消矣³⁾).는 설명에 근거할 때 그 방향은 上向적이면서도 心을 향한 內向의인 방향의 복합성을 가지고 있다. 또한 그 작용점을 肺에 두는 것을 감안하면 肺主皮毛하고 肅降, 散布하는 肺氣의 작용을 相殺하는 방향의 벡터임을 알 수 있다. 두려워할 때 나타나는 氣의 벡터는 下降 爲 主의 방향을 나타내고, 결과적으로 화를 낼 때 나타나는 벡터와 정반대의 방향성을 보인다. 깜짝

놀랄 경우 나타나는 氣의 벡터는 그 방향성이 특정한 방향이 없이 불규칙하고 혼란스러운 벡터이다. 生氣의 일정한 흐름을 교란시키는 작용은 있지만 분산도가 높기 때문에 깜짝 놀라는 감정은 다른 感情 변화에 비해서 좀 더 신속하게 정상화되는 것을 예상할 수 있다. 생각이 지나칠 경우에 나타나는 氣의 벡터는 그 방향이 한 점을 향해 사방에서 집중되는 형식으로 나타나는데 그 집중도가 매우 높아서 그로 인한 결과 또한 명확히 나타날 것으로 생각된다. 근심이 지나칠 경우 나타나는 氣의 벡터는 기본적으로는 생각이 지나칠 경우와 비슷하게 집중되는 특성을 지니지만 상황에 따라서 두려움이나 슬픔 등과 혼합되어 있는 경우가 많으므로 유연한 해석이 필요하리라 생각된다.

七情으로 나타나는 벡터의 방향성은 일정한 양상을 보이지만 벡터의 크기는 感情 변화의 폭에 의지하기 때문에 개별 상황에 따른 편차가 커서 이를 표준화하기는 어렵다. 다만, 벡터의 방향이 분산되지 않고 뚜렷할수록 그 집중도가 높아지기 때문에 그에 따른 결과가 보다 명확히 나타날 것으로 생각된다.

2. 비만의 발병 기전과 관련한 七情 벡터의 해석

상술한 바와 같이 七情으로 인해 발견되는 氣의 벡터는 각각 고유의 작용점과 방향성을 지닌다. 이를 비만의 발병 기전과 연관시켜 생각하면, 체내 소화 대사에 직접적으로 작용하는 臟腑에 작용점을 둘 경우와 벡터의 방향이 뚜렷해서 동일한 강도의 感情 자극으로도 비교적 높은 반응을 유발하는 七情 요소일 경우에 비만의 발병에 미치는 영향력이 클 것이다.

1) 비만의 발병 기전과 관련성이 높은 七情 요소

비만의 발병에 있어 가장 큰 영향을 미치리라

생각되는 七情 요소는 思이다. 思는 그 작용점을 脾胃에 두고 있는데, 胃는 腐熟 通降작용을 하고, 脾는 運化작용을 통해서 全身에 營養과 津液을 공급함으로써, 脾胃는 체내 소화 대사에 가장 직접적으로 작용하는 臟腑이다. 思로 인해 나타나는 氣의 벡터는 脾胃에 집중되어 脾胃氣의 작용 방향과 반대로 작용하며 이를 相殺시키는 결과를 낳는다. 이로 인해 소화가 원활히 진행되지 못하고 營氣와 津液의 생성 및 공급 과정에 차질이 생김으로써 營養의 불균형 분포 상태가 야기되고 痰飲이 생성되며 이는 비만의 원인이 될 수 있다⁴⁾.

憂로 인한 氣의 벡터에 대한 해석은 思를 중심으로 상황에 따라 다른 七情 요소들과 결합하여 생각해 볼 수 있다. 보편적으로 思의 양상을 많이 가지고 있기 때문에 脾胃에 작용하는 경향이 있을 것이다. 방향성 또한 思와 유사할 것이며, 결과적으로 비만에 미치는 영향 또한 思의 양상을 근간으로 경우에 따라 다른 七情 요소 벡터와 합성을 함으로써 유추해 볼 수 있을 것이다.

怒는 肝氣의 逆上을 유발하는데 그 벡터는 단선적으로 上向하는 양상을 보인다. 肝은 條達하는 역할을 주도하는데 이는 脾의 運化작용을 보조하는 역할을 한다. 그러나 肝氣의 일방적인 흐름은 일시적인 항진 상태와 거의 동시에 肝氣의 鬱結을 야기하여 전신의 榮衛氣血 분포의 불균형을 이루어 비만을 비롯하여 다양한 질병을 야기할 것으로 생각된다. 특히 五行相克의 장부간 관계를 통한 병의 轉變 양상을 중시하는 한의학적 병리 기전(「素問 玉機眞藏論」五臟相通 以皆有次 五藏有病 則各傳其所勝³⁾)을 참고할 때 肝氣의 過極은 脾胃 기능에도 큰 방해요소로 작용하여 비만 발병과 밀접한 관계를 갖는다.

2) 비만의 발병 기전과 관련성이 낮은 七情 요소

惝은 怒와는 정반대의 양상을 보이며 腎氣의 하

강을 주도한다. 하부에 위치한 腎氣를 하강시키니 榮衛氣의 순환 저하를 야기하고 腎의 納氣 및 藏精 작용의 부진을 초래할 것이다. 驚은 그 벡터의 방향이 일정하지 않고 散亂하는 양상이라 벡터 방향의 집중도가 낮으므로 비만 등 특정 질환에 집중적으로 작용하기 보다는 그 결과가 광범위하고 다양하며 일시적으로 나타나고 신속하게 소멸된다. 悲는 그 벡터의 작용이 비만을 유발하는 직접적 소화대사와 관련성은 낮지만 一身의 氣를 주관하는 肺 및 上焦의 기능 저하를 초래하여 氣鬱滯, 痰飲 등을 유발하고 이로써 다양한 질환을 야기할 것이다.

이상의 七情 요소들은 벡터의 작용점 측면에서 볼 때 思나 憂보다는 소화 대사 과정에 있어서 그 접근성이 낮으므로 비만의 발병에 관여하는 정도가 思나 憂, 怒에 비해서는 낮으나, 특정한 氣의 흐름을 유도하는 七情 요소의 작용은 결과적으로 정상적 氣血 순환에 장애가 되기 때문에 여타 七情 요소의 지속적인 작용은 그 輕重의 차이를 가질 뿐, 모두 비만을 포함한 다양한 병리 현상의 원인이 될 수 있다.

3) 비만의 발병 기전에 있어 특이적으로 작용하는 七情 요소 - 喜

喜는 본론^{1,2)}에서 기술한 바와 같이 그로 인해 발현하는 氣의 벡터의 방향이 대체로 정상 생리 벡터의 방향과 일치한다. 또한 그 작용점은 君主之官이라는 명칭으로 불리며 全身을 관장하는 心에 두고 있기 때문에 그 영향이 全身에 포괄적으로 작용한다. 기쁜 감정이 적절한 강도로 작용할 경우 榮衛 소통을 촉진하고 신체 전반의 기능을 활성화하며 대사 장애로 나타나는 비만을 억제하는 효과가 예상되므로 喜는 비만에 대한 심리 치료에 있어 많은 활용이 기대되는 七情 요소이다.

Ⅲ. 고 찰

한의학에서는 內傷七情이 臟腑機能에 영향을 주어 비만을 야기하는데 특히 七情所傷은 肝氣鬱結을 야기하여 脾胃의 健運作用에 영향을 미침으로써 비만을 형성한다고 설명하였다⁵⁾. 현대 과학적으로는 스트레스에 대한 부적절한 반응으로 인하여 식욕이 증가할 수 있고, 스트레스의 종류에 따라 攝食에 관한 인체 생리의 반응의 양상이 달라질 수 있다는 연구결과가 있다⁶⁾. 또한 우울증을 비롯한 다양한 스트레스는 비만을 일으키는 주요한 원인이 될 뿐 아니라 비만의 결과로 나타나는 심각한 문제⁷⁾로서 비만의 예방 및 치료에 있어서 항상 유념해야 할 과제로 인식하고 있다.

과도한 七情에 대한 심리치료의 일환으로 「素問陰陽應象大論」에서는 五行의 相克관계에 근거하여 七情 요소로서 다른 七情 요소를 억제하는 내용을 제시하고 있다.(「素問 陰陽應象大論」悲勝怒... 恐勝喜... 怒勝思... 喜勝憂... 思勝恐...³⁾) 그러나 굳이 五行의 相克관계에 기대지 않더라도, 본문 1과 2에서 밝힌 七情 요소들이 지니는 벡터적 특성에 근거하여, 문제를 야기하는 七情 요소의 벡터를 相殺하는 방향의 자극을 가함으로써 문제 상황을 해소할 수 있을 것이다. 즉, 일찍이 七情의 분류를 통해 밝혀진 인간의 각 感情요소의 개별적 특성과 인체 생리에 미치는 영향에 대한 한의학적 연구 성과를 벡터라는 현대 과학적 개념을 매개로 하여 재해석하고 현대과학 체계와의 접목을 시도함으로써 비만에 작용하는 심리적 요소에 대한 이해와 대응의 폭을 넓힐 수 있는 것이다.

七情의 각 요소에 대한 벡터적 해석을 근거로 개별 비만 환자에게 영향을 미치고 있는 七情 요소의 구성 및 각각의 수준에 대해 보다 구체적이고 명확한 수치를 통해 인식할 수 있는 설문 모델

을 작성하고, 이를 통해서 보다 체계적이고 합리적인 비만의 심리적 원인 파악과 분석, 객관적인 자료의 제시가 가능할 것이다. 또한 七情에 대한 벡터적 분석은 다양한 현대적 진단기기 개발과 운용의 근거를 제공함으로써 수치화, 영상화된 자료 수립의 촉매로 작용할 수 있으리라 생각된다.

환자 지도의 측면에서는 각각의 七情 요소에 대한 개별화된 벡터적 접근을 통해, 이미 환자들에게 익숙한 體質別 攝生 권장 지침과 같이 정형화된 분류 기준을 제시함으로써 보다 체계적인 진료 및 환자 지도를 가능하게 할 것이다. 예를 들어 thinkers가 과도할 경우에는 활동적이고 외향적인 활동을 주문하고, 四肢를 활동시키는 맨손 체조 등을 권장할 만 할 것이다. 攄이 과도한 사람에게는 武道 수련 등을 통해 투쟁심과 자신감을 기르는 측면의 조인이 유효하고, 怒가 지나친 사람은 최근 유행하고 있는 번지점프, 급류타기 등 모험적인 스포츠 활동과 같이 긴장감 있는 운동이나 묵상 등을 통한 氣의 降下를 유도하는 것이 효과적일 수 있다. 『中庸』에서는 七情이 발하지 않은 것을 中이라 이르며 發하여 모두 절도에 맞는 것을 和라 이르며, 中과 和의 가치에 대하여 논하였다.(「中庸」喜怒哀樂之未發 謂之中 發而皆中節 謂之和 中也者 天下之大本也 和也者 天下之達道也 致中和 天地位焉 萬物育焉⁸⁾.) 인간 본성의 생리적 발현인 七情 자체에 대한 체계적인 이해와 효과적인 대응을 통해 과도할 경우 비만을 비롯한 다양한 병리현상을 야기하는 七情內傷을 예방, 치료할 수 있을 것으로 기대된다.

Ⅳ. 결 론

1. 각 七情 요소들은 고유의 작용점과 방향성을 지니고 있고 이를 각각 구별되는 벡터로 해석

할 수 있다.

2. 각 七情 요소들의 벡터의 작용점이 소화 대사에 밀접하게 관여하고, 벡터의 방향이 정상 생리의 벡터와 상충할수록 비만에 미치는 영향은 크다.
3. 비만이라는 병리적 상황에서는 문제를 야기하는 七情의 요소들의 각 벡터를 相殺시키는 방식의 대응을 통한 접근이 가능하다.
4. 七情 요소에 대한 벡터적 분석을 통해서 비만의 심리 상담 치료 모델을 개발, 비만의 예방 및 치료에 효과적으로 활용할 수 있다.

참고문헌

1. 전국 한의과대학 병리학 교실. 한방병리학. 서울:일중사. 2004;53-4.
2. 元 朱震亨 撰, 浙江省中醫藥研究院文獻研究室 編校. 丹溪醫集. 北京:人民衛生出版社. 1995;344.
3. 김달호, 이종형 공편저. 황제내경 소문. 서울:의성당. 2001;122-31,432-3,824-9.
4. 변진우. 비만에 대한 문헌적 고찰. 원광대학교 대학원. 1998;6-14.
5. 전국 한의과대학 재활의학과 교실. 東醫再活 醫學科學. 서울:書苑堂. 1995;575-6.
6. 대한일차의료학회 비만연구회 편. 비만학 이론과 실제. 서울:한국의학. 1996;197-203.
7. Yoshio Kozai 지음, 김영설 옮김. 비만학 완전 정복. 서울:군자출판사. 2005;851-74.
8. 성백효 역주. 대학·중용집주. 서울:전통문화 연구회. 2003;61-2.