第19卷 第1號 2010年 8月 20日

시간속성과 週期에 따른 經氣·五兪穴 변화에 대한 연구

최용대[1]·김병수[1]·강정수[1] *

대전대학교 한의과대학 생리학교실[1]

Study on Attribute of the Time and Change of the Qi of Meridians(經氣) according to the Cycle

Choi, Yong-dae[1]·Kim, Byoung-Soo[1]·Kang, Jung-Soo[1] *

[1]Department of Physiology, College of Oriental Medicine, Daejeon University

In Neijing(『內經』), it explains heaven, earth, four seasons(天地四時) take part in human's birth, it gives influence on life support, and have organic relationship between body and movement of sun and earth(日月運行) of heaven and earth. Human body and the natural world corresponds, so the time changes in the natural world give immediate influence to human body, and correspond changes happen inside human body. This has no exception in qi of human(人氣), meridians, the viscera and organs(臟腑) and so on.

In time, there are many kinds of cycles such as year, month, 10 days and a day. Yin and yang and the five elements in each cycle shows changes of prosperity and decay and transformation. In a year, there are spring, summer, late summer, fall and winter which are each included to wood, fire, earth, metal and water. Spring and summer belong to yang(陽), and fall and winter belong to yin(陰). A day can be divided into the crowing of the cook, dawn, noon, and twilight. After midnight yin falls and yang rises(陰盡陽生), and after noon yang falls and yin rises(陽盡陰生).

Ups and downs of the qi and blood and human body change with time and the region of whereabout is different. In one month, when the moon is full qi of blood rises and when the moon comes down qi of blood falls.

The qi of meridian(經氣) has a periodical changes with regular movement in meridian. This is a result of continuing movement of meridian and the nutrient(營) and the defense(衛) in human body, stars correspond with ups, and correspond with flow of water of meridian(經水) with downs. In a day the twelve meridians(十二經脈) in hour of yin(hours 3~5), it starts with qi and blood of lung meridian(手太陰肺經) prosperous, each qi and blood of meridian prosperous in order. In eight extra meridians(奇經八脈), Bideungpalbup(飛騰八法) per 5 days, Younggoopalbup(靈龜八法) per 60 days qi of pulse(脈氣) changes correspond. The qi and blood of five meridian points(五兪穴) is 5 days, so.

Key words : attribute of the time(時間屬性), four seasons(四季), qi of meridians(經氣), five meridian points(五兪穴).

Ⅰ. 緖 論

모든 만물은 천지자연의 변화 속에서 순응하며 살아가기 때문에, 자연에 순응하는 것이 한의학의 기본원리이고, 天理이다[1]. 天地는 춘·하·추·동의 四時에 따라 陰陽과 木火土金水 五氣가 번갈아 旺相하여 작용하며 生長化收藏하고, 一日 안에서도 鷄鳴·平旦·日中·黃昏에 따라 陰陽의 盛衰가 부단히 변하며[2], 한 달 안에서는 月相의 삭망변화에 따라 陰氣가 消長한다[3].

天地의 氣는 이와 같이 시간에 따라 변하면서 시시각각으로 一切 생명의 생명활동에 영향을 미치고 있다. 인간이 출생해서 성장하였다가 노쇠해져서 수명을 다함은 바로 시간의 작용이라 할 수 있으니, 시간은 인류의 생명활동에 중요한 요소가 된다고 하겠다. 古人들은 일찍이 이를 인식함에 있어 시간과 인체 생리·병리·진단·치료 및 양생과의 관계를 다방면으로 논술하고 있음을 알 수 있는데, 『素問·寶命全形論』에서는 "사람은 天地의 氣로써 생하고, 四時의 法으로 이루어진다."[4]라고 하여 天地四時는 인체의 출생에서부터 관여하여 생명활동의 유지에 영향을 미치고 있음을 논하였고, 『靈樞·衛氣行』에서는 "때를 삼가 살피면 病을 가히 기약할 수 있으나, 때를 잃고 살핌에 反하면 百病을 다스릴 수 없다."[5]라고 하여 時間과 外候가 질병와 밀접한 관계가 있음을 밝히고 있으며, 『靈樞·歲露論』에서는 "사람은 天地와 더불어 서로 섞이고, 日月과 더불어 서로 應한다."[6]라고 하여 인체와 天地의 日月運行 사이에는 유기적인 관계가 있음을 설파하고 있고, 『素問』 運氣七篇에는 시간의학을 총체적이면서도 구체적으로 기술하고 있다.

이렇듯 인체와 자연계는 상응하여 자연계의 변화는 직접적으로 인체에 영향을 미치고 이에 따라 인체 내에서 상응하는 변화가 일어나므로, 이를 파악함은 인체의 생리와 병리를 이해하고 진단과 치료원칙을 세울 수 있을 뿐만 아니라, 질병을 예방하고 양생원칙을 세우는데 기초가 된다.

침구임상에서 응용되고 있는 子午流注와 靈龜八法은 '시간생리'의 핵심을 반영한 침법이다. 子午流注는 인체 陰陽氣血의 운행이 달라지는 상태에 따라 十二經脈의 肘膝관절 아래의 穴을 선택하여 取穴하는 침법으로, 『內經』의 經氣 盛衰에서 淵源하였다[7]. 靈龜八法은 易理와 운기이론을 결합하여 時空醫學的으로 운용된다.

그런데 사람은 개개인의 특성에 따라 臟腑·經絡이 움직이고 있으나, 외계 六氣와도 서로 소통하고 있기 때문에 개개인의 특성과 자연계와 결합하지 않고서는 시시각각으로 변해가는 經絡과 臟腑를 제대로 파악하기 어려울 뿐만 아니라, 의학을 접목시키는 것도 어렵다.

이에 필자는 日·月·四時 등의 운동을 陰陽·五行·卦氣에 따라 시간 속성으로 귀납하고, 이들 시간 속성이 十二經·奇經八脈·五兪穴에서 經氣 생리변화와의 연관성과 子午流注·靈龜八法·飛騰八法 등에 어떻게 운용되고 있는지 살펴보고자 하였다.

Ⅱ. 本 論

『素問·寶命全形論』에서는 "하늘은 덮고 땅은 실어서 만물이 다 갖추는데 사람보다 귀한 것은 없다. 사람은 天地의 氣로써 生하고, 四時의 法으로 이루어진다."[8]라고 하였고, 『醫學入門』에

* 교신저자 : 강정수. 대전시 동구 용운동 96-3 대전대학교 한의과대학 생리학교실.
E-mail : omdkjs@dju.kr Tel : 042-280-2617.
투고일 : 2010년 7월8일, 수정일 : 2010년 7월27일, 게재확정일 : 2010년 8월 5일.

1) 方約中, 許家松. 黃帝內經素問 運氣七篇講解. 북경. 인민위생출판사. 1984. pp. 4-5.
2) 裵秉哲 譯. 今釋黃帝內經素問. 서울. 成輔社. 1999. p. 78.
3) 대전대학교 한의과대학 제7기 졸업준비위원회. 譯釋丹溪醫論. 서울. 大星文化社. 1993. p. 15.
4) 洪元植. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원. 1985. p. 97. "人以天地之氣生 四時之法成"
5) 洪元植. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원. 1985. pp. 324-325. "謹候其時 病可與期 失時反候者百病不治"
6) 洪元植. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원. 1985. p. 338. "人與天地相參也 與日月相應也"
7) 宣在光. 天人相應에 따른 氣血·神의 운행체계와 침구학적 운용에 관한 연구. 동국대학교 대학원 박사학위논문. 2002. pp. 41-42.
8) 洪元植. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원.

서는 “天地는 五行으로써 갈마들어 衰旺하여 四時를 이루고, 사람의 오장육부도 역시 그것에 응해서 衰旺한다.”[9]라고 하여 사람의 氣는 天地의 氣에 의해 生하고 四時의 운행법칙에 따라 이루어지며, 四時五行의 衰旺에 따라 사람의 五臟六腑가 應해서 衰旺하게 된다고 하였다. 또한『素問·八正神明論』에서는 “하늘이 따뜻하고 해가 밝으면 사람의 血이 淖液하고, 衛氣는 뜨므로 血이 쉽게 寫하고 氣는 쉽게 行하고, 하늘이 차고 해가 어두우면 사람의 血이 凝泣하고 衛氣가 가라앉는다.”[10]고 하여 天氣 寒溫이 血과 氣의 운행에 영향을 미침에 대해서 언급하였다. 이에 本論에서는 먼저 時間의 속성을 논하고, 이어서 시간에 따른 經絡의 생리변화에 대하여 논하고자 한다.

1. 시간 속성

1) 陰陽納時

陰陽納時는 자연계 陰陽二氣가 시간의 순서에 따라 변하는 것을 반영한 것이다. 陰陽二氣는 곧 天地之氣이다.『周易·繫辭傳』에 “天은 一, 地는 二, 天은 三, 地는 四, 天은 五, 地는 六, 天은 七, 地는 八, 天은 九, 地는 十, 이것이 天地의 數다.”[11]라고 하였으니, 陰陽納時는 대개 이것을 근거로 하여 홀수는 陽이 되고 짝수는 陰이 된다.

⑴ 年歲 陰陽

年은 陰曆으로 12개월을 말하며, 歲는 태양의 공전주기 즉 365일을 말한다. 年歲의 陰陽을 나누는 방법은 干支紀年을 기준으로 삼는다. 즉, 甲·丙·戊·庚·壬의 각 年歲는 陽年이 되고, 乙·丁·己·辛·癸의 各 年歲는 陰年이 된다. 五運六氣에서 陽年은 太過, 陰年은 不及이다[12][13].

⑵ 四時 陰陽

四時는 春·夏·秋·冬 四季를 말한다. 그 중에서 春夏는 陽이고 秋冬은 陰이며, 夏는 또한 陽中之陽이고 冬은 또한 陰中之陰이다. 이러한 陰陽配屬과 天地之數는 관련이 있다. 易을 근거로 하면 春數는 七, 夏數는 九, 秋數는 八, 冬數는 六이다. 七·九는 陽이고, 七은 少陽이고, 九는 老陽이다. 八·六은 陰이고, 八은 少陰이고, 六은 老陰이다[14]. 따라서 사시와 음양노소 및 음양중 음양이 서로 일치함을 알 수 있다.

⑶ 朔望 陰陽

朔望은 月相變化의 표시이며, 陰陽의 구분이 있다. 上弦으로부터 望을 거쳐 下弦까지는 陽에 속하고, 下弦으로부터 晦를 거쳐 上弦까지는 陰에 속한다. 매월 朔으로부터 望까지는 陰에서 陽으로 轉化하는 과정이고, 望으로부터 晦까지는 陽에서 陰으로 轉化하는 과정이다. 그러므로 朔晦에는 陰氣가 重하고, 旣望에는 陽氣가 隆盛하며, 上弦·下弦에는 陰陽이 각각 半이다[15].

⑷ 日時 陰陽

日時 陰陽은 대개 干支紀時로 순서를 삼는데, 홀수는 陽이 되고 짝수는 陰이 된다. 日을 陰陽으로 나누면, 甲·丙·戊·庚·壬의 각 日은 陽日이고, 乙·丁·己·辛·癸의 각 日은 陰日이다. 時를 陰陽으로 나누면 子·寅·辰·午·申·戌의 각 時는 陽時이고, 丑·卯·巳·未·酉·亥의 각 時는 陰時이다[16]. 天干과 地支가 배합될 때 陽干은 陽支와 배합되고 陰干

1985. p. 97. “天覆地載 萬物悉備 莫貴於人 人以天地之氣生 四時之法成”.

9) 李梴. 醫學入門. 大星文化社. 1983. p. 217. “天地以五行更迭衰旺 而成四時 人之五臟六腑 亦應之而衰旺”.

10) 洪元植. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원. 1985. p. 100. “天溫日明 則人血淖液 而衛氣浮 故血易寫 氣易行 天寒日陰 則人血凝泣 而衛氣沈”.

11) 김석진. 대산주역강해(하경). 서울. 대유학당. 1994. p. 323. “天一 地二 天三 地四 天五 地六 天七 地八 天九 地十 此天地之數也”

12) 윤창렬. 運氣論奧諺解(上). p. 29.

13) 大韓東醫生理學會編. 東醫生理學. 부름인쇄기획. 1993. p. 54.

14) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. pp. 44-45.

15) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. p. 46.

16) 大韓東醫生理學會編. 東醫生理學. 부름인쇄기획. 1993. p. 54.

은 陰支와 배합되므로, 干支로 日時를 陰陽으로 나눌 때에는 天干 또는 地支만을 사용하게 된다.

⑸ 晝夜 陰陽

『素問·金匱眞言論』에 "陰중에 陰이 있고, 陽중에 陽이 있다. 平旦부터 日中까지는 天의 陽이고 陽중의 陽이다. 日中부터 黃昏까지는 天의 陽이고 陽중의 陰이다. 合夜에서 鷄鳴까지는 天의 陰이고 陰중의 陰이다. 鷄鳴부터 平旦까지는 天의 陰이고 陰중의 陽이다."[17]라고 하였다. 이것으로써 보건대, 白晝는 陽이며 黑夜는 陰이고, 白晝 안에서도 午前은 陽이고 午後는 陰이며, 黑夜 안에서도 子前은 陰이고 子後는 陽이다. 이것을 二分二至와 비교해 보면 午는 夏至에 해당하고 子는 冬至에 해당하며 平旦은 春分에 해당하고 合夜는 秋分에 해당한다.

2) 五行 納時

五行규율에 따른 시간 변화가 五行納時이며, 각종 시간 주기들은 五行 속성과 규율을 가지고 있다. 또한 앞에서 언급한 時序변화는 오행규율 분석을 이용하며, 오행속성으로 확정된다. 여기에서는 五季·五時辰·十日·年歲 등과 五行의 관계에 대해서 언급하겠다.

⑴ 五季 五行

五季의 분류방법에는 四時長夏法과 四時四季法 두 가지가 있다.

四時長夏法은 一年을 春·夏·長夏·秋·冬의 五季로 나누는데, 長夏는 季夏 6月의 1개월만을 가리킨다. 그러므로 이 법에서의 五季는 그 길이가 다 일정하지 않다. 四時四季法은 春夏秋冬 四時의 각각의 마지막 18日을 '四季'라고 하는데 모두 72日이 된다. 四季를 뺀 四時의 나머지 시간도 모두 72日이 되어 1年을 일정한 길이의 5단계로 나눌 수 있다. 두 法 모두 春·夏·秋·冬을 각각 木·火·金·水에 배속하고 長夏와 四季를 모두 土에 배속한다[18].

⑵ 五時 五行

1日에는 12개의 時辰이 있다. 寅時를 하루의 첫째 時辰으로 하여 寅卯·巳午·申酉·亥子를 순서대로 木·火·金·水에 배속하고 辰戌丑未를 모두 土에 배속한다. 土에 배속된 4개 時辰을 '四季時'라 한다[19].

⑶ 年歲 五行

干支紀歲에도 五行과 일정한 관계가 있다. 일반적으로 地支紀歲를 따르는데 五時五行과 마찬가지로 寅卯·巳午·申酉·亥子의 歲는 각각 木·火·金·水에 배속되고 辰戌丑未의 歲는 모두 土에 배속된다[20].

⑷ 十日 五行

10일은 天干紀日의 주기이다. 甲乙日은 木, 丙丁日은 火, 戊己日은 土, 庚辛日은 金, 壬癸日은 水에 배속된다.

3) 卦氣納時

卦氣納時는 시간의 순서와 卦氣의 관계를 세우는 방법으로, 奇經八脈의 八脈交會穴을 차용하는 鍼灸에 專用되는 納時이다. 飛騰八法[21]과 靈龜八法[22] 등 두 가지 納時가 있다.

---

17) 洪元植. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원. 1985. p. 20. "陰中有陰 陽中有陽 平旦至日中 天之陽, 陽中之陽也 日中至黃昏 天之陽 陽中之陰也 合夜至雞鳴 天之陰 陰中之陰也 雞鳴至平旦 天之陰 陰中之陽也"

18) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. p. 47.

19) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. p. 47.

20) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. p. 47.

21) 飛騰八法도 八法八穴을 기본으로 하는 按時開穴의 침법이다. 靈龜八法과 달리 해당하는 날의 時干만으로 開穴을 계산한다(김광호. 奇門의 의학적 운용에 관한 연구. 대전대학교 대학원 박사학위논문. 2002. p. 77.).

22) 靈龜八法은 팔맥교회혈을 위주로 사용하는 일종의 按時配穴法이다. 九宮數에 八穴과 日時의 干支를 결합하여 운용한다(김광호. 奇門의 의학적 운용에 관한 연구. 대전대학교 대학원 박사학위논문. 2002. pp. 75-76.).

⑴ 飛騰八法納時

飛騰八法納時는 八卦를 紀時天干과 배합하는 納時方法으로서 5일을 주기로 한다.

① 卦氣陰陽

『周易·設卦傳』에서 八卦를 사람에 비유하여, 乾은 父, 坤은 母, 艮은 少男, 兌는 少女, 坎은 次男, 離는 次女, 震은 長男, 巽은 長女가 되니 이 안에는 陰陽이 交替하는 차례가 있다[23] 하였다. 八卦와 陰陽, 天干, 가족관계 배합을 정리하면 [표1]과 같다.

[표1] 卦氣陰陽

八卦	乾 ☰	坤 ☷	艮 ☶	兌 ☱	坎 ☵	離 ☲	辰 ☳	巽 ☴
陰陽	純陽	純陰	上陽	上陰	中陽	中陰	下陽	下陰
天干	甲壬	乙癸	丙	丁	戊	己	庚	辛
사람	父	母	少男	少女	次男	次女	長男	長女

② 飛騰卦氣 時序

卦氣의 陰陽順序가 정해졌으므로 卦氣와 시간 순서와의 관계는 그것에 따라 결정된다. 飛騰八法은 卦氣를 紀時天干과 배합하여 운용한다. 卦는 8개이고 天干은 10개인데 天干의 壬과 癸를 각각 甲과 乙의 아래에 붙여서 짝을 맞추어 卦와 天干을 배합한다. 즉, 甲壬은 乾에, 乙癸는 坤에, 丙은 艮에, 丁은 兌에, 戊는 坎에, 己는 離에, 庚은 震에, 辛은 巽에 배합된다. 天干紀時의 주기는 5일이므로 飛騰八法 納時주기 또한 5일이다. 이때 八卦가 主하는 時辰의 수는 균등하지 않으니 乾坤 二卦는 5일 60甲子時辰 중에 각각 12개 時辰을 主하고, 나머지 6卦는 각각 6개 時辰을 主하게 된다[24].

⑵ 靈龜八法 納時

靈龜八法 納時는 60일을 주기로 하는데, 飛騰八法보다 복잡하다. 靈龜八法 納時는 時干支와 日干支를 동시에 고려해야 한다. 그 법은 八卦·日干支·時干支를 나누어서 일정한 숫자에 배합하고 그 숫자로부터 八卦와 時間順序와의 관계를 도출해낸다.

① 卦氣氣數

卦氣氣數는 八卦氣化의 數를 가리키는데, 그것은 洛書九宮圖와 後天八卦를 배합하여 확정한다. 이러한 숫자는 古人이 陰陽五行의 원리를 살펴서 확정한 것이다. 離卦는 南方 9, 坎卦는 北方 1, 震卦는 東方 3, 兌卦는 西方 7, 乾卦는 西北 6, 坤卦는 西南 2, 艮卦는 東北 8, 巽卦는 東南 4에 배속된다. 5는 土에 속하는데 西南에 치우쳐 있어서 坤卦에 대응하므로 坤卦는 2·5 두 수에 배속된다[25]([그림1] 참조).

[그림1] 後天八卦와 卦氣氣數

② 干支時序應數

干支紀日와 干支紀時는 각각 應하는 數가 다르다.

干支紀日의 應數는 五行生成의 數에 근거하여 정한다. 즉, 甲己와 辰戌丑未는 10에 응하고, 乙庚과 申酉는 9에 응하고, 丁壬과 寅卯는 8에 응

23) 김석진. 대산주역강해(하경). 서울. 대유학당. 1994. p. 415.

24) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. p. 68.

25) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. p. 68.

하고, 戊癸와 巳午는 7에 응하고, 丙辛과 亥子는 6에 응한다[26].

干支紀時의 應數는 干支紀日의 應數와는 다르니 甲己와 子午는 9에 응하고, 乙庚과 丑未는 8에 응하고, 丙辛과 寅申은 7에 응하고, 丁壬과 卯酉는 6에 응하고, 戊癸와 辰戌은 5에 응하고, 巳亥는 4에 응한다[27].

2. 주기에 따른 經氣·經穴의 변화

經絡은 인체 내에 있는 하나의 특수한 생리계통이며 氣血을 운행시키고 臟腑를 연락하며 臟腑機能을 조절하는 중요한 작용을 한다[28]. 經絡 중의 氣血을 '經氣'라 하는데, 經氣는 經絡 안에서 규칙적인 운행을 하며 주기적인 변화가 있다. 『靈樞·癰疽』에서는 "血脈과 營衛가 쉬지 않고 운행하여, 위로는 星宿와 상응하고 아래로는 經水가 흐르는 이치와 상응한다."[29]고 하였다. 楊維傑은 徐鳳이 '子午流注'를 설명하면서 "流라는 것은 往이요, 注는 住이다."[30]라고 한 것을 언급하면서 "인체 氣血의 순행이 마치 물의 흐름이 流行하여 흘러 들어오고 나가는 것과 같은 것임을 가리키며 인체 經絡氣血의 盛衰는 물이 정기적으로 들어왔다 나갔다하는 모습을 닮았으며, 月·日·時가 같지 않음으로 해서 일정한 流注와 開合 규율이 있게 된다."[31]라고 하였다. 따라서 인체의 經氣는 天地에 상응하며, 天地의 변화와 더불어 盛衰가 있음을 알 수 있다.

1) 十二經의 생리주기

일찍이 『黃帝內經』에서부터 후세의 醫家에 이르기까지 十二經의 생리활동의 규율에 대하여 많은 변화 주기를 제시하였다.

⑴ 시간에 따른 부위별 經氣의 盛衰

『靈樞·陰陽繫日月』에서 "허리 이상은 天이고, 허리 이하는 地이다. … 足 十二經脈은 十二月에 응하는데 月은 水에서 생하므로 下에 있는 것은 陰이 되고, 手 十指는 十日에 응하는데 日은 火를 주하므로 上에 있는 것은 陽이 된다."[32]고 하여 手足 三陰三陽을 10天干과 12地支에 배속하였고, 月을 기준으로 한 足經의 人氣所在週期와 日을 기준으로 한 手經의 人氣所在週期 두 가지 '經氣所在週期'를 제시하고 있다. 즉, 허리 이하는 陰이므로 足三陽三陰을 12地支에 배속하였는데, 月은 陰이므로 12개월을 주기로 하고, 허리 이상은 陽이므로 手三陽三陰을 10天干에 배속하였는데, 日은 陽이므로 十日을 주기로 한다.

또한 같은 篇에서 음양이 足三陰三陽과 어떻게 합하는가에 대하여 "寅은 正月의 生陽이므로 左足의 少陽을 주하고, 未는 六月로 右足의 少陽을 주하고, 卯는 二月로 左足의 太陽을 주하고, 午는 五月로 右足의 太陽을 주하고, 辰은 三月로 左足의 陽明을 주하고, 巳月은 四月로 右足의 陽明을 주한다. 申은 七月의 生陰이므로 右足의 少陰을 주하고, 丑은 十二月로 左足의 少陰을 주하고, 酉는 八月로 右足의 太陰을 주하고, 子는 十一月이므로 左足의 太陰을 주하고, 戌은 九月로 右足의 厥陰을 주하고, 亥는 十月로 左足의 厥陰을 주한다."[33]고 하여 月의 陰陽盛衰변화와 인체의 足經 三陰三陽의 盛衰를 연관시켰다.

한편 陰陽이 手三陰三陽과 어떻게 합하는가에

---

26) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992, p. 69.

27) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. p. 69.

28) 최용태 외. 針灸學. 서울. 集文堂. 1994. p. 48.

29) 洪元植. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원. 1985. p. 345. "血脈營衛 周流不休 上應星宿 下應經數."

30) 鍼灸大成校釋. 大星文化社. 1996. p. 587. "流者往也 注者住也"

31) 楊維傑. 國譯鍼灸經緯解釋. 대전. 도서출판 한맥북. 2001. p. 293.

32) 洪元植. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원. 1985. p. 196. "腰以上爲天 腰以下爲地 … 足之十二經脈 以應十二月 月生於水 故在下者爲陰 手之十指 以應十日 日主火 故在上者爲陽"

33) 洪元植. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원. 1985. p. 196. "寅者 正月之生陽也 主左足之少陽 未者 六月 主右足之少陽 卯者 二月 主左足之太陽 午者 五月 主右足之太陽 辰者 三月 主左足之陽明 巳者 四月 主右足之陽明 … 申者 七月之生陰也 主右足之少陰 丑者 十二月 主左足之少陰 酉者 八月 主右足之太陰 子者 十一月 主左足之太陰 戌者 九月 主右足之厥陰 亥者 十月 主左足之厥陰"

대하여 “甲은 左手의 少陽을 주하고, 己는 右手의 少陽을 주하고, 乙은 左手의 太陽을 주하고, 戊는 右手의 太陽을 주하고, 丙은 左手의 陽明을 주하고, 丁은 右手의 陽明을 주하고, 庚은 右手의 少陰을 주하고, 癸는 左手의 少陰을 주하고, 辛은 右手의 太陰을 주하고, 壬은 左手의 太陰을 주한다.”[34]고 하였다. 따라서 經脈의 氣血 盛衰는 天地四時의 陰陽消長과 밀접하게 연관되어 있음을 알 수 있다. 그러므로 질병을 치료할 때에도 病證뿐만 아니라 因時制宜하여 시간에 따라 인체 經脈의 氣血盛衰를 잘 살펴야 할 것이다.

⑵ 十二經 經氣의 生旺

『黃帝內經』은 28脈을 운행하는 經氣의 ‘五十營’ 주기에 대하여 제시하였으며, 후세 醫家는 『黃帝內經』의 이론적 기초 위에서 子午流注鍼法을 창립하여 經氣運行流注의 두 가지 주기를 제시하였는데, 하나는 ‘十二經納子 日週期’이며 다른 하나는 ‘十經納甲 旬週期’이다.

① 十二經納子의 1일 生旺 주기

이 주기는 地支紀時를 근거로 한다. 經氣는 寅時에 시작하여 丑時에 끝나는데 각 時辰은 하나의 經과 배합되어 肺經은 寅時, 大腸經은 卯時, 胃經은 辰時, 脾經은 巳時, 心經은 午時, 小腸經은 未時, 膀胱經은 申時, 腎經은 酉時, 心包經은 戌時, 三焦經은 亥時, 膽經은 子時, 肝經은 丑時에 배합한다. 이러한 流注順序는 十二經의 循行次序와 일치하는 것이다. 子午流注鍼家에서는 각 經은 마땅히 그 時에는 氣血이 盛하고 그 時가 지나면 氣血이 衰하게 된다고 하였다[35].

宋[36]은 氣血의 源泉은 ‘左腎 右命門’이라고 하였고, 시간이 경과함에 따라 氣血의 순환에 대하여 다음과 같이 서술하고 있다. “天地의 水火 이치를 보면 天一生水로 水가 天에서 내려와 地中으로 滲入하고, 地二生火로 地에서 火가 生하여 天으로 상승함을 볼 수 있으니, 腎이 單臟으로 최하부에 處하여 地를 상징케 하고 腎이 兩枚로 구분되어서 左腎 右命門으로 左腎은 血을 主하고 右命門은 氣를 主해서 氣血의 원천이 모두 여기에 있다. 動하는 시기를 보면 男先於女이므로 三焦가 動하는 亥時에 命門이 動하고, 子時에 腎이 動해서 天道는 左旋으로 命門火는 右轉해서 최후에 左旋으로 腎으로 들어가 血과 合하고, 腎은 左轉하여 終末에 右轉해서 命門으로 들어가 氣와 합한다. 그 경로를 보면 命門氣는 胃로 들어와서 寅時에 肺로 들어가 重樓(喉)를 거쳐서 최정상인 泥丸宮(百會穴)으로 올라와서 正午를 지나서 後腦下端으로 내려가 髓의 津液을 채취해서 戌時에 心包로 내려와서 다시 肝으로, 腎으로 들어가면 腦에서 채취한 津液을 腎에게 전하여 腎血과 합한다. 腎水는 脾로 올라와 心包로 들어가서 咽을 거쳐 泥丸宮으로 올라와서 後腦上部에서 髓의 精氣를 採取해서 腦髓를 右回轉하여 前腦로 들어와 肺로 하강하여 胃로 들어와서 최후로 命門에서 와서는 髓에서 채취한 精氣를 命門에게 전달하고 命門氣와 합한다.”고 하였다.

② 十經納甲의 旬生旺 주기

이 週期는 天干紀日을 근거로 하는데, 天干旬日 즉 10日을 주기로 하여 甲日부터 시작하여 膽·肝·小腸·心·胃·脾·大腸·肺·膀胱·腎의 十經이 순서대로 生旺한다. 그 대응관계는 陰陽五行納時와 臟腑陰陽五行屬性에 따라 결정된다. 예를 들면 甲日은 陽木으로서 膽에 응하고, 乙日은 陰木으로서 肝에 응한다. 기타 각 臟腑 또한 이와 같다[37].

⑶ 手太陽의 月別 활동

일년간의 활동은 三陽 중에서도 현저하게 다르

34) 洪元植. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원. 1985. p. 196. “甲主左手之少陽 己主右手之少陽 乙主左手之太陽 戊主右手之太陽 丙主左手之陽明 丁主右手之陽明 此兩火幷合 故爲陽明 庚主右手之少陰 癸主左手之少陰 辛主右手之太陰 壬主左手之太陰”

35) 楊維傑. 國譯鍼灸經緯解釋. 도서출판 한맥북. 2001. p. 297.

36) 宋点植. 醫學輯要. 서울. 圖書出版 曉林. 1994. pp. 263-264.

37) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. p. 112.

다. 太陽이 開가 되어서 陽을 맞아들인다 함은 특히 手太陽을 두고 하는 말이지 足太陽을 말하는 것이 아니다. 그 이유는 足太陽은 多血하므로 沈重해서 경쾌한 동작을 취하지 못하고 특히 腎을 보조해서 精을 감시하고 骨을 담당하고 있으므로 沈遠한 地中의 일을 行하게 되어서 地의 表裏를 순간적으로 출입하기가 어려운 처지이고, 手太陽은 天上에서 건전한 기운으로 자유자재로 상하로 유동할 수 있어서 太陽의 靜的인 사무는 足太陽이 맡고 있고 일년간의 陽으로서의 활동은 거의 手太陽이 行하게 된다. 手太陽의 활동을 月別과 節氣와의 관계로 살펴보면 다음과 같다[38].

手太陽의 행동은 正月부터 시작되는데, 正月에는 立春·雨水의 兩節이 있다. 立春에 手太陽이 인체에서 하는 일은 丹田에서 陽을 평상시보다 倍 이상을 받아 들여서, 먼저 命門·心包로 옮겨주고 다시 命門에서 小腸으로 火氣를 옮겨와서 小腸十六曲에 균등하게 배치해서 五藏·五府·三焦·心包를 합해서 十二藏과 骨·肌肉·皮膚·毛髮·齒牙 등 十六處에 적량의 火氣를 배포해서, 각 經脈으로 하여금 겨우내에 침체했던 용기를 鼓舞시키면 寸關尺의 三部九候脈이 浮하게 나타나게 된다. 雨水가 되면 小腸을 고동시켜서 血을 증산시켜 겨우내에 건조했던 脈道를 修築해서 血의 소통을 도모함으로써 氣는 순조롭게 血을 거느리고 血은 온순하게 氣를 따라서 足掌이 더워지고 手掌에 血色이 돌아오고 손톱과 발톱에 紅色이 盛해진다.

2월에는 驚蟄·春分 兩節이 있다. 手太陽은 좋은 때를 만나서 晝夜로 門을 열고 陽을 영접하여 신체의 十六處에는 陽氣가 넘쳐흐른다. 精神은 혼미하고 筋脈은 이완해서 차츰 긴장이 풀어져서 수면이 盛하게 되어, 낮에도 잠이 오게 되니 이것을 春困이라 한다.

3월에는 淸明·穀雨의 兩節이 있다. 이 때에 手太陽은 前月과 다름없이 매일 단전을 통해서 陽氣를 받아들이나, 量이 前月보다 倍增하고 활동시간이 더 길어지고 활동방법도 달라진다. 日出時부터 日入時까지의 활동은 물론이고, 日出前 日沒後라도 天地에 暖氣가 있으면 小腸이 지시해서, 心包의 일을 幇助한다. 手太陽의 활동방법은 이달부터 9월까지 점점 복잡해지게 된다.

4월과 5월은 手太陽이 가장 奔走多事한 시절이다. 4월에는 立夏·小滿의 兩節이 있고, 5月에는 芒種·夏至의 兩節이 있다. 매일 아침 단전으로부터 들어오는 陽의 量이 正月에서부터 5월까지는 점점 늘어나다가 芒種·夏至·小暑·大暑의 4절기에는 양이 배로 늘고, 立秋·處暑때부터는 양이 차츰 줄어들어서 立冬·小雪·大雪·冬至에 갑자기 배로 줄어든다. 立夏·小滿 때에는 陽의 증가량을 현저하게 느끼지 못하나 芒種·夏至 때에는 氣象이 돌변해서 전에 나지 아니하던 땀이 나게 되고, 숨이 차서 중노동을 자연히 피하게 되고, 신선한 그늘을 찾아서 냉음식을 즐기게 된다.

6월에도 5월과 마찬가지로 활동에는 별로 변화가 없으나 高溫多濕의 계절이므로 활동에 많은 지장을 가져오게 되어서, 지장에 대한 반응이 크게 나타난다. 高溫하면 心氣가 항진해서 表傷으로는 中暑·傷暑가 되고, 內傷으로는 中暍· 霍亂이 된다. 太陽門이 제대로 열려서 三陽이 순조롭게 드나들면 절대로 이런 일이 없을 것이나, 高溫으로 문턱이 좁게 되고 多濕으로 문간이 막히게 되면 三陽이 경쟁을 일으켜서 先後를 다투므로 先入者가 먼저 들어가서 後入者는 계속해서 들어가지 못하고, 문간에서 기다리다가 시기를 상실하게 된다.

7월에는 太陽의 활동에 일대 혁신이 오게 된다. 立秋·處暑의 兩節氣가 이달을 지배해서 立秋 때에는 濕熱이 多하고, 處暑 때에는 燥熱이 多해서 모두 太陽의 同類인 陽熱이나, 夏至에 一陰이 生해서 이 달에는 三陰이 生하므로 太陽의 활동에 변혁을 일으키게 된다. 六經 중에서 모든 陰과 陽은 활동이 서로 반대되어서 陽盛之時에는 陰이 쉬게 되고, 陰盛之時에는 陽이 쉬게 됨에 反해서, 太陽은 寅月에서 戌月까지를 관리하게 되므로 앞으로 3개월 동안을 더 분주하게 활동해야 한다. 이 달부터 9월까지는 陰陽을 모두 太陽

38) 宋点植. 醫學輯要. 서울. 圖書出版 曉林. 1994. pp. 106-111.

이 관리하므로 5·6月 두 달에 盛暑에 시달린 사람들은 日沒後 日出前의 冷冷한 기운으로 인해서 정신이 선명해지고, 야간에는 수면을 잘 이루게 되니 이는 太陽表寒의 작용이고, 日出後 日沒前에는 더워서 땀을 흘리게 되니 이는 太陽內熱의 작용이다.

8월에는 四陰이 生해서 白露·秋分 兩節候가 지배하므로 陽氣는 56,000리를 후퇴하고, 陰氣는 56,000리를 전진해서 白露에는 흰 이슬이 내리고, 秋分에는 晝夜가 평등해서 陰半 陽半이 되어서, 陰陽의 세력이 균등하게 된다. 이달부터 太陽의 제일 고심사는 大氣에서 몰려 들어오는 風寒의 邪氣이다.

2) 五兪穴의 생리 주기

五兪穴은 十二經脈에 있으면서 本經과 氣血生旺 주기가 같다. 그러나 이 외에도 五兪穴은 특수한 生旺 주기가 있다.

『靈樞·九鍼十二原』에서는 經氣가 五兪穴에서 운행하는 流注의 순서와 방향에 대하여 제시하였으니 즉 井出, 滎溜, 兪注, 經行, 合入이 그것이다[39]. 그러나 經氣가 五兪穴을 流注하는 시간에 관해서는 『黃帝內經』은 언급하지 않았다.

宋·金·元代에 이르러 子午流注 학설이 탄생하였는데, 현존하는 최초의 子午流注法은 賈氏井滎六十首法이다. 子午流注는 『내경』에서 이론이 연원한 것으로, 干支紀時의 원리를 운용하여 十二經에 있는 五兪穴을 시간에 따라 開穴하는 침법이다[40]. 納甲法은 十二經의 66개 兪穴의 氣血이 5日, 즉 60甲子 時辰을 주기로 循環流注하며 상호 生旺한다고 인식하였다. 納甲法은 최소한 두 가지 형식이 후세에 전해지고 있는데, 하나는 金元時代 何若愚法으로 何氏의 法은 『流注指微賦』 등에 실려 있고, 다른 하나는 徐鳳의 法인데, 徐鳳의 『鍼灸大全』과 楊繼洲의 『鍼灸大成』[41]에 실려 있다[42].

(1) 何若愚의 五兪穴 氣血生旺 주기

이 法은 天干旬日, 즉 10日 안에서 陽日에는 陽經의 특정한 兪穴의 氣血이 生旺한다고 보고, 陰日에는 陰經의 특정한 兪穴의 氣血이 生旺한다고 본다. 그 규율은 다음과 같다.

① 引氣引血

引氣引血은 十二經 중에서 그 日을 담당하는 經이 氣血의 運行流注를 引導하는 작용이 있음을 가리킨다. 어느 날을 담당하는 經의 확정은 앞에서 언급한 '十經納甲旬週期'를 따른다. 陽經이 담당하는 日에는 經氣가 先行하고 血이 그것을 따르며, 陰經이 담당하는 日에는 經血이 先行하고 氣가 그것을 따른다[43].

② 氣納三焦 血歸包絡

經은 12개가 있으나 日干은 10개뿐이어서 十經 만이 日을 담당하여 引氣引血한다. 三焦經과 心包經은 담당하는 日이 없으나, 三焦經은 '陽氣之父'이고 心包經은 '陰血之母'로서 두 經은 十經의 氣血을 받아들일 수 있다. 따라서 陽日에는 陽經이 氣를 引導하여 五兪穴에 流注시키는 것이 끝나면 經氣는 三焦經의 六穴에 들어가고, 陰日에는 陰經이 經血을 引導하여 五兪穴에 流注시키는 것이 끝나면 經血은 心包經의 五穴에 들어간다[44].

③ 五兪穴의 시간에 따른 氣血 生旺

매일 五兪穴의 生旺 순서는 아래와 같다[45].

㉠ 井穴의 生旺 : 그 날을 담당하는 經은 먼저 氣血을 引導하여 本經의 井穴에 流注시키는데,

---

39) 洪元植. 精校黃帝內經靈樞. 서울. 동양의학연구원. 1985. p. 12.

40) 宣在光. 天人相應에 따른 氣血·神의 운행체계와 침구학적 운용에 관한 연구. 동국대학교 대학원 박사학위논문. 2002. pp. 41-46.

41) 楊繼洲. 針灸大成. 서울. 침코리아. 2002. pp. 183-184.

42) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. p. 113.

43) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. p. 113.

44) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. p. 113.

45) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. pp. 113-114.

井穴의 氣血이 왕성해지는 시간은 그 날의 日干과 天干이 같은 時辰이 된다.

㉡ 滎穴의 生旺 : 二時辰 뒤에는 井穴이 속한 經의 子經의 滎穴의 氣血이 왕성해진다.

㉢ 兪穴의 生旺 : 二時辰 뒤에는 滎穴이 속한 經의 子經의 兪穴의 氣血이 왕성해진다.

㉣ 原穴의 生旺 : 陽經이 담당하는 陽日에는 兪穴이 왕성해질 때, 그 날을 담당하는 經의 原穴이 동시에 왕성해진다. 陰日에는 그렇지 않다.

㉤ 經穴의 生旺 : 二時辰 뒤에는 兪穴이 속한 經의 子經의 經穴의 氣血이 왕성해진다.

㉥ 合穴의 生旺 : 二時辰 뒤에는 經穴이 속한 經의 子經의 合穴의 氣血이 왕성해진다.

㉦ 三焦經, 心包經의 五兪穴의 生旺 : 二時辰 뒤에는 陽日에는 氣血이 三焦經에 歸納하여 井·滎·兪·原·經·合 六穴을 流注하고, 陰日에는 氣血이 心包經에 歸納하여 井·滎·兪·經·合 五穴에 流注한다.

三焦經과 心包經의 兪穴은 각 經의 五兪穴의 마지막에서 왕성해질 뿐만 아니라 本經의 特定穴이 왕성해질 때가 있다. 즉 三焦經은 壬日 壬子時에 關衝에 注하고, 癸日 甲寅時에 液門에 注하고, 丙辰時에 中渚에 注하고, 戊午時에 支溝에 注하고, 庚申時에 天井에 注한다. 心包經은 壬日 癸丑時에 中衝에 注하고, 癸日 乙卯時에 勞宮에 注하고, 丁巳時에 大陵에 注하고, 己未時에 間使에 注하고, 辛酉時에 曲澤에 注한다.

⑵ 徐鳳의 五兪穴 生旺 주기

徐氏의 法은 何氏의 法과는 아래와 같이 세 가지 점에서 다르다[46].

첫째, 何氏法에서는 陽經의 原穴은 兪穴과 동시에 生旺하고 陰經의 경우에는 原穴이 生旺하는 경우가 없다. 그러나 徐氏法에서는 兪穴로써 原穴을 代身하여 陰陽經 모두 原穴이 生旺한다. 둘째, 何氏法에서는 매일 五兪穴의 流注가 끝나면 陽經이 담당하는 날에는 氣가 三焦經의 六穴로 들어가고, 陰經이 담당하는 날에는 血이 心包經의 五穴로 들어간다. 그러나 徐氏法에서는 氣血이 五兪穴의 流注를 끝내면 각각 三焦經 또는 心包經의 하나의 穴로 들어가는데, 이 穴은 五行相生의 관계상 그 날을 담당하는 經이 生하는 穴이다. 셋째, 何氏法에서는 三焦經과 心包經의 五兪穴이 단독으로 生旺하는 때가 있으니, 三焦經의 井穴은 壬日의 壬子時에, 心包經의 井穴은 壬日의 癸丑時에 왕성해지고 나머지 穴들은 뒤이어서 왕성해진다. 이것은 '三焦寄旺於壬 心包寄旺於癸'의 이론을 體現한 것이다. 그러나 徐氏法에서는 三焦經과 心包經의 五兪穴이 단독으로 왕성해지는 때가 없다. 다만 三焦經의 原穴인 陽池가 膀胱經이 담당하는 날의 丙午時에 덧붙어서 왕성해지고, 心包經의 原穴인 大陵이 腎經이 담당하는 날의 丁卯時에 덧붙어서 왕성해진다. 이것은 '三焦陽腑須歸丙 心包從腎丁火旁'의 이론을 體現한 것이다. 이상에서 논한 세 가지 상이한 점 이외에는 徐氏法의 五兪穴生旺週期와 何氏法의 그것이 일치한다.

3) 奇經八脈의 生旺 주기

奇經八脈의 氣血生旺 주기는 八脈交會穴을 통하여 표현된다. 八脈의 生旺週期는 두 가지가 있는데, 5일을 주기로 하는 飛騰八法과, 60일을 주기로는 靈龜八法이 그것이다.

⑴ 飛騰八法의 5일 生旺 주기

奇經八脈 및 그 交會八穴의 5日 生旺 주기는 앞에서 논한 飛騰八法卦氣納時를 통하여 알 수 있다. 奇經八脈의 氣血生旺은 卦氣陰陽變化와 상응한다. 衝脈은 乾에 응하고, 陽蹻脈은 坤에 응하고, 陰維脈은 艮에 응하고, 陰蹻脈은 兌에 응하고, 帶脈은 坎에 응하고, 任脈은 離에 응하고, 陽維脈은 辰에 응하고, 督脈은 巽에 응하여, 八脈交會穴은 卦氣와 상응한다. 따라서 어떤 시점에 그 時辰을 主하는 卦氣에 상응하는 奇經의 八脈交會穴의 氣血이 왕성해진다[47]([표3] 참조).

46) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. pp. 115-118.

47) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. pp. 118-119.

[표2] 五兪穴의 氣血生旺

甲日	時辰	丙寅	丁卯	戊辰	己巳	庚午	辛未	壬申	癸酉	甲戌	乙亥	丙子	丁丑	同時生旺穴
	何氏 徐氏		神門① 神門②		商丘 商丘		尺澤 尺澤		心包 中衝	竅陰 竅陰		前谷 前谷		①太谿②大陵
乙日	時辰	戊寅	己卯	庚辰	辛巳	壬午	癸未	甲申	乙酉	丙戌	丁亥	戊子	己丑	同時生旺穴
	何氏 徐氏	陷谷① 陷谷①		陽谿 陽谿		委中 委中		三焦 液門	大敦 大敦		少府 少府		太白 太白②	①丘虛 ①丘虛②太衝
丙日	時辰	庚寅	辛卯	壬辰	癸巳	甲午	乙未	丙申	丁酉	戊戌	己亥	庚子	辛丑	同時生旺穴
	何氏 徐氏		經渠 經渠		陰谷 陰谷		心包 勞宮	少澤 少澤		內庭 內庭		三間① 三間①		①腕骨 ①腕骨
丁日	時辰	壬寅	癸卯	甲辰	乙巳	丙午	丁未	戊申	己酉	庚戌	辛亥	壬子	癸丑	同時生旺穴
	何氏 徐氏	崑崙 崑崙		陽陵泉 陽陵泉		三焦 中渚	少衝 少衝		大都 大都		太淵 太淵①		復溜 復溜	①神門
戊日	時辰	甲寅	乙卯	丙申	丁巳	戊午	己未	庚申	辛酉	壬戌	癸亥	甲子	乙丑	同時生旺穴
	何氏 徐氏		曲泉 曲泉		心包 大陵	厲兌 厲兌		二間 二間		束骨① 束骨①		陽輔 陽輔		①衝陽 ①衝陽
己日	時辰	丙寅	丁卯	戊辰	己巳	庚午	辛未	壬申	癸酉	甲戌	乙亥	丙子	丁丑	同時生旺穴
	何氏 徐氏	小海 小海		三焦 支溝	隱白 隱白		魚際 魚際		太谿 太谿①		中封 中封		少海 少海	①太白
庚日	時辰	戊寅	己卯	庚辰	辛巳	壬午	癸未	甲申	乙酉	丙戌	丁亥	戊子	己丑	同時生旺穴
	何氏 徐氏		心包 間使	商陽 商陽		通谷 通谷		臨泣① 臨泣①		陽谷 陽谷		足三里 足三里		①合谷 ①合谷
辛日	時辰	庚寅	辛卯	壬辰	癸巳	甲午	乙未	丙申	丁酉	戊戌	己亥	庚子	辛丑	同時生旺穴
	何氏 徐氏	三焦 天井	少商 少商		然谷 然谷		太衝 太衝①		靈道 靈道		陰陵泉 陰陵泉		心包 曲澤	①太淵
壬日	時辰	壬寅	癸卯	甲辰	乙巳	丙午	丁未	戊申	己酉	庚戌	辛亥	壬子	癸丑	同時生旺穴
	何氏 徐氏	至陰 至陰		俠谿 俠谿		後谿① 後谿① ②		解谿 解谿		曲池 曲池		關衝② 關衝	中衝	①京骨②三焦 ①京骨②陽池
癸日	時辰	甲寅	乙卯	丙辰	丁巳	戊午	己未	庚申	辛酉	壬戌	癸亥	甲子	乙丑	同時生旺穴
	何氏 徐氏	液門	勞宮	中渚①	大陵	支溝	間使	天井	曲澤		湧泉 湧泉		行間 行間	①陽池

[표3] 奇經八脈의 飛騰應卦

時干	甲壬	乙癸	丙	丁	戊	己	庚	辛
八卦	乾	坤	艮	兌	坎	離	辰	巽
奇經	衝脈	陽蹻	陰維	陰蹻	帶脈	任脈	陽維	督脈
八穴	公孫	申脈	內關	照海	臨泣	列缺	外關	後谿

⑵ 靈龜八法의 60일 生旺 주기

奇經八脈의 60日을 주기로 하는 生旺변화는 靈龜八法 卦氣로써 추산할 수 있다. 어느 시점을 主하는 卦氣의 추산은 앞에서 논한 '靈龜八法 納時'를 근거로 하니, 특정 시간에는 그 시간을 主하는 卦에 상응하는 奇經과 八脈交會穴의 氣血이 왕성해진다[48](표4 참조).

[표4] 奇經八脈의 靈龜應卦

氣數	6	2·5	8	7	1	9	3	4
八卦	乾	坤	艮	兌	坎	離	辰	巽
奇經	衝脈	陰蹻	陰維	督脈	陽蹻	任脈	陽維	帶脈
八穴	公孫	照海	內關	後谿	申脈	列缺	外關	臨泣

Ⅲ. 考 察

시간은 시간 간격 또는 동안을 나타내는 量的 개념로, 시간을 재는 척도인 '초'를 기본단위로 하여, 과거에서 현재를 통해 미래로 놓여 있는 것이고, 이 위에서 두 점사이의 간격이 시간이다[49].

『內經』에서는 천체운동에는 주기성이, 기후변화에는 리듬성이 존재하며 이에 따라 자연계에 생물리듬 현상이 발생한다고 하였다. 생물리듬이란 생물이 외부세계의 주기성에 영향을 받아서 일종의 리듬적 반응을 나타내는 것으로, 하루의 리듬, 달의 리듬, 해의 리듬을 포함고 있으며, 따라서 생체리듬은 생물과 생명체의 적응현상으로서 시간의학의 물질적 기반이 된다[50].

『內經』을 비롯한 여러 醫書에서는 시간을 陰陽으로 나누고, 이를 다시 年歲, 四時, 朔望, 日時, 晝夜 등으로 나누어 설명하고 있다. 이는 『素問·陰陽離合論』에서 "하늘은 陽이고, 땅은 陰이고, 해는 陽이고, 달은 陰이다. 큰달 작은달 360일이 한 해를 이루고, 사람 역시 그것에 응한다. 陰陽은 셈하면 가히 10이요, 미루어 보면 가히 100이고, 셈하면 가히 1,000이요, 미루어 보면 가히 10,000이다. 10,000의 크기가 되면 헤아리는 것이 不可하나, 그 요체는 하나다."[51]라고 한 것과 같은 개념으로, 陰陽은 어떤 기준으로 분류하는가에 따라 달라짐을 의미하는 것이다. 또한 『素問·經脈別論』에 "춘하추동 四時陰陽은 병이 過用함에서 일어나는데, 이것이 常이다."[52], 『素問·陰陽應象大論』에 "天地陰陽이 온전하지 못한 곳에 邪가 居한다."[53]고 하여 천지음양 운행이 법도를 벗어나면 병이 되고, 온전치 못하면 邪가 居한다고 하였다.

『素問·脈要精微論』에 "陰陽에는 時가 있고, (時는) 脈과 더불어 期가 되며, 期가 서로 잃으면 脈이 나누어지는 바를 알 수 있고, 나누어지는 것에는 期가 있으므로, 죽을 때를 알게 된다."[54], 陰陽은 時(때)와 합하고 脈과 더불어 人身과 관련을 맺으며, 이것이 相失되는 것도 脈을 통해 알 수 있고, 陰陽은 死生을 비롯한 인신의 생체상황을 파악하는 중요한 근거가 되는 것으로 인식하고 있다.

한편 『靈樞·陰陽繫日月』[55]에서는 月을 기준으

48) 周銘心, 王樹芬. 中醫時間醫學. 서울. 일중사. 1992. p. 119.

49) 정상지. 시간에 따른 생체리듬과 건강법. 대전대학교 대학원 석사학위논문. 2004. pp. 4-5.

50) 정상지. 시간에 따른 생체리듬과 건강법. 대전대학교 대학원 석사학위논문. 2004. p. 13.

51) 洪元植. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원. 1985. p. 29. 天爲陽 地爲陰 日爲陽 月爲陰 大小月三百六十日成一歲 人亦應之 … 陰陽者 數之可十 推之可百 數之可千 推之可萬 萬之大不可勝數 然其要一也"

52) 洪元植. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원. 1985. p. 86. "春秋冬夏 四時陰陽 生病起於過用 此爲常也"

53) 洪元植. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원. 1985. p. 25. "天地陰陽所不能全也 故邪居之"

54) 洪元植. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원. 1985. p. 58. "陰陽有時 與脈爲期 期而相失 知脈所分分之有期 故知死時"

55) 洪元植. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원. 1985. p. 196.

로 한 足經의 人氣所在週期와 日을 기준으로 한 手經의 人氣所在週期 두 가지 '經氣所在週期'를 제시하고 있다. 즉, 1년 중 上半年은 陽에 속하고, 下半年은 陰에 속한다. 그래서 上半年은 陽經에 속하고, 下半年은 陰經에 속한다. 상반년 중에 1·2·3월은 陽氣가 점차 盛해 가는 과정이므로 陽중의 陽에 속하고, 4·5·6월은 陽氣가 極하고 점차로 쇠퇴하면서 陰氣가 始生하는 과정이므로 陽중의 陰에 속한다. 같은 陽經이라도 왼쪽은 陽이 되고 오른쪽은 陰이 되므로, 1·2·3월에는 왼쪽 足陽經을 배속하였고, 4·5·6월에는 오른쪽 足陽經을 배속하였다. 하반년 중에서 7·8·9월은 陰氣가 점차 盛하는 과정이므로 陰중의 陰에 속하고, 10·11·12월은 陰氣가 極하고 점차 쇠퇴하면서 陽氣가 始生하는 과정이므로 陰중의 陽에 속한다. 그래서 7·8·9월에는 오른쪽 足陰經을 배속하였고, 10·11·12월에는 왼쪽 足陰經을 배속하였다[56)57)]. 이와 같이 한의학에서는 시간속성에 따라 일정한 기준(마디, 節)를 정하고 그에 따라 주기를 설정하여 운행을 설명하고 있는데, 그 중 대표적인 篇들이 運氣七篇이다. 즉, 주기 규칙성의 정수가 運氣이다. 따라서 질병을 치료할 때에는 病證뿐만 아니라 因時制宜하여 시간에 따라 인체 經脈의 氣血盛衰를 잘 살펴야 한다.

『素問·水熱穴論』에서 봄에는 絡脈分肉을 취하고, 여름에는 陽脈을 취하고, 가을에는 合穴에서 취하고, 겨울에는 井·滎穴에서 취한다[58)]고 하여 四時에 따라 經氣의 위치가 다르고, 取穴도 다르다고 하였는데, 이는 四時에 따라 經氣에도 생왕이 있음을 시사하는 것이다. 그러나 經氣가 五兪穴을 流注하는 구체적인 시간에 관해서는 『黃帝內經』에 특별한 언급이 없다. 후대 何若愚·徐鳳 등과 같은 醫家들은 이를 보완하기 위하여 經氣가 五兪穴을 流注하는 시간의 규율을 개발하여 '子午流注納甲法'을 창안하였다. 子午流注 이론은 『I內經』에서 淵源하였으며, 天人思想을 토대로 天干·地支 등 천문역법을 흡수하고, 陰陽·五行·運氣學說을 결합하고, 침구 임상을 근거로 하여 점차 형성되었다.

靈龜八法은 '奇經納卦法'이라고도 하는데, 天人相應思想을 기초로 周易·八卦·河圖洛書를 결합하고, 『靈樞·九宮八風』을 흡수하여 인체의 正經과 奇經의 奇穴이 會合하는 규칙을 결합함으로써 형성되었다. 여기서 靈龜八法이 八卦를 수용한 것은 八卦가 時間을 상징할 뿐만 아니라 방위에 따른 空間을 상징하고 있기 때문이다. 한편 按時開穴을 위주로 하는 靈龜八法과 飛騰八法 차이는 週期에 있다. 飛騰八法은 八脈의 生旺주기가 5일이고, 靈龜八法은 60일이다.

따라서 人身의 氣血運行 등과 같은 생체리듬은 자연계의 변화에 따라 일정한 주기를 가지고 순응·변화하고 있는데, 이것이 '天人相應'의 例라 할 수 있으며, 이에 대한 내용은 『黃帝內經』 全篇에 걸쳐 언급되어 있다. 또한 이를 임상적으로 발전시킨 것들이 針法들이라 할 수 있으며, 그 중 대표적인 것이 子午流注·靈龜八法·飛騰八法 등이다.

Ⅳ. 結 論

日·月·四時 등의 운동을 陰陽·五行·卦氣에 따라 시간 속성으로 귀납하고, 이들 시간속성이 十二經·奇經八脈·五兪穴에서 經氣 생리변화와의 연관성과 子午流注·靈龜八法·飛騰八法 등에 어떻게 운용되고 있는지 살펴본 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 시간은 年·月·10日·1日 등 다양한 주기에 따라 시간속성을 귀납할 수 있다. 각 주기별로 陰

56) 김선호 편. 善乎靈樞. 대전. 주민. 2003. p. 6.

57) 최근조, 강정수. 시간에 따른 인기의 성쇠에 관한 연구. 대전대학교 논문집. 10(1). 2001. p. 7.

58) 洪元植. 精校黃帝內經素問. 서울. 동양의학연구원. 1985. pp. 213-214. "春者 木始治 肝氣始生 肝氣急 其風疾 經脈常深 其氣少 不能深入 故取絡脈分肉間 … 夏者 火始治 心氣始長 脈瘦氣弱 陽氣留溢 熱熏分腠內至於經 故取盛經分腠 絶膚而病去者 邪居淺也 所爲盛經者 陽脈也 … 秋者 金始治 肺將收殺 金將勝火 陽氣在合 陰氣初勝 濕氣及體 陰氣未盛 未能深入 故取兪以寫陰邪 取合以虛陽邪 陽氣始衰 故取於合 … 冬者 水始治 腎方閉 陽氣衰少 陰氣堅盛 巨陽伏沈 陽脈乃去 故取井以下陰逆 取滎以實陽氣 故曰 冬取井滎 春不鮏衄 此之謂也"

陽과 五行은 盛衰·轉化한다. 일년 중에는 春·夏·長夏·秋·冬이 있으니 각각 木·火·土·金·水에 해당하며, 春夏는 陽에 속하고 秋冬은 陰에 속한다. 하루 안에서는 鷄鳴·平旦·日中·黃昏의 구별이 있으니 子正 이후에는 陰盡陽生하고 正午 이후에는 陽盡陰生한다.

2. 人身의 氣血은 시간에 따라서 盛衰가 변하고 所在 부위가 다르다. 春夏·午前·正午 등 陽 시간에는 陽氣가 盛하며 上升하고 밖으로 生發하고, 秋冬·午後·子正 등 陰 시간에는 陰氣가 盛하며 下降하고 안으로 潛藏한다. 十二經脈은 하루 안에서는 寅時에 手太陰肺經의 氣血이 旺盛해지는 것을 시작으로 순차적으로 각 經의 氣血이 盛해진다. 奇經八脈에서는 飛騰八法은 5日을, 靈龜八法은 60日을 주기로 脈氣가 盛衰 변화한다. 五兪穴의 氣血은 5日, 즉 60甲子 時辰을 주기로 循環流注하며 生旺한다.

3. 人身의 氣血盛衰의 주기성은 日·月·年·四時 등 운행과 밀접한 관련이 있으며, 이를 한의학에서는 '天人相應', '天人相參'의 관점에서 설명하고 있다. 子午流注·靈龜八法·飛騰八法 등은 氣血盛衰와 時間을 연관시킨 針刺法으로, 천인상응 사상을 針法에 반영한 것이다.

參考文獻

1. 方約中, 許家松 : 黃帝內經素問 運氣七篇講解, 북경, 인민위생출판사, 1984, pp. 4-5.
2. 裵秉哲 譯 : 今釋黃帝內經素問, 서울, 成輔社, 1999, p. 78.
3. 대전대학교 한의과대학 제7기 졸업준비위원회 : 譯釋丹溪醫論, 서울, 大星文化社, 1993, p. 15.
4. 洪元植 : 精校黃帝內經素問, 서울, 동양의학연구원, 1985, p. 20, 23, 25, 29, 58, 86, 97, 100, 196, pp. 213-214.
5. 洪元植 : 精校黃帝內經靈樞, 서울, 동양의학연구원, 1985, p. 12, 196, 338. pp. 324-325.
6. 李樀 : 醫學入門, 大星文化社, 1983, p. 217.
7. 宣在光 : 天人相應에 따른 氣血·神의 운행체계와 침구학적 운용에 관한 연구, 동국대학교 대학원 박사학위논문, 2002, pp. 41-46.
8. 김석진 : 대산주역강해(하경), 서울, 대유학당, 1994. p. 323, 415.
9. 윤창렬 : 運氣論奧諺解(上), p. 29.
10. 大韓東醫生理學會編 : 東醫生理學, 부름인쇄기획, 1993, p. 54.
11. 周銘心, 王樹芬 : 中醫時間醫學, 서울, 일중사, 1992, pp. 44-47, 68-69, 112-119.
12. 김광호 : "奇門의 의학적 운용에 관한 연구", 대전대학교 대학원 박사학위논문, 2002, p. 13, 75-77.
13. 최용태 외 : 針灸學, 서울, 集文堂, 1994, p. 48.
14. 鍼灸大成校釋. 大星文化社. 1996. p. 587.
15. 楊維傑 : 國譯鍼灸經緯解釋, 대전, 도서출판 한맥북, 2001, p. 293, 297.
16. 宋点植 : 醫學輯要, 서울, 圖書出版 曉林, 1994, pp. 106-111, 263-264.
17. 楊繼洲 : 針灸大成, 서울, 침코리아, 2002, pp. 183-184.
18. 정상지 : "시간에 따른 생체리듬과 건강법", 대전대학교 대학원 석사학위논문, 2004, p. 13, 4-5.
19. 김선호 편 : 善乎靈樞, 대전, 주민, 2003, p. 6.
20. 최근조, 강정수 : "시간에 따른 인기의 성쇠에 관한 연구", 대전대학교 논문집, 10(1), 2001, p. 7.