

大韓醫療氣功學會

대한의료기공학회지
J. OF MEDICAL GI-GONG
Vol.12. No.1. 2011.

東醫寶鑑 氣編을 통해서 살펴본 氣의 病理的 흐름으로 나타나는 현상과 치료법에 대한 고찰

김지예 · 최형일 · 강한주*

* : 대한의료기공학회

I. 서론

동의보감 氣篇을 보면 氣爲諸病이라고 하여 주단계와 장자화의 말을 인용하여 다음과 같이 기록하고 있다.

○ <丹溪>曰 周流乎一身 以爲生者 氣也 苟內無所傷 外無所感 何氣病之有哉. 1)

○ <張子和>曰 諸病 皆生於氣 諸

痛 皆因於氣.2)

위의 구절을 보면 氣는 온몸을 돌며 사람을 살아가게 하는 것이며, 여러 가지 病이 氣에서 생기고 통증이 氣에서 생긴다고 말하고 있다. 이와 같은 구절을 통하여 과거에는 病을 치료할 때 氣에 대한 개념을 염두에 두고 치료하였으며, 치료의 중요한 포인트로 잡았던 것을 알 수 있다. 또한 의료에서 뿐 아니라 일상적인 생활을 함에도 氣의 순환을 정상화하고 기를

1) 단계는 “기는 온몸을 돌면서 사람을 살아가게 한다. 만일 속으로 상한 일이 없고 겉으로 사기를 받지 않으면 어찌 기병이 생기겠는가.

2) 장자화는 “여러 가지 병은 모두 기에서 생기고 모든 통증도 기에서 생긴다”고 하였다.

조절하는 것을 病을 예방하고 건 강한 생활을 유지하는데 중요하게 보았다는 점을 유추할 수 있다.

氣라는 것은 기운, 즉 힘 (Energy)이라고 볼 수 있다. 그것은 스스로 변화하면서 다른 것들을 움직일 수 있는 힘이다. 고정된 형태를 가지지 않고 끊임없이 변화하면서 흐른다. 포괄적으로 보면 인체 뿐 아니라 天地萬物이 氣의 흐름에 의해서 생성 소멸한다. 이 같은 관점에서 볼 때 인체는 氣의 취합물이며, 생명의 기능이나 정신의 기능도 氣의 작용이다. 氣의 작용에서 볼 수 있는 氣의 속성은 다양하다. 예를 들어 水穀의 精氣인 榮氣와 衛氣는 물질적 속성이며, 臟腑經絡의 기능활동을 설명하는 臟腑之氣와 經脈之氣는 기능적 속성에 속한다. 또 기운의 의미로서 에너지적 속성과 기분, 분위기 등의 정서적 측면은 의식적 속성을 나타낸다. 이와 같이 氣는 인체를 구성하면서 인체에서 활동하여 생명활동을 일으키는 가장 기본이 되는 것으로 몸에서 氣가 떠난다는 것은 순간 생명이 끊긴다는 것을 의미하며, 기가 부족하거나 균

형이 무너지거나 기의 질적 변동이 생기면 병이 되는 것이다.

현대의 양자물리학에서는 보이지 않지만 역동적으로 움직이는 에너지에 대한 논의와 물질 속에 들어 있는 파동에 대한 연구와 토론을 통해 눈에 보이지 않는 에너지의 움직임이 있다는 것을 인식하게 되었지만 한의학에서는 예로부터 우주와 나아가 소우주인 인체 내에 보이지 않는 ‘氣’가 존재하고 있으며 이것이 다양한 생명 현상을 일으켜 건강함을 유지하게 하거나 질환을 야기할 수 있다는 것을 인식하고 氣의 잘못된 흐름으로 인해서 생기는 질환과 그 치료법에 관하여 논의해왔다.

본 논문에서는 동의보감의 氣篇에서는 氣를 무엇으로 보았으며 氣의 병리적 흐름에 의해 어떤 질환들이 생겼으며 이에 대한 치료법으로 무엇을 제시하고 있는지 고찰해보고자 한다.

II. 본론

동의보감은 인체를 구성하는 精, 氣, 神, 血 중에 精篇, 氣篇, 神篇, 血篇으로 나누어서 이에 대해서 자세히 기록하고 있으며 氣篇에서는 氣의 개념과 생성, 운행, 기로 인해서 생기는 질환과 그 치료법에 관하여 언급하고 있다.

우선적으로 氣는 精과 神의 근본이며, 음식물로부터 생성되고 氣중에 榮氣와 衛氣로 나누어 각각의 氣가 운행하는 길과 氣를 주관하는 것은 肺임을 논하고 있다.

1. 氣의 개념

1) 氣爲精神之根蒂

氣爲精神之根蒂 86

○ <東垣>曰 氣者 神之祖 精乃氣之子 精神者 氣之根蒂也.

<茅眞君>曰 氣是添年藥 心爲使氣神 若知行 氣主 便是得仙人(養性). 3)

3) 동원은 “기는 신의 조상격이 되고 정은 기의 아들격이 된다. 그러므로 기는 정과 신의 근본이 된다”고 하였다. 모진군은 “기란 오래 살게 하는 약이고 심은 기와 신을 주관한다. 만약 기가 주가 되어 돌아가는 것을 안다면 곧 신선이 될 사람이다”라고 하였다[양성]

2) 氣의 생성

(1) 氣生於穀

氣生於穀 86

○ <靈樞>(營衛生會 第十八)曰 人受氣於穀 穀入於胃 以傳與肺 五臟六腑 皆以受氣 其清者 爲榮 濁者爲衛 榮在脈中 衛在脈外 榮周不休 五十度而復大會 陰陽相貫 如環無端. 4)

위의 구문을 보면, 기의 생성은 음식물로부터 비롯되어 榮과 衛氣가 되어 맥 안과 맥 밖을 흐르며 50번을 돈 다음에 다시 만난다고 되어 있다. 榮氣는 水穀의 정미 중 정순, 청유한 부분을 말하며 혈액의 조성성분이 되는 등 혈액과 불가분의 관계로 榮血이라고 칭하기도 한다. 衛氣에 비하여 상대적으로 陰의 속성을 지니고 있으므로 衛陽에 대하여 榮陰이라고 하는데 동의보감에서는 榮에 관해서는 따

4) [영추]에는 “사람은 음식물에서 기를 받는다. 음식물이 위에 들어온 것을 폐에 전해주면 오장육부가 모두 기를 받게 된다. 그의 맑은 것은 영이 되고 그의 흐린 것은 위가 된다. 영은 맥 속에 있고 위는 맥 밖에 있다. 영이 쉬지 않고 50번을 돈 다음 다시 처음 돌기 시작한 데서 위와 만나게 된다. 이렇게 음양이 서로 관통되어 하나의 고리와 같이 끝이 없다”고 하였다.

로 편을 두고 다루고 있으며 기편에서는 주로 陽的인 속성을 지닌 衛氣에 관해서만 다루고 있다. 위기는 수곡의 정미 중 標疾滑利한 부분이며, 陽氣의 일종으로 衛陽이라고도 한다. 다음에 나오는 구절도 榮氣보다는 衛氣의 작용과 관계가 깊다.

○ <又>(決氣 第三十)曰 上焦開發 宣五穀味 熏膚充身澤毛 若霧露之漑 是謂氣.

○ <正理>曰 日啖飲食之精 熟者益氣 此氣生於穀 故從氣從米 人身之中 全具天地陰陽造化之氣 得謹而用之 人年二十而氣壯 節慾少勞 則氣壯而緩 多慾勞倦 則氣少而端 氣少則身弱 身弱則病生 病生則命危矣.⁵⁾

5) 또한 “상초가 작용하여 5곡의 기를 고루 퍼져 나가게 하며 살갗을 덥게 하고 몸을 충실히 하며 털을 윤기나게 하는 것이 마치 안개와 이슬이 축여주는 것과 같다. 이것을 기라고 한다.”

정리에는 “매일 먹는 음식의 영양분은 기를 보한다. 이 기가 곡식에서 생기기 때문에 ‘천기 기’자에 ‘쌀 미’자가 들어 있다. 사람의 몸에는 천지의 음양을 조화하는 기가 완전히 갖추어져 있기 때문에 응당 삼가서 써야 한다. 사람이 20살에 되면 기운이 왕성하여지는데 성욕을 억제하고 피로를 적게 하면 기운이 왕성하면서도 숨이 고르게 되지만 성생활을 많이 하고 피로가 심해지면 기운이 적어지고 숨이 가쁘게 된다. 기운이 적어지면 몸이 약해지고 몸이 약

氣를 보하는 것은 매일 먹는 음식물로, 그중에서도 곡식임을 알 수 있다. 또한 氣는 피로가 심해지거나 성생활을 많이 하면 적어질 수 있고, 기운이 적어지면 몸이 약해져 병이 날 수 있다고 하여 氣를 보충해주는 것과 氣를 잘 보존하는 것의 중요성을 말하고 있다. 이를 통해 氣가 인체가 병이 나지 않도록 보호해주는 면역력과 같은 작용을 함을 알 수 있다.

(2) 生氣之原

‘生氣之原’의 글을 보면 인체에서 기를 만들어주는 근원이 되는 기관인 腎間動氣에 관해서 나온다.

生氣之原 ⁸⁷

○ <難經疏>曰 十二經脈者 皆係於生氣之原. 所謂生氣之原者 謂腎間動氣也 此五臟六腑之本 十二經脈之根 呼吸之門. 三焦之原 <一名> 守邪之神 故氣者 人之根本也.

○ <又>曰 氣海 丹田 實爲生氣之原 氣海一穴 在臍下一寸半 丹田一穴 <一名> 關元 在臍下三寸. ⁶⁾

해지면 병이 나고 병이 나면 생명이 위험하게 된다”고 하였다.

6) [난경]에는 “12경맥은 모두 기가 생기는 근원과 연계되어 있다. 기가 생기는 근원이라는 것은 양쪽 신장 사이에

腎間動氣는 양쪽 신 사이에 있는 진기를 말하여 그 기능은 命門火의 작용으로 나타난다. 동의고전에는 몸의 臟腑와 經脈의 활동, 三焦의 氣化작용은 다 腎間動氣의 작용에 의거해야만 원만히 수행될 수 있다고 하였으며 腎間動氣는 生氣之原 또는 생명의 근원이라고 했다. 氣를 만드는 곳의 위치는 氣海穴과 關元穴(丹田穴) 부위인데 각각 배꼽 아래 1촌 반과 배꼽 아래 3촌 반으로 그 위치를 표현하고 있다.

(3) 衛氣의 생성과 역할

동의보감 기편에서는 氣 중에 衛氣의 흐름과 역할에 대해서 따로 구별하여 논하였다.

氣爲衛 衛於外 86

○ <靈樞> (本藏 第四十七)曰 衛氣者 所以溫分肉 而充皮膚 肥腠理

있는 동기(腎間動氣)를 말한다. 이것이 오장 육부의 기본이며 12경맥의 근원이고 호흡하는 문호이며 삼초의 근본이다. 또한 사기를 받는 신이라고도 한다. 때문에 기란 사람의 몸에서 근본이다.” 또 “기해와 단전은 진실로 기를 만드는 근원으로, 기해혈은 배꼽 아래 1촌반에 있으며, 단전혈은 관원이라고도 하고, 배꼽 아래 3촌에 있다”고 하였다.

而司開闔 故衛氣溫 則形分足矣

○ <內經痺論篇 第四十三>曰 衛者 水穀之悍氣也 其氣標疾活利 不能入於脈也 故循皮膚之中 分肉之間 熏於肓膜 散於胸腹(痺論篇 第四十三).7)

衛氣는 음식물에서 나온 氣로 음식물에서 나온 氣는 衛氣와 榮氣로 나뉜다. [靈樞, 營衛生會篇]에서 “濁者爲衛”, “淸者爲營”이라 하였고, [素問, 痺論]에서는 “營者 水穀之精氣也” 衛氣는 “水穀之悍氣”하여 衛氣와 榮氣의 성질이 각각 다르다고 하였다. 그 중에 衛氣는 그 성질이 빠르고 침투 확산하는 능력이 강하여 혈맥에 들어가지 못하고 皮膚와 肌肉사이를 운행하고, 안으로는 臟腑의 膜原, 胸腹으로 산포한다. 衛氣의 작용을 크게 네 가지로 나누어서 볼 수 있는데 첫째, 장부와 조직에 대한 溫厚, 溫養으로 피부, 肌肉, 肓膜을 溫厚하고 溫養하여 체온을 조절한

7) 기는 위가 되어 몸의 길을 호위한다
영추에는 “위기란 본육을 따뜻하게 하고 살갓을 충실하게 하며 주리를 좋게 하고 열었다 닫았다 하는 작욕을 맡았기 때문에 위기가 따뜻하면 몸이 충실해진다”고 하였다.
[내경]에는 “위기란 음식물의 날랜 기이다. 그 기가 날래고 미끄러워서 혈맥에 들어가지 못한다. 그러므로 살갓 속과 본육 사이로 돌면서 황막을 훈증하고 가슴과 배로 퍼진다”고 하였다.

다. 또 肌肉을 온양하고 皮膚를 온택하게 하는 등 皮膚와 肌膚에 대한 영양작용을 한다. 둘째, 外邪의 침습을 방어한다. 셋째, 汗구멍의 開闔을 조절한다. 넷째, 위기의 운행은 수면에 관여한다. 낮에는 陽分(體表)을 순행하여 陽氣가 성하게 되어 각성상태의 활동을 유도하고, 밤에는 陰分(體內)을 순행하여 陰氣가 성하게 되므로 수면을 유도하게 된다.

3) 衛氣의 운행

衛氣의 운행은 다음과 같다.

○ <入門>曰 人身之氣流行 每子時 自左腳心涌泉穴起陽 循左足 腹脇手 而上至頭頂顛門 午位而止 午時 自頂門 循右手脇腹足而下 至 右腳心而止 是坎離 爲陰陽消息也.⁸⁾

8) 입문에는 “사람의 몸의 기는 돌아가는데 매일 23~1시에 왼쪽 발바닥 한가운데 있는 용천혈에서 양기가 일어나 왼쪽 다리와 배, 옆구리와 팔을 돌아 위로 정수리의 솟구멍까지 올라가 오의 위치에서 멎었다가 11~14시에는 솟구멍에서 떠나 오른쪽 옆구리, 배, 다리 부위를 돌아 내려와 오른쪽 발바닥 한가운데에 와서 멎는다. 이것은 감리가 음양과의 관계를 말한 것이다”라고 하였다.

衛氣行度에서는 衛氣의 운행과 횡수에 관하여 더 자세히 쓰고 있다.

衛氣行度 87

○ 『靈樞』曰 衛氣之行 一日一夜 50周於身 晝日行於陽25周 夜行於陰25周 是故平旦陰盡 陽氣出於目 目張則氣上行於頭 循項下足 太陽循背下 至小指之端 其散者 別於目 銳眥下 手太陽下 至手小指之間外側 其散者別於目銳眥下 足少陽注小指次指之間 以上循手少陽之分側 下至小指之間 其別者 以上至耳前 注足陽明以下 行至跗上入五指之間 其散者 從耳下 下手陽明 入大指之間 入掌中其至於足也.

入足心出內 下行陰分復合於目 故爲一周. ~中略~ 人氣 二十五周於身 有奇分與十分身之二 陽盡於陰 陰受氣矣. 其始入於陰 常從足少陰 注於腎 腎注於心 心注於肺 肺注於肝 肝注於脾 脾復注於腎爲周 是故夜行一舍 人氣行於陰藏一周 與十分藏之八 亦如陽行之25周而復合於目矣(靈樞 衛氣行篇).

○ <又>(五十營 第十五)曰 人經脈 上下左右 前後28脈 周身16丈2尺 以應28宿 漏水下100刻 以分晝夜 故一萬三千五百息 氣行五十 營於身矣.

○ <東垣>曰 元氣之來也 徐而和細

細如線. 邪氣來也 緊而強 如巨川之水 不可遏也. 9)

9) 위기가 돌아가는 횡수

[영추]에는 “위기는 하루 동안에 몸을 50번 돌아간다. 낮에는 양부위를 25번 돌고 밤에는 음부위를 25번 돈다. 그렇기 때문에 아침에는 음기가 없어지고 양기가 눈으로 나온다. 눈을 뜨면 기가 머리로 올라갔다가 목덜미를 따라 족태 양경맥에 내려와서 잔등을 따라 내려가 새끼발가락 끝에 와서 끝난다. 다른 한 가닥은 눈초리에서 갈라져 수태음경맥을 따라 내려가 새끼손가락의 바깥쪽에 와서 끝난다. 또 한 가닥은 눈초리에서 갈라져 족소양경맥을 따라 내려와서 새끼발가락과 넷째발가락 사이로 빠진다. 위로 돌아가는 것은 갈라진 수소양경맥 쪽으로 올라가서 새끼손가락에 와서 끝난다. 여기에서 갈라진 것이 귀의 앞으로 올라가서 족양명경맥으로 들어간다. 아래로 내려가는 것은 다시 발등으로 내려와서 새끼발가락 사이에 들어간다. 다른 한 가닥은 귀밑에서 수양명경맥으로 내려와서 엄지손가락을 거쳐 손바닥 한 가운데로 들어간다. 발에 도달한 것이 발바닥 한 가운데로 들어가서 안쪽 복사뼈로 나와 음분을 돌아 눈에서 다시 합해지기 때문에 한 번 도는 것으로 된다. 몸을 25번 돌고 나서 양분에도는 것은 끝나고 음으로 가게 되어 음이 기를 받는다. 처음에 음으로 들어가는데 언제나 족소음경맥을 거쳐 신에 가고 신에서는 심으로 가며 심에서는 폐로 가고 폐에서는 간으로 가며 간에서는 비로 가고 비에서는 다시 신으로 간다. 역시 양기와 같이 25번을 돌아 다시 눈에서 합친다”고 하였다.

또한 “사람의 경맥이 상하, 좌우, 전후로 뻗어 있는 것이 28경맥인데 온몸을 돌아간 길이가 162자이므로 28수에 상응하며 누수의 백각으로 일주야를 나누었기 때문에 1만 3천 5백번 숨을 쉬고 기는 50번을 돌아서 몸을 영양한다”고 하였다.

동원은 “원기가 오는 것은 천천히 오고 고르게 오면서 실과 같이 가늘다. 사기가 오는 것은 빠르고 세어 큰 냇물과

榮衛異行에서는 榮과 衛의 운행의 차이에 대해서 논한다.

榮衛異行 87

○ <綱目>曰 榮氣之行 自太陰始至足厥陰終 一周於身也. 詳其一周於身 外至身體四肢 內至五臟六腑 無不周遍 故其五十周 無晝夜陰陽之殊. 衛氣之行則不然 晝但周陽於身體四肢之外 不入五臟六腑之內 夜但周陰於五臟六腑之內 不出於身體四肢之外 故必五十周 至平旦 方與榮大會於肺 手太陰也. 10)

衛氣의 운행과 榮氣의 운행의 차이는 衛는 낮과 밤의 활동이 다르다는데 있다. 榮氣는 몸을 한번 돌며, 밤낮, 陰陽의 차이가 없지만 衛氣는 밤낮, 陰陽의 차이에 따라

같으므로 막아내지 못한다”고 하였다.

10) 영과 위는 따로 돌아간다

강목에는 “영기는 수태음에서 시작하여 족궤음에 와서 끝나는데 몸을 한 번 돌아간다. 그 도는 것을 보면 겉으로는 몸체와 팔다리로 가고 안으로는 오장 육부에 가서 돌아가지 않는 곳이 없다. 그것이 50번을 도는데 밤과 낮, 음과 양의 차이가 없다. 그러나 위기가 돌아가는 것은 그렇지 않다. 낮에는 몸체와 팔다리의 밖을 양으로 돌아다니고 오장 육부의 내부에는 들어가지 않으며 밤에는 오장 육부의 안에서 음기를 돌게 하고 몸체와 팔다리의 밖으로는 나오지 않기 때문에 반드시 50번을 돌아서 아침이 되면 영기와 수태음에서 또다시 만난다”고 하였다.

운행이 다르다. 衛氣는 낮에는 몸체와 팔다리의 밖을 陽으로 돌고, 밤에는 오장육부 안에서 陰氣를 돌게 하며 아침이 되면 다시 양분으로 나온다.

4) 肺主氣

氣를 주관하는 장기는 肺에 관하여 다음 조문에서 서술하고 있다.

肺主氣 88

○ <內經>(本神 第八(法風))曰 肺主氣

<又>(五藏生成篇 第十)曰 諸氣者皆屬於肺

<註>曰 肺有六葉兩耳 葉中有二十四孔 行列分布 陰陽清濁之氣.

○ <又>曰 肺藏氣 氣有餘 則喘咳上氣 不足 則息利少氣(靈樞 調經論篇 第六十二)11)

肺는 氣를 간직하는 곳으로 이곳

11) [내경]에는 “폐는 기를 주관한다. 또한 모든 기는 폐에 속한다”고 하였다. 주해에는 “폐에는 6엽과 두 귀로 되어 있으며 엽 속에 24개의 구멍이 줄지어 있고 음기, 양기, 청기, 탁기가 퍼져있다”고 하였다.

또한 “폐는 기를 간직하는데 기가 지나치게 많으면 기침이 나고 숨이 차며 기가 부족하면 숨을 잘 쉬나 기운이 적다”고 하였다.

[영추]에는 “단중은 기가 모이는 곳이다(단중은 폐의 방과 같다). 기가 지나치게 많으면 가슴과 얼굴이 다 벌겋고 기가 부족하면 기력이 적고 말을 많이 하지 못한다”고 하였다.

의 氣의 많고 적음은 숨을 쉬는 형태로 판단할 수 있다.

2. 氣의 기능

1) 陽氣의 기능

아래의 구절은 氣爲衛 衛於外에서 발취한 것으로 衛를 陽氣라 표현하여 그 기능과 陽氣가 왕성하지 않을 때 과로하면 몸이 피곤해지고 약해짐을 표현하고 있다.

○ <又>曰 陽氣者 一日而主外 平旦人氣生 日中而陽氣隆 日西而陽氣虛 氣門乃閉 是故 暮而收去 無擾筋骨 無見霧露反此三時形乃困薄(生氣通天論篇 第三 轉載 見下).

○ <又生氣通天論篇>曰 陽氣若天與日 失其所則折壽而不彰 故天運當以日光明 是故陽因而上衛外者也

<釋>曰 陽主動 凡人之知覺 運動耳目 視聽 言嗅 皆陽氣熏膚 充身澤毛 12)

12) “양기는 온종일 몸의 겉을 주관한다. 아침에 양기가 생기고 낮에는 양기가 왕성하고 날이 저물게 되면 양기가 허해지고 기가 달하게 된다. 그러므로 저물어지면 몸을 움직이지 말며 뼈와 힘줄을 과로하지 말고 안개와 이슬을 맞지 말아야 한다. 이 3가지를 위반할 때는 몸이 피곤하고 약해진다”고 하였다.

또한 “양기는 하늘이나 해와 같은데 그 것이 작용하지 못하면 수명이 짧아지며

맥형		의미	
浮脈 + 구슬 같은 땀		衛氣의 쇠약	
寸口脈 微		衛氣의 쇠약	
寸口脈 澁微		澁은 榮氣가 부족한 것	
寸口脈이 국 위에 기름덩이가 뜬 것 같은 것		陽氣 미약	
寸口脈이 거미줄을 만지는 것 같은 것		陰氣가 쇠약	
大脈		氣가 쇠약	
細脈		氣가 적은 것	
浮脈에 끊어지는 것		氣가 끊어지려하는 것	
趺陽脈, 浮 하면서 澁		衛氣가 허한 것, 숨결이 가쁨	
脈沈		氣病, 몹시 沈하면 伏脈	
瀯弱脈		難治	
沈滑		氣病 + 痰飲	
寸口脈 沈		短氣證	
脈이 沈弦細動		寸口脈	心痛
		關脈	腹痛
		尺脈, 脈象 顯	아랫도리 병
趺陽脈	緊	寒證	
	微	虛證	
	緊+微	습잠	

Table 1. 맥경의 맥법

움직이는 것을 주관하는 것이 陽氣로 지각, 운동, 오감은 모두 陽氣의 작용으로 일어나는 것이다.

2) 氣爲呼吸之根

몸이 튼튼해지지 못하게 된다. 하늘이 돌아가야 날이 밝아지는 것처럼 양기도 해가 솟으면 위로 올라가 겉을 보호하게 된다”고 하였다. 주석에는 “양기는 움직이는 것을 주관한다. 사람에게 있어서 지각하는 것, 운동하는 것, 보고 듣는 것, 말하는 것, 냄새를 맡는 것 등의 기능은 모두 양기가 살갓을 훈증하고 몸을 충실케 하며 털을 윤기나게 하는 것이 마치 안개와 이슬이 축여 주는 것과 같은 것이다.”

氣爲呼吸之根 87

○ <正理>曰 人受生之初 在胞胎之內 隨母呼吸及乎生 下剪去臍帶則一點 眞靈之氣聚于臍下.

凡人唯氣 最先莫先於呼吸 眼 耳 鼻 舌意 是謂六慾 皆由是氣 非是氣 則聲色香味觸法 都不知覺 13)

13) 기는 호흡의 근원이 된다

[정리]에는 “사람이 처음 생겨날 때 태중에 있을 때에는 어머니를 통해서 호흡하다가 태어나서 탯줄을 끊으면 한점의 신령스러운 기운이 배꼽 밑에 모인다. 대개 사람에게는 오직 기가 제일 먼저이다. 기는 호흡에서부터 시작된다. 눈, 귀, 코, 혀, 살갓, 의식(이것을 6욕

3. 기의 병리적 흐름으로 생기는 증상 및 약물치료법

1) 脈으로 진단

氣의 병리적 흐름은 脈에 나타나게 되어, 脈을 보고 氣의 상태를 판단할 수 있다.

脈法⁸⁸

○ <仲景>曰 脈浮而汗出如珠者 衛氣衰也.

○ <又>曰 寸口脈 微而澁. 微者 衛氣衰 澁者 榮氣不足.

○ <脈經>曰 寸口脈 瞥瞥如羹上肌者 陽氣微縈 縈如蜘蛛絲者 陰氣衰也.

○ <又>曰 代者 氣衰 細者 氣少 浮而絕者 氣欲絕.

○ <又>曰 趺陽脈 浮而澁 澁則衛氣虛 虛則短氣.

○ <脈訣>曰 下手脈沈 便知是氣沈 極則伏濇弱 難治 其或沈滑 氣兼痰飲.

○ <又>曰 沈弦細動 皆氣痛證 心痛在寸 腹痛在關 下部在天 脈象顯然.

○ <仲景>曰 趺陽脈 微而緊 緊則爲寒 微則爲虛 微緊相搏則爲短氣.

[맥경]에는 “손구맥이 침한 것은 가슴 속에 단기증이 있다”고 하였

이라고 한다) 등은 모두 기에 의해서 작용한다. 그러므로 기가 아니면 빛깔, 소리, 냄새, 맛, 촉감, 예법을 모두 모르게 된다.”

위의 구절은 [短氣]에 나오는 구절로 脈에 관한 것이므로 발췌하였다.

위의 맥법을 표로 정리하면 위와 같다. (Table 1)

2) 지각기능 저하와 수명단축

氣爲衛 衛於外에서는 양기가 길을 잃으면 어떤 증상이 나타나게 되는지를 설명한다.

若霧露之漑 而充之耳若陽氣一失其所 則散解不行而熏充 澤漑之道澁所⁸⁷以九竅閉塞于內 肌肉壅滯于外 而知覺運動視聽言嗅之靈 皆失也.人之陽氣 猶天地日光 人失陽氣 則壽命易折 猶天失光明 則萬物無以發生也.¹⁴⁾

14) “만일 양기가 한 번이라도 자기 위치를 잃으면 흩어져서 제대로 돌지 못하여 혼증하고 충실케 하며 윤기나게 축여 주는 작용이 막히기 때문에 9규가 속으로 막히게 된다. 뿐만 아니라 기육이 막히면 지각하는 것, 운동하는 것, 보고 듣는 것, 말하는 것, 냄새를 맡는 것 등의 기능을 모두 수행할 수 없게 된다. 사람의 양기는 하늘의 햇빛과 같으므로 사람이 양기를 잃으면 수명이 쉽게 짧아진다. 이것은 마치 하늘이 햇빛을 잃으면 만물이 생길 수 없는 것과 같다.”

기가 상하는 원인	증상
폐가 火邪를 받음	冷氣 滯氣 逆氣 上氣
風邪	疼痛
寒邪	戰慄
더위	熱悶
濕邪	腫滿
燥邪	대소변이 나오지 않음

Table 2.

3) 顛中의 氣로 인해 생기는 증상

肺主氣를 보면 顛中은 氣가 모이는 곳으로 顛中, 곧 肺에 氣가 많고 적음에 따라 나오는 증상을 서술하고 있다.

○ <靈樞>(海論 第三十三)曰 顛中爲氣之海 顛中者 肺室也 有餘則胸面俱赤 不足則少氣力不多言.¹⁵⁾

4) 氣爲諸病

氣爲諸病⁸⁸

○ <丹溪>曰 周流乎一身 以爲生者 氣也 苟內無所傷 外無所感 何氣病之有哉.

今者 冷氣 滯氣 逆氣 上氣 皆是肺受火邪 氣得炎上之化 有升無降 熏蒸清道 甚而轉成劇病.

<局方>例用辛香燥熱之劑 是以火制火也.

○ <張子和>曰 諸病 皆生於氣 諸痛 皆因於氣.

15) [영추]에는 “단중은 기가 모이는 곳이다(단중은 폐의 방과 같다). 기가 지나치게 많으면 가슴과 얼굴이 다 벌겋고 기가 부족하면 기력이 적고 말을 많이 하지 못한다”고 하였다.

○ <回春>曰 風傷氣者 爲疼痛 寒傷氣者 爲戰慄 暑傷氣者 熱悶 濕傷氣者 爲腫滿 燥傷氣者 爲閉結 16)

위의 내용을 표로 정리하면 위와

16) 단계는 “기는 온몸을 돌면서 사람을 살아나가게 한다. 만일 속으로 상한 일이 없고 겉으로 사기를 받지 않으면 어찌 기병이 생기겠는가. 최근에 냉기, 체기, 역기, 상기라는 것들은 모두 폐가 화사를 받아 기가 타오르면서 변한 것이다. 기가 올라가기만 하고 내려오지 않거나 숨길을 혼증하는데 이것이 심하면 병이 된다”고 하였다. [국방]에는 “보통 맵고 향기롭고 성질이 조열한 약을 쓰는데 이것은 불로써 불을 끄자는 것이다”라고 하였다.

장자화는 “여러 가지 병은 모두 기에서 생기고 모든 통증도 기에서 생긴다”고 하였다.

[회춘]에는 “풍사가 기를 상하면 통증이 오고 한사가 기를 상하면 오한이 나면서 몸이 떨린다. 더위가 기를 상하면 열이 나고 답답하며 습사가 기를 상하면 부종이 오고 조사가 기를 상하면 대소변이 나오지 않는다”고 하였다.

서례에는 “사람이 기 속에서 사는 것은 물고기가 물 속에서 사는 것과 같다. 물이 흐리면 물고기가 여위고(여위고) 기가 흐르면 사람이 병든다. 사기가 사람을 상하면 아주 심중하다. 경락이 이 사기를 받으면 장부에 전해들어가는데 그 허실, 냉열에 따라 병이 된다. 또한 장부의 상생관계가 있기 때문에 병이 전달되고 변화되는 것이 광범해진다”고 하였다.

같다.(Table 2)

서례를 보면 경락이 받은 사기가 장부로 전해지고 허실 냉열에 따라 병이 다르며 장부의 상생관계에 따라서 병이 전달되고 변화된다고 하여 병이 전달되는 순서와 상생관계에 따라서 질병의 양상이 바뀔 수 있음을 논하였다.

5) 氣逸則滯

氣逸則滯 88

○ <臞仙>曰 人之勞倦 有生於無端 不必持重 執輕仵仵終日 惟是閑人多生此病. 盖閑樂之人 不多運動氣力 飽食坐臥 經絡不通 血脈凝滯 使然也 是以貴人 貌樂而心勞, 賤人心閑而貌苦.

貴人嗜慾不時 或昧於忌犯飲食 珍羞便乃寢臥 故常須用力 但不至疲極 所責榮衛流通 血脈調暢 譬如流水不污 戶樞不蠹也.

○ <入門>曰 逸則氣滯 亦令氣結 輕者 行動即愈 重者 橘皮一物湯. 17)

17) [구선]에는 “사람에게 나쁜해지는 병이 까닭 없이 발생하는 것이 있으니 반드시 무겁거나 가벼운 것을 가지고 종일 바쁘게 다닌 데서만 오지 않는다. 오직 한가한 사람에게 이 병이 많이 생긴다. 대개 한가하고 편안한 사람은 흔히 운동을 하지 않으며 배불리 먹고 앉아 있거나 잠이나 자기 때문에 경락이 잘 통하지 않고 혈맥이 응체되어 그렇게 되는 것이다. 그러므로 귀인의 얼굴은 즐거운 듯하나 마음은 괴롭고 천한

【橘皮一物湯】

治 一切 氣滯

橘皮_{洗淨}40g 新汲水 煎服(寶鑑).

위의 조문은 앉아서 생활하는 시간이 길고, 영양분 섭취가 많아진 현대 사회의 생활 특징으로 생긴 질환에 도움이 될 수 있는 구절로 보인다. 氣逸則滯는 운동을 하지 않고 배불리 먹고 앉아 있거나 자기 때문에 생기는 氣의 모습으로 그 결과 經絡이 잘 통하지 않고 血脈이 응체된다고 하였다. 몸이 피곤하지 않을 정도로 일을 할 때 榮衛가 잘 돌아가고 血脈이 잘 조화될 수 있다. 이것이 氣가 체했을 때의 첫 번째 치료법이요, 橘皮一物湯은 氣滯가 중한 경우 쓸 수 있는 두 번째 치료법으로 理氣之劑인 橘皮로 이 병을 치료한다.

사람의 마음 속은 한가하나 얼굴은 고 통스러워 보인다. 귀인은 때없이 성생활을 하며 꺼려야 할 것을 지키지 않는다. 또한 영양분이 많은 음식만 먹고 잠만 잘 것이 아니라 항상 몹시 피곤하지 않을 정도로 일을 해야 한다. 영위가 잘 돌아가고 혈맥이 잘 조화되게 해야 한다. 비유하면 흐르는 물이 썩지 않으며 문지방이 좀이 먹지 않는 것과 같다”고 하였다.

[입문]에는 “가만히 있으면 기가 막힌다. 기가 막혀 몰린 것이 경한 것은 움직이면 낫지만 중한 것을 굴피일물탕을 써야 한다”고 하였다.

6) 七氣와 九氣

7기와 9기는 각각 다른 조문에
서 다루고 있지만 그 내용이 유사
하여 한 단락 안으로 묶어서 보고
자 한다.

七氣 88

○ 七氣者 喜·怒·憂·思·悲·驚·恐,
或以爲 寒·熱·恚·怒·喜·憂·愁 皆通也
(直指).

○ <直指>曰 人有七情 病生七氣.
氣結則生痰 痰盛則氣愈結 故調氣
必先豁痰 如七氣湯 以半夏主治 而
官桂佐之 盖良法也.

○ <又>曰 七氣相干 痰涎凝結 如
絮如膜 甚如梅核 窒碍於咽喉之間
咯不出嚥不下 或中滿艱食 或上氣
喘急 曰氣隔 曰氣滯 曰氣秘 曰氣
中 以至五積六聚 疝癖 癥瘕 心腹
塊痛 發則欲絕 殆無往而不至矣

宜服七氣湯 四七湯 分心氣飲 香橘
湯. 18)

18) 7기란 기빠하는 것, 성내는 것, 슬퍼
하는 것, 생각하는 것, 근심하는 것, 놀
라하는 것, 무서워하는 것등을 말한다. 혹
은 추워하는 것, 열이 나는 것, 원망하
는 것, 성내는 것, 기빠하는 것, 근심하
는 것, 슬퍼하는 것이라고도 하는데 모
두 서로 통한다[직지]

[직지]에는 “사람에게 7정이 있고 병
은 7기에서 생긴다. 기가 물리면 담이
생기고 담이 성하면 기가 더욱 물리게
된다. 때문에 기를 고르게 하려면 반드
시 먼저 담을 삭게 해야 한다. 칠기탕
과 같이 반하를 주약으로 하고 육계를
좌약으로 해서 치료하는 것이 대체로
좋은 방법이다”라고 하였다.

또한 “7기가 서로 어울려서 담연이 뭉

【七氣湯】

治七情鬱結 心腹絞痛

半夏製12g 人蔘 肉桂 甘草灸各3g 生薑
6g 水煎服(局方).

【四七湯】

治七氣凝結 狀如破絮 或如梅核 窒
碍咽喉 咯不出 嚥不下 或 胸膈痞
滿 痰涎壅盛

半夏製8g 赤茯苓7g 厚朴製5g 蘇葉4g
生薑12g 大棗6g.水煎服(局方).

【分心氣飲】

治七情痞滯 通利大小便 清而疎快.

蘇葉6g 甘草灸5g 半夏製 枳殼 青皮 陳
皮 大腹皮 桑白皮各4g 唐木香 赤茯苓
檳榔 蓬朮 麥門冬 桔梗各3g 桂皮 香
附子 藿香各2g 89燈心6g 生薑6g 大棗
4g.水煎服(直指).

【香橘湯】 89

治七情所傷 中脘腹脇脹滿.

香附子米炒 半夏製 陳皮各6g 甘草灸2g
生薑12g 大棗6g 水煎服(直指).

위의 조문은 감정 상태에 따라서
나타날 수 있는 병에 관하여 논하
고 있다. 喜·怒·憂·思·悲·驚·恐
혹은 寒·熱·恚·怒·喜·憂·愁과 같은 감
정상태가 치우칠 때에 痰이 생기

친 것이 숨갈기도 하고 엷은 막 같기도
하며 심하면 매화씨 같기도 하다. 이러
한 것이 목구멍을 막아서 뱉으려고 해
서 나오지 않고 삼키려고 해도 넘어가
지 않으며 혹은 속이 그득하면서 음식
을 먹지 못하거나 기가 치밀면서 숨이
몹시 차게 된다. 이것을 기격, 기체, 기
비, 기중이라고 한다. 심해지면 5적, 6
취, 산증, 벽증, 징가가 되어 명치 밑과
배에 덩어리가 생겨서 아프다. 이 통증
이 발작하면 숨이 끊어지는 것 같고 안
가는 데가 없이 돌아다니면서 작용한
다”고 하였다.

종류	원인	증상	치료법
간적	간기의 울결 간의 어혈	얼굴색이 퍼렇고 양 옆구리 아래에 덩어리 만져짐, 아랫배 통증, 발이 차가워짐.	비기환, 증손오적환+ 시호, 산초, 봉출, 조혈, 근포
심적 (=伏梁)	심과 관련 기혈이 울림	뱃속이 달아오르고 얼굴빛이 벌거 며 목안이 마르고 팔뚝처럼 단단한 것이 배꼽에서 일어나 명치까지 뻗 침, 가슴 답답, 심하면 경련	복량환, 증손오적환+ 황금, 육계, 백복신, 단삼, 석창포
비적	비허로 기가 몰려서 생김	얼굴빛이 누렇고 위완부위에 잔을 얹어놓은 것이 있어 막혀 통하지 못하는데 배가 고평 때 줄고 배가 부를 때 그득하고, 구역, 설사, 점 차 살이 빠지며 오래도록 낫지 않 으면 팔다리를 가누지 못하게 됨	肥氣丸, 증손오적환+ 오수유, 황금, 사인, 택사, 인진, 산초
폐적 (=息賁)	폐가 위로 치밀어 생김	얼굴이 허옇고 오른쪽 옆구리 밑에 잔을 얹어 놓은 것 같은 것이 있어 숨이 찬데 오래도록 낫지 않으며 오싹오싹 춥고 열이 나며 기운이 치밀어 오르고 뒷등까지 아프며 눈 이 어둡고 잊어버리기 잘하며 피부 속으로 벌레가 기어다니는 것 같거 나 찌르는 감각을 느낌.	息賁丸, 증손오적환+ 길경, 삼릉, 천문동, 청피, 진피, 백두구, 자원, 산초
신적 (=奔豚)	신기나 간기가 치밀어서 생김	얼굴빛이 컴컴하고 통증이 아랫배 에서 발작하여 명치밑까지 치밀어 오름. 배고플 때 나타나고 배가 부 를 때 작아지며 허리가 아프고 시 력이 나빠짐. 병이 오래되어도 낫지 않으면 숨이 차고 기운이 치밀며 골위가 될 수 있음	분돈환, 증손오적환+ 현호색, 고련실, 전갈, 부자, 독활, 택사, 석창포, 육계, 정향

Table 3. 五積의 原因, 症狀 및 治方

기 된다고 하였다. 또 담연이 몽친
것이 목구멍을 막아서 뱉으려고
해도 나오지 않고 삼키려고 해도
넘어가지 않는 梅核氣 증상이 등
장한다. 이를 서양의학에서는 히스

테리구(globus hystericus)라고 칭
하며 환자 본인이 정상임을 알고
증상에 신경을 쓰지 않도록 하고,
근본적인 심리문제를 해결하는 것
이 중요한 치료법이며 특별한 치

료법은 없다고 설명하고 있다.¹⁸⁾

한방에서는 이와 같은 증상이 심리적인 문제인 7기로 일어난다는 것을 이미 인지하고 있었으며 이와 같은 증상이 진행될 경우 5적¹⁹⁾, 6취²⁰⁾, 산증²¹⁾, 癥瘕²²⁾가

되어 명치 밑과 배에 덩어리가 생겨 통증을 유발한다고 하여 병의 진행을 살펴 보았음을 알 수 있다. 이와 같은 병에 쓰는 처방으로 七氣湯 四七湯 分心氣飲 香橘湯을 제시하고 있으며 각 처방에는 祛痰之劑인 半夏가 공통으로 들어가고 그 외에 理氣之劑, 溫裏之劑 들이 들어간다.

다음은 九氣에 나오는 조문이다.

九氣 89

○ <黃帝>問曰 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 炆則氣泄 驚則氣亂 勞則氣耗 思則氣結 九氣不同 何病之生?

<岐伯>對曰 怒則氣逆 甚則嘔血 及痰泄 故氣上矣.

옆구리로 치밀면서 덩어리가 생겨 쉽게 움직인다고 하였다.

21) 疝證 : 고향이나 음낭이 커지면서 아프거나 아랫배가 땅기며 아픈 병증.

22) 癥瘕 : 아랫배 속에 덩어리가 생긴 병증. 동의보감에 징이라는 것은 딱딱한 것이 생겨 움직이지 않는 것을 말하고, 가라는 것은 딱딱한 것이 생겨서 움직이는 것을 말하는데, 이것은 모두 담음이나 식적, 어혈로 생긴 덩어리. 징은 모인다는 뜻인데 뱃속에 딱딱한 것이 생겨 눌러보면 손에 만져지는 것이 적과 같다. 가는 거짓이라는 뜻인데 뱃속에 비록 만져지는 것이 있다 하더라도 금방 나타났다가도 없어지는 것이 취와 같다. 癥瘕는 배꼽아래에 생기는 수가 많으며 부인에게서 흔히 본다.

(19)~(22) 신동의학 사전에서 발췌

18) 히스테리구는 기질적인 원인 없이, 즉 실제로는 아무 것도 없는데 목 안에 무엇인가 걸려있는 듯한 느낌이 나거나 목 안이 조여지는 느낌이 들며, 뱀어도 아무것도 나오지 않고 침을 삼켜도 넘어가지 않는 듯한 느낌을 말한다. 물을 마시면 증상이 다소 해소되지만 다시 원상태로 돌아오기도 한다. 일반적으로는 단순히 목에 무엇인가가 걸린 듯하거나 답답한 느낌을 호소하지만, 사람에게 따라서는 목 안이 건조한 느낌, 가슴이 쓰리거나 타는 느낌이 들거나 통증을 느끼기도 한다. 코에서 목 뒤쪽으로 끈끈한 가래 같은 분비물이 넘어가는 기분이 들 수도 있다. 그러나 음식을 먹을 때는 별다른 증상이 없는 것이 특징이다. 이러한 증상은 목 부분에 공같은 것이 걸려서 오르락내리락하는 것 같다고 하여 히스테리구(globus hystericus)라고도 불리는데, 실제로는 목에 이물이 없는 상태에서 주관적으로 나타나는 정신 증상이므로 신경증으로 구분된다. 대부분의 경우 정신적인 안정을 취함으로써 해결될 수 있지만, 아래와 같은 관련 증상이 연관되어 나타나는 경우에는 반드시 내시경이나 식도 조영술을 시행하여 종양이나 궤양, 궤실 등의 다른 원인이 있는지를 살펴보아야 한다.

19) 五積 : 오장에 생긴 적을 통틀어 이르는 말. 간적, 심적, 비적, 폐적, 신적이 속한다.

20) 六聚 : 육부에 생긴 취를 통틀어 이르는 말. 대장취, 소장취, 담취, 위취, 방광취, 삼초취. 의방유취에 육취는 육부에 생기며 그 통증이 왔다갔다 하면서 일정한 곳이 없으며 취가 위에 있으면 막히고 아래에 있으면 불러오르고 양쪽

喜則氣和 志達 榮衛通利 故氣緩矣
 悲則心系急 肺布葉舉而上焦不通
 榮衛不散 熱氣在中 故氣消矣
 恐則精却 却則上焦閉 閉則氣還 還
 則下焦脹 故氣不行矣
 寒則腠理閉 氣不行 故氣收矣
 炆則腠理開 榮衛通 汗大泄 故氣泄
 矣
 驚則心無所倚 神無所歸 慮無所定
 故氣亂矣
 勞則喘息汗出 內外皆越 故氣耗矣
 思則心有所存 神有所歸 正氣留而
 不行 故氣結矣”(內經 舉痛論篇 第
 三十九)²³⁾

23) 황제가 묻기를 “나는 모든 병이 기에
 서 생긴다는 것을 알고 있다. 성내면
 기가 올라가고 기빠하면 기가 늘어지며
 슬퍼하면 기가 가라앉는다. 그리고 두
 려워하면 기가 내려가고 추워하면 기가
 줄어들며 더우면 기가 빠져나가고 놀라
 면 기가 혼란해진다. 또 피로하면 기가
 소모되고 생각을 지나치게 하면 기가
 멎치게 되는 등 9기가 같지 않다. 그런
 데 어떤 병이 생기는가.” 기백이 대답
 하기를 “성내면 기가 치미는데 심하면
 피를 토하고 식지 않은 설사를 하기 때
 문에 기가 올라가는 것이다. 기빠하면
 기가 고르게 되고 뜻이 통하며 영위가
 잘 돌아가기 때문에 기가 늘어진다. 슬
 퍼하면 심계가 당기고 폐엽이 들떠서
 상초가 잘 통하지 않으며 영위가 잘 헤
 쳐 나가지 않으면 열기가 속에 있기 때
 문에 기가 가라앉게 된다. 무서워하면
 정기가 없어지고 정기가 없어지면 상초
 가 막힌다. 상초가 막히면 기가 되돌아
 온다. 기가 되돌아오면 하초가 불려오
 르고 그득해지기 때문에 기가 돌아가지
 못한다. 추우면 주리가 막히고 기가 잘
 돌지 못하기 때문에 기가 줄어든다. 더
 우면 주리가 열리고 영위가 잘 통하여
 땀이 많이 나기 때문에 기가 빠져나간
 다. 놀라면 마음이 의지할 곳이 없어지
 고 정신이 귀착할 곳이 없어지며 생각
 하는 것이 일정하지 못하기 때문에 기
 가 혼란해진다. 피로하면 숨이 차고 땀

상기 조문에서는 기의 병리적 흐
 림이 생기는 원인과 과정을 설명
 하고 있다. 아래의 조문은 위의 조
 문과는 9기를 다르게 나누어 보고
 있는데 悲, 恐, 炆, 勞, 思가 빠지
 고 膈, 風, 熱, 憂, 山嵐瘴氣로 인
 한 기의 병리적 흐름을 다루고 있
 다.

○ <又>有九氣 一曰膈氣 二曰風氣
 三曰寒氣 四曰熱氣 五曰憂氣 六曰
 喜氣 七曰驚氣 八曰怒氣
 九曰山嵐瘴氣. 積聚如
 盃 心腹刺痛 發則欲死 宜神仙九氣
 湯 正氣天香湯(得效)²⁴⁾

【神仙九氣湯】

治 九氣作痛.
 香附子 片子薑黃 甘草灸各等分 爲末
 每服7.5g 塩湯點服(得效).

【正氣天香湯】

治 九氣作痛. 治婦人氣痛者
 香附子12g 烏藥 陳皮各8g 蘇葉 乾薑
 各4g 甘草3g. 爲剉 水煎服 或爲末8g

이 나서 안팎으로 모두 넘쳐 나기 때문
 에 기가 소모된다. 생각하면 마음이 불
 어 있을 곳이 있고 정신이 돌아가는 데
 가 있어 정기가 머물러 있으면서 돌아
 가지 못하기 때문에 기가 멎친다”고 하
 였다[내경]

24) 또한 9가지 기가 있는데 첫째는 격기,
 둘째는 풍기, 셋째는 한기, 넷째는 열
 기, 다섯째는 우기, 여섯째는 희기, 일
 곱째는 경기, 여덟째는 노기, 아홉째는
 산람장기이다. 이것이 모이고 쌓여서
 술잔을 엮어 놓은 것 같으면서 배가 찌
 르는 것 처럼 아픈데 발작하면 죽을 것
 같다. 이런 때는 신선구기탕, 정기천향
 탕을 쓴다.[득효]

鹽湯點服 亦佳(丹溪).

7) 中氣

본 조문에서는 中氣證에 대해서 다루고 있다.

中氣 89

○ <本事>曰 凡人 暴喜傷陽 暴怒傷陰 憂愁佛意 氣多厥逆 便覺涎潮昏塞 牙關緊急 若概作中風用藥 多致殺人 若有此證 急化 蘇合香元灌之醒後 隨證調治.

○ <得效>曰 中風則脈浮 身溫 口多痰涎 中氣則脈沈 身涼 口無痰涎 中風而以中氣藥治之 亦無所傷中氣 而中風藥投之 禍不旋踵.

先用 蘇合香元, 次用 七氣湯 加石菖蒲.

○ <方氏>曰 中風多不能治 中氣須與便醒其故何歟.

夫中風 中氣 一源流也. 皆由忿怒所致 人之五志 惟怒爲甚 所以爲病之暴也. 蓋少壯之人 氣血未虛 眞水未竭 火畏於水 不能上升 所以 身涼無痰涎 須與便醒也. 老衰之人 氣血俱虛 眞水已竭 火寡於畏 得以上升 所以身溫有痰涎 多不能治也.

○ <入門>曰 中氣 虛者 八味順氣散 實者 四七湯.

○ <回春>曰 中氣者 因與人相爭 暴怒氣逆而暈倒也. 先用薑湯灌救甦

後用木香順氣散.

○ <醫鑿>曰 內經曰 無故而瘖 脈不至 不治. 自己 謂氣暴逆也. 氣復則已 審如是 雖不服藥亦可. 25)

25) [본사]에는 “대체로 사람이 갑자기 너무 기뻐하면 양기를 상하고 갑자기 몹시 성내면 음기를 상하며 근심과 수심으로 불안한 기운이 많아지면 기가 위로 치밀면서 갑자기 목으로 담이 올라와 막히는 것같은 감을 느끼다가 까무러치고 이를 악문다. 이때 중풍으로 보고 약을 쓰면 흔히 사람을 죽일 수 있다. 만일 이런 증상이 있으면 급히 소합향원을 풀어 먹여서 정신이 든 다음에 증상에 따라 치료해야 한다”고 하였다.

[득효]에는 “중풍이면 맥이 부하고 몸이 따뜻하며 입에 느낌이 많이 나온다. 중기이면 맥이 침하고 몸이 싸늘하며 입에 느낌이 없다. 중풍은 중기에 쓰는 약으로 치료하여도 사람이 상하지 않지만 중기는 중풍에 쓰는 약을 쓰면 곧해를 본다. 먼저 소합향원을 쓰고 다음에 칠기탕에 석창포를 더 넣어서 쓴다”고 하였다.

방씨는 “중풍은 많은 경우에 잘 치료되지 않지만 중기는 얼마 가지 않아서 곧 깨어난다. 그 이유가 무엇인가 하면 중풍, 중기의 원인은 한 가지이다. 모두 몹시 성을 냈기 때문에 생기는 것이다. 사람에게는 5지에서 성내는 것이 제일 심하다. 그러므로 병도 갑자기 생긴다. 대개 젊은 사람은 기혈이 허하지 않고 진수가 마르지 않으므로 화기가 물에 눌러서 올라가지 못하여 몸이 싸늘하게 되며 느낌이 없고 얼마 안 가서 곧 깨어난다. 그러나 노쇠한 사람은 기혈이 모두 허하고 진수가 이미 말라서 화기가 놀리는 데가 없이 올라가므로 몸이 덥고 담연이 있는 것이다. 많은 경우에 치료하지 못한다”고 하였다.

[입문]에는 “중기로 허한 사람은 팔미순기산을 쓰고 실한 사람은 사칠탕을 쓴다”고 하였다.

[회춘]에는 “중기란 서로 다투다가 갑자기 몹시 성내는 기가 올라가서 까무

분류	원인	脈	冷溫	痰涎	신지장애 및 운동장애	후유증
中氣	七情過度	沈	身冷	口無痰涎	일정하지 않고 비상식적	없음
中風	七情過度, 飲食不節, 房室 및 過勞, 氣候變化	浮	身溫	口多痰涎	구안와사, 반신불수 등	있음

Table 4. 中氣와 中風의 차이점

【八味順氣散】

治 中氣

人蔘 白朮 白茯苓 青皮 白芷 陳皮 烏藥各3g 甘草2g.
爲剉水煎服(得效).

【木香順氣散】

治 中氣

烏藥 青皮 香附子 陳皮 厚朴 半夏 枳殼各4g 唐木香 砂仁各3g 桂皮 乾薑 甘草各2g 生薑4g.
爲剉 水煎服(回春)

【蘇合香元】 治一切氣病.

白朮 唐木香 沈香 麝香 丁香 安息香 白丹香 朱砂(半爲衣) 犀角 訶子 香附子 蕁撥各80g 蘇合油(入安息香膏) 乳香 龍腦各40g 爲末 安息香膏熬膏 以豆大1回 2~3丸 井水或 溫水服(正傳).<一名> : **【麝香蘇合元】** (正傳) 通治氣藥轉載

【七氣湯】 治七情鬱結 心腹絞痛

半夏製12g 人蔘 肉桂 甘草炙各3g 生薑6g. 水煎服 (局方). ∴ 七氣轉載

【四七湯】 治一切氣病

半夏製8g 赤茯苓6g 厚朴5g 蘇葉3g 生薑12g 大棗6g. 水煎服(局方). ∴ 七氣轉載

中氣證은 類中風의 한 종류로 감정이 격앙되고 氣가 上逆함으로써 발생하는 일과성의 의식상실과 경련을 뜻한다. 흔히 暴喜, 暴怒 등 정신적인 충격으로 인해 발생하며 특히 심한 분노 끝에 오는 경우가 많다. 中氣證은 중풍과 유사한 질환이지만 그 원인이 몹시 怒해서 생긴 것이므로 분명히 다른 증상을 나타내며, 치료법 역시 다르다. [한의신경정신과학]⁵⁾을 참고로 하여 중풍과 중기의 차이점을 표로 정리하면 다음과 같다.(Table 4)

위의 조문에서 특히 강조하는 것은 中風과 中氣는 다른 질환인데, 中氣에 쓰는 약은 中風에 써도 되

라쳐 넘어지는 것이다. 이때는 먼저 생강 달인 물을 먹여 정신이 든 다음에 목향순기산을 쓴다”고 하였다. [의감]에는 “내경에 ‘원인 없이 병어리가 되고 맥이 뛰지 않는 것은 치료하지 않아도 낫는다’고 한 것은 기가 갑자기 치밀기 때문인데 기가 돌아서면 낫는 것이다. 그러므로 약을 먹지 않아도 역시 좋다”고 하였다.

지만 그 반대로 쓰면 사람이 큰 해를 입을 수 있다는 것이다. 또 두 질환의 주원인으로 분노를 꼽았는데 노쇠한 사람은 기혈이 모두 허하고 진수가 이미 말라서 화기가 그대로 올라가므로 中風의 증상이 나타나고, 젊은 사람은 기혈이 허하지 않고 진수가 있으므로 화기가 물에 눌러서 中氣證의 증상이 나타난다고 하였다.

8) 上氣

다음 조문은 上氣證에 관해 서술하고 있다.

上氣 89

○ <靈樞>(五邪 第二十)曰 邪在肺則寒熱上氣.

○ 『內經』曰 肺藏氣(本神 第八(法風))

氣有餘則喘咳上氣 (調經論篇 第六十二)

○ 上氣者 呼多吸少 氣息促急也 宜蘇子降氣湯 秘傳降氣湯 至聖來復丹 沈香降氣湯 快氣湯. 26)

26) [영추]에는 “사기가 폐에 있으면 추웠다 열이 나고 기가 위로 치민다”고 하였다.

[내경]에는 “폐는 기를 간직하는데 기가 너무 많으면 숨이 차고 기침이 나면서 기가 위로 치민다”고 하였다. 기가 위로 치밀면 내쉬는 숨이 많아지

【蘇子降氣湯】

治上氣 喘促

半夏^麴 蘇子^{炒研各4g} 肉桂 陳皮 當歸 前胡 厚朴^{各3g} 蘇葉 甘草^{各2g} 入生薑 6g 大棗4g.水煎服(局方).

【秘傳降氣湯】

治 上氣及氣不升降 頭目昏眩 腰脚無力.

桑白皮 陳皮^{各6g} 枳殼 柴胡 地骨皮 五加皮^{各4g} 骨碎補 訶子皮 草果 桔梗 半夏^{麴各3g} 蘇葉 甘草^{各2g} 生薑4g.水煎服(局方).

【沈香降氣湯】

治 氣不升降 上氣喘促.

便香附子^{160g} 甘草^{炙48g} 砂仁^{20g} 沈香 16g. 爲細末 每服8g 以蘇鹽湯 調下(正傳).

【快氣湯】

氣不升降 上氣喘促.

香附子^{140g} 砂仁^{32g} 甘草^{炙16g}.上爲細末 每4g 鹽湯 調下(得效).

【上氣 一方】

卒上氣 喘急鳴息 便欲絕.

人參 爲細末 每4g 溫水調服 日五六服 濃煎服亦可(本草).

【上氣 又一方】

治上氣

白芥子一升 搗碎盛袋 浸二升酒中 經七日 每溫服 三合 日二次(本草).

고 들이쉬는 숨은 적어지며 숨쉬기가 몹시 가쁘다. 이때는 소자강기탕, 비전강기탕, 지성내복단, 침향강기탕, 쾌기탕 등을 쓴다.

∴ 單方條에 再錄함 : 編者.

上氣는 肺에 邪氣가 있을 때 혹은 肺에 氣가 너무 많아서 숨이 차고 기침이 나면서 氣가 위로 치미는 증상을 말한다. 호흡하는 모양을 살펴보면 呼出하는 기가 많아지고 吸入하는 기가 적다. 氣實한 사람에게서 나타나는 경우는 정상일 수 있으나, 대부분 호흡기나 심장에 질환이 있는 경우에 나타나게 된다. [靈樞,五邪]에서는 “邪在肺則 皮膚病 寒熱 上氣喘”라 하여 폐에 사기가 있는 경우에, [素問,調經論]에서는 “氣有餘則喘咳上氣”라 하여 氣有餘한 경우에, [濟生方]에서는 “痰停胃脘 痰與氣搏 肺道壅塞 亦令人上氣”라 하여 痰이 胃脘에 정체되어 痰과 氣가 肺道를 막았을 때 上氣가 나타난다고 하였다.

9) 下氣

본 조문은 下氣에 관해서 서술하고 있다.

下氣 89

○ <綱目>曰 下氣屬心. <經>曰 夏脈者 心也 心脈不及 下爲氣泄

是也.

∴ <帝>曰 夏脈太 過與不及 其病皆何如? <岐伯>曰 太過 則令人身熱而膚痛 爲浸淫 其不及 則令人煩心上見咳唾 下爲氣泄(玉機眞藏論 第十九).

○ <綱目 又>曰 癩癰 勞瘵證 若氣下泄不止⁹⁰者 必死. 眞氣竭絕 腸胃腠理閉塞 穀氣不能宣通 於腸胃之外 故從腸胃中泄出也.

○ <河間>曰 腸胃鬱結 穀氣內發而不能先通 於腸胃之外 故善噫而或下氣也.

○ <仲景>曰 傷寒陽明病 胃中有燥屎者 必轉失氣 下之即愈 轉失氣乃氣下泄也. 27)

下氣는 氣가 처져 내려가는 것으로 그 증상으로는 지속적 설사와

27) [강목]에는 “하기는 심에 속한다”고 하였다. [경]에는 “여름의 맥은 심이 주관하는데 심맥이 제대로 뛰지 못하고 처지면 기설증이 된다”고 하였다.

또한 “전간이나 노채에 걸린 환자가 만약 기가 처져 내려가 계속 설사하면 반드시 죽는다. 이것은 진기가 말라 없어지고 장위와 주리가 막혀서 곡기가 장위의 밖으로는 퍼져 나가지 못하기 때문에 장위를 따라 설사로 나간다”

하간은 “장위가 울결되어 곡기가 안으로만 쏠리고 장위의 밖으로는 퍼져 나가지 못하기 때문에 트림이 나가고(나오고) 혹은 방귀가 잘 나간다”고 하였다.

중경은 “상한 양명병에 속에 마른 대변이 있을 때는 반드시 방귀가 나간다. 설사시키면 곧 낫는다. 방귀가 나오는 것은 기가 처져 밖으로 나오는 것이다”라고 하였다.

상한 陽明病에서 마른 대변이 나오지 않아서 방귀가 나오는 것이 있다. 下氣는 心에 속한다고 하였고, 心虛하여 心이 제대로 뛰지 못하면 下氣하여 氣泄하게 된다.

10) 短氣

본 조문은 短氣에 관해 서술하고 있다.

短氣 90

○ <明理>曰 短氣者 氣短而不能相續者 是已 若有氣上衝而悉 非氣上衝也 呼吸雖數而不能相續 似喘而不搖肩 似呻吟而無痛 實爲難辨之證 要識其眞者 氣急而短促 是也.

○ <仲景>曰 平人 寒熱短氣 不足以息者 實也.

<又>曰 短氣有微飲 當從小便去之. 苓桂朮甘湯主之 腎氣丸方見 虛勞亦主之.

○ <入門>曰 氣短者 呼吸不能相接續者 是也. 有結胸者 有停水怔忡者 有風濕相搏者 有素弱氣虛者

大抵 心腹脹滿者 爲實 爲邪在裏 心腹濡滿者 爲虛 爲邪在表.

○ <東垣>曰 氣短 小便利者 四君子湯去茯苓加黃芪 補之”.

○ <入門>曰 氣散則中虛 倦怠無力 短氣不足以息 宜 調中益氣湯方見

內傷 人參養榮湯方見 虛勞”.

○ <脈經>曰 寸口脈沈 胸中短氣”. 28)

【苓桂朮甘湯】

治 胸有痰飲 短氣.

赤茯苓8g 桂枝 白朮各6g 甘草2g. 爲 剉 水煎服(仲景).

28) [명리]에는 “단기란 기력이 아주 약해져 숨을 잘 이어가지 못하는 것이다. 기가 치밀어 오르는 것 같으나 사실은 기가 치밀어 오르는 것이 아니다. 숨쉬기가 비록 잦아도 연달아 되지 않고 천식 같으나 어깨를 들먹이지 않으며 신음하는 듯하다 아파하지 않으므로 실지 구분하기 어려운 증상이다. 그런데 그 증상을 알고 보면 숨이 가쁘고 몹시 발은 것이다”라고 하였다.

중경은 “보통 사람이 추웠다가 열이 나면서 숨을 제대로 쉬지 못하는 것은 실증이다. 또한 숨결이 받으면서 담음이 약간 있으면 반드시 오줌으로 나가게 해야 한다. 그러므로 영계출감탕을 주로 쓰면 신기환을 주로 쓴다”고 하였다.

입문에는 “기단이란 숨을 연달아 쉬지 못하는 것이다. 결흉으로 생기는 것, 물이 고여서 정충증이 생긴 것, 풍습이 서로 어울려서 생기는 것, 평소부터 약하고 기가 허해서 생기는 것도 있다. 대개 명치 밑이 불러 오르고 그득한 것은 실증이고 사기가 속에 있는 것이다. 명치 밑이 유연하면서 그득한 것은 허증이고 사기가 겉에 있는 것이다”라고 하였다.

동원은 “숨결이 받고 오줌이 잘 나오는 데는 사군자탕에서 복령을 빼고 황기를 더넣어 보한다”고 하였다.

[입문]에는 “기가 흠어지면 속이 허해서 권태증이 나며 힘이 없고 숨결이 받으면서 숨을 제대로 쉬지 못하는 데는 조중익기탕, 인삼양영탕을 쓴다”고 하였다.

[맥경]에는 “촌구맥이 침한 것은 가슴 속에 단기증이 있다”고 하였다.

【腎氣丸】治腎陽虛

六味地黃湯 [熟地黃_{16g} 山藥 山茱萸_{各8g} 牡丹皮 澤瀉 白茯苓_{各6g}] 加五味子_{2g} 水煎服(仲景) 虛勞轉載

【四君子湯加味】治一切氣虛

人蔘 白朮 白茯苓 甘草_{各6g}.生薑_{6g} 大棗_{4g}.水煎服(局方).∴氣短小便利者 去茯苓 加黃芪 補之(東垣) 內傷轉載

【調中益氣湯】治中氣下陷.

黃芪_{8g} 人蔘 蒼朮 甘草_{各4g} 陳皮 升麻 柴胡_{各2g} 唐木香_{1g}. 水煎服(東垣).內傷轉載

【人蔘養榮湯】治氣血兩虛 呼吸困難 無力懶怠 虛勞轉載

白芍藥_{8g} 人蔘 白朮 黃芪 當歸 肉桂 陳皮 甘草_{炙各4g} 熟地黃 五味子 防風 遠志_{各3g} 入生薑_{12g} 大棗_{4g} 水煎服(局方).

短氣는 기력이 약하여 숨을 연달아 쉬지 못하는 것으로 그 맥이沈하며 증상에 따라서 다르게 치료한다. 短氣의 原因은 크게 結胸, 怔忡證, 風濕相搏, 어릴 때부터 몸이 虛한 것의 4가지로 나뉜다.

短氣상태에서 痰飲이 있다면 소변으로 나가게 하며, 오줌이 잘 나올 때에나 권태증이 나며 힘이 없으면서 숨을 제대로 쉴 수 없을 경우에는 몸을 보한다. 실증과 허증은 명치 밑의 상태를 보고 구분하는데 명치 밑이 유연하면 허증

이고, 명치 밑이 불리오르면서 그득하면 실증이다. 短氣는 사군자탕, 조중익기탕, 인삼양영탕과 같이 주로 보하는 처방을 쓰지만 痰飲이 있을 때에는 利水之劑를 사용하여 반드시 소변으로 물이 배출되게 하였다.

11) 少氣

다음 조문은 少氣에 관해서 서술하고 있다.

少氣 90

○ <綱目>曰 少氣者 氣少不足以言也.

○ <靈樞>((本神 第八(法風))曰 肺藏氣, (調經論篇 第六十二)氣不足 則息微少氣)

<又>(藏氣法時論篇 第二十二)曰 肺虛則少氣 不能報息.

又(癩狂 第二十二)曰 腎生氣 腎虛則少氣力 言吸吸 骨痠 懈惰不能動.

<又>曰 膻中爲氣之海 不足則少氣 不足以言(海論 : 肺主氣條 參照).

○<內經>(示從容論篇 第七十六)曰 怯然少氣者 是水道不行 形氣消索也.

(脈要精微論篇 第十七)言而微 終日乃復言者 奪氣也.

宜生脈散方見 暑門 人蔘膏 獨參湯 黃芪湯.

○ <易老>曰 眞氣虛弱 脈弱懶語 宜四君子湯 人參黃芪湯 益氣丸.

○ <東垣>曰 內傷脾胃 致中氣虛少 宜補中益氣湯 益胃升陽湯並見 內傷.29)

【人參膏】

治 元氣虛乏 精神短少 言語不接 能回元氣於無何有之鄉 王道也.

人參^{600g} 切片入砂鍋內 水浮藥一指 文武火煎 乾一半傾在別處

又將渣如前煎 三次 嚼參無味 乃止 却將前汁 入鍋內 熬成膏 日服5~6 匙 有肺火 與天門冬 對用甚妙(入

29) [강목]에는 “소기란 기운이 약해서 말을 할 수 없을 만큼 된 것이다”라고 하였다.

[영추]에는 “폐는 기를 간직하는데 기가 부족하면 숨결이 약해지고 기운이 적어진다. 또한 폐가 허하면 기가 적어져서 숨을 잘 쉴 수 없게 된다. 또한 신은 기를 생기게 한다. 신이 허하면 기운이 없어서 말하기 힘들어 하고 말을 채 잊지 못하며 뼈가 시리고 몸이 나른하여 잘 움직이지 못한다. 또한 단증은 기가 모이는 곳이다. 단증이 약하면 기운이 적어져서 말할 힘도 없다”고 하였다.

[내경]에는 “몸이 몹시 나른해서 기운이 없는 것 같은 것은 수기가 잘 돌아가지 못하고 살이 빠지고 기운이 소모된 것이다. 말할 힘이 없어서 한 마디 하고는 하루 종일 하지 않다가 또 한 마디 하는 것은 기운이 빠진 것이다. 이때는 생맥산, 인삼고, 독삼탕, 황기탕 등을 쓴다”고 하였다.

[역로]에는 “진기가 허약하고 맥이 약하며 기운이 없이 말하는 데는 사군자탕, 인삼황기탕, 익기환 등을 쓴다”고 하였다.

동원은 “속으로 비위를 상하여 중기가 허해지고 적어진 데는 보중익기탕, 익위승양탕 등이 좋다”고 하였다.

門).

: 人參 治脾肺 陽氣不足 能補氣 促 短氣 少氣 非升麻 爲引用 不能 補 上升之氣.

升麻一分 人參三分 爲相得也. 若 補下焦元氣 瀉腎中火邪 茯苓爲之 使(東垣).

: 人參膏 獨參湯 須以長流水煎 服 乃有奇效(醫說).

【獨參湯】

治一切 氣虛

人參 不拘多少 濃煎湯 隨時服(醫 說).

【黃芪湯】

治氣虛發熱 百脈動搖有如蟲行 相 火自足上升 心常煩悸 頭重腦悶 乃 清和調勻 鎮靜之劑也

黃芪^{8g} 人參 甘草^{各4g} 當歸^{2g} 五味 子^{9粒}. 水煎服(活人心方).

【四君子湯】

補眞氣虛弱 氣短 氣少

人參^{去蘆} 白朮 白茯苓 甘草^{炙各5g} 爲 剉 水煎服(局方).

: <方氏>曰 人參 補肺扶脾 白朮 健脾燥濕 茯苓 降氣滲濕 甘草 補 胃和中.

譬如 寬厚和平之君子 不爲奸險 卒 暴之行也.

: <醫鑒>曰 人參 補元氣 白朮 健 脾胃 茯苓 滲濕 又引 人參下行 補 下焦元氣(入門).

【人參黃芪湯】

治虛損 少氣

人蔘_{8g} 黃芪 白朮 陳皮_{各4g} 當歸 白茯苓 甘草_{灸各2g} 生薑_{6g} 大棗_{4g}. 水煎空心服(易老).

【益氣丸】

治 言語多 損氣氣少懶語 能補上益氣.

人蔘 麥門冬_{各28g} 陳皮 桔梗 甘草_{灸各20g} 五味子_{21粒}.

爲極細末 水浸油餅和 丸芡實大 每1丸 細嚼 津唾嚥下. 油餅 乃和油燒餅也(回春 易老).

【生脈散】 治少氣 無力 麥門冬_{10g} 人蔘 五味子_{各4g}. 水煎服(惠庵). 畧門轉載

【補中益氣湯】 治中氣下陷 黃芪_{8g} 人蔘 白朮 當歸_{各6g} 陳皮 甘草_{各4g} 柴胡 升麻_{各2g}. 水煎服(東垣). 內傷轉載

【調中益氣湯】 治中氣下陷 黃芪_{8g} 人蔘 蒼朮 甘草_{各4g} 陳皮 升麻 柴胡_{各2g} 唐木香_{1g}. 水煎服(東垣). 內傷轉載

【益胃升陽湯】 勞倦傷 陽虛少氣 崩漏 元氣下陷 白朮_{6g} 黃芪 人蔘 神麴 當歸 陳皮_{各4g} 柴胡 升麻 黃芩_{各2g}. 水煎服(東垣). 內傷轉載

少氣는 기운이 매우 약하여 호흡이 미약한 상태를 일컫는다.

少氣의 원인으로서는 ① 氣를 藏하는 肺의 氣가 부족한 경우, ② 氣를 生하는 腎이 虛한 경우, ③ 氣가 모이는 膻中의 氣가 부족한 경우, ④ 內傷脾胃하여 中氣가 부족

한 경우가 있다.

주로 氣를 보하는 처방을 쓴다.

12) 氣痛

다음 조문은 氣痛에 관하여 서술한다.

氣痛 90

○ <入門>曰 人身元氣與血循環 彼橫行藏府之間 而爲疼痛 積聚 痰癖 壅逆胸臆之上 而爲痞滿 刺痛 等證 多因 七情 飲食 鬱滯爲痰飲. 初期宜辛溫 開鬱行氣 豁痰消積 久則宜辛寒降火 以除根(入門).

○ 氣滯上焦 爲心胸痞痛 宜 枳橘湯 桔梗枳殼湯方見 胸部 清膈蒼莎丸.

○ 氣滯中焦 爲腹脇刺痛 宜 神保元 木香破氣散 撞氣阿魏丸.

○ 氣滯下焦 爲腰痛疝瘕 宜 蟠葱散方見 前陰 四磨湯方見 大便 木香順氣丸 木香檳榔丸.

○ 氣滯於外則 爲周身刺痛 或 浮腫 宜 流氣飲子 木香流氣飲 三和散 五皮散方見 浮腫.

○ 凡 氣痛宜 烏沈湯 復元通氣散 神仙沈麴元 一粒金丹 小烏沈湯.³⁰⁾

30) [입문]에는 “사람 몸의 원기는 혈과 같이 돌아가는데 그것이 장부의 사이를 잘못 돌아가게 되면 통증이 생기고 적취와 현벽이 가슴에 물리거나 치밀면 더부룩하고 그득하며 쑤시는 것 같이

【枳橘湯】

治因氣滯胸痞痛.

陳皮_{32g} 枳殼_{6g} 生薑_{6g} 甚則 加鬱金少許 水煎服(入門).

【清膈蒼莎丸】

治濕熱 散鬱 止痛.

蒼朮_{80g} 便香附子_{60g} 黃蓮 黃芩各_{20g} 爲末 紅₉₁熟瓜萐去皮同搗 丸如綠豆大 一回 30~50丸溫水下 或 蒸餅和丸 薑湯下(入門).

【神保元】₉₁

治諸氣注痛 又治心膈腹脇腎氣痛.

全蝎_{全者7箇} 巴豆_{10箇去皮爲霜} 青木香 胡椒各_{10g} 朱砂_{4g}(半內入半爲衣) 爲末 蒸餅和丸 麻子大 朱砂爲衣 每5~7丸 薑湯 溫酒 任下(局方).

아픈 증상이 나타난다. 이것은 흔히 7정과 음식으로 담음이 된 것이다. 그것이 처음 생겼을 때에는 맵고 성질이 더운 약으로 몰린 것을 헤쳐 주고 기를 잘 돌아가게 하며 담을 삭이고 적취를 없애야 한다. 오래된 것은 맵고 성질이 찬 약으로 화를 내려가게 하여 근원을 없애야 한다.

기가 상초에 막혀서 가슴이 더부룩하고 아픈 데는 지골탕, 길경지각탕, 청격창사환을 쓴다.

기가 중초에 막혀서 배와 옆구리가 찢는 듯이 아픈 데는 신보원, 목향파기산, 당기아위원을 쓴다.

기가 하초에 막혀서 허리가 아프고 산가증이 생긴 데는 반총산, 사마탕, 목향순기환, 목향빈랑환을 쓴다.

기가 곁에 막히면 온 몸이 쑤시는 것같이 아프거나 부종이 생긴다. 이때는 유기음자, 목향유기음, 삼화산, 오피산을 쓴다.

대개 기로 생긴 통증에는 오침탕, 복원통기산, 신선침사원, 일립금단, 소오침탕 등이 좋다.

【木香破氣散】

治氣痛.

香附子_{160g} 烏藥 薑黃各_{80g} 青木香 甘草_{灸20g} 細末 每_{8g} 鹽湯 點服(丹溪).

【撞氣阿魏丸】

治一切氣痛.

蓬朮_炒 丁香皮_炒 陳皮 青皮 川芎 小茴香_炒 甘草_{灸各40g} 砂仁 桂皮 白芷各_{20g} 阿魏_{酒浸一宿} 研爲糊 胡椒各_{10g} 生薑_{160g} 切片 鹽_{40g} 同淹一宿炒褐色.

爲末 以阿魏糊和 丸芡實大 朱砂爲衣 每取3丸 空心 以薑鹽湯 細嚼嚥下(得效).

【木香順氣丸】

治諸氣 痞滯 刺痛.

黑丑_{頭末} 破故脂各_{80g} 枳殼 陳皮 香附子各_{40g} 青木香 蘿覆子 大腹皮各_{20g} 爲末 水丸梧子大 溫水下 50丸(丹溪).

【木香檳榔丸】

治濕熱氣滯 痞痛.

大黃_{160g} 黑丑_{頭末} 黃芩各_{80g} 青木香 檳榔 黃蓮 當歸 枳殼 青皮 陳皮 香附子 蓬朮 黃栢各_{40g} 爲末 水丸梧子大 溫水下 50~70丸(心法).

【流氣飲子】

治氣注疼痛 或 腫脹.

檳榔_{4g} 陳皮 赤茯苓 當歸 白芍藥 川芎 黃芪 枳實 半夏 防風 甘草各_{3g}

蘇葉 烏藥 青皮 桔梗_{各2g} 唐木香_{1g} 生薑_{6g} 大棗_{4g}. 水煎服(入門)(寶鑑).

【木香流氣飲】

治諸氣痞痛 或 腫脹

陳皮 藿香_{各6g} 青木香 青皮 厚朴 香附子_{各4g} 麥門冬 白芷 沈香 白朮 肉桂 木通 檳榔 蘇葉 草果 甘草_{各3g} 大腹皮 木瓜 人蔘 蓬朮 丁香皮 半夏 赤茯苓 石菖蒲_{各2g}

爲剉作 分二貼 生薑_{6g} 大棗_{4g} 水煎服(正傳).

【三和散】

治諸氣鬱滯 或脹或痛.

川芎_{6g} 沈香 蘇葉 大腹皮 羌活 木瓜 唐木香 白朮_{各4g} 檳榔 陳皮 甘草_{各2g}. 水煎服(入門).

【烏沈湯】

治 諸氣 背膂心腹痛

烏藥_{40g} 沈香_{20g} 甘草_{炙16g} 人蔘_{12g}. 爲細末 每_{4g} 薑鹽湯 點服(局方).

【復元通氣散】

治氣不宣通 周身走痛.

白丑_{頭末80g} 小茴香_炒 穿山甲_{火胖各60g} 陳皮_{去白} 玄胡索 甘草_{各40g} 青木香_{20g} 爲細末 每_{8g} 薑湯或溫酒 調下(局方).

【神仙沈麝元】

治一切氣痛不可忍.

甘草_{80g} 沒藥 血竭 沈香 麝香 朱砂_{各40g} 唐木香_{20g} 爲末熬 甘草作膏 搜和藥末丸 如芡實大 每一丸 薑鹽湯嚼下 血氣痛醋湯下(直指).

【一粒金丹】

治氣痛.

啞芙蓉_{即阿片10g} 阿魏_{4g} 唐木香 沈香_{各2g} 牛黃_{1g} 以將 沈香 木香 牛黃 爲末 以阿片 阿魏 放碗內滴水 熔化 和蜜爲丸 綠豆大 金箔爲衣 每一粒. 熱氣痛 涼水下 冷氣痛 滾水下 尤妙(回春).

【小烏沈湯】

治諸氣心腹刺痛

香附子_{80g} 烏藥_{40g} 沈香 甘草_{各10g} 爲細末 每_{4g} 沸鹽湯 點服(局方).

【氣痛一方】

治一切氣痛.

香附子_{炒160g} 陳皮_{去白40g} 甘草_{生10g}. 爲細末 每_{8g} 鹽湯 點服(綱目).

【桔梗枳殼湯】

治胸痞

枳殼 桔梗_{各8g} 甘草_{4g} 生薑_{12g} 水煎服(入門). 胸部 轉載

【五皮散】

治水毒停滯.

大腹皮 茯苓皮 生薑皮 桑白皮 陳皮_{各6g} 水煎服(丹溪). 浮腫 轉載

【蟠葱散】

治奔豚

蒼朮 甘草_{各4g} 三菱 蓬朮 白茯苓 青皮_{各3g} 砂仁 丁香 檳榔 玄胡索 肉桂 乾薑_{各2g} 葱白_{2莖}. 水煎服(入門). 前陰 轉載

【四磨湯】

治氣滯便秘

檳榔 沈香 青木香 烏藥_{各2g} 水煎服(得效). 大便 轉載

氣痛은 氣의 순행이 잘못되어 물리거나 치밀어 쫓시는 것같이 아

픈 통증이 나타나는 것으로 원인은 7정과 음식으로 인해서 생긴痰飲이다. 氣痛證이 생긴 시기가 초기인지, 오래되었는지의 여부에 따라서 치료처방이 다르며 氣痛證이 생긴 위치를 上焦, 中焦, 下焦, 곁에 막혔을 때에 따라 나타나는 증상과 이에 대한 치료법을 설명하고 있다.

13) 氣逆

다음 조문은 氣逆에 관하여 쓰고 있다.

氣逆⁹¹

○ <靈樞>(五亂 第三十四)曰 黃帝曰 何謂逆而亂?

<岐伯>對曰 清氣在陰 濁氣在陽 榮氣順脈 衛氣逆行 清濁相干 亂于胸中 是爲太惋

故氣亂于心 則煩心密默 俛首靜伏. 亂于肺 則俛仰喘喝 接手以呼. 亂于腸胃 則爲霍亂. 亂于臂脛 則爲四厥 亂于頭則 爲厥逆 頭重 眩仆.

○ <入門>曰 氣逆者 氣自腹中 時時上衝也.

○ <內經>(至眞要大論篇 第七十四) 曰 諸逆上衝 皆屬於火.

○ <丹溪>曰 病人自言 冷氣從下而上者 此上升之氣 自肝而出中挾相

火 其熱爲甚自覺其冷 非眞冷也 <又>曰 氣之上逆屬陽 無寒之理 覺惡寒者 乃火極似木也.

○ <入門>曰 散火之法 必先破氣 氣降則火自降矣.

○ 氣逆 宜退熱清氣湯 導氣枳殼丸 火盛者 滋陰降火丸方見 虛勞 加便香附子 茯神 沈香³¹⁾

31) [영추]에는 “황제가 묻기를 ‘무엇이 치밀어서 문란하게 하는가.’ 기백이 대답하기를 ‘맑은 기는 음에 있고 탁한 기는 양에 있는데 영기는 혈맥을 따라 돌고 위기가 거슬러 올라가 맑은 기와 탁한 기가 서로 어울려서 가슴 속에서 혼란하게 되어 몸이 답답하게 된다. 그러므로 가슴에서 기가 혼란하면 가슴이 답답하고, 아무 말 없이 머리를 숙이고 앞드려 있다. 폐에서 기가 혼란하면 몸을 숙일 때나 젖힐 때나 숨이 차서 손으로 폐를 누르고 숨을 내쉬게 된다. 장위에서 혼란하면 객란증이 생기며 팔다리에서 혼란하면 팔다리가 싸늘해진다. 머리에서 혼란하면 정신을 잃고 넘어지거나 머리가 무겁고 어지러워 넘어진다”고 하였다.

[입문]에는 “기가 치민다는 것은 기가 배에서부터 때때로 치밀어 오르는 것이다”라고 하였다.

[내경]에는 “여러 가지로 치밀어 오르는 것은 모두 화에 속한다”고 하였다.

단계는 “환자 자신이 찬 기운이 아래에서부터 위로 올라온다고 하는 것은 올라오는 기가 간장에서 나와 속에 상화를 끼고 있어 열이 심한 것이다. 환자 자신이 찬 기운을 느끼거나 진짜 찬 기운은 아니다. 또한 기가 위로 올려 치미는 것은 양에 속하는데 찬 기운이 있을 리가 없다. 오한을 느끼는 것은 곧 화가 심하여 수와 비슷하게 된 것이다”라고 하였다.

[입문]에는 “화를 해치는 방법은 반드시 먼저 기를 쳐야 한다. 기가 내려가면 화는 절로 내려 간다”고 하였다. 기가 치미는 데는 퇴열청기탕, 도기지

【退熱清氣湯】

治氣逆.

柴胡 陳皮 赤茯苓各4g 半夏製枳殼
便香附子 川芎各3g 砂仁7粒研 唐木香
甘草灸各2g 生薑4g. 水煎服(入門).

【導氣枳殼丸】 92

治 逆氣上攻 心胸痞痛

枳殼炒 木通炒 青皮 陳皮 桑白皮灸
蘿覆子炒 白丑炒頭末 黑丑炒頭末 蓬朮
三棱 小茴香炒.各等分

爲末 薑汁糊和 丸梧子大 每30~50
丸 陳皮湯 吞下(寶鑑).

【滋陰降火丸加味】 補陰虛 氣逆
火盛者

熟地黃80g 黃栢60g 知母 枸杞 蓮
肉 茯神 人蔘各40g : 氣逆火盛
者 加便香附子 茯神 沈香
爲末 以地黃酒蒸 作膏和丸 梧子
大 白湯下100丸(入門). 虛勞
轉載

氣逆은 氣가 위로 치밀어 올라와
혼란하게 하는 현상으로 환자가
비록 몸이 차다고 느낀다 할지라도
간장의 상화가 심하여 거슬러
올라와 생기는 것으로 열이 원인
이라는 것이 특징이다. 치밀어 올
라온 氣의 위치에 따라서 나타나
는 증상이 다른데 이를 다섯 가지
로 구분하고 있다.

① 가슴(氣亂于心) : 가슴이 답답
하고 아무 말 없이 엎드려 있다
(煩心密默 俛首靜伏)

② 폐(亂于肺) : 몸을 숙일 때나
젖힐 때나 숨이 차서 손으로 폐를
누르고 숨을 내쉬게 된다 (俛仰喘
噎 按手以呼)

③ 장위(亂于腸胃) : 객란증이 생
기며 팔다리에서 혼란하면 팔다리
가 싸늘해진다 (則爲霍亂)

④ 팔다리(亂于臂脛) : 팔다리가
싸늘해진다 (四厥)

⑤ 머리(亂于頭) : 정신을 잃고
넘어지거나 머리가 무겁고 어지러
워 넘어진다 (厥逆 頭重 眩仆)

火를 헤치는 방법은 올라오는 氣
를 먼저 치는 것으로 氣를 내리는
처방인 퇴열청기탕, 도기지각환을
쓰고 火가 심하면 火와 氣를 함께
내리기 위하여 자음강화탕에 향부
자, 복신, 침향을 더하여 쓰도록
하였다.

14) 氣鬱

다음 조문은 氣鬱에 관하여 서술
하고 있다.

각환을 쓰고 화가 성한 데는 자음강화
탕에 향부자(동변으로 법제)와 복신, 침
향을 더 넣어쓴다.

氣鬱 92

○ <丹溪>曰 氣之初病 其端甚微 或因七情 或感六氣 或因飲食 以致津液不行 清濁相干 自氣成積 自積成痰 其爲之鬱 或痞或痛.

○ <正傳>曰 氣鬱而濕滯 濕滯而成熱 故氣鬱之病 多兼 浮腫 脹滿.

○ <入門>曰 鬱者 病結不散也. 氣鬱不散 二陳湯煎水 吞下 交感丹.

<又>曰 血凝氣滯 復元通氣散, 痰壅氣滯 順氣導痰湯方見 風門.

○ 氣鬱 宜交感丹 木香勻氣散方見 積聚 上下分消導氣湯

鬱兼腫脹 宜 流氣飲子 木香流氣飲 沈香降氣湯 五皮散方見 浮腫. 32)

【交感丹】

32) 단계는 “기에 처음 병이 생길 때는 그 원인이 매우 애매하다. 혹 7정으로 생기기거나 6기에 감촉되거나 음식 관계로 진액이 잘 돌아가지 못하여 맑은 기와 탁한 기가 서로 어울려서 기로부터 적어 된다. 적에서 담이 생기고 기가 울체되어 혹 막히기도 하고 혹 아프기도 하다”고 하였다.

[정전]에는 “기가 울체되면 습이 막히고 습이 막히면 열이 나기 때문에 기울병은 흔히 부종과 창만증을 겸한다”고 하였다.

[입문]에는 “울이란 병으로 기가 몰려서 풀리지 않는 것이다. 기가 몰려서 풀리지 않는 데는 이진탕을 달인 물로 교감단을 먹는다. 또한 피가 엉기고 기가 막힌 데는 복원통기산을 쓰며 담이 웅치고 기가 막힌 데는 순기도담탕을 쓴다”고 하였다.

기울증에는 교감단, 목향균기단, 목향조기산, 상하분소도기탕을 쓰고 울증에 부종과 창만증을 겸한 데는 유기음자, 목향유기음, 침향강기탕, 오피산을 쓴다.

治諸氣鬱滯 一切公私怫情名利失志 抑鬱煩惱 七情所傷 不思飲食 面黃形羸 胸膈痞悶 諸證神效 大能升降水火. ∴ 鬱者 病結不散也. 氣鬱不散 二陳湯煎水 吞下 交感丹.

香附子^{600g}長流水浸3日取炒 白茯苓^{160g} 上藥 搗爲末 蜜丸彈子大每1丸 細嚼 以降氣湯送下(回春).

【降氣湯】

降氣 香附子^製 白茯苓 甘草^{各4g}. 水煎服(局方).

【木香勻氣散】

治氣鬱滯. 藿香 甘草^{炙各320g} 砂仁^{160g}沈香 木香 丁香 白丹香 白豆寇^{各8g} 爲末每8g 生薑^{6g} 蘇葉^{5葉} 鹽少許 煎湯 點服(入門)

【上下分消導氣湯】

治氣鬱 功勝分心氣飲 常患氣惱 可用此.

枳殼 桔梗 桑白皮 川芎 赤茯苓 厚朴 青皮 香附子^{便炒各80g} 黃蓮^{薑汁炒} 半夏^製 瓜蒌仁 澤瀉 木通 檳榔 麥芽^{炒各40g} 甘草^{炙12g}.

每40g 生薑^{6g} 水煎服. 或爲末 神麴糊和丸 白湯下70~80丸 名【分消丸】(回春).

【二陳湯加味】治一切痰飲. ∴ 鬱者 病結不散也. 氣鬱不散 二陳湯煎水 吞下 交感丹.

半夏^{8g} 陳皮 赤茯苓^{各6g} 甘草^{4g} 生薑^{12g} 大棗^{6g}. 水煎服(局方).

氣不足 위치	증상
上焦	뇌수가 그득 차지 못하게 되어 심한 이명이 있고 머리를 잘 들지 못하게 되며 눈이 어둡게 된다
中焦	대소변에 병적인 변화, 장에서 심하게 소리가 남
下焦	위궤 ³⁴⁾ 이 되어 가슴이 답답하게 된다

Table 5. 氣不足의 위치에 따른 증상

질환	치료법
上焦 氣不足	[氣를] 밀어 올림 推而揚
下焦 氣不足	[氣를] 쌓아서 내려가게 함 積而從
陰陽 兩虛	불로 치료 ³³⁾ 火自當之

Table 6. 氣不足의 위치에 따른 치료법

痰飲轉載

【復元通氣散】治氣不宣通 周身走痛.

白丑^{頭末}80g 小茴香^炒 穿山甲^{火胖}各60g 陳皮^{去白} 玄胡索 甘草^各40g 青木香^{20g} 細末 每8g 薑湯或溫酒調下(局方). 氣痛轉載

鬱은 답답하다, 우울하다, 울창하다라는 의미를 가진 한자로 氣鬱에서 울하다는 것은 병으로 氣가 몰려서 풀리지 않는 것(病結不散)을 뜻한다. 氣鬱病이 진행되는 과정을 다음과 같이 정리할 수 있다. 병의 진행 과정에 따라 나타나는 증상은 아래와 같다.

7정, 6기, 음식부절 → 진액이

33) 휴머니스트사의 동의보감에서는 火自當之를灸法으로 해석하고 있다.

34) 위궤 : ①위증의 하나. 손발이 여위고 힘이 없으며 싸늘해지는 증상. ②위증과 궤증이 합쳐진 병증. 신동의학사전 847p

돌지 못함 → 積 → 痰 → 氣鬱(或痞或痛) → 濕滯, 熱(浮腫 脹滿)

각 진행과정에 따라서 氣鬱만 있을 경우는 氣를 흠어주고 내려주는 교감단, 목향균기단, 목향조기산, 상하분소도기탕과 같은 치료처방을 쓰며 浮腫과 脹滿이 있을 경우는 利水之劑로 濕까지 제거하는 유키음자, 목향유키음, 침향강기탕, 오피산과 같은 처방을 쓴다.

15) 氣不足

다음 조문은 氣不足에 관하여 설명하고 있다.

氣不足生病⁹²

○ <靈樞>(口問 第二十八)曰 邪之所在 皆爲不足 故上氣不足 腦爲之不滿 耳爲之苦鳴 頭爲之苦傾 目爲之瞑 中氣不足 溲便爲之變 腸爲之

苦鳴 下氣不足 乃爲 痿厥心惋.

○ <又>(官能 第七十三)曰 上氣不足 推而揚之 下氣不足 積而從之 陰陽皆虛 火自當之.³⁵⁾

氣不足은 氣虛와 같은 뜻으로 邪氣가 머물러 있게 되는 원인이 된다. 기가 부족한 곳의 위치에 따라 증상이 달라지며 치법 역시 다르다.

氣를 밀어 올리는 방법과 쌓아서 내려가게 하는 방법에 대한 설명은 없으며, 추측컨대 推而揚은 보기, 積而從은 보기와 보음을 함께 하는 것, 陰陽 兩虛에 火로 치료하는 것은 구법 혹은 온양하는 것으로 보인다.

16) 氣絕侯

다음 조문은 氣絕侯에 대해서 설

35) [영추]에는 “사기가 들어 있는 것은 모두 기가 부족하기 때문이다. 상초에 기가 부족하며 뇌수가 그득 차지 못하게 되어 심한 이명이 있고 머리를 잘 들지 못하게 되며 눈이 어둡게 된다. 중초에 기가 부족하면 대소변이 달라지고(병적인 변화) 장에서 심한 소리가 난다. 하초에 기가 부족하면 위궤이 되어 가슴이 답답하게 된다”고 하였다. 또한 “상초에 기가 부족하면 [기를] 밀어 올리고 하초에 기가 부족하면 [기를] 쌓아서 내려가게 한다. 음양이 모두 허하면 불로 치료하는 것이 적당하다”고 하였다.

명하고 있다.

氣絕侯 ⁹²

○ 『靈樞』(經脈 第十)曰 五陰氣俱絕 則目系轉 轉則目運 目運者 爲志先死 志先死 則遠一日半死矣 六陽氣俱絕 則陰與陽相離 離則腠理發泄 絕汗乃出 故旦占夕死 夕占旦死.(絕汗：大如珠出而不流也).

<又>曰 六府氣絕于外者 上氣脚縮 五臟氣絕于內者 下利不禁 甚者 手足不仁.

○ <又>曰 若陽氣前絕 陰氣後竭者 其人死 身色必青 陰氣前絕 陽氣後竭者 其人死身色必黃 腋下溫 心下熱也(仲景).³⁶⁾

36) [영추]에는 5가지의 음기¹⁾가 모두 끊어지면 목계¹⁾가 뒤집혀진다. 목계가 뒤집혀지면 눈알이 돌아간다. 눈알이 돌아가는 것은 지가 먼저 죽는 것¹⁾이다. 지가 먼저 죽으면 늦어도 하루 반이 죽는다. 6가지 양기가 모두 끊어지면 음과 양이 서로 떨어진다. 음양이 떨어지면 주리가 열려서 절한이 나온다. 때문에 아침에 그렇게 되면 저녁에 죽게 되고 저녁에 그렇게 되면 아침에 죽는다는 것을 미리 알 수 있다”고 하였다. 또한 “육부의 기가 곁에서 끊어지면 기가 위로 치밀고 다리가 오그라든다. 오장의 기가 속에서 끊어지면 설사가 멎지 않고 심하면 손발을 쓰지 못한다” 또한 “만약 양기가 먼저 끊어지고 음기가 뒤에서 끊어지면 그 사람은 죽는데 그의 몸빛은 반드시 푸르고 음기가 먼저 끊어지고 양기가 뒤에 끊어져도 그 사람은 죽게 되는데 몸빛이 반드시 누렇게 겨드랑이 밑이 따뜻하고 명치 아래가 뜨겁다”고 하였다[중경]

氣絶候는 氣가 끊어져 사망하기 직전에 나타나는 증상으로 원인에 따라 보이는 증상은 다르지만 氣가 끊어졌으므로 결국 사망에 이르게 된다.

17) 禁忌

다음은 氣를 손상하지 않기 위해서 지켜야 할 내용에 관하여 서술하고 있다.

禁忌 92

○ <內經>(宣明五氣篇 第二十三) 曰 久臥傷氣.

○ <西山記>曰 近穢氣 觸眞氣 近死氣 亂生氣.

○ 凡人 空腹不用見尸臭 氣入鼻舌 上白起 口常臭 欲見尸者 皆須飲酒 見之 能辟毒(得效).

○ 凡人 疫癘 熱病之家 皆當防其毒氣 傳染毒氣者 大汗穢毒之氣也 (類聚).37)

37) [내경]에는 “오랫동안 누워 있으면 기를 상한다”고 하였다.

[서산기]에는 “더러운 기운을 가까이 하면 진기를 상하고 죽은 사람의 기운을 가까이 하면 생기를 혼란하게 한다”고 하였다.

대체로 사람은 공복일 때에는 시체를 보지 말아야 한다. 시체의 냄새를 맡으면 혀에 백태가 끼며 입에서 늘 냄새가 난다. 시체를 보려면 반드시 술을 마시고 보아야 독을 피할 수 있다[득효] 대체로 전염성 열병이 생긴 집으로 들

‘禁忌’에서 첫 번째로 다루는 것은 오래 누워있는 것에 대한 경계이다. ‘氣逸則滯’에서 보았듯 사람이 어떤 원인으로든 오래 누워있게 되면 기가 통하지 않게 되고 經絡이 막히고 血脈이 응체되어 이로 인한 질병이 발생하게 된다. 이 때문에 오래 누워있는 것을 禁忌로 정하고 있다.

두 번째 禁忌는 더러운 기운이나 시체를 가까이 하는 것이다. 더러운 기운은 진기를 상하고 죽은 사람의 기운은 생기를 혼란하게 한다고 하였는데 이는 전염병에 대한 경계로 보인다.

4. 氣病에 쓰이는 처방과 本草 鍼灸法 정리

1) 처방분류표

기편에 등장하는 각 질환과 用藥法에 나오는 氣病에 대한 처방을 표로 정리하면 다음과 같다.

어갈 때는 반드시 그 독기가 전염되는 것을 막아야 한다. 독기라는 것은 땀이 많이 나게 하는 더러운 독한 기운이다 [유취]

질 환	처 방	
氣逸則滯	굴피일물탕	
七氣	칠기탕, 사칠탕, 분심기음, 향굴탕	
九氣	신선구기탕, 정기천향탕	
中氣	소합향원, 칠기탕+석창포, 사칠탕(실), 팔미순기산(허), 목향순기산	
上氣	소자강기탕, 비전강기탕, 지성내복단, 침향강기탕, 쾌기탕, 인삼, 백개자술에 담근 것	
下氣	없음	
短氣	사군자탕-복령+황기, 신기환, 조중익기탕, 인삼양영탕, 영계출감탕	
少氣	생맥산, 인삼고, 독삼탕, 황기탕, 사군자탕, 보중익기탕, 인삼황기탕, 익기환, 익위승양탕	
氣痛	상초	지굴탕, 길경지각탕, 청격창사환
	중초	신보원, 목향파기산, 당귀아위원
	하초	반총산, 사마탕, 목향순기환, 목향빈랑환
	겉	유기음자, 목향유기음, 삼화산, 오피산
	그 외	오침탕, 복원통기산, 신선침사원, 일립금단, 소오침탕, 향부자+진피+감초+소금끓인 물
氣逆	퇴열청기탕, 도기지각환, 자음강화탕+향부자, 복신, 침향	
氣鬱	교감단, 강기탕, 복원통기산, 순기도담탕, 목향균기산, 목향조기산, 상하분소도기탕	
	부종과 창만을 겸하였을 시 - 유기음자, 목향유기음, 침향강기탕, 오피산	
氣虛	사군자탕	火多 : +황련해독탕
氣實	소오침탕	痰多 : + 이진탕 積多 : + 평위산
오래된 氣病	파고지+회향+유향으로 만든 환, 청목향원+파고지, 목향순기환+파고지	
氣病 통용방	이진탕	상초 기체 : + 지각, 길경, 향부자, 축사
		중초 기체 : + 후박, 지실, 삼릉, 봉출
		하초 기체 : + 청피, 목향, 빈랑
		기통 : + 지각
		기실 : + 오약, 향부자
		기허 : + 인삼, 백출, 목향

Table 7. 氣病에 대한 처방

다음으로 用藥法 조문에는 기병에 처방을 할 때 성별에 관련하여 염두해 두어야 할 사항이 나온다.

○ <正傳>曰 男子屬陽 陽氣易散 女人屬陰 遇氣多鬱 是以男子之氣病常少 女人之氣病常多.故 治法曰 女人宜調其血 以耗其氣 男子宜調

其氣 以養其血”[용약법 중]38)

氣로 인한 질환은 여성에게 많은데 남자는 陽에 속하기 때문에 氣를 얻어도 쉽게 흩어지지만 여자는 陰에 속하므로 氣를 만나면 쉽게 막힌다. 그러므로 여성의 氣病을 치료할 때 그 막힌 氣를 풀어주기 위해서는 陰적인 부분인 血을 조절해 주어야 한다.

2) 氣病에 쓰이는 本草의 효능

用藥法 중에서 각각의 本草가 가지고 있는 효능에 대한 설명과 단방에 나와 있는 本草의 효능을 표로 만들어 정리하면 다음과 같다.

- 용약법과 단방의 원문 -

○ <丹溪>曰 治上升之氣 用香附子 黃芩 黃蓮 梔子.

<又>曰 氣無補法 世俗之焉也 不思正氣虛者 不能運行 邪氣着而爲病.

38) [정전]에는 “남자는 양에 속하기 때문에 氣를 얻어도 흩어지기 쉽다. 여자는 음에 속하므로 氣를 만나면 막히는 일이 많다. 그렇기 때문에 남자의 기병은 언제나 적고 여자의 기병은 언제나 많다. 그러므로 치법에는 “여자는 피를 고르게 하여 그 氣를 소모시켜야 하며 남자는 그 氣를 고르게 해서 그 피를 보해야 한다”고 하였다.

<經>曰 壯者 氣行則愈 怯者 着而成病 苟或氣怯不用補法 氣何由行.

<又>曰 氣鬱 須用 川芎 香附子 梔子 黃芩 黃蓮.

○ <又>曰 木香 行中下焦氣 香附子 快滯氣 陳皮 泄逆氣 蘇葉 散表氣 厚朴 泄衛氣 檳榔 泄至高之氣 藿香 上行胃氣 沈香 升降真氣 腦麝 散真氣. 凡此皆泄氣之標 不能治氣之本. [용약법 중]39)

人蔘 : 補五臟氣不足 又治氣弱氣短氣虛.或煎 或末 或熬膏多服妙.40)

39) 단계는 “기가 위로 올라가는 것을 치료하는 데는 향부자, 황련, 황금, 산치자를 쓴다. 또한 기병에 보하는 법이 없다는 것은 민간에서 하는 말이다. 정기가 허하면 기가 잘 돌아가지 못하여 사기가 침범해서 병이 되는 것을 생각하지 못하는 것이다.”라고 하였다. [경]에는 “건강한 사람은 기가 잘 돌아가기 때문에 낮고 약한 사람은 기가 잘 돌아가지 않아서 병이 된다. 만일 기가 약한데 보법을 쓰지 않으면 기가 어떻게 돌아가겠는가. 또한 기가 몰린 데는 반드시 천궁, 향부자, 산치자, 황금, 황련을 쓴다”고 하였다.

또한 “목향은 중초, 하초의 기를 잘 돌아가게 하고 향부자는 막힌 기를 잘 통하게 하며 진피는 차미는 기를 잘 내보내고 자소는 표의 기를 헤치고 후박은 위기를 내보내게 하며 빈랑은 높은 곳에 있는 기를 내리고 곽향은 위기를 올라가게 하며 침향은 진기를 잘 오르내리게 하고 용뇌와 사향은 진기를 헤치게 한다. 대체로 이것은 모두 기로 인하여 곁에 나타나는 증상을 없애는 것이고 기병은 근본을 치료하지는 못한다”고 하였다.

40) 인삼 오장의 기가 부족한 것을 보한다. 또한 기운이 약한 것, 기력이 아주 미약한

본초	효능	용약법
人蔘	補五臟氣不足 又治氣弱氣短氣虛	煎, 末, 熬膏多服妙
木香	心腹一切氣, 行中下焦氣	末服, 煎服
片子薑黃	治氣 爲最能 治冷氣刺痛	末服 煮服
黃芪	實衛氣 能溫分肉 充皮膚 肥腠理 又能補上中下 內外 三焦之氣, 肥白氣虛人 宜多服	煎湯服
生薑	行陽而散氣	煎服
香附子	大下氣, 入氣分爲君藥, 治氣鬱	末服 煎服 丸服
白豆寇	下氣, 補上焦元氣 馨香之氣味 令胃氣上行	末服
牽牛子	瀉氣之藥也, 下一切氣壅滯	末服丸服
沈香	升降真氣 又能養諸氣 上而至天 下而至泉 用爲使, 佐以烏藥 走散滯氣 保和衛氣	入湯磨汁和服 入丸散 研極細服.
枳殼	下氣. 稟受素壯而氣刺痛	
烏藥	治一切氣與沈香同磨作湯 點服. 治 胸腹冷氣甚穩當	
檳榔	下一切氣, 破滯, 散邪專攻滯氣下行. 又泄胸中至高之氣	末服
厚朴	主五臟一切氣. 又能走冷氣. 泄衛氣	煎服
訶子皮	下氣 治一切氣, 溢腸而又泄氣	煎服 末服
龍腦	下惡氣 其性輕浮飛揚 能透達關竅之氣. 散真氣.	
麝香	辟惡氣, 能引藥氣透達 通關透竅 上達肌膚 內入骨髓	末服 入丸藥用
陳皮	下氣 又治逆氣, 導胸中滯氣 又能益氣	煎服
青皮	氣滯 破積結 及膈氣	煎服 末服
蘿覆子	大下氣 草木中惟蘿菴 下氣最速, 蘿菴辛而又甘 故能散緩而下氣速也	炒煎服 末服
葱白	通陽氣 以通上下之陽	去青取白 連根煎服
紫蘇葉	下氣 與橘皮相宜 氣方中多用之 又散表氣	濃煎服
人乳	益氣爲百藥之長	
黃狗肉	益氣 補陽氣	和五味煮熟食
破故紙	久患氣證 氣不歸元 久服藥 無效者 以破故紙爲君 則效	
梔子, 黃芩, 黃連	治上升之氣, 治氣鬱	
川芎	治氣鬱	
藿香	上行胃氣	

Table 8. 氣病에 쓰이는 본초의 효능

木香 : 治心腹一切氣(本草). 調諸氣 散滯氣治腹中氣不轉

凡腔子裏氣 須用些木香(入門)
行中下二焦氣 須以檳榔爲使

又曰 味辛 如氣鬱不達固 宜用之.

若陰火上衝 則當用黃栢 知母 而少用木香佐之(丹溪).

運末服煎服 竝可(湯液).⁴¹⁾

41) 목향

명치 밑과 배에 생긴 일체 기병을 치료한다[본초]

단계는 “목향은 중초와 하초의 기를 잘 돌아가게 하는데 빈랑을 사약으로 하여야 한다. 또한 목향은 맛이 매운데 만일 기율이 되어 잘 돌아가지 못하면 반드시 써야 한다. 만약 음화가 치밀어 오르면 황백, 지모를 쓰면서 목향을 좌

것, 기가 허한 것들을 치료한다. 달이거나 가루를 내거나 고약처럼 만들어 많이 먹으면 좋다.

片子薑黃 : 治氣 爲最能 治冷氣
刺痛. 末服 煮服 皆佳(本草).42)

黃芪 : 實衛氣 能溫分肉 充皮膚
肥腠理 又能補上中下 內外 三焦之
氣(湯液).

肥白氣虛人 宜多服 蒼黑, 氣實者
勿用. 煎湯服之佳(東垣).43)

生薑 : 散氣(丹溪). 能行陽而散
氣 煎服良(湯液).44)

香附子 : 大下氣(本草).

主氣分之病 佐以木香 散滯氣泄
肺氣. 佐以沈香 無不升降. 又沈香

佐香附 流動諸氣極妙

凡人有病則氣滯而餒(뇌 : 주릴 飢
餓也) 故香附 入氣分爲君藥 末服
煎服 丸服 竝可(丹溪).45)

白豆寇 : 下氣(本草). 補上焦元
氣 馨香之氣味 令胃氣上行 末服佳
(丹溪).46)

牽牛子 : 黑者屬水 白者屬金 乃
瀉氣之藥也(心法). 下一切氣壅滯
(本草). 末服丸服竝可.47)

沈香 : 升降眞氣 又能養諸氣 上

약으로 조금씩 넣어 쓴다”고 하였다.
탕액편에는 “모든 기를 고르게 하고 막
힌 기를 헤치며 뱃속에 기가 잘 돌아가
지 못하는 것을 치료한다. 목향을 가루
내어 먹거나 달여 먹어도 다 좋다”고
하였다.

42) 편자강황(강황)

기병을 치료하는데 제일 좋다. 냉기로
찌르는 듯이 아픈 것을 잘 낫게 한다.
강황을 가루내어 먹거나 달여 먹어도
다 좋다[본초]

43) 황기 탕액편에는 “위기를 실하게 하고
분육을 따듯하게 하며 살갓을 충실하게
하고 주리를 튼튼하게 한다. 또한 삼초
의 속과 겉의 기를 보한다”고 하였다.
[동원]에는 “살빛이 희고 기가 허한 사
람은 황기를 많이 먹는 것이 좋다. 얼
굴이 검푸르고 기가 실한 사람은 황기
를 쓰지 말고 달여 먹으면 좋다”고 하
였다.

44) 생강

단계는 “생강은 기를 흠는다”고 하였다.
탕액편에는 “이 약은 양기를 잘 돌게 하
고 기를 헤치는 데 달여 먹는 것이 좋
다”고 하였다.

45) 향부자

기를 잘 내린다[본초]

단계는 “향부자는 기분의 병에 주로 쓰
는데 목향을 좌약으로 하면 막힌 기를
헤치고 폐기를 잘 내보낸다. 침향을 좌
약으로 쓰면 기가 잘 오르내리게 된다.
또한 침향은 향부자를 도와서 모든 기
를 잘 돌아가게 하는데 매우 좋다. 대
체로 사람이 병들면 기가 막혀서 여위
기 때문에 향부자는 기분에 들어가서
주약이 된다. 향부자를 가루내어 먹거
나 달여 먹거나 환약을 만들어 먹기도
하는데 다 좋다”고 하였다.

46) 백두구

기를 내린다[본초]

단계는 “상초의 원기를 보하며 그 향기
로운 냄새와 맛은 위기를 올라가게 한
다. 백두구를 가루내어 먹는 것이 좋
다”고 하였다.

47) 견우자(나팔꽃씨)

검은 것은 수에 속하고 흰 것은 금에 속
하는데 기를 상하게 하는 약이다[심법]
일체 기가 막힌 것을 내린다[본초]
견우자를 가루내어 먹거나 환약을 만들
어 먹어도 다 좋다

而至天 下而至泉 用爲使(湯液). 佐以烏藥 走散滯氣(本草).

: <入門>曰 保和衛氣 入湯磨汁和服 入丸散 研極細服.⁴⁸⁾

枳殼 : 下氣(本草). 稟受素壯而氣刺痛 用枳殼 烏藥 若氣不舒而刺痛 當用木香(正傳).

: 治冷氣攻刺 枳殼80g 香附子甘草 各40g 爲末 每8g 葱白煎湯調服(得效).⁴⁹⁾

烏藥 : 治一切氣與沈香同磨作湯點服. 治 胸腹冷氣甚穩當(本草).⁵⁰⁾

檳榔 : 下一切氣(本草). 苦以破滯 辛以散邪專攻滯氣下行. 又泄胸中至高之氣. 末服良(湯液).⁵¹⁾

厚朴 : 主五臟一切氣. 又能走冷氣. 煎服佳(本草).⁵²⁾

訶子皮 : 下氣 治一切氣 氣虛人宜緩緩少服. 蓋雖澁腸而又泄氣 故也. 煎服 末服 竝佳(本草).⁵³⁾

龍腦 : 下惡氣 其性輕浮飛揚 能透達關竅之氣入他藥服(本草).⁵⁴⁾

麝香 : 辟惡氣(本草). : 能引藥氣透達(直指).

: 通關透竅 上達肌膚 內入骨

해진다. [본초]

51) 빈랑

체기를 내린다[본초]

탕액편에는 “쓴 맛은 막힌 기를 해치고 매운 맛은 사기를 몰아낸다. 주로 체기를 내려가게 하며 또한 가슴에 있는 기를 내려가게 한다. 빈랑을 가루내어 먹으면 좋다”고 하였다.

52) 후박

오장의 모든 기병에 주로 쓴다. 또한 냉기를 몰아낸다. 이 약을 달여 먹으면 좋다[본초]

53) 가자피

기를 내리고 일체 기병을 치료한다. 기가 허하면 천천히 조금씩 먹는다. 가자피는 비록 장의 배설을 막아 주기는 하지만 또한 기를 내보내기도 한다. 달여 먹거나 가루내어 먹어도 다 좋다[본초]

54) 용뇌

좋지 못한 기를 내보낸다. 약의 성질이 가볍고 떠올라서 관규를 뚫고 들어간다. 다른 약에 넣어 먹는다[본초]

48) 침향

진기를 잘 오르내리게 한다. 또한 여러 가지 기를 잘 보양하며 기를 위로는 머리까지 가게 하고 아래로는 발바닥까지 가게 한다. 사약으로도 쓴다[탕액]
오약을 좌약으로 해서 쓰면 기를 잘 해친다[본초]

[입문]에는 “위기를 보하고 조화시킨다. 탕액에 넣어 쓰기도 하고 갈아서 즙을 내어 먹기도 한다. 환약이나 가루약에 넣어 쓰는 데는 아주 보드랍게 가루를 낸다”고 하였다.

49) 지각

기를 내린다[본초]

[정전]에는 “체질이 본래 튼튼한 사람이 기로 찌르는 듯이 아픈 데는 지각과 오약을 같이 쓴다. 만약 기가 퍼지 못하여 찌르는 듯이 아픈 데는 반드시 목향을 쓴다”고 하였다.

냉기가 침범하여 찌르는 듯이 아픈 것을 치료하는 데는 지각80g, 향부자, 감초 각 40g을 함께 가루내어 한번에 8g씩 총백 달인 물에 타 먹는다[득효]

50) 오약

일체 기병을 치료한다. 침향과 같이 갈아서 달여 조금씩 먹는다. 가슴과 배에 냉기가 심한 것도 치료하는데 곧 편안

髓.與龍腦相同.香鼠過之(入門).末服入丸藥用. 55)

陳皮 : 下氣 又治逆氣(本草). : 導胸中滯氣 又能益氣.若去滯氣 橘皮1g 加青皮0.4g 煎服(本草).56)

青皮 : 主氣滯 破積結 及膈氣.煎服 末服竝佳(本草).57)

蘿藦子 : 大下氣 草木中惟蘿藦下氣最速爲其辛也生薑雖辛止能散已 蘿藦辛而又甘

故能散緩而下氣速也. 蘿藦子尤下氣 炒煎服 末服竝佳(本草).58)

葱白 : 通陽氣 以通上下之陽 去青取白 連根煎服(本草).59)

紫蘇葉 : 下氣 與橘皮相宜 氣方中多用之 又散表氣 濃煎服(本草).60)

人乳 : 益氣爲百藥之長 最宜長服之(本草).61)

牛肉 : 補虛益氣 滋養氣血 肚尤良 爛蒸食之(本草).62)

黃狗肉 : 益氣 補陽氣 和五味煮熟食之(本草).63)

55) 사향
줄지 못한 기를 없앤다[본초]
사향은 약 기운을 이끌어 병 있는 곳까지 뚫고 들어간다[직지]
관규에 들어가며 걸으로는 살갓에 가고 속으로는 골수에 들어가는 것이 용뇌와 같으나 향기로워서 해치는 힘은 더 세다. [입문]
사향은 가루내어 먹거나 또는 환약에 넣어 쓰기도 한다.

56) 진피
기를 내리며 또는 기가 치미는 것을 치료한다[본초]
탕액에는 “가슴에 막힌 기를 잘 돌아가게 한다. 또한 기를 보하기도 한다. 만약 체기를 없애려면 곱피1.2g, 청피 0.4g 을 넣어 달여 먹는다”고 하였다 [본초]

57) 청피
기가 막힌 데 주로 쓴다. 쌀여서 맞힌 것과 격기를 해친다. 이 약을 달여 먹거나 가루내어 먹어도 다 좋다[본초]

58) 나복
기를 잘 내린다. 풀이나 나무 가운데서 오직 무만이 기를 내리는 데 가장 빠르다. 그것은 맵기 때문이다. 생강을 비록

맵지만 기를 헤칠 뿐이다. 그러나 무는 맵고 또 달기 때문에 기를 천천히 헤치는 동시에 빨리 내리는 성질이 있다. 무씨는 기를 더 잘 내린다. 무씨를 볶아서 달여 먹거나 가루내어 먹어도 다 좋다[본초]

59) 총백
양기를 통하게 하는데 위 아래의 양기를 모두 통하게 한다. 푸른 것은 버리고 뿌리가 붉은 흰 밑만 달여 먹는다 [본초]

60) 자소엽
기를 내린다. 곱피와 함께 기병을 치료하는 처방 중에 많이 쓴다. 또한 표에 있는 기를 해치기도 한다. 진하게 달여 먹는다.

61) 인유
기를 보하며 모든 약 가운데서 제일이다. 오래 먹을수록 좋다[본초]

62) 우육
허한 것을 보하고 기도 보하며 기와 혈을 불러 주고 좋게 한다. 소의 위가 매우 좋은데 꼭 찌서 먹는다.[본초]

63) 황구육
기를 돕고 양기를 보한다. 잘 삶아서 양념을 쳐서 먹는다[본초]

치료법	증상	혈
針	一切氣疾	氣海 ⁶⁵⁾
	氣逆	尺澤 商丘 太白 三陰交
	噫氣上逆	太淵 神門
	短氣	太陵 尺澤
	少氣	間使 神門 太陵 少衝 足三里 下廉 行間 然谷 至陰 肝俞 氣海
灸	上氣	太衝
	氣結 食不消	太倉
	冷氣臍下痛	關元(100壯)
	短氣	大椎(隨年壯) 肺俞(百壯) 神闕(二七壯) 第五椎下(隨年壯)
鍼灸治療	短氣	天井 大椎 肺俞 肝俞 魚際 尺澤
	氣亂于心	神門 太淵
	氣亂于肺	魚際 太谿
	氣隣于腸胃	太白 陷谷 足三里
	氣亂于頭	天柱 大暑 通谷 束骨
	氣亂于臂脛	二間 三間 內庭 陷谷 液門 中渚 俠谿 臨泣

Table 9. 氣病의 침구치료

3) 鍼灸治療

氣病의 침구치료를 표로 정리하면 다음과 같다.(Table 9.)

鍼灸法 ⁹⁴

○ 一切氣疾 取氣海, 氣逆 取尺澤 商丘 太白 三陰交, 噫氣上逆 取太淵 神門, 短氣 取太陵 尺澤, 少氣 取間使 神門 太陵 少衝 足三里 下廉 行間 然谷 至陰 肝俞 氣海(神應).

○ 上氣 灸太衝, 氣結 食不消 灸太倉, 冷氣臍下痛 灸關元100壯, 短氣 灸大椎 隨年壯 肺俞 百壯 神闕二七壯 又灸第五椎下 隨年壯(得效).

○ 短氣 取天井 大椎 肺俞 肝俞

魚際 尺澤(甲乙).

○ 氣亂于心 取神門 太淵, 氣亂于肺 取魚際 太谿, 氣隣于腸胃 取太白 陷谷 足三里, 氣亂于頭 取天柱 大暑 通谷 束骨, 氣亂于臂脛 取二間 三間 內庭 陷谷 液門 中渚 俠谿 臨泣(靈樞).⁶⁴⁾

64) 일체 기병에는 기해혈에 놓고 기가 치미는 데는 척택, 상구, 태백, 삼음교 등의 혈에 놓는다. 트림이 올라올 때는 태연과 신문혈에 놓고 숨결이 받을 때에는 대릉과 척택혈에 놓는다. 기운이 적을 때에는 간사, 신문, 대릉, 소충, 족삼리, 하령, 행간, 연곡, 지음, 간수, 기해 등의 혈에 놓는다. [신응] 기가 치미는 데는 땀을 태충혈에 뜬다. 기가 몰려서 먹은 것이 소화되지 않을 때에는 땀을 태창혈에 뜬다. 냉기가 있어서 배꼽 아래가 아플 때에는 관원혈에 땀을 100장 뜬다. 숨결이 받을 때에는 나이 수만큼 땀을 대추혈에 뜨고 폐수혈에 100장, 신궤혈에 14장 또는 나

나와있는 조문이다.

5. 鍼灸와 약물 외의 치료법

한의학에서는 병을 치료할 때에 침구와 약물치료 외에도 다른 다양한 치료법을 제시한다. 각 치료법이 병을 대하는 동양의학의 특징이 담겨있으므로 여기서 소개해 보고자 한다.

1) 以道療病

‘以道療病’은 도로써 병을 치료한다는 뜻으로 동의보감 신형편에

이 수만큼 장수의 뚝을 제 5추 아래에 뜬다[득효]

숨결이 받은 데는 천정, 대추, 폐수, 간수, 어제, 척택 등의 혈에 놓는다[갑을] 기가 심에서 문란해졌을 때에는 신문혈과 대릉혈에 놓는다. 기가 폐에서 문란해졌을 때에는 어제혈과 태계혈에 놓는다.

기가 장에서 문란해졌을 때에는 태백혈, 함곡혈, 족삼리혈에 놓는다. 기가 머리에서 문란해졌을 때에는 천주, 대저, 통곡, 속골 등의 혈에 놓는다. 기가 팔과 다라에서 문란해졌을 때에는 침을 이간, 삼간, 내정, 함곡, 액문, 중저, 협계, 임읍 등의 혈에 놓는다[영추]

65) [경혈학 총서]에서는 기해라는 혈에 관하여 다음과 설명하고 있다. 기해라는 것은 원기의 해라는 뜻이고 원기의 변동이 집중하는 혈이다. 원기의 충실은 모든 병의 치유를 촉진시키고 원기의 결핍은 전신에 영향을 끼쳐 諸病의 치유를 지연시킨다. 따라서 기해혈을 조정하는 것이 질병회복에 대단히 중요하다.
안영기.경혈학총서.성보사.2006;p.682.

以道療病 75

○ <耀仙>曰 古之神聖之醫 能療人之心 預使不致於有疾. 今之醫者 惟知療人之疾 而不知療人之心 是猶捨本逐末 不窮其源 而攻其流 欲求疾愈 不亦愚乎 雖一時僥倖而安之 此則世俗之庸醫 不足取也. 太白真人曰 欲治其疾 先治其心 必正其心 乃資於道 使病者 盡去心中疑慮思想 一切妄念 一切不平 一切人我悔悟 平生所爲過惡 便當放下身心 以我之天而合所事之天 久之遂凝於神 則自然心君泰寧 性地和乎 知世間萬事 皆是空虛 終日榮爲 皆是妄想 知我身皆是虛幻 禍福 皆是無有 生死 皆是一夢 慨然領悟 頓然解釋 則心地自然清淨 疾病自然安痊 能如是 則藥未到口 病已忘矣 此真人以道治心療病之大法也

○ <又>曰 至人 治於未病之先 醫家 治於已病之後 治於未病之先者 曰治心 曰修養 治於已病之後者 曰藥餌 曰砭熨 雖治之法 有二 而病之源則一 未必不由因心而生也. 66)

66) 구선은 “옛날의 신성한 의사는 사람의 마음을 다스릴 수 있어서 미리 질병에 이르지 않게 하였는데, 지금의 의사는 오로지 사람의 질병만 치료할 줄 알지 사람의 마음을 다스릴 줄은 모른다. 이는 근본을 버리고 말단만을 쫓고, 그 근원을 찾으려 하지 않고 그 결과지만 치료하고자 하는 것이니, 이 또한 어리석지 아니한가? 비록 어쩌다 병이 나아

‘以道療病’은 질병의 근본이 마음에 있으므로 의사는 질병을 치료하기에 앞서 사람의 마음을 다스릴 것을 강조하고 있다. 환자가 가지고 있는 마음의 근심, 걱정, 헛된 생각과 불평, 나와 남이 다르다고 생각이 병의 근원으로써 도로

도 이것은 곧 세속의 용렬한 의사가 하는 짓이니 본받을 만하지 못하다”고 하였다.

태백진인은 “질병을 치료하고자 하거든 먼저 그 마음을 다스려야 하며, 반드시 그 마음을 바르게 하여 도에 바탕을 두어야 한다. 환자로 하여금 마음속의 의심과 걱정, 모든 헛된 생각과 모든 불평, 다른 사람과 나[라고 하는 구분]를 모두 버리고 평생 지은 잘못을 후회하고 깨달게 한다. 그러면 문득 마음과 몸의 집착에서 벗어나 나의 삶과 자연의 법칙이 하나가 되어, 이렇게 오래 하면 신이 모여 자연스럽게 마음이 매우 편안해지고 성정이 화평하게 되고, 세상의 모든 일이 공허하며, 하루 종일 하는 일도 모두 망상이라는 것을 알게 되며, 나 자신의 육신도 모두 헛된 환상일 뿐이고, 화와 복이 따로 없으며 죽고 사는 것도 모두 한낱 꿈이라는 것을 알게 된다. 그러면 깨달음이 펼쳐 일어나 갑자기 [모든 의문이] 풀어져 곧 마음이 자연히 맑아지고 질병이 저절로 낫는다. 이와 같이 할 수 있다면 약을 먹지 않아도 병은 이미 없어진다. 이것이 진인이 도로써 마음을 다스리고 병을 치료하는 중요한 방법이다”라고 하였다.

또 말하기를 “진인은 병이 생기기 전에 치료하고, 의사는 이미 병이 생긴 다음에 치료한다. 병이 생기기 전에 치료하는 것은 곧 마음을 다스리는 것이며, 수양하는 것이다. 이미 병이 생긴 다음에 치료하는 것은 약물 치료와 침뜸 치료이다. 비록 치료법은 두 가지이나 병의 근원은 하나이니, 마음에서 생기지 않는 것이 없다”고 하였다.

써 깨달아 마음과 몸의 집착에서 벗어나면 마음이 맑아지며 자연스럽게 병이 나을 것이라고 하였다. 이는 약물과 침뜸 치료 이외의 또 다른 치료법으로 병이 생기기 전에 마음 상태를 보고 미리 치료적 접근을 할 수 있으므로 진인이 하는 치료법이다. ‘以道療病’은 병이 생기기 전에 병을 예방하거나 질병이 더 진전되지 않도록 대책을 세우는 ‘治未病’의 의미하며 이것은 한의학에 담겨있는 철학이자 상급의 치료법이라 할 수 있다.

2) 胎息法

胎息法은 동의보감 기편에 나오며, 배꼽으로 호흡하는 방법이다.

胎息法 87

○ <眞詮>曰 人在胎中 不以口鼻呼吸 惟臍帶繫于母之任脈 任脈通于肺 肺通于鼻 故母呼亦呼 母吸亦吸 其氣于臍上往來 天台謂識神 托生之始與精血 合根在于臍 是以人生時 惟臍相連 初學調息 須想其氣出從臍 出入從臍滅 調得極細 然後不用口鼻 但以臍呼吸 如在胞胎中 故曰 胎息初閉氣一口 以臍呼吸數之至81或120 乃以口吐氣出之 當令極

細 以鴻毛着于口鼻之上 吐氣而鴻毛不動爲度 漸習漸增數之 久可至千 則老者更少 日還一日矣.⁶⁷⁾

胎息은 丹田呼吸, 臍呼吸이라고도 불리며, 입과 코로 호흡을 하고 호흡을 배에서 하기 때문에 始胎兒般이라고도 불린다. 胎息法의 의의 중 하나는 정신을 고요하게 하고 마음을 안정시키는 것으로 모든 병이 마음에서 오는 만큼 사기의 침범을 막는 예방적 치료법 중

67) [진전]에서는 “사람이 태중에 있을 때는 입과 코로 호흡하지 않고, 탯줄이 어머니의 임맥에 연결되어 있어 그 임맥이 폐와 통하고 폐는 코와 통하므로 어머니가 숨을 내쉬면 태아도 내쉬며, 어머니가 들이마쉬면 태아도 따라서 들이마시게 되는데, 그 기는 모두 배꼽으로 드나드는 것이다. 코는 식신과 탁생의 시초로, 정과 혈과 함께 합해지는데 그 근본은 배꼽에 있다. 그러므로 사람이 처음 생명을 받을 때는 오직 [어머니와] 탯줄로만 서로 연결되어 있다. 조식을 처음 배울 때는 모름지기 그 기가 배꼽에서 나오고 배꼽으로 들어가 없어진다는 것을 생각하여 극히 세밀히 조정하여야 한다. 그 후 입과 코를 사용하지 않고 배속의 태아처럼 배꼽으로만 호흡하기 때문에 이것을 태식이라고 한다. 처음에 태식은 숨을 한 모금 마시고 배꼽으로 호흡하면서 81 혹은 120까지 숫자를 센 다음 입으로 숨을 토하는데, 극히 가늘게 하여 기러기 털을 입과 코 위에 붙이고 숨을 내쉬어도 털이 움직이지 않을 정도가 되어야 한다. 이것을 더욱더 연습하고 헤아리는 숫자를 늘려서 천이 되면 노인이 다시 젊어지고 하루가 지나면 하루만큼 더 젊어진다.

에 하나이다.

○ <又>曰 內觀之要 靜神定心 亂想不起 邪妄不侵 氣歸臍爲息 神入氣爲胎 胎息相合混而爲一 名曰太乙.⁶⁸⁾

3) 調氣訣

‘調氣訣’ 하는 방법은 동의보감 기편에 나온다. 調氣란 인체 내에 떠다니는 氣를 호흡하는 것으로 調氣를 잘하면 몸을 길러 병을 예방할 수 있다. 調氣하는 시간과 방법은 다음과 같다.

調氣訣

○ <養性>曰 人身虛無 但有遊氣 氣息得理 卽百病不生 故善攝養者 須知調氣方焉
調氣之法 夜半後日中前 氣生得調 日中後夜半前 氣死不得調
調氣之時 則仰臥床 鋪厚軟枕高下 共身平舒 手展脚兩手握固 去身四五寸 兩脚相去四五寸 數數叩齒飲

68) 또 “내관의 요점은 신은 고요하게 하고 마음을 안정시켜서 어지러운 생각이 일어나지 않게 하는 것이니 이렇게 하면 사기가 제멋대로 침범하지 못한다. 기는 배꼽으로 돌아가 호흡이 되고, 신은 기에 들어가 태가 되므로 태와 식이 서로 합하고 섞여 하나가 된 것을 태을 이라 한다”고 하였다.

玉 漿引氣 從鼻入腹足 則停止有力 更取久住氣悶 從口細細吐出 盡遠以鼻細細引入出氣一准 前法閉口以心中數數 令耳不聞 能至千則去仙不遠矣. 若天陰風雨 大寒暑勿取氣但閉之.⁶⁹⁾

○ <又>曰 凡吐者出故氣 亦名死氣 納者取新氣 亦名生氣 故<老子>云 玄牝之門 鼻曰牝門口曰牝戶 天地之根 綿綿若存 用之不謹 言口鼻天地之間 可以出納 陰陽死生之氣

69) [손진인양성서]에서는 “사람의 몸은 허무한 것이지만 떠다니는 기가 있으니 이 기를 호흡하는 이치를 알면 아무 병도 생기지 않는다. 따라서 몸을 잘 기르는 사람은 모름지기 조기하는 방법을 알아야 한다. 조기하는 방법은 한밤중에서부터 정오까지는 기가 생겨나므로 조기하고, 정오 이후 한밤중까지는 기가 죽으므로 조기하지 않는다. 조기하는 시간에는 침상을 두텁고 부드럽게 하여 똑바로 위를 보고 눕고, 베개의 높이는 낮게 하여 몸과 수평이 되도록 하며, 팔은 펴고 다리는 쪽 뻗고, 양손은 주먹을 꼭 쥐되 몸으로부터 4,5촌 되도록 벌린다. 이렇게 한 후 이를 여러 번 부딪치고, 고인 침을 삼키고 코로 공기를 들이마시어 배로 들어가게 한다. 충분하면 멈추고 남은 힘이 있으면 다시 이 방법을 쓰는데, [기를 마시고]오래 머물러 가슴이 답답하면 입으로 아주 조금씩 가늘게 숨을 다 토해내며, 한참 있다가 코로 가늘게 서서히 공기를 마시고 앞의 방법대로 기를 내보낸다. 입을 다물고 마음 속으로 숫자를 세는데 귀에 아무 소리도 들리지 않게 하고 천까지 셀 수 있다면 신선에 가까워진 것이다. 만약 날씨가 흐리고 바람과 비, 큰 추위나 더위가 있으면 조기를 하지 말고 달아야 한다”고 하였다.

也.

○ <正理>曰 守氣之妙 在乎全精 尤當防其睡眠 夫人遇行走 則氣急而嘎甚 睡則氣羸而駒 惟坐靜 則氣平而緩.⁷⁰⁾

4) 六字氣訣

六字氣訣은 五臟과 三焦의 氣를 기르는 호흡법으로 건강을 유지하고 병을 치료하기 위해서 행한다.

六字氣訣 ⁹⁴

嘘肝氣呵心氣 呼脾氣呬肺氣 吹腎氣嘻三焦氣 其法以口吐鼻 取能去病延壽.

○ 肝若嘘時目爭精 肺知呬氣手雙擎 心呵頂上連叉手 腎吹抱取膝頭

70) 또 “내쉬는 숨은 오래 묵은 기를 내보내는 것이기 때문에 사기라고도 하며, 들이마시는 숨은 새로운 기를 마시는 것이기 때문에 생기라고도 한다. 따라서 노자가 ‘현빈의 문은(코를 현문이라 하고, 입을 빈호라 한다) 천지의 근본으로, [숨을 쉴 때는] 끊어지듯 이어지듯 하게 하며, 숨을 쉬되 고생되게 하지 마라’라고 하였으니, 이는 사람의 입과 코가 천지의 문과 같아서 음양과 삶과 죽음의 기를 들이고 내보낼 수 있다는 말이다”라고 하였다. [정리]에서는 “기를 지키는 오묘함은 정을 온전히 하고, 나아가 잠드는 것을 막는 데 있다. 사람이 걸거나 뛰게 되면 숨이 급하여 목이 쉬고 너무 많이 자면 숨이 거칠어지고 코를 골게 되므로 오직 좌정하여 [수련하면] 숨이 고르고 부드러워진다”고 하였다.

병이 있는 장부	호흡시 내는 소리 ⁷²⁾	호흡시 하는 동작	臟腑의 기운을 氣를 수 있는 계절	호흡법
肝	嘘	目爭	봄	嘘하며 크게 30번 내쉬고 嘘하며 가늘게 10번 내شم
心	呵	頂上連叉手	여름	呵하며 크게 30번 내쉬고 呵하며 가늘게 10번 내شم
脾	呼	須撮口	사계	呼하며 크게 30번 내쉬고 呼하며 가늘게 10번 내شم
肺	呬	手雙擎	가을	呬하며 크게 30번 내쉬고 呬하며 가늘게 10번 내شم
腎	吹	抱取膝頭平	겨울	吹하며 크게 50번 내쉬고 吹하며 가늘게 10번 내شم
三焦	嘻嘻	臥	수시로	

Table 10. 六字氣訣

平 脾病呼時須撮口

三焦客熱臥嘻嘻.

○ 春嘘養肝 夏呵養心 秋呬養肺
冬吹養腎 四季呼養脾 不時嘻養三焦
切忌出聲聞於口耳也(懼仙)

○ 肝病大呼三十過 細呼十遍 心病
大呵三十遍 細呵十遍 脾病大呼三十
遍 細呼十遍 肺病大呬 三十遍
細呬十遍 腎病大吹 五十遍 細吹十
遍 皆須左右導引 然後乃爲之(得
效).⁷¹⁾

71) ‘휴’는 간의 기, ‘호’는 심의 기. ‘후’는 비의 기, ‘희’는 폐의 기, ‘취’는 신의 기, ‘히’는 삼초의 기를 담고 있다. 그 방법은 입으로는 소리를 내며 숨을 내쉬고, 코로는 숨을 들이마시는 것이다. 이렇게 하면 병을 없애고 오래 살 수 있다. 간의 기를 돕기 위하여 ‘휴’할 때는 눈을 똑바로 뜨고, 폐의 기를 돕기 위하여 ‘희’할 때는 두 손을 올리고, 심의 기를 돕기 위하여 ‘호’할 때는 두 손을 깍지 끼어 이마 위에 대고, 신의 기를 돕기 위하여 ‘취’할 때는 두 발을 끌어안는데 무릎이 가지런하게

이를 표로 정리하면 다음과 같다. (Table 10.)

하고, 비의 병 때문에 ‘후’할 때는 꼭 입을 오므려야 하고, 삼초에 열이 끼어 들었을 때는 누워서 ‘히’하여야 한다. 봄에는 ‘휴’하여서 간의 기를 기르고, 겨울에는 ‘취’하여서 신의 기를 기르고 [각 계절의 마지막 달인]진술축미월에는 ‘후’하여서 비의 기를 기르고, 수시로 ‘히’하여서 삼초의 기를 기르는데 숨만 내쉬지 절대로 소리를 내서 그 소리가 귀에 들려서는 안된다([구선환인심])

간에 병이 있을 때는 ‘후’하며 크게 30번 숨을 내쉬 다음, ‘후’하며 가늘게 10번 내쉬다. 심에 병이 있을 때는 ‘호’하며 크게 30번 숨을 내쉬 다음, ‘호’하며 가늘게 10번 내쉬다. 비에 병이 있을 때는 ‘후’하며 크게 30번 숨을 내쉬 다음, ‘후’하며 가늘게 10번 내쉬다. 폐에 병이 있을 때는 ‘희’하며 크게 30번 숨을 내쉬 다음, ‘희’하며 가늘게 10번 내쉬다. 신에 병이 있을 때는 ‘취’하며 크게 50번 숨을 내쉬 다음, ‘취’하며 가늘게 10번 내쉬다. 이 방법은 좌우로 도인을 한 뒤에 하여야 한다([세의득효방])

5) 按摩와 導引

按摩는 스스로 자신의 몸에 손을 대고 문지르는 방법으로 인간이 본능적으로 환부에 손을 갖다 대고 또 그렇게 함으로써 질병이 없어지거나 감소하게 되는 것으로부터 착안하여 활용하게 되었고 그것이 구체화되고 발전하면서 치료행위로 발전하게 되었다. 導引은 몸을 屈伸하는 체조법으로 고대인들이 동물은 병에 걸리는 일이 없으며 학이나 사슴, 거북이가 장수한다는 사실에 착안하여 야생동물의 동작을 본떠서 만들어진 것이다. 葛洪은 抱朴子 <微旨篇>에서 “吐故納新하는 것이 行氣이고 수명을 연장하고, 屈伸하는 방법이 導引이고 늙음을 방지한다”고 하여 導引의 의의를 설명하였다.

곧 按摩와 導引法은 氣血과 八卦가 잘 돌도록 하여 질병을 미연에 예방하고 건강해지도록 하는 체조

법으로 동의보감 신형편에서 소개하고 있으며 그 내용은 다음과 같다.

按摩導引 76

○ <養生書>曰 夜臥覺常 叩齒九通 嚥唾九過 以手按鼻之左右上下 數十過.

○ <又>曰 每朝早起 啄齒并漱 津唾滿口 嚥之 縮鼻閉氣 以右手 從頭上 引左耳 二七 復以左手 從頭上 引右耳 二七 令耳聰 延年.

○ <又>曰 熱摩手心 熨兩眼 每二十遍 使人眼目 自然無障 明目去風 頻拭額上 謂之修天庭 連髮際 二七遍 面上自然光澤. 又以中指 於鼻梁兩邊 揩二三十遍 令表裏俱熱 所謂灌溉中岳 以潤於肺 以手摩耳輪 不拘遍數. 所謂修其城郭 以補腎氣 以防聾聵.

○ <懼仙> 有歌曰

閉目冥心坐 (盤跏而坐)

握固靜思神 (握固者 以大指 在內 四指 在外而作奉也)

叩齒三十六 (以集心神)

兩手抱崑崙 (崑崙 頭也. 又兩手 向項後 數九息 勿令耳聞)

左右鳴天鼓 二十四度聞 (以兩手心 掩兩耳 先以第二指 壓中指 彈腦後) 微擺撼天柱 (搖頭左右顧 肩膊隨動 二十四度)

赤龍攪水渾 (赤龍舌也 以舌攪口中

72) 위의 해석에서는 嘘, 呬, 呵, 吹, 呼, 嘻를 숨을 쉬면서 내는 소리로 보았는데 [한방신경정신과학]에서는 호흡의 세기로 해석하고 있다. 嘘 : 천천히 내쉬는 것, 呵 : 내쉬어 덮히는 것, 呼 : 보통으로 내쉬는 것, 呬 : 가볍게 내쉬는 것, 吹 : 세게 내쉬는 것, 嘻 : 한숨을 내쉬는 것. 한방신경정신과학.p.195.

待津液生而嚥之)

漱津三十六 神水滿口勻 (神水 口中津也)

一口分三嚥 (所漱津液分作三口 作汨汨聲而嚥之)

閉氣搓手熱 (鼻引清氣 閉之少頃 搓手令極熱鼻中 徐徐放氣出)

背摩後精門 (精門者 腰後外腎也 合手心 摩畢 收手握固)

盡此一口氣 (再閉氣也)

想火燒臍輪 (想心火 下燒丹田 覺熱極 卽用後法)

左右轆轤轉 (俯首 擺撼兩肩 三十六想火自丹田 透雙關 入腦戶 鼻引清氣閉 少頃)

兩脚放舒伸 (放直兩脚)

叉手雙虛托 (叉手相交向上 三次 或九次)

低頭攀足頻 (以兩手 向前鉤雙脚心 十三次 乃收足端坐)

以候逆水上 (候口中津液生 如未生急攪取水如前法)

再漱再吞津 如此三度畢 神水九次吞 (一口三嚥 三次 爲九)

嚥下汨汨響 百脈自調勻 河車搬運訖 (擺肩并身二十四 及再轉轆轤 二十四次)

發火遍燒身 (想丹田火 自下而上遍燒 此時口鼻 皆閉氣少頃)

邪魔不敢近 夢寐不能昏 寒暑不能入 灾病不能迤

子後午前作 造化合乾坤 循環次第轉 八卦是良因 73)

73) [양생서]에서는 “밤에 갠 채로 누워 늘 이를 9번 마주치고 침을 9번 삼킨 다음 손으로 코의 양쪽을 위 아래로 수십번씩 문지른다”고 하였다. 또한 “매일 아침 일찍 일어나서 이를 마주치고 아울러 침으로 양치질을 하여 침이 입에 가득 고이면 삼킨다. 그런 다음 코를 막아 숨을 멈춘 뒤 오른손을 머리 뒤로 넘겨 왼쪽 귀를 14번 당기고, 다시 왼손을 머리 뒤로 넘겨 오른쪽 귀를 14번 당기면 귀가 밝아지고 오래 살 수 있다”고 하였다. 또한 “열이 나도록 손바닥을 문질러 양쪽 눈에 대고 따듯하게 비벼주기를 매번 20회씩 하면 눈이 침침한 것이 저절로 없어져 눈이 밝아지며 풍도 없어진다. 이마를 자주 문지르는 것을 ‘천정을 닦는다’고 하는데, 머리카락이 난 부위까지 위로 14번씩 문지르며 얼굴에서 자연히 광택이 난다. 또한 코의 양옆을 가운데 손가락으로 2,30번씩 문질러 곁과 속에서 모두 열이 나게 하는 것을 ‘중약에 물을 댄다’고 하는데, 이렇게 함으로 폐를 윤택하게 한다. 손으로 컷바퀴를 횡수에 구애받지 않고 문지르는 것은 ‘성곽을 닦는다’고 하는데, 이렇게 함으로써 신기를 보하고 귀가 어두워지는 것을 막는다”고 하였다.

구선이 지은 노래가 있는데, 다음과 같다. “눈을 감고 마음을 가라앉혀(책상다리를 하고 앉는다) 주먹을 꼭 쥐고 생각을 고요하게 하고(주먹을 칠 때, 엄지손가락은 속으로 넣고 나머지 네 손가락으로 감싸친다). 이를 마주치기를 36번 하고(심신을 모으면서 한다). 그 다음 두 손으로 곤륜을 싸고(곤륜은 머리다. 두 손을 깎지껴서 목뒤를 감싸고 9번 숨을 쉬는데[팔뚝으로 귀를 막아] 귀가 들리지 않게 한다). 다시 좌우의 천고를 24번 올린 뒤(두 손바닥으로 양쪽 귀를 가리고, 두 번째 손가락을 세 번째 손가락 위에 올려놓았다가 뒤통수를 통긴다), 천천히 목[천주]을 움직인다(머리를 좌우로 돌리는데, 어깨를 돌아보듯 하여 어깨죽지뼈가 따라 움직이도록 하기를 24번씩 한다). 그러면 붉은 용이 물을 취하여 물살이 일고(붉은

6) 九氣 치법

용은 혀이다. 혀로 입 안을 휘저어 침이 나오면 삼킨다), 진액으로 36번 양치질 하여 신수가 입 안에 가득하면(신수는 입 안의 진액이다), 한 모금을 3번에 나누어 삼킨다(양치질한 진액을 3번으로 나누어 꿀꺽 소리가 나도록 삼킨다).

용이 날고 호랑이가 절로 달리면(액은 용이고 기는 호랑이다), 숨을 멈추고 손에 열이 나도록 문지른다(코로 맑은 기를 끌어들여 숨을 잠깐 멈춘 다음, 손바닥을 문질러 뜨겁게 하고 코로는 서서히 기를 내보낸다). 등을 문지른 다음 정문을 문지르고(정문은 허리 위의 외신이다. 손바닥을 합쳐서 문지르고 나서 손을 꼭 움켜쥐다), 이것을 다 하면 한 모금의 기를 머금는다(이때 다시 숨을 멈춘다). 불이 배꼽 주위를 태운다고 생각하고(심화가 아래로 단전을 태운다고 생각하여 열이 매우 뜨거워짐을 느끼면 다음 방법을 쓴다). 왼쪽 오른쪽으로 머리를 돌려 척추를 비틀고(머리를 숙이고 양쪽 어깨를 36번 비튼다. 화가 단전에서부터 쌍관을 뚫고 뇌호로 들어간다고 생각하면서 코로 맑은 기를 들이마시고 잠깐 숨을 멈춘다), 두 다리를 쭉 펴고(두 다리를 곧게 편다), 두 손을 깍지 끼어 허공을 밀고(손을 깍지 끼고 위로 올리는 것을 3번 또는 9번 한다), 머리를 숙이고 발을 잡아당겨(두 손을 앞으로 뻗어 두 발바닥 가운데를 잡아당기기를 14번 하고서 발을 모아 단정하게 앉는다) 물이 거슬러 올라오기를 기다려 (입에 침이 나오기를 기다리는데 아직 침이 생기지 않으면 급히 앞의 방법대로 하여 침을 마신다), 침으로 다시 양치질하고 다시 삼키는 것을 3번 하면 끝나는데, 침은 9번 삼키게 된다(한 모금을 3번에 나누어 삼키는데, 이를 3번 하여 9번이 된다). 꿀꺽 소리가 나도록 삼키면 모든 맥이 저절로 조화되고 하거의 반운을 마치게 된다(어깨를 몸이 돌아가도록 24번 돌리고 다시 척추를 24번 돌린다)

그러면 화가 생겨 몸을 두루 태우고(단전의 화가 아래에서부터 위로 올라와

동의보감 기편에서 九氣에 대해 쓴 구절을 보면 九氣의 병에 단순히 탕약을 쓴 것이 아니라 이에 맞는 생활 지도와 감정을 감정으로 이겨내게 하는 방법에 관하여 제시하고 있다.

○ 九氣治法

高者抑之 下者舉之 寒者熱之 熱者寒之 驚者平之 勞者溫之 結者散之 喜者以恐勝之(心法).⁷⁴⁾

여기서 보면 ‘驚者平之’, ‘喜者以恐勝之’라 하여 환자에게 감정이 병적인 부분으로 발현될 때에 의사가 어떤 감정으로 이겨내게 하는지에 대한 글이 나온다. 이는 한

온몸을 태운다고 생각한다. 이때 입과 코 모두 숨을 잠깐 멈춘다), 사기와 마귀가 감히 접근하지 못하고, 어리석음으로 어두워지지 않으며, 추위와 더위가 침입하지 못하고, 나쁜 병이 머뭇거리지 못한다. 자사이후 오시이전에 하여 건곤이 조화되면 기혈이 잘 도는데, 이것이 팔괘가 잘 도는 원인이다“

74) 9기로 생기는 병을 치료하는 방법 : 위로 올라오는 것은 내리누르고 처진 것은 들어올리며 찬 것은 덥게 하고 더운 것은 차게 하며 놀란 것은 편안하게 하고 노곤한 것은 따듯하게 하며 멎은 것은 풀어주고 기뻐하는 것은 무서운 감정으로써 이겨내게 하며 슬퍼하는 것은 기뻐하는 것으로써 이겨내게 한다. [심법]

방의 독특한 정신치료 방법으로 儒門事親에서는 이를 발전시켜 각각의 감정에 대해서 어떤 감정으로 정신치료를 할 것인지를 제시하였는데 다음과 같다.

① 悲로 怒를 치료 : 측은하고 괴로운 말로 감동을 시킨다.

② 喜로 悲를 치료 : 혐오감이나 위압감을 주는 친근한 말로 즐겁게 한다.

③ 恐으로 喜를 치료 : 급박하고 두렵고 죽음과 관련되는 말을 하여 공포스럽게 한다.

④ 怒로 思를 치료 : 모욕적이고 속임을 당하는 그런 말로 충격을 준다.

⑤ 思로 恐을 치료 : 저쪽을 곰곰이 생각하게 함으로 이쪽을 바라게 하는 말로 奪取하게 한다.

Ⅲ. 고찰 및 결론

본 논문은 東醫寶鑑의 氣編을 통하여 氣의 생성, 병리적 흐름으로 발생하는 증상 및 그에 대한 탕약 및 침구 치료법과 병을 예방하기 위해서 東醫寶鑑에서 제시하고

있는 치료의 방법에 관하여 정리하고 고찰하였다.

1. 氣의 개념, 생성과 운행

氣는 精과 神의 근본으로 腎間動氣는 氣를 만들어주는 근원이 되며 氣를 주관하는 장기는 폐이다. 氣의 생성은 음식물에서 비롯된다. 그 중 특히 음식물의 날랜 氣를 衛氣라 하며 하루 동안에 경맥을 따라서 인체를 50번 돌면서 장부와 조직을 온후하게 하여 체온을 조절하고 피부와 肌肉을 윤택하게 하며 외사의 침습을 방어, 땀구멍의 개합조절과 수면과 관계한다.

2. 氣의 기능

衛는 곧 陽氣로 몸의 길을 주관하며 지각, 운동, 오감의 작용을 일으키며 호흡의 근원이 된다.

3. 氣의 병리적 흐름으로 생기는 증상 및 약물 치료법

氣의 상태는 脈法으로 알 수 있으며 양기가 길을 잃거나 風寒濕燥火와 外邪의 침습, 움직이지 않는 것, 감정적인 문제로 지각기능 저하와 생명단축, 숨쉬기 힘든 증상, 七氣와 九氣證, 中氣, 上氣,

下氣, 短氣, 少氣, 氣痛, 氣逆, 氣鬱의 병이 생기며 氣가 끊어지면 사망에 이를 수 있다. 각각은 증상에 따라서 다른 처방을 쓰며 처방에 관해서는 아래에 정리하였다.

4. 기병에 쓰이는 처방과 본초 및 침구법 정리

1) 기병에 쓰는 처방

105p. Table 7.

2) 氣病에 쓰이는 본초의 효능

108p. Tabel 8.

3) 氣病의 鍼灸治療

111p. Table 9.

5. 鍼灸와 약물 외의 치료법

침구와 약물 외의 치료법은 동의보감 기편과 관련이 있어 보이는 구절을 身形編에서 발췌하였으며 以道療病, 태식법, 조기결, 육자기결, 안마와 도인, 9기 치법이 있으며 이는 한의학이 가지고 있는 독특한 치료법이다.

기는 보이지 않는 생명 에너지로 그 순행경로를 따라 흐르면서 각 장부와 피부, 기육을 온양하고 외사를 방어하며 지각기능, 호흡, 땀구멍의 開闔, 자고 깨는 생명 현상을 일으킨다. 氣의 양이 적절하고 그 순행이 잘 이루어지면 몸이 건강하지만 외부와 내부의 문제로 병리적 흐름이 일어날 때 갖가지 통증과 질환을 일으키게 되고 氣가 소모되는 것이 심해지면 사망에 이르게 된다. 이와 같은 氣를 중요하게 생각하고 氣病을 치료하기 위하여 약물치료와 침구 치료를 행하거나, 氣를 고르게 하고 기운을 키우기 위하여 마음을 수련하거나 조기하는 법, 호흡법, 안마의 도인법, 한방 정신요법을 시행하였던 것은 동양의학, 특히 한의학의 특징이며 장점이다. 氣로 인해 일어나는 질환에 관하여 현대의학에서는 단지 신경성으로 치부하거나 그로 인해 일어나는 통증에 적절하게 대처하지 못하고 있다. 물론 그간 현대의학에서 氣病으로 인해 일어나는 질환 치료를 위해 크고 작은 연구 성과가 이제 보이고 있지만, 동양에서는 고대에서부터 기병에 대해서 인식하고

있었으며 다양한 치료법을 연구하여 동의보감에 이르게 되어 그 연구내용이나 성과가 더욱 방대하다고 할 수 있다. 현대에는 몸의 활동량이 떨어지고 정신적으로 스트레스를 받는 일이 많아서 동의보감의 진단과 치료법이 현대에 많이 나타나는 기병 치료에 큰 도움이 될 것으로 보인다. 이에 동의보감 기편에 관하여 심도있는 연구와 치료에의 적극적인 활용이 필요하다고 생각하는 바이다.

- 구, 원광대동양학대학원, 2005.
8. 정대규 외 : 한의신경정신과학, 집문당, 2007.
 9. 조원화 : 도인체조가 노인의 혈중지질 및 글루코스에 미치는 영향, 부경대학교 교육대학원, 2003.
 10. 허준 : 동의보감 제1권 내경편, 휴머니스트, 2002.

IV. 참고문헌

1. 김경철 외 : 기공의 한의학적 가치 개발에 대한 연구, 보건복지가족부, 2009.
2. 네이버 의학 상세정보, 서울대학병원 제공.
http://health.search.naver.com/search.naver?where=health_detail&sm=tab_txc&ie=utf8&query=%ED%9E%88%EC%8A%A4%ED%85%8C%EB%A6%AC%EA%B5%AC
3. 동의학사전 편찬위원회 : 신동의학사전, 여강출판사, 2003.
4. 송영국 : 도인안마와 경락, 원광대학교동양학대학원, 2004.
5. 신희목, 김길현 : 장부경락학, 동국대학한의과대학, 2006.
6. 안영기 : 경찰학총서, 성보사, 2006.
7. 이승용 : 기공병의 편차에 관한 연