

## 麗末鮮初의 食治醫學과 『食醫心鑑』

오준호

한국한의학연구원

## Alimentotherapy and “Sikuisikgam” in the late Goryeo and Early Joseon period

Jun-Ho Oh

Korea Institute of Oriental Medicine

The late Goryeo and Early Joseon period marks the development of Hyang-yak medicine in medical history in Korea. There have been not a few outcomes in organizing Hyang-yak medicine through the hitherto research works, but there has hardly any attempt to view the medicine in the late Goryeo and Early Joseon period from a different standpoint besides Hyang-yak.

This writer, in the middle of doing research on ‘Book for Alimentotherapy’ named “Sikuisikgam”, came to know that not a few parts of this book were quoted in a large volume of “Biebaekyobang” in the late Goryeo, “Hyangyakjipseongbang” which compiled the early Joseon Hyangyak medicine, “Uibangyuchi” which wrapped up the medical knowledge in East Asia before the early Ming Dynasty, and “Sikryochangyo” which was a representative book for alimentotherapy in the early period of Joseon Dynasty.

The reason that the representative medical books written in the period of Late Goryeo and Early Joseon thought much of the knowledge contained in “Sikuisikgam” is that they showed a great concern for prevention and treatment of diseases through alimentotherapy. When we say that Hyangyak medicine, which has provided the Late Goryeo and Early Joseon medicine, bases its standard on ‘Regionality’ and ‘Properties of Medicinal ingredients’, then alimentotherapy puts its focus on a ‘Remedial method’ itself.

As for food, they might have given priority to the food that was easy to get nearby, so there is no way for alimentotherapy but to have the realm which is overlapped with Hyangyak medicine in some measure, That’s the very reason why alimentotherapy has remained inseparate from Hyangyak medicine. Through ‘Alimentotherapy’ and Late Goryeo and Early Joseon medical books, this writer thinks that it might be possible for us to take a view of the Late Goryeo and Early Joseon not only from the perspective of Hyangyak medicine but also from a new perspective of so-called alimentotherapy.

Key words : Medical History, Traditional Medicine in Korea, Alimentotherapy, Sikuisikgam, Biyebaekyobang, Hyangyakjipseongbang, Uibangyuchi, Sikryochangyo

## I. 머리말

한국 의학사에서 여말선초는 향약의학이 발전한 시기이다. 지금까지 연구자들은 주로 이 기간에 간행된 『鄉藥救急方』, 『三和子鄉藥方』, 『鄉藥濟生集成方』, 『鄉藥集成方』 등 향약 관련 서적들을 통해 향약의학<sup>1)</sup>의 성과를 정리하는데 힘을 모아 왔다.

그간의 연구들을 통해 향약의학을 정리하는데 적지 않은

성과들이 있었지만, 여말선초의 의학을 향약의학 이외의 관점에서 바라보려는 시도는 거의 이루어지지 못하였다. 이는 향약의학이라는 관점이 이 시대 의학을 평가하는데 중요한 역할을 하였지만, 반대로 사고의 범위를 한정하는 역할을 하였기 때문이다.

저자는 『식의심감』이라는 식치의학서를 연구하던 중, 이 서적이 고려말 대형 의방서인 『비예백요방』, 조선 초 향약의학을 집대성한 『향약집성방』, 명초 이전 동아시아 의학지식을 정리한 『의방유취』, 조선 초 대표적인 식치의방서인 『식료찬요』에 적지 않게 인용되어 있음을 알게 되었다.

접수 ▶ 2012년 10월 17일 수정 ▶ 2012년 11월 25일 채택 ▶ 2012년 11월 28일  
교신저자 ▶ 오준호, 대전 유성구 유성대로 1672 한국한의학연구원  
Tel : 042-868-9317 E-mail : junho@kiom.re.kr

1) 강연석. 『『鄉藥集成方』의 향약의학 연구』. 경희대학교 대학원. 2006:4.

『식의심감』은 식치 전문 의방서로서 가장 이른 시기에 해당하는 唐代 저술이다. 이 이전에 『천금요방·식치』와 『식료본초』가 존재하였지만, 『식의심감』은 ‘방서’라는 측면에서는 가장 최초의 식치 전문 서적이라고 할 수 있다. 왜냐하면 『천금요방·식치』와 『식료본초』는 식재료로 사용할 수 있는 약재들을 선별하고 이들 약재들이 어떤 병증을 치료할 수 있는지를 본초 서적의 형식을 빌려 논하고 있는데 반해, 『식의심감』은 병에 대한 의론을 싣고 있을 뿐만 아니라 주치증에 대한 식치방을 제시하여 ‘방서’의 형식을 따르고 있기 때문이다.

『식의심감』은 중국에서는 元代 이미 실전되었지만, 우리에게도 조선 초까지 남아 있다가 『의방유취』 편찬에 사용되었다. 또 『비예백요방』, 『향약집성방』, 『식료찬요』 등 여말선초를 대표하는 서적들에 『식의심감』의 식치방들이 다수 수록되었다는 사실을 확인할 수 있다. 이러한 사실들을 통해 필자는 추후 한국 한의학의 여말선초를 향약의학 뿐만 아니라 식치의학이라는 새로운 시각에서 조망할 수 있다고 생각하였다. 이에 이러한 사실들을 보다 상세하게 보고하는 바이다.

## II. 본론

### 1. 식치의학의 개념

食治와 관련된 단어로 食醫, 食療를 들 수 있으며, 치료적 관점에서 食治方, 食餌, 藥膳 등의 단어가 있다. 이에 대해 안상영 등<sup>2)</sup>은 食治의 개념 범주를 食養生 개념, 治療 개념, 藥膳 개념의 세 가지로 세분하였다. 이 연구에 따르면 食養生으로서의 食治는 병의 회복이나 예방에 음식을 응용하는 것이다. 治療로서의 食治는 ‘食治方’, ‘食餌方’, ‘食餌處方’ 등을 포함하는 것으로 음식의 四氣五味와 환자의 상태를 고려하여 약물 치료에 앞서 우선적으로 施療하는 것이다. 藥膳으로서의 食治는 조리적인 측면이 강조된 개념이다.

본 연구에서는 기본적으로 안상영 등의 견해를 따르면서

도 몇 가지 경우에는 다른 인식을 취하였다. 食餌의 경우 ‘먹다’라는 행위에 초점이 맞추어진 단어로 食治의 개념을 나타내기에는 부족하다고 판단하였고, 食療의 경우 食治와 동의어로 중요한 단어로 인식하였다. 따라서 본 연구에서는 食治 處方에 대해서 ‘食治方’ 혹은 ‘食療方’이라고 지칭하였다.

마지막으로 서두에서 사용한 “食治醫學”이라는 용어를 살펴볼 필요가 있다. 이 용어는 養生, 治療, 調理를 포괄하는 食治를 전문적으로 연구하고 施治하는 의학의 분야를 총칭하기 위해 ‘食治’와 ‘醫學’을 합하여 본 연구에서 제안한 단어이다.

### 2. 『食醫心鑑』과 唐代 食治 醫學

#### 1) 唐代 이전의 식치의학

인간의 삶에서 음식은 가장 기본적인 요소 가운데 하나이다. 음식과 건강에 대한 인간의 인식은 인류 초기부터 시작되었으리라 추정되며 농업의 발전과 정착생활을 통해 가속화 되었을 것이다. 食治에 대한 본격적 기록은 『周禮』에서 찾아볼 수 있다. 『周禮·天官』에는 왕실의 음식배치와 의료를 전담했던 관직들이 나온다. 그 중 膳夫는 왕의 밥과 음료, 술, 고기요리, 채소요리를 만드는 일을 담당했으며, 食醫에 대해서는 “食醫는 왕의 여섯 가지 밥, 여섯 가지 음료, 여섯 가지 요리, 백가지 맛, 백가지醬 등 산해진미의 맛과 음식의 차갑고 뜨거움을 맡았다.”고 적고 있다<sup>3)</sup>.

秦, 漢, 三國 시대의 食治는 『黃帝內經』, 『神農本草經』, 『傷寒雜病論』에 드러나 있다. 『黃帝內經』에는 “藥毒은 邪氣를 공격하고, 五穀은 (몸을) 기르며, 五肉은 돕고, 五果는 기르며, 五菜는 충실히 한다. 氣와 味가 합쳐져 그것을 복용하면 精을 보하고 氣를 더한다.”<sup>4)</sup>고 하여 藥, 穀, 肉, 果, 菜의 다른 쓰임에 대해 설명하였다.

張仲景이 저술한 『傷寒雜病論』에서도 食治와 食忌에 대한 언급이 보인다. 『金匱要略』 「禽獸魚蟲禁忌并治」과 「果實菜穀禁忌并治」에는 음식의 마땅함을 얻으면 신체를 보익하지만 그렇지 않으면 해를 입어 질병이 생긴다고 설명하였다. 魏晉南北朝 시대 陶弘景이 지은 『神農本草經集注』에는

2) 안상영, 이민호, 표보영, 하정용, 안상우. 「食治의 개념 정립 및 적용 이론의 이해」. 한국한의학연구원논문집. 2008;14(2):27-33.

3) 陳連開. 「중국 食餌療法 이론 변천사」. 한국식생활문화학회지. 1998;13(2):73-81.

4) 龍伯堅(編). 『黃帝內經素問譯釋』. 天津科學技術出版社. 2004:330.

『黃帝內經』 「藏氣法時論篇 第二十二」 「毒藥攻邪, 五穀爲養, 五果爲助, 五畜爲益, 五菜爲充. 氣味合而服之, 以補精益氣也.”

이미 195종에 달하는 食治 관련 약재들이 소개되어 있다<sup>5)</sup>.

## 2) 唐代 식치의학

唐代에는 『千金要方』, 『食療本草』 등에서 食治에 대한 논의를 구체화 하였다. 孫思邈(약581-682)은 『千金要方』(7세기 초) 권22에서 食治篇을 따로 두어 食治에 대해 설명하였다. 그는 “의학할 하는 사람은 반드시 먼저 병의 원인을 밝게 알고 (환자가) 무엇을 범했는지를 알아 음식으로 그것을 치료해야 한다. 음식치료로 낫지 않은 뒤에야 약을 복용시킨다.”라고 하였다. 질병 치료에 있어 음식으로 먼저 치료하고, 음식으로 감당할 수 없는 경우에 약을 복용시킨다는 것이다. 또 “음식은 邪氣를 배척하여 臟腑를 안정시킬 수 있고, 神을 기쁘게 하고 志를 상쾌하게 하여 血氣를 기를 수 있다. 만약 음식을 사용하여 병을 평정하고 감정을 풀어서 질병을 몰아낸다면 良工이라고 부를 만하다.”고 하여 飲食 치료의 중요성을 강조하였다. 손사막은 권22를 序論第一, 果實第二, 菜部第三, 米食部第四, 鳥獸部第五의 다섯 편으로 구성하여 전대 서적에 비해 상세한 정보들을 기록하였다<sup>6)</sup>.

『食療本草』(8세기 초)는 唐代 만들어진 최초의 食治 전문 의서이다<sup>7)</sup>. 이 책은 孫思邈의 제자이기도 한 孟詵(621~713)이 약 114종의 本草를 가지고 최초의 책을 저술하고 후에 張鼎이 여기에 89을 보충하여 완성되었는데, 모두 227종의 本草를 3권에 나누어 적어 놓았다. 현재 이 책은 실전된 상태이지만 敦煌에서 26종의 本草가 적혀 있는 殘卷本이 발견되었고, 후대에 『食療本草』의 내용을 인용한 『醫心方』, 『證類本草』 등을 통해 그 면모를 알 수 있다<sup>8)</sup>.

## 3) 식치의학에서 『식의심감』의 위상

『食醫心鑑』 제목으로서 ‘食醫’는 『周禮』에서 언급한 왕실의 전문 의사를 직접 가리킨다고 보기에는 어려움이 있지만, 관직명에서 유래한 이 단어가 『食醫心鑑』이 저술된 9세

기에는 이미 “음식으로 치료하는 의사”, 혹은 “음식으로 치료하는 방법”이라는 의미로 개념이 일반화되었음을 보여준다.

이 책은 본초서의 성격을 빌려 효능을 규명한 기존의 식치 서적들과는 달리, 병증과 의론과 치법이 모두 실려 있는 의방서의 성격을 띠고 있다<sup>9)</sup>. 따라서 식치방을 통해 어떻게 질병을 치료할 수 있는지를 구체적으로 보여준 최초의 서적이라고 할 수 있다.

### (1) 식의심감의 저자

『식의심감』을 저술한 咎殷은 9세기 唐代 활동했던 의가이다. 그는 成都(지금의 四川省) 사람으로 節度隨軍과 醫學博士를 지냈다고 전해진다<sup>10)</sup>. 그는 부인과 질환을 잘 치료한 것으로 유명한데, 중국 최초의 산부인과 전문서로 알려진 『產寶』 3권이 그의 저술이다. 잠은이 부인 질환에 능통했기 때문인지 『食醫心鑑』에는 妊娠產後門에 가장 많은 식치방들이 수록되어 있다. 食治와 관련하여 잠은에 대해 알려진 사실이 거의 없지만, 그가 많은 임상경험을 쌓은 노련한 의사라는 사실을 통해 그가 제시한 食治方들이 임상적 가치를 충분히 갖춘 것이라는 사실을 짐작할 수 있다.

### (2) 식의심감의 실전과 전존

『식의심감』은 현재 실전되어 전해지지 않고 있다. 식의심감에 대한 역대 기록과 실전된 정황을 고찰해 보고, 현재 『식의심감』의 복원 과정에 대해 알아보고자 한다. 역대 사료에 『식의심감』에 대한 두 가지 기록을 살펴 볼 수 있다.

『食醫心鑑』 二卷, 咎殷 (『宋史』 卷207 「藝文志」6)

『食醫心鑑』 三卷, 成都醫博士 咎商撰 (『通志』 卷69)<sup>11)</sup>

『宋史』 「藝文志」에는 『식의심감』이 咎殷의 저작으로 되어 있고 모두 두 권이라고 기록되어 있다. 또 『通志』 「藝文略」

5) 曹瑛. 「中医食疗发展史简介」. 中国民间疗法. 2001;9(3):46-47.

6) 孫思邈. 『孫真人千金方』. 人民卫生出版社. 1996:322-344.

『千金要方』 卷26 「食治」: “夫爲醫者, 須先洞曉病源, 知其所犯, 以食治之, 食療不愈, 然後命藥.”

『千金要方』 卷26 「食治」: “食能排邪而安臟腑, 悅神爽志, 以資血氣. 若能食平病釋情遣疾者, 可爲良工.”

7) 曹瑛. 「中医食疗发展史简介」. 中国民间疗法. 2001;9(3):46-47.

8) 谢海洲, 马继兴. 『食疗本草』. 人民卫生出版社. 1984:158-170.

9) 오준호. 「여말선초 식치의학과 『식의심감』」. 제16회 한국의사학회 학술대회 발표집. 2010:3-11.

10) 上海中醫學院中醫文獻研究所. 『歷代中醫珍本集成(十九)』. 上海三聯書店. 1990.

11) 辛承云. 「朝鮮初期的 醫學書 『食療纂要』에 對한 研究」. 서지학연구. 2008;40:131.

에는 成都醫博士 咎商의 저작이라고 적혀 있으며 모두 세 권으로 기록되어 있다<sup>12)</sup>. 여기에서 咎商은 ‘殷’字를 사용하지 않기 위해 商이라고 적은 것으로 보인다<sup>13)</sup>. 이 책은 『宋史』와 『通志』 이후로는 기록이 없다. 이로 보아 중국에서는 元代 이후로 자취를 감춘 것으로 보인다<sup>14)</sup>.

현재 『식의심감』의 통행본은 한 권으로 이루어진 鉛印本 서적으로서 1924년 北京의 東方學會에서 간행한 것이다. (이하 동방학회본)<sup>15)</sup> 이 책은 『醫方類聚』에 인용된 『식의심감』 조문들을 모아 후대에 재편집한 것이다.

### 3. 한국의 食治醫學

한국 의학사에서 식치를 중요하게 인식하였다는 사실은 高麗時代 직제에서 가장 잘 드러난다. 高麗時代에는 국왕 및 왕족들에게 올려지는 음식을 준비하기 위해 尙食局을 두고 醫官을 임명하였다. 이들 食醫들은 음식물을 통해 질병을 예방하고 건강을 유지하는 역할을 하였다. 또 고려시대에는 茶를 藥과 같이 취급하여 “茶藥”이라는 용어를 즐겨 썼으며, 이를 관리하는 것 역시 醫官의 임무 가운데 하나였다<sup>16)</sup>. 조선 초 太祖 역시 食治의 중요성을 인식하고 건국 후 문무백관 정비 시 正9품의 食醫 2명을 두었다<sup>17)</sup>.

조선 전기에는 손쉽게 구할 수 있는 약재를 이용하여 병증에 맞게 활용하고자 鄉藥 의학이 전성기를 맞게 되는데, 이 역시 한국 食治 醫學의 중대한 흐름이라고 할 수 있다. 세종대 왕명에 의해 만들어진 『鄉藥集成方』(1433)은 그간의 香藥의학을 집대성하였다. 이 외에 全循義는 『山家要錄』(1459), 『食療纂要』(1460) 등을 저술하여 식치의학에 대한 깊이를 더하였다. 세종대에 만들어져 세조 때 간행된 『醫方類聚』(1477) 역시 식치의학에서 중요한 역할을 수행하였다. 이 책에는 중원에서 실전된 『食醫心鑑』의 처방들을 수록하여 오늘날까지 전해주고 있기 때문이다. 이 가운데 『食療纂要』는 우리나라 최초의 식치 전문 의서로서 약물보다

식치를 우선하여야 하며, 예방의학으로서 식치의 중요성을 강조한 서적이다<sup>18)</sup>.

식치에 대한 인식은 醫官 뿐만 아니라 사대부들에게까지 보편화된 인식이었던 것으로 보인다. 沈義(1475-?)는 『大觀齋亂稿』「十宜箴 飲食宜節」에서 醫藥보다 食治가 우선되어야 한다고 하였고 宋浚吉(1606-1672)는 『同春堂先生文集』「答閔持叔」에서 약과 함께 음식으로 다스린다는 의미로 食治를 사용하였다<sup>19)</sup>.

#### 1) 『비에백요방』과 『식의심감』

『備預百要方』은 고려시대 의서로 약 1230~1240년경 저작된 것으로 추정된다.<sup>20)</sup> 현재 이 책은 실전된 상태이나 『의방유취』에 상당수의 조문이 남아 있다. 이들 유문을 보았을 때, 총론 부분의 논설이 4편, 처방이 1250여 수 이상으로 매우 방대한 의서였을 것으로 추측된다<sup>21)</sup>. 『향약구급방』이나 『삼화자향약방』 등 고려 말에서 조선 전기에 간행된 香藥 의서들이 『비에백요방』을 모태로 하고 있어, 당시 매우 영향력 있었던 서적으로 추정된다. 『비에백요방』에는 “天地隨人而變”, “是以人猶先作, 天乃後變.” 등 독창적인 의학이론이 실려 있는데, 최근 연구에서 ‘天地隨人觀’이라고 명명되어 고찰된 바 있다<sup>22)</sup>.

『의방유취』는 전대 문헌과 후대 문헌이 유사한 경우, 전대 문헌에 후대 문헌과 다른 점을 小註로 설명하고, 후대 문헌을 생략하는 편집방식을 취하고 있다<sup>23)</sup>. 『의방유취』에 실려 있는 211개의 『식의심감』의 식료방을 살펴보면, 43수의 식료방에서 『비에백요방』을 언급해 놓았다. 이들 가운데, “同(같다)”고 언급한 것에 36수에 이른다. 구성 약재의 분량의 차이가 있는 것이 3수, 법제법에 차이가 있는 것이 2수, 식료방의 주치증이 다른 것과 복용법이 다른 것이 각기 1수 씩 있었다.

『의방유취』에 실려 있는 『식의심감』 식료방이 모두 211

12) 朱大年 外 撰編, 『歷代本草精華叢書(一)』, 上海中醫藥大學出版, 1994.

13) 曹炳章 外 編, 『中國醫學大成(28卷)』, 上海科學技術出版社, 1990.

14) 辛承云, 「朝鮮初期의 醫學書 『食療纂要』에 對한 研究」, 서지학연구, 2008;40:133.

15) 朱大年 外 撰編, 『歷代本草精華叢書(一)』, 上海中醫藥大學出版, 1994.

16) 이미숙, 『高麗時代 技術官의 役割』, 한국사상과 문화, 2010;52:102-103.

17) 『太祖實錄』 1卷, 1年(1392 壬申) “司膳署: 掌內膳供上之事. 令一, 從五品 丞二, 從六品 直長二, 從七品 食醫二, 正九品 司吏二, 權務去官.”

18) 김중덕, 『식료찬요』, 에스민, 2006:21.

19) 안상우, 「東醫寶鑑속의 食治研究」, 2010년도 제2회 韓日 학술교류 약선 세미나 자료집, 2010.

20) 안상우, 「고려의서 『비에백요방』의 고증」, 서지학연구, 2001:325-350.

21) 안상우 외, 『역대 한의학 문헌의 복원 연구 II』, 한국한의학연구원, 2009:3.

22) 김진희, 안상우, 『『비에백요방』에 나타난 천인관과 의학관』, 서지학연구, 2009:235-261.

23) 안상우, 『『의방유취』에 대한 의학적 연구』, 경희대학교 대학원, 2000:48.

수라는 점을 고려할 때, 43수는 비교적 높은 비율이다. 더욱 중요한 사실은 211수 처방 가운데 36수, 다섯 처방 가운데 하나의 비율로 처방이 완전히 일치하고 있다는 점이다. 이는 『비예백요방』 편찬에 『식의심감』의 식료방들이 유의미하게 활용되었음을 보여준다.

아직 『비예백요방』 처방들에 대한 자세한 연구가 더 필요한 실정이지만, 이상의 사실들을 통해 고려 말부터 이미 식치에 대한 관심과 연구가 활발하게 이루어졌음을 알 수 있다.

## 2) 『鄉藥集成方』과 『食醫心鑑』

『鄉藥集成方』은 麗末鮮初에 응성했던 鄉藥 醫書を 집대성한 官撰醫書이다. 이 책은 『三和子鄉藥方』, 『鄉藥簡易方』, 『鄉藥濟生集成方』의 계보를 잇고 있으며, ‘宜土性’에 기반을 둔 醫論을 펼치고 있어 조선 의학을 이야기 하는데 있어서 빼놓을 수 없는 서적이다<sup>24)</sup>.

『鄉藥集成方』은 集賢殿 直提學 俞孝通, 典醫監正 盧重禮, 同副正 朴允德 등이 세종의 명에 따라 이미 濟生院에서 만든 『鄉藥濟生集成方』(30권)을 증보하는 형태로 편찬되었다. 權採의 鄉藥集成方·序에 의하면 『鄉藥濟生集成方』의 舊證 338조목을 959조목으로, 舊方 2,803개를 10,706개로 증보하였으며, 鍼灸法 1,476조목과 鄉藥本草 및 炮劑法을 새로 덧붙여 완성하였다고 한다<sup>25)</sup>. 책은 세종15년(1433)에 완성되어 같은 해 8월에 전라, 강원도에서 나누어 初刊되었다.

『향약집성방』에는 『식의심감』과 관련된 조문이 모두 112조 등장한다. 『聖惠方』을 출전으로 언급하고 있는 것 2수, 『食醫心鏡』을 출전으로 언급하고 있는 것 81수, 『食醫心鑑』을 출전으로 언급하고 있는 것이 29수이다. 『聖惠方』 출전 처방은 『食醫心鏡』의 내용과 비교되어진 처방이다<sup>26)</sup>.

『鄉藥集成方』에는 『食醫心鏡』과 『食醫心鑑』 두 서적이 모두 언급되어 있다. 「骨蒸勞」(권15), 「咳嗽上氣」(권24), 「嘔吐」(권26), 「脾胃」(권27), 「痔漏」(권39) 등을 보면, 두 서적의 처방들이 나란히 언급되어 있는 것을 볼 수 있다. 이

를 통해 이 처방들이 서로 다른 경로를 통해 『향약집성방』으로 유입되었음을 짐작할 수 있다. 『食醫心鏡』과 『食醫心鑑』은 서로 같은 책이라는 주장<sup>27)</sup>과 모순되는 결과이다.

『食醫心鑑』과 『食醫心鏡』 모두 일실되어 옛 모습을 찾아볼 수 없고, 두 서적에 대한 깊이 있는 연구가 미흡하여 현재로서는 이 두 서적의 관계를 단정 지을 수는 없다. 다만 필자는 『향약집성방』에 실려 있는 『식의심감』은 『태평성회방』으로부터 재인용된 것들이며, 『식의심감』의 처방들은 당시까지 조선에 존재했던 『식의심감』에서 인용된 것이라고 생각한다. 또 이 두 서적이 서로 다른 전승 과정을 거치면서 어느 정도 내용상의 차이를 가지게 되었으나 기본적으로는 같은 서적이라고 생각한다.

그 근거는 다음과 같다. 첫째, 『의방유취』에 『식의심감』 조문과 처방이 수록되어 있는 점으로 보아 『향약집성방』 편찬 당시에도 조선에 『식의심감』이 존재하였다. 둘째, 『의방유취』에도 『식의심경』의 처방들이 등장하지만 모두 『肘后方』을 통해 재인용된 것들이다. 따라서 당시에 『식의심경』이라는 별도의 책이 조선에 전해지지는 않았던 것으로 보인다. 셋째, 『향약집성방』의 해당 처방들과 『의방유취』의 『식의심감』 처방들을 비교해본 결과 모두 44조문이 일치 하였는데, 이 가운데 『향약집성방』에 『식의심감』으로 출전이 표시된 처방이 20개, 『식의심경』으로 출전이 표시된 처방이 24개였다. 결국, 『향약집성방』에서는 두 서적의 차이를 두었지만 『의방유취』의 『식의심감』 처방에는 두 서적의 처방이 모두 수록된 셈이다. 따라서 두 서적이 완전히 일치하지는 않는다고 하더라도 서로 다른 별개의 책이라고 보기는 힘들다.

## 3) 『醫方類聚』와 『食醫心鑑』

『醫方類聚』는 세종때 1차 완성되어 성종조 간행된 국내 최대의 의방서이다. 당초 365권에 이르렀으나 세조대 재편 과정에서 100권으로 줄었고, 현재 전해지는 양은 260여권이 달한다. 이 책에는 142종 가량의 의서와 의학관련서가 인용되었으며<sup>28)</sup> 당, 송, 원, 명대 초기의 중국의학고고, 고려,

24) 강연식, 『『鄉藥集成方』의 향약의학 연구』, 경희대학교 대학원, 2006:4-8.

25) 『鄉藥集成方』序 “於是 舊證三百三十八 而今爲九百五十九 舊方二千八百三 而今爲一萬七百六 且附以鍼灸法一千四百七十六條 鄉藥本草及炮製法合爲八十五卷以進 名曰鄉藥集成方.”

26) 『鄉藥集成方』卷15 「骨蒸勞」 “[聖惠方]治骨蒸勞, 心煩不得睡臥. 酸棗仁二兩, 水二大鍾半, 研絞取汁, 下米二合, 煮粥, 候地黃汁一合更微煮, 不計時食之.(食醫心鏡, 無地黃汁). 枸杞葉粥. 治骨蒸勞, 肩背煩疼, 頭痛, 不能下食. 枸杞葉五兩, 青蒿葉一兩, 葱白一握去鬚切, 豉一合. ○右先以水三大鍾, 煎豉取汁一鍾半, 去豉下枸.(食醫心鏡, 無青蒿葉)”

27) 刘朴兵, 「试论唐宋食疗学的发展」, 农业考古, 2008:(4):226-257.

28) 최환수, 신순식, 『『醫方類聚』의 인용서에 관한 연구(1)』, 한국한의학연구원은문집 1997;3(1):17-40.

조선 초기까지의 고유의학이 담겨있다<sup>29)</sup>.

『醫方類聚』는 전체 91문으로 나뉘어져 있고, 각 문은 理論, 方藥, 食治, 禁忌, 鍼灸, 導引 등의 순서로 수록되어 있다<sup>30)</sup>. 『의방유취』의 편집자들은 의학 전반의 지식을 理論, 方藥, 食治, 禁忌, 鍼灸, 導引의 여섯 가지로 크게 나누어 보았음을 알 수 있다. 이 가운데 食治가 있으며 『식의심감』의 조문들도 이 食治에 해당하는 부분에 존재한다.

『의방유취』에 들어 있는 『식의심감』 조문들은 14개의 병증문에 나누어 수록되어 있으며, 각각은 병증에 대한 의론과 치료를 위한 다수의 식치방으로 이루어져 있다. 의론은 병기, 증상, 분류, 치법 등을 포함하며 식치방은 餅方, 粥方, 茶方, 酒方 등 다양한 체형으로 이루어져 있다.

(1) 『식의심감』의 전존과 『의방유취』

『의방유취』에는 총 211수의 『식의심감』 식치방이 수록되어 있으며, 앞에서 언급한 동방학회본은 이를 바탕으로 만들어진 것이다. 동방학회본 말미에 다음과 같이 편집 정황이 기록되어 있다.

이 책은 당나라 晁殷이 지었다. 『송사예문지』에 2권이라고 기록되어 있다. 이 책은 송대까지 존재하였으나 지금은 오래 전에 실전되었다. 이 책은 일본인이 高麗<sup>31)</sup>의 『의방유취』 가운데에서 채집하여 만들어졌다. 비록 옛 모습 그대로 복원하지는 못했지만 태반은 복원되었다고 할 수 있다. 晁公武는 『郡齋讀書志』에서 잠은은 蜀나라 사람으로 唐 대종(大中, 847-860) 초에 『産寶』를 지어 郡守 白敏中에게 바쳤다고 말하였다. 지금 잠은이 지은 『산보』는 송대 간행된 足本(결점이 없이 완전한 판본)을 영인한 것이 일본에 있지만 이 책의 경우 완질을 구할 수가 없으니 애석한 일이다. 광서신축(1901)에 일본으로 여행을 갔다가 도쿄에서 이 『식의심감』을 구했는데 책 머리에 靑山 求精堂 藏書를 의미하는 그림 기록과 森約之의 인

장 두 개가 있었다. 책 뒤에는 丹波元堅과 森約之가 손으로 적은 문장 두 개가 있었다. 무신 정월 上虞에서 羅振玉이 쓰다<sup>32)</sup>.

이 통행본은 羅振玉이 일본에서 구한 책을 鉛印한 것이다. 『의방유취』에서 『식의심감』을 채집하였다는 일본인은 다름 아닌 丹波元堅과 森約之이다. 이 같은 사실은 통행본에 그대 실려 있는 두 사람의 手抄를 통해 알 수 있다.

신축년(1841) 6월 초하루 액정의국에서 따져가면서 읽어 보니 이 책에 잘못된 글자가 꽤 많았으나 한 글자도 옛 책처럼 고칠 엄두가 나지 않았다. 원견(堅識) 적다.

가영 갑인(1854) 중추절 그믐밤 등잔불아래에서 교정을 한 번 마치다. 약지(約之) 적다<sup>33)</sup>.

手抄에 따르면 『의방유취』로부터 『식의심감』 조문을 채집한 것은 1841년 단과원견에 의해 이루어졌고, 13년 후인 1854년 삼약지가 이를 교정한 것이다. 이어 1901년 나진옥은 일본 여행중에 우연히 삼약지가 교정 후에 소장하고 있던 이 책을 입수하여 중국에 가지고 돌아와 영인한 것이다.

丹波元堅(1795~1857)은 일본의 고증학파의 대가인 丹波元簡(1755~1810)의 아들이며 『中國醫籍考』의 저자로 유명한 丹波元胤(1789~1827)의 동생이기도 하다. 丹波元簡은 『醫方類聚』를 소장하고 일본에서 재간행한 인물로서 丹波氏 집안은 『의방유취』와 깊은 인연을 가지고 있다. 이들 고증학파 의가들은 『의방유취』 안에서 『龍樹菩薩眼論』, 『耆婆五藏論』, 『千金月令』 등과 같은 이미 사라진지 오래된 의학문헌 30여 종을 채록해 내었는데 『식의심감』도 그중 하나이다<sup>34)</sup>.

森約之(1807~1885)는 字가 立夫이고 號는 伊織, 養竹, 枳園이다. 그는 일본 고증학파의 대표적인 儒醫이자 학자로서 『輯復本 神農本草經』, 『遊相醫話』 등 7종의 책을 간행하였고, 미간행 서적으로도 30여종의 서적을 남겼다<sup>35)</sup>.

29) 안상우, 김남일. 『醫方類聚』 총론의 체제와 인용방식 분석. 경희대 한의대 논문집. 199;22(1):86.

30) 『醫方類聚』 凡例 “一. 諸門內論及藥畢書後, 繼書食治禁忌導引”

31) 高麗 : 『의방유취』는 조선 초에 만들어진 의서인데, 이 글을 지은 羅振玉이 고려의 의서로 잘 못 알고 적은 것이다.

32) 朱大年 外 撰編, 『歷代本草精華叢書(一)』. 上海中醫藥大學出版. 1994.

“此書, 唐昝殷撰, 宋史藝文志著錄作二卷, 是此書至宋尚存, 今佚矣. 此本乃日本人從高麗醫方類聚中采輯而成, 雖不能復原本之舊然, 當已得其大半, 晁氏讀書志謂殷, 蜀人大中初著産寶, 以獻郡守白敏中. 今殷所撰産寶, 日本尚有影宋刊足本, 此書乃不得完帙可惜也. 光緒辛丑游日本, 得之東京, 卷端有靑山求精堂藏書書之記及森氏二印. 後有丹波元堅及森約之手, 識二則. 戊申正月上虞羅振玉記”

33) 朱大年 外 撰編, 『歷代本草精華叢書(一)』. 上海中醫藥大學出版. 1994.

“辛丑六月朔, 校讀於掖庭醫局, 是書論字殊多, 不敢臆改一依其舊云, 元堅識.”, “嘉永甲寅仲秋晦夜, 燈下校正一過, 約之.”

34) 안상우. [고의서산책136] 食醫心鑑. 민족의학신문 394호.

35) 하오위권(박현국 외 역). 『황한의학의 조망하다』. 청흥. 2010:332-339.

동방학회본의 내용을 『의방유취』와 비교해 보면, 『의방유취』에서 다른 서적과 비교하여 주석을 가한 부분은 빼 놓았음을 알 수 있다. 이상의 과정을 시대순으로 정리하면 <Table 1>과 같다.

Table 1. 시대 순으로 살펴본 『食醫心鑑』 복원 과정

연도	내용	관련 인물 및 기관
(未詳)	『醫方類聚』 일본 간행	丹波元簡(日)
1841	『醫方類聚』에서 『食醫心鑑』 조문을 채집여 복원	丹波元堅(日)
1854	『食醫心鑑』의 교정 및 소장	森約之(日)
1901	森約之 소장본 입수	羅振玉(中)
1924	北京의 東方學會에서 鉛印	羅振玉(中)
1990	歷代中醫珍本集成 가운데 하나로 影印 (上海三聯書店)	上海中醫學院中醫文獻研究所(中)
1994	歷代本草精華叢書 가운데 하나로 影印 (上海中醫藥大學出版)	朱大年 外(中)

『식의심감』의 복원 정황을 살펴보면, 우리나라에서는 『醫方類聚』 편찬 당시까지도 『식의심감』이 존재하였다고 볼 수 있다<sup>36)</sup>. 『식의심감』이 중국에서 元代 이후 자취를 감춘 이후에도 조선에서는 이 책이 전해져 『의방유취』 편찬에 사용되었던 것이다. 비록 『식의심감』이 중국에서 저술되어 간행된 서적이지만 그 지식을 중요시하고 후대에 전승한 것은 조선 의가들에 의해서인 셈이다.

(2) 의방유취에 실려 있는 식치의학 사상

의방유취에는 식치의학에 대한 다양한 논설들이 수록되어 있다. 이들 내용을 통해 조선 초 학자들이 생각했던 식

치에 대한 견해들을 살펴볼 수 있다.

① 약을 신중하게 사용해야 함

의방유취에서는 약을 신중하게 사용해야 한다고 강조하였다. 약은 질병이 있을 때 사용하는 것으로 질병이 치료된 것을 기준으로 약을 정지하고, 이후에 약을 쓰는 것을 경계하였다<sup>37)</sup>. 특히 병이 없을 때 약을 함부로 쓰는 것에 대해서는 온당치 않다고 보았는데, 병이 없을 때에는 적절한 음식과 생활의 절도, 마음의 수양 등을 약을 삼아야 한다고 강조하였다<sup>38)</sup>.

약을 신중하게 사용해야 한다는 경계는 약 사용에 대한 비유에서도 잘 드러난다. 『의방유취』에서는 약을 형벌에 비유하였다<sup>39)</sup>. 관리가 죄를 묻고 형벌을 주는 것이 의사가 병을 진단하고 약을 주는 것과 같다는 것이다<sup>40)</sup>. 이 때 무죄를 유죄로 오판하여 무고한 백성을 죽게 하기도 하고, 과도한 형벌을 주어 백성을 다치게 할 수도 있다. 이 때문에 형벌을 신중하게 사용해야 하며 약 또한 이 같이 신중해야 한다는 것이다.

약성이 강렬한 약을 사용하는 경우에는 특히 더욱 신중을 기해야 한다. 『의방유취』에서는 이를 병사를 부리는 것에 비유했다<sup>41)</sup>. 병사를 움직여 정벌을 보내면 많은 사상자를 낼 뿐 아니라 난폭한 병사들로 인해 격전지가 폐허로 변하기 일쑤이기 때문이다.

약의 사용할 때에 형벌을 주거나 병사를 부리는 것과 같이 신중을 기해야 하며, 병이 없을 때에는 약을 쓰지 말며 병이 있을 경우에도 나올 때까지만 약을 써야 한다는 이상의 설명은 간접적으로 치료와 양생에 있어서 食治의 중요

36) 辛承云. 「朝鮮初期의 醫學書 『食療纂要』에 對한 研究」. 서지학연구. 2008;40:133.  
 37) 『醫方類聚』 卷1 『總論』 聖惠方 論服餌 “凡服毒藥治病, 先起如黍粟, 病去即止, 不去倍之, 不去十之, 取去爲度”(毒藥을 복용해서 치료하는 것은 먼저 조그맣게 병이 일어날 때이니 병이 물러나면 (약을) 그친다. 병이 제거되지 않으면 약을 두 배로 하고, 계속 물러나지 않으면 그것을 열 배로 사용한다. 병이 물러나는 것을 기준으로 삼아 약을 그친다.)  
 38) 『醫方類聚』 卷2 『總論』 衛生寶鑑 無病服藥辨 “潔古老人云: 無病服藥乃無事生事, 此誠不易之論, 人之養身, 幸五臟之安泰, 六腑之和平, 謹於攝生, 春夏奉以生長之道, 秋冬奉以收藏之理, 飲食之有節, 起居而有常, 少思寡欲, 恬憺虛無, 精神內守, 此無病之時, 不藥之藥也”(潔古가 ‘병이 없는데 약을 먹는 것은 일이 없는데 일부터 일을 만들어 내는 것과 같다.’고 하였으니 참으로 바뀔 수 없는 말이다. 사람이 몸을 보양하여 다행이 오장이 편안하고 육부가 조화되었다면 섭생에 주의하여 봄과 여름에는 生長의 도를 받들고, 가을과 겨울에는 收藏의 도를 받들야 한다. 음식을 절도있게 먹고 생활을 규칙적으로 하며 생각을 적게 하고 욕심을 줄이며 마음을 허심하게 가져 정신을 안에서 지키는 것이 병이 없을 때의 약 아닌 약이다.)  
 39) 『醫方類聚』 卷2 『總論』 世醫得效方 集治說 “用藥如用刑, 一有所誤, 人命繫焉”(약을 사용하는 것은 형벌을 사용하는 것과 같아서 한 번 잘못이 있으면 사람의 생명을 구속하게 된다.)  
 40) 『醫方類聚』 卷3 『總論』 事林廣記 用藥效驗 “夫用藥如用刑, 刑不可誤, 誤即殺人, 用藥亦然, 一有不謹, 性命繫焉, 可不慎諸”(약을 사용하는 것은 형벌을 사용하는 것과 같다. 형벌은 잘못되어서는 안되는데 잘못되면 사람을 죽이기 때문이다. 약을 사용하는 것도 이와 같아서 한 번이라도 경계하지 않으면 사람의 생명을 구속하게 되니 경계하지 않을 수 있겠는가!)  
 41) 『醫方類聚』 卷12 『五藏食治』 千金方 序論 “藥性剛烈, 猶若御兵, 兵之猛暴, 豈容妄發”(약성이 강렬한 약은 병사를 부리는 것과 같이 해야 한다. 병사가 맹렬하고 난폭하니 어찌 함부로 보낼 수 있겠는가.)

성을 보여주고 있다.

② 用藥 이전에 食治함

藥을 신중하게 써야 한다는 생각은 用藥 이전에 食治해야 한다는 생각으로 확대되었던 것으로 보인다. 『의방유취』에는 질병 치료에 있어 음식으로 먼저 치료하고, 음식으로 감당할 수 없는 경우에 약을 복용시킨다는 설명이 등장한다<sup>42)</sup>. 다른 문장에서는 食治를 먼저하고 효과가 없을 때 비로소 약을 사용한다고 설명하면서 “食醫의 방법[食醫之法]”, “음식 치료[食療]”라는 개념을 명시한 것도 있다<sup>43)</sup>.

좋은 의사의 기준을 食治를 잘 쓰는 의사라고 설명하기도 하였다. 食治의 단계에서 질병을 잘 치료해 내어 用藥의 단계에 이르지 않게 하는 의사라는 것이다<sup>44)</sup>. 이 역시 질병의 초기에 食治의 중요성을 강조한 것이다. 이와 유사한 논조에서 약을 잘 쓰는 것이 食治를 잘 사용하는 것만 못하다고 설명한 곳도 있다<sup>45)</sup>.

③ 질병 치료 이후에 食養生이 필요함

『의방유취』에서는 치료 이후에 食治의 중요성을 강조하기도 하였다. 이것은 食養生의 개념과 유사하다. 치료 뒤에 사용하는 식치의 방법은 일반적인 음식, 특히 五穀을 충실히 섭취하여 쇠락해진 기운을 되찾는 것이다<sup>46)</sup>. 이는 체력

을 회복하고 병의 재발을 막기 위한 것으로 진정한 의미에서 補法이라고 할 수 있다.

食治의 방법에 따라 찬을 바꾸어 조리하는 방법도 보인다<sup>47)</sup>. 식치의 방법은 음식이 가진 四氣五味를 환자에 맞게 적절히 먹게하는 것이다.

4) 『食療纂要』와 『食醫心鑑』

『食療纂要』는 1460년 全循義(연대미상)가 저술한 의서로서 우리나라 최초의 식치 전문 의방서이다. 이 책의 저자 전순의는 『의방유취』 편찬에 참여하고 『침구택일편집』, 『산가요록』 등을 지은 당대 최고의 의학자였다<sup>48)</sup>.

『食療纂要』 저자 全循義는 자신의 서문에서 食治의 개념과 의의를 요약적으로 설명하였다. 그는 “사람들이 세상을 살아감에 음식이 먼저이고 약이 그 다음이다. …… 그러므로 옛 사람들이 병을 치료하는 방도를 세우는데 있어서 음식 치료[食療]를 먼저 사용하고 낫지 않은 뒤에야 藥으로 치료했다. 또 ‘양생과 음식의 효과가 약의 2/3에 달한다.’고 하였다. 또 ‘병을 치료하는데 마땅히 五穀, 五肉, 五果, 五菜로 치료해야지 어찌 마른 풀과 나무의 뿌리에 있겠는가.’라고 하였다. 이것으로 옛 사람들이 병을 치료할 때에 食療를 우선한 것을 알 수 있다.”<sup>49)</sup>고 적고 있다.

또 그는 “그러나 질병이 갑자기 닥칠 때에 여러 가지 처방을 살펴보기 어렵다. 때문에 臣이 『식의심감』, 『식료본초』,

42) 『醫方類聚』卷12 「五藏食治」千金方 序論  
“夫爲醫者，須先洞曉病源，知其所犯，以食治之，食療不愈，然後命藥”(의학을 하는 사람은 반드시 먼저 병의 원인을 밝게 알고 (환자가) 무엇을 범했는지를 알아 음식으로 그것을 치료해야 한다. 음식치료로 낫지 않은 뒤에야 약을 복용시킨다.)

43) 『醫方類聚』卷3 『總論』 壽親養老書 飲食調治  
“若有疾患，且先詳食醫之法，審其疾狀。以食療之，食療未愈，然後命藥，貴不傷其臟腑也。”(만약 질병이 있을 때에 먼저 食醫의 방법을 상세히 하여 그 증상을 살펴 음식으로 그것을 치료한다. 食療로 낫지 않은 뒤에야 약을 복용시켜 臟腑를 상하지 않게 하여야 한다.)

44) 『醫方類聚』卷12 「五藏食治」千金方 序論  
“食能排邪而安臟腑，悅神爽志，以資血氣。若能用食平痾釋情遣疾者，可爲良工。”(음식은 邪氣를 배척하여 臟腑를 안정시킬 수 있고, 神을 기쁘게 하고 志를 상쾌하게 하여 血氣를 기를 수 있다. 만약 음식을 사용하여 병을 평정하고 감정을 풀어서 질병을 몰아낸다면 良工이라고 부를 만하다.)

45) 『醫方類聚』卷3 『總論』 壽親養老書 食治養老序  
“凡老人有患，宜先以食治，食治未愈，然後命藥，此養老人之大法也。是以善治病者不如善慎疾，善治藥者不如善治食。”(노인의 병은 먼저 식이요법을 해 보고 낫지 않으면 약을 쓴다. 이것이 노인을 봉양하는 원칙이다. 그러므로 병을 잘 고친다는 것이 병을 신중하게 다루는 것만 못하고 약물 치료를 잘한다는 것이 음식으로 잘 치료하는 것만 못하다.)

46) 『醫方類聚』卷2 『總論』 儒門事親 七方十齊繩墨訂  
“善用藥者，使病去而五穀進者，眞得補之道也。”(약을 잘 사용한 사람은 병세를 물러나게 하고 五穀을 먹게 하는데 진실로 補의 정수를 얻은 것이다.)

47) 『醫方類聚』卷3 『總論』 壽親養老書 醫藥扶持  
“若身有宿疾，或時發動，則隨其疾狀，用中和湯藥調順，三朝五日，自然無事，然後調停飲食，依食醫之法，隨食性變饌治之，此最爲良也。”(만약 오래 묵은 질병이 때때로 도지면 그 병 증상에 따라 中和한 당약을 사용하여 조절하여 3~5일에 저절로 회복된 뒤에 음식으로 조리하는데, 食醫의 법에 의거하여 식성에 따라 찬을 바꾸어 치료한다. 이것이 가장 좋은 방법이다.)

48) 김영목, 윤종빈, 전병훈. 「全循義의 생애와 저술활동에 관한 연구」. 동의생리병리학회지. 2007;21(1):10-17.

49) 『食療纂要』序文  
“人之處世，飲食爲上，藥餌次之。……是以古人立方，先用食療，食療不愈，然後藥治。且云將食得力，大半於藥。又曰治病當以五穀五肉五果五菜治之，奚在於枯草死木之根莖哉。此古人治病，必以食療爲先，可知矣。”



『보결식료』, 『대전본초』 등의 방서에서 일상적으로 쓰이는 食治의 간단하고 편리한 처방을 살펴보고 뽑아 45문을 만들어 바치니 .....<sup>50)</sup>라고 하여 이 책이 『食醫心鑑』, 『食療本草』, 『補闕食療』, 『大全本草』 등을 바탕으로 하였음을 알 수 있다.

『식료찬요』 역시 『식의심감』의 식치방들을 다수 수록하고 있다. 『의방유취』의 『식의심감』 조문과 『식료찬요』의 식치방 내용을 비교해본 결과 모두 78개의 처방이 있었다. 『식료찬요』에 모두 421수의 식치방이 실려 있으니 압도적인 비율이라고는 할 수 없다. 그러나 『향약집성방』를 보면 『의방유취』에 포함되지 않은 『식의심감』 조문들이 있음을 확인할 수 있다. 따라서 『식료찬요』가 『식의심감』의 원문을 참고하였다고 가정하였을 경우 지금으로서는 확인할 수 없지만 더 많은 조문들이 『식의심감』의 식치방을 인용하였을 가능성이 있다.

### III. 맺음말

음식으로 질병을 치료한다는 것은 동아시아 의학사에서 매우 보편적인 정서이다. 하지만 지식은 당시 사람들의 관심에 따라 늘어나거나 줄어들게 마련이며, 식치에 대한 관심 역시 역사적으로 그런 변화를 겪어 왔다.

지금까지 살펴본 바에 따르면, 여말선초에 만들어진 대표적인 의방서들은 방식이나 정도의 차이는 있을지언정 『식의심감』의 지식을 충분히 수용하고 있었다. 『식의심감』의 내용을 싣고 있는 것만으로 책의 편자들이 식치에 관심을 가졌다고 추측할 수 있는 것은 식치의학에서 『식의심감』이 실질적으로 최초의 식치 전문 ‘의방서’이기 때문이다.

『식의심감』이 중국에서는 이미 元代 이후에 실전되었으나, 조선에서는 조선 초기까지 전해지고 있었다는 점, 그 내용이 여말선초 의서들에 수록되었다는 점은 여말선초 사회가 식치에 지대한 관심을 가지고 있었음을 보여준다. 『의방유취』에서 食治를 치료의 한 부분으로 비정하고 『식료찬요』라는 식치 전문서가 완성된 것은 이런 당시의 의학적

분위기를 전제한다면 매우 자연스러운 결과이다.

지금까지 여말선초 의학을 규정하던 향약의학이 ‘지역성’, ‘약재의 특성’을 기준으로 삼고 있다면<sup>51)</sup>, 식치의학은 ‘치료의 방법’ 자체에 초점을 맞추고 있다. 물론 당시에는 음식으로 먹기 위해서는 주변에서 쉽게 구할 수 있는 재료들이어야 했을 것이다. 따라서 식치의학이 향약의학과 어느정도 중첩되는 영역을 가질 수밖에 없다. 지금까지 식치의학이 향약의학에서 분리되지 못한 채 있었던 것은 바로 이러한 점 때문이다.

하지만 향약의학에서 식치의학을 분리하고, 향약의학과 더불어 식치의학이라는 관점에서 여말선초의 의학을 평가한다면 보다 다양한 논의들이 가능할 것이다. 새로운 시선은 새로운 측면을 조망할 수 있기 때문이다. 이에 본 연구는 여말선초에 만들어진 『비에백요방』, 『향약집성방』, 『의방유취』, 『식료찬요』에 『식의심감』의 식치의학 지식을 중요하게 인용하고 있다는 점을 통해 여말선초 의학을 향약의학 이외에 식치의학이라는 관점에서 바라볼 수 있을 것이라는 가능성을 제시하는 바이다.

### 감사의 글

본 연구는 2012년도 한국한의학연구원 ‘한의문헌 창의적 해석을 통한 미래지식보급 구축’(K12110)의 지원을 받아 수행되었습니다.

### 참고문헌

1. 강연석. 『『鄉藥集成方』의 향약의학 연구』. 경희대학교 대학원. 2006 : 4.
2. 김영목, 윤종빈, 전병훈. 「全循義의 생애와 저술활동에 관한 연구」. 동의생리병리학회지. 2007 ; 21(1) : 10-7.
3. 김종덕. 『식료찬요』. 수원 : 에스민. 2006 : 21.

50) 『食療纂要』 序文  
 “雜然臨病念遽之際, 難考諸方, 故臣以『食醫心鑑』 『食療本草』 『補闕食療』 『大全本草』 等方, 考選常用食治簡易之方, 爲四十五門以進, ……”  
 51) 강연석은 “각 시기에 따라 한민족의 국가 영토 안에서 생산되거나 제배가능한 藥材를 鄉藥으로, “鄉藥을 그 대상으로 하는 본초학”을 鄉藥本草로, “향약을 중심으로 처방을 구성하여 치료하는 의학”을 鄉藥醫學으로 정의한 바 있다. 강연석. 『『鄉藥集成方』의 향약의학 연구』. 경희대학교 대학원. 2006:4

4. 김진희, 안상우. 『비예백요방』에 나타난 천인관과 의학관. 서지학연구. 2009 : 235-61.
5. 辛承云. 「朝鮮初期의 醫學書 『食療纂要』에 對한 研究」. 서지학연구. 2008 ; 40 : 133.
6. 안상영, 이민호, 표보영, 하정용, 안상우. 「食治의 개념 정립 및 적용 이론의 이해」. 한국한의학연구원논문집. 2008 ; 14(2) : 27-33.
7. 안상우 외. 『역대 한국의학 문헌의 복원 연구 II』. 한국한의학연구원. 2009 : 3.
8. 안상우, 김남일. 「醫方類聚 총론의 체제와 인용방식 분석」. 경희대 한의대 논문집. 1999 ; 22(1) : 86.
9. 안상우. [고의서산책136]食醫心鑑. 민족의학신문 394호.
10. 안상우. 「고려의서 『비예백요방』의 고증」. 서지학연구. 2001 : 325-50.
11. 안상우. 「東醫寶鑑속의 食治研究」. 2010년도 제2회 韓日 학술교류 약선 세미나 자료집. 2010.
12. 안상우. 『『의방유취』에 대한 의사학적 연구』. 경희대학교 대학원. 2000 : 48.
13. 오준호. 「여말선초 식치의학과 『식의심감』」. 제16회 한국의사학회 학술대회 발표집. 2010 : 3-11.
14. 이미숙. 「高麗時代 技術官의 役割」. 한국사상과 문화. 2010 ; 52 : 102-3.
15. 李泰浩(編). 『鄉藥集成方』. 서울 : 행린출판사. 1977.
16. 陳連開. 「중국 食餌療法 이론 변천사」. 한국식생활문화학회지. 1998 ; 13(2) : 73-81.
17. 최환수, 신순식. 「『醫方類聚』의 인용서에 관한 연구(1)」. 한국한의학연구원논문집. 1997 ; 3(1) : 17-40.
18. 하오위첸(박현국 외 역). 『황한의학을 조망하다』. 서울 : 청흥. 2010 : 332-9.
19. 朱大年 外 撰編. 『歷代本草精華丛书(一)』. 上海 : 上海中医药大学出版. 1994.
20. 曹炳章 外 編. 『中国医学大成(28卷)』. 上海 : 上海科学技术出版社. 1990.
21. 曹瑛. 「中医食疗发展史简介」. 中国民间疗法. 2001 ; 9(3) : 46-7.
22. 龍伯堅(編). 『黃帝內經素問譯釋』. 天津 : 天津科学技术出版社. 2004 : 330.
23. 刘朴兵. 「试论唐宋食疗学的发展」. 农业考古. 2008 ; (4) : 226-57.
24. 謝海洲, 馬繼興. 『食疗本草』. 北京 : 人民卫生出版社. 1984 : 158-70.
25. 上海中医学院中医文献研究所. 『歷代中医珍本集成(十九)』. 上海 : 上海叁联书店. 1990.
26. 孙思邈. 『孙真人千金方』. 北京 : 人民卫生出版社. 1996 : 322-44.
27. 盛增秀, 陈勇毅, 王英(编). 『医方类聚(重校本)』. 北京 : 人民卫生出版社. 2006.
28. 국사편찬위원회. 『朝鮮王朝實錄』(<http://sillok.history.go.kr/main/main.jsp>)