

全循義의 의학사상과 저작내용에 관한 소고

윤종빈¹ · 전병훈² · 김영목*

원광대학교 한의과대학 한방병리학교실, 1: 충남대학교 문과대학 철학과, 2: 원광대학교 한의과대학 병리학교실

Study on Medical Thoughts of Writing Works of Jeon Sun Eui

Jong Been Yoon¹, Byung Hun Jeon², Yeong Mok Kim*

Department of Oriental Pathology, College of Oriental Medicine, WonKwang University,

1: Department of Oriental Philosophy, College of Liberal Arts, ChungNam University,

2: Department of Pathology, College of Oriental Medicine, WonKwang University

This study searched the medical thought of Cheon Sun Eui (全循義). The relevance of his writings with the modern Korean Traditional Medicine, the science of food and nutrition, and the living science. His medical philosophy which was expressed in SikRyoChanYo(食療纂要), SanGaYoRok(山家要錄), ChimGuTaekIlPeonJip(鍼灸擇日編集), etc., was investigated. The results was summarized as follows; First, he emphasized the importance of food in the therapy of disease. The purpose of SikRyoChanYo(食療纂要) was to describe the food therapeutics before using drugs for treatment of diseases and stress the prevention of illness using foods. Second, he mentioned the science of breeding of plants and the method of food storage in his writing, SanGaYoRok(山家要錄). In this writings, the method of preparing and processing foods, storage of foods, fermentation of foods, the science of breeding of plants, etc., was mentioned. So, he could be called as a scientist. Also, he stressed the importance of food in maintaining health and curing illness in this book. Third, he wrote the good and bad luck of time and the day of getting away from the bad luck when the acupuncture and moxibustion was performed. In ChimGuTaekIlPeonJip(鍼灸擇日編集), he reflected together the energy changes of nature and body in performing therapeutics.

Key words : medical thought of Cheon Sun Eui (全循義), SikRyoChanYo(食療纂要), SanGaYoRok(山家要錄), ChimGuTaekIlPeonJip(鍼灸擇日編集)

서 론

한의학의 여러 발병 과정 중에서 기본이 되는 것은 『素問』 「刺法論」 “正氣存內 邪不可干(인체 내에 질병을 막아내는 정기가 있으면 질병을 일으키는 邪氣가 침범하지 못한다.)”¹⁾ 혹은 『素問』 「評熱病論」 “邪之所湊 其氣必虛(질병을 일으키는 邪氣가 모여든다는 것은 그 곳에 질병을 막아내는 정기가 부족하기 때문이다.)”²⁾라고 하여 정사상쟁의 과정에서 외적인 병인과 내적 요인인 몸 사이의 관계에서 병이 발생한다고 보았다. 그러나 이때에 외적인 병인보다는 내적인 인간의 몸의 상태를 더 중시하는 것이 한의학의 병인론과 발병론 특징이다. 따라서 의사가 상대해야 할 가장 중요한 대상은 병보다 오히려 우리 ‘몸’ 이라는

것을 강조하는 것이다.

어떤 객관적인 병인이 존재한다고 해도 그 자체가 질병과 동일하지는 않고 반드시 內在的 條件과 합치하여야 病이 된다. 『素問』 「評熱病論」에 “邪之所湊 其氣必虛”라 함이 그것인데, 이와 같이 正氣라는 人體의 內在的 素因을 중시하는 것이 한의학의 중요한 특징이다.

이와 같은 원리에 근거하여 몸에 유익한 음식의 올바른 섭취가 질병을 예방하고 치료하는 전제조건으로 작용하는 것으로 인식하여 음식을 바로 질병을 예방하는 약물과 동일시하였다. 이러한 한의학적 병인관에서 출발하여 한의학에서는 『醫食同源(약과 음식은 근원이 같다)』이라는 명제가 성립되었다고 볼 수 있다. 따라서 대부분의 한의학 고전에서 약을 쓰기 전에 먼저 항상 먹는 음식물을 사용하고, 그것으로 안 될 때 약을 사용하라고 하여 음식과 별로 다를 바 없는 천연적인 약마저도 함부로 쓰지 않고, 철저히 인체의 기운을 상하지 않고 보존하는 길이 곧 올바른

* 교신저자 : 김영목, 전북 익산시 신용동 344-2, 원광대학교 한의과대학

· E-mail : bosong@wonkwang.ac.kr, · Tel : 063-850-6840

· 접수 : 2007/03/12 · 채택 : 2007/04/13

의학의 길임을 가르치고 있다는 사실이다.

인간의 몸은 그대로 둔 채 약물로부터 해결책을 찾으려던 이제까지의 사고와 행동을 과감하게 지양하고 생각을 바꾸어 몸을 개조하려는 노력을 하여야 한다. 이러한 몸과 질병에 대한 새로운 인식의 전환이 필요한 때에 全循義의 저서가 발굴되어 그 가치와 사상이 높게 평가받고 있다.

최근 발굴된 全循義의 『山家要錄』과 『食療纂要』에 의하면, 그는 한지와 온돌을 이용하여 온실을 만들어 식품을 저장할 수 있도록 했는데, 이것은 서양보다 150 여년이나 앞선 것으로 동양에서도 최고의 기록으로 평가받고 있다.³⁾ 그리고 『食療纂要』는 음식으로 질병을 치료하는 처방을 모아 놓은 책으로 음을 달아 누구나 알아 볼 수 있도록 대중화시킨 현대생활에서의 예방의학에 바탕한 식이요법⁴⁾이라 할 수 있다. 그리고 『鍼灸擇日編集』은 그보다 150여 년 후의 『東醫寶鑑』의 저자인 許浚(1546~1615)과 『鍼灸經驗方』의 저자인 許任(1570~?1647)의 鍼灸學에 영향을 끼친 조선 초기 최고의 침구서라 할 수 있다.

이에 저자는 조선 초기의 宮中御醫이면서 과학자라 할 수 있는 全循義의 저서를 통해 연구해 보는 것이 그 나름대로 상당한 의의를 가지고 있을 것이며, 아울러 한의학계 뿐만 아니라 현대인의 몸과 질병에 대한 인식을 새로이 하여 예방의학적 인식에 도움을 줄 수 있을 것으로 사료되어 그의 저서인 『鍼灸擇日編集』(1447년(세종 29년)), 『山家要錄』(1450년 추정), 『食療纂要』(1460년(세조4년))를 중심으로 연구해 보고자 한다.

본 론

1. 생애와 저작내용

전순의의 생애와 저술의 내용에 대한 관심은 최근에 들어와서 의학적인 면뿐만 아니라 식의학적 면과 생활과학적인 면 그리고 침구의학적인 면, 의사학적인 면 등에서 새롭게 조명되고 있다. 전순의는 『食療纂要』의 序文에서 “古人이 처방을 세우는데 먼저 음식으로 치료하는 것을 우선으로 하고, 음식으로 낫지 않으면 약으로 치료한다고 하였으며, 음식의 치유력이 藥보다 절반 이상이 된다고 하였다. 또 말하기를 병을 치료하는데 당연히 오곡, 오육, 오과, 오채로서 치료를 해야 하는데 어찌 마른 풀과 죽은 나무의 뿌리에 치병의 힘이 있겠는가! 이것으로 보아도 古人이 병을 치료하는데 음식을 우선으로 하는 이유를 알 수 있다.”라고 하여 음식이 질병을 예방하고 치료하는데 있어서 중요한 요인으로 작용한다고 확신하고 있음을 알 수 있다. 현대사회에서 식이요법의 중요성이 강조되고 있는 현실에서 볼 때 『食療纂要』(1460)는 현존하는 고서 가운데 우리나라 최고의 식이요법서라 할 수 있다.

또한 1400년대의 중반기에 쓰였을 것으로 추정되는 『山家

要錄』은 농사짓는 법, 음식의 조리법, 식품저장법, 술을 빚는 방법 등이 기록되어 있고, 또한 冬節養菜 편에 적혀 있는 한지를 이용한 기름종이로 온실을 만드는 법은 세계 최초의 온실이라고 알려져 있다. 전순의는 어의로서의 신분이지만 과학적인 지식의 소유자로서 생활과학적인 방면에 관심을 가지고 의학과 식품영양의 불가분의 관계를 잘 인식하고 있었던 같다.

또한 『鍼灸擇日編集』은 그보다 150여년 후의 허준과 허임의 침구의학에 영향을 끼친 조선 초기 최고의 침구문헌이다. 이것은 세종의 명에 따라 전순의와 김의손이 공동으로 쓰고, 사직 김예몽이 序文을 쓴 것이다. 序文에 “醫道에는 두 가지가 있는데, 그 하나는 藥餌요, 다른 하나는 鍼灸이다. 그리고 병을 쉽게 치료하는 방법 중 침구보다 묘한 시술은 없다.”라고 하고 또한 “『鍼經』에 이르기를 “때를 얻어서 침을 놓으면 그 병을 고칠 수 있으나, 그 때를 놓쳐서 刺針을 하면 병을 고치기 어렵다.”라고 한 것은 침구의 방법은 침을 놓는 시기를 가리는 것이 제일 중요할 것이다.”라고 하여 鍼灸擇日의 방법이 吉凶業에 종사하는 사람에 의존하는 것이 아니라 질병의 經過의 時期를 잘 선택하여 施鍼하는 것이 중요하다고 강조하였다.

전순의는 30 여 년간 궁중 어의로서 활동하였기 때문에 『조선왕조실록』(세종·문종·단종·세조)에서 찾을 수 있다. 생존 당시의 활동내용으로는 세종 대에 4건, 문종 대에 6건, 단종 대에 28건, 세조 대에 19건 등 총 57건의 기록이 보이며, 실록에 나타난 전순의의 생애의 첫 기록은 1440년(세종 22년)에 세종이 금성대군의 쾌유에 공이 있는 의원들에게 상을 주었다는 내용으로 시작해서 1446년(세조12년) 12월에 노사신 등과 더불어 궐내에서 大獵圖 놀이를 한 것을 끝으로 그의 기록은 찾기 어렵다. 1440년 금성대군의 간병에 관여한 때의 全循義 나이는 대략 20대 후반 정도였을 것이라는 추정이 가능하다. 그리고 5년 후 1445년(세종 27년)에 『醫方類聚』를 편찬 완성하는데 실질적인 작업을 수행하였다. 이 때 노중례는 전순의를 중심으로 한 崔閔·金智 등이 편집한 내용을 감수하는 역할을 했다. 이처럼 『醫方類聚』(365권)이 완성되기까지는 세종의 적극적인 의술장려 정책과 집현전 학자인 金禮蒙, 柳誠源, 閔普和, 金汶, 辛碩祖, 李芮 등의 학자와 전문지식을 갖춘 의관 全循義, 崔閔, 金智 등의 공동 참여로 총 3년 여에 걸친 작업을 통해 365권의 방대한 의서가 완성되기에 이르렀다.⁵⁾

『醫方類聚』를 완성한지 2년 후(1447년) 정월에 全循義는 金義孫과 함께 『鍼灸擇日編集』을 저술하였다. 1449년 12월에는 동궁을 제대로 치료하지 못한 문책으로 직첩을 빼앗기고, 조교로 강등되는 시련을 겪었다. 같은 해에 『山家要錄』⁶⁾을 편찬했을 것이라는 추정이 가능하다. 『鍼灸擇日編集』을 편찬한 지 2년이 경과했기 때문이다.⁷⁾

5) 한국한의학연구원, 지식정보자원웹서비스, 『醫方類聚』「解題」.

6) 『山家要錄』은 2001년 말 계명대 김용원 교수와 우리문화기부기회의 이훈석씨가 우연히 폐지더미에서 발견한 후 김영진(한국농업사학회 명예회장)에게 해제를 의뢰해 와 새롭게 그 가치를 인정받은 종합농서이다. 이 책은 현재까지 밝혀진 한국 종합농서 중 가장 오래된 농서이며, 그 중에 식품부분은 현존하고 있는 식품서 중 최초의 식품고전이라고 풀이된다(김영진, 『山家要錄』 해제, 고농서국역총서8, 농촌진흥청, 2004, 6쪽).

1) 山東中醫學院, 河北中醫學院 校釋, 黃帝內經素問校釋, 북경, 人民衛生出版社, 1982.

2) 상계서.

3) 신승운, 어의 전순의 - 식이요법 연구에 새로운 이정표 기대 -, 전북중앙신문, 2003. 11. 19(수), 7면.

4) 상계서.

그에 대한 평가는 의관으로서의 활동뿐만 아니라 이상 4가지의 저술을 통해 의학과 생활과학의 실천자라고 요약할 수 있으며, 조선초기 중국의학의 절대적 영향 하에서 향약을 세우는데 일조하고, 한국의학계를 탈중국화시키는데 이바지했다고 볼 수 있다. 다음으로는 全循義의 저작 중에 『食療纂要』, 『山家要錄』, 『鍼灸擇日編集』을 중심으로 그의 의학사상과 의학내용을 고찰하기로 한다.

2. 著作에 나타난 의학사상

表 1. 全循義의 著書에 關連된 朝鮮王朝實錄의 內容⁸⁾

왕력	서기	간지	연호	연령	기사
					出生年 未詳
	22년	1440	庚申	正統5	○ 6월, 금성대군의 폐유에 따라 楊弘遠, 全仁貴, 金智 등과 함께 옷 한 벌을 하사받음.
	27년	1445	乙丑	正統10	○ 10월, 『醫方類聚』(365권) 완성. 전순의는 崔閔·金智 등과 함께 편집작업에 참여함. 이 때 첨지중추원사인 盧仲禮가 감수를 함.
세종	29년	1447	丁卯	正統12	○ 1월, 조선 침구학의 선구격인 『鍼灸擇日編集』을 金義孫과 共著. 이 책의 서문은 집현전 부교리인 金禮蒙이 씀.
	31년	1449	己巳	正統14	○ 5월, 왕명에 따라 興天寺에 머물고 있는 日本僧 崇泰의 시술을 金智·邊漢山 등과 함께 6시간 동안 지켜보고, 돌아왔는데 그 시술이 자못 호험이 있었다. ○ 12월, 동궁을 제대로 구료치 못한 문책으로 직첩이 환수되고, 내의원 조교로 강등됨. ○ 『山家要錄』을 편찬(주장)
세조	6년	1460	庚辰	天順4	○ 11월, 『食療纂要』의 序文을 씀.
	12년	1466	丙戌	成化2	○ 12월, 노사신 등과 더불어 켈내에서 大獵圖 놀이를 함. ○ 全循義의 卒年 未詳

1) 食療纂要에 나타난 食醫學의 내용

『食療纂要』는 김휴(金休, 1597~1638)의 『海東文獻總錄』을 통해 그 존재가 알려졌으며, 崔世珍의 『訓蒙字會』에도 『食療纂要』에서 인용한 문장이 보인다. 또한 일본의 『醫學院學範』에도 『食療纂要』의 책명이 나온다. 그러나 안타깝게도 그간 실물이 발견되지 않아 실전된 것으로 알려져 있었다. 그러다가 근래에 다행히 발견되어 그 내용이 알려지게 되었다. 『食療纂要』라는 제목은 世祖가 직접 내린 것으로, 개인 저작에 왕이 이름을 내린 것은 이례적인 일이다. 비록 전순의 개인의 저작이지만 그 의의가 큰 서적이었다는 사실을 알 수 있다.⁹⁾ 『食療纂要』의 책명에서 알 수 있듯이 이 저서의 저술목적은 食療에 있다는 것이다. 그러면 食療란 무엇인가? 食療는 食治이다. 말하자면 음식으로 病證을 치료하는 치료법이다. 따라서 『食療纂要』의 著作目的이 바로 음식물로서 질병을 치료하는데 있다는 것이다.

그러면 『食療纂要』의 내용을 의학적으로 풀이하기 전에

序文에 나타난 『食療纂要』의 저술목적은 먼저 알아보고 본문의 내용 중에 특징적인 부분을 발췌해서 알아보기로 한다.

『食療纂要』序에 “사람이 세상을 살아감에 음식이 으뜸이고 藥餌가 그 다음이 된다. 時宜에 맞게 風寒暑濕의 사기를 막아 주고 음식과 남녀관계에 절도를 지킨다면 병이 어떤 연유로 생기겠는가? 그러나 간혹 사계절이 순서를 어겨 평온한 날이 오히려 적고 어지러운 날이 오히려 많으면 어찌 乖戾之氣(溫疫病의 病因)에 감염되지 않는 사람이 있겠는가! 그러므로 古人이 처방을 만드는데 먼저 음식으로 치료하는 것(食療)을 우선으로 삼고, 음식으로 치료가 되지 않으면 약으로 치료한다고 하였으며, 또 이르기를 음식섭취로 얻는 힘이 약에 비하여 절반 이상이 된다고 하였다. 또 말하기를 병을 치료하는데 당연히 五穀, 五肉, 五果, 五彩로 다스려야 하는데 어찌 마른 풀과 죽은 나무의 뿌리에 있겠는가! 이와 같이 古人이 병을 치료하는데 있어서 반드시 음식으로 치료하는 것(食療)을 우선으로 삼는 이유를 알 수 있다. 삼가 우리의 임금(聖上)께서 神農, 黃帝, 岐伯, 扁鵲의 신묘함을 祖述하시고, 항상 백성들의 종기와 宿病의 고통을 불쌍하게 생각하시어 매년 여러 의원들이 음식으로 치료하는 방법(食治)을 쓰지 않는 것을 警戒하시니 이것은 醫家들이 잊지 못하는 바이다. 그러나 질병이 급하게 변하는 때에 여러 처방을 살펴보기 어렵기 때문에 臣이 『食醫心鑑』¹⁰⁾, 『食療本草』¹¹⁾, 『補闕食療』, 『大全本草』 등의 方書에서 常用하는 음식 치료법으로 간편하고 쉬운 처방을 살펴보고 골라서 45門을 만들어 바치니 임금께서 食療纂要라 이름을 내리시고 이어서 다시 서문을 쓰라고 명하셨다. 또한 교서에 이르기를 이 方書 중에 사용하는 곡식, 고기, 채소, 과일이 비록 항상 먹는 음식물이라 하여도 그 이름과 실체가 서로 혼동되어 뒤바뀌어 와전될까 걱정되기 때문에 各門의 음식물 아래에 혹 正音을 붙여 사람들이 이것을 보고 사용할 때 분명하게 의심하는 바가 없도록 교시하셨다. 임금께서 널리 베풀고 백성을 구제하시려는 뜻이 지극하고 극진하다.

天順 4년(1460년) 庚辰年 겨울 11월에 嘉靖大夫 行龍驤衛 上護軍 臣 全循義는 拜手稽首(두 손을 맞잡고 머리가 땅에 닿도록 절은 한다는 뜻)하고 삼가 서문을 쓴다.¹²⁾”라고 하여 음식과 약물의 중요성을 서로 비교하여 평가하고, 약물보다는 음식으로 질

10) 『漢醫學大辭典』, 『醫史文獻編』, 漢醫學大辭典編纂委員會 1985 東洋醫學研究院出版部 서술 : 식의법서로 唐代 段段의 撰으로 대략 9세기 중기에 이루어졌음. 서중에서 식물약품을 위주로 조성한 약방을 써서 각종 질병을 치료함. 原書가 송대까지는 있었으나, 그 후에 실전되었음. 현존하는 책은 日人이 『의방유취』에서 뽑아 낸 것이다.
11) 상계서 : 書目이 舊唐書의 藝文志에 있음. 3권으로 唐代 孟詵이 찬함. 본서는 食物로서 療病에 쓸 수 있는 것들을 기술한 전문서임. 原書는 이미 없어졌고 佚文이 『證類本草』, 『醫心方』 等書에 보임.
12) 『食療纂要』序 人之處世, 飲食爲上, 藥餌次之. 雖曰如此風寒暑濕禦之以時飲食男女節之以限病何由生. 然或四時失序平日尙小亂日尙多, 豈無人感乖戾之氣乎. 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. 恭惟我聖上祖述農黃岐扁之妙, 常懷恤民揚病之苦, 每勅諸醫不用食治之法, 此醫家之所不忘也. 難然臨病念遠之際, 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, 賜名曰食療纂要仍命序之. 又教曰是方之中所用穀肉菜果, 雖是恒食之物名實互紊恐其舛訛, 故各門物類之下或附以正音, 使人人見之了然用之無疑于以見. 聖上博施濟衆之道至矣盡矣. 天順四年庚辰冬十一月嘉靖大夫行龍驤衛上護軍臣全循義拜手稽首謹序.

7) 전순의, 『山家要錄』, 김영진 해제, 고농서국역총서8, 농촌진흥청, 2004, 7쪽.
8) 김영복, 윤종빈, 전병훈, 전순의의 생애와 저술활동에 관한 연구, 동의생리병리학회지 제21권 1호, 2007, 10-17쪽
9) 『한국식경대전』(향문사, 1998) 전순의 저, 김종덕 역 『(고농서국역총서9) 食療纂要』(농촌진흥청, 2004)

병을 치료하는 자연요법을 중시하고 있음을 알 수 있다.

『食療纂要』의 序文을 보면 “이런 까닭에 옛사람들이 처방을 세움에 먼저 음식으로 치료하고, 낫지 않으면 그 이후에 약으로 치료하였다.”라고 하면서 食治의 중요성을 강조하였다. 또한 서문에는 『食醫心鑑』, 『食療本草』, 『補闕食療』, 『大全本草』를 바탕으로 항상 사용할 수 있는 간단한 처방들을 위주로 뽑아 저술하였다고 밝히고 있다.

또한 『食療纂要』는 조선시대 각 약물의 한의학적 효능과 함께 식품을 통한 질병 예방법등을 담고 있어 농학과 한의학을 접목시킨 대표적인 식이요법서로 알려져 있다. 또한 『食療纂要』는 이처럼 생활 주변에서 쉽게 구할 수 있는 음식으로 질병을 치료하는 방법을 상세하게 실고 있다. 그러나 外感 질환을 앞에 두고 꾸며졌던 기존 의서의 차례를 바탕으로, 다발하는 중요한 질환을 중심으로 보완하려는 모습이 보인다. 일반 병증뿐만 아니라 骨蒸熱, 癰疽, 痔疾, 부인질환, 소아질환 등 의학 전반의 질환을 모두 망라하고 있어 단순한 민간치료서 이상의 의미를 가지고 있다.¹³⁾

『食療纂要』는 45 門으로 나누어져 있는데 이를 관련 증상 별로 나누어 나열해 보면 다음과 같다. (1) 諸風 (2) 傷寒 (3) 心腹痛 附脇痛 (4) 咳嗽 附喘 (5) 脾胃 附反胃 (6) 腰痛 附脚氣濕痺四肢 (7) 眼目 (8) 耳鼻 (9) 咽喉 附口舌 (10) 五噎 (11) 諸氣 (12) 諸虛 (13) 諸暑 (14) 諸熱 附不得眠 (15) 嘔吐 附咳逆 (16) 霍亂 附轉筋吐逆 (17) 黃疸 (18) 水腫 (19) 諸渴 (20) 脹滿 (21) 積聚 (22) 酒病 (23) 諸血 (24) 骨蒸勞 (25) 泄瀉 (26) 諸痢 (27) 諸淋 (28) 蟲毒 (29) 大便不通 (30) 小便不通 附小便數 (31) 諸汗 (32) 諸痔 (33) 骨鯁 (34) 諸瘡癩 附丹毒 (35) 癰疽 附肺癰 (36) 癭瘤 附瘰癧 漏瘡 (37) 墜墮損傷 (38) 犬咬 附獠犬咬虎咬馬毒 (39) 諸蟲傷 (40) 婦人諸疾 (41) 妊娠諸病 (42) 產後諸病 (43) 落胎半產 附胎衣不下 (44) 小兒諸病 (45) 驚癇 附癲狂 이들 각 門은 증상에 따라 다시 세부條文으로 나뉘어지는데, 여기에서 증상에 따른 음식 치료를 자세히 설명하고 있다.¹⁴⁾ 이 가운데 각각의 門에서 대표적이면서 일상적으로 많이 응용되고 있다고 생각하는 병증의 예를 가지고 고찰해보기로 한다.

諸風門에 “노인이 중풍에 걸려 口眼이 떨리고 煩悶하고 불안한 것을 치료하려면 껌질 벗기고 자른 우엉뿌리(牛蒡根)1되를 햇빛에 말린 다음 절구에 찧어 분말로 만들고 흰쌀(白米) 4홉을 깨끗이 씻어 갈아 둔다. 우엉분말로 수제비(膊飩)를 만들어 된장국물(豉汁)에 넣고 삶되 과, 산초, 양념(五味), 고깃국(臠頭)을 넣어 공복에 먹는다. 항상 복용하면 매우 효과가 좋다.”¹⁵⁾라고 하여 노인중풍에 거풍시키는 효과가 있는 우방근과 노인의 원기부족으로 인한 측면을 고려하여 원기를 보할 수 있는 고깃국과 흰쌀밥으로 食治를 하였다고 본다.

傷寒門에 “傷寒에 걸려 오한과 발열이 나고 骨節疼痛한 증

상을 치료하려면 파를 잘게 썰어 탕으로 끓여 먹거나 혹은 국이나 죽으로 만들어 먹는다.”라고 하여 傷寒病의 惡寒, 發熱, 肢節疼痛의 증상인 風寒感冒에 辛溫解表시키는 葱白을 위주로 음식을 해서 먹는 것으로 이는 한의학 처방의 기본 처방을 잘 응용하는 것으로 본다.¹⁶⁾

脾胃 附反胃門에 “脾胃의 氣가 허약하여 음식을 많이 먹지 못하고 몸이 저리고 마르는 증상을 치료하려면 누런 암탉(黃雌鷄)살고기 5량, 흰 밀가루 7량, 잘게 자른 葱白 2홉을 준비하고 고기를 잘게 썰어 만두(餛飩)를 만든 다음 산초, 간장, 양념(五味)을 발라 삶아 익혀 공복에 먹는다. 하루에 1번씩 먹으면 臟腑에 도움이 되고 얼굴빛에 윤택이 난다.”라고 하여 비위의 기는 中土에 해당하는 臟器로서 색으로는 노란색에 해당한다. 그래서 누런 닭으로 補氣하는 처방으로 치료한다.¹⁷⁾

脾胃 附反胃門에 “中陽을 따뜻이 하며 기운을 북돋아 주고脾胃의 氣를 기르며, 骨髓를 채우려면 소고기(牛肉)를 보통 방법과 같이 요리하여 먹는다.”라고 하는데, 소고기는 기미가 따뜻한 약성을 가지고 있어 속이 한랭한 사람에게 유익하여 中陽이 虛冷한 병증에 사용하는 대표적 肉類에 속한다. 따라서 溫中益氣의 처방의 대표적 음식물이다.¹⁸⁾

眼目門에 “肝臟이 허약하여 먼 거리를 보기 힘든 것을 치료하려면 껌질(膜)을 벗긴 돼지 간(豬肝)1개를 잘게 썰고 葱白 한줌을 뿌리를 제거하고 잘게 자르고 계란(鷄子) 3개를 준비한다. 된장국물(豉汁)에 넣어 끓여 국을 만들고 익으려고 할 때 계란을 깨뜨려 넣고 먹는다.”라고 하는데 이는 간의 생리병리적 특성을 잘 이용한 식이요법이라 할 수 있다. 간은 장혈을 하는 생리적 특성을 가진 장기이며, 만약 장혈기능이 부족하면 視物不清이나 眩暈 등의 증상이 나타나며, 體陰而用陽이라는 병리적 특성 때문에 여러 가지 간의 병증이 나타난다. 이때에 豬肝의 혈분을 섭취하여 보혈하는 처방으로 치료하는 음식으로 질병을 치료하는 전형적인 食治의 방법이라 할 수 있다.¹⁹⁾

眼目門에 “눈이 침침하여 볼 수가 없는 것을 치료하려면 蒼耳子 반량, 멥쌀(粳米) 3홉을 준비한다. 蒼耳子를 빵아 문드러지게 하고 물 2되를 넣어 꼭 짜서 즙을 내고 쌀을 넣어 끓여 죽을 만들어 먹는다.”라고 하였는데 창이자는 풍사로 인한 병증에 사용하는 약물로 眼目은 肝木에 해당하고, 간목은 풍기를 주관하는 장기로서 풍기가 과항될 때에는 안목의 이상으로 인한 병이 생긴다. 따라서 창이자의 거풍작용으로 풍사로 인한 眼目的 病證에 사용한다.²⁰⁾

眼目門에 “眼目に 도움이 되며 中氣를 補하고 腎志를 강하게 하려면 어린 연밥(嫩蓮實) 半兩을 껌질을 벗겨 잘게 썰고 粳米 3홉을 먼저 연밥을 끓여 익게 한 다음 粳米를 넣어 죽을 만들고 익기를 기다려 연밥을 넣어 뜨겁게 먹는다.”²¹⁾라고 하였는데

13) 한의학대사전편찬위원회, 『한의학대사전』 (동양의학연구원출판부, 1985) 이성우, 『한국식경대전』 (황문사, 1998) 전순의 저, 김중덕 역 『(고농서국역총서9) 食療纂要』 (농촌진흥청, 2004)
14) 상계서 해제
15) 治老人中風口目動頓煩悶不安 牛蒡根去皮切一升曝乾杵爲粉白米四合淨淘研以牛蒡粉和麪作膊飩內豉汁中煮 加葱椒五味臠頭空心食之恒服極効

16) 治傷寒寒熱骨節碎痛 葱細切煎湯或作羹粥食之
17) 治脾胃氣弱不多食痿瘦 黃雌鷄肉五兩白麪七兩葱白細切二合 切肉作餛飩下椒醬五味調和煮熟空心食之日一服益臟府悅顏色
18) 溫中益氣養脾胃填骨髓 牛肉如法食之
19) 治肝藏虛弱遠視無力 豬肝一具去膜細切葱白一握去鬚切雞子三枚豉汁煮作羹臨熟打破雞子投在內食之
20) 治眼暗不明 蒼耳子半兩粳米三合搗蒼耳子爛以水二升絞濾取汁和米煮粥食之

이는 肝腎陰虛²²⁾로 인한 耳目病證을 치료하는데 연실을 사용하여 음식과 같이 복용하는 食療法이라 할 수 있다.

諸氣門에 “溫補를 위주하고, 氣力を 북돋는데 사슴고기(鹿肉)를 임의대로 익혀서 먹는다.”²³⁾라고 하여 사슴고기가 인체 양기의 근본인 신양(명문화)을 보하는 효능이 있어 사슴고기가 溫補와 補氣를 목적으로 음식으로 섭취하는 식료법이라 할 수 있다.

諸虛門에 “陽事를 도와주며 血脈을 補하고 腸胃를 튼튼하게 하며 下焦를 싹하게 하고 精髓를 채워주려면 양념(五味)을 넣은 개고기를 삶아 익힌 다음 공복에 먹는다. 마늘과 같이 먹지 말아야 한다. 이는 사람에게 손해가 되기 때문이다. 또한 구워서 먹지 않는데 이는 消渴이 생길까 염려해서이다. 개의 피를 제거하면 힘이 적어지고 사람에도 도움이 되지 않는다. 마른 사람은 먹지 말아야 한다.”²⁴⁾라고 하는데 『東醫寶鑑』에 “개고기는 性은 溫하며, 味는 鹹酸이고 독이 없다. 오장을 편안하게 하며 혈액을 조절하고, 장과 위를 튼튼하게 하며, 골수를 충족시켜 허리, 무릎을 온하게 하며, 陽道를 일으켜 기력을 증진시킨다.”고 한 내용과 같다. 따라서 개고기의 약효를 증시하여 食治의 방법으로 응용하고 있다고 본다.

諸熱 不眠症門에 “心煩으로 잠을 자지 못하는 것을 치료하려면 멧대추 씨(酸棗仁) 1량을 빻고 물 1되를 넣고 갈아 그 즙을 취하고 쌀 2홉을 넣고 삶아 죽을 만들어 먹는다.”²⁵⁾라고 하여 酸棗仁의 養心安神하는 효능이 있으며 生酸棗仁은 少睡하게 하고, 炒酸棗仁은 多眠하게 한다. 이것은 心肝血虛로 虛煩不眠, 心悸, 自汗, 盜汗에 사용하는데 대표적인 처방으로는 歸脾湯과 酸棗仁湯 등이 있다. 따라서 心煩의 병증에 酸棗仁이 들어있는 식치요법은 한의학의 처방과 같은 효과를 나타낼 것이다.

水腫門에 “水腫을 없애려면 울무(薏苡仁) 1되를 분말로 만든 다음 물 2되에 울무분말 2숟가락씩 넣고 삶아 죽을 만들어 공복에 먹는다.”라고 하여 薏苡仁의 利水消腫작용으로 몸의 부종을 치료하는 효능을 이루기 위하여 薏苡仁을 사용하였다.²⁶⁾

諸渴門에 “소갈(消渴)을 그치게 하려면 능금(林檎)을 먹는다.”라고 하여 당뇨병에 生津止渴시키는 효능이 있는 능금으로 치료효과를 거두는 食治의 방법을 사용하였다.²⁷⁾

諸痢門에 “脾胃의 氣가 허약하여 下痢가 밤낮으로 그치지 않고 腸滑이 있고 음식을 내려 보내지 못하는 것을 치료하려면 꿩(雉) 1마리를 보통 요리하는 방법과 같이 준비하고 橘皮가루, 파, 산초, 소금, 간장(醬)을 넣어 수제비(膾飩)를 만들어 푹 삶아 공복에 먹는다.”²⁸⁾라고 하여 꿩고기의 補腎陽의 효과가 脾胃腸

虛²⁹⁾로 인한 腎痢를 치료하는 食治라고 할 수 있다.

大便不通門에 “大便不通을 치료하려면 산앵두 씨(郁李仁) 6푼을 갈아 즙을 내고 울무(薏苡仁) 3홉을 좁쌀(粟米)같이 찧고 삶아 묽은 죽을 만들어 공복에 먹는다.”라고 하여 郁李仁의 潤腸通便작용으로 변비를 치료하는 식치요법이다.³⁰⁾

產後諸病門에 “산후의 허손(虛損)과 유즙(乳汁)이 잘 나오지 않는 것을 치료하려면 돼지발굽(豬蹄) 1개를 보통 요리하는 방법과 같이 하고 백미(白米) 반 되를 준비한다. 돼지발굽을 물에 넣고 삶아 익히고 고기를 절단하여 백미를 넣고 삶아 죽을 만든다. 소금, 장, 총백(葱白), 산초, 생강을 넣어 먹는다.”³¹⁾라고 하여 일반적인 產後虛弱과 乳汁不下에 사용하는 식치요법으로 널리 알려져 사용되는 방법이라 할 수 있다.

이상의 각 門을 대표하는 食治의 예에서 알 수 있듯이 병증을 치료하는데 사용된 음식물과 약물은 대부분 본초학적인 주치에 근거하고, 더 나아가서는 생리병리화적인 이론과도 일치하는 면을 볼 수 있다. 따라서 이것은 全循義가 의원이 아니라면 이러한 식치요법서를 정리하여 만들 수 없었다고 사료된다.

식치요법의 대표적 자료라 할 수 있는 『食療纂要』는 현대인들이 질병을 치료하는데 약물로서만 치료하는 것이 아니라 음식물로서도 병을 다스릴 수 있다는 가능성을 보여주고 있다고 할 수 있다.

2) 『山家要錄』에 나타난 생활과학적 내용

『山家要錄』의 식품부분은 이 책의 핵심부분이다. 이 식품부분의 가치를 간추려 보면 다음과 같다.

『山家要錄』의 식품부분은 우리나라에서 가장 오래된 최초의 식품서로서 15세기 우리 선조들이 조리하여 먹던 전통적인 한국 고유의 식품을 全循義가 기록한 것이다. 그 내용이 다양하고 풍부하여 식품부분만 모두 180항목 내외로 『需雲雜方』에 나오는 147항목보다 많다. 『山家要錄』의 식품가공이나 조리기술은 당시를 대표할 만한 가장 수준 높은 기술로 풀이된다. 『山家要錄』의 식품부분은 궁중식품의 가공이나 조리과정을 기록한 것이다. 다양한 농법과 함께 69가지의 술 빚는 법과 음식 조리법, 식품 저장법 등 275가지 내용이 수록돼 있다. 지금까지 국내에서 가장 오래된 조리서로 알려진 『需雲雜方』보다 80여년 정도 앞선 것으로 평가되고 있다.³²⁾ 다음은 『山家要錄』의 중요내용을 살펴보기로 한다.

『山家要錄』의 내용을 보면 처음에 누에 기르기(누에찌 거두기, 누에의 습성, 뽕잎 거두어 말리기, 뽕나무 심기 등 양잠에 관한 여러 가지 지식을 총망라하여 풀이하고 있다.)와 과일나무 기르기(배나무, 감나무, 능금나무, 밤나무 등 20여 종류의 나무 기르기로 구성되어 있으며 특히 여러 가지 과일나무 접붙이기에 관한 내용이 있는데, 과일나무 접붙이기의 내용을 보면 “대개 나

21) 益耳目補中強志 嫩蓮實半兩去皮細切粳米三合先煮蓮實令熟次以粳米作粥候熟熱食

22) 肝腎陰虛(本虛標實)는 肝陰과 腎陰이 虛하면 陰不制約하여 肝陽(相火)이 上亢하게 된다. 보통 上盛下虛證(相火妄動)이라고도 한다. 증상은 ① 上盛: 眩暈, 耳鳴, 面紅耳火 등 ② 下虛(肝腎陰虛): 腰酸 兩足軟弱無力 등 두가지의 유형으로 나타난다.

23) 主溫補益氣力 鹿肉任意熟食之

24) 主益陽事補血脈厚腸胃實下焦填精髓 犬肉和五味煮爛空腹食之不與蒜同食 損人又不可炙食恐成消渴若去血則力小不益人瘦者不可食

25) 治心煩不得眠睡 酸棗仁一兩剉水一升研取汁下米二合煮粥食之

26) 主消水腫 薏苡仁一升爲末水二升煮兩匙末作粥空腹服之

27) 止消渴 林檎食之

28) 治脾胃氣虛下痢日夜不止腸滑不食 雉一隻治如食法著橘皮末葱椒薑醬調和作餛飩熟煮空心食之

29) 脾胃陽虛는 腎陽虛로 인하여 脾胃陽虛가 유발되는 병증으로 그 병기를 보면 다음과 같다. 陽虛로 인하여 氣化作用無力(不能運化水穀, 不能運化水濕)하면 水濕의 運化작용이 失調하여 水濕不化되어 水腫, 설사 등 증이 발생하는 것을 말한다.

30) 治大便不通 郁李仁六合研取汁薏苡仁三合搗如粟米煮 作稀粥空心食之

31) 治產後虛損乳汁不下 豬蹄一隻治如常白米半升以水煮令爛肉切投米煮粥 著塩醬葱白椒薑和食之

32) 전순의, 『山家要錄』, 김영진 역, 고서국역총서8, 농촌진흥청, 2004.

무그루가 도끼자루나 팔뚝만큼 굵은 것이면 모두 접붙일 수 있다. 이것을 대목(樹砧 : 대목(臺木)은 또 접본(接本)이라고도 함.)이라고 한다. 만약 臺木이 약간 크면 땅에서 1자 정도 되는 곳을 잘라내고, 臺木이 작으면 7~8치가량 되는 곳을 잘라내되 톱니가 가느다란 톱으로 잘라낸다. 도끼로 깊이 1치 정도로 상대측을 찍어준 다음에 두 가지를 짝지어 접붙인다. 살아나 잎이 나오길 기다렸다가 약한 가지 하나를 잘라내면 된다. 접붙일 가지는 양지 쪽의 가늘고 연한 가지로 힘이 좋은 것으로 길이 4치 정도 되는 것을 고른다. 그늘 쪽의 가지는 열매가 적게 열린다. 그 가지는 반드시 두 마디가 있어야 하고 아울러 2년 된 가지만이 비로소 접붙일 수 있다. 가지를 접붙인 다음에는 접본의 가지껍질로 접붙인 곳을 싸매주고 바로 황토진흙(黃泥)을 발라준다. 진흙을 다 발라준 다음 종이로 윗부분을 싸주거나 베로 싸매어야 한다. 그렇지 않으면 진흙이 떨어질지도 모르기 때문이다. 잎이 나오면 수시로 대목의 잎을 따내주고 재거름(灰糞)으로 그 대목의 뿌리를 북돋아준다. 또 가시나무(荊棘)로 가려 보호해주어 그 가지를 움직이지 않도록 해주어야 한다. 나무의 생리가 서로 비슷한 점이 있다. 능금(林檎)과 배를 모과에 접붙이고, 밤나무를 상수리나무에 접붙이면 모두 살아나는데 이것은 같은 종류의 나무이기 때문이다.”라고 하여 현대농업에서나 응용되는 육종학의 내용이 나타나기도 한다. 이것은 의원으로서의 전순의라기보다는 과학자라고 평가받을 만하다고 볼 수 있다.

다음으로 채소 가꾸기, 염색식물 및 약초, 가축 기르기, 주류 만드는 법 등이 있다. 특히 50 여 가지의 술 빚는 법 중에서 松花天露酒를 보면 “5월에 송화를 따서 양지에서 말린다. 찹쌀 5말을 곱게 가루를 내고 송화5되, 물 3말을 진하게 달여 찌꺼기를 걸러내고 찹쌀가루와 섞어 죽을 쑤어 식힌 다음 누룩가루 7되와 섞어 담는다. 5일 후에 뽕쌀을 푹 찌고 송화물 5말을 진하게 달여서 섞은 다음 식으면 누룩가루 3되와 섞어 항아리에 넣는다. 14일 후에 항아리를 열어 쓴다.”라고 하여 현대 우리나라 전통주의脈이 『山家要錄』에 그대로 남아 있다.

그리고 장류, 식초류, 침채류, 과일·채소류 저장 등의 내용이 있다. 여기에서 藏生果라 하여 생과일을 저장하는 방법을 기술하고 있는데 그 내용을 보면 “가을이 깊어지면 뽕나무 재(桑灰)를 사기항아리에 담는다. 모든 과일은 꼭지를 따지 않고 묻어 진흙을 발라서 단단히 봉하면 이듬해 4~5월이 되어도 무르지 않는다. 중요한 것은 얼지 않게 하는 것이다.”라고 하여 그 시대 저장법의 발달을 알 수 있다. 또 藏梨라 하여 배를 저장하는 방법을 보면 “나무통 안에 겨(穀皮)를 담고 배를 묻어서 온돌에 두면 겨울이 지나도 맛이 변치 않는다. 또 다른 방법으로는 움집(土宇) 속에 묻는다. 돌레에 시렁(架)을 만들고 시렁 위에 벼짚을 편 뒤 벼짚 위에 배를 잘 놓는다. 잘 살펴보고서 하자(點)가 있는 것은 먼저 쓰고 하자가 없는 것을 다시 안치하면 세계절을 보관할 수 있다. 배와 밤(栗)은 술을 겁내므로 저장할 때 가까이해서는 안 된다.”라고 하여 여러 가지 과일마다 저장하는 방법이 다양하였다는 것을 알 수 있다.

또한 「冬節養菜」의 내용을 보면 “집을 지을 때 크기는 마음대로 하되 3면을 쌓아 가리고 종이를 바르고 기름칠을 한다.

남쪽은 앞에 모두 창문을 만들어 종이를 바르고 기름칠을 한다. 온돌을 만들어 연기가 생기지 않게 한다. 온돌 위에 흙을 1치 반 가량 쌓아서 불나물을 재배할 수 있다. 아침저녁으로 따뜻하게 하고 바람기운이 들어오지 않게 해야 한다. 날씨가 몹시 추우면 編飛乃³³⁾를 두텁게 하여 창을 가리고, 날씨가 따뜻할 때는 철거하고 매일같이 물을 뿌려서 이슬내린 것처럼 해준다. 방안에는 항상 따뜻하게 하여 축축하게 해주어야지 흙이 하얗게 마르게 해서는 안 된다. 또 ‘굴뚝은 담 밖에 만들고 가마솥(釜)은 벽 안쪽에 걸어 놓고, 아침저녁으로 가마솥에 있는 물기로 방안을 두루 데운다.’라고 하여 세종 때 세계최초 온실로서 한국의 문화유산이라는 평가를 받고 있다.

이 밖에 죽류, 병과류, 국수·만두류, 과정류, 식해류, 기타 조리법, 재의 길흉일, 염색방법, 누룩장법 등이 열거되어 있다. 이상과 같이 전순의는 의관으로서 평소 직무의 일환으로 식품에 대하여 남달리 깊은 관심을 가지고 연구한 것 같다. 醫家의 말에 醫食同源이라하여 약과 음식은 근원이 같다는 말이 있듯이 먹이와 치료는 건강의 표리관계에 있기 때문이다. 다행히 그는 궁중의 御醫로서 궁중식품의 조리나 가공과정을 가까이 접할 수 있었고, 식품의 종류에 따라 먹고 마신 후의 반응도 직무상 살피지 않을 수 없었을 것이다. 이러한 궁중환경에서 평소 학구적인 그가 이를 정리한 것이 『山家要錄』의 식품부분이며 그 연장선상에서 식품의 원료생산까지 기록한 것이 종합농서인 『山家要錄』이다. 이상과 같이 『산가요록』의 식품조리나 가공기술 그리고 저장방법, 발효방법 등은 당시를 대표하는 최고의 기술수준이 아니었던가 생각된다.³⁴⁾

3) 『鍼灸擇日編集』에 나타난 鍼灸醫學의 내용

『鍼灸擇日編集』은 世宗의 命에 따라 조선 세종 때 全循義와 金義孫이 저술한 침구에 관한 전문의서이다. 그 서문은 司直 金禮蒙³⁵⁾이 쓴 것이다. 이 책은 1447년(세종 29)에 內醫院醫官인 전순의와 김의손이 여러 가지 醫書를 참조하여 針灸治療를 할 때의 日時의 吉凶과 忌日의 선택에 대하여 쓴 것이다. 書名에서 알 수 있듯이 擇日은 施鍼하는 日時를 정하는 것으로 이는 運氣學에서 인체의 氣血盛衰와 인체의 發病部位 사이에 상생상극관계에 의한 태과불급에 따라 길흉이 달라지는 것을 설명하고 있다.

33) 防禦이 무너지지 않도록 대나 길대로 엮은 것.

34) 김영진, 고농서국역총서 산가요록 해제, 농업진흥청, 14쪽

35) 김예몽(1406~1469)은 조선 전기의 문신으로 본관은 光山이며 자는 敬甫. 조부는 華이고, 아버지는 司成 朔이며, 어머니는 趙臣佐의 딸이다. 1429년(세종 11) 생원시를 거쳐 1432년 식년문과에 을과로 급제하고 集賢殿正字에 제수되었다. 그 뒤 著作郎을 거쳐 감찰에 제수되어, 1440년 통신사의 서장관으로 일본에 다녀온 뒤 과거의 시관이 되어 많은 인재를 등용시켰다. 1447년 集賢殿校理로 승진하고, 문종이 즉위하자 知承文院事가 되었다. 단종 때에는 執義·副提學을 지내고 세조 즉위에 공을 세워 좌익공신에 책록되고 호조참의에 올랐다. 그 뒤 1460년에는 仁順府尹으로서 謝恩正使가 되어 명나라에 다녀왔고, 동지중추원사를 거쳐 司成이 되었다. 이때에 후학들에 대한 교육에 힘써 자주 시험을 보고 재술이 우수한 자에게는 반드시 포상하여 화문을 권장하였다. 그 뒤 강원도관찰사가 되었다가 대사성에 올랐고, 1466년 拔英試에 아들 性源과 함께 급제하여 한때 조정과 재야의 선망을 받았다. 이어 1468년 공조판서에 올랐으나 신병으로 사임하고, 고향인 충주로 낙향하였다. 사람을 보는 안목이 매우 뛰어나 시관이 되어 뽑은 인재가 거의 뒷날 조정의 현직을 차지하여 水鑑이라는 별명이 있을 정도였다. 성품이 온아하고 청렴하였으며, 학문을 좋아하고 詞賦에도 능하였다. 시호는 文敬이다. (한국민족문화대백과사전, 동방미디어)

내용을 살펴보면 본문에 앞서 실려 있는 인용서적으로 『孫真人備急千金方』³⁶⁾, 『黃帝明堂灸經』³⁷⁾, 『補註銅人腧穴鍼灸圖經』³⁸⁾, 『太平聖惠方』³⁹⁾, 『寶漢卿編集鍼經指南』⁴⁰⁾, 『新刊銅人鍼灸經』⁴¹⁾, 『鍼灸廣愛書括』, 『事林廣記』, 『齊人千金月令元龜集』, 『龍木總論』⁴²⁾, 『資生經』, 『素問靈樞經』, 『巢氏病源論』⁴³⁾, 『易簡方』⁴⁴⁾, 『龍樹菩薩眼論』⁴⁵⁾ 등을 소개하고 있다.

먼저 그 서문의 내용을 이해하고 본문의 내용 중에 특징적인 부분의 내용을 고찰해보기로 한다.

『鍼灸擇日編集』의 序文에 “醫道에는 두 가지가 있는데, 그 하나는 藥餌요, 다른 하나는 鍼灸이다. 그리고 병을 쉽게 치료하는 방법 중 침구보다 묘한 시술은 없다. 그 요체는 마음을 정진하여 손에 미치게 하는데 있다. 營衛를 살펴서 筋脈(筋脈)을 변별하고, 公穴(孔穴)의 부위를 밝히고, 尺寸(尺寸)의 나뉠을 정할 수 있으면 비록 오래된 고질병이라 해도 어찌 낫지 않는다고 걱정하겠는가? 옛 사람들이 말하기를, “방약(方藥)은 알지만 시침(施鍼)을 모르고, 시침(施鍼)은 알지만 뜸을 모른다고 한다면 상의(上醫)가 되기에는 부족하다.”라고 한 것은 침과 뜸의 중요함을 믿고 있는 것이다. 그러나 요즈음의 침구의 방법은 저 택일(擇日)의 때로부터 雜出된 것이거나 혹은 길흉업에 미혹되어 있어서 이러한 시술법은 이미 병을 앓고 있는 것이다. 이에 내의원 의관 호군 전순의와 사직 김의손은 이러한 시술의 병폐를 바로 잡으려 한 것이다. 여러 의서를 모으고, 뺄 것은 빼고, 보충할 것은 보충하여 한 권의 책으로 만들었다. 人神인 太乙⁴⁶⁾의 경락소주와 天醫가 어려워하여 기피한 조목을 분류하고 해석하여 조금이라도 미진함이 없는 책으로 완성하여 신(김예몽)의 서문을 붙

여 왕께 올렸다. 신 김예몽은 침구란 병을 고치는데 뛰어난 효험이 있고, 또한 즉시 효과를 얻을 수 있다고 감히 생각하여 침구 시술의 중요함을 믿습니다. 그러나 사람은 하늘과 땅 사이에서 음양의 기운을 품수(稟受)하고, 甲은 膽, 乙은 肝에 결부시키면 사람의 모든 장부는 十天干과 분속(分屬)될 것입니다. 春의 井穴과 夏의 榮穴은 모두 사계절과 통하므로 시일(時日)과 간지(干支)는 사람의 몸에 따라서 운용되고, 吉凶悔吝은 人事에 따라 달라질 것입니다. 그러므로 『鍼經』에 이르기를 “때를 얻어서 침을 놓으면 그 병을 고칠 수 있으나, 그 때를 놓쳐서 자침(刺針)을 하면 병을 고치기 어렵다.”라고 한 것은 침구의 방법은 침을 놓는 시기를 가리는 것이 제일 중요할 것이다. 이 책을 널리 배포하는 것은 아마도 사람들로 하여금 退眠의 시기에 길흉을 판별하고, 손을 쓸 수 없는 膏肓도 치료할 수 있도록 하기 위함이다. 모든 사람들이 요절의 근심을 털어내어, 모두 仁壽를 누릴 수 있도록 한다. 무릇 성인의 감화를 입게 되는 것은 聖朝의 仁心仁政의 그 러함을 알지 못하는 것이 아닌가?

1447년(세종 29년) 1월 6일에 봉훈랑 집현전부교리지제 겸 춘추관기주관세자좌경사 김예몽은 삼가 서문을 쓰다.⁴⁷⁾라고 하여 서문의 내용을 요약하면 보면 다음과 같다. 醫道의 두 가지 방법은 藥餌와 鍼灸이다. 특히 침구는 병의 초기에 제 때에 시술을 한다면 이 보다 빠른 효능은 없다고 단정하고 있다. 둘째, 이러한 효과를 보기 위해서는 침구를 시술하는 시기를 잘 파악해야 한다는 것이다. 그런데 기존의 침구 택일의 방법은 길흉업에 종사하는 이들에게 의존한 경향이 있어 큰 병통이 되었다고 진단하고, 그 폐단을 바로 잡기 위해 『鍼經』의 “때를 얻어서 침을 놓으면 그 병을 고칠 수 있으나, 그 때를 놓치고 刺針을 하면 병을 고치기 더욱 어렵다.”는 말을 인용하여 擇日의 중요성을 강조하고 있다. 鍼灸는 가장 중요시되던 치료법의 하나로 침구전문의를 양성하는 데 많은 노력을 경주한 세종의 명에 의해 편찬되었을 것으로 생각된다.⁴⁸⁾ 그러나 이 책의 原刊本은 없어지고, 抄本이 일본에 흘러들어 갔다가, 1890년 중국에서 복간되었기 때문에 중국에서는 이 책을 자국인의 저술로 오인하기도 하였다.⁴⁹⁾ 『鍼灸擇日編集』은 후대 許浚의 『東醫寶鑑』과 許任의 『鍼灸經驗方』에 지대한 영향을 미쳤을 것이라는 것은 충분히 짐작할 수 있다. 다음은 『鍼灸擇日編集』의 본문내용 중에 특징적인 부분을

36) 『漢醫學大辭典』, 『醫史文獻編』, 漢醫學大辭典編纂委員會 1985 東洋醫學研究院出版部 서울: 『千金要方』이라고도 함. 唐代 孫思邈이 7세기 중기에撰한. 人命이 千金처럼 중하다하여 千金方이라 名하였다.
 37) 상계서: 鍼灸의 著作. 一卷本과 三卷本의 두 종류가 있는데, 내용은 같음. 본서는 대략 북송말에 서적상이 太平聖惠方 卷100 중의 明堂灸經과 小兒明堂灸經의 全文을 초록하여 改題하여 간행한 것임.
 38) 상계서: 『銅人腧穴鍼灸圖經』은 일찍이 佚失되고 現존하는 것은 明代人이 重刊한 3권본과 金代人 開邪曠叟가 1186년에 개편한 5권본이 있음. 後者에는 『鍼灸避忌太一之圖』, 一篇이 補入되어 『新刊補註銅人腧穴鍼灸圖經』이라 改名함. 현재 影印本이 있음.
 39) 상계서: 992년에 간행됨. 本書는 北宋의 翰林醫官院 王懷隱 등이 民間效方을 광범히 수집한 기초위에 북송이전의 각종 方書의 有關內容을 선택해서 集成編纂한 것임.
 40) 상계서: 金代의 침구학자인 賈潔(1196-1280년)의 저작으로 『鍼經指南』 등 많은 침구전문서를 찬함.
 41) 상계서: 침구의 저작으로 7권임. 元代의 서적상이 『太平聖惠方』 권 99 『鍼經』의 全文을 抄錄해서 권1-6으로 나누었고, 따라서 鍼灸禁忌 1권을 부록한 것임.
 42) 상계서: 眼科의 저작으로 『眼科龍木論』이라고도 하며, 4권임. 撰人未詳으로 대략 隋唐代人이 龍木 즉 龍樹菩薩을 托名하여 撰한 것임.
 43) 상계서: 『諸病源候論』이라고도 함. 50권으로 隋代의 巢元方 등이 610년에 撰함. 이는 病因과 證候學을 논술한 專門書 중 중국에 現존하는 첫 번째의 것이다.
 44) 상계서: 方書名으로 1권임. 宋代 王頌이 찬함. 대략 12세기 말에 간행됨. 本書는 「三因方」을 기초로 하여 처방을 뽑고, 기타 有關 著作을 참고하여 사용되거나 혹은 중요한 方藥을 選錄하여 編成한 것이다.
 45) 『龍樹眼論』이라고도 함. 撰人未詳. 대략 隋唐代人이 龍樹菩薩을 假託하여 찬한 것임. 原書는 佚失하였는데, 그 佚文을 『醫方類聚』, 『醫心方』에서 볼 수 있음.
 46) 중국 고대사상에서 천지만물의 출현과 성립의 근원을 이르는 말. 太乙·太一·太一·太一이라고도 한다. 《순자(荀子)》 《장자(莊子)》 《여씨춘추(呂氏春秋)》 《회남자(淮南子)》 등에 나타나는 바에 따르면 만유를 포함하는 大道, 천지창조의 혼돈된 氣·道를 뜻한다.

47) 『鍼灸擇日編集』序 醫之道有二焉曰藥餌也, 鍼灸也. 而療病簡易之法, 莫妙於鍼灸. 要在精於心應於手耳. 苟能審榮衛辨筋骸 明孔穴之部 定尺寸之分 則雖沈痾痼疾何憂乎弗瘳, 古人云知藥而不知鍼, 知鍼而不知灸, 不足爲上醫, 信乎鍼灸之爲重也. 然, 鍼灸之法 雜出於諸方擇日之際 或迷於吉凶業 斯術者皆病焉, 內醫院醫官護軍臣全衡義, 司直臣義孫 攻乎此者也. 搜摭群書, 稟集一編, 人神太乙之所主, 天醫雜忌之所在, 條分類析纖悉無遺書成以進命. 臣序之, 臣竊念鍼灸有劫病之功 而又有立效之能, 信斯術之爲重也. 然, 人受天地之中稟陰陽之氣, 甲膽乙肝臟腑, 自分於十天. 春井夏榮經絡, 皆通於四時 則時日支干與人身而運焉, 吉凶悔吝隨人事而應焉, 故, 鍼經云得時鍼之必除其病失時, 刺之難愈其病 則鍼灸之道 尤莫重於擇日也. 是書之廣布, 蓋欲使人辨吉凶於退眠之頃, 療膏肓於投手之餘. 共免天札之患, 同躋仁壽之域. 凡困於聖化者, 可不知聖朝仁心仁政之所自歟. 正統十二年正月初六日奉訓郎集賢殿副校理知製 教兼春秋館記注官世子左司經臣金禮蒙謹序.

48) 김영목, 윤종민, 전병훈, 전순의의 생애와 저술활동에 관한 연구, 동의생리병리학회지 제21권 1호, 2007, 10-17쪽

49) 손홍렬, 여말·선초의서의 편찬과 간행, 한국과학사학회지 제11권, 제1호, 1989, 49쪽

선택하여 그 의학적 내용을 살펴본다.

『鍼灸擇日編集』 「鍼灸吉日 出銅人元龜廣記」에 丁卯 丁亥 庚午 庚子 甲戌 甲申 甲辰 丙子 丙申 丙午 丙辰 丙戌 壬午 壬辰 壬子 壬戌 辛卯 辛丑 戊戌 戊申 己亥 己未 乙巳 乙卯 癸丑에는吉日이며 또한 여러 가지 흉일이 있는데 그 중에 한가지의 예를 들면 血忌에 해당하는 丑未寅申卯酉辰戌巳亥午子에는凶하다고 하였다. 이처럼 침구시술 시에도吉凶의 날을 선택하여 치료하였다.

『千金方忌鍼灸法』에 “甲辰 庚寅 乙卯 丙辰 辛巳 甲子 壬子 丁巳 辛卯 癸卯 乙亥 等日에는 침구치료를 금기하고, 壬辰 甲辰 己巳 丙午 丁未 等日에는 男子는 鍼灸를 禁忌하고, 甲寅 乙卯 乙酉 乙巳 丁巳 等日에 女子는 鍼灸를 忌한다.”⁵⁰⁾라고 하여 침구 치료에서 금기해야할 日字를 정하고, 또한 男女의 성별의 차이에 따라서도 치료가 달라야 한다는 것이다. 이것은 남녀의 기혈, 음양의 차이에 따른 것이라 사료된다.

『又鍼灸宜忌法』에서는 “木命人이 木運年에는 鍼과 靑藥을 금하며, 火命人이 火運年에는 汗法과 赤藥을 禁하며, 土命人은 土運年에는 吐法과 黃藥을 금하며, 金命人은 金運年에는 灸法과 白藥을 禁하며, 水命人은 水運年에는 下法과 黑藥을 금한다.”⁵¹⁾라고 하여 출생한 년의 年干에 따라 치료방법을 달리하고 있다. 이것은 운기에서 그 해의 太過不及 즉 음양에 따라 인체에 미치는 영향이 달라지기 때문에 그에 따라 치료방법이 달라져야 한다는 것을 의미한다.

『千金方推四時人神忌 明堂鍼經聖惠 銅人元龜廣記同』에서는 “春에는 左脅, 夏에는 臍, 秋에는 右脅, 冬에는 腰를 금한다.”라고 하여 四季에 따라 인체에서 금하는 부위가 있음을 알 수 있다. 이것은 오행적으로 태과와 불금에 이르지 않도록 하는 것으로 사료된다. 『千金方十二支人神忌 鍼經銅人廣記元龜』에서는 “子日에 目, 丑日에 耳, 寅日에 口, 卯日에 鼻, 辰日에 腰, 巳日에 手, 午日에 心, 未日에 足, 申日에 頭, 酉日에 背, 戌日에 項, 亥日에 頂을 금한다.”라고 하여 인체의 기관과 부위에 十二地支를 배속하여 그 지지에 해당하는 일에는 침을 금하였다. 또한 『千金方十干人神忌 銅人廣記元龜』에서는 “甲日에 頭, 乙日項, 丙日肩臂, 丁日胸脅, 戊日腹, 己日背, 庚日膝, 辛日脾, 壬日腎, 癸日足”라고 하여 인체의 기관과 부위에 10천간을 배속하여 그 天干에 해당하는 일에는 침을 금하였다. 또한 『千金方逐時人神忌 銅人明堂聖惠廣記元龜龍木』에서는 “子時에 踝, 丑時에 頭, 寅時에 目, 卯時에 面耳, 辰時에 項口, 巳時에 肩, 午時에 胸脅, 未時에 腹, 申時에 心, 酉時에 背脾, 戌時에 腰陰, 亥時에 股를 금한다.”라 하여 十二時에 따른 인체부위의 금기를 말하고 있다.

이와 같이 사계절, 十二地支, 十天干, 十二時 등에 따른 鍼灸法의 금기를 말하고 있어 고인들의 鍼灸法의 엄격함과 신중함을 엿볼 수 있다. 이는 단순히 미신적이라든지 비과학적이라든지라고 할 수도 있지만 저자가 보기에는 침구시술과 운기에 따른 인체

의 기혈의 성쇠와 태과불금을 참고하여 치료에 응용하고 있다고 할 수 있다.

『千金方日辰忌 明堂銅人臉穴鍼經聖惠月令廣愛元龜廣記龍木』에서는 “初一日足大指, 初二日外踝, 初三日股內, 初四日腰, 初五日口舌咽喉懸嚨, 初六日足小指, 初七日內踝, 初八日足腕, 初九日尻, 初十日背腰, 十一日鼻柱, 十二日髮際, 十三日牙齒, 十四日胃脘, 十五日遍身, 十六日胸乳, 十七日氣衝, 十八日腹內, 十九日足趺, 二十日膝下, 二十一日手小指, 二十二日腹肚, 二十三日肝膽, 二十四日手陽明兩脅, 二十五日足陽明, 二十六日手足, 二十七日膝, 二十八日陰, 二十九日膝脛顯顯, 三十日關元下至足心.”라고 하여 月令의 30日間에 인체의 부위. 경락, 경혈 등에 해당하는 부위에 침치료를 금하고 있다.

『千金方忌鍼灸法』에서는 “立春春分脾 立夏夏至肺 立秋秋分肝 立冬冬至心 四季十八日腎 …… 冬至節의 一日 十日 十九日 二十八日 三十七日에는 腰尻下竅를, 二日 十一日 二十日 二十九日 三十八日에는 右肩臂를, 三日 十二日 二十一日 三十日 三十九日에는 左脅을, 四日 十三日 二十二日 三十一日 四十日에는 左肩臂를, 五日 十四日 二十三日 三十二日 四十一日에는 五藏六腑屬下를, 六日 十五日 二十四日 三十三日 四十二日에는 右腳足을, 七日 十六日 二十五日 三十四日 四十三日에는 右脅을, 八日 十七日 二十六日 三十五日 四十四日에는 左腳足을, 九日 十八日 二十七日 三十六日 四十五日에는 頭首喉膺을 금한다.”라고 하고 또한 “立春節의 一日 十日 十九日 二十八日 三十七日에는 左腳足을, 二日 十一日 二十日 二十九日 三十八日에는 頭首喉膺을, 三日 十二日 二十一日 三十日 三十九日에는 腰尻下竅를, 四日 十三日 二十二日 三十一日 四十日에는 右肩臂를, 五日 十四日 二十三日 三十二日 四十一日에는 左脅을, 六日 十五日 二十四日 三十三日 四十二日에는 左肩臂를, 七日 十六日 二十五日 三十四日 四十三日에는 五藏六腑屬下를, 八日 十七日 二十六日 三十五日 四十四日에는 右腳足을, 九日 十八日 二十七日 三十六日 四十五日에는 右脅을 금한다.”라고 하였으며, 이 외에 春分節, 立夏節, 夏至節, 立秋節, 秋分節, 立冬節도 마찬가지로이다. 24節氣 중에 입춘, 춘분, 입하, 하지, 입추, 추분, 입동, 동지의 8절기로 1년을 나누면 한 절기가 45일로 이 45일동안의 부위별 금기날자를 정하고 있다. 그 인체 부위는 左肩臂, 右肩臂, 左脅, 右脅, 左腳足, 右腳足, 頭首喉膺, 腰尻下竅, 五藏六腑屬下 등 8부위로 구분하여 설명하고 있다. 그리고 『龍樹菩薩眼論 醫眼禁忌日』에서는 “甲子와 丙寅에 해당하는 日에는 좌측을 치료해서는 안 되고, 乙巳와 丁丑에 해당일에는 우측을 치료해서는 안 된다. 庚寅日에는 眼頭를 치료해서는 안 되고, 辛巳日에는 眼尾를 치료해서는 안 된다. 壬일에는 上臉을 치료해서는 안 되고, 己日에는 下臉을 치료해서는 안 된다.”⁵²⁾라고 해서 인체부위에 따라 침치료를 금하는 일을 정하고 있다.

결론

본고는 전순의의 의학사상과 그 내용을 위주로 다룬 것이다.

50) 甲辰 庚寅 乙卯 丙辰 辛巳 甲子 壬子 丁巳 辛卯 癸卯 乙亥 等日忌鍼灸, 壬辰 甲辰 己巳 丙午 丁未 等日 男忌鍼灸, 甲寅 乙卯 乙酉 乙巳 丁巳 等日 女忌鍼灸

51) 木命人行年在木則不宜鍼及服靑藥 火命人行年在火則不宜汗及服赤藥 土命人行年在土則不宜吐及服黃藥 金命人行年在金則不宜灸及服白藥 水命人行年在水則不宜下及服黑藥

52) 甲子丙寅不可治左 乙巳丁丑不可治右 庚寅不可治眼頭 辛巳不可治眼尾 壬不治上臉 己不治下臉

전순의 저서인 『食療纂要』, 『山家要錄』, 『鍼灸擇日編集』 등의著作에 나타난 의학사상이 현대의 한의학, 식품영양학 그리고 생활과학 등과 어떤 연관이 있는지 그 내용을 알아보았다. 이에 이상의 내용을 요약하여 정리하는 것으로 결론을 맺고자 한다.

첫째, 『食療纂要』의 序文을 보면 “옛사람들이 처방을 세움에 먼저 음식으로 치료하고, 낫지 않으면 그 이후에 약으로 치료하였다.”라고 하면서 食治의 중요성을 강조하였다. 또한 『食療纂要』의 書名에서 알 수 있듯이 이 저서의 저술목적은 食療에 있다는 것이다. 즉 음식으로 病證을 치료하는 치료법이다. 따라서 『食療纂要』의 著作目的이 바로 음식물로서 질병을 치료하는데 있다는 것이다.

食治의 예에서 알 수 있듯이 병증을 치료하는데 사용된 음식물과 약물은 대부분 본초화적인 主治에 근거하고, 더 나아가서는 생리병리화적인 이론과도 일치하는 면을 볼 수 있다. 따라서 이것은 全循義가 의원이 아니라면 이러한 식치요법서를 정리하여 만들 수 없었다고 사료된다.

그리고 食治療法의 대표적 자료라 할 수 있는 『食療纂要』는 현대인들이 질병을 치료하는데 약물로서만 치료하는 것이 아니라 음식물로서도 병을 예방하고 더 나아가 다스릴 수 있다는 가능성을 보여주고 있다고 할 수 있다.

둘째, 현대농업에서나 응용되는 육종학이나 식품의 저장법의 내용이 나타나기도 한다. 이것은 醫員으로서의 全循義라기보다는 과학자라고 평가받을 만하다고 볼 수 있다. 또한 全循義는 醫官으로서 음식에 대하여 관심을 가지고 연구하였다. 醫家의 말에 醫食同源이라 하였는데 약과 음식은 근원이 같다는 말로 먹이와 치료는 건강의 양면성을 가지고 있기 때문에 나온 말이다. 평소 학구적인 그가 이를 정리한 것이 『山家要錄』이다. 이상과 같이 『山家要錄』의 음식물의 조리나 가공기술 그리고 저장, 발효방법과 식품의 육종학 등은 대표적인 업적으로 볼 수 있다.

셋째, 『鍼灸擇日編集』은 鍼灸治療를 할 때의 日時의 吉凶과 忌日의 선택에 대하여 쓴 것이다. 書名에서 알 수 있듯이 擇日은 施鍼하는 日時를 정하는 것으로 이는 運氣學에서 인체의

氣血盛衰와 인체의 發病部位 사이에 相生相克關係에 의한 太過不及에 따라 吉凶이 달라지는 것을 설명하고 있다. 四季節, 十二地支, 十天干, 十二時, 三十日 등에 따른 鍼法의 禁忌를 말하고 있어 古人들의 鍼法의 엄격함과 신중함을 엿볼 수 있다. 이는 단순히 미신적이라든지 비과학적이라든지 할 수도 있지만 저자가 보기에는 鍼灸施術과 運氣에 따른 인체의 氣血의 盛衰와 太過不及을 참고하여 치료에 응용하고 있다고 할 수 있다.

참고문헌

1. 山東中醫學院. 河北中醫學院 校釋. 黃帝內經素問校釋. 북경, 人民衛生出版社, 1982.
2. 『朝鮮王朝實錄』 (세종·문종·단종·세조·연산군일기)
3. 전순의, 김의손 공저. 『鍼灸擇日編集』. 한국한의학연구원, 2006.
4. 전순의. 『山家要錄』. 김영진 역. 고농서국역총서 8. 농촌진흥청, 2004.
5. 전순의. 『食療纂要』. 김종덕 역. 고농서국역총서 9. 농촌진흥청, 2004.
6. 『한국민족문화대백과사전』. 동방미디어.
7. 최완기. 『조선충의열전』. 돌베개, 1998.
8. 전국한의과대학병리학교실편. 『한방병리학』. 일지사, 2004.
9. 漢醫學大辭典編纂委員會. 『漢醫學大辭典』 「醫史文獻編」. 東洋醫學研究院出版部, 서울, 1985.
10. 孫弘烈. 「조선중기 의술과 의약의 발달」. 『국사관논총』 제56집.
11. 손홍렬. 「여말·선조의서의 편찬과 간행」. 『한국과학사학회지』. 11(1), 1989.
12. 李鐘鎬. 「조선왕조실록으로 본 문종독살설」. 한국한의학연구원, 지식정보자원웹서비스, 『食療纂要』 「解題」, 2006.
13. 신승운. 「어의 전순의」 상 - 천안전씨설의 내막. 전북중앙신문, 2003. 11. 18(화), 7면.
14. 「어의전순의」하 -저서와 한의학계의 평가. 전북중앙신문, 2003. 11. 19(수), 7면.