

『靈樞·五味篇』에 대한 研究

羅 雄 仁**·李 南 九**

I. 緒 論

『黃帝內經』은 『素問』과 『靈樞』 두 책을 包括한 醫書로, 현재까지 알려져 있는 韓醫學 文獻中에서는 가장 最初의 그리고 가장 完備된 古典이다. 이 가운데 『靈樞·五味篇』은 『靈樞』 第八卷에 編述되어 있고, 『黃帝內經太素』에는 卷第二·調食에 기술되어 있으며, 『黃帝鍼灸甲乙經』에는 卷六第九에 포함되어 있고, 『類經』에는 第十一卷·氣味類·五穀五味其走其宜其禁에 敘述되어 있다.

本篇을 『黃帝內經章句索引』과 『靈樞經校釋』에서는 內容에 따라 모두 四章으로 나누고 있는데, 五臟에서 所用되는 五味의 意義에 대하여 상세히 論述하였기 때문에 五味篇이라 名命하였다.¹⁾本篇에서는 주로 五穀, 五果, 五畜, 五菜中の 다섯가지 性味が 人體에 각기 다른 生理作用을 惹起한다는 것을 설명하고 있다. 다시 말하면 五穀, 五果, 五畜, 五菜에는 각기 한가지씩의 고유한 맛을 가지고 있기 때문에 그 性味の 所屬에 따라 五臟으로 나뉘어 들어가는데, 酸味는 肝으로 苦味는 心으로 甘味는 脾로 辛味는 肺로 鹹味는 腎으로 들어가게 되는 것이다. 따라서 五味가 五臟의 疾病에 合當하고 合

當치 못함이 있게 되어 어떤 臟器의 病에는 忌當 使用해야 하고 또 어떤 경우에는 使用을 禁해야 한다는 것을 설명하고 있으며 이러한 宜忌는 藥物治療나 飲食療法에 모두 基本原則으로 活用될 수 있음을 提示하고 있다. 具體적으로 이야기 하면 第一章에서는 五味와 五臟에 각기 좋아하는 관계가 있음을 論하고 있고 第二章에서는 五味가 胃로 들어가 精微로운 물질로 化生되면 이것이 우리 몸을 營爲한다는 것을 설명하고 있으며 第三章에서는 五穀, 五果, 五畜, 五菜에 각기 五色과 五味를 갖추고 있음을 논하고 있고 第四章에서는 五味에 각기 忌當함과 禁忌가 있음을 설명하고 있다. 그런데 本篇은 文章이 古文으로 되어 있는데다 많은 部分이 省略되어 있어 理解하기가 몹시 어려운 실정이다. 따라서 여러 版本과 歷代註釋家들의 研究成果를 參照하지 않고는 본래의 趣旨를 解得하기 어려우므로 본 論文에서는 歷代의 版本과 註釋家들의 見解를 연구하여 校勘과 較註를 하고 여기에 懸吐와 國譯을 가함으로서 原文의 보다 精確한 理解를 돕기 위하여 본 研究에 착수하였다.

* 전남 완도 경희한의원 원장

** 동신대학교 한의과대학 원전외과학교실

1) 馬: 篇內에 詳論五臟所用五味之義 故로 名篇이라

II. 研究方法

原文의 研究를 돕기 위하여 本文을 四章으로 나누어 懸吐를 하고, 字句解, 校勘, 較註, 直譯과 意譯을 하였으며, 內容을 考察하였다.

- 가. 原文은 「聚珍倣宋版」을 底本으로 하였고, 河北醫學院의 「靈樞經校釋」을 中心으로, 張介賓의 「類經」과 任應秋의 「黃帝內經章句索引」을 參考하여 內容에 따라 四章으로 나누었다.
- 나. 懸吐는 傳來의 方式을 原則으로 하였으나 가끔씩 現代의 用語를 사용하였다.
- 다. 字句解는 原文의 뜻에 合當하다고 認定되는 音과 訓을 取捨選擇하였다.

- 라. 校勘은 「表1」에 있는 文獻을 基本으로 하였다.
- 마. 較註는 「表2」에 나타나 있는 十種의 註解書들 가운데 類似한 註釋을 內容別로 모았으며, 모은 註 가운데 가장 合當하다고 認定되거나 또는 異見의 對象이 되는 註를 國譯하여 原文解釋에 引用하였고, 註釋의 原文들은 脚註處理하여 參考하도록 하였다.
- 바. 直譯은 原文을 解釋하는데 充實하도록 하였다.
- 사. 意譯은 含蓄된 뜻까지 理解되도록 敷衍하여 解釋하였다.
- 아. 本 論文에 使用한 符號는 字句解에 (), 校勘에), 較註에 [], 引用文獻에 「 」, 直譯과 意譯에 【 】로, 脚註는 1, 2, 3, 4 · · · · ·의 連番號로 表示하였다.

表1. 校勘에 引用한 文獻

番 號	書 目	略 稱
1	元至元己卯胡氏吉林書堂刊本	胡 本
2	明成化十年甲午熊氏種德堂刊本	熊 本
3	明繡谷書林周曰校重刊本	周 本
4	明萬歷二十九年醫統正脈衆書本	統 本
5	明金陵尙義齋刊本	金 陵 本
6	黃以周 「內經鍼刺」 光緒甲申校刻本	黃 校 本
7	上海涵芬樓影印道藏本	藏 本
8	日本舊抄本	日 抄 本
9	日本田中清左衛門刻本	日 刻 本
10	楊上善 「黃帝內經太素」	太 素
11	皇甫謐 「黃帝鍼灸甲乙經」	甲 乙
12	張介賓 「類經」	類 經
13	馬蒔 「黃帝內經靈樞注證發微」	馬 注 本
14	張志聰 「靈樞集註」	張 注 本

表2. 較註에 引用한 文獻

番 號	註 釋 家	時 代	書 名	略 稱
1	楊 上 善	隋	黃帝內經太素	太 素
2	張 介 賓	明	類 經	景 岳
3	馬 蒔	明	黃帝內經靈樞注證發微	馬
4	張 志 聰	清	靈樞集註	張
5	黃 元 御	清	黃元御醫書十一種(靈樞懸解)	黃
6	丹波元簡	1803年	素問識 素問紹識 靈樞識 難經疏證	丹 波
7	楊 維 傑	1976年	黃帝內經靈樞譯解	譯 解
8	小曾戶洋	1981年	黃帝內經古注選集·靈樞講義	講 義
9	廓 靄 春	1981年	黃帝內經靈樞 校注語譯	語 譯
10	河北醫學院	1982年	靈樞經校釋	校 釋

Ⅲ. 本 論

第一章. 五味와 五臟과의 관계

【原文】

黃帝曰 願聞穀氣有五味하니 其入五藏¹⁾에 分別은 奈何오 伯高²⁾曰 胃者는 五藏六府之海也라 水穀³⁾은 皆入於胃하고 五藏六府는 皆稟氣於胃⁴⁾라 五味는 各走¹⁾其所喜하니 穀味酸⁵⁾하면 先走肝하고 穀味苦하면 先走心하고 穀味甘하면 先走脾하고 穀味辛하면 先走肺하고 穀味鹹하면 先走腎이라 穀氣津液已行⁶⁾하여 營衛大通하면 乃化糟粕⁽²⁷⁾하여 以次傳下하니이다

【字句解】

- (1) 走 : 향할(趨也), 갈(去往也) 주.
 (2) 糟粕 : 음식물 찌꺼기.

【校勘】

- 1) 其入五藏 : 『甲乙』 卷六第九에는 ‘其入藏’으로 되어 있다.
- 2) 伯高 : 『甲乙』 卷六第九에는 ‘岐伯’으로 되어 있다.
- 3) 水穀 : 『甲乙』 卷六第九에는 이 글자가 없다.
- 4) 皆稟氣於胃: 『太素』 卷二調食에는 ‘皆稟於胃’로 되어 있다.
- 5) 穀味酸 : 『甲乙』 卷六第九에는 ‘故穀味酸’으로 되어 있다.
- 6) 穀氣津液已行 : 『甲乙』 卷六第九에는 ‘穀氣營衛俱行津液已行’으로 되어 있다.
- 7) 乃化糟粕 : 『甲乙』 卷六第九에는 ‘乃糟粕’으로 되어 있다.

【較註】

[1] 胃者五藏六府之海也 水穀皆入於胃 五藏六府皆稟氣於胃
 太素·景岳·馬·張 等은 “氣味の 바름은 水

穀과 같은 것이 없는데, 水穀이라는 것은 胃로 들어가 五藏을 滋養하기 때문에 藏府는 다 胃에서 氣를 받게 되어 胃가 五藏六府의 근본이 되는 것이다.”²⁾하였다.

[2] 五味各走其所喜 穀味酸 先走肝 穀味苦 先走心 穀味甘 先走脾 穀味辛 先走肺 穀味鹹 先走腎

太素·景岳·馬·張 등은 “五味所喜라는 것은 飲食物의 津液이 變하여 五味가 되는데, 이五味에는 각각의 性質이 있고 각기 다른 性質은 서로 다른 五行의 屬性을 띄고 있기 때문에 자기와 같은 성질을 가지고 있는 臟器로 走行하게 된다.”³⁾하였다.

[3] 穀氣津液已行 營衛大通 乃化糟粕以次傳下

太素·景岳·馬 등은 “水穀이 變化하여 津液이 되는데 그 중 淸氣는 마치 霧露와 같아 營衛라 하고 脈의 內外로 운행하여 막힘이 없기 때문에 ‘大通’이라 한 것이고, 그 중 沈濁한 것

은 糟粕이라고 하는데 걸러진 汁이 膀胱으로 滲入되기 때문에 ‘以次傳下’라고 한 것이다.”⁴⁾하였고, 張은 “穀氣津液이 이미 運行되어 營衛가 크게 通하게 되면 代謝過程에서 化生된 糟粕이 마침내 小腸과 大腸으로 轉輸되고 下焦를 循行하여 膀胱으로 滲入된다.”⁵⁾하였다.

【直譯】

黃帝가 말하였다. “願컨대 穀氣에 五味가 있다고 하는데 그것이 五藏에 들어 갈때에 分別은 어떠합니까?” 伯高가 대답하였다. “胃는 五藏六府의 海입니다. 水穀은 다 胃로 들어 가고 五藏六府는 다 胃에서 氣를 받습니다. 五味는 各其 자기가 좋아하는 곳으로 走行하니, 穀味가 酸하면 먼저 肝으로 走行하고 穀味가 苦하면 먼저 心으로 走行하고 穀味가 甘하면 먼저 脾로 走行하고 穀味가 辛하면 먼저 肺로 走行하고 穀味가 鹹하면 먼저 腎으로 走行합니다. 穀氣의 津液이 이미 行하여 營衛가 大通하면 비로소 糟粕으로 變化하여 차례차례 아래로 傳達됩니다.”

- 2) 景岳: 氣味之正者是 莫如水穀이니 水穀入胃하여 以養五藏 故로 藏府者는 皆稟氣於胃而胃爲五藏六府之本이라
 - 太素: 胃受水穀하여 變化以滋五臟六腑하면 五臟六腑皆受其氣 故로 曰皆稟也라
 - 馬: 其曰水穀皆入於胃 五藏六腑皆稟氣於胃는 卽營衛生會篇所謂人受氣於穀하니 穀入於胃하여 以傳於肺하면 五藏六腑皆以氣受也라
 - 張: 任谷庵이 曰此章은 論五臟六腑와 津液營衛가 皆秉氣於胃府水穀之所生養이라
- 3) 太素: 五味所喜는 謂津液이 變爲五味則五性有殊하고 性有五行 故로 各喜走同性之藏이라
 - 景岳: 五藏嗜欲不同하여 各有所喜라 故로 五味之走에 亦各有先이라 然이나 既有所先이면 必有所後하여 而生克佐使五藏에 皆有相涉矣라
 - 馬: 此는 言五味는 各先走其所喜也니 肝喜酸하고 心喜苦하고 脾喜甘하고 肺喜辛하고 腎喜鹹 故로 穀氣之五味가 各先走之也라
 - 張: 任谷庵이 曰此章은 論五臟六腑와 津液營衛가 皆秉氣於胃府水穀之所生養이라
- 4) 太素: 水穀化爲津液하여 淸氣는 猶如霧露하니 名營衛니 行脈內外하여 無所滯礙 故로 曰大通이요 其沈濁者는 名爲糟粕이니 泌別汁入於膀胱 故로 曰以次傳下也라
 - 景岳: 人受氣於穀 故로 穀氣入於營衛하고 其糟粕之質은 降爲使濁하여 以次下傳而出於大腸膀胱之竅라
 - 馬: 其曰穀氣津液已行 營衛大通 乃化糟粕以次傳下는 卽營衛生會篇所謂水穀者는 常并居于胃中하고 成糟粕而俱下於大腸이로되 而成下焦하여 滲而俱下하여 濟泌別汁하여 循下焦而滲入於膀胱也라
 - 張: 穀氣津液已行하여 營衛大通하면 所化之糟粕이 乃傳於小腸大腸하고 循下焦而滲入膀胱也라
- 5) 張: 穀氣津液已行하여 營衛大通하면 所化之糟粕이 乃傳於小腸大腸하고 循下焦而滲入膀胱也라

第二章. 水穀의 轉化와 營衛의 運行

【原文】

黃帝曰 營衛之行¹⁾은 奈何오 伯高曰 穀始入於胃하면 其精微者는 先出於胃하여 之⁽¹⁾兩焦하여 以漑⁽²⁾五藏하고 別出하여 兩行營衛之道²⁾하며 其大氣之搏³⁾而不行者는 積於胸中하니 命曰氣海라 出於肺하여 循喉咽⁴⁾ 故로 呼則出하고 吸則入이라 天地之精氣⁵⁾는 其大數常出三入一이라 故로 穀不入半日則氣衰하고 一日則氣少矣나이다

【字句解】

- (1) 之: 갈(往) 지.
- (2) 漑: 물뉘(灌注也) 개.

【校勘】

- 1) 營衛之行: 『甲乙』卷六第九에는 ‘營衛俱行’으로 되어 있다.
- 2) 別出兩行營衛之道: 『太素』卷二調食과 『甲乙』卷六第九에는 ‘別出兩焦行於營衛之道’로 되어 있다.
- 3) 搏: 語譯에 “周本, 統本, 金陵本, 明本, 藏本에도 모두 ‘搏’으로 되어 있다. 『太素』와 『甲乙』을 살펴보면 역시 모두 ‘搏’으로 되어 있어 周本 등과 합치된다. 『太素』楊注를 살펴보면 ‘搏’을 ‘聚’의 뜻으로 해석하고 있는데 이로 보면 ‘搏’이 맞는것 같다.”⁶⁾하였다.

- 4) 喉咽: 『太素』卷二調食과 『甲乙』卷六第九에는 ‘喉嚨’으로 되어 있다.
- 5) 天地之精氣: 『太素』卷二調食에는 ‘天之精氣’로 되어 있다.

【較註】

[1] 穀始入於胃 其精微者 先出於胃 之兩焦以漑五藏 別出兩行營衛之道

太素·景岳·馬·張·語譯 등은 “飲食物의 精氣는 먼저 胃에서 나오는데 바로 中焦인 것이고, 이후에 上下兩焦에 이르러 五藏을 관개하게 된다. 之는 至, 漑는 灌注의 뜻이다. 兩行이라는 것은 飲食物의 精氣中 맑은 부분은 營分으로 들어가 脈中으로 運行하게 되고 濁한 氣運은 衛分으로 들어가 脈外로 운행하게 된다. 그러므로 營은 血을 主管하여 人體 內部로 흐르고 衛는 氣를 主管하여 人體 表面으로 布散되어 營衛 각각의 길로 나뉘어 지는 것을 말한다.”⁷⁾하였다.

[2] 其大氣之搏而不行者 積於胸中 命曰氣海 出於肺 循喉咽 故呼則出 吸則入

太素는 “搏은 謗과 各의 反切이니 聚의 뜻이다. 음식물이 체내로 들어가 氣化되는 데에는 모두 네가지의 길이 있다. 精微로운 營衛가 그중 두개의 길이 되고, 糟粕과 濁氣 그리고 소변으로 변화되어 精과 더불어 아래로 轉輸되는데

6) 語譯: 周本統本金陵本明本藏本에 并作搏이라 按太素甲乙컨대 并作搏하여 與周本으로 合이라 但據太素楊注訓하면 聚之義律之하니 仍以作搏爲是라

7) 景岳: 穀之精氣는 先出於胃하니 卽中焦也요 而後至上下兩焦하여 以漑五藏이라 之는 至也요 漑는 灌注也라 兩行은 言清者入營하여 營行脈中하고 濁者入衛하여 衛行脈外라 故로 營主血而濡於內하고 衛主氣而布於外하여 以分營衛之道라

- 太素: 精微는 津液也요 津液은 資五藏已라 衛氣는 出胃上口하고 營氣는 出於中焦之後 故로 曰兩行道也라
- 馬: 此는 言穀化精微之氣者가 爲營氣衛氣라 大氣는 以主三焦而氣乃出多入少 故로 穀不得不續用也라 胃納穀氣하면 脾乃化之하여 其精微之氣는 先出於中焦하여 升則行於上焦하여 由肺而行五臟六腑하니 所以灌溉五臟也라 其降則中焦行於下焦而營氣生하고 其升則下焦至於上焦而衛氣生하여 別出兩行營衛之道라
- 張: 任谷庵曰 此는 言入胃水穀所生之精氣가 先出於胃之兩焦하여 以漑五臟이라 兩焦는 上焦中焦也니 上焦는 出胃上口하고 中焦亦并胃中이라 故로 曰胃之兩焦라 穀入於胃하여 以傳於肺하면 五臟六腑皆以受氣라 別出兩行營衛之道하니 其清者爲營요 濁者爲衛니 營行脈中하고 衛行脈外라
- 語譯: 之兩焦의 之는 至也니 見詩栢舟鄭箋이요 兩焦는 指中上兩焦라

이것이 다시 하나의 길을 이루고, 胸中에 쌓여 운행되지 않는 기운을 氣海라고 하는데 이는 呼吸을 주관하여 다시 하나의 길을 이루니, 합하면 모두 네길이 된다.”⁸⁾하였고, 景岳·張은 “大氣는 宗氣이다. 搏은 聚, 循은 由의 뜻이다. 氣海는 바로 上氣海이고 一名 膻中이라 하는데 膈上에 있다. 대개 사람한테는 三氣가 있는데, 營氣는 中焦에서 나오고 衛氣는 下焦에서 나오며 宗氣는 上焦에 쌓여 있다가 肺로 나와 喉嚨을 經由해서 呼吸의 出入을 營爲하게 된다. 그러므로 氣海라고 하는 것이다.”⁹⁾하였으며 馬는 “大氣로서 멎쳐 운행하지 않는 기운은 上焦에 쌓이게 되는데 이를 氣海라고 한다. 이 氣海는 주로 肺로 나와 咽喉를 따라 口 가운데로 出入하는데, 숨을 내쉬게 되면 氣가 이를 따라 나오고 氣를 들이마시게 되면 氣가 역시 이를 따라 들어가게 된다. 사람이 一呼할 동안 脈은 三寸을 운행하고 一吸할 동안 脈은 三寸을 운행하므로 呼吸定息에 脈은 六寸을 운행하게 된다. 하루낮 하루밤 동안에 사람은 모두 一萬三千五百번의 숨을 쉬고, 脈의 길이는 一十六丈二尺이고 脈은 하루에 五十周하므로 하루중에는 八百十丈을 운행하게 되는 것이다.”¹⁰⁾하였다.

[3] 天地之精氣 其大數常出三入一 故穀不入 半日則氣衰 一日則氣少矣
太素는 “天之精氣는 바로 氣海中の 氣이니

氣海가운데에 水穀의 精氣가 呼吸을 따라 出入하게 된다. 사람이 숨을 내쉴때에 水穀의 精氣는 三分쯤 나가게 되고, 숨을 들이 마실때에 一分쯤 다시 들어가므로 사람이란 음식의 도움을 받아 腸胃의 虛를 채움으로서 돌아오지 않는(소모되는) 氣를 이어 지게 한다. 그런데 만약 반나절동안 음식을 먹지 않게 되면 腸胃가 점점 虛해지게 되는데 이는 穀氣가 衰해지기 때문이고 하루동안을 굶게 되면 腸胃가 大虛해지게 되는데 이는 穀氣가 적어서 그런 것이며 七日 동안 음식을 먹지 않게 되면 腸胃가 虛竭해지게 되는데 이렇게 되면 穀氣가 消盡되어 죽게 되는 것이다.”¹¹⁾하였고, 景岳·馬는 “사람의 呼吸은 天地의 精氣에 通하여 인체의 眞氣가 되기 때문에 眞氣는 하늘에서 받아 穀氣와 더불어 함께 몸을 충실하게 하는 것이다. 그러나 天地의 氣는 숨을 들이 마실때 들어가고 穀食의 氣는 숨을 내쉴 때 나가므로 精氣가 나가고 들어가는 것을 總計해 보면 나가는 것은 三分, 들어가는 것은 단지 一分에 지나지 않아 오직 나가는 것은 많고 들어가는 것은 적게 된다. 그러므로 반나절동안 음식을 먹지 않게 되면 水穀에서 化生되는 氣가 衰해지고, 하루동안 음식을 먹지 않게 되면 水穀에서 化生되는 氣가 極少해진다. 그러므로 氣가 우리 一身의 보배가 된다는 이치를 알아 氣를 기르는 현묘함을 터득한다면 道에 대하여 이야기할 수 있을 것이

8) 太素: 搏은 謗各反이니 聚也라 穀化爲氣에 計有四道하니 精微營衛가 以爲二道요 化爲糟粕及濁氣并尿하여 其與精으로 下傳하여 復爲一道요 搏而不行하여 積於胸中을 名氣海니 以爲呼吸하여 復爲一道니 合爲四道也라
9) 景岳: 大氣는 宗氣也라 搏은 聚也요 循은 由也라 氣海는 卽上氣海요 一名膻中이니 居於膈上이라 蓋人有三氣하니 營氣는 出於中焦하고 衛氣는 出於下焦하며 宗氣는 積於上焦하여 出於肺하여 由喉嚨而爲呼吸出入이라 故曰氣海라
• 張: 大氣는 宗氣也요 胸中은 膻中也니 其宗氣之搏而不行者가 積於胸中을 命曰氣海니 上出於肺하여 循咽喉以司呼吸하여 呼則氣出하고 吸則氣入이라
10) 馬: 其大氣之搏而不行者는 積於上焦하니 命曰氣海라 主出於肺하여 循咽喉而出入之鼻中하여 出氣爲呼면 則氣從是出하고 入氣爲吸이면 則氣從是入이라 一呼에 脈行三寸하고 一吸에 脈行三寸하여 呼吸定息에 脈行六寸이라 積至一晝一夜에 計有一萬三千五百息이니 則脈之一十六丈二尺者가 亦積行八百十丈矣라
11) 太素: 天之精氣는 則氣海中氣也라 氣海之中에 穀之精氣가 隨呼吸出入也라 人之呼也에 穀之精氣는 三分出已하고 及其吸也엔 一分還入하니 卽須資食하여 充其腸胃之虛하여 以接不還之氣라 若半日不食則腸胃漸虛하니 穀氣衰也요 一日不食하면 腸胃大虛하니 穀氣少也며 七日不食하면 腸胃虛竭하니 穀氣皆盡하여 遂命終也라

다.”¹²⁾하였으며, 張은 “任谷庵이 말하기를 ‘하늘은 사람에게 五氣를 먹이고 땅은 사람에게 五味를 먹이는데, 水穀이 胃로 들어가 精微를 化生시키에 五氣와 五味가 있게 된다. 그러므로 天地의 精氣가 되는 것이다. 五穀이 胃로 들어가면 그 糟粕, 津液과 宗氣로 나뉘어져 三途가 되기 때문에 恒常 나가는 것은 三分, 들어가는 것은 一分이 된다. 대개 들어가는 것은 水穀이고 여기에서 나가는 것은 糟粕으로 변화되어 차례차례 아래로 轉輸되고, 그 津液은 五臟을 灌溉하여 營衛를 생겨나게 하고 그 宗氣는 胸中에 쌓여 呼吸을 맡게 되어 그 나가는 경로에 세길이 있게 되는 것이다. 그러므로 水穀이 반나절동안 들어가지 않으면 氣가 衰해지고 하루 동안 들어가지 않으면 氣가 極少해지게 되는 것이다.’ 하였고 余伯榮이 말하기를 ‘本篇을 살펴보면 그 大氣로서 멩쳐 운행하지 않는 것은 胸中에 쌓여 있게 되는데 이를 氣海라고 한다. 이 氣海는 肺로 나와 咽喉를 순행하기 때문에 숨을 내쉬게 되면 나가게 되고 숨을 들이쉬면 들어간다’ 했는데 이는 宗氣중에서도 脈外로 운행하는 것이다. 대개 肺는 皮毛를 주관하니, 사람이 한번 숨을 내쉬면 氣가 나오게 되는데 이때에는 우리 몸의 八萬四千毛竅가 다 닫히게 되

고 한번 숨을 들이마시게 되면 八萬四千毛竅가 다 열리게 되니 이는 呼吸에 상응해서 開闔을 맡고 있는 것이다. 邪客篇에 말하기를 ‘宗氣는 胸中에 쌓여 있다가 喉嚨으로 나와 心脈을 貫通하고 呼吸을 行하게 한다.’고 했는데 이는 宗氣가운데 脈中으로 운행되는 것을 이야기 한 것이다. 一呼一吸에 脈은 六寸을 운행하는데 晝夜一萬三千五百息에 脈은 八百十丈을 운행하여 一周가 되니, 이는 呼吸에 응해서 脈의 운행이 度數를 따라 環轉하는 것이다. 그러므로 宗氣는 바다로 흘러가되 아래로 가는 것은 氣街穴로 注入되고 올라가는 것은 息道로 注入되며 脈外로 운행하는 것은 皮毛 氣街穴로 下注하되 皮毛를 두루 채우게 된다.”¹³⁾하였다.

校釋은 “하늘의 精氣는 天陽의 氣를, 땅의 精氣는 水穀精微의 氣를 가르킨 것이다.”¹⁴⁾하였다.

【直譯】

黃帝가 말하였다. “營衛의 運行은 어떻게 이루어 집니까?” 伯高가 말하였다. “水穀이 처음 胃로 들어가면 그 精微로운 물질은 먼저 胃에서 나와 兩焦로 가 五臟을 灌溉하고 別出하여 營衛 두길로 運行하며 그 大氣로서 멩쳐 運行되지 않는 것은 胸中에 쌓이게 되는데 이를 氣

12) 景岳: 人之呼吸은 通天地之精氣하여 以爲吾身之眞氣라 故로 眞氣者는 所受於天하여 與穀氣로 并而充身也라 然이나 天地之氣는 從吸而入하고 穀食之氣는 從呼而出하니 總計出入大數則出者三分이요 入止一分이니 惟其出多入少 故로 半日不食則穀化之氣衰하고 一日不食則穀化之氣少矣라 知氣爲吾身之資하여 而得養氣之資者는 可以語道矣라

• 馬: 但穀化之精氣는 呼則出之하고 天地之精氣는 吸則入之라 其大數컨대 穀化之精氣出之者三分이면 則天地之精氣入之者는 一分이니 惟其出多入少 故로 人이 半일에 不再用穀則穀化之氣衰하고 至一日則氣少也라

13) 張: 任谷庵이 曰天食人以五氣하고 地食人以五味하니 穀入於胃하여 化其精微에 有五氣五味 故로 爲天地之精氣라 五穀入於胃也에 其糟粕津液宗氣가 分爲三途라 故로 其大數常出入三入一이라 蓋所入者는 穀而所出者는 乃化糟粕하여 以次傳下하고 其津液은 溉五臟而生營衛하며 其宗氣는 積於胸中以司呼吸하니 其所出에 有三者之途道 故로 穀不入半日則氣衰하고 一日則氣少矣라 余伯榮이 曰按本篇컨대 言其大氣之搏而不行者는 積於胸中하니 命曰氣海라 出於肺하여 循咽喉 故로 呼則出하고 吸則入이라하니 此는 宗氣之行於脈外也라 蓋肺主皮毛하니 人一呼則氣出而八萬四千毛竅가 皆闔하고 一吸則氣入而八萬四千毛竅가 皆開하니 此는 應呼吸而司開闔者也라 邪客篇에 云宗氣는 積於胸中하니 出於喉嚨하여 以貫心脈而行呼吸이라하니 此는 宗氣之行於脈中也라 一呼一吸에 脈行六寸하니 晝夜一萬三千五百息에 脈行八百十丈하여 爲一周하니 此는 應呼吸而脈行循環轉者也라 故로 曰宗氣流於海하여 其下者는 注於氣街하고 其上者는 注於息道하며 蓋行於脈外者는 直下注於氣街而充遍於皮毛也라

14) 校釋: 天之精氣는 指天陽之氣요 地之精氣는 指水穀精微之氣라

海라 합니다. 이 大氣는 肺로 나와 喉咽으로 循行하기 때문에 呼하면 나가고 吸하면 들어 갑니다. 天地의 精氣는 그 대략적인 양이 恒常나가는 것은 四分之三이고 들어 가는 것은 四分之一이기 때문에 水穀이 반나절 들어가지 못하면 氣가 衰해지고 하루를 들어가지 못하면 氣가 少해 집니다.”

第三章. 五穀, 五果, 五畜, 五菜의 五色과 五味

【原文】

黃帝曰 穀之五味를 可得聞乎 아 伯高曰 請盡言之하리이다 五穀은 秬米⁽¹⁾甘⁽¹⁾ 麻⁽²⁾酸 大豆鹹 麥⁽³⁾苦 黃黍辛하고 五果는 棗甘 李酸 栗鹹 杏苦 桃辛하고 五畜은 牛⁽⁴⁾甘 犬酸 猪鹹 羊苦 鷄辛하고 五菜는 葵甘 韭酸 藿⁽²⁾鹹 薤⁽³⁾苦 葱辛하고 五色은 黃色宜甘 青色宜酸 黑色宜鹹 赤色宜苦 白色宜辛⁽⁵⁾이라 凡此五者는 各有所宜하니 五宜⁽⁶⁾는 所言五色者라 脾病者는 宜食秬米飯牛肉棗葵⁽⁷⁾하고 心病者는 宜食麥羊肉杏薤⁽⁸⁾하고 腎病者는 宜食大豆黃卷猪肉栗藿⁽⁹⁾하고 肝病者는 宜食麻犬肉李韭⁽¹⁰⁾하고 肺病者는 宜食黃黍雞肉桃葱⁽¹¹⁾이라

【字句解】

- (1) 秬米: 粳米와 같다.
- (2) 藿: 콩잎 곱.
- (3) 薤: 염교 해.

【校勘】

- 1) 秬米甘: 『太素』卷二調食에는 ‘粳米飯甘’으로, 『甲乙』卷六第九과 『素問』藏氣法時論에는 ‘粳米甘’으로 되어 있다.
- 2) 麻: 『素問』藏氣法時論에는 ‘小豆’로 되어 있

다.

- 3) 麥: 『甲乙』卷六第九에는 ‘小麥’으로 되어 있다.
- 4) 牛: 『甲乙』卷六第九에는 ‘牛肉’으로 되어 있고 아래도 역시 ‘犬肉’, ‘豕肉’, ‘羊肉’, ‘鷄肉’으로 되어 있다.
- 5) 黃色宜甘 青色宜酸 黑色宜鹹 赤色宜苦 白色宜辛: 『甲乙』卷六第九에는 ‘黃宜甘 靑宜酸 黑宜鹹 赤宜苦 白宜辛’으로 되어 있다.
- 6) 五宜: 『太素』卷二調食에는 이 두자가 없는데, 語譯에도 “周本, 馬注本, 張注本에는 이 글자가 없다.”하였다.
- 7) 脾病者 宜食秬米飯牛肉棗葵: 『甲乙』卷六第九에는 이 아래에 ‘甘者入脾用之’의 여섯글자가 더 있다.
- 8) 心病者 宜食麥羊肉杏薤: 『甲乙』卷六第九에는 이 아래에 ‘苦者入心用之’의 여섯글자가 더 있다.
- 9) 腎病者 宜食大豆黃卷猪肉栗藿: 『甲乙』卷六第九에는 ‘腎病者 宜食大豆猪肉栗藿 鹹者入腎用之’로 되어 있다.
- 10) 肝病者 宜食麻犬肉李韭: 『素問』藏氣法時論에는 ‘小豆犬肉李韭’으로 되어 있고, 『甲乙』卷六第九에는 이 아래에 ‘酸者入肝用之’의 여섯글자가 더 있다.
- 11) 肺病者 宜食黃黍雞肉桃葱: 『甲乙』卷六第九에는 이 아래에 ‘辛者入肺用之’의 여섯글자가 더 있다.

【較註】

[1] 五穀 秬米甘 麻酸 大豆鹹 麥苦 黃黍辛 景岳은 “秬은 通俗의으로는 粳으로 쓰고 있고 麻는 芝麻를 말한다. 大豆는 黃黑靑白色的의 콩종류를 모두 大豆라고 한다. 黍는 糯小米를

15) 景岳: 秬은 俗作粳이요 麻는 芝麻也라 大豆는 黃黑靑白等豆를 均稱大豆라 黍는 糯小米也니 可以釀酒라 北人呼爲黃米요 又曰黍子라 此는 五穀之味合五行者라

16) 景岳: 此는 五果之味合五行者라

말하는데 술을 담글 수 있다. 북쪽지방 사람들은 黃米라 부르고 黍子라고도 한다. 이는 五穀의 五味가 五行에 相合되는 것이다.”¹⁵⁾하였다.

[2] 五果 棗甘 李酸 栗鹹 杏苦 桃辛

景岳은 “이는 五果의 五味가 五行에 相合되는 내용이다.”¹⁶⁾하였다.

[3] 五畜 牛甘 犬酸 猪鹹 羊苦 雞辛

景岳은 “이는 五畜의 五味가 五行에 相合되는 내용이다.”¹⁷⁾하였다.

[4] 五菜 葵甘 韭酸 薑鹹 薤苦 葱辛

太素는 “冬葵子是 맛이 달고 차면서 無毒한 데 黃芩을 使로 삼고, 葵根은 맛이 달고 차며 無毒하고, 葉은 모든 나물가운데 主將이 되고, 冬葵子의 心核을 복용하면 사람을 상하게 한다.”¹⁸⁾하였고, 景岳은 “薑은 大豆의 잎이다. 薤는 野蒜인데 爾雅翼에 ‘薤는 부추와 비슷한데 씨가 없다.’하였다. 이는 五菜의 五味가 五行에 相合하는 내용이다.”¹⁹⁾하였다.

[5] 五色 黃色宜甘 青色宜酸 黑色宜鹹 赤色宜苦 白色宜辛 凡此五者 各有所宜 五宜所言五色者

景岳은 “이는 五色이 五味에 相合되는 내용이다.”²⁰⁾하였고, 馬는 “이는 五色이 五味와 더불어 相合되는 관계가 있으므로 五臟의 病에도

各其 자기와 걸맞는 色과 맛을 사용해야 된다는 것을 이야기한 것이다.”²¹⁾하였으며, 張은 “五穀은 養, 五果는 助, 五畜은 益, 五菜는 充이 되므로 氣味를 綜合하여 복용하므로서 精氣를 보익해야 한다. 그러므로 五色은 五味와 相合이 되어 각기 의당 사용할 바가 있는 것이다. 五臟은 안으로 五行에 相合하고 밖으로 五色에 相合하니, 五味가 胃로 들어가면 各其 자기가 좋아하는 곳으로 歸納하고 津液도 各其 자기 길로 注入하여 五臟을 기르기 때문에 五臟에 病이 있을 경우에는 五味의 相宜(相合)관계를 따라야 한다.”²²⁾하였다.

[6] 脾病者 宜食秬米飯牛肉棗葵

太素는 “脾病에는 甘味를 먹어야 하는데 素問에 ‘甘味는 補하고 苦味는 瀉한다’고 하였다.”²³⁾, 馬·景岳은 “黃色과 甘味는 土에 속하고 脾 또한 土에 속하므로 色이 黃色인 것은 意당 맛이 달게 된다. 그리고 脾가 病이 드는것은 주로 脾氣가 不足한 것이므로 마땅히 穀, 果, 畜, 菜中에서도 甘味를 가진 것을 복용하여 補益해야 한다.”²⁴⁾하였다.

[7] 心病者 宜食麥羊肉杏薤

太素는 “心病에는 苦味를 먹어야 하는데 素問에 ‘鹹味는 補하고 甘味는 瀉한다’하였다.”²⁵⁾, 馬·景岳은 “赤色과 苦味는 火에 속하고 心 또

17) 景岳：此는 五畜之味合五行者라

18) 太素：冬葵子是 味甘寒無毒하고 黃芩爲之使요 葵根은 味甘寒無毒하고 葉爲百菜主며 心傷人이라

19) 景岳：薑은 大豆葉也라 薤는 野蒜也니 爾雅翼에 曰 薤似韭而無實이라하니라 此는 五菜之味合五行者라

20) 景岳：此는 五色之合於五味者라

21) 馬：此는 言五色이 與五味로 相宜而五臟之病에 各有所當用也라

22) 張：五穀爲養이요 五果爲助요 五畜爲益이요 五菜爲充이니 氣味合而服之하여 以補精益氣라 是以로 五色合五味而 各有所宜也라 五臟은 內合五行하고 外合五色하니 五味入胃에 各歸所喜하고 津液이 各走其道하여 以養五臟 故로 五臟病者는 隨五味所宜也라

23) 太素：脾病에 食甘이니 素問에 甘味는 補하고 苦味는 爲瀉라하니라

24) 馬：黃色屬土하고 甘味屬土하며 脾亦屬土 故로 色之黃者宜甘而脾病者는 主脾氣不足이니 宜食穀果畜菜之甘以益之라

· 景岳：脾屬土하고 甘入脾 故로 宜用此甘物이라

한 火에 속하므로 色이 붉은 것은 의당 쓰다. 心病者는 주로 心氣가 不足한 것이므로 의당 穀, 果, 畜, 菜中에서도 쓴맛을 가진 것을 복용하여 補益해야 한다.”²⁶⁾하였다.

[8] 腎病者 宜食大豆黃卷豬肉栗藿

太素는 “腎病에는 鹹味를 먹어야 하는데 素問에 ‘鹹味는 寫하고 苦味는 補한다’하였다.”²⁷⁾, 馬·景岳은 “黑色과 鹹味는 水에 속하고 腎 또한 水에 속하므로 色이 검은 것은 의당 짜다. 腎病者는 주로 腎氣가 不足한 것이므로 의당 穀, 果, 畜, 菜中에서도 鹹味를 가진 것을 복용하여 補益해야 한다.”²⁸⁾하였다.

[9] 肝病者 宜食麻犬肉李韭

太素는 “肝病에는 酸味를 복용해야 하는데 素問에 ‘酸味는 寫하고 辛味는 補한다’하였다.”²⁹⁾, 馬·景岳은 “青色과 酸味는 木에 속하고 肝 또한 木에 속하므로 色이 푸른 것은 의당 시다. 肝病者는 주로 肝氣가 不足한 것이므로 의당 穀, 果, 畜, 菜中에서도 酸味를 가진 것을 복용하여 보익해야 한다.”³⁰⁾하였다.

[10] 肺病者 宜食黃黍雞肉桃葱

太素는 “肺病에는 辛味를 먹어야 하는데 素問에 ‘辛味는 寫하고 酸味는 補한다’하였다.”³¹⁾, 馬·景岳은 “白色과 辛味는 金에 속하고 肺 또한 金에 속하므로 色이 흰 것은 의당 맵다. 肺病者는 주로 肺氣가 不足한 것이므로 의당 穀, 果, 畜, 菜中에서도 매운 것을 복용하여 보익해야 한다.”³²⁾하였다.

【直譯】

黃帝가 말하였다. “穀의 五味를 들을 수 있겠습니까?” 伯高가 말하였다. “請컨대 다 말씀드리겠습니다. 五穀中에 秠米는 甘, 麻는 酸, 大豆는 鹹, 麥은 苦, 黃黍는 辛하고 五果中에 棗는 甘, 李는 酸, 栗은 鹹, 杏은 苦, 桃는 辛하고 五畜中에 牛는 甘, 犬은 酸, 猪는 鹹, 羊은 苦, 鷄는 辛하고 五菜中 葵는 甘, 韭는 酸, 藿은 鹹, 菹는 苦, 葱은 辛하고 五色中에 黃色은 의당 甘하고 青色은 의당 酸하고 黑色은 의당 鹹하고 赤色은 의당 苦하고 白色은 의당 辛한데, 무릇이 다섯가지는 各其 의당함이 있으니 五宜는 五色을 말하는 것입니다. 脾病者는 마땅히 秠米飯, 牛肉, 棗, 葵를 먹어야 하고 心病者는 마땅히 麥, 羊肉, 杏, 菹를 먹어야 하고 腎病者는 마땅히 大豆黃卷, 猪肉, 栗, 藿을 먹어야 하고 肝病者는 마땅히 麻, 犬肉, 李, 韭를 먹어야 하고

25) 太素: 心病에 食苦니 素問에 鹹味는 補하고 甘味는 爲寫라하니라

26) 馬: 赤色屬火하고 苦味屬火하며 心亦屬火 故로 色之赤者宜苦而心病者는 主心氣不足이니 宜食穀果畜菜之苦者以益之요

• 景岳: 心屬火하고 苦入心 故로 宜用此苦物이라

27) 太素: 腎病에 食鹹이니 素問에 鹹味는 寫하고 苦味는 爲補라하니라

28) 馬: 黑色屬水하고 鹹味屬水하며 腎亦屬水 故로 色之黑者宜鹹而腎病者는 主腎氣不足이니 宜食穀果畜菜之鹹者以益之요

• 景岳: 大豆黃卷은 大豆芽也라 腎屬水하고 鹹入腎 故로 宜用此鹹物이라

29) 太素: 肝病에 食酸이니 素問에 酸味는 寫하고 辛味는 爲補라하니라

30) 馬: 青色屬木하고 酸味屬木하며 肝亦屬木 故로 色之青者宜酸而肝病者는 主肝氣不足이니 宜食穀果畜菜之酸者以益之요

• 景岳: 肝屬木하고 酸入肝 故로 宜用此酸物이라

31) 太素: 肺病에 食辛이니 素問에 辛味는 寫하고 酸味는 爲補라하니라

32) 馬: 白色屬金하고 辛味屬金하며 肺亦屬金 故로 色之白者宜辛而肺病者는 主肺氣不足이니 宜食穀果畜菜之辛者以益之라

• 景岳: 肺屬金하고 辛入肺 故로 宜用此辛物이라 此上五節은 與五藏生成論之五合과 宣明五氣篇之五入者로 意同하니 皆用本藏之味하여 以治本藏之病也라

肺病者는 마땅히 黃黍, 雞肉, 桃, 葱을 먹어야 합니다.

第四章. 五味의 宜忌

【原文】

五禁⁽¹⁾은 肝病禁辛하고 心病禁鹹하고 脾病禁酸하고 腎病禁甘하고 肺病禁苦⁽²⁾라 肝色靑하니 宜食甘이라 稭米飯牛肉棗葵皆甘⁽³⁾이요 心色赤하니 宜食酸이라 犬肉麻李韭皆酸⁽⁴⁾이요 脾色黃하니 宜食鹹이라 大豆豕肉栗藿이 皆鹹⁽⁴⁾이요 肺色白하니 宜食苦라 麥羊肉杏薤皆苦⁽⁵⁾요 腎色黑하니 宜食辛이라 黃黍雞肉桃葱⁽⁶⁾이 皆辛이니이다

【字句解】

(1) 禁：制止, 抑制의 뜻이다.

【校勘】

- 1) 腎病禁甘 肺病禁苦：『甲乙』卷六第九에는 ‘肺病禁苦 腎病禁甘’으로 되어 있다.
- 2) 稭米飯牛肉棗葵皆甘：『太素』卷二調食에는 ‘稭米飯牛肉棗皆甘’으로 되어 있다.
- 3) 犬肉麻李韭皆酸：『太素』卷二調食에는 ‘犬肉李皆酸’으로 되어 있다.
- 4) 大豆豕肉栗藿皆鹹：『太素』卷二調食에는 ‘大豆豕肉栗皆鹹’로 되어 있다.
- 5) 麥羊肉杏薤皆苦：『太素』卷二調食에는 ‘麥羊肉杏皆苦’로 되어 있다.
- 6) 黃黍雞肉桃葱皆辛：『太素』卷二調食에는 ‘黃黍雞肉桃皆辛’으로 되어 있다.

【較註】

[1] 肝病禁辛 心病禁鹹 脾病禁酸 腎病禁甘 肺病禁苦

太素·景岳·馬·張 등은 “相剋關係에 있는 臟器가 병이 들었을 때에는 그와 상극되는 五味의 服用을 禁해야 한다. 辛味는 金에 속하여 肝木을, 鹹味는 水에 속하여 心火를, 酸味는 木에 속하여 脾土를, 甘味는 土에 속하여 腎水를, 苦味는 火에 속하여 肺金을 克伐할 수 있다.”³³⁾ 하였다.

[2] 肝色靑 宜食甘 稭米飯牛肉棗葵皆甘

太素·景岳은 “肝은 木이고 甘味는 土이다. 肝病에 甘味를 먹는 것은 木이 土를 상극하는데 상극하는 관계를 이용해서 간을 돕고자 한 것이다.”³⁴⁾ 하였고, 馬는 “이는 또 五臟에 마땅히 복용해야할 食味가 있으므로 이 관계를 이용하여 고통받고 있는 臟器를 치료해야 한다는 것을 이야기한 것이다. 素問臟氣法時論에 말하길 ‘肝이 拘急되어 괴로우면 急히 甘味를 먹어 緩和시켜야 하고 心이 늘어져 괴로우면 急히 酸味를 먹어 수렴시켜야 하며 脾가 濕으로 괴로우면 急히 苦味를 먹어 燥濕시켜야 하고 肺의 氣가 上逆되어 괴로우면 急히 辛味를 먹어 泄下시켜야 하고 腎이 燥해져 괴로우면 急히 辛味를 먹어 潤燥하게 해야 한다.’하고 글의 끝에 이르러 또 말하기를 ‘肝의 色은 푸르므로 마땅히 甘味를 먹어야 하는데 稭米, 牛肉, 棗, 葵가 다 甘味이고 心의 色은 붉으므로 宜당 酸味를

33) 太素：五味所剋之藏에 有病이면 宜禁其能剋之味라

· 景岳：辛味는 屬金하여 能克肝木하고 鹹味는 屬水하여 能克心火하고 酸味는 屬木하여 能克脾土하고 甘味는 屬土하여 能克腎水하고 苦味는 屬火하여 能克肺金이라

· 馬：此는 言五臟之味에 有五禁하니 皆五行之相剋者也라 金克木 故로 肝病禁辛이요 水克火 故로 心病禁鹹이요 木剋土 故로 脾病禁酸이요 土克水 故로 腎病禁甘이요 火克金 故로 肺病禁苦라

· 張：五味五氣에 有生有剋하고 有補有瀉 故로 五臟有病에 禁服剋勝之味라

34) 太素：肝者는 木也요 甘者는 土也라 宜食甘者는 木剋於土하니 以所剋資肝也라

· 景岳：藏氣法時論에 曰 肝苦急하니 急食甘以緩之라하니 卽此意也라

먹어야 하는데 小豆, 犬肉, 李, 韭가 다 酸味이며 肺의 色은 희므로 의당 苦味를 먹어야 하는데 麥, 羊肉, 杏, 薤가 苦味이고 脾의 色은 黃色이므로 의당 鹹味를 먹어야 하는데 大豆, 豕肉, 栗, 藿이 다 鹹味이고 腎의 色은 검으므로 의당 辛味를 먹어야 하는데 黃黍, 鷄肉, 桃, 葱이 다 辛味이다.'고 하였다.”³⁵⁾하였고, 張은 “色은 氣의 精華이고 緩急燥濕은 臟氣의 不和에서 생기는 현상이다. 五臟에 五氣의 괴로움이 있으므로 五味로 이를 조절해야 하는데 陰인 味를 사용하여 陽인 氣를 조절하는 것이다.”³⁶⁾하였다.

[3] 心色赤 宜食酸 犬肉麻李韭皆酸

太素는 “心은 火이고 酸味는 木인데 木生心의 관계에 의해서 어머니가 자식을 돕는 것이다.”³⁷⁾하였고, 景岳은 “藏氣法時論에 ‘心은 늘어져 고통받기 쉬우므로 急히 酸味를 써서 수습해야 한다’하였다.”³⁸⁾

[4] 脾色黃 宜食鹹 大豆豕肉栗藿皆鹹

太素는 “脾는 土이고 鹹味는 水이다. 土는 水를 克伐하고 水味는 鹹하기 때문에 鹹味를 써서 脾를 돕는 것이다.”³⁹⁾하였고, 馬는 “무릇 內經에서 ‘脾苦濕急食苦以燥之’라 해놓고 나중에 또 ‘脾色黃宜食鹹’이라고 하여 서로 모순되는 듯한 이론을 전개하고 있다. 그런데 脾臟과 鹹

味의 관계를 궁구해 보면 바로 機關을 調理하는 뜻을 알 수 있다. 腎은 胃의 關門이 되고 脾는 胃와 더불어 相合하기 때문에 鹹味의 柔軟한 성질을 빌려 胃의 機關을 滑利하게 하고자 한 것이니, 機關이 滑利해지면 胃氣도 비로소 運行이 되고 胃氣가 운행이 되어야만 穀氣도 化生되는 것이다. 그러므로 脾臟에 적절한 味는 다른 장부와 똑같을 수 없는 것이다.”⁴⁰⁾하였고, 張은 “내 자세히 살펴보건대 脾가 濕으로 괴로움을 당하면 急히 苦味로 燥濕시켜야 하는데 여기에서는 또 ‘脾色黃宜食鹹大豆豕肉栗藿皆鹹’이라고 하였다. 이는 아마도 脾는 陰中の 至陰이 되고 濕土의 氣를 주관하므로 燥를 좋아하고 寒濕을 싫어하는 것이다. 그러므로 이때에는 마땅히 苦味로 燥濕시켜야 한다. 그러나 脾臟은 四臟을 灌溉하는데 이때에는 上氣가 潤濕한 다음에야 流行할 수 있기 때문에 鹹味를 써서 滋潤시키는 것이다. 그러므로 玉機眞藏論에 ‘脾는 土이고 孤臟으로서 四旁을 灌溉하는 역할을 한다. 脾脈이 오는 것이 마치 洪水가 밀려오듯 하는 것은 太過이고 病이 外部에 있는 것이기 때문에 의당 苦味를 써서 燥濕시켜야 하고, 마치 새가 부리로 먹이를 쪼는 것처럼 脈이 오는 것을 不及이라고 하는데 이는 病이 內部에 있다고 한 것은 雀啄의 脈과 같은 것이 멈추어 運行하지 않는 것을 말한 것이므로 이

35) 馬: 此는 又言五臟有宜食之味니 皆自其所苦者而治之也라 素問藏氣法時論에 云肝苦急하면 急食甘以緩之하고 心苦緩하면 急食酸以收之하고 脾苦濕하면 急食苦以燥之하고 肺苦氣上逆하면 急食苦以泄之하고 腎苦燥하면 急宜辛以潤之라하고 至末又云 肝色青하니 宜食甘이니 粳米牛肉棗葵皆甘하고 心色赤하니 宜食酸이니 小豆犬肉李韭皆酸하고 肺色白하니 宜食苦니 麥羊肉杏薤皆苦하고 脾色黃하니 宜食鹹이니 大豆豕肉栗藿皆鹹하고 腎色黑하니 宜食辛이니 黃黍鷄肉桃葱皆辛이라하니라

36) 張: 夫色者는 氣之華也요 緩急燥濕은 臟氣之不和也라 五臟에 有五氣之苦 故로 宜五味以調之니 用陰而和陽也라

37) 太素: 心者는 火也요 酸者는 木也라 木生心也니 以母資子也라

38) 景岳: 藏氣法時論에 曰 心苦緩하니 急食酸以收之라하니라

39) 太素: 脾者는 土也요 鹹者는 水也라 土剋於水하고 水味鹹 故로 食鹹以資於脾也라

40) 馬: 夫既曰脾苦濕急食苦以燥之이라하여늘 而後에 又云脾色黃宜食鹹이라하니 究斯宜食하면 乃調利機關之義라 腎爲胃關이요 脾與胃合 故로 假鹹柔軟하여 以利機關이니 關利而胃氣乃行하고 胃行而穀氣方化 故로 脾之宜味는 與各臟으로 不同也라

• 景岳: 啓玄子云 究斯宜食하면 乃調利機關之義也라 腎爲胃關이요 脾與胃合 故로 假鹹柔潤하여 以利其關이라 關利而胃氣乃行하고 胃行而脾氣方化 故로 脾之宜味는 與他臟不同이라하니라 藏氣法時論에 曰 脾苦濕하니 急食苦以燥之라하니라

때에는 鹹味를 써서 潤濕하게 하므로써 脾의 灌溉作用을 돕고자 한 것이다. 脾는 土臟이고 中央에 위치하므로 中和의 기운을 얻지 못하면 太過와 不及의 區分이 있게 된다. 이런 까닭으로 脾臟病에 있어 五味의 복용에는 두가지 다 의당함이 있게 되는 것이다.”⁴¹⁾하였다.

[5] 肺色白 宜食苦 麥羊肉杏薤皆苦

太素는 “肺는 金이고 苦味는 火에 해당된다. 火는 金을 克伐하는데 억제하므로써 도움을 주는 것이다.”⁴²⁾하였고, 景岳은 “藏氣法時論에 肺는 氣가 上逆되어 괴로움을 당하기 쉬우므로 急히 苦味를 써서 泄下시켜야 한다.”⁴³⁾하였다.

[6] 腎色黑 宜食辛 黃黍雞肉桃葱皆辛

太素는 “腎은 水이고 辛味는 金에 속한다. 金은 水에서 생기는 것이니, 어머니가 자식을 돕는 것이다.”⁴⁴⁾하였고, 景岳은 “藏氣法時論에 腎은 燥로 괴로움을 당하니, 急히 辛味를 써서 潤燥해야 한다. 辛味는 腠理를 열고 津液을 이르게 하여 氣를 通하게 하기 때문이다.”⁴⁵⁾하였다.

【直譯】

五禁은 肝病에는 辛味를 禁하고 心病에는 鹹味를 禁하고 脾病에는 酸味를 禁하고 腎病에는 甘味를 禁하고 肺病에는 苦味를 禁하는 것입니다. 肝色은 靑하니 의당 甘味를 먹어야 하는데 稗米飯, 牛肉, 棗, 葵가 가 甘味이고 心色은 赤하니 의당 酸味를 먹어야 하는데 犬肉, 麻, 李, 韭가 다 酸味이고 脾色은 黃하니 의당 鹹味를

먹어야 하는데 大豆, 豕肉, 栗, 薺이 다 鹹味이고 肺色은 白하니 의당 苦味를 먹어야 하는데 麥, 羊肉, 杏, 薤가 苦味이고 腎色은 黑하니 의당 辛味를 먹어야 하는데 黃黍, 雞肉, 桃, 葱이 다 辛味입니다.”

【意譯】

黃帝가 말하였다. “願컨대 穀氣에 五味가 있다고 들었는데, 그것이 五藏에 들어 갈때에는 어떤 원칙으로 分別되어 들어감니까?” 伯高가 대답하였다. “胃는 五藏六府의 海입니다. 水穀은 다 胃로 들어가 腐熟, 消化되고 그런 다음 五藏六府는 전부 胃에서 氣를 받습니다. 五味는 各其 자기가 좋아하는 곳으로 走行하니, 穀味가 酸하면 먼저 肝으로 走行하고 穀味가 苦하면 먼저 心으로 走行하고 穀味가 甘하면 먼저 脾로 走行하고 穀味가 辛하면 먼저 肺로 走行하고 穀味가 鹹하면 먼저 腎으로 走行합니다. 穀氣의 津液이 이미 運行되어 營衛의 氣運이 크게 通하게 되면 비로소 糟粕으로 變化하여 차례차례 아래로 傳達됩니다.”

黃帝가 말하였다. “營衛의 運行은 어떻게 이루어 집니까?” 伯高가 말하였다. “水穀이 처음 胃로 들어가면 그 精微로운 물질은 먼저 胃에서 나와 上焦, 中焦의 兩焦에 이르러 五藏을 灌溉하고 別出하여 營衛 두길로 運行하며, 그 大氣로서 懵쳐 運行되지 않는 것은 胸中에 쌓이게 되는데 이를 氣海라 합니다. 이 大氣는 肺로 나와 喉咽으로 循行하기 때문에 숨을 내쉬면

41) 張: 愚按컨대 脾苦濕하면 急食苦以燥之어늘 又曰 脾色黃宜食鹹大豆豕肉栗薺皆鹹이라하니 蓋脾爲陰中之至陰이요 主濕土之氣하니 喜燥而惡寒濕者也라 故로 宜食苦以燥之라 然이나 灌溉於四臟하니 土氣潤濕而後에 流行故로 又宜食鹹以潤之라 故로 玉機眞藏論에 曰脾者는 土也요 孤臟以灌四旁者也라 其來如水之流者는 此謂太過니 病在外 故로 宜急食苦以燥之요 如鳥之喙者를 此謂不及이니 病在中은 謂如黔喙之屬이 艮止而不行 故로 食鹹以滋其潤濕而灌溉也라 蓋脾爲土臟이요 位居中央하니 不得中和之氣면 則有太過不及之分이라 是以로 食味之有兩宜也라

42) 太素: 肺者는 金也요 苦者는 火也라 火剋於金也니 以能剋爲資也라

43) 景岳: 藏氣法時論에 曰 肺苦氣上逆하니 急食苦以泄之라하니라

44) 太素: 腎者는 水也요 辛者는 金也라 金生於水하니 以母資子라

45) 景岳: 藏氣法時論에 曰 腎苦燥하니 急食辛以潤之니 開腠理하고 致津液하여 通氣也일새라

나가고 숨을 들이쉬면 들어갑니다. 天地의 精氣는 그 대략적인 量이 恒常나가는 것은 四分의 三이고 들어가는 것은 四分의 一이기 때문에 음식을 만나절정도 섭취하지 않으면 氣가 衰해 지고 하루를 섭취하지 않으면 氣가 極少해 집니다.”

黃帝가 말하였다. “水穀의 五味를 들을 수 있겠습니까?” 伯高가 말하였다. “請컨대 다 말씀드리겠습니다. 五穀中에 秬米는 甘, 麻는 酸, 大豆는 鹹, 麥은 苦, 黃黍는 辛하고 五果中에 棗는 甘, 李는 酸, 栗은 鹹, 杏은 苦, 桃는 辛하고 五畜中에 牛는 甘, 犬은 酸, 猪는 鹹, 羊은 苦, 鷄는 辛하고 五菜中에 葵는 甘, 韭는 酸, 藿은 鹹, 薤는 苦, 葱은 辛합니다. 五色中에 黃色은 甘하고 青色은 酸하고 黑色은 鹹하고 赤色은 苦하고 白色은 辛합니다. 무릇 이 다섯가지는 各其 味함이 있는데 이 味함이 있다는 것은 五色과의 關係를 말하는 것입니다.

脾病者는 마땅히 秬米飯, 牛肉, 棗, 葵를 먹어야 하고 心病者는 마땅히 麥, 羊肉, 杏, 薤를 먹어야 하고 腎病者는 마땅히 大豆黃卷, 猪肉, 栗, 藿을 먹어야 하고 肝病者는 마땅히 麻, 犬肉, 李, 韭를 먹어야 하고 肺病者는 마땅히 黃黍, 雞肉, 桃, 葱을 먹어야 합니다. 五禁은 肝病에는 辛味를 禁하고 心病에는 鹹味를 禁하고 脾病에는 酸味를 禁하고 腎病에는 甘味를 禁하고 肺病에는 苦味를 禁하는 것입니다. 肝色은 靑하니 甘味를 먹어야 하는데 秬米飯, 牛肉, 棗, 葵가 甘味이고 心色은 赤하니 酸味를 먹어야 하는데 犬肉, 麻, 李, 韭가 다 酸味이고 脾色은 黃하니 苦味를 먹어야 하는데 大豆, 猪肉, 栗, 藿이 다 苦味이고 肺色은 白하니 辛味를 먹어야 하는데 麥, 羊肉, 杏, 薤가 辛味이고 腎色은 黑하니 甘味를 먹어야 하는데 黃黍, 雞肉, 桃, 葱이 다 甘味입니다.”

五味의 基本藥理

五味	性 用	補(藏性에 順)	瀉(藏性에 逆)
酸 味	收 斂	補 肺	瀉 肝
苦 味	堅 脆	補 腎	瀉 脾
甘 味	緩 急	補 脾	瀉 心
辛 味	潤 燥	補 肝	瀉 肺
鹹 味	軟 堅	補 心	瀉 腎

五味의 苦欲補瀉

五 藏	苦	欲
肝	苦 急(甘以緩之)	肝欲散(辛散)
心	苦 緩(酸以收之)	心欲栗(鹹栗)
脾	苦 濕(苦以燥之)	脾欲緩(甘緩)
肺	苦 氣上逆(苦泄)	肺欲收(酸收)
腎	苦 燥(辛潤)	腎欲堅(苦堅)

*苦: 五藏機能의 太過를 나타내는데 病變招來時에는 邪氣實로 表現된다.
 欲: 五藏機能의 不足을 나타내는데 病變招來時에는 藏氣虛로 表現된다.

飲食이나 藥物의 效能을 說明하고 있다.

IV. 考 察

第1章에서는 ‘五味所喜’라는 用語를 使用하여 五味와 五藏과의 關係를 說明하고 있다. 우리가 日常 攝取하는 飲食에는 각기 나뉠의 냄새와 맛이 있기 마련인데, 이 가운데 음식이나 약의 맛이 人體內部的 五臟과 어떤 連繫性을 갖고 있고, 또 어떤 影響을 미치는 가에 대한 理論이 우리 韓醫學의 독특한 藥理觀인데 이에 대하여 內經에서는 여러편에 걸쳐 多樣하게 설명하고 있다. 五味와 五臟의 관계에 대한 原則은 ‘穀味酸 先走肝 穀味苦 先走心 穀味甘 先走脾 穀味辛 先走肺 穀味鹹 先走腎’라는 문구에 잘 나타나 있다.

그러나 이들 관계에 어떤 必然性, 내지는 當爲性에 대한 說明이 부족한 실정이고, 그러므로 서 오늘날에 와서도 이에 대한 확신이 안서고 과학적인 論據를 提示하지 못하고 있는게 현실이다. 실험적 방법에 의한 證明은 차치하고라도 나뉠의 妥當性과 확실한 인식방법을 개발해서 이에 대한 확신이 서야 음식이나 약물을 사용하는 데 애로점이 없을 것이다. 五味가 人體의 각 臟腑組織에 어떻게 영향을 미치는 가와 왜 그렇게 作用되는가를 밝히는 것이 韓醫學을 하는 사람들의 急先務인 것이다. 이런 차원에서 五味의 人體 組織에의 영향은 크게 두 방면으로 생각해 볼 수 있는데 한가지는 相互 助長的으로 作用하는 側面이 있을 것이고, 하나는 相互 抑制的으로 作用하는 側面이 있을것이라는 것은 쉽게 推論할 수 있는 문제다. 그러므로 우리는 먼저 오장의 生理機能과 五味의 作用을 설정해 놓아야만 兩者間的 關係가 定立될 것이다. 이를 內經에서는 苦欲補瀉로 說明하고 있는데 참고로 이를 도표로 나타내면 다음과 같으며 아래와 같은 原則에 의하여 韓醫學에서는

第2章의 “其大氣之搏而不行者”의 文句中 ‘搏’을 語譯에 “周本, 統本, 金陵本, 明本, 藏本에도 모두 ‘搏’으로 되어 있다.”하였는데 太素와 甲乙經을 살펴봐도 역시 ‘搏’으로 되어 있다. 그러나 太素의 楊注, 類經, 靈樞縣解 등을 살펴보면 ‘搏’을 모두 ‘聚’의 뜻으로 해석하고 있으므로 ‘搏’이 맞는것 같다. “天地之精氣 其大數常出三入一 故穀不入半日則氣衰 一日則氣少矣”의 文章中 ‘天地之精氣’가 太素에는 ‘天之精氣’로 되어 있는데 本篇에서 論하고 있는 것이 天의 精氣인 大氣와 地의 精氣인 水穀之氣가 人體에 어떻게 作用하는 있는가를 問題삼고 있으므로 太素의 記載는 부적절하다고 여겨진다. 그리고 ‘出二入一’의 해석에 있어 각 註家の 註釋을 살펴보면 대개 세가지로 說明하고 있음을 알 수 있다. 첫째로 太素에서는 “氣海가운데에 水穀의 精氣가 呼吸을 따라 出入하게 된다. 사람이 숨을 내쉴때에 水穀의 精氣는 三分쯤 나가게 되고, 숨을 들이 마실때에 一分쯤 다시 들어가므로 사람이란 飲食의 도움을 받아 腸胃의 虛를 채움으로서 돌아오지 못하는(消耗되는) 氣를 이어 지게 한다.”하였고, 둘째로 馬蒔와 張介賓은 “天地의 氣는 숨을 들이 쉴때에 들어가고 穀食의 氣는 숨을 내쉴 때 나가므로 精氣가 나가고 들어가는 것을 總計해 보면 나가는 것은 三分, 들어가는 것은 단지 一分에 지나지 않아 오직 나가는 것은 많고 들어가는 것은 적게 된다.”하였으며, 셋째로 張은 “任谷庵이 말하기를 ‘하늘은 사람에게 五氣를 먹이고 땅은 사람에게 五味를 먹이는데, 水穀이 胃로 들어가 精微를 化生시키므로서 五氣와 五味가 있게 된다. 그러므로 天地의 精氣가 되는 것이다. 그런데 五穀이 胃로 들어가면 糟粕, 津液과 宗氣로 나뉘어져 三遂가 되기 때문에 恒常 나가는 것은 三分, 들어가는 것은 一分이 된다.’”하였다.

第3章에서는 五穀, 五果, 五畜, 五菜의 五味와 臟腑의 相合關係를 具體的인 例를 들어 說明하고 있다. 우리가 일상 섭취하는 飲食物도 分析해 보면 五味에 지나지 않고 이 五味는 또 나름의 독특한 性用이 있으므로 臟腑組織의 虛實에 따라 적합한 음식을 섭취해야 건강을 유지하여 질병을 예방할 수 있고 나아가 이런 관계를 이용하여 질병도 치료할 수 있는 것이다. 五穀은 主食이 되어 우리 몸에 필요한 양분을 공급해주고, 五果는 五穀을 補助해 주는 역할을 하며, 五畜은 체내에 열량을 제공해주어 살찌게 하는 작용을 하고, 五菜는 각종 비타민을 공급해 주는 역할을 하므로 氣味를 綜合하여 복용하므로써 精氣를 보익해야 한다. 다시 말하면 五味가 胃로 들어가 代謝過程을 겪는 동안에 各其 자기가 좋아하는 곳으로 歸納되고, 津液도 各其 자기 길로 注入하여 五臟을 기르기 때문에 五臟에 病이 있을 경우에는 五味의 相合關係를 따라야 하는 것이다.

第4章의 “肝病禁辛 心病禁鹹 脾病禁酸 腎病禁甘 肺病禁苦”의 文句가 甲乙經에는 “肝病禁辛 心病禁鹹 脾病禁酸 肺病禁苦 腎病禁甘”으로 순서가 바뀌어 記載되어 있는데 이것이 맞다. 왜냐하면 이 문장의 앞이 肝, 心, 脾의 순서 즉

相生의 順序로 되어 있는 것으로 보아 이 글귀 다음에는 肺, 腎이 오는 것이 理致에 맞기 때문이다. “脾色黃宜食鹹 大豆豕肉栗藿皆鹹”의 문구를 해석함에 있어 太素에서는 “鹹味를 써서 脾를 돕는 것으로” 해석하였고, 景岳과 馬는 “무릇 內經에서 ‘脾苦濕急食苦以燥之’라 해놓고 나중에 또 ‘脾色黃宜食鹹’이라고 하여 서로 모순되는 듯한 이론을 전개하고 있다. 그런데 脾臟과 鹹味의 關係를 궁구해보면 바로 機關을 調理하는 뜻임을 알 수 있다. 腎은 胃의 關門이 되고 脾는 胃와 더불어 相合하기 때문에 鹹味の 柔軟한 성질을 빌려 胃의 機關을 滑利하게 하고자 한 것이니, 機關이 활리해지면 胃氣도 비로소 運行이 되고 胃氣가 運行이 되어야만 穀氣도 化生되는 것이다. 그러므로 脾臟에 적절한 味는 다른 장부와 똑같을 수 없는 것이다.”라 하였으며, 張은 “脾가 實해져 脾가 濕으로 인하여 飢로움을 받고 있을 때에는 苦味로 燥濕시켜야 하고 脾가 虛해져 나머지 四臟을 灌漑시키지 못하고 있을 때에는 鹹味를 써서 滋潤시켜야 한다.”고 해석하였다.

* 참고로 本篇의 內容을 綜合하여 五味와 臟腑間의 關係를 圖表로 나타내면 다음과 같다.

五穀, 五果, 五畜, 五菜의 五味와 臟腑의 五走, 五宜, 五禁

五味	酸	苦	甘	辛	鹹
五穀	麻	麥	秫米	黃黍	大豆
五果	李	杏	棗	桃	栗
五畜	犬	羊	牛	鷄	猪
五菜	韭	薤	葵	葱	藿
五走	酸先走肝	苦先走心	甘先走脾	辛先走肺	鹹先走腎
五宜	青色, 肝病, 心病, 宜食酸	赤色, 心病, 肺病, 宜食苦	黃色, 脾病, 肝病, 宜食甘	白色, 肺病, 腎病, 宜食辛	黑色, 腎病, 脾病, 宜食鹹
五禁	脾病禁酸	肺病禁苦	腎病禁甘	肺病禁辛	心病禁鹹

V. 結 論

『靈樞·五味篇』의 原文을 內容에 따라 四章으로 나누고 字句解, 校勘, 較註를 통하여 研究한 結果 다음과 같은 結論을 얻었다.

1. 第1章에서는 ‘五味所喜’라는 用語를 使用하여 五味와 五臟과의 關係를 說明하고 있는데 五味와 五臟의 關係에 대한 原則은 ‘穀味酸 先走肝 穀味苦 先走心 穀味甘 先走脾 穀味辛 先走肺 穀味鹹 先走腎’이라는 文句에 잘 나타나 있다. 이들 五味와 五臟間의 關係는 韓醫學의 傳統의인 藥理觀인 苦欲補瀉에서 출발하고 있는 것으로 보인다. 그러나 이들 關係에 어떤 必然性 내지 當爲性이 있는지에 대한 論理는 아직까지도 불확실한 측면이 많으므로 臨床과 科學의인 토대위에서 진일보 연구하여 再定立해야 할 것으로 보인다.
2. 第2章의 “其大氣之搏而不行者”의 文句中 ‘搏’은 宗氣의 狀態를 說明하고 있는 글귀인데, 宗氣는 胸中의 氣海에 쌓여 있어 일반의 氣처럼 經絡을 運行하지는 않으므로 搏(搏)字로 보는 것이 옳다.
3. 第2章의 “天地之精氣 其大數常出三入一 故穀不入半日則氣衰 一日則氣少矣”의 文章中 ‘天地之精氣’가 太素에는 ‘天之精氣’로 되어 있는데 本篇에서는 天의 精氣인 大氣와 地의 精氣인 水穀之氣를 論하고 있으므로 太素의 記載는 부적절하다고 여겨진다. 그리고 ‘出三入一’의 解釋에 있어 각 註家의 註釋을 살펴 보면 대개 세가지로 說明하고 있음을 알 수 있다. 첫째로 太素에서는 “사람이 숨을 내쉴 때에 水穀의 精氣는 三分쯤 나가게 되고, 숨을 들이마실 때에 一分쯤 다시 들어간다.”하였고, 둘째로 馬蒔와 張介賓은 “天地의 氣는 숨을 들이 쉴 때에 들어가고 穀食의 氣는 숨을 내쉴 때 나가므로 精氣가 나가고 들어가는 것을 總計해 보면 나가는 것은 三分, 들어가는 것은 단지 一分에 지나지 않는다.”하였고, 셋째로 張은 “五穀이 들어가는 길은 오직 한가지 바로 胃를 통해서 들어가고 나가는 길은 糟粕, 津液과 宗氣로 나뉘어 지므로 나가는 것은 三分, 들어가는 것은 一分이 된다.”하였다. 이 중 가장 현실적으로 타당하게 보이는 학설은 張의 論述로 여겨진다.
4. 第3章에서는 五穀, 五果, 五畜, 五菜의 五味와 臟腑의 相合關係를 具體的인 例를 들어 說明하고 있는데 五味가 胃로 들어가 代謝過程을 겪는 동안에 各其 자기가 좋아하는 곳으로 歸納되고, 津液도 各其 자기 길로 注入하여 五臟을 기르기 때문에 五臟에 病이 있을 경우에는 五味의 相合關係를 따라야 한다는 내용이다.
5. 第4章의 “肝病禁辛 心病禁鹹 脾病禁酸 腎病禁甘 肺病禁苦”의 文句가 甲乙經에는 “肝病禁辛 心病禁鹹 脾病禁酸 肺病禁苦 腎病禁甘”으로 기재되어 있는데 五行相生의 順序로 보아 甲乙經의 기재가 옳다.
6. 第4章의 “脾色黃宜食鹹 大豆豕肉栗藿皆鹹”의 文句를 해석함에 있어서는 諸家의 註釋이 분분한데 이는 內經에 역시 “脾苦濕急食苦以燥之”라는 글귀가 있어 內容상 矛盾되는 듯한 인상을 주기 때문이다. 그런데 脾臟과 鹹味의 關係에 대하여 太素에서는 鹹味의 억제작용으로 脾의 기능을 돕는 것이라 하였고, 馬는 腎이 胃의 關門이 되므로 鹹味의 柔軟

한 성질을 빌려 胃의 機關을 滑利하게 하는 것으로 註釋하였으며, 張은 脾藏의 虛實에 따라 脾가 實할때는 苦味로 燥濕시켜야 하고 脾가 虛할때는 鹹味를 써서 滋潤시켜야 한다고 해석 하였는데 張의 解釋이 비교적 자세하고 합리적이다

參考文獻

1. 皇甫謐：黃帝鍼灸甲乙經，北京，中國醫藥科技出版社，1990.
2. 楊上善：黃帝內經太素(清·袁昶刻本)，서울，大星文化社，1991.
3. 楊上善：黃帝內經太素(蕭延平本).
4. 王冰：新編黃帝內經素問，서울，大星文化社，1994.
5. 馬蒔：黃帝內經靈樞注證發微，北京，人民衛生出版社，1994.
6. 張馬合注：黃帝內經素問靈樞，서울，一中社，1988.
7. 陣夢雷 外1人：醫經註釋(古今圖書集成醫部全錄)，북경，人民衛生出版社，1988.
8. 張介賓：類經，서울，大星文化社，1992.
9. 黃元御：黃元御醫書十一種(靈樞懸解)，북경，人民衛生出版社，1990.
10. 廓霽春：黃帝內經靈樞校注語譯，서울，一中社，1992.
11. 河北醫學院：靈樞經校釋，북경，人民衛生出版社，1982.
12. 任應秋：黃帝內經章句索引，북경，人民衛生出版社，1986.
13. 丹波元簡：素問識，素問紹識，靈樞識，難經疏證，북경，人民衛生出版社，1984.
14. 小曾戶洋：黃帝內經古注選集5(靈樞講義)，オリエント出版社，1988.
15. 楊維傑：黃帝內經靈樞譯解，臺北，臺聯國風出版社，1981.
16. 王貴元 外1人：評析本白話黃帝內經，北京廣播學院出版社，1993.
17. 王冰：王冰註靈樞經，臺灣中華書局，1972.
18. 龍伯堅：黃帝內經概論，서울，論章，1990.
19. 元陽真人：黃帝內經(附白話全譯)，西南師範大學出版社，1993.
20. 李政育：靈樞讀書，臺北，新文豐出版公司，1977.
21. 宗全和：靈樞經，春秋出版社，內蒙古自治區，1988.
22. 池田政一：靈樞概論，서울，陰陽脈診出版社，1992.