

무에 대한 사상의학적 고찰

김종덕 · 안상우 · 송일병*

한국한의학회연구원, * 경희대학교 한의과대학

Abstract

A Reserch on the Radish based on the Sasang Constitutional Medicine(SCM)

Kim Jongdug, Ahn Sangwoo, Song Ilbyung*

Korea Institute of Oriental Medicine

* College of Oriental Medicine, Kyunghee University

The Sasang constitution food is classified by Sadang theory(四黨論), Aroma-Scent-Fluid-Taste(馨臭液味), Inhale-Exhale-Incomings-Outgoings(呼吸出納), Ascent-Descent-Open-Close(升降開闔), Healthy Energy(保命之主), which is different from the Oriental medicine herb classification of traditional oriental medicine.

So, we obtained the result of the characteristic of radish, one of much used food materials by examining ancient documents as follows.

First, today "Rae(來)" is used as "to come" but in ancient days, was used as "wheat". Radish(萊服) is the word made by meaning which removes and overcomes the poison of wheat

Second, Ancient people realized the power of its Inhale Disperse Qi (呼散之氣) when the root of radish raises quickly from the soil, and recognized that radish has such a good dissolving function when seeing Bean-curd becomes soft if radish is added to Bean-curd dish. That's why they classified that radish is lung medicine, and used it as Taeumin type medicine. So if someone is suffocated by the smoke and has indigestion, chronic asthmatic coughing, now we use radish by applying the Inhale Disperse Qi of radish.

Key words : radish, Taeumin, Inhale Disperse Qi, Healthy Energy

I. 서론

동무(東武) 이제마(李濟馬, 1837~1900)에 의해 처음 주장된 사상의학(四象醫學)은 인품장리(人稟臟理)와 인추심욕(人趨心慾)에 따라 태소음양인의 사상체질이 구분되어¹⁾ 생리 병리 및 진단 치료 양생 방법이 기존의학과 각각 서로 다르다고 보고 있다. 사상의학에 있어서 체질식이요법은 자신의 체질에 맞는 음식을 복용함으로써 질병을 예방하고 건강을 유지시켜주는 하나의 養生방법이다. 이 때 체질별식이요법의 대강을 『東醫壽世保元 甲午本(舊本)』에서 ‘태양인은 吸聚之氣, 소양인은 陰清之氣, 태음인은 呼散之氣, 소음인은 陽煖之氣가 保命之主로 偏小之臟이 본에 해당되므로 이를 보충하는 것이다.’라 하여 保命之主를 유지하는 방향임을 분명히 하고 있다.

이러한 체질식이요법의 중요성 때문에 그동안 사상의학계에서는 사상약재와 사상식품에 대한 여러 가지 연구가 진행되어 왔다.²⁾ 하지만 대부분 약재에 대한 연구에 치우쳐 있고 식품에 대한 연구가 미흡하였다. 또한 체질식품이 분류된 이유와 근거를 제시하는데 있어서는 매우 미흡한 현실이었으며 식품을 분류하는데 있어서도 각 학자들의 이견으로 인해 혼란이 있어왔다.³⁾ 더구나 한의학계 이외에는

식품의 효능을 이해하는데 있어서 한의학적 방법론이 아닌 물질적 성분분석에 치중하는 경향이 강하다. 따라서 사상의학적 입장으로 체질별식이요법의 체계적 구성과 그 이론적 근거의 제시가 필요하게 되었다.

이에 체질음식을 구분하는 기준을 제시하면서, 일반 요리에서 많이 사용되고 있는 무의 성질을 이해 함으로서 사상의학 입장에서 태음인 식품으로 무를 분류한 이유를 문헌적으로 살펴보고자 한다.

II. 사상식품 분류기준 도구

(1) 四黨論

사상의학에서는 폐비간신(肺脾肝腎)을 각각의 무리인 당(黨)으로 묶어 사당론(四黨論)이라는 새로운 방법론으로 설명하고 있다. 사당(四黨)으로 묶어 설명하는 것은 기존의 의서에서 찾아보기 어려운 것으로 동무만의 독특한 방법이다. 즉 폐당(肺黨)에는 胃脘 舌 耳 頭腦 皮毛 등이 배속되고,⁴⁾ 비당(脾黨)에는 胃 兩乳 目 背脊 筋 등이 배속되고,⁵⁾ 간당(肝黨)에는 小腸 臍 鼻 腰脊 肉 등이 배속되고,⁶⁾ 신당

1) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 人稟臟理 有四不同 肺大而肝小者 名曰太陽人 肝大而肺小者 名曰太陰人 脾大而腎小者 名曰少陽人 腎大而脾小者 名曰少陰人. 人趨心慾 有四不同 棄禮而放縱者 名曰鄙人 棄義而偷逸者 名曰懦人 棄智而飾私者 名曰薄人 棄仁而極慾者 名曰貪人.

2) 宋日兵, 『사상의학의 약리적 고찰』, 경희대학교 대학원, 1967.

조황성, 『四象方劑 構成의 分析研究』, 사상체질의학회지, 7(2), 1995.

이시우, 『東醫壽世保元 處方에 活用된 藥材에 대한 考察』, 원광대학교 석사학위논문, 1999.

김종열, 『四象體質別 藥材 分類에 관한 研究』, 원광대학교 박사학위논문, 2000.

박성식, 『東武遺稿 藥性歌에 대한 研究』, 사상체질의학회지, 13(2), 2001.

조황성, 『四象醫學의 原理와 方劑』, 집문당, 2003.

임진희 외, 『四象醫學 藥理에 관한 文獻의 考察』, 사상체질의학회지, 16(1), 2004.

3) 李義柱의, 『食品에 對한 考察』, 『사상의학회지』, 7(1), 1995.

金芝英의, 『體質別 食品分類의 妥當性과 活用に 관한 小考』, 『사상의학회지』, 7(1), 1995.

4) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 『臟腑論』, 水穀溫氣 自胃脘而化津 入于舌下 爲津海 津海者 津之所舍也 津海之清氣 出于耳而爲神 入于頭腦 而爲腦海 腦海者 神之所舍也 腦海之膩汁清者 內歸于肺 濁滓外歸于皮毛 故胃脘與舌耳頭腦皮毛 皆肺之黨也.

5) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 『臟腑論』, 水穀熱氣 自胃而化膏 入于臍間兩乳 爲膏海 膏海者 膏之所舍也 膏海之清氣 出于目而爲氣 入于背脊 而爲膜海 膜海者 氣之所舍也 膜海之膜汁清者 內歸于脾 濁滓 外歸于筋 故胃與兩乳目背脊筋 皆脾之黨也.

(腎黨)에는 大腸 前陰 口 膀胱 骨 등이 배속하는 것으로 보았다.)

비슷한 논리로 약재와 식품을 폐비간신(肺脾肝腎)에 해당되는 약으로 분류하여 체질별 약재로 구분하였다. 동무의 초기저작으로 알려진 『東武遺稿』에서 태음인약을 폐약(肺藥), 소음인약을 비약(脾藥), 태양인약을 간약(肝藥), 소양인약을 신약(腎藥)으로 분류하여 사상약성가(四象藥性歌)로 정리하고 있다. 이러한 생각은 『東醫壽世保元』에서 다음과 같이 그 흔적을 찾아볼 수 있다. 소양인의 경험방인 황련저두환(黃連猪肚丸)을 설명하는 대목에서 ‘소양인 약은 신약(腎藥)이고 맥문동은 폐약(肺藥)에 속한다.’⁸⁾ 고 언급하고 있으며, 육미지황탕(六味地黃湯)을 설명하면서 신약(山藥)은 폐약(肺藥)이라고 설명하고,⁹⁾ 태양인 약재를 설명하면서 ‘채소와 과일 가운데 청평소담(淸平疏淡)한 약은 모두 간약(肝藥)에 속한다.’¹⁰⁾라고 하여 체질별 약재를 사당론(四黨論)에 입각하여 분류하였다.

四黨論에서 언급하고 있는 肺脾肝腎은 기존의 한의학에서 보는 장부이론과 사뭇 다르다. 기존의 한의학에서 바라본 오행(五行. 木火土金水)과 사상의

학에서 바라보는 오행(五行)이 서로 다르다. 사실상 사상의학에서 토(土)는 다루지 않기 때문에 사실상 목화금수(木火金水)를 언급하고 있다. 『東武遺稿』에 의하면 신체적인 부위의 상하로 肺脾肝腎을 설정하고 이에 맞추어 木火金水로 배속하였다.¹¹⁾ 즉 폐(肺)는 목(木), 비(脾)는 화(火), 간(肝)은 금(金), 신(腎)은 수(水)로 배속하여 기존의 한의학에서 언급하고 있는 간(肝)이 목(木), 심(心)이 화(火), 비(脾)가 토(土), 간(肝)이 금(金), 신(腎)이 수(水)라고 하는 것과는 매우 다르다. 肺가 애(哀)에 배속되는데 이는 직증(直升)하고 脾가 노(怒)에 배속되는데 횡승(橫升)하고 肝이 희(喜)에 배속되는데 방강(放降)하고 腎이 낙(樂)에 배속되는데 함강(陷降)함을¹²⁾ 이해하면 사상의학적 입장에서는 당연히 肺는 木, 脾는 火, 肝은 金, 腎은 水에 속한다. 또한 ‘肺氣는 直而伸이오 脾氣는 栗而包오 肝氣는 寬而緩이오 腎氣는 溫而畜이니라.’¹³⁾라는 한 것도 이를 뒷받침하고 있다.

그러나 후에 동무는 기존 의학에 심취한 학자들의 오해(?)를 의식해서인지 말년에 저술된 『東醫壽世保元』에서는 슬그머니 오행(五行)에 대한 언급을 삭제하였다.

6) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 『臟腑論』, 水穀涼氣 自小腸而化油 入于臍 爲油海 油海者 油之所舍也 油海之清氣 出于鼻而爲血 入于腰脊 而爲血海 血海者 血之所舍也 血海之血汁清者 內歸于肝 濁滓 外歸于肉 故小腸與臍鼻腰脊肉 皆肝之黨也.

7) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 『臟腑論』, 水穀寒氣 自大腸而化液 入于前陰毛際之內 爲液海 液海者 液之所舍也 液海之清氣 出于口而爲精 入于膀胱 而爲精海 精海者 精之所舍也 精海之精汁清者 內歸于腎 濁滓 外歸于骨 故大腸與前陰口膀胱骨 皆腎之黨也.

8) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 『黃連猪肚丸』, 雄猪肚 一個 黃連 小麥炒 各 五兩 天花粉 白茯苓 各 四兩 麥門冬 二兩 右爲末 入猪肚中 封口 安甌中蒸 爛搗 作丸梧子大 ○此方 出於危亦林得效方書中 治強中證 ○今考更定 此方中 麥門冬一味 肺藥也 肺與腎一升一降 上下貫通 腎藥五味中 肺藥一味 雖爲贅材 亦自無妨 不必苛論

9) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 『六味地黃湯』, 熟地黃 四錢 山藥 山茱萸 各二錢 澤瀉 牡丹皮 白茯苓 各一錢五分 ○此方 出於虞博醫學正傳書中 治虛勞 ○今考更定 此方中 山藥一味 肺藥也

10) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 凡菜果之屬 淸平疏淡之藥 皆爲肝藥 蛤蜊 亦補肝.

11) 李濟馬, 『東武遺稿』, 肺屬木 脾屬火 肝屬金 腎屬水

12) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 哀氣直升 怒氣橫升 喜氣放降 樂氣陷降.
李濟馬, 『東武遺稿』, 肺能哀 脾能怒 肝能喜 腎能樂

13) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 肺氣 直而伸 脾氣 栗而包 肝氣 寬而緩 腎氣 溫而畜.

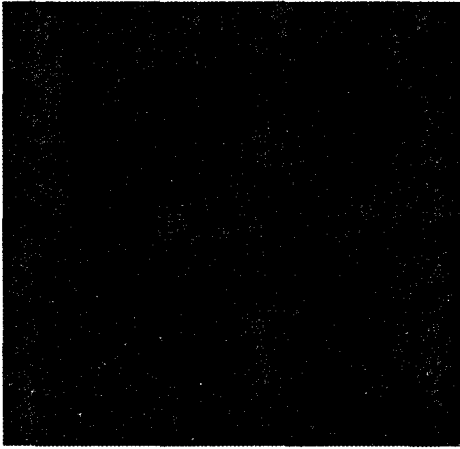


그림 1. 『普濟演說』 木火金水배속



그림 2. 김달래 편역 『東醫壽世保元補編』

『普濟演說』에서는 동무의 초기생각을 그대로 옮겨 폐(肺)는 목(木), 비(脾)는 화(火), 간(肝)은 금(金), 신(腎)은 수(水)로 배속하고 心은 중앙에 놓고 오행(五行)에 배속을 하지 않았다.¹⁴⁾ 『普濟演說』에서 ‘心은 一身의 주인으로 천군(天君)이다.’¹⁵⁾라 하여 오행에 배속하지 않았는데, 이는 『東醫壽世保元』에서 心을 중앙의 태극으로 보는 것과¹⁶⁾ 心을 일신(一身)의 주재(主宰)로 보는 것과¹⁷⁾ 같은 개념이다. 이는 『普濟演說』을 번역한 『東醫壽世保元補編』에서도 그대로 나타나고 있다.<그림 참고>¹⁸⁾

본래 목(木)의 개념을 뺀치는 개념으로 보았는데, 장부에 있어서 사상의학에서는 肺를 배속하였고 기존의 한의학에서는 肝을 배속하였을 뿐이다. 따라서 밖으로 일직선으로 뺀치는 개념인 木을 이해하고 肺의 衰心이 直升하는 것을 이해하면 사상의학에서

木에 肺를 배속한 것이 당연하게 된다.

(2)馨臭液味

체질별 약재를 분류하는데 있어서 여러 가지 기준이 있지만, 그 중의 하나가 ‘馨臭液味’의 방법이다. 『東武遺稿』에 의하면 형(馨)은 향기가 멀리 퍼져나가는 것을 의미하니 마치 애성(哀性)이 멀리 퍼져나가는 것과 흡사하여 태음인약(肺藥)에 배속되고, 취(臭)는 향기가 멀리 퍼져나가는 것이 아니라 근처에서만 나는 것으로 마치 노성(怒性)이 널리 감싸 안는 것과 흡사하여 소음인약(脾藥)에 배속되고, 액(液)은 흘러서 퍼지고 모여지되 2차원 공간에서만 가능하므로 마치 희성(喜性)이 넓게 퍼지는[廣張] 것과 흡사하여 태양인약(肝藥)에 배속되고, 미(味)는

14) 저자미상, 『普濟演說』, 臟腑總圖

15) 『普濟演說』, 心者 一身之主 名曰天君

16) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 五臟之心 中央之太極也 五臟之肺脾肝腎 四維之四象也 中央之太極 聖人之太極 高出於衆人之太極也 四維之四象 聖人之四象 旁通於衆人之四象也.

17) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 心爲一身之主宰 負隅背心 正向膈中 光明榮徹 耳目鼻口 無所不察 肺脾肝腎 無所不付 領臆臍腹 無所不誠 頭手腰足 無所不敬.

18) 김달래, 『東醫壽世保元補編』, 대성의학사, 2002. 42쪽

씹어야 맛을 아는 것과 같이 퍼지지 않고 뭉쳐지므로 마치 낙성(樂性)이 깊이 굳어지는 것과 흡사하여 소양인약(腎藥)에 속한다고 보았다.¹⁹⁾

동무는 ‘형(馨)이 많은 것은 폐(肺)로 기운이 들어가고, 취(臭)가 많은 것은 비(脾)로 기운이 들어가고, 옥(沃)이 많은 것은 간(肝)으로 기운이 들어가고, 미(味)가 많은 것은 신(腎)으로 기운이 들어간다. 황백(黃柏) 목통(木通) 산수유(山茱萸) 등은 그 미(味)가 깊이 흡입되어 신(腎)으로 들어가고, 맥문동(麥門冬) 오미자(五味子) 석창포(石菖蒲) 등은 그 형(馨)이 가볍고 맑아[輕清] 폐(肺)로 떠오르며, 관계(官桂) 부자(附子) 백출(白朮) 당귀(當歸) 등은 그 취(臭)가 맹렬(猛烈)하여 비(脾)를 씹씩하게 하고, 메밀[蕎麥] 포도(葡萄) 모과[木瓜] 등은 그 액(液)이 연음(緣淫)하여 간(肝)을 느슨하게[緩] 한다.’²⁰⁾고 태양인약의 기준인 액(液)을 옥(沃)으로 표현하고 각 체질별 약성을 좀더 구체적으로 설명하고 있다.

기존의 의서에 사용된 형(馨)은 원래 향기가 퍼져 나간다는 형향(馨香), 방형(芳馨)의 의미로 사용되었다. 『齊民要術』에서는 ‘굴껍질의 향기가 형향(馨香)하고 맛이 좋다.’²¹⁾라고 설명하고 있으며, 『湯液本草』(1289)에서는 ‘곽향은 방형(芳馨)한 기운이 있어 비장을 도와 막힌 위를 열어주며 구도를 그치게 한다.’²²⁾고 설명하고 있으며, 『景岳全書』(1624)에서는 ‘白芷 藿香 茅香 香附 防風 木香 甘草 등은 형향(馨香)한 약재이다. 혈기(血氣)가 좋은 향기[香]를 맡으

면 순행이 되고 악취[臭]를 맡으면 역행된다.’²³⁾고 설명하고 있으며, 『本草綱目』(1590)에서는 ‘촉초(蜀椒)는 형향(馨香)한 기운이 있다.’²⁴⁾고 설명하고 있다. 즉 태음인약재인 백지(白芷)와 소양인약재인 방풍(防風)을 제외하고는 대부분의 소음인약재에서 향기가 나는 형향(馨香)과 방형(芳馨)이라고 표현하였다. 따라서 동무는 자신이 생각했던 태음인약재의 특성을 생각하여 기존의 표현방식인 형향(馨香)과 방형(芳馨)대신 ‘형(馨)’이라고 표현한 듯하다.

(3) 呼吸出納

동무의 생리론(生理論)이라 할 수 있는 것이 수곡지기(水穀之氣)와 기액지기(氣液之氣)의 대사이다. 이는 『四象草本卷』에서 처음 보이는데, ‘곡도(穀道)는 장과 위로 통하여 있는데 온냉(溫冷)이 상하로서 이루어지고, 기도(氣道)는 삼초(三焦)로 통하여 허실은 표리(表裏)에서 고르게 맞추어진다.’²⁵⁾라 하여 사람이 먹고 숨을 쉬는 기초적인 대사를 설명하였다.

이는 뒤에 더욱 발전하여 『東醫壽世保元』에 ‘肺는 氣液을 내뿜고[呼], 肝은 氣液을 빨아들이고(吸), 脾는 水穀을 받아들이고(納), 腎은 水穀을 내보내는(出) 역할을 한다.’²⁶⁾고 정리되었다. 이를 다르게 표현하면 胃로 水穀이 들어오는데 脾가 호위하고, 대장으로 水穀이 나가는데 腎이 호위하니, 脾와 腎은

19) 李濟馬, 『東武遺稿』, 「總論」, 四藥之於四臟也 馨歸於肺 臭歸於脾 液歸於肝 味歸於腎.

20) 李濟馬, 『東武遺稿』, 藥物之性 厚馨者 歸於肺 厚臭者 歸於脾 厚沃者 歸於肝 厚味者 歸於腎 是故 黃柏 木通 山茱萸 等屬 其味深吸 而入於腎 麥門冬 五味子 石菖蒲等屬 其馨輕清 而浮於肺 官桂 附子 白朮 當歸等屬 其臭猛烈 而壯於脾 蕎麥 葡萄 木瓜等屬 其液緣淫 而緩於肝 以此而推 則百草可當而知之也.

21) 賈思勰, 『齊民要術』, 「橘」, 異物志曰 橘樹白花而赤實皮馨香 又有善味 江南有之 不生他所

22) 王好古, 『湯液本草』, 「藿香」, 心云 芳馨之氣 助脾開胃止嘔

23) 張介賓, 『景岳全書』, 「集香散」, 洗癩疽潰爛 白芷 藿香 茅香 香附 防風 木香 甘草 右用水三碗煎數沸去粗 淋洗患處 立瘡曰 此乃馨香之劑也 血氣聞香則行 得臭則逆也

24) 李時珍, 『本草綱目』, 「蜀椒」, 訣云 椒稟五行之氣而生 葉青皮紅花黃膜白子黑 其氣馨香 其性下行 能使火熱下達不致 上薰芳草之中功 皆不及

25) 李濟馬, 『四象草本卷』, 穀道 通於腸胃 溫冷 交濟於上下 氣道 通於 三焦 虛實 均適於表裏

26) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 肺以呼 肝以吸 肝肺者 呼吸氣液之門戶也 脾以納 腎以出 腎脾者 出納水穀之府庫也.

水穀이 번갈아 補瀉하게 된다. 胃脘에서 氣液을 내 뿜는데 肺가 호위하고, 小腸에서 빨아들이는데 肝이 호위하니 肺와 肝은 氣液이 서로 번갈아 進退하게 된다고 볼 수 있다.²⁷⁾ 따라서 태양인의 경우 기액(氣液)의 대사가 내뿜고 흡어주는 기운이 강하고 빨아들여 모으는 기운이 약하면 열격반위같은 태양인 리증이 생기고,²⁸⁾ 태음인의 경우에는 태양인과 반대로 빨아들여 모으는 기운이 강하고 내뿜고 흡어주는 기운이 약하면 병에 걸리게 된다고 보았다. 하지만 동무의 초기생각을 적은 『四象草本卷』에서는 ‘비장은 수곡(水穀)을 받아들이고[納], 신장은 수곡(水穀)을 내보내는[出] 역할을 하기 때문에 비장과 신장은 수곡(水穀)을 받아들이고 내보내는 창고라 할 수 있다. 간장은 채워주고[充] 폐장은 흡어주는[散] 역할을 하니 간장과 폐장은 기도(氣道)를 채우고 흡어주는 문호(門戶)가 된다.’²⁹⁾고 하여 산충출납(散充

出納)으로 설명하였다.

『東武遺稿』에서는 ‘폐장은 기운이 열리고[開], 간장은 기운이 닫히기[闔] 때문에 폐장과 간장은 열고 닫는 문호(門戶)가 되고, 비장은 받아들이고 신장은 내보내니 비장과 신장은 받아들리고 내보내는 부고(府庫)가 된다.’³⁰⁾고 하였다. 또 한편에서는 ‘비장은 수곡(水穀)을 받아들여 소화시키고 신장은 찌꺼기를 내보내니 비장과 신장은 받아들이고 내보내는 부고(府庫)가 되고, 폐장은 신기(神氣)와 통하게 하고 간장은 혈액을 저장하니 폐장과 간장은 열고 닫는 문호(門戶)가 된다.’³¹⁾고 하여 설명을 달리 하기도 하였다. 그리고 비장은 올라가고[升] 신장은 내려가는[降] 기운으로 표현하기도 하였다. 이렇게 여러 가지 표현의 변화는 기존의 관점이 아닌 새로운 개념을 창안해나가는 고민의 흔적으로 이해된다.

	脾	腎	脾腎者	肝	肺	肝肺者
四象草本卷	脾以納	腎以出	出納水穀道之府庫	肝以充	肺以散	散充氣道之門戶
東武遺稿	脾化水穀	腎汰糟粕	出納之府庫	肝守血液	肺通神氣	開閉之門戶
東武遺稿	脾以納	腎以出	出納之府庫	肝以闔	肺以開	開闔之門戶
東醫壽世保元	脾以納	腎以出	出納水穀之府庫	肝以吸	肺以呼	呼吸氣液之門戶
東醫壽世保元	納於胃 而脾衛之	出於大腸 而腎衛之	出納水穀之府庫 而迭爲補瀉者也	吸於小腸 而肝衛之	呼於胃脘 而肺衛之	呼吸氣液之門戶 而迭爲進退者也

표 1. 水穀之氣와 氣液之氣에 대한 이해

(4) 升降開闔

기존의 한의학에서는 승강부침(升降浮沈)의 관점

으로 약물이 작용하는 방향을 말하였다. 승(升)은 상승(上升)이며, 강(降)은 하강(下降)이며, 부(浮)는 상행발산(上行發散)이며, 침(沈)은 하행설리(下行泄

27) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 水穀 納於胃而脾衛之 出於大腸而腎衛之 脾腎者 出納水穀之府庫 而迭爲補瀉者也 氣液 呼於胃脘而肺衛之 吸於小腸而肝衛之 肺肝者 呼吸氣液之門戶 而迭爲進退者也

28) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 太陽人 意強而操弱 意強則胃脘之氣 上達而呼散者 太過而越也 操弱則小腸之氣 中執而吸聚者 不支而餒也 所以其病 爲噎膈反胃也.

29) 李濟馬, 『四象草本卷』, 脾以納 腎以出 脾腎者 出納水穀道之府庫也 肝以充 肺以散 肝肺者 散充氣道之門戶也.

30) 李濟馬, 『東武遺稿』, 肺以開 肝以闔 肺肝者 開闔之門戶也 脾以納 腎以出 脾腎者 出納之府庫也.

31) 李濟馬, 『東武遺稿』, 脾化水穀 而腎汰糟粕 脾腎者 出納之府庫也 肺通神氣 肝守血液 肺肝者 開閉之門戶也.

痢)의 의미가 있다. 사상의학에서는 기존의 승강(升降)개념은 소양인 소음인에게 해당되지만 태양인 태음인에게는 새로운 개념인 개합(開闔)으로 보았다.

태양인과 태음인을 내외(內外)의 관점으로 보면, 태양인은 겉으로 발산하기 쉽기 때문에 질병이 생기기 쉽고 태음인은 안으로 쌓이기 쉽기 때문에 질병이 생기기 쉽다. 소양인과 소음인은 상하(上下)의 관점으로 보면, 소양인은 위로 상승하는 기운이 많아 열이 생기고 소음인은 내려가는 기운이 많아 냉하기 쉽다. 따라서 『東武遺稿』에서 ‘태음인의 병은 달치는 기운[闔氣]이 많고 열리는 기운[開氣]이 적기 때문에, 태양인의 병은 열리는 기운[開氣]이 많고 달치는 기운[闔氣]이 적기 때문에, 소음인의 병은 내려가는 기운[降氣]이 많고 올라가는 기운[升氣]이 적기 때문에, 소양인병은 올라가는 기운[升氣]이 많고 내려가는 기운[降氣]이 적기 때문에 생긴다. 따라서 태음인은 牛黃 熊膽 麝香 麻黃 杏仁 山藥 桔梗 黃芩 皂角같이 뚫고 나가는 힘[通力]이 좋은 약이 좋고, 태양인은 蕎麥 葡萄 木瓜 黃芪 甘草 五加皮 獼猴桃같이 막는 힘[塞力]이 좋은 약이 좋고, 소음인은 官桂 附子 當歸 川芎 木香 陳皮 參朮 鹿茸 紫河車같이 올리는 힘[升力]이 좋은 약이 좋고, 소양인은 石膏 黃連 澤瀉 地黃 黃柏 山茱萸 枸杞子 같이 내리는 힘[降力]이 좋은 약이 좋은 것이다.’³²⁾ 라고 설명하고 있다. 태양인에게 황기 감초를 언급한 것은 동무의 초기생각으로 나중에는 소음인에게 좋은 것으로 재분류하게 된다.

『四象草本卷』에서는 이를 달리 표현하여 ‘태음인

은 밖으로 통하는 약[通外], 태양인은 중심을 지키는 약[固中], 소양인은 장의 열을 내리는 약[清腸], 소음인은 속을 따뜻하게 하는 약[溫裏]이 좋다.’³³⁾ 고 하였다.

『東醫壽世保元』에서는 소음인은 기운을 올려야하고[升], 소양인은 기운을 내려야하고[降], 태음인은 뭉쳐진 기운을 느슨하게 하여야하고[緩], 태양인은 뻘치는 기운을 단속하여야[束]한다는 승강완속(升降緩束)의 개념으로 정리하고 있다.³⁴⁾

(5) 平生所忌

『東醫壽世保元-甲午本(舊本)』(1894)이 나오고 그 개정판인 『東醫壽世保元-初版本』(1901)이 나오기 전인 광무 5년(1900)에 저술된 저자미상의 『普濟演說』은 사상의학의 변화를 읽을 수 있는 귀중한 자료이다. 여기에서는 ‘소양인이 평생 조심해야하는 것은 보기(補氣)하는 약과 소도(消導)시키는 약재이다. 북통과 설사는 하강(下降)하는 병으로 병이 들어 아프더라도 소양인에게 이런 병이 있으면 병이 나오려는 조짐이니 모름지기 깊이 염려할 필요는 없다. 두통 해수 토혈 허한 음냉(飲冷)은 상승하는 병증으로 병이 매우 중한 것이니 미리 약을 써서 치료하는 것이 좋다. 태음인이 평생 조심해야하는 것은 온열(溫熱)한 약재와 설사시키는 약[眞墮之味]이다. 두통 해수 허한 토혈은 상승하는 병증으로 병이 들어 아프더라도 태음인이 이런 증상이 있으면 병이 나오려는 조짐이니 염려할 필요는 없다. 몽설(夢泄) 이

32) 李濟馬, 『東武遺稿』, 肺之病 闔氣多而開氣少 故其藥宜通 而不宜塞也 牛黃 熊膽 麝香 麻黃 杏仁 山藥 桔梗 黃芩 皂角之類 通力有餘 故肺病之吉藥也 蕎麥 葡萄 木瓜 黃芪 甘草之類 塞力有餘 故肺病之凶藥也 肝之病 開氣多而闔氣少 故蕎麥 葡萄 黃芪 甘草 五加皮 獼猴桃之類 塞力有餘 故肝病之吉藥也 牛黃 麝香之類 通力有餘 故肝病之凶藥也 脾之病 降氣多而升氣少 故官桂 附子 當歸 川芎 木香 陳皮 參朮 鹿茸 紫河車之類 升力有餘 故脾病之吉藥也 石膏 黃連 澤瀉 山茱萸之類 降力有餘 故脾病之凶藥也 腎之病 升氣多而降氣少 故地黃 黃柏 山茱萸 枸杞子之類 降力有餘 故腎病之吉藥也 官桂 附子 參朮之類 升力有餘 故腎病之凶藥也.

33) 李濟馬, 『四象草本卷』, 太陰之藥 宜通外而不宜固中 少陽之藥 宜清腸而不宜溫裏 太陽之藥 宜固中不宜通外 少陰之藥 宜溫裏不宜清腸.

34) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 蓋針穴 亦有太少陰陽四象人 應用之穴 而必有升降緩束之妙 繫是不可不察 敬俟後之謹厚而好活人者.

질 설사는 하강(下降)하는 병으로 병이 매우 중한 것이니 미리 약을 써서 치료하는 것이 좋다. 소음인이 평생 조심해야하는 것은 보음(補陰)하는 약과 하초(下焦)에 작용하는 약제이다. 태양인이 평생 조심해야하는 것은 조양(助陽)하는 약과 상초(上焦)에 작용하는 약제이다.³⁵⁾고 하여 각 체질별로 평생 조심해야할 약제를 분류하였다.

이러한 분류방법이 동무의 생각과 반드시 일치한다고는 할 수 없지만, 당시 의학계에서 사상의학을 어떻게 인식하고 약제를 분류하였는지에 대한 단서를 볼 수 있다.

(6) 溫熱涼寒

수곡이 들어오고 나감에 따라 氣液이 내뿜고 흡수함에 따라 체질별 기운의 차이가 난다. 『東醫壽世保元』에 의하면 ‘태양인은 陽溫之氣가 많아지고, 소양인은 陽熱之氣가 많아지게 되고, 태음인은 陰涼之氣가 많아지게 되고, 소음인은 陰寒之氣가 많아지게 된다.’³⁶⁾고 하였다. 소음인 소양인의 경우에는 한열의 개념으로 보아도 좋지만 태양인 태음인의 경우에는 한열의 개념보다는 위에서 언급하였지만 기운이 뻗치고 수렴하는 개념으로 접근해야 한다.

수곡(水穀)의 온열량(溫熱涼寒)에 대한 개념은

‘수곡(水穀)이 위(胃)에 머물렀을 때 훈증(薰蒸)되면 열기(熱氣)가 되고, 소장에서 소화가 될 때 평담(平淡)하면 양기(涼氣)가 되고, 열기(熱氣)중 경청(輕淸)한 것이 위완(胃脘)으로 상승하여 온기(溫氣)가 되고, 양기(涼氣)중 질중(質重)한 것이 대장(大腸)으로 내려가 한기(寒氣)가 된다.’³⁷⁾고 하여 음식이 소화되면서 나뉜다고 보았다. 즉 胃脘, 胃, 小腸, 大腸의 위치에 따라 溫氣, 熱氣, 涼氣, 寒氣의 구분이 나뉘어 진다는 것이다. 또한 이렇게 되는 까닭으로써 다음과 같이 설명하고 있다. ‘胃脘이 입과 코로 통해있기 때문에 水穀之氣가 상승하고, 대장이 항문과 통해있기 때문에 水穀之氣가 하강하고, 胃가 廣大하고 包容하기 때문에 水穀之氣가 停畜하고, 小腸은 狹窄하고 屈曲하기 때문에 水穀之氣가 消導된다.’³⁸⁾ 소양인과 소음인의 경우 왜 열(熱)과 한(寒)으로 되느냐에 대하여 『四象草本卷』에서 자문자답하기를 ‘수곡(水穀)이 장위(腸胃)로 들어가 소화되는 것은 같은데, 소양인의 몸은 항상 열(熱)로 병이 되고 소음인의 몸은 항상 한(寒)으로 병이 되는 것은 어떤 이유인가라고 자문하였다. 이에 자답하기를 소양인의 음식물을 받아들이는 위(胃)는 넓지만 음식물을 내보내는 대장(大腸)은 좁다. 비유하면 항아리 속의 술이 숙성할 때 밀봉하면 열기가 쉽게 생기는 것과 같다. 소음인의 음식물을 내보내는 대장은 넓지만

- 35) 『善濟演說』, 少陽人 怒心弘大 衰心促急 怒心弘大 則氣注脾而脾益盛 衰心促急 則氣注腎而腎益削 恒戒哀怒者 爲此也. 平生所忌者 補氣之藥 消導之劑也. 腹痛 泄瀉 下降之病也 病則病矣而有此 病愈之兆也 不須深慮 頭痛 咳嗽 吐血 虛汗 飲冷 上升之症也 病實重也 豫備藥治可也. 太陰人 喜心廣大 樂心促急 喜心廣大 則氣注肝而肝益盛 樂心促急 則氣挽肺而肺益削 恒戒喜樂者謂此也. 平生所忌 溫熱之劑 眞隨之味也. 頭痛 咳嗽 虛汗 吐血 上升之症也 病中有此 病愈之兆也 不須深慮 夢泄 痢疾 泄瀉 下降之症也 病實重也 豫備藥治可也. 少陰人 樂心深大 而喜心促急 樂心深大 則氣注腎而腎益盛 喜心促急 則氣消脾而脾益削 平生所忌者 補陰之藥 下焦之劑也 平生所戒者 喜心樂心也 東川之人乎. 太陽人 衰心弘大 怒心促急 衰心弘大 則氣注肺而肺益盛 怒心促急 則氣挽肝而肝益削 平生所戒者 衰心怒心也 平生所忌者 助陽之藥 上焦之劑也 沖齊之人乎
- 36) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 少陽人 大腸出水穀陰寒之氣 不足 則胃中納水穀 陽熱之氣 必盛也 太陽人 小腸吸氣液陰涼之氣 不足 則胃脘呼氣液 陽溫之氣 必盛也 胃脘陽溫之氣 太盛 則胃脘血液 乾枯 其勢固然也. 然非但乾枯而然也 上呼之氣 太過 而中吸之氣 太不支 故食物不吸入 而還呼出也.
- 37) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 水穀 自胃脘而入于胃 自胃而入于小腸 自小腸而入于大腸 自大腸而出于肛門者 水穀之都數 停畜於胃 而薰蒸爲熱氣 消導於小腸 而平淡爲涼氣 熱氣之輕淸者 上升於胃脘 而爲溫氣 涼氣之質重者 下降於大腸 而爲寒氣.
- 38) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 『臟腑論』, 胃脘通於口鼻 故水穀之氣上升也 大腸通於肛門 故水穀之氣下降也 胃之體廣大而包容 故水穀之氣停畜也 小腸之體狹窄而屈曲 故水穀之氣消導也.

음식물을 받아들이는 위는 좁다. 비유하면 물이 고여 있는 샘에서 자꾸 물이 솟아오른다면 한기가 쉽게 생기는 것과 같다. 이런 까닭에 소양인 대변은 하루에 두서너 차례 보면 더욱 좋고 소음인 대변은 2~3일에 한번 보아도 무방하다.³⁹⁾라고 하여 체질에 따라 대변의 상태가 다르고 그 이유를 항아리와 샘을 비유하여 설명하였다. 이어 동무는 ‘소양인은 곡식을 받아들이는 위(胃)의 기운은 넓지만 찌꺼기를 내보내는 대장과 방광의 기운은 좁다. 비유하면 술 빛는 항아리의 위아래를 꼭 막아두면 열기가 저절로 생기는 것과 같다. 소음인은 곡식을 받아들이는 위(胃)의 기운은 좁지만 찌꺼기를 내보내는 대장과 방광의 기운은 넓다. 비유하면 눈에 물을 대주는 샘은 먼저 보내준 물은 이미 빠져나가고 새로 보내주는 물이 자꾸 들어오면 냉기가 저절로 생기는 것과 같다.’⁴⁰⁾라고 다시 한번 부연설명을 하고 있다. 태양인의 경우에는 ‘소양인의 대장은 수곡(水穀)을 배출하는데 음한(陰寒)한 기운이 부족하면 위(胃)로 들어오는 수곡에 양열(陽熱)한 기운이 반드시 많아지게 된다. 태양인의 소장은 기액(氣液)을 흡취하는데 있어서 음량(陰涼)한 기운이 부족하면 위안(胃脘)의 기액을 내뿜는 기운이 양온(陽溫)한 기운이 반드시 많아지게 된다.’⁴¹⁾고 설명하고 있어 기액지기(氣液之氣)의 개념으로 접근하고 있다.

따라서 소양인 소음인의 경우 수곡지기(水穀之氣)가 기준이 되지만 태음인 태양인의 경우 기액지기

(氣液之氣)가 기준이 된다. 증치방 위주의 기존한의 학에서는 사기(四氣, 寒熱溫涼)로 보았는데 이는 소양인 소음인에게 설명될 수 있다. 그러나 태음인 태양인의 경우 새로운 개념인 기액지기(氣液之氣)의 관점에서 보기 때문에 기존의 방식으로는 접근하기 어렵다.

(7) 保命之主

肺脾肝腎의 기능과 사상체질과의 관계에 대하여 ‘脾腎은 出納水穀之府庫가 되어 서로 補瀉가 되고, 肺肝은 呼吸氣液之門戶가 되어 서로 進退가 있다. 따라서 소양인은 大腸(腎)에서 水穀의 陰寒之氣를 내보내는 힘이 약하면 胃(脾)에서 水穀의 陽熱之氣를 받아들이는 것이 많아지게 된다. 태양인은 小腸(肝)에서 氣液의 陰涼之氣를 흡취하는 힘이 약하면 胃脘(肺)에서 氣液의 陽溫之氣를 呼散하는 것이 많아지게 된다.’⁴²⁾라 하였다. 따라서 태양인은 小腸(肝)의 吸聚陰涼之氣가 부족하면 胃脘(肺)의 呼散陽溫之氣가 많아지게 되고, 태음인은 胃脘(肺)의 呼散陽溫之氣가 부족하면 小腸(肝)의 吸聚陰涼之氣가 많아지게 된다. 소양인은 大腸(腎)의 出放陰寒之氣가 부족하면 胃(脾)의 納積陽熱之氣가 많아지게 되고, 소음인은 胃(脾)의 納積陽熱之氣가 부족하면 大腸(腎)의 出放陰寒之氣가 많아지게 된다. 이러한 근거에 의거하여 四象人에게는 呼散之氣, 吸聚之氣, 陰

39) 李濟馬, 『四象草木卷』, 問水穀之入于腸胃也 爲其所化一也 而少陽軀殼常病于熱 少陰軀殼常病于寒者 何也 曰少陽人受穀之胃藪 而泄穀之大腸窄 譬如甕中酒釀 宿釀密封 則熱氣易生也 少陰人泄穀之大腸潤 而受穀之胃窄 譬如停溜之水泉 生泉益來 則寒氣易生也 是故 少陽大便一日數三次益好 少陰大便二三日一次無妨

40) 李濟馬, 『四象草木卷』, 少陽人 受穀之胃氣闊 而出粕之大腸膀胱氣窄 比如釀酒之瓮上下緊封 熱氣自生 少陰人受穀胃氣窄 而出粕之大腸膀胱氣闊 而比如灌甕之泉 日灌日泄 新灌甕全 冷氣自生也

41) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 少陽人大腸出水穀 陰寒之氣 不足 則胃中納水穀 陽熱之氣必盛也 太陽人小腸吸氣液 陰涼之氣 不足 則胃脘呼氣液 陽溫之氣必盛也

42) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 『太陽人 內觸小腸病論』, 曰水穀納於胃而脾衛之 出於大腸而腎衛之 脾腎者 出納水穀之府庫 而迭爲補瀉者也 氣液呼於胃脘而肺衛之 吸於小腸而肝衛之 肺肝者 呼吸氣液之門戶 而迭爲進退者也 是故少陽人大腸出水穀陰寒之氣不足 則胃中納水穀陽熱之氣必盛也 太陽人小腸吸氣液陰涼之氣 不足 則胃脘呼氣液陽溫之氣必盛也 胃脘陽溫之氣太盛 則胃脘血液乾枯 其勢固然也 然非但乾枯而然也 上呼之氣太過 而中吸之氣不支 故食物不吸入而還呼出也.

淸之氣, 陽煖之氣의 保命之主가 있게 되는 것이다. 이상과 같은 개념을 합하여 최종적으로 각 체질별 保命之主는 각 장기의 標本(標本)으로 구분하여 표(標)보다는 본(本)을 중시하는 방향으로 생각하여 결정되었다. 즉 태양인은 吸聚之氣, 소양인은 陰淸之氣, 태음인은 呼散之氣, 소음인은 陽煖之氣로 정리하게 된다. 하지만 이는 『東醫壽世保元-甲午本』에는 나오지만⁴³⁾ 개정된 『東醫壽世保元-初版本』에서는 보이지 않는다. 하지만 동무가 말년에 保命之主에 대한 표현을 삭제한 이유에 대하여는 좀더 연구할 분야이다.

	本	標	保命之主
태양인	腰脊 小腸	腦 佳 眞 胃 脘	吸聚之氣
소양인	膀胱 大腸	膻 胃	陰淸之氣
태음인	腦 佳 眞 胃 脘	腰脊 小腸	呼散之氣
소음인	膻 胃	膀胱 大腸	陽煖之氣

표 2. 사상인의 標本論과 保命之主

III. 본론

우리 식문화에서 매우 다양하게 이용되고 있는 무의 재배역사는 인류의 역사와 같이 매우 오래되었다. 고대 이집트(서력전 2800~2300년)에서 피라미드를 건설할 때 인부들에게 무, 마늘, 양파 등을 먹었다는 기록이 나오고, 춘추시대이전(서력전 170

0~1100년)의 시를 모은 『시경』에 ‘내 들에 나가 무를 뜯노라(我行其野 言采其藟)⁴⁴⁾라는 기록이 있는 것으로 보아 동서양 모두를 망라하고 무를 매우 오래 전부터 먹었다는 것을 짐작하게 한다.

우리나라에서는 지역에 따라 무의 품질이 달랐었다. 성현(成俔, 1439~1504)은 『慵齋叢話』에서 ‘채소와 과실은 토질에 맞추어 심어야 이익을 거둘 수 있다. 지금의 동대문 밖 왕십리(往審坪)는 순무, 무, 배추 등을 심기에 알맞다.’⁴⁵⁾라 하여 지역에 따라 알맞은 작물을 소개하고 있다. 홍길동전의 저자 허균(許筠, 1569~1618)은 『惺所覆瓿藟』(1611)에서 ‘나주(羅州)에서 나오는 무가 배(梨)와 같이 달고 물이 많다.’⁴⁶⁾고 하였다.

(1) 무의 유래와 특징

기원전 200년경 주(周)나라의 주공(周公)이 지은 것으로 알려진 동양최고의 사전인 『爾雅』에 무(藟)를 노비(蘆萹, 『本草綱目』에서는 ‘나복’으로 읽어야 한다고 하였다),⁴⁷⁾ 박돌(雹突) 등으로 표기한 이래⁴⁸⁾ 노복(蘆菔), 채복(菜菔)⁴⁹⁾ 등의 표기가 있어왔고,⁵⁰⁾ 현재는 무를 한문으로 내복(萊菔) 또는 나복(蘿蔔)이라 하고 있다. 따라서 이시진(李時珍, 1518~1593)은 ‘菘(배추)은 松栢과 같이 겨울을 잘 이겨낸다는 뜻으로 지어진 것과 같이 萊菔(무)도 극복한

43) 李濟馬, 『東醫壽世保元 甲午本(舊本)』, 少陰人 以陽煖之氣 爲保命之主 故膻胃爲本 而膀胱大腸爲標也. 少陽人 以陰淸之氣 爲保命之主 故膀胱大腸爲本 而膻胃之爲標也. 太陰人 以呼散之氣 爲保命之主 故腦佳眞胃脘爲本 而腰脊小腸爲標 太陽人 以吸聚之氣 爲保命之主 故腰脊小腸爲本 而腦佳眞胃脘爲標.

44) 『詩經』, 「我行其野」, 我行其野 蔽芾其樛 昏姻之故 言就爾居 爾不我畜 復我邦家. 我行其野 言采其藟 昏姻之故 言就爾宿 爾不我畜 言歸斯復. 我行其野 言采其藟 不思舊姻 求爾新特 成不以富 亦祗以異.

45) 成俔, 『慵齋叢話』, 卷之七, 凡菜菓 皆隨土宜而種之 以收其利 今東大門外往審坪 種蕪菁蘿蔔白菜之類 青坡蘆原兩驛 好種蹲踴.

46) 許筠, 『惺所覆瓿藟』, 「屠門大廚」, 蘿蔔 產于羅州者極好 味如梨而多津.

47) 李時珍, 『本草綱目』, 「菜菔」, 保昇曰 菜菔俗名蘿蔔 按爾雅云 突蘆萹 孫炎註云 紫花菘也 俗呼溫菘 似蕪菁 大根 俗名雹突 一名蘆菔是也.

48) 郭璞註, 『爾雅』, 「釋草」, 菘 早(艸 + 富) 大葉白華根如指正白可啖. 萹 蘆萹 (註)萹宜爲菔 蘆菔蕪菁屬 紫華大根 俗呼雹突.

49) 洪萬選, 『山林經濟』, 「種蘿蔔」, 或稱菜菔 亦曰蘆菔. 무우.

50) 李時珍, 『本草綱目』, 「菜菔」, 釋名蘆菔(郭璞云 蘆音羅 萹音比 與菔同) 蘿蔔(音羅北) 雹突(爾雅註) 紫花菘(同上) 溫菘(同上) 土酥

다는 뜻으로 뿌리를 말하고 있다. 옛날에는 蘆薈라 하였으며 그 다음에 萊菔이라 하였고 후세에는 蘿蔔이라 하였다. 남쪽사람들은 蘿藦라고 하였다. 萊菔은 보리나 밀의 독성을 잘 제어하기 때문에 붙여진 이름이다.⁵¹⁾고 하여 무의 한문표기는 ‘노비(蘆薈) → 내복(萊菔) → 나복(蘿蔔)’으로 변해왔다고 정리하고 있다. 나복(蘿蔔)은 송(宋)나라 때 정착된 단어이다.

무를 배추(菘), 언제나 푸른 소나무(松)의 품성과 같이 4계절 내내 길러먹을 수 있는 채소(菜)라는 뜻으로 붙여짐)와 구분하여 자화송(紫花菘), 온송(溫菘), 초송(楚菘), 진송(秦菘) 등으로 지역에 따라 달리 부르기도 하였다⁵²⁾ 한편 말린 무를 선인골(仙人骨)이라고도 하였는데 이는 방사(方士, 道를 닦는 사람들)들이 주로 잘못하여 부르는 것이다.⁵³⁾

무에 대한 명칭은 위에서 살펴본 것만이 있는 것이 아니라 우리가 금강산을 계절에 따라 이름을 달리 하여 부르듯이 무에 대한 명칭도 계절에 따라 달리 부르기도 하였다. 『本草綱目』(1590)에 의하면 ‘봄에는 땅(地)을 파고(破) 들어가는 송곳(錐)과 같다고 하여 파지추(破地錐), 여름(夏)에는 잘 자란다(生)는 뜻으로 하생(夏生), 가을에는 나복(蘿蔔), 겨울에는 흙(土) 속에 있는 연유(酥, 농축시킨 우유)같다고 하여 토소(土酥)라 하였다.’⁵⁴⁾ 또한 ‘여름에 다시 심을 수 있는 무를 하라복(夏蘿蔔), 크기가 작고 길은 무를 만청나복(蔓靑蘿蔔)이라 한다.’⁵⁵⁾고 하여 심는 시기에 따른 품종의 구분도 있었다.

한글표기 방법의 변천에 대하여 살펴보면 다음의 <표>와 같다.

	무	순무
鄉藥救急方(1236)	蘿菘 俗云唐菁 蘿菘子 唐菁實 一名萊菔	
鄉藥集成方(1433)	萊菔根 鄉名唐菁	蕪菁 蘆菔 鄉名禾菁
救急簡易方診解(1489)	蘿菘 댓무수민	
訓蒙字會(1527)	蘿菘 댓무수	蔓菁 씻무수
東醫寶鑑(1613)	萊菔 덴무우	蔓菁 선무우
譯語類解(1690)	蘿蔔 댓무우 水蘿蔔 물한댓무우 胡蘿蔔 노른댓무우	蔓菁 씻무우
山林經濟(1715)	蘿菘 무우 萊菔 蘆菔 蘿菘根 단무우	蔓菁 선무우 蕪菁
同文類解(1748)	蘿菘 무우	蔓菁 씻무우
蒙語類解(1768)	蘿菘 무우	蔓菁 씻무우
時議全書(1800末)	무우	
群都日(1896)	菁根 무. 蘿菘 락무	蔓菁 숫무

표 3. 무와 순무에 대한 우리나라에서의 명칭 변화

51) 李時珍, 『本草綱目』, 「萊菔」, 珍按 菘乃菜名 因其耐冬如松柏也 萊菔乃根名 上古謂之蘆薈 中古轉為萊菔 後世訛為蘿蔔 南人呼為蘿藦 貳與菴同 見管灼漢書註中 陸佃乃言萊菔能制麵毒 是來甦之所服 以菔音服 蓋亦就文起義耳

52) 李時珍, 『本草綱目』, 「萊菔」, 頌曰 紫花菘 溫菘 皆南人所呼 吳人呼楚菘 廣南人呼秦菘.

53) 李時珍, 『本草綱目』, 「萊菔」, 王氏濟濟方 稱乾蘿蔔為仙人骨 亦方土謬名也

54) 李時珍, 『本草綱目』, 「萊菔」, 時珍曰 按孫愰廣韻言 魯人名菘音音拉答 秦人名蘿蔔 王禎農書言 北人蘿蔔 一種四名 春日破地錐 夏曰夏生 秋曰蘿蔔 冬曰土酥 謂其潔白如酥也

55) 李時珍, 『本草綱目』, 「萊菔」, 瑞曰 夏月復種者 名夏蘿蔔 形小而長者 名蔓菁蘿蔔

『救急簡易方諺解』(1489)에서 무를 ‘댓무수민’로 표기하였고,⁵⁶⁾ 우리나라 최초의 국어사전인 『訓蒙字會』(1527)에서 무를 ‘댓무수’라 표기한 이래⁵⁷⁾ 댕무우, 단무우, 무우, 등의 표기를 거쳐 현재 무라고 사용하고 있다. 예전부터 무와 순무(蕪菁)가 비슷하기 때문에 서로 혼동하였었다.⁵⁸⁾ 하지만 무와 순무(蕪菁)가 모양이 비슷하지만 무의 뿌리가 더 크기 때문에 구별할 수 있다고 하였다.⁵⁹⁾

무를 한문으로 내복(萊菔)이라 하는데, 『本草綱目』⁶⁰⁾과 『東醫寶鑑』⁶¹⁾에 의하면 내복(萊菔)은 밀(來)의 독성을 없애고 이갈(服) 수 있다는 뜻이다. 현재 ‘온다’라는 뜻으로 내(來)를 사용하고 있으나, 2000여 년 전에는 이 내(來)를 현재의 온다는 뜻이 아니라 ‘밀’을 의미하는 글자로 쓰였다. 약 3000여 년 전 나온 『시경』에 ‘우리에게 밀과 보리를 주심은 상제(上帝)께서 명령하여 두루 기르게 하신 것이다.(貽我來牟 帝命率育)’⁶²⁾라는 문장이 나오고, 주자(朱子)는 이를 보충하여 설명하기를 ‘내(來)’는 밀(小麥), ‘모(牟)’는 보리(麩=大麥)라 한 것에서도 확인할 수 있다.⁶³⁾ 또한 허신(許慎, 58~148)이 만든 동양 최초의 한자 사전(字典)인 『說文解字』에 의하면 ‘내(來)’는 까끄라기(芒)가 있는 형상을 따서 만든 것⁶⁴⁾으로 밀을 뜻하였는데, 이른 봄철 밀을 천천히 밟아(攷)

주기 때문에來와 攷를 합성하여 맥(麥)이란 단어를 만들었다는 것이다.⁶⁵⁾ 밀을 의미하는 맥(麥)은 보리가 널리 재배함에 따라 보리와 밀을 동시에 의미하게 되었고, 현재는 보리만을 의미하거나 맥류의 통칭으로 사용하고 있다.⁶⁶⁾ 따라서 무(萊菔)는 보리음식이나 밀가루음식을 먹다가 흑시 있을 지도 모를 식체(食滯)를 예방하는 의미가 있음을 글자를 통하여 알 수 있다. 하지만來를 밀만이 아니라 보리를 포함한 넓은 개념으로 보아야한다는 『佩文齋廣羣芳譜』같은 주장⁶⁷⁾도 있기 때문에 고서에 나오는來가 문장에 따라 의미하는 것이 다르니 해석에 유념해야한다.

따라서 우리는 보통 밀가루음식(라면, 국수, 칼국수 등)을 먹을 때 보통 단무지의 형태로 무를 먹는다. 이는 흑시 있을 지도 모를 국수(麵)의 독성을 무가 없애주는 역할을 하기 때문이다. 그 이유에 대하여 다음과 같은 이야기가 『本草綱目』에 다음과 같이 전해 내려오고 있다. ‘예전에 바라문(婆羅門) 스님이 와서 사람들이 국수를 먹는 것을 보고 깜짝 놀라면서 말하기를 이것은 열이 많은데 어찌 이것을 먹는가. 이어 무를 같이 먹는 것을 보고 이것 때문에 국수의 성질이 완화되는 것이라고 하였다. 이런 일이 있던 다음부터 국수를 먹을 때 꼭 무(단무

56) 尹燦 외 撰, 『救急簡易方諺解』, 「疝塞」蘿蔔 댓무수민 濃煎湯飲之

57) 崔世珍, 『訓蒙字會』, 「蘿」, 댓무수 라. 又蘿摩 새박. 女蘿 새삼. 「蔔」, 댓무수 복. 俗呼蘿菔. 又蘿蔔梔子花

58) 李時珍, 『本草綱目』, 「萊菔」, 時珍曰 萊菔今天下通有之 昔人以蕪菁 萊菔二物混註 已見蕪菁條下 圃人種萊菔 六月下種 秋采 苗 冬掘根 春末抽高莖 開小花紫碧色 夏初結角 其子大如大藜子 圓長不等 黃赤色 五月亦可再種 其葉有大者如蕪菁 細者如花 芥 皆有細柔毛 其根有紅 白二色 其狀有長 圓二類 大抵生沙壤者脆而甘 生瘠地者堅而辣

59) 李時珍, 『本草綱目』, 「萊菔」, 孫炎註云 紫花松也 俗呼溫松 似蕪菁 大根 俗名雹突 一名蘆菔是也

60) 李時珍, 『本草綱目』, 「萊菔」, 陸佃乃言 萊菔能制麵毒 是來麩之所服 以服音服 蓋亦就文起義耳

61) 許浚, 『東醫寶鑑』, 「萊菔」, 댕무우 俗名蘿菔 亦曰蘆菔 以能制來麩麵毒 故亦名萊菔<本草>

62) 庚辰新刊內閣藏板本, 『詩經諺解』, 우리를 來리 牟로 貽이 ㅎ심이 帝데 命명하야 다育육게 ㅎ신디라

63) 『詩經』, 「思文」, 思文后稷 克配彼天 立我蒸民 莫匪爾極 貽我來牟 帝命率育 無此疆爾界 陳常于時夏. (註) 來小麥 牟大麥也

64) 段玉裁, 『說文解字注』, 「來」, 周所受瑞麥來麩也 二麥一象 象其芒束之形 天所來也 故爲行來之來

65) 段玉裁, 『說文解字注』, 「麥」, 芒穀 秋種厚穉 故謂之麥 麥金也 金王而生 火王而死 從來有穗者也 從父. (註) 也字今補 有穗猶有芒也 有芒故從來 來象芒束也 又思佳切 行遲曳父也 從父者 象其行來之狀 莫獲切 古音在一部

66) 金鍾德, 「麥類의 春化處理에 대한 事상의학적 고찰 - 農家月令을 중심으로」, 『사상의학회지』, 10(1), 1998.

67) 劉巖, 『佩文齋廣羣芳譜』, 「蘿蔔」, 或云性能制麥毒 故名來服 言來麩之所服也

지)를 먹게 되었다는 것이다.’68)

(2) 무의 일반적 효능

무에 대한 일반적 효능을 『本草綱目』을 중심으로 살펴보면 다음과 같다. 무를 산제로 먹거나 통째로 삶아 먹으면 크게 하기(下氣)하고 음식을 소화시키며 속을 편하게 한다. 담벽(痰癖)을 없애며 사람을 살찌고 튼튼하게 한다. 날로 찢어 즙을 먹으면 소갈(消渴)이 그치니 시험해보면 크게 효험을 본다.69) 관절을 부드럽게 하며 안생을 좋게 하며 오장의 악기(惡氣)를 다스리고 국수의 독성을 제어하며 풍기(風氣)를 움직여 사기(邪氣)와 열기(熱氣)를 제거한다.70) 오장(五臟)을 이롭게 하고 몸을 가볍게 하며 기육을 희고 깨끗하게 한다.71) 가래를 없애며 기침을 그치게 한다. 폐위(肺痿) 토혈(吐血)을 치료하고 속을 보하여 부족한 것을 보충한다. 양고기 은어와 같이 끓여먹으면 몸이 허약하여 오래된 기침을 치료한다.72) 돼지고기와 같이 먹으면 사람에게 도움이 되고 날로 찢어 먹으면 심한 설사로 탈수되어 음식을 먹지 못하는 증상인 금구리(禁口痢)를 치료한다.73) 가슴을 뚫어 시원하게 하며 대소변을 잘 나가게 하며 날로 먹으면 갈증을 그치게 하고 막힌 속을 뚫어준다. 삶아서 먹으면 담(痰)을 없애며 소도(消導)시킨다.74) 탄산(吞酸)을 치료하며 적체(積滯)를 소화시키며 주독(酒毒)을 풀어주고 어혈을 없애

는데 매우 효과가 좋다. 분말로 먹으면 오림(五淋)을 치료하고 환으로 먹으면 백탁(白濁)을 치료하고 끓여서 다리를 닦아 각기(脚氣)를 치료하고 끓인 물을 마시면 설사와 실음(失音)과 연기에 질식된 것을 치료한다. 날로 찢어 타박상과 끓는 물에 던 화상에 바른다.75)

무는 식사량을 줄일 때 대용식으로 이용할 수도 있다. 『山林經濟』(1715)에 의하면 ‘무(蘿菔根, 단무우)를 이른 아침에 불에 구워 먹으면 배고프거나 춥지 않다.’76)고 하였다. 따라서 현대인들의 체중에 대한 공포를 무를 먹음으로서 해결할 수 있음을 옛 농서에서 보여주고 있다.

우리는 보통 생선회를 먹을 때 접시 위에 무채를 놓은 다음 회를 올려놓는다. 흑자(或者)는 보기 좋게 모양을 내려고 하기 위해서라고 하고, 흑자는 분량이 많아 보이기 위해 그렇다고 하고, 흑자는 무의 가격이 싸기 때문에 사용한 것이라고 하나, 한의학적으로는 다른 이유가 있다. 무는 시원한 성질이 있어 회를 좀더 신선하게 먹을 수 있게 하고, 흑시 있을지도 모를 회의 독성을 완화시켜주는 역할을 하기 때문이다.

음식을 잘 하는 사람일수록 무를 잘 쓴다. 음식에 무를 넣어 실패하는 경우가 적기 때문인데, 무는 요

68) 李時珍, 『本草綱目』, 「菜菔」, 頌曰 菜菔功同蕪菁 然力猛更出其右 斷下方亦用其根 燒熟入藥 尤能制麩毒 昔有婆羅門僧東來見食麥麩者 驚云 此大熱 何以食之 又見食中有蘆菔 乃云 賴有此以解其性 自此相傳 食麩必啖蘆菔
69) 李時珍, 『本草綱目』, 「菜菔」, 主治 散服及炮煮服食 大下氣 消穀和中 去痰癖 肥健人 生搗汁服 止消渴 試大有驗(唐本)
70) 李時珍, 『本草綱目』, 「菜菔」, 利關節 理顏色 練五臟惡氣 制麩毒 行風氣 去邪熱氣(蕭炳)
71) 李時珍, 『本草綱目』, 「菜菔」, 利五臟 輕身 令人白淨肌細(孟詵)
72) 李時珍, 『本草綱目』, 「菜菔」, 消痰止咳 治肺痿吐血 溫中補不足 同羊肉 銀魚煮食 治勞瘦咳嗽(日華)
73) 李時珍, 『本草綱目』, 「菜菔」, 同猪肉食 益人 生搗服 治禁口痢(汪穎)
74) 李時珍, 『本草綱目』, 「菜菔」, 寬胸膈 利大小便 生食 止渴寬中 煮食 化痰消導(寧原)
75) 李時珍, 『本草綱目』, 「菜菔」, 主吞酸 化積滯 解酒毒 散瘀血 甚效 未服 治五淋 丸服 治白濁 煎湯 洗脚氣 飲汁 治下痢及失音 并烟熏欲死 生搗 塗打撲湯火傷(時珍)
76) 洪萬選, 『山林經濟』, 「救荒」, 蘿菔根 단무우 早朝煨熟食之 不飢不寒

리방법에 따라 효능이 서로 다르다. 이시진(李時珍, 1518~1593)에 의하면 ‘날로 먹으면 특 쏘는 맛이 살아있어 기(氣)를 위로 올리고, 익혀서 먹으면 특 쏘는 맛이 죽어 오히려 사람의 기(氣)를 아래로 내린다고 보았다.’⁷⁷⁾ 한편 무는 김치를 담그는데 빠져서는 안 되는 것 중의 하나이다. 하지만 잎이 담백하지 않고 돌기가 있으며, 뿌리가 가늘고 매운 것은 먹지 말아야한다고 하였다.⁷⁸⁾ 또한 무의 잎을 날로 또는 익혀서 먹을 수도 있으며, 장(醬) 메주 식초 당(醴) 무말랭이 무밥 등을 만들 수 있기 때문에 채소 중에서 무가 가장 이롭고 유익한데 사람들이 무의 이로운 점을 잘 모른다고 하였다.⁷⁹⁾ 따라서 김치를 담그는데 뭉친 것을 풀어주는 역할을 하는 무를 넣으면 혹시 있을 지도 모를 식체(食滯)를 예방하는 효과가 있으며, 김치재료간의 조화를 가져오게 된다.

(3) 무를 태음인 식품으로 분류한 근거

『東醫壽世保元』⁸⁰⁾에 의하면 태음인에게 처방되는 太陰調胃湯 調胃升清湯 麻黃定喘湯 麻黃定痛湯 熱多寒少湯 寒多熱少湯 調理肺元湯 등의 처방에 무씨

가 하나의 구성요소로 사용되고 있다. 『東武遺稿』에서도 무에 대하여 『濟衆新編』(1799)⁸¹⁾의 내용을 빌려 ‘무는 음식을 소화시키고 갈증을 멈추며 가래를 삭이고 관절을 부드럽게 한다. 몸이 수척한 것과 오래된 기침을 치료한다.’⁸²⁾고 하였고, 무씨에 대하여서는 『濟衆新編』(1799)⁸³⁾의 내용을 빌려 ‘기침을 다스리고 아래로 氣를 내린다. 마치 담벽을 넘어뜨리듯이 창만(脹滿)을 치료한다.’⁸⁴⁾라고 하였으며, 무의 뿌리에 대하여 ‘무의 뿌리는 단맛이 있고 아래로 氣를 내린다. 소화를 도와주며 담수(痰嗽)를 치료하며 밀가루 독을 풀어준다.’⁸⁵⁾라고 하여 부위별로 효능을 설명하고 있어 태음인 약인 肺藥임을 명시하고 있다. 그러면 어떠한 무의 형상과 특징을 보고 태음인 식품으로 보았는지에 대하여 살펴보고자 한다.

첫째, 무는 뭉친 것을 푸는 작용이 있다. 무는 자신의 영양분을 뿌리에 저장하는 뿌리채소에 속한다. 대부분의 뿌리채소는 뿌리가 흙 속에 있지만 무는 흙 속이 답답한 듯 뿌리의 머리부분이 흙 위로 솟구쳐 나온다. 또한 무는 단맛도 있지만 특 쏘는 듯한 매운맛이 있어 답답한 것을 풀어주는 작용이 있

77) 李時珍, 『本草綱目』, 「萊菔」, 時珍曰 萊菔根葉同功 生食升氣 熟食降氣 蘇寇二氏 止言其下氣速 孫真人言久食澁營衛 亦不知其生則噉氣 熟則洩氣 升降之不同也.

78) 李時珍, 『本草綱目』, 「萊菔」, 弘景曰 蘆菔是今溫菘 其根可食 俗人蒸其根及作菹食 但小薰臭爾 葉不中啖 又有突 根細而過辛 不宜服之

79) 李時珍, 『本草綱目』, 「萊菔」, 根葉皆可生可熟 可菹可醬 可豉可醋 可餠可腊 可飯 乃蔬中之最有益者 而古人不深詳之 豈因其賤而忽之耶 抑未諳其利耶

80) 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 太陰調胃湯 薏苡仁 乾栗 各三錢 萊菔子 二錢 五味子 麥門冬 石菖蒲 桔梗 麻黃 各一錢
調胃升清湯 薏苡仁 乾栗 各三錢 萊菔子 一錢五分 麻黃 桔梗 麥門冬 五味子 石菖蒲 遠志 天門冬 酸棗仁 龍眼肉 各一錢
麻黃定喘湯 麻黃 三錢 杏仁 一錢五分 黃芩 萊菔子 桑白皮 桔梗 麥門冬 款冬花 各一錢 白果炒黃色 二十一箇
麻黃定痛湯 薏苡仁 三錢 麻黃 萊菔子 各二錢 杏仁 石菖蒲 桔梗 麥門冬 五味子 使君子 龍眼肉 柏子仁 各一錢 乾栗 七箇
熱多寒少湯 葛根 四錢 黃芩 藜蘆 各二錢 萊菔子 桔梗 升麻 白芷 各一錢
寒多熱少湯 薏苡仁 三錢 萊菔子 二錢 麥門冬 桔梗 黃芩 杏仁 麻黃 各一錢 乾栗 七箇
調理肺元湯 麥門冬 桔梗 薏苡仁 各二錢 黃芩 麻黃 萊菔子 各一錢

81) 康命吉, 『濟衆新編』, 蘿菴甘溫 消食止渴 痰癰利關 肺痿勞嗽. 덴무우

82) 李濟馬, 『東武遺稿』, 「肺藥」, 蘿菴甘溫 消食止渴 痰癰利關 肺痿勞嗽.

83) 康命吉, 『濟衆新編』, 萊菔子辛 喘咳下氣 倒壁衝牆 脹滿消去. 덴무우씨 卽蘿蔔子也

84) 李濟馬, 『東武遺稿』, 「肺藥」, 蘿蔔子辛 喘欬下氣 倒壁衝牆 脹滿消去.

85) 李濟馬, 『東武遺稿』, 「肺藥」, 萊菔根甘下氣篤 消食痰嗽解麪毒 蘿蔔七言

다. 사상의학에서는 무 뿌리가 흙을 뚫고 위로 나오는 형상과 매운 맛이 있는 것을 보고 무가 호산지기(呼散之氣, 뭉친 것을 풀어내는 힘)가 있다고 보아 순환이 잘 되지 않아 몸이 찌뿌듯한 태음인이 무를 먹으면 좋다고 보았다. 따라서 『本草綱目』(1590)에 ‘무는 뿌리의 끝부분보다는 머리부분이 더 맛도 좋고 밀가루독성을 제어하는데 더 효과가 좋다.’⁸⁶⁾고 하였는데 무가 솟구치는 성질을 이해하면 이해가 쉽다. 따라서 스스로 소화시킬 수 있는 능력을 초과하도록 음식을 많이 먹어 생긴 식체(食滯)에 무를 먹으면 풀어지게 되는 것이다. 따라서 무는 뭉친 것을 풀어주어 아래로 내리는 작용을 한다. 그리고 『本草綱目』(1590)에 ‘밀가루로 수제비(餛飩)를 만들어 먹을 때 무와 같이 먹으면 맛도 좋고 소화가 잘되어 열이 생기지 않는다. 또한 무를 먹으면 우유를 끓여서 만든 음식을 먹어도 소화가 잘 된다. 그리고 음식을 과도하게 먹어도 무를 날로 씹어 먹으면 소화를 시킬 수 있다.’⁸⁷⁾고 하였는데, 민간에서 소화가 잘 안될 수 있는 고구마를 먹을 때 무가 들어있는 동치미를 먹는 까닭도 이와 같은 이유이다. 메밀국수를 먹을 때 무즙을 넣는 것도 무가 뭉친 것을 풀어주기 때문이다.

둘째, 타박어혈에 사용하는 무는 뭉친 것을 밖으로 풀어주는 통외(通外)시키는 작용으로 볼 수 있다. 이덕무(李德懋, 1741~1793)는 요즘의 백과사전이라 할 수 있는 유사(類書)인 『靑莊館全書』(1795)를 저술하였는데, 여기에서 ‘타박상으로 인하여 시퍼렇게 부었을 때 무를 이용해서 뜨겁게 찜질하면

곧 사라진다.’⁸⁸⁾라 하였다. 타박상을 입어 멍이 드는 것은 놀란 피가 뭉쳐서 생겼다고 이해된다. 이때 뭉친 것을 풀어주는 무를 사용하여 타박어혈(打撲瘀血)을 해결한 셈이다. 따라서 막힌 것을 풀어준다는 의미에서 열이 솟구쳐 나타나는 토혈이나 코피에 무즙을 먹어 치료하였다.⁸⁹⁾ 따라서 『本草綱目』(1590)에 ‘예전에 이칠(李七)이라는 사람이 코피를 많이 흘려서 위급한 지경에 이르렀다. 이때 의원이 환자에게 무의 생즙과 좋은 술(無灰酒, 회를 넣지 않는 술)을 주었더니 즉시 나왔다. 피는 氣의 운행에 따라 움직이는데 기가 막혔기(氣滯) 때문에 코피를 흘린 것이다. 따라서 무는 뭉친 기를 풀어 아래로 움직이게 하고 술은 이를 도왔기 때문에 즉시 치료된 것이다.’⁹⁰⁾라는 임상기록을 적고 있다.

또한 두부를 만들 때 무를 넣으면 풀어지는 현상을 보고 무가 통외(通外)한다고도 볼 수 있다. 일반적으로 간수의 도움을 받아 뭉쳐진 두부에 풀어주는 역할을 하는 무를 넣으면 두부가 되지 않는다. 이러한 것을 보고 무가 바로 밖으로 풀어주는 통외(通外)하는 작용이 있다고 해석된다. 보통 두부를 많이 먹어 나타나는 식중독에도 무가 좋다. 『本草綱目』(1590)에 의하면 ‘평소 두부를 좋아하던 사람이 식중독에 걸렸는데 의원이 치료를 하여도 효과가 없었다. 두부를 파는 사람이 말하기를 부인이 두부를 만들다가 무 끓인 물을 잘못하여 넣었더니 두부가 만들어지지 않았다고 하였다. 의원이 이를 기억하고 환자에게 무 끓인 물을 주었더니 금방 치료가 되었다.’⁹¹⁾고 한다. 간수는 응고제로 사용되어 두부를 뭉치게 하는 역할을 하는데 무는 이와는 반대로

86) 李時珍, 『本草綱目』, 「菜菔」, 頌曰 菜菔功同蕪菁 然力猛更出其右 斷下方亦用其根 燒熟入藥 尤能制麵毒.
 87) 李時珍, 『本草綱目』, 「菜菔」, 柄曰 搗爛制麵 作餛飩食之最佳 飽食亦不發熱 酥煎食之 下氣 凡人飲食過度 生嚙噦之便消.
 88) 李德懋, 『靑莊館全書』, 「耳目口心書 五」, 痰疔青腫 用菜菔爛菴之即消 或用菜菔粉調附.
 89) 李時珍, 『本草綱目』, 「菜菔」, 搗汁服 治吐血衄血(吳瑞)
 90) 李時珍, 『本草綱目』, 「菜菔」, 又按張昞醫說云 饑民李七病鼻衄甚危 醫以蘿蔔自然汁 和無灰酒飲之即止 蓋血隨氣運 氣滯故血妄行 蘿蔔下氣而酒導之故也.
 91) 李時珍, 『本草綱目』, 「菜菔」, 又云有人好食豆腐中毒 醫治不效 忽見賣豆腐人言 其妻誤以蘿蔔湯入鍋中 遂致不成 其人心悟 乃以蘿蔔湯飲之而瘳 物理之妙如此.

오히려 뭉친 것을 풀어주기 때문에 두부가 만들어 지지 않은 것으로 보았다. 뭉친 것을 풀어주는 무의 성질을 의학에 응용한 경우로 『本草綱目』에서는 ‘무는 물고기의 비린 것을 없애주며 두부를 먹고 체한 것을 치료한다.’⁹²⁾라고 무의 효능을 적고 있다.

셋째, 가스중독에 걸려 몸이 경직된 것을 풀어주고 중화시켜주는 역할을 무가 한다. 이는 무의 呼散之氣를 이용한 것으로 해석된다. 예전부터 가스중독에 무가 응용되었기 때문에 연기에 질식된 사람에게 무가 좋다는 이야기가 『山林經濟』(1715)에 ‘어떤 사람이 도적을 피해 석굴 속으로 피난하였다. 도적은 이들을 잡기 위해 석굴 입구에 불을 때니, 석굴 속으로 피난한 사람이 연기에 질식되어 거의 죽을 지경에 이르렀다. 이때 근처에 있던 무를 씹어 그 즙을 먹여주었더니 금방 소생되었다.’⁹³⁾고 전해 내려오고 있다. 지금은 많이 사라졌지만 연탄가스에 중독 되었을 때 무가 있는 동치미 국물을 먹어 해독하는 민간요법도 여기에 근거를 둔 것이다. 『東醫寶鑑』(1610)에 의하면 ‘보통 연기에 썩면 두통과 구토증상이 나타나고 심하면 사망하게 된다. 이때 무를 날로 짓썰어 즙을 내어 먹이면 즉시 풀리는데, 만약 날 무가 없으면 무씨를 물에 갈아서 그 즙을 짜 먹어도 풀린다.’⁹⁴⁾고 한 것도 무의 呼散之氣를 이용한 예로 볼 수 있다.

넷째, 무씨와 같이 사용하지 않는 한약재를 통하여 무의 풀어내는 성질을 이해할 수 있다. 한의학에서 일반적으로 지황(地黃)이나 하수오(何首烏)가 들

어가는 한약을 복용할 때 흔히 무를 먹지 말라고 한다. 『本草綱目』(1590)에 의하면 ‘무의 맛이 매우면서도 단맛이 있기 때문에 뭉친 것을 풀어 발산시키는 것은 완만하고, 뭉친 것을 풀어 아래로 내리는 것은 신속하기 때문에 머리카락이 하얗게 된다.’⁹⁵⁾는 것이다. 하지만 반찬에 조금씩 들어간 무는 전혀 영향을 주지 않으니, 무국 무생채 무김치 같이 무로만 된 음식을 조심하면 된다. 그리고 혹 무를 너무 많이 먹어 氣가 움직여 교란된다면, 생강을 먹어 제어할 수 있다고 하였다.⁹⁶⁾

한편 무든 자극성이 있으니 위벽이 약한 사람에게 무가 오히려 위에 자극을 줄 수 있기 때문에 공복에 무를 날로 먹는 것을 조심하여야 한다. 이상과 같은 특징 때문에 무는 뭉치는 것을 막고 오히려 밖으로 풀어내려는 성질이 강함을 알 수 있다.

다섯째, 태음인의 오래된 가래기침에 무씨(萊菔子)를 사용하였다. 자잘하고 동글동글하며 단단한 무씨에 물을 주면 싹이 금방 나오는데 콩나물과 같이 성장 속도가 매우 빠르다. 마치 폭탄이 터지듯이 자신의 기(氣)를 확 퍼지게 하는 성질을 가지고 있으므로 무씨는 우리 몸을 둘러싼 한기(寒氣)를 몰아내고, 음식을 많이 먹어 뭉쳐진 것을 풀어주며(消食除脹), 오랜 해수(咳嗽)로 인한 완고한 가래(痰)를 없애주는 역할을 한다. 『本草綱目』(1590)에 의하면 ‘무씨는 痰을 치료하는데 담장을 무너트리듯이 강력한 힘이 있다. 무씨는 氣의 순환(利氣)을 잘 도와주는데 날로 먹으면 氣를 위로 올리고 익혀서 먹으면 氣를 아래로 내린다. 氣가 위로 올라가면 풍담(風

92) 李時珍, 『本草綱目』, 「萊菔」, 殺魚鯉氣 治豆腐積(汪機)

93) 洪萬選, 『山林經濟』, 「避難解烟燻方」, 有人避難石窟 賊以烟燻之 迷悶欲死 得蘿菔(무우) 嚼汁下咽而蘇 蘿菔子水研 取汁服 亦解

94) 許浚, 『東醫寶鑑』, 「解烟燻」, 居民逃避石室中 賊以烟火燻之欲死 迷悶中摸索得一束蘿菔 嚼汁下咽而甦 ○炭烟燻人頭痛嘔吐 往往致死 生蘿菔搗取汁飲之即解 無生則蘿菔子水研取汁服亦解

95) 李時珍, 『本草綱目』, 「萊菔」, 宗奭曰 服地黃 何首烏 人食萊菔 則令人髭髮白 世皆以為此物味辛 下氣速也 然生薑芥子更辛 何止能散而已 蓋萊菔辛而又甘 故能散緩 而又下氣速也 所以散氣用生薑 下氣用萊菔

96) 李時珍, 『本草綱目』, 「萊菔」, 氣味 根辛甘葉辛苦溫無毒 說曰性冷 思邈曰平 不可與地黃同食 令人髮白 為其澀營衛也 時珍曰 多食萊菔動氣 惟生薑能制其毒 又伏幽砂

痰)을 토하고 풍한(風寒)을 흠어주며 천연두(瘡疹)를 치료한다. 氣가 아래로 내려가면 가래가 끊는 기침(痰喘咳嗽)을 그치게 하고, 설사를 하여 뒤가 무지룩한 것(下痢後重)을 조절하며 아픈 것을 그치게 하니 이는 무가 氣의 순환을 잘 다스리는(利氣) 효과가 있기 때문이다.⁹⁷⁾고 하였다. 따라서 오래된 해수천식에 태음인이 무밥을 먹으면 좋다는 것은 이에 근거를 둔 것이다.

IV. 결론

무에 대한 문헌고찰을 통하여 다음과 같은 결론을 얻을 수 있었다.

첫째, 기존의 한의학에서 언급하고 있는 五行과 사상의학에서 이해하고 있는 四黨論의 木火金水와의 관계와 장부배속이 서로 다르고, 馨臭液味 呼吸

出納 升降開闔 保命之主 등의 사상의학적 개념으로 식품을 분류하여야 한다. 따라서 체질별 平生所忌가 다르며 水穀이 들어와 溫熱涼寒으로 나누어지는 기전이 체질별로 다르게 이해하고 있다.

둘째, 현재 래(來)가 ‘오다’라는 뜻으로 사용되고 있지만 예전에는 ‘밀’의 의미로 사용되었기 때문에 무(萊服)는 밀의 독성을 없애고 이길(服) 수 있다는 뜻으로 만들어진 단어이다.

셋째, 무의 뿌리가 흠 위로 솟구쳐 나오는 형상을 보고 呼散之氣가 강함을 인식하였으며, 두부를 만들 때 무를 넣으면 두부가 풀어지는 현상을 보고 通外하는 효과가 강함을 인식하여 무를 肺藥으로 분류하여 태음인에게 사용하였다. 따라서 연기에 질식되었거나, 食滯, 오래된 가래기침 등에 무의 呼散之氣를 이용하여 응용하였다.

검색어 : 무, 태음인, 호산지기, 보명지주

참고 문헌

** 단행본

康命吉, 『濟衆新編』, 韓國醫學大系, 驪江出版社, 1988.
 庚辰新刊內閣藏板本, 『詩經診解』, 景仁文化社, 1984
 賈思聰, 『齊民要術』, 文淵閣四庫全書, 驪江出版社, 1988.
 郭璞 註, 『爾雅』, 學民文化社, 1992.
 김달래, 『東醫壽世保元補編』, 대성의학사, 2002.
 段玉裁, 『說文解字注』, 大星文化社, 1990.
 成倪, 『備齋叢話』, 규장각소장본
 『詩經』, 文淵閣四庫全書, 驪江出版社, 1988.
 王好古, 『湯液本草』, 中國醫學大系, 驪江出版社, 1988.
 劉頌, 『佩文齋廣羣芳譜』, 文淵閣四庫全書, 驪江出版社, 1988.
 尹塚 외 撰, 『救急簡易方診解』, 韓國醫學大系, 驪江出版社, 1988.
 李德懋, 『青莊館全書』, 민족문화추진위원회, 1981.
 李時珍, 『本草綱目』, 文淵閣四庫全書, 驪江出版社, 1988.

李濟馬, 『東武遺稿』, 海東醫學社, 1999
 李濟馬, 『東醫壽世保元』, 7판, 국립도서관소장본
 李濟馬, 『東醫壽世保元 甲午本(舊本)』, 韓國의학자료집성 II, 한국한의학연구원, 2001.
 李濟馬, 『四象草木卷』, 慶熙大學校 韓醫科大學 四象體質科, 1999.
 張介賓, 『景岳全書』, 中國醫學大系, 驪江出版社, 1988.
 저자미상, 『普濟演說』, 韓國의학자료집성 II, 한국한의학연구원, 2001.
 崔世珍, 『訓蒙字會』, 규장각소장본
 許筠, 『惺所覆蔬藟』, 한국문집총간, 1991
 許浚, 『東醫寶鑑』, 韓國醫學大系, 驪江出版社, 1988.
 洪萬選, 『山林經濟』, 亞細亞文化社, 1981

** 논문류

金鍾德, 「麥類의 春化處理에 대한 사상의학적 고찰 - 農

97) 李時珍, 『本草綱目』, 「萊菔」, 震亨曰 萊菔子治痰 有推墻倒壁之功 時珍曰 萊菔子之功 長于利氣 生能升 熟能降 升則吐風痰 散風寒 發瘡疹 降則定痰喘咳嗽 調下痢後重 止內痛 皆是利氣之效 予曾用 果有殊績.

家月수를 중심으로, 『사상의학회지』, 10(1), 1998.

金芝英외, 『體質別 食品分類의 妥當性과 活用に 관한 小考』, 『사상의학회지』, 7(1), 1995.

김종열, 『四象體質別 藥材 分類에 관한 研究』, 원광대학교 박사학위논문, 2000.

박성식, 『東武遺稿 藥性歌에 대한 研究』, 사상체질의학회지, 13(2), 2001.

송일병, 『사상의학의 약리적 고찰』, 경희대학교 대학원, 1967.

이시우, 『東醫壽世保元 處方에 活用된 藥材에 대한 考察』, 원광대학교 석사학위논문, 1999.

李義柱외, 『食品에 對한 考察』, 『사상의학회지』, 7(1), 1995.

임진희 외, 『四象醫學 藥理에 관한 文獻的 考察』, 사상체질의학회지, 16(1), 2004.

조황성, 『四象方劑 構成의 分析研究』, 사상체질의학회지, 7(2), 1995.

조황성, 『四象醫學의 原理와 方劑』, 집문당, 2003.