



사상체질의 연구

학술위원 · 이 종 대
(경기 할아버지 한약방)

• 서 론

본인은 한방입문시부터 사상체질에 관하여 많은 관심을 가져 왔다. 한 때는 사상체질학에 대하여 상당히 심취한 때도 있었다 그러나 경험이 적고 시술이 미숙하여 사상처방으로 치료를 할 때마다 낭패를 당하거나 실수를 연속하여 순수한 사상처방을 사용해 오고 있다. 그런중에도 일반적인 체질감별, 증상의 파악, 투약에 많은 도움을 받고 있다.

따라서 본인의 경우는 순수한 사상처방을 활용하는 사람이 아니며 단지 사상체질의 관점에서 일반증상에 대한 판단과 투약에 활용해 오고 있는 실정이다. 그러나 사상의학에 대해서 많은 비교와 검토를 해오던중 사상체질의 본질과 원리, 형성, 현상에 대해서 나름대로의 이치를 발견하였으며 이를 넓게 응용 하고 있다.

필자는 태양인과 소양인, 태음인과 소음인의 차이의 원인은 무엇이며 이들의 기질은 왜 다르며 습성이나 언행은 왜 다른지에 대해서 이제마 선생이 설정한 사장부론으로만 그것이 충분히 납득될 수가 없어서 늘 여기에 대해서 골몰히 생각해왔다. 현재로서는 사상체질의 객관화를 할 수 있는 기준이 없으므로 주관적인 판단에 따를 수 밖에 없고 학문이나 지식이 주관적 경향을 가지면 평가가 어렵고 한계에 다다라 발전이 될 수 없으므로 사상의 학을 객관화 시킬 수 있는 방안을 연구해 왔다.

사상체질에 대한 객관화는 기준을 정하고 수치화를 통한 차등화로 이론으로 정립해야 할 것으로 보고 이러한 생각을 바탕으로 원인을 찾고 여기에 적합한 이론과 기준을 마련코저 하였다.

사상체질에 적합한 새로운 가설을 설정하고 각 체질의 생리나 심리, 언행, 적성, 용모, 병리, 약리등에 대입하여 이의 적합여부를 검토한 결과 상당한 일치점을 발견하였고, 이에 이 가설을 기초로 하여 체질의 원칙과 기준을 정하고 적합한 이론을 성립시키고자 노력하였다.

여기에 대한 필자의 이론에 대한 적합여부는 많은 비판의 여지가 있을줄 알며 선배 제현들의 많은 지적과 가르침을 받고자 한다.

□ 학 술

• 본 론

사상체질은 사람마다 다른 차이를 기초로 이론이 형성된 것이다. 체질의 차이는 여러관점으로 조건해 볼 수 있으나 결국은 개개인마다 다른 생리의 차이라 볼 수 있다. 생리의 차이가 일시적인 것이 아니라 영속적 성향을 가지게 되면 이는 곧 생리구조의 차이라 볼 수 있다.

생리는 에너지량에 따라 다르게 변화할 수 있으므로 인체내에서 발생하는 에너지를 체질의 「기준으로 정할 수 있다」인체에서 발생 순환 소모되는 에너지량에 따라 생리현상이 달라지며 이 생리현상이 지속적이고 구조적일때 이를 기준으로 하여 체질을 구분 지을 수 있다.

1 생명체의 김.

모든 생명체는 에너지로 생명이 유지되며 에너지대사가 중단될 경우 생명현상이 중단된다. 생명체와 물체는 모두 물질로 이루어져 있으나 생명체는 에너지대사를 통해 생명현상을 유지해나가고 있고 물체는 생명현상인 에너지대사가 없다는 점이다.

생명체중 다른 생명체의 에너지를 이용하여 생존하는 미생물도 있으나 대부분의 생명체는 자기에게 필요한 에너지를 자가생산, 활용하여 생명활동을 유지하고 있다.

사람 또한 이와같은 에너지를 자체적으로 발생 순환시켜 생명현상을 존속시키고 있다. 사람마다 에너지의 발생량에는 차이가 있을 수 있고 이것이 일시적이거나 변화성을 가지는 것이 아니고 영속적이고 구조적인 성향을 가질때 이 「에너지」를 기준으로 사람의 차이를 구분지을 수 있다

에너지를 한방에서는 「氣」라고 하며 우리의 고유언어로 「김」이라 한다. 氣(=에너지=김)의 의미는 광범위하게 사용되고 있으며 에너지에 있어서도 廣意로 보면 에너지 전체를 총괄 표현하나 狹意로 보면 운동에너지를 의미하므로 혼돈을 줄이고 우리의 고유어를 사용하고자 인체에서 발생하는 총에너지를 「김」이라 표현코저 하였다. (이하 김)

2. 「김의 발생량」

체질이란 개개인의 김차이를 구분하여 동일한 성향을 가진 무리로 분류하고 무리간의 「김의 차이」를 기준으로 차별화 하여 의미와 명칭을 부여한 것이다.

인체에서 발생한 에너지는 순환되면서 소모된다.

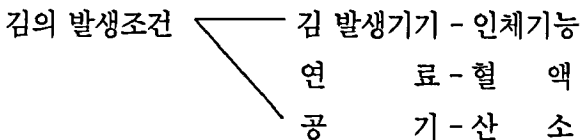
인체의 생리는 에너지량에 따라 변할 수 있으며 이 김의 량이 지속적이고 구조적일때 「김 량」에 따라 체질을 구분할 수 있다. 인체의 김에 있어 발생량과 순환량, 소모량은 동일하며, 김

이 발생되어지는 량에 따라 인체의 생리규모와 소모가 결정되므로 「인체의 에너지량은 곧 발생 량이다.」에 그기준을 둔다. 따라서 체질의 구분은 「김의 발생량」으로 설정하였다

김 발생량 → 순환량 + 소모량
김 발생량 많음 - 생리규모 커짐
김 발생량 적음 - 생리규모적어짐

3 김의 발생조건

체질의 구분이 김 발생량 따라 달라질 수 있다면 김 발생조건을 검토해 볼 필요가 있다. 일반적으로 내연기관에서 에너지가 발생할때 김의 발생조건은 「발생기기」와 「연료」「공기」가 필요하듯이 인체에 있어서도 에너지의 발생은 발생기기인 「인체의 세포」와 「연료인 혈액,영양」과 「연소 보조인공기」가 필요하다. 이 3요소중 영양과 공기가 동일하다면 발생량을 결정짓는 것은 발생기이라 볼 수 있다 즉 영양과 공기가 같은 동일한 조건에서는 발생기기인 인체의 기능에 따라 김의 발생량이 다를 수 있기 때문이다. 따라서 김의 발생량은 인체내 「발생기기의 기능의 정도」에 의해 결정된다.



4.김 발생구조

김 발생기기의 성능에 따라 김량이 다르다면, 견고하고 정밀하여 효율적인 구조를 가진 발생기기는 성능이 높게되므로 발생기기의 성능에 따라 김량이 결정된다. 김 발생기기에서 김이 발생하여 순환, 소모되므로 인체의 생명현상이 영위되고그 정도에 따라 체질을 구분한다.

그러나 김발생기기란 인체의 조직을 말하는 것으로 발생구조에 따라 성능차이가 난다. 발생구조는 내연기관처럼 「발생장치의 구조나 용량을 결정지을 수 있는 설계도 즉 윤곽」과 「건설도나 정밀도를 결정짓는 제작」과 「제작한뒤 오랫동안 사용, 운전」의 정도와 방법에 따라 그 성능이 결정되며 성능에 따라 발생량이 결정된다.

내연기관처럼 인체의 에너지 발생기기의 성능도 「설계도라할 수 있는 유전인자」와 「제작과정이라 할 수 있는 태중발육 및 출산후 성장」 「운전과정이라 할 수 있는 성장후 생활 및 근래생

□ 학 술

활」에 따라 달라질 수 있으나 체질의 결정요인은 인체구조의 설계도라 볼 수 있는 「김 발생구조의 윤곽」에 의해 결정된다. 따라서 체질은 「김 발생구조의 윤곽」으로 설정하였다.

		구조결정 요인		내역	
설계	유전인자	혈	통	중 . 속 - 혈통 유전인자대로 부모상태 - 부모건강에 따른 유전인자의 강약상태	
제작	형성	모태형성		모태형성 10개월 어머니 건강, 영양, 운동량	
		성장형성		성장형성 20년 환경, 영양, 운동량	
운전	생활	성장후생활	근래생활	기본생활 생활변화	
				선	천
				요	인
				후	천
				요	인

5. 김 발생장치

인체내의 김 발생량은 김 발생기기의 구조에 따라 성능이 달라진다면 발생기기를 세분하여 검토해 볼 수 있다. 인체의 김의 발생도 내연기관의 구조처럼 폭발장치, 연료공급장치, 공기공급장치처럼 「김 발생처인 세포」와 「혈액의 공급장치인 심장」 「공기의 공급장치인 폐」로 구성되어 있다 이 세가지 장기의 기능의 정도에 따라 김의 발생량이 달라질 수 있으며, 이 기능이 영속적인 성향을 가질때 이를 체질결정의 근본요인으로 볼 수 있다 김의 발생량은 김의 발생장치에 따라 다르게 나타나며, 체질을 결정짓는 결정요인은 「김 발생장치」에 있다.

에너지 발생장치	인체 김 발산장치	용 량	방 식	구 조
연 소 장 치	세포(간, 근육)	대 중 소	급속 중간 완속	견고 중간 허실
연료공급장치	심장, 혈관	대 중 소	급속 중간 완속	견고 중간 허실
공기공급장치	폐, 기관	대 중 소	급속 중간 완속	견고 중간 허실

6 김 량과 속도, 사상체질

김의 발생량은 발생구조의 윤곽에 의해 결정된다면 윤곽에 의한 김의 발생용량과 구조에 따라 많은 사람과 적은사람, 발생속도가 빠른사람과 느린사람이 있으며 이러한 용량과 속도가 서로 합쳐되어 하나의 기능으로 나타날 수 있다.

- 이 결과 속도가 빠르면서 량이 큰 구조를 가진 사람.
- 속도가 빠르면서 량이 중간 구조를 가진 사람.
- 속도가 빠르면서 량이 적은 구조를 가진 사람.
- 속도가 중간이면서 량이 큰 구조를 가진 사람.
- 속도가 중간이면서 량이 중간구조를 가진 사람.
- 속도가 중간이면서 량이 적은구조를 가진 사람.
- 속도가 느리면서 량이 큰 구조를 가진 사람.
- 속도가 느리면서 량이 중간구조를 가진 사람
- 속도가 느리면서 량이 적은구조를 가진 사람.

으로 나눌 수 있으나 기존 사상의학의 이론을 존중하는 의미에서 또는 판단의 편의를 위하여 「김 발생구조」가 「빠르고, 느리고, 「많고, 적고」 만으로 기준을 합치시켜보면 다음과 같은 구조가 나타난다.

- ① 「속도가 빠르면서 량이 큰 구조」를 가진사람.
- ② 「속도가 빠르면서 량이 적은구조」를 가진사람.
- ③ 「속도가 느리면서 량이 큰 구조」를 가진사람.
- ④ 「속도가 느리면서 량이 적은구조」를 가진사람.

이와같은 구도에서 사상체질의 태양인 소양인 태음인 소음인을 적용시켜보면 체질의 구분과 특성을 이해하기 쉽게된다.

속도 용량	빠른속도	빠른속도	느린속도	느린속도	참 고
용 량	큰용량	적은용량	큰용량	적은용량	적은용량대량구조 : 태, 태양, 태음 소량구조 : 소, 소양, 소음
결 과	빠르고 큰용량	빠 르 고 적은용량	느 리 고 큰 용 량	느 리 고 적은용량	급속구조 : 양, 태양, 소양 완속구조 : 음, 태음, 소음
김 총 량	많은량	중간(?)량	중간(?)량	적은량	에너지 발생량 태양소양, 태음소음
체질적용	태양인	소양인	태음인	소음인	

7. 생리가 기질 성격 장부구조 외형형성

인체의 생리는 에너지의 량과 속도에 의해 차이가 있다. 이를테면 에너지가 급속히 새서 순

□ 학 술

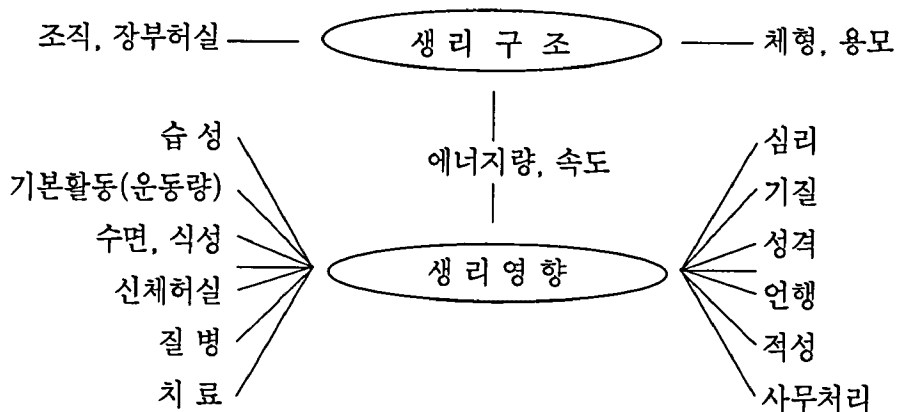
환 소모되면 인체의 생리도 급속히 전개된다. 느리게 생성 순환 소모되면 인체의 생리도 느리게 전개된다. 용량이 크면 에너지발생과 소모가 많아져 행동반경이나 활동량이 많아지고 활발해지며 적으면 이와달리 소모가 적어 행동반경과 활동량이 적어지게 된다. 속도 또한 이와같이 생리에 직접적인 영향을 준다. 이러한 생리의 완급이나 대소가 구조적일때 인체의 생리체계 또한 여기의 구조에 맞는 기본적인 생리형태를 가지게된다. 이러한 결과 각기 생리의 형태가 차이가 나타나게 되고 그 현상이 다르게 인식될 수 있다.

(1) 생리의 구조형성

생리의 완급이나 대소는 생리구조에 의해 영향을 받게되고 이는 곳 김의 발생정도에 따라 결정된다. 이러한 김의 완급 대소에 따른 발생구조에 인체의 조직형성과 장부의 기능을 결정하며 이결과 장부허실의 현상으로 나타나게 된다.

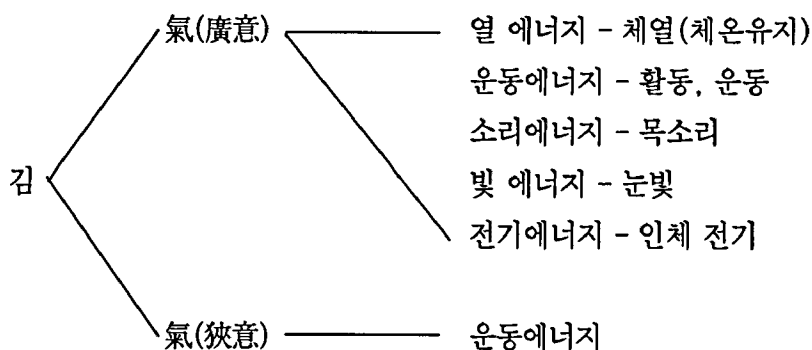
(2) 영향 빠른생리는 빠른 습성이나 언행, 기질, 성격, 심리등을 유발하며 이 현상이 구조적일 경우는 기본적으로 이와같은 성향이 형성되어 기질이나 습성이 이루어진다 느린 생리 또한 이와같으며 용량의 대소 또한 이와같은 이치이다. 이러한 결과 이러한 특성을 바탕으로한 자질이 형성되고 환경에 적응하는 능력이나 방향등이 이루어지게 되며 적성이나 사무처리 능력등으로 나타날 수 있다

생 리 구 조	조직, 오장육부의 형성 체형, 용모, 형성
생 리 현 상	생각, 판단, 행동, 심리, 언행
생 리 결 과	자질형성 - 기질, 습성, 적성, 사무처리 빠른생리 - 빠른언행, 빠른심리



8. 김의 종류와 작용

인체내의 「김」은 여러형태로 발현되며 체온을 유지키 위해 발생하는 「열 에너지」와 활동에 필요한 「운동에너지」 목소리로 나타나는 「소리에너지」 눈빛으로나타나는 「빛에너지」 인체내 미량으로 흐르는 「전기에너지」 등으로 나타나게 된다 즉 김의 용량에 따라 체열의 발생정도와 운동량의 정도, 목소리나, 눈빛의 정도, 전기의 흐름 세기가 다르게 나타날 수 있는 것이며 이것이 생리 전반에 영향을 주게된다.



9 체질별 생리구조

인체의 생리는 김량과 밀접한 관계가 있다 생리기능이 왕성하면 곧 김의 발생과 소모가 많은 것이며 생리기능이 저하되면 김 발생과 소모가 적어진다 이와 같이 생리기능은 곧 김량의 정도라는 등식이 설정될 수 있다.

김의 발생량에 따라 김의 한 형태이며 열에너지인 체열의 발생이 결정되고 이로인해 체온의 유지와 그정도에 따라 한, 열감이 느껴질 수도 있다.체질은 구조이나 체열은 현상이므로 생리나 병리에는 체열의 발생정도가 체질보다 우선해야 할때가 많다.

김의 발생량에 따라 순환과 소모가 이루어지며 발생량이 많아지면 자연히 순환과 소모가 많아져 생리기능이 왕성해지며 발생량이 구조적으로 많거나 빠르면 인체의 생리는 구조적으로 왕성하게 나타나게 된다.

김의 량에따라 인체생리의 기본이 되는 김대사로 결정이 되는데 기초대사나 소화대사는 물론 운동대사 또한 김의 량에직접적 영향을 받게된다. 김의 발생량이 적어지면 기초대사가 부족하여 체열감소, 기핍등의 증세와 소화대사 기능이 약해지고 운동대사도 급격히 감소하게 된다

김의 량이 지속성을 떨때 생리구조 자체는 김의 량에 따라 변화 고정시킬 수 있으며 김의 량이 많아지면 인체의 생리구조가 김의 과다구조로 바뀌어서 김과다 발생에 따른 조정과 과다소

□ 학술

모의 형태를 띠게 된다.

김의 발생구조는 체질적 특성인 인체의 생리구조를 결정짓기도 하는데 태, 소양인인 경우 음김의 발생과다에 따른 김의 생성, 순환, 흡수 기능이 강해지는 반면 유지, 저장, 생식기능은 상대적으로 약하기 쉽다. 이와 반대로 태, 소음인의 경우 유지, 저장, 생식기능이 상대적으로 발달하고 생성 순환, 흡수기능이 약화되기 쉽다.

분류 체질	김발생구조 속용초	체열의 발생구조 량량	김의 발생 순환도모	(김에너지) 기초대사 소화대사 운동대사	생리구조	구조결과
태양인 (주도적)	빠르고 많고 매우많다	(매우높다) 빠르고 많고 매우많다	(왕성) 빠르고 많고 매우많다	(왕성) 빠르고 많고 매우많다	(왕성) 김 과다구조 빠르고 많고 매우많다	생성, 순환, 흡수 기능 왕성 유지, 저장, 번식기능 저하
소양인 (준주도적)	빠르고 적고 보통이다	(높다) 빠르고 활발 보통이다	(활발) 빠르고 활발 보통이다	(활발) 빠르고 활발 보통이다	(활발) 김 활성구조 빠르고 활발 보통이다	생성, 순환, 흡수기능 활발 유지, 저장, 번식기능 약화
태음인 (준의도적)	느리고 크고 보통이다	(보통) 느리고 보통 보통이다	(보통) 느리고 보통 보통이다	(보통) 느리고 보통 보통이다	(보통) 김 보통구조 느리고 보통 보통이다	유지, 저장, 번식기능 활발 생성, 순환, 흡수기능 약화
소음인 (의도적)	느리고 적고 적다	(낮다) 느리고 적고 적다	(저하) 느리고 적고 적다	(저하) 느리고 적고 적다	(저하) 김 과소구조 느리고 적고 적다	유지, 보전, 번식기능 활성 생성, 순환, 흡수기능 저하

10. 인체내의 「김」의 성질

체질은 김에 따라 결정된다면 체질에 따른 생리와 심리, 허실, 병리, 약리, 기질, 습성등을 이해하기 위해서는 「김」의 인체내 성질을 알아야 하며 특히 심리와 기질, 적성, 용모등의 차이나 원리를 이해해야할때는 더욱 필요하다. 태양인이 왜 독선적인 성향이 있는지 태음인이 왜 원만한지 알기 쉽게된다

김의 성질

김의 성질을 설명하기 위해서 「김이 많은량」을 임의로 설정하여 김의 성질에 따른 설명을 돕고자 한다

(1) 「김의 량」

체질은 김의 량에 따라 결정된다 하였는데 김량이 많을 경우는 김량이 적을 경우보다는 김의 발생 순환 소모가 많게 되어 상대적으로 생리가 활발해지는 현상을 나타낸다. 「생명현상이 활발하다는 것은 김의 량이 많다」는 것과 같다.

(2) 「김의 속도」

김 발생량이 많다는 것은 동일한 시간내에 동일한 면적에서 보다 많은 김이 발생 된다는 것을 의미하며 이것은 김발생이 빠르다 하는 것을 의미한다. 따라서 김의 량이 많다는 것은 김이 빠르게 발생된다는 것과 같다.

(3) 「김의 집중」

동일한 시간 면적내에서 김이 많이 발생한다는 것은 김이 집중되게 발생된다고 볼 수 있다. 따라서 「김이 많다는 것은 집중되게 발생한다」는 것과 같다

(4) 「김의 강도」

김이 동일한 공간, 시간내에 「많은 양을 낸다는 것은 강도가 높다」는 것이며 즈 힘이 있다는 뜻이다. 따라서 「김 용량이 많다는 것은 힘이 있다는 것」과 같다

(5) 「김의 용량」

김 량이 많다는 것은 「김발생용량이 크다」는 것을 의미한다

(6) 「김의 밀도」

김의 발생이 많다는 것은 「김의 발생밀도가 높다」는 것과 같다

(7) 「김의 범위」

「김의 발생량이 많은 것은 김의 소모 순환범위가 넓다」는 것과 같다.

(8) 「김의 여력」

김의 발생이 많으면 「용량이 많음에 따라 여력이 많을 수 있다」는 것과 같다.

	김 발생총량	속도	용량	집중	강도	밀도	파급범위 (파급행동)	여력 (수용)	성향
태양인	많다	빠름	많다	매우높다	매우높다	매우높다	넓다	매우많다	동적 소극
소양인	중간	빠름	적다	높다	높다	높다	넓다	많다	동적 소극
태음인	중간	느림	많다	보통	보통	보통	보통	보통	동적 소극
소음인	적다	느림	적다	낮다	낮다	좁다	좁다	적다	동적 소극

□ 학 술

• 결 론

사상체질의 본질을 규명하고 원리를 이해함에 있어 이를 연구 검토한 결과 다음과 같은 결론을 얻었다.

(1) 사상체질에 있어 체질의 바탕과 기준은 생리 현상에 절대적 영향을 주고 있는 「김 = 에너지」이며 체질간의 차이를 나타낼 수 있는것도 「김의 차이」이다.

(2) 사상체질의 본질은 생리구조이며 이것은 김의 발생량에 결정적이고 영속적인 영향을 주는 「김의 발생구조」이다.

(3) 체질은 「김의 발생구조」에 따른 「김의 발생용량과 속도」에 의해 결정되며 그 차이와 의미를 부여한 것이다.

(4) 「김의 이론」을 통해 사상체질의 생리, 병리, 기질, 언행, 습성, 적성, 용모등을 이해할 수 있으며 생리에 따른 여러현상과 체질간의 차이를 규명할 수 있다.

(5) 「김 이론」의 김을 통해 사상체질을 객관화시킬 수 있는 수치화 측정화가 가능하다.

(참고문헌)

이제마, 「동의수세보원」, 행림출판사, 1986

권영식, 「동의수세보원투약」 「음양(기혈)허실론」, 서울설리출판사, 1967

허연

한동석, 「동의수세보원주역」, 서울설리출판사 1967

Rober O Becker, 「생명과 전기정」, 서울정신세계사, 공동철 옮김 1994

David Attenborough, 「생명의 신비」, 서울학원사, 김순후 옮김 1985

Richark E leakey and Roger Lewn, 「오리진」, 서울학원사 김광억옮김, 1983

정남섭 김영식 박영우 정순희 이한기 공저 「인체의 생리학」, 서울수문사, 1990

황무연, 「한의학과 인체의 신비」 서울고려의학, 1993

× 본 논문은 현재 집필중인 「사상체질 연구」 내용의 앞부분중 일부를 발췌하여 정리한 것으로 사상체질에 관한 구체적이고 전반적인 필자의 견해는 「사상체질 연구」에 수록되어 있다