

## 한방울과 황단이의 한의약 속 우리말 3. 애간장이 타다



### “애간장이 타다”란?

속이 타들어가듯 몹시 애가 타고 초조한 마음 상태를 표현하는 우리말입니다. 보통 누군가를 기다릴 때나 일이 잘못될까 불안할 때 자주 쓰입니다. 여기서 '애'는 속마음, '간장'은 간(肝)을 뜻합니다. 한의학에서는 간이 감정을 조절한다고 보며, 긴장과 불안이 쌓이면 간열(肝熱)이 생겨 '속이 끓는 듯한' 상태가 됩니다. 마음의 건강도 간의 균형에서 시작된다는 뜻을 담고 있습니다.