

韓醫學의 特徵과 老子哲學의 聯關性*

-『黃帝內經』과 『道德經』을 중심으로-

慶熙大學校 韓醫科大學 原典學教室¹

丁彰炫^{1 **}

Interrelation between the Korean Traditional Medicine and Taoism

Jeong, Chang-hyun^{1 *}

¹Dept. of Oriental Medical Classics, college of Oriental Medicine, Kyunghee University

In this paper, we will discuss the main characteristics of Korean traditional medicine and their bond with the philosophy of Noja(老子) to ultimately examine how 『Dodeokgyeong(道德經)』 affected medicine as a pragmatic field of study.

Noja(老子) viewed the universe and the creatures living in it to be constituted by gi(氣), and that everything continuously moves and changes as a result of the conflicts between two opposing energies within, eum(陰) and yang(陽). 『Hwangjenaegyong(黃帝內經)』 is about how this theory is applied to human lives.

『Dodeokgyeong』 speaks of the Heaven, Human, and Do accordance, offering the theoretical basis for the correspondence between nature and human in the 『Hwangjenaegyong』, where the Heaven, Human and Do(道) accordance theory is embodied into each element of the human vital activity, establishing the identity of Korean traditional medicine as natural medicine.

Noja declared life in accordance with Do(道) as an ideal way to live. 『Hwangjenaegyong』 applies this idea to human vital activity setting the realization of Do the ultimate goal of life and offers actual guidelines. The preventive aspect of Korean traditional medicine is the characteristic most affected by 『Dodeokgyeong』.

『Hwangjenaegyong』 and 『Dodeokgyeong』 both recognized the relativity of objects, and spoke of harmony and balance as the answer to conflicts between matters.

Key Words : Korean traditional medicine, Taoism philosophy, Hwangjenaegyong, Do Deok Gyeong, gi medicine

I. 序論

한의학이란 자연의 이치를 그대로 인체에 투영하여 질병의 원인과 기전을 파악하고 치료하며 예방하는 것에 관한 이론체계를 말한다.¹⁾ 한의학은 氣論과 陰陽五行論을 근간으로 우주 자연 및 인간에 대해 깊이 성찰한 결과의 결정체이다.

한의학은 《黃帝內經》(이하 《內經》이라 약칭함)의 성립을 그 출발점으로 본다. 물론 그 이전에 질병 치료 행위나 원리가 없었던 것은 아니지만, 확고한 학문적 체계를 갖춘 것은 《황제내경》이 그 시작이다. 우주 자연에 대한 인식, 인간에 대한 인식, 자연과 인간의 상호관계에 대한 인식, 육체와 정신에 대한 인식, 시간과 공간에 대한 인식 등 《內經》 철학의 범주는 실로 넓다.

이 같은 《황제내경》의 사상이 黃老學을 바탕으로 한 것임은 주지의 사실이다. 黃老學은 秦漢 사이에 新道家들이 黃帝를 假托하여 이론을 세우고 아울러 老子的 학설을 고치고, 여기에 先秦時代 陰陽家, 法家, 儒家, 墨家, 名家 등 諸家學說의 중요한 내용을 흡수하여 종합한 하나의 이론체계를 말한다.²⁾ 따라서 황노학의 중심 사상은 바로 도가 철학이다. 또 시기적으로 黃老學派는 戰國末期에 형성되어 西漢初期에 매우 융성하였는데³⁾, 이는 《黃帝內經》의 著作時期와 비슷한 때이다.

이처럼 한의학과 도가 철학은 밀접한 연관이 있으며, 특히 《道德經》에 담겨있는 노자의 철학은 한의학의 철학적 기초가 되었다. 《內經》에서 만물의 본체를 기로 보고, 그 변화 발전의 원리로 음양

오행을 제시한 것, 또 인간과 자연이 본래 하나로 인간이 자연의 원리에 순응하는 것이 가장 이상적이라고 인식한 것, 양생을 중시한 것 등은 모두 노자의 철학과 궤를 같이 하는 것이다.

이밖에도 41장의 “上士聞道，勤而行之，中士聞道，若存若亡，下士聞道，大笑之”⁴⁾, 77장의 “高者抑之，下者舉之，有餘者損之，不足者補之”⁵⁾, 80장의 “甘其食，美其服，安其居，樂其俗”⁶⁾, 59장의 “長生久視”⁷⁾ 등 표현상으로도 비슷한 부분이 보인다.

이에 본 논문에서는 《內經》을 중심으로 한의학의 대표적인 특징을 들고 그들의 노자 철학과의 연관성을 고찰함으로써 노자 《道德經》이 실용학문인 의학에 어떻게 작용하였는지를 살펴볼 것이다.

II. 本論

1. 한의학은 氣醫學이다.

필자는 일찍이 한의학은 氣의학이며 서양의학은 形의학을 밝힌 바 있다.⁸⁾ 한의학에서 氣는 우주의 근원이며 만물의 근원이며 인체 생명의 근원이며 또 변화의 주체이다.⁹⁾

《內經》은 “태허는 텅 비고 넓어서 만물 화생의

* 본 논문은 2009년 10월 22일부터 25일까지 고려대학교에서 개최된 제1차 仙&道國際學術大會에서 발표한 논문을 보완한 것임.

** 교신저자 : 정창현, 서울 동대문구 회기동 1번지경희대학교 한의과대학 원전학교실.

Email: jeongch@khu.ac.kr Tel: 02-961-0337.

접수일(2009년 10월 24일), 수정일(2009년 11월 10일),

게재확정일(2009년 11월 20일)

1) 정창현. 黃帝內經의 思惟體系와 그特徵. 大韓韓醫學原典學會誌. 17권 4호. 2004. p.12

2) 吳光. 黃老之學通論. 浙江人民出版社. 1985. 杭州. p.110 참고

3) 吳光. 黃老之學通論. 浙江人民出版社. 1985. 杭州. p.100 참고

4) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.14. “道者，聖人行之，愚者佩之”

5) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.300. “高者抑之，下者舉之，有餘折之，不足補之”. p.95. “瀉有餘，補不足”. p.131. “有餘者瀉之，不足者補之”. p.209. “不足則補，有餘則瀉”. p.216. “有餘瀉之，不足補之”.

洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.138. “益其不足，損其有餘”. p.314. “瀉其有餘，補其不足”

6) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.11. “美其食，任其服，樂其俗，高下不相慕，其民，故曰朴”

7) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.68. “故智者之養生也，必順四時而適寒暑，和喜怒而安居處，節陰陽而調剛柔，如是則僻邪不至，長生久視.”

8) 정창현. 神에 대한 연구. 경희대학교 박사학위논문. 1997. p.1

9) 정창현. 黃帝內經의 思惟體系와 그特徵. 大韓韓醫學原典學會誌. 17권 4호. 2004. pp.13-15 참고

근원이 되니 만물이 이를 바탕으로 시생한다(太虛寥廓, 肇基化元, 萬物資始)(《素問·天元紀大論》)라고 하여 우주를 태허라 하였고 이 태허로부터 모든 만물이 비롯된다고 했다.¹⁰⁾ 이 태허는 문자 상으로 무한히 크고 텅 빈 공간이지만, 그러나 실제로 이 태허에는 無形의 기가 충만해있다. “땅은 사람의 아래에 있으면서 태허의 가운데에 있다. 황제가 말씀하시길, 어디에 의지하는가? 기백이 이르길, 대기가 들고 있습니다.(地爲人之下, 太虛之中者也. 帝曰馮乎. 岐伯曰大氣舉之也.)”(《素問·五運行大論》)¹¹⁾라고 하였는데, 이는 곧 우주가 대기로 충만해있다고 본 것이다. 太虛의 狀態에서 “清陽爲天, 濁陰爲地”, “積陽爲天, 積陰爲地”(《素問·陰陽應象大論》)의 과정을 거쳐 비로소 天地宇宙가 形成된다.¹²⁾ 이렇게 형성된 天地의 두 기운의 상호작용에 의해 만물이 化生하니, “氣合而有形”(《素問·六節藏象論》), “하늘과 땅이 기운을 합하고 여섯 마디로 나뉘어 만물을 화생합니다(天地合氣, 六節分而萬物化生矣).”(《素問·至真要大論》)라 하였다. 이와 같이 《內經》은 기가 우주와 만물의 근원이라고 보았다.

나아가 《內經》은 인간의 생명 또한 기가 모여 이루어진 것이라고 보았다. “天地合氣, 命之曰人”, “人以天地之氣生”(《素問·寶命全形論》), “내가 듣건대, 사람에게 血, 氣, 津, 液, 血, 脈이 있다고 하는데, 내 생각에는 하나의 기일 따름이다(余聞人有血氣津液血脈, 余意以爲一氣耳).”(《靈樞·決氣》)라고 하여 인간 생명의 근원이 또한 기임을 분명히 밝히고 있다. 이처럼 한의학은 기본적으로 우주를 비롯한 만물이 모두 기로 이루어져있다는 기본체론, 기일원론의 입장을 갖고 있다.

비록 인체생명을 形-氣-神 또는 精-氣-神 셋으로 나누어 보기도 하지만 그 역시 모두가 하나의 元氣로부터 유래한 것이라고 본다.¹³⁾ 이러한 의미

에서 한의학은 氣醫學이다.¹⁴⁾

《內經》의 이같은 氣本體論은 老子哲學과 깊은 연관이 있다.

《老子》에서 “도는 하나를 낳고 하나는 둘을 낳고 둘은 셋을 나으니 셋이 만물을 낳는다. 만물은陰을 지고 陽을 품으니 충기가 조화롭게 한다(道生一, 一生二, 二生三, 三生萬物, 萬物負陰而抱陽, 衝氣以爲和).”¹⁵⁾라고 하였는데, 여기서 직접적으로 기가 만물의 근원임을 언급하지는 않았다.¹⁶⁾ 그러나 뒤의 “衝氣”란 말에 비추어 볼 때, “二”는 陰氣와 陽氣를 말한 것이다. 회남자에서도 노자의 이 말에 대해 “도는 하나에서 시작된다. 하나로는 만물을 생할 수 없으므로 나뉘어 음양이 되고 음양이 화합하여 만물이 생성된다. 그러므로 하나가 둘을 낳고 둘이 셋을 낳고 셋이 만물을 낳는다고 한 것이다(道始於一, 一而不生, 故分而爲陰陽, 陰陽合和, 而萬物生, 故曰一生二, 二生三, 三生萬物).”(《淮南子·天文訓》)¹⁷⁾이라고 하였으니, “二”는 陰氣와 陽氣를 말한 것임이 분명하다. 그렇다면 “一”은 곧 陰陽이 未分한 狀態의 氣, 즉 元氣를 가리킨 것이다. 元氣는 陰陽이 未分한 狀態의 氣로 易의 太極에 해당한다. 여기서 노자 역시 기가 만물의 근원이라고 보았음을 알 수 있다. 노자의 사상을 계승한 莊子는 “은천하가 하나의 기일 따름이다(通天下—氣耳)”, “사람의 생명은 기가 모여 이루어진 것이니, 모이면 살고 흩어지면 죽는다(人之生, 氣之聚也. 聚則爲生, 散則爲死).”(《莊子·知北游》)¹⁸⁾ “천지는 形 중의 큰

13) 丁彰校. 中国古代哲学和《黄帝内经》的人体生命构成论. 北京中医药大学学报. 北京中医药大学 Vol.24. No.1. 2001. pp.18-19.

14) 이에 비해 물질적이고 구조적인 면을 추구하는 서양의학은 形醫學이라 할 수 있다.

15) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 도덕경 석의. 서울. 여강출판사. 1999. p.173.

16) 《道德經》 전체에서 “氣”자는 세 번 보인다. 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.60. “專氣致柔, 能如嬰兒乎?”. p.173. “萬物負陰而抱陽, 衝氣以爲和”. p.200. “心使氣曰強”

17) [漢]劉安 等撰. 胡安順 張文年 等譯. 白話淮南子. 西安. 三秦出版社. 1998. p.103.

18) 王世舞 主編. 王世舞, 史曉平, 周民, 李庆珍 译注. 莊子译注. 濟南. 山東教育出版社. 1995. p.409.

10) 洪元植 校合編纂. 精校 黄帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.233. “太虛寥廓, 肇基化元, 萬物資始, 五運終天, 布氣眞靈, 摠統坤元, 九星懸朗, 七曜周旋, 日陰曰陽, 日柔曰剛, 幽顯既位, 寒暑弛張, 生生化化, 品物咸章”

11) 洪元植 校合編纂. 精校 黄帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.237.

12) 정창현. 黄帝內經의 思惟體系와 그 特徵. 大韓韓醫學原典學會誌. 17권 4호. 2004. p.14.

것이고, 음양은 氣 중의 큰 것이다(天地者, 形之大者也. 陰陽者, 氣之大者也)(《莊子·則陽》)¹⁹⁾라고 하여 보다 구체적으로 이를 명시하였다.

기로 이루어진 만물은 끊임없이 운동 변화하는데, 그 까닭은 기 자체에 운동 본성이 있기 때문이다. 만물은 기의 운동 본성에 의해 쉼 없이 升降出入하고 이를 통해 生成, 發展, 消滅의 變化를 거친다. 아래 예들은 모두 《內經》의 이같은 관점을 표현한 것이다.

“기가 활동을 시작하면서 만물이 생성되고 기가 흩어지면서 形이 생기고 기가 퍼지면서 만물이 무성하게 자라고 기의 활동이 끝나면서 모습이 변화니 그 이치가 하나이다(氣始而生化, 氣散而有形, 氣布而蕃育, 氣終而象變, 其致一也).”(《素問·五常政大論》)²⁰⁾

“기의 승강은 하늘과 땅이 번갈아 쓰이는 것이다(氣之升降, 天地之更用也).”(《素問·六微旨大論》)²¹⁾

“위와 아래가 서로 부르니 升과 降이 서로 의지하여 변화가 일어난다(上下相召, 升降相因, 而變作矣).”(《素問·六微旨大論》)²²⁾

“출입이 그치면 신의 작용이 사라지고 승강이 멈추면 기의 작용이 위태로워 진다. 그러므로 출입이 아니면 生-長-壯-老-已가 없고, 승강이 아니면 生-長-化-收-藏이 없다(出入廢, 則神機化滅, 升降息, 則氣立孤危, 故非出入則無以生長壯老已, 非升降則無以生長化收藏).”(《素問·六微旨大論》)²³⁾

그렇다면 기의 운동 본성은 어디에서 비롯된 것인가? 이는 당초 만물이 형성될 때 天의 陽氣와 地

의 陰氣가 상합하여 형성되었기 때문이다. 따라서 내부적으로 항상 陰陽의 모순이 존재하고, 이로 인해 만물은 끊임없이 변화하게 된다. 陽은 動을 주관하고 陰은 靜을 주관하며, 陽은 升을 주관하고 陰은 降을 주관하니, 陽이 나아가고 陰이 물러나는 시기에는 氣가 升하고 陰이 나아가고, 陽이 물러나는 때에는 氣가 降하는 것이 원칙이다²⁴⁾. 따라서 《內經》은 陰陽이 만물의 변화를 초래하는 근원이라고 보았다.²⁵⁾

노자 역시 “萬物負陰而抱陽, 衝氣以爲和”²⁶⁾라고 하여, 만물은 근원적으로 음양이라는 내재적 모순을 담고 있으며 만물의 정상적인 운행은 음양의 상호 화합을 통해 구현된다고 보았다. 2장에서는 이러한 만물의 상대성을 보다 구체적으로 설명하였는데, “있음과 없음이 서로를 생겨나게 하고, 어려움과 쉬움이 서로를 이루고, 긴 것과 짧은 것이 서로 비교가 되며, 높음과 낮음이 서로 기울어지며, 음과 聲이 서로 화합하고, 앞과 뒤가 서로 따른다(有無相生, 難易相成, 長短相較, 高下相傾, 音聲相和, 前後相隨)”²⁷⁾라고 하였다. 有와 無, 難과 易, 長과 短, 高와 下, 음과 聲, 前과 後는 각각 상대가 있음으로써 존재할 수 있는 것이다. 有가 있기 때문에 無가 있는 것이요, 難이 있음에 易이 있는 것이요, 長이 있기 때문에 短이 있는 것이다. 이는 만물이 相反하면서 相成함 즉 상호대립하면서 동시에 서로 의존, 보완함을 밝힌 것이다.

24) 정창현. 黃帝內經의 思惟體系와 그特徵. 大韓韓醫學原典學會誌 17권 4호. 2004. p.16.

25) “夫四時陰陽者, 萬物之根本也”(《素問·四氣調神大論》), “陰陽者, 天地之道也, 萬物之綱紀, 變化之父母.”(《素問·四氣調神大論》). 《內經》에서는 기의 작용원리로 음양과 함께 오행을 제시하고 있다. 허나 《道德經》에는 아직까지 오행에 대한 언급이 보이지 않는다. 다만, 31장에서 “君子居則貴左, 用兵則貴右…… 吉事尚左, 凶事尚右”라고 하였는데, 左는 동방으로 生氣를 주관하고 右는 서방으로 殺氣를 주관한다고 보면 오행 사상과 관련지을 수 있으나, 이 역시 左陽右陰이라는 음양론으로 설명하는 것이 더 가까우므로 이를 가지고 오행론이 《道德經》에 존재한다고 보기는 어려운 것 같다.

26) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.173.

27) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.39.

19) 王世舞 主編. 王世舞, 史曉平, 周民, 李庆珍 译注. 莊子译注. 济南. 山东教育出版社. 1995. p.507.

20) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.257.

21) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.244.

22) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.244.

23) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.244.

40장의 “反者，道之動”²⁸⁾은 바로 이를 말한 것이다. “反者，道之動”은 만물의 相反相成을 정의함은 물론이요, 나아가 만물이 상반되는 방향으로 발전해가는 이치 즉 음양의 相反轉化를 정의한 것이다. 예컨대, 58장에서 “제양은 복이 의지하는 바이고, 복에는 제양이 잠복해 있다……바름은 다시 바르지 않은 것이 되고, 착한 것은 다시 요망한 것이 된다(禍兮福之所倚，福兮禍之所伏……正復爲奇，善復爲妖).”²⁹⁾라고 하여 禍福，正邪，善妖가 서로 전화한다고 하였다. 36장에서 “장차 거두어 모으려면 반드시 먼저 펼쳐야 하고, 약하게 하려면 반드시 먼저 강하게 해야 하고, 없애려면 반드시 먼저 흥하게 하고, 취하려면 반드시 먼저 주어야 한다. 이를 조짐이라 한다(將欲歛之，必固張之，將欲弱之，必固強之，將欲廢之，必固興之，將欲取之，必固與之，是謂微明).”³⁰⁾라고 한 것도 같은 예이다. 이는 《內經》의 “重陽必陰，重陰必陽”，“熱極生寒，寒極生熱”，“動復則靜，陽極反陰”，“升已而降……降已而升” 등 음양극변의 원리와 상통하는 부분이다. 또 16장에서는 “만물이 무성하게 일어나지만 나는 되돌아감을 본다(萬物并作，吾以觀復)”라고 하여 만물이 상반상성의 작용에 의해 끊임없이 반복 순환함을 밝혔다. 《內經》은 이를 인체 생명활동에 적용하여 天地萬물이 四時晝夜에 따라 生長收藏，生老病死를 반복하고, 인체도 이에 따라 陰陽氣血의 성쇠, 기의 승강출입，營衛의 순환이 끊임없이 반복된다고 보았다. 이를 “如環無端”，“終而復始”，“周而復始”라고 표현하였다.

이처럼 한의학이 기의학으로서의 특징을 확립하는 데는 노자의 만물의 생성과 운동 변화에 대한 깊은 인식이 영향을 미쳤다고 볼 수 있다.

노자는 우주와 만물은 기가 그 본체이며, 이 기로 이루어진 만물은 내재된 음양이라는 상호 모순된 기운의 작용에 의해 끊임없이 운동 변화한다고

보았다. 《內經》은 이를 인체의 생명활동에 적용시킨 것이다.

2. 한의학은 自然醫學이다.

한의학은 자연의 이치에 통달하고 자연에 순응하여 조화로운 삶을 유지하는 것을 최고의 목표로 삼는다. 이런 관점에서 한의학은 자연의학이다.

《內經》에서는 인간이 天地自然의 氣에 의해 생성되며, 天地自然의 변화에 적응하면서 생명활동을 영위한다고 인식하였다.³¹⁾ 이러한 인간과 자연의 관계를 “天人相參”³²⁾ 또는 “天人相應”³³⁾, “天人共紀”³⁴⁾라고 표현하였다.³⁵⁾ 이는 자연과 인간이 모두 기로 이루어져 있으며 음양오행이라는 동일한 이치에 따라 운행한다고 보았기 때문이다. 천인상응사상에 따르면 인간의 생명활동현상은 계절에 따른 기의 변화, 달의 성쇠, 하루 중의 기의 성쇠 등과 밀접한 연관이 있다.

예컨대, 《素問藏氣法時論》에서는 “肝主春” “心主夏” “脾主長夏” “肺主秋” “腎主冬”³⁶⁾이라 하여 인체의 五藏이 四時에 각각 應한다고 했고, 《靈樞·順氣一日分爲四時》에서는 “春生，夏長，秋收，冬藏，是氣之常也，人亦應之.”³⁷⁾라고 하여, 인체의 기운이 자연이 四時에 따라 生長收藏하는 변화에 응한다고 했다. 《素問生氣通天論》에서는 “平旦人氣生，日中而陽氣隆，日西而陽氣已虛，氣門乃閉”³⁸⁾라고 하여,

31) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.97. “人以天地之氣生，四時之法成”

32) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.338. “人與天地相參也.”

洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.142. “人與天地相參.”

洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.316. “人參天地”

洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.99. “此人之所以參天地以應陰陽也.”

33) “此人與天地相應者也.”(《靈樞·邪客》)

34) “人與天地共紀”(《靈樞·營衛生會》)

35) 정창현. 黃帝內經의 思惟體系와 그特徵. 大韓韓醫學原典學會誌 17권 4호. 2004. p.19.

36) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.88.

37) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.206.

28) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.164.

29) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. pp.212-215.

30) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. pp.146-148.

하루 중 시간의 변화에 따른 人氣의 성쇠를 말하였고, 《靈樞·順氣一日分爲四時》에서는 旦慧-晝安-夕加-夜甚³⁹⁾이라는 하루 동안의 질병 변화 패턴을 제시하였다. 《靈樞·歲露》와 《素問·八正神明論》에서는 달의 성쇠에 따른 인체의 변화를 설명하였다⁴⁰⁾ 《靈樞·五十營》과 《靈樞·衛氣行》 등에서는 營氣와 衛氣가 천체의 운행에 상응하여 體內를 하루에 50번 돈다고 했다.

육체적인 생리현상 뿐만 아니라 인간의 정신 또한 천지자연의 정신과 상응한다고 보았는데, “天地之大紀, 人神之通應也”라고 하여 宇宙自然의 精神인 天神과 인간의 정신인 人神이 하나로 연결되어 있다고 보았다. 이처럼 인간은 정신과 육체 양방면에서 모두 자연의 변화에 순응하여 하며, 이를 어길 경우 질병이 발생한다고 보았다. 이러한 관점에서 한의학은 가장 자연친화적인 의학이다.

질병의 예방과 치료 방면에서 자연주의 사상은 더욱 극명하게 드러난다.

“處天地之和” “法則天地” “提挈天地” “和於陰陽, 調於四時”(《素問·上古天真論》)⁴¹⁾

“무릇 사시의 음양변화는 만물의 근본이다. 그래서 성인은 봄 여름에는 양기를 기르고 가을 겨울에는 음기를 길러 그 근본을 따랐다. 그리하여 만물과 더불어 生長收藏의 문에서 부침하였다. 그 근본인

음양을 거스르면 몸의 근본을 해쳐서 진기가 무너진다(夫四時陰陽者, 萬物之根本也. 所以聖人春夏養陽, 秋冬養陰, 以從其根, 故與萬物浮沈於生長之門. 逆其根, 則伐其本, 壞其真矣).”⁴²⁾

“사시의 음양변화는 만물의 시작이자 끝이며 죽음과 태어남의 근본이다. 이를 거스르면 재해가 생기고 이를 따르면 혹독한 질병이 생기지 않으니 이를 得道라고 한다.(陰陽四時者, 萬物之終始也, 死生之本也, 逆之則災害生, 從之則苛疾不起, 是謂得道).”(《素問·四氣調神大論》)⁴³⁾

“다스림에 하늘의 법칙을 따르지 않고, 땅의 이치를 사용하지 않으면 재해가 이른다(治不法天之紀, 不用地之理, 則災害至矣).”(《素問·陰陽應象大論》)⁴⁴⁾

天地自然의 법칙에 따라 四時 陰陽의 변화에 순응하면 질병 없이 오래 살 수 있지만, 그에 거스르면 재앙이 이른다고 보았다. 질병의 치료도 역시 마찬가지이다.

이는 자연과 인간에 대한 세밀한 관찰과 깊은 사색에서 도출된 것이다. 자연의 변화에 응하여 음양 오행의 이치 속에서 삶을 영위하는 것, 즉 자연에 순응하는 삶이 바른 삶이라고 보았으며, 이것이 바로 《內經》 양생이론의 기본이다.

《內經》에서는 이를 한마디로 “與道合同”, “合同於道”이라고 표현하였다. 《素問·六微旨大論》에서 “與道合同, 惟真人也”⁴⁵⁾라 하였는데, 여기서 “道”는 바로 천지자연의 변화 이치, 구체적으로 사시음양변화의 이치를 가리키니, 오직 진인만이 도 즉 자연과 하나가 되어 천지가 다하도록 삶을 영위할 수 있다는 것이다. 또 《素問·上古天真論》에서 “將從上古合同於道, 亦可使益壽而有極時.”⁴⁶⁾라 하였

38) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.16.

39) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.206. “朝則人氣始生, 病氣衰, 故旦慧. 日中人氣長, 長則勝邪, 故安. 夕則人氣始衰, 邪氣始生, 故加. 夜半人氣入藏, 邪氣獨居於身, 故甚也.”

40) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.338. “少節曰人與天地相參也, 與日月相應也. 故月滿則海水西盛, 人氣積, 肌肉充, 皮膚緻, 毛髮堅, 腠理郤, 煙垢著, ……至其月郭空, 則海水東盛, 人氣血虛, 其衛氣去, 形獨居, 肌肉減, 皮膚縱, 腠理開, 毛髮殘, 應理薄, 煙垢落…….”

洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.100. “月始生, 則人氣始精, 衛氣始行, 月郭滿, 則人氣實, 肌肉堅, 月郭空, 則肌肉減, 經絡虛, 衛氣去, 形獨居.”

41) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.12.

42) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.14.

43) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.14.

44) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.25.

45) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.247.

46) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院

는데, 이 역시 도에 부합하는 삶이 오래 갈 수 있음을 말한 것이다.

이는 노자의 도법자연사상을 적극적으로 수용한 결과라고 볼 수 있다.

“사람은 땅을 법으로 삼고, 땅은 하늘을 법으로 삼고, 하늘은 도를 법으로 삼고, 도는 자연을 법으로 삼는다(人法地, 地法天, 天法道, 道法自然).”(《道德經 25장》)⁴⁷⁾

“人法地, 地法天, 天法道”는 天-地-人이 모두 道라는 하나의 이치를 따른다는 말인데, 이는 곧 《內經》의 “與道合同”사상과 다르지 않으며, 이것이 바로 《內經》 天人相應思想의 연원이다.

노자는 나아가 “道法自然”이라 하여 人-地-天-道가 모두 궁극적으로는 자연을 따른다고 하였다. 다만, 《道德經》에서 “道法自然”이라 할 때의 자연은 《內經》에서 “天人相應”이라 할 때의 天 즉 天地自然과는 의미가 다르다. 《內經》의 자연은 객관적 실체로서 인간을 둘러싸고 있는 광활한 대우주 자연을 말하는 것이며, 노자가 말하는 자연은 ‘스스로 그러하다’, ‘저절로 그러하다’, ‘본디 그러하다’, ‘자연스러움’을 뜻하는 말로, 천지자연의 존재형식 또는 속성 또는 상태를 표현한 것이다. 다른 말로 하면 無爲이니, 人爲나 有爲, 強爲, 作爲 등이 그 반대의 뜻이 된다. 망동하지 하고 자연의 사시변화에 순응하는 것이 “道法自然”의 구체적인 실천 방법이라 할 수 있다. 이런 관점에서 “道法自然”이란 말도 《內經》의 천인상응사상 성립에 기초를 제공한 것이라 할 수 있다.

노자는 인간이 우주자연에 순응하는데 그 이상적인 방법으로 自然無爲를 제시한 것이다. 《內經》은 이러한 노자의 天人同道사상을 천인상응사상으로 발전시켜 인간의 생성, 구조, 생리현상, 질병의 발생과 발전, 예방과 치료에 폭넓게 응용한 것이다. 다시 말하면, 《道德經》에서는 人-地-天-道라는

天人同道思想을 제시하여 《內經》의 천인상응사상에 이론적 근거를 제공했고, 《內經》은 天人同道思想을 구체화시켜 인체생명활동 각 요소에 폭넓게 적용하여 자연의학으로서의 특징을 확립하였다. 《道德經》의 자연주의사상은 한의학 여러 분야에서 특히 양생 방면에 큰 영향을 끼쳤다.

3. 한의학은 生活醫學이다.-삶의 실천 도리를 밝힘.

한의학이 생활의학이란 말은 곧 한의학이 삶의 이치를 밝힌 의학이라는 뜻이다. 즉 한의학은 삶의 지혜를 담은 의학이며, 나아가 생활 속에서 도를 구현하는 의학이다. 한의학은 인간이 건강하고 행복한 삶을 누리면서 오래 살 수 있도록 마음가짐과 행동거지의 준칙을 제시하였다. 인간으로서 삶의 올바른 실천도리를 밝힌 것이다.

《內經》이 제시하는 바른 삶이란 바로 도를 알고 도를 실천하는 삶이다. 예컨대, “옛사람들은 도를 아는 자여서 음양을 법으로 삼고 여러 가지 술수에 능통하며 먹고 마시는 것이 절도가 있고 기기에 항상됨이 있으며 망령되지 수고로움을 짓지 않으므로 육체와 정신이 온전하여 타고난 수명을 다 누리 백세가 넘어서 죽는다(古之人, 其知道者, 法於陰陽, 和於術數, 食飲有節, 起居有常, 不妄作勞, 故能形與神俱, 而盡終其天年, 度百歲乃去)”⁴⁸⁾ “장차 상고시대를 좇아 도에 합하니 또 수명을 늘려 지극한 때를 둘 수 있다(將從上古合同於道, 亦可使益壽而有極時).”(《素問·上古天真論》)⁴⁹⁾ “도를 삼가 법대로 하면 길이 천명을 누릴 것이다(謹道如法, 長有天命).”(《素問·生氣通天論》)⁵⁰⁾ “도와 더불어 합하는 자는 오직 진인이다(與道合同, 惟眞人也)”(《素問·六微旨大論》)⁵¹⁾라고 하였는데, 옛 성인들은 도

院出版部. 1985. p.12.

47) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.114.

48) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.11.

49) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.12.

50) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.17.

51) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.247.

를 알고 도를 실천하여 도에 부합하는 삶을 살았기 때문에 장수할 수 있었다는 것이다.

《內經》에서 말하는 道에 부합하는 삶이란 바로 天文-地理-人事에 통달하고 자연의 四時陰陽變化에 순응하는 것이다.

“무릇 도를 깨달은 자는 위로 天文을 알고 아래 地理를 알며 가운데로는 人事를 알아 오래 갈 수 있다(夫道者, 上知天文, 下知地理, 中知人事, 可以長久).”(《素問·氣交變大論》)⁵²⁾

“성인이 도를 행하심은 위로 하늘에 합하고 아래로 땅에 합하고 가운데로 人事에 합한다(聖人之爲道者, 上合於天, 下合於地, 中合於人事).”(《靈樞·逆順肥瘦》)⁵³⁾

“성인은 봄 여름에는 양기를 기르고, 가을 겨울에는 음기를 기른다(聖人春夏養陽, 秋冬養陰).”(《素問·四氣調神大論》)⁵⁴⁾

나아가 《內經》은 도를 실천하기 위한 구체적인 행위 규범을 제시하였다.

“먹고 마시는 것이 절도가 있고 기거에 항상됨이 있으며 망령되지 수고로움을 짓지 않는다(食飲有節, 起居有常, 不妄作勞)”⁵⁵⁾

“허사와 적품을 때맞추어 피하고 마음을 편안하고 고요히 하여 욕심이 비운다(虛邪賊風, 避之有時, 恬惔虛無)”⁵⁶⁾

“뜻이 한가로워 욕심이 없고 마음이 편안하여 두렵지 않으며 몸을 움직여 게을리 하지 않는다(志閑而少欲, 心安而不懼, 形勞而不倦)”⁵⁷⁾

“음식을 따지지 않고 맛있게 먹고 옷을 따지지 않고 입으며 그 풍속을 즐긴다(美其食, 任其服, 樂其俗)”⁵⁸⁾

“즐기고 바라는 것이 그 눈을 수고롭게 하지 못하며 음란하고 사악한 것이 그 마음을 미혹케 하지 못한다(嗜欲不能勞其目, 淫邪不能惑其心)”⁵⁹⁾

“밖으로 일 때문에 형체를 수고롭게 하지 않으며 안으로 생각하고 그리워하는 근심이 없어 편안하고 즐겁게 하는 데에 힘쓰고 스스로 만족하는 것을 공으로 삼는다(外不勞形於事, 內无思想之患, 以恬愉爲務, 以自得爲功)”(《素問·上古天真論》)⁶⁰⁾

밖으로는 外邪를 피하고, 몸을 지나치게 쓰거나 놀리지 않고 적당히 쓰며, 안으로는 욕심을 버리고 마음을 비워 바깥 경계에 얽매이지 않도록 하라는 것이다. 이는 일상 생활에서의 행동거지뿐만 아니라 마음가짐에 대해서도 올바른 삶의 지침을 제시한 것이다.

《道德經》에서도 “道法自然”이라 하여, 바람직한 삶의 지침으로서 “無爲自然”을 제시하였다.

“함이 없이 하면 다스려지지 않음이 없다(爲無爲, 則無不治)”(3장)⁶¹⁾

“도는 항상 함이 없으되 하지 아니함이 없다(道常無爲而無不爲)”(37장)⁶²⁾

“성인은 함이 없으므로 실패가 없고 집착함이 없으므로 잃는 것이 없다(聖人無爲故無敗, 聖人無爲故無執, 無執故無失)”(64장)⁶³⁾

“성인은 함이 없는 일을 행하신다(聖人處無爲之事)”(2장)⁶⁴⁾

52) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.248.

53) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.188.

54) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.14.

55) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.11.

56) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.11.

57) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.11.

58) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.11.

59) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.11.

60) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.12.

61) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.44.

62) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.150.

63) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.238.

여기서 無爲는 전혀 아무것도 하지 않는다는 뜻이 아니라 억지로 하지 않는다, 일부러 하지 않는다는 뜻이다. 無欲, 無知, 無心하여 妄動하지 않고 자연에 순응하는 것이 바로 無爲라 할 수 있다.⁶⁵⁾ 《道德經》의 “無爲自然”사상은 《內經》의 여러 가지 행위 규범 가운데 특히 정신방면에 크게 영향을 미쳤다.

《內經》에서도 無爲를 말하였는데, 《素問·陰陽應象大論》에서 “성인은 함이 없는 일을 행하고 마음이 편안하고 고요할 수 있음을 즐기며 허무를 지키는 가운데 욕구를 따라 마음을 기쁘게 하고 한다. 그러므로 수명이 다함이 없어 천지와 함께 마친다. 이것이 성인이 몸을 다스리시는 방법이다(聖人爲無爲之事, 樂恬憺之能, 從欲快志於虛無之守, 故壽命無窮, 與天地終, 此聖人之治身也).”라고 하였다. 이처럼 《內經》에서는 無爲의 실천 강령으로 恬憺虛無를 제시하고 있다. 《素問·上古天真論》에서도 “마음을 편안하고 고요히 하여 욕심 없이 비우면 진기가 따르고 정신이 안에서 지키니 병이 어떻게 생기겠는가?(恬憺虛無, 眞氣從之, 精神內守, 病安從來.)”라고 하였다.

無爲를 실현하는 구체적인 방법에 있어서 《道德經》과 《內經》은 거의 일치한다(표 1.).

道德經	見素抱樸, 少私寡欲.(19장)
	甘其食, 美其服, 安其居, 樂其俗(80장) 五色令人目盲, 五音令人耳聾, 五味令人口爽(12장) 我無欲而民自樸(57장)
內經	志閑而少欲(<上古天真論>)
	美其食, 任其服, 樂其俗(<上古天真論>)
	嗜欲不能勞其目, 淫邪不能惑其心(<上古天真論>) 高下不相慕, 其民故曰朴(<上古天真論>)

표 1. 道德經과 內經 중의 無爲 실현 방법

앞에서 언급한 여러 가지 행위규범들 가운데 “志閑而少欲, 心安而不懼” “美其食, 任其服, 樂其俗”,

64) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.41.

65) 노자는 자연의 사물 가운데서 물을 이러한 무위, 무욕의 상징으로 삼았다. 8장에서 “上善若水, 水善利萬物而不爭, 處衆人之所惡, 故幾於.”

“內無思想之患, 以恬愉爲務” “嗜欲不能勞其目, 淫邪不能惑其心” 등이 모두 恬憺虛無를 실현하기 위한 것들이다. 《道德經》에서도 無爲를 실현하기 위한 구체적인 방법으로 소박함과 少私寡欲을 강조한다. 아울러 《道德經》과 《內經》은 공통적으로 色, 味, 音 등에 대한 인간의 情欲이 무위의 실현을 방해한다고 보아 耳目口鼻를 차단하여 마음이 미혹되지 않도록 해야 한다고 했다.

인생에 있어 모든 문제는 그것이 육체적인 것이든 정신적인 것이든 다 지나침에서 생긴다. 《道德經》에서는 “禍莫大於不知足”⁶⁶⁾이라 하여 만족할 줄 모르는 것이 가장 큰 재앙이라 했고, 따라서 만족하여 그만둘 줄 알면 욕되거나 위태로울 일이 없다⁶⁷⁾고 했다. 이러한 인식은 《내경》에도 보인다. 《素問·經脈別論》에서 “生病起於過用”⁶⁸⁾이라 하여 지나치게 몸을 사용하면 병이 온다고 했다. 아무리 좋은 것이라도 적당한 때에 만족하고 그쳐야지 그렇지 않으면 오히려 좋지 않은 일이 생긴다는 것이다.

또 “법도에 어긋나게 사사로움을 행하면 반드시 일찍 죽는 재앙을 얻을 것이다(無道行私, 必得天殃).”(《靈樞·終始》)⁶⁹⁾이라 하고, “지금 사람들은 그렇지 아니하여 술을 음료로 삼고 망령된 짓을 일삼아 하고 술에 취한 채 성교를 하여 정을 고갈시키고 진기를 소모시키며 가득히 간직할 줄 모르고 때에 맞게 정신을 부리지 못하고 그 마음을 기쁘게 하는 데만 힘써 진정한 삶의 즐거움을 거스르고 기거에도 절도가 없으므로 나이 50이 되어 쇠약해집니다.(今時之人不然也, 以酒爲漿, 以妄爲常, 醉以入房, 以欲竭其精, 以耗散其眞, 不知持滿, 不時御神, 務快其心, 逆於生樂, 起居無節, 故半百而衰也).”(《素問·上古天真論》)⁷⁰⁾라고 하여, 마르지 않은 생활

66) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.180. “老子曰禍莫大於不知足, 咎莫大於欲得, 故知足之足常足矣”

67) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.177. “知足不辱, 知止不殆, 可以長久”

68) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.86.

69) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.71.

을 구체적으로 명시하고 이로 인해 타고난 수명을 제대로 누리지 못하게 된다고 했다. 《道德經》 50 장에서도 “사람이 본래 오래 살 수 있는데 스스로 死地로 나아가는 자가 또한 열 가운데 셋이다(人之生, 動之死地, 亦十有三)”⁷¹⁾라고 하여, 정욕을 탐하여 방종하게 생활함으로써 본래의 수명을 누리지 못하고 요절하는 경우가 열 중 셋이라고 하였다. 이 모두가 無爲의 道를 지키지 않고 자연에 순응하지 않은 까닭이다.

노자는 이러한 재앙이 모두 스스로가 지은 것이며, 하늘은 무심하여 누군가를 偏愛하거나 偏憎하지 않고 그냥 만물 스스로에게 맡겨둔다고 했다.⁷²⁾ 그러면서도 한편으로는 善인과 함께 한다⁷³⁾고 하였는데, 善인이란 바로 도에 부합하는 삶을 사는 사람, 즉 도를 따르고 실천하는 사람을 말한다. 《內經》에서도 “무릇 하늘의 風邪는 백성을 사사롭게 대하지 않는다. 그 행함이 공평하고 정직하여 범하는 자는 風邪를 맞아 병을 얻고 피하는 자는 위태로움이 없으니, 風邪가 사람을 찾는 것이 아니라 사람이 스스로 범한 것이다(夫天之風者, 非以私百姓也, 其行公平正直, 犯者得之, 避者得無殆, 非求人而人自犯之).”(《靈樞·五變》)⁷⁴⁾라고 하여, 인간의 질병은 인간 스스로가 초래한 것임을 강조하였다.

이처럼 한의학에서 추구하는 삶의 지침은 외면의 화려함이 아니라 내면의 소박함이다. 내면의 소박함을 잘 지켜내고 또 소박함을 회복하는 것이 한의학에서 말하는 바른 삶이며, 이를 바로 알고 실천하면 몸과 마음이 건강하고 풍요해져 행복한 삶을 누릴 수 있게 된다. 이러한 소박함의 추구는 바로 노자의 무위자연사상에서 연원한 것이라 할 수 있다.

《內經》은 한편 四時에 따른 天道의 生長收藏의

변화에 순응하는 방법을 구체적으로 제시하고 있다. 이는 《道德經》에 비해 보다 적극적으로 삶의 실천도리를 밝힌 것이라 할 수 있다. 그 내용을 요약하면 아래 표와 같다(표 2.).

春	夜臥早起, 廣步於庭, 被髮緩形, 以使志生, 生而勿殺, 予而勿奪, 賞而勿罪
夏	夜臥早起, 無厭於日, 使志無怒, 使華英成秀, 使氣得泄, 若所愛在外
秋	早臥早起, 與雞俱興, 使志安寧, 以緩秋刑, 收斂神氣, 使秋氣平, 無外其志, 使肺氣清
冬	早臥晚起, 必待日光, 使志若伏若匿, 若有私意, 若已有得, 去寒就溫, 無泄皮膚使氣亟奪

표 2. 四時에 따른 생활 규범

결론적으로 노자에서 도에 합하는 삶이 가장 이상적인 삶을 천명하였고, 《內經》은 이를 인간의 생명활동에 적용하여 생활 속에서 도의 실현을 목표로 삼아 그 구체적인 규범들을 제시한 것이다.

4. 한의학은 豫防醫學이다.

한의학은 질병의 치료가 주 내용이지만, 그보다 앞서 질병이 발생하지 않도록 미리 예방하는 것을 더욱 중시한다. 《內經》에서 “성인은 이미 병든 뒤에 치료하는 것이 아니라 아직 병들지 않았을 때에 치료하며, 이미 혼란해진 뒤에 다스리는 것이 아니라 아직 혼란하지 않은 때에 다스린다(聖人不治已病, 治未病, 不治已亂, 治未亂).”(《素問·四氣調神大論》)⁷⁵⁾라고 하였는데, “治未病”사상은 한의학의 이러한 특징을 대변한다. 그런 의미에서 한의학은 예방의학이다. 《內經》에 나오는 “治未病”의 애초의 의미는 질병이 발생하기 전에 정기를 기르고 사기를 피하여 질병의 발생을 미연에 막는다는 뜻이었지만, 《難經·77難》에서 “경전에 이르기를 실력이 뛰어난 의사는 아직 병들지 아니한 것을 다스리고 평범한 의사는 이미 병든 것을 다스린다고 했는데 무슨 말인가? 이른바 아직 병들지 않은 것을 다스린다는 말은 간의 병을 보면 간의 병이 脾로 옮겨갈 것임을 알 수 있으므로 먼저 그 脾氣를 충실

70) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울, 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.11.

71) 老子 原著, 任法融 註解, 金仙學會 譯, 道德經 釋義. 서울, 여강출판사. 1999. p.186.

72) 老子 原著, 任法融 註解, 金仙學會 譯, 道德經 釋義. 서울, 여강출판사. 1999. p.47. “天地不仁, 以萬物爲芻狗”

73) 老子 原著, 任法融 註解, 金仙學會 譯, 道德經 釋義. 서울, 여강출판사. 1999. pp.272-273. “天道無親, 常與善人”

74) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經靈樞, 서울, 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.210.

75) 洪元植 校合編纂, 精校 黃帝內經素問. 서울, 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.14.

하게 하여 간으로부터 사기를 받지 않도록 해야 한다는 것이다. 그래서 아직 병들지 않은 것을 다스린다고 말한 것이다. 평범한 의사가 이미 병든 것을 치료한다는 것은 간의 병을 보고도 오장이 병을 서로 옮기는 것을 몰라 그저 한결같이 간만 다스리는 것이다. 그래서 이미 병든 것을 치료한다고 말한 것이다(經言上工治未病, 中工治已病者, 何謂也? 然, 所謂治未病者, 見肝之病, 則知肝當傳之與脾, 故先實其脾氣, 無令得受肝之邪, 故曰治未病焉. 中工治已病者, 見肝之病, 不曉相傳, 但一心治肝, 故曰治已病也).⁷⁶⁾ 라고 한 이래로 후대로 가면서 그 의미가 넓어져 사기가 침입하였으나 아직 발병하지 않은 단계의 치료, 질병이 이미 발생하였으나 다른 곳으로 옮겨 가지나 더욱 심해지는 것을 사전에 차단하는 치료까지 포함하게 되었다.

《內經》의 “治未病” 사상은 《內經》 이전의 문헌에서도 그 단초를 찾아볼 수 있는데, 《尙書·說命》의 “有備無患”⁷⁷⁾, 《易·既濟卦》의 “君子思患而豫防之”⁷⁸⁾, 《管子·牧民》의 “惟有道者能備患於未形也, 故禍不萌”⁷⁹⁾, 《淮南子·說山訓》의 “良醫者, 常治無病之病, 故無病, 聖人者, 常治無患之患, 故無患”⁸⁰⁾ 등이 그 예이다.

이러한 사상은 《道德經》에도 분명히 드러나 있는데, “爲之於未有, 治之於未亂”(64장)⁸¹⁾이라 하였다. 《內經》의 “治未病” 사상은 이들의 영향을 받은 것이라 볼 수 있다.

예방을 한의학에서는 養生⁸²⁾이라 부르는데, 양생

의 기본이 바로 “治未病”이다. 실천방면에서 한의학이 《道德經》으로부터 가장 크게 영향을 받은 부분이 바로 양생부분이다.

《道德經》은 古代 養生思想을 대표하는 서적으로 《莊子·庚桑楚》에 老子가 “衛生之經”이라 하여 양생의 도리를 설명한 내용이 보이는데⁸³⁾, 이로써 老子의 사상을 담고 있는 《道德經》이 양생방면의 중요이론을 담고 있는 서적임을 가히 짐작할 수 있다.⁸⁴⁾ 그 내용은 韓醫學의 養生理論과 유사하며 그 중에서도 특히 精神養生方面과 매우 흡사하다.

《道德經》에는 養生이란 말이 없고 대신 攝生이란 말이 보인다. “듣기로는 섭생을 잘하는 사람은 물에서 다니는데 외뿔소나 호랑이를 만나지 않고 군대에 들어가도 무기에 손상당하지 않으니, 외뿔소가 그 뿔로 들이받을 곳이 없고 호랑이가 그 발톱을 댈 곳이 없으며 무기가 그 날을 쫓을 곳이 없다고 한다. 그 무슨 까닭인가? 그에겐 죽을 자리가 없기 때문이다(蓋聞善攝生者, 陸行不遇兕虎, 入軍不被甲兵, 兕無所投其角, 虎無所措其爪, 兵無所容其刃, 夫何故, 以其無死地).”(《道德經 50章》)⁸⁵⁾ 이 문장은 섭생의 결과를 비유적으로 설명한 것으로, 《內經》의 “歿世不殆”, “僻邪不至, 長生久視”, “壽敝天地, 无有終時”와 의미상 일맥상통한다. 결국, 양생과 섭생은 같은 의미로, 천지자연의 이치에 따라 인체 생명을 여러 가지 有害要因으로부터 보호하여 無病長壽할 수 있도록 하는 일체의 행위라고 말할 수 있다.⁸⁶⁾

76) 凌耀星 主編, 難經校注. 서울. 一中社. 1992. p.131.

77) 書傳集註. 서울. 太山文化社. 1984. p.383.

78) 備旨具解 原本周易 坤. 서울. 明文堂. 1977. p.965.

79) 滕新才 榮挺進 譯注. 管子 白話今譯. 1994. p.3.

80) [漢]劉安 等撰. 胡安順 張文年 等譯. 白話淮南子. 西安. 三秦出版社. 1998. p.615.

81) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.235.

82) 양생이란 말은 《內經》에서는 《素問·四氣調神大論》, 《素問·靈蘭秘典論》, 《靈樞·本神》 세 편에서 보인다. 그 중 《素問·靈蘭秘典論》과 《靈樞·本神》에 나오는 말은 본 논문에서 말하는 뜻과 같은 것이다.(정창현, 《道德經》與《素問·上古天真論》中的養生思想. 대한한의학원전학회지. 17권 4호. 2004. p.172. 참조)

“智者之養生也, 必順四時而適寒暑, 和喜怒而安居處, 節陰陽而調剛柔, 如是則僻邪不至, 長生久視.”(《靈樞·本神》)

“凡此十二官者, 不得相失也. 故主明則下安, 以此養生則壽, 歿世不殆, 以爲天下則大昌. 主不明則十二官危, 使道閉塞而不通, 形乃大傷, 以此養生則殃”(《素問·靈蘭秘典論》)

83) “老子曰兒子終日噪而嗑不噉, 和之至也. 終日握而不掬, 共其德也. 終日視而目不瞬, 偏不在外也. 行不知所之, 居不知所爲, 與物委蛇, 而同其波, 是衛生之經已.”(《莊子·庚桑楚》). 《도덕경 55장》에 이와 유사한 내용이 나온다.(정창현, 《道德經》與《素問·上古天真論》中的養生思想. 대한한의학원전학회지. 17권 4호. 2004. p.171. 재인용)

84) 정창현, 《道德經》與《素問·上古天真論》中的養生思想. 대한한의학원전학회지. 17권 4호. 2004. pp.171-172.

85) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.187.

86) 정창현, 《道德經》與《素問·上古天真論》中的養生思想. 大韓韓醫學原典學會誌. 17권 4호. 2004. p.172.

《道德經》에서는 섭생의 원칙으로 “恬淡無欲”을 제시한다. “恬淡爲上(31장)⁸⁷⁾이라 하고, “見素抱樸, 少私寡欲”(19장)⁸⁸⁾라 하여, 소박함을 간직하고 욕망을 절제하여 마음을 항상 고요하고 편안하게 가질 것을 강조하였다. “甚愛必大費” “知足不辱, 知止不殆, 可以長久”(44장)⁸⁹⁾, “不見可欲, 使民心不亂”(3장)⁹⁰⁾, “甘其食, 美其服, 安其居, 樂其俗”(80장)⁹¹⁾ 등은 모두 욕망의 절제를 강조한 것이다.

《內經》 역시 《素問·上古天真論》에 “恬憺虛無, 眞氣從之, 精神內守, 病安從來”라고 하여, 염담허무하면 무병장수할 수 있다고 했다. 恬은 靜이요, 憺은 안이요, 虛無는 잡념이나 망상이 없는 것이니 ‘염담허무’는 마음이 淸靜하고 편안하여 잡념이 없는 것이다.⁹²⁾ 《內經》은 아울러 염담허무를 실현하기 위한 구체적인 방법으로 “志閑而少欲”, “心安而不懼”, “形勞而不倦” 등을 제시하였는데, 그 중 첫째가 “志閑而少欲”으로 少欲, 節欲을 중시하고 있음을 알 수 있다.⁹³⁾ 이 밖에 “嗜欲不能勞其目, 淫邪不能惑其心”, “美其食, 任其服, 樂其俗, 高下不相慕, 其民故曰朴” 등도 모두 욕망의 절제를 언급한 것이다.

이상에서 양생의학, 예방의학으로서의 한의학의 특징이 도교에서 깊은 영향을 받아 형성된 것임을 알 수 있다.

5. 한의학은 關係醫學이며 調和의 醫學이다.

- 87) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.134.
88) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.96.
89) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.177.
90) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.43.
91) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.275.
92) 정창현. 《道德經》與《素問·上古天真論》中的養生思想. 대한한의학원전학회지. 17권 4호. 2004. p.173.
93) 정창현. 《道德經》與《素問·上古天真論》中的養生思想. 대한한의학원전학회지. 17권 4호. 2004. p.173.

한의학에서는 일체의 모든 사물이 서로 밀접한 연관을 맺고 있으며 어느 하나 독립되어 존재하지 않는다고 본다. 이는 모든 사물에는 상대가 있다고 본 것이다. 심지어는 한 사물 내에도 상호 상대되는 속성이 있다고 보았다. 하나의 사물에 대해 판단할 때 대상이 되는 사물은 물론이고 그와 관계되는 사물도 함께 관찰한다. 한 사물의 속성은 관련된 사물들과의 관계 속에서 특징지어지기 때문이다. 이런 의미에서 한의학은 관계의 의학이라 할 수 있다. 이런 인식하에서는 무엇보다도 조화와 균형이 중요한데 음양의 평형과 오행의 조화가 그것이다. 음양 상호간의 상반상성작용이나 오행 상호간의 상생상극 작용은 모두 평형과 조화를 이루기 위한 과정에서 일어나는 현상들이다.

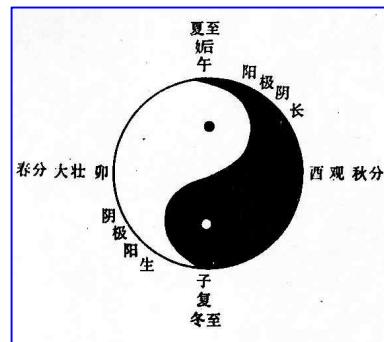


그림 1. 陰陽太極圖

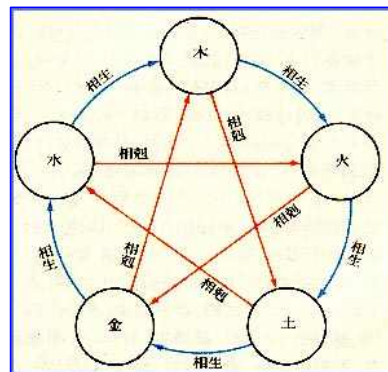


그림 2. 五行相生相克圖

이러한 사물간의 관계에 대한 상대적 인식은 《道德經》에서도 명확히 드러난다. 물론 한의학에서

처럼 음양오행의 상대성에 대해 구체적으로 언급하지 않았으나 사물의 상대성에 대한 인식은 이미 그 단초가 보인다.

28장에서 “知其雄，守其雌”，“知其白，守其黑”，“知其榮，守其辱”⁹⁴⁾라 하였는데, 사물에는 항상 상대되는 두 측면이 있으며 본래의 소박함을 회복하기 위해서는 이 상반되는 두 측면을 분명히 알고 또 실천해야 함을 말한 것이다. 또 2장에서 “有無相生，難易相成，長短相較，高下相傾，音聲相和，前後相隨”⁹⁵⁾이라 하였는데, 사물은 다 내부에 상반되는 속성을 가지고 있으며 그 둘은 서로가 서로의 존재 이유가 된다고 본 것이다.

한의학의 관점에서 보면, 음양오행의 작용에 의해 자연에서는晝夜, 四時의 순환 및 風雨寒熱燥濕 등의 기후변화가 발생하는데 이들 사이의 불균형은 각종 기상이변을 초래하고 나아가 인간에게는 치명적인 전염병을 가져다주기도 한다. 이런 인식하에서는 무엇보다도 조화가 중요한 것이다. 그래서 《內經》에서는 “무릇 음양의 요체는 양기가 치밀해야 견고하니 음양이 조화롭지 못하면 가을이 없는 봄과 같고 여름이 없는 겨울과 같다. 따라서 음양을 조화롭게 해야 하니 이를 일러 성인의 법도라 한다(凡陰陽之要，陽密乃固，兩者不和，若春無秋，若冬無夏，因而和之，是謂聖度)”(素問·生氣通天論)⁹⁶⁾라고 하여 인체 내 음양을 조화롭게 유지해야 함을 강조하였다. 또 “和於陰陽，調於四時”(《素問·上古天真論》)⁹⁷⁾라고 하여 인체 밖 자연의 四時陰陽變化에 인체가 잘 적응하여 음양평형을 유지해야 함을 말하였다. 이밖에 “氣和而生”(《素問·六節藏象論》)⁹⁸⁾, “內外調和，邪不能害”(《素問·生氣通天論》)⁹⁹⁾라고 하여 인체의 기가 조화를 이루어야 정상

적인 생명활동이 유지될 수 있고 또 外邪가 쉽게 침입할 수 없다고 했다. “聖人遇之，和而不爭”(《素問·六元正紀大論》)¹⁰⁰⁾라는 말도 《內經》의 조화를 중시하는 사상을 뒷받침하는 말이다. 이런 관점에서 한의학은 관계의 의학이자 또한 조화의 의학이기도 하다.

《道德經》 역시 조화와 균형을 중시한다. 30장에서 “용병을 잘하는 사람은 단지 목적을 이룰 뿐 감히 강함을 취하지 않는다. 목적을 이루되 내세우지 않고 목적을 이루되 자랑하지 않고 목적으로 이루되 교만하지 않고 목적을 이루되 부득이한 것으로 여기고 목적을 이루되 강한 척하지 않는다. 사물이 지나치게 강하면 곧 노쇠하게 되니 이를 일러 도에 합당하지 않다고 한다. 도에 합당하지 않으면 빨리 사라진다(善有果而已，不敢以取強。果而勿矜，果而勿伐，果而勿驕。果而不得已，果而勿強。物壯則老，是謂不道，不道早已)”¹⁰¹⁾이라 하고, 29장에서 “성인은 심한 것, 사치스러운 것, 큰 것을 버린다(聖人去甚，去奢，去泰)”¹⁰²⁾라고 하였으니 모두가 지나침을 경계한 말이다. 노자는 이러한 모순을 해결하기 위한 기본원칙으로 調和와 中道를 제시하였으니, “不如守中”(5장) “知和曰常”(55장)이라 하였다. 이것이 《內經》의 조화를 중시하는 사상에 영향을 미친 것이다. 다만, 《道德經》에서는 모자람 보다는 지나침이 더 문제라고 보았으나, 《內經》에서는 지나침과 모자람이 모두 문제라고 본 것이 다를 뿐이다.

노자는 조화롭지 못한 상태를 해결하기 위한 구체적인 방법을 제시하였는데, 77장에서 “하늘의 이치는 활에 시위를 매기는 것과 같아서 높은 것은 낮추고 낮은 것을 올리며 남는 것은 덜고 부족한 것은 보충한다.(天之道，其猶張弓與，高者抑之，下者舉之，有餘者損之，不足者補之)”라고 하였다. 《內

94) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.120.

95) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.39.

96) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.17.

97) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.12.

98) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.36.

99) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.16.

100) 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院 出版部. 1985. p.265.

101) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. pp.131-132.

102) 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經 釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.128.

經》에서는 이를 적극적으로 수용하여 虛實補瀉의 형태로 발전시켜 질병치료에 활용하였다.

《內經》의 여러 가지 보사에 관한 논의를 살펴 보면, “高者抑之, 下者舉之”(《素問·氣交變大論》, 《素問·至真要大論》), “夫經言有餘者瀉之, 不足者補之”(《素問·瘧論》), “刺法曰: 無損不足, 益有餘”(《素問·奇病論》), “不足則補, 有餘則瀉”(《素問·骨空論》), “余聞刺法言, 有餘瀉之, 不足補之”(《素問·調經論》), “有餘者瀉之, 不足者補之, 此之謂也”(《靈樞·根結》), “補其不足, 瀉其有餘”(《靈樞·邪客》), “瀉其有餘, 補其不足”(《靈樞·刺節真邪》) 등이다. 모두가 《道德經》의 정신을 계승한 것임을 알 수 있다.

III. 結論

이상에서 한의학의 특징을 살펴보고 《道德經》 중에서 그와 관련된 논의를 고찰하였다. 그 내용을 요약하면 다음과 같다.

한의학은 기의학이며, 자연의학이며, 생활의학이며, 예방의학이며, 관계의학(조화의학)이다.

한의학이 기의학으로서의 특징을 확립하는 데는 노자의 만물의 생성과 운동 변화에 대한 깊은 인식이 영향을 미쳤다고 볼 수 있다. 노자는 우주와 만물은 기가 그 본체이며, 이 기로 이루어진 만물은 내재된 음양이라는 상호 모순된 기운의 작용에 의해 끊임없이 운동 변화한다고 보았다. 《內經》은 이를 인체의 생명활동에 적용시킨 것이다.

《道德經》에서 人-地-天-道라는 天人同道思想을 제시하여 《內經》의 천인상응에 이론적 근거를 제공했고, 《內經》은 天人同道思想을 구체화시켜 인체생명활동 각 요소에 폭넓게 적용하여 자연의학으로의 특징을 확립하였다.

노자에서는 도에 합하는 삶이 가장 이상적인 삶을 천명하였고, 《內經》은 이를 인간의 생명활동에 적용하여 생활 속에서 도의 실현을 목표로 삼아 그 구체적인 규범들을 제시하였다

예방의학으로서의 한의학의 특징은 《道德經》에 한의학에 미친 영향 가운데 가장 두드러진 것으로 “爲之於未有, 治之於未亂”은 內經의 “治未病”사상의

단초가 되었다.

《內經》과 《道德經》은 모두 사물의 상대성을 인식하고, 모순을 해결하기 위한 원칙으로 조화와 균형을 강조하였다. 특히 《道德經》에서 부조화를 해결하기 위한 구체적인 방법으로 제시한 “高者抑之, 下者舉之, 有餘者損之, 不足者補之”는 《內經》의 虛實補瀉理論으로 발전하여 질병 치료에 활용되었다.

參考文獻

1. 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經素問. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.11, 12, 14, 16, 17, 25, 36, 86, 88, 95, 97, 100, 131, 138, 142, 188, 206, 209, 216, 233, 237, 244, 247, 248, 257, 300, 314.
2. 洪元植 校合編纂. 精校 黃帝內經靈樞. 서울. 東洋醫學研究院出版部. 1985. p.68, 71, 99, 210, 316, 338.
3. 老子 原著. 任法融 註解. 金仙學會 譯. 道德經釋義. 서울. 여강출판사. 1999. p.20, 39, 41, 43, 44, 47, 60, 96, 114, 120, 128, 134, 150, 164, 173, 177, 180, 186, 187, 235, 238, 275. pp.131-132, 146-148, 212-215, 272-273.
4. 凌耀星 主編. 難經校注. 서울. 一中社. 1992. p.131.
5. 備旨具解 原本周易 坤. 서울. 明文堂. 1977. p.965.
6. 書傳集註. 서울. 太山文化社. 1984. p.383.
7. [漢]劉安 等撰. 胡安順 張文年 等譯. 白活淮南子. 西安. 三秦出版社. 1998. p.103, 615.
8. 滕新才 榮挺進 譯注. 管子 白活今譯. 1994. p.3.
9. 王世舞 主編. 王世舞, 史曉平, 周民, 李慶珍 譯注. 莊子譯注. 濟南. 山東教育出版社. 1995. p.409, 507.
10. 정창현. 黃帝內經의 思惟體系와 그特徵. 大韓韓醫學原典學會誌. 17권 4호. 2004. p.12, 16, 19. pp.13-15.
11. 吳光. 黃老之學通論. 浙江人民出版社. 1985.

杭州. p.100, 110.

12. 정창현. 神에 대한 연구. 경희대학교 박사학위논문. 1997. p.1.

13. 丁彰炫. 中国古代哲学和《黄帝内经》的人体生命构成论. 北京中医药大学学报. 北京中医药大学. Vol.24, No.1, 2001. pp.18-19.

14. 정창현. 《道德经》与《素问·上古天真论》中的养生思想. 大韓韓醫學原典學會誌, 17권 4호, 2004. p.171, 172, 173.