

## 갈홍의 신선사상과 도교의학

金 洛 必

圓光大學校 教學大學

### The thought of Shin-shun and Taoist medicine of Ge-Hong

#### <Abstract>

Ge-Hong(283-365) is a Chinese eminent Taoist scholar who systemized the thought of Shin-shun(Immortals) mainly centered on external alchemy. He was also interested in medicine. His thought can be regarded as an example that united Taoist thought and Chinese traditional medicine systematically.

He had a positive view of destiny that we can develop our own destiny. This is similar to a standpoint of Chinese traditional medicine. He accepted the theory of 'tao' of early philosophical Taoism, and also made much of 'chi'.

Based on this point of view, he presented a view that human body and mind are equally important. This theoretical frame acts as a common bottom of Taoist thought and Chinese traditional medicine. His methods of nourishing life place priority to keep body and mind healthfully through many ways. The major premise of nourishing life is to control one's avarice and to manage moderate life observing the nature. Besides he stressed on meeting sickness rationally through medical healing.

Especially he made much of external alchemy, and presented Shin-shun(Immortals) of as an ideal state of human being. This view has a mysterious aspect different from the general standpoint of medicine. In the process of systematizing the thought of Shin-shun, he made use of medical products as an important basis. His medical products can be included in so-called Taoist medicine. He didn't only apply medical treatments to propagate Taoism but also accepted medical treatments as an important way in attaining 'Tao'. His writings are valued as an important part of the history of Chinese traditional medicine and had a great effect on developing Taoist medicine.

### 1. 머리말

도교사상은 전통적으로 중국학과 밀접한 관련을 맺으며 발전되어 왔다. 이러한 관계는 양자 모두 인간의 전인적 생명을 잘 보전한다는 양생론적 시각을 공유한다는데 바탕을 두고 있다. 중국의학은 철학적 기반을 도교사상

에 두고 발전하였고 도교사상은 의학적 연구 성과를 받아들여 양생법을 풍요롭게 보완해 왔다.

두 가지의 기원은 중국 상고시대로 소급되지만 뚜렷한 이론적 형태를 갖추기 시작한 것은 한 대 무렵부터이다. 이들은 모두 도가사상, 역학, 음양오행 등을 공통적 기반으로 하

여 성립되었으므로 상호간에 밀접한 관련을 지닐 수밖에 없었다. 이론적 발전기의 초기에는 두 가지를 뚜렷하게 구별하기 어려울 정도이다. 이것은 葛洪(283~365)이나 陶弘景(456-536), 遜思邈(?-682) 등이 저명한 도교사상가인 동시에 의학이었던 사실이 이를 잘 보여준다. 양자가 비교적 뚜렷하게 영역을 구별하게 된 것은 의학이론이 전문화, 세분화되기 시작한 송 원대 이후라고 보는 견해가 있다. 송대 이후 중국의학은 방제와 탕약을 중심으로 침구·도인 등의 여러 방술을 종합하는 형태로 발전했기 때문이다. 도교의 경우도 내단 사상이 보다 전문화되었으므로 양자가 역점을 두는 영역이 비교적 분명히 분화하게 된 것이다.<sup>1)</sup> 그 후에도 양자는 서로 영향을 주고 받으며 전승되어 왔다.

이 글에서는 양자가 아직 뚜렷하게 분화되기 이전의 초기의 인물 갈홍을 중심으로 중국 의학과 도교사상의 이론적 접점과 상호관계를 살펴보고자 한다. 신선사상을 집대성한 葛洪은 중국의 도교사상사는 물론 의약사, 과학사에도 큰 공헌을 한 인물이다. 갈홍의 字는 稚川이고, 抱朴子는 그의 호이다. 『晋書』권72 『葛洪傳』에 의하면 그는 81세에 세상을 떠났는데, 그 때에 얼굴빛은 살아있는 것과 같고 몸도 부드럽고, 시체를 들어 관에 넣을 때 심히 가벼워서 마치 비어있는 옷과 같았으므로 세상 사람들은 그를 尸解仙이라고 불렀다고 한다. 그의 저술 『포박자』 『외편』권50 『自叙』에는 갈홍이 스스로의 생애에 관해 약술한 내용이 있다. 이를 통해 보면 갈홍의 從祖 葛玄(164-244)은 左慈의 제자로서 葛仙公이라고 칭하는 선술의 대가였다고 한다. 갈홍은 16세부터 『효경』·『논어』·『시경』·『역경』등 유학경전에 침잠하였다. 그의 학문적 탐구열은 이에 그치지

않고 緯書, 天文, 曆數 등의 여러 잡학에까지 확대되었다. 갈홍이 당시 민간에 널리 퍼져 있던 신선사상을 접하게 된 것은 20세 무렵으로 특히 鄭隱 鮑靚등에게 신선사상을 배웠다. 그 결과 그는 左慈·葛玄·鄭隱으로 이어지는 신선사상과 馬鳴生·陰長生·鮑靚으로 이어지는 신선사상을 종합하고 여러 가지 잡학 및 유가사상을 융합하여 집대성하여 저서인 『포박자』(내·외편)에 압축하였다. 한편 그는 의학에도 관심이 깊어 민간의 경험방을 광범하게 수집하여 『玉函記』 100권을 짓고 『肘後備急方』을 저술하였다.

## 2. 神仙可學論과 적극적 運命觀

신선사상의 성립 초기에는 신선을 선계에 사는 초월적 존재로 보고 신선을 만나 불사약을 받아 신선이 된다는 타력적 믿음이 위주였다. 그러나 점차 양생법이 발달함에 따라 인간이 자력적 노력을 통해 신선에 이를 수 있다는 생각으로 전환되었다. 이러한 입장을 『神仙可學論』이라 부르는데 특히 갈홍이 이를 적극적으로 천명하였다. 불사약을 장악하고 있는 ‘이미 존재하고 있었던’ 신선이라는 이미지는 차츰 그 자취를 감추기 시작하고 대신 인간이 노력하여 도달하는 경지라고 생각되기에 이른 것이다.

갈홍은 『神仙傳』을 저술하여 신선의 실재를 뒷받침하는 한편 신선에 이르는 방법의 체계를 종합적으로 정리하였다. 그는 병을 치료하는 여러 의학적 노력, 노장철학에 바탕한 청정 무위의 삶의 자세, 調息·導引 등의 여러 가지 양생술, 종교적 금기를 포함한 다양한 方術 등을 수용하는 한편 金丹을 제조하여 복용한다는 外丹術을 최고의 방법으로 제시하였다. 그

1) 王慶餘·曠文楠, 『道醫窺秘』, 大展出版社有限公司, 臺北, 2000, p.23.

는 종래의 여러 양생술을 종합, 집대성하여 신선사상을 제시했던 것이다.

갈홍의 신선사상의 바탕에는 생을 긍정하는 가치관과 인간의 주체적 역할을 강조하는 독특한 운명론이 자리잡고 있었다. 『포박자』내편의 사상은 주로 도교적인 내용으로 구성되어 있기에 노장 사상적 요소가 많이 수용되어 있다. 노장철학에서의 道가 生死·有無의 모든 범주를 포괄하는 절대무차별의 도였다면, 『포박자』에서는 대체로 노장철학을 수용하면서도 생 위주로 도를 해석하고 있다. 따라서 『포박자』에서는 萬物齊同, 生死一如의 입장에서 생사를 달관하는 莊子의 사상을 비판한다.<sup>2)</sup> 갈홍이 생을 중시하는 경향은 『周易』의 '生生之道'를 해석하는데 있어서도 일관되어 있다.

"천지의 大德은 생생하다고 하였는데 생이란 좋은 것이다. 따라서 도가에서 지극히 신비하고 중요하게 여기는 것으로서 장생보다 더한 것은 없다."<sup>3)</sup>

원래 『주역』에서 '생생의 도'란 생사를 포괄하여 삶과 함께 죽음도 큰 의미에서의 생명작용이라고 보고 그 생명의 생생한 변화를 통해 대자연이 영원한 생명을 유지하고 있음을 가리키는 말이라고 볼 수 있다. 그러나 갈홍은 여기서 생의 의미를 주로 육체의 생명을 지속시키는 '장생'으로 받아들여 이러한 '장생불사'야말로 도가의 극히 신비하고 중요한 것으로 보고 있다. 이러한 사고는 후에 '生道合一'(도의 본질이 생이라는 의미)이라는 독특한 이론으로 정립된다.

갈홍은 생을 중시하는 한편 인간의 적극적 노력을 통해 운명을 개척할 수 있다는 믿음을 지녔다. 그는 인간이 명철한 지혜를 지니고 있으므로 그 능력을 제대로 발휘한다면 하늘도 어찌할 수 없다고<sup>4)</sup> 강조하였다.

"만물 가운데 인간보다 신령한 것은 없다. 그러므로 알은 지혜를 가진 사람도 만물을 이용할 수가 있다. 깊은 지혜를 깨달은 사람은 불로장생을 얻을 수 있다. 좋은 약이 수명을 연장시키는 것임을 알기 때문에 그 약을 복용하여 신선이 되려 하고, 거북이나 학이 장수한다는 것을 알기 때문에 이를 모방한 도인술로 수명을 연장한다."<sup>5)</sup>

나아가 『抱朴子』, 「黃白」에서는 "나의 수명은 나에게 달린 것이며 천지에 달려 있지 않으니 금단을 제조하면 억만년을 누릴 수 있다."<sup>6)</sup>라고 말하였다. 이는 인간의 주체적 역할을 강조하는 적극적 운명관이라 할만하다. 이는 초기도교의 중요경전인 『太平經』의 입장과도 일맥 상통하는 것으로서 도교적 운명관의 중요한 특징을 이룬다. 『태평경』에서도 "인명이 가까이 너 자신에게 달려있는데 어찌 가슴을 두드리며 하늘에 호소하는가?"라고<sup>7)</sup> 말한다. 사람들은 보통 질병이나 죽음을 하늘의 뜻으로 파악하고 그 책임을 하늘로 돌리지만 이것은 옳지 못한 태도이다. 이는 자신이 스스로의 몸을 제대로 관리하지 못한데서 초래될 결과일 뿐이다. 스스로 바르게 몸을 기르지 못하면서 하늘에 기도하거나 원망하는 것은 바람

2) 『抱朴子』, 「釋滯」, "至於文子·莊子·關令尹喜之徒, 其屬文筆雖祖述黃老, 憲章玄虛, 但演其大旨, 永無至言, 或復齊死生, 謂無異以存活爲徭役, 以殞歿爲休息, 其去神仙, 已千億里矣."  
3) 『抱朴子』, 「勤求」, "天地之大德曰生, 生好物者也. 是以道家之所至秘而重者, 莫過乎長生之方也."

4) 『抱朴子』, 「勤求」.

5) 『抱朴子』, 「對俗」, "夫陶冶造化, 莫靈於人, 故達其淺者, 則能役用萬物; 得其深者, 則能長生久視. 知上藥之延年, 故服其藥以求仙, 知龜鶴之遐壽, 故效其道引以增年."

6) 『抱朴子』, 「黃白」, "我命在我不在天 還丹成金億萬年".

7) "人命近在汝身 何爲叩心仰乎天乎".

직하지 못하다는 것이다. 이와 관련하여 사람이 도를 지키지 못한 것일 뿐 도가 사람을 버린 것은 아니라는 언급도 보인다.<sup>8)</sup>

『황제내경』의 양생관은 천인상응의 사상의 기초 위에서 건립된 것이다. 사람은 본래 대자연의 산물이며 천지간에서 생겨났으므로 대자연에 의지해서 생존하기도 하고 대자연의 제약을 받는다고 인식하였다. 『素問·上古天真論』에 있는 양생의 여러 요소들을 분석하면 우선 “음양의 이치를 본받는다(法于陰陽)”는 명제에 입각하여 사람의 일체 활동 모두는 이 대자연의 법칙을 위배할 수 없기에 자연에 순응하면 건강하지만 위배하면 생을 해친다고 인식하였다.

『素問·上古天真論』에서는 “현인은 천지의 변화에 근거하여 해와 달의 도와 정신의 위치를 모방하여 음양과 사계절의 이치에 순응한다. 상고 진인의 행동에 따르고 양생의 도리에 부합하면 수명을 연장시킬 수 있다.”<sup>9)</sup>고 하였고, 『素問·四氣調神大論』에서는 “음양과 사시는 만물의 시작과 끝이며, 삶과 죽음의 근본이다. 이것에 거슬리면 재해가 생기고 이것에 따르면 질병이 생기지 않는다. 이를 도를 얻었다고 말한다.”<sup>10)</sup>고 하였다. 도를 얻었다는 것은 음양의 도를 파악했다는 의미이다. 이 언급들은 『황제내경』의 양생론에서 이론적 기초로 작용하였다.

이러한 관점은 본래 도가의 무위자연사상에서 유래한 것이지만 소극적으로 자연에 따르라는 주장은 아니다. 도가에서는 자연과 혼연 일체가 되어 ‘도와 더불어 통달하여 하나가 되는(同于大通)’ 것을 지향하지만 『황제내경』의

경우는 『素門·上古天真論』에서 말하듯 “천지의 도를 이끌고 음양의 이치를 파악한다”<sup>11)</sup>는 정신이 내재해 있다. 이는 천명을 주체적으로 활용한다는 적극적 의미가 포함되어 있는 것이다.<sup>12)</sup> 갈홍의 “我命在我”의 정신은 이러한 『황제내경』의 정신을 더욱 확충한 것이라고 말할 수 있다. 그는 이러한 입장에서 “약물로 몸을 기르고 술수로 수명을 연장하고 내부에서 병이 생기지 않도록 하고, 외부로부터 해가 몸에 침입하지 못하도록 한다.”<sup>13)</sup> 또는 “단을 복용하고 하나를 지키면 하늘과 함께 끝난다. 정기를 돌이키고 胎息을 수련하면 수명을 다함 없이 연장한다.”<sup>14)</sup>라고 말한다. 인간의 적극적 양생의 노력을 고무적으로 보는 언급이라고 말할 수 있다.

### 3. 기를 중심한 세계관과 인간관

#### 가. 氣論的 세계관

갈홍은 우주와 만물의 근원을 도가사상의 전통을 계승하여 도, 또는 玄이라고 불렀다.<sup>15)</sup> 그가 규정하는 현의 성격은 노장철학적 개념과 대체로 일치하나 특유의 시각에서 이를 생과 직결시켜 해석하기도 하였다.<sup>16)</sup>

- 11) “提挈天地，把握陰陽。”
- 12) 王卜維·周世榮，『中國氣功學術發展史』，湖南科學技術出版社，1987，p.88.
- 13) 『抱朴子』，「論仙」，“若夫仙人，以藥物養身，以術數延命，使內疾不生，外患不入”
- 14) 『抱朴子』，「對俗」，“服丹守一，與天相畢，還精胎息，延壽無極。”
- 15) 『抱朴子』，「暢玄」，“玄者，自然之始祖，而萬殊之大宗也。”
- 16) 『포박자』，「暢玄」에서는 “玄이 있으면 즐거움이 무궁하나 玄이 없으면 육체가 무너지고 정신이 흩어진다.(故玄之所在，其樂不窮；玄之所去，器弊神逝.)”라고 말한다.

- 8) 『雲笈七籤』 권32, 「養性延命錄」, 『正統道藏』, 제 37책.
- 9) “有賢人者，法則天地，象似日月，辨列星辰，逆從陰陽，分別四時。將從上古，合同于道，亦可使益壽而有極”.
- 10) “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”.

한편 그는 도 또는 현을 궁극적 존재로 제시하면서도 기를 만물생성의 실질적 원동력으로 보는 이론적 세계관을 지녔다. 도와 기의 관계에 관한 명백한 언급은 보이지 않으나 도에서 일차적으로 파생된 존재로 보는 한대의 일반적 경향을 계승한 것으로 보인다.

"무릇 사람은 기 속에 있으며 기는 사람 속에 있다. 천지로부터 만물에 이르기까지 어느 것도 기에 의존해 살아가지 않는 것이 없다. 行氣를 잘 하는 사람은 안으로는 몸을 기르고 밖으로는 악을 물리칠 수 있다. 그러나 백성들은 날마다 이를 쓰면서 모른다."<sup>17)</sup>

또한 "사람의 몸은 한 나라와 같다. 가슴과 배의 위치는 궁실과 같고 기는 백성과 같다. 그러므로 몸을 다스릴 줄 알면 나라를 다스릴 수 있다. 백성을 사랑하는 것은 그 나라를 편안하게 하려는 것이요, 기를 다스리는 것은 그 몸을 온전하게 하려는 것이다. 백성이 흩어지면 나라가 망하고 기가 다하면 몸은 죽는다. 죽은 자는 다시 살 수 없으며, 망자는 다시 있을 수 없다."<sup>18)</sup>라고 하여 기는 인간의 생명에 있어 가장 근본이 되는 것으로 보고 있다. 인체를 국가에 비유하는 것은 『태평경』 등 한대에 흔히 볼 수 있는 관점이기도 하다. 국가와 몸을 동일시하는 사상은 치국과 치신을 같은 선상에서 보는 입장으로서 治國者는 大醫이고 治病者는 小醫라는 당시의 사고를 반영한다.<sup>19)</sup>

갈홍의 이론적 세계관은 멀리는 초기도가에 소급시킬 수 있지만 가깝게는 『황제내경』과 일맥 상통한다고 말할 수 있다. 『素問·天元紀大論』에는 다음과 같이 말하고 있다.

"太虛는 텅 비어 경계가 없으며 만물의 근원을 낳고 변화시킨다. 만물이 이것을 바탕 삼아 비롯되고 五運은 끝없이 반복운동을 진행한다. 하늘의 기는 태허의 정기를 배물면서 항상 땅의 기를 통제한다. 九星은 환한 빛을 내걸고 해와 달과 五星은 하늘을 두루 회전한다. 이리하여 음과 양, 부드러움과 강함이 드러난다. 보이지 않는 것과 분명히 드러나는 것, 추위와 더위는 그것의 마땅함을 상실하지 않는다. 그리하여 끊임없이 낳고 낳으니 무궁으로 변화하여 만물은 모두 빛나게 된다."<sup>20)</sup>

이는 氣化를 우주생성과 물질변화의 원천으로 보는 것으로서 생명활동 역시 기화를 통해 설명된다. 흥미로운 것은 태허의 개념으로서 후천적 음양의 기 이전의 원기의 상태를 설정한 것으로 보인다. 唐의 王冰註에 의하면 "태허는 텅비고 현묘한 경계이며 眞氣가 가득 찬 곳이며 신명의 집이다. 진기는 정미하여 아무리 먼 곳도 이르지 못하는 바가 없으므로 생생화육의 근본이 되고 기가 운행되는 참된 근원이 된다."<sup>21)</sup>라 하였다. 이 주석에 의거해 보면 태허는 한편으로는 시간과 공간의 무한성을 의미하지만 다른 한편으로는 무극과 같은 철학적 근원개념이 아니라 정미한 기의 성

17) 『抱朴子』, 「至理」, "夫人在氣中, 氣在人中, 自天地至於萬物, 無不須氣以生者也。善行氣者, 內以養身, 外以卻惡, 然百姓日用而不知焉。"

18) 『抱朴子』, 「地眞」, "故一人之身 一國之象也。胸腹之位 猶宮室也 氣猶民也。故知治身 則能治國也。夫愛其民所以安其國 養其氣所以全其身。民散則國亡 氣竭則身死 死者不可生也 亡者不可存也"

19) 蓋建民, 『道教醫學』, 宗教文化出版社, 北京,

2001, p.43.

20) "太虛廖廓, 肇基化元。萬物資始, 五運終天。布氣眞靈, 總統坤元。九星懸朗, 七曜周旋。日陰日陽, 日柔日剛。幽顯既位, 寒暑弛張。生生化化, 品物咸章。"

21) "太虛爲空玄之境, 眞氣之所充, 神明之官府也。眞氣精微, 無遠不致。故能爲生化之本始, 運氣之眞元矣。"

질을 지닌 근원적 원기로 파악된다. 이를 太虛元氣라고 부를 수 있을 것이다. 태허원기는 아직 음양오행으로 분화되기 이전이므로 先天元氣라고도 말할 수 있다.<sup>22)</sup> 갈홍은 이러한 원기론적 관점을 대체로 수용한 것으로 보인다.

## 나. 形神統一의 人間觀

갈홍은 기본적인 세계관에 바탕하여 인간을 몸과 마음이 결합된 존재라고 보는 형신통일적 시각을 지녔다.

"무릇 있는 것은 없는 것으로 말미암아 생겨나고, 형체는 정신에 의해 존립된다. 있는 것은 없는 것의 터전이며 형체는 정신의 집이다. 득에 비유한다면 득이 무너지면 물이 남아 있지 못하는 것과 같으며, 초에 비유한다면 초가 녹아 없어지면 불도 꺼져버리는 것과 같다. 육신이 수고로우면 정신은 흩어지며 기가 다하면 목숨은 끝난다. 뿌리가 마르고 있는데 가지만이 우거지면 푸른 생기는 나무를 떠난다. 기운이 지쳐 있는데 욕망이 심하면 생명이 신체를 떠난다. 매저 죽은 자는 아무리 기다려도 돌아올 기약이 없다. 이것이야말로 도를 통한 학자들이 진실로 슬퍼하는 것이다."<sup>23)</sup>

이는 有無를 形神의 관계로 비유하여 육체와 정신의 관계를 논하고, 구체적인 형(有)과 추상적인 신(無)은 상보상생 해야 함을 강조하

는 견해이다. 다시 말하면 형과 신 양자는 불가결의 관계로 형체는 생명활동이 없으면 그 생명을 이룰 수 없고, 생명활동만 있고 의탁할 물질이 없으면 또한 생명을 이룰 수 없다는 것이다. 따라서 형과 신은 상부상조하여 서로 합해야만 생명을 이룰 수 있다는 것이다. 즉 갈홍은 '형은 신에 의지해 있다(形須神而立)'와 '형은 신의 집이다(形者神之宅也)'라는 서로 대립된 명제를 '형과 신이 서로 지킨다(形神相衛)'라는 명제로 통합하였던 것이다.<sup>24)</sup>

갈홍의 이러한 관점은 桓譚 (BC24~21-AD56)과 王充(27-97)의 형신통일론과 흐름을 같이 한다. 예를 들어 갈홍이 신체와 정신을 제방과 물, 초와 촛불의 관계에 비유한 것은 정신이 형체에 붙어서 존재한다는 것을 설명한 것인데 이는 이미 漢代의 桓譚과 王充에 의해 제시된 형신통일론의 관점을 계승한 것이라고 볼 수 있다.

그러나 환담이나 왕충의 비유는 사람의 정신은 형체에 의존하여 존재하는 것으로서 정신을 불멸하다고 보는 것은 허황된 것이며, 신선은 존재하지 않기에 장생을 구하는 것은 헛된 것이라는 관점을 견지하기 위한 표현이었다. 갈홍은 그들의 영향을 받았음에도 불구하고 동일한 형신통일론을 활용하여 신선사상을 뒷받침하였던 것이다.

갈홍의 형신통일은 내용적으로는 기에 의해서 통섭된다. 형과 신은 넓은 의미의 기의 양태에 속할 뿐 아니라 양자를 연결시키고 통어하는 것은 좁은 의미의 기이다. 이러한 形氣神(여기서의 기는 좁은 의미의 기)의 구도는 한초의 『淮南子』에게서도 발견된다.

"형체는 생명의 집이요, 기는 생명을 가득 채운 것이며, 정신은 생명을 제어하는 것이니, 하나라도 그 자리를

22) 高鶴亭 主編, 『中國醫用氣功學』, 人民衛生出版社, 1988, p.36.

23) 『抱朴子』, 「至理」, "夫有因無而生焉, 形須神而立焉. 有者無之宮也. 形者神之宅也. 故譬之于堤, 堤壞則水不留矣. 方之于燭, 燭糜則火不居矣. 身勞則神散, 氣竭則命終, 根竭枝繁, 則青青去木矣; 氣疲欲勝, 則精靈離身矣. 夫逝者無反期, 既朽無生理, 達道之士, 良所悲矣."

24) 任繼愈 主編, 『中國道教史』, 上海人民出版社, 1989, p. 80.

있으면 셋이 모두 다친다.”<sup>25)</sup>

인간을 이루는 구성요소를 形·氣·神으로 규정하고, 그 중 기는 ‘생명을 가득 채운 것’이라고 언급함으로써 좁은 의미의 기를 생명현상과 관련하여 직접적으로 언급하고 있음을 알 수 있다. 이밖에 갈홍이 생명현상에서 정을 중요한 요소로 설명하는 경우도 있다. 예를 들어 양생술의 요체를 寶精行氣로 제시하면서<sup>26)</sup> 정의 보존방법으로 방중술을 권하는 것이 한 예이다.<sup>27)</sup>

그러나 정과 형기신의 상호관계에 대한 명료한 설명은 찾아보기 어렵다. 아마 『황제내경』의 입장을 큰 변화 없이 수용한 것으로 생각된다. 『靈樞·經脈』에서는 “사람이 처음 생길 때 먼저 정이 생긴다”<sup>28)</sup>, 『靈樞·決氣』에서는 “항상 몸보다 먼저 생기는 것이 정이다”<sup>29)</sup>이라 하여 모두 정이 먼저 생기고 인체가 형성된다고 보고 있다. 정에는 태어나면서 받는 선천적 원기라는 의미 외에 후천적으로 형성된 기 가운데 맑고 정미한 것을 의미하는 경우도 있다. 어쨌든 정은 생명활동의 기초로서 이를 잘 보존하는 것이 양생의 기본이다. 갈홍이 정을 사용하는 맥락도 『황제내경』의 경우와 대체로 유사하므로 기본 입장을 같이 하고 있다고 생각된다.

#### 4. 도교사상과 의술의 융합

앞에서 살펴본 것은 갈홍 신선사상의 이론적 바탕이었다. 그 내용을 검토해보면 대체로

『황제내경』과 공통된 입각지에 서있음을 알 수 있다. 신선사상의 성립 자체가 중국의학이나 양생법의 발달에 바탕한 것임을 감안하면 당연한 결과라 할 수 있다. 갈홍은 도를 체득해 가는 수행과 의술을 겸비할 필요를 강조하였다.

“그러므로 옛날에 도를 닦는 사람들은 의술을 겸하여 가까운 화를 구하지 않는 사람이 없었다. 범상한 도사들은 이 이치를 모르고 자신의 전문만을 믿고 병을 치료하는 방문에도 관심 없고 세속을 끊어 심산유곡에 은거하지도 못한다.”<sup>30)</sup>

바람직한 양생법을 실천하기 위해서는 당연히 질병을 퇴치할 지식이 필요하며 이 때문에 의술을 겸비했다는 것이다. 만일 의술을 모르고 병이 들면 장생은 커녕 목숨을 보존하기 어려우므로 일반인보다도 못하다고 보았다. 이러한 시각에서 갈홍 자신도 의학에 깊은 관심을 기울여 많은 서적을 수집하고 자신의 표현에 따르면 세상의 누구보다도 많은 의학적 지식을 읽었던 것이다. 그는 『옥함경』과 『肘後救卒方(또는 肘後備急方)』<sup>31)</sup>을 지술한 기연을 설명하면서 기존의 의학적 지식이 논리가 산만하고 경혈의 위치가 애매하는 등 부정확한 의학 지식에 의존하고 있음을 지적하였다.<sup>32)</sup>

오늘날까지 남아있는 『주후비급방』은 결핵, 광견병, 나병, 천연두와 같은 전염병에 대한 본격적인 논의를 포함한 기초의학적 저서라는 데 의미가 있다.<sup>33)</sup> 여기서 거론된 약재들도 모

25) 『淮南子』, 「精神訓」, “夫形者生之舍也, 氣者生之充也, 神者生之制也. 一失位, 則三者傷矣.”

26) 『抱朴子』, 「釋滯」.

27) 『抱朴子』, 「微旨」.

28) “人始生, 先成精.”

29) “常先身生是謂精”

30) 『抱朴子』, 「雜應」, “是故古初爲道者, 莫不兼修醫術, 以救近禍焉. 凡庸道士, 不識此理, 恃其所聞者, 大氏不關治病之方, 又不能絕俗幽居”.

31) 오늘날 남아있는 『주후비급방』은 후일 도교 사상이 陶弘景의 정리를 거친 것이다.

32) 『抱朴子』, 「雜應」.

33) 吉元昭治, 앞의 책, p.325.

두 가깝게 구할 수 있는 것이었다. 동진의 의학자들은 침을 중시하고 灸法을 소홀히 하는 경향이 있었는데 갈홍은 그 책에서 구법을 상세히 설명하여 보완하였다.<sup>34)</sup>

갈홍은 당시의 의사들이 지닌 지식을 비판하고 의학에의 깊은 연찬이 부족한 점을 아쉬워하였다. 나아가 이러한 합리적인 의술에의 천착이 없이 巫的 方術에 호소하는 것을 '妖僞'라 하여 배격하였다.<sup>35)</sup> 부단한 양생적 노력, 및 실천적 경험에 바탕한 처방과 약제를 통하여 질병에 대처하는 것이 올바른 태도라는 것이었다.<sup>36)</sup>

갈홍이 이와 같이 의술을 중시한 것은 의술을 통한 치병을 중요한 傳道의 방편으로 삼은 당시 도교교단의 상황과도 관련이 있다.<sup>37)</sup> 당시 민간도교는 거의 치병을 매우 중요한 수단으로 삼아 어려운 처지에 있던 농민들의 환영을 받았다. 민중들의 일차적 관심은 질병이나 재앙으로부터의 해방에 있었기 때문이다. 갈홍은 여기에서 한 걸음 나아가 의술을 도교사상의 중요한 부분으로 수용한 것이다. 즉 포교를 위한 중요한 수단이라는 의미로부터(以醫傳教) 도교 자체의 내용을 풍요롭게 한다는(借醫弘道) 시각으로 바뀌었다. 이러한 전통은 上清派와 靈寶派로 이어져 도교사상과 중국의학을 더욱 밀접하게 결합시키는 결과를 낳았다.<sup>38)</sup>

갈홍에 의하면 신선에 도달하기 위해서는 먼저 양생을 해야하기 때문에 치병이 매우 중요한 의미를 지니고 있었다. 이외에도 갈홍이

의술에 중시한 배경으로 들 수 있는 것은 그의 신선사상에 포함된 積德의 필요성 때문이었다.

“장생을 원하는 사람은 반드시 선을 쌓고 공을 세워야 한다. 자비심을 지니고 사물을 대하며 자신을 용서하듯 남을 용서하고 어진 마음이 곤궁에까지 미쳐야 한다. 남의 행운을 기뻐하고 남의 괴로움을 가엾게 여기며 남의 위급함을 구해주고 남의 빈궁을 도와주어야 한다.”<sup>39)</sup>

덕행의 실천에서는 인의와 충효 등의 유교적 덕목을 실천하는 것이라든지 남의 위급을 구해주는 것이 중요하다. 특히 구체적으로 갈홍은 사람들의 화를 면하게 해주고 질병을 간호하여 잘못된 죽음에 이르지 않게 도와주는 것을 제시한 바 있다. 만일 덕행을 쌓지 않고 방술만 행하면 장생을 얻지 못한다고까지 말한다.<sup>40)</sup> 갈홍이 지은 『신선전』에 등재된 인물들 가운데 치병을 통한 덕을 쌓는 행위가 많은 것도 이 때문이다.

## 5. 養生論과

### 上藥 · 中藥 · 下藥論

앞에서는 갈홍이 의술을 중시한 배경을 살펴봐왔다. 그렇다면 그의 신선사상의 체계에서 의술이 차지하는 구체적 위치에 대해 살펴보

34) 卿希泰 主編, 『道教與中國傳統文化』, 福建人民出版社, 1989, p.349.

35) 『抱朴子』, 「道意」, “俗所謂率皆妖僞, 轉相誣惑, 久而彌甚, 既不能修療病之術, 又不能返其大迷, 不務藥石之救, 惟專祝祭之謬, 祈禱無已, 問卜不倦”.

36) 『抱朴子』, 「道意」.

37) 胡孚琛, 『魏晉神仙道教』, 人民出版社, 北京, 1989, p.272.

38) 盖建民, 『道教醫學』, 宗教文化出版社, 北京, 2001, p.61.

39) 『抱朴子』, 「微至」, “欲求長生者, 必欲積善立功. 慈心於物, 恕己及人. 仁逮昆蟲, 樂人之吉, 憫人之苦, 賙人之急, 救人之窮.”.

40) 『抱朴子』, 「對俗」, “或問曰: ‘爲道者當先立功德, 審然否?’ 抱朴子答曰: ‘有之. 按『玉鈴經中篇』, 雲, 立功爲上, 除過次之. 爲道者以救人危, 使免禍, 護人疾病, 令不枉死, 爲上功也. 欲求仙者, 要當以忠孝和順仁信爲本, 若德行不修, 而但務方術, 皆不得長生也.’”.



기로 한다. 도교사상에 포함된 의학적 측면을 보통 도교의학이라고 부른다. 도교학자 吉元昭治는 도교의학의 범위에 관해 다음과 같이 밝힌다. 첫째 중국의학과 거의 유사한 부분으로서 本草, 鍼灸, 湯液 등에 해당되는 부분, 둘째 導引, 調息, 內丹, 辟穀, 內視, 房中 등 양생술적인 측면, 셋째 呪, 符, 祭祀, 祈禱 등과 같이 민간요법 또는 종교적인 부분이다.<sup>41)</sup>

이러한 몇 가지 요소를 모두 갈홍은 신선사상의 체계내에 융합시키고 있다. 그는 약물을 세 가지로 구분하고 다음과 같이 밝힌다.

"神農四經에는 다음과 같이 말하였다. 상약을 복용하면 몸을 안정되게 하고 수명을 늘여주며 올라가 천신이 되어 상하를 노닐 수 있게 한다. 萬靈을 부릴 수 있고 몸에 털과 날개가 생기며 바라는 것은 무엇이나 즉시 이르게 할 수 있다. ....또 말하였다. 중약은 본성을 기르는 것이며 하약은 병을 제거하여 독충이 덤비지 못하게 하고 맹수가 침범하지 못하게 하며 악기를 물리치고 모든 요사스러움을 물리칠 수 있다."<sup>42)</sup>

하약은 질병을 치료하는 약이라고 하는데 독충이나 맹수 등의 침범을 막는 수술적 효과가 있다고 보므로 일반적 의미의 치료약과 동일한 것 같지는 않다. 상약은 심신을 근본적으로 변화시키는 약이다. 중약에 대해 그는 상세한 설명을 하지 않는데 대체로 심신을 잘 함양하여 병을 예방하는 약에 해당한다고 풀이

할 수 있다. 상약에 해당하는 것 가운데 그가 가장 강조하는 것은 金液과 還丹의 두 종류이다. 금액은 액화된 금이고, 환단은 일종의 단약으로서 금액과 환단을 합쳐 금단이라고도 부른다. 이중 금은 불변성을 상징하고 환단은 변화를 상징한다.

"무릇 금단의 속성이란, 오래 가열하면 할수록 더욱더 영묘해진다. 황금은 불속에 넣고 백 번을 달구어도 소모되지 않는다. 흙 속에 묻어 두어도 영원히 썩지 않는다. 이 두 가지 물질을 복용하여 인간의 신체를 단련하면 불로불사 할 수 있다."<sup>43)</sup>

즉, 丹의 자재로운 가변성이나 황금의 불후성이 인체에도 적용될 수 있다고 그는 굳게 믿고 있었던 것이다. 따라서 금단을 섭취함으로써 신체의 변화가 일어나 신선이 되며, 한번 신선이 되면 금이 변하지 않고 영원한 것처럼 장생불사할 수 있다는 것이다. 이러한 생각의 바탕에는 기가 고정된 것이 아니고 끊임 없는 변화를 통하여 새로운 생명성을 창출해 내는 것으로 보는 관점이 자리잡고 있다. 기는 고정불변한 것이 아니라 양적으로 증감할 수 있고 질적인 변화를 이룰 수 있는 유동적인 성격을 지닌다는 것이다.

"만약 기를 받은 것이 고정불변하다면 핍이 큰 대함이 되고 참새가 조개가 되며, ...약어가 호랑이로 변하고 뱀이 용으로 변하는 이 모든 현상들이 거짓이란 말인가?"<sup>44)</sup>

41) 吉元昭治, 도광순역, 『도교와 불로장수의 의학』, 열린 책들, 1980, p.45.

42) 『抱朴子』, 『仙藥』, 『神農四經』曰, 上藥令人身安命延, 升爲天神, 遊游上下, 使役萬靈, 體生毛羽, 行麝立至. ....又曰, 中藥養性, 下藥除病, 能令毒蟲不加, 猛獸不犯, 惡氣不行, 衆妖并闕."

43) 『抱朴子』, 『金丹』, "夫金丹之爲物, 燒之愈久, 變化愈妙. 黃金入火, 百煉不消; 埋之, 畢天不朽. 服此二物, 煉人身體, 故能令人不老不死."

44) 『抱朴子』, 『論仙』, "若謂受氣皆有一定, 則雉之爲蜃, 雀之爲蛤, 壤蟲假翼, 川蛙翻飛, 水鱗爲蛤, 苻苓爲蛆, 田鼠爲, 如鳥, 腐草爲螢, 蠶之

기의 유동성에 대한 인식은 변화의 가능성에 대한 확신으로 이어지게 되고 이러한 믿음을 바탕으로 금단의 복용을 통해 신선이 될 수 있다고 본 것이다. 이러한 믿음의 연원은 약물 복용을 통한 의학적 성과에서 찾을 수 있으나 이를 지나치게 확대 해석한 것이라고 말할 수 있다.<sup>45)</sup> 변화에 대한 믿음은 강했지만 변화의 조건에 대해서는 충분히 고려하지 못했다는 비판도 있다. 인체의 복잡한 생명운동법칙과 자연무기물의 화학변화를 혼동했다는 것이다.<sup>46)</sup>

갈홍이 仙藥篇에서 제시한 각종 약재들은 첫째 금은, 주옥 등의 광물질류, 둘째 芝草類, 셋째 茯苓, 地黃, 天門冬 등 현대 중국의학에서 광범하게 사용되는 것들로 대별할 수 있다. 이중 광물질을 가장 효능이 좋은 것으로 보는 것은 외단술을 중시하는 특유의 관점이 반영된 것이며 지초류의 중시는 불로초를 찾던 신선사상의 전통과 관련이 깊다. 이를 감안하고 셋째의 부류에 주목해본다면 당시까지의 의학적 경험을 집약한 것으로서 본초학의 발달에 크게 기여하였다고 평가할 수 있다.<sup>47)</sup>

그는 양생법의 단계를 다음과 같이 말하기도 하는데 상약·중약·하약과 대체로 상통된다.

"주사를 통해 금단을 만들어 복용하여 신선이 되는 자는 상사, 지초를 먹거나 도인법을 행하고 기를 삼켜 장생하는 자는 중사이며, 초목을 먹고 천세까지 살다가 돌아가는 자는 하사이다."<sup>48)</sup>

爲虎，蛇之爲龍，皆不然乎?"

45) 任繼愈 主編, 『中國道教史』, 上海人民出版社, 1989, p.80.

46) 卿希泰 主編, 『中國道教史』, 卷 1, 四川人民出版社, 1987, p.316.

47) 胡孚琛, 『魏晉神仙道教』, 人民出版社, 北京, 1989, p.277.

48) 『抱朴子』, 「黃白」, 又曰: '朱砂爲金, 服之升仙者上土也. 茹芝導引, 咽氣長生者, 中土也. 餐食草木, 千歲以還者下土也.'

상약·중약·하약에 관련시켜 양생법을 분류해보면 다음과 같이 정리할 수 있다.

상약에 해당하는 것 : 신선의 경지에 오르게 하는 방법으로서 금단이 이에 해당한다.

중약에 해당하는 것 : 본성을 함양하며 병을 예방하는 효과가 있는 것으로서 行氣, 胎息, 房中 등 제반 양생법이 이에 해당한다. 이 중 辟穀, 導引, 房中 등은 주로 몸을 기르는 수행에 해당하며 存想, 存神, 主靜, 坐忘 등은 마음을 기르는 수행에 해당한다. 이들은 병을 치료하는 기능도 지닌다.

하약에 해당하는 것 : 병을 치료하는 제반의술을 가리킨다.

갈홍의 양생법의 체계는 상약으로서의 금단을 중시한 것, 조식, 도인 등 각종 양생술을 보다 광범하게 받아들인 것을 제외하면 『황제내경』의 그것과 대체로 상통된다. 병이 난 후에 치료하는 것보다 예방을 중시한 것이나<sup>49)</sup> 도에 따르면 질병이 없다고 보는 것이 그 단적인 예이다.

"어떤 사람이 문기를 도를 수행하는 자는 병에 걸리지 않는가? 포박자가 답하였다. 양생의 이치를 지극히 하는 자는 신약을 복용하고 또 행기를 부지런히 행한다. 조식으로 도인법을 행하며 영기와 위기를 소롱시켜 막힘이 없게 한다. 여기에 더하여 방중술을 행하고 음식을 조절하며 바람이나 습기에 걸리지 않게 하여 .....이와 같이 하면 병에 걸리지 않을 수 있다."<sup>50)</sup>

49) 『抱朴子』, 「地眞」, "그러므로 至人は 일어나지 않은 환난을 없애며 병들기 이전을 다스린다. 일 없을 때를 다스리며 이미 지난 후에 뒤쫓지 아니한다.(是以至人消未起之患, 治未病之疾, 醫之於無事之前, 不追之於既逝之後.)"

50) 『抱朴子』, 「雜應」, "或問曰: '爲道者可以不病乎?'"

사람이 병드는 것은 도에 어긋난 삶 때문이며 도에 순응하고 정기를 잘 지켜 몸과 마음을 잘 간직하면 몸이 상하지 않는다는 것이다.<sup>51)</sup> 이러한 관점에서 사시에 따라 절도 있는 생활을 하며 회로애락의 지나친 발현을 삼가고 궁극적으로 도에 따른 조화로운 삶을 권하는 것<sup>52)</sup> 『황제내경』의 입장을 계승한 것이다.

## 6. 맺는 말

갈홍은 의단을 중심으로 신선사상을 집대성한 저명한 도교사상가이다. 그러면서도 의술에도 깊은 관심을 지녀 중요한 서적을 남겼다. 개인적으로 볼 때 그는 도교사상가인 동시에 의학자였다고 평가할 수 있다. 이러한 개인적 성취의 측면뿐 아니라 그의 사상을 검토해보면 도교사상과 의술이 유기적으로 결합된 내적 구조를 지니고 있음이 발견된다.

먼저 그는 생을 존중하고 인간의 운명을 주체적으로 개척할 수 있다는 매우 적극적 운명관을 지니고 있었다. 이는 가깝게는 『태평경』 등과 일맥상통하는 것이지만 소급하면 『황제내경』의 입장까지도 흐름을 같이 하는 면이 있다. 의학 자체가 자연의 이법을 파악하여 활용함으로써 질병을 극복하려는 과학적 동기에서 출발하기 때문이다. 갈홍은 이러한

정신을 계승하면서도 의학의 발달을 기초로 한 각종 양생술에 고무되어 ‘神仙可學論’을 주장하는 한편 ‘나의 운명은 나에게 달려 있으며 하늘에 있지 않다(我命在我不在天)’라는 입장에까지 나아간 것이다.

갈홍의 신선사상을 뒷받침하는 세계관이나 인간관은 도가적 도론을 받아들이는 한편 기론적 사유를 존중하는 것이었다. 이는 『황제내경』의 경우와 대체로 흐름을 같이 한다. 다만 기론적 사유나 이 구체적 형태로서의 음양오행론 등에 대한 천착의 측면에서는 초기도교의 경전인 『태평경』에 비해 소략한 편이며 『황제내경』보다도 상세하지 않다. 또한 형신론, 정기신론 등에 대해서도 독창적이며 엄밀한 이론을 제시했다고는 볼 수 없다. 대신 『황제내경』, 『태평경』 등의 일반적 입장을 큰 여과 없이 받아들인 것으로 추측된다. 다만 우주의 궁극적 본원인 玄에 대해서는 비교적 상세히 논의함으로써 도교사상가로서의 면모를 보인다. 그러나 전체적으로 볼 때 玄(또는 道)으로부터 氣論, 形神論을 포괄하는 철학적 이론은 정밀하지 못한 감이 있으며 이는 그가 양생의 실천적 방법에 역점을 둔 탓으로 보인다.

그의 이러한 이론적 틀은 도교사상과 의학의 공통적 바탕으로 작용하고 있음에 주목할 필요가 있다. 그의 양생법의 체계는 각종 방법을 통해 심신을 건전하게 보존하는 것에 역점을 두고 있다. 욕심을 담박하게 하고 자연에 따라 절도 있는 생활을 영위하는 대전제로부터 조식, 행기, 도인, 방중 등의 방법을 겸하는 것이다. 그러면서도 병이 들었을 때에는 의술을 통해 합리적으로 이에 대처할 것을 강조하였다. 이러한 입장은 『황제내경』과 대체로 상통된다고 말할 수 있다. 차이로서는 갈홍의 체계 내에서 調息, 行氣 등 양생술의 비중이 상대적으로 크다는 점을 들 수 있다. 또한 이 글에서는 상세히 다루지 않았지만 符나 종교적 금기 등 민간신앙적 요법을 갈홍이 많은

抱朴子曰: ‘養生之盡理者, 既將服神藥, 又行氣不懈, 朝夕導引, 以宣動榮衛, 使無輟闕, 加之以房中之術, 節量飲食, 不犯風濕, 不患所不能, 如此, 可以不病.’”

51) 『抱朴子』, 「極言」, “由茲以觀, 則人之無道, 體已素病, 因風寒暑濕者以發之耳. 苟能令正氣不衰, 形神相衛, 莫能傷也.”

52) 『抱朴子』, 「極言」, “是以善攝生者, 臥起有四時之早晚, 興居有至和之常制. 調利筋骨, 有偃仰之方; 杜疾閑邪, 有吞吐之術; 流行榮衛, 有補瀉之法; 節宣勞逸, 有與奪之要. 忍怒以全陰氣, 抑喜以養陽氣, 然後先將服草木以救虧缺, 後服金丹以定無窮, 長生之理, 盡於此矣.”

부분 수용했다는 점도 눈에 띈다. 이점은 각종 양생술을 종합적으로 수용하려는 갈홍의 사상적 특징에 기인한다.

나아가 갈홍은 외단술을 양생술의 최고정점에 놓고 장생불사의 신선을 이상적 인격으로 제시하였다. 그는 이를 뒷받침하기 위해 '神仙可學論'을 주장하는 한편 신선의 실재를 입증하려고 노력하였다. 이는 타고난 수명을 안보하는 것에 역점을 두는 의학의 일반적 입장에서 벗어난 초월적, 신비적 측면이라고 말할 수 있다. 『황제내경』에서도 선인을 이상으로 제시하고 있지만 선인에 도달하려는 연단술 등에 구체적으로 역점을 둔 것은 아니다. 요컨대 갈홍은 신선사상을 체계화하는 과정에서 의학적 성과를 중요한 바탕으로 수용하였다. 도덕적 선행의 실천을 강조하고 병든 자의 고통을 덜어주는 치병을 중요한 적덕의 길로 제시하는 것도 주목할만하다.

갈홍의 의학적 성과는 보통 도교의학이라고 불리어지는 범주로 분류된다. 갈홍은 당시의 초기도교에서 치병을 중요한 포교의 방편으로 활용하는 것에서 한 걸음 나아가 도를 체득해가는데 있어 중요한 요소로 수용하고 의학적 성과를 심화시켰다. 그의 저작은 중국의학의 발달과정에서 상당한 역할을 담당했다고 평가되고 있으며 이후의 도교의학의 발전에도 지대한 영향을 끼쳤다. 물론 그가 제시한 외단술에는 이론적, 실천적 측면에서의 여러 한계가 있는 것도 사실이다. 그럼에도 불구하고 도교 사상과 의술을 결합한 그의 통찰이나 각종 양생법의 내용, 및 구체적 의학적 성과들은 오늘의 측면에서 새롭게 음미할만하다고 말할 수 있다.