

# 調神을 통한 疾病 治療 研究( I )

慶熙大學校 韓醫科大學 原典學教室

鄭昊鎭·白裕相·丁彰炫\*

## 關於以調神治療疾病的研究( I )

慶熙大學校 韓醫科大學 原典學教室

鄭昊鎭·白裕相·丁彰炫

通過對『內經』中出現的調神的概念及用調神治病的方法的研究, 得出如下結論:

調神以養生之意, 用于至今. 『內經』中神之意, 尤其表現爲與宇宙自然之神[天神]相應的人體之神[人神]上, 即天人相應的思想較爲突出. 形神相互關係上, 在維持形神合一的思想的同時, 比起養形更加重視於調神. 在養生方面, 調神依照時間及空間, 分爲四時調神和五臟神調神. 『素問·四氣調神大論』的要旨是以四時出現的自然界的變化規律, 應對清靜的宇宙精神來修練身心.

‘移念療法’是通過改變在人體五臟內精氣的運行位置, 進行治療的方法. 其內容概括了其他各種精神療法.

對至言高論療法的韓醫學解釋, 不是以已有五行或陰陽理論作爲依據, 而是可從四象醫學中找到. 其原因是四象醫學的出發點, 不是以單純的肉體無病作爲其目的. 這一點, 從明確地表現在壽世保元的性命四端論中. 對生理病理獨特的唯心論觀, 是李濟馬先生卓越觀點.

韓方音樂治療超越了以行動主義心理學爲中心, 發展起來的既有的音樂療法的局限性, 若與藥物, 鍼灸治療併用, 不僅可以治療神經精神疾患, 還可以治療其他各種身體疾患.

氣功是以凝神, 意守, 意念等表現, 作爲其主要調神方法的一種修身法.

關鍵詞: 『內經』, 調神, 治療疾病.

## I. 序 論

모든 학문들이 그렇듯이 한의학도 시대적으로 주변 학문이나 思想의 영향을 받아서 그 이론체계를 정립하여 왔으며, 그 중에서도 道家의 養生 사상은 『黃帝內經』(이후 『內經』으로 약칭함)을 비롯하여 한의학 전반에 많이 유입된 것이 주지된 사실이다. 그러한 도가 사상 중에서도 가장 핵심

적이고도 많이 접하는 부분이 이른바 人身의 三寶라고 하는 精, 氣, 神에 관한 부분이라고 할 수 있다. 그런데, 실제 임상에서 다루는 부분을 보면 치료에 있어서 精이나 氣를 중심으로 醫論을 펴나가는 것이 대부분인데 비해서 神을 치료의 중심대상으로 다루는 부분은 상대적으로 매우 적다고 하겠다. 다시 말해서 精이나 氣의 조절을 통해서 결과적으로 神을 조절하는 방법을 사용하는 것이지, 神을 직접 상대해서 치료의 방법을 다루는 부분이 적다는 것이다. 그러다보니 氣血의 이

\* 交信著者: 丁彰炫, 慶熙大學校 韓醫科大學 原典學教室, 02) 961-0337, jeongch@khu.ac.kr.

상이나 臟腑의 병변이 선행된 이후에 속발된 질병으로서의 神과 관계된 질병 해석만 고집하여왔다. 또 나아가 神의 조절을 통해서 精이나 氣의 변화를 꾀하는 방법은 그 치료효과에 비해서 널리 알려지지 못한 것이 사실이다. 이러한 치료 방법의 편향은 현대인들이 정신적으로는 물질 만능 사고에 젖어 있고, 다양한 사회 구조에서 나타나는 스트레스에 노출된다는 환경적인 조건과 육체적으로는 과도한 영양 섭취와 적절한 운동 부족이라는 상황을 살펴볼 때 치료 성과의 한계를 나타낼 것이 분명하고, 또한 현대인들의 육체적·정신적 수준에 맞춰 치료방법의 다양성을 강구해야한다는 『內經』의 ‘去故就新’<sup>1)</sup>이라는 관점에 입각하여 그 연구의 필요성을 느끼게 되었다. 아울러 현재의 정신요법이라면 주로 ‘정신’에 문제가 생긴 질환을 다루는 ‘신경정신과’에서 사용하는 방법이라는 서양의학적 분류가 대체적인 흐름이다. 그러나 논자가 생각하는 調神에 의한 질병치료는 ‘정신에 대한 치료법’이 아니고 ‘정신에 의한 치료법’ 이므로 그 대상이 ‘신경정신과의 정신질환’에만 국한되는 것이 아니며 『內經』에서 말한 ‘得神’<sup>2)</sup>을 통해서 육체의 다양한 질환을 다룬다는 관점을 기조로 한다.

이러한 관점에서 이번 논문에서는 『內經』에 나타난 調神의 기본적 내용과 그것을 통한 질병치료의 이론 근거 및 방법을 살펴보기로 한다.

## II. 本論

### 1. 『內經』에 나타난 調神의 기본 개념

調神이라하면 고대로부터 精·氣·神의 養生가

1) 洪元植: 『精校黃帝內經素問』, 서울 東洋醫學研究院出版部, 1985, p. 46 “帝曰: 願聞要道. 岐伯曰: 治之要極, 无失色脈, 用之不惑, 治之大則. 逆從到行, 標本不得, 亡神失國. 去故就新, 乃得真人. 『素問·移精變氣論』”

2) 앞의 책, 『精校黃帝內經素問』 p. 46 “帝曰: 余聞其要於夫子矣, 夫子言不離色脈, 此余之所知也. 岐伯曰: 治之極於一. 帝曰: 何謂一. 岐伯曰: 一者, 因得之. 帝曰: 奈何. 岐伯曰: 閉戶塞牖, 繫之病者, 數問其情, 以從其意, 得神者昌, 失神者亡. 『素問·移精變氣論』”

운데 神에 대한 양생을 강조하는 뜻으로 사용되었고, 形體를 調養하는 ‘養形’에 대응하는 의미로서 ‘養神’으로도 표현되었다. 이것이 養生書나 醫書에서는 내면의 정신적·도덕적 수양과 그에 의한 욕망과 감정의 조절, 그리고 四時의 변화규율에 순응해가는 의식의 훈련 등의 의미로 나타났으며, 氣功學에서는 인체 內外的 氣를 운용하기 위한 凝神, 意念을 뜻하는 의미로 쓰였다.

여기서 神이라 함은 넓게는 인간의 총체적인 생명활동의 근본이치를, 좁게는 인간의 정신활동을 의미하는 것으로서, 五神(魂, 神, 意, 魄, 志)과 五志(怒, 喜, 思, 悲, 恐) 등이 모두 神의 의미에 포함되는 것으로 볼 수 있다.<sup>3)</sup> 이렇게 볼 때 調神의 의미는 단지 치우친 감정이 폭발되는 것을 조절하거나 마음을 편안히 하는 것만을 뜻하는 것이 아니라 인체 생명활동의 근간을 이루는 활동을 포괄하는 것으로서 정신양생과 神의 조절을 통한 질병 치료를 뜻하는 것으로 볼 수 있다. 『內經』에서는 調神에 관한 내용이 반드시 ‘調神’이라는 용어로 표현된 것은 아니지만 다음과 같이 여러 편에서 調神의 기본적 개념을 나타내고 있다.

#### 1) 天人相應

『靈樞·邪客』에서는 “人與天地相應者也”라 하여 한의학의 기본 사상인 天人相應思想을 말하고 있다. 이는 天地로 대표되는 자연계의 무형의 精氣神이 인체의 精氣神과 그대로 상통함을 말하는 것으로 『素問·生氣通天論』에서는 “蒼天之氣, 清淨則志意治”라고 하였다. 여기서 ‘蒼天之氣’는 하늘로부터 부여받은 기운이니 곧 五神을 말하는 것이고 清淨이라 함은 五神이 욕심에 가리지 않아서 맑고 깨끗하다는 것을 뜻한다. 그리고 神明이 본질적인 측면에서 精神의 본성을 말하였다면 志意는 발휘하여 작용하는 운용적인 측면의 精神을 말하는 것<sup>4)</sup>이라고 볼 수 있는데, 생명력의 근

3) 丁彰炫 박사학위논문: 神에 대한 研究 - 『황제내경』을 중심으로 -, 경희한의대 논문집 제19권 제2호 1996, p. 221.

4) 朴贊國: 『懸吐國譯 黃帝內經素問注釋(上)』, 서울 慶熙大學校 出版局, 1998 p. 37

원인 정신을 자연으로부터 부여받아 私慾에 가리 어지지 않으면서 자연의 음양변화 이치를 자신의 음양변화로 구체화시키는 과정을 제대로 이루어 낼 때 인체는 정상적인 생리에 의해 건강을 유지할 수 있음을 말하고 있는 것이다. 부연하자면 우주의 정신이 淸淨하듯 사람의 정신이 우주정신을 본받아 청정을 유지할 때 九竅은 제대로 소통되고 肌肉은 막히지 않으며 衛氣의 순환이 제대로 이루어져 外邪로부터 인체를 제대로 보호할 수 있는 것이다<sup>5)</sup>. 또한 『素問·四氣調神大論』에서는 “天氣, 淸淨光明者也, 藏德不止, 故不下也”라고 하였는데 여기서 天氣는 우주의 무형의 정신을 표현한 것으로 淸淨光明은 바로 우주의 정신의 본체를 나타내는 것이니, 상기한 내용과도 그대로 통하는 것이다.

또한 『素問·陰陽應象大論』에서 “天地之動靜, 神明爲之綱紀, 故能以生長收藏, 終而復始”라고 표현하듯이 천지만물에 나타나는 음양운동 규율의 주체가 바로 天의 神明, 즉 우주정신으로 보는 것에서도 그 뜻은 이어지고 있다. 또한, 『素問·生氣通天論』에서 “陰平陽秘, 精神乃治 陰陽離決, 精氣乃絕”라고 하여 음양의 조화 즉 천지의 변화규율이 육체에서도 정상적으로 구체화되어야 정신이 잘 다스려질 수 있음을 말하고 있다. 이와같이 天人相應이라는 『內經』의 기본사상은 天地와 인체의 정신에 있어서도 그대로 이어지고 있으며 天地의 정신이 맑고 私慾이 없듯이 인간의 정신도 그것을 본받으면 자연의 음양 변화의 규율이 잘 體化되어 질병을 예방하고 치료할 수 있는 근거가 마련됨을 밝히고 있다.

## 2) 形神의 상호관계 - 神을 더욱 중시하는 形神合一 사상

形神合一 또한 한의학의 기본 사상으로서 『素問·上古天真論』에서는 “形與神俱”라고도 표현했는데 이는 精神과 肉體의 통일을 의미한다. 즉

5) 앞의 책, 『精校黃帝內經素問』, p. 16 “蒼天之氣, 淸淨則志意治, 順之則陽氣固, 雖有賊邪, 弗能害也. 此因時之序. 故聖人傳精神, 服天氣, 而通神明. 失之則內閉九竅, 外壅肌肉, 衛氣散解, 此謂自傷, 氣之削也”

육체가 건강하여야 精神活動이 정상적으로 이루어질 수 있고 生理機能도 정상적으로 이루어지며, 精神活動이 왕성하여야 육체의 건강을 촉진할 수 있다는 것이다. 올바른 精神作用은 五臟의 활동에 기반을 두고 있지만 이 五臟의 작용 또한 각각의 五臟神에 의해 움직이고, 이 五臟神은 모두 心藏神에서 통솔되므로 神을 藏하고 있는 心을 君主라 칭하는 것도 바로 이러한 이유에서이다. 또한 『素問·五常政大論』에서 “神去則機息”이라 하고, 『靈樞·本臟』에서는 “人之血氣精神者, 所以奉生而周於性命者也”라고 하여 精神이 形體를 調節하며 인체의 건강과 질병발생에 중요한 영향을 미친다고 강조하였다. 神明이 비록 精氣로부터 化生되는 것이지만 오히려 精氣의 활동을 지배하며 形과 神은 상호의존하고 상호영향을 미쳐 상호협조 평형의 상태를 이룰 때 生命活動이 정상적으로 이루어질 수 있음을 충분히 인식하였다.

그러나, 形神合一이라는 목표 아래에서도 육체적 養生(養形)보다 精神의 조절을 더욱 중요시 하였으니 “육체는 神이라는 집주인이 거처하는 집의 의미이다.”<sup>6)</sup>라는 표현은 그 단적인 예이다. 『東醫寶鑑·身形』에서는 “옛적에 神聖한 의사들은 사람의 마음을 다스려서 병이 나지 않게 하였다. 지금 의사들은 단지 사람의 병만 치료할 줄 알고 마음을 다스릴 줄은 모른다. 이것은 근본을 버리고 끝을 좇는 것이며 원인을 찾지 않고 나타난 증상만을 치료하여 병을 낮게 하려고 하는 것이니 어리석은 일이 아닌가!”<sup>7)</sup>라고 하여 ‘治病必求於本’의 뜻을 ‘療人之心’에서 궁구한 것으로도 그 뜻을 확인할 수 있다. 또한 구체적 치료법인 鍼法에 있어서도 『素問·寶命全形論』에서 “一曰治神, 二曰知養身”라 하여 침법에 있어 시술자의 調神을 가장 중요시 하였다. 이와같이 한의학의 기

6) 蕭天石 : 道家養生學概要, 台北, 自由出版社, 1979. p. 246. “心爲神之主 形爲神之宅.”

7) 許浚, 『東醫寶鑑』, 서울, 南山堂 影印, 1991 p. 75. “古之神聖之醫, 能療人之心, 預使不治於有疾, 今之醫者, 惟知療人之疾而不知療人之心, 是由捨本逐末, 不窮其源而攻其流, 欲求疾愈, 不亦愚乎”

본 사상이 形神合一로 대표되지만 그 중에서도 특히 神을 잘 보존하고 조절하는 것에 대해 좀 더 중시된 것을 살펴볼 수 있다.

### 3) 五神의 所在 부위와 四時의 調神

素問·宣明五氣篇에서는 “心藏神, 肺藏魄, 肝藏魂, 脾藏意, 腎藏志, 是謂五臟所藏”라 하여 五神이 五臟에 각각 局在함을 밝히고 있다. 본래 五臟神은 道家에서 여러 神이 신체 각부위에 국재함을 설정함에서 비롯<sup>8)</sup>되었으며 오장의 五神도 心藏神의 분화된 형태로 볼 수 있는데, 『素問·靈蘭秘典論』 “心者, 君主之官也, 神明出焉 故主明則下安”에서도 心의 통솔적 위치를 표현하고 있고, 『東醫寶鑑·神』에서도 “神이 七情을 거느리므로 신이 상하면 병이 된다. 心은 神을 간직하고 온몸의 군주가 되어 七情을 통솔하고 온갖 일을 다 처리한다. 칠정이란 기뻐하는 것, 성내는 것, 근심하는 것, 생각하는 것, 슬퍼하는 것, 놀라는 것, 무서워하는 것들이다. 또한 魂, 神, 意, 魄, 志는 신이 주관하기 때문에 역시 신(神)이라고 한다.”<sup>9)</sup>이라 하여 心藏神이 七情의 情志변화를 통솔함을 밝히고 있다.

또한 『素問·陰陽應象大論』에서 “人有五藏, 化五氣, 以生喜怒憂悲恐”, “肝在志爲怒, 心在志爲喜, 脾在志爲思, 肺在志爲悲, 腎在志爲恐”이라 하여 七情과 五臟의 관계를 표현하였는데 이는 감정의 변화에 의한 기운의 변화가 五臟에서 나오는 기의 흐름과 類比하여 배속하게 된 것이다. 情志는 五臟이 나누어 주하기 때문에 情志가 太過하면 상응되는 臟腑에 손상을 입히게 된다. 같은 편에서 ‘怒傷肝’, ‘喜傷心’, ‘思傷脾’, ‘憂傷肺’, ‘恐傷腎’이라고 한 것이 그것이다. 이러한 부분은 神의 위치 설정과 그와 연관된 五志의 過極에 의해 五臟의 생명력[五神]이 삭감됨을 공간적으로 밝힌 것

이며, 시간적 변화에 따른 調神에 관한 부분은 다음과 같이 밝히고 있다.

흔히 四季의 氣候에 따라 衣食住의 調節에 注意해야 한다는 것은 六氣의 변화를 육체적으로 직접 느낄 수 있으므로 쉽게 수궁이 되지만, 四時 變化에 따라 調神해야 한다는 것은 상대적인 거리감을 느끼기 마련이다. 이러한 四時의 시간적 변화에 따른 調神의 큰 틀은 『素問·四氣調神大論』에서 春, 夏, 秋, 冬에 각각 우주의 변화규율인 養生, 養長, 養收, 養藏之道에 맞도록 인간의 마음을 연습하는 것과 그것이 잘 이루어지지 못하였을 때의 질병 발생 상황도 밝히고 있다. 봄에는 만물이 발생하는 生氣에 상응하도록 “以 使志生, 生而勿殺, 予而勿奪, 賞而勿罰”이라고 표현했으니, 실생활에서의 행동이야 당연한 현실에 맞게 조절해야겠지만 봄에는 항시 우주의 봄의 정신에 맞게 인간의 마음도 생명력을 잘 펼 수 있도록 연습 해야함을 말하는 것이다. 또한 “逆之 則傷肝, 夏爲寒變, 奉長者少” 라고하여 調神의 不調和가 관련된 五臟의 질병을 유발함은 물론이고 순차적인 질병의 전변까지 이어짐을 밝혔다. 그리고 계절에 운행되는 우주의 정신을 ‘명령처럼 받든다’<sup>10)</sup>는 뜻에서 ‘奉長’이라고 표현했듯이, 四시에 따른 調神에서도 우주의 변화규율을 인체에 구체화 시키는 天人相應의 이치를 그대로 드러내었다. 또한 여름에는 만물이 무성하게 자라는 시기에 상응하도록 “使志無怒, 使華英成秀, 使氣得泄, 若所愛在外”이라고 하였으며, 가을에는 모든 사물이 수렴하여 풀어두었던 마음을 거두어들이는 때이니 “使志安寧, 以緩秋刑, 收斂神氣, 使秋氣平, 無外其志”라고 하였고, 겨울에는 가을에 비축한 것으로 冬眠에 들어가듯 “使志若伏若匿, 若有私意, 若已有得”이라 했으니 이는 모두 우주의 변

8) 가노우 요시미즈 著, 한국철학사상연구회 기철학분과 譯; 중국의학과 철학, 서울 여강출판사 1992 p. 212

9) 앞의 책, 『東醫寶鑑』 p. 95. “神統七情 傷則爲病 心藏神 爲一身君主 統攝七情 酬酢萬機 七情者喜怒哀思悲恐也 又魂神意魄志以爲神主故亦皆名神也.”

10) 앞의 책 『懸吐國譯 黃帝內經素問注釋(上)』 p. 27 “事物이 生命活動을 유지하도록 하늘로부터 長하라고 부여받은 명령을 말한다. 『上古天眞論』의 天癸와 비교한다면, 天癸는 아주 비밀스러워 잘 드러나 보이지 않는 하늘의 명령이며, 生, 長, 收, 藏은 누구나 알 수 있고 쉽게 보이는 일반적인 명령이라 할 수 있다. 사물들이 生, 長, 收, 藏하라는 명령을 하늘에서부터 부여받기에 ‘받든다 [奉]’라고 말하였다.”

화 흐름에 순—하도록 마음을 연습하는 방법을 제시한 것이다. 그리고 『素問·五運大論』에서는 “從其氣則和, 違其氣則病”이라 하여 自然과 人間과의 상응관계를 강조하고 있다. 봄에는 자연계의 陽氣가 始生하므로 人體의 氣機가 활발해지고 여름에는 自然계의 陽氣가 旺盛해지므로 人體의 기운도 外浮하고, 가을이 되면 自然계의 陽氣가 收斂하므로 人體의 기운도 肅降하며, 겨울에는 自然계의 陽氣가 潛藏하므로 인체도 그에 상응하게 되니, 인간의 精神 또한 자연계의 기운과 상응하여 계절에 순응하여 調神하여야 함을 밝힌 것이다.

#### 4) 診斷과 治療 원칙으로의 得神과 調神

『素問·上古天真論』에서 “精神內守, 病安從來”라고 말한 것은 調神이 질병 예방의 기준이 됨을 단적으로 표현한 밝힌 것이라면, 『素問·移精變氣論』에서 “得神者昌, 失神者亡”이라한 것은 질병의 진단에 있어서 神을 중요시함을 밝힌 것이다. 환자의 질병 발생의 원인이나 정황 등으로 병리기전을 완전히 파악한 상태를 ‘得神’이라고 표현하고 진찰의 大綱을 말한 것이라면, 『素問·疏五過論』에서 진찰시에 환자의 貧富, 性格, 年齡, 性別, 勇怯등의 제반사항을 정확히 파악하고, 특히 精神上 變化를 일으키는 社會地位의 변화 등을 살펴 정확한 병의 原因을 診斷하여야 함을 강조하는 부분은 좀더 구체적으로 밝혀놓은 부분이다.<sup>11)</sup> 治療方面에서는 『靈樞·師傳』에서 약물치료의 효과가 좋지 않은 환자나 精神情志의 질병이 있는 患者들은 精神의 安靜시키는 것이 가장 重要하다고 보았다. 이는 의사가 患者의 심리를 잘 파악한 뒤에 疾病이 잘 낫지 않는 理由를 자세히 說明하고 질병과 싸워 이기려는 자신감을 증가시키면 治療효과를 높일 수 있다는 것이다.<sup>12)</sup> 병을 갖고 있는 사람들은 흔히 낙심하기 쉽

고 소극적인 자세를 갖게 된다. 질병치료에 自信을 잃으면 정신적 방어력이 무너져서 藥物, 鍼灸의 각종 治療방법도 효과를 얻기 어렵다. 『素問·舉痛論』에 “喜則氣和志達, 榮衛通利, 故氣緩矣”라 하여 마음이 즐거우면 氣血이 宣通하여 신진대사가 원활하게 된다고 하였으며, 『素問·湯液醪醴論』에서는

“黃帝께서 말씀하시기를, 무엇을 일러 神을 부리지 못한다고 합니까? 岐伯이 말하기를, 鍼石은 道이거늘, 精神을 차리지 않아서 志意가 다스려지지 않기 때문에, 병이 나올 수 없습니다. 지금에 精이 무너지고 神이 떠나가서 營衛之氣를 가히 다시 거둘 수 없는 것은 어째서입니까? 즐기고 욕심내는 것이 끝이 없어서 근심 걱정이 그치지 않으니, 精氣가 늘어지고 무너져서 營氣가 영키고 衛氣가 없어지기 때문에, 故로 神이 떠나가서 병이 낫지 않습니다.”<sup>13)</sup>라 하여 의사와 환자의 마음가짐에 있어 勸善을 다하는 정신적 자신감이 질병치료에 미치는 영향을 밝히고 있다. 앞부분의 ‘精神不進, 志意不治’는 의사의 올바른 정신적 상태에서 ‘환자의 志意’가 제대로 다스려질 수 있음을 말한 것이고, 후자의 ‘今精壞神去, 營衛不可復收’는 환자입장에서 표현한 것이다<sup>14)</sup>. 이러한 환자의 情志변화에 따라 적절한 방법과 위로를 통하여 질병에 대한 환자의 소극적 마음을 전환시켜야 하는데 이것이 바로 마음의 병은 마음으로 다스려야한다는 의미이다.

## 2. 調神을 통한 구체적인 질병 치료 방법

12) 洪元植 : 『精校黃帝內經靈樞』, 서울 東洋醫學研究院出版部, 1985 p. 164. “胃欲寒飢, 腸欲熱飲, 兩者相逆, 便之奈何? 且夫王公大人, 血食之君, 驕恣從欲, 輕人而無能禁之, 禁之則逆其志, 順之則加其病, 便之奈何? 治之何先? 岐伯曰 人之情, 莫不惡死而樂生, 告之以其敗, 語之以其善, 導之以其所便, 開之以其所苦, 雖有無道之人, 惡有不聽者乎”

13) 앞의 책『精校黃帝內經素問』 p. 49. 帝曰 何爲神不使? 岐伯曰 鍼石, 道也. 精神不進, 志意不治, 故病不可愈. 今精壞神去, 營衛不可復收 何者? 嗜欲無窮, 而憂患不止, 精氣弛壞, 營泣衛除, 故神去之而病不愈也.

14) 앞의 책『懸吐國譯 黃帝內經素問注釋(上)』p. 226

11) 앞의 책 『精校黃帝內經素問』 p. 313. “診有三常, 必問貴賤, 封君敗傷, 及欲侯王. 故貴脫勢, 雖不中邪, 精神內傷, 身必敗亡; 始富後貧, 雖不傷邪, 皮焦筋屈, 痿瘳爲癰. 醫不能嚴, 不能動神, 外爲柔弱, 亂至失常, 病不能移, 則醫事不行. 此治之四過也.”

대한한의사협회에서 2001년 9월에 발행한 ‘한국한의표준의료행위분류’를 살펴보면 ‘再活 및 處置’ 목차 아래에 ‘氣功療法’과 ‘精神治療’ 그리고 ‘心身調整術’이라는 작은 목차 아래 세부사항이 고유한 항목번호와 함께 소개<sup>15)</sup>되어 있는데, 해당 氣功療法 6종류<sup>16)</sup>는 치료범위나 發功治療의 방법에 따라서 분류를 하였고, 心身調整術은 太少陰陽 四象人의 性情 偏急과 행동수정을 통한 치료법을 말하고 있으며, 정신치료법으로는 다음과 같이 소개하고 있다.

[精神治療]

4502.00 移精變氣療法

정(精)을 옮기고 기(氣)를 변화시킨다는 의미를 가지고 있다. 즉 기분전환을 시킨다는 뜻이므로 환자의 기분을 변환시켜 병을 치유시키는 방법.

4502.05 至言高論療法

상담의 방법을 이용하여 치료하는 법으로, 상대에 대해 보충, 설득, 재교육 등으로 안정시켜서 자신을 되찾도록 용기를 주는 방법.

4502.10 驚者平之療法

불안이나 증상을 일으키는 원인으로서의 자극을 약한 것으로부터 순차적으로 강한 자극을 주어 이들 자극에 익숙해지게 함으로써 증상을 해소시키는 방법.

4502.15 五志相勝爲治療法

감정 상호간의 관계, 오행의 상생상극의 이론을 심리요법에 응용하여 감정으로 생긴 환자의 질병을 감정을 통하여 역동적으로 치료하는 방법.

4502.20 自律訓練法

15) (사) 대한한의사협회 : 한국한의표준의료행위분류 서울, 2001 pp. 125-128

16) 功法指導對症療法, 功法指導全身療法, 媒體經遊發功治療, 接觸發功治療, 非接觸發功治療, 特殊發功治療

주의집중과 자기암시의 연습을 거듭함으로써 전신을 이완시키고 이것을 통하여 심신의 상태를 조정하는 방법으로 요가의 방법과도 통합.

4502.25 筋弛緩法

전신의 근육의 긴장과 이완이라는 방법을 이용한 전신의 긴장 해소를 통하여 심신의 안정을 도모하는 방법.

4502.30 音樂療法

음악을 통하여 인체의 질병을 치료하는 행위로 음악의 특정한 주파수를 이용하여 인체의 질병을 치료하고 또한 심리적으로 잡념을 없애고 감동을 주고 마음을 안정시켜 기를 진정시키고 인체의 신진대사를 원활하게 함.

4502.35 娛樂療法

놀이를 치료수단으로 하는 방법이다. 일반적으로 아동의 정서장애의 치료에 사용된다. 놀이요법의 치료원리는 치료자가 놀이를 모체로 한 치료관계 중에서 놀이에 투영되는 환자의 심리적 갈등을 읽으면서 환자의 정서를 해방시켜 가는 것이다.

4502.40 美術療法

회화를 감상한다던가 직접 그림을 그림으로써 정신을 조절하고 형체를 단련하는 방법

4502.45 家族治療

신경정신과 질환 중 가족이 질환의 원인이 되거나 치료에 있어 가족의 도움이 반드시 필요한 경우 해당가족과의 상담 및 교육을 시행한다.

한의학회에서 검토된 위의 내용을 살펴보면 제도권에서의 필요에 의하여 분류된 것이므로 상당히 포괄적 설명을 담고 있는 것이 사실이며, 분류의 주된 기준이 정신분과학회에서 이루어졌으므로 그 내용은 한방신경정신과 교과서를 중심으로 하되 서양 심리학에서의 정신요법 내용이

같이 포함되어있고 사상의학에 관한 부분까지 포함하고 있다.

여기에서 ‘자율훈련법’은 그 실제 내용을 보면 기공수련에서의 凝神, 意念의 작용, 미국 의사 Carl Simonton의 이미지요법<sup>17)</sup> 등과도 그 원리에 있어 일맥상통함을 느끼게 한다. 또한 중국 醫案에서는 또 거의 흡사한 치료법이 다른 이름으로 소개<sup>18)</sup>되고 있으나 그 근본이 크게 차이 나지는 않으며, 다만 수련방법에 따라서 좀 더 육체의 자세나 반응을 중시하느냐 그렇지 않으면 의식의 흐름을 좇아서 의지를 가진 생각[意念]에 무게를 두느냐의 차이이다. 그리고 ‘이완요법’은 최면요법의 前단계에 시행하는 것으로 주로 교육되어지는데 구태여 최면요법의 준비단계가 아니더라도 상담을 포함한 정신요법 전반에 기초를 이루는 것이라는 것은 周知된 바이다. 그리고 오락·미술 치료는 서양 심리학에서 좀더 기반을 둔 것이며, 가족치료는 『內經·方盛衰論』에서 ‘不失人情’이라 한 것처럼 환자에게 영향을 줄 수 있는 상황 중에서도 가장 밀접한 영향을 끼치고 치료에 도움을 줄 수 있는 가족에 대한 중요성을 치료 요건에 둔 것으로 요약할 수 있다.

이러한 방법들은 나름대로 또하나의 방법적 틀을 구성하는데 이번 논문에서는 祝由, 移精變氣, 至言高論, 五志相勝, 音樂治療法, 氣功療法에 대해 알아보고 현대적 재해석이나 현실적 대안을 개괄적으로 살펴보기로 한다.

#### 1) 祝由療法 - 의학의 기원과 후대의 합리적 해석

‘인류가 존재한 이래로 자연에 대한 두려움은 종교로 발전되고, 자연에 대한 궁금증은 과학으로 발전한 것이다’라고 하는 말이 있듯이, 인류의

17) 칼 사이몬튼은 미국의 방사선과 의사로서 종양에 대한 원인 및 치료에 대하여 종래의 의학적 시각에서 탈피하여 동양의학의 심신관계를 부각시킨 사람으로, 우리나라에서는 『마음의 의학』이라는 제목으로 소개된 저서에서 이미지 요법의 유용성을 밝히고 있다.

18) 張伯華 編著：中國傳統醫學叢書『中醫心理學』北京科學出版社 1995 p. 199. 張伯華는 ‘內觀靜養療法’이라는 이름으로 소개하고있다.

가장 오래된 두려움의 대상인 질병에 대한 관념도 보이지 않는 외부 의식<sup>19)</sup>에 대한 자연스런 畏敬으로 이어진 것이 역사적인 사실이다. 예를 들어 甲骨文 卜辭에 보면 상나라의 제왕이었던 武丁이 치아와 혀에 병이 들었을 때 조상신인 父乙과 亡母庚에게 胄을 기원하며 胄을 행하는 것이 그 대표적인 예라 하겠다<sup>20)</sup>. 본래 ‘祝’자는 祭主가 하는 기리는 말을 뜻했는데, 후대로 오면서 祝은 呪(혹은 咒) 즉 주문이나 저주의 뜻으로도 확대<sup>21)</sup>되므로 이렇게 본다면 胄유라는 뜻은 빌거나 기도하거나 대상에게 저주를 내리는 주문이나 부적 등의 방법으로 병을 치료하려는 방법을 통틀어 말하는 것이다.

이러한 胄유의 내용이나 형식은 단순히 대상에 대하여 질병의 胄유를 비는 등의 소극적인 방법에서 더욱 적극적으로 의식 거행이나 특정 기물을 사용한다든지 符禁式 방식이 나타나고 내용에 있어서도 대상에 대한 악담이나 위협 등의 방식으로 다양하게 나타나게 되는데, 이러한 예는 마왕퇴 백서 중 오십이병방, 양생방, 잡료방, 태산서 등에 산재되어 있으며, 그 내용이 질병 종류에 대한 치법으로 볼 때 거의 30%에 가까운 胄유의 형식을 나타내고 있으므로 상당히 많은 부분을 차지했음을 알 수 있다. 이렇듯 祝由의 빈번한 사용에 대해서 周一謀는 마왕퇴 백서에 胄유 처방이 많은 까닭으로 다음의 두가지를 제시하고 있다.

첫째는 질병에 관한 인식이 부족하여 胄유를

19) 귀신이라는 용어로 사용하지 않고 ‘외부의식’이라고 한 자가 임의로 표현한 것은 道家의 神에 대한 관점에서 볼 때 개체내부의 신(예를 들어 『黃庭經』에서 제시한 五臟에 局在하는 神)과 개체 외부에 있다고 설정한 신이 있는데, 각각에 설정한 신들은 의식 각성의 층차에 따라서 高下가 나누어지므로 최하급의 귀신에서부터 최고경지의 天神까지 차등이 있으며, 또한 외부의식은 반드시 점유하고있는 형체를 갖추는 것이 필요조건은 아니라는 것을 표현한 것이다. 또한 『黃庭經』에서 말하는 五臟의 신은 五臟에 저장되어있는 精, 즉 五臟의 생명력으로 이해할 수 있다.

20) 周一謀 著 金南一 印昌植 共譯；고대 중국의학의 재발견, 서울 법인문화사, 2000 p. 387에서 재인용. “武丁病齒 祭于父乙 以求賜愈. 武丁病舌 祈于亡母庚”

21) 앞의 책. 고대 중국의학의 재발견, p. 387

주로 행하던 것이 西周시대에 오면서 天子의 지위하락과 함께 神의 관념이 흔들리고 결과적으로 축유가 도태되어 가게 되는데, 남방 일대에서는 이러한 서주의 영향을 비교적 적게 받았으며 오십이병방이 楚나라 사람의 저작이라는 尙志鈞의 견해에 입각하여 지리적 조건으로 다른 지역에 비하여 축유의 비중이 높다는 것이다. 둘째는 축유 자체가 심리적 안정을 유도하는 일정의 심리요법으로 보는 것이다.<sup>22)</sup>

특히 후자는 축유를 원시정신요법으로 인정하는 관점이 강한데 이러한 견해는 다른 학자들도 공유하는 부분이다.<sup>23)</sup>

사실 ‘醫’라는 글자 자체만 보아도 의학의 기원이 ‘巫’라는 근거를 대변해주기도 하는데, 의사학적으로도 隋代에 太醫署 안에 祝禁博士 2인을 두어서 공인하게 된 이후로<sup>24)</sup>, 唐代에는 禁呪生, 禁呪工, 呪禁師로 세분되고 宋代에는 禁科로 나타나며, 金元代에는 祝由科, 禁科로 13과 분류에 속하다가 明代에 이르기까지도 太醫院 13과 안에 祝由科를 둔 이후 1571년 13과를 11과로 개편하면서 비로소 祝由科가 제거된 사실<sup>25)</sup>을 보면 축유가 약의 처방과 같이 이루어졌음을 인정하더라도 일고의 여지도 없이 사라진 것이 아니라 당시 질병관에 상당한 부분을 차지한 것이라 하겠다. 다음과 같은 清代의 徐靈胎의 의론은 이러한 부분을 잘 보여주는 부분이다.

“사람이 사기를 받을 때에는 반드시 그것을 받는 곳이 있으니, 부르는 것이 있으므로 응하여 오는 것이다. 무릇 사람의 정신이 완고하면 外邪가 감히 범할 수 없으나 그 외사를 제어하는 바가 虧損되면 그것을 업신여기는 것들이 모이게 된다. 질병에는 귀신이 붙은 경우가 있어, 어리석은 자는 귀신이 실제로 사람에게 禍를 끼쳤다고

여기고, 이치에 밝다고 하는 자는 病情이 이와 같을 뿐이고 귀신이라는 것은 없다고 하는데, 두 사람 모두 틀린 것이다.

무릇 귀신은 풍한서습의 사기와 같은 것일 뿐이니, 衛氣가 허하면 寒邪를 받고 營氣가 허하면 熱邪를 받듯이, 神氣가 허하면 귀신을 받는 것이다. 사람의 神은 陽에 속하니 양이 쇠약해지면 귀신이 붙게 된다. 『內經』에 五臟의 병이 오색의 귀로 나타난다고 한 부분이 있고 『難經』에서도 ‘탈양자는 귀신을 본다’<sup>26)</sup>고 하였다.” 『醫學源流論·病有鬼神論』<sup>27)</sup>

또한 徐靈胎가 말하는 ‘『內經』에 五鬼에 대한 부분’이라고 한 것은 바로 『素問·刺法論』에서 인체의 神氣가 虛해졌을 때 들어오는 전염병성 邪氣[疫氣]에 대한 부분을 말하는 것<sup>28)</sup>인데, 이 부분에 대해서는 외부의식에 대한 『內經』의 긍정적 입장 표현이라기 보다는 ‘不相染者, 正氣存內, 邪不可干, 避其毒氣’라는 부분에서 보듯이 정기의 중요성을 강조하고 전염병을 일으키는 毒氣에 대한 對稱으로 尸鬼나 鬼神을 표현 하였을 따름이고 침으로 치료하려는 시도 역시 『內經』의 외부의식에 대한 부정을 표현한 것이라고 보는 견해<sup>29)</sup>가 지배적이다. 그리고 서영태는 『醫學源流

26) 重陽者狂, 重陰者癡, 脫陽者見鬼, 脫陰者目盲. 『難經·20 難』

本問詳白: 難經之研究, 일본 正言出版社, 1965 p. 139

27) 徐靈胎 著 江忍庵 增批: 徐靈胎醫書全集, 臺北 五洲出版社, 1981 p. 71

28) 앞의 책 『精校黃帝內經素問』 p. 285. “黃帝問曰 人虛即神遊失守位, 使鬼神外干, 是致天亡, 何以全真, 願聞刺法. 岐伯稽首再拜曰 昭乎哉問! 謂神移失守, 雖在其體, 然不致死, 或有邪干, 故令天壽. 只如厥陰失守, 天以虛, 人氣肝虛, 感天重虛, 即魂遊於上, 邪干厥大氣, 身溫猶可刺之, 刺其足少陽之所過, 次刺肝之俞. 人病心虛, 又遇君相二火司天失守, 感而三虛, 遇火不及, 黑尸鬼犯之, 令人暴亡, 可刺手少陽之所過, 復刺心俞. 人脾病, 又遇太陰司天失守, 感而三虛, 又遇土不及, 青尸鬼邪犯之於人, 令人暴亡, 可刺足陽明之所過, 復刺脾之俞. 人肺病, 遇陽明司天失守, 感而三虛, 又遇金不及, 有赤尸鬼干人, 令人暴亡, 可刺手陽明之所過, 復刺肺俞. 人腎病, 又遇太陽司天失守, 感而三虛, 又遇水運不及之年, 有黃尸鬼干人正氣, 吸人神魂, 致暴亡, 可刺足太陽之所過, 復刺腎俞.”

29) 丁軫炫: 鬼神에 대한 『黃帝內經』의 입장, 대한원전학회지 10권 2호 1997 p. 89

22) 앞의 책. 고대 중국의학의 재발견. pp. 393-408

23) 가노우 요시미츠 著, 한국철학사상연구회 기철학분과 譯; 중국의학과 철학,

서울 여강출판사 1992 p. 260

24) 洪元植: 中國醫學史, 서울 東洋醫學研究院, 1984 p. 107

25) 앞의 책 中國醫學史 pp. 107, 108, 139, 192 234

論·祝由科論』에서는 다시 ‘存而不論可也’<sup>30)</sup>라고 하여 『內經』이 어떠한 입장을 나타내는지에 대해 다시금 설명해주고 있다.

이러한 것은 멀리 중국을 보기전에 현재에도 임상서로 가치를 인정받는 우리나라의 『東醫寶鑑』을 보더라도 「邪祟」나 「救急門」의 내용이나 「婦人門」의 催生符 符籙 등을 보면 『東醫寶鑑』 자체가 道家의 영향을 많이 받은 醫書임을 인정함과 동시에 축유나 외부의식에 대해 일정 정도의 견해를 밝히고 있음을 확인 할 수 있다. 그러나 한 의학의 기본이론을 제시한 『內經』을 보면 축유 자체를 부정하는 것은 아니지만 그 한계성에 대해서는 분명한 선을 긋고 있으며, 다음과 같은 내용은 그 입장을 대변하고 있다.

“黃帝께서 물어 말씀하시기를, 내가 듣건대, 옛날의 病을 치료하는 것은 오직 精을 옮겨 氣변화시키기만 하였으므로 祝由만 하여도 나올 수 있었다고 하는데, 지금 세상의 病을 치료하는 것은 毒藥으로 그 안을 다스리고 鍼石으로 그 밖을 다스리는 데도 혹은 낫기도 하고 혹은 낫지 않기도 하는 까닭은 무엇 때문입니까? 岐伯이 대답하여 말하기를, 往古에는 사람들의 마음이 편안하고 고요한 세상으로, 邪氣가 깊이 침입할 수 없기 때문에 독약이 능히 그 안을 치료할 수 없고 침석이 그 밖을 치료할 수 없었습니다. 그러므로 정을 옮기고 병의 살마리를 빌어서 풀어주어야 낫게 할 수 있었습니다.”<sup>31)</sup>

이상과 같이 祝由가 적용될 수 있는 부분은 邪氣가 깊이 침투하지 못하거나 사기가 들어와도 병사가 깊지 않은 경우로 한정하였으며, 몸이 약하거나 병사가 깊은 경우에는 사용할 수 없다고

하였다. 또한 『內經』에서는 외부 의식에 대해서도 대체로 부정하는 관점<sup>32)</sup>이 주를 이루고 있고, 짧은 부분이나마 언급되는 부분에 있어서도 구체적이거나 자세한 언급은 보이지 않는다.<sup>33)</sup> 다만 『靈樞·賊風』에서는 祝由만으로도 질병치료가 되는 경우에 대해서 “先巫者, 因知百病之勝, 先知其病之所從生者, 可祝而已也.” 라고 하여 祝由에 대하여 강한 부정도 하지 않음을 알 수 있다. 어느 정도의 이러한 『內經』의 축유에 한계성에 대한 규정과 합리적 질병관으로의 해석은 후대 침과 약을 주로하여 질병을 치료하는 의론을 떠나가는 근거를 마련하는 계기가 된 것이 뚜렷한 사실이기도 하며, 축유라고 하면 무조건 빌기만 하는 것이 아니라 침, 약에 대해서 같이 병용한다는 것을 살펴볼 수 있는 것이다. 그리고 나아가 吳鞠通的 저서 『醫醫病書·治內傷須祝由論』에서 주장하는 다음과 같은 의론은 축유에 대한 해석이 후대에 아주 폭넓게 전개됨을 알 수 있다.

“『素問』에 나오는 祝由 두 글자를 살펴보면 ‘祝’은 ‘고하여 알람’을 뜻하고 ‘由’는 병이 나타나게 된 원인을 말하는 것이다. 후세에 巫家를 祝由科로 삼아서 13과 중의 하나로 아울러 열거하였는데, 『內經』에서 이르기를 ‘무당을 믿고 의사를 믿지 않는 자는 치료하지 못한다.’라고 하였으니 어찌 가히 醫科로 열거 하겠는가? 나는 ‘무릇 內傷을 치료하는 경우에는 반드시 먼저 祝由를 해야한다’고 말한다. 대개 병이 유래된 바를 상세히 알려서 환자로 하여금 그것을 알게하고 다시 (그 원인을) 범하지 않도록 해야한다. 또한 (의사는) 반드시 세세하게 풍모나 거동의 변화를 자세히 체득하고, 피로한 사람이나 생각이 많은 여성의

30) 앞의 책 徐靈胎醫書全集, p. 122

31) 앞의 책『精校黃帝內經素問』 p. 46. “黃帝問曰 余聞古之治病, 惟其移精變氣, 可祝由而已. 今世治病, 毒藥治其內, 鍼石治其外, 或愈或不愈, 何也? 岐伯對曰 往古人居禽獸之間, 動作以避寒, 陰居以避暑, 內無脊蒸之累, 外無伸官之形, 此恬儉之世, 邪不能深入也. 故毒藥不能治其內, 鍼石不能治其外, 故可移精祝由而已. 當今之世不然, 憂患緣其內, 苦形傷其外, 又失四時之從, 逆寒暑之宜, 賊風數至, 虛邪朝夕, 內至五藏骨髓, 外傷空竅肌膚, 所以小病必甚, 大病必死, 故祝由不能已也.”

32) 앞의 책『精校黃帝內經素問』 p. 42 p. 97. “拘於鬼神者, 不可與言至德” “五藏別論”, “若夫法天則地, 隨應而動, 和之者若響, 隨之者若影, 道無鬼神, 獨來獨往.” “寶命全形論”

33) 앞의 책『精校黃帝內經靈樞』 p. 253. “黃帝曰: 今夫子之所言者, 皆病人之所自知也. 其母 所遇邪氣, 又母愧惕之所志, 卒然而病者, 其故何也. 唯因鬼神之事乎. 岐伯曰: 此亦有故, 邪留而未發, 因而志有所惡, 及有所慕, 血氣內亂, 兩氣相搏. 其所從來者微, 視之不見, 聽而不聞, 故似鬼神.” “賊風”

숨겨진 감정을 자세히 살펴서, (때로는) 부드러운 말로써 開導시키거나, 엄숙한 말로 놀라 깨치게 하거나 두려워 할만한 말로써 두려워 떨게 하여 환자로 하여금 마음속으로 기뻐서 진실되게 의사의 말을 따르게 한 이후라야 효과가 제대로 나게 되는 것이다<sup>34)</sup>.”

이러한 표현은 아마도 『內經』에서 말하는 脈과 色의 중요성과 더불어 병을 유발하는 주변의 모든 상황을 잘 헤아려야한다는 不失人情的 중요성을 강조하여 ‘治之要極’이 바로 ‘得神’에 歸一한다<sup>35)</sup>는 표현의 중요성을 좀더 부연한 표현으로 이해할 수 있을 것이다.

## 2) 移精變氣療法과 그에 대한 재해석

上記한 「移精變氣論」을 살펴보면 移精變氣라는 자체가 祝由에 의해 가능하다는 것을 밝히고 있는데, 移精變氣라는 말을 살펴보면 요즘의 의미 규정과는 차이가 있음을 살필 수 있다. 즉, 한의 표준의료행위분류의 설명에는 ‘정(精)을 옮기고 기(氣)를 변화시킨다는 의미를 가지고 있다. 즉 기분전환을 시킨다는 뜻이므로 환자의 기분을 변환시켜 병을 치유시키는 방법’이라 하여 이정과 변기를 병렬적 관계로 설정하고, 주된 관심을 환기시키거나 전환시키는 방법적인 해석을 시도하고 있는데 이는 의미의 규정이 상당히 협소해졌음을 느낄 수 있다. 이러한 방식의 移精變氣에 대한 해석은 張伯華의 분류에서도 확인 할 수 있다. “예전에 산동의 양 선생이 설사가 그치지 않는

부주를 치료했다는 소리를 들었다. 양선생이 처음에는 환자를 대하지 않고 환자와 여러 사람과 같이 일일성신의 천체운행도수와 풍운뢰우의 변화를 진시에서 미시까지 이야기 하였는데 환자는 이에 몰두하여 화장실에 가는 것조차 잊었다. 양씨는 일찍이 말하기를 동설이 그치지 않은 사람은 먼저 자기가 좋아하는 일을 물어 보아야한다. 바둑을 좋아하는 사람은 바둑을 두어주고, 음악을 좋아하는 사람은 그와 더불어 생황과 피리를 계속 붙여 주었다.”<sup>36)</sup>

위의 醫案은 『儒門事親 卷3 九氣感疾更相爲治衍 二十六』 원문 중에 나오는 의안을 張이 ‘移念療法’이라고 칭하여 분류한 것이며, 그 근거로 明代 吳崑이 지은 『素問注』에서 말한 “移易精神 變化臟氣”를 근거로 들고 있다.

그러나 高世祚은 精氣를 神氣로 인식하여 “色과 脈으로 헤아려 神明에 통하니, 나의 神을 상대의 神에 합하여 兩神이 相合하고 精氣가 相通하므로 祝由하여 병을 낮게 할 수 있는 것이다.”<sup>37)</sup>라고 하여 神을 위주로 精氣를 인식하였을 뿐만 아니라 移精變氣가 단순히 관심 대상의 환기나 기분 전환이 아니라 精氣의 위치적 이동임을 밝히고 있다. 『素問補識』에서 胡天雄은 이에 대해 先秦 典籍에서 精氣神 세 글자는 엄격히 구분되지 않고 서로 통용되었음을 밝히면서 王冰의 注<sup>38)</sup>와 연계시키고 있다. 이를 『素問 宣明五氣篇』의 다음과 같은 부분과 연계하여 移精變氣의 의미를 본다면 『中醫心理學』에서 말하는 의미와 달

34) 吳鞠通 著：醫醫病書，江蘇科學技術出版社，1981 p. 16 “按祝由二字 出自素問 祝告也 由病之所以出也 後世以巫家爲祝由科 并列于十三科之中 內經謂信巫不信醫不治 豈可列之醫科哉 吾謂凡治內傷者必先祝由 蓋詳言以病所由來 使病人知之而勿敢犯 又必細體變風變雅 曲察勞人思婦之隱情 婉言以開導之 莊言以驚覺之 危言以悚懼 使之心悅誠服 以後可以奏效”

35) 앞의 책『精校黃帝內經素問』 p. 46 “帝曰：願聞要道。岐伯曰：治之要極，無失色脈，用之不惑，治之大則。逆從到行，標本不得，亡神失國。去故就新，乃得真人。帝曰：余聞其要於夫子矣，夫子言不離色脈，此余之所知也。岐伯曰：治之極於一。帝曰：何謂一。岐伯曰：一者，因得之。帝曰：奈何。岐伯曰：閉戶塞牖，繫之病者，數問其情，以從其意，得神者昌，失神者亡。帝曰：善”

36) 앞의 책 『中醫心理學』에서 재인용 p. 192-194 “昔聞山東楊先生治府主洞泄不已，楊初未對，病人與人談日月星辰躔度，及風雲雷雨之變，自辰至未，而病者聽之而忘其困。楊嘗曰治洞泄不已之人，先問其所好之事，好基者與之基，好樂者與之笙笛，勿輟”

37) 胡天雄：素問補識에서 재인용 pp. 90-91. “惟上古祝由治病 能移精變氣 理色脈而通神明 以我之神 合彼之神 兩神相合 精氣相通 故可祝由而已 今時之人不能也 精氣以神爲主 故曰得神者昌 失神者亡.”

38) 胡天雄：素問補識에서 재인용 p. 91. “移는 옮기는 것이요 變은 바꾸어 고치는 것이니 모두 邪氣로 하여금 正氣를 상하지 못하게 하여 정신이 회복되어 안에서 지키게 하고자 함이다.(移謂移易 變謂變改 皆使邪不傷正 精神復強而內守也)”

라진다고 할 수 있다.

“五臟의 精氣가 아우르는 바는, 精氣가 心에 아우르면 기뻐하며, 肺에 아우르면 슬퍼하며, 肝에 아우르면 근심하며, 脾에 아우르면 두려워하며, 腎에 아우르면 무서워하니, 이를 일러 五并이라 하니 虛해서 서로 아우른 것입니다.”<sup>39)</sup>

여기에서는 五臟의 精을 옮겨서 결과적으로 氣를 변화시킨다는 것이며, 이는 정과 기의 변화와 그에 따른 감정의 변화를 순차적으로 보는 견해라고 할 수 있다. 그러므로 祝由에 의한 移精變氣 이외에 다른 침이나 약을 통하여 移精變氣를 유도한다고 해석할 수 있는 것이다. 이렇게 본다면 移精變氣는 하나의 ‘移念療法’로 관심대상이나 주의를 다른 곳으로 환기시키는 것이라고 보는 입장은 ‘精’의 해석을 정신 중에서도 ‘감정의 치우침’으로 보는 것이고, 후자처럼 『素問·宣明五氣篇』의 의미를 대입하여 보는 시각<sup>40)</sup>은 인체 五臟 내의 정기의 흐름이 위치적 변화를 이루는 것으로 본 것이다. 『移精變氣論』의 문장 전체를 읽어본다면 진단에 있어 脈과 色의 중요성, 치료에 있어 四時陰陽變化에 근본하여야 한다는 것, 모든 병리기전에 도움을 주는 정보를 모두 파악하여 ‘得神’이라는 하나의 귀결점에 도달하는 것이 요점이라는 것 등이 뒤에 나오는 것을 본다면 移精變氣에 대한 이해는 후자가 좀더 적합한 것으로 사료되며, 부연하자면 移精變氣는 환자의 기분을 전환시키는 것으로만 볼 것이 아니라 기존의 치료법인 鍼法, 藥物, 灸法의 사용에 의한 오장 정기의 조절과 환자 性情의 偏急이 불러일으키는 질환에 대한 각성을 통하여 사고와 행동 변화를 유도하고 그로 인하여 인체의 균형을 찾아나가게 하는 적극적인 방법으로 해석해야 할 것이다.

### 3) 五志相勝療法과 방법적 대안

이는 한의학의 오행 학설과 상생상극의 원리

39) 『素問·宣明五氣篇』 五精所并: 精氣并於心則喜, 并於肺則悲, 并於肝則憂, 并於脾則畏, 并於腎則恐, 是謂五并, 虛而相并者也.

40) 앞의 책 『懸吐國譯 黃帝內經素問注釋(上)』p. 214

를 바탕으로 한 치료 방법으로써, 한가지 혹은 여러가지로 相勝하는 병태의 정서를 制約, 해소함으로써 정서의 과격함으로 인한 특정 심신 질환을 치료하는 것이다. 『素問·陰陽應象大論』에서 설명한 五志의 오장 배속과 ‘怒勝思 思勝恐 恐勝喜 喜勝憂 悲勝怒’ 등은 五志相勝법칙을 나타내고 있다. 이후로 역대 의가들이 이론 및 임상 치료 방법의 지속적인 보충과 개선을 거쳤는데, 특히 張子和의 醫案에서 한의학 정신 치료 요법 중의 하나로 자리매김하였다.

그러나 현재에 와서는 비록 의료보험체계에서도-전문의에 한해서지만-그 기술을 인정하고 있으나 사실 그렇게 보편적으로 사용되어지지 못하고 있다. 환자와의 상담기법상 ‘喜則氣緩’의 의미로 ‘喜勝憂’의 의미를 살릴 수는 있겠으나 그것으로 전체 五志相勝을 활용한다고 보기는 어려운 것이며, 이러한 이유로 현대인들의 의식 수준이나 문화적 배경에 적합한 새로운 치료법이 요구되는 것이다. 즉, ‘이미 걸으로 드러난 감정’ 자체를 상쇠시키는 오지상승과 달리 그러한 감정이 자신의 어떠한 사고방식의 유형에서 나온 것인가를 각성하도록 하고 또한 원인 제공을 일으키는 상대나 주변 환경에 대해 일어나는 감정으로 인해 일어나는 신체적 질병의 유형을 각성시키는 것도 본인의 감정을 객관적 입장에서 바라보고 ‘아직 폭발되지 않은 감정’을 조절할 수 있는 하나의 방법일 것이다. 그 예로 四象醫學에서 太少陰陽人에 따라서 각 개인이 중요시 여기는 부분이 각기 다르다는 것을 인식하여 주변의 대인관계에서 오는 갈등에 단순히 ‘숙달’되거나 그 갈등요인을 참다가 陽의인 감정 폭발로 이어지거나 陰의인 우울증 성향 등으로 빠지는 것이 아니라 감정을 유발시키는 상대의 행동이 나오게 된 사고방식의 유형을 ‘이해’하도록 상담하여 각성시키고, 아울러 신체적 건강에 관심이 많은 현대인의 요구에 부응하여 신체적 질병을 유형별로 느끼게 하여 精神的인 변화에서 기인한 氣的 변화가 肉體的 질병 양상의 차별성으로 이어짐을 알려주는 것이 현시대에 적합한 방식으로 제시할 수 있는

방법이다.<sup>41)</sup> 이는 形神 관계 사이에서 氣的인 변화만을 가지고 설명하던 기존의 설명 방식에서 벗어나 神을 위주로의 이해방식인데 이는 기존의 한의학의 사유방식과 배치되는 것이 아니며, 人身의 三寶인 精氣神의 틀을 그대로 유지하면서도 『內經』에서 말한 得神과 調神의 의미를 현대적으로 펼치고 아울러 四象醫學의 장점을 살릴 수 있는 방법이라 하겠다.

#### 4) 至言高論療法の 현대적 해석

한국한의표준의료행위분류에 나타난 至言高論療法이라는 용어 자체는 『三國史記』 祿眞이라는 인물의 列傳에서 나온다. 즉 上大等이라는 높은 직위의 정부관리가 신하를 등용하는데 어려움을 겪다가 끝내 질병에 걸리자 다른 약물요법을 사용하지 않고 녹진이라는 인물이 그에게 ‘至言高論’을 통하여 질환이 나았다는 것에서 유래하였다.

이를 보면 개인적 이익추구에서 벗어나는 도덕성의 회복[修身齊家]이 바로 治國平天下로 이어지는 지름길임을 밝히는 신하의 직언에 해당하므로 도덕적 윤리의식을 밝히는 윤리학으로 자리 매김하면 몰라도, 이것을 기존의 어떤 五行이나 陰陽이론에서 근거하는 한의학적 근거를 넣을 여지가 있는가 하는데에는 의문이 생긴다.

그러나 四象醫學에서 제시하는 부분을 생각한다면 이는 충분히 한의학에서 치법에 사용할 만한 충분한 근거가 되는 것이다. 왜냐하면 四象醫學이라 하면 체형이나 땀이나 대소변의 특징, 행동양상, 음식선호도, 약물반응으로 太少陰陽인으로 구분하고 그에 따른 臟腑大小 차이를 고려하며, 타고난 性을 사회적으로 배필지 못하거나 情의 폭발로 인해 삭감된 臟膜血精과 津膏油液이라는 正氣의 그릇[海]을 명확히 구분된 사상처방의 투여로 잘 보존하여 신체적 질환 완화[保元]가 그 목적이라고 생각할 수도 있다. 그러나 사실 이제마 선생께서

동의수세보원에서 「臟腑論」, 「醫源論」이나 太少陰陽人의 各論보다 「性命論」, 「四端論」을 목차상으로도 앞에 두고 있으며, 그 내용에 있어서도 「性命論」에 나오는 “萬民之生也 有慧覺則生 無慧覺則死 萬民之生也 有資業則生 無資業則死”같은 부분을 보아도 육체적으로 질병 없음을 목적으로 하여 나온 것이 사상의학의 근본 취지가 아님을 본다면 개 개인의 육체적 건강을 도모하는 ‘保元’의 의미 이전에 資業을 통해 후세에 유용한 가르침을 남기는 것을 더욱 중요시하여 ‘壽世’의 의미를 강조하였으며, 혜각을 통해서 자신의 타고난 장점을 최대한 발휘하여 자업으로 물려주는 그 과정에서 육체적 건강은 자연스럽게 발휘됨을 밝히고 있다. 아울러 그 근본 취지에 미치지 못할 때에는 그 처방의 운용에 있어서도 한계를 나타낼 것이 분명하다.

그리고 구체적 病因에 대한 인식에 있어서도 「醫源論」에서 “대개 옛 의사들은 사람의 마음에서 생기는 사랑하고 미워하며 하고자하는 바와 기뻐하고 성내며 슬퍼하고 즐거워하는 것이 치우치고 집착됨에서 병이 됨을 알지 못하고, 다만 脾胃의 음식과 風寒暑濕이 침범된 것으로만 병이 되는 줄 알았다.”<sup>42)</sup>라고 하여 調神에 대한 어긋남이 주된 病因이 된다는 것을 뚜렷하게 밝히고 있다. 종합해 본다면 기존에 있었던 七情 內傷에 대한 病因 뿐만 아니라 개인의 타고난 性情의 偏急을 자신이 깨달아 후대에 남길 수 있는 資業을 달성이 이루어지게 獨行해 나가는 것이 이제마 선생이 東醫壽世保元에서 남긴 근본적인 목표임을 생각한다면 保元은 壽世하기 위한 하나의 단계인 것이다. 개인에게 적용되는 儒家的 養生觀은 朱丹溪 선생의 「格致餘論·飲食色欲箴」같은 곳에서 보이지만 臟腑性理와 연결한 이제마 선생의 독특한 질병관은 개인적 양생이나 질병 치료의 관점을 넘어서 平天下의 의미와 개인적 질병치료를 연결시킨 특징으로 살필 수 있다.

41) 이러한 관점에서 보면 『한국한의표준의료행위분류』에서 말한 四象인에 따른 심신조정술을 연계하여 고려할 수 있다.

42) 李濟馬：東醫壽世保元, 申弘一 원장님 제공 판본, 경희대학교 원전학교실 2004 p. 31 “蓋古之醫師 不知心之愛惡所欲喜怒哀樂偏着者 爲病 而但知脾胃水穀風寒暑濕 觸犯者 爲病 ”

5) 音樂治療法

(1) 한방음악치료 개괄

1940년대 후반 미국을 중심으로 음악치료가 학문적 영역으로 계발되고 응용된 이후로 국내에서는 1996년 음악치료학회가 생겼으며, 이후 1999년에는 교육부 산하 사단법인 등록을 하고 일부 대학의 대학원을 통해 음악치료학과 전공교육 및 실제 임상에 접목하고 있다. 또한 2003년 10월에는 한방음악치료학회가 창립된 이후 이론과 치료 방법의 연구 및 임상실험이 활발히 진행되고 있다. 물론 동서양을 막론하고 학문적 틀로 구성되기 이전에도 치료적인 도구로 음악의 사용은 이루어졌지만 기존의 음악치료와 한방음악치료에는 기본적인 치료 목표와 현실적 치료범위의 확장을 위한 치료 이론 유무에 차이가 나타나고 있다.

이러한 차이에 대해서 이승현은 그의 논문<sup>43)</sup>에서 기존 음악치료가 행동주의 심리학을 중심으로 발전하면서 정신에 영향을 끼쳐 정서적 발달을 주거나 자폐아 등의 심리적 이상 상태를 복원하는 치료 수단으로 사용함으로써 극히 일부의 신경정신과 질환에만 응용범위가 머물러 있고 다양한 신체질환에 대한 응용이 이루어지지 못하고 있으며, 그 이유로서 치료이론의 부재를 그 이유로 제시하고 있다.

음악을 이러한 극히 일부의 정신과질환에만 적용하는 좁은 시각은 기존 음악치료가 'holistic app. roach'에 대한 개념을 제시하여 육체와 정신이라는 二元的 치료개념에서 탈출하려는 초기적 시도는 이루어 냈으나 더 이상 나아갈 바를 찾지 못하는 多岐亡羊의 상황이라고 평가할 수 있겠다. 이와 달리 한의학에서 말하는 '調神'의 치료 방법<sup>44)</sup>인 韓方音樂治療는 앞서 말했듯이 정서

나 감정 부분만을 이야기하는 狹義의 神의 의미에만 편착되어 있는 것이 아니라 인간의 모든 생명활동을 주재하는 것이 바로 '人神'임을 밝히고 人神의 조절을 통해 최종목적인 宇宙의 精氣神과 인체 精氣神의 合一시키는, 즉 天人相應으로 나아가는 방법이며 形과 神을 잇는 매개체로서 氣를 파악하는 形神合一의 구체적 방법인 것이다.

(2) 치료 음악 분류에 고찰

上記 했듯이 서양의학에 기반한 기존 음악치료가 이론적 기반이 약하고 극히 일부 정신과 질환에만 국한되어 있다 보니 한의학처럼 辨證을 통해 원인을 밝히고 그에 대한 施治로서 적당한 음악을 고르게 되는 다양성을 갖기가 힘들게 되고, 그 결과 A라는 질환에는 A'라는 음악을 적용하는 專病專方의 방법으로 인해 膠柱鼓瑟의 폐단을 자주 접하게 된다.

이와 달리 현재 진행되는 한방음악치료에서는 인체내의 변화를 五臟에 포함된 생명력의 升降과 개체 외부와의 精氣神의 出入운동으로 인식하고 그 五臟에 대한 조절의 매개체로서 클래식 음악이나 국악의 오행음악을 선별, 사용하고 五臟의 精氣神에 대한 조절과 그에 의한 치료를 목표로 하고 있으니, 이는 天地의 변화규율을 음양오행으로 판단한다는 한의학의 기본 이론을 밑바탕으로 하고 있는 것이다.

그런데 여기서 또 다르게 살펴볼 부분이 있다.

음악은 규칙성을 띠고 일정한 형식과 틀을 지닌 마음의 표현으로 볼 수 있으므로 調神의 뚜렷한 대상이 되는 것이며, 다음과 같은 표현은 그것을 구체화한 것이다.

"무릇 품은 사람의 마음이 생겨남에서 유래하는데, 사람의 마음이 움직이는 것은 外物에 의한 것이며, 외물에 감촉되어 움직이므로 聲으로 드러난다. 聲이 相應하므로 변화가 생기고 그 변화가 이루어진 것을 音이라 한다. 음을 비교하여 악기에 맞추고 간척(武舞에 쓰는 도끼)이나 우모(文舞에 사용하는 평의 깃과 쇠꼬리)를 잡고 춤추는 것을 樂이라고 한다. 樂은 音에서 비롯하여 나온 것이며, 그 근본은 사람의 마음이 외물에 감응되는 것에 있다."(凡音之起, 由人心生也. 人心之動, 物使之然也. 感於物而動, 故形於聲. 聲相應, 故生變, 變成方, 謂之音. 比音而樂之, 及于戚羽旄, 謂之樂. 樂者, 音之所由生也, 其本在人心之感於物也.)

43) 이승현 박사학위논문, 五行으로 분류한 音樂이 누에의 形質變化에 미치는 영향 - 韓方音樂治療를 중심으로 -, 대한한의학원진학회지 제 16권 2호 2003

44) 권오돈 譯解 『禮記』서술, 홍신문화사, 1993 p. 356-357. 음악이라는 단어가 서양에서는 '예술과 학문을 주재하는 女神 Muse'의 형용사인 music으로 나타내어 진리나 미를 추구하는 것과 관련된 기본적 활동이라는 뜻에서 유래되었고, 동양에서는 『禮記·樂記』에서 말하듯이 聲은 일방적인 외물에 감촉된 정서의 불규칙적 표현이라면,

그것은 오행의 특성을 나타내는 것을 충족시켰다는 이유만으로 그 음악을 사용할 수는 없다는 것이다. 치료방법의 구체적 재료가 되는 본초로 예로 들면 개별 약물이 『神農本草經』에서 소개될 때에는 上品 中品 下品으로 나뉘어져<sup>45)</sup> 오래 먹어도 몸에 이롭고 輕身益壽 시키는 上品 약물이 있고, 편향된 기운에 대한 치료시에 사용하는 中品, 그리고 필요시에만 잠시 사용하고 長服하면 인체의 正氣를 손상시킬 수 있는 下品으로 된 것이 그것이다. 이처럼 음악에도 구대역 上中下의 방식으로 나누지는 않더라도 淸濁의 구분은 있다. 치료에 있어서 인체 오장의 생명력인 精氣神이 우주의 淸淨한 精氣神에 그대로 흡—되도록 극히 청정한 음악으로 감응시켜 이끌어 내는 것이 가장 理想的이지만 너무 밝은 빛 앞에서는 사물을 제대로 보기 힘들듯이 환자가 받아들일 수 있을 정도로의 높낮이 조절은 필요하겠으나 그렇다고 시중의 유행가나 찢어지는 듯한 소리의 rock 음악처럼 濁한 음악<sup>46)</sup>은 오행의 성질 구분을 떠나서 치료음악으로는 불가능한 것이다. 환자의 음악에 대한 기호가 다양하여 濁中之濁에 해당하는 음악을 선호하는 경우도 있으나 이는 下品藥 처럼 간혹 사용하고, 그것도 치료적 의미로 들려주는 것이 아니라 濁氣의 배출을 위해 부르도록 하는 방법을 사용하게 된다.

또한 이러한 淸中之淸에 해당하는 음악에 四氣調神의 의미를 부여하여 오행음악 이외에 養生 音樂으로서의 개발도 생각할 수 있다. 예를 들어 Dan Gibson의 'Natural Concentration'이라는 음악을 들어보면 장3조의 피아노 연주 사이에 맑은 시냇물소리나 새소리, 개구리 소리, 바람소리

등의 자연의 음을 삽입하여 청취자로 하여금 심리적 안정과 더불어 四時의 특징을 느낄 수 있도록 하였는데 실제 鍼法이나 灸法을 사용하면서 동시에 음악을 듣도록 하였을 때에 그 환자가 느끼는 치료효과가 단독치료 효과보다 월등함을 논자도 여러번 경험하였으며, 한의학의 이러한 다른 치법과 동시에 적용이 가능하다는 점이 한방 음악치료의 또 다른 장점이다. 비록 1차 의료기관인 한의원에서의 이러한 임상경험이 계통적인 절차를 밟지는 못하였지만, 전문가의 지도아래에서 적절한 변수를 가한 통계자료나 객관적인 인식의 틀로 발표할 수 있도록 하는 연구문화도 필요하다.

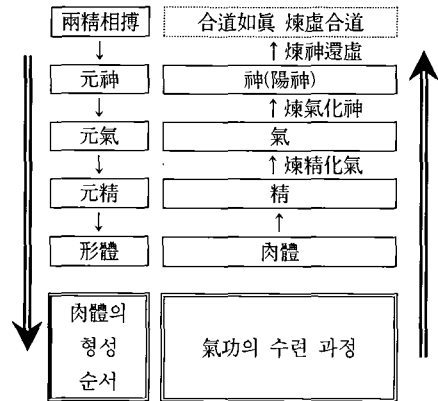
### (3) 한방음악치료의 앞으로의 과제

上記했듯이 기존의 음악치료에 비해서 뚜렷한 이론적 장점과 치료범위에 대한 優勢를 가지고 있으나 임상적 선행 연구가 아직은 많이 이루어지지 못하고 있다. 따라서 임상경험의 부족에서 오는 환자와의 관계 설정이 임상실험 범위를 넘어서 다양한 질환으로의 도약이 쉽지 않은 것이다. 이같은 이유는 아직 한의과대학 교육 체계내에서 한방음악치료과정을 체계적으로 설정하지 못하는 것에 가장 큰 요인이 있으며, 또 하나는 음악 전공자가 다시 한의학 교육을 받을 수 있도록 배려해 줄 수 있는 환경이 부족하다는 요인이다. 왜냐하면 지금 한방음악치료에 대한 관심은 증폭되고 있으나 그것을 실제 응용할 수 있는 인체는 극히 제한적이고 뿐만 아니라 제도적인 틀을 제대로 갖추고 있지 못한 상황에서 한방음악치료의 인재 배출을 기대하기가 쉽지 않은 것이다. 모든게 물량적인 우세로 해결될 것은 아니지만 더욱 발전적인 기초이론의 연구와 풍부한 임상적 결과를 결집시키기 위해서는 우수한 인재의 확보가 가장 시급하다고 하겠다. 이는 단순히 한방음악치료만의 문제가 아니라 한의학이 세계적인 발걸음을 내디딜 수 있는 충분한 가능성을 한방음악치료에서 찾을 수 있다는 점을 다시 한번 생각해야하는 부분이므로 협회와 한의학회 그리

45) 『東醫寶鑑』의 처방을 정리 발전 시켰다고 볼 수 있는 方藥合編의 경우도 上統 中統 下統으로 처방을 분류하였는데, 이는 주로 補益하는 처방을 상통으로, 주로 和解시키는 처방을 중통으로, 주로 攻下하는 약을 하통으로 분류하였다. 분류 기준은 『神農本草經』을 모델로 볼 수 있으며 다만 單味가 아니라 복합처방이라는 점에서 음악 분류에서 본받을 점이 있다.

46) 앞의 책 『禮記』p. 359 『禮記·樂記』에서 음란하고 사치스런 '鄭衛之音'을 '亂世의 音'으로 표현한 것도 마찬가지로 그 한 예이다. ("鄭衛之音, 亂世之音也")

고 한의과대학에게서 장기적이고도 거시적 안목이 요구되는 부분이다. 또한 이러한 문제를 해결하지 못한다면 환자나 일반인들의 인식자체가 기존음악치료의 그늘에서 벗어나지 못하고 선천적 발달장애아나 신경정신과 환자만을 다루는 치료법이라는 치료 범위의 폐쇄성에 갇히는 결과를 가져오게 된다. 중풍이나 구안와사 발병시에 일반인들이 먼저 한의원이냐 한방병원을 머리에 떠올리는 것을 상기시켜 본다는 그 해결책은 바로 나오는 것이다.



6) 氣功療法

(1) 氣功의 개괄

道敎는 크게 세부분으로 나눌 수 있는데 老莊思想, 養生術, 神仙術이 바로 그것이다. 이 세가지 요소가 합쳐져서 도교라고 하는 거대한 문화적 체계를 이루었다. 여기에서 노장사상은 道藏經의 근본사상으로 발전되었고, 養生術은 『黃帝內經』 이후로 한의학의 토대를 이루었으며 神仙術은 좁은 의미에서의 仙道에 해당하는 것으로 도교 신비주의로 발전되었다.<sup>47)</sup> 한편 仙道는 인간의 몸 역시 음양오행의 원리들이 그대로 體화된 것이며 따라서 우리의 몸을 완전히 이해할 때 그것은 곧 無極을 이해할 수 있는 유일한 길이라고 보았다. 그리고 그 無極을 가장 정확하게 이해하기 위해서는 무극에 가장 가까운 형태인 陽神이라는 것을 만들고자 했다. 따라서 좁은 의미의 仙道는 이 陽神을 만들고 그것을 활용하는 모든 방법론이며, 氣功은 그 陽神을 만들기 위한 방법에 해당한다.

기공에서는 인간을 精, 氣, 神의 세가지 에너지가 합쳐져서 이루어진 것으로 보고 있는데, 태생시 태아가 신체의 모든 기관을 완전히 갖추는 순간에 그 태아의 몸에 주인이 될 元神이 들어온다<sup>48)</sup>고 보고 있다. 그리고 元神의 에너지가 점점 물질화되어 인간의 몸을 키워 나가는 것으로 보

는데 이 元神이 元氣로 일부 변화되고, 이 元氣에서 元精이 나오며 이 元精이 비로소 물질로 변화된다는 것이다. 그리고 인간이 태어나서 성숙하고 늙어가는 과정은 元神에서부터 元氣와 元精으로 그 에너지의 양이 점점 옮겨가는 과정이라고 볼 수 있다. 바로 그 元精에서 물질로 변화된 개체는 언젠가는 생명력이 다하고 사라질 수밖에 없으므로 다시 精에서 氣로[煉精化氣], 氣에서 神[煉氣化神]으로의 변화과정을 거치는 수련을 통하여 새로운 에너지의 형태(陽神)로 변화, 성숙[煉神還虛 煉虛合道 合道如眞]시키는 것이다.

(2) 氣功에서의 調神의 중요성

이러한 기공을 수련하는데 있어서도 세가지 요소를 필요로 하는데 그것이 調心, 調息, 調身이다. 坐式, 臥式, 站式, 走式 등의 올바른 자세를 뜻하는 調身과 自然呼吸, 鼻吸口呼, 腹式呼吸, 提肛呼吸 등의 바른 호흡 조절을 뜻하는 調息, 그리고 의식을 한곳에 집중[守一]하고 심리적 이완 상태를 취하는 것을 말하는 調心이 있다. 調心은 긴장을 풀고 몸과 마음을 이완시키는 放鬆入靜, 그리고 丹田, 命門, 穴位 등의 특정 위치나 호흡 자체에 의식을 집중시키는 意守法 등을 말한다. 이러한 세가지 요소가 균형을 잘 이루어 올바른 기공이 이루어지게 되는데 그중에서도 특히 調心[調神]은 기공수련 자체에도 중요한 위치를 차지할 뿐만 아니라 기공수련의 層次를 상승시키는

47) 楊青蔡 楊青蔡 지음 金仙學會 옮김: 『大成捷徑』, 서울 여강출판사, 1997 p. 16

48) 앞의 책 『精校黃帝內經靈樞』 p. 68. “兩精相搏謂之神” 도 이러한 의미로 볼 수 있다.

핵심요소가 된다. 이는 『素問·上古天真論』에서 말하는 ‘精神內守’의 의미와, 『素問·寶命全形論』에서 말한 ‘一曰治神’의 뜻과도 상통하며, 또한 『東醫寶鑑·身形』「虛心合道」에서 “형체를 단련하는 미묘함(요점)은 정신을 통일(凝神)시키는 데 있다. 정신이 통일되면 氣가 모이고, 기가 모이면 丹을 이루며 단이 이루어지면 형체가 든든해지고 형체가 든든해지면 神이 온전해진다”<sup>49)</sup>라고 하여 凝神之 중요성을 밝힌 것에서도 그 뜻을 확인할 수 있다. 비록 의서는 아니지만 『孟子·公孫丑』에서도 “무릇 志는 氣를 이끄는 장수이고 氣는 육체를 꽉 채운 것이니, 志가 최고이요 氣는 그 다음이다.”<sup>50)</sup>라고 한 것에서도 調神에 대한 중요성은 다시 한번 확인할 수 있는 것이다.

### III. 結 論

『內經』에 나타난 調神의 개념과 調神을 통한 질병 치료 방법을 통하여 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 調神은 養生을 뜻하는 용어로 대표되어 왔고, 『內經』에서의 神의 의미는 특히 우주자연의 신(天神)에 상응하는 인체의 신(人神)으로 표현되어 天人相應의 사상을 뚜렷이 하였고, 形神의 상호관계에 있어서는 形神合一 사상을 유지하면서도 養形보다는 調神에 더욱 중점을 두는 관점이 뚜렷하다.
2. 養生에서의 調神은 시공간에 따라 四時의 調神과 五臟神의 調神으로 볼 수 있는데, 四時에 나타나는 자연계의 변화규율인 청정한 우주정신에 맞추어 마음을 연습하는 것이 『素問·四氣調神大論』의 요점이고, 心藏神에 의해 통솔되는 五臟神은 그 근원은 道家의 諸神 局在論에서 살필 수 있으며 정상적 情志 표현에서 벗어난 過極의 예방이 주된 방법이다.

3. 巫醫는 聖人 기원설과 함께 의학의 기원을 이루고, 祝由는 『內經』에서 부정되었다기 보다는 후대의 합리적 해석을 거쳐 의학적인 부분으로의 변화를 가져왔다. 移精變氣는 대상이나 주의를 다른 곳으로 환기시키는 것이라는 협소한 의미의 ‘移念療法’ 보다는 인체 五臟 내의 정기의 흐름이 위치적 변화를 이루는 것으로 기타 정신요법을 포괄하는 용어로 해석해야 할 것이다.

4. 至言高論療法の 한의학적 해석은 기존의 어떤 五行이나 陰陽이론에서 근거하는 것이 아니라 四象醫學에서 찾을 수 있다. 그 이유는 四象醫學의 출발점이 단순히 육체적으로 질병 없음을 목적으로 하는 것이 아니라는 것이 壽世保元의 性命 四端論을 통해서 명확히 나타나고 있으며, 독특한 唯心論의 生理 病理觀은 李濟馬 선생의 탁월한 관점이라고 볼 수 있다.

5. 韓方音樂治療는 행동주의 심리학 중심으로 발전한 기존 음악치료의 한계를 뛰어넘은 것으로서 藥物, 침구치료와 더불어 시행한다면 신경정신과 질환에만 국한되는 것이 아니라 다양한 신체질환에의 응용이 가능하다. 아울러 인재양성을 위해 한의학계가 주도적으로 나서 교육제도에 대한 협력을 이루어낼 필요성이 절실히 요구된다.

6. 氣功은 元神, 元氣, 元精을 거쳐 形體가 생긴 이후 생리적 노쇠현상을 극복하기 위해 逆順의 수련방법을 이루어 낸 仙道의 방법이며, 그 수련방법에서는 凝神, 意守, 意念 등으로 표현되는 調神이 가장 중요한 요소임을 확인할 수 있다.

### IV. 參考文獻

#### 【원전류】

1. 洪元植 : 精校黃帝內經素問, 서울, 東洋醫學研究院出版部, 1985
2. 洪元植 : 精校黃帝內經靈樞, 서울, 東洋醫學研究院出版部, 1985

49) 앞의 책 『東醫寶鑑』 p. 75. “鍊形之妙在乎凝神神凝則氣聚氣聚則丹成丹成則形固形固則神全”

50) 『孟子集註』上 서울 明文堂 1992 p. 125. “夫志 氣之帥也 氣 體之充也 夫志至焉 氣次焉”

3. 朴贊國：懸吐國譯黃帝內經素問注釋(上), 서울, 慶熙大學校出版局, 1998
4. 徐靈胎 著 江忍庵 增批：徐靈胎醫書全集, 臺北五州出版社, 1981
5. 吳鞠通 著：醫醫病書, 江蘇科學技術出版社, 1981
6. 許浚：東醫寶鑑, 서울, 南山堂 影印, 1991
7. 李濟馬：東醫壽世保元, 申弘一 원장님 제공 판본, 경희대학교 원전교실 2004
8. 中間祥白：難經之研究, 일본 正言出版社, 1965
9. 權五惇 譯解·禮記, 서울, 흥신문화사, 1993
10. 孟子集註·上, 서울 明文堂 1992

【저술류】

1. 洪元植：中國醫學史, 서울, 東洋醫學研究院, 1984
2. 胡天雄：素問補識, 서울, 一中社 影印, 1991
3. 張伯華：中醫心理學, 北京, 科學出版社, 1995
4. 周一謀 著 金南一 印昌植 共譯：고대 중국의학의 재발견, 서울, 법인문화사, 2000
5. 가노우 요시미즈 著 한국철학사상연구회 기철학분과 譯：중국의학과 철학, 서울, 여강출판사, 1992
6. 칼 사이몬튼 著 박희준 옮김：마음의 의학, 서울, 정신세계사, 1990
7. 蕭天石：道家養生學概要, 台北, 自由出版社, 1979.

【논문류】

1. 丁彰炫：鬼神에 대한 『黃帝內經』의 입장, 대한원전학회지 10권 2호 1997
2. 丁彰炫 박사학위논문：神에 대한 研究 -『黃帝內經』을 中心으로 -, 경희한의대 논문집 제19권 제2호 pp. 174-223, 1996.
3. 이승현 박사학위논문, 五行으로 분류한 音樂이 누에의 形質變化에 미치는 영향 - 韓方音樂治療를 중심으로-, 대한한의학회지 제 16권 2호 2003

【기타】

1. (사) 대한한의사협회, 한국한의표준의료행위분류