

## 동의보감의 精氣神에 대한 신경정신과의 응용에 대한 고찰\*

동국대학교 한의과대학 신경정신과교실

具炳壽

### I. 緒 論

사회생활의 복잡함에 의하여 더욱 정신적인 문제로 인하여 야기되는 질환이 많아지고 있다. 이에 한의학적으로 정신의 예방 및 치료법을 제시한 책 중에 우리민족의 특성에 맞게 된 서적이 바로 동의보감이다. <東醫寶鑑:序文>에서 “中朝方書皆是抄集 庸瑣 不足觀爾 宜裒聚一書”를 하였다고 하였는데, 이는 그 당시의 시대적인 상황을 고려해 보면, 중국 醫書을 논평하기를 간략하게 모아 놓고 조잡스럽다는 표현은 우리민족의 주체성 확립을 의식에 두고, 철저히 독자적인 의학을 추구하겠다는 강한 의지로 볼 수 있는 것이다. 중국의서 편재를 따르지 않고, 한의학적 인체의 구성요소라고 할 수가 있는 精·氣·神·血이 책의 서두에 있다는 것은 특징적이다. 특히 도가나 도교 및 불교의 종교적인 면을 수용하여 정신적인 면을 중요시 하였다. 따라서 신경정신과 질환에 대한 치료법과 예방법에 대한 새로운 접근 및 활용도를 위하여 心身의 양생적, 예방의학적인 측면에서 精·氣·神·血의 상호협조와 변화 기전에 대하여 東醫寶鑑 원전을 중심으로 부분적으로 재 편집하여 고찰해 보고자 한다.

### II. 本 論

#### 1. 腦·心의 고찰.

【身形藏府圖】에서는 뇌와 심에 대하여 상세히 기술

하고 있다. 身·形이라는 용어는 다른 의학서적의 臟腑圖에서는 보이지 않는다. 뇌의 표현은 소박하게 그려져 있으며, 도가의 용어를 그대로 사용하고 있다. 뇌를 泥丸宮이라 하였고, 내부의 내용 물질에 대해서는 腦海髓라 기술하였다. 현대의 뇌 의미하고는 상당히 동떨어져 있지만, 한의학적인 인식의 틀에서는 독특한 의미로 玉枕關, 轆轤關, 尾閭關으로 서로 고리를 형성하여 연결을 하고 있는 것이다. 도가에서 본 뇌는 인체의 뇌를 九宮으로 나누어 이야기하고 있다. <內經>에서는 뇌를 上 혹은 頭로 대응을 하였지만 뇌에 대한 표현은 오히려 오장 중에서 심장으로 대치되어 서술한 것이다. 그 이유는 氣의 외적인 표현을 외부로부터 사람에게 의하여 인식이 가능한 부위가 바로 頭部 자체보다는, 외부로 발현이 되는 소리 등으로 판단이 쉬운 심장으로 배속한 것으로 생각된다. 인체의 심장자기장은 1x10-6G, 대뇌의 자기장은 3x10-8G으로 심장의 자기장이 뇌의 자기장의 100배라 하였다(劉燕池 蔣云卿, 1999). 李時珍의 <本草綱目>에서 辛夷이라는 약물에서 “鼻氣는 하늘에 통한다. 하늘은 머리이다.... 腦는 元神之府이며, 코는 명문의 竅가 된다. 中氣가 부족하면 清陽이 오르지 못하고 그러면 머리가 기울고 九竅가 원활하지 못하다.”고 하여 뇌에 대한 구체적인 표현이 기술되기 시작하는 것이다. <醫林改錯·腦髓說>에서 “人之記性者皆在腦中, 靈機記性在腦不在心”라하여 정신작용은 心이 아니라 뇌라고 단정하고, 腦汁이라는 용어를 사용하였는데, 이는 해부학적인 신경의 의미로 보여진다. 心은 위치적으로 정중앙에 있는데, 이는 心은 君主로서 중앙에서 나머지 장기를 관장하는 의미가 있고, 心의 血은 腦의 神明作用的

\* 본 논문은 2000학년도 동국대학교 교비 연구 지원에 의함.

물질적인 기초 자료가 되는 것이라 했다. 현대의학에서  
 腦가 하는 일을 모두 心에서 하는 일로 대치하여 기술을  
 하고 있다. 이러한 관점에서 보면 뇌의 치료법은 心의 치  
 료법에서 찾을 수도 있고, 서로 상통하는 바가 있다.

【人心合天機】 즉 사람의 마음이 우주자연의 기틀에  
 부합이된다는 말로, <還丹論>에서 “道以心爲用 能知運用  
 者 以道觀心 心即道也 以心貫道 道即心也 是心也 非人心  
 之心乃天心之心也 天之居於北極 爲造化之樞 機者此心也  
 故斗杓”<sup>1)</sup>라하여, 기질적인 心에 대한 설명보다는 무형적  
 인 心, 즉 마음에 대한 이해에 있어서는 道의 관점에서  
 접근을 하여야 한다고 하였다. 여기서 道에 대한 이해는  
 道로써 心을 본다고 하였는데, 여기서 道라는 것은 자연  
 스스로 발생하는 치유력이며, 無爲로 표현되는 강력한 힘  
 을 가진 道를 말하는 것이다.

이러한 道에 있어서 착각을 배제하고 인간의 마음속에  
 착각을 일으키는 감정적인 요소를 淨化해서 우리의 마음  
 이 현실을 바로 보게 하는 것이고 자신의 심신을 관찰 자  
 각하고 몸과 마음을 마음대로 부리는 주체성의 경지에 도  
 달하는 것을 목적으로 한다고 말하였다(이동식, 1997).

<橐籥歌>에서 “天上日頭 地下轉, 海底天上飛, 乾坤日月  
 本不運, 皆因斗柄 轉其機, 人心若與 天心合, 顛倒陰陽 只  
 片時”<sup>2)</sup>라 7언시로 말하고, 또한 <仙經註>에서는 “璇璣<sup>3)</sup>斗  
 也 天以斗爲機 人以心爲機 心運於身中 猶斗運於天中也”  
 천체의 중심이라 할 수가 있는 북두칠성과 인체의 心과  
 일치성을 이야기하고 있는데, 이는 인간은 小宇宙라는 관  
 점에서 본 것으로, 궁극적인 心은 天地의 마음을 본받아야  
 하며, 이는 우리가 추구하여야 할 心의 상태를 말하는  
 것이다.

## 2. 病과 종교에 대한 인식

- 1) 斗杓: 북극성의 자루, 사람의 마음은 항상 욕심을 가지고  
 안으로 취하려는 잠재적이니 의식을 가지고 있으나, 별은  
 본성적으로 에너지를 발산하여 결국에는 자신을 虛의 상  
 태로 만든다. 이를 본받기 위해서 선인은 별자리를 우리가  
 추구하는 궁극적인 心의 상태에 비유한 것으로 생각된다.
- 2) 只片時: 짧은 시간이다
- 3) 璇璣: 두 번째 북두칠성의 별의 이름, 詩經에 나오는 것으  
 로 천체를 관망하는 기계.

【形氣之始】에서는 乾鑿度에서 말하기를 “太易 太初  
 太始 太素 夫太易者未見氣也 太初者氣之始也 太始者形之  
 始也 太素者質之始也 形氣已具而病 病者瘵 瘵者病 病由是  
 萌生焉 人生從乎太易 病從乎太素”라하여 病의 발병은 太  
 素에서 시작한다고 하였다. 形이나 氣가 존재하지 않으면  
 病 자체가 존재하지 않는 것이다. 또한 邵康節은 神은 心  
 에 의하여 통제가 되고, 氣는 腎에 의하여 통제가 되며,  
 形은 首에 의하여 통제가 되는데, 形과 氣가 서로 어울려  
 서 神이 中의 주인이 되는 것으로, 三才의 道가 되는 것  
 이다. 이와같이 形과 氣가 잘 조절이 되어야 만이 올바른  
 정신을 유지할 수가 있고, 神에 이상이 생기면 神을 바로  
 치료하기 보다는 形과 氣를 조절하는 치료가 우선이 되어  
 야 하는 것이다.

【四大成形】에서는 “釋氏論曰 地水火風和合成人 筋骨  
 肌肉皆屬乎地 精血津液皆屬乎水 呼吸溫煖皆屬乎火 靈明活  
 動風皆屬乎風是以風止則氣絕 火去則身冷 水竭則無血 土散  
 則身裂 上陽子曰 髮齒骨甲假之于地 涕精血液假之于水 溫  
 煖燥熱假之于火 靈明活動假之于風 四大假合而生也 地之盛  
 也 骨如金 水之盛也 精如玉 火之盛也 氣如雲 風之盛也 智  
 如神”라 하였는데, 이를 요약하면 다음과 같다.

地-- 筋 骨 肌 肉 土 散 身 裂 髮 齒 骨 甲 (假之) 地 之 盛 -  
 骨 如 金  
 水-- 精 血 津 液 水 竭 無 血 涕 精 血 液 水 之 盛 精 如 玉  
 火-- 呼 吸 溫 煖 火 去 身 冷 溫 煖 燥 熱 火 之 盛 氣 如 雲  
 風-- 靈 明 風 止 氣 絕 靈 明 活 動 風 之 盛 智 如 神

精氣神血의 운용에 있어서의 종교적인 면을 가미하였  
 는데, 불교적인 地 水 火 風의 네 가지가 假合에 의하여  
 사람이 구성된다고 하였다. 假合이라는 표현은 인체를 구  
 성하는 보이는 모든 존재는 다 임시로 구성이 되어서 죽  
 으면 바로 흩어진다는 표현이다. 이는 불교에서 이야기  
 하는 철저한 空사상이나 我相을 없애는 의미가 있는 것으  
 로, 이를 철저히 이해나 착각을 한다면 과도한 욕심을 줄  
 일 수가 있는 것이다.

정신작용을 風의 작용인 靈明活動으로 인식하고 있다.  
 이러한 사고는 六朝時代부터 神經精神症의 원인을 風과  
 鬼神의 탓으로 보고있다고 하였다(황의완, 1992). 의학적

으로 인체를 인식하는 불교적인 형식을 가감하게 책의 서두에 두고 있는 것은 精神과 관련이 되거나, 심신을 편안하게 하는 모든 방법적인 것을 편견됨이 없이 다 수용한 것으로 생각된다. 현대에 있어서 환자의 정신적인 면을 안정시키는데, 종교적인 역할은 매우 지대하다고 할 수가 있다. 의사는 성직자가 아니므로 환자 치료가 최우선이므로 각기 다른 종교를 가진 환자가 잘 받아들일 수 있는 종교적인 연구 또한 필요하리라 생각한다.

### 3. 동의보감에서 본 精·氣·神

#### 1) 精에 대한 고찰

【精爲身本】에서는 精이라는 물질은 인체를 구성하는精密하고 근본되는 물질이라 하였고, 동의보감의 身形藏府圖에서는 다른 臟腑圖와는 달리 精과 관련된 기관을 더 잘 보이기 위해서 신체의 단면을 옆으로 나타내었으며, 머리를 나타내는 泥丸宮과 尾閭穴이 연결되고 말단에는 精髓 즉 水火의 기운이 발현하는 장소이기 때문에 精의 흐름을 중시하였다고 하였다(金澹, 2000).

〈靈樞〉에서는 부모의 精氣인 兩神이 相薄하여서 몸이 생성되는데, 몸이 생기는 것 보다 먼저 생기는 것을 精이라 하였다. 精의 생성은 五穀의 津液이 和合하여 膏가 생겨서 骨空으로 스며들어서 髓腦를 補益한다. 陰陽이 不和하면 정액이 넘쳐, 지나친 성생활로 아래로 지나치게 흐르면 虛症의 증상으로 腰背痛, 脛痠이 나타나고, 이러한 精의 손상은 腦에 영향을 미쳐 腦髓가 부족하게되어 腦轉, 耳鳴, 筋痠, 眩暈의 증상이 나타난다. 이는 精의 부족은 바로 뇌의 신경에까지 영향을 미치게 할 수가 있는 것이다.

【精爲至寶】에서는 精은 가장 좋은 물질이며, 사람에게 있어서는 최고로 귀한 물질이고, 그 양이 아주 적은 것이라 하였다. 그 양은 통틀어서 一升六合이라 하였다. 氣와 精의 관계에 있어서는 “氣聚則精盈 精盈則氣盛”라 표현은 서로 길러주고, 精이 잘 생길 수 있는 음식은 매일 飲食을 華美<sup>4)</sup>하게 먹으라 하였다. 우리는 흔히 精을

강화하기 위해서 滋養強壯하는 음식을 먹는데, 그것보다는 맛있게 먹는 것이 精을 기르는데 최우선이 되는 것이다. “慾不節則精耗 精耗則氣衰 氣衰則病至 病至則身危 噫 精之爲物 其人身之至寶乎(養性)” 여기서 욕심이라는 것은 단순히 색욕 뿐만이 아니라 내외적으로 정신이나, 물질을 취하고자 하는 모든 마음을 말하는 것으로, 그러한 마음을 조절하지 못하면 精에 耗損이 생긴다는 것이다. 그러면 바로 氣의 손상이 나타나고, 病이 발생하게 되는 것이다. 병의 근원은 精의 손상이 되고, 원인 제공은 욕심에 의한 것이다. 또한 〈仙書〉에서 말하기를 “陰陽之道 精液爲寶, 謹而守之 後天而老<sup>5)</sup>, 經頌云 道以精爲寶 寶持宜秘密, 施人<sup>6)</sup> 卽生人 留已則生已<sup>7)</sup> 結嬰 尙未可 何況空廢棄 棄損不覺多----- 腎精不固 神氣減少 脾精不堅 齒髮浮落 若眞精耗散疾病卽 生死亡隨至”라하여 肝精, 脾精 肺精 腎精의 耗損으로 인한 증상을 기술하고 있는데, 心精에 대한 것은 빠져 있다. 특히 腎精이 견실하지 못하면 神氣인 정신력이 부족하다고 하였는데, 이는 腎精의 중요성을 다시 한번 언급한 것이다. 정신적인 문제, 老衰 및 精의 문제는 현대사회에서 새로운 관점에서 치료 및 예방을 연구하여야 한다.

〈象川翁〉에서는 “精能生氣 氣能生神 榮衛一身 莫大於此 養生之士 先寶其精 精滿則氣壯 氣壯則神旺 神旺則身健 身健而少病 內則五藏敷華 外則肌膚潤澤 容顏光彩 耳目聰明 老當益壯矣”에서는 精氣神의 생성과정을 말하는데, 精이 가장 기초적인 물질이 되는데, 精이 강건함으로 질병을 예방할 수가 있고, 精의 충실은 內外부의 모든 장기나 조직에 물질을 보내는 기초가 되며, 항노화작용의 물질적 기초는 精에 있음을 말하는 것이다. 〈黃庭經〉에서도 역시 “急守精室 勿妄泄閉 而寶之可長活”이라 하여 精을 지키고, 성생활을 절제하는 것이 장수의 지름길이라 재삼 이야기 하고 있다.

【五藏皆有精】에서는 “腎者主水受五藏六府之精而藏之 註云腎爲都會<sup>8)</sup> 關司<sup>9)</sup>之 所非腎一藏獨有精也”라 하여 腎

5) 後天而老: 하늘보다 오래사는 것

6) 施人: 성관계로 인하여 정액이 배출이 되면, 혹은 임신을 시키다.

7) 留已則生已: 자기한테 머무르면, 자기를 기르게 된다. 精液을 배설하지 않는 것을 말한다.

4) 華味: 영양가보다는 입에 가장 맛있게 먹는 것이 精이 되는 것이다.

은 腎臟의 장기의 精만 저장하는 것이 아니라, 五臟의 精을 거두어서 저장하였다가 필요에 따라 공급하는 것이다.

“五藏各有藏精 並無停泊于其所, 盖未交感 精涵<sup>10)</sup>于血中 未有形狀 交感之後 慾火動極 而周身流行之血 至命門而變爲精以泄焉” 이 구절은 현대에서 말하는 호르몬을 의미하는 것이다. 오장에는 각각이 精을 저장하는데, 각각의 精은 그 장소에서 머무르는 바가 없으며, 사람이 교접하기 전에 血 중에서 精이 함축되는데 형상을 나타내지 않는다. 여기서의 精은 현대의 hormone을 말하며, 교접을 한 이후에는 慾火(相火)가 최대로 움직이게 되면, 전신으로 血을 통하여 전신으로 돌게 되어서 命門에 이르게 되면 精으로 변하여 精을 배설하게 된다고 하였는데, 이는 부신성 성호르몬인 부신안드로젠을 말하는 것으로, 상당히 우수한 한의학적인 논리체계로 현실성과 과학성을 가지고 있는 것으로 호르몬에 대한 표현으로 이해되어진다.

【精宜秘密】에서는“凡陰陽之要 陽密乃固 故曰陽強不能密 陰氣乃絕 陰平陽秘 精神乃治 陰陽離決 精氣乃絕註曰 陰陽交會之要 正在於陽氣閉密 而不妄泄 爾密不妄泄則 生氣強固而 能久長 此聖人之道也 陽自強而不能閉密 則陰泄瀉而 精氣竭絕矣 陰氣和平 陽氣閉密則 精神之用 日益治也” 여기서 陰陽의 상호 보완 및 밸런스를 말하고 있다. 양적인 기운은 반드시 물질적인 기초가 있어야만 양적인 기능을 원활히 할 수가 있는 것이다. 이는 외부의 유형적인 현상뿐만이 아니라 정신적인 무형적인 경우에도 적용되는 것으로, 정신적인 치료에 있어서도 ‘陰平陽秘 精神乃治’라는 대원칙에 입각하여 상담치료를 하여야 하는 것이다. 이는 陰平陽秘하여 울체되는 마음이 없도록 하는 것이다. 또한 陽氣를 망명되게 배설하지 않으면 生氣가 생기게 되어, 長生하는 기초가 되며, 나이가 들면 정신력이 흐리게 되는 경우에, ‘陰氣和平 陽氣閉密’하면 날로 정신이 더욱 다스려 지는 것이라 하였다. 이를 활용하면 환자의 심적구조도 막힘이 없는 상태가 되도록 의사는 노력을 하여야 되지만 결국에는 이러한 심적인 방법을 기술한 주된 목적은 의사의 심적상태가 좋아져야만이 환자 치료를 극대화 할 수가 있는 것이다. 의사가 치료를 잘하는가

못하는가의 결정은 환자를 통하여 치료 효과의 결과에 따라 달려있는 것이다.

【節慾儲精】“人年四十以下 多有放恣 四十以上即頓覺 氣力衰退 衰退既至 衆病蜂起久而不治 遂至不救 若年過六十有數旬 不得交合 而意中平 平者自可閉固也 又曰凡覺陽事輒盛必謹 而抑之不可 縱心竭意以自戕也 若一度制得則一度火<sup>11)</sup>滅, 一度增油<sup>12)</sup> 若不能制縱慾, 施瀉即是 膏火<sup>13)</sup> 將滅更去其油 可不深自防也(養生書)” 성생활을 조절하지 못하고 방탕하게 생활하면, 40세 이후에 기력이 쇠약하게 되고, 병이 덮치게 되는 것이다. 성기능을 강화시키는 약을 사용하면서 방종하게 교접을 하게 되면 결국에는 자기를 지키지 못하게 되는 것이다. 이는 현대인이 절제하지 못하고 보양하는 약만을 추구하는 이에게 경구가 되는 말이다.

〈仙書〉에서는 節精하는 것이 長壽의 지름길이라고 하였고, 靜坐하면 腎水가 스스로 위로 올라가고 獨居하면 房色이 저절로 끊어진다고 하였다. 단지 가만히 앉아서 무념의 상태에만 있어도 이는 水火既濟의 원칙에 의하여 精의 순환이 원활하게 이루어지는 것이다. 특히 한의학에서 節精에 대해 지나치게 강조한 이유는 단순한 精液만을 배출하는 것이 아니라, 성행위를 하기 위한 모든 조건에 神氣등이 소모도 같이 되기 때문으로 생각된다. 그러나 신경을 많이 쓰면 神의 고갈이 생기는데, 그 원천은 바로 精이 되는 것이다. 精氣神 서로간의 氣化作用에 따라 각각의 형태나 사용되어지는 바는 다르나, 직접적인 精液의 배출은 精氣神의 균형이 깨어지므로 인체에 커다란 타격을 줄 수가 있다.

【補精以味】“精生於穀 又曰 精不足者補之以味 然醴郁之味不能生精 惟恬憺之味<sup>14)</sup>乃 能補精 <洪範>論味 而曰稼穡作甘 世間之物 惟五穀得味之正 但能淡食 穀味最能養精

8) 都會: 전국에서 다 모여드는 곳을 말한다.

9) 關司: 중앙부서에서 하위직을 관리하는 것을 말함

9) 關司: 중앙부서에서 하위직을 관리하는 것을 말함

10) 精涵: 함축한다는 말이다.

11) 一度火: 성욕

12) 增油: 성기능 강화하는 약, 보약

13) 膏火: 호통불, 기름불

14) 恬憺之味: 요즘은 맛을 죽이는 인공 조미료를 많이 사용하고 있는 것이다. 맛있게 먹는 것이 영양가가 있는 것이다 口味가 있으면 그 자체가 맛이 있는 것이다. 배추

凡煮粥飯而有 厚汁液<sup>15)</sup> 作一團<sup>16)</sup>者 此米之精液所聚也 食之最能生精 試之有效(眞詮)<sup>17)</sup>에서는 精은 음식물에서 생긴다고 하였고, 또한 精이 부족한 사람은 음식물으로써 보충하는데는 味(맛)를 위주로 하여야 하고, 담백한 맛이 精을 보충하는 최고로 보고 있으며, 맛이 평순한 오곡을 먹는 것으로써 精을 가장 많이 보충할 수 있다.

## 2) 氣에 대한 고찰

仙道에서는 신체의 본질을 고정적인 장이 아니라, 흐름으로 인식하여 고정적인 五藏六腑와 달리 유동하며 그치지 않는 氣血의 사이클과 經脈의 네트워크를 제시하여 環中이라 하였으니, 순환하고 전변하는 다양한 현상의 바퀴 중심에 있으면서 相對的인 인식을 하지 않고 자연현상을 직관하려는 견해를 제시하고 있다(이동철 譯, 1996). 이와 같이 소박하고 순환적인 관점에서 氣를 살펴보고자 한다.

【人氣盛衰】에서는 “氣之盛衰에 대하여 十歲에서는 五藏의 氣血이 정해져 眞氣가 통하여, 인체 기의 변화 표현이 好走<sup>17)</sup>하고, 二十歲에 血과 氣가 盛하여 지기 시작을 하여서 肌肉이 方長하여 好趨<sup>18)</sup>하며, 三十歲에는 五藏이 大定하여 好步<sup>19)</sup>하고, 四十歲에서는 五藏六腑와 十二經脈이 太盛하여 氣血이 平盛하고 不搖하여 好坐<sup>20)</sup> 하고, 五十歲에서는 肝氣가 쇠라해지고, 六十歲에서는 心氣始衰하여 喜憂悲하고 血氣이 풀어져서 好臥해 지고, 七十歲에는 脾氣가 虛하여 皮膚枯하고, 八十歲에서는 肺氣가 衰하고 魄離하여 言善誤한다. 九十歲에서는 腎氣가 마르고 四藏經脈이 空虛하여 지고, 百歲에는 五藏이 모두 虛하여 神氣가 없어지게 된다. 素問에서는 사람의 나이 四十歲에 陰氣가 自半하게 되고, 五十歲에 耳目不聰明矣 六十歲에 陰痿하고 氣太衰, 九竅不利, 下虛上實<sup>21)</sup>하여 涕泣이 나오

게 된다. 이는 人氣의 성쇠에 대하여 10년의 단계로 인체의 氣의 변화에 의하여 외부로 나타나는 현상이나 증상을 氣의 上下의 관점에서 기술을 하고 있는 것이다. 한 개인이 나이가 들어감에 따라 미묘한 氣의 변화를 好走 好趨 好步 好坐 好臥로 구분하여 기술하고 있다. 이는 처음 태어나면 眞陽氣로 되어 있다가 나이가 들어감에 따라 서서히 소멸되는 표현을 기술한 것으로 생각된다.

【氣爲精神之根蒂】에서 “東垣曰氣者神之祖 精乃氣之子 氣者精神之根蒂也”라 하여 氣는 精氣神에 있어서 가장 근원이 되고, 氣를 중심으로 精이 형성이 되고, 그것을 바탕으로 神이 형성이 된다. 즉 氣는 정신적인 작용이 일어나도록 하는 핵심이 되는 것이다. “茅眞君에서 氣 자체가 바로 添年藥<sup>22)</sup>이라 하였고, 心(마음)이 氣를 부리고, 神만약 知行<sup>23)</sup>하고 氣가 主할 것 같으면, 仙人이 된다”고 하였다.

【氣生於穀】“正理曰 日啖飲食之精熟者益氣 此氣生於穀 故從氣從米 人身之中 全具天地陰陽造化之氣 得勤<sup>24)</sup>而用之 人年二十而氣壯 筋慾小勞則氣長而緩 多慾勞倦則氣少而短氣少則身弱 身弱則病生 病生則命危矣”라 하여, 氣의 발생은 음식의 정기를 충분히 씹어서 먹으면 氣를 더 할 수가 있고, 부지런히 氣를 사용하여 한다. 병의 발생은 氣少나 短氣에 의하여 발생되는 것이다.

【氣爲呼吸之根】에서 “正理曰 人受生之初 在胞胎之內 隨母呼吸 及乎生下 剪去臍帶 則一點眞靈之氣 聚于臍下 凡人唯氣最先 莫先於呼吸 眼耳鼻舌意<sup>25)</sup>(是謂六慾)皆由是氣 非是氣則聲色香味觸法 都不知覺 氣之呼接于天根 氣之吸接于地根 氣之在人身一日周行八百一十丈”에서 호흡과 氣의 상관에서 母體 내에서부터 호흡의 통로인 臍帶의 결절점인 臍下에서 氣가 모이게 되는 것이다. 유식에서 말하는前五識인 眼耳鼻舌身의 작용 역시 氣에 의하여 작용을 하

15) 厚汁液: 흐를곤, 물이 세차게 흐르는 것을 말한다. 물줄기를 가지고 흐르는 것이 모여드는 것을 말한다.

16) 그룹을 이루는 것을 말함

17) 好走: 강충 돌아다니는 것을 말한다.

18) 好趨: 종종 걸음으로 빠른 걸음을 말함. 마음이 쏠리는 경우

19) 好步: 산책이나 등산을 좋아한다

20) 好坐: 앉은 모습이 흔들림이 없다.

21) 다리나 하체가 허하여지고, 위로만 上氣하고 견정부 부위의 근육이 응결되거나 도통하게 올라와 있으며, 소변 기능이 저하된다. 이는 일종의 갱년기 증상으로 볼 수

있다. 이는 氣의 일방적인 상승이며, 아래에 저장된 陰氣의 절대적인 부족으로 上下의 인체 발란스가 깨어진 경우이다.

22) 나이를 늘리는 약이다.

23) 지각. 行이라는 것은 실지로 행동하는 것을 말하는 것이다.

24) 성실하게 사용을 하면, 이는 부지런하게 운동을 하라는 말이다

25) 意字 앞에 身이 빠져 있음.

고, 기의 작용이 아니면前五識의 작용이 일어나지 않는다고 보았다. 우리의 인식하는 문제와 지각하는 문제 역시 氣에 속하고, 氣의 뿌리는 天根과 地根에 두고 호흡을 하고 있다. 호흡은 단순한 공기의 호흡이 아니라 天氣와 地氣의 혼합체로 인식을 하고 있다.

“易曰一闔一闢謂之變 往來不窮謂之通 程伊川曰涵養之道 出入之息者闔闢之機而已 又曰闔闢往來見之鼻息 張橫渠曰人之有息蓋剛柔相摩乾坤闔闢之象也 朱紫陽調息箴曰 氣無闔闢 其妙無窮 誰其尸<sup>26)</sup>之 不幸之功<sup>27)</sup>”

莊周曰真人之息 息之以踵 衆人之息 息之以喉 蓋氣在下焦其息遠 氣在上焦其息促義亦 類此”

궁극적으로 이상적인 호흡은 하늘의 호흡인 闔闢의 형태로 하는 것을 말한다. 장자는 호흡을 발뒤꿈까지 하는데, 氣가 下焦까지 멀리 천천히 하는 것을 말한다.

【胎息法】에서는 “天台謂 識神<sup>28)</sup> 托生之始 與精血合根在于臍 是以 人生時惟臍相連 初學調息須 想<sup>29)</sup>其氣出從臍出 入從臍滅 調得極細<sup>30)</sup> 然後不用口鼻 但以臍呼吸如在胞胎中故曰胎息 初 閉氣一口<sup>31)</sup> 以臍呼吸 數之至八十一或一百二十 乃 以口吐氣出之 當令極細 以鴻毛着 于口鼻之上 吐氣而鴻毛不動 爲度漸習 漸增數之 久可至千則 老者更少 日還一日矣 葛仙翁每盛暑輒入深淵之底 十日許<sup>32)</sup> 乃出以其 能閉氣胎息耳 但知閉氣不知胎息無益也” 이는 호흡의 방법론에 대한 설명인데, 호흡은 배꼽과 연계성을 가지고, 의념적으로 배꼽으로 呼와 吸를 하고 이는 결국에는 복식 호흡을 말하는 것이다. 호흡하는 방법은 호흡을 내쉬는 경우에 코앞에 가리기 털을 놓아도 흔들리지 않을 정도로 하는데, 이는 천천히 호흡하라는 의미와 이는 복부호흡을 하게 되는데, 그러면 下腹部에 자연히 畜氣가 된다. 그러한

호흡을 계속하면 다시 짧게 된다고 말한다. 항상 인체의 氣의 흐름을 상상하여, 下丹田에 氣가 축적되도록 호흡을 미세하게 하여야 하며, 천천히 호흡의 수를 증가시켜 나가야 한다. 인체의 항상성을 유지하게 하는 자율신경계는 이전에는 사람의 마음대로 조절할 수가 없었으나, 지금의 연구에 의하면 수행을 통하여 마음대로 조절이 가능해 졌다. 요즘 현대인에게 자율신경실조로 인하여 나타나는 정신신경의 증상을 호흡의 조절에 의하여 치료가 가능한 것이다.

“曰內觀之要 靜神定心 亂想不起 邪妄不侵 氣歸臍爲息 神入氣爲胎 胎息相合混而爲一名曰太乙”에서는 內觀法을 제시하고 있는데, 방법으로는 內面으로 자기를 보는 방법인데, 이 때에는 잠생각이 일어나지 않아야 한다. 그러한 상태가 유지가 되면 정신이나 마음이 안정이 되어서 사되고 망령된 것이 침범을 하지 않는 것이다.

【調氣訣】에 “彭祖曰和神 導氣之道 當得密室閉戶 安床 煖席枕高二寸半 正身偃臥瞑目 閉氣於胸膈中 以鴻毛着鼻上而不動 經三百息 耳無所聞 目無所見 心無所思 如此則寒暑不能侵 蜂螫不能毒 壽三百六十歲 此隣於真人也” 調氣하는 방법에 대하여 기술을 하고 있고, 좀더 자세한 방법에 대해서는 아래에 기술이 되어있다. 외부에 전혀 마음이 끌리지 않고, 내부로는 잠생각이 일어나지 않으며 바로 그러한 상황이 외부의 邪氣에 의해서 病이 발생하지 않고, 長壽에 이를 수 있다고 하였다. 그러한 평온한 마음을 가지기 위한 환경 조성으로 조용한 공간, 평안한 방식, 몸을 바르게 하여 눈을 감으며, 앞에서 기술한 호흡을 병행하는 것이다.

養性曰人身虛無 但有遊氣 氣息得理即百病不生故 善攝養者須知 調氣方焉 調氣之法

夜半後 日中前 氣生得調, 日中後 夜半前 氣死不得調 調氣之時則仰臥床 鋪厚<sup>33)</sup> 軟枕 高下<sup>34)</sup> 共身平<sup>35)</sup> 舒手展脚 兩手握固<sup>36)</sup> 去身<sup>37)</sup> 四五寸 兩脚相 去四五寸 數數叩齒 飲

26) 尸: 주관을 한다는 말이다. 누가 그것을 맡아서 하겠는가?

27) 주재자가 따로 있는 것이 아니다.

28) 의식을 할 줄 아는 것을 말하는 것이다

29) 상상을 하라.

30) 호흡의 조절을 지극히 가늘게 하라. 이는 코로 호흡을 할 경우에 깃털을 두어서 깃털이 움직이지 않도록 하여야 한다. 그러한 호흡법은 자연히 하단전으로 호흡을 하는 것으로, 하복부에 힘이 생기는 것이다.

31) 물 한 모금을 마시듯이 숨을 한 번들어 마시는 것을 말한다

32) 남짓, 남게

33) 鋪厚: 두터운 요같은 것을 말한다.

34) 高下: 높이

35) 共: 같이 한다는 말이다. 가까이 한다. 몸과 평행이 되게 한다

36) 兩手握固: 엄지손가락을 나머지 4개의 손가락이 감싸서 꼭지는 것을 말한다.

37) 去身: 몸에 떨어지게 하는 것이다.

玉漿 引氣從鼻入腹足則停止 有力 更取<sup>38)</sup> 久住氣悶 從口細細吐出盡遠 以鼻細細引入 出氣 一准<sup>39)</sup> 前法 閉口 以心中數數 令耳不聞 能至千則去仙不遠矣 若天陰<sup>40)</sup> 風雨大寒 暑勿取氣但閉之라하여 “사람의 몸을 따지고 보면 아무 것도 없고 단지 돌아다니는 氣가 있을 뿐이다. 숨쉬는 氣가 잘 조절되면 온갖 병이 생기지 않는다. 이를 달리 생각하면 호흡의 이상은 바로 질병이 발생할 수가 있다는 의미로 진단에 활용할 수가 있다. 그러므로 섭생을 잘하는 사람은 우선 숨쉬는 것을 잘 조절할 줄 알아야 한다.”라고 하여 호흡을 통한 氣의 조절이 매우 중요함을 말하고 있다.

〈正理〉에서는 “守氣之妙 在乎全精 尤當防其睡眠 夫人過行走 則氣急而喘 甚睡 則氣粗而胸 惟坐靜則氣平而緩”, 醫鑑에서는 “人自十六歲精氣漸減 不但 男女之慾 足以損敗一與 事應則視聽言動 皆耗散精氣之原故 釋氏面壁 仙家坐關<sup>41)</sup> 皆築基煉己 苦行以防耗此神氣 便是長生之術”라 하여, 守氣하기 위해서는 전제 조건이 바로 精을 온전히 하여야 한다. 달리는 것은 氣急하게 하고, 잠을 많이 자면 氣粗해 지는데, 앉아서 조용히 있으면 자연히 氣가 평하여 진다고 하였다. 색욕이나 외부로 오는 모든 자극은 정기를 흩어 버리기 때문에 坐關法을 제시하고 있다. 이는 현대인에게 현란한 불빛이나 색깔 모두는 인체의 정기를 더욱더 모손시키기 때문에 현대인들에게 필요한 수행법으로 생각된다.

### 3) 神에 대한 고찰

【神爲一身之主】에서는 “內經曰心者君主之官神明出焉 無名子曰天一生水 在人曰精 地二生火 在人曰神 回春曰心者一身之主清淨之府 外有包絡以羅之<sup>42)</sup> 其中精華之聚萃者名之曰神 通陰陽 察纖毫 無所紊亂<sup>43)</sup> 內經曰 太上<sup>44)</sup> 養神

其次養形 故養神者必知形之肥瘦榮衛血氣之盛衰 血氣者人之神 不可不謹養也 註云神安則壽延 神去則形弊 故不可不謹養也” 心에서 神明이 나온다고 하여, 神을 心에 귀속시키고 있다. 심장은 淸淨한 창고이기 때문에 고요한 것을 좋아하고 心 가운데에서 가장 맑은 것을 神이라 하였다. 神의 작용은 아주 미세하고 정밀하다고 하였다. 먼저 神(정신)을 기르고 난 다음에 신체를 길러야한다고 하였고, 神을 기르기 위해서는 신체의 肥瘦, 榮衛, 血氣의 盛衰를 알아야 한다고 하였다. 이를 보면 정신을 기르는 것은 신체를 배제할 수는 없는 것이다. 神의 안정은 장수하는 길이라고 하였다.

【心藏神】에서는 “麗山曰心者神明之舍 中虛<sup>45)</sup> 不過徑寸<sup>46)</sup> 而神明居焉 事物之滑<sup>47)</sup> 如理<sup>48)</sup> 亂棼 如涉驚浸<sup>49)</sup> 或怵惕或懲創<sup>50)</sup> 或喜怒 或思慮 一日之間 一時之頃 徑寸之地 炎如火矣 若嗜慾一萌即不善也 歸而勿納 是與良心競<sup>51)</sup> 也 凡七情六慾之生於心 皆然故曰心靜可以通乎神明 事未<sup>52)</sup> 至而先知 是不出戶知天下 不窺廂<sup>53)</sup> 見天道也 蓋心如水之不撓 久而澄清 洞<sup>54)</sup> 見其底 是謂靈明 宜乎靜可以固元氣則萬病不生 故能長久 若一念既萌神馳於外 氣散於內 血隨氣行榮衛昏亂 百病相攻 皆因心而生也 大概怡 養天君<sup>55)</sup> 疾病不作 此治心之法也” 여기서의 기존의 心藏神이라는 문구에 대한 역대의가의 해석에서는 찾아 볼 수 없는 문구이다. 마음이 외부의 자극에 의하여 변화되어지는 미묘한 상황을 잘 기술되어있는 것이다. 이러한 상황을 철저히 우리가 알고 체득한 이후에 바로 환자에게 활용이 되어지는 것이다. 만약에 외부의 스트레스나 극복될 수 없는 상황에서, 마음을 청정하게 하고 마음을 바라볼 수가 있는 상태를 神明 혹은 靈明, 元氣와 통한다고 하였고, 이로 인

38) 자세를 취하고

39) 一准: 한결같이

40) 天陰: 날씨가 흐리는 것을 말하는 것이다.

41) 關: 문을 닫고 앉는 것을 말한다. 외부와의 관계를 단절하고 內觀하는 것을 말한다.

42) 羅之: 쌓여져 있다.

43) 察纖毫 無所紊亂:(가늘 섬, 털 호) 이는 神의 아주 세밀한 작용을 말하는 것이다.

44) 선도에서 나오는 말로, 이들이 추구하는 주목적은 오래 사는 것이다.

45) 中虛: 심장의 공간

46) 徑寸: 지름이 1촌이다.

47) 事物之滑: 원활하게 일을 처리 혹은 대응하는 것

48) 如理: 다스리는 것이다.

49) 如涉驚浸: 갑자기 물이 불어나는 것을 말함. 물이 침입을 하는 것과 같은 것

50) 懲創: 혼날 징, 잘못을 후회하는 것을 말하는 것이다.

51) 良心競: 경쟁하는 것을 말하는 것이다.

52) 事未: 일이 이르기 전에

53) 窺: 창 유, 남쪽으로 난 창

54) 洞: 환하게 보이는 것을 말함.

55) 天君: 마음,心を 비유하여 나타내는 말이다.

하여 우리의 치료력은 향상되어지는 것이다. 이는 치료라는 개념보다는 간접적으로 스스로 치유력이 살아나고 장수 할 수 있다고 하였다. 여기서는 마음을 다스리는 큰법을 이야기하고 있는데, 결국은 평소에도 天君(마음)을 잘 기른다면 병은 절대로 생기지 않는다고 하였다.

【人身神名】

黃庭經曰肝神 龍烟인데 字는 含明이고 形長七寸 靑錦衣鳳 玉鈴狀如 懸瓠<sup>56)</sup> 其色靑紫, 心神 丹元 字 守靈 形長九寸 丹鈴 飛裳<sup>57)</sup> 狀如 未開垂蓮 其色赤, 脾神 常在 字 魂停 形長七寸六分 黃錦之衣 狀如覆盆<sup>58)</sup> 其色黃, 肺神 皓華 字 虛成 形長八寸 素錦衣裳 黃雲之帶 狀如 華蓋<sup>59)</sup> 覆磬 其色紅白腎神 玄冥 字 育嬰 形長三寸六分 蒼錦之衣 狀如圓石 其色黑, 膽神 龍曜 字 威明 形長三寸六分九 色錦衣綠 華裙 狀如 懸瓠其色靑. <黃庭經: 心神章>에서는 心神은 안의 형상을 비유하고, 심장은 오장육부의 으뜸이니 남쪽 방위이면 火色이고 神이 사는 집이므로 수령이라 말한다. 肺神은 심장의 화개이며, 皓는 흰 것이며 서방이요 금색이다. 폐의 색깔이 희고 그 바탕은 가볍고 텅 비므로 虛成이라 했다. 肝神은 肝의 위치는 목행이며 동방 청색의 색이다. 장에서 눈을 주관한다. 해가 동남에서 뜨니 목이 불을 낳으니 함명이라 했다. 腎神은 腎은 물에 속하므로 현명이라 한다. 신장의 장기가 지식이 되므로 잦아 이를 기른다고 했다. 脾神은 脾臟은 중앙의 토위치이다. 고로 상재라하니 곧 황정의 궁이다. 비장은 음식을 갈아서 소화시키므로 정신은 강건해지고 힘은 굳세지므로 魂停이라 한다. 膽神은 빛깔은 청황이다. 고로 용오라 한다. 용간을 주관하므로 위명이라 한다. 밖으로 東方, 靑龍 雷震의 형상을 취한다고 한다(최창록 譯, 1993)

正理曰黃庭經云至道不煩 決存 眞泥丸 百節皆有神 神名最多 莫能枚舉<sup>60)</sup> 身中有三部, 上部八景 發神 胸神 眼神 鼻神 耳神 口神 舌神 齒神, 中部八景 肺神 心神 肝神 脾神 左腎 神右腎 神膽 神喉神, 下部八景腎神 大腸神 小腸神 神 胃神 膈神 兩脇神 左陽神 右陰神 身中有九宮眞人

(心爲絳宮眞人腎爲丹元宮眞人 肝爲蘭臺宮眞人 肺爲尙書宮眞人 脾爲黃庭宮眞人 膽爲天靈宮眞人 小腸爲玄靈宮眞人大腸爲末靈宮眞人 膀胱爲玉房宮眞人). 神을 精神作用으로만 보지않고 神靈의 개념으로도 파악하여 人間의 五藏六腑와 人體의 百節에 모두 神이 존재하고 저마다 神이 있으며 각각의 이름을 가지고 있다. 神에 관해서는 기존의 의서에서는 神에 대해서는 정신기능 즉 神의 생성에 있어서는 생명의 始生과 더불어 부모의 정기 상합하여 육신에 깃든다고 설명이되고, 출생후에는 오미로부터 수곡의 정기를 滋養 받아 활동을 계속할 수가 있는 것이다. 이러한 神의 存在를 心에만 두지않고 나머지 장기에도 神의 所在 개념을 설정하였으며 五臟의 기능과 정신기능과의 관계도 밝히고 있다(김지혁 황의완, 1986). 道敎의 학설은 神의 개념을 더욱 확장을 하여서 인체의 모든 기관에 다 배속을 시키고 있다.

又有元首九宮眞人(腦有九辨故頭有九宮 一曰雙丹宮 二曰明堂宮 三曰泥丸宮 四曰流珠宮 五曰大帝宮 六曰天庭宮 七曰極眞宮 八曰玄丹宮九 曰大皇宮也)

이는 현대해부학적으로 인식을하면 兩顙葉, 兩項葉, 兩顳葉, 兩枕葉, 中央間에 존재하는 뇌부위 총 9개의 부위로 나눈다고 한다(劉燕池, 蔣云卿, 1999).

又有金樓重門 十二亭長 身外有一萬八千陽神 身內有一萬八千陰神 所主者 爲絳宮眞人 卽心主也 又有三身神 四智神 三魂神(爽靈 胎光 幽精) 七魄神(尸狗 伏矢 雀淫 飛毒 天賊 除穢 臭師) 七元八識神 假名 異字 難可悉數 心主乃一身之君 萬神爲之聽<sup>61)</sup>命焉 故能虛靈知覺于變萬化

神은 인체의 생명 활동 및 그의 外在的 表現으로, 神은 人體의 생명활동 및 그 외적 표현을 가리킨다. 五藏六腑에서 心에 귀속되는 神이 있고, 五臟 전부를 총괄하는 다른 神이 또 있다. 神을 인체의 외부에 있는 陽神(1800개)과 내부에 있는 陰神(1800개)이 존재하는데 이 모든 것을 주재하는 것이 心이라 하였다. 현대의 신경이라는 말과도 유사하며, 一切의 思惟 意識 및 身體 活動등이 모두 존재하는 神의 다양한 표현 형태라고 볼 수 있다.

56) 懸瓠: 박을 달아 놓은 것과 같음.  
57) 飛裳: 나뭇기는 모양  
58) 狀如覆盆: 항아리를 덮어놓은 것과 같다.  
59) 華蓋: 우산  
60) 莫能枚舉: 능히 하나하나 열거를 하지 못한다.

61) 聽: 따른다.



#### 4. 상담치료에서의 道의 활용

【以道療病】에서는 “**龐仙曰** 古之神聖之醫 能療人之心 預使不致於有疾 今之醫者 惟知療人之疾 而不知療人之心 是猶捨本逐末 不窮其源 而攻其流 欲求疾愈 不亦愚乎 雖一時僥倖而安<sup>62)</sup> 之 此則世俗之庸醫 不足取也 太白真人曰 欲治其疾 先治其心 必正其心 乃資<sup>63)</sup> 於道 使病者盡去心中疑慮思想 一切妄念 一切不平 一切人我 悔悟 平生所爲過惡<sup>64)</sup> 便當放下<sup>65)</sup> 身心 以我之天<sup>66)</sup> 而合所事之天<sup>67)</sup> 久之遂凝於神 則自然心君泰寧 性地和乎 知世間萬事皆是空虛 終日營爲<sup>68)</sup> 皆是妄想 知我身皆是虛幻 禍福皆是無有 生死皆是一夢 慨然領悟<sup>69)</sup> 頓然<sup>70)</sup> 解釋<sup>71)</sup> 則心地自然清淨 疾病自然安痊 能如是 則藥未到口 病已忘矣 此真人以道治心療病之大法也 又曰 至人治於未病之先 醫家治於已病之後 治於未病之先者 曰治心 曰修養 治於已病之後者 曰藥餌 曰砭熨 雖治之法有二 而病之源則一 未必不由因心而生也” 환자를 치료하는데 있어서 道를 이용하는 방법을 상세히 제시를 하고 있다. 질병을 치료하는데, 먼저 마음을 치료하는 것을 우선을 두고 있다. 병의 발생은 대부분 의심, 걱정, 망념, 불평, 타인과 나라는 분별심, 후회, 평생의 과오 등이 원인이 되어서 생기게 되는 것이다. 결국 병의 치료는 이러한 원인을 어떻게 없애는가 하는 것인데, 여기서 제시하는 방법은 모든 욕심을 없애고 손에서 놓아라 는 것이다. 그러면 본인의 마음과 하늘의 마음이 일치가 되고, 오래되어 자신의 마음을 항상 살펴보면 마음이 편안하여지고 性情이 화평하여 세상의 모든 일이 공허한 것임을 알게된다고 하였다. 나의 욕심이 환상이고, 재앙이나 복도 있는 것이 아니고, 生死와 모든 것이 꿈에 불과한

62) 安: 치료  
 63) 資: 의지하여야 한다.  
 64) 過惡: 악을 없애 버리는 것  
 65) 當放下: 해방하고 풀어주는 것을 말함, 내려놓다, 내버려다. 예를 들면, 放下屠刀 立地成佛: 악한 사람도 회개를 하면 성불할 수가 있다.  
 66) 天: 마음  
 67) 天: 자연의 하늘, 사심이 없는 것을 말함.  
 68) 營爲: 이렇게 할까, 저렇게 할까 구상을 하는 것을 말한다.  
 69) 領悟: 깨닫는 것을 말함.  
 70) 頓然: 확 깨닫는 것을 말함.  
 71) 의문이 풀리는 것을 말함.

것임을 알게 된다. 그것을 깨닫고 알게되면 마음이 맑게 되고, 그러면 자연히 병이 생기지도 않고, 예방도 가능한 것이다. 욕심을 제거하는 방법은 허망하다는 것을 인지와 나서, 순간 마음의 도리를 관찰하고 알아서 욕심이나 마음이 산란하지 않게 한 순간도 마음을 놓치지 말고 잡고 있어야 하는 것이다.

【虛心合道】에서는 “**白玉蟾曰** 人無心則與道合 有心則與道違 惟此無之一字 包諸有而無餘<sup>72)</sup> 生萬物而不竭 天地雖大 能役有形 不能役無形 陰陽雖妙 能役有氣 不能役無氣 五行至精 能役有數<sup>73)</sup> 不能役無數 百念紛<sup>74)</sup> 起 能役有識 不能役無識 今夫修此理者 不若先鍊形 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 故宋齊丘曰 忘形以養氣 忘氣以養神 忘神以養虛 只此忘之一字 則是無物也 本來無一物 何處有塵埃<sup>75)</sup> 其斯之謂乎”.

욕심을 제거를 하면, 道에 합하게 되는데, 無라는 것은 有와 기타 모든 것을, 만물을 살리지만 고갈되지 않고, 음양이나 五行은 한계가 있음을 말하고 있다. 최고의 온전한 정신의 상태는 형체를 잊어서 氣를 기르고, 氣를 잊고 神을 기르고 神을 잊고 虛를 기르는 것이 최고이다. 정신을 응시하여 항상 관찰을 하면 氣가 모이고, 氣가 모이면 丹이 형성이 되고, 丹이 형성이 되면 형체가 굳건하게 되고, 형체가 굳건하면 神이 온전하게 된다. 상담하는데 있어서 의사의 심적상태는 바로 道心, 虛心の 상태를 유지되어야 만이 환자 역시 그러한 상태를 유도하여 유지가 되면, 자연히 치료가 되는 것이다. 虛心の 상태는 <莊子: 人間世>에서 “無聽之以耳 而聽之以心 無聽之以心 而聽之以氣”라하여, 그 말이 의미하는 바를 알아야 하는 것이다. 그 말의 이면에 있는 의미를 알기 위해서는 虛心の 상태에 가야만이 가능한 것이다. 그러나 환자와의 상담에 있어서 기교를 통한 대화는 치료력이 적거나 지속력이 없으며, 치료력의 증대를 위해서는 반드시 의사의 체득을 통한 심적인 道의 상태나 虛心の 상태를 꼭 체득을 통하여

72) 無餘: 남김없이  
 73) 數: 헤아릴 수가 있다. 형체화되는 바로 개체화되는 것을 말하는 것이다.  
 74) 紛: 겁잡을 수 없이  
 75) 本來無一物 何處有塵埃: 육조단경에 나오는 본래의 문구는 “菩提 本無樹 明鏡 亦非臺, 本來無一物 何處惹塵埃.”로 기재되어있다.

나타나야만 되는 것이다.

【五志相勝爲治】에서는 “丹溪曰五志之火鬱而成痰爲癩狂宜以人事制之如怒傷肝者以憂(一作悲)勝之以恐解之喜傷心者以恐勝之以怒解之思傷脾者以怒勝之以喜解之憂傷肺者以喜勝之以思解之

恐傷腎者以思勝之以憂解之驚傷膽者以憂勝之以恐解之悲傷心包者以恐勝之以怒解之此法惟賢者能之” 이러한 법을 상용하는 사람은 賢者라야 만이 능히 치료할 수 있다고 한 것은 그 만큼 정신치료의 기술이 어렵다는 것을 말하는 것이다. 이러한 감정을 이용하여 치료하는 방법은 단지 흉내만을 내어서 가능한 것이 아님을 말한 것이다. 상담이라는 용어는 서의학적인 표현이고, 환자나 상대에게 氣적인 변화를 가장 빠르게 변화를 유도할 수가 있는 방법은 氣의 표현인 말로 나타내는 것이다. 일반적인 경우를 보더라도 외적인 물리적인 자극보다는 말로 상대의 기분이나 氣의 변화를 유발할 수가 있다.

“一女許婚後 夫經商二年不歸 其女因不食 因臥如痴 無他病 多向裏床坐 此思想氣結也 藥獨難治得喜可解 不然令其怒 于自往激之 大怒而哭 至三時許 令父母解之 與藥一貼 即求食矣 子和曰 病雖愈 必得喜方已 乃給以夫回 既而果然 病不舉矣 盖脾主思 過思則脾結而不食 怒屬肝木 怒則木氣升發而衝開脾氣矣(丹溪)” 위의 임상 케이스는 藥과 상담요법을 겸용하여 치료하고 있는데, 木氣의 대표적인 升發하는 기운으로 脾의 結氣를 푸는 방법으로 木克土의 ‘五志相勝治療法’을 제시하고 있다. 이런 경우는 요즘 우리가 환자에게 상용하는 방법으로 좀 더 세련된 방법이 한의학적인 이론을 바탕으로 제 정립이 되어야 한다.

“婦人 飢不欲食 常好怒罵 欲殺左右 惡言不輟 衆醫不效 戴人視之曰 此難以藥治 乃使二媪 各塗丹粉作伶人狀 其婦大笑 次日又作角觚 又大笑 其傍常以兩箇能食之婦 誇其食美 病婦亦索食 而爲一嘗之 不數日 怒減食增 不藥而差 後生一子 夫醫貴有才 無才則何以應變無窮(子和)” 이 경우는 오행의 상생 상극과는 별도의 경우이다. 모든 감정을 반드시 오행의 이론에 귀속할 수 없는 경우가 있으므로, 감정에 대한 이해의 정도를 좀 더 포괄적으로 이해가 필요할 것으로 본다. 즉 怒를 喜로 치료한다는 것은 분노를 발생하는 경우에 웃으면 어느 정도는 노기가 없어지는

것은 사실이다. 그러나 이를 한의학적인 개념으로 이해하기 위해서는 절대적인 음양논적인 개념으로 이해하기 보다는 상황에 대한 적절한 氣의 조화를 우선으로 두어서 좀 더 세분적인 氣의 조절에 대한 연구가 더 있어야 할 것으로 생각된다. 장자화의 <유문사친>의 임상케이스에도 오행의 개념에 매이지 않고, 사물을 보는 시야의 확대로 자유자재로 환자 치료에 응용을 하고 있다.

【常法治驚】에서는 “一婦人 夜值盜劫 大驚 自後聞有響 即驚倒 不省 醫作心病治 不效 戴人見之曰 驚者爲陽 從外人 恐者爲陰 從內出 驚者爲自不知也 恐者爲自知也 膽者 敢也 驚怕則膽傷矣 乃執兩手按於交椅上 當前置一几 謂之曰 娘子當視此 一木猛擊之 其婦大驚 疾少時又擊之 驚少緩 連擊四五次 然後徐徐驚定而嘆曰 是何治法 戴人曰 驚者平之 平者常也 平常見之 必無驚矣 是夜擊門窓 自昏達曙 熟臥不聞 夫驚者神上越也 從下擊几<sup>76)</sup> 使之下視 所以收神也(張子和)” 놀란 환자에게 사용된 임상안으로 ‘五志相勝治療法’의 틀에 짜여진 방법에 구애됨이 없이, 자꾸 반복적인 자극을 주거나 약하게 줌으로 자극에 익숙해지는 방법이다. 이러한 치료법은 장자화의 독창적인 해석으로 요즘 사용하고 있는 계통적 탈감각요법과 유사하다.

이상과 같은 ‘五志相勝療法’은 <儒門事親: 九氣感疾更相爲治衍>에서 “천 명중에 한 두 명뿐인데, 도리어 화를 불러들이는 꼴이 되어, 죽음을 초래하는 일이 있어, 이러한 상담기술이란 본래 지극히 정밀하고 지극히 은밀한 방법인데, 능히 스스로 보존하지 못한다면 천한 기술 밖에 안되다”고 하여, 주의를 요하고 있다. 상담요법에 이론은 한의학 자체에 많은 곳에 산재되어있으며, 과연 어떤 경우에 이러한 방법을 선택하여 사용하는가하는 문제에 대해서는 앞으로 더 연구가 있어야 한다.

### 5. 기공의 운용 방안에 대한 고찰

【搬運服食】에서 “養性書曰 凡人修養 攝生之道 各有其法 大藥勿要損精耗氣傷神 此三者道家謂之 全精 全氣 全神是也 每於鷄鳴時 便可起坐 擁衾<sup>77)</sup> 調息 叩齒聚神 良久

76) 從下擊几: 아래에서 췌를 두드린다.  
77) 擁衾: 안을 움, 이불 끄

神氣既定 方行火候搬運 數十遍<sup>78)</sup> 便覺渾身和暢 血脉自然流通 當此之時 華池水生 神氣滿谷 便當<sup>79)</sup>大漱嚥下 納入丹田以補元陽. 如搬運了就喫 平昔 補養的藥餌. 以兩手摩擦令熱 乃行導引之法 行畢 方可櫛 漱洗盥乃 焚香默誦洞章<sup>80)</sup> 一遍 逍遙步庭 約行百步. 待日高三五丈 方可食粥 食畢以手捫腹 行二三百步 此養生大略 不可不知. 胎息論曰 凡服食 須半夜子後 瞑目盤坐 面東呵出 腹內舊氣三兩口<sup>81)</sup> 然後停息 便於鼻內微納清氣 數口. 舌下有二穴 下通腎竅 用舌柱上顎 存息<sup>82)</sup>. 少時津液自出 灌漱滿口 徐徐嚥下 自然灌注五藏. 此爲氣歸丹田矣<sup>83)</sup>. 如子後丑前不及 寅前爲之亦可 臥中爲之亦可. 又曰人能常食玉泉 令人長年 面有光色. 玉泉者口中唾也 鷄鳴時 早晨時 日出時 禺中時 日中時 哺時 日沒時 黃昏時 夜半時 一日凡九次漱口嚥之”. 기운을 돌려서 氣를 기르는 방법을 제시하고 있는데, 氣를 돌리는데 있어서 하나의 매개체로 타액(華池)을 두고 있다. 督脈經을 통해서 상단전으로 가서, 입안에서 타액이라는 매개체를 통하여 任脈으로 가는 교량 역할을 하는 것이다. 타액은 氣의 응체로 몸 안에서 혈액이 잘 통하여야만이 타액이 잘 생기고 타액을 입안에서 양치질하듯이 하여서 丹田으로 내려보내면 元陽을 도와주는 된다. 이때 반드시 任脈經으로 내려보낼 때는 意念하여야 한다. 손가락으로 머리털을 빗질하듯이 하고, 향을 피우고 독송을 하여 마음을 안정시켜야 한다.

【按摩導引】에서는 “養生書曰 夜臥覺 常叩齒九通 嚥唾 九過 以手按鼻之左右上下數十過 又曰每朝早起啄齒 并漱津唾滿口嚥之. 縮鼻閉氣 以右手從頭上引左耳 二七 復以左手從頭上引右耳 二七令. 耳聰延年.

又曰 熱摩手心 熨兩眼 每二十遍 使人眼目自然無障翳 明目去風. 頻拭額上 謂之修天庭 連髮際二七遍 面上自然光澤. 又以中指於鼻梁兩邊指二三十遍 令表裏俱熱 所謂灌漑<sup>84)</sup> 中岳<sup>85)</sup> 以潤於肺. 以手摩耳輪 不拘遍數 所謂修其城

郭 以補腎氣 以防聾聵 騫仙有歌曰 閉目冥心坐 握固 靜思神(握固者 以大指在內 四指在外而作拳也) 叩齒三十六(以集心神) 兩手抱崑崙(崑崙頭也 又兩手向項後 數九息勿令耳間) 左右鳴天鼓 二十四度聞<sup>86)</sup>. (以兩手心掩兩耳 先以第二指壓中指 彈腦後) 微擺撼天柱(搖頭左右顧 肩膊隨動 二十四度) 赤龍攪水渾(赤龍舌也 以舌攪口中 待津液生而嚥之) 漱津三十六 神水滿口勻(神水 口中津也) 一口分三嚥(所漱津液分作三口 作汨汨<sup>87)</sup>聲而嚥之) 龍行虎自奔(液爲龍 氣爲虎) 閉氣搓手熱(鼻引清氣 閉之 少頃 搓手令極熱<sup>88)</sup> 鼻中徐徐放氣出) 背摩後精門(精門者 腰後外腎也合手心摩畢 收手握固) 盡此一口氣(再閉氣也) 想火燒臍輪(想心火下燒丹田 覺熱極即用後法) 左右轆轤轉<sup>89)</sup>(俯首擺撼兩肩三十六 想火自丹田透雙關<sup>90)</sup> 入腦戶鼻引清氣閉少頃 兩腳放舒伸(放直兩腳) 叉手雙虛托(叉手相交向上三次或九次) 低頭攀<sup>91)</sup>足頰(以兩手向前鉤雙脚心十三次 乃收足端坐). 以候逆水上(候口中津液生 如未生 急攪取水如前法) 再漱再吞津 如此三度畢 神水九次吞(一口三嚥三次爲九) 嚥下汨汨響 百脉自調勻 河車搬運訖(擺肩并身二十四 及再轉轆轤二十四次) 發火遍燒身(想丹田火 自下而上遍燒 此時口鼻皆閉氣少頃) 邪魔不敢近 夢寐不能昏 寒暑不能入 灾病不能遁 子後午前作 造化合乾坤 循環次第轉 八卦是良因” 기공에서 다루어하는 手作業으로 熱摩手心 熨兩眼하는 방법이 있는데, 이는 손바닥을 마찰을 일으켜서, 그 열을 양 눈부위에 대는 것을 말하는 것이다. 눈의 치료에 응용을 하고 있으며, 기공을 한 이후에 손부위에 남아있는 氣를 자차 눈을 통하여 흡수시키는 의미도 있다.

뇌에 대한 자극으로는 위와 아래의 잇빨을 마찰하는 叩齒하는 방법, 손바닥으로 귀를 감싸서 손가락으로 腦의 후두부를 진동시키는 鳴天鼓法이다. 기공을 하는 도중에

78) 遍: 번, 횟수

79) 便當: 곧, 바로

80) 洞章: 유교의 경우는 논어나 대학을 읽어도 마찬가지이다.

81) 口: 물 한입이나 한 모금을 말한다.

82) 存息: 숨을 멈춘다.

83) 氣歸丹田: 氣 따라 침이 흘러 丹田으로 가는 것이다.

84) 灌漑: 氣를 주입하는 것이다.

85) 中岳: 콧등 즉 중앙을 말하는 것이다. 관상학적으로 이마는 복악을 말하고 턱은 남악을 말하는 것이다.

86) 聞: 소리가 머리 안에서 울리는 것을 알아야 한다는 말이다

87) 汨: 물을 마시는 소리가 나는 것을 말한다.

88) 極熱: 끝어 들이다.

89) 轆轤轉: 도르레, 풀무 같은 것.

90) 關: 빗장관, 막는 것을 말한다. 충격을 받아서 뇌로 들어가는 것을 막는 것을 말한다.

91) 低頭攀 머리 잡을 반: 산에 오르기 위해서 나무를 잡을 때의 표현을 말하는 것이다.

생기는 타액은 입안에 모아서 휘젓듯이하여(攪). 이를 3 번 나누어서 삼키는데, 삼킬 경우에 소리가 나도록 한다.

또한 기공에서 의념하는 것이 매우 중요하게 여기는데, 心火가 배꼽을 태운다는 것을 상상하고 丹田에 열이 심해지는 것을 느끼라고 말하고 있다.

【丹田有三】에서는 “仙經曰腦爲髓海 上丹田心爲絳宮 中丹田臍下三寸爲 下丹田下丹田藏精之府也 中丹田藏神之府也 上丹田藏氣之府也 悟真篇註曰人之一身稟天地之秀氣而有生 託陰陽陶鑄而成形 故一身之中以精氣神爲主 神生於氣 氣生於精 故修真之士 若執己身而修之 無過煉治精氣神三物已”라 하고, 【背有三關】에서는 “仙經曰背後有三關 腦後曰玉枕關 夾脊曰轆轤關 水火之際曰尾閭關 皆精氣升降往來之道路也 若得斗柄之機斡<sup>92)</sup> 運則上下循環如天河<sup>93)</sup>之流轉也 翠虛篇曰 採之煉之未片餉<sup>94)</sup>(採鍊)一氣 眇眇<sup>95)</sup>通三關 三關來往氣無窮一道白脉朝泥丸 泥丸之上紫金鼎 鼎中一塊 紫金團化爲玉漿<sup>96)</sup>流入口香 清爽<sup>97)</sup>舌端

參同契註曰人身氣血往來循環于上下晝夜不停 猶江河之水 東流至于海而不竭殊不知 名山大川孔穴皆相通也 水由地中行 蓋循環相往來也日月之行亦然” 精氣神 三寶說은 上·中·下 三丹田과 관련이 있어 仙經에 이르기를 “上丹田은 腦에 있어 腦髓가 되고 氣를 저장하는 부위이며, 中丹田은 心臟에 있어 絳宮이 되고 神을 저장하는 부위이며, 下丹田은 在下三寸에 있어 精을 藏하는 부위이다.”라고 하였다.

또 三寶說은 등에 있는 三關과 관련이 있어 上關은 腦의 뒷부분에 있는 관문을 玉枕關이라고 하고, 中關은 夾脊에 있는 관문을 轆轤關이라고하며, 下關은 水火之際에 있는 관문을 尾閭關이라고 한다. 內丹術에 있어서 氣를 下丹田에 집중하고서 任脈, 督脈을 도는 경로를 타는데 대개 첫번째 관문에 해당하니 精氣가 升降往來하는 도로이다. 三丹田과 三關은 上·中·下의 의미에서는 相通하지만 三丹田은 身體前面의 任脈의 裏面に 존재하고 三關

은 身體後面의 督脈上에 위치한다. 三丹田과 三關은 水位上에 있어서 上中下가 각기 前後로 相通하는 의미를 가지고 있다. 內丹術에는 몸을 爐鼎에 비유하여 丹을 製造하고 그것을 저장하는 장소를 丹田이라 하는데 위치에 따라서 上·中·下丹田으로 나눈다. 보통 단전은 하단전을 말하며 任脈중의 關元, 石門, 氣海, 陰交에 이에 해당한다 (도광순 역, 1992).

內丹術은 精을 이겨서 만드는 것이므로, 우선 下丹田에 呼吸과 神을 집중해 丹을 만들고, 그 丹은 氣로 변해 督脈을 거쳐 위로 올라가 上丹田에 이르고 이어서 任脈을 내려가는데 그 사이에 氣는 精으로서 그 곳에 쌓이게 된다. 下丹田은 男子에게는 精宮이요, 女子에게는 胞宮이어서 任脈과 督脈과 衝脈이 모두 會陰에서 起한다고 하였다. 督脈은 身後의 陽을 주관하여 陽脈之總督이고 任脈은 身前の 陰을 주관하여 각기 陰脈之海와 十二經之海이다. 督脈과 任脈은 人體의 南北에 해당된다. 故로 下丹田은 精氣神의 根源處이며 精氣와 全身의 經脈의 根源이 이를 중심으로 하는 하나의 시스템이 되어 중추적 역할을 다한다.

泥丸, 絳宮<sup>98)</sup> 등에 각각 精·氣·神이 있다고 적혀 있다. 즉, 天谷泥丸은 藏神之 腑, 膻谷絳宮은 臟氣의 腑, 영곡關元은 藏精의 腑라 하며 上·中·下丹田에 精·氣·神이 대응하고 있다. 上丹田의 명칭에는 泥丸·乾頂·天谷·內院이라 하고, 中丹田은 絳宮·黃堂·土府·玄竅라고 하며, 下丹田은 關元·氣海·神爐·天樞·土釜라는 別稱을 갖고 있다.

【還丹內煉法】에서는 “金丹問答曰 金液者金水也 金爲水母 母隱子胎 因有還丹之號也 前賢有曰丹者丹田也 液者肺液也 以肺液還于丹田故曰金液還丹 贈謙 高士歌曰 君且聽我試說語 無多真妙訣 夜深龍吟虎嘯時(깊은 밤에 용이 속삭이고, 호랑이가 휘바람을 불 때), 急駕河車<sup>99)</sup> 無暫歇(급히 하거를 타고), 須與機<sup>100)</sup>入泥丸頂(잠시 끌어 당겨

92) 斡: 관리할 알, 빙빙 도는 것을 말하는 것이다.

93) 天河: 은하수

94) 片餉: 먹을 향, 공기 중에서 내 몸에 필요한 것을 섭취하는 것을 말함.

95) 眇眇: 작다는 의미, 자기가 느끼 것을 말하는 것이다.

96) 玉漿: 꿀수, 혀밑에 나오는 맑은 침

97) 遍: 골고루

98) 玉枕(牛車), 夾脊(鹿車), 尾閭(羊車), 泥丸(鼎, 乾), 絳宮(心), 丹田(爐: 화로, 爐), 會陰(坳)

99) 河車: 적하거, 자하거, 도교의 좋은 약이다. 단전의 기운이 척추로 들어가서 대뇌에 들어간다. 바로 河車가 실고 가는 것이다. 河車라는 것은 바로 수레라는 의미이다.

100) 機: 잇을 반

서 머리 꼭대기에 들어가서), 進火<sup>101)</sup> 玉爐<sup>102)</sup>(등잔불을 밝혀서 눈을 녹이니), 華池神水<sup>103)</sup> 湛澄澄(침이 더욱 맑구나), 澆灌黃芽<sup>104)</sup> 應時節(너수에 물을 대니 시절에 응한다), 瓊漿玉液 頻吞嚙(침을 자꾸 삼키니), 四體熏蒸 顏色別<sup>105)</sup>(은 몸이 열이 나고 안색이 윤택하구나), 傍門<sup>106)</sup>小法 幾千般(이외의 주장하는 것은 적게 보이고, 방법은 여러 가지지만), 惟此道 最直截<sup>107)</sup>(오직 이 도리가 최고이다), 易真論曰 大修行人既得刀圭<sup>108)</sup>入, 口運已眞火以養之, 凡運火之際, 忽覺尾閭有物, 直衝<sup>109)</sup>夾脊雙關, 漚漚<sup>110)</sup>有聲逆上泥丸, 復自泥丸觸上顎 顛顛<sup>111)</sup>降入口中, 味如水酥 香軟美 覺有此狀乃是金液還丹也 徐徐嚙歸丹田 常常如此 不絕則五藏清虛 閉目內觀藏府<sup>112)</sup> 歷歷如照燭 漸次有金光罩<sup>113)</sup>身 此乃眞景象也” 氣의 운행 과정을 상술하고 있는데, 進火를 하여서, 火를 돌릴 때에 인체의 순환과정을 기술하고 있는데, 먼저 尾閭穴에서 물질이 있는 느낌을 느끼고, 夾脊에 자극을 주어서 머리에 까지 거꾸로 올라가서 상악에서 타액을 통하여 서로 연결되고 구강을 통하여 하단전으로 氣가 내려가는 것을 말하는 것으로 이를 金液還丹이라고 한다.

“愚謂目之所至<sup>114)</sup>, 心亦至焉故內煉之法, 以目視鼻 以鼻對臍 降心火入于丹田 蓋不過 片餉功夫而已”

여기서 허준의 독창적인 말이 인용이 되는데, 內煉의 방법을 이야기하고 있는데, 우선 눈으로 코의 끝을 바라보고, 코의 끝은 배꼽을 바라보게 하면, 心火가 丹田으로 들어가는 것이라고 하였다. 이는 선가에서 말하는 참선의 방법과 일치하고 있다.

### III. 結 論

1. 精·氣의 조합이 잘 되면 정신(神)구현이 원만해지고, 形을 기르는 것이 바탕이 되어야 하는데, 形과 神에서 는 神을 우위에 두고 있다.

2. 精·氣·神은 인체의 三寶로 구성요소이며, 질병이 생기는 원인 역시 精·氣·神의 이상에 의하여 나타난다.

3. 도가에서 본 精·氣·神의 순환과정은 타액이라는 매개체를 통하여 순환하고, 의념을 중요시하고 있다.

4. 道의 치료법은 욕심을 제거함으로써 마음의 안정을 얻고 그러면 자연히 병은 물러가는 것으로, 동양인의 정서에 가장 이상적인 정신치료법이다.

5. 마음의 병의 원인은 망상, 미래에 대한 불안으로 心火의 발생으로 예방적인 관점에서 치료법이 기재 되어있어 이를 현대적인 의미로 활용하는 방법을 앞으로 연구하여야 한다.

### 參考文獻

1. 許 浚: 東醫寶鑑, 北京, 中國中醫藥出版社, 1995.
2. 李時珍: 本草綱目, 韓國, 高文社, 1983, p. 1108.
3. 王清任: 의림개찰, 중국의학출판사, 1995.
4. 陸潛虛眞人: 南華眞經副墨, 自由出版社, p. 172.
5. 張子和: 儒門事親, 台北, 旋風出版社, 1967, p. 23.
6. 황의완, 김지혁: 동의정신의학, 서울, 현대의학서적사, 1992, p. 40.
7. 이동식: 한국인의 주체성과 도, 서울, 일지사, 1997, p.

101) 進火: 불을 당겨서  
 102) 玉爐: 등잔불, 단전의 기운이 척추를 통하여 체온이 올라가는 것을 말하는 것이다.  
 103) 神水: 맑은 물이 솟아 나오는 것과 같은 것이다. 침이라는 것도 단전에 火氣가 들어가야 잘 이루어지는 것이다.  
 104) 黃芽: 봄에 수양버들이 처음 나오는 시기, 배추색과 같은 것을 말함.  
 105) 別: 윤택하다, 특별하다.  
 106) 傍門: 종교의 경우는 불교에 들어가는 문으로, 이 외에 주장하는 것은 적게 보이는 것을 말한다.  
 107) 가장 지름길이다, 곧 바로 가는 것을 말하는 것이다.  
 108) 刀圭: 1. 약방울 쓰는 것을 말한다. 약을 쓰는 작두나 저울을 말하는 것이다. 2. 약물을 말한다.  
 109) 直衝: 충격을 주는 것을 말한다.  
 110) 漚漚: 소리를 느끼는 것을 말하는 것이다.  
 111) 顛顛: 물이 콧관 나오는 것을 말하는 것이다.  
 112) 閉目內觀藏府: 장부를 들여다보는 것을 말하는 것이다. 즉 장부 쪽으로 정신을 집중하는 것을 말하는 것이다. 마음의 눈으로 바라보라는 것이다.  
 113) 罩: 보쌌 조  
 114) 이 문장은 허준선생이나 초기에 동의보감을 편찬한 도가들이 말한 문장으로 볼 수가 있다.

159.

8. 이동철 譯: 氣 흐르는 신체, 서울, 열린책, 1996, p. 219.
9. 김지혁, 황의완: 대한한의학회지 제 7권 제 1호, 1986.
10. 金 濂: 동의보감 편찬의 역사적 배경과 의학논, 서울 대학교대학원, 2000.
11. 劉燕池 蔣云娜: 중국중의기초의학잡지, 제5권 제11期 1999년

= Abstract =

## A study about Psychotherapeutic application with Three Valuable Properties, Essence, Vital force and Spirit in Dong-Eui-Bo-Kham

**Byungsoo, Goo**

Dept. of Neuropsychiatry, College of Oriental Medicine, Dong-Guk University, Seoul, Korea.

1. Essence and Spirit of association go well, embodiment of mind goes well.
2. Being component part by Three Valuable Properties of human body that is Essence, Vital force and Spirit. Cause that disease results is something wrong of Essence, Vital force and Spirit.
3. Essence, Vital force and Spirit cycle that see in Doga is that circulate through intermediate of saliva.
4. Morality curative means getting stability of mind as removing greed and it is that disease moves backward then naturally.
5. Fantasy and uneasiness about the future is cause of disease of mind.