

新刊京本活人心法을 통해 본 朱權의 양생사상

경희대학교 한의과대학 의사학교실 殷哲玟·金南一

I. 서론

우리는 살아가면서 많은 문제들에 부딪치고 있다. 그럴 때마다 어떤 선택을 하느냐에 따라 삶은 여러 형태로 바뀌게 된다. 이런 선택의 기로에 섰을 때 우리에게는 무언가 판단의 기준이 있기 마련이다. 간단한 문제들은 일상적인 경험에 의해 해결할 수 있겠지만 삶의 형태를 뒤바꿀 만한 큰 문제에 부딪혔을 때에는 도무지 어떤 선택이 옳은 것인지 답답한 경우가 많다. 간단한 일에서부터 복잡한 일에 이르기까지 우리의 선택에 의한 행동은 무언가 결과를 낳게 된다. 또한 우리는 일일이 알수 없는 복잡한 관계에 얽혀 있어 그 안에 존재하는 인과관계의 영향을 받고 있기도 하다. 이런 모든 인과관계는 무수히 많은 일들을 낳고 있으며, 의학의 대상인 질병도 바로 이 틀 안에서 논해질 수 있는 것이다. 朱權의 『活人心法』도 바로 이런 인과관계를 보는 시각을 우리에게 제공하고 있다. 『活人心法』에서 老子, 太白眞人の 말들을 인용하고 있는 데서 알 수 있듯이 朱權은 일상생활에서의 선택에 작용하는 판단의 기준에서부터 알 수 없는 많은 인과관계를 보는 시각에 이르기까지 道家思想의 입장에서 삶의 방법을 제시하고 있다. 그리고, 朱權은 이런 뜻을 醫와 仙의 결합이라는 하나의 구체적인 삶의 형태로 보여주고 있다. 이제 朱權의 이런 생각을 통해 의학의 길을 탐색해 보기로 하겠다.

II. 본론

1. 朱權과 『活人心法』

(1) 朱權에 대하여

朱權은 中國 明 洪武皇帝 朱元璋의 제 16자이다. 시호를 ‘獻’이라 하여 후에 寧獻王으로 불렸으며, 1378년에 태어나 1448년에 사망한 것으로 알려져 있다. 清代의 사람인 錢謙益의 기록을 통해 그의 생애를 간략하게 살펴 보면 다음과 같다. “寧獻王 權은 高皇帝의 열여섯째 아들로, 태어날 때부터 신령스런 자태로 사리에 밝고 재주가 뛰어났다. 흰 피부에 아름다운 수염을 지녔으며 말을 잘 할 수 있을 때부터 스스로 大明奇士라 칭하였다. 학문을 좋아하고 옛것에 두루 통해 보지 않은 책이 없을 정도였고, 불가와 도가 공부에도 힘을 쏟았으며, 특히 역사에 더욱 깊었다. 洪武 24년에 大寧國의 王으로 책봉되었는데, 文皇帝가 즉위한 후 다시 南昌으로

옳겨 봉해졌다. 靖難의 공을 믿고 자못 교만방자했는데, 원망을 많이 받으면서도 겸손할 줄을 몰랐다. 만년에는 스스로 깊이 닦고 날로 冲學를 사모하여 自號를 臞仙이라 하고 建生 墳 綴嶺 위에 자주 가 노닐었다. 많은 책들 가운데 秘本이 있으면 나라 안에 간행해 내지 않은 것이 없었다. 저작으로는 通鑑博論二卷, 漢唐秘史二卷, 史斷一卷, 文譜八卷, 詩譜一卷, 神隱 肘後 神樞 各二卷, 壽域神方四卷, 活人心二卷, 太古遺音二卷, 異域志一卷, 遐齡洞天志二卷, 運化玄樞, 琴阮啓蒙各一卷, 乾坤生意, 神奇秘譜各三卷, 采芝吟四卷이 있다. 기타 주석 수십 종이 있는데 經, 子, 九流¹⁾와 星, 曆, 醫, 卜, 黃治²⁾ 등의 諸術이 모두 담겨 있다. 古今을 통해 저술의 풍부함에 있어 王을 뛰어넘을 자가 없었다. 또한 家訓六篇과 寧國儀範七十四章을 지었다.(寧獻王 諱 權 高皇帝十六子 生而神姿明秀 白皙美鬚髯 始能言 自稱大明奇士 好學博古 諸書無所不窺 旁通釋老 尤深于史 洪武二十四年(1391) 冊封之國大寧 文皇帝踐祚 改封南昌(1403) 恃靖難功 頗驕恣 多怨望不遜 晚年深自韜晦 益慕冲學 自號臞仙 建生墳綴嶺之上 數往遊焉 凡群書有秘本 莫不刊布國中 所著通鑑博論二卷 漢唐秘史二卷 史斷一卷 文譜八卷 詩譜一卷 神隱 肘後神樞各二卷 壽域神方四卷 活人心二卷 太古遺音二卷 異域志一卷 遐齡洞天志二卷 運化玄樞 琴阮啓蒙各一卷 乾坤生意 神奇秘譜各三卷 采芝吟四卷 其他註釋數十種 經子九流 星曆醫卜 黃治諸術皆具 古今著術之富 無逾王者 又作家訓六篇 寧國儀範七十四章)” 이 기록을 통해 볼 때 朱權은 여러 분야에 두루 통한 사람이었으며, 만년에 이르러 한 때의 교만함을 닦고 道家에 침잠한 것으로 보인다. 『活人心法』은 그의 대표적 저작 가운데 하나로 그 저작연대를 이르게는 14세기 말로 보는 경우도 있으나, 위의 기록을 볼 때 朱權이 自號를 臞仙이라 한 것은 그가 南昌의 王으로 봉해진 1403년 이후의 일이고, 『活人心法』에 자신을 지칭하는 ‘臞仙’이라는 말이 나오므로 그 저작연대를 15세기 초로 잡아야 할 것이다³⁾.

(2) 판본에 대하여

『活人心法』은 明代 초 朱權의 저작으로서 ‘活人心’, ‘活人心法’, ‘活人心方’, ‘臞仙活人心法’, ‘臞仙活人心方’ 등의 여러 이름으로 불리는데, 원본이 실전된 탓으로 간행되었던 당시의 서명은 정확히 알 수 없다. 현재는 朝鮮에서 간행된 판본만이 남아 있으며, 宣祖 18년(1585)에 간행된 『考事撮要』에 『活人心法』이 조선의 羅州, 慶州, 晉州에서 간행되었다는 기록이 있다. 필자가 연구에 사용하고 있는 판본은 1541년 羅州에서 전라도관찰사 安珪에 의해 간행된 것이다. 제목이 『新刊京本活人心法』으로 되어 있고, 현재 中國 北京大學 圖書館 館藏善本醫書로 지정되어 있다. 이 책에는 원본의 내용과 함께 朝鮮의 經驗方과 安珪의 跋文이 덧붙여져 있다.

- 1) 九家라고도 한다. 중국 전국시대의 아홉 학파 즉 儒 道 陰陽 法 名 墨 縱橫 雜 農을 말한다.
- 2) 道家에서 丹砂를 황금으로 변화시키는 方術이다.
- 3) 『中醫聯合圖書目錄』(中醫古籍出版社, 1991년판, p218)에는 그 저작연대가 1424년으로 추정되어 있다.

(3) 저술의도

朱權은 活人心法에서 醫家와 仙家の 결합을 추구했다. 질병이 발생한 후 치료하는 것보다는 미리 예방하는 것을 중요시하고, 질병의 치료에 있어서도 마음을 다스리는 것을 가장 근본적인 치료로 본 것이다. 이런 그의 의도는 서문에 잘 나타나 있다. 그는 서문에서 “至人は 병이 들기 전에 다스리고, 醫家は 이미 병든 후에 다스린다. 병이 들기 전에 다스리는 사람은 治心과 修養을 말하고, 이미 병든 후에 다스리는 사람은 藥餌와 砭熨을 말한다. 비록 다스리는 법은 들이지만 병의 근원은 하나이니, 心으로 말미암아 생기지 않는 것이 없다.(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.)” 이것은 의학의 입장에서 볼 때 마치 의학의 道와도 같은 것이라 할 수 있다. 이런 생각을 바탕으로 그는 간결한 언어로써 醫家와 仙家の 사고를 집약시켜 놓았다. 이런 뜻을 그는 다음과 같이 말하고 있다. “비록 일상적인 말들이지만 가장 道의 묘함에 부합된다. 이제 二家の 說을 모아 스스로 새로운 일가의 말로 만들어 上下 2권으로 펴내고 이름하여 活人心이라 하니, 常存하여 사람을 구하는 마음을 이름이며 사람의 생을 온전하게 하여 함께 오래 살고자 하는 것이다.(雖常俗之語 最合於道妙. 今述其二家之說 自成一家新話 編爲上下二卷 目之曰活人心 謂常存救人之心 欲全人之生 同歸於壽域也.)” 그래서, 상권에는 첫머리에 상권의 대의를 적은 내용(제목이 없음)이 나오고 이어 中和湯, 和氣丸, 養生之法, 治心, 導引法, 去病延壽六字法, 保養精神, 補養飲食 등의 養生에 관한 내용이 실려 있으며, 하권에는 玉笈二十六方, 加減靈秘十八方이라는 임상처방들이 실려 있다.

2. 朱權의 양생사상

(1) 심신관

우리는 살아가면서 이 세계의 근원은 무엇인가에 대한 물음을 갖게 된다. 이것은 이 세계가 어떻게 생겨나 어떻게 존재하는 것인가에 대한 물음이라 할 수 있다. 사람이 자신의 부모가 누구인지 모르면 알고 싶어하는 것이 인지상정이듯이 이 물음에 대해서도 수많은 사람들이 남겨 놓은 사고의 흔적들을 찾아볼 수 있다. 朱權(이하 臞仙으로 함)의 『活人心法』도 바로 이런 예들 중의 하나라고 볼 수 있다. 臞仙은 ‘保養精神’에서 “夫有者因無而生焉.”이라는 말을 하고 있다. 즉 이 세계에 존재하는 모든 것들이 無로부터 나온다는 것이다. 이런 뜻은 『老子』一章에도 잘 나타나 있다. 즉 “無名天地之始 有名萬物之母”라고 한 것이다. 그리고, 無로부터 有가 생겨나는 것에 대해 『老子』六章에서는 다음과 같은 말을 하고 있다. “谷神不死 是謂元牝 元牝之門 是謂天地根 緜緜若存 用之不勤.” 이 내용을 볼 때 無는 有를 生함에 있어 그 작용이 무한대와도 같이 다함이 없다는 것이다. 그렇다면 이 無라는 이름은 어떤 상태를 나타내는 것인가. 유감스럽게도 우리의 일상적인 마음상태로는 이 無라는 것을 이해할 수 없다. 그것은 우리가 보통 지각하는 차원의 세계를 훨씬 뛰어넘는 높고 미세한 차원의 세계이기 때문이다. 그러나, 臞仙의 뜻을 되새겨 보기 위해 無를 어떻게 인식할 것인지에 대해 대강의 그림을 그려 보고자 한다.

우리가 일상적으로 지각하는 세계에서는 어떤 일에 대하여 시간의 전후 관계를 따질 수 있다. 그런데, 이 세계의 모든 일들은 어떤 매개체를 통한 무언가의 전달에 의해 일어난다. 우리가 걷는 것은 길과 같은 매개체를 통한 힘의 전달이 있기 때문이고, 우리가 말하는 것은 공기라는 매개체를 통한 소리 에너지의 전달이 있기 때문이다. 우리의 일상적인 지각이 미치는 이런 모든 경우에서 우리는 시간에 따른 일의 경과를 묘사할 수 있다. 그러나, 우리가 익숙한 일상을 조금 벗어나 보면 얘기가 달라질 수 있다. 나아가 모든 일이 무한대의 속도로 일어나게 하는 매개체가 존재한다는 가정까지 해볼 수도 있을 것이다. 이런 매개체가 존재하는 세계에서는 시간이 의미를 잃을 것이다. 이런 세계에서는 생각만이 존재할 수 있고 생각과 동시에 생각한 모든 것이 이루어져 있을 것이다. 그러므로, 이 세계는 개개의 구분이라는 것이 의미가 없고 모든 것이 하나가 되어 움직인다고 볼 수 있다. 이런 면이 臞仙이 말한 無라는 것의 한 모습일 수 있을 것이다. 無의 이런 모습은 『老子』七章에서 말하고 있는 내용과도 유사하다. “天長地久 天地所以能長且久者 以其不自生 故能長生.” 그리고, 有라고 하는 것은 시간의 지배를 받아 존재의 永續에 한계를 지닌 것을 말한다고 할 수 있다. 그렇다면 有가 無로부터 나왔음을 놓고 볼 때 有와 無는 차등적인 층차관계에 있는 것이다. 有는 無의 하위 개념으로서 無에 의지하는 존재인 셈이며, 有라고 하는 것은 無의 작용을 나타내는 이름에 지나지 않는 것일 수도 있다. 따라서 有의 시각으로는 無를 전체적으로 이해할 수 없으며, 有 자체도 無의 관점에서 有를 바라볼 때 有에 대한 바른 인식을 얻을 수 있을 것이다. 인간이라는 존재도 이 有의 틀에 얽매어 있는 수많은 존재들 중의 하나이다. 그런데, 역사 속에는 有의 틀을 벗어나 無를 이해하고 체득하기 위해 노력한 인간들의 발자취가 많이 남아 있다. 어쩌면 이들에게 無는 신앙의 대상과 같은 것일 수도 있다. 이들의 삶을 이해할 수는 없지만 아마도 無를 모방하려는 노력이었을 것이다. 이런 삶은 인간의 어떤 면을 통해 가능한 것일까.

우리의 일상적인 지각이 미치지 못하는 세계의 일들에 대해 무언가를 알고 싶을 때 우리는 어떻게 할 수 있는가. 臞仙의 다음과 같은 말들을 통해 이 물음에 대한 한 단서를 얻을 수 있다. “心은 神明이 머무는 집이다. 지름이 불과 한 치에 지나지 않는 빈 곳에 神明이 머물고 있다. (心者 神明之舍. 中虛不過徑寸而神明居焉.)”, “心이 고요하면 가히 神明에 통할 수 있어 일이 이르지 않아도 먼저 안다. 이것은 집을 나서지 않아도 천하를 알고 창밖을 내다보지 않고도 天道를 보는 것이다.(心靜可以通乎神明 事未至而先知 是不出戶 知天下 不窺牖 見天道也.)” (“治心”) 臞仙은 心臟에 神明이 자리한다고 말하고 있다. 神明이란 무엇인가. 臞仙은 “神이 머물지 않으면 졸이 슬고 明이 머물지 않으면 모손되니, 평안한 모습으로 항상 道와 더불어 모의하고 있지만 스스로 느끼지 못한다.(神弗留則蠹 明弗留則耗 休休焉常與道謀而自不覺.)” (“治心”) 이라고 하고 있다. 이 문장의 뜻을 헤아려 볼 때 神明은 道와 그 차원을 같이 하는 것으로서 마치 빛과도 같이 생명을 유지하는 근원적인 힘이 됨을 알 수 있다. 神은 존재를 지칭하는 말이고, 明은 그 존재의 특성을 ‘밝음’에 비유한 것이다. 여기에서의 道는 앞에서 말한 無와 대등한 것으

4) “不出戶 知天下 不窺牖 見天道”: 『老子』四十七章

로 無의 작용이 강조되어 나타나는 말로 볼 수 있다. 그렇다면 神明은 心臟에 머무르면서 인간이라는 소우주 내에서 無의 차원을 구현하며 존재하는 것으로 볼 수 있을 것이다. 즉 인간은 우주를 본떠 만들어진 것이기에 그 자체로 하나의 우주가 되고, 만물을 움직이는 원리인 道가 우주를 본뜬 인간이라는 생명체의 틀 속에 내재되어 소우주를 지탱하고 있는 것이다. 이 神明은 無의 차원을 구현하고 있는 것이기에 우주의 道와 대등하게 교통할 수 있는 존재이다. 우리의 心은 이런 차원의 세계를 느끼지 못한다. 그런데, 臞仙은 心이 고요하면 神明에 통하여 그 차원에 이를 수 있다고 말하고 있다. 이런 일들은 어떻게 가능한 것인가. 이 문제는 心과 道의 관계를 통해 생각해 볼 수 있다. 心은 우리가 의지를 갖고 하는 모든 행동의 주체가 되는 것이다. 臞仙은 이 心에 대해 서문에서 “心은 神의 주가 되어 움직임과 고요함이 心을 좇으니, 心은 재앙의 근본이자 道의 근본이다.(心爲神主 動靜從心 心爲禍本 心爲道宗.)”이라 말하고 있다. 이 말에서 알 수 있듯이 心은 神을 제어할 수 있으며, 재앙의 근본이 되기도 하고 道로 나아가는 근본이 되기도 한다. 여기에서 心을 道로 나아가는 근본으로 본 것은 앞에서 말한 바와 같이 心이 神明에 통할 수 있다는 것과 같은 뜻으로 볼 수 있다. 心이 道를 보는 면에 陰陽의 구분을 짓는다면 陽은 道의 차원과 같은 하나됨을 지향하는 것이고, 陰은 幻影과도 같은 개체의 틀에 갇히는 것이 될 것이다. 心이 道와 같은 하나됨을 지향하는 것은 無로부터 나온 有의 실체를 바로 인식하고 그에 따른 삶을 사는 것이고, 개체의 틀에 얽매는 것은 道와 멀어지는 것으로 재앙의 짝이 되는 것이다. 따라서, 心은 개체를 분별하지만 개체를 넘어 전체로 나아가기도 하는 양면성을 갖고 있다. 한편 心은 무언가를 받아들이고 판단하고 표현하는 능력이 있다. 이런 능력은 개체의 心이 사물과 교통하는 데 필요한 것이다. 그리고, 心은 사물을 접하면서 나뉠대로의 象을 갖게 된다. 이 象은 사물의 실체를 반영하며 의식적인 판단으로 만들어지는 것이 아니라 느낌으로 새겨지는 것이다. 그러하기에 臞仙은 心이 고요해진 경지에 이르면 道와 통하고 있는 神明의 차원으로부터 실제의 象이 얻어질 수 있음을 말하고 있는 것이다. 그런데, 이렇게 神明의 차원에 다다른 것은 쉬운 것이 아니다. 우리 안에는 무언가 神明을 가리는 것이 있기 때문이다. 이것은 心이 개체의 틀에 갇히는 것이고, 이로 인해 사물을 대하는 시각에 왜곡이 있게 되는 것이다. 그러나, 우리 안에는 또한 良心이 있어 神明을 향하고 있기에 心이 이 良心을 좇아 神明과 접할 수 있게 된다.

그렇다면 心이 존재를 바로 인식하는 경우 인간이라는 개체를 어떻게 바라보게 될 것인가. 臞仙은 ‘保養精神’에서 개체의 성립과 존재에 대해 다음과 같이 말하고 있다. “무릇 有는 無로 인해 생겨나고, 形은 神에 기대어 존재하는 것이다.(夫有者 因無而生焉, 形須神而立焉.)”, “有는 無의 집이고, 形은 神의 집이다.(有者 無之館, 形者 神之宅也.)”, “사람이 사는 것은 神 때문이고, 形이 의탁하고 있는 것은 氣이다.(人之生者 神也 形之托者 氣也.)” 인간이 인간을 有의 틀로만 인식하는 가장 기본적인 출발은 形이라 불리는 것이 있기 때문이다. 우리의 일상적인 心은 바로 이 구별되는 形만을 보고 개체에 대한 분별적인 인식에 사로잡혀 있는 것이다. 그러나, 이것은 有의 시각으로 有를 이해하는 것이다. 臞仙의 말에 의하면 인간은 神이 있기 때문에 살 수 있는 것이고, 이 神은 形과 氣에 내재되어 있는 것이다. 즉 앞에서 말한 神明이 생명

을 유지하는 근원적인 힘이라 할 때, 神, 形, 氣는 그 힘이 전달되는 매개체라 할 것이다. 여기에서의 神은 인간 내부의 존재 양태 중 無의 차원에 가장 가까운 것으로 心에 의해서도 쓰여지는 것이다. 또한 氣와 形도 마찬가지로 心에 의해 쓰이는 존재이다. 心은 이런 形, 氣, 神의 운용을 통해 無로 나아갈 수 있는 것이다. 無의 차원에서 볼 때에는 形, 氣, 神 모두가 無의 쓰임으로 결국은 하나가 되는 것이며, 하나의 쓰임이 心에 달리 부각되는 것에 대해 이름을 붙인 것일 따름이다. 心은 이런 形, 氣, 神과 영향을 주고 받으면서 이들의 주체가 되어 여러 작용을 하게 되는 것이다. 臞仙은 이런 心의 작용에 대해 다음과 같은 말을 하고 있다. “사람의 마음이 불을 생각하여 오래 되면 몸이 더워지고, 사람의 마음이 얼음을 생각하여 오래 되면 몸이 춥게 되고, 두려워하면 머리카락이 서고, 놀라면 땀이 방울방울 맺히고, 겁을 내면 살이 떨리고, 부끄러워하면 얼굴이 붉어지고, 슬피하면 눈물이 흐르고, 당황해하면 心臟이 뛰고, 氣가 막히면 마비가 되고, 신 것을 말하면 침을 흘리고, 구린 것을 말하면 침을 뱉고, 기쁜 일을 말하면 웃고, 슬픈 일을 말하면 울고, 웃으면 모습이 예쁘고, 울면 모습이 밋다. 또 만약 낮에 본 것이 있으면 밤이 되어 꿈에 나타나고, 생각한 것이 있으면 밤이 되어 헛소리를 하고, 꿈에 교합하면 정액이 샌다. 만약 驚悸氣怒로 질병이 생기면 發狂하여 나체로 담을 넘고 지붕 위에 올라가며, 귀신을 보거나 부르고, 노래하고 춤추며 웃다가 울다가 한다. 이것들은 모두 心으로 인해 생기는 것이다.(人心思火 久而體熱 人心思水 久而體寒 悚則髮豎 驚則汗瀝 懼則肉戰 愧則面赤 悲則淚出 荒則心跳 氣則麻痺 言酸則垂涎 言臭則吐唾 言喜則笑 言哀則哭 笑則貌妍 哭則貌媿. 又若日間有所見 夜則魂夢 有所思 夜則譫語 夢交合則精泄致 若驚悸氣怒而成疾者 則發狂 裸體踰垣上屋 呼神見鬼 歌舞笑哭. 此皆因心而生也.)” 이런 여러 가지 경우들은 心의 작용이 形, 氣, 神의 변화로 드러난 것이며, 心이 形, 氣, 神을 얼마나 제어할 수 있느냐에 따라 다르게 나타날 것이다.

(2) 질병관

臞仙은 질병의 발생에 대해 다음과 같은 말을 하고 있다. “병은 心으로 말미암아 생기고 業은 心으로 말미암아 지어지니, 陰으로는 鬼神이 있고 陽으로는 天理가 있어 갚아 되돌아오는 작용이 나타나지 않는 경우가 없다.(病由心生 業由心作 蓋陰有鬼神 陽有天理 報復之機 鮮無不驗焉.)” 이 말은 질병이 心으로 인해 생긴다는 것을 강조하고 있다. 앞에서 보았듯이 臞仙은 “心爲禍本”이라 했다. 心이 道를 지향하지 못하고 有의 틀에 얽매었다면 서로 구별되는 속성을 지니기 마련이다. 이런 분별적인 인식은 道를 근본적으로 가리게 되고 시간이 흘러갈수록 그 두께를 더해간다. 이것은 한 개인에게서뿐만 아니라 어떤 집단에서 공유하는 것일 수도 있다. 어떤 집단에서든지 세대가 흘러도 무의식적으로 구성원들의 행동을 하나같이 지배하며 道를 가리는 요소가 있을 수 있는 것이다. 이것을 결정하는 것은 心이다. 心이 道와 합일되지 못하고 그 有의 틀에 얽매이면 바로 순간순간 業이 지어진다고 볼 수 있다. 개인이면 개인의 業, 집단이면 집단의 業이 있을 것이다. 이런 心과 그 業이 形, 氣, 神에 영향을 미쳐 고착화되면 神明이 가리워지므로 질병이 생기게 된다. 無의 그물은 놓치는 것이 없어 心의 모든 것을 담아

내므로 모든 有의 業은 시간 속에서 인과의 굴레에 매이게 된다고 할 수 있다. 그러므로, 臞仙은 “心爲道宗”이라 하여 일신의 주체로서의 心이 道를 근본으로 삼는 삶의 모습을 말하고 있는 것이다. 이런 뜻은 臞仙의 다음과 같은 말에 잘 나타나 있다. “心은 神의 主가 되어 움직임과 고요함이 心을 좇으니, 心은 재앙의 근본이자 道의 근본이다. 고요하면 心君이 편안하여 모든 脈이 평안하고 잠잠해지며, 動하면 血氣가 혼란해져 온갖 병이 다투어 생긴다. 이런 까닭에 性이 고요하면 情이 편안하고 心이 動하면 神이 피로해지고, 참됨을 지키면 志가 가득 차고 物을 좇으면 意가 움직이니, 意가 움직이면 神이 내달리고, 神이 내달리면 氣가 흩어지고, 氣가 흩어지면 病이 생기고, 病이 생기면 죽게 된다.(心爲神主 動靜從心 心爲禍本 心爲道宗. 靜則心君泰然 百脈寧謐 動則血氣昏亂 百病相攻. 是以性靜則情逸 心動則神疲 守眞則志滿 逐物則意移 意移則神馳 神馳則氣散 氣散則病生 病生則殞矣.)” 이와 같이 心은 행동의 주체로서 일신의 命을 좌우한다. 그런데, 心이 道를 좇는다는 것은 쉬운 일이 아니다. 우리는 매 순간 어떤 상황에 직면하여 자아를 의식하며, 이 자아를 넘어 道의 관점에서 상황에 대처한다는 것은 지극히 어려운 일이다. 우리의 心 가운데에는 良心이 있어 이 良心이 心을 道로 이끌지만, 또한 우리 안에는 이 良心을 저해하는 것이 있기 때문이다. 우리는 시시각각 무언가에 꼬달리고 있으며, 이런 가운데 良心을 온전히 지킨다는 것은 매우 어려운 일이다. 이에 대해 臞仙은 ‘治心’에서 다음과 같이 말하고 있다. “物을 다루는 것의 어려움은 마치 어지러운 것을 고르게 하고 세찬 물살을 건너는 것과도 같다. 두려워 근심하거나 벌을 받거나 기쁨과 성냄이 있거나 생각이 깊으면 하룻 사이, 한 순간에 직경 한 치 되는 곳이 불꽃처럼 타오르게 된다. 그러므로, 神이 머물지 않으면 줌이 슬고 明이 머물지 않으면 모순되니, 평안한 모습으로 항상 道와 더불어 모의하고 있지만 스스로 느끼지 못한다. 혹자는 善을 행하는 데 힘쓰라고 한다. 만약 嗜慾이 한번 싹트면 즉 善하지 못한 것이다. 돌이키되 거두어들이지 못하면 이것이 良心과 다투게 된다. 반드시 성난 마음이 일어나 나와 대적하게 되는데, 나의 자만하는 마음으로 그 성난 마음을 접하면 어찌 다투지 않을 수 있겠는가. 다툼이 그치지 않아 해가 생기는 것이다. 무릇 七情六欲⁵⁾이 心에서 생기는 것이 모두 그러하다.(事物之滑 如理亂棼 如涉驚浸 或恍惕 或懲創 或喜怒 或思慮 一日之間 一時之頃 徑寸之地 炎如火矣. 故神不留則蠹 明不留則耗 休休焉 常與道謀而自不覺. 或曰謹於爲善 若嗜慾一萌卽不善也. 歸而勿納 是與良心競也. 必有忿悁之心起而與我敵 以我矜必(自+頁)之意 接彼忿悁之心 何爲不鬪 鬪不止而害生矣. 七情六欲之生於心皆然.)” 여기에서 보듯이 臞仙은 物을 대하는 것의 어려움을 ‘滑’이라는 글자를 통해 표현하고 있다. ‘滑’은 미끄럽다는 뜻이다. 따라서, 이 ‘滑’ 한 자를 통해 物을 대하면서 마치 살얼음판 위를 걸듯이 정신을 차리고 조심하지 않으면 안된다는 것을 실감나게 표현하고 있는 것이다. 善을 행하는 데 힘쓰라고 하

5) 육욕(六欲): 도교에서 원용한 불교용어로서 六根의 육경을 뜻한다. 六根이란 眼, 耳, 鼻, 舌, 身, 意를 말하며, 이 六根이 六識을 일으켜 對境을 인식하게 하는 근원이 된다. 한 예로 眼根은 眼識을 내어 色境을 인식하는 것이다. 六欲에는 色欲(빛깔에 대한 탐욕), 形貌欲(미모에 대한 탐욕), 威儀姿態欲(건고 웃고 하는 등의 예교에 대한 탐욕), 言語音聲欲(말소리, 노래 등의 예교에 대한 탐욕), 細滑欲(이성의 부드러운 살결에 대한 탐욕), 人相欲(남녀의 사랑스러운 인상에 대한 탐욕)이 있다.

는 것은 良心을 지키라는 뜻이다. 우리는 어떤 상황에 처해서 순간적으로 嗜慾이 싹틀 수 있다. 嗜慾이라는 것은 개인의 욕망을 말하는 것으로서 心을 통해 이를 실현시킴으로써 자아를 강화시킨다. 그러므로, 嗜慾은 心이 자아를 탈피하여 神明에 통하도록 하려는 良心과 대치하게 되는 것이다. 良心은 神明의 한 가지와도 같아서 心을 감싸고 우리를 옳으로 인도한다. 우리의 心은 이 良心을 좇아 嗜慾을 억눌러야 하는데, 그렇지 못하면 우리 안에 머물고 있는 神明이 그 빛을 발하지 못하게 되는 것이다. 心이 嗜慾을 억누르지 못하는 경우는 良心을 따르지 않고 자만할 때이다. 嗜慾은 억누르지 못하면 점점 드세지며, 우리 안의 神, 氣와 같은 존재들이 神明을 얻지 못하고 이 嗜慾에 묶이게 되고 만다. 七情과 六欲은 모두 이와 같이 우리가 외물에 현혹되어 자아의 틀에 갇히고 嗜慾이 싹트는 발로가 되는 것들이다. 또한 부지불식간에 몸과 마음에 배인 습관이나 습성도 자아의 틀을 강화시키는 요인으로 작용한다. 우리가 느끼고 있는 것이나 그렇지 못한 것 모두 자아의 틀을 고착화시켜 心이 神明으로부터 멀어지게 하는 것이다. 그리고, 이런 단절은 곧 질병으로 나타나게 된다.

臞仙은 인간의 질병을 天刑之疾과 自戕之疾의 두 가지로 구분하고 있다. 그리고, 이 둘을 다음과 같이 설명하고 있다. “天刑之疾이란 五體⁶⁾가 갖추어지지 못해 태어날 때부터 생식기가 숨어 있는 것, 태어날 때부터 말을 못하거나 보지 못하거나 듣지 못하는 것, 넘어지거나 맞아 팔다리가 부러진 것, 태어날 때부터 얼굴에 종기나 혹이 있는 것, 전염되는 모든 瘵疫의 證이 이것이다. 대개 前生과今生에 악행을 쌓은 것이 과다함으로 인해 하늘과 땅이 벌을 내리 이런 질병에 이르는 것이다. 이 또한 心에서 비롯된 業이 있기 때문이다. 自戕之疾이란 몸을 조섭하여 기름에 마땅함을 잃어 風寒暑濕에 감촉되고 술, 색, 재물 등으로 인해 몸이 상하는 것으로, 七情六欲이 안에서 생기고 陰陽의 두 기운이 밖에서 쳐들어 오는 것이니, 이에 병이 心에서 생겨 그 해가 몸에 미치는 것이다. 지금 사람들은 단지 쉽게 알고 쉽게 볼 수 있는 것으로만 말하려 한다.(其天刑之疾也 五體不具 生而隱宮者 生而瘡癩盲聵者 因跌撲而手足折者 有生人面瘡贅疣疾者 凡傳染一切瘵疫之證 是也. 蓋因夙世今生積惡多過 天地譴之 故致斯疾 此亦業原於心也. 其自戕之疾者 調養失宜 風寒暑濕之所感 酒色財氣之所傷 七情六慾生於內 陰陽二氣攻於外 於是病生於心 害攻於體也. 今只以人之易知易見者 論之.)” 臞仙은 사람들이 질병을 논하면서 눈앞에 보이는 것만을 놓고 말하는 것을 꼬집고 있다. 우리가 일상적으로 경험하고 있는 것들만이 전부가 아니며, 근본적인 원인을 탐구해야 한다는 것을 말하고 있는 것이다. 여기에서 天刑之疾이라 하는 것은 그 원인을 業이라 하였고, 우연히 발생한 것처럼 보이지만 前生과今生을 통해 악행을 쌓은 것이 질병으로 나타난다고 본 것이다. 즉 心이 자아의 틀에 얽매인 삶이 몇 생애에 걸쳐 반복됨으로 인해 그 두터워진 業이 인과관계를 낳는다는 것이다. 그러므로, 이 業이라는 것은 오랜 시간을 두고 쌓인 것이라고 할 수 있다. 이것은 결국 오랜 시간동안 많은 원인들이 결집되어 어떤 크기를 갖춘 후에야 臞仙이 말한 바 “報復之機”가 작용하게 되는 것이다. 반면에 自戕之疾은 그 원인이 心의 일상적인 쓰임과 관계되어 일반적으로 납득할 만한 것이며,

6) 五體: 머리와 수족, 나아가 사람의 온몸을 뜻한다. 또는 皮毛, 肉, 脈, 筋, 骨을 뜻하기도 한다.

시간 면에서도 일반적으로 인식 가능한 범위 내에 있는 것이다. 그 내용 면에서는 의학에서 말하는 內傷, 外感의 범주에 속하며, 臞仙은 여기에서도 “調養失宜”라 하여 心의 잘못된 쓰임을 질병의 근본적인 원인으로 지적하고 있다. 결국 天刑之疾과 自戕之疾은 그 근본적인 원인을 모두 心에 두고 있다. 병인으로서의 心이 작용한 시간에 길고 짧음이 있지만 無의 시각에서 볼 때에는 그 차이가 무의미한 것이며, 모두 心이라는 단일한 원인으로 귀착될 수 있는 것이다.

(3) 치료론

앞에서 살펴 보았듯이 臞仙은 질병의 근본적인 원인으로 心을 지적하고 있다. 그러므로, 질병을 치료하는 데 있어서도 心을 다스리는 것을 중요하게 생각했다. 이에 대해 臞仙은 太白眞人の 말을 인용하여 다음과 같이 말하고 있다. “질병을 치료하려거든 먼저 心을 다스려야 한다. 반드시 心을 바르게 한 후에 道로부터 도움을 받는다. 병자로 하여금 心 중의 의심과 걱정, 일체의 생각, 일체의 망념, 일체의 불평, 일체의 다른 사람과 나 사이의 분별을 모두 떨쳐 버리도록 한다. 평생 동안의 과오를 깨닫고 뉘우치며, 몸과 마음을 내려놓고 나의 天으로 섬기는 바의 天에 합하도록 한다. 오래 되어 마침내 神이 모이면 스스로 그러하게 心君이 크게 평안해지고 性이 있는 곳이 화평해져, 세상의 만사가 모두 공허하다는 것과 종일토록 영위하는 바가 모두 망상이라는 것을 알게 되고, 내 몸이 모두 비어 있는 환상이라는 것과 禍와 福이 모두 있는 게 아니라는 것과 삶과 죽음이 모두 하나의 꿈이라는 것을 알게 된다. 홀연히 깨달아 한 순간에 풀리면 마음이 있는 곳이 스스로 그러하게 청정해지고 질병이 스스로 그러하게 평안히 낫게 된다. 이와 같이 될 수 있다면 약을 먹지 않아도 병이 이미 잊혀져 있게 된다. 이는 眞人이 道로써 마음을 다스려 질병을 치료하는 大法이다. (欲治其疾 先治其心. 必正其心 然後資於道. 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. 便當放下身心 以我之天 而合所事之天 久之 遂凝於神 則自然心君泰寧 性地平和 知世間萬事 皆是空虛 終日營爲 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 頓然解釋 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. 此眞人以道 治心療病之大法也.)” 이 내용은 질병을 치료함에 있어 道에 의지하라는 뜻으로 볼 수 있다. 물론 藥을 복용하여 치료할 수도 있다. 그러나, 臞仙이 自戕之疾을 설명하면서 “病生於心 害攻於體也.”라고 했듯이 질병이 心의 쓰임과 직접적으로 관련되어 생긴 경우에는 心을 다스리는 것이 근본적인 치료가 되고, 藥을 통한 치료는 그 보다는 하부적 개념인 몸의 치료에 그칠 수 있다. 몸의 치료에 그치고 만 경우에는 그 후에도 여전히 질병의 싹이 心에 잠복되어 있으므로 다시 질병이 생길 수도 있는 것이다. 질병을 예방하는 면에서 心을 다스리는 것도 중요하지만 질병을 치료하는 면에서 心을 다스리는 것도 중요하다고 본 것이다. 이런 뜻은 상권의 첫머리에 나오는 臞仙의 다음과 같은 말에도 잘 나타나 있다. “옛날의 신성한 의사는 사람의 마음을 치료하여 미리 질병에 이르지 않도록 하였다. 지금의 의사는 사람의 질병을 치료할 줄만 알지 사람의 마음을 치료할 줄은 모른다. 이는 근본을 버리고 말단을 쫓는 것과 같으니, 그 원천을 궁구하지 않고 그 하류를 공격하면서 질병이 낫기를 바라니 어찌 어리석지 않은가. (古之神聖之醫而能療人之心 預使不致於有疾. 今之醫者 惟知療

人之疾而不知療人之心. 是由捨本逐末 不窮根源而攻其流 欲求疾愈 不亦愚乎.)” 이렇듯 心を 치료의 중심에 놓고 볼 때, 心이 道에 어긋나는 생활을 함으로 인해 질병이 생기는 것이므로 心이 道를 좇는 것이 치료의 방법이 된다. 위에서 心を 바르게 한 후에 道로부터 도움을 받는다고 한 것은 心이 神明에 통한다고 한 것과도 같다. “必正其心 然後資於道”라 함은 『老子』二十三章에서 “同於道者 道亦樂得之”라 한 뜻과도 통한다고 볼 수 있는데, 즉 心이 道를 좇으면 道도 또한 이에 감응하여 베풀어 있게 된다는 뜻이다. ‘我之天’으로 ‘所事之天’에 합한다고 하는 것은 心이 道를 지향하는 모습이다. 그리고, “凝於神⁷⁾”이라 함은 心이 바르게 되어 道에 합한 상태이다. 이것은 眞人の 大法이라고 했듯이 보통사람에게는 쉬운 일이 아니겠지만 질병을 치료하고자 하는 간절한 마음을 지닐 때 순간이나마 心이 神明에 통하여 道에 합일될 수도 있을 것이다. 그 순간은 心이 환상과도 같은 자아의 껍질을 벗어나는 순간으로서, 이 때 질병은 그 뿌리를 잃고 心에서 사라지게 된다. 心은 환상으로서의 有에서 벗어나야만 비로소 크게 평안해질 수 있는 것이다. 또한 臞仙은 이런 眞人の 가르침을 다음과 같이 설명하고 있다. “대개 眞人の 가르침은 天과 地로 心を 세우고, 백성을 살리는 것으로 命을 세우는 것을 근본으로 한다. 오직 心과 天이 하나라는 이치를 얻은 사람만이 홀로 밝아 사람들 마음속의 미혹됨을 열 수 있고, 오직 心과 地가 하나로 된 물을 길은 사람만이 홀로 신령스러워 사람들 마음속의 더러움을 씻어낼 수 있다. 그러므로, 한 잔의 물로도 의술로 고치지 못하는 질병을 치료할 수 있으니, 낮지 않음이 없는 것이 어찌 물의 신령스러움 때문이겠는가. 실제로는 道의 쓰임으로부터 도움을 받은 것이다. 진실로 마땅한 사람이 아니면 전해줄 수 없는 것이다.(蓋眞人之教也 本爲天地立心 爲生民立命. 惟心與天一理之所得者 獨明而能開人心之迷 惟其心與地一水之所汲者 獨靈而能滌人心之陋. 故以一杯之水而能療醫所不治之疾 罔不瘳者 豈由水之靈 實資於道之用也. 苟非其人則以予爲妄誕.)” 이 내용 또한 心이 道에 합한 사람만이 실재를 바로 인식할 수 있음을 강조하고 있다.

한편 臞仙은 일상생활 속에서 心이 道를 지향하는 삶을 살기 위해 실천할 수 있는 덕목들을 제시하고 있다. 이 내용은 질병을 예방하기 위한 것뿐만 아니라 心を 다스려 질병을 치료하기 위한 것일 수도 있다. 臞仙은 이 내용을 中和湯, 和氣丸, 三部經이라는 이름으로 표현하고 있다.

中和湯

7) 凝於神: 元代 張三豐은 ‘道言淺近說’에서 “凝神調息 調息凝神 八個字 就是下手工夫. 須一片做去 分層次而不斷乃可. 凝神者 收已清之心 而入其內也. 心未清時 眼勿亂閉. 先要自勸自勉 權得回來 清涼恬淡 始行收入氣穴 乃曰凝神. 凝其神了 然後如坐高山而視衆山衆水 如燃天灯而照九幽九昧 所謂凝神于虛者此也. 調息不難 心神一靜 隨息自然 我只守其自然 加以神光下調 卽調息也. 調息者 調度陰蹻之息 與吾心中之氣相會于氣穴中也. 心止于臍下曰凝神, 氣歸于臍下曰調息. 神息相依 守其清淨自然曰勿忘 順其清淨自然曰勿助. 勿忘勿助 以默以柔 息活潑而心自在 卽用鉛字訣 以虛空爲藏心之所 以昏默爲息神之鄉 三番兩次 澄之又澄 忽然神息相忘 神氣融合 不覺恍然陽生 而人如醉矣.”라 하였다. (『中國氣功大成』, 吉林科學技術出版社, 方春陽 主編, 1989 p723)

:專治醫所不療一切之疾. 服之 保固元氣 邪氣不侵 萬病不生 可以久安 長世而無憾也.

(의술로 치료하지 못하는 모든 질병을 치료할 수 있다. 복용하면 元氣를 보존하여 굳게 하므로 邪氣가 침범하지 못하여 온갖 병이 생기지 않으니, 오래도록 평안하여 긴 세월동안에도 한스러운 일이 없게 된다.)

思無邪(좋은 것만을 생각함) 行好事(좋은 일을 행함) 莫欺心(속이는 마음을 없앴) 行方便(남에게 이로운 일을 행함) 守本分(본분을 지킴) 莫嫉妬(질투를 없앴) 除狡詐(교활한 마음을 없앴) 務誠實(정실함에 힘씀) 順天道(천도에 순응함) 知命限(명의 한계를 앎) 清心(마음을 맑게 함) 寡慾(욕심을 적게 함) 忍耐(참고 견딤) 柔順(유순함) 謙和(겸허하며 온화함) 知足(만족함을 앎) 廉謹(정렴하고 신중함) 存仁(仁을 지님) 節儉(절약하며 검소함) 處中(중에 처함) 戒殺(살생을 경계함) 戒怒(성냄을 경계함) 戒暴(사나움을 경계함) 戒貪(탐욕을 경계함) 慎篤(신중하고 정실함) 知機(벼리를 앎) 保愛(사랑을 지님) 恬退(조용히 물러섬) 守靜(고요함을 지킴) 陰騭(음덕을 받음)

右三十味 咬咀爲末 用心火一斤 腎水二椀 慢火煎至五分 連渣不拘時候溫服.

(오른쪽의 30味를 씹어 가루로 만들고 心火 1근과 腎水 2그릇으로 은근한 불에 5분에 이를 때까지 달여 때에 관계없이 찌꺼기까지 모두 따뜻하게 복용한다.)

和氣丸

忍

: 心上有刃君子以含容成德(心위에 刃이 있으니, 군자는 관용을 품어 덕을 이룬다.)

川下有火小人以忿怒殞身(川아래에 火가 있으니, 소인은 분노로 몸을 상한다.)

專治大人小兒一切氣蠱氣脹 咽喉氣塞 胸膈氣悶 肚腹氣滿 遍身麻痺 咬唇切齒 瞋目握拳 面紅耳赤 忽若火燎 已上醫所不療之氣 並皆治之. 每服一丸 用不語唾嚥下.

(어른과 아이의 모든 氣蠱, 氣脹을 다스릴 수 있다. 인후에 氣가 막힌 것, 흉격의 氣가 답답한 것, 뱃속에 氣가 그득한 것, 온몸이 마비된 것, 입술을 깨물고 이를 가는 것, 눈을 부릅뜨고 주먹을 쥐는 것, 얼굴과 귀가 붉어져 갑자기 불을 지른 듯한 것 등 이상의 의술이 치료하지 못하는 氣病을 모두 치료한다. 매번 한 알씩 복용하되 말이 필요없이 침과 함께 삼킨다.)

三部經

- 一字經: 忍
- 二字經: 方便
- 三字經: 依本分

臞仙은 이 三部經에 대해 太白眞人の 말을 인용하여 다음과 같이 말하고 있다. “太白眞人は 다음과 같이 말하고 있다. 세인들이 경전을 읽는 것은 모두 복을 구하고 재앙을 면하려는 것이니, 왕왕 입과 마음이 어그러지니 단지 읽기만 하는 것이 무슨 도움이 되겠는가. 이것은 밖에서 구하는 것이지 안에서 구하는 것이 아니다. 만약 경전을 읽도록 하는 것이 보탬이 된다면 도사는 모두 신선이 되고 스님은 모두 부처가 되었을 것이다. 나에게는 三部經의 단지 6개의 글자가 있는데, 경문이 비록 간단하나 간절한 덕이 매우 크니 다만 지극한 마음으로 받들어 행하는 것만이 필요할 뿐이다. …… 이 三部經은 大藏에 있지 않고 단지 마음 한 치 가운데 사람마다 모두 있는 것이다. 현명한지 어리석은지, 글자를 아는지 모르는지를 불문하고 모두 외울 수 있는 것이다. 만약 사람이 마음으로 받아들여 지니면 병이 또한 생기지 않고 재앙도 또한 있지 않아 저절로 복을 얻게 되는데, 그 자신에 있지 않으면 반드시 자손들에게 있게 된다.(太白眞人曰 世人誦經 皆欲求福免災 往往口與心違 徒誦何補. 是求其外而不求其內也. 若使念經有益 道士盡成仙 和尚成佛矣. 予有三部經只六箇字 經文雖簡而切德甚大 但要至心奉行. …… 這三部經不在大藏 只在靈臺方寸中人人皆有. 不問賢愚 不問識字不識字 皆可誦. 若人能志心受持 病亦不生 災亦無有 自然獲福 若不在其身 必在子孫矣.)”

이 中和湯, 和氣丸, 三部經과 같은 것들은 心에 품고 있는 象과 같은 것으로 볼 수 있으며, 이 象은 道로 통하는 방편이 될 수 있다.

(4) 양생관

臞仙의 양생관은 ‘保養精神’의 다음과 같은 문장에 집약되어 있다. “무릇 神明은 生化의 근본이며, 精氣는 만물의 體이다. 그 形을 온전히 하면 살고, 그 精氣를 기르면 性과 命이 오래 보존된다.(夫神明者 生化之本 精氣者 萬物之體. 全其形則生 養其精氣則性命長存矣.)” 앞에서 살펴 보았듯이 神明은 道와도 같이 우리 안의 모든 존재에 힘을 주면서 생명을 지탱하고 있다. 즉 神明의 작용은 無의 작용으로서, 이 神明은 無로부터 나온 모든 有의 존재들에 힘을 주고 있는 것이다. 우리의 心은 有의 존재로서의 心이며, 이 心은 나름대로 우리 안의 존재들을 움직이는 군주와도 같다. 만약 心이 無라는 근본적인 실재를 인식하고 그에 합일된 삶을 산다면 좋겠지만, 우리는 대부분 無를 인식하지 못하고 수많은 갈래로 나뉜 허상으로서의 有의 틀에 갇혀 지내고 있다. 그렇기에 우리의 삶은 근본적인 실재와 거리가 생기고, 시간이 쌓이면서 고착화된 有의 틀은 우리 존재안에 神明의 빛을 가리는 장벽들이 되고 있는 것이다. 臞仙은 바로 이 허상으로서의 有의 틀을 버리고 無의 작용으로서의 有를 바로 알 것을 주장하고 있다. 臞仙이 말

하고 있는 活人心이란 바로 이런 인식에서 출발하는 것이다. 이런 인식으로부터 출발하여 道에 합해 살아가는 경지에 이르기까지는 매우 어려운 과정이 기다리고 있다. 隴仙은 『內觀經』을 인용하여 이런 어려운 과정을 다음과 같이 설명하고 있다. “道를 아는 것은 쉽지만 道를 믿는 것은 어렵다. 道를 믿는 것은 쉽지만 道를 행하는 것은 어렵다. 道를 행하는 것은 쉽지만 道를 얻는 것은 어렵다. 道를 얻는 것은 쉽지만 道를 지키는 것은 어렵다. 지켜 잃어버리지 않으면 이로서 오래 살 수 있다.(知道易 信道難. 信道易 行道難. 行道易 得道難. 得道易 守道難. 守而不失 乃可長生.)” 우리의 心은 이런 과정들을 헤쳐 나가면서 神明을 가리고 있는 허상으로서의 有의 틀들을 부숴야만 한다. 이런 일들은 心을 다스리는 것만으로 가능할 수도 있을 것이다. 그러나, 오랜 세월동안 우리 존재 안에 배인 것들을 극복하기 위해서는 몸과 마음이라는 우리 안의 모든 존재들을 함께 움직일 필요가 있다. 이것은 단순히 질병을 치료하는 차원을 넘어 수양의 길로 들어서는 것이며, 隴仙이 소개하고 있는 양생법들도 바로 이런 시각에서 바로볼 수 있을 것이다. 이런 양생법들은 쌓여 있는 장벽들을 부술 뿐만 아니라 새로운 장벽이 생기지 않도록 하는 효과를 가져올 수 있다. 앞에서 말한 바 形을 온전하게 한다는 것은 바로 이 장벽과도 같은 허상으로서의 有의 틀을 부순다는 것이며, 이것은 心이 道를 지향할 때 가능한 일이다. 결국 이 길은 心이 神明에 통하여 우리 안의 모든 존재들을 완벽하게 제어하는 경지로 가는 것을 궁극의 목표로 삼는 것이다. 이 길에는 무수히 많은 방법들이 있으며, 『活人心法』에도 몇 종류의 대표적인 방법들이 실려 있다. 이 내용들에 대한 자세한 논의는 차후를 기약하기로 하겠다.

Ⅲ. 결론

이상에서 살펴 보았듯이 朱權은 道家의 사상을 바탕으로 삶의 한 방법을 제시하고 있다. 그 삶의 방법은 無라고 하는 이 세계의 근본적인 실재를 인식하는 것을 우선으로 한다. 그리고, 이것을 절대적으로 믿고 성실히 행동으로 옮겨야 한다고 말하고 있다. 이런 내용은 종교적인 것이어서 우리 삶의 주체를 판단하기에 애매하게 만들 수도 있다. 즉 ‘나’는 ‘나’일 뿐인 것 같은데 참된 ‘나’가 따로 있다는 것을 말하고 있는 것이다. 이것은 대단히 받아들이기 힘든 사실일 수 있다. 그러나, 朱權은 이런 사실을 받아들이고 실천할 때 우리의 心이 평안해질 수 있다고 말하고 있다. 朱權은 『活人心法』에서 간략하고 절제된 언어로 그의 이런 뜻을 남김없이 드러내었다. 그렇기에 『活人心法』 서문에서 朱權은 다음과 같은 말로 끝을 맺고 있다. “비록 생명을 맡고 있는 것은 神이지만, 무릇 醫를 행하는 자가 병을 받은 근원을 살피고 이것을 쓸 수 있다면 이 책 한 권만으로도 醫道가 충족된다. 사람이 이 修養의 術을 행하면서 쓸 수 있다면 이 책 한 권만으로도 仙道가 이루어진다. 어찌 오래 살지 않을 수 있겠는가.(雖司命莫之神也 凡爲醫者而能察其受病之源而用之 止此一書 醫道足矣. 人能行其修養之術而用之 止此一書 仙道成矣. 何況不壽乎.)”

<참고문헌>

1. 王弼, 老子王弼注, 新興書局, 1965
2. 方春陽, 中國氣功大成, 吉林科學技術出版社, 1989