

## 黃庭經에 관한 研究

李秉書 · 金容辰 · 尹暢烈\*

### I. 緒論

長生成仙을 追求한 道教는 醫術을 매우 重視하여 道教徒들은 醫學理論을 계승 흡수하고 실천하여 韓醫學과 밀접한 관계를 맺게 되었다. 단 韓醫學과 구분되는 것은 神仙이 되는 것을 目的으로하여 修行術과 鍊丹術, 呪術이 존재하였으며 이를 종합 체계화하여 宗教로서 모습을 갖추었다. 道教의 樣態는 크게 神仙術과 巫術的인 것으로 구분되는데, 그 중 神仙術은 神仙이 되는 것을 目的으로하는 다양한 行法을 가리키는 것으로 藥物의 合成에 의한 金丹의 製造(外丹), 道의 體得과 神과의 交感을 행하는 守一 存想法, 自身의 몸을 丹鼎으로 삼고 精氣神을 三藥으로 삼아 丹을 修練하는 內丹術이 이에 속한다. 內丹術의 대표적 經典으로서 魏晉時代에 著述된 《黃庭經》을 꼽을 수 있는 바, 이는 人體의 百脈과 臟器 및 五官이 각각 그것을 主하는 神을 가지고 있다는 것에 근거하여 醫學의 臟腑理論과 결합시켰으며 七言韻文形式으로 道教 上清派의 전형적 修鍊法인 '存想法'를 중심으로 구성되었다. 이 시기에 流轉된 《黃庭經》에는 王羲之가 筆寫한 《黃庭外景經》과 東晉 魏夫人이 傳한 《黃庭內景經》이 있으나<sup>1)</sup> 上清派의 經典은 《內景經

》이었으며 이는 東晉 上清經 系統經典의 母胎가 되었고 이를 頂點으로 계승발전 되어 後代 道教書籍<sup>2)</sup>에 영향을 미쳤다.

《黃庭經》이 갖는 基本思想은 人體는 하나의 완전한 神들의 世界이며 身體의 諸器官은 이 神들이 머무는 宮殿樓閣城門 等の 형태로 認識되어 있으며 人間의 生命活動 또한 神들에 의해 統制된다. 그러므로 人間은 自己의 體內에 있는 神들의 存在와 그 기능에 대해 明確한 自覺을 갖고 存思內觀의 法에 의해 神들과 그들의 宮殿樓閣을 들여다 보아 神들과 交感하면서 身體機能을 완전히 調和시키면 外部로 부터의 邪惡한 存在의 侵入을 막고 疾病을 治癒하게 되며 不老長生을 얻고 더 나아가 自身의 存在를 神的으로 높일 수가 있게 된다. 특히 體內 神들의 名字, 服色, 居處의 狀況을 說明함에 韓醫學의 解剖學的 知識과 類似한 部分이 많은 것으로 보아 道教(上清派 道教)와 韓醫學 理論이 혼합된 道書라 정의할 수 있다.

따라서 이에 대한 註釋書는 매우 다양하게 著述되었는데<sup>3)</sup> 이 가운데 《道藏精華》中的

四拜朝太上"이라하여 《大洞真經》以後에 성립된 것이 確實하니, 東晉 興寧二年(西紀 364年)以後 太和五年(西紀 370年)以前 太和元年(西紀 366年)頃으로 보는 것이 妥當하다.

2) 《太上素靈洞玄大有妙經》, 《太微帝君二十四神回元經》, 《上清九丹上化胎精中記經》, 《上清九真中經》, 《真誥》, 《登真隱訣》등이 있다.

3) 道藏에서 볼수 있는 《黃庭經》을 적는다면, 《正統道藏》에는 《太上黃庭內景玉經》, 《太上黃庭外景玉經》, 《黃庭內景玉經註》, 《黃庭內外玉經解》, 《黃庭內景五臟六腑補瀉圖》, 《修真十書》중에, 《黃庭內景玉經註》, 《黃庭內景玉經註》가 있고, 《道藏集要》中에는 《太上黃庭內景玉經》,

\* 大田大學校 韓醫科大學 原典醫史學教室

1) 《黃庭經》의 成書 年代 : 《外景經》은 王羲之 筆寫本과 대부분의 七言句가 同一하고, 王羲之 本의 末尾에 "永和十二年五月二十四日五山陰縣寫"라고 되어 있어 晉 穆帝 永和十二年(西紀 356年)以前이고, 《黃庭內景經》은 書頭に "上清紫霞虛皇前 太上大道玉宸君"이라하여 '太上道君'이라는 稱號가 나타난 것이 東晉 後半期の 《上清經》에 보이고, 沐浴章三十六에 "卽授隱芝大洞經 十讀

唐代 務成子 註의 《上清黃庭內景經》，唐代 梁丘子 註의 《黃庭內景玉經註》，明代 李一元 註의 《黃庭內景經》，清代 澹圓冷謙 註의 《太上黃庭內景玉經》을 底本으로하여 研究 發表하게 되었다.

## II. 研究方法

本經의 全盤的인 理解를 돕고 內容을 比較, 研究하기 위하여 原文에 懸吐를 하고 原文에 대한 國譯을 하였고, 校勘, 字句解를 加하였으며, 各家注를 引用하여 懸吐하였고, 마지막으로 各章에 관한 學術的인 考察을 하였다.

가. 原文은 梁丘子의 《黃庭內景玉經註》를 基準으로 삼았다.

나. 懸吐는 傳來의 方式을 原則으로 하였다.

다. 國譯은 原文의 懸吐에 充實하도록 直譯을 爲主로 하되 各 注釋들 中에서 가장 妥當하다고 생각되는 內容을 爲主로 約간의 意譯을 加하였다.

라. 校勘은 各 引用 文獻 中에서 原文의 글자가 다른 것을 조사하여 전체적 文義에 비추어 보아 가장 妥當하다고 思料되는 것을 決定하여 提示하였다.

마. 字句解는 原文 中에서 難解한 部分에 대하여 各 注家들의 意見과 各 解說書들의 意見들을 爲主로 比較 說明하였다.

바. 各家注는 아래에 提示할 引用 文獻의 註釋을 시대순으로 懸吐하여 提示하였고, 懸吐 以外에 注釋 內容의 理解에 必要하다고 생각되는 部分들은 脚注로 處理하여 提示하

였다.

사. 考察은 各家注의 內容들을 土臺로 各章의 內容들에 대해서 總括하여 整理하였다.

아. 考察 中에 內容을 理解하는데 必要하다고 생각되는 引用 文獻에 대한 內容과 各家에 대한 解說이나 注釋의 補充 說明은 脚注로 處理하였다.

자. 本 論文에 使用한 符號는 引用 文獻은 《 》， 校勘은 〈 〉, 字句解는 ( ), 各家注는 [ ], 각주는 )로 表示하였다.

本 論考에 參考한 《黃庭經》의 注解書는 아래의 圖表와 같다.

〈參考註解書〉			
時代	著者	書籍	備考
唐	務成子	《上清黃庭內景經》	《務本》이라고 한다.
	梁丘子	《黃庭內景玉經註》	《梁本》이라고 한다.
明	李一元	《黃庭內景經》	《李本》이라고 한다.
清	澹圓冷謙	《太上黃庭內景玉經》	《澹本》이라고 한다.
1991	周眉聲	《黃庭經醫疏》	《周本》이라고 한다.

## III. 本論

- 1) 務成子 註
- 2) 梁丘子 註.
- 3) 李一元 註.
- 4) 澹圓冷謙 註.
- 5) 周眉聲 註.

[梁註] : 黃者는 中之色也라 庭者는 四方之中也라 外指事即天中人中地中이요 內指事即腦中心中脾中故로 曰黃庭이라 內者는 心也요 景者는 象也니 外象은 論即日月星辰과 雲霞之象也요 內象은 論即血肉筋骨臟腑之象也라 心居身內하야 存觀一體之象色故로 曰內景也라

上清章第一

《黃庭內景經》, 《黃庭外景經》, 《太上黃庭中景經》이 있고, 《雲笈七籤》에는 《上清黃庭內景經》, 《太上黃庭外景經》이 있고, 《道藏精華》에는 《太上黃庭內景玉經》, 《黃庭內景玉經註》, 《黃庭內景玉經註》, 《太上黃庭外景註》, 《黃庭內景經》, 《黃庭外景經》 등이 있다.

【原文】

上清<sup>1)</sup>紫霞<sup>2)</sup>虛皇<sup>3)</sup>前<sup>1)</sup>에  
 太上大道玉晨<sup>2)</sup>君<sup>4)</sup>이  
 閑居藥<sup>3)</sup>珠<sup>5)</sup>作七言<sup>6)</sup>하사대  
 散化五形<sup>4)</sup>變萬神<sup>7)</sup>하시고  
 是爲黃庭曰內篇이라  
 琴心<sup>6)</sup>三疊<sup>7)</sup>舞<sup>5)</sup>胎仙<sup>8)</sup>하니  
 九氣映明出霄間하고  
 神蓋童子<sup>8)</sup>生紫煙하니  
 是曰<sup>6)</sup>玉書可精研이라  
 詠之萬過昇三天하며  
 千災以消百病痊하고  
 不憚虎狼之凶殘하며  
 亦以却老年永延이라

【解釋】

上青天 紫霞宮 虛皇大道君의 前에서 太上大道玉晨君(老君)께서 한가로이 藥珠宮에 居하시다가 五行을 홀뿌려 萬神으로 變하게 하시고 이를 黃庭內篇이라 하시다. 調和로운 마음이 三丹田에 이르면 仙의 胎가 춤 추니 九氣(陽氣)가 밝게 하늘(머리)을 비추고 눈동자에 瑞氣를 生하니 이를 玉書라 하여 깊이 연구할지니라. 萬番을 읽으며 三天에 오르고 모든 災殃과 病을 물리치며, 못 짐승들의 침입을 받지 않으며 老化를 물리치고 영원히 살지니라.

〈校勘〉

1. 前 : 《澹本》에는 '尊'이라 함.
2. 晨 : 《澹本》에는 '宸'이라 함.
3. 藥 : 《澹本》에는 '蕊'라 함.
4. 形 : 《澹本》에는 '行'이라 함.
5. 舞 : 《務本》에는 '儻'라 함.
6. 曰 : 《澹本》에는 '爲'라 함.

(字句解)

- 1) 上清 : 三清(玉清 上清 太清)의 하나로서 虛皇大道君이 다스리는 곳.
- 2) 紫霞 : 道君이 居하는 宮闕의 名稱. 紫

瓊宮 또는 紫晨宮이라고도 함

- 3) 虛皇 : 虛皇大道君의 尊號.
- 4) 玉晨君 : 元始五老 中 皇老의 號임.
- 5) 藥珠 : 玉晨君이 居하는 宮闕의 名稱.
- 6) 琴心 : 비파의 音과 같이 평온하고 조화로운 마음.
- 7) 三疊 : 人體內 세 곳의 丹田.
- 8) 神蓋童子 : 눈동자를 말함.

〔各家註〕

上清紫霞虛皇前

〔梁註〕 : 三清之境은 有玉清上清太清하니 此三清之中은 一切大聖之所居也라 按玉緯經에 云 上清者는 虛皇大道君之所治也니 卽大道之域이라 包羅三清하고 又常朝儀西南方하며 有太靈虛皇天尊하니 卽 元始之本號也라 道君이 欲明作七言之所 始乎紫霞之宮也니 亦名紫瓊宮 亦名紫晨之宮이라

太上大道玉晨君

〔務註〕上清者는 三清名也라 虛皇者는 紫清太素高虛洞曜三元道君內號也라 太上卽高聖太眞이요 玉晨은 玄皇大道君也라 現在上清에 協晨하야 觀藥珠之房이라 紫霞는 煥落瑞氣交映也라

〔梁註〕 : 太上은 尊之號也라 按컨대 本行經에 有元始五老之君號也니 玉晨君은 卽皇老之一號也라

閑居藥珠作七言

〔務註〕藥珠는 上清境 宮闕名也라 述作此經호대 皆以七言爲句也라

〔梁註〕 : 秘要經에 云仙宮中에 有寥陽之殿 藥珠之闕 七映之房하야 道君在中而說經也라 人身에 備有之也라

〔澹註〕 : 一炁分三炁하니 是爲三天이니 大羅天 清微天 大赤天 卽玉清 上清 太清之境也라 上清은 玉宸道君이 居之하야 治蕊珠貝闕호대 言道君閑居하야 闡明大道호대 以作七言하시니라

散化五形變萬神

〔務註〕散化形體하야 變通萬神은 明此經의 秘妙矣라

〔梁註〕：隳<sup>4)</sup>支體 黜聰明 離形去智는 同於大通이라 先本後跡故로 假神以託用也니 夫神者는 隨感而應者也니 故로 其有數 | 豈直萬乎아

是爲黃庭曰內篇

〔務註〕眞言歎美요 又曰內篇也라

〔梁註〕：因中而得名也라

琴心三疊舞胎仙

〔務註〕琴은 和也라 三疊은 三丹田이니 謂與諸宮重疊也라 胎仙은 卽胎靈大神이니 亦曰胎眞이니 居明堂中이라 所謂二老君이 爲黃庭之主하야 以其心和則神悅故로 儻胎仙也라

〔梁註〕：琴은 和也라 疊은 積也라 存三丹田하야 使和積如一則胎仙을 可致也라 胎仙은 胎息之仙也니 猶胎在腹中하야 有氣而無息이라

〔李註〕：至人體道에 格致誠正하고 不覩不聞에 功無止息하며 靜固存養하고 動尤省察이라 蓋道者는 先天一氣 | 涵於太始하야 無極之初에 至虛至無하니 乃形而上者 謂之道요 以有入無也라 及至太極하얀 虛者 | 漸由而實하고 無者 | 漸由而有하야 乃形而下者 謂之氣요 從無入有也라 老子 | 曰無名은 天地之始요 有名은 萬物之母라하고 海蟾이 云從無入有 | 皆如是나 從有入無 | 能하리 幾人이라 하고 孔子 | 曰先天而天弗違하며 後天而奉天時라하니 人惟順行後天之道故로 一生一死而轉輪不息하고 聖人이 善逆用先天之道故로 致知格物正心修身하야 乃長存而不泯하니 無極은 先天也요 太極은 後天也라 大帝 | 有三하니 上清太清玉清이라 老君은 乃上清紫霞虛皇之前 太上大道玉晨君也라 間居藥珠之宮하야 憫道之失傳하시고 作七言之篇하사 名曰黃庭이라하고 垂教後世하야 從虛無中으로 成僊하

4) 무너질 휴, 무너뜨릴 휴.

시니 夫虛無者는 何先天中來之神氣耳리오 神氣未凝之先에 何曾有物이리오 故로 曰 虛無라 及神與氣凝始하얀 無形者 | 形而無中生有矣니 所謂無極而太極也라 虛皇之前엔 仙教 | 未闡하야 道不可得而名이러니 及後聖이 强名曰道라 立言하사 使後人循此得丹하고 開天門 闢地戶하고 超凡入聖하며 從鵲橋<sup>5)</sup>至銀河<sup>6)</sup>하고 升轆轤透尾閭하고 由三關夾脊入泥丸하고 遍乾宮注兩目하며 降金橋下重樓하고 入絳宮歸黃庭이라 散化五行變通萬神이라하니 五行者는 肝木心火脾土肺金腎水也라 萬神者는 物物一太極이라 變通은 玄妙也라 至此則通關透節하야 萬形俱變하니 立可躋仙이라 且道者는 卷之退藏於密하고 放之則彌六合하야 無古無今히 顯微無間하야 鳶飛魚躍에 孰非化機리오 知者 | 見之에 謂之知하고 仁者 | 見之에 謂之仁이나 百姓日用而不知故로 君子之道 | 鮮而狀是道以示人은 爲尤難也라 所以聖人이 名之曰黃庭하시고 分之曰性命而內景外景은 由是矣라 內則玉液陰丹을 求之心 求之腎하야 所以先修龍性을 足己汞爲眞陰也요 外則金液陽丹을 又求心之所以心 腎之所以腎하야 所以後修虎情을 取彼鉛爲眞陽也라 坎中之陽을 不採則離中之陰을 莫補故로 陰陽竅라 妙機 | 懸玄牝之門에 性命雙修하면 丹結虎龍之口라 琴心三疊者는 琴乃正音和而不亂이면 眞鉛<sup>7)</sup>眞汞<sup>8)</sup>이 神自相投하야 金情木性이 機自相戀이라 君子淑女 | 非媒不通하고 內外相求 | 非心不明이어늘 媒爲交姻之月老라 心爲消息

5) 鵲橋：有上下二箇하니 上鵲橋는 在印堂下鼻樑之內에 有四條岐路호대 爲左右鼻孔二條라 前口一條後喉一條요 中下爲軟舌이라 上印堂이요 下鼻竅니 一虛一實이라 下鵲橋는 在尾閭骨內에 亦有四條岐路하니 外二條는 通大小二便하고 內二條는 上通心後通脊旁兩竅하고 惟中正은 通脊中髓道하야 直達泥丸이라 前谷道요 後尾閭니 亦爲一虛一實이라.

6) 銀河：在天爲陽主升 在人爲督脈 運周天時之特名 專升而不降.

7) 腎中生炁時 眞一之精也 無情爲鉛汞 有情爲龍虎.

8) 心生液時 液中有眞陽之氣 內有眞汞.

之神機니 外心而言媒者는 妄也요 舍意而求媒者는 非也라 故로 意者는 土也 黃婆也 琴之媒也니 使鉛土汞土로 合而成刀圭之眞土故로 曰三疊이라 至是하야 丹胎 | 結矣며 脫化基矣하야 可以參天地 老三光 彫日月矣라 儻胎仙者는 由是而神全하며 由是而調養하며 由是而無爲하야 升天謁帝하야 受籙號眞하고 逍遙閑苑하야 拜舞宸<sup>9)</sup>墀<sup>10)</sup>하며 神仙領袖<sup>11)</sup> 許葛同驅하리니 此 | 乃無上九品大道神丹이라 非閉氣養息拋<sup>12)</sup>身入身及呼吸採取의 傍門所可彷彿이라 萬一에 志士 | 精辨而篤行之면 太上大道 | 在吾矣리라

[澹註] : 七言之旨 | 能化五行之炁하야 散彌六合而變通萬神이라 琴音이 清和하야 具五行하니 琴心者는 清其心而和合五行이라 三疊은 乃三田則三田之中에 胎仙이 自舞라

九氣映明出霄間

[務註] 九天之氣 | 入於人鼻하야 周流腦宮하야 映明上達故로 曰出霄間이라 九天生神經에 曰三元育養하고 九氣結形이라하니라

[梁註] : 三田之中에 有九氣하야 炳煥無不燭也라 大洞經에 云三丹田及三元三洞房하야 合爲九宮이요 宮中에 有天皇九魄하야 變爲九氣 化爲九神也라

神蓋童子生紫煙

[務註] 神蓋는 謂眉也라 童子는 目神也라 紫煙은 卽目光氣也라

[梁註] : 觀照存思는 假目爲事라 下文에 云 眉號華蓋覆明珠라하니 華蓋卽神蓋니 謂眉也라 明珠는 目童子也라 紫煙은 目精妙之氣라

[李註] : 天은 陽也요 陽數는 九라 天惟純陽故로 輕清上覆而霄는 漢間光耀不傾이라 人得天純陽之氣以生이나 惟童子則眞神不繫하고 天之純陽이 全具하야 若人能全此童子之神則 純陽不雜하야 可以底於超脫而童子生神光이 一如紫烟之不可以象求며 不可以形捉矣라 何

虛無之丹을 不我得이며 虛無之仙을 不我成哉 아

是曰玉書可精研

[梁註] : 文을 因跡始專則能通이라

[澹註] : 九爲陽數니 九炁는 純陽之炁라 映發光明하야 出於霄漢之間하니 心神은 屬離하고 童子는 卽嬰兒니 屬坎이라 蓋는 乃蓋合之意니 神蓋童子는 卽以神馭炁하야 坎離 | 交而紫煙生하니 乃結丹之象也라

詠之萬過昇三天

[務註] 此經을 亦曰玉書니 謂精心研慮하고 誦滿萬遍卽自昇天矣라 三天者는 太清上清玉清也라

[梁註] : 精備神充을 名上三清이라

[李註] : 天地間物之至精至粹者 | 莫若玉也니 是經이 乃天地秘旨太上眞詮이요 至精至粹故로 曰玉書라 詠之萬過者는 精研其義하며 力行其道하고 無怠無荒하야 積累功深이면 自然得道하야 飛昇三天矣라 三天者는 三清也라 一云以玉書之하야 亦曰玉書라하니라

千災以消百病痊

[梁註] : 精神具則災病自消라

不憚虎狼之凶殘

[梁註] : 無殘傷也라

亦以却老年永延

[務註] 眞經을 尊重持誦이면 蒙恩災病自除하야 虎狼不犯 衰年轉少 壽命延長이라 道經曰攝生者는 毒蟲猛獸 | 不搏也라 此一章은 初說經之旨也라 此經은 蓋是太上弟子 | 所撰記耳니 猶如孝經禮記에 稱孔子閑居也라

[梁註] : 此一章은 都說黃庭之道也라

[李註] : 人惟溺於愛河慾海하야 不明大道

10) 지대뜰 지(地臺위의 땅)

11) 소매 수

12) 버릴 포, 던질 포.

9) 집 신, 대궐 신, 하늘 신.

故로 貪逐妖艷이 不知此殺機也라 恩中有害를 迷而不悟하고 自取其殃耳라 至人則明心見性하고 解穀通玄하야 丹房器皿을 委而去之하야 見色不色 空無所空이면 身安國富하고 賊魔退伏하리니 何災禍之有리오 虎躍風飄하고 狼貪火熾하니 危防而虎自降하고 險慮而狼自伏하니 何虎狼之足憚也리오 於是에 却老而年永延하야 可與乾坤으로 竝運天地齊年矣니 此는 天仙也요 在人殫心力行以深究其妙化라 老子 | 曰微妙玄通爲上士라하니 此之謂也라 夫此는 乃得丹功驗이라 仙有四品하니 天仙은 爲上形神俱하야 妙與道合하야 眞步日月無影 入金石無碍 變化無窮 隱顯莫測 或老或少 至聖至神하야 鬼神莫能測 蒼龜莫能知者 | 天仙也요 飛空走霧 不飢不渴 寒暑不侵 遨遊海島 長生不死者 | 地仙也요 處世無疾而壽者 | 人仙也요 陰神至靈而無形者 | 鬼仙也라

〔澹註〕：以上은 開宗明義요 統言作經之大旨라

#### 【考察】

‘上清’에 대해서 〔梁註〕에서는 玉清 上清 太清的 三清 中の 하나로서 三清은 一切大聖이 居한다 하였고, 또 《玉緯經》을 引用하여 上清은 虛皇大道君이 다스리는 곳이라 하였으며, 〔澹註〕에서는 三清은 三天이니 大羅天 清微天 大赤天이 곧 玉清 上清 太清과 같다 하였다.

‘紫霞’는 대부분 宮闕名으로 풀이하였으나, 〔務註〕에서는 煥落瑞氣交暎이라하여 祥瑞로운 氣運으로 풀이하였다.

‘虛皇’에 대해서는 〔務註〕는 紫清太素高虛洞曜三元道君內號라 하였고, 〔梁註〕에서는 太靈虛皇天尊이며 元始之本號라 하였다.

‘玉晨君’에 대해 〔務註〕에서는 玄皇大道君이라 했고, 〔梁註〕에서는 元始五老之君號 中皇老의 一號라 하였다.

‘藥珠’에 대해서는 공통적으로 玉晨君이 居하는 宮闕名이라 하였다.

散化五形變萬神에 대해 〔務註〕에서는 散化

形體하야 變通萬神은 이 經의 秘妙라 하였고, 〔梁註〕에서는 離形去智는 同於大通이라 하여 《黃庭經》이 神을 強調함을 여기서 볼 수 있다.

‘三疊舞胎仙’에 대해서 〔務註〕에서는 三疊은 三丹田이니 諸宮이 重疊된 것과 같고, 胎仙은 胎靈大神이며 또한 胎眞이라고도 하는데 明堂에 거하다가 心이 和하면 神이 기뻐하게 되어 胎仙이 춤을 춘다 하였고, 〔梁註〕에서는 疊은 積의 뜻이니 存三丹田하야 使和積如一則胎仙을 可致라 하였고, 胎仙은 胎息之仙이니 胎가 腹中에 있어서 有氣而無息하는 것과 같다 하였다.

‘九氣映明出霄間’에 대해 〔務註〕에서는 九天之氣 | 入於人鼻하야 周流腦宮하야 映明上達故로 日出霄間이라 하였고, 〔梁註〕에서는 三田之中에 有九氣하야 炳煥無不燭하며, 또 《大洞經》을 引用하여 三丹田及三元三洞房하야 合爲九宮이요 宮中에 有天皇九魄하야 變爲九氣 化爲九神이라 하였고, 〔李註〕에서는 天은 陽也요 陽數는 九라 天惟純陽故로 輕清上覆而霄는 漢間光耀不傾이라하여 九氣를 天의 陽氣로 풀었다.

‘神蓋童子生紫煙’에 대해서 〔務註〕에서는 神蓋는 眉이며 童子는 目神이고 紫煙은 目光氣라 하였고, 〔梁註〕에서는 觀照存思는 假目爲事하므로 下文에 眉號華蓋覆明珠라 한 곳의 華蓋가 곧 神蓋며 眉이다. 明珠는 目童子이고 紫煙은 目的 精妙之氣라 하였고, 〔李註〕에서는 “惟童子則眞神不鑿하고 天之純陽이 全具하야 若人能全此童子之神則純陽不雜하야 可以底於超脫而童子生神光이 一如紫烟之不可以象求며 不可以形捉矣라 何虛無之丹을 不我得이며 虛無之仙을 不我成哉아”라하여 童子神이 丹과 仙을 이룸에 있어 매우 重要함을 강조하였다. 〔澹註〕에서는 “九爲陽數니 九炁는 純陽之炁라 暎發光明하야 出於霄漢之間하니 心神은 屬離하고 童子는 卽嬰兒니 屬坎이라 蓋는 乃蓋合之意니 神蓋童子는 卽以神馭炁하야 坎離 | 交而紫煙生하니 乃結丹之象也라”하

여 紫煙이 생함을 結丹의 形象이라하여 독특한 說明을 하고 있다.

'玉書'에 대해서 [李註]에서는 "天地間物之至精至粹者 | 莫若玉也니 是經이 乃天地秘旨 太上眞詮이요 至精至粹故로 曰玉書라"하고 또 一說에는 "以玉書之하여 亦曰玉書라"하여 內容이 玉과 같다하는 說과 글자를 玉으로 새겼다는 두 가지 說이 있다.

'詠之萬過'에 대해서는 [李註]에서는 "精研其義하며 力行其道하고 無怠無荒하여 積累功深이면 自然得道하여 飛昇三天矣라"하여 열심히 도를 닦는 것으로 풀었고,

'昇三天'에 대해서는 "三天者는 三清也라"하여 三天은 앞에서 말한 三清을 指稱한다 하였다.

一章의 大義에 대해서 [務註]에서는 "初說經之旨也라"하였고, [梁註]에서는 "都說黃庭之道也라"하였으며, [澹註]에서는 "開宗明義며 統言作經之大旨라"하였다.

上有章<sup>13)</sup>第二

【原文】

上有魂靈下關元이요  
左爲少陽右太陰이며  
後有密戶前生門이니  
出日入月呼吸存이라  
元氣<sup>1</sup>所合列宿分하니  
紫煙上下三素雲이  
灌溉五華植靈根하고  
七液洞流衝臚<sup>2</sup>間하니  
廻<sup>1)</sup>紫抱黃入丹田하야  
幽室內明照陽門<sup>3)</sup>이라

【解釋】

위로는 心臟에 魂靈이 있고 아래로는 腎臟의 關元이 있으며 左에는 足少陽膽脈이 있고 右에는 手太陰肺氣가 흐르며 뒤에는 密戶가 있고 앞에는 生門이 있으니 해와 달이 지나 는 것과 같이 呼吸이 있어서 元氣가 마치 무

수한 별들과 같이 퍼져 있으며 자옥한 上下의 구름이 五臟을 灌溉하고 靈根을 기르며 七液이 두루 돌아 머리로 들어 갔다가 紫色과 黃色의 氣運이 下丹田으로 다시 돌아오면 幽室이 안으로 밝아지고 陽門을 밝히게 되니라.

〈校勘〉

1. 元氣 : 《務本》에는 '四氣'라 함.  
《李本》에는 '四氣'라 함.
2. 臚 : 《李本》에는 '臚'라 함.
3. 陽門 : 《務本》에는 '陽明'이라 함.

(字句解)

1)廻 : 돌 회. 빙빙 돈다는 뜻.

【各家註】

上有魂靈下關元

[務註]魂은 魂魄也라 靈은 胎靈也라 魂在肝 魄在肺하며 胎靈在脾라 關元은 臍也니 臍爲受命之宮則魂魄在上하고 關元在下라

[梁註] : 上魂은 天分也요 下關은 地分也라 魂靈은 無形이요 關元은 有質하니 人法天地形象하야 具之如一後說이라

[李註] : 谷神不死 是爲玄牝이라하니 玄은 心也며 心主日 位陽也라 陽은 輕清上升하고 魂乃心之英靈이 變化不測하고 居位於上故로 曰上有魂靈이요 牝은 腎也며 腎主月 位陰也라 陰은 重濁下降하야 腎關眞一之水하니 乃性命之元이 居位於下故로 曰下關元이라

左爲少陽右太陰

[務註]少陽은 左目也요 太陰은 右目也라

[梁註] : 左東右西니 卯生酉殺이라

[李註] : 膽爲六腑之首요 脈從左足少陽所屬故로 左爲少陽也요 肺爲五臟之元이요 脈從右手太陰所屬故로 右爲太陰也요 心又爲朱雀 腎又爲玄武 左又爲靑龍 右又爲白虎라

[澹註] : 魂은 心魂也요 關은 腎關也라 少陽은 足少陽膽經이니 膽乃肝腑 屬木하야 能

13) [李註]에서는 呼吸章이라 名함.

生心火하고 太陰은 手太陰肺經이니 屬金하야 能生腎水라 言心腎二家之母炁라

後有密戶前生門

〔務註〕密戶는 腎也라 腎爲藏精宮이니 當守之하야 使不躁泄이라 生門은 命門也라

〔梁註〕：前南後北이니 密戶는 後二竅니 言隱密也라 生門은 前七竅니 言藉以生也니 合爲九竅也라

〔李註〕：玄關一竅는 謂男女各有門戶하니 乃金玉液所出處也라 故後密戶는 男子藏精之戶則左之腎戶也요 前生門은 女子藏經之門則右之命門也라

〔澹註〕：兩腎이 藏精하니 爲密戶요 附脊居後하야 左右相對하고 中虛一竅 爲命門이니 卽生門이라 初生受胎未形에 先具渾如太極 先天眞一之炁하니 存此에 其生炁 從命門出 則向前이니 與臍相對라

出日入月呼吸存

〔務註〕謂常存日月於兩目하야 使光與神合則 通眞矣라 九眞中經에 曰夜半生氣 或鷄鳴時에 正坐閉氣하야 存左目出日 右目出月하고 兩耳之上에 爲六合高臆이니 令日月使照一身 하야 內徹泥丸하고 下照五臟腸胃之中하야 了了洞見하고 內徹外合하야 一身與日月光이 共合良久에 叩齒九通하고 咽液九過하며 微祝曰 太上玄一 九皇吐精 三五七變 洞觀窈冥 日月垂光 下徹神庭 使照六合 太一黃寧 帝君命簡 金書不傾 五老奉符 天地同誠 使我不死 以致眞靈 却遏萬邪 禍害咸平 上朝天皇 還老返嬰 太帝有制 百神敬聽이라

〔梁註〕：日月者는 陰陽之精也라 左出右入은 身有陰陽之氣라 出爲呼氣入爲吸氣요 呼吸之間에 心當存之라 上清紫文에 云 心存日月 坐立任所便이 是也라

〔李註〕：乾父坤母는 男女俱足하니 陰陽之化 故密戶內에 未嘗不有하고 生門內에 未嘗不有하니 密戶腎與命門이 其氣相通하야 均之呼而出者 日之陽也며 吸而入者 月之陰

也而男女呼吸間에 莫非陰陽之所存矣라 清靜經에 云一靜之中에 不覺有天有地라하니 正此 心腎造化之妙也라

〔澹註〕：日은 陽也요 月은 陰也니 取坎中之一陽出하야 入於離中之一陰하니 所謂取坎填離이라 一出一入이 存吾呼吸間耳라 此言心腎交媾之妙라

元氣所合列宿分

〔務註〕四氣는 四時靈氣也라 列宿은 三景也라 謂常存元氣 合於身호대 兼思日月斗星하야 分明煥照 久則通靈이라

〔梁註〕：元氣는 一也라 使心與道一合存하니 日月星神의 輝光照耀 羅列一身하니 分明與天地合也라

紫煙上下三素雲

〔務註〕三素者는 紫素白素黃素也라 常存三元妙氣 上下在身則形神通感이라

〔梁註〕：紫煙은 是目精之氣니 存見三丹田之中하면 上下俱有白氣하야 白氣 流通一體라 又云目光에 有紫青絳三色하야 爲三素雲이라하니 仙經에 云 雲林夫人이 呪曰目童三雲 兩目眞君이라하니라

灌溉五華植靈根

〔務註〕五華者는 五方之英華니 卽氣也라 靈根은 舌本也니 謂漱咽津液 兼吸引五氣而服之 則靈根永存하고 神府清暢이라

〔梁註〕：素雲之氣 在口爲玉液이니 存咽之以灌五華라하니 五華者는 五臟之英華요 靈根은 命根植生이라

〔李註〕：心爲南嶽而居上하고 腎爲北嶽而居下하고 肝爲東嶽而居左하고 肺爲西嶽而居右故로 南有南斗하야 心主之하고 北有北斗하야 腎主之하고 東有東斗하야 肝主之하고 西有西斗하야 肺主之하니 四氣 合而列宿分하고 元氣 周流하야 紫煙上下하니 腔子中에 若無升降之妙하야 猶將水火煮空鑊耳라 入藥鏡에 云水는 眞水요 火는 眞火니 水火 交



永不老라 故로 黑乃眞水之素色이요 紅乃眞火之素色이요 黃乃眞土之素色이라 水素剋火하야 陽氣上升하고 火素生土하야 陰氣下降이라 生剋相制에 三疊連珠 | 必得이라 心之輕魂과 腎之飛靈을 合之에 不見其有하고 分之에 不見其無而徹上徹下하야 網緼盤結하고 溢布太空而三素之雲이 灑漫六合하고 灌溉中岳하며 流遍五華하면 玉漿培而靈根植矣요 靈根植而丹基 | 立矣라 故太上名之曰黃庭主人이라 하니 至此則纔正位中宮而水火土之功이 盡矣라 中嶽은 又爲勾陳이라

[澹註] : 四炁는 金木水火라 四炁 | 和合에 其精華 | 如列宿이 分布周流라 紫煙上下는 呼吸進火之法象이요 三素雲은 乃三田之中에 素淨之炁 | 如雲蒸雨降하야 灌溉五臟之精華하야 以植靈根이라 此는 言交媾後에 元炁 | 滋溢하야 聚精華而立丹基라

#### 七液洞流衝廬間

[務註] 廬間은 兩眉間이니 謂額也라 七液者는 謂四氣三元이 結成靈液하야 流潤臟腑하야 氣衝腦盛也라

[梁註] : 七竅之液이 上下周流하야 上流曰衝이요 下流曰迴라 廬는 額廬之間이니 明堂中이라

#### 迴紫抱黃入丹田

[務註] 丹田은 上丹田 在兩眉間却入三寸之宮이니 卽上元眞一所居也라 紫黃者는 三元靈氣也라

[梁註] : 內象諭也라 脾氣黃 目氣紫할새 七液周流하야 抱黃迴紫하야 出入呼吸하야 俱入丹田이라 丹田에 有三所하니 靈命之根也니 按大洞經에 云 眉間却入三分은 爲雙田이니 入骨際三分爲臺闕이요 左爲靑房 右爲紫戶 二神居之하고 眉間却入一寸爲明堂宮이니 左明童眞君 右明女眞官 中明鏡神君이요 眉間却入二寸爲洞房이니 左無英君 右白元君 中央黃老魂이요 眉間却入三寸爲丹田宮 亦名泥丸宮이니 左有上元赤子君 右有帝卿君이요 又却入四

寸爲流珠宮이니 有流珠眞神居之하고 又却入五寸爲玉帝宮이니 有玉清神母居之하고 又當明堂上一寸爲天庭宮이니 有上清神女居之하고 又洞房直上一寸爲極眞宮이니 太極帝妃 | 居之하고 又丹田直上一寸爲丹玄宮이니 有中黃太一君居之하고 又流珠直上一寸爲太皇宮이니 太上君이 居之라 男爲雄一 女爲雌一하야 雄雌二神을 男女並可兼修之라

#### 幽室內明照陽門

[務註] 幽室은 腎也요 陽明은 命門也니 謂存念腎臟하야 令其內明 專氣保精 無使泄散하고 明照內外하야 兼守命門也라 此一章은 先說黃庭宮府所在에 氣液周流하며 上下相通이라

[梁註] : 幽隱之室에 內自思存이면 心目明鑒하야 燎如日月이라 夫神者는 無方之謂也니 心識無方하니 存之則有요 遺之則亡이라

[李註] : 七液은 汗爲心液 淚爲肝液 涕爲肺液 精爲腎液 津爲脾液이니 均之氣以運其液하고 血以滋其液하야 摠爲七液이라 導引洞流하야 衝乎臚間而精氣神三華 | 聚頂이라 從此에 迴抱瑞色紫黃하야 入丹田 居幽室而五氣朝元 幽室內明 迴光返照하야 陽門이 歸根復命矣라 陽門은 頂門也니 元神脫化 | 必俟頂門復軟然後에 神得出現이니 可獲還嬰之效而天門開 地戶闢하고 湧泉一氣 | 上經天 下緯地而色中至寶 | 永植靈根矣라 此丹田은 乃丹之結處也니 若色相中丹田則同人云在臚下二寸附脊梁兩腎間하니 號赤子라 府中尖色赤하고 左靑右黃上白下黑하니 乃中極穴이요 接天地中氣之田이요 聲音出焉이라

[澹註] : 七液은 心肝肺脾腎炁血之七液이니 以靈根旣植하야 通流而衝入於神廬之間이라 迴紫는 乃紫煙炁니 中에 抱黃之金丹而入中丹田이라 幽室은 命也니 卽密戶內에 起火하고 而明光이 返照於頂上之陽門하니 性也라

#### 【考察】

‘上有魂靈’에 대해 [務註]에서는 魂은 魂魄

이고 靈은 胎靈이며 魂在肝 魄在肺하고 胎靈在脾라 하였고, [梁註]에서는 上魂은 天分이며 魂靈은 無形이라 했고, [李註]에서는 “谷神不死 是爲玄牝”을 인용하여 玄은 心이며 心主日 位陽하여 陽은 輕清上升하고 魂은 心之英靈으로서 變化不測하고 居位於上하므로 上有魂靈이라 했고, [澹註]에서는 魂은 心魂이라 했다.

‘下關元’에 대해서 [務註]에서는 關元은 臍니 臍爲受命之宮則魂魄在上하고 關元在下라 했고, [梁註]에서는 下關은 地分이며 關元은 有質하다 하였고, [李註]에서는 “谷神不死 是爲玄牝”을 인용하여 牝은 腎이며 腎主月 位陰하여 陰은 重濁下降하여 腎關眞一之水하니 乃性命之元이 居位於下하므로 下關元이라 했고, [澹註]에서는 關은 腎關이라 했다.

‘左爲少陽右太陰’에 대해서 [務註]에는 少陽은 左目이고 太陰은 右目이라 했고, [梁註]에서는 左東右西니 卯生酉殺이라 했고, [李註]에서는 膽은 腑之首이고 脈從左足少陽所屬이므로 左爲少陽이며 肺는 五臟之元이고 脈從右手太陰所屬이므로 右爲太陰이라 했고, [澹註]에서는 少陽은 足少陽膽經이니 膽乃肝腑 屬木하여 能生心火하고 太陰은 手太陰肺經이니 屬金하여 能生腎水하니 心腎二家之母炁를 말한 것이라 했다.

‘後有密戶’에 대해서 [務註]에서는 密戶는 腎이며 腎爲藏精宮이니 當密守之하여 使不躁泄이라 했고, [梁註]에서는 前南後北이므로 密戶는 後二竅니 隱密함을 말한다 했고, [李註]에서는 後密戶는 男子藏精之戶則左之腎戶라 했고, [澹註]에서는 兩腎이 藏精하니 爲密戶라 했다.

‘前生門’에 대해 [務註]는 生門은 命門이라 했고, [梁註]는 生門은 前七竅라 했고, [李註]는 前生門은 女子藏經之門則右之命門이라 했고, [澹註]는 兩腎中虛一竅 爲命門이니 卽生門이라 했다.

‘出日入月呼吸存’에 대해 [務註]는 日月이 항상 兩目に 居하여 使光與神合則通眞한다

했고, [梁註]는 日月은 陰陽之精이니 左出右入에 身有陰陽之氣라 했으며, 出爲呼氣 入爲吸氣요 呼吸之間에 心當存之라 했고, [李註]는 呼而出者는 日之陽이며 吸而入者는 月之陰으로서 男女呼吸間에 莫非陰陽之所存이라 했고, [澹註]는 日은 陽이고 月은 陰이니 取坎中之一陽出하여 入於離中之一陰하니 所謂取坎填離며 一出一入이 存吾呼吸間하니 心腎交媾之妙를 말한 것이라 했다.

‘元氣所合列宿分’에 대해 [務註]에서는 四氣는 四時靈氣이고 列宿은 三景이니 常存元氣를 合於身함에 兼思日月斗星하여 分明煥照하는 것이 久則通靈이라 했고, [梁註]는 元氣는 一이니 心與道一合存이면 日月星神의 輝光照耀가 羅列一身하여 天地와 合한다 했다.

‘紫煙上下三素雲’에 대해 [務註]에서는 三素는 紫素 白素 黃素니 常存三元妙氣 上下在身則形神通感이라 했고, [梁註]는 紫煙은 目精之氣니 存見三丹田之中하면 上下俱有白氣하여 白氣가 流通一體라 했다.

‘灌溉五華植靈根’에 대해 [務註]에서는 五華는 五方之英華니 氣이고, 靈根은 舌本이니 漱咽津液을 말하니 兼吸引五氣而服之則靈根永存하고 神府清暢이라 했고, [梁註]는 素雲之氣가 在口爲玉液이니 存咽之以灌五華라 하니 五華는 五臟之英華이고 靈根은 命根植生이라 했고, [李註]에서는 心爲南嶽而居上하고 腎爲北嶽而居下하고 肝爲東嶽而居左하고 肺爲西嶽而居右하므로 南有南斗하여 心主之하고 北有北斗하여 腎主之하고 東有東斗하여 肝主之하고 西有西斗하여 肺主之하니 四氣가 合而列宿分하고 元氣가 周流하여 紫煙上下하니 腔子中에 若無升降之妙하여 水火를 空鑄에서 끓이는 것과 같다 했고, 入藥鏡을 인용하여 水는 眞水이고 火는 眞火니 水火가 交永不老하므로 黑은 眞水之素色이고 紅은 眞火之素色이고 黃은 眞土之素色이니 水素剋火하여 陽氣上升하고 火素生土하여 陰氣下降이라 生剋相制함에 三疊連珠를 必得한다 心之

〈上丹田의 構造 및 神名〉

中宮名 및 神名	位置	左側의 宮名, 神名	右側의 宮名, 神名	一寸上 宮名, 神名
雙田(臺闕)	眉間却入三分	靑房	紫戶	
明堂宮, 明鏡神君	眉間却入一寸	明童眞君	明女眞官	天庭宮, 上清神女
洞房, 黃老魂	眉間却入二寸	無英君	白元君	極眞宮, 太極帝妃
丹田宮(泥丸宮)	眉間却入三寸	上元赤子君	帝卿君	丹玄宮, 中黃太一君
流珠宮, 流珠眞神	眉間却入四寸			太皇宮, 太上君
玉帝宮, 玉清神母	眉間却入五寸			

輕魂과 腎之飛靈을 合함에 不見其有하고 나 눈에 不見其無而徹上徹下하여 網緼盤結하고 溢布太空而三素之雲이 瀾漫六合하고 灌溉中岳하며 流遍五華하면 玉漿이 培하고 靈根이 植하며 靈根이 植하여 丹基가 立하므로 太상이 名之曰黃庭主人이라 할 것이니 至此하면 纔正位中宮而水火土之功이 다한다 했고, [澹註]는 四炁는 金木水火인데 四炁가 和合함에 其精華가 列宿함이 分布周流라 紫煙上下는 呼吸進火之法象이고 三素雲은 乃三田之中에 素淨之炁가 如雲蒸雨降하야 灌溉五臟之精華하야 以植靈根한다하야 交媾後에 元炁가 滋溢하야 聚精華而立丹基하는 것이라 했다.

‘七液洞流衝廬間’에 대해 [務註]에서는 廬間은 兩眉間(額)이며 七液은 四氣三元이 結成한 靈液이 流潤臟腑하야 氣衝腦盛이라 했고, [梁註]에서는 七竅之液이 上下周流하야 上流曰衝이고 下流曰廻라 하며 廬는 額廬之間이니 明堂中이라 했고, [李註]에서는 七液은 汗爲心液 淚爲肝液 涕爲肺液 精爲腎液 津爲脾液이니 均之氣以運其液하고 血以滋其液하야 摠爲七液이라하고 導引洞流하야 衝乎臚間하면 精氣神의 三華가 聚頂한다 했고, [澹註]에서는 七液은 心肝肺脾腎炁血之七液이니 靈根이 이미 植하여 通流而衝入於神廬之間이라 했다.

‘廻紫抱黃入丹田’에 대해 [務註]에서는 丹田은 上丹田이니 兩眉間却入三寸之宮을 이른다 했고, 上元眞一이 居하며 紫黃은 三元靈氣라 했고, [梁註]에서는 脾氣黃 目氣紫할새 七液周流하야 抱黃廻紫하야 出入呼吸하야 俱入丹田하니 丹田에 有三所하니 靈命之根이라 하며 大洞經을 인용하여 上丹田의 構造 및 神

名에 대해 자세히 記述하고 있으므로 아래에 圖表化 하였고, [李註]에서는 廻抱瑞色紫黃하야 入丹田이라 했고, [澹註]에서는 廻紫는 紫煙炁니 中抱黃之金丹而入中丹田이라 했다.

‘幽室內明照陽門’에 대해 [務註]에서는 幽室은 腎이고 陽門은 命門이니 存念腎臟하야 令其內明 專氣保精 無使泄散하고 明照內外하야 兼守命門한다 하고 이一章의 大旨는 黃庭宮府所在에 氣液이 周流하야 上下로 相通함을 말한 것이라 하였고, [梁註]는 幽隱之室에서 內自思存이면 心目明鑒하야 燎如日月이라 했고, [李註]에서는 居幽室하야 五氣朝元하면 幽室이 內明하고 廻光返照하야 陽門이 歸根復命한다 陽門은 頂門이니 元神脫化함이 반드시 頂門이 다시 軟해진 後에 神이 出現할 수 있으니 可獲還嬰之效而天門開 地戶闢하야 湧泉一氣 | 上經天 下緯地而色中至寶 | 永植靈根이라 했고, 이 丹田에 대해서는 丹之結處니 若色相中丹田則同人云在臍下二寸附脊梁兩腎間하니 號赤子라 府中尖色赤하고 左靑右黃上白下黑하니 바로 中極穴이고 接天地中氣之田이며 聲音이 出한다 했고, [澹註]에서는 幽室은 命이니 密戶內에서 起火하고 明光이 返照於頂上之陽門하니 性이라 했다.

口爲章<sup>14)</sup>第三

【原文】

口爲玉池太和宮이니  
漱咽靈液災不干하야  
體生光華氣香蘭하고  
却滅百邪玉鍊顏이라

14) 李註에는 太和章이라 함.

審能修之登廣寒하니  
晝夜不寢乃成真이면  
雷鳴電激神泯泯이라

【解釋】

입은 玉池로써 太和官이니 靈液을 삼킴에 災殃이 侵犯하지 못하고 몸에는 光彩가 나며 香氣가 그윽하여 모든 邪氣를 제거하니 顏色은 玉과 같다. 열심히 닦으면 廣寒에 이르니 晝夜를 가리지 않고 닦아 眞을 이루면 번개와 천둥이 쳐도 精神이 온전하니라.

〈校勘〉

1. 寢 : 《務本》에는 '寐'라 함. 《澹本》에는 '寐'라 함.

(字句解)

1) 廣寒 : 1. 北方仙宮名 또는 山名이니 廣霞라고도 함(務註). 2. 尾閭穴을 廣寒이라 함(李註)

[各家註]

口爲玉池太和官

[務註]口中津液爲玉液이요 一名醴泉이요 亦名玉漿이라 貯水爲池니 百節調柔하고 五臟和適이 皆以口爲官主也라 一本에 有作太和官이라하니 於文韻에 不便也라 大洞經에 云 心存胃口하면 有一女子嬰兒形이 無衣服正立하야 胃管張口에 承注魂液하고 仰吸五氣하니 當卽漱滿口中內外津液하야 滿口咽之하야 遣直入玄女口中호대 五過畢이면 叩齒三通하고 微呪曰玉清高上 九天九靈 化液在玄 下入胃清 金和玉映 心開神明 服食日精 金華充盈이라하니라

[梁註] : [務註]와 같음.

[李註] : 口中津液은 一名玉液 一名醴泉 一名神水니 池以貯水故로 口爲玉池也라 太和者는 乃天地陰陽會合沖和之氣而五行萬物이 靡不藉此以成育故로 乾坤之不老 | 亦惟此太和耳라 人得天地之氣以生而能保合此太和之神

水하야 以灌溉五臟六腑則奇功異效 | 非蘭而香過之하고 非蜜而恬過之하니 乃太和玄酒至味라 世人은 色慾汨之 利利滄之하야 清者 | 濁하고 香者 | 臭하야 黃庭道 | 塞하야 成一臭皮囊矣니 可悼可惜이로다 太和清香之液은 口中舌下竅所出故로 曰太和官이라 官은 主也며 司也라

漱咽靈液災不干

[務註]靈液은 眞氣니 邪不干正이라

[梁註] : [務註]와 같음.

體生光華氣香蘭

[務註]不食五穀하니 無穢滓也라

[梁註] : [務註]와 같음.

却減百邪玉鍊顏

[務註]肌膚若霜雪綽約하야 若處子라

[梁註] : [務註]와 같음.

[李註] : 漱咽靈液而下溉臟腑則滿腔子 | 皆太和元氣니 何災之可干이리오 且德潤身而心廣體胖하야 盎於背而豐厚盈溢이요 體生光華而四肢百骸莫非蘭香之氣矣라 且邪不勝正而却減百邪하야 粹然見於面而顏如玉鍊粹美和潤矣라

[澹註] : 此는 由結丹後에 方有此太和靈液하야 聚於口中하야 嗽咽而效驗이 如此라 官者는 主也며 司也라

審能修之登廣寒

[務註]廣寒은 北方仙宮之名이라 又云山名이라하니 亦曰廣霞라 洞真經에 云 冬至之日月이 伏於廣寒之宮할새 其時에 育養月魄於廣寒之池호대 天人이 採青華之林條하야 以拂日月光也라하니라

[梁註] : [務註]와 같음.

晝夜不寢乃成真

[務註]勤修靜定則爲眞人이라

[梁註] : [務註]와 같음.

## 雷鳴電激神泯泯

[務註]泯泯은 取平聲讀이라 調神理氣하면 精魄恬愉하여 雖遇震雷而不驚懼이라 又曰雷鳴電激은 爲叩齒니 叩齒存思하면 乃是神用不得言泯泯이라

[梁註] : [務註]와 같음.

[李註] : 人身中에 有三田하니 一曰上田 二曰中田 三曰下田이라 接過尾閭穴을 名廣寒故로 審能修此太和之氣而使之流注하여 登乎廣寒하고 却晝夜不懈하여 復從廣寒하여 逆運頂門 經玉池라 又由三田而之廣寒 週而復始 修爲不息則太和充足이면 眞廣寒仙子矣라 若一旦不行則前功이 盡棄하니 所以晝夜不寐乃能成真而內景光明宣暢 關開竅透 運行如雷之鳴 電之激而清和洋溢 神氣虛朗 恍恍惚惚 不知神之爲我 我之爲神而泯泯然無神我之岐矣라 口之官이 如此하니 此非大道自然之運이리오 乃氣行液溉는 是傍門小術人力所使니 漢鍾離眞人曰涕唾精津氣血液七般靈物이 總皆陰이니 若將此物爲靈質이면 怎得飛昇上玉京이니 此乃修陰이 止可却病延年이라 彭祖得之에 壽八百者 此歟아

[澹註] : 前已徵驗을 審能修之면 卽登廣寒이라 廣寒은 尾閭穴名이니 從廣寒而逆運泥丸하여 經玉池而下三田하여 周而復始하여 晝夜工勤不寐라야 乃得成真이라 關竅已通에 如雷之鳴하며 如電之激而神依乎恍恍惚惚하고 綿綿若存故로 曰神泯泯이라 此는 丹成之候也라 自上有靈魂으로 至此는 乃概言丹道라

## 【考察】

'口爲玉池太和官'에 대해 [務註]에서는 口中津液이 玉液, 醴泉이라고도 한다 貯水爲池니 百節調柔하고 五臟和適이 모두 口로서 官主를 삼는다 했고, [李註]에서는 口中津液은 玉液, 醴泉, 神水라고도 하고 池以貯水하므로 玉池라 한다. 太和는 天地陰陽이 會合沖和한 氣로서 五行萬物이 이로서 成育하므로 乾坤의 不老함이 이 太和로 말미암는 것이다. 太和清香之液은 口中舌下竅에서 出하므로 太和

官이라 한다고 했다.

'漱咽靈液災不干'에 대해 [務註]에서는 靈液은 眞氣니 邪不干正이라 했고, [李註]에서는 漱咽靈液하여 下溉臟腑하면 滿腔子가 모두 太和元氣니 災殃이 侵犯할 수 없다 했다.

'體生光華氣香蘭'에 대해 [務註]에서는 不食五穀하니 無穢滓라 했고, [李註]에서는 德潤身而心廣體胖하여 盎於背而豐厚盈溢하니 體生光華하고 四肢百骸가 모두 蘭香之氣와 같다 했다.

'却滅百邪玉鍊顏'에 대해 [務註]에서는 肌膚가 霜雪綽約하여 處子와 같다고 했고, [李註]에서는 邪不勝正而却滅百邪하여 粹然히 見於面하여 顏如玉鍊粹美和潤한다 했고, [澹註]에서 이는 結丹後에 太和靈液이 聚於口中하여 嗽咽而效驗이 이와 같다 하였다.

'審能修之登廣寒'에 대해 [務註]에서는 廣寒은 北方仙宮之名 또는 山名이라고도 하며 廣霞라 부르기도 한다고 했다.

'晝夜不寐乃成真'에 대해 [務註]에서는 勤修靜定則爲眞人이라 했다.

'雷鳴電激神泯泯'에 대해 [務註]에서는 泯泯은 調神理氣하면 精魄恬愉하여 雖遇震雷而不驚懼한다 또는 雷鳴電激은 叩齒를 말하니 叩齒存思하면 神用을 不得言泯泯이라 했다.

[李註]에서는 接過尾閭穴을 廣寒이라하고 審能修此太和之氣而使之流注하여 登乎廣寒하고 却晝夜不懈하여 復從廣寒하여 逆運頂門 經玉池하고 又由三田而之廣寒 週而復始 修爲不息則太和充足이면 眞廣寒仙子라 만약 一旦라도 不行하면 前功이 盡棄하니 所以晝夜不寐乃能成真而內景光明宣暢 關開竅透하여 運行이 如雷之鳴 電之激而清和洋溢 神氣虛朗 恍恍惚惚하여 不知神之爲我 我之爲神而泯泯然無神我之岐한데 口之官이 이 같이 重要하다 했다.

[澹註]에서는 前已徵驗을 審能修之면 卽登廣寒이니 廣寒은 尾閭穴名이니 從廣寒而逆運泥丸하여 經玉池而下三田하여 周而復始하여 晝夜工勤不寐라야 乃得成真이라 關竅已通에

如雷之鳴하며 如電之激而神依乎恍恍惚惚하고 綿綿若存하므로 曰神泯泯이라 했는데, 이것은 丹成之候이며 上有靈魂으로부터 여기까지는 丹道에 대해 概括的으로 말한 部分이라고 했다.

黃庭章<sup>15)</sup>第四

【原文】

黃庭內人服錦衣하고  
紫華飛裙雲氣羅하며  
丹青綠條翠靈柯라  
七鬩玉籥이 閉兩扉나  
重掩<sup>1</sup>金關이 密樞機라  
玄泉幽闕<sup>2</sup>高崔巍하고  
三田之中精氣微라  
嬌女窈窕翳<sup>16)</sup>暉<sup>17)</sup>하니  
重堂煥煥明<sup>3</sup>八威<sup>1)</sup>라  
天庭地關列斧斤<sup>1)</sup>하고  
靈臺盤固永不衰라

【解釋】

黃庭眞人은 紫色의 얇게 날리우는 옷깃을 가진 비단옷을 입을때 구름이 피어 오르고, 붉고 푸르며 녹색과 비취빛이 나는 神靈스런 도끼를 들었다라. 七液의 옥피리는 心腎의 두 구멍이 막혔으나 두 날개를 가진 열쇠는 樞機를 慎密히 열어 젖혔다. 玄泉의 眞一之氣는 그윽히 아래에 위치하나 가장 높이 솟아 있으니 三丹田 가운데에 精氣神이 퍼져있네. 착한 소녀와 같은 精氣는 어두운 하늘을 밝히니 心腎의 두 堂이 밝게 빛나는 도다. 天庭(心)과 地關(腎)에 도끼를 갖추어 놓고 邪氣를 지키면 靈臺(心)는 탄탄하여 영원히 쇠하지 않네.

〈校勘〉

1. 掩 : 《李本》에는 '扇'이라 함. 《務本》에는 '扇'이라 함.

2. 闕 : 《李本》에는 '關'이라 함.

15) 李註에는 樞機章이라 함.

3. 明 : 《澹本》에는 '揚'이라 함

4. 斧斤 : 《澹本》에는 '釜鉞'이라 함.

(字句解)

1) 八威 : 八卦之候를 말함.

〔各家註〕

黃庭內人服錦衣

〔務註〕黃庭內人은 謂道母요 黃庭眞人은 謂道父니 人身에 備有之라 錦衣는 具五色也니 卽謂五臟之眞氣也라 三庭之中에 備有之라

〔梁註〕 : [務註]와 같음.

紫華飛裙雲氣羅

〔務註〕十方經에 云 高上玉皇은 衣文明飛雲之裙하니 卽神仙之所服也라

〔梁註〕 : [務註]와 같음.

〔李註〕 : 黃庭內人은 脾之旺神也라 服金玉之衣而紫華色燁<sup>18)</sup>하고 儀度飄揚하며 飛裙輕漾하고 上羅雲氣하야 藹藹流動이라

丹青綠條翠靈柯

〔務註〕五色雜氣 | 共生枝條하니 仙衣之飾이라

〔梁註〕 : [務註]와 같음.

〔李註〕 : 脾神은 中立一身之主니 如枝條之根故로 曰靈柯라 丹青綠翠는 乃心腎肺肝 四神內服之色이니 土旺四季하고 脾融五行故로 丹青綠翠四色이 兼集이라

〔澹註〕 : 黃庭內人은 脾神이니 服錦衣는 乃翳膜之華彩라 紫華飛裙과 丹青翠綠은 脾之本色이라 脾有兩邊하야 紫色光華 | 如裙之飛動이라 雲氣羅는 脾中之炁 | 如雲炁之羅列이라 靈柯者는 其運動이 甚靈하야 與喬柯로 相似라

七鬩玉籥閉兩扉

〔務註〕外象諭也라 七竅開闔을 以諭關籥하

16) 구름기 소 하늘 소

17) 빛 휘 빛날 휘

18) 빛날焰

야 用之以道호대 不妄開也라 灑는 籥之飾也라 存神에 必閉目故로 名曰閉兩扉라

[梁註] : [務註]와 같음.

[李註] : 身之七液은 皆離中陰物也니 守液則鍊精化氣하고 用液則鍊氣化神하고 胎液則鍊神還虛라 麤者는 其難其慎之意니 慮防七液之危險也라 非有大力量이면 安能存照 心滅妄心하야 啓玉籥以配金關이며而兩扉閉 玄戶扇<sup>19)</sup>也리오 閉者는 得而藏之也라

重掩金關密樞機

[務註]金은 取堅剛也라 老子 云 善閉者는 無關鍵<sup>20)</sup>而不可開라하니 言養生者는 善守精神하야 不妄洩也라

[梁註] : [務註]와 같음.

[李註] : 金關中에 有金液하니 乃陽鉛也요 坎中物也요 元始先天眞一之氣也라 道之樞機 | 甚密하니 月華忽閃을 豈易竅測이리오 大力量이라야 得玉籥하야 以啓金關兩扉之閉者하야 重扇而開之故로 曰重扇이니 不出牝戶之外라 若非玉籥을 奚配金關리오 彼到我待하며 鉛至汞迎하야 運其樞하고 發其機하며 叩門抵戶에 渡鵲橋하고 過金關호대 一著不到면 汞走鉛飛하리니 這樣은 有作이니 卽是無爲而無不爲也라 上陽子 | 曰到老無爲면 如何得藥이며 入室採鉛이리오하니 是 | 云有作이요 紫陽翁이 云須將死戶爲生戶요 莫執生門號死門이라 若會殺機하야 明反覆하고 始知害裡하야 却生恩이라 故로 樞機 | 甚密而工夫 | 甚難하니 無爲는 乃得丹後末尾工夫라

[澹註] : 七은 乃七液이요 麤는 初生之貌라 籥은 似笛이나 有竅라 兩扉은 陰陽二竅之兩扉니 言七液初生而心腎이 如玉籥之有竅나 陰陽二扉 | 尙閉而不通하니 以黃庭之靈柯로 扇動坎中之金關而眞陽上升하야 以就離中之陰汞하니 工夫慎密이 運轉樞機라

玄泉幽關高崔巍

[務註]玄泉은 口中之液也라 一曰玉泉 一名

醴泉 一名玉液 一名玉津 一名玉漿이니 兩眉間爲闕庭 兩腎間爲幽關 如門之左右象이라 魏<sup>21)</sup>는 中間闕然爲道라 腎在身中故로 曰幽關也니 據腎在五臟之下而云高者는 形伏이나 存神卽在丹田之上故로 言高也라

[梁註] : [務註]와 같음.

[李註] : 玄泉은 金液也니 天一眞水藥也라 幽關은 混沌牝竅也라 藥生無期故로 曰活子時하고 知其生則時將丑而兩日半矣라 金水平分은 清之至也니 隱於幽關而金丹大道 | 壺天高妙 | 具從此得하니 何崔巍也리오 雪竇禪師 | 云不移一步하야 到西라하고 天經에 云上觀天道高崔巍하고 下執之行復崔巍 | 卽此道也니 斯言이 盡矣라

[澹註] : 玄泉은 天一眞水라 幽關은 玄關一竅라 崔巍는 高貌라 言樞機運轉이 能收眞水之藥하야 開發成丹이라

三田之中精氣微

[務註]內指事也라 丹田之中에 神氣變化 | 感應從心하야 非有非無하야 不可爲色象이라 從靈入妙 | 必其有係故로 以氣言之면 氣는 以心爲主하야 因主立象이나 至精至微하야 不可數求也라 道機經에 云天有三光하니 日月星이요 人有三寶하니 三丹田이라 三丹田中氣는 左青右黃上白下黑也라

[梁註] : [務註]와 같음.

[李註] : 道機經에 云天有三光하니 日月星이요 人有三寶하니 精氣神이라 心爲上田 脾爲中田 腎爲下田하야 三田有寶하니 精氣微 | 是也라 微者는 神貫乎精氣之中而道之至微至妙也라

[澹註] : 心은 上田이요 脾는 中田이요 腎은 下田이니 言得眞一之炁 | 充滿三田하야 精化炁而微妙라

嬌女窈窕翳霄<sup>22)</sup>暉<sup>23)</sup>

20) 문빛장 건  
21) 높을 위  
22) 구름기 소 하늘 소

19) 빛장 경

〔務註〕眞誥에 云 嬌女는 耳神名이라하니 言耳聰朗徹明하면 掩玄하야 暉也라

〔梁註〕：〔務註〕와 같음.

重堂煥煥明八威

〔梁註〕：重堂은 喉嚨名也라 一曰重樓 一曰重環이라 本經에 云 絳宮重樓十二級이라하니 絳宮은 心也라 喉嚨이 在心上故로 曰重堂 喉嚨者는 津液之路니 流通上下하야 滋榮一體하야 煥明八方이라 八卦之神曰八威也라

〔澹註〕：嬌女는 心也요 窈窕는 性淑善也라 霄暉는 日光이니 翳霄暉는 乃依日之光이라 重堂은 坎離二宮이요 煥煥은 昭融之意라 揚은 進也요 八威는 八卦之火候也라 言微妙之精炁 | 由心而依腎則坎離 | 交煥昭融하고 進用八卦火候니 此는 乃樞機 | 已密之效라

天庭地關列斧斤

〔梁註〕：兩眉間이 爲天庭이라 紫微夫人이 祝曰開通天庭이면 使我長生이라하니라 列斧斤은 言勇壯이라

靈臺盤固永不衰

〔梁註〕：心爲靈臺니 言有神靈居之라 靜則守一하고 動則存神이면 神具體安하야 不衰竭矣라

〔李註〕：嬌女는 淑女也라 經<sup>24)</sup>曰窈窕淑女君子好逑라하니라 靈臺不昧면 智掩玄暉라 丹房器皿 二七神爐 嬌女懸珠를 移在我田 重堂之中하야 滋榮一體 煥明八威하니 所以三十六宮 都是春而天庭地關이 由吾列斧斤以破其機殼이라 靈臺有主 | 安如磐石 固如泰山而青山不老 綠水長流하야 年永不衰矣라 八威는 八卦之候也라

〔澹註〕：上爲天庭이요 下爲地關이니 愛惡淫慾을 上下에 釜斤布列하야 以伐是身이라 靈臺는 心也니 惟有一心淸淨하고 堅守磐固라야 自能永年長生不衰라

【考察】

‘黃庭內人服錦衣’에 대해 〔務註〕는 黃庭內人은 道母이고 黃庭眞人은 道父니 人身에 모두 있으며 錦衣는 五色을 모두 갖추었으니 五臟之眞氣이고 三庭之中에 모두 있다고 했다.

‘紫華飛裙雲氣羅’에 대해서는 〔務註〕에서 《十方經》의 “高上玉皇은 衣文明飛雲之裙”을 인용하여神仙의 의복이라 했고, 〔李註〕에서는 黃庭內人은 脾之旺神인데 金玉之衣가 紫華色燁<sup>25)</sup>하고 儀度飄揚하며 飛裙輕漾하고 上羅雲氣하야 諄諄流動한다 했다.

‘丹青綠條翠靈柯’에 대해 〔務註〕는 五色雜氣가 共生枝條하니 仙衣之飾이라 했고, 〔李註〕에서는 脾神은 中立一身之主로서 如枝條之根이므로 靈柯라하고 丹青綠翠는 心腎肺肝四神內服之色이니 土旺四季하고 脾融五行하므로 丹青綠翠四色이 兼集이라 했고, 〔澹註〕에서는 黃庭內人은 脾神이니 服錦衣는 翳膜之華彩라 紫華飛裙과 丹青翠綠은 脾之本色인데 脾有兩邊하야 紫色光華가 裙之飛動과 같으며 雲氣羅는 脾中之炁가 雲炁之羅列과 같고, 靈柯는 그 運動이 甚靈하여 喬柯와 相似하다 했다.

‘七麤玉籥閉兩扉’에 대해 〔務註〕에서는 七竅開闔을 關籥에 비유하여 妄開하지 말 것을 말하였다. 存神할 때에 반드시 閉目하므로 閉兩扉라 했다 하고, 〔李註〕에서는 身之七液은 皆離中陰物이니 守液則鍊精化氣하고 用液則鍊氣化神하고 胎液則鍊神還虛한다하고 麤는 其難其慎之意니 七液의 危險을 慮防하는 것이라고 했다.

‘重掩金關密樞機’에 대해 〔務註〕는 金關을 쇠로 만든 關鍵으로 풀면서 老子의 “善閉者는 無關鍵而不可開”라는 말을 인용하여 養生者는 善守精神하야 不妄洩한다고 풀었고, 〔李註〕에서는 金關中에 有金液하니 陽鉛이고 坎中物이며 元始先天眞一之氣라 道之樞機는 甚密

23) 빛 휘 빛날 휘

24) 經은 〈詩經〉 關雎章을 말함

25) 빛날 염



하여 月華忽閃과 같아 大力量이라야 得玉籥하여 以啓金關兩扉之閉者하여 重扇而開之한다 했다.

[澹註]에서는 七은 七液이고 麤는 初生之貌이며 籥은 似笛이나 有竅라하고 兩扉는 陰陽二竅之兩扉니 七液初生에 心腎이 如玉籥之有竅나 陰陽二扉가 尙閉而不通하니 以黃庭之靈柯로 扇動坎中之金關이라야 眞陽上升하여 以就離中之陰汞하니 工夫慎密이 樞機를 運轉하는 것과 같다 했다.

‘玄泉幽關高崔巍’에 대해 [務註]에서는 玄泉은 口中之液이니 玉泉 醴泉 玉液 玉津 玉漿이라하니 兩眉間은 闕庭이고 兩腎間은 幽關로서 마치 門의 左右와 같다. 魏<sup>26)</sup>는 中間이 闕然함을 말하고 腎은 身中에 있으므로 幽關이라하니 腎이 五臟之下에 있으나 高라한 것은 形은 伏하나 存神을 丹田之上에 하므로 高라 했다 하였다. [李註]에서는 玄泉은 金液이니 天一眞水藥이고 幽關은 混沌北竅라 하였고, [澹註]에서는 玄泉은 天一眞水이며 幽關은 玄關一竅라 崔巍는 高貌니 樞機運轉이 能收眞水之藥하여 開竅成丹함을 말한다 했다.

‘三田之中精氣微’에 대해 [務註]에서는 丹田之中에 神氣變化함이 感應從心하여 非有非無하여 不可爲色象이라 從靈入妙함이 必其有係故로 以氣言之면 氣는 以心爲主하여 因主立象이나 至精至微하여 不可數求也라하고 《道機經》을 引用하여 天有三光하니 日月星이요 人有三寶하니 三丹田이라 三丹田中氣는 左青右黃上白下黑이라 했다. [李註]에서는 心爲上田 脾爲中田 腎爲下田으로 三田有寶하니 精氣微가 이것이다. 神을 微라 한 것은 神貫乎精氣之中하여 道가 至微至妙하므로 微라고 했고, [澹註]에서는 心은 上田이고 脾는 中田이고 腎은 下田이니 眞一之炁를 얻어 充滿三田하여 精化炁而微妙한다 했다.

‘嬌女窈窕翳霄暉’에 대해서 [務註]는 《眞誥》를 인용하여 嬌女는 耳神名이니 耳聰朗

徹明하면 掩玄하여 暉한다 했고, [澹註]에서는 嬌女는 心이고 窈窕는 性淑善함이며 霄暉는 日光이니 翳霄暉는 日光에 依한다고 풀었다.

‘重堂煥煥明八威’에 대해 [梁註]에서는 重堂은 喉嚨名이니 重樓 重環이라고도 한다 喉嚨이 在心上하므로 重堂喉嚨은 津液之路니 流通上下하여 滋榮一體하여 煥明八方하니 八卦之神을 八威라 한다 했고, [澹註]에서는 重堂은 坎離二宮이고 煥煥은 昭融之意며 揚은 進이고 八威는 八卦之火候니 微妙之精炁가 由心而依腎則坎離가 交煥昭融하고 進用八卦火候하니 이는 樞機가 已密한 效驗이라 했다.

‘天庭地關列斧斤’에 대해서 [梁註]에서는 兩眉間이 天庭이니 紫微夫人이 祝曰開通天庭이면 使我長生한다했고 列斧斤은 勇壯을 말한다 했다.

‘靈臺盤固永不衰’에 대해서 [梁註]에서는 心爲靈臺라 한것은 神靈이 居之하므로서이고 靜則守一하고 動則存神이면 神具體安하여 不衰竭한다 했다.

[李註]에서는 嬌女는 淑女이니 詩經에 曰窈窕淑女 君子好逑라 한것과 같고 靈臺不昧면 智掩玄暉라 丹房器皿 二七神爐 嬌女懸珠를 移在我田 重堂之中하여 滋榮一體 煥明八威하니 所以三十六宮 都是春而天庭地關이 吾列斧斤以破其機殼과 같다 했다. 靈臺有主가 安如磐石 固如泰山而青山不老 綠水長流하여 年永不衰라

[澹註]에서는 上爲天庭이고 下爲地關이니 愛惡淫慾을 上下에 釜斤布列하여 以伐是身이라 靈臺는 心이니 오직 一心淸淨하고 堅守磐固라야 自能永年長生不衰라 했다.

#### 中池章第五

##### 【原文】

中池內神服赤珠하고  
丹錦雲袍帶虎符라  
橫津三寸靈所居하니

26) 눈을 위

隱芝翳鬱自相扶라

【解釋】

中池內神(脾神)은 붉은 구슬이 있는 옷을 입고 丹色 비단에 구름같은 것이 날리며 虎符를 두르고 있네. 三寸의 혀로부터 나오는 침은 心으로부터 나오니 脾와 肺와 心의 버섯이 함께 일어나 서로 돕고 있네.

[各家註]

中池內神服赤珠

[梁註] : 膽爲中池요 舌下爲華池요 小腹部爲玉池요 亦三池之通名이라 膽部曰龍旂橫天擲火鈴이라하니 赤珠者는 火鈴之服이라

丹錦雲袍帶虎符

[梁註] : 丹錦雲袍는 心肺之色也니 在膽之上故로 雲袍라 符는 命符也라 九眞經에 云 皇老君佩玄龍神虎 帶流金之鈴이라하니 竝道君之服也라

橫津三寸靈所居

[梁註] : 內指事也라 臍在胞上故로 曰 橫津이라 臍下三寸爲丹田이니 眞人赤子之所居也라

隱芝翳鬱自相扶

[梁註] : 謂男女之形體也라 隱翳은 交合自然之道也라 按內外神芝訣에 云 五臟之液爲內芝라하니 內芝則隱芝也라 又云隱奧者也라

[李註] : 中池는 中田也라 內神은 脾神也라 赤珠는 心也니 一名火鈴이라 土從火生하니 心爲脾母故로 服赤珠요 丹錦雲袍는 服之色也라 虎符는 乃金肅殺之氣也라 金爲土子故로 曰帶三寸舌也라 津은 乃舌下玄竅所生이니 津之橫溢口房이 皆從三寸出이라 心이 到液到靈芝하야 出焉故로 曰隱芝라 澆<sup>27)</sup>潤土王하야 自相扶助陰翳하야 鬱茂라 又去生金하고 使金有清化之德하며 又能剋水하야 使腎經相火自

伏하야 互爲其根 旋相爲用하니 脾土之功이 大矣哉 ㄱ저

[澹註] : 中池內人은 中田脾神이요 赤珠는 心也라 心爲脾母故로 服赤珠라 丹錦雲袍는 服之色也라 帶虎符는 喻金이니 金爲土子故로 曰帶라 三寸은 舌也니 津이 乃舌下所生으로 橫溢口房이라 靈은 心也니 心到津至故로 曰靈所居라 以心之靈으로 受意煉土하야 以取虎符之金丹이 如隱芝 合爲一炁鬱茂하야 自相扶助라

【考察】

‘中池內神服赤珠’에 대해서 [梁註]에서는 膽이 中池이고 膽部에 말하기를 “龍旂橫天擲火鈴”이라하니 赤珠는 火鈴이 달린 衣服이라 했고, [李註]에서는 中池는 中田이고 內神은 脾神이며 赤珠는 心이니 一名火鈴이라 土從火生하니 心爲脾母이므로 服赤珠라 했고, [澹註]에서는 中池內人은 中田脾神이고 赤珠는 心이니 心爲脾母이므로 服赤珠라 했다.

‘丹錦雲袍帶虎符’에 대해서 [梁註]에서는 丹錦雲袍는 心肺之色이니 膽之上에 있으므로 雲袍라 符는 命符라 하고 《九眞經》을 引用하여 “皇老君佩玄龍神虎 帶流金之鈴”이라하니 道君之服이라 했고, [李註]에서는 丹錦雲袍는 服之色이고 虎符는 金肅殺之氣라 했고, [澹註]에서는 丹錦雲袍는 服之色이고 帶虎符는 喻金이니 金爲土子이므로 帶라했다.

‘橫津三寸靈所居’에 대해서 [梁註]에서는 臍在胞上故로 曰 橫津이라하고 臍下三寸爲丹田이니 眞人赤子之所居라 했고, [李註]에서는 金爲土子이므로 帶三寸舌이라하고 津은 舌下玄竅所生이니 津之橫溢口房이 皆從三寸出이라 했고, [澹註]에서는 三寸은 舌이니 津이 舌下所生으로 橫溢口房이라 하고, 靈은 心이니 心到津至하므로 曰靈所居라 했다.

‘隱芝翳鬱自相扶’에 대해서 [梁註]에서는 男女之形體이고 隱翳은 交合自然之道라 했다. 《內外神芝訣》에 말하기를 五臟之液爲內芝라하니 內芝則隱芝라 했고, [李註]에서

27) 물줄 요

는 心이 到液到靈芝하여 出하므로 隱芝라 하고 澆潤土王하여 自相扶助陰翳하여 鬱茂가 生金하고 使金有清化之德하며 又剋水하여 使腎經相火自伏하니 互爲其根하며 旋相爲用하니 脾土之功이 매우 크다 했고, [澹註]에서는 以心之靈으로 受意煉土하여 以取虎符之金丹이 隱芝가 合爲一炁鬱茂함과 같이 自相扶助한다 했다.

#### IV. 結 論

以上과 같이 研究하여 다음과 같은 結論을 얻었다.

1章에서는 《黃庭經》의 淵源과 그 효험에 대해서 언급하였고,

2章에서는 黃庭의 上下左右의 神氣와 呼吸, 元氣를 언급하여 이들의 효험에 대해 말하였고,

3章에서는 唾液은 心液으로서 黃庭을 生하며, 동시에 災殃을 물리치고 心身을 기른다고 했으며,

4章에서는 黃庭眞人の 衣服과 道具에 대해서 말해서 黃庭이 心과 腎의 氣運을 交通하고 强하게 지켜서 心神이 安定됨을 말하였고,

5章에서는 中池內神(脾神)의 衣服과 道具를 말하고 唾液이 脾와 肺와 心을 북돋는다고 하였다.

#### 參 考 文 獻

1. 務成子(唐) : 太上黃庭外景經, 上清黃庭內景經, 自由出版社, 臺北, 1990.
2. 梁丘子(唐, 名白履忠) : 黃庭內景玉經註, 太上黃庭外景經, 臺北, 1990.

3. 李一元(明) : 黃庭內景經, 黃庭外景經, 自由出版社, 臺北, 1993.
4. 澹圓冷謙(清) : 太上黃庭內景玉經, 自由出版社, 臺北, 1992.
5. 周眉聲 : 黃庭經醫疏, 安徽中醫學院, 安徽科學技術出版社, 北京, 1988.
6. 呂光榮, 吳家駿 : 中國氣功辭典, 人民衛生出版社, 北京, 1988.
7. 載源長, 李樂侏 : 仙學辭典, 眞善美出版社, 臺北, 1983.
8. 李能和 : 朝鮮道教史, 普成文化社, 서울, 1977.
9. 許俊 : 東醫寶鑑, 大星文化社, 서울, 1981.
10. 李槿 : 編註醫學入門, 大星文化社, 서울, 1981.
11. 蔡仁植 : 國譯編註醫學入門, 南山堂, 서울, 1984.
12. 朴景 : 瀕湖脈學, 四言舉要, 奇經八脈攷, 大星文化社, 서울 1992.
13. 呂洞賓 著, 李允熙 高聖勳 譯 : 驪江出版社, 서울, 1992.
14. 柳華陽 著, 李允熙 譯 : 慧命經, 驪江出版社, 서울, 1991.
15. 魏伯陽 著, 朱元育 李允熙 譯 : 參同契闡幽, 驪江出版社, 서울, 1990.