

道家的 氣穴과 韓醫學의 命門思想

전학수, 노영균*
원광대학교 한의학전문대학원
정화파동한의원*

A Gi-point in Taoists and the conception of Life Gate in Korean medicine

Hark-Soo Jeon, Young-Kyun Noh*

Department of Medical Infomatics, Professional Graduate School of Oriental Medicine, Wonkwang University
Oriental medicine clinic, JEONGHWAPADONG*

This paper aims at the comparative study of practicing Buddhism and Taoism related to "life gate". The term "life gate", as a physiological entity of disputed morphological identity, first appears in *The Inner Canon* where it refers to the eyes. Reference to a "life gate" as an internal organ body first appears in *The Classic of Difficult Issues* which states, "The two kidneys are not both kidneys! The left one is the kidney, and the right is the life gate." Successive scholars refers to life gate as a gi point of Taoists.. The question of the life gate invited little discussion until the Myeong and Cheong Dynasty, when various different theories were put forward. Especially Jin Sa-taek says "life gate" is the governor of the twelve place in the human body, throwing light on the meaning of it.

Not that life gate denotes a local point, it does a system of life gate. Generally speaking, life gate designates cinnabar field. I think that the human body produces essence by way of life gate. That is, the human body is unified by the system of life gate. Life gate is not only the source of infusing the engine of the human body with vital energy but also as well as gi-point.

key words : *Buddhism and Taoism, life gate, gi-point, Inner Canon*

I. 序論(概要)

1. 道家와 佛家の 修行法

過去 東洋의 修行法은 道家와 佛家 즉 兩大山脈으로 傳承되었다고 해도 過言이 아니다. 佛家是 마음을 修行하는 方法으로서 長點이 있었으며, 道家는 直接 몸을 修行하여 長生不死하고자 하는 方法에 主眼占을 두었는데, 諸者들은 말하기를 마음을 修行하지 아니하고 몸이 修行되

지 않으므로 佛家와 道家의 修行法을 "一卵性 쌍둥이"라고 表現하기도 하였다. 1)

修行을 性命雙修라고 하는데 여기서 性を 닦는 마음의 修行은 佛家에서 傳承되어 졌으며, 命을 닦고 신체를 修行하는 方法은 道家에서 傳承되어져 내려왔다.

性·命은 原來 性·命·精의 3에서 나온 것인데 性命이 精에 含蓄되어 있어 精을 除外하고

1) 李潤弘, 『性命圭旨』, 韓國文化社, 서울, 1995, p193

* 교신저자 : 노영균, 대전시 서구 둔산1동 1419.
정화파동한의원.
(E-mail : sjm5505@hanmail.net
Tel : 016-437-0944)

性·命 2가지로 말하기도 한다. 性·命·精을 所以然으로 나오는 精·氣·神의 3으로 말하기도 하는데 이들은 습하여보고 나누어보고 하는 것일 뿐이다. 性은 神의 所以然이고 命은 氣의 所以然이다.

정리하자면 道家의 命은 氣와 서로 聯關되어 있으며, 佛敎의 性은 神과 서로 聯關되어 있음을 알 수 있다.

2. 道家와 韓醫學

道家의 修行법에서 提示하는 수많은 氣穴·丹田의 理論·奇經八脈의 理論 등은 어찌 보면 상당 부분 韓醫學의 理論과 그 內用이 類似한 面을 많이 가지고 있다. 그리고 道家에서는 直接修行을 함으로서 醫學의 深奧한 內用을 많이 간직하고 있다고도 볼 수 있을 것이다.

許浚의 東醫寶鑑에서도 醫學의 深奧한 內用은 道家에 있다. 2)고 하였으며, 東醫寶鑑의 內用도 當時에 道家의 宗主라고 할 수 있는 鄭北窓의 동생인 鄭碯이 東醫寶鑑의 編纂에 參與 3)하기도 하였으며 精·氣·神 理論 등 道家의 核心內容을 실어 놓은 關係로 東醫寶鑑을 道家醫學으로 分類하기도 한다. 4)

韓醫學에서는 人體에 있어서 命門을 重要한 機關으로 보고 있는데 이 命門을 理解하게 되면, 道家修行의 秘密과 內容을 밝힐 수 있게 될 것이다.

命門은 黃帝內經 이후 韓醫學의 歷代 名醫들

- 2) 『東醫寶鑑』 「內經編」 卷之一, 集例: 道家以清靜修養爲本 醫門以藥餌鍼灸爲治 是道得其精醫得其粗也
- 3) 『東醫寶鑑』 序
- 4) 崔昌祿, 『道敎와 生命思想』, 韓國道敎思想研究會 지음, 서울, 1995, p109,

에 의하여 깨달음의 道理가 이어져 내려와 그 深奧한 實體가 드러나게 되었는데 難經39難에서는 左腎水 右腎命門 이라 하여 命門의 作用과 位置를 나타낸 바 있으며, 5) 明代의 張介賓(號는 景岳) 그리고 趙獻可(號는 養葵) 등은 "命門을 人體의 眞主"라고 強調하는 등 命門의 神秘를 자세히 밝혀놓기도 하였다. 6)

本 論文에서는 石室秘錄과 辨證奇問을 지은 淸初의 道家 醫學者 陳士鐸先生(1627~1707)이 지으신 外經微言에 나오는 命門學說을 中心으로 諸家들의 命門에 대하여 考察하였다.

II. 本論

1. 道家醫書(外經微言)의 命門에 대한 考察

1) 命門眞火篇 7)

少師曰: 命門居水火中, 屬水乎? 屬火乎?

岐伯曰: 命門, 火也. 無形有氣, 居兩腎之間, 能生水而亦藏于水也.

少師曰: 藏于水以生水, 何也?

岐伯曰: 火非水不藏, 無水則火沸矣, 水非火不生, 無火則水絕矣. 水與火蓋兩相生而兩相藏也.

少師 가로되 : 命門은 水火 中에 居하는데 水에 속하는지요? 火에 속하는지요?

岐伯 가로되 : 命門은 火이다. 無形으로 氣가 있으며 양쪽 腎臟 사이에 居하는데 能히 水를 生하며 水에서 머문다.

少師 가로되 : 水에서 머물면서 水를 生하는 것은 어째서 인지요?

5) 洪元植. 尹暢烈, 『中國醫學社』, 一中社, 서울, 2001, p352

6) 洪元植. 尹暢烈, 『中國醫學社』, 一中社, 서울, 2001, p353, 362

7) 柳長華, 『陳士鐸醫學全書』, 中外經微言, 中國中醫藥出版社, 北京, 1999, p30

岐伯 가로되 : 火는 水가 아니면 머물지 못하고 火가 없으면 水는 끊어져 버린다. 水와 火는 대개 서로 相生하면서 서로에 머무는 것이다.

少師曰: 命門之火既與兩腎相親, 宜與各臟腑疏矣.

岐伯曰: 命門爲十二經之主, 不止腎恃之爲根, 各臟腑無不相合也.

少師曰: 十二經皆有火也, 何藉命門之生乎?

岐伯曰: 十二經之火皆後天之火也, 後天之火非先天之火不化. 十二經之火得命門先天之火則生生不息, 而後可轉輸運動變化于無窮, 此十二經所以皆仰望于命門, 各倚之爲根也.

少師曰: 命門之火氣甚微, 十二經皆來取資, 盡爲分給, 不虞匱乏乎?

岐伯曰: 命門居水火中, 水火相濟, 取之正無窮也.

少師曰: 水火非出于腎乎?

岐伯曰: 命門水火雖不全屬於腎, 亦不全離乎腎也. 蓋各經之水火均屬後天, 獨腎中水火則屬先天也. 後天火易旺, 先天火易衰, 故命門火微, 必須補火, 而補火必須補腎, 又必兼水火補之, 正以命門之火可旺而不可過旺也. 火之過旺, 水之過衰也. 水衰不能濟化, 則火無所制, 必焚沸于十二經, 不受益而受損矣. 故補火必須于水中補之, 水中補火, 則命門與兩腎有既濟之歡, 分布于十二經, 亦無未濟之害也.

少師 가로되 : 命門의 火가 이미 양쪽 腎臟과 서로 친하면 마땅히 各臟腑로 疏通할 것입니다.

岐伯 가로되 : 命門은 12經의 主人바 단지 腎臟만의 뿌리가 되는 것이 아니다. 각 臟腑와 서로 습하지 않음이 없다.

少師 가로되 : 12經에는 모두 火가 있는데 어

찌 命門에게만 의지 하는지요?

岐伯 가로되 : 12經의 火는 모두 後天의 火이다. 後天의 火는 先天의 火가 아니면 化生하지 못한다. 12經의 火는 命門先天의 火를 얻어야만 生生不息하며 그 이후에 運動變化가 無窮하게 되는 것이다. 이것이 12經이 소위 命門에게 우러러 바라는 것이며 각자 의지하는 뿌리가 되는 것이다.

少師 가로되 : 命門의 火氣가 甚히 微細하며 12經에서 모두 가져다가 쓰면 不足하게 되지 않는지요?

岐伯 가로되 : 命門은 水火 中에 居하는데 水火가 서로 既濟되는 바 正히 無窮함을 取하게 된다.

少師 가로되 : 水火는 腎臟에서 나오는 것이 아닌지요?

岐伯 가로되 : 命門의 水火는 비록 全部가 腎臟에 속하여 있는 것은 아니나, 역시 腎臟과 온전히 分離될 水는 없다. 대개 각 經의 水火는 고르며 後天에 속하지만 유독 腎臟의 水火는 先天에 屬하는 것이다. 後天의 火는 쉽게 旺盛하고 先天의 火는 쉽게 衰微하여진다. 고로 命門의 火가 衰微하면 반드시 補火하여야 한다. 補火에는 반드시 腎臟을 補해주어야 하는 바, 또 반드시 水火를 兼하여 補해줘야 한다. 이렇게 해야 命門의 火가 旺盛해져도 지나치게 旺盛하게 되지 않는 것이다. 火가 지나치게 旺盛하면 水가 지나치게 衰退하고 水가 衰退하니 水가 衰弱하게 되어 火를 制止하지 못하니, 반드시 12經이 끊어오르게 되어 補益이 되지 못하고 損害가 되는 바 반드시 火를 補할 때 水中에서 補하는 것이다.

少師曰: 命門之系人生死甚重, 《內經》何以遺之?

岐伯曰：未嘗遺也。主不明則十二官危。所謂主者，正指命門也。七節之旁，有小心。小心者，亦指命門也，人特未悟耳。

少師曰：命門爲主，前人未言何也？

岐伯曰：廣成子云：窈窈冥冥，其中有神，恍恍惚惚，其中有氣。亦指命門也，誰謂前人勿道哉。且命門居于腎，通于任督，更與丹田神室相接，存神于丹田，所以溫命門也，守氣于神室，所以養命門也。修仙之道，無非溫養命門耳。命門旺而十二經皆旺，命門衰而十二經皆衰也。命門生而氣生，命門絕而氣絕矣。

少師曰：善。

陳士鐸曰：命門爲十二經之主，《素問》不明言者，以主之難識耳。然不明言者，未嘗不顯言之也，無知世人不悟耳。經天師指示，而命門絕而不絕矣。奏火未焚之前，何故修命門者少，總由于不善讀《內經》也。

少師 가로되 : 命門은 人生的 生死에 甚히 重要한데, 內經에 어째서 漏落되었는지요?

岐伯 가로되 : 漏落된 것이 아니다. 主가 밝지 못하면 十二官이 危殆롭다 할 때의 主는 命門을 지칭한 것이다. 七絶의 옆에 小心이 있다한 바 이 小心, 즉 작은 心臟은 역시 命門을 가르치는 것인데, 사람들이 특히 깨닫지 못한 것이다.

少師 가로되 : 命門이 主가 되는 것을 前人들은 왜 말을 하지 않은 것인가요?

岐伯 가로되 : 廣成子께서 이르는 窈窈冥冥, 恍恍惚惚한 가운데 神이 있고 氣가 있다는 것이 命門을 指稱한 것이다. 어찌 앞사람들이 하지 않았으리요! 또 命門이란 腎臟사이에 居하는 任·督脈과 通하여 더욱이 丹田의 神室과 서로 接하여 지는 바 丹田에서 神을 保存하는 것은 命門을 따듯이 하는 것이요, 神室에서 氣를 지키

는 것도 命門을 기르는 것이 아님이 없다. 命門이 旺盛하면 十二經이 모두 旺盛하며 命門이 衰弱하면 十二經이 모두 衰弱하다. 命門이 生하면 氣도 生하고 命門이 끊어지면 氣도 끊어진다.

少師 가로되 : 좋습니다.

陳士鐸 가로되 : 命門은 十二經의 主가 되나니 『素問』에 자세히 말하지 않은 것은 主를 알기 어렵기 때문이다. 그러나 자세히 밝히지 않은 것은 자세히 밝히지 않은 것이 아니고 世人이 잘 깨닫지 못하는 것이다. 그러나 岐天師의 指示로 命門의 뜻이 다시 이어졌으니 秦始皇의 焚書坑儒 前에는 어찌 命門을 닦는 자가 적었는가, 內經을 잘 읽지 않았기 때문이다.

2) 命門經主篇 8)

雷公問于岐伯曰：十二經各有一主，主在何經？

岐伯曰：腎中之命門，爲十二經之主也。

雷公曰：十二經最神者心也，宜心爲主，不宜以腎中之命門爲主也。

岐伯曰：以心爲主，此主之所以不明也。主在腎之中，不在心之內。然而離心非主，離腎亦非主也。命門殆通心腎以爲主乎？豈惟通心腎哉？五臟七腑無不共相貫通也。

雷公曰：其共相貫通者何也？

岐伯曰：人非火不生，命門屬火，先天之火也，十二經得命門之火始能生化。雖十二經來通于命門，亦命門之火原能通之也。

雷公이 岐天使께 물어 가로되 : 十二經이 各自 하나의 主宰함이 있는데 主管하는 것은 어느 經인가요?

岐伯 가로되 : 腎臟 중에 命門이 十二經의 主

8) 柳長華, 『陳士鐸醫學全書』, 中外經微言, 中國中醫藥出版社, 北京, 1999, p32

가 된다.

雷公 가로되 : 十二經에 가장 神妙한 것은 心입니다. 마땅히 心이 主宰가 되어야 하며 腎중에 命門이 主宰가 되는 것은 마땅하지 않습니다.

岐伯 가로되 : 心으로서 主宰를 삼는 것은 이주가 밝지 못한 것이라. 이 主宰는 腎臟 사이에 있고 心臟안에 있지 않다. 그러나 心을 떠나면 主宰가 되지 못하고 腎臟을 떠나도 역시 主宰가 되지 못한다. 命門은 心身を 疏通시키니 主宰가 되지 않으리요? 어찌 오로지 心身만 통하겠는가? 五臟 七腑가 서로 命門의 힘으로 貫通하지 못함이 없다.

雷公 가로되 : 命門으로 인해 서로 貫通하는 것은 왜인지요?

岐伯 가로되 : 사람은 火가 아니면 생겨나지 못한다. 命門은 火에 속하는데 先天의 火이다. 十二經이 命門의 火를 얻어야 비로소 能히 生化하고 비록 十二經이 와서 命門과 通하나 역시 命門의 火가 根本적으로 能히 通하게 하는 것이다.

雷公曰: 命門屬火, 宜與火相親, 何偏居于腎以親水氣耶?

岐伯曰: 腎火, 無形之火也; 腎水, 無形之水也. 有形之火, 水能克之; 無形之火, 水能生之. 火克于水者, 有形之水也; 火生于水者, 無形之水也. 然而無形之火偏能生無形之水, 故火不藏于火, 轉藏于水, 所謂一陽陷于二陰之間也.

人身先生命門, 而後生心, 心生肺, 肺生脾, 脾生肝, 肝生腎, 相合而相生, 亦相克而相生也. 十二經非命門不生, 正不可以生克而拘視之也. 故心得命門而神明應物也, 肝得命門而謀慮也, 膽得命門而決斷也, 胃得命門而受納也, 脾得命門而轉輸也, 肺得命門而治節也, 大腸得命門而傳導也, 小腸得命

門而布化也, 腎得命門而作強也, 三焦得命門而決瀆也, 膀胱得命門而畜泄也.

是十二經爲主之官, 而命門爲十二官之主, 有此主則十二官治, 無此主則十二官亡矣.

命門爲主, 供十二官之取資, 其火易衰, 其火亦易旺. 然衰乃眞衰, 旺乃假旺. 先天之火非先天之水不生, 水中補火, 則眞衰者不衰矣, 火中補水, 則假旺者不旺矣. 見其衰補火而不濟之以水, 則火益微; 見其旺瀉火而不濟之以水, 則火益熾.

雷公曰: 何道之渺乎? 非天師又孰能知之.

陳士鐸曰: 命門在心腎之中, 又何說之有, 無如世人未知也, 此篇講得暢快, 非無主之文.

雷公 가로되 : 命門은 火에 속하고 마땅히 火와 서로 친한바 어찌 心臟에서 居하고 水氣와 친하는가요.?

岐伯 가로되 : 腎臟의 火는 無形の 火이다. 腎臟의 水는 無形の 水이다. 有形的 火는 水가 能히 焜하지만 無形の 火는 水가 能히 生하는 것이다. 火가 水에게 焜하는 것은 有形的 水이요, 火가 水에서 생겨나는 것은 無形の 水이다. 그러나 無形の 火가 치우쳐 無形の 水를 生함으로 火는 火에 머무르지 못하고 바뀌어 水에 머무르니 소위 一陽이 二陰사이에 빠진 坎卦가 되는 것이다.

사람은 먼저 命門이 생겨난 이후에 心臟이 생겨나고, 心臟이 肺를 生하고, 肺는 脾臟을 生하고, 脾는 肝을 生하고, 肝은 腎을 生하고, 서로 合하여 相生하고, 역시 서로 焜하면서 相生하는 것이다. 十二經은 命門이 아니면 생겨나지 못하므로 正히 生焜으로만 固執하여 보는 것은 不可하다. 고로 心臟은 命門을 얻어서 神明이 事物에 應하는 것이요, 肝臟은 命門을 얻어야 謀慮가 나오는 것이요, 膽도 命門을 얻어야 決斷하는 것이

요, 胃는 命門을 얻어야 受納을 하며, 脾는 命門을 얻어야 傳輸를 하며, 肺는 命門을 얻어야 治節을 하며, 大腸은 命門을 얻어서 傳導하며, 小腸은 命門을 얻어서 變火가 일어나고, 腎臟은 命門을 얻어서 作強하는 것이다. 또한 三焦는 命門을 얻어서 決瀆하는 것이요, 膀胱은 命門을 얻어서 畜泄하는 것이다. 이 十二經의 主宰하는 官은 命門이 十二官의 主宰가 되는바, 이 主宰가 있으면 十二官이 다스려지고, 이 主宰가 없으면 十二官은 망하게 된다.

命門이 主가 되어 十二官이 받아쓰는데 그 火는 쉽게 衰弱하고 그 火는 역시 쉽게 旺盛하게 되는바, 그러나 쇠하는 것은 진짜가 쇠하는 것이요, 왕성한 것은 가짜가 왕성한 것이다. 先天의 火는 先天의 水가 아니면 생겨나지 못하니 水中에서 火를 補하여야 즉 진짜 衰하는 것이 衰하지 않게 된다. 또한 火 중에서 水를 補하여야 가짜로 旺盛한 것이 旺盛하지 않게 된다. 그 衰하는 것을 보고 火를 補하고 水로써 救濟하지 않으면 火는 더욱 微微해지고 그 旺盛한 것을 보고서 火를 치고 水로써 救濟하지 않으면 그 火는 더욱 熾熱하게 된다.

雷公 가로되 : 어찌 道의 微妙함이 아니리오? 天使가 아니시면 누가 能히 알리오?

陳士鐸 왈 : 命門은 心과 腎의 사이에 있으니 또 다른 說이 있을 수 있으리요? 世人들이 알지 못하는 것이 아니다. 이 篇의 講論으로 暢快함을 얻었으니 主觀이 분명한 글이다.

3) 小心眞主篇 9)

爲當問于岐伯曰: 物之生也, 生于陽; 物之成也, 成于陰. 陽, 火也; 陰, 水也. 二者在身, 藏于何物

乎?

岐伯曰: 大哉問也. 陰陽有先後天之殊也. 後天之陰陽藏于各臟腑, 先天之陰陽藏于命門.

爲當曰: 命門何物也?

岐伯曰: 命門者, 水火之源. 水者, 陰中之水也; 火者陰中之火也.

爲當曰: 水火均屬陰, 是命門藏陰不藏陽也, 其藏陽又何所乎?

岐伯曰: 命門藏陰, 卽藏陽也.

爲當曰: 其藏陰卽藏陽之義何居?

岐伯曰: 陰中之水者, 眞水也; 陰中之火者, 眞火也. 眞火者, 眞水之所生; 眞水者, 眞火之所生也. 水生于火者, 火中有陽也; 火生于水者, 水中有陽也. 故命門之火謂之原氣, 命門之水謂之原精, 精旺則體強, 氣旺則形壯. 命門水火, 實藏陰陽, 所以爲十二經之主也, 主者, 卽十二官之化源也. 命門之精氣盡則水火兩亡, 陰陽間隔, 眞息不調, 人病輒死矣.

爲當이 岐伯에게 물어 가로되 : 萬物이 生하는 것은 陽에서 生하고, 萬物이 이루어지는 것은 陰에서 이루어집니다. 陽은 火이며 陰은 水입니다. 이 둘은 몸에 있어서 어디에 감추어지는지요?

岐伯 가로되 : 크도다. 질문이여. 陰陽에는 先·後天之 差름이 있다. 後天之 陰陽은 各 臟腑에 감추어지나 先天의 陰陽은 命門에서 감추어진다.

爲當 가로되 : 命門은 무엇인가요?

岐伯 가로되 : 命門은 水火의 根源이다. 水란 陰中の 水이며, 火란 陰中の 火이다.

爲當 가로되 : 水火가 같이 陰에 속하는데 이 命門은 陰을 貯藏하여야 하고 陽을 貯藏하는 것은 안 되는데 그 陽을 貯藏하는 것은 또 어느 것인지요?

9) 柳長華, 『陳士鐸醫學全書』, 中外經微言, 中國中醫藥出版社, 北京, 1999, p33

岐伯 가로되 : 命門이 陰을 貯藏하는 것이 즉 陽을 貯藏하는 것이다.

爲當 가로되 : 그 陰을 저장한즉 陽을 저장한다는 것이 되는 뜻은 어찌 되는지요?

岐伯 가로되 : 음중의 水는 眞水이다. 음중의 火는 眞火이다. 眞火란 眞水の 所生이요, 眞水란 眞火의 所生이다. 水가 火에서 생겨나는 것은 火중에 陽이 있는 것이요, 火가 水에서 생겨나는 것은 水중에 陽이 있는 것이다. 고로 命門의 火를 元氣라 이르는 것이다. 또한 命門의 水는 原精이라 하며 精이 旺盛한즉 身體가 强하고 氣가 旺盛한즉 體刑이 壯大하게 된다. 命門의 水火는 실로 陰陽을 貯藏하니 이른바 十二經의 主가 되는 것이다. 主란 즉 十二官의 造化의 根源이다. 命門의 精氣가 다하면 즉 水火가 둘이 망하면 陰陽의 사이가 떨어져 참다운 呼吸이 되지 못하여 병들고 죽게 된다.

爲當曰: 陰陽有偏勝何也?

岐伯曰: 陰勝者, 非陰盛也, 命門火微也; 陽勝者, 非陽盛也, 命門水竭也.

爲當曰: 陰勝在下, 陽勝在上者何也?

岐伯曰: 陰勝于下者, 水竭其源則陰不歸陽矣; 陽勝于上者, 火衰其本則陽不歸陰矣. 陽不歸陰則 火炎于上而不降, 陰不歸陽則 水沈于下而不升. 可見 命門爲水火之府也, 陰陽之宅也, 精氣之根也, 死生之寶也.

爲當 가로되 : 陰陽에 偏勝이 있는 것은 무엇인지요?

岐伯 가로되 : 陰이 偏勝하는 것은 陰이 旺盛한 것이 아니고 命門의 火가 衰微한 것이다. 陽이 便乘하는 것은 陽이 旺盛한 것이 아니고 命門의 水가 枯渴된 것이다.

爲當 가로되 : 陰이 아래서 偏勝하고 陽이 위에서 便乘하는 것은 무엇인지요?

岐伯 가로되 : 陰이 아래에서 便乘하는 것은 水가 그 根源이 枯渴되어 陰이 陽으로 되돌아가지 못하는 것이고, 陽이 위에서 便乘하는 것은 火가 그 根本이 衰弱해져 陽이 陰으로 돌아가지 못하는 것이다. 陽이 陰으로 돌아가지 못하면 火는 위로 치솟아 下降하지 못하고 陰이 陽으로 돌아가지 못하면 물은 아래에서 沈滯되어 위로 오르지 못한다. 가히 命門이란 水火之腑이며, 陰陽之宅이며, 精氣의 뿌리이며, 死生의 至寶임을 알 수 있다.

爲當曰: 命門爲十二官之主, 寄于何臟?

岐伯曰: 七節之旁, 中有小心, 小心卽命門也.

爲當曰: 膈肓之上, 中有父母, 非小心之謂歟?

岐伯曰: 膈肓之上, 中有父母者. 言三焦包絡也, 非言小心也, 小心在心之下, 腎之中.

爲當 가로되 : 命門은 十二官의 主인데 어느 臟에 寄居하는지요?

岐伯 가로되 : 七節의 옆에 小心이 있다하는 바 小心이 즉 命門이다.

爲當 가로되 : 膈肓의 위에는 父母가 있다는 데 이것이 小心이 아닌가요?

岐伯 가로되 : 膈肓의 위에 父母가 있다는 것은 三焦胞絡을 말하는 것이다. 小心을 말하는 것이 아니다. 小心은 心臟의 아래 腎臟의 사이에 있다.

陳士鐸曰: 小心在心腎之中, 乃陰陽之中也. 陰無陽氣則火不生, 陽無陰氣則水不長, 世人錯認小心在膈肓之上, 此命門眞主不明也, 誰知小心卽命門哉.

陳士鐸 가로되: 小心이라는 것은 心腎의 中에 있는데 곧 陰陽의 中이다. 陰은 陽氣가 없으면 火가 生하지 못하고, 陽은 陰氣가 없으면 水가 生하지 못한다. 世人들은 小心을 隔育의 위에 있다고 錯覺하지만, 이는 命門이 眞主임을 밝히 알지 못함이다. 小心이 命門임을 누가 알리오.

4) 三關升降篇 10)

巫咸問曰: 人身三關, 在何經乎?

岐伯曰: 三關者, 河車之關也. 上玉枕, 中腎脊, 下尾閭.

巫咸曰: 三關何故關人生死乎?

岐伯曰: 關人生死, 故名曰關.

巫咸曰: 請問生死之義?

岐伯曰: 命門者, 水中火也. 水火之中實藏先天之氣. 脾胃之氣, 後天之氣也. 先天之氣不交于後天, 則先天之氣不長; 後天之氣不交于先天, 則後天之氣不化, 二氣必晝夜交而後生生不息也. 然而後天之氣必得先天之氣, 先交而後生, 而先天之氣必由下而上升, 降諸脾胃, 以分散于各臟腑. 三關者, 先天之氣所行之經道也. 氣旺則升降無碍, 氣衰則阻, 阻則人病矣.

巫咸이 물어 가로되 : 사람에게 三關이 있는데 어느 經에 있는지요?

岐伯 가로되 : 三關이란 河車의 關門이다. 위로는 玉枕, 가운데는 夾脊, 아래로는 尾閭가 있다.

巫咸 가로되 : 三關은 어째서 사람의 生死에 관련하는지요?

岐伯 가로되 : 사람의 生死에 關聯되니 이름하여 關이라 한다.

巫咸 가로되 : 청컨대 生死의 뜻을 묻고자 합니다.

岐伯 가로되 : 命門이란 水중의 火이다. 이 水火 속에는 실로 先天의 氣가 저장되어 있고 脾胃의 氣는 後天之 氣이다. 先天의 氣가 後天과 交流하지 못하면 즉 先天의 氣가 生하지 못하고 後天之 氣가 先天과 交流하지 못하면 즉 後天之 氣도 運化하지 못하니 이 두 氣는 반드시 晝夜로 交流하면서 生하고 生하여 쉬지 않는 것이다. 그러나 後天之 氣는 반드시 先天의 氣를 얻는데 먼저 交流한 후에 생겨나고 先天의 氣는 반드시 아래에서부터 上昇하는바 脾胃에 下降하여 各臟腑에 分散이 된다. 三關이란 先天의 氣가 행하는 經路이다. 氣가 旺盛한즉 昇降에 거리낌이 없으나 氣가 衰한즉 막히고 사람은 病이 된다.

巫咸曰: 氣衰安旺乎?

岐伯曰: 助命門之火, 益腎陰之水, 則氣自旺矣.

巫咸曰: 善.

陳士鐸曰: 人有三關, 故可生可死. 然生死實在先天, 不在後天也. 篇中講後天者返死而生, 非愛生而惡死, 人能長守先天, 何惡先天之能死乎.

巫咸 가로되 : 氣가 衰한데 어찌 旺盛하게 하는지요?

岐伯 가로되 : 命門의 火를 도와주고 腎陰의 水를 育하게 하면 氣는 스스로 旺盛하게 된다.

巫咸 가로되 : 좋습니다.

陳士鐸 가로되 : 사람에게 三關이 있어 생하기도 하고, 죽기도 하는바 그러나 生死는 실로 先天에 있는 것이지 後天에 있는 것이 아니다. 이 편에서 後天을 강론하면서 죽음에서 되돌려

10) 柳長華, 『陳士鐸醫學全書』, 中外經微言, 中國中醫藥出版社, 北京, 1999, p34

生이 된다고 하는 것은 生을 사랑하고 죽음을 싫어하는 것이 아니고 사람은 능히 先天을 잘 지켜야하며 어찌 先天이 能히 죽음을 싫어하는 것이리오?

2. 『素問』靈蘭秘典論의 命門

主明則下安 凡此十二官者는 不得相失也라 故로 主明則下安하니 以此養生則壽하여 歿世不殆하며 以爲天下則大昌이어나와 主不明則十二官이 危하여 使道閉塞而不通하여 形乃大傷하니 以此養生則殃하며 以爲天下者는 其宗大危하니 戒之戒之니이다.¹¹⁾

靈蘭秘典論에 가로되 무릇 이 12官이란 서로 喪失하면 안 되는 것이라, 故로 主에 밝으면 아래(下丹田)가 安定되고 이로서 養生하면 長生할 것이요, 이 主에 밝지 못하면 12관이 危殆롭게 되고 이 道가 閉塞되어 不通하게 되며 形이 크게 損傷하게 되는 것이다.

陳士鐸은 命門에 대한 學說의 모든 것을 자세히 밝히고 있다. 命門은 人體를 잡아 돌리는 水火의 核心뿌리라는 것이다. 五行에서 活動의이고 流動의이며 살아 움직이는 것은 水와 火이다. 그 水火를 管掌하며 五臟六腑의 모든 氣運을 主管하는 機關을 命門이라고 보는 것이다. 五臟六腑의 모든 힘의 根源으로 命門을 가르치고 있다.

주목할 곳은 內經의 靈蘭秘典論의 原文內用이다. 靈蘭秘典論의 主는 다름 아닌 命門이며 小心도 命門을 지칭하는 것이라고 한다. 歷代 名醫들이 이 主를 解釋하기를 주로 心으로 보았으나,

11) 『黃帝內經·素問』「靈蘭秘典論」第2章 十二官 主明則下安

清末 『時氏內經學』의 著者 時逸人¹²⁾은 “主明則安 養生則壽 主不明則危 使道閉塞 形乃大傷 足見臟腑之外 另有主宰之者 非腦神經而何”(主에 밝으면 便安하고 養生이 되어 오래살고 主에 밝지 못한즉 危殆로우며 이 道는 閉塞되고 形은 이에 크게 傷한다는 말은 臟腑의 外에 別途로 主宰하는 곳이 있다는 것을 足히 보여주는데 腦神經이 아니면 무엇이리오.) 腦神經으로 보기도 하였다.¹³⁾

그러나 陳士鐸은 正確히 命門으로 指稱하였다. 즉 命門은 人體의 氣가 나오는 곳이다. 이 命門은 五臟六腑의 힘이 커지면 命門은 오히려 작아지고 五臟六腑의 힘이 작아지면 이 命門의 作用과 힘은 커진다는 것이다. 즉 五臟六腑의 모든 곳과 命門은 拮抗作用을 한다는 것이다. 이는 참으로 重要的 內用이고 修行의 秘密이 밝혀지는 곳이기도 하다. 즉 五臟六腑는 命門으로 보면 後天이 되고, 命門은 先天의 無形의 水火가 된다는 것이다. 命門은 人間의 生死를 管掌하는 곳이다. 모든 醫學은 命門의 水火를 기르는 方向으로 가야할 것이다.

3. 道家에서의 命門

玄牝道人 全秉薰¹⁴⁾(1857~1927)은 舊韓末에 태

12) 時逸人(1896~1966) 江蘇 儀征人에서 出生, 鎮江居住, 汪允恭의 弟子, 上海中醫專門學校와 上海醫學院에서 疫症 溫病學課 教授, 中醫研究員西苑醫院內科 主任, 實踐을 통한 臨床療效效果를 重視하였고, 諸家의 長點을 받아들였으며, 自身의 獨創의 見解가 많았다. 그는 一生동안 學術研究에 專念하였는데 『中國時令病學』(1930) · 『時氏內經學』(1939) · 『時氏診斷學』 · 『中國動物學』 · 『實用中醫內科診治手冊』 등을 著述하였다.

13) 時逸人, 『時氏內經學』, 生理篇, 發行處·發行地不明, 1939, p49

14) 全秉薰(1857~1927) 韓末의 思想家, 平安南道出身 1907년 中國으로 건너가 道教의 傳說的 名山인 羅浮山에서 修行, 道를 體得하고 世上에 나와 軍官學界의 知性人들과 交遊 康有爲, 嚴復등 有名한

어나 中國으로 건너가 修行을 하여 長生不死의 陽神을 이루었다고 하며 북經에 精神哲學士를 만들어 當時 中國人들로부터 推仰을 받았으며 그가 쓴 精神哲學의 書籍은 全 世界 數十個國의 言語로 翻譯되어 韓國人의 道學思想을 全 世界에 밝힌바 있다.

1) 그의 號는 玄牝道人인데 이 號는 老子의 道德經6章에 나오는 谷神不死 是謂玄牝에서 온 것이라 한다.

歷代로 道家의 難解한곳은 이 谷神과 玄牝인데, 全秉薰 道人의 말로는 朱子께서도 이 玄牝을 알지 못하였다고 전하며,¹⁵⁾

2) 이 玄牝만 열으면 長生不死의 世界로 들어가게 된다고 한다. ¹⁶⁾ 東醫寶鑑 內徑篇에는 玄關 牝戶라고 나온다. 이 玄牝이란 바로 谷神을 말하는 것이고 道家에서 말하는 氣穴이요 醫學의 命門이다. 谷神의 谷이란 글자는 2개의 八자를 上下로 써놓고 그 아래에 口를 써 놓은 것으로 이는 二八16水의 人體의 腎臟사이의 命門을 象徵하는 것이다. 즉 命門의 機能과 役割을 谷이란 글자에 드러낸 것이다. 命門은 바로 道家의 谷神의 다른 말이다. 歷代 道家와 醫家의 大家들은 이 命門과 谷神을 太極으로 表示하기도 하였고 坎卦로 表示하기도 하였으니 이는 서로 같은 意味임을 東洋學을 공부하는 학자들은 알고 있다.

또한 谷이란 메아리가 울리는 곳인데 바로 五臟六腑와 谷神인 命門과는 메아리가 울리듯 서

로 感應 한다는 것이니 老子의 道德經의 내용은 韓醫學의 深奧한 內用 中の 하나인 命門을 指稱하는 것은 分明하다.

III. 結論

『素問』 「靈蘭秘典論」의 主에 대하여 明代 以前의 醫學者들은 대부분 心으로 認識하였으나 明末에 이르러 趙獻可, 張景岳등에 의하여 命門學說이 새로운 照明을 받게 되었고, 淸初의 陳士鏗은 命門이 人體 十二官의 主라고 그 機能을 分明히 하였다.

歷代의 學者들은 道家의 氣穴, 韓醫學의 命門, 所謂 解剖學의 春弦은 같은 것으로 본다. 吳海峯은 『吳批醫學心悟』에서 "命門一辭 道家最重視之 此云 七節之方中有小心 卽是命門所在. 按則近代解剖學上 腰椎神經叢也' ¹⁷⁾ (命門이란 말은 道家에서 가장 重要視 하는 말로서 여기서 말하는 七絶의 옆에 小心이 있다고 하는 것은 즉 命門이 所在하는 곳인데 살펴 보건대 近代 解剖學上의 腰椎神經叢이다.)라고 주장하고 小心眞主도 命門으로 보며 現代 解剖學의 腰椎神經叢이 管掌하고 있는 곳으로 보기도 한다.

韓醫學의 命門은 어느 局所의인 場所가 아니고 실은 命門시스템을 指稱한다. 흔히 丹田시스템이다. 人體의 命門을 통하여 人體는 精을 形成한다고 본다. 精이란 人體의 命門시스템을 통하여 統一이 이루어지는 것이다. 韓醫學의 命門은 道家의 깨달음보다 더욱 姿勢하고 明確하다. 요즘 修行이 시대의 흐름을 타고 大衆이 많은 觀心을 보이고 있는바 韓醫學에서 내려온 命門의 理論이 널리 弘報된다면 大衆의 修行家들에게

碩學들과 親分이 두터웠고 그들로부터 聖人의 推仰을 받았다. 그의 著書 精神哲學通篇(精神哲學史, 北京, 1920)은 世界29開國 150餘個 大學에 두루 配布되어 그 當時 世界的인 冊이 되었다.

15) 윤창대 譯, 『精神哲學通篇』, 우리출판사, 서울, 2004, p163

16) 윤창대 譯, 『精神哲學通篇』, 우리출판사, 서울, 2004, p162

17) 程國彭 著, 吳海峯 批註, 『吳批醫學心悟』, 旋風出版社, 台北, 中華民國 62, p38

正確한 情報을 주게 될 것이다. 人體의 腦를 위시한 五臟七腑 즉, 十二官의 氣運 (power, 用.) 統一되면 命門의 힘 (force, 體.)은 커지고, 人體의 十二官의 氣運이 分散되면 命門의 힘이 약해진다는 것이다. 이들은 서로가 拮抗作用을 하는 것이다. 이는 마치 自律神經係의 交感神經과 副交感神經이 拮抗作用을 하는 것과 類似하다. 이에 대하여는 새로운 觀點에서 論議되어 질 수 있을 것이다.

修行 및 冥想등은 모두가 人體 十二官의 氣運을 統一하여 命門의 氣運을 키우고자 하는 것이다. 命門은 人體의 모든 機關에 氣運을 주는 바탕인 것이며, 正名! 이름 그대로 命門이요. 氣穴이다.

참고문헌

1. 素問研究集成刊行委員會,
『素問研究集成』, 圓光大學校, 익산, 2001
2. 『東醫寶鑑』
3. 柳長華, 『陳士鐸醫學全書』, 中 「外經微言」,
中國中醫藥出版社, 北京, 1999
4. 崔昌祿, 『道教와 生命思想』, 韓國道教思想研究會, 서울, 1995
5. 洪元植. 尹暢烈, 『中國醫學社』, 一中社, 서울, 2001
6. 時逸人, 『時氏內經學』, 生理篇, 發行處·發行地·發行年 不明,
7. 윤장대 譯, 『精神哲學通篇』, 우리출판사, 서울, 1999
8. 程國彭 著, 吳海峯 批註, 『吳批醫學心悟』,
旋風出版社, 台北, 中華民國 62,