

도교의 신선, 그리고 연금술 (외단과 내단)

<포박자>와 <태을금화종지>를 중심으로

<포박자>와 <태을금화종지>

▶ I. <抱朴子>

▶ <--“見素抱朴“ <노자>19장

-동진(東晉)의 갈홍(葛洪, 283-343)의 저작

-신선사상에 대한 백과사전적 기술.

-내편 20편, 외편 50편으로 구성

-得仙을 위한 다양한 수행법 제시-금단(金丹)의 제조와 섭취가 가장 중요→외단(外丹)이라고 하는 도교연금술의 방법을 상세히 기술

▶ II. <太乙金華宗旨>

- ▶ - 唐末 무렵의 仙人인 呂洞賓·純陽의 가르침을 기록한 책이라고 하는 형식을 취함
- ▶ - 이 문헌의 성립시기에 대해서는 아직 학계에서 확정된 이론이 없음-->대략 내단의 전통, 특별히 全眞敎의 道脈을 따라 전수되어 오던 것을 淸의 康熙年間(1662-1722)에 책으로 만든 것으로 추정. 원본이 제대로 전수되지 않음-->淸의 嘉慶年間(1796~1820)에 세간에 전해지던 필사본이 <道藏輯要>에 수록
- ▶ - 북송시대 이후에 본격적으로 발전하기 시작한 內丹의 수행법을 기록한 문헌
- ▶ - 빛을 핵심적인 모티프로 하여 내단 수행법의 원리와 방법, 수행상의 주의점 등을 설명
- ▶ - Richard Wilhelm이 이 책에 대해 번역을 하고 이를 다시 서양심리학자인 Carl Jung이 해설을 붙여 <황금꽃의 비밀>이라는 제목의 책으로 출간.

도교의 신선사상과 연금술

인간과 영원불멸 (immortality)

- ▶ 인간의 영생, 불멸에 대한 갈망....
- ▶ 자기소멸에 대한 거부...자기존속을 희구하는 인간의 본성
- ▶ 인류가 택한 자기존속의 방법
- ▶ 1)개체는 소멸하지만 후손을 통한 집단적 형태의 존속: 나무와 같은 형식
- ▶ 2) 개체의 영속적인 존속-윤회, 사후 영생, 육체적 영생: 달과 같은 형식

- ▶ 도교에서 말하는 신선이란 단순히 육체적인 장생자인가?
- ▶ 불멸하는 신선은 과연 어떤 존재인가?

神仙?

1. 神仙이란 도교에서 추구하는 이상적 인간(의 상태)를 총칭
Cf) 眞人, 聖人, 仙人, 至人...등 다양한 명칭으로도 불림
2. 신선의 번역어: immortal(불사자)/ transcendent(초월자)

신선의 핵심적 특성

-道の 원리와 속성을 자기 안에 구현한 존재.

1. 영원성(불멸성, 불사)
2. 변화(자유자재)를 통한 자기실현
3. 無爲自然의 존재양식

<포박자>에서 말하는 신선의 종류

- 1.천선(天仙)- 하늘로 승천. 상사(上士)가 도달할 수 있는 경지. 1200가지의 선행이 전제.
- 2.지선(地仙)- 명산(名山)의 동굴과 같은 지상의 장소에 거주. 300 가지의 선행이 전제
- 3.시해선(尸解仙)- 일단 육신의 죽음을 거쳐서 신선이 되는 존재. 죽은 뒤 그 몸은 사라지고 그 자리에 지팡이나 짚신 등의 자취가 남는다고 한다. 선행은 필요.

신선의 상태에 대한 다양한 표현들

- ▶ 비일상적 육체와 소유—검은머리, 건강한 치아....
- ▶ 초능력을 소유- 축지, 속보, 고온과 저온에서 견뎌, 가뭄과 홍수 등 자연을 통제하는 주술적 능력..
- ▶ 동물과 식물을 통제하는 능력소유
- ▶ 치병의 능력
- ▶ 예언.

- ▶ 특이한 식이요법- 벽곡...
- ▶ <종려전도집(鍾呂傳道集)>에 따르면 신선은 순양(純陽)의 존재라고 함. 순양은 음과 양의 대립을 넘어선 새로운 존재형태의 양으로서 그 안에 음을 내포하고 있다.
- ▶ Cf) 인간-반음반양(半陰半陽)
- ▶ 귀(鬼)- 순음(純陰)

도교의 연금술

외단과 내단

外丹과 內丹

▶ 신선에 도달하는 방법으로서 도교인들이 고안한 대표적인 두 가지 길

→ 외단(外丹)과 내단(內丹)

1.외단(外丹)—金丹이라고 하는 금속화합물을 제조하여 그것을 섭취함으로써 신선에 도달하는 기술

2.내단(內丹)- 체내에서 호흡과 기의 운용, 그리고 명상을 통해 단(丹)을 형성하는 내면적 기술

도교의 연금술의 바탕이 되는 도교적 원리

- ▶ 1. 신선가학론
- ▶ 2. 나의 운명은 내 손에...“我命在我不在天”
- ▶ 3. 대우주(천지)와 소우주(인간)의 상응관
- ▶ 4. 인간을 심신상관전(psycho-somatic)적 존재로 이해
- ▶ 5. 물질과 정신을 이원적으로 분리하지 않고 이들 양자의 상호변환, 영향관계를 바탕으로 이론을 구성'
- ▶ 6. 연금술, 주역, 의학, 약초학, 종교적 의례, 다양한 양생법 등을 종합적으로 적용
- ▶ 7. 도교연금술의 완성의 전제가 되는 도덕성과 이타적 자세

<포박자>와 금단사상

- ▶ 1. 葛洪이 금단과 신선사상에 대해 집대성하여 정리한 저술
- ▶ 2. 시대적 배경- 위진남북조라는 매우 혼란한 시기. 극심한 정신적, 사회적 혼란을 경험. <五經>으로 상징되는 전통적인 유교의 권위 붕괴→경학적 권위와 세계관에 대한 비판의식 발생→새로운 질서와 돌파구를 모색→불교에 관심, 신선사상에 대한 새로운 관심 대두

갈홍사상의 공헌

-신선가학(神仙可學)의 이념을 제시

- ▶ 1. 위진남북조 시대의 문제의식- 불교의 영향하에 인간이 부처가 될 수 있는가에 대한 진지한 논의가 전개
- ▶ 2. 혜강(嵇康)—<養生論>에서 成佛의 논의와 신선의 존재에 대한 믿음을 제시. 단 성인생지설(聖人生知說)
- ▶ 3. 갈홍은 신선이 존재하며 인간은 누구나 배워서 신선이 될 수 있다는 믿음을 제시

- ▶ CF) 아우구스티누스-은총론/ 펠라기우스-행위론
- ▶ 주자-성인가학론/ 진량-성인가학에 반대
- ▶ -신선으로 상징되는 인간의 이상은 단순히 현실적 모델이 아니라 초월적 가치, 초세간적 가치를 내포. 종교는 그 본질상 사회나, 물질, 혹은 심리적 차원으로 완전하게 환원될 수 없는 그 무엇을 제시. 신선사상도 마찬가지이다.

금단사상(外丹사상)

-연금술은 imagination, creative imagination의 기술을 제시

-연금술은 proto science, pseudo science(僞科學)

-연금술의 발생원리

1) 유사, 상동, 공감주술적 사고에 기초

2) 金の 영원성과 불변성, 그리고 그 제조과정에서 보이는 환원성과 변화성에 주목



▶ 외단 연금술의 특성

- ▶ 1) 변화의 원리-금단의 구성성분뿐 아니라 그것을 형성하는 수행자의 변화 요구
- ▶ 2) 우주의 본성과 기운을 이해하기 위해 다양한 의례나 상징적인 이해가 필요. 이를 통해 우주를 지배하는 힘과 작용을 획득
- ▶ 3) 금단은 본래적인 우주의 상태나 수행자가 획득하는 지식을 나타냄
- ▶ 4) 종교적이며 의례적 특성을 강조
- ▶ 5) 많은 시간과 물질, 정신적 수행을 요구
- ▶ 6) 善行이 전제되어야 함

▶ 금단의 형성과정 두 가지

- ▶ 1) 단사(丹砂), 즉 천연의 유화수은 → 이것을 제련하여 수은(汞, 음의 금속)을 추출 --> 양의 금속인 유황을 첨가 → 가열을 통해 → 새로운 유화수은을 합성. 이것은 단사 → 한번 더 제련하면 은색, 혹은 금색의 적사(赤砂)가 탄생
- ▶ 2) 수은(汞, 음) + 납(鉛, 양) → 금단형성
- ▶ 3) 금단의 형태: 還丹(tablet) / 金液(elixir)



▶ 금단은 上藥, 즉 최상의 약물

1) 上藥-不死藥-금단

2) 中藥-예방약

3) 下藥-치료약

금단제조의 과정=득도의 과정

-금단은 수행자 자신 안에 체득될 道.

-금속의 제련을 통한 금단의 제조과정은 곧 수행자의 득도를 위한 수행과정으로서 세속적 자아의 욕망을 버리는 금욕과 고통의 과정.

-금단, 곧 연금술의 최종산물은 우주의 발생론, 즉 道→一→二→三→萬物의 과정을 역행하여 一者에 이르는 것 즉 二로 분화되기 이전의 단계를 상징한다. 즉 연금술의 과정은 우주발생과정을 역행하는 과정

-따라서 금단의 제조는 연금술의 과정과 우주발생을 연관시키는데 기초적 역할을 함→ 후대 내단이론의 토대마련

-태청계, 즉 영보파 계통의 경전에서는 금단을 태일단(太一丹)이라고 명칭. 태일단은 7가지 성분으로 만들어진다.

- 
- ▶ 태일단은 바로 <장자>의 <응제왕>편에 나오는 혼돈의 이야기와 연관. (7구멍)
 - ▶ 혼돈의 원초적 상태로 복귀하는데 결정적.

(서양)연금술의 심리학적 의미

- ▶ 우주적이며 동시에 정신적인 세계를 투사하는 하나의 드라마를 실험실의 용어를 사용하여 보여줌
- ▶ 연금술의 위대한 작품(opus magnum)의 목표는 두 가지
 - 1.인간의 영혼구제
 - 2.우주적 구원
- ▶ 연금술의 작업 안에 여러 가지 곤경과 고통이 존재-Nigredo(黑)로 표현. 연금술사는 고통, 곧 영적 죽음을 거쳐야 함
- ▶ -->새로운 빛과 Albedo(白)에 이르게 되는데 이 때의 백도 흑의 상대가 아니라 Rubedo(赤)곧 피를 거친 통합적 백이다.



-Jung에 의하면 연금술의 목표는 화학적 물질이 아니라 인간정신의 획득이다. 즉 연금술은 인간의 무의식을 해명하는 심층심리학이다. 무의식은 일상의 경험적 인식으로는 이해하기 어려운 심층적 의식이다.

-이러한 심층적 의식에 접근하는 것은 의식을 벗어나는 것이므로 위험한 작업이라고 함.

- 
- ▶ 연금술의 과정을 통해 심리학적 죽음을 경험, 그러나 이러한 죽음은 성장과 부활, 재생으로 전환된다. “검정을 만들 수 없는 것은 흰 것 또한 만들 수 없다.”
 - ▶ 부패와 낡은 본성을 파괴 → 새로운 본성 획득
 - ▶ 검정은 흰색의 시작이며 죽음은 생명을 배패.
 - ▶ 새로운 생명의 탄생, 즉 연금술의 완성은 인격의 통합과 완성, 즉 개성화(individualization)를 의미.

- ▶ Eliade는 연금술에서 불의 역할에 주목
- ▶ 불의 정복은 샤머니즘이나 초기 연금술 신화의 상징이라고 함
- ▶ 샤먼이 불에 데지 않는 힘을 소유하는데, 불에 데지 않는 것은 자아의식의 확립에 의해 자기동일성이 확보되어있다는 심리적 표현이라고 함
- ▶ 즉 강력한 자기완성의 준비단계를 표시하는 것이 연금술에서 불이다.

내단(內丹, Inner Alchemy)

▶ 단(丹)이란 무엇인가?

---단이란 에너지의 덩어리이며 생명의 원천적 요소로서 이에 대해 다양한 학설이 있다.

---수행자의 내부에 농축된 도(道), 정수(essence)

내단의 이론적 특성

1. 성명쌍수(性命雙修)

--육체와 정신의 균형있는 수행을 강조.

--後天性命(일상적인 정신과 육체. 유한하고 제한적)-→
先天性命(자유롭고 무한한 지혜와 인식, 영원히 존재)
로 바꾸어 회복시킴

2. 역수반원(逆修返源)

내단의 발생과 발전

- ▶ 1. 대략 당대 이후부터 외단에서 내단으로 전환→ 당 말오대에 가서 내단 이론이 형성되기 시작→ 북송시대에 체계화 됨→ 원대 이후 성행
- ▶ 2. 外丹을 陽丹/ 房中術을 陰丹→ 음단에서 內丹으로 발전
- ▶ 3. 북송시대 장백단(張伯端)이 <오진편(悟眞篇)>을 써서 내단사상을 집대성. <오진편>은 위백양의 <주역참동계>와 더불어 가장 중요한 내단 텍스트가 됨

장백단의 내단사상

1. 先命後性を 제시 : 修命으로부터 修性으로

: 수명의 방법은 크게 금단법과 그 밖의 연형술,
즉 도인안마(導引按摩), 복기(服氣), 토납(吐納),
벽곡(辟穀), 복식(服食)...

---여기에서 말하는 금단은 내단을 말함

- ▶ 2. 내단의 3요소: 노정(爐鼎), 약물(藥物), 화후(火候)
- ▶ 1) 노정—정기(鼎器)라고도 함
- ▶ 가) 건곤(乾坤)을 정기로 봄. 즉 乾은 上丹田, 곧 니환(泥丸)이고 坤은 하단전(下丹田)을 말함. 상단전이 정이고 하단전이 기이며 하단전이 爐라면 상단전은 鼎에 해당. (from <오진편>)
- ▶ 나) 대로정(大爐鼎): 대주천의 노정-황정과 하단전 / 소로정(小爐鼎): 니환과 하단전으로 구분 (from: <靑華秘文>)

- ▶ 2) 약물(藥物)
- ▶ 1) 연홍(鉛汞) 혹은 진연진홍(眞鉛眞汞) : 실제의 약물이 아니라 양기(陽氣)와 음정(陰精)의 氣

▶ 3. 화후(火候)

- ▶ 1) 화는 원신(元神)이고 후는 외단에서 약을 만드는 과정에서 불을 지피는 진퇴, 완급의 단계적 과정을 말함.
- ▶ 2) 문화(文火)- 부드럽고 천천히 行氣하는 것/ 무화(武火)-급하고 세게 행기하는 법
- ▶ Cf) 호(虎)-원정(元精)/ 용(龍)-원신(元神)

- ▶ 3. 단도(丹道), 즉 내단의 원리와 단술(丹術), 내단의 실천방법으로 나누어 설명

내단수련의 단계와 과정

축기(築基)

---> 연정화기(煉精化氣)

---> 연기화신(煉氣化神)

---> 연신환허(煉神還虛)

1) 축기

- ▶ 음덕(蔭德)을 쌓고 수련의 기초를 마련. 마음을 청정하게 하고 몸을 건강하게 유지하여 내단수행의 준비를 마침
- ▶ --각 단전(丹田)은 energy의 terminal로 이해할 수 있다.

2) 初關 공부- 下丹田 수련--煉精化氣-- 小周 天 공부

- ▶ 소주천의 순환과정: 출발은 하단전--> 회음부--> 미려(엉덩이꼬리뼈 부근의 혈)--> 척추--> 협척(척추의 중앙부분의 혈)--> 옥침(머리 뒤통수의 혈)--> 백회(정수리의 숨골부근의 혈)--> 이마--> 다시 하단전까지 도는 과정. 임맥(인체의 앞부분의 맥)과 독맥(인체의 뒷부분의 맥)을 통로로 하는 순환과정
- ▶ --하관공부가 끝나면 성욕과 식욕이 조절.

3) 中關공부

- ▶ 중단전(中丹田) 수련
- ▶ 연기화신(煉氣化神)
- ▶ 대주천(大周天)공부
- ▶ 기(氣)의 흐름이 개발
- ▶ 하단전과 중단전 사이의 부분에 집중된 수행과정

즉 중단전에 속하는 심장(心臟)의 기와 하단전에 속하는 신장(腎臟)의 기를 교류시키는 대주천의 순환을 통해 수행

- ▶ 기를 연마하여 神으로 바꾸는 과정
- ▶ 심장(陽. 陽龍, 離☲) 속에서 음액(陰液, 陰虎)을 생성하여 신장으로 내려 보내고, 신장(陰. 陰虎, 坎☵)에서 양기(陽氣, 陽龍)를 형성하여 심장으로 올려보내는 과정.

- 
- ▶ 중단전 공부를 마치면 中和의 덕이 형성. 마음이 평정. 감정의 치우침이 없으며, 남을 사랑하는 측은지심이 생김. 즉 도덕적 의지(will)가 연마됨.

4) 上關공부--상단전공부-- 煉神還虛

- ▶ 중단전에서 개발된 神을 가지고 본격적으로 도를 닦는 수행을 하는 과정. 가장 최종적이고 높은 단계의 수행
- ▶ 이제 神의 연마를 통해 有, 혹은 一者로서의 도에 접근하고 다시 이것을 넘어 無, 혹은 虛로서의 도에 도달하는 과정

내단의 수행과정에 등장하는 주역적 image

- ▶ 無極/太極
- ▶ 純陽
- ▶ 離(☲), 坎(☵)

내단의 학파

- 1)크게 남종과 북종으로 나뉜다.
- 2)내단의 학파는 대략 당말오대의 인물들을 중심으로 형성되기 시작하여 북송(北宋)시대를 거치면서 그 토대가 마련되고 원대(元代)에 이르러 전성기를 맞이한다. 내단도에서는 여동빈(呂洞賓)과 종리권(鍾離權)을 그 시조로 받든다. 그러나 본격적인 내단이론의 확립자는 북송의 장백단(張伯端)으로 보아야 할 것이다.

- 
- 3) 본래 내단은 남쪽의 산악들을 중심으로 한 도교수행 자들에 의해 시작된 것으로 보이며 따라서 이들 남부의 내단수행자들을 남종(南宗)이라고 지칭하고 이와 달리 화북지방으로부터 발생한 전진도를 北宗(북종)이라고 명명한다.
 - 4) 남종과 북종은 그 강조점이 다르고 서로가 서로에게 영향을 미침. 즉 명(命)공부에서는 남종의 것이 성(性) 공부에서는 북종의 것이 발달하여 이것을 서로 공유.

5) 마침내 이들 두 교파가 하나로 통일되어 남북합종(南北合宗)을 형성. 남북합종적인 내단수행의 인물의 대표는 이도순(李道純)과 진치허(陳致虛)이다.

내단의 특성 종합

- 1) 정공(靜功, 고요한 마음의 공부)을 특징으로 하며 인체의 생명을 그 내부에서부터 연마하는 실천체계
- 2) 삼교합일적 이론: 도교의 신선신앙을 핵+ 유교의 윤리학 + 선불교의 심성론= 종합
- 3) 성에너지를 기본적인 수련물질, 혹은 생리적 기반으로 함. 따라서 방중술을 내단기술의 근본원류로 볼 수 있다.

4) 성에너지 외에 무의식에 해당하는 정신적인 잠재에너지를 개발. 즉 식신(識神, 후천신)--> 원신(元神, 선천신, 眞性)으로 바꿈. Jung이 말하는 개성화과정과 유사

5) 수련이론의 2가지 특징

- ▶ 가) 고대의 음양, 오행, 팔괘 등의 부호를 흡수활용
- ▶ + 외단의 용어를 검비(수은(汞) + 납(鉛), 火爐, 火候 大藥 등의 용어 사용)
- ▶ = 이들을 완전하게 정리하여 치밀한 이론체계를 형성

▶ 나) 중국의 전통의학 및 생명과학이론을 계승, 발전시킴. 즉 精氣神의 이론 + 오장육부이론+ 경락이론 등을 기초로하는 양생술과 실천방법 등을 계승하여 체계화함

6)진공(眞功)과 진행(眞行) 즉 자기수양과 타인, 즉 대중에 대한 이타행을 동시에 강조