

# 周易과 氣功의 相關性에 관한 考察

김경욱\* · 김길수\*\* · 김종화\*\*\* · 구병수\*\*\*\*

大韓氣功醫學會

## 1. 緒論

易은 自然을 그대로 본받은 學問으로, 自然의 運行秩序 및 人類 社會의 根本原理를 모두 포함하고 있다. 駟馬川이 “天地, 陰陽, 四時, 五行을 저술하고 있다. 고로 變化를 아는 長點이 있다.” 라고 한 것이 그것이다.<sup>1)</sup>

《周易》은 또 《易經》으로 稱하여지며, 後世 사람들이 이를 尊敬하여 十三經의 우두머리로 삼았으니 이는 또한 儒家의 主要 經典이기도 한 것이다.

《莊子·天運》에 “孔子는 老聃에게 일컬어 말하기를 丘에 時, 書, 禮, 樂, 易, 春六經을 가르친 것은 오래된 일이다. 이 六經은 孔子가 六藝의 가르침에 時間을 보낸 所致이며 卽, 六門의 功이된 課題이다.”<sup>2)</sup>라 하였다.

戰國 時代에 周易의 卦·爻辭는 陰陽家와 道家의 影響을 받아 새로이 解析되므로써 周易은 自然의 變化를 陰·陽의 原理로 설명하는 理論 體系를 확립하게 된다. 卦辭와 爻辭에 내재한 陰陽의 觀念

이 이 時代에 이르러 ‘陰陽論’으로 정립되고 이 陰陽論을 통해 自然을 설명하고 이에 근거하여 人間의 當爲 規範을 정하는 理論의 틀을 갖추게 된다. 그리고 自然에 대한 합리적인 認識에 발맞추어 卦辭와 爻辭에 대하여 더욱 합리적이고 윤리적인 解析이 첨가 되면서 周易은 단순한 占書가 아니라 哲學書이자 修養書로 발전한다.<sup>3)</sup>

張景岳의 《醫易義》一文 中에는 現身說法이라하여, “賓當이 듣기로 孫眞人이 가르되 易을 알지 못하면 太醫를 말하기에 부족하다. 때번 疑惑을 가지는 것이다..... 내가 不惑의 나이를 넘어 차차 깨달으니, 배움이 나아감을 아는 것에 이르러, 바야흐로 점차 깨달음에 克하였다. 이내 天地의 道를 앞에 陰陽二氣로서 萬物이 調和하며, 人生의 理致로 陰陽二氣로서 百骸를 키우고 기르는 것이다. 易이라는 것은 쉬운 것이다. 陰陽의 動靜의 奧妙함을 갖추고 있다. 醫라는 것은 意로, 陰陽의 消長의 機를 습한 것이다. 비록 陰陽이 이미 內經에 갖추어져 있지만 그 變化는 《周易》에 莫大하다. 故로 天人의 한가지 理致라는 것은 陰陽 하나이다. 醫와 易이 하나의 根本인 것은 이와 같은 變化가 同一한 것이다. .... 天地의 理致가 다 具備된 것이 易인

\* \*\*\*\* 경희대학교 신경정신과 교실

\*\* \*\*\*\*\* 동국대학교 신경정신과 교실

1) 유아사 야스오編 손병규譯 : 氣와 人間科學, 서울, 驪江出版社, 1996, p.59.

2) 王先謙 編著 : 莊子集解, 서울, 成都古籍書店, 1988, p.86.

3) 최영진·이기동 지음 : 周易, 서울, 동아출판사, 1996, p.31.

리요? ..... 醫도 道가 되며, 心身의 易이 된다. 醫가 不易이면 가히 그것을 어찌 行하리요?"<sup>4)</sup> 라 하여 醫와 易의 相關關係에 對해 論하였다.

이렇듯 周易은 陰陽變化에 대하여 單술 하였고 韓醫學과 氣功의 理論과 實際 모두에 있어 매우 중요한 意義를 지닌다.

氣功家は 《周易》·《內經》·《周易參同訣》 등의 영향하에 氣運用의 原理, 陰陽互根, 術數 등의 理論을 취하여 氣功學 理論의 基礎로 삼았는데, 이에 본 論文에서는 氣功의 理論的 基礎가 되는 周易에 관한 간단한 考察과 함께 氣功과 周易과의 相關性에 관하여 論하고자 한다.

## II. 본 론

### 1. 周易의 意味와 由來

周易이란 周나라 時代의 易이다.<sup>5)</sup>

전해 오는 이야기에 따르면 夏, 殷, 周 3 代에 걸친 中國 古代 國家에는 각각의 易이 있었다고 한다. 紀元前 2000년경부터 약 400년간 存續했다고 하는 夏나라에는 連山易이 있었는데 艮卦가 맨 처음 배치되었으며 紀元前 1700년 경부터 약 600년간 존속했다는 殷나라에는 坤卦로부터 시작하는 歸藏易이 있었다고 한다. 鄭玄이 지은 易贊에 보면 “夏나라에서는 連山이요, 殷나라에서는 歸藏이요, 周나라에서는 周易이라.”는 記錄이 보인다.<sup>6)</sup>

그러나, 連山易과 歸藏易은 전해 오지 않고 그 이름만 옛 文獻에 나올 뿐이라 具體的인 內容은 알 수 없으나 現在 우리가 알고 있는 周易 이외에 다른 易이 있었을 可能性은 부인할 수 없다.<sup>7)</sup>

東漢시대 때에 著述年代를 根據로 五經典의 順序를 配列했는데<sup>8)</sup> ‘易’을 最高로 삼았으며 後에 증가되어 七經, 十二經에 이르렀으며, 宋대에 이르러서는 十三經으로 增加되었고 明清以來에는 儒生의 必讀하는 經典이 되었다.

《周易》 最初로 《左傳》에서 보이나, 漢唐代 以後로 그 解釋이 두가지가 있게 되는데, 東漢鄭玄의 《易贊》에서는 “周易은 道가 두루 넓어, 갖추지 않은 것이 없다”<sup>9)</sup>라 하였으며, 唐 孔穎達의 《周易正義》에서는 ‘周’는 周時代로 認識하였고,<sup>10)</sup> ‘易’은 涵(담그다)라는 意味로 認識하였다.<sup>11)</sup> 鄭玄은 “易이라는 것은 日月이다.”<sup>12)</sup> 하였고, 許慎은 《說文》에서 “秘書에서 日月은 易이 된다. 陰陽의 象이다.”<sup>13)</sup>라 하였으며, 《莊子, 天下》에서는 “易으로서 陰陽의 道가 된다.”<sup>14)</sup>라 하였다.

象形文을 살펴보면 日月이 서로 乘하면

p.19.

7) 최영진·이기동 지음: 前揭書, p.33.

8) 宋天彬 外, 中醫氣功學, 北京, 人民衛生出版社, 1994, p.19.; ‘樂’은 이미 소실되었거나 혹은 원본은 현재와 다르다.

9) 上揭書, p.19.; “周易者, 言易道周普, 無所不備”.

10) 廖名春·康學偉·梁韋弦, 심경호 옮김: 周易哲學史, 서울, 예문서원, 1994, p.349.

11) 宋天彬 外: 前揭書, p.19.

12) 宋天彬 外: 上揭書, p.19.

13) 許慎 編選: 說文解字注, 서울, 大星文化社, 1990, p.459.

14) 王先謙 編者: 前揭書, p.96.

4) 張景岳 編著: 類經圖翼·附類經附翼, 서울, 大星出版社, 1989, p.240.

5) 朴一峰 譯著: 東洋古典新書-周易, 서울, 育文社, 1992, p.11.

6) 金敬琢 譯著: 新完譯 周易, 서울, 明文堂,

易이고 日月이 서로 列하면 明이되고 日月이 서로 合하면 丹이 된다. 비록 《易經》 中에는 陰陽이라는 二字가 없지만 단지 “--” 爻와 “—” 爻는 족히 陰陽의 變化의 意味를 지니고 있다고 할 수 있다.

즉, 鄭玄은 그 含蓄意味를 넓혀서 認識하여 “易이라는 하나의 名은 세가지의 뜻을 含蓄하고 있다.”<sup>15)</sup> 즉, 簡易, 變易, 不易(不變)이라 한 것이다.

宋代 程頤의 《易傳序》 中에 설명하기를 “易은 쉽게 變한다. 時에 따라 易은 變하고 이는 道를 따른다. 이 冊은 廣大하여 갖추지 않은 것이 없고 性命의 理에 따르고 어둠과 밝음을 通하는 까닭에 事物의 情을 다하고 萬物의 成長에 힘쓴다.”<sup>16)</sup>라고 하였다. 《周易》은 원래 一部 占을 치는 곳에 使用되던 책으로, 哲學的 理致가 깊이 새겨져 있으며, 儒家의 經典이 되었다. 程頤는 또한 易에는 사람을 다스리는 道가 4가지가 있음을 認識하여 “言은 그 辭를 尙하고, 動은 變을 尙하고, 制器는 象을 尙한다, 卜은 그 占을 尙한다. 吉凶의 消長의 理致, 進退存亡의 道理가 다 辭에 具備되어있다. 辭를 類推하여 卦를 考察하고 가히 그 變化를 알 수 있다. 象과 占은 그 가운데에 있다.”<sup>17)</sup> 라 하였다.

## 2. 周易의 主要 內容과 易學 流派

《周易》은 ‘易經’과 ‘易傳’ 兩部分을 包

- 15) 許慎 編選 : 前揭書, p.459.  
 16) 程頤·程頤 共著, 郭齊譯注 : 二程文選譯, 巴蜀書社出版, 1994, p.171.  
 17) 上揭書, p.172.

括한다.

‘經’은 六十四개의 卦의 卦象과 卦辭, 즉 384爻의 爻辭를 포함하며, ‘傳’은 ‘象辭’<sup>18)</sup> 上下, ‘象辭’ 上下, ‘系辭’ 上下, ‘文言’, ‘說卦’, ‘序卦’, ‘雜卦’의 總 十篇을 包含한다. 或은 ‘十翼’을 稱하거나 ‘大傳’이라고 말한다.<sup>19)</sup>

‘經’은 儒家 經典을 稱하는 것이고, ‘傳’은 經의 意味를 해석하는 것으로 伏羲氏의 八卦의 그림이 전해져 文王이 周易을 부연하고 孔子가 十翼을 만든 것이다.

《周易, 系辭下》에 記載되기를 “예전에 庖羲氏(伏羲氏)는 天下의 王으로, 天의 象을 觀察하여 받들고 地의 法則을 觀察하여 내려다 보고 새와 짐승의 行動과 地의 마땅한 바를 觀察하여 身을 가까이 取하고 物을 멀리 하였다. 여기에서 八卦의 始初가 생겨 났다.”라 하였다.<sup>20)</sup> 《史記, 周本紀》에서는 “처음 伏羲氏가 八卦를 만들고 周文王이 三百八十四爻를 부연 하였다. 그리고 天下를 다스렸다.”<sup>21)22)</sup>라 하였다. 皮錫瑞는 “易은 처음 孔子가 卦辭, 象, 象, 言文을 만들어 그 文章의 뜻을 밝혔다. 그리하여 易은 不足함이 없고 占을 보는데 使用하게 되었다.”<sup>23)</sup> 여기에서 十翼의 證據를 表明하고 있는 것과 더불어 孔子의 所作이 아닐지도 모르나 단지 孔子가 最初로 ‘易’이라는 冊을 쓴 것은 확실하다고 보아진다. 歷代 ‘周易’을 研究하여 여러 著作속에서 易學이 형성되었으나 概括的으로

18) 辭를 判斷하는것.

19) 徐道一 著 : 周易과 當代自然科學, 廣東, 廣東 教育出版社, 1995, p.3.

20) 周易, 서울, 保景文化社, 1991, p.607.

21) 駟馬川選 : 史記, 中華書局, 1959, p.119.

22) 朴一峰 編譯 : 前揭書, p.79

23) 宋天彬 外 : 前揭書, p.20.

‘象數’와 ‘義理’ 兩派가 있다. 易學은 이 經學의 組成部分이다 經學史는 經學 三大派에 歸하게 되니 卽, 西漢은 今文學, 東漢은 古文學, 宋學으로 政治에 따라서 分별되게 되었다.

《周易》의 主要內容들은 特히 內丹修練의 理論的 基礎가 된 冊이갸도 하다. 八卦 및 六十四卦를 利用하여 陰陽의 變化 原理를 設明함으로써 天, 地, 自然, 人類社會의 客觀的 法則을 보여주거나, 나아가서, 修養할 수 있는 原理를 나타내게 된다. 例를 들어 《周易》의 艮卦를 보면, 艮은 64卦 가운데 하나로서 이卦가 意味하는 것들을 修練上으로 解析하면, 艮卦가 가르치는 중요한 뜻은 ‘止’이며, 이는 人間의 慾心에 대한 情을 ‘止’하여 움직이려는 慾心을 막으라는 것이다. 이卦 전체의 卦辭를 修練에 應用하여 살펴보면, 內視로서 回光返照하는 法을 意味하며, 나아가서 慾心의 움직임을 ‘止’하게 함에 있음을 알 수 있다. 또한 이卦 各 爻에 붙어 있는 爻辭를 修練을 통하여 보면, 回光返照時의 對象이 되는 人體의 各 部位를 次例대로 暗示하고 있음을 알 수 있다. 이를테면, 初爻에서는 足踵, 二爻에서는 臚部, 三爻에서는 腰部, 四爻에서는 上體, 五爻에서는 顔面, 六爻에서는 頭頂을 가리키고 있는 것이다. 卽, 氣修練에 있어서의 內視 卽, 內觀法 意念에 依한 導引法의 根源이 나타나는 것이다.

이상과 같이 卦象, 卦名, 卦辭와 爻辭는 易經部分에 屬하며, 象辭(즉 辭를 判斷함)는 즉 象傳上下가 六十四卦의 卦名과 卦辭를 解釋하는 것과 同時에 여러가지 意味를 附與하는 것이다.

系辭傳은 上下로 나뉘는데, 이는 《易經》의 理致를 通하는 것이다. 天地陰陽의 道와 人間事의 變化의 理致를 論하는데 上下 各 12章이다. 例를 들어 《系辭上》에서 “天은 尊하고 地는 낮아서 乾坤이 安定되어 있다. 낮고 높음을 펼쳐서 貴하고 賤함의 位를 定한다. 動靜은 恒常됨이 있어 剛柔를 區別한다. 이러한 卦에 剛柔는 서로 연결되어 있고 八卦는 서로 움직인다”,<sup>24)</sup> “乾은 易을 아는 것이고 坤은 易을 따르는 것이다.<sup>25)</sup> : 易이란 易을 안다는 것이고 簡은 易을 따르는 것이다. 易을 아는 것은 親이요 易을 따르는 것은 功이다, 親이 있다는 것은 즉 可히 오래된 것이고, 功이 있다는 것은 가히 크다는 것이다. 가히 久라는 것은 賢人의 德이요, 가히 大라는 것은 賢人의 業이다.<sup>26)</sup> 易簡과 天下의 理致를 얻는다. 天下의 理致를 얻는 것은 易이 位를 이루는 가운데 있다.”<sup>27)</sup> “하나의 陰과 하나의 陽을 그 道라고 일컫는다. 그것을 이어간다는 것은 善이고 그것을 이룬다는 것은 性이다. 仁한 것이 그것을 보면 仁이라고 하고, 知한 것이 그것을 보면 知라고 하고, 百姓이 每日 使用 하나 알지 못하는 故로 君子의 道가 아름답다”,<sup>28)</sup> “무릇 易은 넓고 커서 멀어서 禁할수 없다고 말하고 가까워서 靜하다고 말할 수 있다. 天地之間에 갖추어져 있다.”<sup>29)</sup> “넓고 크다는 것은 天에 配合

24) 周易, 서울, 保景文化社, 1991, p.554.

25) 上揭書, p.557.

26) 上揭書, p.557.

27) 上揭書, p.558.

28) 上揭書, p.569.

29) 上揭書, p.573. ; 遠은 天을 意味하고 邇는 地를 意味한다. 天地之間은 萬物人事를 意味한다.

되고,變하고 通한다는 것은 四時에 配合된다. 陰陽의 意味는 日月에 配合된다. 易簡之善은 德에 이르는 것에 配合된다.”<sup>30)</sup> 라하였듯이 卦傳을 說明하는 것은 八卦의 德과 業을 變化로 象을 法하는 바를 펴는 것이며, 人文的 解析도 可能한 것이다.

예를 들어 “易數” 一三四是 生數이고 그 中에 一三五는 天數이고, 二四是 地數, 六七八九는 成數이고 成數는 生數를 根本으로 한다. 故로 奇數라고 말한다.

말하자면 “天一은 水를 生하고 地六은 그것을 承한다” “三才는 6가지의 位置가 있다”, “天의 道를 세우는 것은 陰陽을 말하고 地의 道를 세우는 것은 剛柔를 말한다, 사람의 道를 세우는데는 仁과 義를 말한다. 이 三才가 兼하여 그것이 쌍으로 이루어지면 易의 6가지 그림이 卦를 完成한다” 즉, 一三五는 陽의 位置이고 二四六은 陰의 位置이다, 柔爻는 陰의 位置에 居하고 剛爻는 陽의 位置에 居한다. 卽면 곧 그 位置로 돌아가고 卽면 그 位置를 잃는다, 다시 말하면 “先, 後天의 卦의 位置”, “八卦의 性質과 功能”, 物에 比較 하고 身에 比較하여 “家庭法象”, “引申法象” 등 八卦部分에 있어서 重複되고 複雜하기도 하다.<sup>31)</sup>

卦傳의 序에는 六十四卦의 次序와 意義가 解說되어 있다. 이를 孔子는 나누어서 六門을 만들었다.<sup>32)</sup> 雜卦傳은 各卦를 섞어 올리는 것으로 卦는 섞어 올린

다는 意味이다. 六十四卦 卦爻로 解說한다. 上經은 乾,坤에서 시작하고 井,困에서 끝난다. 下經은 感,恒에서 시작하고 未濟,夬에서 끝난다. 上經을 例로 들면 “乾은 剛하고 坤은 柔하다. 比樂師憂”<sup>33)</sup> 此 ䷇는, 九五는 오직 坎中에 있고, 자연히 尊의 位置에 居한다. 故로 樂이다. 師 ䷆, 九二가 淵으로 入하여 故로 憂다. 下經에 “感速은 恒久다, 渙離이고, 節止이다”<sup>34)</sup>라 하였으니, 感 ䷋, 艮은 少男으로 求하고 兌는 少女로 服從하게 된다. 少男은 少女를 求하고, 小女는 服從하고 그것에 應하게 된다. 故로 感하고 速한다. “恒 ䷟, 乾은 日이고 兌는 月이다. 日月은 오래 따스하고, 震은 봄에 해당된다. 選은 여름에 해당되고 兌는 가을에 해당되며, 乾은 겨울에 해당된다. 四時가 다시 돌아오고 다하는 期間이 없다. 故로 恒久라고 한다. 渙 ䷺, 風은 水上으로 지나가고 故로 渙散이고 離이다. 節 ䷻, 震은 竹이다. 二가 五에 이르러 反震한다. 兩竹이 서로 合하면 즉 信成이고 合하여 나뉘어지지 않으면 止라고 일컫는다.

### 3. 易의 原理 : 太極 · 兩儀 · 四象 · 八卦 및 64重卦

周易 繫辭上傳(11장)에 “易에 太極이 있으니 이것이 兩儀를 낳고 兩儀가 四象을 낳고 四象이 八卦를 낳는다.”<sup>35)</sup>라고 하였으니 易은 一生二法의 原理에 의해서 이루어졌음을 알 수 있다. 즉 萬物의 根源인 太極이 한 번 動하고 한 번 靜한

30) 上揭書, p.575. ; 乾坤이 交通하여 震,兌, 坎,離를 이룬다.

31) 宋天彬 外 : 前揭書, p.23.

32) “一天道門, 二人事門, 三相因門, 四相反門, 五相順門, 六相病門”

33) 周易, 前揭書, p.655.

34) 上揭書, p.657.

35) 上揭書, p.596.

것이 兩儀이고 이 陰과 陽이 서로 交合하여 四象을 낳고 四象은 다시 八卦를 이루게 된다.

### 1) 太極

太極은 宇宙 萬物 生成의 根源이 되는 本體로서<sup>36)</sup> 萬物이 나오고 돌아감이 모두 이로 말미암는다.<sup>37)</sup> 天地와 陰陽이 아직 分化되기 以前, 混沌 狀態의 元氣를 말한다.<sup>38)</sup> 太極은 時空의 理致가 내포되어 있으니 萬物을 모두 포함한다는 空間的인 뜻과 처음부터 끝까지를 포함하는 즉 태초부터 窮極에 이르는 時間的 뜻이 함께 있다. 「太」는 하나에 둘이 생기고 그 둘이 서로 사귀는 가운데 또 하나(丶)를 낳는다는 뜻이니 太極으로 말미암아 天과 地가 나뉘고 그 가운데 人(萬物)이 생겨나음을 뜻한다. 이는 곧 男女가 사귀어 자식을 낳는 理致로서 그 形狀이 마치 콩의 양쪽 떡잎 가운데 中心核이 들어 있는 것 같으므로 '콩태'라 하기도 한다.<sup>39)</sup>

「極」은 草木의 자람에 있어 뿌리로 부터 줄기를 거쳐 가지로 뻗어 빠르게 分裂 生長함을 이른다.<sup>40)</sup>

따라서 太極의 分化를 體로 한 易이 「一元的 二元論」일 뿐 아니라 「一元的 三元論」임을 알 수 있다. 萬物은 太極의 씨앗을 받아 生命活動이 있게 되고 소멸되어서는 본래의 太極으로 돌아가므로 太極은 萬物의 父母이며 萬物은 太極

의 자식으로서 하나인 것이다.<sup>41)</sup>

### 2) 兩儀

兩儀는 두 가지 樣態를 뜻하는 것이니 太極이 한 번은 陽이 되고 한 번은 陰이 되는 時間性과 太極이 陰陽으로 나뉘었다는 同時的인 空間性을 포함하는 말이다.<sup>42)</sup>

兩儀는 太極의 陽과 陰의 두가지 樣態로서, 宇宙 構造에 있어서 天地를 象徵하고 春夏秋冬의 循環에 수반한 寒暑의 趨移와 밤과 낮의 교체에 있어서는 日月이 되고 人間에 있어서 生死와 男女의 性別 및 剛柔의 德을 表象한다.<sup>43)</sup> 이렇듯 相反하는 두 종류의 陰과 陽은 周易의 普遍的이고도 共通的인 原理로서 온갖 現狀의 展開를 主導하는 속에 作用하고 있다고 볼 수 있다.<sup>44)</sup>

### 3) 四象

四象은 陰陽이 太極으로부터 分化한 뒤 다시 再變하여 나온 것이 四象이다. 즉 兩儀를 本體로 하여 陽으로 分化된 것이 老陽이고 陰으로 分化된 것이 少陰이며 陰의를 本體로 하여 陽으로 分化된 것이 少陽이고 陰으로 分化된 것이 老陰이다. 四象은 네가지 모양이 나타남을 뜻하니 두 가지 樣態인 兩儀보다 한 단계 나아가 具體的인 象을 이룬 것이다. 그리고 각각의 性質에 따라 붙여진 이름이 太陽, 少陰, 少陽, 太陰이다. 하늘의 日月星辰, 땅의 山川草木, 때의 春·夏·秋·冬, 사람의 耳目口鼻 등이 이 四象의 理致에

36) 崔完植 譯解 : 혜원 東洋 古典 周易, 서울, 혜원출판사, p.11.

37) 金碩鎭 : 大山周易講解, 서울, 圖書出版大有, 1993, p.24.

38) 崔完植 譯解 : 前揭書, p.11.

39) 金碩鎭 : 前揭書, p.24.

40) 上揭書, p.24.

41) 上揭書, p.24.

42) 上揭書, p.26.

43) 崔完植 譯解 : 前揭書, p.11.

44) 上揭書, p.11.

부합된다.<sup>45)</sup>

四象에는 陰陽의 增減과 盛衰, 上昇과 反撥, 感應과 驅逐, 混和와 交替 등의 각 가지 關係가 象徵돼 있는 것이다.<sup>46)</sup>

#### 4) 八卦와 六十四重卦

太極이 兩儀가 되고(一變) 兩儀가 四象이 되고(二變) 四象이 八卦를 이룸으로써(三變) 變化의 基本과정인 이루어진다. 그 分化하는 方法은 二分法이나 三變으로 완성하여 三才를 이루니 易은 陰陽과 三才를 基本 바탕으로 하는 것이다. 三才는 天地人을 가리키며 ‘才’는 ‘材’와 같은 뜻으로 才質을 말한다. 萬象을 三才로 대표하여 基本 構成要素로 삼은 것이 易이며 伏羲氏가 「시劃八卦」한 原理도 이것이다. 즉 天文과 地理·人事를 觀察·窮究하여 세획을 그음으로써 八卦가 이루어진다. 三才의 作用이 無窮 無盡하여 그 조화의 신묘함이 지극하므로 「三極」이라 일컫기도 하니 天極 地極, 人極이 곧 이것이다. 따라서 바탕 要素로서 ‘三才’, 作用 側面으로 ‘三極’, 變化過程으로의 ‘三變’의 道를 갖춘 것이 易인 것이다.<sup>47)</sup>

八卦의 名稱과 符號는 다음과 같다. 乾三連 ☰, 坤六斷 ☷, 震仰盂 ☳, 艮覆碗 ☶, 離中虛 ☲, 坎中滿 ☵, 兌上缺 ☱, 巽上斷 ☴ 이다.

八卦의 起源에 대하여 여러 說明法이 있는데, 원시 宗教中의 巫術占驗 方法의 八索之占이라는 곳에서 起源이 되었다거나, 或은 蓍草<sup>48)</sup>, 占筮, 結繩之說 등이

그 起源이다. 이러한 것들은 陰陽의 概念과 有關하니, - 는 陽을 代表하고 - - 는 陰을 나타낸다, ‘易’은 본래 爻의 하나의 그림으로 象을 就한다. 먼저의 것은 乾이고, 나중의 것은 坤이다. ‘水’라는 글자는 甲骨文, 金文에 모두 “☵”<sup>49)</sup>라고 되어 있다. 故로 ☵坎象은 水를 말하는 것이다. “火”의 性質은 “水”와는 相反된다. 甲骨文에 “☲”<sup>50)</sup>라고 되어 있는데 이는 가운데가 虛하고 안이 實하다. 故로 ☲離象은 火를 가르킨다.

“雷”는 天上에 있으므로 “☳” 震象은 하늘위에 陰이 중첩된 象이다. “風”은 地上에 있다. 따라서, 選 “☱”象으로 陽이 地上에서 盛하다라는 것을 象徵한다. “艮”은 山이 地面에서 나오는 것이다. 故로 “☶”象으로 陽物이 地上에 있는 것이다. “兌”는 澤로 艮山과 相反된다. 연못속에 물이 있다는 것이다. “☵”象은 天映이 澤水 가운데 들어간 것을 象徵한 것이다.

風·雷·山·澤·水·火 모두는 陰陽이 혼합된 것이다. 가히 陰陽의 兩爻의 量과 上,中,下의 位置를 利用하여 表示 할 수 있다. 天은 純陽이므로 故로 “☰”이 되고, 地는 純陰이다. 故로 “☷”이 된다.

그러므로 古人이 “天의 象을 우러러 보고 地의 理致를 숙여 觀察하여 본다, 멀리는 物에서 取하고 가까이는 身에서 取한다.”<sup>51)</sup> 하여 이것을 八卦 符號 系統으로 나누었다.

複雜한 事物을 表示하기에 八卦는 그리

45) 金碩鎭 : 前揭書, pp.27~28.

46) 崔完植 譯解 : 前揭書, p.12.

47) 金碩鎭 : 前揭書, pp.29~30.

48) 점을 칠 때 쓰는 줄.

49) 朴熙永 編譯 : 甲骨文字典, 서울, 景仁文化社, 1990, p.36.

50) 上揭書, p.36.

51) 宋天彬 外 : 前揭書, p.23.

많지 않다, 이에 占을 치는 곳은 卦를 重疊하는 方法으로 생각을 나타낼 수 있다. 八卦의 上下가 六十四卦로 擴大 되고 같은 卦는 이름이 같고, 같지 않은 卦는 이름이 나뉜다.

卦의 組成符號를 爻라고 한다. 交錯과 變化의 爻다. 《系辭上》에서는 “爻라는 것은 變을 말하느는 것이다.”<sup>52)</sup> 《說文》에서는 “爻라는 것은 交다. 易의 象에 六爻首가 交通한다.”<sup>53)</sup> 陽爻 ‘一’와 陰爻 ‘-’로 나뉘어지고, 八卦에는 각자 三爻가 있다 六十四重卦 각자 六爻를 가지고 있다. 六爻는 서로 만나서 象을 이루고, 卦象이라 지칭한다. 象辭가 있어 그 意味를 解說하는 것을 “大象”을 稱하고 一爻의 象을 解釋하는 것은 “小象”이라고 한다.<sup>54)</sup>

### 5) 《說卦》 解說的 八卦

#### (1) 先後天對位

先天卦의 位는 乾은 南, 坤은 北, 離는 東, 坎은 西이며, 後天卦의 位는 離는 南, 坎은 北, 震은 東, 兌는 西이다.

#### (2) 八卦 效能

雷는 움직이게 하고, 風은 흐트리고, 雨는 潤澤하게 하고, 日은 따스하게 하고, 艮은 그치게 하고, 兌는 복종 하며, 乾은 君으로 삼고, 坤은 감춘다.<sup>55)</sup>

#### (3) 八卦之性, 物, 法象

八卦의 爻象에 맞는 象徵들의 表現이다.

52) 周易, 前揭書, p.562.

53) 許慎 編選: 前揭書, p.128.

54) 宋天彬 外: 前揭書, p.24.

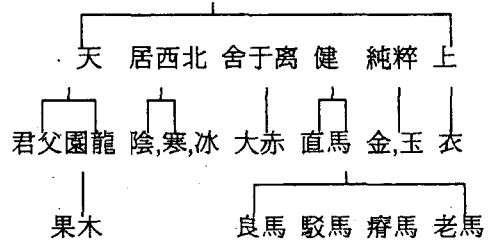
55) 周易, 前揭書, p.638.

#### (4) 八卦引伸法像舉例

八卦는 宇宙의 規律을 說明하는 工具로 不動한 時間, 地點, 條件下에서 事物을 셀 수 없이 대입시킨다. 例를 들면 乾은 天이며 그 基本 屬性에 따라 君, 父, 園, 果木, 龍; 玉, 金; 陰, 寒冰; 大赤; 良馬, 老馬, 瘠馬, 駁馬, 直; 上衣 等으로 連結할 수 있다. 표는 아래와 같다.

표 1

乾



다시 坎은 水이며 溝瀆, 隱伏, 矯輮, 弓輪이고 人間으로 보면 憂, 心病, 耳痛, 血卦, 赤이며 馬로 보면 美脊, 巫心, 下首, 薄蹄, 曳이며 수레로 보면 多管, 通, 月, 盜이며 木으로 보면 堅多心이다. 이와 같은 多樣한 象徵들의 意義는 古代 占術 巫俗 같은 社會 背景과 關係가 있으나 지금은 이해하기가 어렵다.

## 4. 易圖와 氣功

### 1) 河圖 洛書

《易·繫辭》에서 “河出圖, 洛出書, 聖人則之”<sup>56)</sup>라 하였으나 그 圖式은 없었

56) 上揭書, p.598.



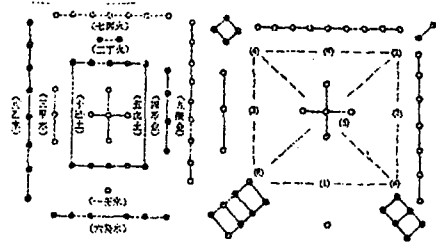
다. 現在 보이는 河圖와 洛書는 朱熹가 蔡元定の 說에 根據해서 만든 것으로 《周易本義》의 卷頭에서 列擧하였다.<sup>57)</sup>

河圖는 陰陽의 調和와 相生을 象徵하고 洛書는 陰陽의 不調和와 相克을 상징한다. 그러나 河圖를 運動的 側面이 아니라 構造 側面에서 보면 北의 1·6水와 南의 2·7火, 東의 3·8木, 西의 4·9金은 相克 관계이며 洛書의 東南方의 4·9金과 西北方의 1·6水, 東北方의 3·8木, 西南方의 2·7火는 相生관계이다. 즉 河圖와 洛書는 相生과 相克을 동시에 지니고 있다. 이것은 陽 속에 陰이 있고 陰 속에 陽이 있다는 陰陽 論理를 象徵한 것이다.<sup>58)</sup>

또한 河圖는 宇宙 萬物은 하나에서 나와서 하나로 돌아가는 有機的 變化의 構造라는 것, 現象世界의 萬物은 모두 相對的 陰과 陽의 關係로 存在한다는 것이며 現象 萬物의 存在와 變化는 네가지의 原則的 形式으로 進行한다는 것을 나타내고 있다.<sup>59)</sup>

洛書는 萬物의 存在는 1에서 生成하고 9에서 變化한다는 本質的 限界를 象徵하여 現象世界에서 萬物은 完全으로 存在할 수 없고 언제나 完結은 存在의 終末이며 死亡임을 暗示하였으며 現實的으로 하나의 構造가 완벽하게 존재하기 위해서는 數量的으로 均衡을 一定하게 유지해야 된다는 점을 말하고 있다.<sup>60)</sup>

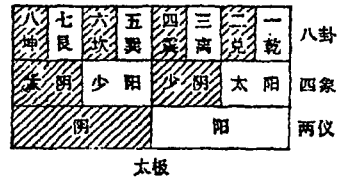
[그림 1] 河圖와 洛書



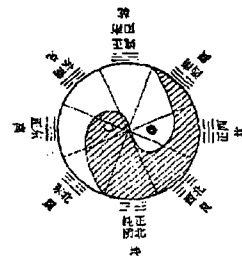
韓永賢은 《內蒙古社會科學》 1988年 3期 論文에서 河圖는 古代 氣候圖이며, 洛書는 方位圖라고 發表했다.<sup>61)</sup> 易學 研究者는 圖式을 通해 “圖書之學”이라는 易學新學派를 形成했다.<sup>62)</sup> 結果的으로 八卦를 通해 數學 模型을 보여 易圖를 生産한 것은 當然하다.

## 2) 伏羲八卦次序圖

[그림2] 伏羲八卦次序圖<sup>63)</sup>



[그림3] 伏羲八卦方位圖<sup>64)</sup>



57) 朱熹 : 新刊 四書五經 周易本義, 中國書店出版, 1994, p.7.

58) 崔영진 · 이기동 지음 : 前揭書, p.82.

59) 徐正淇 譯註 : 새시대를 위한 周易, 서울, 1993, p.23.

60) 上揭書, p.29.

61) 宋天彬 外 : 前揭書, p.25.

62) 上揭書, p.25.

63) 朱熹 : 前揭書, p.8.

64) 上揭書, p.8.

### 3) 伏羲八卦方位圖

《說卦傳》에서 “天地定位，山澤通氣，雷風相薄，水火不相射，八卦相錯，數者爲順，知來者逆.”<sup>65)</sup>이라 했는데，震부터 乾까지가 順이며 巽부터 坤까지가 逆이다.

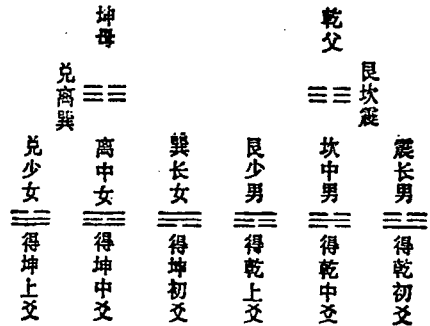
伏羲 八卦圖에는 對立的인 位置에 있는 卦들이 서로 均衡과 調和를 이루고 있다. 하늘과 땅이 서로 交感하여 萬物을 낳고 연못의 기운이 산으로 올라가 구름과 비가 되며 물과 불은 相剋 關係이면서 서로 感應하여 有機的 關係를 象徵한다.<sup>66)</sup>

### 4) 文王八卦次序圖

《說卦傳》에서 “乾天也，故稱乎父。坤地也，故稱好母。震一索而得男，故謂之長男。巽一索而得女，故謂之長女。坎再索而得男，故謂之中男。離再索而得女，故謂之中女。艮三索而得男，故謂之少男。兌三索而得女，故謂之少女”<sup>67)</sup>이라 하였다.

이 卦圖는 坎卦와 離卦를 제외하고 모든 卦가 不調和 상태에 있다. 說卦傳에 “상제는 震方에서 나와 巽方에서 萬物을 질서있게 기르고 離方에서 서로 보고 坤方에서 일을 이루고 兌方에서 기뻐하고 乾方에서 싸우고 坎方에서 수고하고 艮方에서 이룬다.”<sup>68)</sup> 하여 理想과는 달리 均衡과 調和 그리고 不均衡과 不調和가 지배하고 있는 現實世界를 반영한다.

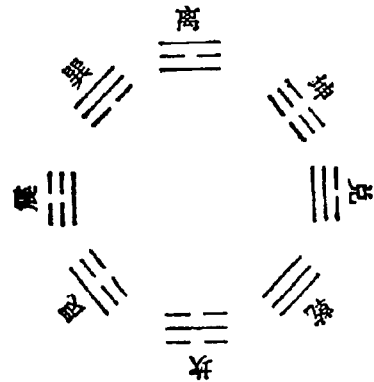
[그림 4] 文王八卦次序圖<sup>69)</sup>



[그림 5] 文王八卦方位圖<sup>70)</sup>

### 5) 文王八卦方位圖

《說卦傳》에서 震은 東方 離는 南方 兌는 正秋(西方) 坎은 正北方의 卦라 설명하였다.<sup>71)</sup>



### 6) 太極圖

65) 周易, 前揭書, p.637.

66) 최영진·이기동 지음 : 前揭書, p.61.

67) 周易, 前揭書, p.643.

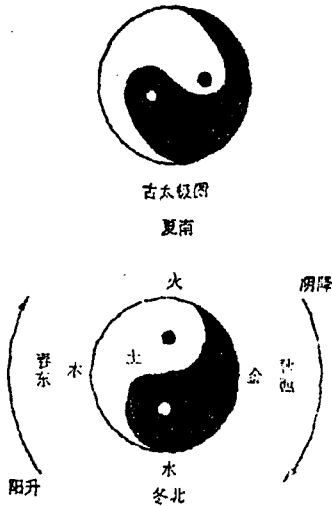
68) 周易, 前揭書, p.638.

69) 朱熹 : 前揭書, p.10.

70) 上揭書, p.10.

71) 周易, 前揭書, p.639.

[그림 6] 古太極圖<sup>72)</sup>



[그림 7] 現在の太極圖<sup>73)</sup>



古代의 太極圖는 天地自然의 圖라고 불리웠다. 일찌기 사람들이 三千如年前 陶器에(甗개 위에) 原始的인 圖案을 그렸

72) 宋天彬 外 : 前掲書 p.27.  
73) 上掲書, p.27.

다. 단지 동그라미 내에 S 자형의 曲線이 있으며 黑白의 區分이 없으며 黑白의 點도 없다.<sup>74)</sup> 宋以後 陰陽魚式語 古代 太極圖가 만들어 졌으며, 明代에 劉基가 八卦를 그중에 삼입했다.<sup>75)</sup>

太란 大이며 極이란 無限이며 宇宙의 大無限을 意味한다. 《周易正義》에서는 “太極謂天地未分之前, 元氣混而爲一, 卽是太初, 太一也”<sup>76)</sup>이라 하였으며, 宋代 周敦頤가 이에 의거해 《太極圖說》을 지어 “太極本無極”<sup>77)</sup>의 說을 創案하고 아울러 現在の 太極圖를 제작하였다. 實際로 唐代 《眞元妙品》에 이미 現在の 太極圖와 類似한 太極先天圖가 있었으나, 단지 先天이라는 두 글자가 더 있었고, 周氏 太極圖는 太極先天圖 中에 上下 次序를 若干 고쳤다.<sup>78)</sup> 《繫辭上》에서 “是故易有太極, 是生兩儀, 兩儀生四象, 四象生八卦, 八卦定吉凶, 吉凶生大業”<sup>79)</sup>이라 하였다. 後世에 이것을 근거로 太極 八卦道[그림 6]와 現在の 太極圖[그림 7]를 그려 만들었다. 그 中에 水火金木이 곧 四象이다.

先天·後天八卦圖와 周天과의 關係는 다음 6장에서 따로 論하기로 하겠다.

## 5. 八卦符號系統와 古代의 數學

《繫辭》에서 “數”에 對하여 “一, 三, 五, 七, 九 홀수는 天의 數로 合하면 25

74) 張青 編著 : 新編氣功知識問答, 學苑出版社, 1994, p.110  
75) 宋天彬 外 : 前掲書, p.26.  
76) 上掲書, p.26.  
77) 周敦頤 撰 : 太極圖說通書, 上海, 上海古籍出版社, 1992, p.4.  
78) 宋天彬 外 : 前掲書, p.26.  
79) 周易, 前掲書, p.596.

가 되고 二, 四, 六, 八, 十 짝수는 地의 數로 合하면 30이 되어 凡天地之數五十有五, 此所以成變化而行鬼神也.”<sup>80)</sup>이라 했다. 즉, 天地之數는 陰陽 觀念이라는 周易의 根本 觀念을 數로 象徵한 것이다. 《繫辭》에서 “象”에 대하여 客觀的인 世界의 形象으로 米루어 보아 符號系統이나 公式을 表示 할 수 있어 “易者象也, 象也者 像此者也”<sup>81)</sup>라고 하였다. 八卦를 推測하여 自然과 社會法則을 卽, “道”나 “理”로 表示할 수 있어 萬事 萬物을 대입할 수 있다. 馮友蘭가 《易經》을 깨닫고 一部 事物 規律을 ‘代數學’이라 設明했다<sup>82)</sup>. 《繫辭》에서 “其稱名也小, 其取義也大.”<sup>83)</sup>라 했으니 옛것을 깨달아 앞을 내다보아 細細한 것까지 알고 어둠을 밝혀야 한다는 意味이며, 數學 模型을 지어 客觀的인 規律을 表現하면 未來를 豫測하고 應用하고 實驗하여 사람들의 行動을 指導하여 成功할 수 있다고 하였다. 客觀的인 規律을 反映하지 못하면 단지 符號와 文字의 遊戲일 뿐이라 하였다.

그러므로 八卦를 米루어 運用하는 것은 恒常 永遠한 것은 아니고 變化한다. 王弼의 《周易略例》에서 “義苟在健 何必馬乎 類苟在順 何必牛乎”라 했는데<sup>84)</sup> 乾, 坤 兩卦가 어찌 말과 소로만 보이겠는가. 이로 인해 《繫辭》에서 “神無方而易無體”<sup>85)</sup>라 하였으니, 總體的으로 말하여 《易經》에서 辨證法 思想이 充分히 나타나는데 最近 “動”과 “變”의 觀點이 突

出 되었다. 動과 變의 根源은 陰陽의 對立과 物體가 極하면 반드시 反對로 되어 變化가 생기니 “易窮則變, 變則通, 通則久”<sup>86)</sup>라 하였다. ‘通’은 變하는 反面에 以後에 새로 發展하니 ‘久’는 靈柩하지 않다는 것이고 단지 새로 發展하기 위해 經過된 時間이고 마침내 窮極的으로 되니 ‘窮’이란 ‘往’과 ‘復’의 意味이다. 사람들이 하나의 規律을 認識하기 爲해서는 所謂 “君子自強不息” “天地革而四時成, 湯武革命, 順乎天而應好人, 革之時大矣哉” 같은 不斷한 變革과 努力이 요구된다.<sup>87)</sup> 《繫辭傳》“化而裁之謂之變, 推而行之謂之通”<sup>88)</sup>이라 하여 自然 規律을 基礎로 쫓아 하여 人間들이 能動性的인 作用을 主管하도록 強調하였다. “尺蠖之屈, 以求信(伸)야; 龍蛇之蟄, 以存身也”<sup>89)</sup>라 는 것은 바로 消極과 積極 사이에는 變通이 있다는 것이니, ‘大業’의 ‘日新’하는 發展을 促進하여 그 位置를 아직 얻지 못하고 中과 時間을 얻으면 겨우 成功할 수 있다고 하였다. 位置와 時間 中의 概念은 空間 條件 時間 條件과 適切한 量的 條件과 相互相合하고, ‘中’은 《中庸》의 ‘致中和’와 一致하니, 그 基準을 만들면 成功할 수 있다 하였다.

## 6. 周天과 周易

### 1) 周天과 周易卦

#### (1) 參同契闡幽

子時에 尾閭로부터 火가 일어나서, 復卦에 있어서 一陽이 처음 動하는 모습에 응하니 이것이 天根이 되고, 곧바로 六

80) 周易, 前揭書, p.582.

81) 周易, 前揭書, p.611.

82) 宋天彬 外: 前揭書, p.27.

83) 周易, 前揭書, p.620.

84) 宋天彬 外: 前揭書, p.27.

85) 周易, 前揭書, p.567.

86) 周易, 前揭書, p.608.

87) 宋天彬 外: 前揭書, p.27.

88) 周易, 前揭書, p.603.

89) 周易, 前揭書, p.613.

陽이 순수한 乾에까지 이르러 動함이 극하면 다시 靜하여지니 午時에 泥丸로부터 火가 물리나서, 姤卦에 있어서 一陰이 처음 靜하는 모습에 응하니 이것이 月窟이 된다. 곧바로 六陰이 순수한 坤에까지 이르러 靜이 극하면 다시 動한다. 그러므로 12마디를 등글게 다 들고 끝나면 더욱 親하여야만 한다고 말한 것이다. 이것은 乾과 坤이 크게 서로 사귀는 法과 象이다.<sup>90)</sup>

(2) 艮背行庭象周天卦爻註<sup>91)</sup>

艮은 止로 私欲의 雜念을 그친다는 것이다.

背는 水이다. 사람의 마음의 燥火를 씻는 다는 것이다.

무릇 사람은 小宇宙라, 三才가 비록 그 形象은 다르나 그 理致는 같아서 하늘이 한 번 周天하면 사람 역시 한 번 周天하게 된다.

子時에는 一陽이 처음 生하게 되는데 하늘에 있어서는 元枵宮에 應하고 사람에게 있어서는 丹田穴에 應하며 卦로는 地雷復卦로 變한다. 丑時에는 二陽이 生하며 하늘의 娵觜에 應하며 사람에게 있어서는 尾閭에 應하며 地澤臨卦로 變한다. 寅時에는 三陽이 生하며 하늘은 降婁, 사람에게 있어서는 內腎에 應하며 卦는 地天泰卦로 變한다. 卯時에는 四陽이 生한다. 하늘은 大梁에 應하고 사람에게 있어서는 夾脊에 應한다. 卦는 雷天大壯으로 變한다. 辰時에는 五陽이 生한다. 天은 實沈에 응하고 사람에게 있어서는 雙關에

應하며 卦는 變하여 澤天夬이 된다. 巳時에는 六陽이 生한다. 하늘은 鶉尾에 사람에게 있어서는 玉枕에 應하며 卦는 乾爲天으로 變한다. 午時에는 一陰이 처음 生하며 하늘에 있어서 鶉火에 應하며 사람에게 있어서는 泥丸에 應한다. 卦는 天風姤에 應한다. 未時에는 二陰이 生하며 하늘은 鶉尾에 應하며 사람에게 있어서는 金庭에 해당한다. 卦는 天山遯으로 變한다.

申時에는 三陰이 生하며 하늘에는 壽星에 應하며 사람에게 있어서는 華池에 應한다. 卦는 天地否卦로 變한다. 酉時에는 四陰이 生한다. 하늘에 있어서는 大火에 應하며 사람에게 있어서는 神庭에 應한다. 卦로는 風地觀卦로 變한다. 戌時에는 五陰이 生한다. 하늘에 있어서는 析木에 應한다. 사람에게 있어서는 中腕에 해당되며 卦로는 山地剝卦이다.

亥時에는 六陰이 生한다. 하늘은 星紀에 應하며 사람에게 있어서는 氣海穴에 해당된다. 卦는 乾爲地로 變한다. 六陰이 이미 가득하면 一陽이 다시 生한다. 하늘과 사람은 一體로 끊임없이 循環한다.<sup>92)</sup>

[그림8] 艮背行庭象周天卦爻圖<sup>93)</sup>



90) 魏伯陽 原著, 朱元育 闡幽, 李允熙 譯註 : 參同契闡幽, 서울, 驪江出版社, 1994, p.268.  
91) 敦厚老人 註 : 正訂明道易經, 中國孔學會 印行, 1975, p.133.

92) 上揭書, p.133.  
93) 上揭書, p.132.

## 2) 大·小周天과 先天·後天八卦圖

周天은 즉 人體에 있어서의 元氣가 週期的으로 運行함을 總稱하는 것으로 運周天이라는 것은 元氣를 保存하고 增強시키는 一種의 健身의 方法으로 氣功의 範圍에 屬한다.<sup>94)</sup>

### (1) 小周天

小周天은 下丹田의 精이 化하여 氣를 暖하게 하는 感覺으로 人體에 있어서는 任督脈을 순환하는 것을 말한다.<sup>95)</sup> 原理는 督脈은 陽海가 되고 任脈은 陰海가 되어 任脈이 通하면 百脈이 모두 通하게 되는 것이다.<sup>96)</sup> 小周天은 子午周天이라 하는데 여기서 子午는 後天八卦圖 中的 坎離兩卦를 말한다. 이는 周天 循環시의 經路로 볼 수도 있으니 즉, 子에서 午에 이르는 길은 督脈을 지칭하며 乾路에 해당되어 子, 丑, 寅, 卯, 辰, 巳 六位의 穴들이 配當되며 午에서 子에 이르는 길은 任脈을 지칭하며 坤路에 해당되어 午, 未, 申, 酉, 戌, 亥 六位의 穴들이 배당되는 것이며<sup>97)</sup> 以上の 十二位의 穴들 中 특히 子, 午, 卯, 酉의 四穴은 周天의 참된 意味라 하여 중요시하였다.<sup>98)</sup> 일반적으로 取坎填離,<sup>99)</sup> 坎離交媾,<sup>100)</sup> 水火交

媾<sup>101)</sup> 등이라 칭한다.

玄牝周天을 또한 子午周天이라 칭하는데 坎을 취하여 離에게 보충한다. 先天八卦로 玄은 乾卦(純陽)를, 牝은 坤卦(純陰)를 의미한다. 사람이 出生 後에 先天八卦가 轉變되어 後天八卦가 되니 乾卦는 가운데가 빈 離卦가 되고 坤卦는 가운데가 가득찬 坎卦로 변하게 되는 까닭에 끊임없이 坎을 取填하여 離를 보충하는 것을 진행하여야 한다. 즉, 坎中滿爻(陽爻‘-’)를 取하여 離中의 虛爻(陰爻‘--’)를 메워서 乾卦로 회복시켜야 하고 坎卦는 坤卦로 회복된다. 즉 後天八卦(水火坎離)가 先天八卦(乾坤天地)로 되돌아 오며 따라서 水火既濟, 陰陽調和의 목적을 달성하게 된다.<sup>102)</sup>

### (2) 大周天

大周天은 乾坤交媾를 指稱하며 첫 번째 과정은 小周天의 坎卦를 取해서 離卦를 보충하는 것이며 두 번째 과정은 小周天을 行한 후 後天 8卦, 즉 離와 坎의 두卦에 바탕하는 것으로부터 乾과 坤의 두卦가 南北으로 나뉘어 자리잡는 先天 8패로 나아가는 것이다. 이시간의 卯酉周天이 즉 乾坤交媾이며 大周天이 된다.<sup>103)</sup> 卯酉周天은 즉, 奇經八脈의 氣機가 쉽없이 流行하도록 하는 것이다. 大周天은 自然과 融合 一體가 되는 것으로 元氣가

94) 鄭學燾 鄭成永編著：中國 醫易學，四川，四川科學技術 出版社，1990，p178.

95) 金京煥：氣功과 經絡의 相關性에 關한 研究，서울，東國大學校 大學院 碩士論文，1996，p.44.

96) 楊力 지음 金忠烈外 옮김：周易과 中國 醫學，서울，法仁文化社，1993，p.196.

97) 伍冲虛 著，허천우 譯：天仙正理，서울，驪江出版社，1994，pp.55-56.

98) 伍冲虛 著，허천우 譯：上揭書，p.190.

99) 伍冲虛 著，허천우 譯：上揭書，p.156.

100) 魏伯陽 原著：前揭書，p.319.

101) 柳華陽 著，柳正植 譯：金仙證論，서울，驪江出版社，1994，p.301

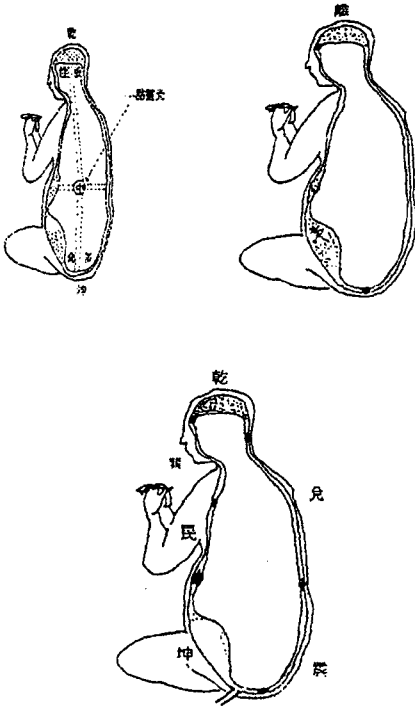
“腎屬水，心屬火，火入水中，則水火交媾”

102) 楊力 지음，金忠烈外 옮김：上揭書 p.549.

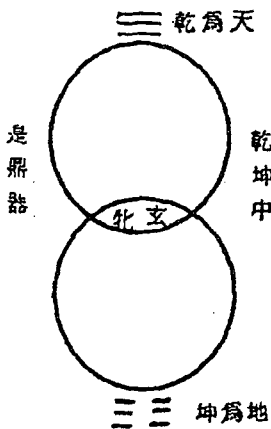
103) 上揭書，p.549.

丹田에 結하였을 때 運周天을 시작하게 되는 것이다.

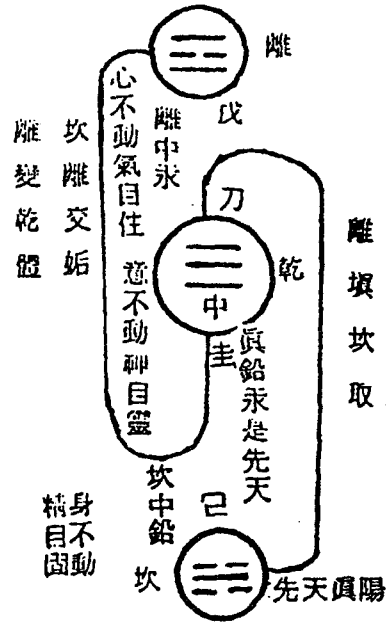
[그림9] 大周天圖<sup>104)</sup>



[그림 10] 乾坤鼎器玄牝圖



[그림 11] 坎離匡廓藥物圖<sup>105)</sup>



### III. 고찰

《周易》은 원래 一部 占을 치는 곳에 사용되던 책으로, 戰國 時代に 周易의 卦, 爻辭는 陰陽家와 道家의 影響을 받아 새로이 해석되므로써 周易은 自然의 變化를 陰·陽의 原理로 설명하는 理論體系를 確立하게 된다. 哲學的 理致가 깊어 새겨져 있으므로 周易은 儒家의 經典이 되었다.

‘易’이란 文字는 다양한 意味를 갖고 있지만, 그 核心은 變化이다. 즉 易이란 變化를 총체적으로 이룬 것으로 自然界와 人間界를 포함한 모든 存在는 끊임 없이 變化하고 發展해 나간다는 意味를

104) 魏伯陽 原著：前揭書, p.44.

105) 上揭書, p.55.

含蓄의 表現한 것이라 할 수 있다.

《周易》의 主要內容들은 特히 內丹修練의 理論的 基礎가 된 冊이기도 하다. 八卦 및 六十四卦를 利用하여 陰陽의 變化 原理를 說明함으로써 天, 地, 自然, 人類社會의 客觀的 法則을 보여주거나, 나아가서 修養할 수 있는 原理를 나타내게 된다.

예를 들어 氣功家에서는 海의 精을 萬物生長의 原動力이라 인식하였으며 易에 있어서는 離卦로 그를 象徵하였고 醫學上으로는 心火라고 하여 神의 本源으로 삼았다. 달의 精은 만물이 의지하는 本體로서 易에서는 坎卦로 象徵하였고 醫學上 腎水라하여 精의 本源으로 삼았다.<sup>106)</sup> 腎水는 肝을 따라 左側으로 上升하고 心火는 肺를 따라 右側으로 下降하여 서로 中土의 脾에서 交流하니(心腎相交) 卦에 있어서 水火既濟의 象이 된다.<sup>107)</sup> 즉, 水升火降은 이에 心腎相交의 生理 平衡狀態로서 既濟라 칭하며 周易 64卦 중의 既濟卦-坎水가 위에 있고 離火가 아래에 있는-에 근본한다. 水의 性質은 陰이고 火의 性質은 陽으로 역시 陰陽既濟의 平衡狀態를 말한다. <sup>108)</sup>

離卦 중의 神은 그 性質이 流動하는 것인데 氣功家에서는 火龍이라 부르며 坎卦 중의 精은 그 性質이 沈降하는데 水虎라고 부른다. 龍虎飛騰은 水火未濟, 心腎不交라고 비유할 수 있다. 卦로는 未濟를 心腎不交로 보았다.<sup>109)</sup>

106) 鄒學熹 鄒成永編著：前揭書, p.178.

107) 上揭書, p.178.

108) 林國明中 主編：中華醫學氣功, 高等教育出版社, 1993, p.4.

109) 鄒學熹 鄒成永 編著：前揭書, p.181.

이와 같이 《周易》 卦辭와 爻辭는 단 순히 哲學的 意味만이 아니고, 實質的으로 修練에 있어서도 應用되었음을 알 수 있다.

繫辭上傳(11장) “ 易에 太極이 있으니 이것이 兩儀를 낳고 兩儀가 四象을 낳고 四象이 八卦를 낳는다.”<sup>110)</sup> 라고 하였으니 太極은 天地萬物의 總 理致로서 宇宙의 模型圖式이 된다. 太極은 陰陽動靜이 調和를 이룬 狀態로 動하면 陽을 생하고 動이 極하면 靜하며 靜한즉 陰을 생하고 靜이 極하면 動으로 變한다. 兩儀는 곧 陰陽이다. 陽氣의 變化로 말미암아 陰氣의 靜과 合하게 되면 金木土水火의 生克制化規律을 生産하게 된다.<sup>111)</sup>

人體에 있어서 太極은 丹田에 해당하며 生命 磁體의 中心이 된다. 兩儀는 人體를 上下, 前後, 左右로 나누어 豎, 縱, 橫의 三代 生命磁體의 方位를 形成하여 人體의 三維 坐標系를 이루게 된다. 四象은 人體의 面에 대하여 배꼽이상의 面은 하늘과 서로 接하게 되고 배꼽의 아래의 面은 땅과 連하며 前面은 달과 相對되고 後面은 해와 共寢한다. 八卦는 天地垂直의 여덟 방향을 지칭하는 것으로 先天卦의 位置上으로 上下는 垂直 方向으로 卦에 있어서는 天地定位를 標示한다. 左右는 가로 方向으로 卦에 있어서는 坎離가 되고 水火相射를 표시한다. 前後는 세로 方向으로 卦에 있어서는 艮兌가 되고 山澤通氣를 표시한다. 內外가 互回하는 것은 卦에 있어 震巽이 되고 雷風相搏을 표시한다.<sup>112)</sup>

110) 周易, 前揭書, p.596.

111) 楊占元 編著：中國氣功臨床學, 青島海洋大學 出版社, 1992, p.277.



즉, 先天卦의 位置上으로 乾은 南, 坤은 北, 離는 東, 坎은 西, 震은 東北, 兌는 東南, 巽은 西南, 艮은 西北에 해당하며 後天卦에서는 乾은 西北, 坎은 正北, 艮은 東北, 辰은 正東, 巽은 東南, 離는 正南, 坤은 西北, 兌는 正西에 해당된다.<sup>113)</sup>

八卦는 또한 五行을 代表하는데 乾은 金에 坎은 水에 艮은 土, 震은 木, 巽은 木, 離는 火에 坤은 土에, 兌는 金에 屬한다. 人體에 있어서는 乾은 首, 坤은 腹, 震은 足, 巽은 腿, 坎은 耳, 離는 目, 肝은 鼻, 兌는 口에 屬한다.<sup>114)</sup>

易圖와 氣功과의 關係도 매우 밀접하여,

- 1) 河圖는 陰陽의 調和와 相生을 象徵하고 洛書는 陰陽의 不調和와 相克을 象徵한다. 그러나 河圖와 洛書를 運動的 側面이 아니라 構造 側面에서 보면 相生과 相克을 동시에 지니고 있다. 이것은 陽 속에 陰이 있고 陰 속에 陽이 있다는 陰陽 論理를 象徵한 것이다.<sup>115)</sup>
- 2) 傳說에 의하면 先天八卦圖는 伏羲氏가 創製하였고 後天八卦圖는 文王이 創製하였다. 이 두 종류의 八卦圖는 氣功學에 있어서 중요한 意義를 가지는데 先天 八卦는 사람이 生成되는 理致를, 後天八卦는 사람이 生成된 이후에 있어서 生命의 道가 된다. 氣功 修鍊함에 있어서 後天八卦를 運用한 이후에 先天에 到達하게 된

다.<sup>116)</sup>

- 3) 太極圖는 陰中の 陽, 陽中の 陰, 陰陽 모두 共存하는 一體의 哲學 概念을 반영하였다. 自然界와 人體의 陰陽五行의 關係를 개괄하였다.<sup>117)</sup>

《繫辭》에서 “象”에 對하여 客觀的인 世界의 形象으로 미루어 보아 符號 系統이나 公式을 表示 할 수 있어 “易者 象也, 象也者 像此者也.”<sup>118)</sup>라고 하였다. 八卦를 推測하여 自然과 社會法則을 卽, “道”나 “理”로 表示할 수 있어 萬事 萬物을 代入할 수 있다. 그러나, 八卦를 미루어 運用하는 것은 恒常 永遠한 것은 아니고 變化한다. 現代의 研究는 初步的이나, 內丹 修鍊이 神經-體液 調節 系統의 機能과 內分泌 酵素와 神經實質의 變化를 改善하는 機能이 있다고 보아지니, 단지 넓게 觀察할 수 있고 全體를 觀察하지 못하고 描寫하여 敘述하지 못하여 比喻로 하지 않을 수 없어 무리를 지어 象을 比喻하는 方法이다. 陰陽 氣化는 “其小無內 其大無垠” “可以口決 難以書傳” 이라 하니 八卦를 運用하여 量이 變하여 質로 變하는 數量關係 및 變化科程의 周期性 規則이 나타난 것이다.

‘艮背’ 역시 《周易》의 “艮其背”에 根源을 두고 있다 艮卦는 멈추는 것으로 意念을 背部의 督脈과 命門穴에 두는 것으로, 《道德經》의 “塞其兌”<sup>119)</sup> 는 입을

112) 鄒學暉 鄒成永 編著 : 前揭書, p.182.

113) 楊占元 編著 : 前揭書, p.294.

114) 上揭書, p.294.

115) 崔영진 · 이기동 지음 : 前揭書, p.82.

116) 張青 編著 : 前揭書, p.110.

117) 上揭書, p.111.

118) 周易, 前揭書, p.611.

119) 盧台俊 譯解 : 老子道德經, 서울, 흥신문화사, 1994, p.176.

가볍게 다루는 것으로 八卦의 代表的인 人體 部位로 “兌爲口”이다. 이처럼 乾首는 鼎이고 坤腹은 爐이다.

人體內的 中心的 位置에 자리 잡고 있으면서 중요한 役割을 하는 黃庭에 대한 考察에서 黃庭을 寄經八脈 중에서 足少陰의 別脈인 陰蹻脈 즉 人體의 先天的인 無極의 상태인 腎間動氣로 보아 先天之氣의 根本으로 생각하였다. 또한, 이 陰蹻脈의 範圍는 龍泉에서부터 百會까지 이어지는 광범위한 關係로서 擴大하여 이해하였다.<sup>120)</sup> 卦로 보면 乾은 上丹田을 代表하고 坤은 下丹田을 代表한다. 百會는 乾이 되고 會陰은 坤이 되고 배꼽은 離가 命門은 坎卦가 되어 先天眞脈의 正軸이 된다.<sup>121)</sup>

“乾坤者，易之門戶，衆卦之父母”<sup>122)</sup>라 하여 乾坤坎離 네 卦는 體가 되고 六十卦는 用이 된다. 乾坤은 天地를 代表하여 天人이 相應하는 外的 環境이며 坎離는 水火를 代表하여 人體 生命의 內的 環境이 되니 이것이 鍊丹 氣化의 本體가 되는 것이다.

鍊丹過程의 陰陽 消長과 火候의 大小가 氣化의 表現이고 鉛汞, 水火, 烏兔, 龍虎 日月等 事物로 比喻해 卦象으로 設明하니 “抽則瀉之, 添則補之”라 하여 取坎填離 以鉛投汞 水火既濟 龍虎交戰 등으로 陰陽을 通達하여 “一合爲二” “合二而一” 하니 人體의 調和를 維持하게 한다.<sup>123)</sup> 洗心滌慮 守虛內視 導引吐納 等 修練方法 모두는 陰陽 氣化 調節의 具體的 方

法이다. 所謂 ‘煉己’는 《周易》의 納甲法에 根據하며<sup>124)</sup> ‘己’는 離卦를 包含하며 사람에게 있어 마음으로 所謂 ‘煉己’는 마음을 集中하여 雜念을 排除하는 것으로 단지 內丹術의 基礎를 닦을뿐 아니라 修練의 처음과 끝이 된다.

巽卦는 風이고 所謂 “起巽風”, “鼓巽風”, “吹之以巽風”은 또 呼吸吐納의 運用을 代表한다.<sup>125)</sup> “取坎填離”, “後天返先天”은 精을 鍛鍊, 氣化하여 精을 들려 胸의 小周天을 補하여 心腎을 相交하고 水火를 既濟하고 陰陽을 合하여 日月을 합쳐 丹을 만든다. 卦象이 表示하는 것은 後天八卦圖이다. 北方 坎水에서 心一陽을 取하고 南方 離火에서 心一陰을 넣어서 先天八卦圖의 南乾北坤을 變化시켜 만든다. 理論上으로 生命 開始의 胚胎는 陰陽이 混合된 狀態로 混雜한 한 氣運을 先天이라 이르게 되니, 生命 發育의 科程에서 한 무리의 分化된 陰陽이 서로 떨어져 位置를 벗어나 乾卦 中の 陽爻가 坤卦 中の 陰爻로 變하고 坤卦 中の 陰爻가 陽爻로 變해 坎離卦로 變化하니 後天이라 이른다. 氣功의 修練에서 “返本還原”은 重要하다. 修練科程中の 陰陽消長 周天火候 역시 卦象으로 表現할 수 있고, 升降進退, 晝夜往來, 四時周流는 매우 微妙하여 段階別로 나누어진다.<sup>126)</sup>

## IV. 결론

1. ‘易’이란 變化를 의미한다. 모든 存在는 끊임없이 變化하고 發展해 나간

120) 金京煥 : 前揭書, p.117.

121) 楊占元 編著 : 前揭書, p.298.

122) 魏伯陽 著 : 前揭書, p.21.

123) 宋天彬 外 : 前揭書, p.28.

124) 上揭書, p.28.

125) 上揭書, p.29.

126) 上揭書, p.28.

다는 것을 웅변적으로 表現한 것이다.

2. 周易 繫辭上傳(11장) “易에 太極이 있으니 이것이 兩儀를 낳고 兩儀가 四象을 낳고 四象이 八卦를 낳는다.”<sup>127)</sup>라고 하였으니 易은 太極, 陰陽, 四象, 八卦의 一生二法의 原理에 의해서 이루어졌으며, 이에 無極은 太極이 되고 太極은 陰陽, 陰陽은 五行, 五行은 萬物이 되어 生生不息하게 되니 制하고 克하며 傾하고 恒하여 變化가 無窮하게 됨을 알 수 있다.
3. 易圖는 自然界와 人間界의 陰陽五行의 變化들을 象徵적으로 表現한 것으로, 氣功修鍊時의 變化를 나타내며 氣功 修鍊에 직접적으로 응용됨을 알 수 있다.
4. 氣功傳統理論은 《周易》의 影響을 받아 出現하였는데 陰陽 五行 臟象 經絡 精氣神氣化 等 理論을 除外하고도 現在傳統內丹術上에 顯著하게 그 影響이 나타난다. 즉, 周易은 八卦 및 六十四卦를 利用하여 陰陽의 變化 原理를 說明함으로써 天, 地, 自然, 人類社會의 客觀的 法則을 보여주거나, 나아가서 修養할 수 있는 原理를 나타내게 된다.
5. 小周天은 後天八卦를 應用하며 大周天은 先天八卦를 應用한다. 後天八卦의 北方 坎水에서 心一陽을 取하고

南方 離火에서 心一陰을 넣어서 先天八卦圖의 南乾北坤로 變化시켜 “返本還原”하게 함을 의미한다. 先天八卦의 乾坤에 子午가 위치하므로 大周天을 乾坤交媾라 한다. 실제로 丹家에서는 坎離兩卦를 볼 때 後天八卦圖에서는 子午에 위치하므로 子午周天이라하며 先天八卦圖에서는 坎離가 卯酉에 위치하므로 大周天을 卯酉周天이라 한다.

6. 參同契에서 “乾坤者, 易之門戶, 衆卦之父母”<sup>128)</sup>라하여 天地를 象徵한 乾坤卦를 모든 卦의 시초로써 중요시 하였는데 人體에 있어서는 黃庭에 該當하는 것으로 道家에서는 이를 陰蹻脈으로 생각하였다. 이 陰蹻脈의 範圍는 龍泉(會陰)에서부터 百會까지 이어지는 광범위한 關係로서 擴大하여 이해하였는데 卦로 보면 百會는 乾이 되고 會陰은 坤이 되므로 乾坤은 즉 陰蹻脈을 象徵적으로 表現한 것임을 알 수 있다.

## VI. 참고 문헌

1. 金敬琢 譯著 : 新完譯 周易, 서울, 明文堂.
2. 金京煥 : 氣功과 經絡의 相關性에 關한 研究, 서울, 東國大學校 大學院 碩士論文, 1996..
3. 金碩鎭 : 大山周易講解, 서울, 圖書出版大有, 1993.
4. 盧台俊 譯解 : 老子道德經, 서울, 흥신

127) 周易, 前揭書, p.596.

128) 魏伯陽 著 : 前揭書, p.21.

- 문화사, 1994.
5. 廖名春·康學偉·梁韋弦, 심경호 옮김 : 周易哲學史, 서울, 예문서원, 1994.
  6. 朴一峰 譯著 : 東洋古典 新書 周易, 서울, 育文社, 1992.
  7. 朴一峰 編譯 : 史記 本紀·表書, 서울, 育文社 1992.
  8. 朴熙永 編譯 : 甲骨文字典, 서울, 景仁文化社, 1990.
  9. 駟馬川選 : 史記, 中華書局, 1959.
  10. 徐道一 著 : 周易과 當代自然科學, 廣東, 廣東 教育出版社, 1995.
  11. 徐正淇 譯註 : 새시대를 위한 周易, 서울, 1993.
  12. 楊力지음, 金忠烈外 옮김 : 周易과 中國醫學, 서울, 法仁文化社, 1993.
  13. 伍冲虛 著, 허천우 譯 : 天仙正理, 서울, 驪江出版社, 1994.
  14. 王先謙 編著 : 莊子集解, 서울, 成都古籍書店, 1988.
  15. 魏伯陽原著, 朱元育 闡幽, 李允熙 譯註 : 參同契闡幽, 서울, 驪江出版社, 1994.
  16. 魏伯陽 著 崔亨柱 解譯 : 周易參同契, 自由文庫, 1997.
  17. 유아사 야스오編 : 손병규譯, 氣와 人間科學, 서울, 여강출판사, 1996.
  18. 柳華陽 著, 柳正植 譯 : 金仙證論, 서울, 驪江出版社, 1994.
  19. 張景岳 編著 : 類經圖翼·附類經附翼, 서울, 大星出版社, 1989.
  20. 周易, 保景文化社, 1991
  21. 朱熹 : 新刊 四書五經 周易本義, 中國書店出版, 1994.
  22. 최영진·이기동 지음 : 周易, 서울, 동아 출판사, 1996.
  23. 崔完植 譯解 : 혜원 東洋 古典 周易, 서울, 혜원출판사.
  24. 鄒學熹 鄒成永編著 : 中國 醫易學, 四川, 四川科學技術 出版社, 1990.
  25. 許慎編選 : 說文解字注, 서울, 大星文化社, 1990.
  26. 敦厚老人 註 : 正訂明道易經, 中國孔學會印行, 1975.
  27. 宋天彬 外 : 中醫氣功學, 北京, 人民衛生出版社, 1994.
  28. 楊占元 編著 : 中國氣功臨床學, 青島海洋大學 出版社, 1992.
  29. 林國明中主編 : 中華醫學氣功, 高等教育出版社, 1993.
  30. 張延生 著 : 周易, 北京, 華夏出版社, 1994.
  31. 張青 編著 : 新編氣功知識問答, 學苑出版社, 1994.
  32. 程顥·程頤 共著 郭齊譯注 : 二程文選譯, 巴蜀書社出版, 1994.
  33. 周敦頤撰 : 太極圖設通書, 上海, 上海古籍出版社 1992.