

아유르베다의 정의와 인도전통의학과의 관계에 대한 고찰

^{1,2}김진희, ¹한창현, ²김남일

¹한국한의학연구원 전통의학정보연구본부 문헌연구센터

²경희대학교 의사학교실

Study of Definition of Ayurveda and Its Relations with Indian Traditional Medicine

^{1,2}Jinhee Kim, ¹Changhyun Han, ²Namil Kim

¹*TKM Information Research Division, Korea Institute of Oriental Medicine*

²*Department of Medical History, College of Oriental Medicine, Kyung Hee University*

Ayurveda is one of the most historic and comprehensive medical system in the world. It was passed down as Buddhist medicine with Buddhism to influence enormously to East Asian medicine. Therefore, researches on Ayurveda is important in studying East Asian medicine as well as in studying Indian traditional medicine and alternative medicine.

However, in previous studies, the term, 'Ayurveda', was mistaken and misused frequently. Clarifying the relations between the definition of Ayurveda and Indian traditional medicine is essential in preventing future controversy. Therefore, such relations were studied to draw following conclusions.

1. 'Ayurveda' is the term determining the oldest medicine system in the world that originated in India. Reportedly, the first book about Ayurveda is "Agnivesha samhita", and the oldest existing book is "Charaka Samhita". No records were found on medicine books named Ayurveda, and interpreting Ayurveda to be a name of a book is explicitly misunderstanding.

2. There are various divisions of Indian traditional medicine in previous studies. However, divisions in 6 types of Ayurveda, Siddha, Unani, Yoga, Naturopathy and Homoeopathy is the most proper.

3. Ayurveda gained some similarities as it exchanged with other medicine systems. However, since each medicine system has unique characteristics, they must be separately studied. Especially, current Indian traditional medicine system has many divisions. Terms of 'Indian traditional medicine' and 'Ayurveda' must be separately used.

Keywords : Indian medicine, Ayurveda, Siddha, Unani, Yoga, Naturopathy, Homoeopathy

I. 서론

아유르베다는 세계에서 가장 오래되고 포괄적인 의학 체계 가운데 하나로, 한의학과 함께 아시아의 전통 의학을 연구하는 사람들의 주요 연구의 대상이 되고 있다. 아유르베다는 B.C.1500년 경 중앙아시아로부터 이주해 온 아리안들의 성전인 베다에 최초의 기록이 남아있는데, 네 가지 베다

중 『아타르바베다』에 관련 내용이 가장 많이 남아 있다. 이후 큰 대학도시들이 생겨나고, 내과와 외과분야가 독립적으로 발전하였으며, B.C.300년~A.D.600년에는 불교의 융성과 함께 많은 불교 저자들이 아유르베다에 공헌하였다. 또 불교의 전파와 함께 아유르베다도 불교의학의 형태로 함께 전파되어 특히 수당시대의 중국의학과의 우리나라의 삼국 및 고려시대의 의학, 그리고 일본의학의 형성에 까지 영향을 미쳤다. 따라서 아유르베다 관련 연구는 전통의학 및 대체 의학연구로서의 의의 외에도 동아시아 의학사를 연구함에 있어 그 중요성이 크다고 하겠다.

접수 ▶ 2010년 9월 7일 수정 ▶ 2010년 9월 15일 채택 ▶ 2010년 9월 19일
교신저자 ▶ 김남일, 서울 동대문구 회기동 경희대학교 한의과대학 의사학교실
Tel 02-961-0672 Fax 02-961-0671 E-mail southkim@khu.ac.kr

그러나 국내에서는 고유의 전통의학인 한의학의 발전으로 인해 아유르베다가 비교적 주목을 받지 못하였고, 이로 인해 연구도 미미한 실정이다. 2000년대에 들어서 관련 연구들이 늘어나기 시작했으나 주제가 산발적이고, 후속연구로 이어지는 경우가 드물어, 체계적이지 연구되지 못하고 있다. 게다가 국내에 아유르베다 관련 자료가 매우 부족하다 보니, 오래된 자료를 주 참고자료로 사용하거나, 정확한 검증없이 관련 내용을 인용하는 등의 문제들이 이어지고 있다.

아유르베다의 정의와 인도전통의학과의 관계는 아유르베다를 연구하기 위해서는 먼저 정리되어야 할 내용들이다. 따라서 본 연구에서는 위의 내용들을 밝혀 기존 연구들에서 혼동을 주었던 부분들을 바로잡고, 앞으로 진행될 아유르베다 연구에 일조하고자 한다.

II. 본론

1. 아유르베다의 정의

아유르베다(Ayurveda)는 ‘생명’을 뜻하는 ‘āyus’와 ‘지식’, ‘지혜’를 의미하는 ‘veda’가 합쳐져서 된 말이다.¹⁾ 즉, ‘아유르베다’의 문자적 의미는 ‘생명의 과학’이다. 『수스르타 삼히타』의 「수트라스타나」에서 성자인 단반타리(Dhanvantari)가 말하는 아유르베다의 정의는 다음과 같다.

‘Āyurveda(아유르베다)’의 목적은 병에 걸린 환자의 병을 치료하고 건강한 자는 그 건강을 지키게 하는 데에 있다. ‘āyus’는 생명·건강·수명의 뜻이고, ‘veda’의 語根인 ‘vid’는 ‘알’ 또한 ‘得’의 뜻이다. ‘Āyurveda(아유르베다)’는 생명의 학문 혹은 이것으로 건강과 장수를 실현하는 길이기 때문에 이렇게 명명하였다.²⁾

어떤 고대의 어원학적 정의는 아래와 같다.

아유르베다(Ayurveda)라고 불리는 이유는 어떤 내용이나 특성, 행동들이 수명을 늘려주고(āyusya), 줄이는 지 알려주기(vedayati) 때문이다.³⁾

이를 바탕으로 아유르베다를 다르게 정의내리면, ‘장수의 지혜’라고도 할 수 있다.⁴⁾

아유르베다는 일반적으로 질병과 그 치료만을 다루지 않고 삶을 다루기 때문에 사람들은 장수뿐만 아니라 더 나은 삶의 질을 누릴 수 있다. 『차라카 삼히타(Charaka Samhita)』⁵⁾ 에 의하면 아유르베다는 ‘삶의 선과 악, 행복과 불행한 차원들 삶의 후원자나 훼방꾼 그리고 이들의 본성과 정도’를 다루는 것으로 정의된다. 아유르베다는 예방적이고 규범적인 양상들을 아우르는 일반적인 의료행위의 체계로 볼 수 있다.⁶⁾

또, 일반적으로 사용되는 아유르베다의 의미에 대한 내용은 아래의 내용을 참고할 만하다.

1. 아유르(Ayur)는 ‘생명’ 또는 ‘장수’를 뜻한다. 베다(Veda)는 ‘과학’ 또는 ‘지식, 지혜’의 의미이다. 따라서 아유르베다는 ‘생명의 과학’이 된다. 아유르베다는 인도에서 유래하여 오늘날까지 시행되고 있는 고대 의학 체계이다.

2. 아유르베다는 생명을 의미하는 아유르와 지혜를 의미하는 베다가 결합된 것으로 생명의 지혜가 된다. 다른 해석은 ‘장수의 지혜’이다. 아유르베다의 기원은 고대 인도 문화에

1) 『자연의학 아유르베다』에서는 각 단어의 의미에 대해 좀 더 구체적으로 다음과 같이 설명하였다. “아유(ayus)는 출생에서 죽음까지 삶의 모든 측면들 및 몸과 불멸의 영혼에 이르기까지 우리 천성의 모든 측면들을 가리킨다. 그것은 현재 우리 자신인 모든 것과 우리가 되고자 소망하는 모든 것 사이의 밀접한 관련과 조화이다. ‘베다(veda)’는 가장 깊은 수준에서의 지식 혹은 배움을 의미하며, 우리가 우리 자신과 우리의 삶 안에서 인식할 수 있는 이의식적인 우주의 지혜를 의미한다.” (데이비드 프롤리, 수바슈 라나데, 『자연의학 아유르베다』, 슈리 크리슈나다스 아쉬람, 2001, p.20.)

2) 서지영, 『Susruta-samhita-Sutrasthana(수슈르타-삼히타-수트라스타나)』의 편역을 통한 ‘Ayurveda(아유르베다)’에 관한 연구, p.7.

3) “It is called ‘ayurveda’ because it tells us (vedayati) which substances, qualities, and actions are life-enhancing (āyusya), and which are not.” 앞의 문장은 Charaka I. 30. 23.에 나오는 내용이다. 산스크리트어의 문법에 의하면 ayus와 veda가 결합되면 ayurveda가 된다고 한다. Dominik Wujastyk, *The Roots of Ayurveda*. New York. Penguin Classics, 2003. p.xvii. 참고.

4) Vaidya Ram Chander, 『Dictionary of Ayurveda』, p.50. 참고.

5) 『차라카 삼히타』는 현존하는 最古의 인도 의학 서적이다. 차라카는 아트레야 학파를 대표하는 유명한 내과 의사로, 『아그니베사 삼히타』를 개정하여 『차라카 삼히타』를 저술하였다. 『차라카 삼히타』는 일부 유실되었으나 9세기에 트리다바라가 보완하여 『차라카 삼히타 신판』을 작성하였다. 그 뒤 120장으로 이루어진 본문은 여덟 권으로 나뉘어 현재까지 전해 온다. 『차라카 삼히타』는 산문과 운문 형식으로 쓰여졌고, 그 수는 만 이천에 이른다. 가장 훌륭한 해설서는 서기 1066년 차크라파니가 11세기까지의 연구 결과를 첨부해서 쓴 것으로, 현전하고 있다.(크리슈나 우파디야야 카린제 저, 권용주 원장 해설, 『신비의 생명과학 아유르베다 건강법』, 세터, 1995, pp.19-20.)

6) 이영화, 『아유르베다의 心身관리에 관한 연구』, 원광대학교 대학원 석사학위논문, 2007, p.10.

있다.

3. 세계에서 가장 오래된 의학 체계이다. 요가 체계를 만든 어떤 현인들에 의해 개발된 전인적 접근법이다. 생명의 과학인 인체의 건강을 다루는 베다의 부분이다.

4. 아유르베다의 목적은 몸과 마음, 행복한 인지(blissful awareness)의 균형 상태로 정의되는 완벽한 건강이다. 아유르베다는 영원한 생명을 위한 것이다(아유(Ayu)는 신체와 감각, 마음과 영혼이 통합된 상태로 정의될 수 있다).

5. 아유르베다에서는 아유르(생명)의 과정은 몸(sharira)과 감각(indriya), 마음(mana), 영혼(atma)이 조화롭게 결합된 상태로 간주된다.⁷⁾

위의 내용을 참고로 요약하면, 아유르베다는 인도에서 유래한 세계에서 가장 오래된 의학 체계로, 어원적으로는 ‘생명’ 또는 ‘장수’를 뜻하는 ‘Ayus’와 ‘과학’, ‘지식’, 또는 ‘지혜’를 뜻하는 ‘Veda’가 결합되어 ‘생명의 과학’ 또는 ‘장수의 지혜’를 의미하여, 몸과 감각, 마음, 영혼의 조화로운 상태를 추구한다고 할 수 있겠다.

이처럼 아유르베다는 특정한 의학 체계를 지칭하는 용어이다. 그런데 일부 논문에서는 ‘아유르베다’라는 용어를 표기처럼 사용하는 경우가 있다. 다음은 박의 논문의 내용이다.

고대 인도의 초기의학(베다의학이라고 함)은 종교적 의식과 경험에 바탕을 두었다. 병을 쫓기 위한 방법으로 주문과 의식이 행해졌으며, 한편으론 광범위한 여러 가지 약초 처방도 사용되었다. 그런데 종교적 의식과 경험적 치료법은 서로 명확히 구분되지 않고 같이 시행되었으며, 그들의 의학 지식은 일상생활에서도 쉽게 접하거나 알 수 있도록 발전했다.

기원전 6세기 무렵 베다의학은 생활의 지식이란 뜻의 『아유르베다』(생명학)라는 의학경전으로 체계화되었다.⁸⁾

위의 내용에 따르면, ‘아유르베다’라는 이름의 경전, 즉 서적이 기원전 6세기 무렵 만들어진 것처럼 보인다. ‘아유르베다’를 서명처럼 표기하는 것은 이의 논문⁹⁾에서도 발견된다.

아유르베다 의학은 인도의 요가에 기반을 둔 토착 의학으로서 종합 의학서로는 Ayur-Veda(생명의 과학) 등이 있다. 이 의학 서적엔 치료 의학도 있지만 자연요법과 예방 의학적 부분이 많다. 이 의학서는 아타르바베다의 부록과 같은 것이었으나 그 중요성 때문에 베다 유산의 15번째 분과로 취급된다.

이인은 특히 첫 번째 문장을 1997년에 관음출판사가 출판한 『아유르베다』¹⁰⁾에서 인용하였다고 밝혔는데, 해당 출처에는 위와 같은 문장이 나오지 않는다. 해당 출처에 언급된 내용은 아유르베다는 과학임과 동시에 종교, 철학이며 결국 삶에서 구현되는 진리의 과학이라는 것이다. 또 아유르베다의 모든 개념은 삼키아(Samkhya) 학파의 창조 이론에 기초하고 있다는 것, 그리고 아주 오랜 옛날 진리를 깨달았던 성취자들(rishis)이 종교적인 수행과 훈련을 통해 깨달아서 일상생활 속에 실질적으로 구현하였던 진리에 그 근거를 두고 있다는 것이다. 그러나 어디에도 ‘아유르베다’라는 의학자가 있다는 내용은 나오지 않는다.

또 역사적으로 현재 알려진 최초의 아유르베다 서적인 『아그니베샤 삼히타』¹¹⁾와 이 서적의 개정판으로 현존하는 最古의 아유르베다 서적인 『차라카』¹²⁾ 삼히타』사이에 ‘아유르베다’라는 이름의 서적이 있다는 내용은 각종 서적과 논문에서도 찾기가 힘들다.

이와 관련하여 박의 논문에서는 다음과 같은 내용이 더

7) 이상의 내용은 Vaidya Ram Chander. 『Dictionary of Ayurveda』. New Delhi. Sarup & Sons. 2007. pp.50-1. 참고.

8) 박중운. '고대 인도 의학(AYURVEDA)의 형성과 체계'. p.1.

9) 이인. '짜끄라의 覺醒法에 관한 研究 : 아유르베다(Ayurveda) 요법을 중심으로'. 동국대학교 대학원 석사학위논문. 2004. p.27.

10) 이인은 그의 논문에서 “바산트 레드 지음, 이호준 옮김. 『아유르베다』, 서울, 관음출판사, 1997, p.17.”에서 인용하였다고 하였다.

11) 아그니베샤는 기원전 8세기의 유명한 아유르베다 의사였던 아트리야(Atreya)의 수제자였다. 그가 썼고 이후 그의 이름으로 불리게 된 『아그니베샤 삼히타』는 매우 훌륭하다는 평가를 받았다. 역사적으로 이 책은 가장 권위있는 아유르베다 고전으로 간주되고 있다. 『아그니베샤 삼히타』에서 불교의 영향은 찾아볼 수 없으므로 이 고전이 쓰여진 시대는 그보다 이전이라는 견해가 유력하다. 또 이 고전 속에 나오는 지리적인 설명 사회와 생활정보를 분석하면 『아그니베샤 삼히타』가 쓰여진 때는 기원전 8세기라는 결론에 도달한다.(이영화. 전게서. p.14)

12) 차라카의 연대는 보우어 초본(The Bower Manuscript)을 통해 늦어도 6세기 초까지로 추측되었다가, 한 프랑스학자가 472년에 번역된 중국 서적 『雜寶藏經』에 나타나는 인명인 ‘遮羅迦’가 ‘Charaka’의 음역이라는 것에 근거하여 ‘차라카’는 쿠산 왕조의 명군인 카니시카 왕(A.D. 100년 전후)의 궁정시의라고 보았다. Jolly 등 인도학자는 이에 대해 의문을 나타내었지만 최근에 공인되어 『차카라 삼히타』는 A.D. 1~2세기에 완성된 것으로 본다. (Dominik Wujastyk. 전게서. p.3. 및 이영화. 전게서. p.96. 참고.)

있다.

아유르베다는 B.C. 1500년경 북서쪽으로부터 인도로 침입한 아리안족의 찬가집과 제의서라 하는 베다를 구성하는 삼히타 중 네 번째인 아타르바베다의 한 부분으로 B.C. 6세기경에 법전화되었다.¹³⁾

이를 바탕으로 추측해보면, 아유르베다는 『아타르바베다』의 한 부분으로 시작되었는데, B.C. 6세기에 독자적인 경전이 등장하였다는 내용임을 알 수 있다. 이 부분에서 오해가 발생한 것이 아닌가 추측된다. 위에서 언급된 독자적인 경전은 ‘아유르베다’라는 이름이 아니라, 『아그니베샤 삼히타』라고 보아야 타당할 것이다.

또 ‘아유르베다’라는 용어는 현존하는 最古의 의학 서적인 『차라카 삼히타』에 처음으로 나타난 것으로 알려져 있는데,¹⁴⁾ 여기에서도 아유르베다의 어원적 의미와 목적 등의 대해 기술하면서 ‘아유르베다’를 ‘장수를 위한 지식’의 의미로 사용하고 있지, 특정 서명으로 사용하고 있지 않다. 물론, 『리그베다』, 『사마베다』, 『야주르베다』, 『아타르바베다』는 각각 지식으로써의 의미와 함께 문헌화되어 서명으로써도 쓰이고 있지만, ‘아유르베다’의 경우는 그 이름으로 따로 묶인 작품이나 문헌에 대해 알려진 것이 없다. 그리고 아유르베다에 해당하는 내용들이 문헌화 된 것은 『아그니베샤 삼히타』가 최초로 인정받고 있다. 즉, 아유르베다는 ‘생명의 과학’을 뜻하는 고대 인도 의학을 지칭하는 것이며, ‘아유르베다’라는 이름의 경전이 존재한다는 것은 몇몇 연구자의 오해에서 비롯된 것이라 생각된다. 따라서 아유르베다를 서명처럼 표현하는 것은 지양해야 할 것이다.

2. 인도전통의학의 분류

일반적으로 ‘아유르베다’는 ‘고대 인도 의학’ 혹은 ‘인도 전통 의학’으로 이해된다. 서지영은 그의 논문¹⁵⁾에서 아래와 같이 서술하였다.

과거는 물론이고 현재에도 이른바 ‘인도 의학’ 혹은 ‘인도 전통의학’ 모두 단지 하나의 단일한 체계가 아님을 알 수 있다. 그런데 이렇게 병존한 의학체계 가운데 결국 ‘아유르베다’의 역사가 가장 유구하고 가장 대표적이며 또한 인도 전통 의학을 구성하는 주체이다. 그러므로 ‘아유르베다’를

‘인도 의학’이라 지칭하는 원인이 바로 여기에 있는 것인지도 모른다.

위의 내용과 같이 ‘인도 의학’ 혹은 ‘인도전통의학’은 하나의 단일 체계가 아니다. 아유르베다는 가장 유구하고 대표적인 인도전통의학이기는 하나, 한 갈래일 뿐 전체가 아니므로, 구분하여 사용할 필요가 있다. 특히 연구 주제에 있어서 이를 분명히 하지 않는다면, 연구 방향과 범위에 있어서 혼란에 빠질 수도 있다.

1) 인도전통의학의 분류

인도전통의학의 분류에 대해 기존 연구들에서 언급된 내용들은 약간의 차이가 있다. 서는 그의 논문¹⁶⁾에서 인도전통의학에는 아유르베다(Ayurveda), 順勢요법(Homeopathy), 생명화학요법, 異物요법(Allopathy), 유나니(Unani) 의학, 자연 의학(Naturopathy) 등 여섯 종류의 체계가 유전되었고, 오늘날 인도 의학은 아유르베다, 유나니, 시다(Siddha), 요가(Yoga), 자연요법(Naturopathy) 등 다섯 종류로 구분된다고 하였다. 여기에서는 오늘날 인도 의학 체계에 동중요법(homeopathy)이 포함되지 않은 것을 알 수 있는데, 박이 그의 논문¹⁷⁾에서 분류한 것과 약간의 차이가 있다. 박은 Rovert E. Svoboda의 저서¹⁸⁾에서 인용하여 오늘날 인도에서는 여섯 종류의 의학체계가 공식적으로 인정되고 있는데, 대중요법(현대의 화학요법), 동중요법, 자연요법, 유나니, 시다, 요가 등이라고 하였다. 여기에는 동중요법이 포함되어 있고, 아유르베다가 빠져 있는데, 2004년에 출판된 Rovert E. Svoboda의 저서¹⁹⁾의 내용에서 보다 정확한 내용을 확인할 수 있다.

아유르베다는 점차 부흥하기 시작하였다. 오늘날 아유르베다는 인도 정부에서 공식적으로 인정받고 있는 여섯 가지

13) 박종운. 전계서. p.350.

14) 정진성, 허은영, 박해련, 허선희. 『테라피스트를 위한 아유르베다』. BM성안당. 2009. p.40. 참고.

15) 서지영. '인도 전통의학에 관한 연구-아유르베다(Ayurveda)를 중심으로-'. 동국대학교 대학원. 2007. p.55.

16) 서지영. '인도 전통의학에 관한 연구-아유르베다(Ayurveda)를 중심으로-'. p.1.

17) 박종운. 전계서. p.20.

18) Rovert E. Svoboda 저. 『Ayurveda』. London. Arkana Penguin Books. 1992. pp.13-14.

19) Rovert E. Svoboda 저. 『Ayurveda: Life, Health, and Longevity』. Albuquerque. Ayurvedic Press. 2004. p.5

의학체계 중 하나이다. 공식적으로 인정받고 있는 다른 의학 체계로는, 이종요법(allopathy), 동종요법(homeopathy), 자연요법(naturopathy), 유나니(unani), 시다(Siddha), 요가(yoga therapy)가 있다.²⁰⁾

즉, 인도에서 공식적으로 인정받는 의학 체계로는 아유르베다, 시다, 이종요법, 동종요법, 자연요법, 유나니, 요가가 있음을 알 수 있다. 여기서 여섯 가지 의학체계라고 하였으나 일곱 가지 종류가 언급되어 혼란을 줄 수 있는데, 이 경우는 아유르베다와 가장 밀접한 관계를 가지고 있고, 아유르베다의 한 형태로 언급되는 시다 의학을 아유르베다와 묶어 생각하는 것이 타당할 것이다.

또, Ravishankar, B와 Shukla, V.J.도 그들의 논문²¹⁾에서 인도에서 여섯 가지 의학체계로 아유르베다, 시다, 유나니, 요가, 자연요법, 동종요법이 있다고 밝히면서, 비록 동종요법이 18세기에 들어왔지만 완전히 인도 문화에 흡수되어 다른 전통 체계들처럼 풍부해졌으므로, 인도 의학 체계의 하나로 간주된다고 하였다.

인도에는 인도전통의학을 담당하고 있는 AYUSH라는 정부 부서가 있다. 이 부서는 1995년에 창설된 인도 의학과 동종요법 부서가 2003년에 이름이 바뀐 것이다. 'AYUSH'는 아유르베다(Ayurveda), 요가(Yoga)와 자연요법(Naturopathy), 유나니(Unani), 시다(Siddha), 동종요법(Homoeopathy)의 앞글자를 모은 것으로, 이름이 바뀐 이유는 위의 여섯 가지 의학 요법 또는 체계의 교육과 연구의 발전에 역량을 집중하기 위한 것이라고 홈페이지에서 밝히고 있다.²²⁾

위의 내용들을 종합해보면, 인도전통의학체계로 인정받고 있는 것은 아유르베다, 시다, 유나니, 요가, 자연요법, 동종요법으로 결론지을 수 있겠다.

2) 시다(Siddha)

시다 의학은 남인도, 특히 타밀나두(Tamilnadu) 지역에서 시행되어 왔다. 시다는 아유르베다와 긴밀한 유사성이 있다. 하지만 아직 시다만의 구별되는 고유의 특성을 가지고 있다. 시다는 타밀 문명과 밀접한 관계가 있다. '시다'라는 용어는 '시디(Siddhi)'에서 왔는데, 이것은 '성취'를 의미한다. 시달들(Siddhars)은 의학이나 요가, 타파(tapa, 명상)의 영역에서 최상의 지식을 얻은 사람들이었다. 아리아인들이 인도에 등장하기 이전에 남인도, 특히 코베리(Cauvery) 강,

바이가이(Vaigai) 강, 타미라파라니(Tamiraparani) 강 등의 강둑에서 잘 발달된 문명이 번영했다는 사실은 잘 알려져 있다. 이 문명에서 유행한 의학이 현재의 시다 의학의 전신이 된 것으로 보인다. 시다 의학의 약물은 금속이나 광물에서 유래한 약에 크게 의존했는데, 이는 초기 아유르베다가 식물에서 유래한 약에 주로 의존한 것과 대조된다. 전설에 따르면, 열여덟 명의 시달들이 시다 의학과 요가, 철학의 발전에 기여한 것으로 추정되는데, 그들이 만든 문헌은 온전히 남아있지 않다.

시다 의학에서는 물질과 에너지를 우주의 본질을 형성하는데 있어 가장 큰 영향력을 행사하는 주요한 존재로 본다. 이들은 시바(Siva)와 사크티(Sakthi)로 불린다. 물질은 에너지가 없이는 존재할 수 없고, 반대의 경우도 마찬가지이다. 따라서 두 가지는 분리될 수 없다. 우주를 구성하는 다섯 원소와 세 도샤의 개념은 아유르베다와 비슷하다.²³⁾

시다 의학에서의 진단은 아쉬타스나 파릭샤(ashtasthana pareeksha)라고 하는 여덟 가지 검사에 의해 이루어진다. 이것은 맥(nadi), 촉진(parisam), 혀(naa), 색(niram), 음성(mozhi), 눈(vizhi), 대변(malam), 소변(moothiram)을 검사하는 것이다. 이는 시달들에 의해서 완벽하게 되었는데, 아유르베다를 시행하는 사람들에게 받아들여졌다.

시다에서의 치료는 세 가지 힘의 균형을 회복하여 환자를 건강하게 하는 것을 목표로 한다. 세 가지 중 한 가지가 약화되어 병을 일으키면, 반대되는 특성을 지닌 물질을 사용하여 약화된 힘을 줄이거나 정상상태로 돌려놓는 것이다. 어떤 힘이 부족하다면 그 힘과 비슷한 특성을 지닌 물질을 사용하여 그 힘을 증가시킬 수도 있다. 이것은 세 가지 힘도 또한 다섯 원소로 이루어져있기 때문에 가능한 것이다.²⁴⁾

아유르베다와 비슷하게 시다 의학에서도 치료절차에 관해서는 아쉬탕가의 개념을 따른다. 하지만 시다에서는 소아과

20) Ayurveda began a gradual renaissance. Today it is one of the six medical systems in India that are officially recognized by the government, the others being allopathy(also known as modern, cosmopolitan or biomedical medicine), homeopathy, naturopathy, unani, *Siddha* (a variety of Ayurveda practiced by the Tamils of southern India) and yoga therapy.

21) Ravishankar, B. Shukla, V.J. 'Indian systems of medicine : a brief profile', p.319.

22) AYUSH, Government of India. "Background" <<http://indianmedicine.nic.in/index2.asp?slid=19&sublinkid=15&lang=1>> 참고.

23) Ravishankar, B. Shukla, V.J. 전제서. pp.325-326.

24) J. Joseph Thas. 'Siddha Medicine-background and principles and the application for skin diseases', p.63.

학(Bala vahatam), 독성학(Nanjunool), 안과학(Nayana vidhi)의 세 가지에 주안점을 둔다. 다른 분과들은 아유르베다 만큼 발전하지 못하였다. 아유르베다 고전에 자세히 설명된 수술과 관련해서는 시다 고전에서는 발견되지 않았다. 아유르베다와 시다의 치료법은 크게 바마나(vamana)와 소다나(sodhana) 요법으로 나눌 수 있다. 소다나 요법은 잘 알려진 판차카르마(panchakarma) 요법의 범주로 분류된다. 이 요법은 시다 의학에서는 잘 발달되지 않은 것이다. 오직 바마나 요법만이 시다 의학자들의 관심을 받았다.²⁵⁾

약의 조제나 약의 특성을 설명하는 개념인 라사판차카(rasapanchaka)는 아유르베다와 시다에서 거의 비슷하다. 시다 약물학의 주요 특징 중 하나는 식물기반의 약에 비해 광물과 금속을 기본으로 한 약을 많이 사용한다는 것이다.

3) 요가(Yoga)

'Yoga'라는 말은 산스크리트어로 그 어원에는 '말을 마차에 결합시키다' 또는 '말에 멩에를 씌우다'라는 의미를 가지고 있다. 이것이 명사로 사용될 때는 일반적으로 '결합' 또는 '억제'의 뜻이 된다. 한자로는 발음대로 표기할 때 '瑜珈'라고 하고, 뜻으로 번역할 때 相應이라고 한다. 요가라는 말이 명상을 의미하는 술어로 쓰이기 시작한 것은 우파니샤드(Upaniṣad)에서부터이다. 우파니샤드에서는 마차를 인간의 육체, 말을 인간의 마음, 그리고 타고 있는 사람을 영혼에 비유한다. 즉 말을 잘 통제하여 바른 길로 갈 수 있게 하는 것이 바로 요가라고 한다. 이 비유를 통해서 알 수 있는 바와 같이 요가라는 의미는 심신을 조절하여 진정한 자아를 자유롭게 한다는 뜻이다.

요가는 인류 문명만큼이나 오래된 역사를 가지고 있다. 현재 요가에 관해 가장 오래된 고고학적 자료는 약 5,000년 전 인더스 문명지의 모헨조다로(Mohenjodaro)와 하라파(Harappā) 유적에서 출토된 여러 유물이 있다. 즉, 요가 자세로 앉아 있는 쉬바(Siva)신의 원형으로 증명된 최고신의 석상, 여러 가지 요가 자세로 앉아있는 여러 신들의 초상이 새겨진 印章 등이 있다. 이처럼 요가의 기원은 고대 유물을 통해서 추정해 볼 때, 기원전 2천년에서 3천년 경에 일어난 인도 고대문명에까지 거슬러 올라간다.

문헌으로 요가의 수행법을 알 수 있는 시기는 기원전 1천년 경부터이다. 이때의 요가는 음식, 수면, 욕망 등을 억제하고 호흡을 조절하여 의식을 한 곳에 집중하는 고행과 같은 행법이었다. 그러나 기원전 5백년 경부터는 고행과는 구

별되는 요가 고유의 수행법과 철학적 체계를 갖추게 되었다. 기원전 2백년 경에는 명상적인 실천뿐만 아니라 철학적인 사색, 윤리적 실천, 종교적인 헌신 등을 모두 요가라 하고 있다. 현대 인도사상에서도 요가의 넓은 의미는 철학, 윤리, 종교까지 포함하는 해탈을 위한 수행 일반을 의미한다.²⁶⁾

일종의 수행법으로 우파니샤드 이래로 인도 전반에 걸쳐 사용되었던 요가는 기원후 4~5세기경에 요가 경전인 요가수트라(Yoga-sūtra)가 성립되면서 독립된 학파로서의 면모를 갖추게 되었다. 요가는 때로는 종교의 한 부분으로, 때로는 철학의 한 부분으로 이해되어 왔다. 현재의 요가는 철학보다는 오히려 응용과 실용학문으로 이해되는 경향이 강하지만, 요가는 원래 인도의 힌두교 전통에 나타난 한 학파의 사상이자 인도의 수행 가운데 하나이다.²⁷⁾

13~17세기에는 육체적, 생리적인 수행을 중심으로 하는 하타(Haṭha)요가가 크게 발달하였다.²⁸⁾ 요가는 여러 유파로 발전하여 많은 종류가 생겼는데, 크게 분류하면, 방편에 해당하는 하타요가(Haṭhayoga)와 목적에 해당하는 라자요가(Rājayoga)로 나눌 수 있으며, 라자요가를 설명하는 주요 문헌에는 『요가수트라』와 『भागवद्गीता』(Bhagavdgīta)등이 있다.²⁹⁾

요가경전에 나타난 수행체계는 여덟 단계 요가, 즉 야마(금지계), 니야마(권고계), 자세, 호흡법, 감각제어, 집중, 선정, 삼매로 구성되어 있다. 이 가운데 금지계와 권고계는 윤리적 수행이며, 자세, 호흡법, 감각제어는 육체적 수행이며, 집중과 선정 그리고 삼매를 정신적 요가수행으로 구분할 수 있다.³⁰⁾

4) 유나니(Unani)

'그리스의'란 뜻의 유나니는 일찍이 북인도를 지배한 페르시아 사산왕조 때 페르시아어로 옮겨진 아유르베다 교재를 통해 익힌 고대 인도 의학과 그리스 의학을 접목시켜 아랍 의사들이 만들어 낸 의학이었다. 유나니 의학은 아유르베다

25) Ravishankar, B. Shukla, V.J. 전게서. p.326.
 26) 이인, 「짜끄라의 覺醒法에 관한 研究 : 아유르베다(Ayurveda) 요법을 중심으로」, 동국대학교 대학원 석사학위논문. 2004. pp.5-6.
 27) 백도수, 「요가(Yoga)의 수행윤리에 대한 연구 -산스크리트 요가경전을 중심으로-」, p.278
 28) 이인, 「짜끄라의 覺醒法에 관한 研究 : 아유르베다(Ayurveda) 요법을 중심으로」, 동국대학교 대학원 석사학위논문. 2004. p.7.
 29) 임근동, 「『요가수트라』의 요가」, p.146.
 30) 백도수, 전게서. p.282

와 많은 공통점을 갖는데, 둘 다 체액이론에 근거하고, 역중요법이며, 성분들의 균형을 유지하고 체내의 저항력을 향상시키기 위해 전일적 개념으로 치료했다.³¹⁾

유나니 의학은 기원을 그리스에 두고, 이론적 구조는 히포크라테스와 갈렌의 영향을 받았으며, 아라비아의 영향을 받아 과학적 기초를 마련하고 정교하게 발전하였다. 또한 같은 시대의 이집트, 시리아, 이라크, 페르시아, 인도, 중국 그 밖의 중동, 극동국가의 전통의학의 우수한 면을 받아들여 더욱 발전하게 되었다. 또한 중앙아시아의 여러 지역에서 행해진 고유의학을 흡수하기도 하였다. 인도에 있어서 유나니 체계는 아라비아로부터 전래되었고 인도사람들의 특성에 맞게 그 기초를 굳혔으며 의학으로서 기여한 바가 매우 크다. 현재에 인도에서 행해지고 있는 유나니 의학은 본래의 그리스 의학과는 매우 달라져 있다.

히포크라테스는 질병이 자연적인 과정이며 그 증상은 신체가 질병과 싸우는 반응이며 의사의 중요한 역할은 신체의 자연치유능력을 보조해주는 것이라는 이론을 최초로 확립하였다. 널리 알려진 바와 같이 그의 유명한 체액설은 의학 분야에서 그의 중요한 공적중의 하나이다.

체액설은 인체 내에 네 가지 체액 즉 혈액, 담액, 황담즙, 흑담즙의 존재를 가정하여 인간의 체질을 사체액중 어느 것이 특히 우세한가에 따라 혈액이 많으면 다혈질, 점액이 많으면 점액질, 황담즙이 많으면 지방질, 흑담즙이 많으면 우울질 등으로 표현하였다. 체액은 제각기 특성이 정해져서 혈액은 뜨겁고 습하며, 점액은 차고 습하며, 황담즙은 뜨겁고 건조하며, 흑담즙은 차고 건조하다. 약도 마찬가지로 체질에 따라 정해진다. 모든 사람들은 각각 건강상태를 나타내주는 독특한 체액구성을 지닌 것으로 가정하였다. 이러한 체액구성에 어떠한 변화가 일어나면 신체의 건강상태가 따라서 변화한다. 이와 마찬가지로 자기방어력 또는 자연치료력도 각 개인의 성분상태가 정하는 대로 그 한계 내에서 질병을 극복한다고 공식화되었다. 이는 인체의 위해에 대한 반작용으로 일컬어지는 방어기전과 연결되었다. 유나니 의학의 치료법은 이러한 능력에 의존하여 의사의 역할이란 이 능력을 대신하거나 방해하는 것이 아니라 조장해주는 것으로 생각하였다. 단지 직접적이고 절박한 생명의 위협이 있을 때만 과감한 방법에 의존했을 뿐이다.

유나니 의학의 그 밖의 두드러진 특징은 질병을 진찰하는데 맥진을 강조한 것이다. 이븐 시나(Avicenna)의 말에 따르면 맥에는 열 가지 특징이 있어서 이에 따라 인체의 상태를 구별할 수 있다고 하였다.³²⁾ 유나니 의학에서는 맥진

이외에도 대변과 소변 진단을 주요하게 시행한다.

치료법에 있어서는 주로 운동, 마사지, 터키식 목욕법 등 약을 사용하지 않는 방법으로 구성된 양생요법(Regimental therapy)과 특정한 음식 양생을 권하는 식이요법(Dietotherapy), 그리고 병의 원인을 치료하는 약을 사용하는 약물요법(Pharmacotherapy)이 사용된다. 유나니 의학은 주로 식물성 약물의 사용을 주장하였고, 때로는 동물성과 광물질의 약물들도 사용하였으며, 단방과 복합처방이 모두 사용되었다.³³⁾

5) 자연요법(Naturopathy)

자연요법에 대해서는 류의 논문³⁴⁾에 언급된 내용을 참고할 만하다. 그의 논문에 따르면, 자연요법(Naturopathy)은 화학약품을 사용하지 않고 순수한 자연의 구성물질이나 자연적인 힘을 이용하여 질병을 치료하는 분야로 협의의 자연치료법이라 할 수 있다. 자연요법에서 볼 때 인체는 항상성으로 알려진 활력소라 할 수 있는 자연치료력에 의해 생명의 질서가 유지되고 있으며, 질병 또한 자연현상의 일부로 치료는 자연치료과정으로 이루어져야 한다고 믿고 있다. 자연요법에서의 진단과정은 눈의 홍채나 모발, 땀에서 광물질의 분석으로 이루어지고 있으며 치료 또한 식이요법, 단식, 수치료, 정골요법, 요가, 관장 및 상담이나 이완기법을 포함한 정신요법 등으로 이루어져 있다. 이와 같은 자연요법은 치료의 특징이 총체적(Holistic)이고 자연적(Natural)이어서 한의학의 치료원리와 유사하여 그 치료방법들은 대다수가 이미 한방에서 사용되어 지는 것이기도 하다.³⁵⁾

한편 서³⁶⁾는 '자연의학(Naturopathy)'의 핵심은 음식요법이기 때문에 '素食의학'이라 칭하기도 한다고 하였고, 김³⁷⁾은 인간이 의료체계를 이용하지 않고 스스로 체내의 자연치유력이 발휘되어 자연치유가 될 수 있도록 건강증진의 3요소 운동, 음식(영양), 휴식(휴양) 또는 명상 등의 행위나 방법을 스스로 행하는 것을 자연치유요법(Naturopathy

31) 박종운. 전게서. pp.15-6.

32) M. A. Razzack 저. 신민규 역. '인도의 UNANI 의학 ① - 그 배경과 전망'. pp.13-5.

33) Ravishankar, B. Shukla, V.J. 전게서. p.332.

34) 류영수. '대체학과 한의학의 비교연구'. pp.1-12.

35) 류영수. 전게서. p.9.

36) 서지영. '인도 전통의학에 관한 연구-아유르베다(Ayurveda)를 중심으로-'. p.53.

37) 김진술. 「자연치유의 학문체계와 그 개념 정립에 관한 고찰」. 서울 장신대학교 자연치유선교대학원 석사학위논문. 2007. p.vi.

Therapy)이라 한다고 하였다.

6) 동종요법(Homoeopathy)

8세기 독일의 의사 S. 하네만(Friedrich Samuel Hahnemann, 1755-1843)은 당시 의학계의 권위적이고 맹신적인 의학이론과 과도한 치료법에 반발하여 유기체에서의 자연치유력에 근거하여 동종요법이라는 의학체계를 제창하였다. 일찌기 그는 칼렌의 『약물학(Materia Medica)』을 번역하던 중 말라리아의 치료약재로 쓰이는 키나피가 소량을 쓸 경우에는 치료작용을 나타내지만 다량 투여시에는 오히려 말라리아 증상을 일으킨다는 기술을 접하고 이에 착안하여 인간의 질병증상은 이와 유사한 반응을 나타내는 자연물에 의해 치료될 수 있으며, 약물을 소량사용하면 치유효과가 나타나고 과량사용하면 역으로 병증을 유발시킨다는 대전제에 이르렀다.

콘스탄틴 헤링(Constantine Hering, 1800-1880)은 하네만의 제자로 미국에 이주하여 동종요법을 보급하였으며 필라델피아에 하네만의학고를 설립하였다. 수권의 동종요법 교재를 저술하였고 미국 동종요법의 대부로 불리운다. 그가 관찰한 치유과정은 '헤링의 치유법칙'으로 정리되었으며 요약하면 치료의 우선순위는 내장기관에서 외부로, 치료과정은 위에서 아래로, 여러 증상 중 가장 나중에 나타난 증상부터 치료하는 것이다

콘스탄틴 헤링에 의해 체계적인 이론으로 정립된 동종요법은 고대 그리스의 의성 히포크라테스와 동양의학의 자연치유력을 중시한 의철학의 개념으로 무장하였으며 유럽각국과 북미, 러시아 등지로 전파된 이 의학체계는 19세기 초 미국에서 많은 호응을 받았다가 1950년을 고비로 대부분의 학교가 폐쇄되는 등 거의 사멸되는 듯하였으나 1970년 이후 화학약품의 폐해가 날로 심각해지고 고질적인 만성질환에 대한 현대의학의 치료가 벽에 부딪치면서 새롭게 각광을 받고 있다.³⁸⁾

3. 아유르베다와 인도전통의학의 관계

아유르베다는 시대의 흐름과 함께 다른 전통의학체계들과 서로 교류하면서 영향을 주고 받았고, 따라서 서로 비슷한 부분들을 많이 가지고 있다. 앞에서 언급한 것처럼 시다 의학에서는 아유르베다와 같이 다섯 원소와 세 도샤의 개념

을 채용하고 있으며, 맥, 촉진, 혀, 색, 음성, 눈, 대변, 소변의 여덟 가지 진단법도 비슷하다. 또한 약의 조제나 약의 특징을 설명하는 라사판차카의 개념도 비슷하며, 치료법에서도 유사성이 있다. 그러나 시다 의학의 약물은 금속이나 광물에서 유래한 약에 크게 의존했는데, 이는 초기 아유르베다가 식물에서 유래한 약에 주로 의존한 것과 대조된다. 또 시다 의학에서는 소아과학, 독성학, 안과학의 세 가지에 주안점을 두며, 바마나 요법이 발달하고, 판차카르마 요법의 분류되는 소dana 요법은 잘 발달하지 않았다.

요가는 원래 인도의 힌두교 전통에 나타난 한 학파의 사상이자 인도의 수행 가운데 하나이다. 이인은 그의 논문³⁹⁾에서 요가에서는 호흡법이 건강, 초능력, 지혜 등을 얻는 최고의 방법이라고 하지만, 육체의 정화를 위해서는 여러 기법들이 아유르베다와 동일하다고 하였다. 다만 순수 요가 쪽에서는 호흡법보다 체위법을 기본으로 하고 그 위에 아유르베다 요법을 쓰는 것이고 아유르베다 의학 쪽에서는 순수 요가 쪽보다는 좀 더 의학적 특징을 많이 띄고 있다고 하였다.

바산트 레드르 그의 저서⁴⁰⁾에서 아유르베다, 요가, 그리고 탄트라라는 인도에서 수십 세기동안 시행되어 온 삶의 지침이요, 시행방법들로, 모두 베다와 우파니샤드의 경전들에 언급되어 있다고 하였다. 그에 의하면, 이 세 가지 가르침의 목적은 인간으로 하여금 활력을 얻고 수명을 연장하며, 결국 깨달음에 이르도록 하려는 데 있다. 요가와 탄트라의 목적은 인간을 자유롭게 하는 데 있으나, 소수의 뛰어난 사람들만이 이 방법들을 통해서 궁극적인 목표에 도달할 수 있다. 그러나 아유르베다에서 추구하는 건강과 장수는 어느 누구에게나 가능하다. 즉, 인간의 영적 진화에 있어서 아유르베다는 그 기초이고, 요가는 그 몸이며, 탄트라는 그 머리로 할 수 있다고 하였다.

유나니는 그리스 의학에 아유르베다 교재를 통해 익힌 고대 인도 의학이 접목된 것이므로, 아유르베다와 공통점이 많을 수밖에 없었다. 유나니와 아유르베다는 모두 체액이론에 근거하고, 역증요법이며, 성분들의 균형을 유지하고 체내의 저항력을 향상시키기 위해 전일적 개념으로 치료했다. 이런 이유로 두 의학체계 간에는 많은 교환이 있게 되었다. 그러나 유나니의 기본 이론 및 진단, 치료법 등 세부적인

38) 안상우, 신용철. 『동종요법의 기본원리에 대한 한의학적 고찰』, pp.180-182.

39) 이인, 전개서, p.26.

40) 바산트 레드르 지음. 이호준 옮김. 『아유르베다』. 관음출판사. 1997. p.22.

부분에서는 아유르베다와 차이가 있다.

자연요법은 그 특징이 총체적이고 자연적이어서 아유르베다나 한의학과 같은 전통의학의 원리와 유사한 점이 있다. 동중요법의 '유사한 것으로써 유사한 것을 치료한다'는 유사법의 법칙과 항상성의 기본 개념은 이전 동서양의 의학체계들에서도 발견할 수 있는 것이다. 그러나 이 두 요법도 아유르베다와는 분명히 구분된다.

이처럼 아유르베다는 다양한 전통의학체계들과 다소의 유사성을 가지고 있다. 하지만 각각의 의학 체계는 서로 교류하면서 공통점을 가지게 되었지만 서로 고유의 특성을 가지고 있기 때문에 분명히 구분하여 다루어야 한다. 예를 들어, 비록 요가 수행법이 아유르베다의 한 가지 요법으로 사용되기도 하지만 그렇다하여 요가 전체를 아유르베다의 부속 요법으로 보는 것은 무리가 있다. 마찬가지로 요가의 의미를 지나치게 넓게 확장시켜 아유르베다를 요가의 하위 분류로 보는 것도 지양해야 할 것이다. 또, 현재의 인도전통의학체계는 다양한 분류를 포함하고 있으므로, '인도전통의학'이라는 용어와 '아유르베다'라는 용어를 구분해서 사용해야 할 것이다.

III. 결론

아유르베다는 세계에서 가장 오래되고 포괄적인 의학 체계 가운데 하나로, 세계에 전파되어 동서양을 막론하고 큰 영향을 미쳤던 의학이기도 하다. 유나니는 아유르베다와 그리스 의학이 접목된 것이며, 티벳 의학은 아유르베다를 모태로 중국의학으로 접목된 것이다. 아유르베다는 특히 불교와 함께 불교의학으로 전래되어 동아시아 의학에 막대한 영향을 끼치기도 하였다. 수당시대의 중국학과 우리나라의 삼국 및 고려시대의 의학, 그리고 일본의학의 형성에도 불교 의학의 영향이 발견된다. 따라서 아유르베다 관련 연구는 인도전통의학 및 대체의학연구로서의 의의 외에도 동아시아 의학사를 연구함에 있어 그 중요성이 크다고 하겠다.

그러나 기존 연구들에서는 국내 자료의 부족과 체계적인 연구의 미미함으로 인해 '아유르베다'라는 용어를 잘못 이해하여 사용하는 경우가 있었다. '아유르베다'를 '인도전통의학'으로 해석하거나, 혹은 의학경전의 이름으로도 이해하는 경우가 있는데, 전자의 경우에는 용어를 좀 더 구분하여 사용할 필요가 있고, 후자의 경우도 수정되어야 할 부분이다.

용어에 대한 정의는 어떤 연구에서도 먼저 이루어져야 하며, 그렇지 않을 경우에는 후속 연구에 큰 혼란을 줄 수 있다. 따라서 아유르베다의 정의와 인도전통의학과의 관계를 분명히 하는 것은 앞으로의 혼란을 예방하는데 필수적이라 생각되어 이를 연구한 결과, 다음과 같은 결론을 얻었다.

1. 아유르베다는 어원적으로는 '생명' 또는 '장수'를 뜻하는 'Ayus'와 '과학', '지식', 또는 '지혜'를 뜻하는 'Veda'가 결합되어 '생명의 과학' 또는 '장수의 지혜'를 의미한다.

2. '아유르베다'는 인도에서 유래한 세계에서 가장 오래된 의학 체계를 지칭하는 용어이다. 알려진 바에 의하면, 아유르베다와 관련된 최초의 서적은 『아그니베샤 삼히타』이며, 현존하는 最古의 서적은 『차라카 삼히타』이다. '아유르베다'라는 의학서에 대한 기록은 찾을 수 없으며, 이를 의학경전의 이름으로 해석하는 것은 명백한 오해이다.

3. 인도전통의학의 분류에 대해 기존 연구들에서 언급된 내용들은 약간의 차이가 있으나, 아유르베다, 시다, 유나니, 요가, 자연요법, 동중요법의 여섯 가지로 보는 것이 가장 타당하다.

4. 시다 의학은 남인도, 특히 타밀나두(Tamilnadu) 지역에서 시행되어 왔다. '시다'는 '성취'를 의미한다. 시다 의학에서는 아유르베다와 같이 다섯 원소와 세 도샤의 개념을 채용하고 있으며, 여덟 가지 진단법과 치료법, 약의 조제나 약의 특징을 설명하는 라사판차카의 개념도 비슷하다. 그러나 시다 의학의 약물은 금속이나 광물에서 유래한 약에 크게 의존했는데, 이는 초기 아유르베다가 식물에서 유래한 약에 주로 의존한 것과 대조된다. 또 시다 의학에서는 소아과학(Bala vahatam), 독성학(Nanjunool), 안과학(Nayana vidhi)의 세 가지에 주안점을 두며, 바마나 요법이 발달하고, 판차카르마 요법의 분류되는 소다나 요법은 잘 발달하지 않았다.

5. 요가는 인도의 힌두교 전통에 나타난 한 학파의 사상이자 인도의 수행 가운데 하나이다. 아유르베다와 요가는 모두 베다와 우파니샤드의 경전들에 언급되어 있으며 따라서 그 철학적 배경에 공통점이 있다. 또 아유르베다의 치료법에 요가의 수행법을 사용하기도 하고, 요가 문헌에 아유르베다의 내용이 들어있기도 하다. 그러나 이는 인도 고대 문화에서 기원한 두 체계가 유구한 세월동안 교류한 결과일 뿐이며, 두 체계의 정체성은 분명히 구분된다. 즉, 요가는 깨달음을 목적으로 하는 수행법이고, 아유르베다는 건강과 장수를 추구하는 생활의 과학으로, 의학적인 목적이 강하다.

6. 유나니는 그리스 의학에 아유르베다 교재를 통해 익힌 고대 인도 의학이 접목된 것이므로, 아유르베다와 많은 공통점을 가지고 있다. 유나니와 아유르베다는 모두 체액이론에 근거하고, 역중요법이며, 성분들의 균형을 유지하고 체내의 저항력을 향상시키기 위해 전일적 개념으로 치료했다. 그러나 유나니의 기본 이론 및 진단, 치료법 등 세부적인 부분에서는 아유르베다와 차이가 있다.

7. 자연요법은 그 특징이 총체적이고 자연적이어서 아유르베다와 유사한 점이 있다. 동중요법의 유사한 법칙과 항상성의 기본 개념은 이전 동서양의 의학체계들에서도 발견할 수 있는 것이다. 그러나 이 두 요법도 아유르베다와 분명히 구분된다.

8. 아유르베다는 다른 의학체계와 서로 교류하면서 다소의 유사성을 가지게 되었다. 하지만 각각의 의학 체계는 고유의 특성을 가지고 있기 때문에 분명히 구분하여 다루어야 한다. 특히 현재의 인도전통의학체계는 다양한 분류를 포함하고 있으므로, '인도전통의학'이라는 용어와 '아유르베다'라는 용어를 구분해서 사용해야 할 것이다.

IV. 감사의 글

본 연구는 2010년도 한국한의학연구원 “세계 전통의학 연구거점 기반구축 사업 - 인도, 티벳, 마야, 인디언 전통의학(과제번호:K10110)” 과제의 지원을 받아 수행되었습니다.

V. 참고문헌

박종운. 「고대 인도 의학(AYURVEDA)의 형성과 체계」. 경희대학교 대학원 박사학위논문. 1997

서지영. 「인도 전통의학에 관한 연구-‘아유르베다(Ayurveda)’를 중심으로-」. 동국대학교 대학원 석사학위논문. 2007

서지영. 「『Susruta-samhita-Sutrasthana(수슈르타-상히타-수뜨라스타나)』의 편역을 통한 'Ayurveda(아유르베다)'에 관한 연구」. 동국대학교 대학원 박사학위논문. 2010

이영화. 「아유르베다의 心身관리에 관한 연구」. 원광대학교 대학원 석사학위논문. 2007

이인. 「짜끄라의 覺醒法에 관한 研究 : 아유르베다(Ayurveda) 요법을 중심으로」. 동국대학교 대학원 석사학

위논문. 2004

김은옥. 「아유르베다와 요가의 정화법 비교 연구」. 원광대학교 대학원 석사학위논문. 2005.

김진술. 「자연치유의 학문체계와 그 개념 정립에 관한 고찰」. 서울장신대학교 자연치유선교대학원 석사학위논문. 2007

안상우, 신용철. 「동중요법의 기본원리에 대한 한의학적 고찰」. 한국한의학연구소논문집. 1995;1(1):179-207

M. A. Razzack 저. 신민규 역. 「인도의 UNANI 의학① - 그 배경과 전망」. 황제의학. 1978;3(3):13-16.

류영수. 「대체의학과 한의학의 비교연구」. 동의신경정신과학회지. 1997;8(2):1-12

백도수. 「요가(Yoga)의 수행윤리에 대한 연구 -산스크리트 요가경전을 중심으로-」. 불교학보. 2009;51(0):275-300

임근동. 「『요가수트라』의 요가」. 인도연구. 2006;11(2):145-172

데이비드 프롤리, 수바슈 라나데 저. 『자연의학 아유르베다』. 슈리 크리슈나다스 아쉬람. 2008

정진성, 허은영, 박해련, 허선희. 『테라피스트를 위한 아유르베다』. BM성안당. 2009

크리슈나 우파디아야 카린제, 권용주 역. 『신비의 생명과학 아유르베다 건강법』. 새터. 1995

바산트 레드 지음. 이호준 옮김. 『아유르베다』. 관음출판사. 1997

Dominik Wujastyk. 『The Roots of Ayurveda』. New York. Penguin Classics. 2003

Vaidya Ram Chander. 『Dictionary of Ayurveda』. New Delhi. Sarup & Sons. 2007

Ravishankar, B. Shukla, V.J. 「Indian systems of medicine : a brief profile」. Afr. J. Trad. CAM. 2007;4(3):319-337

J. Joseph Thas. 「Siddha Medicine-background and principles and the application for skin diseases」. Clinics in Dermatology. 2008;26:62-78

AYUSH, Government of India. "Background" <<http://indianmedicine.nic.in/index2.asp?slid=19&sublinkid=15&lang=1>>