

老莊사상이 柔道교육사상에 미친 영향*

김진성(김포대학교 교수) · 남덕현**(한국교원대학교강사).

국문초록

본 연구는 유도 교육의 사상적 의미를 근본적으로 확인하고자 노자(老子)와 장자(莊子)의 사상과 유도의 교육사상 원리를 비교·분석하였다. 종합 결론은 다음과 같다. 첫째, 노자 사상은 유도의 수련원칙과 연계된다. 비록 약한 힘을 가진 기술이라도 힘의 자연 순응 원리에 입각한다면 능히 굳세고 강한 힘을 제압할 수 있다고 했다. 즉, 유도는 힘으로 상대를 제압하는 것이 아니라 자연스럽고 부드러운 기술로 자연적으로 뺏뺏하게 강하고 억센 힘을 제압할 수 있다는 기술 구사 원칙을 강조하고 있다. 둘째, 장자 사상은 유도 수련 교육과정과 연관된다. 장자가 언급한 진인(眞人)은 어떠한 상황에서도 직관적 지혜를 통해 득도(得道)의 삶을 수행한다고 보았다. 어떠한 혹독한 상황에서도 다양한 연습과정을 통해 시행착오를 경험하면서 능숙자로 성숙하는 진정한 유도인(柔道人) 의미는 장자의 사상과 같은 맥락이다.

주제어 : 노자, 장자, 동양철학, 유도, 수련원칙

* 이 논문은 김진성의 박사학위 논문을 수정 보완하여 재정리함.

** nam8dan@hanmail.net

I. 서 론

일본 전통무예인 유술(柔術)은 가노지고로(嘉納治五郎)를 통해 새로운 수련방식의 유도(柔道)로 발전한다. 유도는 전통적 심법(心法) 단련과정의 유술을 서구 체육 교육에 따라 단순 기술 측면의 영역뿐만 아니라 융합적 정신과 신체 지식을 습득하는데 주안점을 두었다(김상철; 2000; 유성연, 2008). 즉, 유도는 다양한 유술 유파의 기술을 정제하여 맨손으로 상대를 맞잡으면서 상대를 메치거나 누르면서 조르는 공격과 방어의 기술수련을 통해 이른바 신체 단련과 정신수양의 수신체육(修身體育)으로 승화하였다(이학래, 1990). 또한, 유도는 기술수련뿐만 아니라 오히려 그 과정을 통하여 도덕적인 의식을 체득해서 실생활의 신조로 삼는 것을 목적으로 한다(김정행, 1997; 김상철, 2000).

서구 체육 개념을 도입하였다고 하지만 유도의 교육사상은 중국철학에서 그 기원을 찾아볼 수 있는 특징도 있다. 유도를 창제한 가노지고로는 에도시대부터 유래된 사무라이(武士) 사상인 중국 고대 철학을 수용하였다(이진수, 1999). 예로부터 중국은 문(文)을 통한 정치 질서를 유지하면서도 국가 간 전쟁을 대비하여 무(武)를 중시했으며 사상가들은 문무(文武)에 대해 깊이 사고하고 그에 대한 학설을 창조했다. 특히, ‘武(무)’에 대한 의미 정립은 후대 일본의 무사(武士) 정신에 영향을 주었고 유도는 이러한 무사들의 신체사상 논리를 수용한 것이다. 따라서 유도사상에 대한 올바른 이해는 일본 무도 사상의 전반적인 이해를 위해서도 의미가 있을 것이다. 유도사상의 중국철학과 관련성은 거시적 측면에서 정리되고 있으나 그 의미를 심도 있게 다룬 관련 연구는 비교적 부족한 것으로 보인다.

중국철학과 일본 무도 사상과 관련된 연구는 이미 존재한다. 중국의 동서업(童書業, 2006), 양관(楊寬, 2003) 등은 춘추시대 무도사상 그중 제자백가(諸子百家) 사상의 거시적 배경을 이해하는 데 의미를 주고 있다. 이외에 조복림(晁福林, 2011)은 춘추전국 사회사의 연구나 당시의 전쟁과 군사 사상에

대해 중점적으로 관심을 기울였다. 한국의 경우 이진수(1999, 2004)가 유학(儒學)과 일본 무도의 관련성을 개괄적으로 제시하였으며 이후 김이수(2008)는 유학과 한국 신체문화를 논하였고 김시연과 김동규(2010)는 유학의 일파인 왕양명의 실천론과 무도(武道) 도덕과의 연계성을 밝혔고 지동철(2011)은 무도의 수도문화를 유교적 측면에서 기술한 바 있었다. 중국의 경우 왕군위(王軍偉, 2011)는 전국 시기 협객과 무도와 관계, 왕헌비(王獻斐, 2006)의 무협(武俠) 정신, 왕군(王軍, 2003)의 경우는 전통 무덕(武德)과 함께 유가(儒家) 윤리 사상과의 관련성과 가치를 서술하였으며, 일본의 경우 유학(儒學) 부동심(不動心)과 무도철학과 관련성을 연구한 연구가 존재하였다(加藤仁平, 1964; 大道等, 2003; 井上俊, 2004; 寒川恒夫, 2014). 전반적으로 위 선행연구는 전쟁과 정치철학과의 관련성에서 무도사상의 이론을 제시해 주고 있으나 유도 교육사상에 내재된 중국철학을 논한 연구는 부족한 실정이다.

국내외 유도 관련 교육사상을 논한 연구는 유도개론서와 일부 무도 관련 논문 및 서적에서 부분적이거나 소개되고 있다. 일본의 경우는 단연 가노지리고(嘉納治五郎, 1889, 1969, 1983, 1993, 1997)의 유도사상에 대한 논의가 대표적이다. 국내의 경우 유도 교육철학과 역사를 종합적으로 연구한 사례는 이학래(1990)의 서적에서 확인되었고 김상철(2000) 및 김정행(1997) 서적에서도 유도 교육철학과 중국철학과의 관련성을 일부 제시하였다. 이후 1990년대 후반에 들어 상위 연구 주제와 유사한 학술논문이 다수 발표된다. 김제범(1999)은 가노지리고의 유도 교육정신을 철학적 사상 및 근대 유도의 경향을 기술하였으나 가노지리고 교육 사상이 명확히 드러내지 못하였다. 조용철(2003)은 유도 교육의 근대 체육의 수용과 이에 대한 발달과정을 연구하였으나 유도 교육철학에 관한 연구는 부족하였다. 송해신(2004)도 유도의 전반적인 교육 및 철학적 수련의 의미와 활성화 방안에 대해 논하였지만 가노지리고의 근본적 유도 교육철학을 제시하지 못하였고 유성연(2008) 연구도 무도로서 시작된 유술(柔術) 기원과 유도 교육철학의 역사적 변천 과정을 다루었으나 중국철학과 유도 사상적 의미와의 관련성을 제시하기엔 부족한 면이 있어 유도교육에 밀접한 중국철학 분야 논의는 필요하다.

유도에서 근본 원리를 설명할 때 유능제강(柔能制剛)을 떠올린다. 즉, 부드러움이 능히 강함을 제압할 수 있다는 위의 문구는 노장사상(老莊思想)에서 유래된 것으로 볼 수 있어 이에 대한 보다 심층적 사상적 연구가 논의되어야 할 것이다. 이와 관련하여 본 연구는 가노지고로의 유도 교육사상이 구체적으로 어떠한 노자(老子)와 장자(莊子) 사상적 의미와 연계되는지 관련된 고전(古典) 분석을 통해 상관성을 규명하고자 한다.

II. 柔道에 내재된 老莊思想

1. 老莊思想에서의 신체사상 의미

노자 사상은 동아시아의 전쟁 병법에 기본적 영향을 끼쳤다. 무위자연(無爲自然)을 강조하여 ‘행함이 없이도 행하는’ 즉 전쟁에서 싸우지 않고 이기는 것이 ‘진정한 승리’의 진리는 바로 이 사상의 기본이었다. 노자의 병학사상은 주로 ‘군대 무력으로 천하를 강제하지 않는다(不以兵强天下).’, ‘다투지 않는다(不爭).’를 중점화하고 있다(당수언, 2014: 72). 노자는 전쟁개념에 선구자로 연관된 명문을 소개하고 있다.

용병(用兵)에 능한 자는 그 목적을 이룰 뿐, 무력(武力)을 과시하지 않는다. 목적을 달성하고도 자만하지 않고, 호언장담하지 않으며, 교만을 부리지 않는다. 목적을 달성하는 것은 부득이한 것이므로 억지를 내세울 필요가 없다. 기세가 당당할 때 곧 쇠약해지기 시작한다. 그래서 내세우기를 좋아하여 억지로 나서려는 것은 道에 부합되지 않는다. 道에 부합되지 않는 일은 광풍이나 폭우처럼 빠르게 사라지고 만다.¹⁾

1) 善者果而已 不敢以取强 果而勿矜 果而勿伐 果而勿驕 果而不得已 果而勿强 物壯則老 是謂不道 不道早已(『道德經』三十).

위 내용은 인위적 무력사용보다는 자연의 법칙에 따른 겸손과 중용을 강조하고 있다. “기세가 당당할 때 곧 쇠약해지기 시작한다. 그래서 내세우기를 좋아하여 억지로 나서는 것은 道에 부합되지 않는다.” 라는 구절의 의미는 자연 순응 논리인 도(道)에 어긋난 인위적인 강함은 문제가 될 수 있음을 지적하고 있다. 단순히 전쟁에서의 행동강령으로 볼 수 있지만, 수련의 원칙을 언급해 주는 내용일 수 있다. 수련은 처음부터 너무 강한 힘을 사용할 경우 쉽게 중단되기 쉽다. 이것은 서양의 운동 원리에서도 같다. 일반적으로 단 시간에 폭발적 에너지를 소비할 경우 과도한 탄수화물 사용으로 근육에 피로가 쉽게 쌓여 부하가 올 수 있다는 원리도 이와 같은 논리로 해석될 수 있다.

무릇 훌륭한 무기는 상서롭지 못한 물건이니 사람들이 종종 싫어한다. 그러므로 도를 가진 이는 무기에 집착하지 않는다. 군자는 평소에는 생명의 방향인 왼쪽을 귀하게 여기고, 용병할 때는 죽음의 방향인 오른쪽을 귀하게 여긴다. 무기는 상서롭지 못한 물건이니 군자가 쓸 물건이 아니다. 부득이 써야 할 경우는 담담함을 으뜸으로 하여야 한다. 무기를 사용하여 승리하더라도 아름답지 못하다. 아름답게 여기면 살인을 즐거워하는 것이다. 살인을 즐거워하는 사람은 천하에서 뜻을 펼칠 수 없다. 길한 일에는 생명의 방향인 왼쪽을 높이고, 흉한 일에는 죽음의 방향인 오른쪽을 높인다. 그러므로 둘째 장군은 왼쪽에 자리 잡고, 가장 높은 장군은 오른쪽에 자리 잡는 게 상례이다. 죽인 사람이 많으면 애도하고, 전쟁에서 승리하면 상례로 처리해야 한다.²⁾

위 내용은 무력을 함부로 사용하지 않는다는 전제를 제시해 주고 있다. 또한 함부로 무력을 가법게 사용하는 사람은 천하에 큰일을 할 수 없음도 지적하고 있다. 장자(莊子)도 노자(老子)와 같이 도(道)의 의미를 중시하였다. 그가 말하는 도(道)의 의미는 우리 앞에 전개되는 모든 현상을 포함하는 것이었다.

2) 夫佳兵者 不祥之器 物或惡之 故有道者不處 君子居則貴左 用兵則貴右 兵者不祥之器 非君子之器 不得已而用之 恬淡爲上 勝而不美 而美之者 是樂殺人 夫樂殺人者 則不可以得志於天下矣 吉事尙左 凶事尙右 偏將軍居左 上將軍居右 言以喪禮處之 殺人之衆 以哀悲泣之 戰勝以喪禮處之(『道德經』三十一)

이러한 도(道)는 차별이 없고, 시간과 공간을 초월한 근본이 된다. 장자(莊子)는 ‘도(道)를 따르는 것은 자연을 따르는 일’이라고 한다. 『장자(莊子)』 「내편(內篇)」에는 다음과 같이 설명하고 있다.

무릇 도(道)란 정(情)도 있고 믿음도 있지만, 작용이 없고 형체도 없으므로 마음으로 전할 수는 있지만, 물건처럼 받을 수는 없고 터득할 수는 있지만 볼 수는 없다. 도는 스스로 만물의 근본이니 태초부터 이미 존재하였다.³⁾

장자는 도(道)와 관련하여 ‘형체가 없는 추상적 존재로 볼 수 있지만 조화롭게 만물과 인간이 하나가 되는 이치’로 보았다. 따라서 인간 개개인의 사물에 관한 판단은 극히 주관적이므로 불확실하다고 생각하였는데 가령, 사물은 우리가 비교하여 보는 데서 생기는 개념에 불과하고 사물이나 시간 그 자체는 대소(大小)나 장단(長短)이 있을 수 없다는 것이다. 장자(莊子)의 이러한 사상은 인위적인 격식을 두지 않는다는 의미에서 문학과 예술에 많은 영향을 주었다. 이러한 의미에서 장자는 사회적 규범이 존재하는 이유를 인간의 이익과 욕망이라는 인위성에서 기인한다고 말한다(이성미, 2014: 80). 장자가 문제시했던 인간욕망은 자기를 중심으로 한 세계를 구축하고 그 세계를 확장하기 위한 것이었다(김형효, 2007: 140). 관련 내용은 『장자(莊子)』 「양왕(襄王)」편에 나타난다.

진실한 도로써 자기 몸을 다스리고, 그 나머지로써 나라를 돌보고, 그 찌꺼기로써 천하를 다스리는 것이다. 이렇게 보면 제왕들의 공로란 성인들의 여분의 일이며, 그런 일은 자신을 완전히 간수하고 삶을 보장하는 방법은 되지 못하는 것이다. 지금 세속의 군자들은 대부분이 자신을 위험에 빠뜨리고 삶을 버리면서까지 사물을 추구하고 있으니, 어찌 슬프지 않은가.⁴⁾

3) 有情有信 無爲無形 可傳而不可受 可得而不可見 自本自根 未有天地 自古以固存(『莊子』內篇 大宗師)

4) 道之眞以治身 其緒餘以爲國家 其土苴以治天下 由此觀之 帝王之功 聖人之餘事也 非

위 내용의 취지는 진실한 도의 의미를 모른 외형적 힘만을 믿고 세속적인 생활을 추구하는 것에 대한 경계의 표현으로 진정한 길이 아니면 자신을 위험에 빠트릴 수 있음을 경계하고 있다. 결국 장자는 마음을 비우는 자연스러운 행동으로의 성찰을 강조하고 있다. 또한 세상 분위기에 편승하려는 사람을 세속적 군자라 폄하하면서 장자가 바라는 진인(眞人)에 대해 『장자(莊子)』 「내편(內篇)」에는 다음과 같이 설명하고 있다.

누구를 진인(眞人)이라 하는가? 옛날의 진인은 작은 것 하나도 거슬리지 않고 크게 이루려 하지 않았으며 이렇게 꿈수 쓰지 않는 사람은 비록 잘못을 해도 결코 후회하지 않고 이익을 취하려 하지 않는 건 당연한 일이다. 그러한 사람이 있다면 높은 곳을 올라가도 떨어지지 않고 물에 들어가도 젖지 않으며 불에 들어가도 열 받지 않는다. 이쯤 알고 있다면 능히 도통했다 하겠다.⁵⁾

위 내용을 본다면 진인은 매사에 무리하지 않고 어느 장소에서든지 혼돈 없이 자신을 지키고 환경에 대처하는 이른바 ‘도통(道統)’ 한 모습을 보이는 사람을 일컫는다고 볼 수 있다. 특히, ‘높은 곳을 올라가도 떨어지지 않는다.’는 구절에서 보듯이 위험에서도 자신을 능히 통제할 수 있는 마음가짐은 진인의 기본 신체사상일 수 있음을 강조하고 있다.

2. 老莊思想의 의미가 내재된 유도사상

노장사상(老莊思想)과 유도의 교육사상과 연계될 수 있는 가장 핵심이 유능제강(柔能制剛)의 원리이다. 이와 관련하여 노자(老子)의 『도덕경(道德經)』에서 그 의미를 확인할 수 있다.

오르리게 하려면 먼저 벌리게 하고, 약하게 하려면 먼저 강하게 하며, 망하게

所以完身養生也 今世俗之君子 多危身棄生以殉物 豈不悲哉(『莊子』「襄王」五)

- 5) 何謂眞人 古之眞人 不逆寡 不雄成 且有不謀士若然者 過而弗悔 當而不自得也 若然者 登高不慄 入水不濡 入火不熱 是知之 能登假於道者也(『莊子』內篇 大宗師)

하려면 먼저 흥하게 하고, 빼앗으려면 먼저 쥐야 한다. 이들을 '미묘한 밝음'이라 한다. 부드럽고 약한 것이 굳세고 강한 것을 이긴다.⁶⁾

위 내용에선 “유약승강강(柔弱勝剛強)”으로 표현되고 있는데 ‘부드러움과 약함이 능히 굳세고 강함을 이긴다.’는 상식적으로는 반어적 표현일 수 있다. 분명 “약하게 하려면 먼저 강하게” 한다는 의미는 강하고 외형적인 현상이 강조되면 오히려 유연한 약함에 제압될 수 있음을 지적하는 것이다. 하지만 유도의 공격과 방어원리에서 볼 때 분명 가치를 보일 수 있는 내용인 것이다. 다음과 같은 부드러움의 원리는 시부가와류(澁川流) 유파에서 서술한 『유술대성록(柔術大成祿)』 「명의(名義)」에서 확인된다.

유(流)의 흐름은 엎어지거나 일어서거나 하는 등의 자세를 통해 굳어있는 부분을 부드럽게 하고, 약한 부분을 강하게 만들어 전진과 후퇴를 마음먹은 대로 할 수 있게 되며, 이로 인해 승패의 도리를 지키면서 싸우면 이기게 되고 공격할 시에도 의도한 바가 성취되었다. 따라서 옛적에 유순(柔順)이라는 글자를 유술(柔術)이라는 이름으로 붙인 것이다⁷⁾

위 내용은 노자의 사상적 의미에서와 같이 부드러움이라는 기본 속에서의 기술의 강함과 약함을 조절하는 유술 수련을 강조하고 있다. 즉, 신체를 부드럽게 움직여 구사할 수 있는 기술, 앞으로 나아가려 마음먹으면 앞으로 나아가게 되고, 뒤로 물러서려고 마음먹으면 물러서게 되는 등 진퇴 동작의 모든 것이 자연스럽게 될 때 어떠한 상대를 만나게 되더라도 승리할 수 있는 것이 참된 유술(柔術)이라는 의미로 볼 수 있다(유성연, 2009: 19).

6) 將欲歛之 必固張之 將欲弱之 必固強之 將欲廢之 必固興之 將欲奪之 必固與之 是謂微明 柔弱勝剛強(『道德經』三十六)

7) 流に於ては勢法に由て伏たり 起たりしてその凝る處を和らげ 弱い處を強くして進まうと思えば進み 退かうと思えば退き各々心のままに事を承け能く勝敗の道を尽して戦へば勝ち 攻むれば取りことの成るようにする也 故柔順の字を略して柔術とは名付たり(『柔術大成祿』 1券「名義」).

유도에서도 공격 방어의 기술적 행위는 바로 노자 사상을 근본으로 하는 유술의 방식을 수용하였다. 즉, 유도가 유술의 “유(柔)” 기본 원리를 수용하여 자연스러움과 부드러움 속에서의 공격과 방어 기술의 하나로 기울기와 절기 동작을 통해 상대의 힘을 제압하는 형식인 것이다. 바로 말하면 공격과 방어의 기술 목적을 달성하기 위해 체력을 배분하여 사용하는 능력과 정신력을 강조한 경우가 노자의 사상과 같은 맥락일 수 있다는 것이다. 유도의 공격과 방어에서는 하나의 헛됨도 없이 힘도 낭비하지 않고 최소의 힘으로 최대의 효과를 거둘 있는 비결은 바로 노자가 주장한 자연스러운 순리의 무위자연(無爲自然) 논리에서 찾을 수 있는 것이며 유도 기술 연마도 부드러움과 자연스러운 흐름에 따라 몸에서 익혀지게 하는 노력이라고 볼 수 있다. 가노지교로(嘉納治五郎)는 유도를 통해 일차적으로 각 개인의 신체를 강건하게 하고 “지성(知性)”과 “덕(德)”을 연마하여 사회에 있어서 유력한 요소가 되기를 기대했다. 또한, 수련을 통한 국가관을 무장하고 사회에 있어서는 개인, 단체 서로 간에 서로 돕고 서로 양보하여 철저하게 융화하는 마음을 가지도록 하는 사회인으로 거듭나길 바랐다(김제범, 1999: 37; 嘉納治五郎, 1993). 이 같은 유도의 사상적 논리는 바로 노장(老莊)이 추구하는 길과도 같은 논리로도 볼 수 있다.

훌륭한 장수는 무용(武勇)을 드러내지 않고, 싸움을 잘하는 사람은 노하지 않고, 적을 잘 이기는 사람은 대적하지 않으며, 남을 잘 쓰는 사람은 스스로를 낮춘다. 이를 '싸우지 않는 덕'이라 하고 '사람 씀의 힘'이라 하며, '하늘의 법칙과 짝함'이라고 하니 예부터 전해진 지극한 원리이다⁸⁾

위 내용은 앞서 논한 일반적인 진인(眞人)의미에서 무력을 사용하는 사람의 도리를 좀 더 협소하게 제시하고 있다. 진정한 무력을 사용하는 사람은 “싸우지 않는 덕망(不爭之德)”과 “사람의 힘을 잘 이용하는 것(善用人者)”

8) 善爲士者 不武 善戰者 不怒 善勝敵者 不與 善用人者 爲之下 是謂不爭之德 是謂用人之力 是謂配天古之極(『道德經』六十八).

으로 종합하고 있다. 이는 유술(柔術)과 유도(柔道)가 가지는 ‘몸이 작고 힘이 약한 사람이 몸이 크고 힘이 센 사람을 제압할 수 있다.’는 유능제강(柔能制剛)의 원리와 같은 의미로 볼 수 있다(유성연, 2008: 71). 특별히 이 부드러움(柔)의 이치나 원리를 일본무덕회(日本武道德會)에서 1913년 발행한 「柔道概說」에 제시하고 있다.

유도는 부드러움의 원리를 응용하여 상대를 제어하는 술기를 연습하는 것이다. 또 이 이론을 연구, 학습하는 사람에게는 신체를 단련시킨다는 면에서는 체육법이 되고, 정신을 수양한다는 면에서는 수심법이 되며, 오락을 하는 면에서는 위심법이 되고 또 공격과 방어 방법을 연습한다는 면에서는 승부법이 된다. 추측컨대 부드러움의 원리란 상대가 힘으로 공격해 올 경우 나는 여기에 반항하지 않고 부드럽게 상대방의 힘에 순응하여 대응하고, 이로써 승리를 취하는 이치를 말한다.⁹⁾

위 내용은 유도가 부드러움의 기술적 원리에 의하여 상대를 제어할 수 있다고 제시하고 있으며 그에 대한 구체적 의미를 기술하고 있다. 즉, 부드러운 기술의 원리는 상대방의 힘에 순응하여 승리할 수 있다고 본 것은 노자(老子)의 ‘사람의 힘을 잘 이용하는 것(善用人者)’에 대한 논리의 수용이었다고 볼 수 있다. 이러한 노자 사상은 유도 수련의 기본자세에서도 적용된다. 유도 수련의 시초는 상대의 공격에 대응하고 이를 반격하기 위해서 마음과 신체의 준비를 요하는 정적 마음가짐이다. 이른바 유도에서는 공격과 방어전 준비 자세로 자연체(自然體)와 자호체(自護體)를 취한다. 이 자세는 단순한 유도(柔道)의 힘을 단련시키는 것보다 먼저 마음을 단련시키는 것으로 볼 수 있다.

9) 柔道は 柔の理を応用して対手を制御する術を練習しまたその理論を講究するものにして 身体を鍛錬することよりいふときは体育法となり `精神を修養することよりいふときは修心法となり 娯楽を享受することよりいふときは慰心法となり 攻撃防御の方法を練習することよりいふときは勝負法となる けだし柔の理とは対手が力を用いて攻撃し来る場合我はこれに反抗せず 柔に相手のちからに順応して動作し これを利用して勝ちを制する理合を言う(「柔道概說」).

이는 부드러우면서 힘주지 않는 연습이며 최고경지의 길인 무아무심(無我無心)의 마음가짐을 의미할 수도 있겠다(오주호, 2006: 15).

한편 장자의 사상도 유도의 수련 의미와도 같은 연계성을 보일 수 있는데 관련 내용은 장자(莊子)의 『서무귀(徐無鬼)』에서도 확인될 수 있었다.

지식을 아는 선비는 지모가 쓰이는 변란이 없으면 즐거울 수 없다. 변설에 뛰어난 선비는 의견을 얘기할 기회가 없으면 즐거울 수 없다. 일을 잘 살피는 선비는 논쟁할 일이 없으면 즐거울 수 없다. 이들은 모두 밖의 사물에 사로잡혀 있는 자들이다. 세상에서 뛰어난 선비는 조정에서 출세하고, 백성을 잘 다스리는 선비는 벼슬로 영화로운 생활을 하게 되고, 힘이 센 선비는 어려운 일을 당하여 실력을 발휘하고, 용감한 선비는 환란을 당하여 기개를 떨치고, 무력이 뛰어난 선비는 전쟁을 즐기며, 애써 노력하는 선비는 명분을 추구하고, 법률에 밝은 선비는 다스림을 널리 펴고, 예의와 음악에 밝은 선비는 용모를 공경하고, 인의를 숭상하는 선비는 인간관계를 귀중히 여긴다. 농부는 농사일이 없으면 즐거울 수 없고, 상인들은 장삿일이 없으면 즐거울 수 없다.

서민들은 아침저녁으로 할 일이 있으면 부지런하고, 공인들은 좋은 기계와 기술이 있으면 빠르게 일한다. 돈과 재물이 쌓이지 않으면 탐욕이 많은 자들은 근심을 하고, 권세가 커지지 않으면 뽐내기를 좋아하는 자들은 슬퍼하며, 형세를 잘 좇는 무리들은 변란을 즐긴다. 이들은 때를 만나야 쓰일 곳이 있게 되며, 어떤 일을 하지 않을 수가 없는 것이다. 이들은 모두가 시간의 변화에 따라 이끌리는 자들이며, 사물의 변화에 얽매이는 자들이다. 자기의 육체와 본성을 달리게 하고, 밖의 만물에 대해 몰두하며, 평생토록 본성으로 되돌아가지 않는 자들이다. 슬프도다.¹⁰⁾

위 내용에서 장자는 인위적인 생각과 욕심으로 사회를 만들려는 인간의

10) 知士無思慮之變則不樂 辯士無談說之序則不樂 察士無凌誅之事則不樂 皆囿於物者也 招世之士與朝 中民之士榮官 筋力之士矜難 勇敢之士奮患 兵革之士樂戰 枯槁之士宿名 法律之士廣治 禮教之士敬容 仁義之士貴際 農夫無草萊之事則不比 商賈無市井之事則不比 庶人有旦暮之業則勸 百工有器械之巧則壯 錢財不積則貪者憂 權勢不尤則夸者悲 勢物之徒樂變 遭時有所用 不能無爲也 此皆順比於歲 不易於物者也 馳其形性 潛之萬物 終身不反 悲夫(『徐無鬼』四)

문제를 적나라하게 비판하고 있다. 인간의 인위적인 생각은 그 자신을 피폐하게 하며 사회를 혼란스럽게 할 수 있다는 것이다. 특별히, 무력(武力)을 행사하는 사람은 환란의 시기에 자신의 기개를 떨칠 수 있기 때문에 전쟁을 즐길 수밖에 없다고 보았다. 즉, 장자는 단순한 폭력을 행사하는 사람은 혼란스러운 사회에서 인정받을 수 있다고 하여 안타까움을 표하고 있는 추지의 내용으로 볼 수 있다. 가노지고로는 위 논리를 수용하여 이전의 유술은 생명을 걸고 했던 격렬한 승부 중심의 논리는 근대화 이후 소멸될 수 있다고 보았으며 보다 진보된 교육철학 속에서의 유도가 수신(修身)을 통해 사회에 기여할 수 있는 조력(助力) 도구로 활용되기를 바라는 취지였던 것이다.

장자가 말했다. “활을 쏘는 사람이 미리 표적을 정하지도 않고 맞추었다면 세상 모든 사람들이 예 같은 명궁이 될 수 있을 것인데 그래도 되겠습니까? 해자가 대답하기를, “괜찮습니다.” 장자가 말했다. 천하에는 두루 다 옳음은 있을 수가 없다¹¹⁾

장자(莊子)는 인간 자체의 가치를 자연에 순응하는 냉정한 자세를 바랐으며 위 내용에서와 같이 “천하에는 두루 다 옳음은 있을 수가 없다.” 고 하여 인위적인 격식과 인위적 조작에 대해 강한 부정적 견해를 보였다.

이 같은 장자(莊子)의 힘과 무력(武力)에 대한 사상적 기반은 유도 교육사상뿐만 아니라 후대 정치 사회적 이념으로 영향을 미쳤다. 이에 영향을 받은 도가(道家)는 용기(勇氣)와 힘 그리고 강대함을 결코 숭상하지 않고, ‘비움’을 강조하였다. 그렇다고 이 사상적 체계가 용기(勇氣)와 무력(武力)을 부정하는 것은 아니며 자연적 순응적 원리에 근거한 효율적 사용을 권장하고 있다.

11) 莊子曰 射者非前期而中 謂之善射天下皆羿也 可乎 惠子曰可 莊子曰 天下非有公是也 (『莊子』「徐無鬼」五)

Ⅲ. 노장(老莊)사상이 유도교육에 미친 영향

우선, 노자는 자연에 순응한 삶의 과정인 이른바 ‘무위자연(無爲自然)’을 강조하였고 이를 자연인(自然人)으로 생각해 볼 수 있다. 그는 사회에서의 인위적 조작적 행동은 부질없는 것이며 시간 및 자연의 원리에 근거한 순리를 강조했으며 자연스러운 몸가짐은 그것이 약한 힘을 가졌더라도 능히 굳세고 강한 힘을 제압할 수 있다고 했다. 이러한 노자사상의 원리는 유도의 수련 원리와 그 맥을 같이 한다. 유도는 힘으로 상대를 제압하는 것이 아니라 자연스럽고 부드러운 기술로 자연적으로 뻗뻗하게 강하고 억센 힘을 제압할 수 있다는 기술 구사 원칙을 강조하고 있으며 이는 바로 노자의 기반을 둔 신체 사상으로 볼 수 있다. 이러한 노자의 사상적 의미가 담긴 유도 기술 교육 방침은 현재까지도 수련자에게 직접적으로 인지되는 필수적 요체로 받아들여지고 있다.

다음으로, 장자는 모든 상황에서 자연스러우면서 극한상황에서도 버틸 수 있는 득도(得道)의 경지에 오른 진인(眞人)을 강조하고 있다. 그가 말하는 진인은 같은 동작을 반복 훈련하여 “도(道)”의 경지에 도달한 사람들이다. 장자의 진인은 생활세계에서 마음을 비우는 도심(道心)과 좌망(坐忘)이라는 공부를 통해서 터득한 삶의 지혜를 가지고 있으며 거짓과 꾸밈이 없는 자연과 합일한 경지에 오른 사람이다(이학준, 2016: 222).

이러한 장자의 사상적 논리는 유도 기술의 숙련과정과 연관된다. 이른바 유도 수련을 통한 ‘직관적 지혜’와 관련될 수 있다(이학준, 2016: 230). 유도 기술 수련은 다양한 연습과정을 통해 시행착오를 경험하면서 때문에 능숙한 고단자로 성숙될 수 있다. 하나의 유도 기술이 여러 사람에게 적용되려면 신속하고 정확하다는 경지를 넘어서 상대방 기술 이전에 자연스럽고 본능적으로 기술을 시도하는 도(道)의 경지가 필요하다. 바로 이러한 유도의 기본 수련의 원칙은 장자가 의도한 능란 기술의 수준을 넘어선 예술과 도의 경지에 이르러야 한다는 견해와 일맥을 같이한다. 아래 <표 1>은 노자와 장자사상

과 연관된 유도 교육 원리에 대한 정리를 제시한 것이다.

표 1. 柔道와 老莊思想과의 관계

구분	중심철학	관련 유도사상	추구이상
老子	柔弱勝剛強	부드러운 유도가기술이 강함을 이긴다	自然人
	無爲自然	마음을 비우는 유도 수련	
	不爭之德 善用人者	최소한의 힘 사용, 정력선용 자세	
莊子	道心, 坐忘	명상을 통한 도의적 수련	真人
	道之眞以治身	꾸준한 유도수련을 통한 자신 극복	

먼저, 노자의 “유약승강강(柔弱勝剛強)”의 의미는 유도의 가장 기본적 기술 교육의 핵심이라고 할 수 있으며 무위자연(無爲自然)과 노자의 부쟁지덕(不爭之德) 선용인자(善用人者)는 유도에서의 기술 수련에서의 마음가짐에 대한 덕목을 제시한 것이라 볼 수 있다. 장자의 경우도 “도심(道心)”, “좌망(坐忘)”, 그리고 “도지진이치신(道之眞以治身)”을 통해 유도를 통한 극기(克己) 정신과 같은 연계적 의미를 보인다.

IV. 결론

노자(老子)와 장자(莊子)사상은 유교, 불교와 더불어 동양의 3대 사상의 하나로서 자연의 “도(道)” 즉, 자연법칙을 이해하면서 변해한 인위적 사회를 초월하는 평이한 생활을 주장한 것이다. 특히, 노자는 그와 같은 부자연스러운 노력은 무용한 것이라고 보고 무위자연(無爲自然)을 주장했고 장자 역시 관도(觀道)를 주장했으며 현실 혼란의 원인은 세속적 편협한 지식에 대한 지나친 관심에 있다고 보았다. 이러한 노자와 장자의 사상은 자연 순응적 원리 및 부드러움에 입각하여 공격과 방어 기술의 구사와 마음가짐을 강조한 유도의 교육 사상의 핵심으로 볼 수 있었다. 구체적 핵심 내용을 정리하면 다음과 같다.

첫째, 노자사상은 유도의 수련원칙인 “유능제강(柔能制剛)”의 원리와 같은 근본적 신체관의 원천이다. 비록 약한 힘을 가진 기술이라도 힘의 자연 순응 원리에 입각한다면 능히 굳세고 강한 힘을 제압할 수 있다고 했다. 즉, 유도는 힘으로 상대를 제압하는 것이 아니라 자연스럽고 부드러운 기술로 자연적으로 뻗뻗하게 강하고 억센 힘을 제압할 수 있다는 기술 구사 원칙을 강조하고 있다.

둘째, 장자의 사상은 유도 수련과정에서의 자연스러운 인내의 과정에 기여한다. 장자가 언급한 진인(真人)은 어떠한 상황에서도 직관적 지혜를 통해 달관(達觀)의 경지인 득도(得道)의 삶을 수행한다고 보았는데 진정한 유도인(柔道人)이라면 어떠한 혹독한 상황에서도 다양한 연습과정을 통해 시행착오를 경험하면서 능숙자로 성숙된다는 의미와도 같은 맥락을 보일 수 있다는 것이다. 이 같은 의미는 유도 기술이 다양한 대상에게 적용되는 과정에서 자연스럽게 본능적으로 기술을 시도하는 도(道)의 경지가 필요함을 확인할 수 있다.

본 연구는 그간 유도 교육사상의 근본이라고 일컬었던 중국사상에서도 노자와 장자 사상을 개괄적으로 정리해 보았다. 하지만 아쉬움이라면 다양한 제자백가(諸子百家) 사상과 유도 사상과의 관련성을 추가로 논하지 못하였다. 추후 노장사상과 함께 다양한 중국 사상과의 복합적 고찰로 유도의 근본적 의미를 탐구해야 할 것으로 보인다.

참고문헌

『老子道德經注』

『論語集釋』

『論語正義』

『春秋左氏傳』

『四書章句集注』

『柔術大成祿』

『莊子集釋』

김상철(2000). **유도론**. 서울: 교학연구사.

김이수(2008). 한국의 신체문화에서 앎(知)과 함(行)의 관계 儒家를 중심으로. **대한 무도학회지**, 10(1), 57-72.

김진성(2018). **柔道 교육사상에 내재된 孔孟·老莊 사상 의미 탐색**. 미간행 박사학위논문, 선문대학교 대학원.

김정행, 김상철, 김창룡(1997). **무도론**. 서울: 대한미디어.

김제범(1999). **유도창시자 가노지고로의 생애와 교육사상에 관한 연구**. 미간행 석사학위논문, 연세대학교 교육대학원.

김형효(2007). **마음혁명**. 파주: 살림.

당수언(2014). **제자백가 사상에 내재된 무도사상**. 미간행 박사학위논문, 용인대학교 대학원.

송해신(2004). **무도유도와 스포츠유도의 변천 과정에 관한 비교연구**. 미간행 석사학위논문, 동아대학교 대학원.

오주호(2006). **가노지고로의 사상이 현대유도에 미치는 영향**. 미간행 석사학위논문, 대구대학교 교육대학원.

유성연(2009). **무도로서 유도문화의 발달과정에 관한 연구**. 미간행 박사학위논문, 동아대학교 대학원.

이성미(2014). 『장자』를 통해 본 마음과 교육. **교육철학연구** 36(1), 73-98.

이진수(1999). **일본 무도 연구**. 서울: 교학연구사.

이진수(2004). **동양 무도 연구**. 서울: 한양대학교 출판부.

이학준(2016). 장자의 달인과 태권도의 달인. **한국체육철학회지** 24(4), 221-242.

이학래(1989). **한국유도발달사**. 서울: 보경문화사.

조용철(2003). **한국 경기유도의 발달과정**. 미간행 박사학위논문, 세종대학교 대학원.

지동철(2011). 武道修道의 本質과 正體性. **한국체육철학회지** 19(2), 53-73.

嘉納治五郎(1969). 青年修養訓. 日本: 同文館.

嘉納治五郎(1983). 嘉納治五郎著作集. 五月書房.

- 嘉納治五郎(1989). 柔道一班ならびにその教育上の価値. 同講演録小冊子(嘉納治五郎大系 2卷, 113頁).
- 嘉納治五郎(1993). 柔道教本. 日本圖書.
- 嘉納治五郎(1997). 私の生涯と柔道. 日本圖書.
- 加藤仁平(1964). 嘉納治五郎世界体育史上に輝く. 新体育講座 35. 東京: 逍遙書院.
- 大道等(2003). 近代武道の系譜. 東京: 杏林書院.
- 童書業(2006). 春秋史. 中國: 中華書局.
- 富木謙治(1992). 武道論. 東京: 大修館書店.
- 杉本厚夫(2001). 體育教育を學ぶ人のために. 日本: 世界思想社.
- 楊寬(2003). 中国古代陵寢制度史研究. 中國: 上海人民出版社.
- 梁啟超(2006). 中國之武士道. 中國: 中國檔案出版社.
- 湯淺泰雄(1986). 氣・修行・身體. 東京: 東京平河出版社.
- 李零(2006). 中國方術正考. 中國: 中華書局.
- 李零(2009). 何枝可依: 待免軒讀書記. 中國: 生活・讀書・新知三聯書店.
- 李零(2011). 待免軒文存・讀史卷. 中國: 廣西師範大學出版社.
- 李零(2011). 蘭臺萬卷. 中國: 生活・讀書・新知三聯書店.
- 李澤厚(1985). 中國古代思想史論. 中國: 人民出版社.
- 任繼愈(1981). 中國哲學史論. 中國: 上海人民出版社.
- 任慧峰(2010). 先秦軍禮研究. 中國: 박사학위논문, 武漢大學.
- 日本武道德會(1913). 柔道概說.
- 袁信愛(2008). 先秦人學研究. 中國: 花木蘭文化出版社.
- 源了圓(1989). 型. 東京: 創文社.
- 王家忠(2008). 荊楚武術文化研究. 中國: 박사학위논문, 上海體育學院.
- 王軍(2003). 傳統武德對儒家倫理思想的汲取及融通思微研究. 中國: 석사학위논문, 山東師範大學.
- 王軍偉(2011). 春秋戰國時期俠客與武術關係之考究. 中國: 석사학위논문, 上海體育學院.
- 王獻斐(2006). 俠的精神與武德. 중국: 석사학위논문, 河南大學.
- 晁福林(2011). 春秋戰國的社會變遷. 中國: 商務印書館.

- 程水金(2003). 早期中國文化意識的嬗變—先秦散文發展線索探尋. 中國: 武漢大學出版社.
- 井上俊(2004). 武道の誕生. 東京: 吉川弘文館.
- 寒川恒夫(2014). 日本武道と東洋思想. 東京: 平凡社.
- 阿部 忍(1992). 體育・スポーツ哲學論・武道論. 東京: 不味堂.

ABSTRACT

The Influence of Ideas on Judo Education in The Ideology of Laotzu and Zhangtzu

Kim, Ji-Sung(Kimpo Univ.) · Nam, Duck-Hyun(Korea National Univ. of Education)

This study compared and analyzed the ideology of Lao-tzu(老子) and Zhangtzu(莊子) and the judo principles in order to fundamentally confirm the meaning of judo education. The overall conclusion is as follows. First, the Lao-tzu thought is directly connected to the training principle of Judo. even if it is a technique with weak power, it is said that if it is based on the principle of natural adaptation of power, it is possible to overcome strong and strong power. in other words, Judo emphasizes the principle of technical use that it is not possible to overpower opponents with force, but to suppress naturally stiff and strong forces with natural and soft techniques. Second, the thought of Zhang-ja is related to the judo training curriculum. Zhenren(真人), mentioned by Zhang Zhao, viewed that under any circumstances, through intuitive wisdom, he carried out the life of Dedao(得道). the meaning of a true judo person who matures as a proficient person experiencing trial and error through various training courses in any severe situation is in the same context as the idea of the first son.

Key words: Lao Tzu, Zhang Tzu, Eastern philosophy, judo, training principles

논문투고일 : 2020.09.30.

심 사 일 : 2020.10.10.

심사완료일 : 2020.10.30.

