

2022년도 제10차 **On N Off You Tube**진행 Workshop Academic Program & Proceedings

워크숍 명칭 : 마음을 다스리는 음악과 영성 자연치유

일시 : 2022년 11월 05일(토) 11:00 - 18:00

접수 : 11 : 00 - 18 : 00

장소 : 행복문화상담코칭센터 (월드행복비전교회)

점심 : 11 : 30 - 12 : 30 <학회에서 제공>

워크숍학술대회 13:00 - 17:00

On and Off YouTube 방송으로 진행

홈페이지 주소: www.knaturopathy.org / <http://한국자연치유학회.org>
<http://journal.knaturopathy.org>

등록기관: Crossref / DOI / KCI / Academia.edu / ORCID

오시는 길 : 수인분당선 및 신분당선 미금역 3 및 4번 출구50m
주소: 경기도 성남시 분당구 미금일로90번길36-9. 3층 031-713-0675

연락처: 정미연 간사: 010-9961-1908 박준영: 010-3296-4121

주 관: 한국자연치유학회

공동주최: 수도국제대학원대학교, 국제온열건강문화교육협회,
서울아리랑보존회, 분당 월드행복비전교회

후원기관: HOHS(주)하헌주온열건강과학



한국자연치유학회 회장 의학박사 자연치유학박사 **최 병용**
President Choi Byeong Yong, MD, Ph.D, ND.
The Korean Society for Naturopathy



본부 주소: 서울 성동구 독서당로 441 신동아상가 101호

전화: 02-2299-3118 010-7774-3118 Email: ksn9988@nate.com

오시는 길

(수인분당선(왕십리-미금-수원) 및 신분당선(강남-미금))



행사장 오는길 - 성남시 분당구 미금일로90번길36-9. 앵커스박빌딩 3층

1. 수인분당선:

왕십리-미금역-수원방면 (소요시간 약60분 ^수원역서는 40분)

2. 신분당선:(약 40분): 강남역 -양재-미금역-

3. 서울강남 고속버스 터미널 이용

- 서울3호선-양재역-신분당선 환승
- 남부터미널 이용 상동(소요시간 약 40분)

4. 서울역 이용(약1시간)

전철4호선 - 사당역(2호선 환승) - 강남역 - 신분당선환승 - 미금역

5. 미금역3번 출구는 긴계단 이고,

4번출구는 승강기가있음. 4번출구로 올라와서 왼쪽3번출구

앞길로 50m가다보면 현대벤처빌오피스텔 입간판에서 우회전 30m 가면

앵커스박빌딩 내 행복문화상담코칭센터 (월드행복비전교회)가 보임.

6. 주차: 교회 앞에 주차하거나, 맞은쪽 현대오피스 빌딩 지하 주차장 이용가능.

환 영 사 Welcoming address



오늘 제10차 자연치유 워크숍학술대회를 개최하게 되어 진심

으로 기쁘게 생각합니다. 우리 학회가 2012년 창립하여 현재까지 꾸준히 발전하여 왔습니다. CrossRef / DOI / KCI / Academia.edu / ORCID에 등재되었고, Scopus에 등재가 신청 진행 중입니다.

이 모두가 회원 여러분들의 뜻깊은 성원과 알찬 노력의 결과라고 믿어 의심치 않습니다. 학술대회도 꾸준히 발전하였고 Workshop학술대회도 매년 새로운 분야를 발굴하여 지속적인 발전을 거듭하고 있습니다.

학회의 워크숍에 참여를 해주시는 발표자와 참석해주신 회원 여러분께 진심으로 감사를 드립니다. 오늘날 자연치유의 “영성 힐링”에 대한 관심은 전국적으로 나아가 전 세계적으로 미래 의학의 발전 방향을 말해주고 있습니다.

의학적인 발전도 매우 고무적이지만 제3의 인간의 존엄성을 살리는 자연 의학의 발전은 더욱 고무적이라 할 수 있습니다.

오늘은 알찬 과제를 가지고 여러분들의 참여 속에서 뜻깊은 워크숍학술대회가 되어 주기를 바랍니다.

회원 여러분들의 더욱 알찬 성원과 발전에 기여를 부탁하면서 인사에 대신합니다.

회장 최병용 드림

2022년도 제 10 차

KSN Fall Workshop Academic Program

워크숍학술대회 명칭: 몸과 마음을 다스리는 영성 자연치유

일시-접수 : 2022년 11월 05일(토) 11:00 - 18:00

장소 : 행복문화상담코칭센터(분당 미금역 3번출구)

점심 : 11:30 - 12:30 <학회에서 도시락 제공>

KSN Workshop학술대회 연제, 연사, 좌장 안내

13:00-13:20	전체 사회: 류서원 박사 총무간사장 (RSW동의연구소 소장)
회순	- 국기에 인사 - 회장 인사 - 연사 및 조장 소개 - 감사장 수여 (전인 임원들에게 수여) - 이어서
Workshop	학술대회 개최
13:20-14:00	1. 좌장: 홍금나 박사(제주대학교 대학원) 연제: 서울(한양)아리랑의 형성과 전승실태 연사: 유명옥 박사(서울아리랑보존회 이사장)
14:10-14:50	2. 좌장: 이구연 박사(수면아카데미연구소 소장) 연제: 음악치유의 역사와 발달배경 연사: 김덕 교수(서울외국어대학원대학교 문화예술과 특임교수)
15:00-15:40	3. 좌장: 천준협 교수(수도국제대학원대학교 전인치유전공 주임) 연제: 영적멘토링을 통한 영성테라피 연사: 김정태 박사(한국멘토링협회 회장)
[초록발표]	
15:50-16:30	4. 좌장: 김수영 교수(건국대학교 생명과학과) 연제: 바른걸음을 유지하는 건강비법 연사: 윤준서 석사과정 (신한대학교 지식복지대학원 카이로프랙틱전공)
16:40-17:10	5. 좌장: 홍성진 박사(국무조정실 규제혁신추진단 전문위원) 연제: 상상실감요법 발전사 탐색 연사: 변미경 박사과정(동방문화대학원대학교 자연치유학과)
17:20-17:50	6. 좌장: 이하영 박사(수도국제대학원대학교 전인치유전공 교수) 연제: 일원론적 사고와 이분법적 사고에 대한 고찰 - - 성경사복음서를 중심으로 - 연사: 정미연 석사과정(수도국제대학원대학교 전인치유전공)
16:00 - 종합 토론	: 회장의 전체 평가와 토론 진행
토론자	모든 회원

연사 및 좌장 약력 (가나다라순)

김덕 교수

- 연세대 음악학과 졸업. -MS취득 University of Conservatory, California, USA
- University of Conservatory 대학원 출강. -제1회유럽 K-pop콘테스트 심사위원장
- 일본아카데미협회 국제예능특별대상 수상.
- 서울외국어대학원대학교 문화예술과 특임교수(현), - Global 예술단장(현)
- 2018년 평창동 동계올림픽 주제곡 작곡가. - 한국 최초 음악치유사과정 개설

유명옥 박사

- 일본시네마대학교 의과대학 의학박사. -동방문화대학원대학교 자연치유학 박사
- (사)서울아리랑보존회 이사장(현). - (사)한국전통음악연구회 회장(현)
- 서울대학교 겸임교수(현), 건국대학교 및 의과대학원 외래교수
- 애원 시니어대학 교수. - 국내외 다양한 아리랑연주회 개최 및 초청

천각 김정태 교수/박사

- Cumberland University,USA 기독교상담학 박사 - 한국멘토링협회 회장
- 라이프 및 목회자 대표코치 - 한신대, 명지대, 수원과학대 평생연구소 외래교수

초록 발표

- 변미경 연사 : 동방문화대학원대학교 자연치유학과 박사과정
- 윤준서 연사 : 신한대학교 지식정보대학원 카이로프랙틱 전공 석사과정
- 정미연 연사 : 수도국제대학원대학교 전인치유전공 석사과정

좌장 소개

김수영 교수 -건국대학교 생명과학과 명예교수. 자연치유학회지 편집위원장

이구연 박사

- 차의과대학교 통합의학대학원 의학박사 취득
- 수면아카데미연구소 소장 -Body-EU 대표

이하영 교수/ 박사

- 수도국제대학원대학교 전인치유전공 교수

천준협 교수/ 박사

- 총신대학교 신학박사(TH.D.). -웨스트민스터 신학대학원대학교 신학박사(Ph.D)
- 국제신학대학대학원 상담심리학 박사(Ph.D.). - 동방문화대학원 자연치유학 박사
- 국제신학대학원 상담복지학과 석좌교수. - 쫄다카 축복의 통로 선교회 총재
- 한국자연치유학회 회장역임. -월드행복비전교회 위임목사

홍성진 박사

- 동방문화대학원대학교 자연치유학 박사
- 보건복지부 근무: 목포, 제주, 부산, 인천 등 검역소장 역임.
- 국무조정실 규제개혁위원 전문인(현)

홍금나 박사 : 제주대학교 대학원 외래강사

<2022. 11. 05(토). Workshop학술대회 Proceedings>

2022 한국자연치유학회 추계워크숍학술대회 proceedings topic 1: 1-12.

제 1 발표 연제 및 발표 요지록(초록)

연제: 서울(한양)아리랑의 형성과 전승실태

연사: 유명옥 박사 (사)서울아리랑보존회 이사장

서론

우리의 전통문화 아리랑은 유네스코무형문화유산이다. 아리랑은 중요무형문화재 제 129호이다. 우리의 민족정신이고 혼이고 뉘이며 숨결이다. 우리의 삶이고 역사이고 철학이며 정체성이다.

아리랑에 대한 어원이나 시원은 여러 가지 설이나 주장에 따라 나름대로의 해석을 달리하고 있으며 또 우리가 알고 있는 훨씬 이전의 아리랑이 있을 것으로 추정을 한다. 멀게는 고대의 신화에서부터 고조선의 흥익인간으로 부여 삼한시대를 지나 삼국시대로 고려시대를 거쳐 오늘에 이르기까지 민족종교인 대종교에도, 성경에도, 계룡산에도 아리랑으로 추정되는 설은 있다. 그러나 추정일 뿐 증명해 보일 길이 아직은 없으니 인문학자들의 추후의 과제로 남기고 필자는 현존하는 문헌에서부터 서울아리랑의 시원을 찾아내고 기록으로 남기고자 한다.

우리나라에는 여러 지역을 대표하는 아리랑이 있다. 서울아리랑은 서울지역(경기 일부포함)을 기반으로 형성되고 불려지는 아리랑이다. 올해가 한양 정도 628년이다. 이제 우리는 서울아리랑에 대한 인식과 가치를 달리 할 필요가 있다. 현재의 기록으로 보아 서울아리랑의 시원은 매천야록(梅泉野錄 한양가1894)의 아리랑타령이다. 아리랑타령을 채보한 자존아리랑, 아리랑타령을 길게 부른 긴아리랑, 아리랑타령을 모곡으로 한 영화주제가(본조)아리랑이 서울아리랑이다. 고종의 밀사이면서 독립운동가인 헐버트박사¹⁾는 아리랑을 최초로 채보하면서 '아르랑타령'이라 기록했고, 한국 최초의 작곡가인 이상준²⁾도 '아르랑타령'이라고 조선속곡집에서 기록하고 있다. 이 두 사람은 서울에서 활동한 사람들이다. 영화주제가아리랑 역시 서울의 단성사에서 처음으로 상영을 했고 전형적인 경토리로 서울의 노래이다.

아리랑타령(한양아리랑)의 형성과정과 기록이 문헌에 정확하게 있고, 유적지가 서울에 남아 있다. 1394년 수도를 옮겨 한양으로 이름하고 일제강점기를 거치며

1) 외국인 선교사, 고종의 밀사, 한국의 독립운동가, 한국인보당 한국을 더 사랑한 외국인

2) 새문안교회 성가대지휘자로 일본어를 하진 않은 것으로 유명하다.

경성으로 불리다가 1945년 해방 이후 서울로 불리는 과정에 민중들의 삶이 아리랑타령(서울아리랑) 가사에 다 있다. "너무 쉽다"는 이유로 조선의 양반 지식층으로부터 천대와 괘시를 받던 한글이 400년이 지나서야 눈밝은 외국인에 의하여 진가를 찾았듯이 서울아리랑 역시 "너무 흔하다"는 이유로 이름만 문화재로 지정해 놓은 채 관리가 되지 않는 것은 선조들이나 후손들에게 미안할 일이다. 진정 생활 속의 보호문화유산은 바로 서울(한양)아리랑이다.

1. 서울아리랑의 정의

서울아리랑(아리랑타령)은 서울 지역(경기일부 포함)을 기반으로 형성되고 불린 아리랑을 말한다. 1392년 7월17일 개경 수창궁에서 조선을 개국한 태조는 1393년 2월 15일 국호를 <조선朝鮮>으로 공포한다. 명당을 찾아 한양으로 옮긴 다음 종묘와 경복궁을 짓고 북악산, 낙산, 인왕산, 남산 등에 성을 쌓으니 1394년 11월 21일이다. 새 수도 한양은 지금의 서울이다.

2. 서울아리랑의 범위

결론부터 말하자면 현재의 서울아리랑은 자존아리랑(구아리랑), 긴아리랑, 주제가(본조)아리랑이다. 2005~2006년 문화재청이 주관한 <아리랑종합전승 실태 조사보고서>에서 긴아리랑, 자존아리랑, 주제가(본조)아리랑 3종만을 통속민요 경기아리랑으로 규정했다. 2012년 김태준 외 <한국의 아리랑문화>³⁾에서 구아리랑, 긴아리랑, 강원도아리랑, 본조아리랑, 한오백년, 서울제정선아리랑 6종⁴⁾으로 제시했다. 그러나 강원도아리랑은 잣은아라리를 통속민요화 한 것이므로 강원도아리랑에 속해야 하고 한오백년은 아리랑이라는 후렴을 부르지 않는다는 점에서 아리랑에서 제외한다⁵⁾. 그래서 **서울(한양)아리랑은 3종이다** .

1) <자존아리랑>(구(舊)아리랑)은 1896년 H. B. 헐버트가 오선보로 채보한 <A-ra-rung>으로 일명 <헐버트 채보 아리랑>이다. 서울아리랑의 시작인 아리랑타령을 채보한 첫 아리랑이다.

2) <긴아리랑>(長調아리랑)은 18세기말 ~ 19세기 초 한양에서 활동했던 전문소리꾼들에 의해 만들어져 예술성이 돋보이고 기교가 발휘된 격조 있는 유일한 좌창 계열의 아리랑이다.

3) <주제가(본조)아리랑>(서울아리랑/신아리랑 등 이름이 다양한) 본조아리랑은 1926년 10월1일 조선총독부 완공식을 방해하기 위하여 만들어진 영화 '아리랑'의

3) 박이정, 김태준의 아리랑문화. 2012, p.213.

4) 아라리, 잣은아라리, 위음아라리를 강원도 향토민요 아리랑으로, 밀양아리랑을 통속민요 경상아리랑으로, 진도아리랑을 전라도 통속민요 아리랑으로 분류했다.

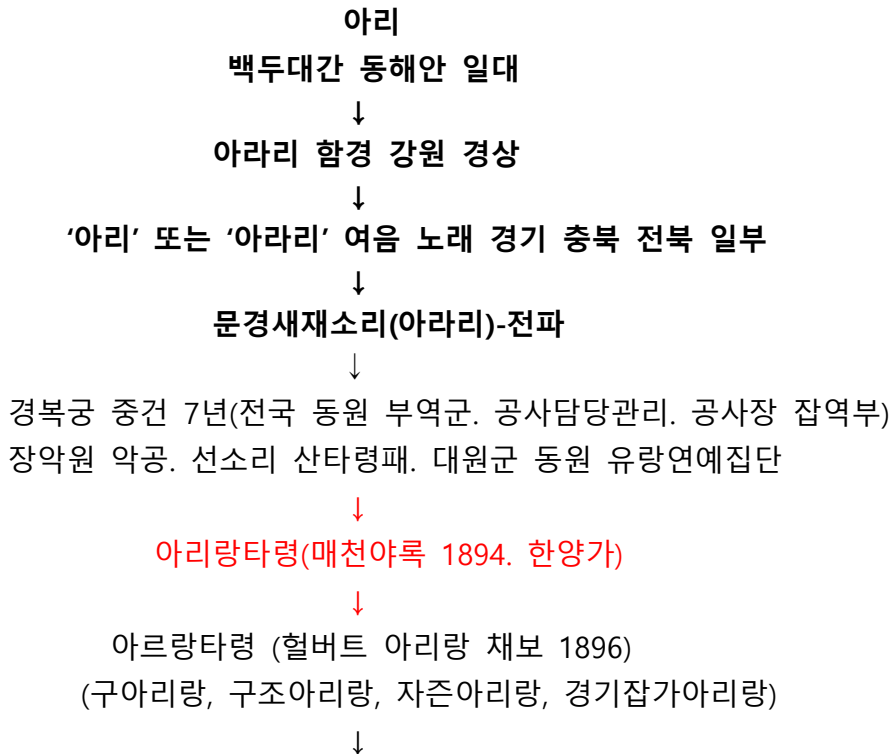
5) 김경아, 경기아리랑의 형성과 전승 연구. 일부참고, pp.38-39.

주제가이다.

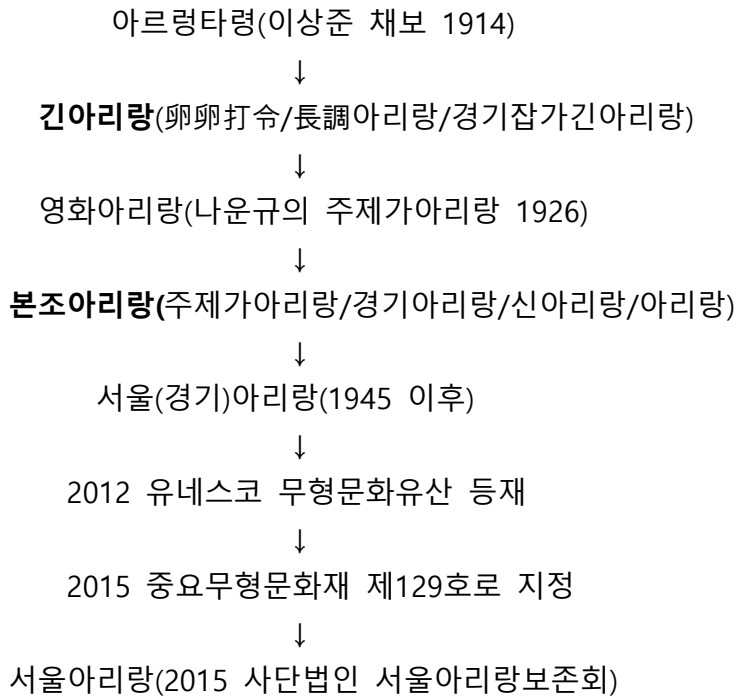
3. 서울아리랑의 연구목적

서울에서 생겨난 서울아리랑(아리랑타령)은 서울을 대표하는 서울의 소중한 문화유산이며, 서울의 지역성이 묻어나는 서울의 토리를 가진 서울의 아리랑으로 서울의 역사이고, 서울의 아이콘이다. 그럼에도 서울아리랑은 문화재청에서도 경기아리랑으로 조사가 되었으며 그나마 경기민요에도 서도소리에도 포함이 되지 않아 무주공산이다. 아리랑은 단순히 민요가 아니다. 민요의 장르를 넘어 우리민족의 얼이고 생활이다. 애국가였고, 노동요였고, 군가였고, 일제 강점기의 저항가였으며, 사랑하는 조국을 그리던 망향가였다. 이별의 아픔이나 시집살이를 견뎌내게 했던 위로의 노래였고 역병이 돌던 시절 부적으로도 쓰일만큼 아리랑은 우리에게 위로가 되었고 정신적인 의사였다. 일본에 강제징용되어 노역에 시달리다 죽어가는 동료들을 붙잡고 살아남기 위해 불렀던 생명의 노래였다. 우리의 전통민요 서울아리랑이 역사성, 예술성, 학술성을 기반으로 책임 있는 전승 환경이 조성되고 자랑스러운 서울의 보호문화유산으로 지정이 되어 치유와 수련 더 나아가 산업과 외교의 수단으로 더 격조 있고 유익하게 쓰일 수 있기를 바란다.

4. 서울(한양)아리랑의 형성⁶⁾



6) 김경아, 경기아리랑의 형성과 전승 연구. 일부참고, pp.38~39.



자존아리랑(구아리랑)은 조선조 말기 경북궁 중건공사로 인한 대규모 인적,물적 교류를 통해 토속민요 메나리토리 '아라리'에서 통속민요 경토리 '아리랑'으로의 변이로 형성되었다⁷⁾. 위의 도표에서 보듯이 7년에 걸쳐서 경북궁을 중건하는 동안 전국 동원 부역군, 공사담당관리, 공사장 잡역부, 장악원 악공, 선소리 산타령패, 대원군 동원 유랑연예집단 등에 의해 자연스레 변이과정을 거치면서 생겨났다고 했다.

'변이'라는 사전적 의미를 보면

변이 1(變異)

같은 종에서 성별, 나이와 관계없이 모양과 성질이 다른 개체가 존재하는 현상.

기원(起源·起原)을 같이하는 개체(個體) 사이에서 형질(形質)이 다른 것이 나타나는 현상(現象)modification

외부 요인의 작용에 의한 환경 변이, 유전자의 변화에 의한 돌연변이가 있다.

미국식[| mɑ:dɪfɪ | keɪʃn], 영국식[| mɒdɪfɪ | keɪʃn] (개선을 위한) 수정[변경] (=adaptation)

변이 2(變移) : 세월의 흐름에 따라 바뀌고 변함. 점진적 진화change, transition
다른 상태조건으로 변해감.

앞의 두 가지 예에서 보듯이 본질과는 다른 의미의 단어 일수도 있다는 뜻이다. 지금도 서도민요에서 '긴아리, 잣은아리'라고 부르고 또 정선에서도 어르신들은 '아

7) 김경아. 경기아리랑의 형성과 전승연구 요약에서.

라리'라고 표현을 한다. 생물학적으로 생긴 염색체의 변이도 정상과는 전혀 다른 모습과 성질로 나타난다. 코로나에서도 보듯이 오미크론이나 델타변이, 스텔스, 원숭이 두창 등 예방약도 치료약도 다르다. 염색체의 변이에서 온 인간도 정상과는 전혀 다른 외모와 지능을 보인다. 진화라고 보아도 좋고 인위적인 수정 변경이라 해도 좋다. 아리랑(아르랑, 아르렁)이라는 단어의 시작은 서울임이 분명하고 토리도 서울스럽게 바뀐 경토리이다.

더욱 분명한 것은 매천야록의 기록에 의하면

“이때⁸⁾ 새로 생겨난 고운 가락이 있으니 ‘아리랑타령’이라한다.” 라고 분명하게 적혀 있다. 매천야록의 저자 황현은 아리랑을 부정적인 시각으로 보는 인물중의 한사람이었고 당시의 상황을 정확하게 기록한 사람이다.

[1867~] 경북궁의 중수공사 7년- ‘아리랑’의 형성 또는 변이의 첫 국면

경복궁을 이룩할때에 인민을 강제로 잡아다가 부역을 시켜 사랑하는 사람을 여의고 정든 고향을 떠나서 채찍 밑에서 고역을 할때에 그들에 입에서 수시로 흘러나와 아리랑이라는 민요가 시작된 것이니 이것이 전해 내려오고 또한 여러 곳으로 퍼져 지금은 동서남북의 아리랑의 그 정서는 같으면서도 다 각기 그 지방색을 띠게 되었다.

- 삼성생 <토월리의 ‘아리랑고개’를 보고>. 조선일보 1929.11. 26⁹⁾

경복궁 중수공사 기간에 전국의 많은 소리와 놀이들이 교류되었다는 점을 주목할 때 이런 상황에서 아리랑이 형성되거나 전국적으로 확산되었다는 주장입니다. 경북궁 중수 7년의 상황은 토속적인 민요 ‘아라리’를 시대의 노래 ‘아리랑’으로 환골탈퇴 시킨 계기가 되었습니다.¹⁰⁾

우선 1790년 발행된 <만천유고> 속의 <농부사>에서 경기지역의 농부생활상을 기록하는 가운데 농요의 후렴에 ‘아리랑’의 유사음 ‘아노농’의 기록이 있고, 1894년 매천야록의 아리랑타령으로 나와 있으며 <한양5백년가>에서는 경북궁중수 공사장에서 부역꾼들이 아리랑타령을 구슬프게 불렀다는 기록 등이 있다. 이런 기록으로 보아 서울경기(한양) 아리랑이 있었음은 알 수 있지만 유감스럽게도 노랫말이나 곡조에 대한 기록이 없어 지금에 와서 재현을 시킬 방법이 없다. 그래서 필자는 정확하게 문헌에 나와 있는 서울의 아리랑을 그 시작으로 본다. 그리고 우리가 추정하고 있는 것들이 정확한 기록이나 고증으로 확인이 된다면 언제든지 다시 수정하여 기록해 갈 것이다.

1886년 고종의 밀사였던 선교사 험버트가 고국의 동생에게 보낸 편지에서 아리랑 가사가 소개되었고, 1894년 매천야록에 기록이 있으니 이때를 서울아리랑의 기점으로 한다(Fig. 1). 그리고 10년 후인 1896년 2월에 <The Korea Repository(조선유

8) 구한말 경북궁을 중건하는 시기
9) 2018 아리랑페스티벌 6쪽
10) 2018 아리랑페스티벌 6쪽

기)에 실린 H.B 헬버트의 채보로 서양 악보에 아르랑타령이라는 이름으로 소개가 되었다. 당시에 유행했던 아르랑타령을 아이들이 부르는 것을 듣고 외국인 선교사가 악보화한 것으로 서울(한양)지역에서 채보가 된 최초의 아리랑이다. 동시에 우리나라 최초이기도 하다. 3/4박자의 악보를 2/4박자로 표시하긴 했어도 분명히 그 명칭이 <아르랑>이고 후렴 또한 <아르랑 얼싸 배 띄워라>로 분명한 아리랑이다. 그래서 서울지역에서 새로 생겨난 아리랑은 아르랑타령이며 이는 서울아리랑의 첫 모습으로 아주 중요한 서울아리랑의 역사이다.

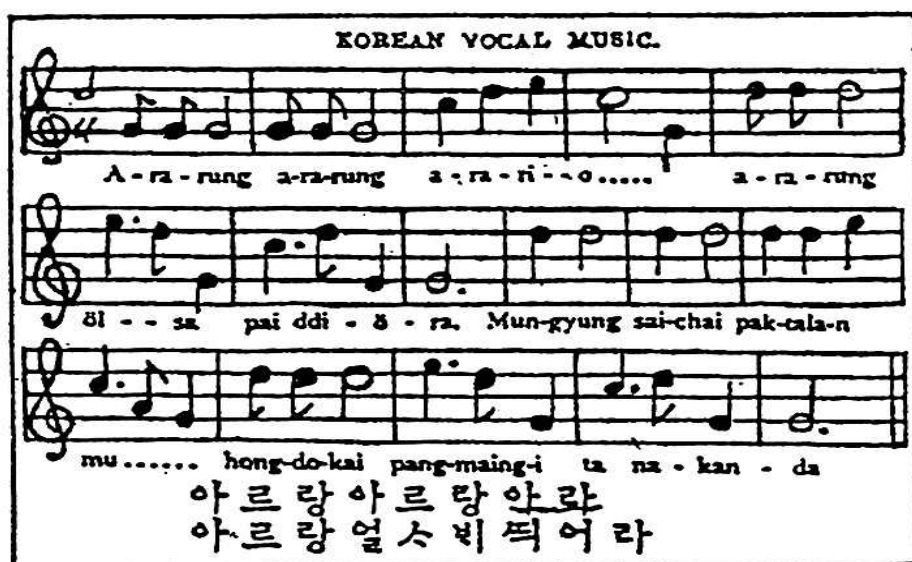


Fig. 1. 헬버트 채보 아르랑타령(1896 Korean Vocal Music) 11)

다음은 18년 후인 <조선 속곡집(朝鮮俗曲集)上>이다. 이 자료집은 1914년 이상준에 의해 편집이 된다(Fig. 2). 제25쪽에 나오는 '아르랑타령'이란 제목의 가사 2절과 악보가 실려 있으며 이 악보와 가사 말은 18년이라는 시차가 있음에도 H.B 헬버트 채보의 자료와 노랫말이 거의 같다는 점이다. 헬버트는 선교사이면서 고종의 밀사로 주로 서울(한양)에서 생활을 했고, 이상준 역시 서울에서 활동을 했으니 서울의 아리랑이라고 간주해도 무방한 것이다.

11) 김연갑, 한겨레아리랑연합회 이사장, 복사본 소장.



Fig. 2. 이상준채보 아리랑타령(1914년 조선 속곡집).

서울지역에서 잡가적 성격을 띤 긴 아리랑은 서울지역 동시대 전문 음악인들의 기교가 발휘된 격조 높은 아리랑이다. 전문 음악인들에 의해서 형성되고 전승되었다는 점에서 1920년대 음반과 잡가집에서 긴 아리랑의 장르명은 잡가 또는 속요라고 표기했다. 민요보다는 격이 있는 장르로 본 결과이다. 긴 아리랑의 출현은 1900년대 들어서이다. 경북궁 중건을 계기로 형성된 아리랑타령이 유행을 하자 이에 자극을 받은 잡가계통 전문 음악인들이 경토리의 아리랑을 만들어 낸 것이다. 전문가적인 성음으로만 부를 수 있는 완성도 높은 아리랑이다. 긴아리랑은 1914년 이상준의 조선속곡집 상(上)으로부터 출현한다. 곡명은 긴 아리랑 타령에 부제로 정차장타령이라고 했다. 이 시기에 자준아리랑은 아리랑으로 표기되던 시기였으니 긴 아리랑으로 구분하여 부르게 되었다.

매천야록(梅泉野錄)의 아리랑타령(阿里娘打令)

매천야록은 한말 시인이자 학자인 황현이 1864년(고종1)부터 1910년(순종4)까지 47년간의 사실을 기록한 역사책이다. 이 중 1894년 <한양가>에서 나오는 명성왕후의 관련기록과 함께 서울아리랑의 시점을 알려주는 아주 귀중한 자료이다(Fig. 3). 정월에 왕(고종)이 낮잠을 자는데 꿈에 광화문이 쓰러지는 것을 보고 놀라 큰소리를 지르며 잠에서 깨어났다고 한다.

긴 아리랑

재민: 윤은희
노래: 유영옥

자유롭게

V

아 리 랑 아 리 랑 아 라 리 로
아 리 랑 아 리 랑 아 라 리 로
아 리 랑 아 리 랑 아 라 리 로

수 노 구 아 리 랑 아 리 랑
수 노 구 아 리 랑 아 리 랑
수 노 구 아 리 랑 아 리 랑

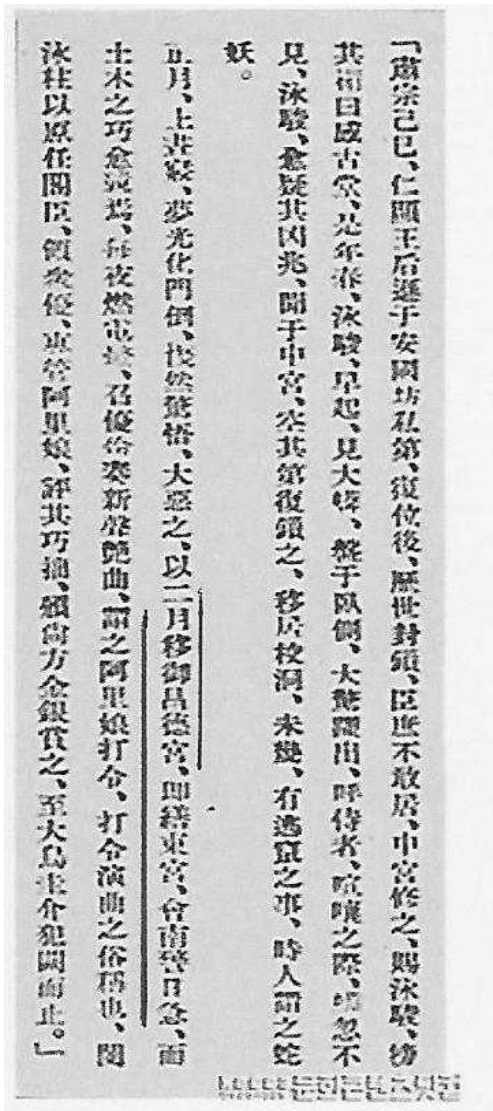
수 아 라 리 로 구 표 만 정
노 약 노 타 가 게 아 리 랑
노 약 노 타 가 게 아 리 랑
노 약 노 타 가 게 아 리 랑

장 과 기 기 풍 풍
고개 다 경 기 강 들
바다 고 현 고 풍 들
만애 는 낙 시 걸

비 가 는 새 아 이 디 매 나 닳 수
깃 는 고 대 정 언 님 오 시 기
배 는 해 일 은 아 말 들
배 표 닳 갈 새 관 배

라 만 고 앞 고 대 풍 이 보 자
안 갈 고 대 고 대 한 다
관 는 고 님 투 한 다
는 일 시 관 배 에 라

Fig. 3. 매천야록의 아리랑타령.



이에 이월(二月), 어전을 창덕궁 선동관으로 옮기시고, 왕이 꿈에 불길함을 본 후 위급한 날이 닥쳐올 것을 경계하여 시름을 잊고자 풍류객들을 모아 묘한 악기와 재주들로 하여금 노래를 시키는데 매일 밤 전등불로 궁궐을 밝히고 악공들로 하여금 노래를 부르게 하여 악몽을 잊으려고 하였다. 이때 새로 생겨난 고운 가락이 있으니 이르기를 <아리랑타령>이라 한다. 타령은 연곡의 속칭이며 각신들로 하여금 우수한 악공들을 거느리게 하는데 아리랑타령을 오로지 제일로 삼아 관할하고 헤아려 높은 벼슬을 내리고 금은(金銀)의 상을 후하게 주더라

출처 : 문화컨텐츠닷컴 인용

5. 가사

헐버트 아르랑 사설

후렴-아르랑 아르랑 아라리오 아르랑 얼싸 배 띄어라

- ① 문경새재 박달나무 흥두께 방망이로 다 나간다
- ② 정든 님 이별에 가슴 미어지네 허리를 부여잡아도 님은 돌아서 가네
- ③ 호랑나비 날개에 실어 바람 부는 언덕으로 날 데려다 주오
- ④ 님과의 이별은 두렵고 슬퍼요 돌아올 님 기다려 낙루낙루 한다

아리랑(亞里郎)타령

후렴-아리랑 아리랑 아라리오 아리랑 띄여라 노다 가게

- ① 문경새재 박달나무 흥두께 방망이로 다 나간다
- ② 뒷동산에 박달 나무 길마 까치로 다 나간다

- ③ 아리랑 타령을 썩 잘하면 가던 아가씨가 돌아선다
- ④ 남산 밑에 장충단을 짓고 군악대장단에 밧드러 총만 한다
- ⑤ 아리랑고개에 정거장을 짓고 정든 님 오기만 고대로다

긴아르렁 타령 사설 (1914 이상준 조선속곡집)

후렴-아르렁 아르렁 아라리가 낫네 아르렁 띄어라 노다노다만 가게

- ① 만경창과 거기 둥둥 떠가는 배야 어딿 배냐 닷주어라 말 물어보자
- ② 앞 강에 뜬 배는 낚시질 배요 뒷 강에 뜬 배는 님 실은 배라
- ③ 아리랑 고개에다 정거장을 짓고 정든 님 오기 고대고대 한다
- ④ 기차는 가자고 고동을 트는데 친구는 비어 잡고 낙루낙루만 한다

주제가아리랑 사설

후렴-아리랑 아리랑 아라리요/ 아리랑고개를 넘어 간다

- ① 나를 버리고 가시는 님은/ 십 리도 못 가서 발병 난다
- ② 청천 하늘에 별도 많고/ 우리네 살림살이 말도 많다
- ③ 풍년이 온다네 풍년이 와요/ 이강산 삼천리 풍년이 와요
- ④ 산천에 초목은 젊어나 가고/ 인간에 청춘은 늙어가네
- ⑤ 문전에 옥답은 다 어디로 가고/ 동양의 쪽박이 웬 말인가



Fig. 4. 아리랑 주제가 본조 아리랑.

주제가(본조)아리랑은 1926년 10월 1일 종로 단성사에서 개봉된 영화 “아리랑”주제가로 탄생한다(Fig. 4). 조선총독부 완공기념식을 방해하기 위해 만들어진 이 영화는 일제 식민지 독립운동의 성격을 가진 영화이다. 아리랑타령이 모태가 된 이 아리랑은 서울에서 생겨난 서울아리랑임이 분명하다. 작곡은 김영환이다. 일제의 탄압을 사실적으로 묘사하여 가사를 삭제 당하고 전단지를 압수당하는 등 수난을 당하기도 했다. 영화와 함께 전국은 물론 조국을 떠나는 동포들, 일제강제징용자들, 위안부, 독립군, 광복군, 농부들, 어부들, 화전민, 선교사, 심지어 군대의 암호까지 그것도 모자라 역병의 부적으로도 쓰일만큼 모두 각자의 사연을 담아 가사가 만들어졌으니 전형적인 민요의 생태임은 명확하다. 제목에서 보듯이 “조선민요소곡집”이다 현재에도 세계인이 알고 사랑하는 노래이며 세계에서 가장 아름다운 노래로 선정되었고, 본조아리랑이라는 명성을 누리고 있는 노래이다. 그 중심에 있는 아리랑이 서울(한양)아리랑이다. “왕이 꿈에 불길함을 본 후 위급한 날이 닥쳐올 것을 경계하여 시름을 잊고자 풍류객들을 모아 묘한 악기와 재주들로 하여금 노래를 시키는데 매일 밤 전등불로 궁궐을 밝히고 악공들로 하여금 노래를 부르게 하여 악몽을 잊으려고 하였다. **이때 새로 생겨난 고운 가락이 있으니 이르기를 <아리랑타령>이라 한다.**” 이렇게 서울아리랑은 치유의 음악으로 생겨났다.

또 인류음악치유역사에 있어서 우리의 <영화아리랑> 만큼 오랜 기간 상영되며 많은 사람들의 울분과 가슴앓이를 동시에 치유해준 예는 찾아보기가 힘들고 앞으로도 쉽지 않을 것 같다. 세계적인 팝 작곡가 폴 모리가 이끄는 폴모리악단이 연주한 감미로운 경음악 아리랑은 우리 맘을 아주 편안하게 해준다. 관현악과의 절묘하고 멋진 조화가 신기하게도 영혼의 울림을 준다.

일제 강점기에 숨죽여 피 울음을 삼키며 껴꺼이 부르던 그 가락이 원인과 한恨을 스스로 걸러버리고 정화되어 우리 앞에 환생한 느낌이다.

7. 결론

앞에서 말했듯이 서울아리랑은 형성과정과 기록이 정확하고, 유적지가 현재도 서울에 남아 있다. 분명히 서울의 아리랑, 서울아리랑인데 많은 사람들이 서울아리랑이 있느냐고 물어온다. 강원도아리랑, 밀양아리랑, 진도아리랑은 있는데 왜 서울아리랑은 없을까? 짚박물관도 있고, 쌀 박물관도 있고, 술 박물관도 있다. 하물며 무속박물관도 있거늘 서울의 아리랑박물관이 없다는 것은 서울시의 부끄럼이고 직무유기이다. 우리는 너무도 중요한 것들을 간과해버리는 오류를 종종 범하곤 하는데 서울아리랑이 그런 예이다. 보호문화유산을 지정할 때 소멸될 위기에 있는 것을 지정한다고 한다. 중요한 것은 많을 때, 또는 유행 할 때 핵심을 골라 잘 전승하고 보존하는 것이 진정한 보존이 아닐까?. 다시 강조하지만 생활 속의 보호문화유산은 바로 서울아리랑이다.

8. 제언

아리랑은 유네스코 심의기구와 한국의 전문기관이 그 역사성과 예술성과 학술성을 인정한 대한민국의 전통문화유산이다. 서울(한양)아리랑은 서울 특유의 지역성과 근대성을 배경으로 하는 특별한 가치를 지닌다. 서울아리랑은 현재로서는 최초 기록인 매천야록의 아리랑타령이며 이를 채보한 험버트의 아르랑타령이다.

아리랑타령(험버트아리랑)은 우리나라 최초로 서양의 악보로 그려진 노래이면서 서울의 토속민요이다. 우리나라 최초의 서양악보로 그려진 노래이면서 토속민요 아리에서 서울의 아리랑으로 새로 탄생하는 변곡점으로 아주 중요한 자료의 가치를 지니고 있다. 긴아리랑 역시 어디 내놓아도 손색이 없는 명곡이다. 주제가아리랑도 다른 지역아리랑과 다르게 서울을 넘어 대한민국을 넘어 세계 곳곳에서 형성 층위가 다양하다. 세계에서 가장 아름다운 노래라고 인정을 받은 주제가아리랑<본조아리랑>은 서울에서 전승되고 있다. 그럼에도 서울(한양)아리랑은 어느 과목에도 지정이 되어있지 않아 주인이 없다. 반드시 통일을 이루어야 하는 남북분단의 현실에서 남북문화의 공통분모인 서울아리랑으로 민족의 동질성을 회복하고 새로운 가치를 발현시켜 세계로 확산시켜야 하는 고부가가치의 문화적 자원이다. 서울의 아리랑을 삶의 현장에서 향유하며 가치를 실현하고 계승하는 전승자와 전승공동체는 사단법인 서울아리랑보존회이다. 필자인 서울아리랑보존회 이사장 유명옥은 서울아리랑을 주제로 발표회를 하고 정기공연을 하며 축제를 통해 경연대회 등을 열고 있다. 또한 아리랑음악치유라는 장르를 개발하여 아리랑음악을 수련곡이나 체조로 창조적 계승을 해 가며 20여편의 논문과 책으로 기록을 남겨가고 있다. 이제 행정수도를 세종시로 옮긴다는 말이 오간다.

세계의 노래, 서울(한양)아리랑이 한 시절을 스쳐가는 노래가 아니고 **서울의 보호문화유산으로 지정이 되어 서울의 역사에 아름답게 그리고 멋지게 기록되고 간직되며 전승되기를 기원 한다.**



한국자연치유학회
Korean Society for Naturopathy

2022 한국자연치유학회 추계워크숍학술대회 proceedings topic 2: 13-14.

제 2 발표 연제 및 발표 초록

연제: 음악치유의 역사와 발달배경

연사: 김덕 교수(서울외국어대학원대학교 문화예술과 특임교수
Global 예술단장, 2018년 평창동 동계올림픽 주제곡 작곡가,
한국 최초 음악치유사과정 도입)

서론

1. 음악 치유(치료) 역사와 발달배경.

음악치유의 역사는 약 1500년경 기록으로 추정한다. 이집트 의학 파피루스에서 최초로 음악이 인간 신체에 미치는 영향에 대하여 언급을 하였다. 이집트에서는 불임증과 루마티즘 질환에 음악을 사용하여 치료했다고 기록이있다(Yavor Mende. 고대 의학. Cambridge Stanford Book).

그 이후 미국에서 1950년에 "미국 음악치료 협회"가 결성되고 학위취득을 위한 기본교육과 훈련으로 기준을 제정하고 소정의 교육을 받은 음악 치료사는(RMT)로 칭했다. 이후에 1971년 두번째 음악 치료협회인 "미국인 음악치료협회(AAM)" 가 결성되면서 교육과정과 훈련을 받은 음악치료사(CMT) 라고 불렀다.

1978년에 드디어 두 협회가 "미국 음악치료협회"(AMTM)로 통합되면서 최종 "음악치료사" 명칭을 (MT) 로 통일하고, 1985년 부터 시행 공인자격 시험과 함께 음악치료사로 자리를 잡아왔다(www.musictherapy.org).

개스톤(Gaston)의 관련적 음악치료는 지적 장애인. 노인치매환우등...

안전한 환경을 위해 음악치료 활동으로 노래 부르기.

창작 작사. 즉흥적으로 여러종류 악기연주 등을 기초로 도구로 사용하였으며...

해가 거듭할 수록 파생적 응용으로 미술치료. 여행힐링치료. 요가명상 치료. 더나가 스포츠 치료...등등 으로 다양하게 변화하고 있다.

유영복(2016)은 음악은 인간의 가장 원초적인 활동으로 인류의 시작과 함께 지금까지 존재해 오며 우리의 마음에 평안과 위로를 주고, 우리의 영혼을 고조시키며, 성스러움을 자극하기도 하는 치유기능을 가지고 있다고 하였다..

결과적으로 성격 취미에 따라 사람과 사람의 만남으로 변화하면서 기쁨과 행복을 느낄 수있는 마음의 변화가 "종합예술치료"라고 감히 작곡가 김덕 교수는 말할 수 있다.

2. 음악은 인간이 현재를 인식하는 유일한 영역이다.

‘음악은 인간이 현재를 인식하는 유일한 영역이다.’

- 미국 작곡가, 스트라스키

3. 음악을 통한 파워네트워킹

- 과중한 업무와 스트레스의 결합으로 인하여 자신감의 하락 가속화

- 조직에 대한 고찰과 자기자신에 대한 성찰을 통한 역량강화 모색
 - 왜? 우리는 음악을 부르는가.... 노래는 음율이 있는 언어를 사용하여 감성을 대변
 - 음악은 서로 간의 경계를 허물고 감성을 치유할 수 있는 제일 쉬운 방법
 - 히든싱어 프로그램에서 모창자들은 원조가수의 노래, 콘서트에서 멘트 등 본인이 가장 힘들고 고통스러운 순간에 삶을 살아갈 수 있는 원동력을 찾았다고 지속적으로 얘기하고 있음.
- > 노래는 감성적인 언어와 멜로디 구성되어 강요가 아닌 자신 스스로 느끼고 깨달음.

4. 음악을 통하여 적용되는 효과

- 생물학적: 사람이 건강해야 노래를 부를 수 있다.
- 심리학적: 심적 치유와 기분전환에 도움이 된다
- 사회학적: 음악 봉사활동으로 자신감부여 및 사회적 공감대를 나눌 수 있다.

6. 결핍으로부터의 자유

- 있어야 할 것이 빠지거나 모자람으로 계속해서 생기지 않고 아주 없어지는 것을 말하며, 남에게 구속을 받거나 무엇에 얽매이지 않고 자기 뜻에 따라 마음대로 할 수 있어야 한다.

7. 공포로부터의 자유

- 불안과 패배에서 발현되는 두려움이 위기의 본질이다. 그리고 긍정적인 사고가 이를 타파할 수 있는 유일한 방법이다. 이러한 기회를 '노래부르기' 음악사업이 제공할 수 있다고 생각한다. 또한 악기 연주 작곡등 여러 가지 사업이 있다.

8. 문화예술의 자유

- 사람은 누구나 문화예술을 통하여 즐기고 자유롭게 동참하며 운택한 삶을 누릴 권리가 있다. 그러나 현 상황은 개인이 이를 자유롭게 행하기에 제약조건이 따르고 있는 것이 사실이다. '노래부르기'는 이러한 기회를 제공하고자 기획된 것이다. 옛날에는 풍류를 즐겨야 큰일일 할 수 있다고 했다.

9. 미래를 위한 4가지 치유

팬데믹, 새로운 형태의 사회를 만들어냈다

(1) 언론과 의사 표현의 자유

- 우리나라에는 언론의 자유가 존재한다. 그러나 이에 기대에 가짜뉴스와 가짜정보가 난무하고, 이러한 필터링을 거쳐야하는 방송국조차도 때로는 편향적인 태도를 취하는 것이 현실이다. 이러한 모습은 우리나라 국민의 삶에 존재하는 불안성이 발현되도록 부추기고 있는 요소이다.

(2) 신앙의 자유

- 법률이 허용하는 범위 안에서 제한이나 간섭을 받지 아니하고 종교를 믿을 수 있는 자유가 보장되어야 하며, 자기가 원하는 종교를 자기가 원하는 방법으로 믿을 수 있는 자유를 누리면서 다른 종교와 큰 마찰 없이 함께 공유해 나가야한다.

(3) 포스트 코로나 시대, 우리의 현재 모습

- 코로나 19는 사회적 환경과 근무형태, 사람간의 단절, 국가의 역할, 국제질서의 재편 등 급격하게 우리사회를 변화시키고 있음.
- 마스크 착용이 생존을 위한 일상화가 되고 있음.
- 확진자 동선공개와 사회적 거리두기 실시
- 코로나 19가 새로운 계급 불평등을 초래할 수 있다는 우려 제기
- 코로나 팬데믹으로 인한 반세계화 시대의 도래
- 언택트 기술과 서비스 급부상으로 기존 서비스 산업의 재편

(4) 팬데믹 새로운 형태의 사회를 만들어낸다.

- 코로나 19라는 불편한 손님과 장기간의 동거를 해야 하는 상황
- 코로나 블루, 당신은 안녕하십니까?
- 경기연구원이 발표한 '코로나 19로 인한 국민정신건강설문조사'
- > 응답자의 47.5% 코로나19로 인한 불안 및 우울감을 경험
- 비대면과 대면, 선택과 집중
- 사회의 급속한 성장은 인간을 피곤에 지치게하고, 점차 비대면사회를 꿈꾸게 한다.

참고문헌

- American Music Therapy Association. www.musictherapy.org
- 유명복. 2016. 음악의 치유기능에 대한 고찰. 기독교교육정보 49: 141-165.
- Gaston, E.T. 1968. Music in Therapy. Macmillan Publisher.
- Gaston, E.T. 1958. Leader in Scientific Thought on Music in Therapy and Education. Published By: Sage Publications, Inc.
- Johnson, R.E. 1981. Gaston, E.T. 1958. Leader in Scientific Thought on Music in Therapy and Education. J. of Research in Music Education. 29(4): 279-286.
- Hall, M.P., 윤민, 남기종. 2018. 음악의 심리학 : 몸과 마음을 치유하는 음악의 힘. 마름돌: 윤앤리퍼블리싱.
- Yavor Mende. 고대 의학. Cambridge Stanford Book.



한국자연치유학회
Korean Society for Naturopathy

2022 한국자연치유학회 추계워크숍학술대회 proceedings topic 3: 15-20.

제 3 발표 연제 및 발표 초록

연제: 영적멘토링에 의한 영성테라피

연사: 천각 김정태 교수/박사(한국멘토링협회장/라이프코치/목회자코치/
기독교상담학)

서론

1. 연구의 필요성

우리는 영성의 시대로 돌입하고 있다.

신학자뿐만 아니라 미래학자들도 이런 예측을 하고 있다.

세계적 미래학자인 워싱턴대 윌리엄 교수는 “2020년 정보시대는 끝나고 지식 이
상적 가치와 목표를 중시하는 영성시대가 올 것”이라 예측 했다. 또한 ‘제3의 물결’
저자인 앨빈 토플러는 제5 물결을 영성이라고 말했다.

영성의 시대가 온다는 것은 영성이 유행한다는 것이며 동시에 ‘영성’ 개념에 관
한 혼란의 시대가 온다는 것일 수도 있다. 그래서 지금 우리사회는 수많은 사람들
이 영성에 대해 제각각 목소리를 내고 있고 각자의 추구하는 목적들에 따라 다양한
영사상과 생각들이 영성이라는 미명아래 정확한 개념 정리도 되지 않은 채로 우리
의 삶속에 뿌리고 내리고 있는 실정이다,

또한 무분별하게 자행되는 영성운동으로 인해 개신교적 정체성마저 흐려지고 위
협받고 있는 현실이다.

이런 상황에서 영적멘토링을 통한 영성치유는 영성이란 무엇인지 정리하고 영
적시대에 일어 날수 있는 여러 가지 일들을 통해 이 상황에서 일어나는 영적 질병
들에 대한 그 치유적 방법을 찾아보고자 한다.

2. 연구의 배경

영성이란 무엇인가?

영성(Spirituality)이란 사람을 영과 혼과 몸으로 구분할 때, 영성은 영적 성질 또
는 그런 특성을 추구하는 삶의 태도를 말하는 것이다.

영성에 대한 정의들을 보면

조던 오먼(J. Aumann)은 영성이란 넓은 의미로는 인간행위를 유발하는 어떤 태도
나 정신으로서, 구체화된 종교적 또는 윤리적인 가치를 총칭한다고 하였으며

위키백과에서는 영성(靈性, Spirituality)은 종종 삶에서 영감을 주고 삶의 방향을
알려주는 원천인 것으로 경험되고 있으며 또한, 영성은 비물질적 실재들을 믿는 것
이나 우주 또는 세상의 본래부터 내재하는 성품(immanent nature) 또는 초월적인
성품(transcendent nature)을 경험하는 것을 뜻하기도 한다라고 정리하고 있다 그리
고 그 낱말의 의미는

- 1) 궁극적 또는 비물질적 실재(實在, reality),
- 2) 자신의 존재의 에센스(essence, 정수)를 발견할 수 있게 하는 내적인 길(inner path)3)의거하여 살아야 할 준칙으로서의 가장 깊은 가치들과 의미들[이내포 되어 있다 고 한다.

성경의 구약에서는 '영성'에 해당하는 단어는 '루아흐'와 '네페쉬'이다. 이 단어는 '영'이나 혼, 또는 '영혼'으로 번역 되었는데, 라틴어 '스피리투스'로 번역돼 있는 단어이다. 단어 상으로 '루아흐' 뜻은 '호흡, 생명, 바람, 정신, 공기, 영혼' 등 뜻을 가지고 있고, '네페쉬'는 '육심, 생명체, 인간'을 의미한다. 이 두 단어는 영적인 것이나, 정신적인 것을 나타낼 때 혼합적으로 사용되기도 하지만, 일반적으로 '네페쉬'는 '육신'을 말하는 히브리 단어 '바샤르' 반대 개념이다. 때문에 '네페쉬'는 정신, 영혼, 마음, 등 뜻으로서, 개인적이고 구체적인 것에 생명을 주는 것으로 이해해야 한다. 그러나 '루아흐'는 인간에게 생명을 부여하는 '하나님의 숨'이다. 곧 만물을 살리는 힘, 또는 하나님 영으로 이해돼야 한다.

3. 본 론

1) 영적시대에 많이 일어나는 질병들

초지능 초격차 초연결의 정보화시대는 세상을 빠르게 변화 시킨다. 이제 부터의 미래는 우리가 한 번도 겪어보지 못한 세상, 아무도 예측하지 못한 역사가 전개될 확률이 높다. 한 번도 겪어보지 못한 미래를 살아간다는 것은 변화에 대한 두려움과 불안을 넘어 공포까지 느낄 수 있게 만든다. 그리고 인공지능로봇의 등장은 인간을 점점 더 열등감으로 내몰아 간다.

열등감은 인간의 존재를 무의미하게 하는 치명적인 원인이다.

지금까지 사회가 부과한 역할에 충실했던 삶이 그런대로 '성공'이라면 성공이었고, 애써 쌓은 사회적 명성과 자존심으로 포장된 자아가 자신의 진정한 모습을 대면하기는 점점 더 어려워질 것이다

인간은 고통스러운 삶은 참을 수 있지만 무의미한 삶은 참지 못하는 존재이다. 우리가 삶의 의미를 묻는 것은 생각하는 존재로서 자기 삶을 의식하며 성찰할 수 있기 때문이다.

이러한 변화에 열등감은 두려움과 불안을 만들어 내고 영적질병들이 발생하게 된다,

종교개혁가 칼뱅은 인간의 영적인 병들을 가리켜 '치명적이고 저주받은 병'이라고 표현했다. 여기서 영적 병들이란 교만, 망상, 우상숭배와 미신, 태만, 불순종 등을 말한다.

그리스도대학교 이오갑 교수가 발표한 「칼뱅의 죄인 이해」논문에 따르면, 인간의

이러한 병들은 근본적으로 '죄'에서 기인했으며 치료가능성도 매우 희박한 수준이다.

논문에 따르면 칼뱅이 꼽은 심각한 영적 병들 중 하나는 교만으로, 이것은 '허튼 상상을 가지고 자신이 무엇이나 할 수 있다고 생각하면서 하나님마저도 강제하고 우상이나 미신까지도 만들어내는 인간의 치명적인 병'이며, 칼뱅은 이에 대해 "너무 뿌리깊은 병이어서 하나님은 이 병을 치료하기 위해 똑같은 것을 사용해야 할 정도"라고 표현했다.

망상도 심각한 병으로 소개됐는데 인간의 가장 심각한 망상은 하나님에 대한 망상으로 인간들이 자신들의 생각에 몰두해 하나님을 변형시키는 증상이 있으며, 칼뱅은 이에 대해 "우리는 하나님을 실제로 알아야지 망상으로가 아니다"라고 말했다.

우상숭배와 미신은 지병으로 소개됐다. 칼뱅은 사람들이 자신들의 망상에 따라 언제나 '자신들과 화합하는 신'들을 찾아낸다고 지적했으며, 이러한 것은 '타락한 종교에 대한 미친 열망'으로부터 기인된다고 분석했다.

자기중심성이라는 병도 있는데 이것은 인간이 철저히 자기위주로 생각하고 자기만을 위하여 그러한 자신을 유지하고 보호하기 위해 진리마저도 거부하거나 거짓으로 만들어버리는 병이다.

칼뱅은 이러한 병들로 인간이 '병자'가 된 것은 죄때문이라고 했으며 이 죄는 아담과 하와가 '선악을 알게 하는 나무열매'를 따먹은 사건으로부터 시작된다고 보았다. 이것은 '앎'에 대한 문제로 인간이 하나님이 알리지 않으려고 했던 것까지 알고 하면서 하나님과 같아지고 스스로 하나님이 되려는, 일종의 교만한 마음에서부터 시작되었다는 것이 이 교수의 설명이다.

그런데 병을 진단한 칼뱅이 병들이 사실상 치료될 수 있다고 보지 않았다는 점이 이목을 끈다. 논문에 따르면 치유될 수 있는 칼뱅이 가능성을 열어놓긴 했지만 완전히 죽을 지경이 되어야 가능하다고 했으며, 이러한 경우도 자기 스스로에 의해서가 아니라 하나님께로 돌아감으로써 하나님에 의해서 치유가 된다는 것이 칼뱅의 설명이다.

이 교수는 칼뱅의 이러한 병의 진단과 처방들이 종교개혁의 대의와 관계된다고 설명했다. 인간의 치명적인 병은 면죄부를 통한 구원이 아닌 하나님의 은혜의 구원을 말하기 위함이었다. 그리고 영적인 병들의 치유가 어렵다고 처방한 이유는 당시 로마가톨릭교회가 교만·망상·우상숭배와 미신 등 영적 병들과 직결되어 있었던 만큼 어떤 타협이나 동정도 할 수 없었다는 것이 이 교수의 설명이다.

당시 개혁대상이었던 로마가톨릭교회의 '치명적이고 저주받은' 영적인 병들로부터 한국교회는 그리고 우리자신은 얼마만큼 자유로울 수 있는가?

4. 결론

기쁨과 감사와 기도로 충만한 영적인 삶이 답이다.

최근 십 년 동안 우리나라를 휩쓸었던 큰 흐름이 있다. 5년 전만 해도 힐링이 대세

였다. 그 이전에는 향노화를 의미하는 안티 에이징이나 웰빙이 그 자리를 차지했었다.

웰빙을 말할 때 사람들은 좀 더 나은 삶에 관심이 컸다. 그러다 안티 에이징으로 넘어가면서 그간의 관심을 몸으로 옮겼다. 늙지 않는 몸, 결국 젊게 사는 데 관심이 커진 셈이다.

그러다 힐링이 나타났다. 몸에 머물러 있는 관심이 마음으로 옮겨간 것이다.

이런 변화 속에 추세가 담겨 있다. 생활에서 몸, 몸에서 마음으로 옮겨가는 변화상이 그것이다. 이런 관심의 종착역은 어디일까. 마음보다 깊은 것, 결국 영혼이다.

영혼이 인간 관심의 도착지이다. 이것이 바로 미래학자와 신학자들이 말한 영성의 영역이다. 영성에 관한 관심이 점차 커지면서 신앙에 관한 관심이 자라나는 시대를 준비해야 한다.

미국을 위시한 서구에서는 이미 이 같은 흐름을 감지하고 있다. 이들 나라 대형서점에 가보면 영성을 다루는 서가가 따로 마련돼 있다. 심지어 다른 주제를 다루는 서가보다 훨씬 큰 비중을 차지한다는 걸 알 수 있다.

인류는 인간이 행복해지는 마지막 보루가 지성이나 감성이 아니라, 영성에 있다는 것을 빠르게 인식하고 있다. 영성의 시대에는 돈 많은 사람이 권력을 가지지 못한다. 많이 배운 사람이나 세상의 권세를 가진 사람도 아니다.

답은 하나다. 항상 기뻐하고 범사에 감사하고 기도하는 사람에게 권력이 몰린다. 영적인 권력이다. 보이지 않는 하나님과 소통하며, 그분의 거룩함을 풍길 수 있는 사람이 이런 부류다.

영적질병이란 무엇인가? 한 마디로, 하나님과 나의 사령탑인 영성의 관계가 흔들릴 때 나타나는 증상이다. 기둥이 흔들리면 집 전체가 무너지듯이, “나” 라는 집을 떠받들고 있는 기둥 같은 영성이 하나님과 조화를 이루지 못할 때 건강이 무너져 버리는 것이다.

영성이 하나님과 조화를 이룰 수 없을 때 제일 먼저 나타나는 증상은 마음의 질서가 무너지는 것이다. 그래서 불안, 걱정, 짜증, 분노, 무기력 현상 등이 나타난다. 영성이 하나님과 조화를 이룰 때 유지되던 정신(마음)의 통일 상태가 깨어지기 때문이다.

눈으로 볼 수 없는 예수 그리스도의 온기를 느낀 뒤 주변에서도 느낄 수 있도록 나누는 사람이 되어야 한다. 물질과 돈에 물들지 않고 헛된 욕망에도 사로잡히지 않는 순수한 사람이 그런 사람이 되어야 한다, 잘못된 것을 시인할 줄 알고, 미안해할 줄 알며 감사할 줄 아는 사람들이 다가올 세상의 영적지도자다.

이들은 작은 일에 만족하고 행복해한다. 부끄러워할 줄 알면서도 용기를 지니고 있다. 겸손하면서도 확신을 가지고 자기의 길을 묵묵히 걸어간다.

영성의 시대에는 하나님의 형상이 느껴지는 사람, 하나님과 동행하는 삶을 사는 사람이 세상을 주도해 나갈 것이다. 확신한다. 오늘 하루도 영성의 시대를 주도해

나가는 인물로 살아가는 미래를 꿈꾸고 그런 삶을 살길 권한다.

참고문헌

1. 카이스 앤더슨, 랜디 리스(김종호 역). 영적 멘토링.
2. 이오갑. 인간은 병자인가? 칼뱅의 죄인 이해. 한국기독교신학논총.
3. 미래사회는 영성의 시대. 성경의학 칼럼.



한국자연치유학회
Korean Society for Naturopathy

2022 한국자연치유학회 추계워크숍학술대회 proceedings topic 4: 21-42.

제 4 발표 연제 및 발표 초록

연제: 상부 흉추의 각도에 따른 골반의 보상 기전 및 보행 시 족저압과의 상관관계

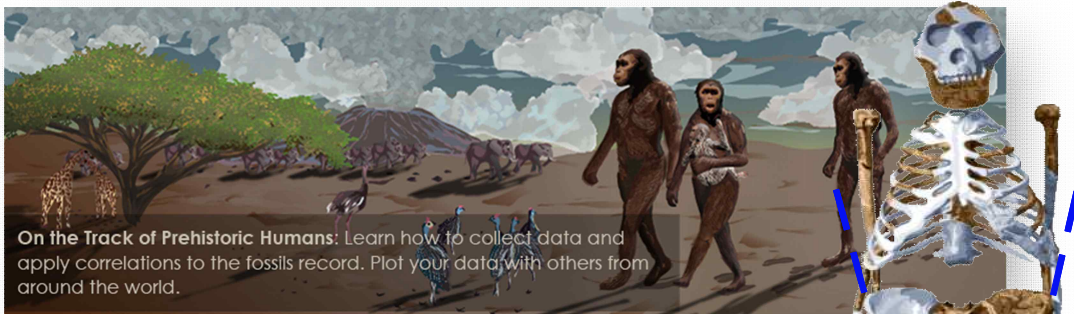
연사: 윤준서 석사과정 (신한대학교 지식복지대학원 카이로프랙틱전공)

서론 - 연구의 필요성

▶ 연구를 왜 하게 되었는가?

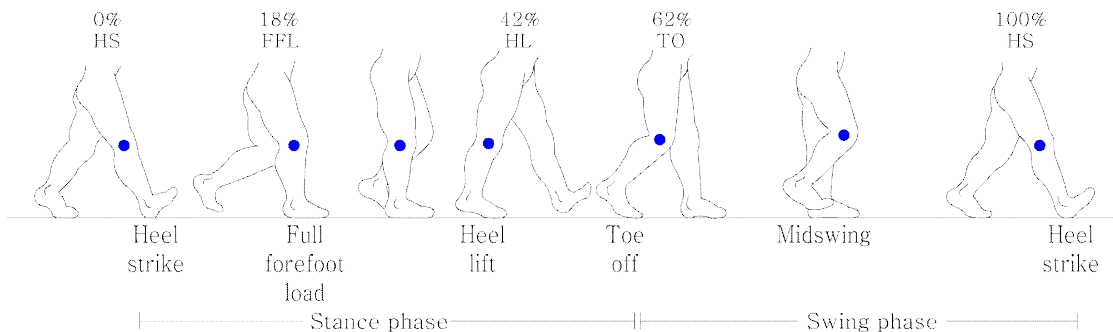
- 보행 패턴에 대한 역학 메커니즘과 이미 발생한 족저 질환에 대해서는 이미 알고 있는 사실이지만 안타깝게도 우리가 ‘어떻게 걸어야 잘 걷는 것인지’에 대한 명확한 생체역학적인 연구 자료들이 부족한 실정임.

▶ 어떻게 언제부터 걷게



- 오스트랄로피테쿠스 아파렌시스 - 루시(Lucy)
- 320만년전 에티오피아 아파르 삼각주(1974년)에서 발견
- 두발보행 + 네발보행 → 손 & 도구 사용 → 뇌의 발달
- 키 : 1m ~ 1.2m / 몸무게 : 20~25kg / 뇌용량 : 약 400cc
- Q-Angle 존재 / 척추굴곡 존재

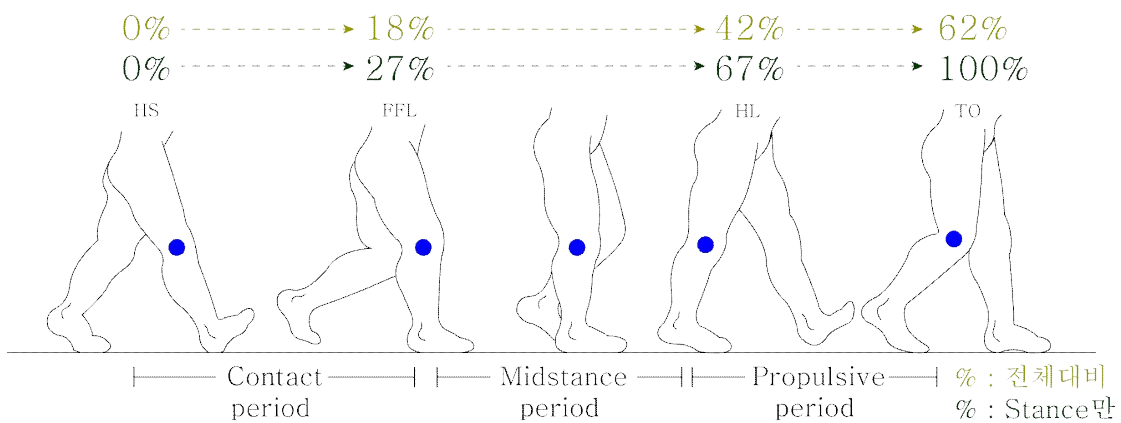
본론 - 일반적인 보행은 어떤 메커니즘이 있는가?



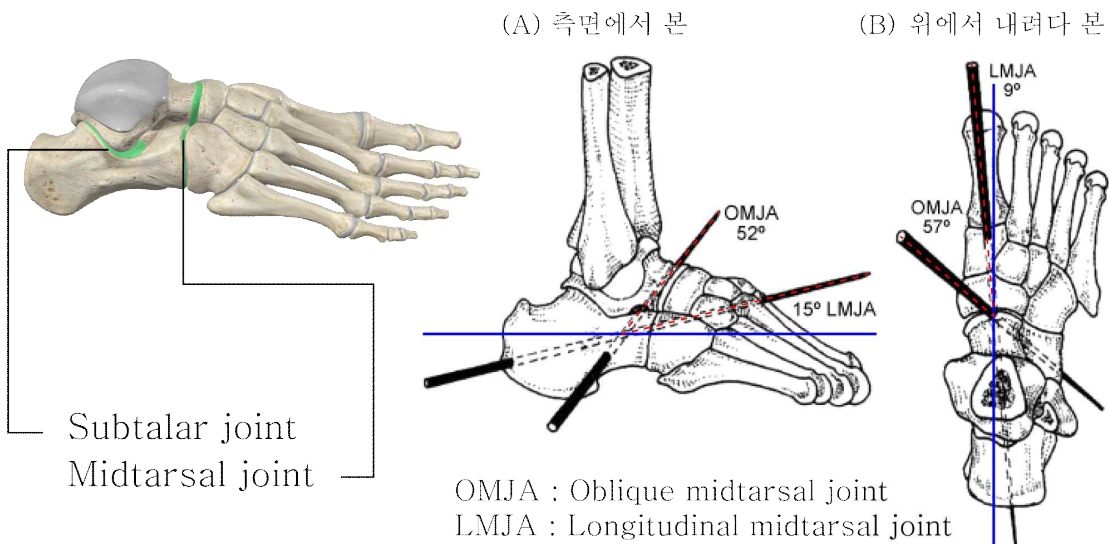
1. Gait cycle(보행 사이클)

- 한쪽 발 뒤꿈치가 접지하는 순간부터 다시 똑같이 되돌아와 그 발이 뒤꿈치 접지로 마무리 하는 순간을 말함.
- 크게 점유율은 **Stance phase(약 62%) / Swing phase(약 38%)**
- 동작 세부순서 : 뒤꿈치가 접지하는 ① 'Heel strike' 발바닥 전체가 닿는 ② 'Full forefoot load' 뒤꿈치가 들리기 시작하는 ③ 'Heel lift' 엄지발가락이 치고나가는 ④ 'Toe off' 발이 공중에서 이동하는 ⑤ 'Midswing' 다시 ⑥ Heel strike 직전까지 마무리가 됨.

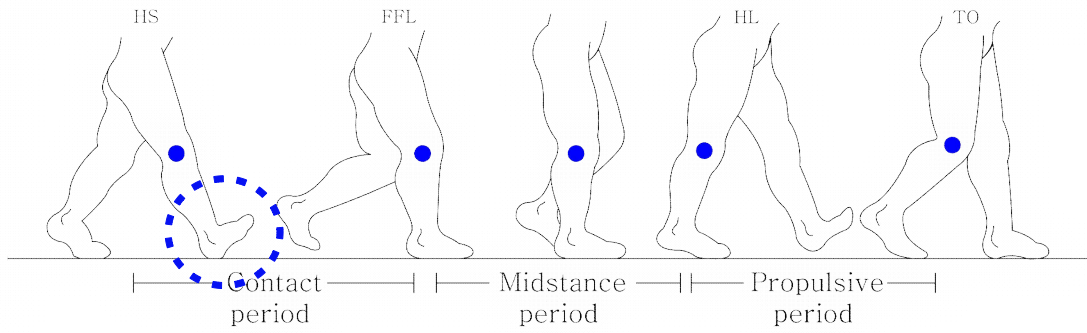
2. Stance phase



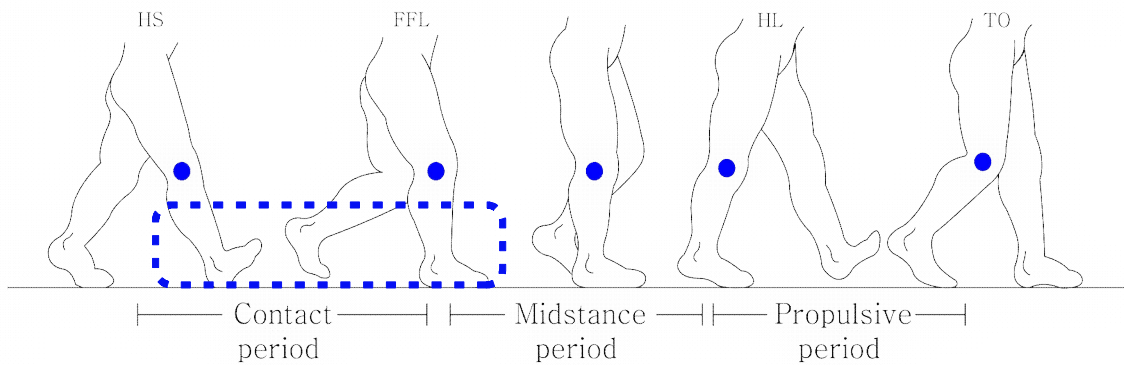
- 1) 세부구간 : Contact period / Midstance period / Propulsive period
- 2) 해부학 및 세부 메커니즘



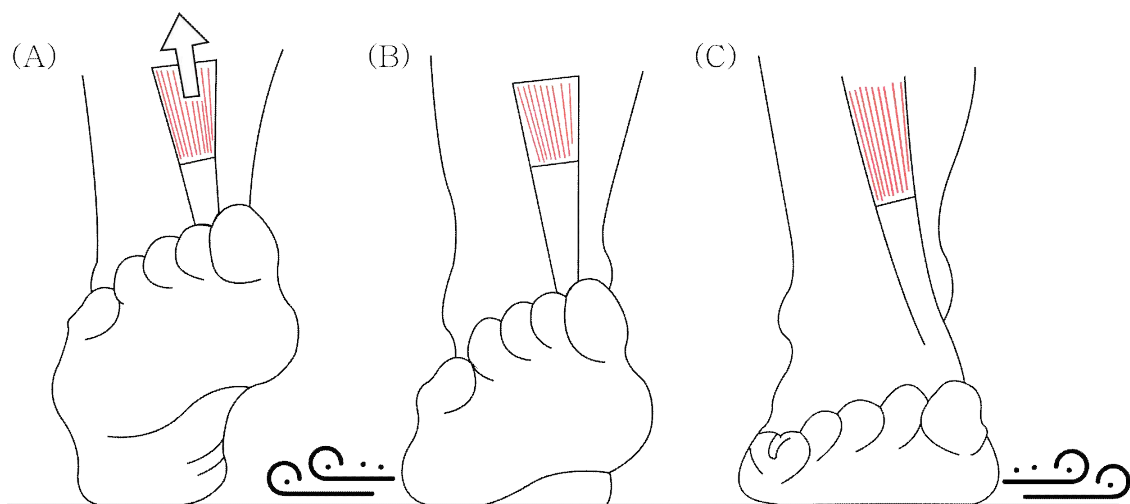
- ① HS : 엉덩이 30° Flex 되고 무릎은 거의 완전한 Extend 된 상태가 되며 발목은 약간 Dorsiflex되고 Subtalar joint는 약간 Supinate 되어 있으며 Midtarsal joint는 oblique 축을 중심으로 완전히 Pronate 되고 Longitudinal 축을 중심으로는 완전히 Supinate(invert)가 되어 있음.



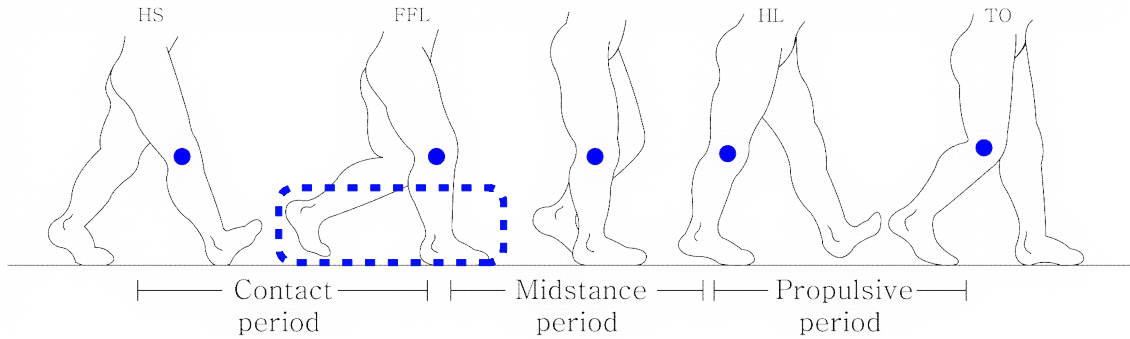
② **Contact period** : 체중, 중력, 관성력 등 복합적인 영향을 받아서 발목이 Plantarflex가 되고 Subtalar joint가 Pronate가 되어짐.



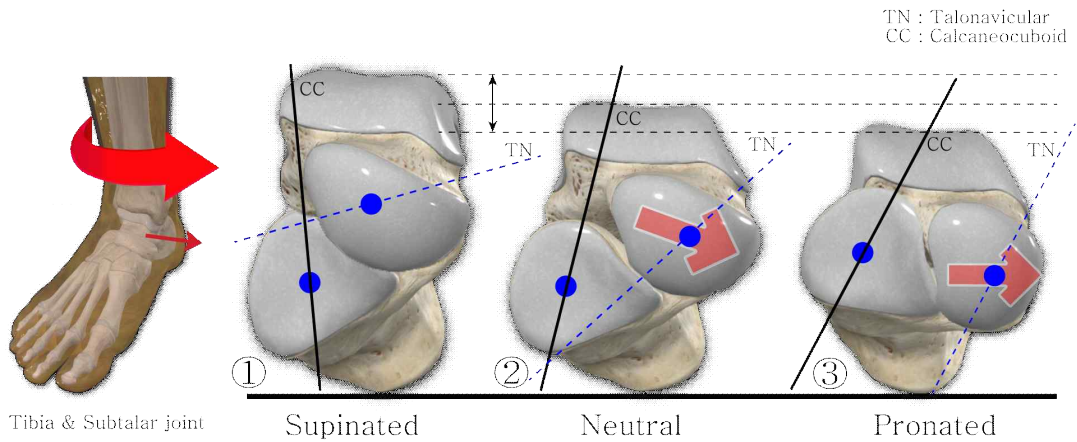
Plantarflex이 일어날 때 Anterior compartment의 근육들이 (A) Eccentric contraction(신장수축)이 일어나는데 Forefoot을 부드럽게 지면으로 내려놓고 발바닥의 연조직에 가해지는 충격을 최소화시켜 주므로 충격 흡수에 중요한 역할을 하게 됨.



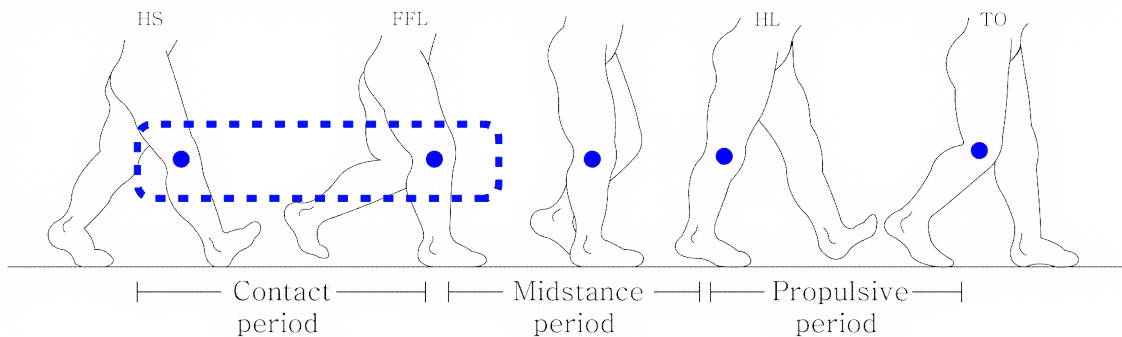
(B) Contact period 40% 진행 시 다섯째 Metatarsal head가 닿고 (C) 70% 진행 시 Forefoot이 Lateral쪽에서 Medial쪽으로 부드럽게 내려와 전체가 닿게 됨.



Subtalar joint는 Heel strike 순간에는 약간 Supinate되어 있다가 Contact period 전반에는 Pronate가 됨.(정상인 기준은 Neutral position 4°~12°)

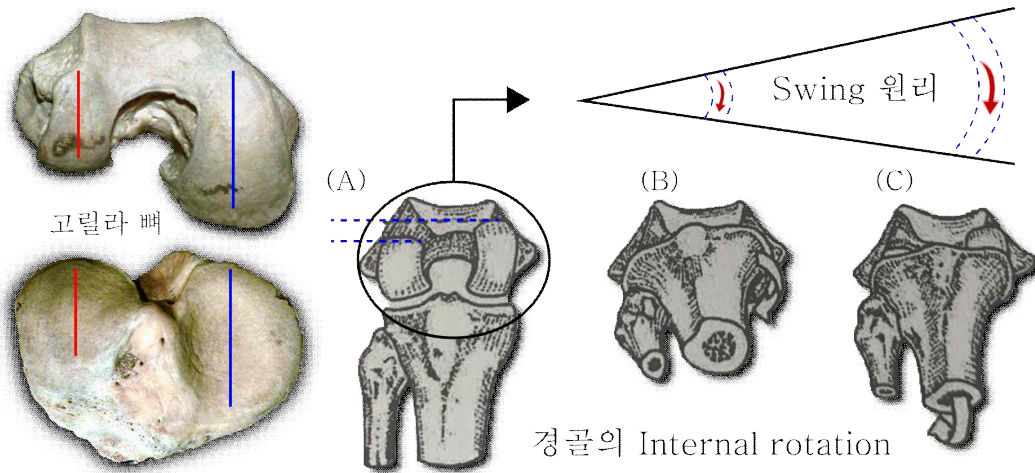


*Subtalar pronation 임상적 중요성 : 하루 동안 10,000 ~ 15,000번 땅 접촉 시 639톤에 맞먹는 충격을 흡수하는데 Subtalar joint pronation 범위가 제한이 되면 고스란히 다리 -> 골반 -> 요추로 320km의 속도로 인체안에서 전달이 된다고 생각하면 끔찍함.



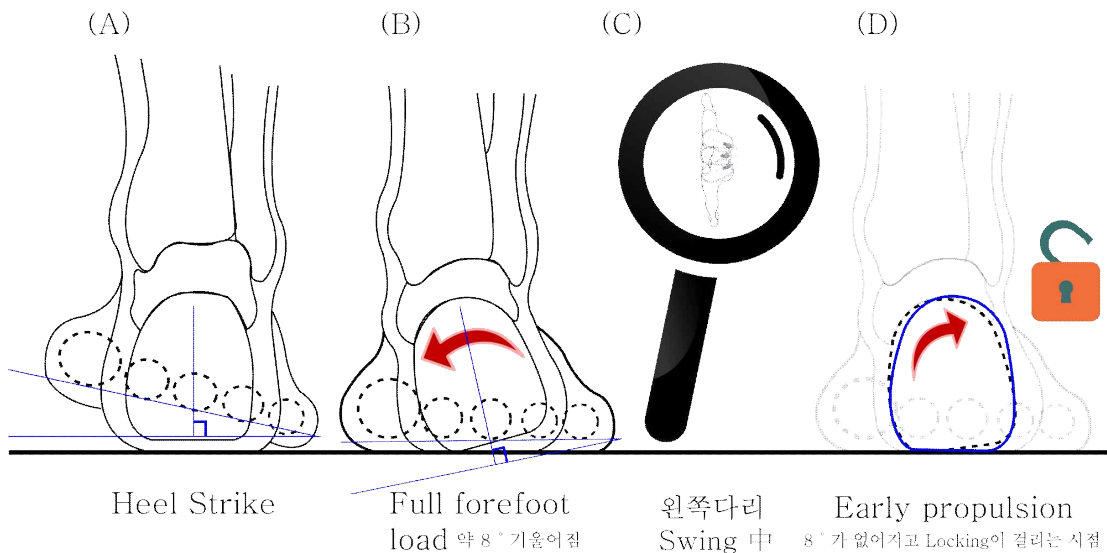
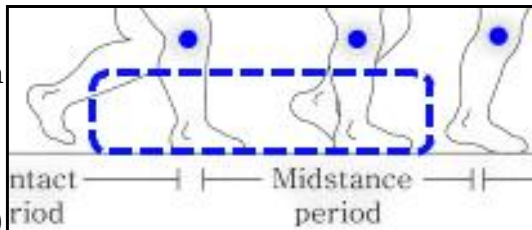
Subtalar joint pronation은 Adduct하는 Talus의 높이가 내려가는 만큼

또한 (A) 무릎의 관절면의 높이 차이로 인해 첫 번째로 (B) Tibia의 Internal rotation을 발생시키고 그 이후 두 번째로 (C) 무릎이 Flex가 되면서 간접적인 충격 흡수가 일어나도록 하게 됨. (A) 대퇴골 ↔ 경골 관절면이 Swing의 형태로 무릎이 펴진 상태에서 굴곡이 일어날 때 경골이 안쪽으로 Internal rotation이 될 수밖에 없는 관절면의 구조를 가지고 있기 때문임.

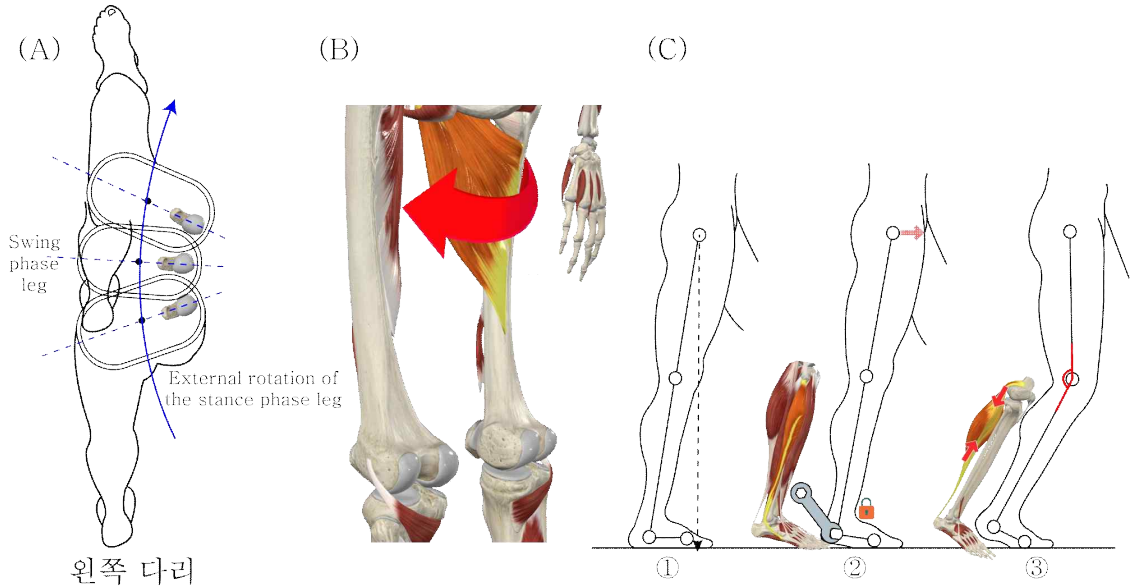


해서 아래쪽 그림을 다시 보게되면

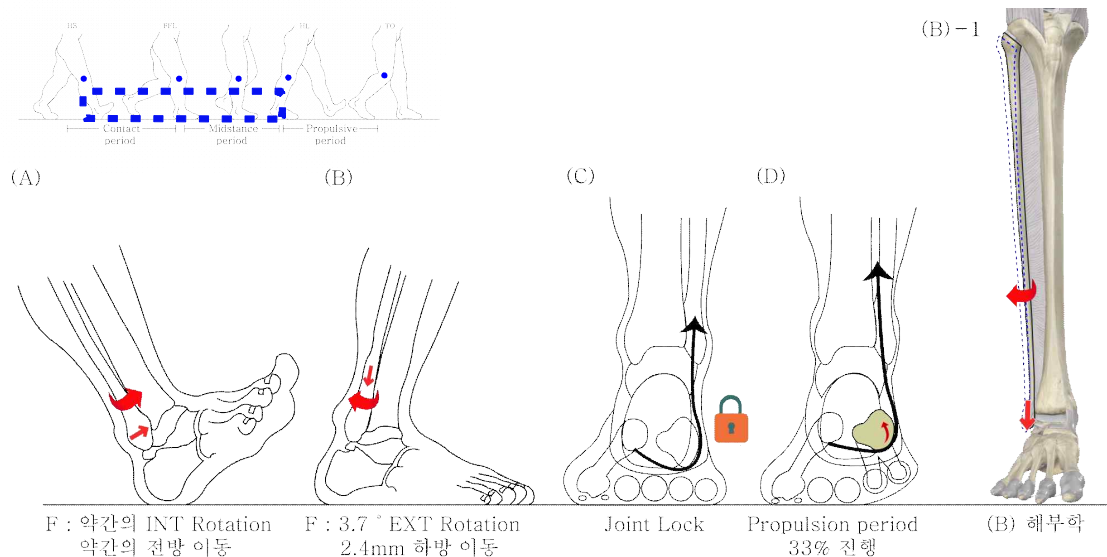
(B) Full forefoot load에서 약 8°가 기울어지게 되고 (D) Early propulsion 시점에서는 8°의 보상은 사라졌지만 체중으로 인하여 Subtalar joint의 Supination을 상쇄시키게 됨.(Locking)



③ **Midstance period** : 계속해서 설명하면 오른쪽 다리는 다시 (B) Tibia External rotation이 발생하고 Subtalar joint는 Supinate 되게 함.(Femur Adductor 근육들은 Femur의 회전을 변환)

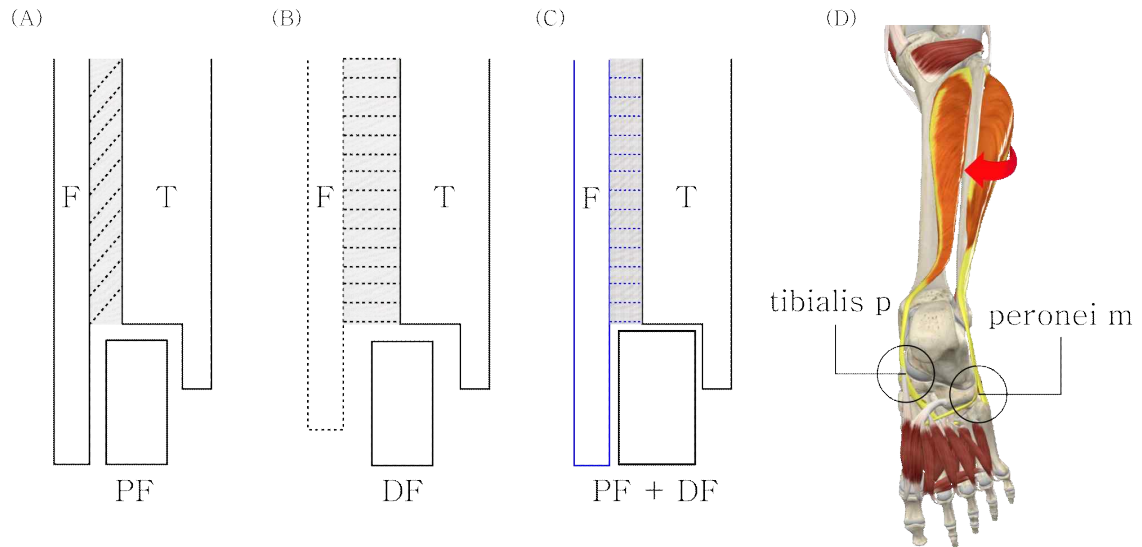


추가적으로 Heel strike에서 Contact period까지 (A) Fibula는 약간의 INT Rotation과 전방 이동도 이루어지는데 Early propulsion까지 도달될 때 다시 (B) Fibula는 3.7° EXT Rotation과 2.4mm 하방으로 이동하게 됨.(조금 뒤에서 다시 설명)



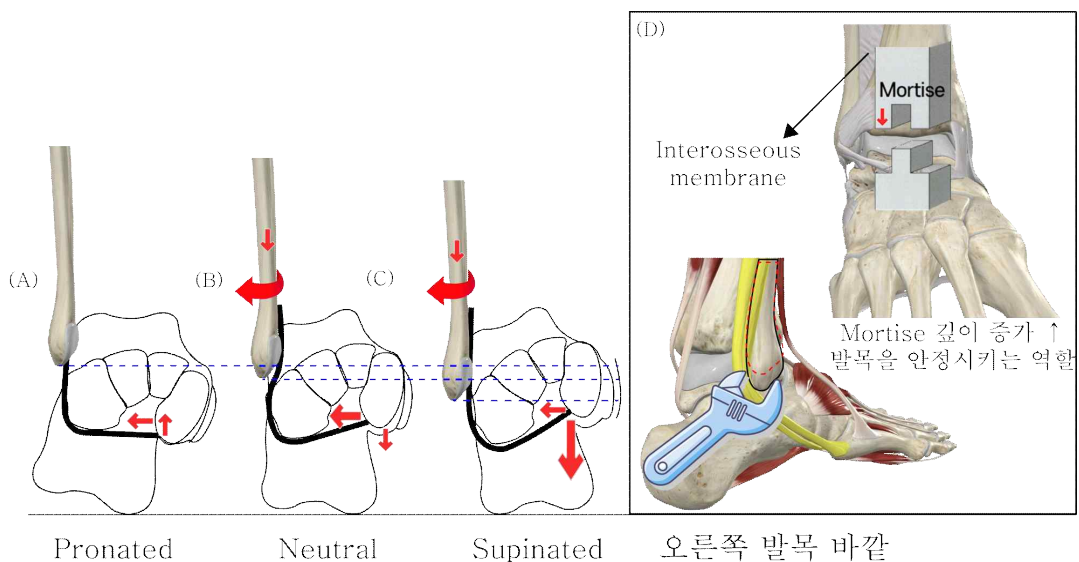
④ **Propulsive period - 초기 및 중기** : (C) peroneus longus의 Concentric contraction(단축 수축)은 dorsiflex 및 evert 작용으로 cuboid를 들어 올리고midtarsal joint에 lock을 가하는 모습이며 (D) 4,

5번째 metatarsal은 길이가 짧아 Propulsive period가 33% 진행 시 5번째, 4번째 차례대로 지면에서 떨어지기 시작함.



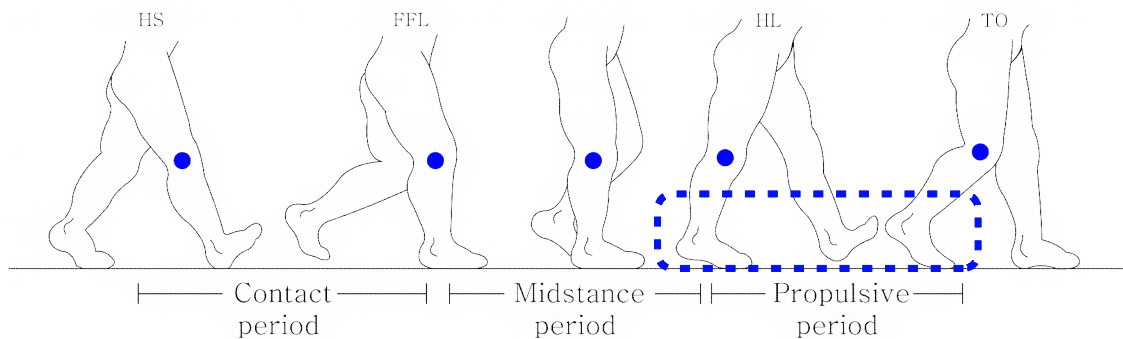
(A) PF(Plantar flexion)이 일어나면 Fibula는 하방 및 전방으로 이동하게 되고 (B) DF(Dorsi flexion)가 일어나게 되면 Fibula는 상방 및 후방으로 움직임을 보이는데 (C)의 경우 중력과 체중이 지면 반발력의 힘이 전달되어 Propulsive period의 Locking이 강력하게 일어나게 하기 위해서는 Fibula가 하방 2.4mm까지 내려와 peroneus longus m 이 Fibular 헤드로부터 강력한 레버의 힘을 당겨야만 되기 때문에 (D) 체중이 실린 상태에서의 Tibialis p m, peronei m의 복합적인 근 수축을 통해서 이러한 메커니즘이 복합적으로 발생을 하게 됨.

그래서 앞쪽으로 다시 바라보았을 때

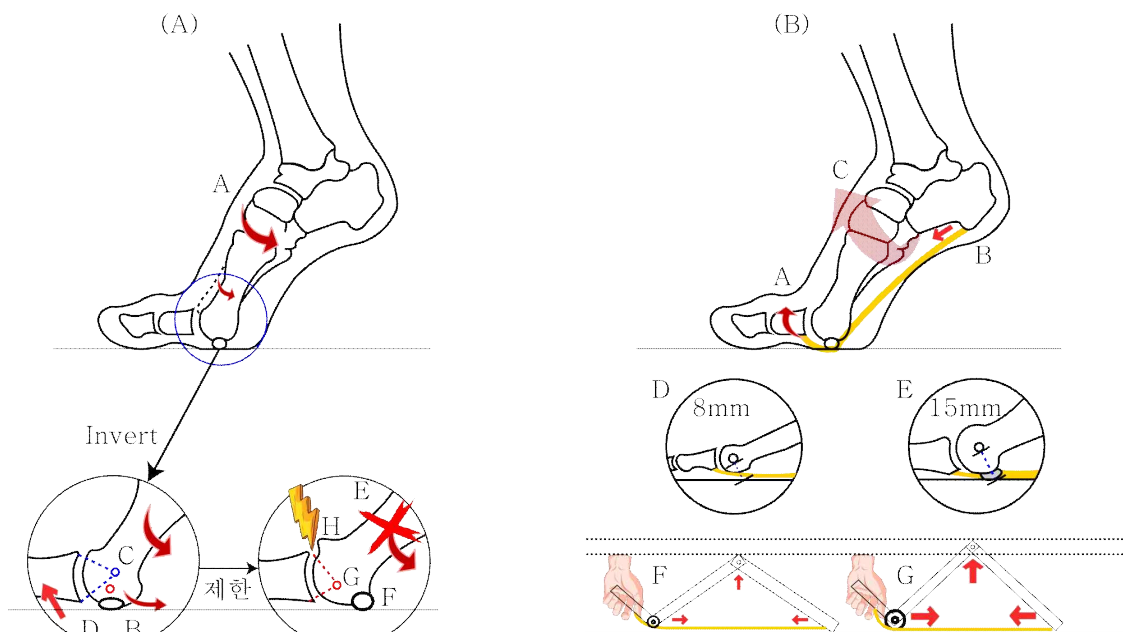


체중이 실린 Calcaneus 뒤꿈치가 (A) Pronated foot에서 (B) 중립 상태에서의 Fibula가 내려오기 시작하고 (C)Supinated foot이 발현이 되었을 때 Fibula가 최대 2.4mm까지 내려와 Ext rotation이 발생하게 되는데(파란색 점선으로 높이 차이를 알수가 있음) 이는 앞서 말한 해당 되는 근육들에 의해 Active contraction(능동적인 수축)으로 Fibula와 Interosseous membrane에 가해진 힘의 작용으로 발생이 되며 발목 관절의 mortise의 깊이를 증가시키는 작용으로 발목을 안정시키는 역할을 하게 됨.

④ Propulsive period - 말기(Heel lift)



(A)-A First metatarsal은 Second metatarsal보다 짧아 Heel lift 상태에서는 지면과 계속적으로 접촉을 유지하려면 그 짧은 길이 만큼 보상하기 위해 First metatarsal이 Plantarflex를 더 할 수 밖에 없음.



이러한 과정중에서 B. Metatarsal head가 sesamoid 위쪽을 타고

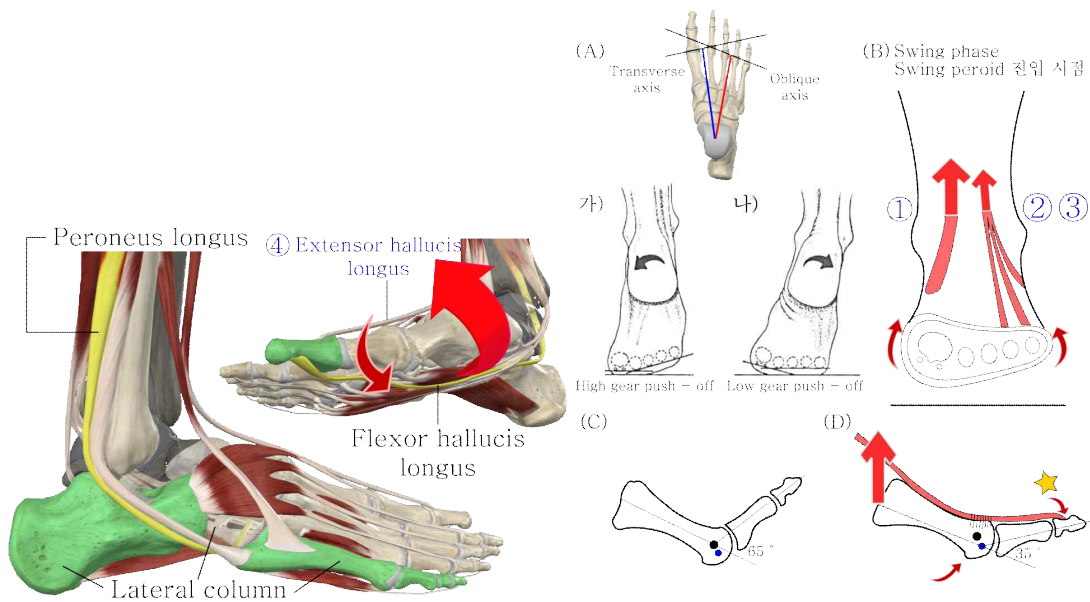
미끄러지면서 약간 더 뒤쪽으로 이동을 하게 되는데 이때 C. Metatarsophalangeal joint의 Transverse 축이 G. 이동하면서 바뀌게 됨.

이렇게 이동된 축은 H. Hallux dorsiflexion이 제한되지 않고 일어나며 E. 만약 First metatarsal이 Plantarflex 하지 못한다면 축이 바뀌지 않아 Metatarsal head 상단 H. 지속적인 충격이 발생하게 됨.(병리적인 문제가 발생 할 수 있음.)

(B) Plantar fascia의 Windlass effect는 Propulsion period에서 발가락을 Dorsiflex 시키는데 이때 Plantar fascia(노란색)는 A. Metatarsal head쪽으로 당겨지게 됨. 해서 (B방향) Rearfoot(뒤꿈치) ↔ (A방향) Forefoot(앞꿈치)가 서로 근접하게 되면서 C. Arch의 높이가 증가하여 안전성이 향상되게 됨.

D. Lesser metatarsal(두 번째 발가락)은 Metatarsophalangeal joint의 Transverse축에서부터 Plantar fascia 사이에는 반지름 8mm의 간격이 있으나 E. First metatarsal의 transverse축에서는 Head의 크기가 크고 Sesamoid가 존재하여 반지름 15mm를 가진 축이 형성되기 때문에 F.와 G. 그림을 비교해보면 반지름의 차이로 인하여 더 큰 힘으로 Plantar fascia를 잡아당기게 되고 이렇게 더 강력한 힘을 견디기 위해서는 족저근막이 첫 번째 Metatarsal head에 가장 강력하게 부착되어 있다고 함.

아래 (A) Transverse 축과 Oblique 축을 표시한 바로 밑에 그림을 보면



가) High gear push - off라고 불리는 작용이 발생하게 됨.

나) Low gear push - off라고 불리는 작용이 발생하게 되는데

(A) 발목축으로부터 Oblique축(빨간색)의 길이는 Transverse축보다 상대적으로 15~20% 길이가 짧기 때문에 Propulsion(추진)의 효율성이 떨어지게 됨. 그래서 Peroneus longus m이 수축하여 Transverse 축의 사용은 보다 더 빠르고 효율적인 사용을 위해 진화된 결과라고 보여짐.

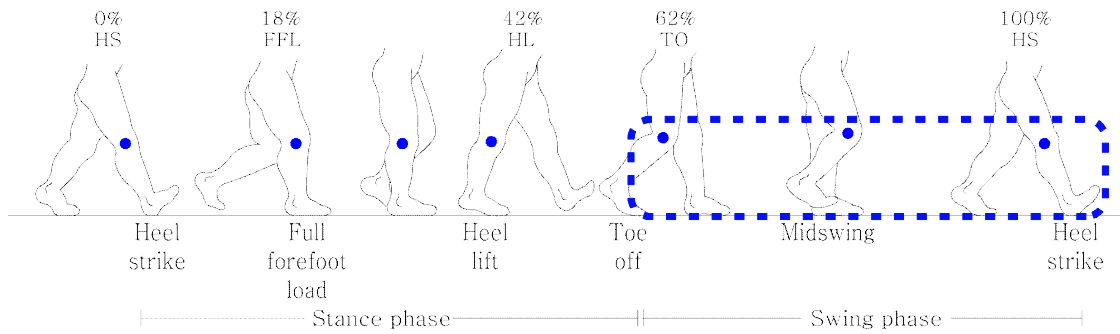
해서 Lateral column을 Evert 시키고 난 뒤 First ray의 엄지발가락쪽 Plantarflex를 시키는 복합적인 Peroneus longus의 작용으로 인해 효과적인 Lever arm을 Oblique축 -> Transverse축으로 이동시켜 제공하게 됨.



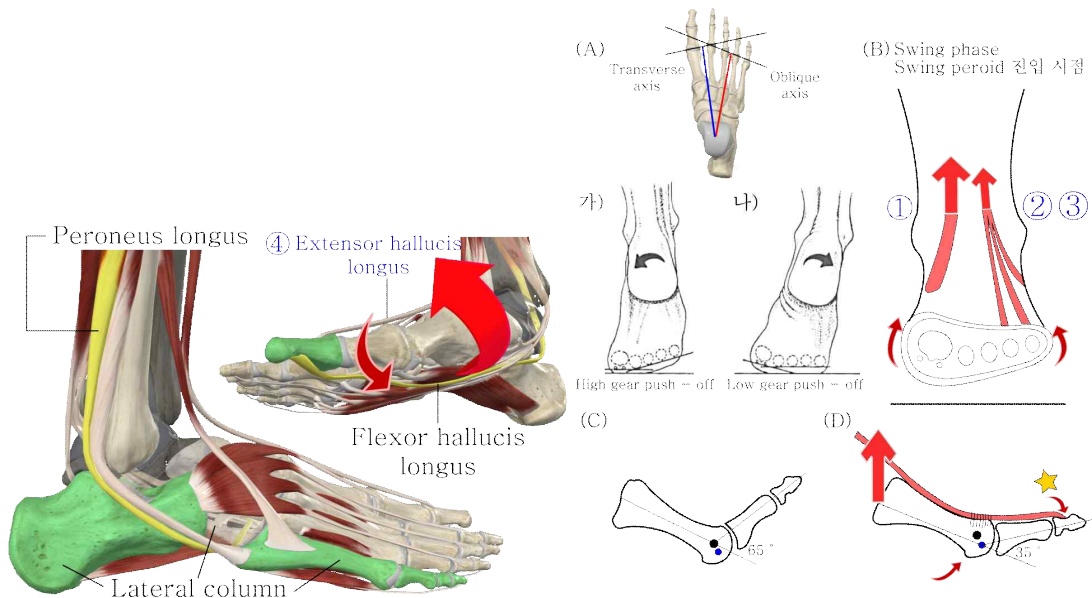
그래서 Propulsion period의 마지막 부분에서는 발이 oblique midtarsal joint 축 및 subtalar joint 축에 대해서는 나) Supinate가 되어야 되고 가) Forefoot은 Longitudinal midtarsal joint 축을 중심으로는 완전히 Pronate 되어야 함.(체중이 계속적으로 가해지고 있기 때문에 상쇄 작용.)

최종적으로 오른발 족저의 무게 중심이 Hallux까지 이동하여야 하며 Propulsion period 전반에 걸쳐서 Flexor hallucis longus의 강력한 수축으로 안정화 되어 있어야 Toe off를 기능적 또는 효과적으로 사용을 하는데 문제가 없게 됨.

⑤ Swing phase - Swing peroid 진입



(B) 그림의 ① Tibialis anterior ② ③ Extensor digitorum longus and peroneus tertius 근육들의 Concentric contraction(단축 수축)이 Propulsion period 말기에서부터 수축되어 지면으로 Forefoot이 들려 올려지게 되는데 Toe off 직후에는 Plantarflex된 포지션에서 0.2초만에 앞선 Anterior compartment 근육들이 관성으로 인한 힘을 이겨내게 됨.



이후 해당 근육들로 인해 공중에서 Oblique midtarsal axis와 Subtalar joint axis를 중심으로는 Supinate -> Pronate가 이루어지고 지면으로부터 거리가 더 멀어지게 하는 것을 Tibialis anterior가 First ray를 Dorsiflex 시켜서 발과 지면의 거리가 멀어지는 것을 도와주게 됨.

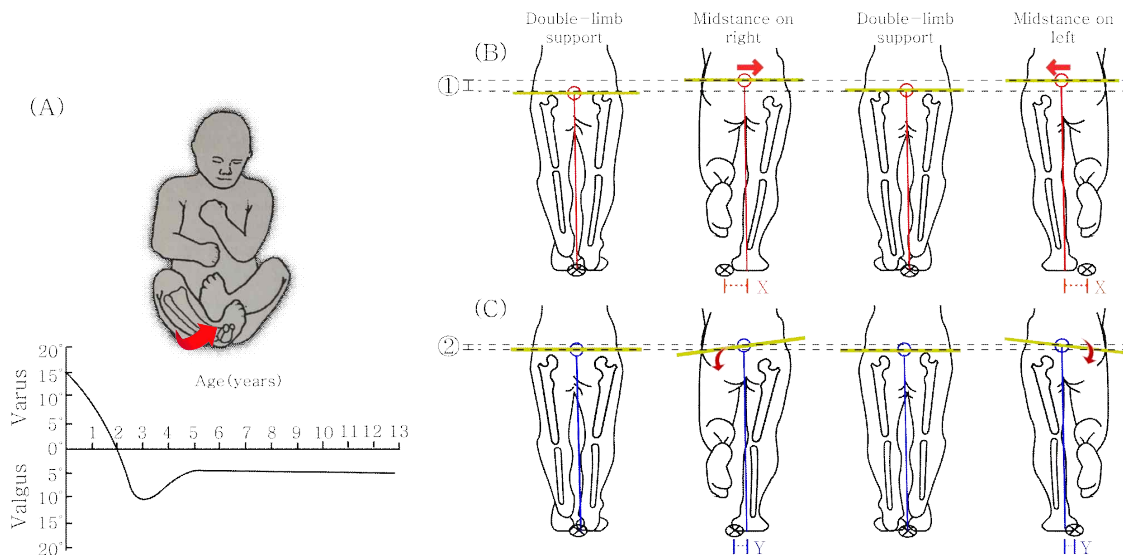
그래서 근육의 작동 순서는 ② ③ Extensor digitorum longus와 Peroneus tertius가 수축하기 시작하면 즉시 ① Tibialis anterior와 ④ Extensor hallucis longus까지 수축하여 발목의 Dorsiflexion을 현저하게 증가시키게 되며 ④ Extensor hallucis longus 근육은 가장 강력하게 발목을 Dorsiflex시키는 근육이라고 함.

(B)로부터 이어져 (C)의 그림을 보면 Metatarsophalangeal joint의 Transverse 축을 앞쪽 밑으로(검은점에서 파란점) 이동시켜 (D)의 그림에서 발목의 Dorsiflex시키는 Extensor digitorum longus 근육의 효율성을 증가시키는데 이말은 뒤꿈치가 들어올러지는 Heel lift 당시 Windlass effect 작용이 지면과 멀어지면서 체중이 실리지 않는 상태가 되어 검은점에서 파란점으로 이동하여 65°까지 Hallux의 Dorsiflex의 힘이 사용되지 않고 35°의 힘 만큼만 사용되기 때문에 근육의 효율성을 증가 시키는 원리가 되어짐.

다시 정리하면 Midswing이 일어나면 발목은 거의 Neutral position으로 Dorsiflex되고 Subtalar joint와 Midtarsal joint는 Pronate되며 First ray는 Dorsiflex되고 Inver가 되어짐.

이렇게 복합적인 움직임은 무릎과 Hip flexion이 일어나게 되고 지면과 발의 거리가 최대한도로 멀어질 수 있게 됨.

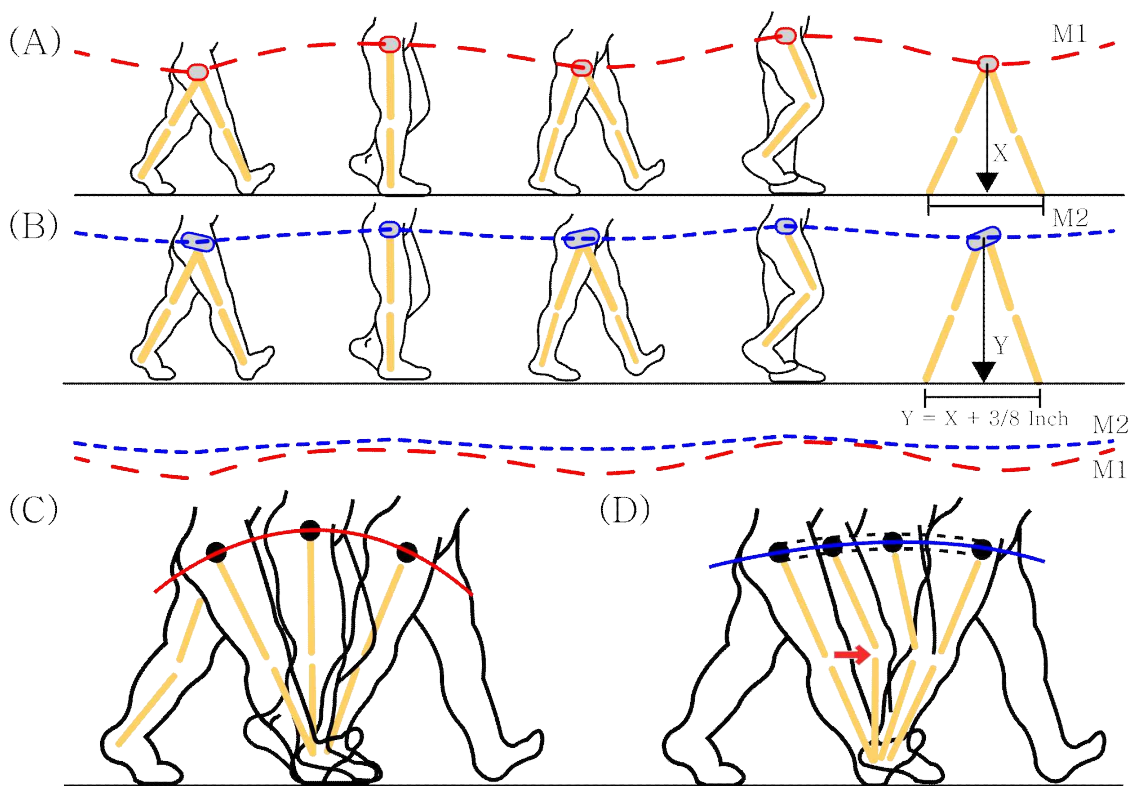
⑥ Swing phase - Swing peroid 운동 중



(A) 그림은 1400명의 아동을 대상으로 Tibia와 Femur의 각도가 형성되는 과정이며 성장 초년기에 Genu Varus에서 Valgus로 바뀐다.

※ 5세 ~ 6세 전후 Q - Angle이 자리 잡아 성인까지 지속되어짐.

(B) 그림의 경우 Q - Angle이 존재하지 않아 Weight - bearing의 좌, 우의 폭이 길고 ① 골반의 떨어지는 높이가 높으며 (C) 그림의 경우 Q - Angle이 존재하고 Midstance 자세에서 hip을 abduct 시키는 근육의 Eccentric contraction(신장수축)으로 인해 Swing leg쪽의 골반이 내려와 ② 높이 차이를 보상해 줌.(무게 중심의 상하 이동은 0.3cm 줄어듬)



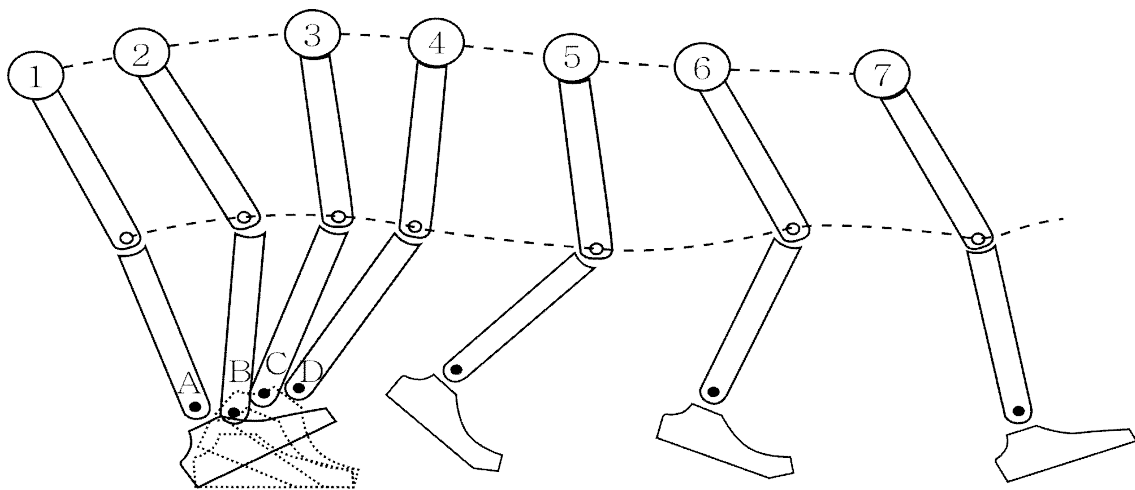
(A) 측면에서 바라 보았을 때 골반의 회전 움직임이 발생하지 않는다면 (B) 골반의 회전 움직임으로 인하여 발생한 Hip flexion/extension 범위가 적어지게 되어 (A) 보다 (B)의 골반 높이(Y)가 상대적으로 높게 됨.

이말인즉 Double - limb support(두발이 지면에 모두 닿을 때) 무게 중심의

하향 이동은 약 1cm 적어지는 보상이 이루어지게 됨.(보다 효과적으로 걷는 패턴)

(D) 그림의 경우도 무릎에서 효과적인 걸음 걸이를 위해 보상 패턴이 일어나게 되는데 (C) 그림은 무릎의 Flexion/extension이 수반되지 않기 때문에 대퇴골두 라인의 하지가 큰 반지름의 원호를 그리게 되며

(D) 무릎의 Flexion이 수반된 움직임에서는 반지름의 원호가 평평하게 되어 무게 중심이 과다하게 올라가는 것을 막아주고 무릎의 Extension이 수반된 말기에는 무게 중심이 과다하게 하향이동하는 것을 막아주어 전체적으로 상하 이동을 약 0.3cm 정도 줄여 보상해 줌.



① Heel strike가 일어날 때 Anterior compartment 근육들은 (A-B) Eccentric

contraction(신장수축)을 일으켜 Stance leg를 천천히 지면에 내릴놓는 작용을 하며 이때 무릎의 Flexion과 동시에 일어나면서 ①-② contact period의 무게 중심이 보다 완만하게 움직이도록 만들어 줌.

Propulsion period의 강력한 발목의 Plantarflexion은 (B-D) 다리의 높이를 현저하게 높이고 Stance phase 말기(③-④)에 무게 중심이 거의 곧은 코스로 이동하게 됨.

Swing phase(⑤-⑦)의 무릎과 Hip flexion으로 인해 Swing leg쪽에서

골반이 정상적으로 하향 이동하는 것에도 불구하고 발이 지면에서 충분한 높이를 유지하게 됨.



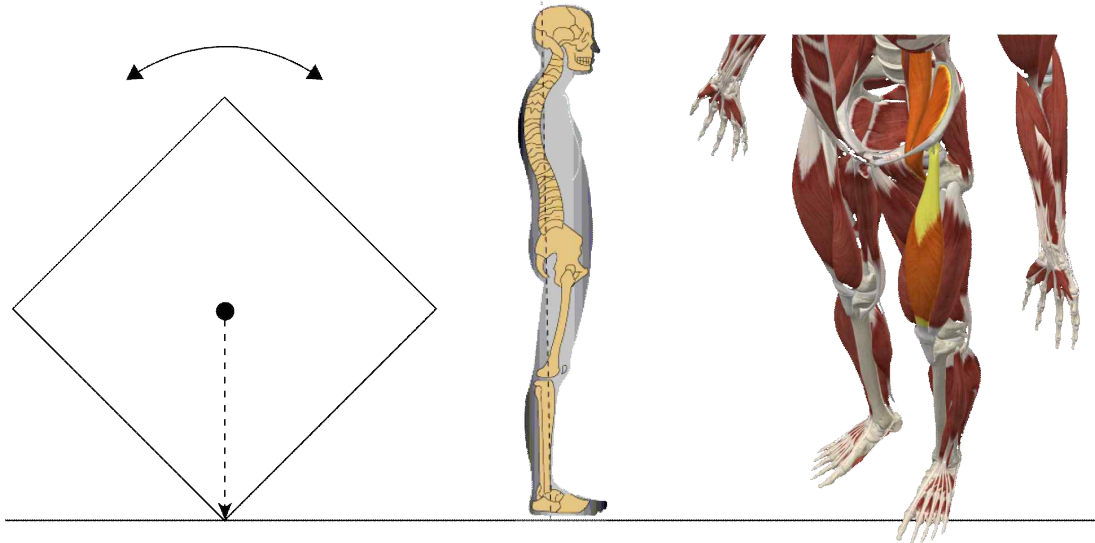
무릎과 엉덩이가 충분히 움직일 수 없는 경우에 사람은 Swing leg이 바깥쪽으로 원을 그리도록 다리를 움직여야 하는 경우가 생기게 됨으로

이러한 움직임은 무게 중심의 이동이 매끄럽지 않게 만들기 때문에 에너지가 오히려 과다하게 소비하는 영향을 주어 오래 걷기가 힘든 상황이 발생하게 됨.

연구방법 - 좋지 못한 보행 패턴의 문제는 무엇인가?

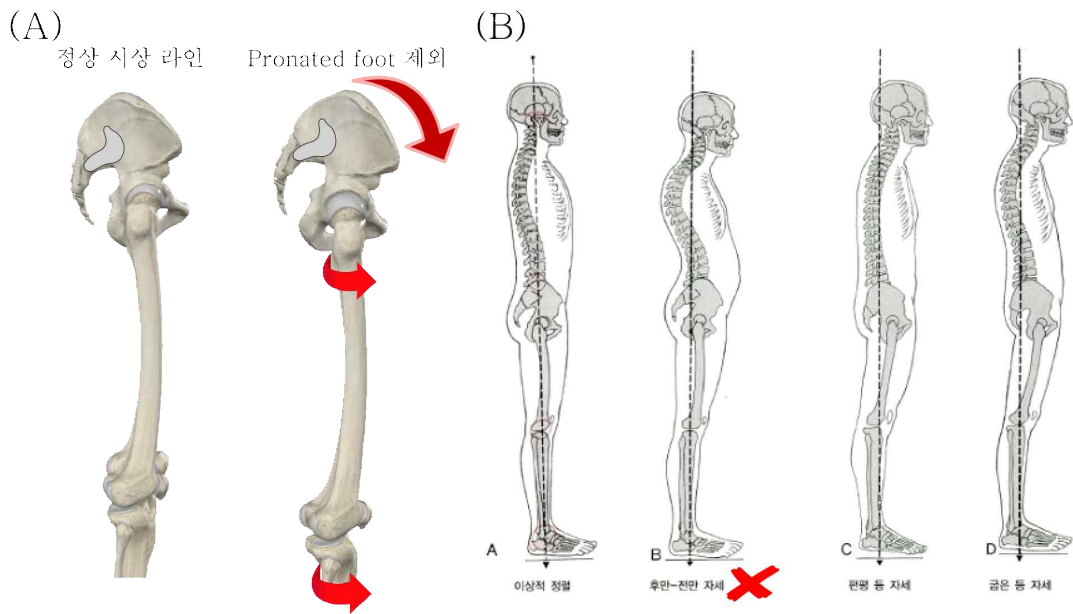
1. 상체의 밸런스가 깨지는 문제

- 상체(흉추)의 구부정한 습관이 보행 메커니즘의 균형을 깨지게 만듦.
- (A) 무게중심 (B) 상체무너짐 (C) 골반 후방 Tilting



(A) 인체는 지구에서 살아가기 때문에 균형을 잡아가면서 살아가게 되는데 (B) 여러 가지 원인이 있지만 의자의 사용과 컴퓨터 및 스마트폰의 보급으로 인해 습관적으로 상체가 무너지는 상황이 발생하게 됨. (C) 해부학 그림에서는 상체가 앞으로 무너질 때 앞으로 넘어지지 않게 하기 위하여 골반에서 보상 작용(Posterior tilting)이 일어나게 됨으로 장요근 및 대퇴직근 등 골반의 구조적인 변화로 인하여 보행 패턴에서의 인장력이 발생하게 됨.

2. 만약 캔달에서 말하는 요추의 과전방일 경우?



(A) 그림의 경우 과도한 Subtalar joint(평발)를 가지고 있는 경우 종아리 및 허벅지가 안쪽으로 INT Rotation이 발생되어 골반과 요추가 과도한 전방경사 및 구조적인(Pronation syndrom 등) 문제가 어떤 원인의 의해 선천적 또는 후천적인 문제가 발생하는 케이스를 Navicular drop test 및 MLAA를 통하여 기능적 또는 구조적 회내 케이스를 연구 대상에서 제외하도록 해야함.

[측정방법 1.]

[정상일 경우]

: 3mm 차이는 정상

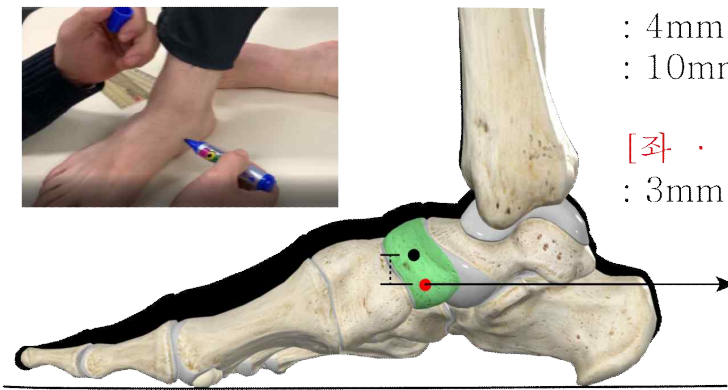
[기능적으로 문제가 있을 때]

: 4mm 부터는 회내

: 10mm 부터는 과도한 회내

[좌 · 우측 비대칭 차이]

: 3mm 차이가 날 경우



[Navicular 측정 방법]

- . Navicular tuberosity
- . Non weight bearing
- . Weight bearing

[측정방법 2.]

Medial Longitudinal Arch Angle (MLAA)



[정상범위]

: 131° ~ 152°

: 131° 보다 낮은 각은 낮은 아치

: 152° 보다 큰 각도는 높은 아치

[측정방법]

- . Medial malleolus

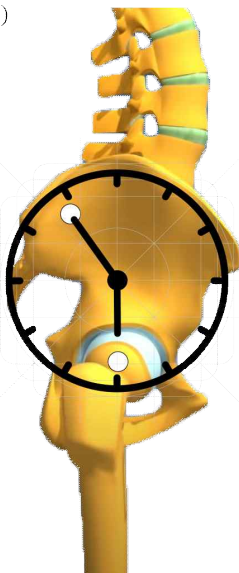
- . Navicular tuberosity

- . 1st Metatarsal head

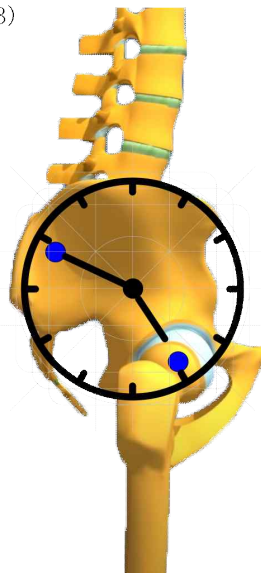
3. 해결하고자 하는 연구 중점 부분은?

- . 상체의 굽은등 범위 만큼 골반의 보상 변위를 알아보고 제자리에 서있을 경우 및 걸음걸이를 시행하였을 때 엄지발가락 족압의 변화가 있는지를 알아보는 연구 주제.

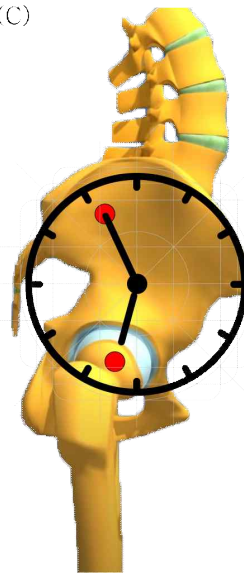
(A)



(B)



(C)



문제를 해결하기 위한 실험으로는 (B)의 대상자군을 선별하여 습관적으로 1. 상체의 굽은등의 각도 2. 보상되어지는 골반의 각도 3. 족저압력의 변화의 상관관계를 분석하여 습관성 굽은등으로 걸었을 때 상체에서 하지쪽으로 악영향이 갈 수 있다는 것을 증명코자 하기 위함임.

(A) 디지털각도기
(상보필터적용)



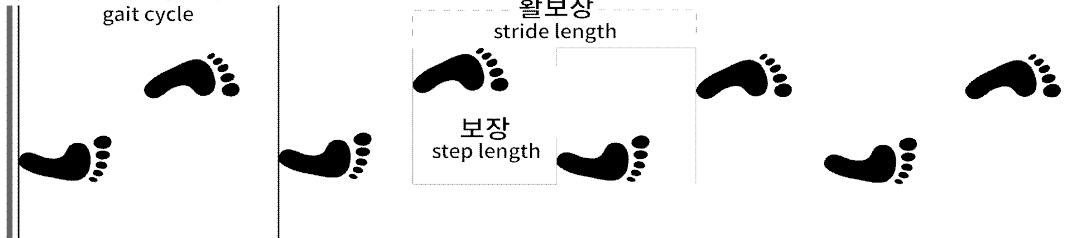
(B) 족저압 측정



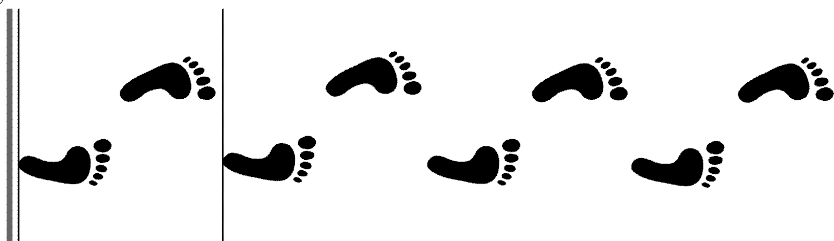
4. 예상되는 연구 내용은?

- 보행 속도 및 활보장 및 보장의 변화가 있을 것이다.
- 상체의 굽은 각도로 인해 골반의 보상이 있을 것이다.
- 족저압력(엄지발가락)의 변화가 있을 것이다.
- 상체 각도, 골반 각도, 족압의 상관관계가 있을 것이다.

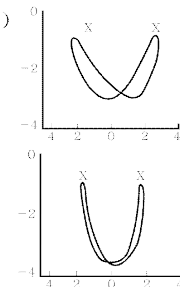
(A) 보행주기
gait cycle



(B)



(C)



5. 타인의 연구와 비교해본다면?

- 보행 동안 스마트폰 사용이 올바른 보행패턴에 부정적인 영향 有.
- 보통보행보다 보행 속도, 분속수에서 유의하게 낮았으며 한쪽 다리 지지 시간, 양쪽 다리 지지 시간에서는 유의하게 길었다.

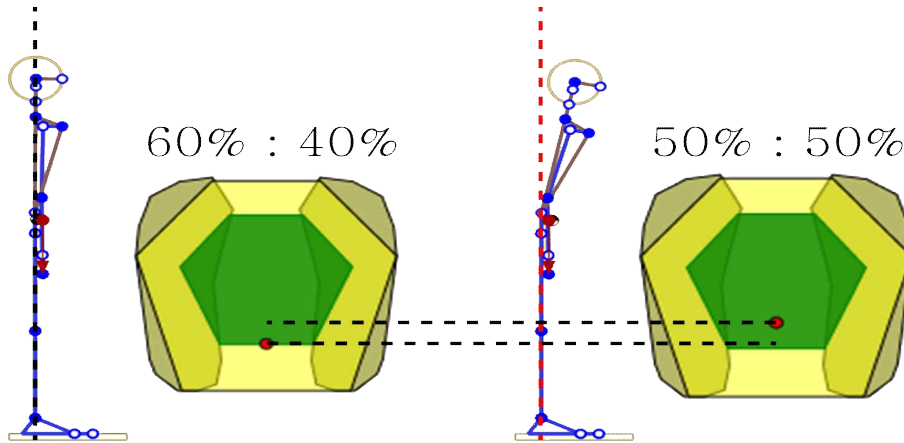
공간적 변수 비교에서 스마트폰 보행은 보통보행보다 한 발짝 길이, 한걸음

걸이에서 유의하게 짧았으며 보행 시 보간에서는 유의하게 길었다.

- 스마트폰 사용이 건강한 성인의 보행패턴에 미치는 영향의 논문을 참조하면 머리의 무게, 팔의 각도, 스마트폰의 무게 등 운동역학적 변수를 고려하지 못하였다고 함.

6. 바른 걸음을 걷기 위해서 어떻게 해야 하는가?

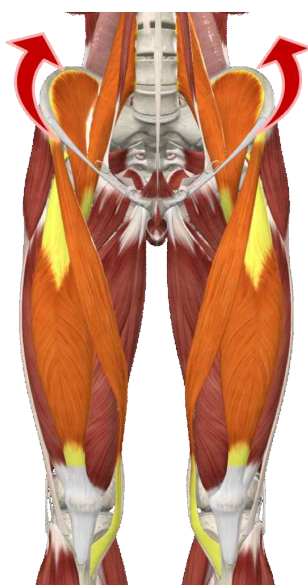
- 시상면의 일직선 라인을 의식한다.(체중을 발뒤꿈치 60% 앞꿈치 40%)



- 만약 걷고 있다면 오감을 활용하여 엄지발가락이 지면에서 빨리 떨어지지 않는지 지면을 힘차게 누르고 있는지 그 힘을 미세하게 느껴라.



- 엄지발가락의 힘을 적당히 주면서 걷되 이때 골반과 상체가 펴지는 느낌이 드는지 오감으로 느껴라.



골반의 후방 경사로 인하여 해당되는 근육들의 불필요한 인장력이 발생하지 않아야 함.

내 자신이 느끼지 못하면
환자에게 태도의 변화를
이끌어 낼 수 없다!

인장력이 발생한 상태에서의 보행패턴은 결국 발목의 안정성을 떨어뜨려 발목, 무릎, 고관절, 골반 더 나아가 척추의 메커니즘을 지속적으로 악화시키게 됨.



- 상기의 변화들 즉 보행속도, 보폭 그리고 Toe off 시 끝까지 치고 나가는 느낌이 드는지도 내 자신이 직접 느끼고 반드시 확인하라.

참고문헌

1. Inman Vi, Ralston ill, Todd F. Human Walking. Baltimore: Williams & Wilkins, 1981.
2. Root MC, Orion WP, Weed JH. Normal and Abnormal Function of the Foot. Los Angeles: Clinical Biomechanics, 9/l.
3. Scranton PE, et al. Support phase kinematics of the foot. InBateman JE, Trott AW (eds). The Foot and Ankle. New York: I hieme-Stratton, 1980.
4. Katoh I, Chao EY S, Laughman RK. Biomechanical analysis of foot function during gait and clinical applications. Clin Or-thop 1985; 177: 23-33.
5. Basmajian JV, Deluca CJ. Muscles Alive: Their Functions Revealed by Electromyography. Ed 5. Baltimore: Williams & Wilkins, 1985:377.
6. Radin EL, Paul IL. Does cartilage compliance reduce skeletal impact loads? The relative force attenuating properties of ar-ticular cartilage, synovial fluid, periarticular soft tissues andbone. Arthritis Rheum 1970; 13: 139-144.
7. Subotnick SI. Biomechanics of the subtalar and midtarsaljoints. J Am Podiatr Assoc 1975; 65: 756.
8. Wright DG, Desai SM, Henderson WWho Action of the subtalar and ankle joint complex during the stance phase of walking. JBone Joint Surg 1964; 46A: 361.
9. Bojsen-Moller F. Anatomy of the forefoot, normal and pathologic. Clin Orthop Related Res 1979;142: 10.
10. Magee D. Orthopedic Physical Assessment. Philadelphia: WBSaunders, 1987: 317.
11. Fredrich EC (ed). Sport Shoes and Playing Surfaces. Champaign, IL: Human Kinetic Publishers, 1984.
12. Hoppenfeld S. Physical Examination of the Spine and Extremities. New York: Appleton-Century-Crofts, 1976.
13. Phillips RD, Phillips RL. Quantitative analysis of the locking position of the midtarsal joint. JAm Podiatr Assoc 1983; 73:518-522.
14. Ker RF, Bennett MB, Bibby SR, Kester RC, Alexander R. The spring in the arch of the human foot. Nature 1987; 325:147-149.
15. Mann RA. Biomechanics of running. In Pack RP (ed). Symposium on the Foot and Leg in Running Sports. St. Louis: CVMosby, 1982: 26.
16. Boisen-Moller F. Calcaneocuboid joint and stability of the longitudinal arch of the foot at high and low gear push off. JAnat 1979; 129: 165-176.

17. Hicks JH. The mechanics of the foot. I. The joints. J A nat 1954; 88: 345-357.
18. Tuttle R, Basmajian JV. Electromyography of knuckle-walking: results of four experiments on the forearm of Pan gorilla. Am J Phys Anthropol 1972; 37: 255-266.
19. Close JR. Some applications of the functional anatomy of the ankle joint. J Bone Joint Surg 1956; 38A: 761-781.
20. Schwartz RF, Heath AL. A quantitative analysis of recorded variables in the walking pattern of normal adults. J Bone Joint Surg 1964; 46A: 324-334.
21. Hutton WC, Dhanedran M. The mechanics of normal and hallux valgus feet: a quantitative study. Clin Orthop 1981; 157:7-13.
22. Elftman H, Manter J. The evolution of the human foot, with special reference to the joint. J Anat 1936; 70: 56-67.
23. Mero A, Komi P. Electromyographic activity in sprinting at speeds ranging from sub-maximal to supra-maximal. Med Sci Sports Exerc 1987; 19: 266-274.
24. Saunders JB, Inman VT, Eberhart HT. The major determinants in normal and pathological gait. J Bone Joint Surg 1953;58B: 153.
25. Lyons K, Perry J, Gronley JK. Timing and relative intensity of the hip extensor and abductor muscle action during level and stair ambulation. Phys Ther 1983; 63: 1597-1605.
26. Duchenne GBA. Physiologie des Movements. Philadelphia and London: WB Saunders, 1949 (originally published 1867).
27. Waters RL, Morris IM. Electrical activity of muscles of the trunk during walking. J Anat 1972; 111: 191-199.
28. Hollinshead WH, Jenkins DB. Functional Anatomy of the Limbs and Back. Ed. 5. Philadelphia: WB Saunders, 1971:270.
29. Elliott BC, Blanksby BA. The synchronization of muscle activity and body segment movements during a running cycle. Med Sei Sports Exerc 1979; 11: 2-27.
30. Glancy J. Orthotic control of ground reactive forces during running (a preliminary report). Orthot Prosthet 1984; 3:12-40.
31. Johnson JE. Shape of the trochlea and mobility of the lateral malleolus. In: Stiehl JB (ed). Inman's Joints of the Ankle. Ed 2. Baltimore: Williams and Wilkins, 1991: 16-17.
32. University of Texas Austin anthropology
33. Youtube : DrGlassDPM _ Over Pronation & Supination Motion Biomechanics of the Subtalar Joint Explained
34. <https://musculoskeletalkey.com/biomechanics-2/>
35. https://www.physio-pedia.com/Biomechanical_Assessment_of_Foot_and_Ankle
36. 스마트폰 사용이 건강한 성인의 보행패턴에 미치는 영향
37. Salenius P 및 Vanka E의 The development of the tibiofemoral angle in children. J Bone Joint Surg 1975; 57A:259-261.

2022 한국자연치유학회 추계워크숍학술대회 proceedings topic 5: 42.

제 5 발표 연제 및 발표 초록

연제: 상상실감요법 발전사의 탐색

연사: 변미경 박사과정(동방문화대학원대학교 자연치유학과)

본 연구는 국내 상상요법의 연구의 역사를 살펴 보고, 앞으로의 상상요법 연구의 방향성을 제시하는 데 목적이 있다.

인류사 전체를 볼 때, 인간의 상상력은 인류 역사를 발전시키는 데 큰 공헌을 했다. 우리가 살아가는 세상을 둘러싼 모든 것은, 과거 누군가가 상상하고 실현하려고 노력했던 것들이다. 상상치유는 이미 외국 의학계에서는 인정받고 널리 활용되는 치료법이다. 또한 물리학계에서도 우리의 생각 에너지가 물질을 만드는 동력이라는 사실을 밝혀냈다.

이와 같이, 오늘날 상상은 다양한 분야, 즉 의학, 심리학, 비즈니스, 코칭, 리더십, 스포츠, 마케팅 분야 등 광범위하게 활용되고 있으며, 지속적으로 증가 추세에 있다. 이에 따라 상상요법에 관한 경험적 연구의 필요성이 증가하고 있으며, 그동안의 연구 동향을 분석함으로써 향후 상상요법 연구에 관한 방향을 이해할 수 있을 것이다.

본 연구는 상상요법을 다룬 연구들을 철학, 심리학, 의학, 과학 4가지 분류에 초점을 맞추어 제시하고 분석하였다. 상상요법 연구사를 분석함으로써 향후 국내에서 상상요법 연구를 수행하는데 정보를 제공하고, 현재 상상요법 연구의 위치를 가늠해봄으로써 상상요법 연구에 대한 앞으로의 방향성을 제시하였다. 끝으로 연구결과를 논의하고, 연구의 시사점을 제언하였다.

참고문헌

천준협. 2014. 상상현실요법이 일반인의 우울증, 피로와 질병 감소에 미치는 효과 연구. *Journal of Naturopathy* 3(2): 154-160.

천준협. 2014. 일반인의 스트레스 감소를 위한 상상현실요법 프로그램 개발. *Journal of Naturopathy* 3(0): 32-42.

변미경, 이형환. 2014. 상상현실요법을 이용한 일반인의 사회적 스트레스 및 불안감 감소 효과. *Journal of Naturopathy* 3(1): 54-60.



한국자연치유학회
Korean Society for Naturopathy

2022 한국자연치유학회 추계워크숍학술대회 proceedings topic 6: 43.

제 6 발표 연제 및 발표 초록

연제: 일원론적 사고와 이분법적 사고에 대한 고찰

- 성경 사복음서를 중심으로

연사: 정미연 석사과정(수도국제대학원대학교 전인치유전공)

<초록>

본 논문은 히브리 일원론적 사고와 헬라 이분법적 사고에 관한 연구로서, 각 사고에 영향을 미친 히브리적 문화와 헬라적 문화에 대해서 고찰한다.

사고는 문화를 통해서 형성되며, 형성된 사고 시스템은 각 개인과 공동체의 방향성과 발전에 지대한 영향을 미친다.

본 논문은 다음의 세 부분으로 구성되어 있다.

첫째는 히브리 문화와 헬라 문화 형성에 영향을 미친 역사적 배경과 각 문화의 특징이다.

둘째는 각 문화에 영향을 받아 형성된 히브리 일원론적 사고와 헬라 이분법적 사고의 특징이다.

셋째는 일원론적 사고와 이분법적 사고를 적용한 성경해석의 차이와 그것에 대한 고찰이다.

본 논문에서는 일원론적 사고와 이분법적 사고에 입각해서 사복음서의 성경구절을 각각 해석함으로써, 사고방식에 따라서 해석의 차이와 결과의 차이가 얼마나 커지는지에 대해서 연구하였다. 본 연구를 통해서 얻고자 하는 것은 관계중심적, 실행중심적, 현실생활중심적인 일원론적 사고를 소개하고, 일원론적 사고를 기반으로 한 성경연구와 해석을 확산시키는 것이다. 현실변화가 없는 신앙생활을 하고 있는 분들에게, '일원론적 사고와 이분법적 사고에 대한 고찰과 성경해석'이 새로운 대안을 제시할 것이라고 생각한다.



한국자연치유학회
Korean Society for Naturopathy

<학회 정보>

● - “연구윤리 규정”의 총칙을 기재- ●

제1장 총칙

제1장(근거) 윤리위원회 설치는 본 학회 정관 제1장 제4조에 따라 본 학회의 각종 사업 수행에 따라서 생길 수 있는 윤리 관련 문제들을 처리하기 위하여 윤리위원회(이하 ‘위원회’라 한다)를 둔다.

제2장(목적 및 기능) 본 위원회는 연구, 교육, 출판 등 본 학회 또는 회원의 학술활동 전반에 걸친 연구윤리 관련 문제를 다룬다. 이 규정은 연구윤리 및 진실성 확보를 위한 절차와 그 업무수행을 위한 위원회의 설치 및 운영에 관한 사항을 규정함을 목적으로 한다.

제3조(적용대상) 이 시행규정은 본 학회지에 투고하는 연구자를 대상으로 수행하거나 그에 참여하는 자에게 적용한다.

제4조(적용 범위) 연구윤리 확립 및 연구 진실성 검증과 관련된 사항은 이 규정에 따른다. 윤리심의내용은 교육부의 “연구윤리 확보를 위한 지침”(개정 2012. 8. 1. 교육과학기술부 훈령 제260호)에 준해서 윤리 시행 세칙 및 Cambridge COPE guidelines에 따라 정하였다.

제5조(연구 부정행위의 범위)

1. 연구 부정행위(이하 “부정행위”라 한다)란 연구의 제안과 수행, 연구결과의 보고 및 발표 등에서 행하여진 다음 각호의 행위를 말한다.
 - 1) 존재하지 않는 데이터 또는 연구결과 등을 허위로 만들어 내는 행위
 - 2) 연구 재료·장비·과정 등을 인위적으로 조작하거나 데이터를 임의로 변형·삭제함으로써 연구 내용 또는 결과를 왜곡하는 행위
 - 3) 창의적인 타인의 연구 내용이나 연구결과 등을 정당한 승인 또는 인용 없이 도용하는 표절행위
 - 4) 연구 내용 또는 결과에 대하여 과학적·기술적 공헌 또는 이바지를 한 사람에게 정당한 이유 없이 논문 저자 자격을 부여하지 않거나, 과학적·기술적 공헌 또는 이바지하지 않은 자에게 감사의 표시 또는 예우 등을 이유로 논문 저자 자격을 부여하는 부당한 논문 저자 표시행위
 - 5) 본인 또는 타인의 부정행위 혐의에 대한 조사를 고의로 방해하는 행위
 - 6) 학계에서 통상적으로 용인되는 범위를 심각하게 벗어난 행위
 - 7) 기타 제2항의 위원회가 자체적인 조사 또는 예방이 필요하다고 판단되는 부정행위
2. 제15조의 행위에 관한 본 학회의 자체조사를 위하여 학회 내에 연구윤리위원회(이하 “위원회”라 한다)에서 심의한다.



한국자연치유학회
Korean Society for Naturopathy

KSN 학회의 중요행사 이모저모 앨범



2013년도 2회 총회모습



2013년도 워크숍 모습



2014년도 제3회 총회 모습



2015년도제4회 총회 모습



2015년도 제4회 총회 모습



2015년도 워크숍모습



2016년도 워크숍 모습



2016년도 5월 총회 모습



2017년도 5월 총회 모습



2017년도 9월 제주도Workshop 모습



2018년 5월 총회 모습



2018년 5월 총회 모습



2018년 5월 총회 모습



2018년 5월 총회 모습



2019년 5월 총회 모습



2019년 5월 총회 모습



2019년 11월 워크숍 모습



2020년 5월 정기총회 모습



2021년도 정기총회 모습



2021년도 워크숍 학술대회 모습



2022년도 정기 총회 모습



최병용 신임회장 인사

Application form for Joining Membership of KSN

Name		Birthdate		
Current Institute				position
Mailing Address	office			zip
	home			zip
Major fields				
Major, Degree, Current position	others			
	BA/BS			
	Master			
	Doctoral			
Communication	Cellular phone			
	office / home phone			
	e-mail address			
Select (○) following membership				
Membership	Professional	yes	fee	200,000 won (US \$200)/yr
	Regular	yes	fee	100,000 won(US \$100/yr
	Associate	yes	fee	50,000 won(US \$50)/yr
<p>Professional member : Levels on doctoral course student, doctoral degree, professor, medical doctor, senior nurse, health supervisor, pharmacist and presidential class of health-relative company. Priority is given to submission of articles and various events. Regular member : over batchelor degree. Associate member : interesting in Naturopathy.</p>				
<p>I am applying for joining member of the Society, and I would like to follow the regulations of the Society and to contribute the promotion of the Society.</p> <p style="text-align: right;">Month , 202 .</p> <p style="text-align: center;">Applicant : _____ (Sign)</p>				
<p>Homepage : http://journal.knaturopathy.org http://www.knaturopathy.org</p> <p>The Korean Society for Naturopathy</p>				
<p>CrossRef / DOI / KCI / Acamedia.edu / Scopus / Biological Abstacts</p> <p>Main Office : #101 Sindonga Sangga, 441 Dokseodang-ro, Seongdong Gu, Seoul, 04716, Korea</p> <p>E-mail : knsn9988@nate.com / sanggido@nate.com</p> <p>Office phone & Fax : 82-2-2299-3118 / Cell : 82-10-7774-3118</p> <p>Account : Credit Union bank(신협) 131-017-278658 Korean Society for Naturopathy</p>				

★학회의 로고의 상징의 해설★

1. 중앙의 8방 붉은 빛살 : 태양의 빛이 온 누리에 발하며,
온 몸의 열기의 혈액이 순환하여,
온 누리에 치유의 맘을 밝히는 의미
2. 초록 테 : 푸르른 대자연의 치유
3. 흰색바탕 : 맑고 깨끗하여, 아무런 해가 없는 자연치유
4. 빛 끝의 노란색 : 마음, 몸, 정신의 안정을 의미한다.

