

신앙과 학문 통합- 음악의 치유적 기능과 수업의 적용

-실용음악학과 김순담

I. 교수자의 역할과 음악적 역할

1.교수자의 역할

- 1) 말씀의 배경
- 2) 상황적 배경

2.고대 그리스음악에 근거한 음악적 역할

II.음악의 치유기능과 딜레마

- 1.성경과 논문에 입각한 근거
- 2.실용음악의 딜레마

III. 레슨플랜

1. 음악창작하기
2. 노래하기
3. 연주하기
4. 감상하기

I. 교수자의 역할과 음악적 역할

1. 교수자의 역할

1) 말씀의 배경

교수자의 역할에 대하여 받은 말씀과 나의 비전은 성령님에 의지하여 학생들을 세우는 일이다.

‘베드로가 요한으로 더불어 주목하여 가로되 우리를 보라 하니 그가 저희에게 무엇을 얻을까 하여 바라보거늘 베드로가 가로되 은과 금은 내게 없거니와 내게 있는 것으로 네게 주노니 곧 나사렛 예수 그리스도의 이름으로 걸으라 하고 오른손을 잡아 일으키니 발과 발목이 곧 힘을 얻고 뛰어 서서 걸으며 그들과 함께 성전으로 들어 가면서 걷기도 하고 뛰기도 하며 하나님을 찬미하니 모든 백성이 그 걷는 것과 및 하나님을 찬미함을 보고 그 본래 성전 미문에 앉아 구걸하던 사람인줄 알고 그의 당한 일을 인하여 심히 기이히 여기며 놀라니라’

(사도행전3:4-10)

교수자의 영역과 태도에 대하여 받은 말씀은 출애굽기 3장 5절이다.

‘네가 선 곳은 거룩한 땅이니 네 발에서 신을 벗으라’

2) 상황적 배경

코로나로 인하여 많은 학생들이 고립감을 경험하고 자존감과 상처를 치유받을 사람, 단체, 장소 등을 제공받지 못한 채 장시간을 보냈다

또한 정치, 경제, 사회 전반에 걸친 현실적인 답답함과 미래에 대한 불안감이 MZ세대에 팽배해있고 해결을 위한 구체적 대안이 막막한 현실이다

하지만 표현의 자유라는 이름하에 무분별하게 산출되는 문화적 산물은 대중에게, 학생들에게 만연되고 있으며, 인간의 심리, 인격에 큰 영향력을 미치는 음악을 배우고 사용하는 학생들도 그 힘과 영향력에 대하여 무지하다

2. 고대 그리스음악에 근거한 음악적 역할

고대 그리스 음악은 예배나 제례의 음악적 역할 외에도 국가의 청년층을 도덕적으로 올바르게 키우기 위한 교육적 목적이 중요하였다

또한 철학자 피타고라스나 아리스토텔레스, 플라톤 등에 의해서 음악의 학문적 연구가 시도되었다

그리스 사람들은 음악의 선법이 각각 고유의 성격을 지니므로 어떤 선법을 사용하느냐에 따라 인간의 감정과 성격, 의지도 좌우할 수 있다고 생각하였으므로 강하고 분별있는 시민으로 성장하기 위하여는 도리안 선법(남성적)과 프리지안 선법(열정적)의 음악을 리디안(여성적), 믹소

리디안 선법(비애적)의 음악보다 더 듣고 연주하도록 하였다.

피타고라스는 음악은 우주 전체의 조화로운 움직임을 모방한 감지 가능한 우주의 소리라고 믿고 음악과 우주를 동일시함으로써 음악이 인간에 의해 만들어진 것이 아니라 신에 의해 주어진 것임을 증명하려 하였다. 그는 모든 예술 가운데 음악만이 영혼을 움직일 수 있고 음악이 올바른 방법으로 사용된다면 건강에 지대한 영향을 끼친다고 생각했다. 건강은 육체와 마음의 조화에 의존한다고 믿었고 특별히 카타르시스를 가져다주는 음악의 기능을 강조하였다(Grout, 1980. 재인용).

플라톤도 ‘국가론’에서 음악이 인격을 형성하고 음악의 선법이 변할 때 그 상태의 근본적인 법칙도 그것과 함께 변한다고 주장하였다. 아리스토텔레스는 그의 ‘정치학’에서 음악의 기능을 일과 후의 긴장완화와 자유시간의 여가생활 그리고 카타르시스의 도구로서의 치유적 기능을 주장하였다(Stamou, 2002, 재인용).

II. 음악의 치유기능과 딜레마

1. 성경과 논문에 입각한 근거

여호와께서 애굽을 치실지라도 치시고는 고치실 것이므로 그들이 여호와께로 돌아올 것이라 여호와께서 그들의 간구함을 들으시고 그들을 고쳐주시리라(사 19:22)

여호와의 영이 사울에게서 떠나고 여호와께서 부리시는 악령이 그를 번뇌하게 한지라 사울의 신하들이 그에게 이르되 보소서 하나님께서 부리시는 악령이 왕을 번뇌하게 하온즉 원하건대 우리 주께서는 당신 앞에서 모시는 신하들에게 명령하여 수금을 잘 타는 사람을 구하게 하소서 하나님께서 부리시는 악령이 왕에게 이를 때에 그가 손으로 타면 왕이 나오시리이다 하는 지라 사울이 신하에게 이르되 나를 위하여 잘 타는 사람을 구하여 내게 데려오라하니... 하나님께서 부리시는 악령이 사울에게 이를 때에 다윗이 수금을 들고 와서 손으로 탄즉 사울이 상쾌하여 낮고 악령이 그에게서 떠나더라 (사무엘상 16:14-23)

다윗이 레위 사람의 어른들에게 명령하여 그의 형제들을 노래하는 자들로 세우고 비파와 수금과 제금 등의 악기를 울려서 즐거운 소리를 크게 내라 하매 레위 사람이 요엘의 아들 헤만과 그의 형제 중 베레가의 아들 아삽과 그의 형제 므라리 자손 중에 구사야의 아들 에단을 세우고 그 다음으로 그들의 형제 스가랴와 벳과 야아시엘과 스미라뭇과 여히엘과 운니와 엘리압과 브나야와 마아세야와 맛디디야와 엘리블레후와 믹네야와 문지기 오벰에돔과 여이엘을 세우니 노래하는 자 헤만과 아삽과 에단은 늦제금을 크게 치는 자요 스가랴와 아시엘과 스미라뭇과 여히엘과 운니와 엘리압과 마아세야와 브나야는 비파를 타서 알라뭇에 맞추는 자요 맛디디야와 엘리블레후와 믹네야와 오벰에돔과 여이엘과 아사시야는 수금을 타서 여덟째 음에 맞추어 인도하는 자요 레위 사람의 지도자 그나냐는 노래에 익숙하므로 노래를 인도하는 자요 베레가와 엘가나는 궤 앞에서 문을 지키는 자요 제사장 스바냐와 요사밧과 느다넬과 아미새와 스가랴와 브나야와 엘리에셀은 하나님의 궤 앞에서 나팔을 부는 자요 오벰에돔과 여히야는 궤 앞에서 문을 지키는 자이더라 (역대상 16:16-24)

심장박동은 주파수, 빠르기, 음량과 같은 음악적 변인에 따라 달라지는데 음악의 템포가 빠르면 빠를수록 심장도 이에 맞추어 빠르게 박동하며 느린 템포에는 심장박동이 느려진다. 심장박동이 느릴 경우 신체적 긴장과 스트레스는 줄어들고 마음은 진정된다(Campbell, 1997/1999, 재인용)

음악은 의식을 베타상태에서 알파상태로 전환시킬 수 있고 동시에 각성상태를 더욱 명료하게 하며 행복감을 고조시킨다(Campbell, 1997/1999)

음악이 그 순간의 현실이나 자기자신으로부터 주의를 돌리게 함으로 고통을 잊게한다. 고통으로 주의집중 하고 있던 것을 즐거운 감각 자극인 음악에 초점을 맞춤으로 그 순간의 고통을 잊을 수 있는 것이다(Campbell &Doman, 2011/2012, p. 159.재인용)

느린 템포의 음악을 들노라면 스트레스가 감소되는데 이것은 스트레스와 관계있는 주요호르몬인 코티솔이 음악이 중재함에 따라 감소되기 때문이다(Khalifa,Bella, Roy, Peretz & Lupien, 2003).

음악이 우리의 기분을 고조시키는 것은 우리가 음악을 들을 때 도파민이라는 호르몬이 분비되고 그 호르몬이 우리의 기분을 전환시켜 기분을 좋게 만들어 준다(Chanda & Levitin, 2013)

2. 실용음악의 딜레마

예술교육은 본질적으로 치유적이다. 예술을 통한 감성적 인식을 돕고 창의적 활동을 강화하고 표현적이고 소통적인 상호관계 속에서 예술을 통해 자기성찰적 사고를 이끌어 내는 역할을 예술교육은 담당한다. 이러한 과정에서 개인으로서 성숙하고 사회의 발전과 진작을 도모하기 때문에 예술교육은 심리적으로 육체적으로 건강한 내적 자아의 긍정적인 성장을 돕는 예술치유와 근본적으로 맥을 같이한다(치유로서의 음악교육, 노주희,2016,p35)

교수자가 교육과 동시에 치유의 역할을 감당할 수 있는 영역이 음악이라 할 수 있다. 그러나 음악의 장르와 구성요소를 통해서 음악적 치유에 관한 논문을 살펴보면 어떤 음악이나에 따라 상충하는 부분이 발견된다

일반적으로 스타카토, 당김음, 액센트가 많으며, 조성의 변화가 급격하고 음역의 폭이 넓으며 예측할 수 없는 음악의 흐름을 지닌 것은 자극적인 음악이다. 반대로 사람을 안정시키고 비활동적으로 되게 하는 음악은 멜로디 중심의 음악이며 조성의 변화가 거의 없거나 음역의 폭이 좁고 급격한 멜로디의 변화를 가져오지 않으며, 대개 반복을 동반하는 음악이라고 할 수 있다(최병철, 1999, p. 70).

끊임없이 강한 소리를 내고 템포가 빠르고 불협화음이 섞인 채 강한 음색을 가진 음악은 교감신경을 지나치게 자극해서 너무 많은 양의 아드레날린을 분비시킬 수 있다.이러한 효과는 경우에 따라 심한 긴장상태, 면역작용의 저하, 소화장애, 심지어는 온몸의 기가 다 빠져 나간 극

도의 쇠약 증세로 발전할 수 있다.(음악의 치유기능에 관한 고찰,유명복,p153)

록음악의 특징은 악곡의 변화와 긴장감을 증대시키기 위해 과도한 당김음을 사용한다. 록음악은 불협화음을 과도히 사용하고 있기 때문에 불안감을 유발시킬 가능성이 높다. 과도한 전자음과 드럼의 사용은 뇌하수체를 자극하여 과도하게 호르몬이 분비되게 한다. 헤비메탈이나 랩을 듣는 청소년들은 마약이나 알코올사용과 같은 행동을 보이고 학업성적이 낮고 성적일탈 등을 보여주었다(Scheel & Westfeld, 1999,재인용)

하루에 열시간씩 모차르트 음악을 들은 쥐들은 미로를 통과하는 시간을 15% 줄일 수 있는 반면 록을 들려준 쥐는 4배나 느리게 통과했을 뿐 아니라 서로 공격하기 시작했다(Campbell, 1997/1999, p. 68)

바하, 헨델, 비발디, 파헬렐 등의 바로크 음악과 모차르트, 하이든, 베토벤의 초기작품, 클루크 등의 음악은 고전주의 음악이다. 록,포크, 컨트리, 힙합, 헤비메탈을 비롯한 모든 장르의 음악은 삶에서 각각 역할을 담당하며 기능을 수행한다. 그러나 클래식이 여러 세대에 걸쳐 더 좋은 영향을 줄 수 있는데 그 이유는 클래식은 구성상 우리 뇌를 활성화하는 힘이 있기 때문이라고 한다(Campbell & Doman,2011/2012, p. 32).

시카고 대학의 앨런 블룸(Allen Bloom) 교수의 저서 The Closing of American Mind는 30년간의 학생들과의 작업을 토대로 한 관찰을 포함하고 있다. 클래식 음악이 본질적으로 리드미컬한 록 음악과 비교할 때 화음이 잘 된다고 한다. 화음이 잘되는 음악은 지성에 호소하고 청중을 더 명상적으로 만든다. 리듬 음악은 감정에 더 많이 호소하고 음악을 듣는 사람은 더 열광적으로 된다. 블룸은 리듬 음악의 전자음악에 장기간 노출되면 뇌에 미치는 영향이 마약과 유사하다고 했다. 그는 수학 공식에 기초한 음악의 한 형태인 록이 계산된 주파수(진동)를 통해 마음을 조절할 수 있다고 결론내렸다(1987). (음악의 심리적영향, 유명복,2019.p198)

따라서 위의 논문 내용에 따르면 클래식음악은 치유와 뇌활성화에 도움이 되지만 실용음악을 교수하는데 있어서 상당한 교육적 어려움과 부담이 따르게 된다. 그러나 모든 음악의 구성요소 중 어느 일부만을 선택하여 가르칠 수 없다.

내가 또 단 지파 아히사막의 아들 오홀리압을 세워 그와 함께 하게 하며 무릇 지혜로운 마음이 있는 자에게 내가 지혜를 주어 그들로 내가 네게 명한 것을 다 만들게 할찌니(출애굽기 31.6)

또 두번째 소리 있으되 하나님께서 깨끗케 하신 것을 내가 속되다 하지 말라 하더라(사도행전 10.15)

우리가 알거니와 하나님을 사랑하는 자 곧 그 뜻대로 부르심을 입은 자들에게는 모든 것이 합력하여 선을 이루느니라(로마서8.28)

따라서 학생들에게 음악의 영향력과 파급적인 힘이 얼마나 큰것인지 자각하게 하고 분별할 수 있는 기초역량을 키워야한다

클래식음악과 실용음악의 구성요소를 간단히 도표화하면 다음과 같다

	클래식 음악	실용음악
선율	선율선이 중요. 프레이즈 중심 부드러운 선율선은 순차적	장르에 따라 표현되는 성향이 다르다
리듬	4분음표를 기준으로 규칙적인 분할	장르에 따라 다양하고 복잡한 리듬. 엇박, 타이의 사용으로 마디감이 흐림
박자	강박이 1.3박(4/4기준)	강박이 2.4박(4/4기준)
화성	전통적 클래식은 3화음, 7화음 중 심이며 비화성음은 해결	7,9,13화음 및 텐션 등 복잡
음색	전통악기의 리얼사운드	악기외에 미디, 전자 사운드 등
장르	소나타, 왈츠, 발라드, 모음곡 등	팝, 락, 힙합, 발라드, 펑크, 하드락, 포크 등

Ⅲ. 레슨플랜

위의 음악적 목적에 부합하면서도 치유의 목표를 포함한 레슨플랜을 각 영역별로 하나씩 제시
하고자한다

음악의 교육영역에는 음악창작하기, 노래하기, 연주하기, 감상하기가 있다

1. 음악창작하기

목적: 할수있다는 자신감

 캐논 베이스(I-V-vi-iii-IV-I-IV-V)의 화성진행 익히기

 개인별로 4마디의 다양한 리듬과 선율선을 변주곡형식으로 만들기

	진행	목표	준비물
1주차	화음진행익히기 -학생은 화음의 근음을 가창하기 -교수는 피아노로 화음채우기 -역활을 바꾸어 학생은 자신이 선택한 화음 의 구성음(1.3.5.음)을 가창하기+교수는 근 음을 피아노치기	-3화음 진행익히기 -장3화음, 단3화음 의 특징	제시곡: 파헬 벨 캐논 & 지 그 중 캐논
	화음진행을 보드에 그린 후 화음의 적절한 연결선을 살피기	-13531, 1b35b31 중 선택한 음을 정 확하게 내기	-피아노. -보드 -오선지. 연

	-학생들이 자신의 연결선을 선택 -화음진행 그리기		필, 지우개
2주차	리듬을 선택하여 변주곡 만들기 - 테마:2분음표마다 화음바꾸기 -1변주:4분음표위주의 리듬형태 -2변주:8분음표위주의 리듬형태 -3변주:16분음표위주의 리듬형태 -4변주:타이, 붓점위주의 리듬형태	-같은 음을 중심으로 다양한 리듬패턴 만들고 정확하게 부르기	-오선지, 연필, 지우개 -리듬막대
3, 4 주차	팀프로젝트 -변주형태를 어레인지하기 솔로, 듀엣, 코러스 등 -함께 코러스 연습	*단합, 함께하는 마음 -서로의 화음과 발란스듣기	개별악보를 토대로 팀별 총보만들기
	-추가 악기 및 사운드 첨가		
5주차	발표	*할수있다는 자신감	

2. 노래하기

목적: 기존의 곡에 랩을 쓰며 자신의 마음표현
 평안과 긍정의 마음가짐
 랩의 리듬을 악보로 표시하기

음악의 구조적 특성은 멜로디, 화음, 리듬, 형식과 음악의 스타일의 조합으로 정의된다. 이런 특성 때문에 아픈 사람이나 어려움에 처해있는 사람에게 전하는 작곡이나 노래는 “음악이 아름답다”라는 반응을 불러일으킨다(Wimberly,1997).

	진행	목표	준비물
1주차	god의 촛불하나 노래부르기 -반복하여 부르면서 마음에 드는 단어 찾기 -나의 힘든때를 생각해보고 랩으로 써보기 -라임을 생각하고 맞추기 -다윗의 시편소개(분노 후 감사)	*자신의 어려움을 글로 표현 *다윗소개	촛불하나 MR 종이, 연필 보드

2주차	-각자 쓴 것을 랩으로 발표해보기 -각자의 랩을 리듬으로 그려보기 팀 프로젝트 -팀원끼리 순서 어레인지 -같이 공감하며 코러스는 합창으로 -코러스에 긍정의 무브먼트를 집어넣기	랩의 리듬을 악보로 표시 *코러스를 통해 같이 어려움을 이겨낼수 있다는 긍정의 마음	
3주차	-추가되는 간단한 타악기 연습 -발표	*혼자가 아닌 평안과 안도감	타악기

3. 연주하기

목적: 리더십과 팔로우(역할이해하기)

다양한 형태로 역할 경험하고 대화하기

음악적 소통을 통한 하나됨

뮤지컬 배역의 노래에서 느껴지는 감정에 함께 공감하며 리더, 팔로우로 움직이기

	진행	목표	준비물
1주	따라하기(거울) -두사람씩 파트너 하기 -리더와 팔로우 정하기 따라하기(그림자) -두사람씩 파트너 하기 -리더와 팔로우 정하기 전체 그룹으로 리더& 팔로우 -위치가 바뀔 때 가장 앞사람이 리더 대화하기 -리더의 역할, 팔로우의 역할 -어떨 때 쉬었는지, 어려웠는지 -생활에서의 리더와 팔로우역할은?	*다양한 형태로 역할 경험하고 대화하기 *리더십과 팔로우(역할이해하기)	움직일 수 있는 공간

	-음악에서의 리더와 팔로우의 역할은?		
2주	-두사람씩 파트너 하기 -리더와 팔로우 정하기 -막대를 손바닥에 대고 리더 따라가기 -역활바꾸기	음악적 소통을 통한 하나됨	길고 가는 막 대
	-음악들으며 음악이 가는데로 리더십 바꾸 기 -음악의 뉘앙스와 감정을 그대로 따라가기	뮤지컬 배역의 노래에서 느껴지 는 감정에 함께 공감하며 리더, 팔로우로 움직이 기	뮤지컬 웨스트 사이드스토리 중 Tonight 스피커

4. 음악감상

목적: 수동적 감상이 아니라 신체를 움직이는 적극적인 감상으로 음악을 마음에서만 느끼는
것이 아닌 몸전체에서 이해하고 느끼도록 한다

음악어법의 대조적 요소

음악에 상상력 사용하기

음악의 심리신체적 특성은 강도, 템포, 무드 혹은 음색 그리고 에너지에 있어 변화를 포함한다. 이런것들이 기민성이나 무기력 반응, 긍정적 혹은 부정적 분위기 변화, 그리고 손뼉치기, 발구르기, 혹은 몸을 흔들기 등과 같은 신체적 운동을 촉진시킨다. 우리가 그것이 가져올 영향력에 관한 분명한 생각에 기초해서 음악을 선택할 때 치유에 도움을 줄 수 있다(Wimberly, 1997,재인용).

	진행	목표	준비물
1주차	-예시의 음악을 듣고 스토리를 상상하기 -음악을 들으면서 스토리를 상상하며 움직 이기 -선과 악에 대하여 -대조되는 부분의 움직임 표현하기 -공간분할과 공간구성하기 -음악에서 나타난 긴장된 부분의 감화음을 악보에서 확인하고 어떻게 동작으로 표현	*음악을 마음에서 만 느끼는 것이 아닌 몸전체 에서 이해하고 느 끼도록 음악에 상상력 사 용하기	Beethoven p i a n o concerto No4. 2악장 움직일 수 있 는 넓은 공간 피아노 스피커

	할지 정하기 -대조를 위해 음악어법에서 사용된 요소를 악보에서 정확하게 확인 (p,f/ legato,staccato/ solo,tutti/ 8,4분 음표, 점음표/단선율, 화음/)	음악어법의 대조적 요소이해	
2,3주차	공연을 계획한다면 좀 더 섬세한 코레오그라피로 연습		

실용음악 공연자는 표현의 자유와 선한 영향력 사이에서 많은 고민을 한다. 실용음악이 주는 인기와 대중에 영합하는 것 사이에서 그 괴리감을 극복하는 것은 쉬운 일이 아니다, 하지만 많은 아티스트가 그 어려움을 극복하고 진리의 자유를 깨닫고 선한 영향력을 끼치며 책임있는 문화사역을 담당하고 있음을 보게된다. 그만큼 실용음악 필드에서는 문화사역의 사명감이 아니면 휩쓸리기 쉬운 음악구성요소 자체에서도 어려움이 존재하고 있다

수업과정을 통해 학생이 자신이 중요한 존재임을 알고 음악도로 역할의 중요성과 음악의 영향력, 파급되는 힘에 대한 인지를 하여 선한 영향력을 끼치고자하는 마음을 갖게 된다면 교수로서 더 큰 행복이 없을 것이다

강렬한 음악경험은 보다 진실하고 충만한 영적인 삶을 살기위해 진정한 내적자아를 실현시키는 것을 도와준다는 것이다(Schafer, Smuklla, & Oelker, 2014)

참고도서

- 1.『한국예술연구』 2016 제14호, 33-51쪽
- 치유로서의 음악교육- 오디에이션 음악교육활동을 중심으로/ 노주희
- 2.기독교교육정보, 제49집, pp. 141-165
- 천안: 한국기독교교육정보학회, 2016. 6.음악의 치유기능에 대한 고찰, 유명복
- 3.기독교교육정보, 제61집, pp. 183-206
- 천안: 한국기독교교육정보학회, 2019. 6.음악의 심리적 영향, 유명복
- 4.성경의 음악과 음악치료 , 예영커뮤니케이션,최병철