

## 音樂治療의 原理와 體質醫學的 접근을 위한 검토

이지영 · 박성식

동국대학교 사상체질과

### Abstract

### A Review on Principles and Access Methods to Sasang Constitutional Medicine of Music Therapy

Lee Ji-Young, Park Seong-Sik

Dept. of Sasang Constitutional Medicine, College of Oriental Medicine, Dongguk Univ.

#### 1. Objectives

The present study purposed to examine the contents and the principles of music therapy according to Oriental medicine theories in order to prove that music therapy is not a new research area but its principle is found in the long tradition of Oriental medicine.

#### 2. Methods

We investigate the possibility of music therapy based on Oriental medicine theories and examine the meanings of music therapy from the viewpoint of Oriental medicine.

#### 3. Conclusions and discussions

- (1) The principles of music therapy are the principle of homogeneity, catharsis and balance.
- (2) When one's mind changes, there are naturally occurred sounds, which are called Oseong (五聲 the oriental five voices exhalation, laughing, singing, wailing and groaning), and the notes defined by arranging the Oseong according to the principle of Ohaeng (五行 the oriental five phases wood, fire, earth, metal, water) are Oheum (五音: the oriental five musical notes Gakeum, Chieum, Gungeum, Sangeum and Wooeum). If Eum (musical notes) is classified into Ohaeng, it can be divided into Gakeum, Chieum, Gungeum, Sangeum and Wooeum.
- (3) Change of Sinji (神志 consciousness) induces change of Gigi (氣機 function of Gi), which can change the character of voices. Oseong controls the functions of Ojang (五臟 the oriental five viscera) by ruling one's Jeongji (情志: emotion). It can reduce the damage of the viscera caused by excessive vent of emotion resulted from unconscious expression of Oseong - Hoseong (呼聲: exhalation), Soseong (笑聲: laughing), Gaseong (歌聲: singing), Gokseong (哭聲: wailing) and Sinseong (呻聲: groaning).
- (4) Yiyeongseungjeong (以情勝情: Control emotion with emotion) therapies, which suppresses an emotion by stimulating another, include Noseungsabeop (怒勝思法: Control anxiety with anger), Heeseungbibeop (喜勝悲法: Control sorrow with joyfulness), (思勝恐法: Control fear with anxiety), Biseungnobeop (悲勝怒法: Control anger with sorrow) and Gongseungheebeop (恐勝喜法: Control joyfulness with fear).
- (5) Seongeum (聲音: voices and musical notes) can be applied to a stimulation method that not only harmonizes the rhythm of living organs but also controls the occurrence of diseases caused by mutual Pyeonseongpyeonsoi (偏盛偏衰: relative preponderance and weakness) through direct induction of the strength and weakness of Gi function of the oriental five viscera in a human body according to the individual character. Sounds preferred by the patient, the material of an instrument selected by the patient, the character of rhythm and music expressed by the patient and the sound or voice uttered frequently by the patient can be considered in diagnosis and treatments for the patient's body and mind.

**Keywords :** Music Therapy, Oheum (五音: the oriental five musical notes Gakeum, Chieum, Gungeum, Sangeum and Wooeum), Oseong (五聲: the oriental five voices exhalation, laughing, singing, wailing, groaning), Sasang Constitutional Medicine

• 접수일 2006년 02월 20일; 승인일 2006년 03월 31일

• 교신처: 박성식 성남시 분당구 수내동 87-2 사상체질과 Tel : +82-31-710-3723 FAX : +82-31-710-3780 E-mail : parkss@dongguk.edu

## I. 緒 論

음악치료는 '건강생활에 있어서 마음과 신체를 분리할 수 없다'는 전체적인 치료(holistic approach)에 대한 개념에서 출발하였다. 음악은 정서적 발달을 유도하고 자폐아 등의 심리적 이상상태를 복원하는 치료수단으로 쓰일 뿐만 아니라, 육체의 질병 치료에도 쓰일 수 있다. 그러나 지금까지의 음악치료는 서양의학과 접목된, 음악을 매개로 한 행동주의 심리학을 중심으로 발전한 것으로서 육체의 질병 치료를 위한 음악치료의 이론과 방법론이 거의 없었다.

최근 국내에서의 음악치료연구에 새로운 방향이 시작되었는데, 1991년에 陰陽五行과 五運六氣를 바탕으로 명상음악이 치료음악으로서 등장하였다. 명상음악 제작자인 김도향은 氣사상과 東醫寶鑑·律呂學<sup>1)</sup> 및 陰陽五行說에 근거하여 音響에 의한 치료를 중시하였으며, 명상음악이 音響의 도움을 받아 신체 각 부위와 조화가 이루어져 치료효과가 높아진다는 연구가 있었다<sup>2)</sup>. 五行으로 분류한 음악이 생명체의 형질변화에 미치는 영향<sup>3)</sup>, 오음의 사상의학적 음성분석<sup>4)</sup>, 체질간의 음성 특성<sup>5)6)7)</sup>에 관한 연구가 진행되었다.

이에 저자는 한의학적 이론에 의한 음악치료의 내용과 원리를 고찰함으로써 음악치료라는 연구 분야는 새로운 것이 아니라 한의학의 오랜 전통 안에 그 원리가 있었음을 밝히고, 음악이 木氣, 火氣, 土氣, 金氣, 水氣를 발하여 인체 장부에

영향을 주는 것을 고찰함으로써 음악치료의 가능성을 살펴보고자 하였다. 또한 음악치료를 체질의학적으로 활용하기 위한 가능성에 대한 검토와 접근법을 모색하고자 하였다.

## II. 本 論

### 1. 음악치료의 정의와 범위

음악치료란 음악이 심신의 기능에 주는 효과를 이용하여 의학적 치료의 보조수단에 이용하는 것이다<sup>8)</sup>.

음악치료는 치료적인 목적, 즉 정신과 신체 건강을 복원 및 유지시키며, 향상시키기 위해 음악을 사용하는 것이다. 이것은 치료적인 환경 속에서 치료 대상자(Client)의 행동을 바람직한 방향으로 변화시키기 위한 목적으로 음악을 체계적으로 사용하는 것이다.

### 2. 음악치료의 원리

음악치료의 원리<sup>9)</sup>로는 同質의 원리, 카타르시스의 원리, 균형의 원리를 들 수 있다.

음악의 심리학적 측면은 음악이 가지는 육체적이고 심리적인 성적(性的) 특징인 프로이드의 정신분석을 기본으로 하고 있다<sup>10)</sup>. I.M Altshuler (정신과 의사이며 음악치료 연구자)는 음악으로 병을 치료할 때 사용하는 음악을, 환자의 그 때의 기분과 정신상태에 맞는 곡을 선택하면 환자는 그 음악을 받아들여 유효하게 작용한다는 것을 발견하였는데 이것을 同質의 원리라 하며 심리학적 음악치료의 원리로서 매우 중요시되고 있다. 몸과 마음에 영향을 주는 좋지 않은 정서를 몸 밖으로 내보내든지 빨리 없애고 싶을 때 작용되는 원리이다. 음악치료에 있어 同質性의 원리는 외부적인 소리의 모양이 대상자의 내면의 상태와 유사하게 일치되어 내면의 세계를 외부의 소리세계로 유도하는 것을 말한다<sup>11)</sup>. 음악치료 시, 오히려 반대되는 특성을 가진

1) 우실하. 전통음악의 구조와 원리. 소나무, 서울, 2004 :176-180.  
 2) 강성우. 음악치료의 동양의학적 접근방법 연구 음악양행을 중심으로-. 경기대학교 대체의학대학원. 2004:4.  
 3) 李承鉉. 오행으로 분류한 음악이 누에의 형질변화에 미치는 영향. 경희대학교 박사학위논문. 2003:14.  
 4) 김달래. 오음의 사상의학적 음성분석과 고찰. 사상체질학회지. 2003;15(1):50-59.  
 5) 양상목 외. Pitch Range와 Bandwidth를 이용한 음성특성과 사상체질간의 상관성 연구. 사상체질의학회지 2001;13(3):31-39.  
 6) 박성진 김달래. Harmonics배음 와 Formant Bandwidth(포먼트 폭)를 이용한 음성특성과 사상체질간의 상관성 연구. 사상체질의학회지. 2004;16(1):61-73.  
 7) 김달래. 사상체질별 음성특성과 신체질량지수(BMI)에 관한 연구. 사상체질의학회지. 2004;16(1):53-60.

8) 김운태외. 교육심리사전. 배영사, 서울, 1965:259.  
 9) 강성우. 上揭書:24.  
 10) 이정균. 정신의학. 일조각, 서울, 1981:69-70.  
 11) 김영익. 음악치료에 대한 연구. 원광대학교 교육대학원 석사학위논문. 2000:35.

음악에 의해서 중화되지 않을까 하는 생각을 하게 되는데 실은 동질의 음악밖에 받아들여지지 않는다. 예를 들어 情志가 지나치게 억압되거나 표출되면 분노가 억압되어 화병이나 울화병이 나타날 수 있는데 자신의 분노를 마음껏 표출할 수 있도록 소리를 지르게 함으로써 怒氣를 다스릴 수 있다. 우리나라에서는 사람이 죽게 되어 喪을 치를 때에 哭소리를 하게 함으로써 사랑하는 사람을 잃은 슬픔을 표출하게 하는데 이러한 행위들이 가슴속에 막힌 氣를 풀어줌으로써 슬픔으로 인해 신체가 상하지 않도록 보호하는 의미가 있다고 생각된다. 즉 화가 날 때 소리쳐 부르짖는다든지 기쁠 때 마음껏 웃어본다든지 생각이 많을 때 노래를 흥얼거리 보거나 슬플 때 곡소리 나게 울어보고 두려운 마음이 있을 때 신음소리를 내어 보는 것으로 그러한 감정의 기운들이 인체에 영향을 미치는 것을 미연에 방지할 수 있는 것이다. 소리 지르거나, 웃거나, 노래하고, 울고, 신음소리를 내는 행동들이 환자의 증상을 일시적으로 악화시키는 듯 보일 수도 있겠지만 환자의 내면에 내재되어 있는 상태를 포화시켜 응어리를 토해내고 카타르시스를 느낌으로서 그것을 계기로 자기 스스로의 치료가 작용되기 시작하는 것이다. 멜로디가 풍부한 곡은 많은 사람들에게 평안을 주고 마음에 휴양을 준다. 이것은 음악에 의해서 긴장이 완화되는 효과에 의한 것이다. 또한 화성이 장대하고 리듬이 자극적인 곡은 반대로 사람들의 마음을 급하게 만드는데 이것은 음악에 의해 긴장되었기 때문이다. 이처럼 인간이 몸과 마음의 균형을 유지하도록 음악을 조절하여 치료 하는데 이것이 균형의 원리이다.

### 3. 음악치료의 韓醫學的 접근

#### 1) 五音에 관한 문헌적 고찰

한의학에서는 五音을 오행이론에 맞추어 배속하고 있다. 여기에서 五音은 장부와 연관되며 五情과 五聲 등과도 연관된다. 이것은 문진에 이용되는 것으로 사상의학에서 체질마다 음성의 특징을 기술한 것과도 관계가 있다. 김구익 선생은 四聲論에서 태양인은 소리가 높고 맑고 원만하고, 태음인은 소리가 무겁고 탁하고 방정하다. 또 소양인은 가볍

고 낮고 급하고 멀리가며, 소음인은 활발하며 느리고 평이하다고 하여 태양인은 商音, 태음인은 宮音, 소양인은 徵音, 소음인은 羽音에 배속하여 말하고 있다<sup>12)</sup>.

五音은 절대적인 음이 아니기 때문에 고대 문헌에서는 여러 가지 비유로서 宮商角徵羽를 설명하고 있다.

(1) 陣陽의 『樂書』: 角音은 닭의 울음소리처럼 곧고 밖으로 뻗어나가는 성질을 상징하므로 陰中의 陽氣가 곧게 湧出하는 기세를 품고 있다. 徵音은 놀란 돼지들이 도주할 때 내는 소리처럼 사방으로 分裂하는 기세를 품고 있다. 宮音은 소의 울음소리처럼 사방으로 그윽하게 퍼짐을 상징하므로 陰과 陽이 서로 치우치지 않고 화합하면서 오고 감에 편향이 없는 기세를 품고 있다. 商音은 무리를 떠난 양의 울음소리처럼 가벼우면서도 한계 안으로 들면서 수렴하는 기세를 품고 있다. 羽音은 들판에서 말이 고개를 높이 들고 울 때 나는 소리처럼 높으면서 아득히 가라앉는 성질을 상징하므로 깊숙이 빠져들면서 찾아드는 기세를 품고 있다<sup>13)</sup>.

(2) 『관자』·「지원」: “무릇 徵를 들으면 등에 업힌 돼지의 놀랜 소리와 같고, 羽를 들으면 말이 들에서 우는 소리와 같으며 宮을 들으면 소가 울막에서 우는 소리 같고 商을 들으면 무리를 떠난 양의 소리와 같으며 角을 들으면 꿩이 나무에서 우는 소리와 같아서 그 소리가 빠르고 맑다.”<sup>14)</sup>

#### (3) 『素門』·「四氣調神大論」

12) 金九翹, 四象臨海指南. 연변조선족자치주민족의약연구소, 연변, 1985:27.

“太陽人 器大故聲高 太陰人量廣故聲重 少陽人器小故其聲輕低 少陰人 局闊故其聲發 太陽人 聲音清而圓 太陰人 聲音濁而方 少陽人 聲音急而去, 少陰人 聲音緩而平 清而圓者協商 濁而方者協宮 急而去者協徵 緩而平者協羽”

13) 陣陽. 樂書. 은하출판사, 서울, 1992:165.

14) 우설하. 上揭書 :297-298.

**木聲音 : 각음(角音)**

木氣는 陰中之陽氣로 陰氣 중에 속박되어 있던 陽氣가 陰氣의 껍질을 깨고 湧出하는 기세를 띠고 있는 것으로써 “봄의 세 달은 發陳이라고 하니 천지가 함께 발생하고 만물이 이로써 榮達하며...”<sup>15)</sup> 하여 木氣를 發生과 暢達을 주도하는 기운으로 보고 있다.

따라서 陰中之陽의 속성을 갖고 봄에 돌아오는 새싹과 같이 부드럽고 연약한 듯 하면서도 딱딱한 껍질을 깨고 끈게 뺏어나가는 湧出力이 있는 木氣의 象을 갖는다<sup>16)</sup>.

이러한 특성에 비추어 볼 때 木聲音은 나무를 두드릴때 나는 소리처럼 둔탁하며 울림이 적은 소리를 말한다.

**火聲音 : 치음(徵音)**

火氣는 陽中之陽氣로 陽氣가 사방으로 분열하여 발산하는 기세를 띠고 있는 것으로 “여름의 세 달을 蕃秀라고 하니 천지가 氣를 교체하고 만물이 화려하고 信實해지며...”<sup>17)</sup>라 하여 火氣를 發散과 繁榮을 주도하는 기운으로 보고 있다.

따라서 陽中之陽의 속성을 갖고 여름에 무성하게 형체를 키우면서 성장하고 번성하는 분열력이 있는 火氣의 象을 갖는다<sup>18)</sup>.

이러한 특성에 비추어 볼 때 火聲音은 불타는 듯한 속성처럼 억압된 에너지가 발산되는 형의 진동이다.

**土聲音 : 궁음(宮音)**

土氣는 陰中之陰氣로 부드러우며 포용력이 있어 木氣, 火氣, 金氣, 水氣를 조화롭게 하는 기세를 띠고 있다.

木火는 陽化作用을 推動하고 金水는 陰化作用을 주재하면서 순환하는데 중앙의 토는 陽化와 陰化가 서로 어울리도록 조율하고 조화롭게 해야 하

므로 陰陽의 어느 한쪽으로 치우치지 않고 모두 포용하는 기운을 띠고 있다.

따라서 陰中之至陰의 속성을 갖고 부드럽고 평안하고 陰이나 陽의 성질들을 조화롭게 하는 포용력이 있어 土氣의 象을 갖는다<sup>19)</sup>.

이러한 특성에 비추어 볼 때 土聲音은 흙의 속성대로 부드럽고 꺼안는 듯한 느낌을 주는 진동이다.

**金聲音 : 상음(商音)**

金氣는 陽中之陰氣로 陽氣의 극심한 분열 중에서 일어난 陰氣가 수렴하는, 즉 펼쳐있는 기운을 내부로 거두어들이는 기세를 띠고 있는 것으로 “가을의 세 달은 容平이라고 하니 천기는 급하고 지기는 청명하며...”<sup>20)</sup>라 하여 金氣를 수용하고 平靜을 주도하는 기운으로 보고 있다.

따라서 陽中之陰의 속성을 갖고 있으며, 펼쳐있는 기운을 내부로 거두어들이고 肅殺하며 收容과 平靜을 주도하는 수렴력이 있는 金氣의 象을 갖게 된다<sup>21)</sup>.

이러한 특성에 비추어 볼 때 金聲音은 쇠의 속성대로 가늘고 맑은 진동이다.

**水聲音 : 우음(羽音)**

水氣는 陰中之陰氣로 밖에서 수렴한 陰氣를 안으로 응축하는 기세를 띠고 있는 것으로 “겨울의 세 달은 閉藏이라고 하니 물이 얼고 땅이 갈라지므로 陽을 요동함이 없어야 하고...”<sup>22)</sup>라 하여 水氣를 휴식과 潛藏을 주도하는 기운으로 보고 있다.

따라서 陰中之陰의 속성을 갖고 기운을 내부에 간직해서 나가지 못하게 하고 潛藏하여 내부에 강한 힘을 가지고 있지만 겉으로는 움직임이 심하게 드러나지 않는 응축력이 있는 水氣의 象을 갖는다<sup>23)</sup>.

이러한 특성에 비추어 볼 때 水聲音은 물의 속

15) 王琦 외. 素問今釋 貴州人民出版社, 중국, 1979:8. “春三月, 此謂發陳, 天地俱生, 萬物以榮...”  
16) 李承鉉. 上揭書:11.  
17) 王琦 외. 上揭書:8. “夏爲寒變, 奉長者少, 夏三月, 此爲蕃秀, 天地氣交, 萬物華實...”  
18) 李承鉉. 上揭書:14.

19) 李承鉉. 上揭書:15.  
20) 王琦 외. 上揭書:8. “秋三月, 此謂容平, 天氣以急, 地氣以明”  
21) 李承鉉. 上揭書:18.  
22) 王琦 외. 上揭書:8. “冬三月, 此謂閉藏, 水冰地坼, 無擾乎陽”  
23) 李承鉉. 上揭書:18.

성처럼 부드럽고 맑으며 변화하기 쉬운 진동이다.

(4) 『素問』 「陰陽應象大論」

角音은 木聲을 이어받은 것으로 調而直 하고, 徵音은 火聲을 이어받은 것으로 和而美하며, 宮音은 土聲을 이어받은 것으로 大而和하고, 商音은 金聲을 이어받은 것으로 輕而勁하며, 羽音은 水聲을 이어받은 것으로 沈而深하다. 調而直은 절도가 있으면서 直達한다는 뜻이고, 和而美는 和樂하면서 융성한다는 뜻이며, 大而和는 대범하면서도 화합한다는 뜻이고, 輕而勁은 輕清하면서 堅勁하다는 뜻이며, 沈而深은 沈潛하면서 深入 한다는 뜻이다<sup>24)</sup>.

角音은 先濁後淸하면서 直升하는 音勢를 상징하고, 徵音은 先淸後淸하면서 분산하는 音勢를 상징하며, 宮音은 常濁하면서 화합하여 포용하는 音勢를 상징하고, 商音은 先淸後濁하면서 緊縮하는 音勢를 상징하며, 羽音은 淸而急減하면서 陷入하는 音勢를 상징한다고 할 수 있다.

(5) 『素問』 · 「五常政大論」: 太過와 不及이 없는 화평한 五行之氣가 用事할 때 주재하는 각 分氣에 따라 일어나는 사물의 변화 및 生長化收藏과 音의 배속에 대하여 논하고 있다. “數和의 氣는 木德이 두루 운행하여, ... 그 화생은 낱아서 빼어나게 하며, ... 그 臟은 肝이고, ... 그 音은 角이며 그 물은 속이 딱딱하고, ... 升明의 氣는... 그 화생은 번성하여 무성하게 하며, ... 그 臟은 心이고, ... 그 음은 徵이며 그 물은 맥락이고, ... 備化의 氣는 氣가 和協하여 천지가 휴식하고, ... 그 화생은 풍성하고 그득하며, ... 그 臟은 脾이고, ... 그 음은 宮이며 그 물은 肌膚이고, ... 審平의 기는 수렴하면서 다투지 않아 그 화생은 단단해지면서 거두어들임이고, ... 그 臟은 肺이며, ... 그 음은 商이고 그 물은 밖으로 단단하며, ... 靜順의 氣는 沈藏하면서 휘손함이 없어서, ... 그 화생은 응결하면서 단단해지고, ... 그 臟은 腎이며, ... 그 음은 羽이고, ... 이를 일러 平氣라고 한다”<sup>25)</sup>.

24) 강성우. 上揭書:51.

25) 王琦 외. 上揭書:349-350. “木曰數和, 火曰升明, 土曰備化, 金曰審平, 水曰靜順. 帝曰: 其不及奈何? 岐伯曰: 木曰委和, 火曰伏明, 土曰卑監, 金曰從革, 水曰流. 帝曰: 太過何謂? 岐伯曰: 木曰發生, 火曰赫曦, 土曰敦阜, 金曰堅成, 水曰流衍. 帝曰: 三氣之紀, 願聞其候. 岐伯曰:

2) 약기의 재질과 리듬에 따른 五音분류<sup>26)</sup>.

(1) 약기의 재질에 따른 분류

角音은 돌로 만든 악기로 분류할 수 있는데 전통악기로 편경이나 특경 등이 있고, 徵音은 대나무로 만든 악기로 분류되며 전통악기로는 대금, 중금, 단소, 피리, 생황 등이 있다. 그리고 宮音은 실로 만든 악기로 거문고, 가야금, 아쟁, 해금 등이 있으며, 商音은 가죽 혹은 나무로 만든 악기로 장구, 좌고, 태평소 등이 있다. 마지막으로 羽音은 금속성의 악기로 분류될 수 있으며 전통악기로는 특종, 징 등이 있다

(2) 리듬에 따른 분류

角音은 산뜻하고 경쾌한 느낌으로 상행하거나 도약하는 선율로 피아노가 그러한 느낌을 잘 표현할 수 있으며 徵音은 힘차게 뻗어나가는 느낌으로 순차진행의 빠른 선율을 바이올린이 잘 표현할 수 있다. 宮音은 심한 도약진행 없이 안정감을 주면서도 꼭찬듯한 웅장함을 주는 첼로가 잘 어울리며, 商音은 펼쳐진 기운을 내부로 거두어들인듯 순차하행하는 선율의 리듬으로 플루트가 잘 표현할 수 있다. 마지막으로 羽音은 수렴한 기운을 응축하는

悉乎哉問也! 數和之紀, 木德周行, 陽舒陰布, 五化宣平. 其氣端, 其性隨, 其用曲直, 其化生榮, 其類草木, 其政發散, 其候溫和, 其令風, 其藏肝, 肝其畏淸, 其主目, 其穀麻, 其果李, 其實核, 其應春, 其蟲毛, 其畜犬, 其色蒼, 其養筋, 其病裏急支滿, 其味酸, 其音角, 其物中堅, 其數八. 升明之紀, 正陽而治, 德施周普, 五化均衡. 其氣高, 其性速, 其用燔灼, 其化蕃茂, 其類火, 其政明曜, 其候炎暑, 其令熱, 其藏心, 心其畏寒, 其主舌, 其穀麥, 其果杏, 其實絡, 其應夏, 其蟲羽, 其畜馬, 其色赤, 其養血, 其病鬪瘵, 其味苦, 其音徵, 其物脈, 其數七. 備化之紀, 氣協天休, 德流四政, 五化齊修, 其氣平, 其性順, 其用高下, 其化豐滿, 其類土, 其政安靜, 其候溽蒸, 其令濕, 其藏脾, 脾其畏風, 其主口, 其穀稷, 其果棗, 其實肉, 其應長夏, 其蟲倮, 其畜牛, 其色黃, 其養肉, 其病否, 其味甘, 其音宮, 其物膚, 其數五. 審平之紀, 收而不爭, 殺而無犯, 五化宣明, 其氣潔, 其性剛, 其用散落, 其化堅斂, 其類金, 其政勁肅, 其候清切, 其令燥, 其藏肺, 肺其畏熱, 其主鼻, 其穀稻, 其果桃, 其實殼, 其應秋, 其蟲介, 其畜鷄, 其色白, 其養皮毛, 其病咳, 其味辛, 其音商, 其物外堅, 其數九. 靜順之紀, 藏而勿害, 治而善下, 五化咸整, 其氣明, 其性下, 其用沃衍, 其化凝堅, 其類水, 其政流瀆, 其候凝肅, 其令寒, 其藏腎, 腎其畏濕, 其主二陰, 其穀豆, 其果栗, 其實濡, 其應冬, 其蟲鱗, 其畜?, 其色黑, 其養骨髓, 其病厥, 其味鹹, 其音羽, 其物濡, 其數六. 故生而勿殺, 長而物罰, 化而勿制, 收而勿害, 藏而勿抑, 是謂平氣”

26) 강성우. 上揭書:71-72.

것처럼 도약하강하는 선율의 리듬으로 오르간 등이 잘 어울린다고 볼 수 있다.

### 3) 五音과 五臟의 관계<sup>27)</sup> 및 활용

생명체는 角음을 들으면 木氣가 推動을 받아 길이 성장이 빨라지고 적극적인 성격이 강해지며, 徵음을 들으면 火氣가 推動을 받아 부피용적이 늘어나고 활발한 성격이 자라며, 宮음을 들으면 土氣가 推動을 받아 풍만하게 살이 오르고 느그럽고 여유로우며, 商음을 들으면 金氣가 推動을 받아 피부근골이 굳건해지고 성격이 굳세지면서 절도가 있으며 羽음을 들으면 水氣가 推動을 받아 陰精이 축적하여 견고해지고 세밀하고 완고한 성격이 강해진다. 聲音과 음악이 생명활동에 미치는 영향이라 볼 수 있다.

角음은 간과 담과 밀접한 관계를 맺고 있다. 이는 시력과 근육활동을 순조롭게 하고 소화기능을 개선시키는 작용을 한다.

徵음은 심장과 소화에 영향을 미쳐 발성을 부드럽게 하고 입맛을 구별하며, 혈액순환을 원활하게 하는 작용을 한다.

宮음은 비위기능에 영향을 주어 소화를 돕고, 변비, 설사를 예방 치료한다.

#### 27) 王琦 외. 上揭書:27.

“東方生風，風生木，木生酸，酸生肝，肝生筋，筋生心，肝主目。其在天爲玄，在人爲道，在地爲化。化生五味，道生智，玄生神，神在天爲風，在地爲木，在體爲筋，在臟爲肝，在色爲蒼，在音爲角，在聲爲呼，在變動爲握，在竅爲目，在味爲酸，在志爲怒。怒傷肝，悲勝怒；風傷筋，燥勝風；酸傷筋，辛勝酸。南方生熱，熱生火，火生苦，苦生心，心生血，血生脾，脾主舌。其在天爲熱，在地爲火，在體爲脈，在臟爲心，在色爲赤，在音爲徵，在聲爲笑，在變動爲憂，在竅爲舌，在味爲苦，在志爲喜。喜傷心，恐勝喜；熱傷氣，寒勝熱。苦傷氣，鹹勝苦。中央生濕，濕生土，土生甘，甘生脾，脾生肉，肉生肺，脾主口。其在天爲濕，在地爲土，在體爲肉，在臟爲脾，在色爲黃，在音爲宮，在聲爲歌。在變動爲噦<sup>1)</sup>，在竅爲口。在味爲甘，在志爲思。思傷脾，怒勝思；濕傷肉，風勝濕；甘傷肉，酸勝甘。西方生燥，燥生金，金生辛，辛生肺，肺生皮毛，皮毛生腎，肺主鼻。其在天爲燥，在地爲金，在體爲皮毛，在臟爲肺，在色爲白，在音爲商，在聲爲哭，在變動爲欬，在竅爲鼻，在味爲辛，在志爲憂。憂傷肺，喜勝憂；熱傷皮毛，寒勝熱；辛傷皮毛，苦勝辛。北方生寒，寒生水，水生鹹，鹹生腎，腎生骨髓，髓生肝，腎主耳。其在天爲寒，在地爲水，在體爲骨，在臟爲腎，在色爲黑，在音爲羽，在聲爲呻，在變動爲慄，在竅爲耳，在味爲鹹，在志爲恐。恐傷腎，思勝恐；寒傷血，燥勝寒；鹹傷血，甘勝鹹。”

商음은 폐와 대장에 영향을 주어 혈액 순환을 통한 노폐물을 배설하며 변비를 막고 후각기능을 좋게 하며 피부를 좋게 한다.

羽음은 신장과 방광을 자극하여 오줌이 잘 나오게 하고 청력을 좋게 하며 성장기 뼈에 영향을 준다.

### 五音을 이용한 수행방법

영가무도(詠歌舞踏)<sup>28)</sup>는 기본적으로 五行과 五臟에 배속된 五音(角徵宮商羽)의 소리인 ‘음, 아, 어, 이, 우’ 다섯 가지 소리를, 하나씩 차례대로 돌아가면서 느린 속도에서부터 소리를 내고 점차 빠르게 소리를 내면서 손과 발을 움직여 자연스러운 몸동작까지 이어지는 소리를 통한 수련 방법이다. 이 과정을 간단히 설명하면 아래와 같다.

- 詠: 음, 아, 어, 이, 우의 순으로 한 음씩 길게 소리내어 읊는다.
- 歌: 詠보다는 조금 빠르게 노래를 하듯이 소리를 낸다.
- 舞: 歌보다 더 빠르게 소리를 내면서 손을 움직이며 춤을 춘다.
- 踏: 舞보다 더 빠르게 소리를 내면서 발로 뛰며 춤을 춘다.

이것은 소리를 통한 수행 방법으로 일종의 소리 禪이라고 할 수 있다. 이런 詠歌舞踏의 반복을 통해서 五音에 배속된 五臟에 진동을 주어 각 장기의 기운을 강화하고 이를 통해 무아의 경지에 오를 수 있다고 한다.

## 2. 五聲을 이용한 음악치료

### 1) 神志의 변동에 따라 달라지는 五聲

黃元御는 『四聖心源』·『七竅解』의 聲音에서 “소리는 氣로부터 나오고 氣는 神에 의해 조절된다. 『靈樞』·『憂悲無言』에서 ‘항상(頤頰)은 분리된 氣가 새어 나가는 곳이다. 橫骨은 神氣로 하여금 혀를 움직이게 하는 곳이다’라는 구절이 있다. 대개 門戶의 개합과 機關의 개폐는 氣가 하는 일이다. 그러나 그 속도를 조절하고 높낮이를 맞추어 開闔과 開閉을 적당히 하는 것은 神이 하는 일이다.”

28) 우심하. 上揭書:312-313.

Table 1. 五行 配屬 29)

|    |    |    |    |    |    |
|----|----|----|----|----|----|
| 五行 | 木  | 火  | 土  | 金  | 水  |
| 五音 | 角  | 徵  | 宮  | 商  | 羽  |
| 五聲 | 呼  | 笑  | 歌  | 哭  | 呻  |
| 五藏 | 肝  | 心  | 脾  | 肺  | 腎  |
| 五志 | 怒  | 喜  | 思  | 悲  | 恐  |
| 五體 | 筋  | 脈  | 肉  | 皮毛 | 骨  |
| 病位 | 頸項 | 胸脇 | 脊  | 肩背 | 腰股 |
| 九竅 | 目  | 耳  | 口  | 脾  | 二陰 |
| 季節 | 春  | 夏  | 長夏 | 秋  | 冬  |

다<sup>30)</sup>.”라고 하였다. 이로써 발현하는 소리의 성향에 따라 듣는 이는 발성자의 내적상태나 형질 등을 유추해 볼 수 있다. 이는 神志의 변동은 氣機의 변화를 유도하고 氣機의 변화는 소리의 성향을 바꾸어 놓기 때문이다.

2) 五聲의 특성과 활용

木聲 · 呼聲

呼聲은 부르짖는 소리로 딱딱한 걸 표면을 깨고 곧게 뻗어나가는 木氣의 특성을 가지고 있으며 五行에서 간과 怒에 해당한다. 즉 怒가 너무 심하면 간을 상할 수 있는데 부르짖는 소리인 呼聲을 통해 조절이 될 수 있다.

火聲 · 笑聲

笑聲은 웃는 소리로 그 기운이 사방으로 분열하여 발산하는 기세를 띠며 위로 올라가는 성질을 가진 火氣의 특성을 가지고 있으며 五行에서 심과 喜에 해당한다. 즉 喜가 너무 심하면 심장을 상할 수 있는데 웃는 소리인 笑聲을 통해 조절이 될 수 있다.

土聲 · 歌聲

歌聲은 노래하는 소리로 부드럽고 포용력이 있으며 서로 어울리고 조화를 이루도록 조율하는 土氣의 특성을 가지고 있으며 五行에서 비와 思에

해당한다. 思가 너무 많으면 비장을 상할 수 있는데 노래하는 소리인 歌聲을 통해 조절이 될 수 있다.

金聲 · 哭聲

哭聲은 슬피 우는 소리로 펼쳐져 있는 기운을 내무로 거두어들이는 기세를 띠는 金氣의 특성을 가지고 있으며 五行에서 폐와 悲에 해당한다. 悲가 너무 많으면 폐를 상할 수 있는데, 슬피 우는 소리인 哭聲을 통해 조절이 될 수 있다.

水聲 · 呻聲

呻聲은 신음하는 소리로 안으로 응축하는 기세를 띠는 水氣의 특성을 가지고 있으며 신과 恐에 해당한다. 恐이 너무 심하면 신장을 상할 수 있는데 신음하는 소리인 呻聲을 통해 조절이 될 수 있다.

3) 以情勝情요법

한의학에서 相乘이론을 근거로 의사가 언행, 사물 등을 이용하여 환자의 각종 情志를 자극함으로써 병적인 상태를 조절하는 일종의 치료방법을 以情勝情요법<sup>31) 32)</sup>이라고 한다. 이는 內經에서 말한 五志相乘의 원리이며 그 내용은 슬픔은 노여움을 이기고 두려움은 기쁨을 이기며 노여움은 사려를 이기고 기쁨은 근심을 이기며 사려는 두려움을 이

29) 王琦 외. 上揭書:25.

30) 이상만. 『四聖深源』의 拔萃譯 및 黃元御의 의학사상에 관한 연구. 동의대학교 한의과대학 석사학위논문. 2003:131-132.

31) 신천호. 한의학의 기초 고립서원 서울, 1981:67.

32) 박미향. 동양의학 원리에 기초로 한 음악치료의 전통 음악활용 방안. 한양대학교교육대학원 석사학위논문. 2000:35-36.

긴다는 내용을 가리킨다. 以情勝情요법은 情으로써 情을 이기는 방법으로, 즉 어떤 情志를 자극함으로써 다른 좋지 못한 情志를 억제하는 방법을 말한다.

#### 怒勝思法

角音의 기운을 흐르게 하는 음악요법으로 봄의 온화함에 해당하고, 화를 낼 때 간기가 升發하는 것을 이용하여 침체된 기운을 풀어주는 것이다. 이에 해당하는 명상곡은 피로한 마음에 상쾌한 기분을 주는 곡으로 단소로 연주된 청성곡, 한범수류 대금사조의 진양조, 천년만세 황병기 가야금 작품 집중 숲을 들 수 있다.

치료대상 : 외상 후 스트레스 장애, 수면장애

#### 喜勝憂法

徵音의 기운을 흐르게 하는 음악요법으로 徵音은 여름의 뜨거움에 해당하고 기의 운행이 산만해지는 것이다. 이러한 까닭에 기쁨은 근심을 억누른다고 하여 우울한 기분을 달래주는 곡을 감상곡으로 선택할 수 있다. 이에 해당하는 명상곡은 판소리 가운데 춘향가, 산조음악 중 자진모리 부분, 경기민요 등을 들을 수 있다.

치료대상 : 우울증 환자, 노인성 질환

#### 思勝恐法

宮音의 기운을 흐르게 하는 요법으로 화평해지고 조화시키는 기운이다. 思는 정상적인 神志 활동이지만 지나치면 氣가 울결하여 神이 손상되는 결과가 발생한다. 思慮로 두려움을 다스릴 수 있는데 이는 思慮를 통해 두려움을 야기하는 원인을 배제함으로써 두려움을 이기는 목적에 도달함을 말한다. 이에 해당하는 명상곡으로는 수제천 가야금 산조 중 진양조, 전통음악의 여창가곡 중 우락 남창 가곡의 계면 삼수대엽, 한갑득류 거문고 산조 등이 있다.

치료대상 : 성격장애, 공포증, 편집, 히스테리, 자기에, 과민성 대장염

#### 悲勝怒法

商音의 기운을 흐르게 하는 음악으로 가을 기운에 해당하며 여름을 이겨내고 흐트러진 것을 잡아 주는 기운이다. 心氣가 허하면 슬퍼하고 肺는 슬픔을 주관한다. 슬픔은 노여움을 이긴다고 하여 悲의 기를 소모하는 작용을 이용하면 내부에 鬱結된 기를 해소하고 亢進하는 정서를 억누를 수 있다. 이에 대한 명상곡으로는 회심곡, 판소리중 심청가, 금강산 타령, 이생강 대금산조 등이 있다.

치료대상 : 환병, 울화병

#### 恐勝喜法

羽音의 기운을 흐르게 하는 요법으로 겨울의 응축시키는 기운에 해당하며 두려움을 해소하는 원리로 놀람이나 두려움은 인체의 神情에 헤로우며 이는 두렵게 하여 기를 하강시킴으로써 지나친 기쁨으로 인해 神精이 쇠한 증후를 억누르는 것이다. 이에 해당하는 명상곡은 한일섭류의 아쟁산조, 구름 시나위곡 등이 있다.

치료대상 : 강박장애

### 3. 四象體質別 聲音과 악기 배속<sup>33)</sup>

음성은 폐로부터 나오는 공기의 흐름을 조절함으로써 만들어진다. 이때 사용되는 신체의 부분은 호흡기전에서 흉곽과 폐 복직근, 조음기전에서 성대, 혀, 턱, 입술, 연구개 등 공명기전에서 구강 인간, 비강 등이 사용된다. 그러므로 신체적 특징이 음성에 많은 영향을 미치는 것을 알 수 있다. 또한 음성의 고저와 빠르기 등은 성격의 영향을 많이 받는다. 이처럼 음성은 단순한 복합 주파수이기 이전에 신체 각 부분의 특징과 성격의 특성을 반영하게 된다. 그러므로 신체적 특징과 장부의 허실, 性情의 발현이 서로 다른 태양인, 태음인, 소양인, 소음인에게서 음성의 차이가 있다고 본다<sup>34)</sup>. 『동의수세보원』에서는 ‘태음인은 얼굴모습, 말하는 기운, 행동거지가 의젓하고 잘 가다듬으며 공명정대하다. 소음인의 얼굴모습, 말하는 기운은 그 몸이 생긴 바 그대로 자연스럽고 성품이 까다롭지 않고

33) 이준호. 사상상법. 전국의학사, 부천, 2004:107-114.

34) 김달래. 上揭書:51.

잔 숨씨가 있다<sup>35)</sup>고 하였다. 김구익은 『四象抄本卷』 「四聲論」에서 태양인은 商音, 태음인은 宮音, 소양인은 徵音, 소음인은 羽音에 대입하여 말하고 있다.

太陽人은 肺大肝小한 체질이다. 성대는 肺局에 배속되므로 太陽人은 음성이 발달하였다고 본다. 성악가로 본다면 테너나 소프라노 영역으로 보고, 카랑카랑하고 깨끗한 목소리이다. 太陽性 악기(商音)로는 특종, 튜바, 징, 심벌즈 등을 들 수 있다. 튜바는 금관악기 중 그 크기가 크고 소리의 울림이 큰 악기라서 太陽性으로 분류하였다. 악기 모양이 좁은 통로를 지나 소리가 나는 부위가 확장되면서 울림이 커지는 것이 태양인의 간국이 협소하고 폐국이 크게 확장되는 모습과 유사하다. 특종은 큰 종에 해당하는 우리 악기로서 금속을 두드려서 넓게 울려 퍼지는 것으로 太陽性으로 분류해 보았다. 징의 경우는 소리가 크고 진동이 크게 울려서 太陽性으로 보았고, 심벌즈는 서양 악기 중 금속음이 강렬하게 퍼지는 악기라서 太陽性으로 보았다.

少陽人은 脾大腎小한 체질로서 太陽性 少陽人의 경우 성대가 발달하여 창을 하는 분 중에 少陽人이 꽤 많은 듯하다. 듣기에 허스키한 선 목소리의 경우가 少陽人에 많다. 톤이 높으므로 고음영역이고 腎虛한 少陽人은 가는 細音이 많은 듯하다. 少陽性 악기(徵音)로는 해금, 바이올린, 팽과리, 탐버린 등을 들 수 있다. 해금은 전통악기의 현악기 중 거문고나 가야금, 아쟁 등에 비해 상당히 고음역이다. 그 소리를 들으면 徵音의 강렬함이 느껴진다. 바이올린은 우리의 해금에 해당된다고 본다. 바이올린은 음색이 해금보다 부드럽지만 비올라, 첼로, 콘트라베이스에 비해 음역이 고음이라서 少陽性에 분류하였다. 팽과리의 경우는 사물놀이에서 매우 강렬한 소리를 낸다. 탐버린의 경우 노래를 할 때 흥을 돋우고, 찰랑거리는 소리가 경쾌하여 少陽音으로 분류하였다.

太陰人은 肝大肺小한 체질로서 肺小한 체질이라 성대의 발달이 약하고 음치가 많고, 목소리가 쉽게 잠기고 탁하다. 굵고 탁한 목소리가 많고, 중

저음 영역인 바리톤, 베이스 정도로 생각된다. 太陰性 악기(角音)로는 아쟁, 첼로, 나각, 바순 등을 들 수 있다. 이 악기들은 굵은 통속에서 울림이 있는 둔탁하고 중후한 악기들로서 太陰人의 음성에 부합되어 보인다.

少陰人은 腎大肺小한 체질로서 腎大한 경우 물의 맑은 성질이 있어서 작고 고운 목소리가 나오며 脾小한 경우 가슴이 협소하여 작고 조용한 목소리가 된다고 본다. 성악의 경우 울림이 작은 저음역의 알토정도로 보고, 자연계에서는 물소리에 비유할 수 있겠다. 少陰性 악기(羽音)로는 대금, 플루트, 가야금, 하프 등이 있다. 이 악기들은 가는 관에서 맑은 울림이 나는 악기들로서 하부는 넓고 입구가 좁은 호리병의 입구에 바람을 불어 넣을 때와 같은 공명의 소리가 연상된다. 하프의 음색은 피아노를 약간 닮았지만 더욱 부드럽고 우아하며 조용한 감정을 가지고 있어서 少陰性 악기로 분류하였다.

### Ⅲ. 考 察

『呂氏春秋』와 『禮記』에서는 “무릇 음악은 천지의 和氣이고 陰陽의 조율이다”, “큰 음악은 천지와 더불어 함께 화합하니, ... 음악은 천지의 和氣이니, ... 화합하므로 百物이 모두 절도를 잃지 않는다.” 라고 하였다. 사람은 본래 천지의 和氣를 받아 태어났지만 부모의 精氣를 받거나 살아가는 과정에서 천지로부터 받은 和氣를 헤치기 쉽다. 음악은 이렇게 헤침을 당한 和氣를 다시 복원해준다는 뜻이 들어있다. 음악은 단순히 소리를 재현하는 발성 방법이 아니라 이들의 化洽을 중시하여 이를 통해 변동된 사람의 神機의 왜곡된 변고를 조절하여 氣機의 和平을 이끌어낸다는 것이다.

한의학적인 음악치료에는 五音, 五聲 등이 이용되는데, 이것은 병을 진찰할 때 사용하는 四診 중에서 聞診에도 이용되는 것으로 사상의학에서 체질마다 음성의 특징을 기술한 것과는 관계가 있다. 金九鼎 선생은 四聲論에서 태양인은 소리가 높고 맑고 원만하고, 태음인은 소리가 무겁고 탁하고 방정하다. 또 소양인은 가볍고 낮고 급하고 멀리 가며, 소음인은 활발하며 느리고 평이하다고 하여 태

35) 고병희 외. 사상의학. 집문당, 서울, 1997:495.

양인은 商音, 태음인은 宮音, 소양인은 徵音, 소음인은 羽音에 대입하여 말하고 있다.

음을 五行으로 분류하면 角音(木聲音), 徵音(火聲音), 宮音(土聲音), 商音(金聲音), 羽音(水聲音)으로 분류할 수 있다. 聲音은 각각의 특성에 따라 인체 五藏之氣 氣機의 강약을 직접적으로 유도하여 생명체 율동의 조화뿐만 아니라 상호 偏盛偏衰로 야기되는 질병의 발생까지도 조절할 수 있는 자극 방법으로 응용할 수 있다.

神志의 변동은 氣機의 변화를 유도하고, 氣機의 변화는 소리의 성향을 바꿀 수 있다. 五聲은 呼(木聲), 笑(火聲), 歌(土聲), 哭(金聲), 呻(水聲)으로 분류할 수 있다. 마음이 변동할 때 자연적으로 발생하여 울리는 소리가 五聲이며, 五聲을 五行의 이치에 따라 일반 규율로 정립해 놓은 음질이 五音이다. 五聲은 인간의 情志를 다스려서 五臟의 기능을 조절하는데 건강한 상태에서는 呼聲, 笑聲, 歌聲, 哭聲, 呻聲의 五聲이 무의식 중에 표출이 되어 과도한 情志의 발현으로 인해 장기가 손상되는 것을 막아주는 역할을 한다. 五聲을 통한 음악치료의 시도는 五音을 통한 음악치료보다 어떤 의미에서 보다 적극적인 음악치료로서의 의미를 갖는다. 五音의 개념은 추상적인 개념적 접근에 가깝다면 五聲의 개념은 보다 실제적이고 구체적인 의미를 지니기 때문이다.

음악치료에서는 치료하는 음악의 종류와 악기의 차이일 뿐 동서양을 막론하고 적용되는 원리는 같다고 생각된다. 동질의 원리에 따라 환자의 그때의 기분과 정신템포에 맞거나, 기질이나 체질에 맞는 악기나 음악을 선택한다. 외부적인 소리의 모양이 대상자의 내면의 상태, 기질이나 체질과 유사하게 일치되어 내면의 세계를 외부의 소리 세계로 유도하여 동질의 음악을 받아들여 응어리를 토해내고 그것으로 자체적인 치료가 되어 몸과 마음이 일정한 폭을 가지고 균형을 유지하는 것이다.

한의학적 관점에서의 음악치료는 五臟의 특성에 맞는 외계의 氣를 자극요인으로 활용하여 五臟을 중심으로 돌아가는 생명체의 여러 가지 질환을 개선할 수 있다.

음악치료는 陰陽五行원리를 이용하여 다양하게

접근할 수 있다. 환자가 즐겨듣는 소리, 선택하는 악기의 체질, 표현하는 리듬과 음악의 특성 환자가 평소에 자주 내뱉는 소리나 음성 등이 환자의 신체 및 情志의 진단과 치료 면에서 고려되어야 할 것이다. 음악의 선별이나 악기의 선택 시 체질적 특성이 고려될 수 있다. 음악치료에서 체질과 병증에 따라 선별하여 응용한다면 보다 좋은 결과를 기대할 수 있으리라 생각한다.

또한 이에 앞서 오음이 체질과 병증에 미치는 영향에 대한 실험적 연구가 뒷받침 되어야 할 것이다.

#### IV. 結 論

1. 음악치료의 원리는 동질의 원리, 카타르시스의 원리, 균형의 원리이다.
2. 마음이 변동할 때 자연적으로 발생하여 울리는 소리가 五聲이며, 五聲을 五行의 이치에 따라 일반 규율로 정립해 놓은 음질이 五音으로 角音(木聲音), 徵音(火聲音), 宮音(土聲音), 商音(金聲音), 羽音(水聲音)으로 분류할 수 있다.
3. 五聲은 인간의 情志를 다스려 五臟의 기능을 조절하는데, 呼聲, 笑聲, 歌聲, 哭聲, 呻聲의 五聲이 무의식중에 표출되어 과도한 情志의 발현으로 인해 臟器가 손상되는 것을 막아 주는 역할을 한다.
4. 어떤 情志를 자극함으로써 다른 情志를 억제하는 방법인 以情勝情요법에는 怒勝思法, 喜勝悲法, 思勝恐法, 悲勝怒法, 恐勝喜法이 있으며, 神志의 변동은 氣機의 변화를 유도하고, 氣機의 변화는 소리의 성향을 바꿀 수 있다.
5. 同質의 원리에 따른 음악치료는 외부적인 소리의 모양이 대상자 내면의 상태나 체질과 일치되어 내면의 세계를 외부의 소리 세계로 유도하여 응어리를 토해내고, 그것으로 몸과 마음이 일정한 균형을 유지하게 할 수 있으므로, 음악의 선별이나 악기의 선택시 체질과 병증에 따라 선별·응용한다면 좋은 결과를 기대할 수 있으리라 생각한다.

#### V. 參考文獻

1. 우실하. 전통음악의 구조와 원리. 소나무, 서울, 2004.
2. 강성우. 음악치료의 동양의학적 접근방법 연구-음양오행을 중심으로-. 경기대학교 대체의학대학원. 2004.
3. 李承鉉. 오행으로 분류한 음악이 누에의 형질변화에 미치는 영향. 경희대학교 박사학위논문. 2003.
4. 김달래. 오음의 사상의학적 음성분석과 고찰. 사상체질학회지. 2003;15(1):50-59.
5. 양상묵, 김선형, 유준상, 김형석, 이영훈, 김달래. Pitch Range와 Bandwidth를 이용한 음성특성과 사상체질간의 상관성 연구. 사상체질의학회지. 2001;13(3):31-39.
6. 박성진, 김달래. Harmonics(배음)와 Formant Bandwidth(포먼트 폭)를 이용한 음성특성과 사상체질간의 상관성 연구. 사상체질의학회지. 2004; 16(1):61-73.
7. 김달래. 사상체질별 음성특성과 신체질량지수(BMI)에 관한 연구. 사상체질의학회지. 2004; 16(1):53-60.
8. 김윤태 외. 교육심리사전. 배영사, 서울, 1965
9. 이정균. 정신의학. 일조각, 서울, 1981.
10. 김영익. 음악치료에 대한 연구. 원광대학교 교육대학원 석사학위논문. 2000.
11. 김달래. 동의수세보원 초고. 정담, 서울, 2001.
12. 陣陽. 樂書. 은하출판사, 서울, 1992.
13. 王琦 외. 素問今釋. 貴州人民出版社, 중국, 1979.
14. 이상만. 『四聖深源』의 拔萃譯 및 黃元御의 의학사상에 관한 연구. 동의대학교 한의과대학 석사학위논문. 2003
15. 신천호. 한의학의 기초. 고림서원, 서울, 1981.
16. 박미향. 동양의학 원리에 기초로 한 음악치료의 전통음악활용 방안. 한양대학교 교육대학원 석사학위논문. 2000.
17. 고병희 외. 사상의학. 집문당, 서울, 1997.
18. 이준호. 사상상법. 전국의학사, 부천, 2004.
19. 김구익. 사상입해지남. 연변조선족자치주민족의약연구소, 연변, 1985.