

\* 박수현

목차	Abstract
	I. 서론
	II. 영성과 홀리즘
	III. 한국무용의 영성적 측면
	IV. 한국무용의 영성적 가치
	V. 결론
	참고문헌

\* 대구가톨릭대학교 박사과정 수료

논문투고일 : 2016.01.30.

논문심사일 : 2016.02.17.

게재확정일 : 2016.03.01.

## The spiritualistic value of traditional Korean dance

Park, Soo-hyun  
Catholic University of Daegu

In 21st century, spirituality is regarded as a concept that exists in every human mind regardless of their religion. Spirituality gives motivation and energy to live one's life thoroughly. The concept of spirituality came from many principles such as the common wisdom of major religion, modern and ancient philosophy, and psychology. The universal concept of spirituality exists in those principles - the realization of universal self, holistic self, god in you. That realization can be called as holism. Holistic view is based on the concept of looking at self as microcosmos in the cosmos. Since the main ideas has been harmony and interrelatedness among people, it make us to practice love, devotion, happiness, and liveliness.

Korean people have been very holistic. Many religion and philosophy have molded Korean the culture and affected the lives of the people throughout the history. The people embraced spirituality from many religion and philosophy. As a result, the people aimed the realization of the will of God(天), the principle of cosmos, the cultivation of body and mind, the love(= mercy, devotion) as the goal of life.

Traditional Korean dance reflects this spiritualistic and holistic view of life on the movement, and the structure of dance. This can be called as 'the spiritualistic view of dance'. In this view, the body is regarded as 'microcosmos' that resembles the universe.

Breathing works is the driving force in traditional Korean dance. With the breathing of the lung, whole body starts to react. Meanwhile, the flextion of joints shows circular movement that means tae-geuk(the natural flow of in and yang). The spiritualistic view of dance can be explained with the concept of 1. Sam-ja and unity of god and human 2. Muweejayeon 3. Sinmyung 4. Jung-ki-sin.

The fact that each movement happens based on the consideration of earth and sky shows the philosophy 'Sam-ja'. According to Sam-ja, human-being

exists between earth and sky. The human is made to unite with the sky(god). Muweejayeon, meaning not doing anything but leave as nature(cosmos), means getting rid of artificiality in the movement. Sinmyung means experiencing flow and catharsis that changes negativeness into liveliness. Jung-ki-sin is the view of human body. 'Jung' is physical things in the body and 'Sin' is spiritual part of the body. 'Ki', as the energy in th cosmos and the body, connects Jung and Sin.

As a result, the spiritualistic value of traditional Korean dance are 1. realization of sacred self and cosmos(god) 2. contemplation 3. living the present moment 4. happiness 5. purification.

고대와 중세의 세계관은 자연중심, 신 중심이었으므로, 종교에 대한 믿음과 초월적 힘에 대한 경외감이 생로병사와 생활의례의 근간을 차지하며 인간 생활을 지탱해주었다. 그러나 과학이 발달하며 원자론, 객관주의, 과학적 실증주의가 탄생하였고, 그러므로 할 수 없는 신비로운 존재인 신에 대한 영적인 믿음보다 인간의 이성에 기초한 지식의 가치가 높아졌다. 이에 기초한 산업화 현상은 부의 축적을 가능하게 하였고, 생활방식의 획기적인 변화를 가져왔다. 그 결과로, 현대사회는 물질적 풍요, 질병에서의 해방, 편리한 생활 방식과 잉여시간을 얻었지만, 다른 한편으로는 정신성의 빈곤이 발생하였다. 거대 산업화, 도시화, 정보화 사회에서의 익명성은 개인의 고독감과 소외감을 심화시켰고, 사람들은 부와 성공 같은 목표 지향적 가치를 위해 끊임없이 노력하면서도, 무엇인가 결여된 불안한 느낌을 가지게 되었다. 21세기의 영성에 대한 관심은 이러한 풍토를 반영하고 있다.

영성은 더 이상 특정종교의 산물이 아닌 누구나 가지고 있는 보편적인 것, 행복한 삶을 위해 꼭 필요한 것으로 여겨지는 개념이다. 북미대륙에서 ‘나는 종교적이지 않지만 영성적이다’라는 인식이 보편적인 것으로 볼 때, 영성에 종교성이 필수적인 것은 아니다. 영성을 지닌 사람은 우주와의 일체감을 경험하는 고양된 경험으로 인한 역동적인 활력을 지니고 있으며, 위기나 어려움을 극복하는 회복력을 보이며, 물질적인 것을 떠나서 사고하며, 인생의 의미와 참된 자기를 찾고자 한다. 영성의 가장 심층적인 개념은 ‘신, 자연, 영혼, 우주, 창조자, 궁극적인 사랑이나 인생을 이끌어주는 힘을 나타내는 ‘높은 존재’와의 현존하는 관계에 대한 감각(Miller, L., 2015:25)’이라는 개념일 것이다.

한국인들은 고대부터 지금까지 매우 독창적으로 여러 가지 종교를 받아들였고, 그것을 민족적 특질에 맞게 변화시켜 고유한 문화 속으로 흡수하였다. 한국인의 종교는 단순한 종교로 존재하기 보다는 한국인의 민족성과 문화 전반의 특징을 좌우하는 주된 요인이 되었다.

한국의 역사와 문화에서 비롯된 한국무용은 종교성과 그 심층에 존재하는 영성적 사고에서 비롯된 춤관관을 나타내고 있다. 자신의 본성과 하늘의 뜻을 알고 수행할 것, 타인을 위하는 이타적인 마음을 가질 것과 같은 유교, 불교, 도교, 무교에 공통적으로 존재하는 영성적 사고가 춤의 형태, 움직임의 원리와 구조 안에 깃들여 있다.

한국의 춤에는 내면을 반영하는 영성이 깃들어 있다는 점을 밝히거나(이미영, 2010), 천성天性和 본성本性 회복하는 관점으로 한국의 전통춤을 바라본 연구(이미영, 2014), 전통춤의 체험은 하단전의 호흡을 통한 완전한 집중으로 무용수들이 무아지경, 감정의 정화, 심신의 일체감, 시공간을 초월하는 느낌을 갖도록 한다는 현상학적 연구(성경숙, 2010)과 같은 연구들은 한국무용의 영성적 가치를 추론해볼 수 있도록 하는 선행 연구들이지만, 특정한 춤에 기초하여 개별적이고 구체적으로 연구된 개념이기 때문에 보편적으로 적용하기에는 무리가 있다고 할 수 있다. 본 논문에서는 영성과 그 중심에 존재하는 홀리즘에 대한 의미, 이에 기초하여 본 한국무용의 춤관에 대한 논의를 통하여 본 한국무용의 영성적 가치가 무엇인지 밝히고자 한다. 이러한 연구는 한국무용을 실천하는데 있어서 외형적으로 나타나는 형태미뿐만 아니라 무형적으로 존재하는 영성적인 가치를 함께 실현할 수 있도록 하는데 도움이 될 것으로 생각된다.

## II. 영성(Spirituality)과 홀리즘 Holism

영성에 대한 논의는 기독교 신학의 범위를 넘어서 학문의 전 영역에서 사용되고 있으며, 이 변화는 20세기에 들어와서 매우 빠르게 이루어졌다. 이제 영성은 교육, 의학, 경제, 정치를 비롯한 많은 분야에서 논의되고 있는데, 현대의 영성에 대한 정의는 전혀 새로운 것이라기보다는 기독교를 비롯한 불교, 힌두교와 같은 거대 종교의 핵심을 아우르는 종교의 심층적인 믿음, 동양사상에 영향을 받은 Wilber, K와 같은 사상가의 이론, 동서양의 고대의 철학, 신학, 심리학 등의 광범위한 학문의 이론적 기반에 기인하고 있는 개념이다(Bregman, L., 2014:4-8).

Miller.L.(2015)는 영성이 ‘감정, 기질, 신체감각과 같이 우리 인간 안에 존재하는 기초적인 것으로, 인간을 구성하는 것 중의 하나’ 라고 하였다. 그녀의 영성에 대한 정의는 ‘높은 존재와의 현존하는 관계에 대한 감각(an inner sense of living relationship to a higher power)’인데, 이 때 높은 존재란 신, 자연, 영혼, 우주, 창조자, 궁극적인 사랑이나 인생을 이끌어주는 힘을 나타내는 것이다. 어떤 사람들에게는 자신의 종교를 통한 믿음과 수행방법(practice)을 통해서 그들이

하느님, 신과 맺는 관계를 건설하는 것을 뜻하기도 하지만 영성과 종교는 완전히 연관이 없는 것으로 여겨지기도 한다.

영성은 개인이 태어나면서 타고나는 것이지만 종교적 믿음과 수행, 영성에 대한 올바른 이해에 기초한 교육이 뒷받침 된다면 더욱 발달될 수 있는 것이다. 영성은 또한 인지적, 사회적, 정서적, 도덕성발달, 신체적 발달의 능력을 종합적으로 통합시켜주는 역할을 하며 우울증, 병의 회복력과 저항력, 그리고 청소년기 자아의 통합에 긍정적인 원인을 제공하는 것으로 나타났다(Miller, L.:2-30).

Zohar, D.와 Marshal, L.은 영성을 IQ, EQ와 같은 지능(quotient)으로 보았다. 제3의 지능인 SQ<sup>spiritual quotient</sup>는 우리가 의미와 가치의 문제를 다루고 해결할 때 사용하는 인간지능, 우리의 행동과 삶을 광범위하고 풍부한 의미의 맥락에 자리매김할 수 있게 하는 지능, 어떤 행동이나 삶의 경로가 다른 것보다 의미 있다고 평가할 수 있도록 하는 지능이라고 하였다(Zohar, D. & Marshal, L. 2001:7).

지금의 객관적인 상황을 초월해서 새로운 차원으로 볼 수 있는 능력, 현재의 자기 자신과 환경 너머를 보고, 현실을 뛰어넘어 의미와 가치를 찾는 능력인 영성지능은 인간만이 갖는 고유한 것이며, 인간을 인간이게 하는 요소이다. SQ가 높은 사람은, 다른 사람을 해치는 일이 바로 자신을 해치는 것임을 안다. 내가 다른 이 안에, 모든 피조물 안에 그리고 우주 먼지 한 톨 안에 있으며 이것들이 또한 내 안에 있다는 것을 알기 때문이다(Zohar, D. & Marshal, L., 2001:414). 이러한 영성은 명상이나 기도 같은 수련을 통해서, 기술이나 예능을 계속 연습함으로써, 철저한 반성과 지속적인 깨어있음을 통해서 키울 수 있다(Zohar, D. & Marshal, L., 2001:305).

홀리스틱 교육(holistic education)에서는 ‘영성’을 신체적이고 정신적인 요소의 밑그림으로 보았다. 홀리스틱 교육은 원자론적이고 실용주의적인 교육관에 반대하여 전체를 뜻하는 ‘홀리즘holism’을 바탕으로 인간의 전체적인 측면을 고려해야 한다는 교육계의 거대 담론으로, 교육을 통해 지성, 정서, 신체, 창의, 미적 측면뿐만 아니라 거대한 우주 속에서 자신이 누구인지를 발견하는 신성한 경험인 영성까지 배양하고자 하는 교육이다. 교과사이, 경험과 실제, 몸과 마음과 영, 소小자아와 대大자아, 자신과 타인과 우주, 문화적, 사회적, 직관과 인식의 관계성(connection)과 통합성(inclusiveness) 그리고 전일성(wholness)을 중시하는 교육이다. 홀리스틱 교육의 이론을 정립한 Miller, J.(2000)는 ‘교육과 영혼(education and the soul)’에서 영혼에 대한 다양한 종교와 철학적 정의를 제시하며, 영혼을 위한 교육은 여러 종교를 아우르며 초월하는

개념으로 이루어져야 한다고 하였다. 영혼을 위한 교육이란 ‘자신과 우주와의 연결성을 아는 것’, ‘내면의 신성함을 깨닫는 것’, ‘참된 나를 아는 것’을 실현하게 하는 것이며, 그 실현을 위해서는 사랑과 자비의 실현과 몸과 마음의 수련, 음악, 드라마, 시각예술과 같은 예술 활동이 도움이 된다고 하였다.

대체의학자이자 영성지도자인 **Chopra, D.**(2013)는 ‘자신과 타인에게 내재된 신성’을 볼 것, ‘참 나’를 찾을 것, ‘지금 여기’에 몰입할 것과 같은 영성의 개념들을 실천할 것을 권고하고 있다. 끼아라 루빅의 **focolare** 운동은 가톨릭 교리에 핵심을 두고 있지만 형제간의 사랑, 황금률의 실천, 지금여기의 현 순간을 사는 것, 고통에 대한 이해와 같은 보편적인 개념을 설명하는 초종교적인 영성운동이라고 할 수 있다(Lubich & Zambonini, 1998).

이러한 영성에 대한 다양한 정의는 모두 구체적인 표현은 조금씩 다르지만 ‘우주적 생명과 일치하는 신성한 개인을 깨닫는 것’인 홀리즘 **holism**을 기초로 하고 있다고 할 수 있다. 홀리즘은 전체(whole), 신성한(holy), 낫게 하다(heal)등의 파생어를 지닌 그리스어 홀로스 **holos**를 어원으로 하고 있으며(송민영, 2006:7-17), 전체성全體性 또는 전일성全一性을 의미한다. **Smuts, J.C.**(1926)는 그의 저서 『**Holism and Evolution**』에서 ‘전체는 부분의 총화보다 훨씬 큰 것이기 때문에 어느 부분을 아무리 쌓아가더라도 전체에 도달할 수 없다’고 하면서, 근대철학에 기초한 분석적인 사고로만 지식과 세상을 바라볼 때 중요한 것을 놓치게 된다는 것을 지적하였다. 서양의 근대철학은 지식과 사고에 대한 관점을 정립하는데 있어 환원주의, 이성주의, 합리주의, 객관주의, 개인주의에 기초하여왔다. 홀리즘은 그러한 이분법적 사유에 대한 반동으로 전체적 사고, 시스템적 사고, 관계적 사고, 통합적 사고를 중시하는 새로운 패러다임이다. 홀리즘적 패러다임은 의학, 물리학, 생물학, 종교학, 경제학, 정치학, 심리학, 대체의학(holistic medicine), 심층생태학, 홀로스 영성신학, 복잡경제학, 심층심리치료, 홀리스틱 교육학 등으로 나타나며 발전하고 있으며, 학문의 연구방법론에서도 전체론적 접근(holistic approach)이라는 방법으로 질적 연구영역에서 큰 비중을 차지하고 있다(이상오, 2009:39-41).

이러한 홀리즘적 사고는 전혀 새로운 것이 아니라 고대에는 동양과 서양이 모두 공유하였던 것이다. 동양의 유교, 불교, 도교 모두 ‘조화’, ‘부분보다는 전체’, ‘사물들의 상호관련성’이라는 공통 관심사를 지니고 있다(김철호, 2009:18). 유교에서는 하늘과 내가 하나라는 천인합일天人合一, 우리는기氣를 공유하는 형제자매라는 관점의 만유일체萬有一體, 불교에서는 내안 의 불성을 알 것, 이것이 생기기 때문에 저것이 생긴다는 관계성을 중시한 연기설緣起說을 찾아볼 수 있으며, 도교에서는 궁극적 실재와의 하나 되는 무아

의 체험을 통해 인간의 참된 본성이나 우주의 궁극적 원리를 알 수 있다(오강남 & 성해영, 2011:45-89)고 하였다.

관계, 조화, 균형, 중용, 통합의 원리를 지닌 홀리즘이 바탕이 되는 ‘영성’의 핵심개념은 ‘인간이 우주, 신, 자연과 같은 초월적인 존재와 맺는 연결성, 이 세계가 하나의 연결고리로 서로 영향을 주고받는다’는 관계성, 상호의존성’ 깨닫는 것이며 이러한 영성적 인식은 ‘현 순간을 사는 것의 중요성, 참나를 찾는 것, 인생의 목적 설정, 타인에 대한 사랑과 자비, 어려움의 극복, 겸손’ 등을 실현하도록 한다. 내 속의 참나가 내 안에 있는 신적 요소이고, 이웃도 함께 신적 요소를 지니고 있다는 일체감에서 그들을 하늘 모시듯 하는 사랑과 자비의 마음을 가지게 되는 것이다.

표 1. 홀리즘(holism)적 영성의 정의와 역할

	영성의 정의	영성의 역할
Zohar, D. & Marshal, L.	<ul style="list-style-type: none"> <li>•내가 다른 이 안에, 모든 피조물 안에 그리고 우주 먼지 한 톨 안에 있으며 이것들이 또한 내 안에 있다는 것을 아는 것</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•현재의 자기 자신과 환경 너머를 보고, 현실을 뛰어넘어 의미와 가치를 찾는 능력</li> <li>•높은 수준의 자각을 가지고 자신의 심층을 알아차릴 수 있음</li> <li>•고통을 초월하고 활용할 수 있는 능력</li> </ul>
Miller, L.	<ul style="list-style-type: none"> <li>•영성은 ‘높은 존재와의 현존하는 관계에 대한 감각인데, 높은 존재란 신, 자연, 영혼, 우주, 창조자, 궁극적인 사랑이나 인생을 이끌어주는 힘이다</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•인지적, 사회적, 정서적, 도덕성 발달, 신체적 발달의 능력을 종합적으로 통합시켜주는 역할</li> <li>•영성이 발달된 사람들은 행복하고 덜 아프며 덜 고독해하며 병의 치료와 저항력에 긍정적인 영향을 보인다.</li> </ul>
Miller, J.	<ul style="list-style-type: none"> <li>•우리 안에 있는 신성의 발현과 참된 우주적인 자아의 실현.</li> <li>•여러 종교와 철학의 전통에서 찾아볼 수 있는 네 안에 하느님이 존재한다는 범아일여 사상, 인내심, 내적성찰, 겸손함, 타인에 대한 사랑과 같은 가치</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>•영성은 전체를 위한 사랑, 책임감, 연대 의식을 가지도록 한다.</li> <li>영성은 인간의 전인적인 통합성, 관계성, 공동체성을 포괄하는 역할을 한다.</li> </ul>

한국은 고대부터 지금까지 다양한 종교를 받아들였으며 유교, 불교, 도교, 무교, 기독교 등 많은 종교가 공존하며 형성된 세계 유일의 종교문화를 지니고 있다. 역사적 흐름 속에서 다양한 종교는 한국인의 민족성에 맞게 독특한 형태로 우리 문화에 흡수되었고, 한국의 문화를 구성하였다. 중국에서 시작되었지만 한국 고유의 사상으로 발전된 유교, 불교, 도교, 그리고 시베리아에서 시작되었지만 고유한 특징을 지니며 민중의 종교로 자리 잡은 한국의 무교는 한국무용의 형성에 영향을 끼친 주요 종교라고 할 수 있다.

이들 종교의 사상으로 인해 한국의 문화에는 신神 개념이 존재한다. 고대에는 상제上帝, 혹은 천天이라는 원시형태의 일반적 인격신이 존재하였고, 주자를 비롯한 후기 성리학파에서는 리理의 개념이 인격을 초월한 우주질서의 성격을 대표하는 신을 가리킨다고 하였다. 신성을 찾는 데 있어서 퇴계는 리理의 주재성과 신성성을 강조하였고, 율곡 이이는 기의 운동성에서 찾았다(최문형, 2009). 도교의 ‘도道’는 허무이지만 자연의 법칙이자 천지만물의 생성근원으로서 ‘원기元氣’를 내포하고 있는 궁극적 실재로 여겨진다. 도는 ‘무’와 ‘유’를 넘나들며 그 안에 무한한 잠재력과 창조력을 지니고 있다(김태용, 2005:47-56). 불교에서는 실체가 없는 자기중심적인 ‘개인’에서 벗어나서 ‘무아無我’를 찾고 나의 이기심을 없애면 새롭게 참된 나인 ‘참 나’가 생겨나게 되는데, 이것은 부활된 참나가 사실은 내 속에 계신 우주적인 자아, 불성과 다르지 않음을 깨닫고 삶에 있어서 고통에서 해방되는 진정한 자유를 찾을 수 있다고 보았다. 무교는 다양한 신 개념을 지니고 있어서 어느 한 가지의 신 개념에 해당하는 것을 가지고 있지는 않지만, 그 중심에는 조화를 강조하는 생생지생生生之生의 정신이 있다. 생생지생은 우주에 존재하는 그 어떤 사물이든 높고 낮음, 귀하고 천한 것, 아름답고 추한 것이 없이 동등하고 고귀한 가치를 가지므로, 그 자리에 존재하는 사물의 가치를 인정하고 같이 조화를 이루어 살자는 뜻이라고 하겠다.

한국 고유의 문화로 흡수된 이들 종교들은 천, 우주의 원리, 자연의 원리가 내재된 자신을 알고 그것과 합일되어 그 흐름에 맞게 살아갈 것을 강조한 점, 자연, 생태, 다른 사람들, 우주 전체와 맺고 있는 상호연관(interrelatedness)과 상호의존성(interdependence), 조화(harmony)를 중시하는 홀리즘(holism)의 영성개념을 공유하고 있다. 삼재론과 천인합일, 무위자연, 신명, 정기신과 같은

원리들은 이들 종교에서 시작되었으나 서로 개념을 주고받으며 함께 발전한 것으로, 한국무용의 춤을 추는 방식이나 형태, 몸의 원리에 반영되어 춤을 이해하고 보는 방법인 ‘영성적 춤관觀’을 형성하였다.

호흡은 한국무용의 수행에 있어서 기본이 되는 것이다. 영성은 ‘숨’, ‘호흡’에서 기원한 것을 볼 때, 호흡과 영성은 밀접한 관련을 맺고 있음을 알 수 있다.<sup>1)</sup> 한국무용에서의 호흡은 한 동작의 시작과 진행 그리고 마무리의 전 과정에 이루어지며 한 춤 안의 기승전결에 따라서 변화하는 양상을 보인다. 무용에서의 호흡은 신체와 정신의 전체적인 흐름을 주도하는 원동력이 된다. 호흡으로 인한 동작의 울림은 강함과 약함, 섬세함과 투박함, 관조와 같은 미적표현으로 나타난다. 본 논문에서는 한국무용의 기본원리라고 할 수 있는 호흡과의 관련성을 중심으로 한국무용의 영성적 춤관을 서술하도록 하겠다.

## 1. 삼재론三才論과 천인합일天人合一

유교의 경전인 주역에서는 천地인사 세 가지를 우주의 근원으로 보고, 우주와 세계는 이 들의 조화 속에 운행된다고 보았다. 인간은 초월적 존재, 천지자연의 법칙 안에 살아있는 존재, 만물 가운데 가장 뛰어난 영성을 지닌 존재로 만물을 주재한다. 인간이 3재三才중의 하나 라는 것은 인간의 존재가 만물을 낳은 천지와 동격이 될 수 있다는 의미이다(김말복, 2010:47).

이 삼재론三才論에 기반한 천인합일天人合一사상은 천과 인간은 하나라는 일체성을 의미한다. 이때의 천은 자연, 우주적 원리, 절대적인 힘을 의미한다. 유교에서는 인간을 비롯한 만물은 본래적 가치를 지니고 있다고 보았고, 인간이 자연과 하늘과 하나가 되는 천인합일天人合一을 실현할 것을 인생의 목표로 하였다(이택후, 1998:104).

한국무용에서는 천지인天地人 삼재三才의 관계가 땅과 하늘의 관계 속에서의 호흡과 그로인한 움직임으로 나타난다. 하늘과 땅과 연결된 존재로서 인간은 호흡이 없으면 한시도 살아갈 수가 없는 존재인데, 이 호흡의 작용은 자연에 의존하고 있는 것이다.

춤추는 몸은 하늘과 땅의 중간존재이므로, 호흡과 에너지의 흐름 그리고 도약의 구조에서 하늘과 땅, 위와 아래의 양방향성을 지닌다. 한국무용을 추는 기본방식은 처음 춤을 출 때에는 오른쪽 발뒤꿈치를 왼쪽 복사뼈 아래에 살짝

<sup>1)</sup> spirit은 그리스어로 쓰여진 신약성서에서는 숨, 바람, 목숨을 나타내는 프뉴마pneuma, 히브리 기독교인들의 구약성서에는 영, 호흡, 바람을 뜻하는 루아흐ruach라는 용어이다(김경주, 2013:48).

붙이는 비정비팔批正批八의 발모양에서 시작되며, 호흡으로 땅의 에너지를 발바닥으로부터 빨아들이듯 당겨 올리며 척추를 통해 뒷목을 타고 머리끝까지 그 기운을 올려 하늘로 연결시키는 것이다.

호흡으로 인하여 몸의 형태는 하늘과 땅을 연결하는 어느 한곳에 치우치지 않은 곡선의 구부러진 신체로 나타난다. 다리는 지면에 깊이 뿌리박고 있는 것을 기본으로 하며, 한국무용에서의 도약은 발레에서와 같은 플리에 plie를 통한 에너지의 축적, 그로인한 최고 높이의 도약을 강조하지 않으며 다시 공간과 대지로 되돌아오는 지(地)를 중시하는 방식으로 이루어진다(김말복, 2010:26-29).

## 2. 무위자연無爲自然

한국무용에는 노자의 무위자연의 멋, 절대자유의 경지에서 노닐 수 있는 소요유逍遙遊와 자연성에 근거한 즉흥성이 나타난다(이미영, 2007). 도가의 무위자연無爲自然에서의 무위無爲를 이해하기 위해서는 먼저 무無에 대한 이해가 필요하다. 무는 허虛의 의미인데 아무것도 없는 부재不在의 상태가 아니라 그 사물이 쓰일 수 있고 기능을 발현할 수 있는 공간을 의미한다. 한 예로, 생태계에는 질서나 법칙은 존재하지만 아무 목적도 존재하지 않는 ‘무목적의 질서’가 내재되어 있다. 무無와 허虛는 ‘텅 비어 있으면서도 모든 생명 현상을 뿜어내는 풀무 같은 것’으로 ‘허가 지극히 되면 그 사물은 자신의 본성을 최대한 발휘할 수 있다’는 성명지정性命之情의 의미이다(심재권, 2000, 49, 재인용). 이때의 무無는 도道안에 내재된 유有와 무無의 성질 중 하나라고 볼 수 있다. 자연의 법칙이자 천지만물의 생성근원으로서 도道가 잘 작용하도록 하기 위해 무위無爲를 하는 것이다.

자연自然은 글자 그대로 ‘스스로 그러함’의 의미를 지닌다. 중국고대철학에서 노자와 장자의 ‘도가道歌’에서 처음 ‘자연’이라는 용어를 사용했는데, 그 의미는 서양의 객관적이고 실재적인 ‘자연’이 아니라 ‘우주를 비롯한 천지만물과 그 내부에 작용력을 가지고 사물의 존재나 생성을 만들어내는 힘’을 뜻한다. 그 중 추측이나 인식이 불가능한 영역은 신神이나 천天 개념으로 논의되기도 한다.

무위無爲의 상태에서 춤을 춘다는 것은 개인이 자신의 고유한 본성을 춤에

나타낼 수 있어야 한다는 것을 뜻한다. 이것은 빛이 프리즘을 통과하면 여러 가지 다른 색으로 나타나는 것에 비유할 수 있다. 무용을 할 때에 형태를 이루는 동작도 중요하지만 한국무용에서 그보다 중요한 것은 고정된 실체에 매몰되지 않아 무위 안에서 ‘흐르는 마음’을 보여줄 수 있는 것이다. 이렇게 춤을 출 때 같은 춤이라도 그 춤의 예법을 벗어나지 않는 범위에서 상황에 따라 그날의 기분에 따라 즉흥적이고 창조적인 춤이 흘러나오는 것이다.

우리의 춤은 주로 체간운동이므로 이것이 가능하다. 체간운동은 몸의 본체를 움직이고 말단을 흘러가게 두는 것이다. 사지 말단의 정확한 위치나 라인을 중시하는 서구 춤에 비해 체간운동은 몸의 중심에서 움직임을 추동하되 그로부터 나오는 흐름과 세부적인 동작은 각자의 성정이 반영되도록 열어두도록 하는 것이라고 하겠다. 사지 말단의 흐름은 각 개인의 개성을 드러내며 다르게 형상화되어 나타난다(김말복, 2010:83).

### 3. 신명

무교에서 춤추는 인간은 하늘과 땅의 중간 존재자로서 하늘의 뜻을 실현하는 사람이다. ‘신명이 난다’는 표현은 종교에서 뿐만 아니라, 놀이, 노동, 무용에서 모두 통용되는 용어이다.

신명은 무교의 신들림의 의미를 넘어서서 인간에게 내재하는 특질로 여겨지기도 한다. 김지하는 신명을 ‘근원적 생명력’으로 보았다. ‘인간의 몸속에 한울을 모심으로써 근원적 생명이 그 본성에 따라 활동하도록 만드는 것’이다(채희완, 2007:139). 한울의 의미는 ‘한’은 ‘큰’, ‘울’은 ‘우리’의 준말로, ‘큰 나’ 또는 ‘온 세상’이다.

신명은 ‘한의 풀림’에서 비롯되는 강렬한 정서 경험이며, 이러한 정서는 개인적 경험에서 그치는 것이 아니라 다른 이들에게 빠른 속도로 전이되는 특성을 갖는다. 또한 그렇게 형성된 강한 공감대 내에서 기존에 누적된 부정적 정서나 표출될 수 없었던 욕구 등을 간접적인 방식 분출함으로써 해소 및 해방감을 느끼고, 긍정적 자기 가치 및 집단정체감을 형성하고, 나아가 앞으로의 삶에 활력을 얻게 된다. 신명의 의미는 ‘자기(혹은 집단)가치’의 회복 혹은 재확인이라는 점이다. 이러한 신명은 ‘몰입(flow)’과 유사한 특징을 가지며, 예술과 같이 자신을 표현할 수 있는 행위를 통해 경험되고, 다양한 긍정적인 효과를 낳는다(한민, 2007:47).

한국무용에서 무용수는 신명으로 인하여 춤과 하나가 되는 무아지경을 경험하게 된다. 이러한 신명의 경험은 무용에서 공동체성의 결속력을 강화시키는데, 개인의 삶 속에서 흩어지고 분열된 감정들을 하나의 공동체로 모여서 푸는 역할을 하기 때문이다(김혜정, 2012:8-9).

신명은 호흡과 춤동작의 완전한 일치에서 오는 흥과 멋이기도 하다. 호흡의 길인 동작이나 순서를 반복하는 춤이 아니라 매순간 새로운 호흡으로 인하여 일어나는 인위적이지 않은 춤동작, 그 둘의 일치가 이루어질 때 흥이나 멋이 생겨나고 이것은 생생함과 즐거움을 준다. 호흡과 춤동작의 완전한 일치가 일어나면, 춤추는 이는 이제껏 발휘하지 못하는 최고의 기량을 발휘하게 되며, 보는 이에게 그 신명을 전달하게 된다. 신명의 경험은 내부의 응어리진 감정인 한을 풀어내므로 그 순간이 지나고 나면 평화롭고 조화로운 마음의 상태를 지니게 된다.

#### 4. 정기신精氣神

동아시아의 사상에서 ‘나의 몸’은 그 자체가 우주(cosmos)의 진리를 담고 있는 축소판인 소우주(microcosmos)이며 만물의 생성과 변화의 공동 참여자로 보고 있는데, 이러한 관점은 홀리즘의 영성개념과 일치한다. 홀리즘에서는 무용, 음악, 명상, 침묵훈련, 상징 등을 통하여 소우주인 자기를 인식하는 것이 가능하다고 본다(김수동, 2009:33).

노자와 장자는 우주의 모습이 소우주인 인간의 모습에 내재되어 있다고 보았다. 황제내경皇帝內經을 보면 인간의 몸은 3가지 층위로 되어 있는데, 가장 바깥의 층은 육체의 층(physical layer), 몸의 아래층은 에너지 층(energy layer), 에너지의 아래층인 가장 안쪽은 영적인 층(spiritual layer)이다. 이러한 3층 layer의 개념은 마음과 몸, 의식과 물질은 분리된 것이 아니라 에너지로 인해 서로 통하는 것이라는 것을 함축하고 있다(차경남, 2016:38-39).

이러한 몸과 우주에 대한 이해는 동의보감의 내경편內經編에서 인간의 심신을 이루는 정기신精氣信으로 나타난다. 인체는 우주의 바탕(地)인 정기精氣가 배합되어 있고, 우주의 근원(天)인 신의 영성이 들어있다. 정精은 몸의 근본으로 형形을 이루는 물질이다. 정기 고갈되면 병이 생긴다. 기氣는 몸 안팎을 돌아다니면서 항상성을 유지해주는 에너지의 흐름으로 감정과 연관되어 있으며, 호흡의 뿌리이다. 신神은 몸을 주관하는 것으로 고도의 정신활동, 변화를 주관하는 무형의 작용, 즉 정신활동의 총체이다. 신의 의미는 만물과

자연의 변화를 일으키는 배후의 주체, 길흉화복을 주재하는 신령, 다가올 일이나 기미를 아는 오묘한 힘이다. 정기신은 서로 연결되는 작용이다. 기는 천지만물의 근원이 되는 에너지로 같은 하나의 기이지만 보다 물질적인 형태를 띠 때에는 정, 보다 정신적인 형태를 띠 때에는 신이라고 한다(차경남, 2016:245-258).

하단전은 생명의 원천적인 에너지가 모여 있는 원정元精, 중단전은 원기와 신명이 활동하는 곳, 상단전은 진일과 원신이 머무르는 곳이자 영성이 존재하는 곳이다. 생명의 정情, 에너지의 흐름과 감성으로서의 기氣, 신神이 균형과 순환을 이룰 때, 인간은 우주와 소통하며 상단전에 깃든 영성이 발현된다(정혜정, 2014).

## IV. 한국무용의 영성적 가치

영성의 의미와 한국무용의 영적인 측면을 살펴보았을 때, 한국무용은 '인간에게 내재된 초월적 힘의 경험과 그로인해 신성을 지닌 참된 자신을 깨닫는 것'을 가능하게 한다. 한국무용의 가치 개념은 깨달음 / 성찰 / 지금 여기의 삶 / 기쁨 /정화가 있다.

### 1. 깨달음

신성, 우주적 자아, 초월적 존재와의 합일은 유일신과 범신론을 아우르는 포괄적인 개념이며 고등 종교와 철학 그리고 현대의 영성에 대한 정의에서 공통적으로 나타난다. 예수가 '하느님 나라가 네 안에 있다', '내가 네 안에 있다(god is in you)'고 한 것, 불교의 '네 안의 불성佛聖', 유교의 천인합일天人合一 등이다. 내면의 신성을 깨닫는 것은 대우주의 축소판인 소우주로서의 자신을 깨닫는 것, 내가 다른 이 안에, 모든 피조물 안에 그리고 우주 먼지 한 톨 안에 있으며 이것들이 또한 내 안에 있다는 것 자각하는 영성적 관념이다. 한국무용의 춤을 추는 행위가 이러한 깨달음을 직접 몸으로 체화하는 것임을 알 때, 일상과 삶에서도 변화가 일어날 수 있게 된다.

## 2. 성찰

영성은 자신의 삶을 잠시 멈추고 바라보는 내적 성찰을 포함하는 것이다. 불교에서는 호흡의 들숨과 날숨을 통하여 끊임없이 올라왔다가 사라지는 마음을 관찰하고 바라본다. 『아나파사티』라는 경전은 호흡을 통한 명상을 6단계로 나눈 것이다. 이 6단계 중 3단계인 지지는 생각이 멈추는 단계, 끊임없이 일어나는 잡념을 없애는 것이며, 4단계인 관觀은 존재의 내면, 자신의 본성품을 보는 것이다(차경남, 2016:300-303). 불교에서의 호흡이 몸의 작용을 멈춘 호흡이라면 한국무용에서의 호흡은 폐의 호흡이 신체의 운동성으로 전해지는 것이라는 점이 다르다. 하지만 생각을 멈춘 상태에서 자신과 타인의 내면을 바라보려는 점은 동일하다. 한국무용은 들숨과 날숨이 무수하게 많은 경우의 수를 이룬다. 호흡은 얼러지기도 하고, 털썩 놓아지기도 하고, 조용히 머물러 있다가 사라지기도 한다. 숨 멈춤의 순간인 지식止息은 집중의 상태에서 자신의 내면을 바라보는 순간이다.

## 3. 지금 여기의 삶

‘지금 현 순간을 사는 것’은 포콜라레focolare와 같은 영성운동과 마음챙김(mindfulness)과 같은 영성수련에서 강조하는 핵심개념 중의 하나이다. 과거나 미래에 의식을 두지 않고 온전히 현 순간을 살 수 있는 것은 영적이며 신성한 경험이다. 무용은 인간의 신체 움직임으로 시간과 공간을 가로지르는 예술이며, 그러므로 완전한 기록과 보존이 불가능한 찰나만이 존재하는 예술이다. 예능보유자의 춤이라고 할지라도 과거의 춤과 현재의 춤, 미래의 춤이 같을 수 없으며, 관객에 따라, 그날의 기분에 따라, 악사에 따라 달라지는 ‘지금 여기’에서의 몰입과 즉흥성이 존재하는 예술이다. 과거의 동작은 하나의 이미지로서만 지나가며 현재에 완전하게 기억될 수 없다. 한국무용에서의 dynamic한 이미지는 호흡을 통해 매 순간 발생되고 사라지며, 이것은 동작의 고정된 형상을 그리는 것이 아닌 순간의 몰입으로 즉흥적인 춤이 창발創發되도록 하는 역할을 한다. 이러한 인식을 가지면, 춤을 출 때에 과거의 형상, 방금 전에 내가 추었던 형상에 머물지 않고 항상 새롭게 지금 이 순간 다시 시작하는 태도를 배울 수 있다.

## 4. 기쁨

영성운동가, 심리학자들은 행복이란 무엇인가에 대한 물음을 하고 있는데, 행복의 조건에는 단순히 아픈 곳이 없이 건강한 것이 아닌 몸과 마음이 합일 되어 조화로운 상태에 이를 수 있는 건강한 몸이 전제된다(Chopra, D., 2013). ‘예수님께서는 단지 생명을 소유하시는 것만이 아니라 생명 자체이시기에, 우리에게 기쁨을 마음껏 누리게 해준다(요한 17, 13)’는 기독교의 구절은 신앙이 지니는 영성이 ‘생명이 가득한 기쁨’이라는 것을 암시한다.

몸과 마음의 역동적인 합일과 그로인한 조화로운 상태는 한국무용에서 신명神明이라는 고유한 개념으로 나타난다. 신명을 느끼면 생명감의 충만함과 그로인한 기쁨을 느낄 수 있다. 신명은 ‘생명에너지의 자기조직화’이며 ‘바깥에서 이동·전이해 들어오는 생명에너지와 안에서 샘솟는 생명에너지의 얽힘, 결합, 떨림, 전율’이다(채희완, 2007:139-140). 신명은 깨침, 폭발하는 숨, 밝음의 주체로서 빛을 발하는 것 등으로도 묘사된다(정재훈, 2008:1). 역동적인 호흡을 통한 기의 흐름이 정과 신의 경계를 넘나들게 되면, 인간의 내부에 신명이 발생하며 그것은 억누를 수 없는 기쁨과 생명감을 가져온다(박수현, 2012:110).

## 5. 정화

정화는 자신을 신성한 상태, 깨끗한 상태, 평온한 상태로 바꾸는 것이다. 정화는 종교의 가르침을 기도와 명상으로 수행하고, 자비와 사랑을 실천함으로써 이루어지지만, 예술에서의 정화는 ‘카타르시스’라는 개념으로 나타난다. 아리스토텔레스가 『시학』에서 언급한 비극이 관객에게 미치는 작용의 하나인 카타르시스는 비극을 보고 그 감정에 몰입함으로써 자신의 마음에 억압된, 우울한, 불안한 감정을 털어내어 사라지게 하는 것이다.

한국무용에서의 정화는 한과 신명이라는 개념으로 설명될 수 있다. ‘한’은 마음의 상처가 맺힌 것으로 욕구나 의지의 좌절이나 삶의 파국적인 사건들에 의해 발생하는 것이다. 신명은 맺힌 것을 푸는 것, 발산하는 것이다(이정진, 2012:11). 한과 신명은 분리된 개념이지만 한국무용에서는 어두운 정서에서 밝은 정서로 이행해가는 과정으로, 맺힘과 풀림으로 나타난다.

한을 풀어내는 과정은 소극적인 정서와 적극적인 정서로 이루어진다. 소극적인 정서는 맺히고, 삭이고, 움켜 안는 등의 정지된 움직임으로 나타나고,

적극적인 정서는 포용, 풀어내고, 떨쳐내는 적극적인 힘이 표출되는 움직임으로 나타난다(이정진, 2012:27).

## V. 결론

영성은 종교에서 뿐만 아니라 정치, 경제, 교육, 의학 등의 분야에서 광범위하게 쓰이는 개념으로 인생의 의미를 찾고자 하는 사람들, 진정한 행복을 찾는 사람들이 자신의 내부에서 발전시키고자 하는 것이다. 영성의 개념은 불교, 기독교, 힌두교와 같은 종교에 내재된 보편적인 지혜, 고대의 철학, 심리학과 같은 이론적 기반에 근거하고 있다. 영성은 인간에 존재하는 기초적인 것으로 '높은 존재와의 현존하는 관계에 대한 감각', 타인과 우주와의 연결성을 자각하는 것, 내 안의 신성을 깨닫는 것, 초월적 존재인 자신을 아는 것, '참나', '큰나'를 찾는 것이다. 영성의 발달은 삶의 중요한 동기가 된다. 참된 의미의 영성이 무엇인지 터득하게 되면, 자신의 존재이유를 깨닫고 겸손함, 고통의 초월, 기쁨이 넘치는 삶의 태도, 다른 이에 대한 사랑과 자비를 실천할 수 있게 된다.

한국인의 세계관은 영성적이다. 한국에 존재하는 종교와 철학은 종교의 백화점이라고 불리울만큼 무수히 많고 다양하지만, 그것의 핵심은 수양하는 삶, 헌신하는 삶, 모시는 삶, 참된 자신과 우주, 하늘의 원리를 깨닫고 실천하고자 하는 삶의 지향에서 나타난다(Baker, D., 2012:32).

한국무용에는 이러한 영성적 세계관이 몸을 이해하는 방식, 춤의 동작과 구조, 외재적, 내재적 요소로 녹아들어있다. 한국무용의 영성적 춤관으로는 1. 삼재론과 천인합일 2. 무위자연 3. 신명 4. 정기신이 있다. 이 각 개념은 현대적이며 홀리즘적인 영성의 개념과 연관되어 있다.

영성의 개념을 알아보고 한국무용의 홀리즘적이며 영성적인 춤관을 살펴 보았을 때, 한국무용으로 인하여 영성의 개념을 실천하고 내면화할 수 있는 가치가 존재함을 알 수 있다. 한국무용을 하면서 얻을 수 있는 영성적 가치는 1. 깨달음 2. 성찰 3. 지금-여기의 삶 4. 기쁨 5. 정화가 있다.

## 참고문헌

- 김말복(2010), **춤과 몸**, 이화여자대학교 출판부.
- 김태용(2005), “도’에 대한 두광정의 체용(體用), 유무(有無)적 해석”, **한국동양철학회, 동양철학 제24집**, 45-64.
- 김혜정(2012), “무용전공 대학생들에 신명경험이 무용열정과 자기결정성동기의 관계”, 미간행, 석사학위논문, 중앙대학교 대학원.
- 김경주(2013), “홀리스틱 교육의 인간론과 인성 교육적 의미에 관한 연구: 한국의 교육현실을 참고하여”, 미간행, 석사학위논문, 경인교육대학교.
- 김철호(2009), “홀리즘과 동양철학”, **한국홀리스틱 교육학회, 2009학년도 춘계학술발표대회 논문집**, 17-32.
- 김수동(2009), “‘홀리즘과 동양철학’에 대한 토론”, **한국홀리스틱교육학회, 2009학년도 춘계학술발표대회 논문집**, 33-35.
- 박수현(2012), “움직임과 영성의 관계 탐색”, **한국문화예술교육학회, 모더니 예술 제6호**, 103-115.
- 성경숙(2010), “승무체험에 관한 현상학연구”, 미간행, 석사학위논문, 명지대학교 대학원.
- 송민영(2006), **홀리스틱 교육사상**, 서울 학지사.
- 이미영(2007), “무위자연 관점에서 본 진주교방 굿거리춤”, **한국무용연구학회, 한국무용연구 25(2)**, 85-106.
- \_\_\_\_\_(2010), “주역으로 본 구름검무”, **한국무용연구학회, 한국무용연구 28(2)**, 125-150.
- \_\_\_\_\_(2014), “인(仁) 사상을 통해 본 한국 고대무용(古代舞蹈)”, **한국무용연구학회, 한국무용연구 32(3)**, 185-215.
- 이상오(2009), “홀리즘과 서양철학-존재론의 역사적 전개에 대한 단상”, **한국 홀리스틱 교육학회, 2009년도 춘계학술발표대회 논문집**, 39-58.
- 이정진(2012), “살풀이춤에 내재된 한과 신명의 구조-한영숙류 살풀이를 중심으로”, 미간행, 석사학위논문, 대구가톨릭 대학교 대학원.
- 이택후(1998), **華夏美學**, 권호(역, 1999), **화하미학(華夏美學)**, 동문선, 104.
- 오강남, 성해영(2011), **종교, 이제는 깨달음이다**, 북성재.
- 정재훈(2008), “신명으로서의 춤”, 미간행, 박사학위논문, 명지대학교 대학원.
- 정혜정(2014), “동의보감(東醫寶鑑)에 나타난 몸-마음의 영성과 명상수련의 치유”, **한국교육사학회, 한국교육사학 36(1)**, 211-234.
- 최문형(2009), “한국종교문화의 신개념 분석”, **한국연구재단 동향/연구보고서**.
- 차경남(2016), **인문학으로 만나는 몸 공부**, 글라이더.
- 채희완(2007), “미적체험으로서의 신명”, **민족미학 제6집**, 137-161.
- 한민(2007), “신명의 심리학적 개념화 및 타당화에 관한 연구”, 미간행, 박사학위논문, 고려대학교 대학원.
- Baker, D(2008), *Korean Spirituality*, 박소정(역, 2012), **한국인의 영성**, 도서출판 모시는 사람들.
- Bregman, L(2014), *The Ecology of Spirituality: Meanings, Virtues, and Practices in a Post-Religious Age*, Baylor University Press.
- Chopra, D(2009), *The Ultimate Happiness*, (역, 2013), **완전한 행복**, 한문화.
- Lubich C., & Zambonini, F(1991), 이영(역, 1998), **일치의 모험: 까이라 루빅과의 대화**, 서광사.

- Miller, L.(2015), *The Spiritual Child*, St. Martin's Press.
- Miller, J.(2000), *Education and the Soul*, State University Press of New York.
- Zohar, D., & Marshal, I. *Spiritual Quotient*, 조혜정(역, 2001), **영성지능**, 룩스, (2000),