

<음악은 의학과도 만났다>

‘마음과 육체의 질서’ 복원한다

글_ 정현주 이화여대 교육대학원 음악치료전공 교수 hju@ewha.ac.kr

음악이 과학적인 접근 방식에 의한 치료적 위치로 자리잡게 된 것은 20세기에 이루어진 일이지만 음악이 치료의 도구로 사용된 역사는 원시시대까지 거슬러 올라가 그 기원을 찾아 볼 수 있다. 음악은 인류역사 이래로 인간의 병과 권태에 위안을 주며 말로 표현할 수 없는 감정을 표현해 주는 힘을 가지고 있다. 음악인들과 철학자, 의사들은 오래 전부터 음악과 인간의 확실적인 관계에 대해 설명하려고 하였다. 고대 그리스에서 음악은 사고, 감정, 신체적 건강에 영향력을 행사하는 강력한 힘을 가진 것으로 여겼기 때문에 감정적으로 혼란을 일으키는 사람에게 처방해주기도 했다. 피타고라스는 건강이 마음과 육체의 질서 있는 조화에 달려있다고 믿었으며 이러한 상태를 위해 음악이 카타르시스를 가져다 준다고 말했다. 또한 플라톤, 아리스토텔레스, 플루타르코스 역시 마음과 육체의 건강한 상호작용을 통한 지적, 도덕적 선이 음악을 통해 이루어진다고 강조하였다. 이렇듯 그리스 철학자들은 질병을 질서의 상실에서 비롯된 것으로 보았기 때문에 음악을 통해 육체와 마음 사이의 질서를 복원할 수 있다고 강조했다.

‘치유의 힘’ 기원전 6세기부터 활용

기원전 6세기부터 이성적 의학(rational medicine)이 마술적이고 종교적인 의식을 대신하게 되면서, 역사상 최초로 실험적 증거를 바탕으로 건강과 질병에 대한 연구가 이루어졌다. 이러한 건강과 질병에 대한 중심이 되는 이론은 인간의 건강이 네 가지 체액인 황담즙, 혈액, 담, 담즙의 균형에 의해 좌우된다는 사체액설(four cardinal humors)이었다. 중세기까지도 체액 이론이 존중되었기 때문에, 음악은 치유하는 힘을 가지고 있을 뿐만 아니라 도덕성을 회복시키는 수단으로 활용되었다. 해부학, 생리학 등 의학에 대한 과학적인 접근이 이루어졌던 르네상스 시대에도 여전히 정신병과 우울증을 치료하고 예방하는 수단으로 음악 치료 방법을 사용했다.

엠펜도클레스는 이 세상에 존재하는 모든 물질이 불, 공기, 물, 땅이라는 네 가지 기본 요소의 혼합이며 이러한 네 가지 요소는 의학이론의 네 가지

〈표〉 르네상스 시대의 자연적·신체적·음악적 요소의 관계

자연	신체			음악	
요소	체액	기관	기질	요소	선법
불	황담즙	간	화를 잘냄	소프라노	프리지안
공기	혈액	심장	쾌활함	알토	리디안
물	담	뇌	냉담함	테너	도리안
땅	담즙	비장	우울함	베이스	믹소리디안

체액인 황담즙, 혈액, 담, 담즙과 대응하며 네 가지 기질인 화를 잘 냄, 쾌활함, 냉담함, 우울함과 대응하며 음악적 요소에 있어서 4성부인 소프라노, 알토, 테너, 베이스와 대응한다고 설명했다.

바로크 시대에도 역시 음악은 그 당시 의학의 핵심 이론이었던 사체액설과 관련이 있었다. 키르커는 우울한 사람들은 근엄하고 딱딱하며 화성적으로 슬픈 감정을 주는 음악을 좋아하고 다혈질의 사람들은 피를 동요시키는 무도 음악을, 담즙질의 사람들은 격정적인 화성들을, 점액질은 여성의 음성을 좋아한다는 기질과 정감이론으로 질병치료에서 음악사용에 새로운 관점을 제시했다. 카스텔라토인 파리넬리는 이 시기에 성악으로 당시 스페인의 왕이던 필립 5세의 심한 우울증을 치료했다는 기록이 남아 있다.

18세기로 접어들어 의학에서 과학적인 증명이 강조되기 시작하면서 음악의 치료적 측면은 다양한 임상실험을 통해 그 효과가 입증되었다.

20세기부터 '음악의 임상효과' 입증

20세기 초까지는 음악치료가 학문적으로 자리잡지는 못했지만 의사, 음악가, 정신과 의사들에 의한 사례발표가 과학잡지, 신문에 실리기 시작했으며 의학적이고 실험적인 연구들을 통해 음악이 다양한 임상현장에서 효과가 있음이 증명되었다. 또한 세계 1, 2차 대전 참전 용사들을 위해 병원에서 마련된 음악치료 프로그램이 조직되기 시

작했다. 이 시기 음악치료의 선구자적 역할을 했던 이바 베스셀리우스는 음악치료의 목표를 환자의 불협화적인 진동을 협화적인 진동으로 바꾸어주는 것이라고 설명하며 음악을 안정된 음악, 흥분시키는 음악, 침체시키는 음악, 최면시키는 음악으로 분류하고 해열, 불면증, 다른 여러 증상에 대한 특별한 음악처방을 내렸다. 베스셀리우스는 자신의 이론들이 지지받게 되자 1913년 뉴욕 치료학회를 설립하고 음악치료 활동에 많은 공헌을 하였다.

하지만 아직까지 음악치료학은 학문적인 정체성보다 전문적인 정체성이 약하다는 것이 많은 학자들의 지적이다. 이는 음악이란 매우 복합적인 요소들로 구성되어 있기 때문이다. 하나의 실험적 독립변수로 설정되기에 리듬, 멜로디, 화음, 화성, 음색 등과 같은 다양한 음악적 요소들로 인해 한 곡의 음악이 만들어지기 때문에 음악을 대상으로 연구하는 과정은 다른 학문에서의 실험 연구와는 많은 차이가 있다. 결국 요법과 치료의 차이는 과학적인 효과성 입증과 객관성의 차이인데 이러한 이유로 처음엔 음악치료라는 명칭보다는 음악요법이라는 용어가 더 많이 쓰이지 않았나 생각된다.

인간의 신체리듬을 이용하여 음악의 리듬을 통한 인간의 청각 자극의 동화현상을 연구한 학자가 있다. 이는 모든 인간은 노출되는 청각적 자극에 동화되려는 성향이 있다는 이론을 바탕으로 음악의 리듬을 주 치료도구로 사용하여 생리적 변화를 가져오고, 전반적인 운동영역의 행동을 자극함으로써 변화를 유도하는 이론을 뒷받침했다. 이러한 연구를 통해 신경운동 영역에서도 음악이 적극적인 치료도구로 이용되는 데에 공헌하였다. 이러한 과정을 통해 음악요법이란 말 대신, 음악이 객관적으로 인정되는 치료도구로 활용되는 음악치료로 인정받으며, 임상적 검증 그리고 효과도 증명되었다. ㉔



글쓴이는 캔사스대에서 기악과 피아노 전공, 서일리노이대에서 음악치료학 전공, 템플대에서 음악치료학 석사, 캔사스대에서 음악치료학 박사를 받았다.