동의신경정신과 학회지
J. of Oriental Neuropsychiatry
Vol. 17. No. 3, 2006

# 만다라 미술치료의 음양오행적 해석과 한의학적 이용

오미영, 최수희*, 장현호**, 강형원**
플로리다 주립 대학교 미술치료 전공 초빙연구원, *한국미술치료연구센터
**원광대학교 한방신경정신과학교실

## The perspective of Yin-Yang Wuxing(陰陽五行) on The Mandala art therapy and Application in Oriental Medicine

Mi-Young Oh, Soo-Hee Choi*, Hyun-Ho Jang**, Hyung-Won Kang**
Florida state University Art therapy Visiting scholar, *Korean arttherapy center,
**Dept. of Oriental Neuropsychiatry Medicine, College of Oriental Medicine, Wonkwang University

**Abstract**

**Objective** : The Mandala art therapy is used as a clinical method for helping patients to perceive their internal existence and to maintain harmonious between body and mind. Despite the fact that Mandala is congruous with the oriental philosophy, there are few studies that approach Mandala from the view point of the oriental medicine.

**Method** : This study looks into the Mandala art therapy from the perspective of Yin-Yang Wuxing(陰陽五行) and examines the possibility of using Mandala art therapy in the oriental medical practice.

**Results** : In Analyzing the symbols of Mandala, the lines can be interpreted in terms of Yin and Yang, and the preferences for colors and the style of expression can be interpreted in terms of the body organs associated with colors and emotions in Wuxing. In addition, the clinical effects of Mandala, such as body-mind harmony and self-examination, are congruous with the Suncheondo(先天圖) of the oriental medicine primer.

**Conclusion** : The Mandala art therapy has a potential to be used for medical diagnosis and treatment in the oriental medicine. Therefore, it is necessary to research and develop various Mandala art programs and assess their effectiveness through applications to medical cases.

**Key words** : Mandala art therapy, Yin-Yang Wuxing, Suncheondo(先天圖)

투고일:10/12, 수정일:11/10, 채택일:11/13
* 교신저자 : 강형원, 전북 익산시 신룡동 344-2 원광대학교 한의과대학 신경정신과교실
· E-mail : dskhw@wonkwang.ac.kr, · Tel : 031-390-2762

## Ⅰ. 緖 論

현대의학은 과학기술의 발전과 더불어 각종 치료 장비의 개발과 새로운 치료 약물, 획기적인 치료 방법을 개발함으로서 불치의 병으로 여겨져 온 각종 영역들을 정복하고 있다. 그럼에도 아직 원인조차 규명되지 못한 신체적· 정신적· 감정적 장애들이 존재한다. 오늘날 이러한 일반의학의 효용에 대한 회의나 의문은 서구인들에게 기존의학과는 다른"대체의학"의 관심을 높이는 계기가 되었다[1]. 미술치료(art therapy)도 그 일환으로 대두되었으며 국내외에서 그 효과에 대한 사례들이 보고 되면서 널리 확산되고 있는 추세이다. 기존의 치료적 양식들이 다루지 못했던 분야를 미술이 가지고 있는 치유적인 측면이 보완하고 대체함으로써 새로운 치료 영역으로 확대되고 있다.

한의학에서 질병을 진단하고 치료하는 개념은 정신과 육체를 분리하지 않는 心身一如에 기초하고 있다[2]. 神은 精과 氣의 협동작용에 의해 발휘된다고 하였는데, 이는 정신의 작용은 육체에 영향을 주고, 마찬가지로 육체도 정신에 영향을 준다는 의미이다. 미술치료는 창작이란 행위 과정을 통해 감정적 갈등을 전달하고, 신체적 증상을 직면하여 수용하여, 희망이나 초월 같은 정신적인 경험들을 깨달아가는 과정[3]을 통한 몸과 마음의 상호 작용을 치료적 과정으로 본다. 이와 같이 두 개념의 관점에 대한 인식은 인간을 하나의 전체성, 즉 전인적인 개념을 지향하고 있다는 점에서 유사하다.

미술치료가 보완대체의학으로서, 심리치료의 한 방안으로 국내에 소개되어지고, 활발한 연구가 진행되어지고 있지만, 한의학적 접근에 대한 연구는 전무한 실정이다. 본 연구자는 실제 임상 현장에서 사용되어 지고 있는 만다라 미술치료를 陰陽五行學的[4]인 접근을 통해 한의학적 응용 가능성에 대해 연구한 결과 약간의 지견을 얻었기에 보고하는 바이다.

## Ⅱ. 本 論

### 1. 만다라 미술치료

1) 만다라의 정의

만다라(曼荼羅: Mandalas)에 대한 어원적 정의는 인도의 고대 언어인 산스크리트어에서 원상(圓相)이라는 의미를 가지고 있다[5]. 어근 Mandala의 참 또는 본질을 의미하고, la는 소유 또는 성취를 의미한다[6]. 이 둘의 의미를 합하면 만다라는 인간은 본래 참을 갖추고 있는 존재로 의식하지 못하지만 내부에서는 항상 성취, 곧 자기실현을 하고자 하는 존재라는 뜻이기도 하다[7]. 이와 같이 만다라의 어원은 고대에서 유래되었으나 상징으로서의 만다라는 기독교의 십자가, 원불교의 일원상, 불교사찰의 표시인 만자 외에도 여러 가지 모습으로 나타나는 인간 정신 속에 있는 자기를 나타내는 상징들에서 그 모습을 찾아볼 수 있다. 이러한 측면에서 만다라는 심리적인 치유와 종교적인 구원 사이를 오가는 중심적이고 우주적인 상징이라 할 수 있다[6].

보다 구체적인 정의를 위하여 만다라를 정의한 대표적인 서양학자의 입장을 정리하면 다음과 같다.

투치(Tucci)는"意識分解와 意識再統合의 象徵表象(Symbolic representation of desintegration and reintegration of the consciousness)"이라고 정의하였다[8]. 그에 따르면 분화된 의식상태에서 다시 재통합됨으로써 인간의 근본적인 의식 전환이 가능한데, 그 전환은 회화 형식인 만다라를 통해서 이루어질 수 있다고 하였다.

미리암(Miriam)은 "視覺過程으로서의 예술

형식(Art form as visual process)"이라고 정의하였다[9]. 이는 만다라의 형상적 특징과 조화의 시각적 법칙에서 비롯된 것으로, 형상적 특징은 만다라는 눈으로 포착되는 시각과정을 수반하고, 만다라 형상 그 자체로 보는 것을 외면적 지각이라 하고, 내면적 과정을 통해 보이는 것으로부터, 보이지 않던 만다라의 내면을 보게 되면서 인간은'지혜의 눈'을 열수 있다고 하였다. 아울러 만다라가 가지고 있는 조화성을 통하여 인간의 제한성과 초월성을 결합시켜주는 송신 작용을 한다고 하였다.

융(Jung)은 "個性化 過程의 그림(Figure of individuation process)'이라고 정의하였다[10]. 그는 모든 만다라가 완전한 個性化의 표현은 아니더라도, 인간이 自己實現(Self-Realization)의 성취과정에서 야기되는 혼란을 심리적으로 치유하려는 동기에서 발생한 것이라고 주장하였다. 융은 심층심리학자로서 무의식의 층을 분석하였으며, 무의식의 의식화가 곧 자기 실현의 과정이라고 인식하였고, 이 과정에서 무의식의 像은 꿈과 그림의 상징적인 의미를 통해서 알 수 있다고 했다.

이와 같이 만다라는 오랜 역사 속에서 각기 고유한 이론과 해석을 가지고 존재해 왔으며, 여러 학자들에 의해 정의되어졌다. 이 과정에서 만다라가 공통적으로 가지고 있는 특성을 발견할 수 있었는데 공간영역의 장소의 개념으로 조화와 균형이 잡힌 구조적 특성을 지니고 있다는 점과 중심 또는 초점을 지니고 있다는 점, 이를 통해 화합과 통합에 길에 이른다는 것이다. 이러한 특성으로 인해 만다라를 미술치료의 기법으로 적용, 발전시키게 되었다.

2) 미술 치료로서의 만다라

미술치료는 미술(art)과 치료(therapy) 라는 두 영역의 만남으로 이루어 진다[11]. 치료의 목적으로 조형 활동을 매체로 사용하는 것을 말하며 이러한 조형 활동은 운동, 감각, 지각, 이해, 판단의 과정으로 뇌의 활동과 직접적인 관련을 맺고 있다[12]. 또한 미술치료는 정신분석학적인 정의로 in therapy 적인 요소와 as therapy 적인 요소를 가지고 있다[3]. in therapy 적인 요소는 1940년대 마가렛트 나움버그(Margaret Naumberg)의 모형으로 미술 작업이 무의식을 시각화시키는 의사소통의 방식으로 이미지가 만들어내는 상징적인 대화의 방법으로 본다. as therapy적인 요소는 1950년대에 이디스 크레이머(Eidth Kramer)의 모형으로 미술작업의 치유 가능성은 창조적 작업능력에서 발생한다는 것이다. 창작 행위가 내면적 경험의 변형과 완화, 방향전환을 포함하여 통합, 승화를 위한 행동이 된다.

이와 같이 미술치료는 창조적인 매체와 활동을 통해 환자의 진단과 적응 상태를 기초로 하여 질병을 예방하거나 약화시킨다. 또한 그림을 통해 투사된 내면을 이해하고, 인식하고 있지 못한 "나"란 존재에 대해 재인식하게 함으로써 의식의 확대를 통한 인격 발달과 성장을 돕는다. 만다라가 미술치료의 기법으로 사용되고 그에 따른 연구가 활발히 진행되는 것은 이러한 미술치료의 목적에 부합되고, 만다라가 회화 예술 형식의 요소로서 가지고 있는 치유적인 측면 때문이다.

융(Jung)은 만다라를 연구한 최초의 심리치료자로서 자신의 체험을 통해 만다라를 이해[13]했다. 그는 무의식의 긍정적인 면을 강조했으며, 정신적 균형이 깨어질 때 의식의 일방성을 보상하고자 무의식 스스로 자기 원형에 의해 정신적인 통합을 이루고자 한다고 하였다. 이러한 과정 속에서 심리적인 통합 상징 기능으로서의 만다라가 나타난다고 하였다. 이 통합의 과정은 상반된 兩極의 結合(Coincidentia oppositorium)을 보다 높은 차원으로 통합시키는 것을 말하며 모든 형상을 초월하려는 기능으로 나타난다고 하였다. 만다라의 권위자인 켈로그(Kellogg)는 미술치료에서의 만다라를 언급하면서 인간의 무의식 속에 있는 힘을 끌어내어 외부 현실을 재 파악하는데 도움을 준

다고 했다. 이러한 과정은 종교적인 것, 치료적인 차원을 넘어 자기 발견의 통로로 활동된다고 하였으며[14], 환자들에게 만다라를 그리게 함으로써 갈등을 드러내고, 그 자체로도 내면의 긴장 완화의 효과가 있다고 보았다[14]. 또한 리델(Riedel)은 미술치료 과정에서 환자의 그림이 명료화되고 집중력이 증가할수록 자주 만다라의 형태를 갖추게 된다고 하였으며 이는 원형으로서의 자기 인식과 심리적인 통합이 이루어지는 것이라고 하였다[15].

현재 국내에서도 임상실험을 통한 만다라 미술치료에 관한 연구가 활발하게 진행되고 있다.

손찬원 외[16]은 ADHD의 아동 3명의 사례연구를 통하여 원형의 문양 속에 정해진 시간 내에 채색을 하는 과정에서 집중 체험과 고요 체험 등을 경험하고, 이를 통해 인지처리 능력, 정서안정, 교우관계 등의 긍정적인 효과를 보였다고 하였으며, 임대봉[17]은 초등학생 40명의 사례 연구를 통하여 학생들의 긴장이완을 통해 교우관계에서 오는 스트레스 대처 양식에 긍정적인 효과를 보였다고 하였다. 이창화[18]는 실직자 집단을 대상으로 한 사례 연구를 통하여 참가자들의 불안과 우울, 위축된 행동에 긍정적인 효과를 보였다고 하였으며, 강유순[19]은 임산부 4명의 사례연구에서 참가자들의 정서안정에 미치는 효과를 측정하기 위해 심전도 검사와 자동혈압측정기를 사용, 사전/후 검사를 실시하여 평균 심박수와 맥박수의 감소를 보고, 긍정적인 심리적 안정감에 효과가 있었다고 보고 하였다. 김동연 외[20]는 시설수용 뇌졸중 노인 5명의 사례 연구를 통해 우울감소와 자기표현 증가에 효과가 있었다고 보고 하였다.

살펴본 바와 같이 만다라 미술치료는 대상과 효과적인 측면에서 다양하게 연구되어지고 있으며, 그 결과가 유의미하게 보고되어지고 있다.

## 2. 만다라 미술치료의 한의학적 응용

陰陽五行說은 韓醫學의 중요한 기초이론이다. 즉 韓醫學에 있어서의 자연관과 인체의 생리 병리에 대한 인식 및 진단, 치료, 약물 등에 대한 모든 것을 陰陽五行으로 설명할 수 있다. 이는 戰國時代의 醫學者들이 陰陽五行說을 운용해서 戰國시대 이전의 의료실천경험을 총괄하고 한의학의 이론을 발전시켰기 때문이다. 이와 같이 陰陽五行說은 殷墟文字에 天干, 地支가 기록된 것으로 보아 중국 고대에 발생한 것으로서, 고대인들의 유추사고에 의한 자연철학적 사상의 하나이다. 陰陽五行說은 우주나 인간사회의 모든 현상을 陰陽의 두 원리로 설명하는 陰陽說과 이것을 더욱 분화된 원리인 五行說로 구성되어 있다. 만다라에서 표현되어지는 선과 색을 음양과 오행학적 관점을 통하여 해석해 보고 그에 따른 응용 가능성을 알아보고자 한다.

### 1) 선과 음양

최초 음양의 개념은 햇빛의 향배를 의미하였다. 즉 햇빛을 받아서 陽光이 충만한 곳을 陽이라 하고, 햇빛을 등져서 日光이 적은 곳을 陰이라 했다. 햇빛의 특징을 근거로 하여 의미를 넓혀서 밝고 온난한 물체나 현상은 陽에 귀속시키고, 어둡고 한랭한 물체나 현상은 陰에 귀속시켰다. 즉 낮은 陽이고, 밤은 陰이며, 春夏는 陽이고, 秋冬은 陰이며, 火는 陽이고, 水는 陰으로 귀속시켰다. 또한 태양은 하늘에 있으므로 天은 陽, 地는 陰이고, 上은 陽, 下는 陰이며, 動은 陽, 靜은 陰이고, 氣는 陽, 形은 陰 등으로 인식하였다. 이렇게 음양의 개념을 확대시켜 자연현상을 음양의 두 종류로 구분하였으며, 또한 우주 만물을 형성하는 근본물질은 기 자체도 음양으로 나누어 輕淸은 陽, 重濁은 陰으로 함으로써 陰陽의 개념은 매우 복잡하게 되었다[21].

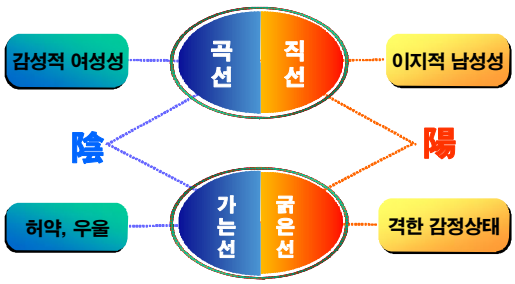



Fig.1 만다라 선의 음양적 이해

이러한 陰陽의 이론은 만다라에 그려지는 선에 적용될 수 있는데, 예를 들어 만다라 안에서 그려지는 선의 형태에서 직선과 곡선이 주로 나타나는데, 켈로그[6]는 곡선은 여성이 그린 만다라에 주로 나타나고, 직선은 남성이 그린 만다라에 주로 나타나는 듯 하다고 했다. 직선과 곡선은 그들이 묘사하고 있는 형태에서도 그 성격이 나타난다. 예를 들어 직선으로 구성된 삼각형은 이지적인 남성성을 나타내고 곡선으로 만들어진 꽃은 감정적인 여성성을 나타난다고 하였다. 이런 남성성은 陽에, 여성성은 陰에 해당한다고 볼 수 있다[22]. 또한 만다라를 그리면서 감정적으로 격해 있을 때는 신체적으로 강하게 눌린다는 점에서 보다 무거운 선을 그리게 되고 병이 들어 피곤하거나 허약하고 우울한 상태에 있을 때는 약하고 희미한 선을 그리게 된다. 선의 두께는 사용하는 재료에 따라 달라질 수 있지만 같은 재료를 가지고 그림을 그릴 경우, 선의 두께와 필압의 정도는 그릴 당시의 감정상태를 반영하는데, 감정적으로 격해있으면 신체적으로 강하게 눌린다는 면에선 음양 중에서 陽과 병이 들어 피곤하거나 허약하고 우울한 상태는 陰과 연관지어 생각해 볼 수 있다.( Fig.1)

2) 색과 오행

한의학에 있어 青·赤·黃·白·黑의 五色은 생리·병리면에서 기본적이면서도 매우 중요한 이론으로서 진단에 있어서도 많이 응용되고 있다[23]. 한의학의 최고 경전인 黃帝 內經『素問·金匱眞言論』[24]에 "東方靑色, 入通於肝…, 南方赤色 入通於心…, 中央黃色, 入通於脾…西方白色 入通於肺, …北方黑色 入通於腎", 『素問·五臟生成論』[24]에 "色味當五臟 白當肺辛 赤當心苦 靑當肝酸 黃當脾甘 黑當腎鹹"이라는 언급이 있어 외부환경과 내부장기를 오색을 연관지어 색이 미치는 영향을 유기적으로 파악하였고, 靈樞에 『五色論』[25]이 있을 만큼 한의학에 있어 五色은 五行과 연관되어 폭넓게 이용되어 왔으며, 특히 망진을 통한 진단면과 五色, 五臟, 五味를 연계시킨 한약의 치료적인 면에서 발달하였다[26].

오행과 색상의 연관성에 대하여 논의하기 전에 만다라 속에 지정된 색상을 관찰하는 것에 몇 가지 지침을 소개한다면, 표현된 만다라에 무슨 색이 중심부에 있는가를 보도록 하여야 한다. 이 색상은 당시의 그림을 그린 환자에게 가장 중요한 것이 무엇인가를 상징하고 있다. 그리고 만다라에 어떤 색상이 주요색인가는 다음에 관심을 가져야 할 부분이다. 주요색으로 표현된 색상은 관심의 정점을 나타낸다. 만약 여러 가지 색상이 고루 사용되었다면 두루 관심을 가지고 있다고 볼 수 있다[6]. 하지만 색의 상징에 관한 공통된 부분[27]에도 불구하고 만다라는 인간의 내적 상태를 알려주는 것이기 때문에, 각자의 경험으로 얻어진 개인만의 의미를 가지고 있다는 것 또한 간과해서는 안된다. 이 외에도 五行屬性的 歸類와 相生相克과 같은 오행의 기본원리에 따라 만다라를 이해하고 해석하는 관점이 존재할 수 있다.

(1) 만다라에 대한 五行의 歸類的 解釋

五行은 木, 火, 土, 金, 水를 말하는데, 처음에는 五行이라 하지 않고 五材 혹은 六府라 불렀으며, 이는 인간생활과 밀접한 관계가 있는 五種 혹은 六種의 물질을 가리킨다[21]. 일반적으로 木性의 특징은 生發, 柔和, 火性의 특징은

陽熱, 上炎, 土性의 특징은 長養變化, 金性의 특징은 淸肅, 堅勁, 水性의 특징은 寒潤下行으로써 五行의 추상적 개념을 정한다[21]. 사물의 개념을 추상하는데 있어서 그 본질 속성의 象을 파악하여 그들 사이의 본질속성의 동일성을 찾는 방법이, 동양의학의 論證에서는 이를 추상법이라고 한다. 이와 같은 방법론을 이용하여 인체의 모든 현상들이 귀납적으로는 객관적 존재로서 木, 火, 土, 金, 水 五種物質의 속성으로 나타나며, 天人相應, 天地人一體의 관점에서 연역적으로 인체 생리현상에서 찾을 수 있다는 것으로부터 다음과 같은 五行屬性的 歸類表가 형성된다.(Table.1)

**Table.1 오행속성 귀속표**

| 자 연 계 | | | | | | 五行 | 인 체 | | | | |
|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 五味 | 五色 | 五化 | 五氣 | 五方 | 五季 | | 五臟 | 六腑 | 五官 | 五體 | 情志 |
| 酸 | 靑 | 生 | 風 | 東 | 春 | 木 | 肝 | 膽 | 目 | 筋 | 怒 |
| 苦 | 赤 | 長 | 暑 | 南 | 夏 | 火 | 心 | 小腸 | 舌 | 脈 | 喜 |
| 甘 | 黃 | 化 | 濕 | 中央 | 長夏 | 土 | 脾 | 胃 | 口 | 肉 | 思 |
| 辛 | 白 | 收 | 燥 | 西 | 秋 | 金 | 肺 | 大腸 | 鼻 | 皮毛 | 悲 |
| 鹹 | 黑 | 藏 | 寒 | 北 | 冬 | 水 | 腎 | 膀胱 | 耳 | 骨 | 恐 |

여기에서 보면, 오행에 해당하는 색은 각각 파란색, 빨간색, 황색, 하얀색, 검은색이다. 靑色은 장기 중 肝에 속하고, 靑春, 新鮮, 消極的, 차가움, 內性的, 知性的, 陰地, 義務, 服從, 順從, 沈靜, 安息, 回復, 所生 등의 상징을 나타내며, 정서상으로는 怒에 해당하고 주요 병증으로는 風病, 寒病, 痛症, 驚風 등과 연관이 깊다, 赤色은 心에 속하고, 刺戟的, 旺盛, 能動的, 따뜻함, 不滿, 批判, 攻擊, 健康, 反抗 등의 상징을 나타내며, 喜의 정서 에 해당하고 주요 관련 병증으로는 熱病(虛證, 實熱)과 관련이 깊다, 黃色은 脾胃에 속하고, 흙, 肥沃함, 生命의 源泉, 生産과 再生産, 愛情의 要求, 依存心 등의 상징을 나타내며 思의 정서와 연관이 깊고, 주요 병증으로는 濕熱, 寒濕과 연관이 깊다. 白色은 폐에 속하고, 淸廉, 潔白, 警戒心, 失敗感의 상징을 나타내며, 정서상으로는 悲에 해당하고 虛證, 寒證과 관련이 깊다, 黑色은 腎에 속하며, 否定的, 어두움, 죽음, 죄악, 恐怖, 抑壓, 히스테리 등의 상징을 나타내며, 恐의 정서와 연관이 깊고, 주요병증은 寒證, 痛症, 勞傷, 血瘀과 관련이 깊다[23)26)]. 이는 선호하는 색에 따라 인체의 생리, 병리가 나타날 수도 있고, 심리적 특성 및 성격 경향성도 나타남을 알 수 있다.

또한 오행에 귀속되어 있는 靑·赤·黃·白·黑을 계절의 속성으로 파악하여 오행과 연관지어 볼 수도 있다. 장성철[28]은 순서적으로 배열되어 있는 계절이 의미하는 색상을 심리적인 성숙과정에서 나타나는 상징적인 색상과 관련있다고 하였다. 자연적인 리듬이 인간의 심리적인 투사와 마음의 걱정, 그리고 인간관계의 질을 그대로 나타내어 보여준다는 것이다. 봄은 밝고 시원한 느낌을 주는 파스텔 색상으로 대변되는데, 노란색과 분홍색 그리고 연보라색, 연초록이 대표적인 색상이다. 만다라에 나타난 이러한 색상들은 뭔가 새롭고 부드러운 것, 그리고 삶 속에서 팽배해 있는 잠재력 등을 지향하고 있음을 나타낸다. 여름은 초록색, 황금색, 주홍색, 빨간색, 복숭아색, 하늘색을 포함하고 있다. 여름의 색상은 풍만하고 따뜻하며 활기에 넘치는 품격이 있다. 이는 여름을 대변하는 모든 색상들 속에 이 계절을 압도하는 태양의 색상인 황금색을 그 속에 함유하고 있어서인 듯하다. 이러한 여름의 색상이 만다라에 나타날 때, 그것들이 어떤 차원의 성취나 풍요함 그리고 성숙함에 적용되는 가를 고려해볼 수 있다. 가을의 색상은 고동색, 주홍색, 황금색, 적갈색으로 집약된다. 이러한 색상들은 추수와 관계되는 느낌을 나타내고 있으며 풍성하게 익은 곡식을 거두어들인다는 데서 오는 성취감과 함께 성수기가 지나갔다는 데서 오는 슬픈 느낌을 자아내기도 한다. 가을을 나타낸 색상들이 만다라에 나타난 경우 개인적인 성장을 위

하여 뿌린 것을 거두고 있음을 시사한다고 할 수 있다. 또한 이러한 색상들은 죽음을 애도하는 과정, 즉 자연적인 삶 속에서 익숙해있던 존재로부터 지나친다는 것, 과업의 완성 혹은 맡은 바 의무를 완수하고 있다는 것을 상기시키기도 한다. 겨울의 색상은 검은색, 흰색, 그리고 회색이다. 이러한 색상들은 추운 겨울과 긴 겨울밤의 회색빛 하늘과 흰색으로 빛나는 눈을 시사한다. 만다라 속에서 나타난 겨울 색상은 내면적인 성장을 위한 휴식이 필요하다는 것을 나타낸다. 비록 만다라 속에서 나타난 겨울 색상이 차갑고 멀게 느껴지는 색상이기는 하지만 그들은 마치 겨울눈 아래 숨어있는 봄을 재촉하는 메시지를 지니고 있다[6]. 이처럼 봄, 여름, 가을, 겨울의 이미지를 오행의 목, 화, 금, 수의 生, 長, 收, 藏와 결부시켜 해석할 수 있다.

(2) 만다라에 대한 五行의 相生相克的 解釋

五行의 상호관계는 相生, 相克이라는 두가지 면으로 나타난다(Fig. 2). 《管子》《呂氏春秋》《禮氣》등에서 木生火, 火生土, 土生金, 金生水, 水生木의 相生의 의미가 戰國시대에 이미형성되었고, 「亢害承制 制則生化」에 의해 "(무엇이) 亢하면 곧 害를 끼치며(그래서 그것을 克하는 것이) 承하여 곧 制한다. 制하면 곧(만물이 五常으로) 生化한다"라여 木克土, 土克水, 水克火, 火克金, 金克木의 相克關系가 성립되었다[21]. 특히, 한의학에서 七情은 氣의 변화로 인한 인간의 기본적인 정서로[29], 이런 七情에 따라 五行相生相克을 心理治療에 응용한 예는 한방정신요법 중 五志相勝療法에서 찾아볼 수 있다[30]. 五色 또한 오지상승요법에 응용할 수 있는데, 분노한 사람은 백색계통(金克木)을, 실없이 웃는 사람은 적색계통을 검정색계통(水克火)을, 불안 공포증이 있는 사람은 황토색 계통(土克水)을, 우울하고 비애감에 빠져있는 사람은 적색계통(火克金)을 이용하여 미술치료를 시행한다면, 치료적 개입이 가능할 것으로 본다.

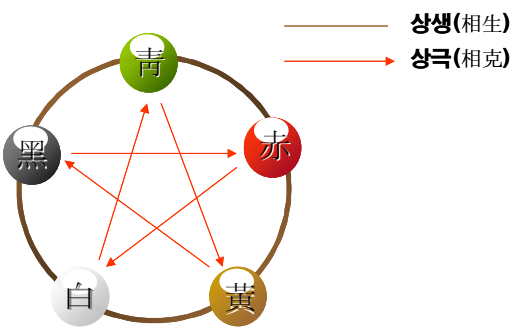



Fig. 2. 五色(行)의 相生相克

3) 만다라와 선천도

明代의 이천이 편찬하고 한의서 중 중요한 위치를 차지하고 있는 『醫學入門』[31] 맨 앞부분인 圖說에 선천도가 위치하고 있다(Fig. 3).

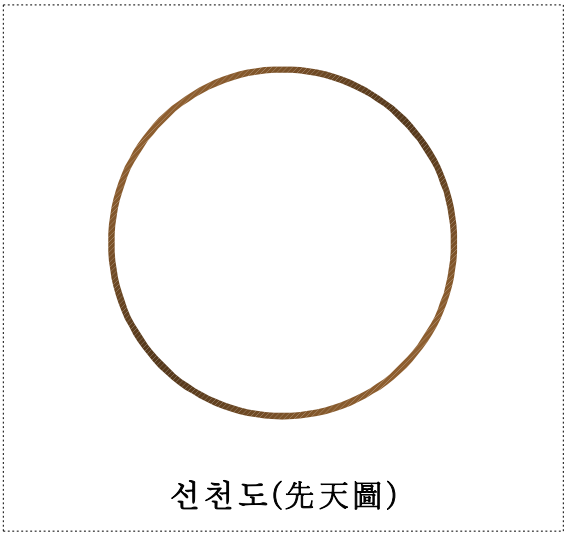



Fig. 3. 의학입문의 선천도

책머리에 이렇게 둥글게 그려 놓은 이유에 대해 저자는 "圈之於首, 以便不識字者開卷肅然至簡至 易而玩之有趣耳"라 하여 글자를 알지 못하는 자에게 편리하게 하고 책을 열면 숙연하여 지극히 간단하고 지극히 쉬워서 완색(玩索)하면 취미(趣味)가 있게 한 것이라고 하였다. 또한 "頤生者知此, 則自然懲忿窒慾而水火交

泰;濟人者知此, 則自然辨物居方而沈痾頓復.” 이라 하여 자연히 분(忿)을 징계하고 욕심을 막아서(懲忿窒慾) 수(水)를 승(昇)하고 화(火)는 강(降)하여 사귀어서 태평(泰平)하고 사람을 구제하는 자가 이것을 알게 되면 곧 자연히 사물을 판별하고 방법이 정해져 침체한 질병이 대번에 회복한다고 하였다[31]. 이는 선천도의 원이 우주원리의 각성으로 자연과의 조화에 그 목표를 삼고, 깨달음을 통해 수승화강의 순환적 원리로 마음과 신체의 융합을 꾀한 것으로 보여 진다.

이와 같이 누구나 사용할 수 있는 용이성과 의자(醫者)로서 심리적 기본자세, 그리고 수승하강을 통한 신체적 균형을 통해 선천도가 정신치료의 매개체로서 환자, 치료자에게 응용가능하다는 것을 볼 수 있다.

## Ⅲ. 結 論

만다라 미술치료는 내적 존재로서의 자신을 인식해주며 심리, 신체적으로 조화롭고 균형을 이룰 수 있도록 돕는다. 이런 만다라의 치유적인 측면은 陰陽의 상대적인 평형 상태로의 유지, 자기 치유적인 자생력, 치료사의 자기 성찰과 마음 자세 등 한의학적인 이론과 많은 상통하는 부분을 가지고 있었다. 특히 의학입문에 나타난 선천도의 의미와 유사한 부분이 많았다.

또한 만다라 미술치료에서 표현하는 선의 굵기와 형태는 음과 양의 관점에서 해석이 가능하며, 색의 선호와 표현 방식은 오행 상승상극에 따라 해석 가능하고, 이를 통한 진단과 치료적 개입이 가능한 것으로 나타났다.

본 연구는 만다라 미술치료를 陰陽 五行의 이론적 관점에서 살펴보았다. 따라서 陰陽五行의 원리를 적용한 다양한 만다라 미술치료 프로그램의 연구 개발이 필요하며, 이를 적용한 임상 사례를 통한 효과 검증 논의가 활발히 이루어져야 할 것이다.

## 參考文獻


1. Linda Wasmer Smith. 박은숙 역. 몸과 마음의 관계. 김영사. 1999:11-15
2. 대한동의생리학회. 동의생리학. 서울;경희대 출판국. 1993:69-70
3. Cathy A. Malchiodi. 최재영. 김진역 역. 미술치료. 조형교육. 2000:54-55,16-21
4. 圓光大學校 附設 韓國傳統韓醫學硏究所. 韓醫學槪說. 영림사. 1997:36-44
5. 이부영. 분석심리학. 서울;일조각. 1998:119
6. Susan F.Fincher. 김진숙 역. 만다라를 통한 미술치료. 학지사. 20004:19,20,63,124, 145-146
7. 김용환, 만다라, 서울;열화당, 1991:35
8. A.H.Brorick. The Theory and Practice of the Mandala. London;ride & company. 1961:40-41
9. Jose and Miriam. Mandala. Boulder;Shambhala. 1972:23-30
10. C.G.Jung. Mandala Symbolism. Princeton;Princeton Univ. 1973:3-6
11. 정여주. 미술치료의 이해. 서울;학지사. 2003:14-15
12. 최영훈, 색채학개론, 서울;미진사, 1990:19-24
13. Yahveh. 이부영 역. C.G.융의 회상, 꿈 그리고 사상. 서울;집문당. 2000:224
14. Joan Kellogg. MANDALA:PATH OF BEAUTY.Baltimore:Mandala Assessment and Research Institute,

1978:4-5,17
15. Ridel. 정여주 역. 융의 분석심리학에 기초한 미술치료. 서울:학지사, 2000:34
16. 손찬원 외, 만다라미술치료가 ADHD 아동의 과제수행 태도와 주의력 결핍, 과잉행동, 충동성 변화에 미치는 영향. 한국정서,행동장애아교육학회. 2006:135-6
17. 임대봉, 만다라 그리기가 초등학생의 교유관계 스트레스 대처 행동에 미치는 효과. 원광대학교 보건환경대학원 석사학위 논문. 2004:66-7
18. 이창화, 실직자의 근로의욕 고취를 위한 만다라 미술치료 사례 연구, 원광대학교 보건환경대학원 석사학위 논문. 2002:75-76
19. 강유순, 만다라 미술치료가 임산부 정서에 미치는 효과, 원광대학교 보건환경대학원 석사학위논문. 2004:61-62
20. 김동연 외, 만나다라 미술치료가 시설수용 뇌졸중 노인의 우울과 자기 표현에 미치는 효과, 한국재활심리학회 2003:100-101
21. 김완희, 김광중 편저. 한의학의 형성과 체계. 중문출판사. 1990:84,87,110,103,107,113
22. 고바야시산고. 우주와 인체의 생성원리. 집문당. 2003:67
23. 최영성, 이철완. 오색론과 색체요법에 대한 고찰. 한방재활의학회지. 1996;6(1):505-516
24. 楊維傑編 : 內經素問譯解, 서울, 成輔社, 1980:38-40, 95
25. 楊維傑編 : 內經靈樞譯解, 서울, 成輔社, 1980:367-375
26. 신승우, 김성수, 신현대. 색채요법에 관한 고찰. 한방재활의학회지. 2000;10(2):139-156
27. C.G.Jung 외. 이윤기 역. 인간과 상징. 1996:30
28. 장성철 지음, 차성희 엮음. 동양인에 체질에 맞는 멀티테라피 새그림치료. 북하우스. 2000:63-64
29. 한방신경정신의학편. 한방신경정신의학. 집문당. 2005:37
30. 강형원 외. 五志相勝療法에 관한 臨床事例 硏究와 現代的 理解, 서울:동의신경정신과학회지, 2001:11-18
31. 李梴 編纂, 蔡仁植, 安秉國, 李炳幸 國譯. 編註醫學入門. 남산당. 1988:13-14