

제 49회 SOMATIC BALLET® PEDAGOGY WORKSHOP

taught by Yoonseon Kim (Ph.D., CSBT)

Date: May 1 (Sun.), 2022, 9:00 ~ 10:00 AM

Place: Studio #62201, SungKyunKwan University

Theme: “오행음성춤(Five Elements Voice Dance)”

- Unique Dance Workshop exploring the connection between “Kishinbeop(Kouksundo)”¹⁾ and “Yukjagigyeol(Hwalinsimbang)”²⁾ -

Goal: 춤으로 양생(養生) 하다. "Cultivation through Dancing"

Purpose: To activate the functions of the Organs



1) 기신법(氣身法)은 국선도에서 오장육부를 튼튼하게 해주는 ‘내기전신행법(內氣全身行法)’을 줄여서 일컫는 말이다.

2) 육자기결(六字氣訣)은 활인심방(活人心方)에서 몸의 각 장부를 강화시키기 위해 여섯 종류 글자의 소리를 내어 치료하는 수련법이다.

Contents:

오행 (5 Elements)	장부 (Organ)		음성 (Voice)	글자 (Letter)
	음(陰: Yin)	양(陽: Yang)		
목 (木: Wood)	간장 (肝臟: Liver)	담 (膽: Gall Bladder)	 [휴-] /Hyu-/	嘘
화 (火: Fire)	심장 (心臟: Heart)	소장 (小腸: Small Intestine)	 [휘-] /Hwooə-/	呵
토 (土: Earth)	비장 (脾臟: Spleen)	위장 (胃臟: Stomach)	 [후-] /Hu-/	呼
금 (金: Metal)	폐장 (肺臟: Lung)	대장 (大腸: Large Intestine)	 [스-] /θ-/	呬
수 (水: Water)	신장 (腎臟: Kidney)	방광 (膀胱: Urinary Bladder)	 [취-] /Chui-/	吹

※ ‘오행음성춤’ 프로그램은 다음 QR코드를 통해 영상으로 확인할 수 있습니다.

