

## 구용법(九容法)을 통한 초등학생의 몸공부

Practice of Guyongbeop in elementary school

양정은\*

### < 국문 초록 >

근대 교육 속 우리 아이들은 지식의 홍수 속에서 살고 있다고 비유할 수 있다. 학교 현장과 사회는 쉼 없이 밀려오는 지식을 어떻게 하면 효과적으로 가르치고, 배울 수 있는지에 초점이 맞추어져 있다. 이러한 현상은 성적만을 중요시 여기고, 주변을 돌아볼 여유조차 없는 사회 분위기를 만들었다. 그러나 진정한 학문은 다양한 배움과 함께 자신을 연마하는 과정을 따로 떼어 설명할 수 없다. 그래서 자신을 연마하는 방법으로 성리학에서는 몸공부의 <소학>과 마음공부의 <대학>을 제시하고 있다. 여기에서 말하는 몸공부는 바른 자세를 기르는 것을 말한다. 그렇게 함으로써 바른 자세는 바른 마음을 형성하도록 도우며 또한 바른 마음을 유지할 수 있는 하나의 장치로 활용된다. 따라서 이 연구는 초등학생의 몸공부를 위하여 율곡의 구용법(九容法)을 교실 현장에 적용하였을 때 나타나는 아동들의 행동 변화와 교육적 효과를 알아보는 것에 목적을 둔다. 구용법은 아이들이 바른 자세와 마음을 형성하도록 돕는 역할을 하였다. 그러나 아이들의 습관은 한 번 형성되었다고 계속 유지되는 것은 아니었다. 그러므로 구용법을 효과적으로 활용하기 위해서는 교사가 스스로 끊임없는 성찰을 하여야 하며, 학생의 발달 수준과 행동 변화에 맞는 학생과의 끊임없는 상호작용이 이루어져야 할 것이다.

\* 주제어: 구용법(九容法), 몸공부(몸工夫)

## I. 들머리

근대 교육 속 우리의 아이들은 지식의 홍수 속에서 살고 있다고 비유할 수 있다. 아침에 눈을 뜨면 학교에 가고, 학교가 끝나면 다시 학원으로 향하는 아이들은 이미 머리와 몸의 비율에서 머리만 커진 가분수의 아이들이다. 이 아이들에게 공부란 많은 지식을 배우는 것에 의미를 둔다. 이러한 면에서 근대 교육은 교사가 주어진 교육내용을 효과적으로 가르치고, 아이들은 그것을 효과적으로 배우는 것을 중요하게 여긴다. 즉, 교사와 학생 모두 가르치고 배우는 교과를 배울-대상(교육내용)에 집중하고 있는 것이다. 이것은 근대 교육을 각 교과목의 지식을 전달하는 것에 초점을 둔 물학(物學)의 집합체라 일컬을 수 있다(서명석, 2000: 67). 이러한 교육이 학교교육에 고착화됨에 따라 가르침과 배움 사이에는 배우는 대상이 누구인지에 초점을 두는 것이 아니라 배우는 내용이 무엇인지에 초점을 두고 진행되고 있다. 이것은 누가 더 많은 내용을 습득하고, 그것을 기억하며 주어진 질문에 상대방이 원하는 일관된 답을 제시하도록 요구한다. 그러나 이러한 근대의 학교 교육은 여러 가지 사회의 문제점으로 대두되고 있다. 이러한 문제점으로는 성적만 높으면 어떠한 행동도 허락되는 사회분위기, 틀에 맞추어진 답을 해결하기 위한 일관된 사고, 주변을 돌아볼 여유조차 없는 삶을 들 수 있다. 이러한 문제점의 원인으로 자신의 몸과 마음을 닦고 끊임없이 자기 자신과의 대화를 통하여 좀 더 발전된 자신으로 이끌어가려는 학문이 우리 교육에는 부족하다는 것을 들 수 있다. 진정한 학문은 다양한 배움과 함께 자신을 연마하는 과정을 따로 떼어서 설명할 수 없다. 이러한 면에서 동양의 유·불·도의 전통은 학문과 함께 자신의 몸과 마음을 닦는 면에 초점을 둔다. 그래서 동양의 학문은 오랜 동안 자신의 마음을 스스로 성찰하는 과정을 논하며 이러한 성찰이 학문으로 어떻게 이어지는지를 고민하였다. 이러한 학문 중 성리학에서는 몸공부의 <소학>과 마음공부를 논하는 <대학>을 공부하였다. 그러나 이것은 단지 책상 앞에서 이루어지는 책 속의 공부만을 의미하지 않는다. 왜냐하면 성리학에서 말하는 진정한 공부란 직접 몸으로 실천하면서 느끼고, 깨닫는 과정을 통해 삶 속에서 이루어지는 것을 말하기 때문이다(신동은, 2004a: 124-125).

성리학을 공부함에 있어 초학자들에게 학문의 태도를 갖출 수 있도록 돕기 위해 만들어진 책 중에 『소학』이라는 책이 있다. 이 책은 조선 시대에 단지 한자를 공부하는 문자 학습만을 의미하는 것이 아니라, 어린아이들의 공부를 통틀어 소학이라고 하였다. 조선 시대 『소학』과 같은 역할의 동몽 교재로는 『격몽요결』, 『동몽선습』, 『명심보감』 등이 있다(신동은, 2004b: 46). 이런 동몽 교재의 기본적인 틀은 작은 배움의 <소학>에서 큰 배움의 <대

학>으로 진행하도록 설계되어 있다. 구체적으로 말하면 8~15세까지는 주로 <소학>의 몸공부에 힘을 쓰고, 15세 이후에는 <대학>의 마음공부에 집중하였다. 그리고 마지막 단계인 聖人の 모습을 갖추는 것을 공부의 목적으로 삼고 있다. 이러한 성리학의 구도를 살펴보면 초등학교 교육은 몸공부에 집중하여야 할 때이다(서명석, 2010a: 141). 지금 초등학교 교육에서 이루어지는 지식교육 위주의 공부편중 현상은 성리학에서의 공부와 성리학자들의 생각과는 다르게 흘러가고 있다. 나는 지금 사회에서 일어나는 문제점을 해결하고 진정한 공부를 하기 위해서는 초등학교 시절부터 성리학에서 말하는 바른 자세와 바른 행동의 갖춘 몸공부를 시작해야 한다고 생각하였다. 이러한 면에서 동몽교재인 율곡의 『격몽요결』 내의 구용법(九容法)을 통하여 몸과 마음의 공부 중 몸공부를 교실 현장에서 교육하였다. 이 연구의 목적은 『격몽요결』 내의 구용법의 내용을 살펴보고, 교실 안에서 구용법을 실천함으로써 바른 마음을 유지할 수 있는 바른 몸을 갖추는 것에 초점을 둔 것이다. 그리고 구용법을 통하여 일어나는 변화를 관찰하여 학교 현장에서 구용법의 활용이 어떤 긍정적인 효과를 일으키는지 알아보는 것이다.

## II. 몸공부론의 세계

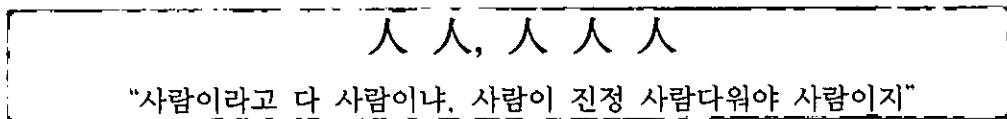
### 1. 몸공부의 의미

현대사회 속 아이들은 교과 공부에 치중한 공부를 한다. 아이들은 학교에서 많은 시간동안 교과 공부를 하고 다시 학원으로 교과 공부를 하기 위해 발걸음을 옮긴다. 교사들은 주지주의 교육의 편중과 경쟁 중심의 교육으로 아이들의 인성이 땅바닥으로 떨어졌다고 말하고 있다. 이를 보여주는 한 예로 교실 속에는 자신의 화를 통제하지 못하는 아이, 입만 떼면 욕으로 가득한 아이, 상대방을 이해하는 마음을 가지지 못할 뿐만 아니라, 상대방을 장난으로 괴롭히는 아이들의 행동을 말할 수 있다. 이렇게 아이들은 자신의 마음과 태도도 바르게 갖추지 못한 채 지식만을 머릿속에 가득 쌓아가고 있다. 이렇게 우리는 교육에서도 살고 있으면서도 우리는 아이들에게 인성교육의 끈을 놓지 않는다. 먼저 학교에서 이루어지는 도덕 교과서를 살펴보면 <도덕적 이해 중심-가치 판단 중심-가치 심화 중심>단계로 구성되어 있고, 도덕규범과 예절을 익혀 자율적이고 통합적인 인격 형성을 목표로 제시하고 있다(교육과학기술부, 2011: 21-73). 이는 학교의 도덕교육 또한 하나의 교육내용으로

접근하고, 덕목을 가르치면 아이들이 실천할 수 있다고 보는 것이다. 그러나 도덕의 덕목들을 가르쳤을 때, 모든 아이들이 그 덕목에 따라 행동하는 것은 아니기 때문에 우리는 행동으로 실천하지 못하는 것에 대한 문제를 고민할 필요가 있다.

우리나라에서 이루어지는 도덕교육을 서명석(2008)의 연구 내용으로 살펴보면 다음과 같다. 이 연구에서는 서양에서 수입된 담론들을 도덕, 윤리, 인성, 그리고 인격으로 나누고 각 담론의 언표들을 제시하고 있다. 각 담론의 대표적 언표로 <도덕담론>: morality, <윤리담론>: ethics, <인성담론>: personality, <인격담론>: character를 들 수 있다. 그리고 이 담론들은 우리 교육 속에 들어와 도덕교육, 윤리교육, 인성교육 프로그램, character교육으로 나타나고 있다. 위에서 언급했듯이 학교에서 이루어지는 도덕교육과 인성교육 프로그램으로는 지금 우리 사회의 문제를 해결하기에는 부족하다고 생각한다. 『격몽요결』 서문의 내용처럼 진정한 학문은 다양한 배움과 함께 자신을 연마하는 과정이 꼭 필요하다. 그래서 진정한 학문을 위해 자신의 몸과 마음을 닦아 진정한 사람됨을 지녀야 할 때이다. 이러한 ‘사람됨의 교육’을 서명석(2010b)은 ‘사람다움에-이르도록-가르치고-기르는-일’이라고 말하고 있다. 사람됨의 교육을 다른 표현으로 <인격교육담론>으로 말할 수 있다. <인격교육담론>의 대표적 언표로는 사람됨, 사람다움, 사람으로서의 아름다움, 품성, 품격 등이 있다. 위의 내용을 종합하면 ‘사람됨’이란 성리학에서 말하는 성인이 되는 것을 말하며 그 성인이 되기 위하여 몸과 마음을 닦는 수기(修己)의 과정을 가져야 한다. 이 수기(修己)의 과정은 자신의 몸을 닦아 물과 같이 흐르는 자신의 마음을 바르게 잡고, 다시금 마음공부를 통하여 각 상황에 맞는 지혜로운 행동을 행하는 것을 말한다.

위에서 언급한 ‘사람됨’은 우리 눈으로 보이는 것이 아니기 때문에 선을 그어놓고 짚 수 있는 것이 아니다. ‘사람됨’은 바다에 밀물이 들어오듯이 우리의 몸과 마음에 스며드는 것이다. ‘사람됨의 교육’을 좀 더 자세히 풀면 다음과 같다.

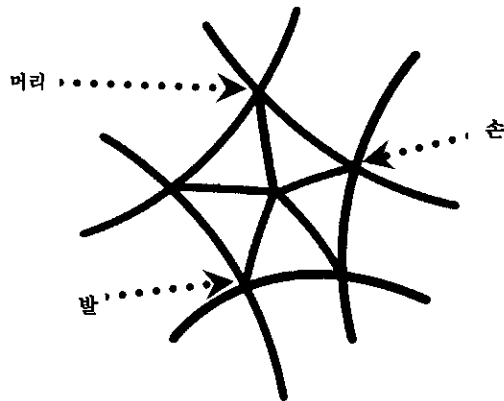


[그림 1] 사람됨 교육

\* 출처: 서명석(2010). 인격교육담론의 재-평가. 인격교육, 4(1), p. 41.

[그림 1]에서 사람(人)이 가리키는 대상은 모두가 똑같지 않다. 이것은 형태만 사람의 모습을 한다고 모두가 진정한 사람이 되는 것이 아니라, 진정 사람다움을 갖춘 사람만이 진

정한 사람이라고 말할 수 있다는 것을 의미한다. 이러한 ‘사람됨’을 갖추기 위해서는 몸과 마음의 연마가 필요하다. 그래서 성리학의 공부에서는 몸으로 실천하면서 얻는 마음을 중요하게 생각한다. 이때의 몸과 마음은 다른 형태를 하고 있지만 따로 떼어서 말할 수 없는 서로 얽혀 있는 존재이다. 즉, 몸을 좀 더 바르게 갖추으로써 마음의 상태를 고요한 상태로 유지할 수 있고 마음가짐을 바르게 함으로써 다시금 바른 몸가짐을 나타낼 수 있는 선순환의 반복을 일컫는다(신동은, 2004a: 127-128). 이러한 ‘사람됨의 교육’을 위한 몸과 마음의 공부를 나타낸 모형을 다음 [그림 2]를 놓고 살펴보자.



[그림 2] 몸공부 모형

[그림 2]는 사람 인(人) 글자 다섯 개를 이어서 그린 정오각형이다. 사람 인(人) 글자 다섯 개가 서로 의지하며 이룬 정오각형은 제일 위의 꼭짓점이 머리를 가리키며 그 아래의 두 개의 꼭짓점은 손, 맨 아래의 꼭짓점은 다리를 나타낸다. 정오각형의 중심과 각 꼭짓점을 선분으로 이었을 때, 머리, 손, 발의 모양을 바르게 한 사람의 모습이 나타난다. 이 다섯 개의 선분은 각각의 구용법의 자세를 행했을 때, 바르게 서 있는 입용덕(立容德)의 자세를 하는 사람을 의미한다. 그리고 몸공부의 모형처럼 바른 몸을 갖추었을 때, 정오각형의 중심점은 바른 마음이라고 표현할 수 있다. 이것은 몸공부가 사람됨의 인격교육 안에 함께 담겨 있으며 몸공부를 통하여 마음을 다룰 수 있다는 것을 의미한다. 진정한 학문을 위해서는 몸과 마음의 연마가 필요하듯이 현대교육에서도 진정한 학문을 위한 몸부림이 필요한 때이다. 지금 우리 교육은 교과 지식만을 추구하는 교과주의 패러다임을 벗어나 ‘내 몸과 마음을 갈고 닦아 내 존재를 새롭게 만드는 공부’가 필요하다. 이러한 공부를 ‘사람됨의 교육’으로 다시금 언급할 수 있다.

진정 사람들에게 ‘사람됨’이 스며들기를 바란다. 이 사람됨을 나무로 비유한다면 ‘사람됨의 나무’를 키운다고 비유할 수 있을 것이다. 그렇다면 ‘사람됨의 나무’에서 몸공부는 그 나무의 뿌리를 단단하게 하는 작업이다. 왜냐하면 뿌리가 곧고 깊게 심어져 있어야 그 위에 줄기와 풍성한 잎사귀 그리고 열매까지 열릴 수 있기 때문이다. 자신의 마음 상태와 상대의 마음 상태를 좋게 유지할 수 있는 몸공부를 통하여 바른 마음을 표현하는 방법을 알고, 바른 마음이 다시금 바른 태도로 이어져 한 그루의 멋진 ‘사람됨의 나무’가 이루어질 것이다. 따라서 지금 우리의 현대 사회 속 큰 폭풍우 속에서도 꺾끗하게 서 있을 수 있는 ‘사람됨’을 갖춘 사람이 되기 위하여 단단한 뿌리를 만드는 ‘몸공부’의 실천이 꼭 이루어져야 할 것이다.

## 2. 율곡의 「격몽요결」 내의 구용법

### 가. 「격몽요결」의 내용 체계

이 책은 모두 38권으로 구성된 『율곡전서』의 27권에 들어 있고, 율곡의 서문을 비롯하여 입지(立志)장, 혁구습(革舊習)장, 지신(持身)장, 독서(讀書)장, 사친(事親)장, 상제(喪制)장, 제례(祭禮)장, 거가(居家)장, 접인(接人)장, 처세(處世)장의 10장으로 구성되어 있다.

<표 1> 『격몽요결』의 내용 체계

구분		순서와 장		주요 내용
학문하는 사람이 가져야 하는 자세	학문의 전제조건	제1장	입지(立志)	학문하는 모든 사람은 뜻을 세우고, 성인이 되기 위하여 목표를 세우고 꾸준히 노력한다.
	학문의 준비단계	제2장	혁구습(革舊習)	구습에 얽매이지 않고 잘못된 습관을 떨쳐버려야 한다. 없애야 할 구습을 8가지로 제시하고 있다.
		제3장	지신(持身)	구용법(九容法): 몸과 마음을 수렴 구사법(九思法): 학문에 있어 지혜의 향상
	학문의 시작	제4장	독서(讀書)	이치를 궁리하고 도를 실천하기 위해 독서를 해야 한다. 독서의 구체적 방법, 고전 소개, 읽는 순서 제시하고 있다.
가정예절		제5장	사친(事親)	효도의 당위성과 부모를 모시는 법에 대하여 제시하고 있다.
		제6장	상제(喪制)	주문공(朱文公: 朱子)의 가례(家禮)에 따라 예를 행해야 하며 부모상과 친척상을 치르는 방법 등을 제시하고 있다.

	제7장	제례(祭禮)	제사는 공경과 정성을 다해야 하며 가례(家禮)에 따라 사당을 세워 선조의 신주를 받들고, 제전을 설치하고 제기를 마련하여 종자가 이를 주관하여야 한다.
	제8장	거가(居家)	집 안에 머무를 때 필요한 부부간, 형제간의 예절을 다루고, 처자와 집안 식구들을 거느리는 방법을 제시하고 있다.
사회생활예절	제9장	접인(接人)	사람과의 관계에서 지켜야 할 예법과 친구를 선택하는 방법 등 일반적인 사회생활에서 필요한 기본적 예법을 제시하고 있다.
	제10장	처세(處世)	과거가 아니면 도를 행할 지위에 나아갈 길이 없다고 말하며 사회에 나가 처신하는 데 중요한 과거와 벼슬에 대한 내용을 다루고 있다.

\* 출처: 성백효 역(1992). 童蒙先習·擊蒙要訣. 서울: 전통문화연구회, pp. 67-151.

10장으로 구성된 『격몽요결』은 크게 3개의 영역으로 정리할 수 있다. 1장의 입지(立志)장에서 4장의 독서(讀書)장까지는 학문하는 사람이 가져야 하는 자세로 개인의 몸과 마음을 다루는 것을 논하고 있다. 5장의 사친(事親)장에서 7장의 거가(居家)장까지는 가족 안에서 이루어지는 가정예절을 다루고 있고, 9장의 접인(接人)장과 10장의 처세(處世)장에서는 사회생활 속에서 지켜야 할 예절들을 다루고 있다. 이와 같은 내용 구성은 공부함에 있어 나로부터 시작하여 점차 사회로 크게 범위를 넓혀가고 있음을 보여준다(정호훈, 2005: 12). 또한 이런 내용 구성은 『대학』에서 제시하는 유학의 공부단계인 수신(修身)-제가(齋家)-치국(治國)-평천하(平天下)의 흐름과 맞물린다고 볼 수 있다(김병희, 2010: 45-46). 그리고 율곡이 편찬한 『격몽요결』의 내용은 사람이 살아가는 데 있어 학문의 중요함을 깨우치고, 인간관계를 중요하게 다룬다. 그래서 『격몽요결』은 학문 입문의 처음을 준비하는 단계로 자신의 몸을 가다듬는 방법, 가정예절, 사회예절을 다룸으로써 몸공부와 마음공부의 기본이 되는 내용을 담고 있다. 이러한 점에서 『격몽요결』은 지금 현대 교육에서 중심이 되는 지식위주의 패러다임을 극복할 수 있는 내용을 담고 있다는 점에서 큰 의미를 지닌다고 볼 수 있다.

#### 나. 구용법 내용

율곡은 학문에 나아가기 위해 몸과 마음을 가다듬는 방법으로 아홉 가지의 몸을 바르게

하는 태도인 구용(九容)을 제시하고, 학문에 나아가기 위해 지혜를 더하는 방법으로 아홉 가지의 생각을 바르게 하는 구사(九思)를 제시하고 있다. 그렇지만, 여기서는 몸공부와 관련된 구용의 자세만을 다루려고 한다. 다음의 내용은 율곡의 『격몽요결』 내의 구용법의 내용을 발췌하여 각각의 내용을 자세하게 풀이한 것이다.

① 足容重 ← 第一容禮法

不輕舉也 若趨于尊 長之前則 不可拘此

[발의 모양을 무겁게 한다. 발걸음을 가볍게 행동하지 않는 것이다. 존경하는 사람이나 나이 드신 사람 앞으로 달려 나아갈 때에는 이것에 구속될 필요는 없다.]

② 手容恭 ← 第二容禮法

手無慢弛 無事 則當端拱 不妄動

[손의 모양을 공손하게 한다. 손을 제멋대로 하거나 해이해짐이 없이 하고 특별한 일이 없으면 의당 단정하게 두 손을 공수하고 망령되지 움직이지 않는다.]

③ 目容端 ← 第三容禮法

定其眼睫 視瞻當正 不可流眇邪睇

[눈의 모양을 단정히 한다. 눈동자를 안정시켜서 바라보는 것과 우러러보고 굽어보는 것을 마땅히 바르게 할 것이며 함부로 흘려보거나 샅되게 훑쳐보아서는 안 된다.]

④ 口容止 ← 第四容禮法

非言語飲食之時 則口常不動

[입의 모양을 다물게 한다. 말을 하거나 음식을 먹을 때가 아니면 입을 항상 움직이지 않는다.]

⑤ 聲容靜 ← 第五容禮法

當整攝形氣 不可出噦咳等雜聲

[목소리의 모양을 조용하게 한다.

마땅히 形氣를 고르고 가다듬어 구역질이나 가래침 등의 잡소리를 내서는 안 된다.]

⑥ 頭容直 ← 第六容禮法



當正頭直身 不可傾回偏倚

[머리의 모양을 곧게 해야 한다. 마땅히 머리를 바르게 하고 몸을 곧게 해야 하며 머리를 기울여 돌리거나 한쪽으로 치우치게 해서는 안 된다.]

⑦ 氣容肅 ← 第七容禮法

當調和鼻息 不可使有聲氣

[숨의 모양은 엄숙해야 한다. 마땅히 호흡을 고르게 할 것ियो 멋대로 소리가 나게 해서는 안 된다.]

⑧ 立容德 ← 第八容禮法

中立不倚 儼然有德之氣像

[서 있는 모양은 덕스럽게 한다. 똑바로 서서 치우치지 않아 삼가 덕이 있는 기상을 만든다.]

⑨ 色容莊 ← 第九容禮法

顏色 整齊 無怠慢之氣

[얼굴 모양[빛]은 장엄하게 한다. 얼굴빛을 단정히 하여 태만한 모양[기운]이 없어야 한다.]

『擊蒙要訣』 「持身章」

\* ‘← 第一容禮法’은 새로 그 이름을 붙인 것으로 이하 모두 같다.

(서명석, 2010a: 142-143)

위의 텍스트는 몸공부를 위한 하나의 텍스트로 다루어 질 수 있다. 즉, 이 텍스트는 각각의 신체 부위인 ①발의 모양(足容), ②손의 모양(手容), ③눈의 모양(目容), ④입의 모양(口容), ⑤목에서 나오는 소리(聲容), ⑥머리의 모양(頭容), ⑦숨소리 모습(氣容), ⑧서 있는 모양(立容), ⑨얼굴빛 또는 얼굴표정의 모양(色容)의 아홉 가지 바른 태도를 제시하고 있다. 이는 학문을 하는 사람이 바른 태도를 지니고, 기본적인 예를 행할 수 있는 태도를 갖추어야 함을 설명하고 있다.

### Ⅲ. 교육적 적용

#### 1. 아이들의 바른 태도 실천

3월 둘째 주부터 매주 도덕 시간을 이용하여 구용법을 활용한 몸공부를 시작하였다. 연구를 시작하면서 구용법을 가르치는 순서에 대해 고민하였다. 우리는 주변에서 배꼽 인사를 하는 꼬마, 설날 새해인사를 드리며 손을 가지런히 모아 놓는 어른들의 모습을 볼 수 있다. 그래서 구용법의 자세 중 아이들이 조금 더 친근한 손에 관련된 태도를 가르치는 것이 더 의미가 있으리라 생각하여 수용공을 먼저 가르쳤다. 그러나 생활 속 동기유발은 손의 자세가 먼저 이루어질 수 있었지만 우리 반에서 매일 실천하는 인사를 할 때, 흐트러진 아이들의 자세를 바르게 유지하는 것의 첫 단추는 발의 바른 태도였다. 발이 바르게 먼저 실천이 되어야 다른 태도도 바르게 이어지는 모습을 보며 구용법에서 제시되는 순서에 맞게 아이들을 가르치는 것이 더욱 효과를 나타낼 수 있음을 알았다. 그래서 논문의 교육적 적용에서는 <1용 족용중>을 배우는 내용부터 제시하였다. 그리고 구용법의 순서를 익히기도 하고, 하나의 규칙으로 적용하기 위해 아이들과 각각의 구용법을 1용, 2용, …, 8용, 9용으로 약속하였다.

##### 가. 1용: 족용중(足容重)

운동장에 모여 있을 때, 어른들의 말을 들을 때 아이들은 조금도 쉬지 않고 발을 움직인다. <족용중>은 발을 무겁게 하는 태도로 아이들의 마음을 차분하고 평온하게 만들 수 있다. 수업 시간 교실에 아이들을 모두 서게 하고 처음에는 다리를 뻗어지게 해서 서게 하였다. 흔히 아이들이 말하는 ‘짹다리’이다. 이 자세에 들어가게 되니 아이들은 금방이라도 껌을 질경질경 씹으며 건들거리기 시작할 것만 같았다. 그리고 두 번째 자세로 두 발을 땅에 바르게 놓고 서 있게 하였다. 잠깐의 행동 차이인데도 교실 분위기는 싹 달라졌다. 두 자세를 했을 때 느낌을 비교하여 쓴 아이들의 이야기 속으로 들어가 보자.

##### ■ <족용중>을 안 했을 때의 느낌

- 편하다
- 버릇없고 날라리 같았다.
- 짹다리를 하고 있으면 건달 느낌이 난다.

· 건방지고 정신 사나웠다.

■ <죽용중>을 했을 때의 느낌

- 힘들다(약간 다리가 저리는 느낌)
- 무겁고 공식적인 자리에 있을 때처럼 긴장했다.
- 마음가짐이 바르게 되는 것 같다.
- 불편하지만 공손해진 느낌

■ <죽용중>을 했을 때의 마음가짐

- 앞으로 발을 무겁게 해서 예의 바른 어린이가 될 것이다.
- 어른들을 만나서 인사할 때나 예의를 갖추어야 할 때 실천하도록 노력하겠다.
- 공손하게 죽용중을 하고 나니 그 후에는 마음이 후련해진다.
- 앞으로는 애국조희나 선생님 말씀을 들을 때 ‘죽용중’을 실천하겠다.

(2011. 3. 18. 도덕 시간에 이루어진 몸공부법 <죽용중> 학습 내용 모음)

아이들은 굳이 선생님이 바른 자세를 가르쳐 주지 않아도 실천해야 할 곳을 적절하게 찾아내고 있었다. 그리고 5교시가 끝난 후 제일 먼저 눈에 띈 모습은 교실에서 실내화를 질질 끌고 다니던 아이들의 걸음이 달라진 것이다. 그리고 나도 내 옆에 와서 무언가를 물어보는 아이가 발을 계속 움직일 때는 ‘발’이라고 힘주어 이야기하거나 ‘발 가만히’라고 말했었는데 이제는 내 입에서 <죽용중>이라고 말하고 있었다. 아이들은 약속이나 한 듯이 <죽용중>이라는 말에 움직이는 다리를 딱 멈추는 것이었다. 놀랍게도 아이들과 나 사이에 약속이 생겼다. <죽용중>이라는 약속 말이다.

#1. 나는 알고 있지요.

오늘 학교에서 ‘죽용중’을 배웠다. …<중략>… 학교에서 공수법과 죽용중을 배웠는데 배우기 전의 내가 계속 생각나서 한없이 부끄러웠다. 그렇다고 계속 부끄러워하면서 주저앉아 있을 수는 없기 때문에 선생님, 웃어른, 부모님께 공수법과 죽용중을 많이 실천해서 머리부터 발끝까지 예의바름이 묻어나는 예의바른 어린이가 되고 싶다. 웃어른과 부모님께서 공수법과 죽용중에 신경을 쓰지 않으시고 그냥 인사하는 것이라고 생각하시더라도 나는 뿌듯하고 기쁠 것 같다. 왜냐하면 다른 분들이 모르시더라도 나는 알고 있기 때문에 나는 혼자서의 기쁜 뿌듯함을 느낄 것이다. 혼자서 몰래 맛있는 것을 먹는 것이 더 맛있는 것과 같이 혼자서 몰래 알고 있는 뿌듯함도 더 나의 마음 깊숙이 들어가지 않을까?

(2011. 3. 18. 김○○의 성찰일기 중에서 발췌함)

**#2\_ 꼭 실천해야 해?**

‘학교에서 배운 족용증을 꼭 실천해야 할까?’

<족용증> 수용공 다음으로 배운 구용법 중에 하나로 오늘 처음으로 실천해 보았다. 오늘 족용증을 배우고, 저번에는 수용공을 배웠다. 앞으로 7개가 남았다. **그런데 오늘 족용증을 실천해보니 불편하고 답답하고 자꾸만 삐뚤어졌다.** 그래도 실천할 만 했다. 오늘은 집에서 가족이 모두 파를 다듬었다. 그런데 아빠가 10분 정도 까다가 눈이 매워서 못하겠다고 했다. 그래서 나는 아빠에게 이렇게 말했다.

“시작을 했으면 끝을 봐야지!”

그러자 아빠가 알았다며 다시 파를 까기 시작했다. 그래서 우리는 20분 후 모두 끝냈다. 이 때 내가 아빠한테 말했던 **“시작을 했으면 끝을 봐야지”**는 지금 사용해도 맞는 말이겠지? 아무리 하기 싫고 귀찮아도 내가 시작한 일이니까 끝도 내가 봐야겠지? 앞으로 남은 7가지도 이런 마음이 짐으로 하나 하나 잘 실천해야겠다. 또 ‘앞으로 남은 7개는 과연 어떤 것일까?’ 이런 생각도 든다.

(2011. 3. 18. 최○○의 성찰일기 중에서 발췌함)

**#3\_ 구용법... 우리만 하기에는 아깝잖아!**

오늘 5교시 도덕시간에 수용공(손)에 이어 족용증(발)을 배웠다. 족용증의 뜻은 ‘발을 무겁게 하라’라는 뜻이다. ...<중략>... 이제 인사를 할 때는 족용증도 추가된다. **구용법은 생활에서 실천하기에 좋은 것 같다. 구용법으로 삐딱하게 선 것도 계속 움직였던 것도 모든 버릇이 사라진 것 같다. 그리고 중독된 것 같다.** ‘인사’라는 말만 나오면 수용공 자세와 족용증 자세가 딱 나온다. (커피에 중독된 사람처럼...) 실천하기 좋은 구용법이 우리 반만 쓰기 좀 아까우니까 우리 학교에 다 알려서 우리 학교 전교생들이 인사를 할 때 구용법을 쓰면 ‘예의 바른 학교’로 소문날 것 같다. 구용법을 하면 했을 때와 안 했을 때의 차이가 확 난다. **구용법을 할 땐 보람이 있는데 하지 않았을 때는 좀 초조하고 급한 마음이 들었다.**

(2011. 3. 18. 이○○의 성찰일기 중에서 발췌함)

\* 진한 글씨는 연구자가 강조한 것이다.

매주 월요일 아이들의 일기를 이렇게 설레는 마음으로 열어보는 것도 오랜만이다. 아이들은 단지 구용법을 배우고 머릿속 지식으로 남겨놓는 것이 아니라, 실천을 하고 있었다. 그리고 이것이 과연 좋은지 나쁜지도 경험을 통해 파악하는 중이었다. 그래서 실천하는 과정에서 갈등도 많고 아직 불평의 소리도 있다. 그러나 이 불평의 소리를 불평으로만 들을 것이 아니라, 아이들의 현재 모습을 바라볼 수 있는 좋은 계기로 삼아야 할 것이다. 실천일기를 통해 나타난 아이들의 이야기를 읽으면서 구용법을 가르치는 것에 대한 뿌듯함을 느

졌다. 그리고 아직 무언가를 느끼지 못하고 있을 아이들에게도 조금씩 구용법이 와 닿도록 교사의 가르치는 목소리만이 아니라, 주변 친구들의 경험과 변화된 태도로 자기 자신을 돌아볼 수 있게 해야겠다.

## 나. 2용: 수용공(手容恭)

우리는 손의 모양을 단정하게 함으로써 자신의 마음을 하나로 모을 수 있다. 무심코 흘러버릴 수 있는 마음을 바로잡는 방법으로 공수 자세를 가르쳤다. 남자 아이들에게는 왼손이 위로 하여 손을 포개어 잡고, 여자 아이들에게는 오른손이 위로 하여 손을 포개어 잡게 하였다. 아이들은 공수 자세를 행하면서 느낀 자신의 마음을 다음과 같이 표현하였다.

### ■ 공수법을 했을 때의 느낌

- 그 사람에게 내 마음을 전해서 기분이 좋다.
- 예의 있어 보인다.
- 좀 귀찮기는 하지만 무언가를 알게 되어서 좋다.
- 건방진 마음이 조금 사라진다.
- 내가 웬지 무슨 잘못을 한 것 같았다.

### ■ 공수법을 하지 않았을 때의 느낌

- 아무 느낌 없이 인사를 했다.
- 내가 매일 하던 행동이니까 편하다.
- 예의 없어 보인다.

### ■ 공수시의 마음 상태

- 편안해지고 선생님 말을 잘 듣는다.
- 제대로 하자고 생각한다.
- 침착해졌다.

### ■ 미공수시의 마음 상태

- 듣는 것 반 딴청 반
- 짹짹하다.
- 그냥 그렇다.

(2011. 3. 11. 도덕시간에 이루어진 몸공부법 <수용공> 학습 내용 모음)

아이들이 제출한 구용법 학습지를 보면 좋은 반응을 보이는 친구도 있지만, 자세가 불편하다는 친구, 내심 배우는 시간이 빨리 끝났으면 하는 친구들의 모습도 있었다. 이 상황을 보며 학습의 모든 아이들에게 긍정적인 반응을 요구해서는 안 된다고 생각을 했다. 왜냐하면 모든 변화는 한꺼번에 이루어지는 것이 아니기 때문이다. 그러나 아이들의 성찰일기를 살펴보면 아이들은 조금씩 공수의 태도를 직접 행하려고 노력하고 있었고, 그 태도를 함으로써 오는 기쁨을 느끼고 있었다.

#### #4\_ 예의 바르게 느껴지는 하루

오늘은 학교에서 ‘공수법’에 대하여 배웠다. 공수란 남자는 왼쪽 손을 오른손 위에 포개어 배에 갖다 대는 것이고, 여자는 오른손을 왼손 위에 포개어 배에 갖다 댄 후 웃어른께 공손하게 인사를 하는 법이다. 우리 반은 평소에도 ‘공수’를 많이 하고 있다. 웬지 공수를 하면 내가 공손해진 것 같고 기분이 좋아진다. 그리고 오늘은 학교에서 공수법에 대한 학습지를 하였다. 하나는 공수법을 하면 느낌이 어떤지 쓰는 내용이었고, 하나는 한자를 쓰는 학습지였다. **오늘은 웬지 공손해지고, 예의 바르게 느껴진 하루였다.**

(2011. 3. 11. 김○○의 성찰일기 중에서 발췌함)

#### #5\_ 부모님은 알고 계시니까? 나의 달라진 인사를…….

오늘 학교에서 공수법이라는 인사 예절을 배웠다. …<중략>… 어른께 공수법을 하니 공수법을 하지 않고 인사했을 때보다 침착하게 보이고 공손하게 보였다. 그리고 공수법을 하니깐 꼭 비행기 안에 있는 스튜어디스 같았다. 오늘 배운 공수법을 집에서 꼭 실천하기로 했다. 그래서 오늘 일을 끝내시고 오신 부모님께 공수법으로 인사를 했다. 그리고 부모님께서서는 나를 칭찬해 주셨다. 진짜 보람이 있었고 뿌듯했다. 그래서 이제부터 인사를 할 때 공수법으로 인사를 해야겠다는 생각이 들었다.

(2011. 3. 11. 정○○의 성찰일기 중에서 발췌함)

#### #6\_ 혼날 때가 먼저 생각나요.

금요일날 선생님께 공수를 배웠다. **조금 불편하였다.** 혼날 때도 공수, 인사할 때도 공수를 하라고 하였다. 남자 공수는 오른손이 밑에 왼손이 위로 해서 하는 것이다. 공수가 조금 불편하지만 계속하면 익숙해지니까 인사할 때도 혼날 때도 공수를 하며 다녀야겠다.

(2011. 3. 13. 석우의 성찰일기 중에서 발췌함)

주말이 지난 후, 아이들은 어떻게 구용법을 받아들였는지 아이들의 실천일기 내용이 궁금했다. 아이들은 직접 부모님이나 어른들에게 공수 자세로 인사를 해서 칭찬을 받았고, 마

음의 즐거움과 함께 스스로 예의 바른 사람으로 느끼고 있었다. 이것은 아주 큰 변화이고 효과라고 생각한다. 그리고 마지막 석우의 일기는 나에게 더욱 큰 의미가 있다. 나는 6학년이 되어서 열심히 하는 석우의 태도를 믿으면서도 항상 마음 한구석에 석우에 대한 염려를 묶어 놓고 있다. 그러나 오늘 석우의 구용법 성찰일기를 보면서 “그래! 한 번 믿어보고, 멋있게 시작해보자”라는 다짐을 하게 되었다. 마음 속으로 걱정을 했던 석우에게서 반응이 나타나니 너무나도 기뻐다. 그 후 석우는 내 옆에 와서 무언가를 물어볼 때, 공수 자세를 한다. 물론 아직은 혼날 때가 먼저 생각난다는 반응이지만 그래도 그 반응조차도 좋다. 그리고 우리 반 다른 아이들도 내 옆에 와서 무언가를 물어볼 때 공수 자세를 한다. 이 모습은 우리 아이들의 작은 변화이지만 큰 변화로 이어지는 커다란 움직임이었다.

### 다. 3용: 목용단(目容端)

금요일 5교시가 되면 아이들과 어떻게 구용법을 가르치고 배울까 고민하게 된다. 구용법 실천이 딱딱한 예절 교육을 하는 것이 아니라, 아이들이 직접 마음으로 느껴야 만이 실천으로 이어지고 지속적인 실천이 따라야만 체화된 모습으로 나타나기 때문에 나는 더욱 고민하게 된다. <목용단>은 몸가짐 중 눈에 관한 실천 태도이다. “사람은 눈을 통하여 말을 한다”라는 말이 있는 것처럼 사람과의 관계에서 눈은 마음을 나타내는 중요한 부분이다. 오늘은 아이들과 <동작 1>과 <동작 2>를 하면서 친구의 눈을 바라보는 연습을 하였다.

#### ■ <동작 1> 두 명의 친구가 마주 서고, 앞을 바르게 보며 친구의 얼굴을 바라본다.

- 왓지 믿음감이 생기는 것 같기도 하고 기분이 좋다.
- 눈이 초롱초롱하고, 행동이 바르다.
- 서로 눈을 계속 마주치니까 웃음이 난다.
- 바르게 볼 때는 시선이 따뜻해지는 느낌이다.

#### ■ <동작 2> 두 명의 친구가 마주 서고, 서로 친구를 결눈질하며 쳐다본다.

- 믿음감이 뚝 떨어지는 느낌이 든다.
- 기분이 나쁘고, 행동이 안 좋아진다.
- 짜증이 확 난다.

#### ■ <목용단>을 했을 때의 느낌

- 평소 친구를 기분 나쁘게 봤는데 왓지 익숙지 않다.

- 찌려보았을 때는 짝다리가 되는데 <동작 1>을 하면 족용중이 된다.
- 친구사이의 관계가 좋아진다.
- 다른 사람의 인상을 알 수 있었다.

■ <목용단>을 했을 때의 마음가짐

- 평소에 친구를 좀 기분 나쁘게 봤었는지 고치기 어렵겠지만 고치려고 노력하겠다.
- 앞으로도 계속해야 할 것 같은 느낌이 든다.
- 저번에 배웠던 1용과 2용도 해야된다는 마음가짐이 생긴다.

■ 오늘 배운 내용에 대한 나의 다짐

- 오늘 배운 목용단을 생활에서 친구들을 찌려보지 말고 목용단을 실천해야겠다.
- 함부로 남의 것을 훔쳐보지 말아야겠다.

(2011. 3. 25. 도덕시간에 이루어진 <목용단> 학습 내용 모음)

아이들은 오늘 해본 두 가지 동작으로도 많은 것을 느끼고 있었다. 지난 몇 년 동안 고학년 아이들을 가르치면서 생활지도에 어려운 부분이 많았다. 특히 ‘결눈질하면서 입을 가리고 속닥거리는 여자아이들’은 서로가 오해하고 그 오해의 씨앗이 더욱 큰 문제를 만들 때가 잦았다. 그래서 남자아이들에게는 ‘욕하지 않는 주먹’을 강조하고, 여자아이들에게는 ‘자기들끼리의 뒷담화(남의 이야기를 몰래 하는 것) 하지 않기’를 강조했었다. 이런 행동의 예방으로 <목용단> 체험은 효과가 있었다. 서로 찌려보는 1분 동안, 서로 단정하게 바라보는 1분 동안 아이들은 서로에게 눈빛이 얼마나 중요한지를 느끼고 있었다. 그리고 내가 직접 강조하지 않아도 친구를 바르게 바라보는 아이들의 입가에는 서로 미소를 띄고 있었다.

#7\_ 기다려지는 도덕시간

오늘 학교에서 1용: 족용중, 2용: 수용공을 배우고 오늘은 3용을 배우게 되었다. ...<중략>... 먼저 목용단을 하지 않고 결눈질(찌려보기)을 했다. 나는 ○○와 짝이 되어, 함께 together(?) 찌려보았다. 찌려보는 시선이 일단 눈동자가 깜빡깜빡 거리지도 않고, 크게 떠진 다음, 손도 자동대로 팔짱을 끼게 된다. 그리고 다리도 짝다리가 된다. 그리고 결정적으로 기분이 나쁘다. 그런데 시선을 한 가운데를 보면 왠지 따뜻한 기분이 든다.(근데 웃기는 건 어쩔 수 없나봐...ㅋㅋ~^^ 나만 웃긴가?) 이제부터 아침 인사에서 끝인사까지 목용단이 추가 + 될 것 같다. 마지막 9용까지 배우고, 인사할 때 1용~9용까지 하려면... 세월아~ 네월아~ 힘들다. 힘들어..-^-- 근데 요즘 구용법을 배우는 게 신나고 재미있어졌다. 그래서 날마다 금요일 5교시 도덕시간이 항상 기다려진다^^ 다음 4용은 3



용에서 눈이 나왔으니까 코?? 입??... 아무거나 나와라!!!

(2011. 3. 25. 박○○의 성찰일기 중에서 발췌함)

\* 학생이 쓴 일기내용을 그대로 옮긴 것이어서 요즘 아이들이 많이 사용하는 이모티콘이나 줄임말, 어법에 맞지 않는 표현 등이 나타난다.

내가 교사로 살아오면서 “도덕시간이 기다려진다”라는 말을 처음 들어본 것 같다. 나에게 도덕 시간은 아이들에게 꼭 필요한 생활 속 마음가짐과 태도를 전할 수 있는 중요한 시간이라고 생각하면서도 일주일에 한 시간 도덕책의 내용을 읽거나 훈계하는 시간, 가끔은 다른 교과를 가르치는 시간이 되기도 하였다. 나는 구용법을 통해 도덕 시간을 기다리는 아이들의 모습을 보며 나의 태도를 반성하고 다시금 더욱 노력해야겠다는 마음가짐을 다잡게 되었다.

#### 라. 4용: 구용지(口容止)

<구용지>는 입의 모양을 다물어야 한다는 의미로 말을 하거나 음식을 먹을 때가 아니면 입을 항상 움직이지 않는 것이다. <구용지>를 실천하기 위해 다른 때는 도덕시간을 5교시에 했는데, 4교시에 <구용지> 내용을 공부하고 점심시간에 실천을 하고 느낌을 적게 하였다.

##### ■ 오늘 급식시간에 <구용지>의 태도를 실천했을 때의 느낌

- 내가 음식을 먹을 때 말을 많이 하는 것을 느꼈다.
- 나는 입술을 뜯는 버릇이 있어서 입을 자주 움직이는데 그걸 고치려니 좀 힘들다.
- 밥 먹는데 집중하게 되어서 훨씬 덜 흘리고 먹은 것 같다.
- 평소에 말을 하면서 음식을 먹어서 그것이 습관이 되어서 조금 불편하였다.
- 어려웠다.
- 입을 안 여니까 입을 움직이고 싶다.

##### ■ 오늘 급식시간에 <구용지>의 태도를 실천했을 때의 마음가짐

- 수다 떨면서 먹지 않아서 차분한 마음으로 먹게 되었다.
- 답답하지만 차분해졌다.
- 구용지는 예의가 바르지만 하는 사람은 좀 불편하다.

(2011. 4. 8. 도덕시간에 이루어진 <구용지> 학습지 중에서 발췌함)

우리 반 아이들에게 점심시간은 정말 행복한 시간이다. 왜냐하면 친구들과 하고 싶은 말을 하면서 맛있는 것도 먹는 시간이기 때문이다. 오늘 <구용지>의 내용을 실천하다보니 아이들에게는 불편한 형식이 되어버린 것 같았다. 그래서 같은 날 6교시에 아이들과 <구용지>를 현재 우리 생활에서 실천할 수 있는 방법을 의논하였다. 먹을 때에는 서로 이야기를 나누는 것이 좋다는 아이들의 의견이 많아서 밥을 먹을 때는 주변의 사람들에게 피해를 주지 않을 정도로 목소리를 낮춰서 이야기하기, 입 속에 음식을 담고 말하지 않기 등의 제한 사항을 정했다. 그리고 <구용지>의 실천으로 입술 뜯지 않기, 자꾸 입을 움직이지 않기, 욕하지 않기 등이 나왔다. 나는 아이의 입에서 나온 말을 얼른 받아 아이들에게 <구용지>의 실천으로 욕하지 않기와 내가 직접 보고 직접 들은 이야기가 아니면 다른 사람에게 전하지 않기를 강조했다. 그래서 우리 반 아이들이 제일 좋아하는 축구를 하면서 못하는 친구에게, 실수한 친구에게 욕을 하는 것이 아니라 서로 격려하는 말을 하자고 남자아이들에게 강조하였다.

#### #8\_ 구용법 하나하나 다 뜻이 있나봐...

저번 금요일 도덕시간에 구용법 중 4용을 배웠다. 4용은 구용지를 배웠다. 구용지는 불필요한 말을 하지 말고 입을 다물고 있어라라는 뜻이다. ...<중략>... 불필요한 말을 하면 남들이 다 알아주지도 않는 말인데 말을 줄이니 더 나아진 것 같다. 구용법은 하나하나 다 뜻이 있는 행동인 것 같다. 나도 이제부터 불필요한 말을 줄이고 구용지를 배우기만 하지 말고, 실천에 옮겨야겠다. 근데 다음 주 금요일에 나올 구용법에 나머지 5용, 6용, 7용, 8용, 9용을 생각해 보니깐 더 이상 나올게 없는 것 같다. 발, 손, 눈, 입까지 나왔는데 더 이상 나올게 뭐가 있을지 모르겠다. 그래도 더 나올게 예상하려면 머리모양? 코? 그 다음은 나도 잘 모르겠다. 근데 이거(구용법) 쓰신 울곡 이이님 좀 짱이 신듯ㅋㅋ^^

(2011. 4. 10. 정○○의 성찰일기 중에서 발췌함)

위의 성찰일기에 나타나듯이 아이들은 구용법 하나하나를 몸으로 배우면서 다음을 궁금해 하고 있었다. 그리고 일주일에 하나씩 배우는 자세를 차곡차곡 쌓으면서 더욱 바른 자세를 행하려고 노력하고 있었다.

## 2. 아이들의 변화되는 모습

5월이 되면서 초록의 잎들이 더욱 풍성해지듯이 우리 반에서 이루어지는 구용법을 통해

아이들은 자기 자신의 변화를 깨닫고, 친구들의 변화와 우리 반의 변화를 바라보는 시선을 만들어가고 있었다.

### 가. 5용: 성용정(聲容靜)

<성용정>은 목에서 나오는 소리를 고요하게 하고, 구역질이나 가래침 등의 잡소리를 내지 않는 것이다. 목에서 나오는 소리는 어쩔 수 없이 나오는 경우도 있다. 그렇지만 요즘 아이들은 삼삼오오 모여서 안 좋은 버릇을 자랑삼아 계속해서 침을 뱉는 경우도 있다. 오늘은 이런 목에서 나오는 좋지 않는 버릇을 이야기하고 자신의 태도를 돌아보는 시간을 마련했다.

#### ■ 우리 주변에서 <성용정>을 지키지 않는 모습

- 우리 아빠는 차에서 내리면 꼭! ‘카악~ 튼’을 한다.
- 할 말 없음...(내가 반성중)
- 학원 갈 때 중학교 형들을 보면 그 형들이 이 사이로 침을 뱉을 때가 있다.
- 아저씨들이 담배를 피우고 나서 가래침을 뱉는다.

#### ■ 우리 주변에서 <성용정>을 지키지 않는 모습을 보거나 내가 했을 때의 마음

- 기분이 나쁘고 더럽다.
- 더럽고 무서워서 피하고 싶었다.
- 부끄럽고 창피하다.
- 예의가 없는 것 같다는 생각이 들었다.

#### ■ <성용정>을 배운 후 나의 다짐

- 목에서 나는 소리를 하지 말라는 것이 아니라 좀 입을 가린 다음에 하란 말이다.
- 남에게 피해가 가는 소리는 하지 말아야겠다는 생각이 들었다.
- 처음에는 아무렇지도 않게 침 뱉는 것을 받아들였는데 이제는 그렇게 하면 더러워 보이고 보기 안 좋다는 것을 알았다.

(2011. 5. 13. 몸공부법 <성용정> 학습 내용 모음)

<성용정> 공부를 마치고 아이들의 성찰일기 중 “<성용정>으로 목을 잘 관리하지 않으면 박명수처럼 악마의 목소리가 된다. 그래서 그렇게 되지 않으려면 미리 미리 가래 등 목 관

리를 잘 해야 한다”라는 내용 덕분에 우리 교실은 한바탕 웃음바다가 되었다. 오늘 공부를 하면서 습관처럼 나오는 자신의 잘못된 태도를 조심해야겠다며 아이들은 다짐을 하고 있었다.

### 나. 6용: 두용직(頭容直)

<두용직>은 머리를 기울이거나 한쪽으로 치우치게 하지 않고 바르게 하여 머리를 곧게 하는 것이다. 우리는 수업시간에 턱을 피어서 수업을 받는 아이들의 모습을 쉽게 볼 수 있고 자신도 모르게 머리가 기울어져 있는 아이들도 많다. 오늘은 <두용직>을 배우기 위해 아이들에게 머리가 기울어지도록 서게 하였다. 그랬더니 머리가 기울어지면서 몸이 비틀어지고 팔과 다리도 비틀어지는 것을 보았다. 이 활동을 하고 난 후 아이들의 다짐 내용들이다.

#### ■ <두용직>을 배운 후 나의 다짐

· 나는 평소 턱을 피는 습관이 있는데, 두용직을 배우고 나서 이제는 턱 피는 습관을 안 하겠다고 다짐했다.

· 두용직을 배우기 전 나는 항상 고개를 삐딱하게 하고, 턱을 피는 버릇이 있었는데 두용직을 통해서 머리를 바르게 해야겠다는 생각이 들었다.

(2011. 5. 20. 몸공부법 <두용직> 학습 내용 모음)

<두용직>의 실천은 생각보다 쉽지 않았다. 나만 하더라도 책상에 앉아 무언가를 하고 있을 때면 한 손으로 턱을 피고, 고개도 한 쪽으로 기울어져 있는 경우가 많다. 아이들의 실천일기 속에서도 <두용직>의 실천이 어렵다는 것을 표현하는 친구들이 있었다. 그러나 아이들은 친구들의 태도를 보며 자신의 태도를 고치려고 하였고 나의 눈에 그런 자신의 실천 의지를 다잡으며 노력하는 아이들의 변화 모습이 아름답게 보였다.

#### #1\_ 친구는 나의 거울

우리 반은 선생님의 가르침으로 알게 된 구용법으로 달라진 점이 많은 것 같다. …<중략>… 턱을 피는 버릇이 있었는데 강○○가 너무 바른 자세로 있어서인지 나도 모르게 자세가 조금만 안 좋아질 때면 전에 짝꿍이었던 강○○의 바른 자세가 생각나서 자세를 올바르게 고치며 머리도 턱도 피지 않고 올바르게 있을 수 있었던 것 같다. …<중략>… 구용법으로 인해 우리 반의 달라진 모습이

옛보인다.

(2011. 5. 22. 이○○의 성찰일기 중에서)

## #2\_ 어려워도 노력하고 있어요.

난 오늘 학교에서 이제까지 배웠던 구용법을 되돌아보았다. 우리 반은 처음 도덕시간부터 구용법을 차례대로 배워왔다. 처음엔 수용공을 시작으로 우리 반은 구용법에 대해 배우고 있다. 나는 구용법을 배우고 나서 처음에는 그 행동을 실천하기가 어려웠는데, 몇 개월이 지나고 나니 즉용중과 수용공은 아주 자연스러운 행동이 되었다. 그런데 아직 잘 실천하지 못하고 있는 구용법 중 하나는 두용적이다. 두용적은 머리의 모양을 곧게 하라라는 뜻인데, 난 TV를 볼 때나 책상에 앉아서 수업을 들을 때 자꾸만 턱을 꺾게 된다. 요즘엔 그 버릇을 고치려고 노력을 하고 있다. 그래서 조금 나아진 모습이 보이기도 한다. 난 이제부터 이 구용법을 꼭 잊지 말고 실천할 것이다.

(2011. 5. 29. 강○○의 성찰일기 중에서)

아이들은 스스로 변하려고 노력하고 있었다. 자기 자신을 돌아보며 잘 되고 있는 자세와 아직 어려운 자세를 구분하고 있었고, 자신이 잘 안 되는 자세는 바르게 하려고 노력하고 있었다. 이것은 구용법을 통하여 개인의 변화가 조금씩 나타나고 있음을 알려 주었다.

## 다. 7용: 기용숙(氣容肅)

앞에 언급한 <성용정>은 목에서 나오는 소리를 조심하는 것이고, <기용숙>은 숨의 모양을 엄숙하게 하는 것으로 호흡을 고르게 하는 것을 말한다. 안정된 호흡으로 항상 마음을 편안하게 가다듬을 수 있는 이 태도는 스스로 호흡을 고르게 할 수 있도록 깊은 숨을 쉬는 활동이 필요했다. 숨소리에 관한 7용은 다른 1용~6용의 여섯 가지의 태도와 다르게 눈으로 직접 변화를 관찰하기 어려웠지만 숨소리를 가다듬었을 때 교실분위기가 차분하게 만들어지는 것을 느낄 수 있었다.

### ■ <기용숙>을 실천하고 나서의 나의 느낌

- 내 거친 숨소리가 서서히 조용해지는 것 같다.
- 나는 비염이 있어서 숨을 고르게 쉬기가 정말 어렵다. 하지만, 조용히 숨을 고르게 쉬다보면 기용숙을 조금이라도 할 수 있을 것 같다.
- 마음이 차분해진다.

(2011. 5. 27. 몸공부법 <기용숙> 학습 내용 모음)

## 라. 8용: 입용덕(立容德), 9용: 색용장(色容莊)

<입용덕>은 바르게 서있는 자세를 말한다. 그러나 한자의 뜻과 같이 단지 바르게 서 있다고 덕스러운 향기를 풍기는 것은 어려운 일이라고 생각했다. 그것은 단지 글자 속 구용법의 뜻만을 생각했기 때문이다. 8용의 <입용덕>의 자세는 앞에서 배운 1~7용을 실천하였을 때, 자연스럽게 바르게 서있는 자세가 풍겨 나온다는 사실을 아이들의 모습 속에서 발견하였다. 그리고 바르게 서 있는 자세에 미소까지 함께 지었을 때, 아이들의 얼굴에서는 <색용장>에서 말하는 장엄하고 밝은 기운을 내뿜고 있었다.

### ■ 내가 생각하는 <입용덕>의 구체적인 자세

- 모든 걸 삐뚤어지게 하지 말고, 올바른 자세로 하자.
- 표정은 밝게, 서 있는 자세는 바르게 하는 것
- 다리를 벽에 기대지 않고, 바르고 곧게 서 있는 것
- 이제까지 배운 것을 통틀어 말하는 것 같다.

### ■ <입용덕>과 <색용장>을 실천하고 거울로 나의 자세를 바라보았을 때

- 나는 다리가 잘 안 된다. 다리를 잘 해야겠다.(죽용중)
- 지금까지의 일곱 가지를 지켜야겠다.
- 나는 이제까지 한 쪽 다리로 기대어 서서 그게 습관이 되었다. 그건 좀 나쁘다고 생각한다.
- 거울 속에 비친 나의 웃는 얼굴은 정말 예뻐다. 항상 미소 지으며 지내야겠다.
- 이제는 친구의 얼굴만 봐도 웃음이 난다. 그래서 기분이 더 좋다.

(2011. 6. 3. 몸공부법 <입용덕>, <색용장> 학습 내용 모음)

### #3\_ 입용덕을 배우고 나서...

서다입(立)을 배우고 나서 나의 태도가 바르게 되었다고 친구들이 말해줬다. 구용법은 나에게 바른 자세로 이끄는 것 같다. 점점 나쁜 길로 가는 것을 (바른) 좋은 길로 인도해주는 나의 희망이다. 구용법은 끝났지만 나의 구용법은 아직도 끝나지 않았다. 학교에서 배운 구용법으로 나의 구용법을 만들어서 나쁜 자세가 아니고 좋은 자세(바른 자세)로 만들어야겠다. 나의 구용법은 아직 끝나지 않았다.

(2011. 6. 29. 손○○의 일기 중에서 발췌함)

### #4\_ 이 모습이 색용장이 아닐까?

제가 구용법을 배우며 달라진 모습을 적고 싶습니다. 저는 수용공을 배운 후 선생님을 보면 인사

를 할 때 잊지 않고 수용공을 한 후 밝은 목소리로 인사를 합니다. 발이 움직이려고 하면 즉흥중을 생각하며 발을 멈출 때도 있습니다. 그리고 **제 친구가 색용장을 배우기 전이었지만 조금 어두운 표정이었는데 요즘은 웃는 모습을 보니 보기 좋습니다. 이 것이 바로 색용장이 아닌가 싶습니다.** 급식실에서 식사할 때에는 구용지를 생각하며 말을 줄이는 게 좋을 것이라고 생각합니다. 실천을 많이 하지는 못했지만 구용법을 배우며 달라진 내 모습을 보고는 기분이 좋습니다.

(2011. 6. 3. 양○○의 일기 중에서 발췌함)

## 마. 구용법을 통하여 변화된 아이들의 태도

가르치는 내가 느끼는 만큼 아이들도 변화를 느끼고 있었다. 다음 내용은 아이들의 눈으로 바라본 자신의 변화를 기록한 것이다. 아이들의 글 속에서 대장정의 구용법은 끝났지만, 아이들의 구용법 실천은 진행형이라는 것을 느낄 수 있었다.

### #5\_ 나의 변화 1

내가 구용법을 배우고 나서 달라진 점은 어디에 서 있을 때 수용공을 꼭 한다는 것이다. **웬지 모르겠지만 수용공 자세가 편하다.** 그리고 구용지가 제일 어렵다. 말하는 게 너무 좋고 재미있어서 자꾸 수다를 떨게 된다. 구용지는 평생 실천하지 못할 것 같다....ㅋ

(2011. 6. 3. 양○○의 성찰일지 중에서 발췌함)

### #6\_ 나의 변화 2

5학년 때 같은 반이었던 ○○와 ○○, ○○는 선생님의 말씀을 들을 때나 발표를 할 때 짹다리를 하었는데... 6학년이 되고 나서 구용법을 배우니까 공수를 하고 짹다리도 많이 고쳐진 것 같다. 그리고 나는 **부모님의 말씀을 들을 때 건방지게 짹다리를 하고 들어서 부모님께 예의 없다는 말을 많이 들었습니다.** 그러나 구용법을 배우고 공수를 실천했는데 **부모님께서 예의바르다, 착하다, 단정하다는 말을 해 주셨다.** 다음부터도 구용법을 실천하겠습니다.

(2011. 6. 3. 안○○의 성찰일지 중에서 발췌함)

우리 반에서 변화된 친구의 모습 중 석우의 변화를 빼놓을 수는 없다. 아래의 글을 보면 석우 스스로도 변화를 느끼고 있었고, 주변 친구들은 매우 놀라울 정도로 석우의 변화를 느끼고 있었다. 친한 친구이지만 석우의 안 좋은 태도를 싫어했었는데, 변화되는 석우의 태도에 '멋있다'라는 칭찬을 아낌없이 하는 모습을 보며 행동의 절제가 마음을 다스리고 친구들과의 관계를 더욱 좋게 만든다는 것을 아이들을 통해 다시 배우게 되었다.

**#7\_ 석우 자신이 느끼는 석우**

구용법을 해서 내가 달라진 점은 혼날 때나 어른들이 말할 때 나도 모르게 공수를 하게 되고 친구들에게 잘 성질을 안 낸다. 그리고 내가 봐도 입용덕을 잘하는 것 같다. **6학년이 되서 3~4월 때까지는 옛날처럼 했는데 5월 달부터 내가 봐도 성격과 태도가 많이 바뀐 것 같다. 그래도 성격은 다 고쳐진 것은 아닌 것 같다.** 어쩔 때는 성질을 잘 낼 때도 있다. 앞으로 성격을 고치려고 열심히 노력하겠습니다.

(2011. 6. 3. 석우의 성찰일지 중에서 발췌함)

**#8\_ 석우를 바라보는 눈**

4, 5학년 때 석우가 화도 잘 내고, 많이 화나면 욱도 썼다. 예상대로 6학년이 된 후에도 변한 것은 없었다. 6학년이 되고 며칠 뒤 구용법을 배웠다. **구용지 정도 배웠을 때 석우는 싸움을 했다. 그 후엔 변한 게 참 많다. 미안하다는 말도 잘하고 화도 잘 참게 되었다. 난 이런 석우가 정말 멋지다.**

(2011. 6. 3. 김○○의 성찰일지 중에서 발췌함)

**#9\_ 석우를 바라보는 또 하나의 눈**

4, 5학년 때 잘 알던 석우가 좀... 4, 5학년 때도 그렇고, 2학년 때에도 약간 어른 앞, 선생님 앞에 설 때, 그럴 때를 보았었다. **하지만 6학년 4반에 들어와서 구용법을 배우니까 너무나 바뀐 것 같다.** 딱~ 보면 딱 다리도 짝다리에다가 좀 불량(?)한 태도를 보였었는데 이제는 양보도 잘 해주고 모든 친구들에게 잘 해준다. 석우를 지금 보니까 좀 위엄이 있다.(?) 바뀐 석우의 모습이나 태도를 보면서 나의 태도를 반성하면서 고치려고 노력해 보아야겠다.

(2011. 6. 3. 신○○의 성찰일지 중에서 발췌함)

다음은 아이들의 눈에 비친 다른 친구들과 우리 반의 변화 모습을 기록한 것이다. 학급이라는 곳은 아이들 한 명 한 명이 모여 만들어진 집단이다. 아이들의 모습을 통해 학급마다 분위기가 달라지고, 그렇게 형성된 학급 분위기는 다시 아이들의 모습에 영향을 준다. 우리 반을 가르치는 전담 선생님은 “4반 아이들은 개성이 정말 강하고 긍정적인 에너지가 많아서 너무 재미있어요. 그리고 학급 안에서 스스로 협동하면서 움직이는 모습이 제일 멋있어요.”라고 표현한다. 이처럼 스스로 노력하는 아이들의 모습이 긍정적인 학급분위기를 형성하고 있었다. 아래의 성찰일지를 읽다보면 친구의 변화를 ‘성장’이라는 단어를 사용하면서 표현하고 있다. 이처럼 구용법은 매일매일 변하는 아이들에게 긍정적인 힘으로 작용하고 있었다.



### #10\_ 친구와 나의 변화

저는 5학년 때 같은 반인 강○○ 친구의 변화를 지켜보았습니다. 5학년 때는 강○○ 친구가 인사 때도 친구들이랑 놀 때도 별로 웃음이 없던 친구입니다. 그러나 **6학년이 된 강○○은 울퉁 이이님의 격몽요결을 선생님이 몸소 가르쳐 주어 웃는 모습과 밝은 표정을 가진 친구로 몇 단계나 성장되었습니다. 그리고 이 친구는 이제 다른 사람과 잘 어울리며 놀입니다. 이제 구용법을 마스터 했다. 드디어 예의 바른 어린이로 탄생할 것 같다. 그러나 아직 수련을 해야 한다. 이렇게 대장정의 구용법을 마치고 구용법을 배우면서 많은 것을 배웠다. 사람이 예의를 지켜야하는 이유와 그것을 어떻게 해야 하는지의 행동을 배웠다.**

(2011. 6. 3. 신○○의 성찰일지 중에서 발췌함)

### #11\_ 우리 반의 변화

학기 초에는 우리 반 친구들이 조금 산만하고 지나치게 활발하다고 생각했는데 점점 얍전해지는 것 같다. 특히 석우와 우리 반 남자애들! **축구할 때 싸움도 완전 짝 줄어들고 더 온화(?)해진 것 같다. 주먹 안 쓰고 그냥 웃어 넘기는 일도 많아진 것 같다. 우리 반 여자애들은 서로 이해하는 마음이 더 많아진 것 같다. 싸워도 그 다음 날 바로 까먹고 친해진 적도 있다. 그러니까 우리 반은 구용법의 도움을 확실히 받았다고 생각한다. 울퉁 이이 선생님 감사해요.+ + ♡**

(2011. 6. 3. 나○○의 성찰일지 중에서 발췌함)

어느 덧 구용법의 아홉 가지 자세를 다 배웠다. 자세를 배우는 동안, 아이들은 자신의 변화된 태도를 느끼고, 친구의 변화된 태도에서 감동을 받고 있었다. 그리고 그런 우리 반 한 명 한 명 아이들이 모여서 긍정적인 학습 변화를 보여주고 있었다. 이것은 억지로 보여주는 것이 아니라, 푸른 바닷가에 가면 바다 향기가 풍기듯이 구용법을 통한 아이들의 바른 태도의 향기가 물씬 풍기고 있다.

퇴계는 진정한 군자와 올바른 학문의 길에 대한 비유를 다음과 같이 하였다.

“군자란 깊은 산 속의 야생난초와 같은 것입니다. 하루 종일 은은한 향기를 뿜어내면서도 난초 자신은 그것이 자신의 향기인지조차 알지 못합니다.”

\* 출처: 퇴계탄신 500주년 특별기획 퇴계: 제1편 세계, 퇴계를 주목하다(2001. 10. 10. KBS방송)

## IV. 마무리

우리들은 일상생활에서 사람과의 관계를 맺으면서 살아간다. 이때 우리의 몸은 자신의 마음을 표현하는 장치이고, 다른 사람과의 관계를 유지하는 하나의 통로이다. 성리학에서는 몸으로 실천하면서 얻는 마음을 중요하게 생각한다. 이처럼 몸과 마음은 다른 형태를 하고 있지만 따로 떼어서 설명하기는 어렵다. 이는 몸을 좀 더 바르게 갖추으로써 마음의 상태를 바르게 유지할 수 있고, 그렇게 갖추어진 바른 마음가짐이 몸을 통하여 밖으로 나타나기 때문이다. 그래서 <대학>의 마음공부가 원활히 이루어지기 위해서는 <소학>의 몸공부가 먼저 이루어져야 한다.

초등학생의 나이에서는 마음을 다질 수 있는 바른 몸가짐을 배워야 할 때이다. 지금 우리 교육현장에는 자신만을 생각하는 아이, 분노를 조절하기 어려운 아이, 충동적인 아이의 모습이 많이 나타나고 있다. 이러한 아이들이 '사람다움'을 갖추기 위해 몸공부가 이루어져야 한다. 이 연구는 몸공부 방법 중 하나인 구용법(九容法)에 대한 것이다. 그리고 이 연구의 목적은 구용법을 교실 현장에 적용하였을 때 나타나는 교육적 효과를 알아보는 것이다.

연구결과 아동들은 다음과 같은 변화의 모습을 보여주었다. 구체적으로 말해서, 아이들은 구용법 자세를 배우면서 자신의 평소 생활태도를 반성하고 바른 태도를 실천하려고 노력하였다. 각각의 발, 손, 눈, 입, 머리의 자세와 목과 코에서 나오는 소리의 일곱 가지의 자세를 배우면서 아이들은 태도를 바르게 하려고 노력하였고, 그 실천을 하는 동안 마음으로 오는 뿌듯함을 느끼고, 진정 지켜야 하는 바른 태도임을 스스로 느끼고 있었다. 그리고 이 일곱 가지의 세부적인 태도를 모두 실천하면 <입용덕>의 바르게 서있는 자세가 되며, 그 위에 밝은 표정과 맑은 미소가 함께 하면 마지막 구용법 자세를 완성하게 된다.

아이들은 예의 바른 인사와 바르게 서 있는 태도 등 자신 스스로 바른 행동을 습관화하는 과정에서 변화하는 자신의 모습을 발견하였다. 그리고 구용법을 통하여 변화하는 친구들의 모습을 깨달았다. 이때 변화된 친구의 모습에는 표정이 어두웠던 친구가 바르게 바라보는 눈과 밝은 표정을 계속 연습하여 생활태도가 긍정적으로 변화하는 모습을 보였다. 또, '욱'하는 마음과 함께 싸움을 많이 하는 친구가 구용법의 자세로 자신의 마음과 행동을 통제하고 상대방에게 귀를 기울이는 자세를 보였다. 이는 다른 친구들이 그 아이에 대한 긍정적인 인식을 형성하고 서로의 관계를 개선할 수 있는 좋은 계기가 되었다.

구용법의 실천으로 만들어진 습관은 아이들이 타인에 대한 긍정적인 마음을 형성하여 타인의 장점을 바라보는 눈과 그것을 배우려는 마음을 지니게 하였다. 1년을 돌아보면서

우리 반에서 배운 것들을 적어보려고 할 때, 아이들은 교사에게서 배운 교과지식을 적기 보다는 자신의 태도 변화를 이끌어 준 구용법과 친구들을 보면서 배운 것들을 더 기억하고 있었다. 이것은 바른 태도로 상대를 바라봄으로써 친구의 배려, 친구의 밝은 웃음, 친구들의 도움의 손길을 바르게 느끼고 있다는 것이다. 그릇의 모양과 크기에 따라 물의 모양과 크기가 달라지듯이 상대의 좋은 것을 느끼기 위해서는 우리의 몸그릇을 더욱 크고 단단하게 그리고 바르게 만들어야함을 다시금 일깨워주고 있다. 그리고 이러한 타인에 대한 긍정적인 마음과 태도는 좋은 학급분위기를 형성하는데 도움을 주었다. 그리고 구용법은 긍정적인 학급분위기를 유지할 수 있도록 도와주는 학급 규칙의 역할을 하였다. 이는 아이들의 마음을 조절할 수 있는 하나의 몸공부의 장치로 구용법이 적용되고 있음을 보여주고 있다.

오늘날 아동들은 도덕적인 지식은 많으나 도덕적인 행동으로의 연결은 잘 되지 않는다. 도덕교과 교육에서는 덕목을 가르치면 마음의 내면화가 이루어지고 그 내면화가 실천으로 이어진다고 제시하고 있다. 그러나 도덕적 지식들이 내면화하기 위해서는 그 마음을 바르게 받아들일 수 있는 바른 몸가짐이 선행되어야 한다. 바른 자세를 갖추어야 만이 상대방의 말에 귀를 기울일 수 있고, 상대방의 행동을 바르게 바라볼 수 있는 것이다. 그래서 나는 학교에서 이루어지고 있는 도덕교육과 인성교육의 한계성을 보완할 수 있는 해결책의 하나로 구용법을 제시하고 있다. 구용법은 자신의 태도를 절제하고 통제함으로써 바른 마음을 담을 수 있는 그릇을 만든다는 점에서 하나의 수기(修己)의 의미를 갖는다. 사람답게 삶을 살기 위해서는 우리는 평생 자신의 몸과 마음을 닦아야 한다. 자신의 태도를 돌아보고 바르게 행함으로써 평생 이루어져야하는 하나의 몸공부 방법으로 이 구용법은 크게 활용될 것이다. 그러나 이 연구에서도 나타나듯이 몸공부가 꾸준히 이루어지지 않을 경우에는 아이들에게 꾸준한 효과성을 기대하기는 어렵다. 그러므로 구용법을 효과적으로 활용하기 위해서는 교사가 스스로 끊임없는 성찰을 하여야 하며, 학생의 발달 수준과 행동 변화에 맞는 학생과의 끊임없는 상호작용이 이루어져야 한다.

마지막으로 이 연구의 가장 큰 핵심 중에 하나는 가르치는 자 즉, 나의 변화를 이끌어낸 것이다. 나는 구용법 실천 연구를 통하여 아이들과 함께 하는 관심 분야를 만들 수 있었고, 단지 책 속에 지식으로 그치는 연구가 아니라, 아이들과 교실 현장 속에서 살아 숨 쉬는 실제적인 연구를 할 수 있었다. 이 연구를 통하여 나는 우리 아이들에게 바른 몸가짐을 체화할 수 있는 몸공부의 하나로 구용법을 배웠다. 그리고 아이들의 변화를 통하여 교사로서의 나 자신의 삶을 긍정적으로 바라볼 수 있게 되었고, 앞으로 만날 아이들을 위한 구용법 적용에 대한 고민을 또 다시 시작하게 된다.

## 참 고 문 헌

- 교육과학기술부(2011). 초등학교 도덕 6 교사용 지도서. 서울: 지학사.
- 김병희(2010). 율곡의 아동교육론: 『격몽요결』을 중심으로. **교육철학**, 40. 39-55.
- 김영천(2006b). **질적연구방법론 I**. 서울: 문음사.
- 김영천(2008). 질적 연구: **우리나라의 질적연구(Qualitative research exemplars in Korea)**. 서울: 문음사.
- 김영천(2010). **질적연구방법론 III: 글쓰기의 모든 것**. 서울: 아카데미프레스.
- 김혜경(2004). 율곡의 아동교육관에 관한 연구. 부산교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 문제술(2001). 栗谷의 『擊蒙要訣』에 나타난 道德 教育 方法 研究. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 문태순(2004). 격몽요결의 학문론 연구. **한국교육학연구**, 10(2). 85-107.
- 박만희(2004). 인성교육교재로서 “격몽요결” 연구. 경인교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 성백효 역주(1992). **童蒙先習·擊蒙要訣**. 서울: 전통문화연구회.
- 서명석(2000). 전통 心學으로 바라본 근대적 교수-학습의 한계: 서양 교수-학습과 동양 心學의 비교. **비교교육연구**, 10(2). 61-83.
- 서명석(2004a). 공부의 알맹이(實)와 껍데기(殼): 그것의 왜곡과 굴절을 바라보기. **초등교육연구**, 17(2). 127-144.
- 서명석 외(2004b). **근대와 교육 사이의 파열음**. 경기: 아이필드.
- 서명석(2008). 도덕, 윤리, 인성, 그리고 인격: 개념들 간의 가로지르기와 인격교육의 개념틀. **인격교육**, 2(1). 81-105.
- 서명석(2010a). 유가 몸공부법의 존재위상: 『격몽요결』의 구용법을 중심으로. **교육사상연구**, 24(3). 139-153.
- 서명석(2010b). 인격교육담론의 재-평가. **인격교육**, 4(1). 23-45.
- 서명석(2010c). 다산의 재구성: 다산의 교육구상과 그것의 현재적 메시지. **다산학술회의**, 7. 95-134.
- 신동은(2004a). 성리학의 몸공부 이해. **교육철학**, 32. 123-144.
- 신동은(2004b). 『小學』의 교육적 원리 연구. **교육철학**, 31. 45-70.
- 이기동(2004). **꿈이 성공하는 나라: 한국인의 정체성을 찾아서**. 서울: 동인서원.

- 이 이(1577). 擊蒙要訣. / 이민수 역(2003). **격몽요결**. 서울: 을유문화사.
- 정사념(2009). 『擊蒙要訣』에 나타난 교육방법의 현대적 적용. 한국교원대학교 교육대학원 석사학위논문.
- 채경숙(2009). 『격몽요결(擊蒙要訣)』에 나타난 가치 및 덕목에 관한 연구. 경인교육대학교 교육대학원 석사학위논문.
- Clandinin, D. J., & Connelly, F. M.(2000). *Narrative inquiry: Experience and story in qualitative research*. San Francisco: Jossey-Bass.
- Creswell, J. W.(2007). *Qualitative Inquiry & Research Design(2nd ed.)*. / 조홍식 외 공역(2010). *질적 연구방법론(2판): 다섯 가지 접근*. 서울: 학지사.
- Given, L. M.(2008). *The Sage Encyclopedia of qualitative research methods*. CA: Sage publications.
- Glesne, C.(2011). *Becoming qualitative researchers: An introduction(4th ed.)*. NJ: Pearson.
- Hatch, J. A.(2002). *Doing qualitative research in education setting*. Albany: State University of New York Press. / 진영은 역(2008). *교육상황에서 질적 연구 수행하기*. 서울: 학지사.

## ABSTRACT

### Practice of Guyongbeop in elementary school

Yang, Jeong-Eun(Jeju Seo Elementary School)

Mom Gongbu is to grow precepts of self-discipline. Thus, self-discipline helps form propriety and is used as a device to maintain propriety. This paper is about Guyongbeop which is one of the methods from Mom Gongbu. The aim of this study is to figure out the educational effects when it is applied in classroom.

1. Through Guyongbeop, can children behave themselves?
2. Through Guyongbeop, what is their improved behavior?
3. What positive effects are resulted in when it is applied in classroom?

The analysis results are as follows:

Children try to reflect on themselves and behave themselves learning Guyongbeop. That is, through the nine movements, which include movements of one's feet, hands, eyes, mouth, head, and standing, sounds from their throat, and nose and the facial expression, children have learned self-discipline. Children realize their improved behavior. Their improved behavior such as proper bowing and standing, would make their behavior a habit. Observing friends who control their impulsive acts and wear brighter facial expression, children would upgrade their relationship. The habit which is derived from Guyongbeop makes it possible for children to have positive thinking toward other people and it eventually leads to positive atmosphere in classroom. Guyongbeop plays a role as a classroom rule which helps keep the positive atmosphere in classroom.

Guyongbeop helps children form self-discipline. However, children have not fully acquired the habit yet. Thus, to make Guyongbeop effective, teachers need to interact with the students constantly.

**Key words : Guyongbeop, Mom Gongbu**