



한식(韓食)의 미학과 식문화적 해석

정혜경 교수

호서대

한식(韓食)의 문화적 이해와 미학

정예경 (호서대학교 식품영양학과 교수)

I. 한국문화의 상징, 한식(韓食)

1. 문화코드로 읽히는 음식, 컨템퍼러리 퀴진
2. 문화자원으로서의 한국 음식

II. 한식의 역사, 고문헌과 회화

1. 조선시대의 고 조리서
2. 조선시대 판소리 소설과 기속시
3. 조선시대 풍속화

III. 한국음식의 문화적 이해

1. 힘의 상징으로서의 음식문화
2. 병의 예방과 치료제로서의 음식문화
3. 정(情)을 나누는 음식문화
4. 기원을 담은 음식문화

IV. 한식의 미학

1. 섞임의 미학을 보여주는 음식
2. 느낌의 미학을 보여주는 음식
3. 배려의 미학을 보여주는 음식
4. 아름다움의 미학을 보여주는 음식
5. 풍류의 미학을 보여주는 음식

맺음 말

I. 한국 문화의 상징, 한식(韓食)

1. 문화 코드로 읽히는 음식, 컨템퍼러리 퀴진

현대는 새로운 미각의 시대이다. 당백하고 세련된 식문화는 엘리트의 상징이다. 고급한 음식문화를 찾는 현상은 대개 명품열풍 다음에 온다고 한다. 비싼 옷과 고급 가방은 과시적이며 돈만 있으면 살 수 있다. 하지만 먹는 것은 문화경험이다. 함께 식사하는 사람들과 공유하는 일회성 경험이다. 거기에는 미식 감각, 대화거리, 문화적 취향이 뒷받침되어야 한다. 음식에 돈을 쓴다는 것은 경제적인 여유와 문화적 취향이 있어야만 가능한 일이다. 그런데 돈은 빠듯하지만 취향은 세련된 경우는 어떠한가? 과거 프랑스 요리가 비쌀 때 당시의 돈이 부족한 지식인들은 프랑스 요리보다 값이 싸지만 문화적 경험을 필요로 하는 이탈리아나 중국 요리를 선호하였다. 요리법은 농민요리를 독창적으로 결합한 형태를 선호하였다. 지금으로 치면 컨템퍼러리 퀴진의 셈이다. 지금 전 세계 미술시장의 중요한 경향인 컨템퍼러리 아트의 탄생과 비슷한 셈이다.

20세기 후반은 경제와 정치면에서 초강대국 미국의 독주 시대였다. 세계의 음식문화 역시 미국이 이끌었다.

바로 미국식 패스트푸드, 패밀리 레스토랑이 그것이다. 하지만 21세기 들어 뚜렷하게 나타나는 움직임은 미국식 패스트푸드의 쇠락과 아시아식 슬로푸드의 부상이다.

21세기는 이미 정보화 사회에 들어섰다. 포스트모던 시대에는 음식문화도 바뀐다. ‘빠르게 많이’에서 벗어나 ‘천천히 건강하게’로 초점이 맞춰지고 있다. 건강과 환경중심의 ‘자연 회귀’가 앞으로의 음식문화의 커다란 흐름이다. 여기에 세계화로 탄생한 새로운 엘리트층은 외국의 다양한 음식을 쉽게 받아들인다. 유기농 아시안 푸드가 전 세계 엘리트들 사이에서 각광받으면서 ‘오리엔탈 시대’가 열린다는 것이다. 글로벌화가 낳은 컨템퍼러리 퀴진인 셈이다. 실제로 동물성 육수와 지방을 많이 쓰는 전통적인 프랑스 요리조차 자존심을 버리고 변하고 있다. 요즘 세계에서 잘 나가는 프렌치 셰프들이 선보이는 프랑스 요리는 기쁨이 없이 담백하다.

다양한 경제와 문화의 요인이 버무려진 요즘, 전 세계 식문화의 트렌드는 서양에서 벗어난 동양으로 향하는 중이다. 한국형 아시안 컨템퍼러리 퀴진이 세계인들의 입맛을 사로잡을 수도 있다는 것은 착각일까? 아니다. 한국 음식의 영양학적, 조리과학적인 측면에서 그리고 문화적인 측면에서 볼 때 우리 음식이 이제는 세계적으로 뜰 때가 되었다. 그런데 최근에 나타나는 심각한 현상은 오히려 우리는 우리음식을 스스로 버려가고 있다는 것이다.

그렇다면 복잡한 현대사회를 살아가는 한국인들의 문화적 정체성은 과연 무엇일까? 문화라는 말처럼 최근 들어 많이 쓰이는 단어가 있을까? 문화라는 틀 속에는 다양한 삶의 양식이 공존한다. 현대 사회의 특징은 생활의 모든 영역이 복잡하고 다양해지는 것이라지만 과거와의 전적인 단절위에서 전혀 새로운 사회가 창조되는 것은 아니다. 그래서 현대의 복잡한 사회 속에 살아 숨 쉬는 ‘문화적 전통’이 있다. 우리 삶의 기본이라는 의식주생활에서 우리 민족 고유의 전통이 남아 있고, 특히 서구 사회와 다른 특징을 보이는 것이 식생활이다. 아파트와 양옥 같은 서구식 주택에 살고 서양 옷인 양복을 입으면서도 빵과 고기보다는 밥과 김치를 주로 먹는 고유한 음식 문화의 전통이 유지되고 있다.

물론 우리의 식생활도 과거와 비교하면 많이 변형되고 서구화되었다. 앞으로 이런 현상은 더욱 심해질 것이다. 고유한 한국음식들이 사라지고 어린 세대에서는 김치와 같은 ‘한국’ 음식이 거부되어 문제가 되기도 한다. 그러나 ‘음식’에 관하여만큼은 ‘신토불이(身土不二)’라는 구호가 아직도 대중들에게 호소력을 가지고 있다. 즉 식생활 영역에서 ‘전통’의 흔적을 가장 잘 찾아 볼 수 있으며, 빠르게 변하는 현대사회에 창조적으로 적응해 감을 볼 때 우리 전통 음식에 박수를 보내고 싶다. 한국 문화의 진수가 살아있음을 나는 항상 이 한국음식의 끈질긴 생명력에서 본다.

세계가 한 마당이 되어간다는 ‘세계화’의 논리 속에서도 자신의 땅을 호흡하고 숨 쉬어야 한다는 지역적 생태주의의 중요성에 모두가 동감한다. 자신의 문화적 정체성을 오래된 과거의 어디에서 찾아 우리의 아름다운 미래를 꿈꾸어야 하는가 하는 고민들도 많다. ‘오래된 미래’라는 말이 있다. 우리의 행복한 식생활의 미래를 위해 무엇을 해야 할까? 그러나 현대 한국 문화의 현 주소도 찾지 못한 상태에서 미래 사회에 대한 방향성을 타진하기는 어렵다. 우리의 현재부터 알아야 할 것이다. 물론 ‘과거’와 더불어 시간의 흐름에서 벗어나 ‘현재’를 이해한다는 것이 불가능하므로 우리는 ‘현재’와 ‘과거’를 동시에 찾아가는 출발점을 잘 설정해야 한다. 음식문화는 ‘현대’와 ‘전통’이 공존하면서 서로 상호작용하고 있음을 보여주는 우리 일상생활 바로 그 현장으로 생각된다. 동시에 우리 민족의 문화적 정체성을 가장 잘 보여주는 것이 바로 우리 민족이 지난 수천 년간 먹어 온 우리 음식이라고 고민해 왔다. 그래서 한국 문화 속에서 늘 변방으로 취급되어 왔던 우리 음식 속에서 한국 문화의 진수를 찾아나가 보려고 한다.

2. 문화자원으로서의 한국 음식

전통음식은 문화상품으로 개발되어 일상 속에서 향유되어야 한다. 만일 그렇게 하지 않다면 전통음식의 우수성을 알리는 데에도 실패할 가능성이 크다. 전통음식의 우수성 및 이에 대한 교육과 홍보의 방법이 있지만 이것만 가지고는 부족하다. 그럼 어떻게 해야 하나? 전통음식을 문화적 코드로 읽어내야 한다. 그렇게 하지 않으면 한국음식은 살아남을 수가 없다. 음식을 단순히 고픈 배를 채우는 수단으로 이해하는 시대는 이미 가버렸기 때

문이다. 우리에게 다른 나라의 음식과 차별화된 김치, 나물 등 웰빙 시대에 맞는 우수한 음식이 있다. 이를 국제적 수준으로 포장하여 세계화 시켜야 21세기 선진국 대열에 자리매김할 것이다. 이를 위해서는 무엇보다 한국음식을 문화적으로 읽고 소통하는 것이 필요하다. 그렇다면 해답은 의외로 간단하다. 음식을 문화상품으로 개발하자는 것이다. 앞으로 우리나라는 10년 뒤가 되면 팔아먹을 수 있는 산업제품이 별로 남지 않은 상황에 놓이게 된다. 이때 그래도 남는 것은 우리 전통과 관련된 물품뿐이 될 것이다. 그런데 한국 음식은 그 자체로도 이미 세계가 주목하고 있는 훌륭한 문화상품이 되어 있으며 앞으로도 가능성이 매우 높다.

일본을 비롯하여 아시아 전역에서 인기를 끈 드라마 대장금은 음식을 만드는 행위가 어떻게 지역을 삶의 터전으로 만들 수 있는가를 보여주는 생생한 텍스트로 한국음식이 어떻게 세계화될 수 있는가를 보여주는 좋은 예이다. 장금이는 일종의 로컬 과학자이고 의학자이다. 그리고 그녀가 음식을 만드는 행위는 식료 및 그것이 생산되는 지역 생태에 대한 지식, 식료나 음식이 신체에 대해 갖는 지식을 종합하는 행위이다. 대장금이 인기를 끈 이유는 단순히 한국 음식을 ‘직접’ 하고 보여주기보다는, 아주 일상적·지역적 차원에서 어떻게 음식을 만드는 행위가 타인의 삶에 영향을 끼치고 사회관계와 지역 자원을 동원하고 조직하는 과정인지를 드러내주는 재미 때문이라고 생각된다. 음식 만들기는 자기 지역의 생태에 대한 지식 추구이며, 몸을 치유하는 행위이다.

그 다음으로는 요즘 유행하는 콘텐츠와 관련된 문제이다. 물론 음식자체가 훌륭한 문화상품으로 개발되어야 하지만 동시에 중요한 것은 문화콘텐츠적인 것으로도 개발되어야 한다. 생각해보면 우리 음식에는 시각적으로 훌륭한 요소가 아주 많다. 가령 한국 음식에 쓰이는 재료들이 갖고 있는 자연스러운 색상은 어디에서도 찾기 어려운 한국의미를 담고 있다.

그리고 음식 위에 얹어지는 고명 역시 훌륭한 문화 콘텐츠의 항목이 될 수 있다. 떡살이나 약과(藥果) 등은 그 아름다운 문양으로 이미 비상한 주목을 받고 있다. 그 외에도 음식에 새겨진 문양의 독특함과 자연스러움에 주목해 보자. 우선 떡 위에 수놓아진 문양을 한 번 보자. 예를 들어 대추의 붉은 색과 석이버섯의 까만 색 그리고 썩의 초록색, 잣의 황색, 심지어 빨간 진달래 꽃잎 등으로 만들어진 화전은 그 자체가 훌륭한 우리의 고유한 문양이 될 수 있다고 보인다. 지금은 아주 간단하게만 보았지만 앞으로 음식전공자 뿐만 아니라 인

문학자나 콘텐츠전문가들이 협력을 하면 우리 음식을 콘텐츠 적으로도 매우 유용하게 이용해 볼 수 있을 것으로 생각된다. 다음은 사진작가인 구본창선생의 떡 위의 문양을 찍은 그의 작품사진이다.

구 본창 작, '무제'



II. 한식의 역사, 고문헌과 그림들

인간은 일상을 살지만, 일상은 자동화되어 감지되지 않는다. 일상이 언어로 재현되어 비로소 우리의 의식 대상이 되었을 때 우리는 일상을 감지할 수 있다. 인간에게 음식은 생존을 위한 가장 구체적이고 직접적인 조건이지만, 반복적이고 일상적이기 때문에 객관화되지 못하고 문화로 인식되지 못한다. 먹되 무엇을 어떻게 어떠한 이유로 먹느냐 하는 것 등이 음식문화인데, 음식을 사회 구성원들이 중요시하였던 관심사나 의식들을 파악할 수 있다는 문화를 읽는 하나의 상징적인 코드로 해석함으로써 한국음식의 문화적 특징을 살펴보고자 한다. 이렇게 음식을 객관적으로 기록한 문헌과 그림들을 통하여 일상을 분석하는 것이야 말로 인간을 이해하는 첫걸음인 것이다.

1. 조선시대 문학서 들

1) 판소리 소설

판소리는 음악적 요소와 사설의 문학적 요소와 연극의 연희 적 요소가 한데 어우러져 이루어진 일종의 종합 예술이다. 이러한 판소리의 대본으로는 심청가, 흥부가, 토별가 등의 열두 마당이 있었다고 하나 매화타령, 신선타령, 무속이 타령 등 3본은 아직 그 텍스트를 발견하지 못하고 있으며, 오늘날 연행되어지고 있는 것은 ‘심청전’, ‘춘향전’, ‘흥보전’, ‘토끼전’, ‘적벽가’의 불과 다섯 마당이다(김광순 1990). 이와 같은 판소리 사설이 문자로 정착된 것이 판소리계 소설이라고 할 수 있다. 판소리는 창과 아니리로 구성되어져 관객 앞에서 불리어지는 것을 본령으로 하기 때문에 일정한 율격을 가지고 있고 이로 말미암아 일반 고소설의 문체가 산문체인데 비해 판소리 사설의 영향이 강하게 남아 있는 판소리계 소설은 대체로 4음보의 운문체로 되어 있다. 또한 표현방법에 있어서도 고소설이 추상적이고 설명적인데 비해 판소리계 소설은 묘사적이고 사실적이다. 판소리 소설은 고소설이 대부분 중국을 배경으로 하고 있는데 비해 우리나라의 한 지방을 배경으로 한 민속, 사조, 생활상을 잘 표현하고 있어 향토 문학적 성격을 지니고 있다. 이와같이 판소리소설은 우리 민족의 생활상을 사실적으로 잘 표현하고 있기 때문에 그 시대의 일상적인 행위인 음식생활을 연구하는 소재로 매우 적절하리라 판단된다.

2) 조선시대 한시(漢詩)

조선후기는 우리의 고유한 식생활전통이 확립된 시기였을 뿐만 아니라 문학에도 조선적인 표현을 추가하는 ‘조선시’, ‘조선풍’의 창작이 강조되었다(이정선 2002). 漢詩에 있어서 민족 고유의 세시풍속, 각 지방 향촌사회의 토속적 생활 습속, 농가의 생활상 등 주로 기층민의 생활상을 중점적으로 묘사하는 기속시(紀俗詩)가 특징적으로 연작되었다. 漢詩는 기본적으로 개인의 抒情을 읊는다. 그 중에는 산수와 자연의 景物로부터 얻은 감회를 서술하거나, 또는 실생활에서 얻은 회포를 詠嘆하는 것이 대부분이다. 하지만, 때로는 현실 생활에서 일어나는 삶의 모습을 형상화하여 풍속을 묘사하거나 민생의 病苦를 포착하고, 현실의 모순을 드러내기도 한다. 民의 삶을 詩적으로 반영한 이러한 성향은 漢詩 전통의 하나이기도 하지만, 조선 후기에 이르러 집중적으로 나타나게 된다(서형주 1999). 조선후기에는 일상의 예술로의 침투현상이 뚜렷해지면서 漢詩에서도 세속의 일상을 주제로 하는 다수의 紀俗詩가 씌여진다.

우리민족의 세시풍속과 음식문화를 다루는 기존의 논문들(조후중 1996; 정혜경 1996; 임양순 1986; 김향희, 황춘선 1991)은 주로 절기음식 위주의 연구이거나, 산문 풍속지인 유득공(柳得恭, 1700년대 말)의 「경도잡지(京都雜志)」, 김매순(金邁淳, 1819)의 「열양세시기(列陽歲時記)」, 홍석모의 「동국세시기(東國歲時記)」 등을 부분적으로 인용한 연구가 많았다. 하지만 漢詩를 통한 음식문화 연구는 거의 이루어지지 않은 상태이다.

조선후기 紀俗詩의 작품을 제시해 보면 다음과 같다.

1. 유만공(柳晩恭, 1793-1869)의 『세시풍요(歲時風謠)』
2. 홍석모(洪錫謨, 1781-1850)의 『도하세시기속시(都下歲時紀俗詩)』
3. 이덕무(李德懋, 1741-1793)의 『세시잡영(歲時雜詠)』
4. 이하곤(李夏坤, 1677-1724)의 『원조희작(元朝戲作)』
5. 이안중(李安中, 1752-1791)의 『비년사(肥年詞)』
6. 마성린(馬聖麟, 1727-1798)의 『농제속담(弄題俗談)』
7. 김려(金鑣, 1766-1821)의 『상원리곡(上元俚曲)』
8. 조수삼(趙秀三, 1762-1849)의 『상원죽지사(上元竹枝詞)』 『북행백절』
9. 황현(黃玹, 1855-1910)의 『상원잡영(上元雜詠)』
10. 강이천(姜彝天, 1769-1801)의 『한경사(漢京詞)』
11. 한양성의 지도를 보고 이를 칠언 100운 200구에 달하는 장편으로 읊은 『성시전도시(成市全圖詩)』

12. 권용정(權用正, 1801-?) 『세시잡영(歲時雜詠)』

13. 윤정기(尹廷琦, 1810-?)의 「금릉죽지사(金陵竹枝詞)」, 이양연(李亮淵, 1771-1842)의 「촌노부(村老婦)」, 이제영(李濟永, 1799-1871)의 「대신부언회정기대인옹」

2. 조선시대 풍속화

문예부흥기라고 일컬어지는 18세기 조선시대의 음식문화를 연구하기 위하여 사료로 풍속화를 그 대상으로 선정하였다. 풍속화란 넓은 의미로 인간의 여러 가지 행사, 습관이나 인습, 그밖에 생활 속에 나타나는 일체의 현상과 실태를 표현한 것을 뜻하지만, 좁은 의미에서의 풍속화는 ‘속화(俗畵)’라는 개념과 상통하여 통속적인 생활상을 표현한 조선 후기 한국 풍속화를 지칭하는 개념이라고 할 수 있다(안휘준 1985). 풍속화는 18세기 후반-19세기 초 절정을 이루는데 서민층의 삶뿐만 아니라 도시의 시정풍물이나 기방 등 사대부 층의 생활상을 적나라하게 드러내기도 한다. 따라서 풍속화는 조선 후기의 시대상을 다른 어느 회화 유형보다 구체적으로 읽을 수 있는 문화 사료인 것이다.

음식생활문화가 나타난 많은 조선 후기 풍속화 중 한국적 정서가 가장 많이 담겨 있고, 그 당시 서민들의 애환과 정서에 나타난 감흥을 그대로 살려 표현하였고, 서민 사회의 따뜻한 인간미와 익살이 화면 전체에 넘쳐흐르며 우리의 일반대중을 중심으로 한 실생활을 가장 잘 반영한 것으로 평가되는 작품이 바로 단원(檀園) 김홍도(金弘道, 1745-1806년경)의 작품일 것이다. 조선 후기 풍속화는 김홍도의 몫이라 해도 과언이 아닐 정도로 그의 작품은 회화적 수준이 높고 풍속화의 전형이 된다(이태호b 1996). 단원 김홍도는 풍속화뿐만 아니라 산수나 산수 인물, 초상화, 기록화 등 대부분의 회화영역을 섭렵하였음에도 불구하고 예술사적 평가는 풍속화가 단연 주목을 받는다. 그 이유는 현실의 삶을 대상으로 한 시대 증거물로서의 평가 때문일 것이다. 김홍도와의 뛰어난 특출한 풍속화가로는 김득신과 신윤복을 들 수 있다. 그리고 조영 석와 윤두서의 작품도 의의가 있다. 이들 작품을 통해서도 많은 한국 음식문화를 그대로 볼 수 있는 장점을 누릴 수 있다.

3. 조선시대 고 조리서들

우리의 음식문화가 현대까지 살아 있게 된 데는 사람이 살아가는 데에 있어 음식을 중요한 것으로 인식해 끊임없이 이에 대해 공부하고 이를 기록해 남긴 우리들 선조의 노력이 있었기 때문이다. 가장 가깝게는 조선시대에 음식은 적어도 학자들의 관심 영역 안이었다. 그러한 사실은 이미 이때에도 유학자, 궁중 내 의관, 실학자들에 의해서 쓰여진 다양한 음식 관련서 들로도 알 수 있다. 조선시대 고 조리서들 중에서도 특히 중요하다고 언급되는 고조리서들을 살펴보자.

◎ 의관(醫官) 전순의가 쓴 조리서, ‘산가요록(山家要錄)’

그동안 우리나라의 최초의 조리서로는 1500년대 초에 김유에 의해 쓰여진 ‘수운잡방’이라는 책이 거론되어 왔다. 그런데 그보다 더 앞선 것으로는 2001년에야 발견된 『산가요록(山家要錄)』이란 책이다. 이 책은 15세기 중반 의관(醫官)으로 봉직했던 전순의(全循義)가 쓴 생활과학서이기 때문에 발간연도가 1400년대 중반으로 추정되기 때문이다. 그렇다면 수운잡방보다 50년에서 100년은 앞서는 것으로 보인다. 산가요록은 당시의 농업기술과 함께 술 빚는 법, 음식 조리법, 식품 저장법 등 생활에 관한 많은 정보를 전해주고 있다.

◎ 허균의 ‘도문대작(屠門大嚼)’

광해군 시대의 허균(1569-1618)은 당파에 휩싸여 바닷가로 귀양을 가게 되었다. 그 곳에서 거친 음식만 먹게 되자 전에 먹던 여러 가지 음식들이 생각이 났다고 한다. 허균이 어릴 때는 전국에서 맛 좋은 음식들이 그의 집에 선물로 들어 왔다 임진왜란 시에는 강릉의 외가로 피난 가서 그곳의 여러 음식도 맛보았고, 과거에 급제한 후에는 전국의 고을에서 벼슬살이를 하였기 때문에 그의 음식 편력은 유난한 것이었다. 그래서 이들 맛있는 음식

식 134종의 이름이나마 나열해 놓고 ‘도살장문을 바라보면서 크게 씹는 흥내나 내어 본다’는 뜻에서 도문대작(屠門大嚼)(1611)이라는 이름의 책을 남겼다.

물론 이 책은 조리 방법을 쓴 책이라기보다는 허균이 광해군 때에 당쟁에 휩싸여 귀양을 가서 자신이 그 동안 먹어 왔던 맛있고 다양한 음식들을 그리워하면서 그것을 지역별로 분류해 정리해 기록으로 남긴 책이다. 그런데 이 책은 단행본이 아니라 원래 43권 12책으로 구성된 ‘성소부부고(惺所覆部稿)’라는 큰 책의 일부이다. 제목부터 너무 어렵지만 이 책은 물론 조리서로 쓰여진 것은 아니다. 사대부들이 그런 책까지 쓰지는 않았다.



◎ 조선조 유학자, 김유가 쓴 ‘수운잡방(需雲雜方)’

조선 시대에 남성유학자가 지은 또 하나의 뛰어난 조리서가 있다. 제목은 수운잡방이다. 여기서 수운이라는 뜻은 무엇일까? 책 제목에서 '수운(需雲)'은 격조를 지닌 음식문화를 뜻한다. 중국의 고전인 '역경'에 '구름 위 하늘나라에서는 먹고 마시게 하며 잔치와 풍류로 군자를 대접 한다'라고 있다. 또한 '잡방(雜方)'이란 갖가지 방법을 뜻한다. 그러니까 '수운잡방'이란 풍류를 아는 사람들에 걸맞은 요리 만드는 방법을 가리키는 것이다. 이 시대 사대부들의 음식관을 알게 해 주는 제목이기도 하다. 물론 내용은 우리나라의 전통 요리법을 기록해 놓은 책이다. 수운잡방은 탁청공 김수(1481-1552)공에 의해 지어진 것으로 상 하권 두 권에 술 담는 법을 비롯하여 108가지 음식 만드는 법을 기록해 놓고 있어 500년전 안동 사림계층의 식생활을 엿볼 수 있다. 우리나라 최고의 요리서로 알려진 허균의 『도문대작』(1611)보다 60-70 여 년 전에 나온 것으로 추정된다.

◎ 한국 최고의 식경, ‘음식 디미방’

이 책의 저자는 정부인 안동 장씨(1598-1680)로서 안동 서후 면 금계 리에서 1598년(선조31년)에 태어났다. 음식디미방은 음식문화를 전공하는 학자들 대부분이 주저 없이 우리나라의 최고의 식경이라고 꼽는 책이다. 더구나 순 한글체로 이루어져 있어서 누구나 쉽게 접근이 가능하면서도 우리의 빼어난 전통 한국음식조리법의 정수를 보여주는 책이다. 이 책이 쓰여진 해로 추측하는 1670년경이전에도 식품에 관한 책들이 우리나라에는 있었다. 대부분 남성들에 의해 쓰여진 식품에 관한 기록들이다. 순 한글로 여성에 의해서 이렇게 정확한 조리 방법을 적어 놓은 요리책은 아직 발견되지 않고 있다는 사실이다. 그래서 아시아권에서도 최초로 여성에 의해 쓰여진 최고의 고 조리서로까지도 인정받고 있다

◎ 실학과 조리법의 과학화

조선 후기의 17세기로 들어오면 농업기술의 향상에 대한 관심이 커져 농서의 저술이 쏟아져 나온다. 가령, 숙종(1674-1720) 때 박세당의 ‘색경’은 과수, 축산, 원예 등에 중점을 둔 농서였다. 같은 시대에 홍만선이 지은 ‘산림경제’는 농업 뿐 아니라 식품가공과 저장에 관한 일상적 주의까지 세심한 주의를 기록하고 있다. 또 순조 15년(1815)에 정약전이 지은 ‘자산어보(茲山魚譜)’는 어류학서로 특이한데 이는 흑산도 근해의 어류를 채집 조사하여 155종의 어류에 대한 명칭과 분포에서 그 이용에 이르기까지 자세한 연구를 남기고 있다. 이 밖에 1800년대에 편찬된 것으로 보이는 ‘군학회동’에는 24개의 항목으로 나누어 밥 짓는 법, 국수 끓이는 법, 고기와 어물의 요리법 등 조리법이 정리되어 있다.

이덕무의 문집인 ‘청장관전서’에도 크고 맛 좋은 수박과 박을 크게 재배하는 방법이 보인다. 농업 기술 향상에 대한 실학파의 관심을 실감케 한다. 이 시대의 이러한 과학적 연구의 풍조는 서양의 근대 과학적 지식의 자극에 의한 것이었던 만큼 이러한 자극이 식생활사에도 서서히 영향을 미쳤다. 앞에서 보아 온 ‘음식디미방’이나 ‘규합총서’, ‘군학회동’에 보이는 조리 방식의 정리도 이러한 시대적 조류의 산물이다. 이후로 서양 문물의 자극과 중국 요리의 유행 등은 조선 후기의 조리법의 과학화를 촉진하는 계기가 되었다..

◎ 실학관련 고조리서, ‘증보산림경제’

영조 42년인 1766년에 유 중림이 홍만선의 "산림경제"를 증보한 농서로 농업뿐만 아니라 의식주 전반과 사

대부 층의 문화생활까지 살펴볼 수 있는 17세기 말의 중요한 고문헌이다. 이 책의 저자인 유 중림은 영조의 내의였으며 과학자다운 안목에서 오랜 노력 끝에 "산림경제"를 증보하였는데 특히 농가에 관한 서적이면 고금을 막론하고 수집하여 검토하였다고 한다. 이 책을 보면 서문 및 목차에 이어 모두 16권 12책의 방대한 분량의 내용 수록되어 있다 이 책이 다루고 있는 항목은 복거, 치농, 종수, 양화, 양장, 목양, 치포, 섭생, 치 선상, 치 선하, 구황, 가정상, 가정 하, 구사상, 구 사하, 구급, 증보 사시찬요, 사가점후, 선택, 잡방, 동구산수록, 남사고십승보, 신지, 동국승구록 등으로 세분되어 있다. 치 선상에서는 총론, 과실저장법, 채소저장법, 밥, 죽 류, 떡, 면 류, 다당류, 전유밀과, 전밀과채, 이당류, 채소류, 장류, 장 담그는 법, 식초 만드는 법, 고기 요리 만드는 법에 관한 내용이 실려 있다.



● 실학관련 고 조리서, '임원십육지 정조지'

16부분으로 나뉘어 있어 《임원십육지(林園十六志)》 또는 《임원경제십육지》라고도 한다. 조선조의 순조 때의 실학자 풍석(楓石) 서유구(徐有榘)가 만년에 저술한 것으로, 일상생활에서 긴요한 일을 살펴보고 이를 알리고자하여 《산림경제(山林經濟)》를 토대로 한국과 중국의 저서 900여 종을 참고, 인용하여 엮어낸 농업 위주의 백과전서이다. 그중 음식에 대한 분야가 '정조지(鼎俎志)'이다. 정(鼎)은 발이 세 개 달리고 양쪽에 귀가 있는 솥을 뜻하는 글자로 당시 동물의 모양을 본 떠 만들었으며 음식을 삶고 끓여서 익히는 기구를 말한다. 또 '조(俎)는 제향에 쓰이는 희생물을 담는 제기로서 도마의 뜻으로 쓰인다.' 정조지'는 11권으로 나뉜다. 제1권은 식감찰요, 제2권 취류지류, 전오지류, 구면지류, 제 3권은 음청지류와 과정지류, 제4권은 교여지류, 제5권은 할팽지류, 제 6권은 미료지류, 제 7권은 온배지류와 절식지류 등으로 구성되었다.

● 한글 판 가정백과 사전, '규합총서'

규합총서는 여성실학자로 평가되는 빙허각 이씨가 1809년 썼으며 조선시대 최고의 한글판 가정 대백과 전서라 할 수 있다. 대부분의 식품사학자들은 이 책을 조선 시대 최고의 조리서로 보고 있다. 빙허각 이씨는 서유문의 처로써 '임원십육지'를 쓴 유명한 실학자인 서유구의 형수이다. 당시 서씨(徐氏)와 이씨(李氏) 양가에서는 쟁쟁한 실학자가 많았다고 하며 이 책도 실학의 영향을 받았다고 생각된다.

이 책은 주식의(酒食議), 봉임(縫紉), 산가락(山家樂, 농업), 청낭결(靑囊訣, 의학)의 4개 장으로 이루어지고 주식의에서 요리법을 다루었다. 음식총론, 술만들기, 장과 식초만들기, 밥과 죽, 음료, 반찬 만들기, 생선조치, 고기조치, 채소의 조리가공, 떡과 과자, 과실저장법, 채소저장법, 유독한 채소나 과일, 기름짜는 법, 감미료 만들기, 식해 등 음료전반에 걸쳐 있다. 그리고 실제로 조선시대 여성 학자를 말할 때면 우리는 여류문학자로 허난설헌이나 신사임당 같은 이만을 거론하지만, 이들은 문학계의 분이고 빙허각 이씨같이 실용실학에 관한 지식이 풍부하고, 계몽적인 서적을 출간한 중요한 분도 많이 알려져야 할 것이다.

Ⅲ. 한국음식의 문화적 이해

21세기는 세계화와 정보화에 따라 인적, 물적 자원의 교류가 자유로워지면서 국경의 의미가 점차 사라지고, 민족의 정체성 또한 유연화 되다보니 문화와 역사가 중요하게 대두되고 있다. 그렇기 때문에 각 나라에서는 문화를 통한 민족의 정체성과 우수하고 독창적인 자국의 문화적 가치를 확인하고 미래의 새로운 전망을 제시하는 문화 교육에 집중하고 있다. 이러한 흐름 속에서 지구촌의 다양한 인종과 국가의 정체성을 규정하는 새로운 코드인 음식문화는 그 중요성이 더욱 커지고 있다.

조흥운 교수(1998)는 음식문화를 물질문화와 사회조직과 정신문화로 이루어져 있다고 하였으며, 음식문화를 한국문화 전체의 맥락에서 바라보는 총체론 적 관점이 중요하다 하였다. 음식문화의 이들 구성분야는 편의상 그렇게 나누어진 것일 뿐 이들은 실제 서로 유기적으로 긴밀하게 얽혀 있다. 음식문화나 그 구성분야나 다른 문

화 분야와 기계적으로 경계 지워진 것이 아니라는 인식이 중요하다. 총체론 적 관점에서 음식문화를 전체문화의 맥락 속에서, 타문화와의 유기적인 관계를 염두에 두고 바라보아야 한다. 이 모든 것을 총체적으로 접근할 때라야 음식문화는 역동적으로 이해되고 살아있는 구체적인 문화로 파악될 수 있다.

음식문화 연구에 관심을 보인 인류학자 레비-스트로스(1970)는 그의 저서 <신화론1: 날것과 익힌 것>에서 음식을 통해 다양한 민족의 신화구조를 분석했고, 자연과 문화로 구성된 민족사를 조명했다. 또한, 바르트(1979)는 신화적 차원에서 음식이 발산하는 의미와 가치들을 도출하여 분석하였다. 즉, 특정한 민족의 신화 구조 속에 숨겨진 요리코드를 해석하고, 음식이 창출하는 의미들을 도출하려고 했다. 또한, 그레마스는 요리가 식사자에게 전달하는 상징적 가치에 대한 분석으로 음식 기호학의 이론을 제시하였다(백승국, 2004). ‘음식의 상징적 가치는 사회문화적 맥락 속에 내재된 맛의 코드가 창출 시킨다’라고 규정하였다. 맛의 코드는 두 가지 기능을 수행한다. 미각코드는 식사자에게 전달하는 미각의 기쁨을 창출시키는 생성코드이며, 먹는 행위를 하는 회식자에게 식공간의 계약을 수락하게 하는 기능을 수행한다. 회식자들은 미각 코드를 통해서 미각의 기쁨을 함께 공유하겠다는 약속을 한다. 식사자가 체감하는 미각의 기쁨은 음식문화 속에 내재된 가치이며 사회 구성원들의 협약에 의해 약속된 코드로서 식사자들은 미각 코드의 해독을 통해서 음식의 상징적 가치를 획득하고, 감각의 총체적 만족감을 체험하게 된다.

이와 같이 음식문화를 전체문화의 맥락 속에서 총 체론적 관점으로 접근한 연구들은 주로 문화 인류학적 관점(Levi-Strauss, C. 1970, Barthes, R. 1979, Hung-Youn Cho. 1998)에서 연구가 진행되어 왔다.

본 장에서는 조선시대의 판소리 소설과 기속시 및 풍속화에 나타난 한국음식의 특징을 ‘힘의 상징’으로의 음식, ‘병의 예방과 치료제’로의 음식, ‘정을 나누는 매개체’로의 음식, ‘신과 소통의 매개체’로의 음식 등 네 가지로 분류하여 당시 사회 구성원들의 의식을 읽는 하나의 상징적인 코드로 해석함으로써 소설 속에 등장하는 한국음식을 문화적 관점으로 해석하고자 한다.

1. 힘의 상징으로서의 음식문화, ‘음식은 힘이다’

고대로부터 인류의 역사는 인간의 1차적 욕구인 배고픔을 해결하기 위한 생존의 전쟁이었는지 모른다. 채집, 수렵경제에서 벗어나 정착하여 농사를 지으면서 배고픔은 어느 정도 해결되었지만, 이젠 경제적 생산물을 독점하는 현상이 발생하였다. 생산물을 독점한 사람들은 음식물을 분배하는 과정을 통해 사람들을 지배하게 된 것이다. 우리나라는 고대부터 농경을 통하여 삶을 유지해 왔다. 따라서 식재료를 기를 수 있는 토지는 생존과 직결된다고 할 수 있다. 조선시대 토지소유는 부를 축적하는 좋은 수단이 되었으므로 왕실이나 양반, 관리 등은 토지배분에 열을 올리게 되었고 이러한 가운데 토지는 소수의 거대토지소유자들에게 편재되어 감으로써 토지소유에서 배제된 대부분의 농민들은 소작농으로 전락할 수밖에 없었던 것이다. 소작농으로 전락한 양민농민들은 지주에 대해서 고율(약 50%)의 전세(소작료)를 부담해야 했을 뿐만 아니라 국가에 대해서도 여러 가지 과중한 의무를 지고 있었다. 따라서 이들은 항상 가난에서 헤어 나올 수 없는 처지에 놓여 있었던 것이다. 그러므로 이들 가난한 농민들은 경제력을 갖추고 있던 양반이나 중인들이 풍요로운 식생활을 누릴 수 있었던 것과는 대조적으로 식량조차 부족한 상황에 처해있었다.

다음은 판소리 소설중의 「흥보 전」의 한 대목이다.

『그 놈이 심스기 일러흔디 형제 윤기 잇슬손야 부모의 분지전답 저 혼자 차지하고 농스짓기 일삼난대 웃물 조흔 놈의 모을 붓고 노푼 논이 물을 갈나 집푼 논이 물갈이와 구렁논의 찰베하고 살푼 밭티 면화헝기 자갈밭티 서숙 같고 황토밭티 참외노며 빈탈밭티 담벼헝기 토목한 밭티 파슬을 갈아 울푼 물푼 청디푼이며 동부 녹두 지장이며 창씨 들씨 피마조를 식이 식이 심어두고 씨를 초쳐 지슴뵈며 추슈동장 노적헝야 친고빈기 몰노보고 형제윤기 저발인이 엇지안이 무도 홀야』

놀보는 부모의 분재전답을 저 혼자 차지하여 부자로 살아가게 된다. 조선후기는 이양법의 보급으로 모, 맥 이 모작이 일반화되어 쌀, 보리, 조 같은 주곡의 생산량이 현저히 증가됨으로써 부의 축적이 증가되고 잉여 농작물

의 상품화를 촉진시키는 결과를 가져오게 된다. 또한, 토지소유는 식량뿐만 아니라 다양한 상품작물들을 재배하고 유통시킴으로 부의 축적으로 연결되었다. 위 본문에서 보듯이 논보는 주곡뿐만 아니라 참외, 담배, 울콩, 물콩, 청태콩, 동부, 녹두, 참깨, 들깨, 피마자 등과 같은 상업적인 작물을 심어 토지를 효과적으로 관리하고 있음을 알 수 있다. 이렇게 하여 논보는 엄청난 재산을 축적할 수 있게 되고 그의 집에는 노적가리가 태산같이 쌓여 있고, 대청 뒤편에는 쌀이 가득하였던 것이다.

『소리를 병역갓치 질너노니 흥보 쌍의 업찌지며 두 손 합장 무릅살코 지성으로 비는 말이 비논이다 비논이다 형임전의 비논이다 사라지다 사라지다 형임 덕택 살리지다 베고되면 흥 말이요 쌀이 되면 스 되만 주옵시고 되고 되면 닷 되 돈이 되면 두 돈만 주옵시면 품을 판을 못갑퓨터 일을 한들 공이 할? 형임 동심 이니 몸도 어제 전역 그제 조고 오늘 아침 식전이요 차마 곱파 못살것쇼 쌀도 베도 못줄 테면 찬 밥이논 한 술 주옵쇼셔 시근 밥도 업 거덜낭 쓰리기는 씨경이 논 처분되로 주옵시면 세 스이논 굴문 조식 구완후야 술이것쇼』

반면, 빈 몸으로 쫓겨난 흥보와 흥보 아내는 온갖 품을 다 팔고 있다. 오뉴월 보리치기, 대동방아 찧기, 김장 하기, 음식하기, 용정방아 찧기, 물감기 등등을 하는데, 그것들은 아주 낮은 보수의 일거리들이기 때문에 흥보네집 식구들은 ‘제삿날에나 밥맛’을 볼 정도인 것이다. 그리하여 흥보는 매품이라도 팔지 않을 수 없는 지경에 이르게 된다. 이와 같이 조선 후기 농촌 사회에서 품팔이 노동으로 생활해 가는 것, 생산 수단을 상실한 빈민층은 최저의 생활도 보장되지 않았던 것이다. 흥보는 품을 팔기도 하고, 구걸도 하며 겨우 연명하다 하루는 형을 찾아 양식을 꾸려다가 매만 맛고 쫓겨나게 된다. 소리를 벽력같이 지르는 논보 밑에 엎드려 자식들을 생각하며 자존심도 모두 버린 흥보의 모습을 보며, 먹고 사는 것이 얼마나 힘겨웠는지를 알 수 있다. 「쌀 서되 > 찬밥 한술 > 싸래기 > 술지게미 처분대로」에서 표현되었듯이 논보의 힘(경제력) 앞에 생존을 위한 흥보의 간절한 바람을 상징적으로 읽을 수 있다. 이렇게 흥보전에서는 당시의 경제적 양극화 현상을 음식이라는 기호를 통하여 효과적으로 표현하고 있다.

『여보쇼 익기 엄뎀 어셔 밥종 후쇼 킷미 닷 섬으로 후야 비곱푼디 먹어보시 흥보 안 익 열는 나셔 일변 밥을 김피 지어 집차갓치 멍석에다 수복 담숙 싸어녹고 가장 조식 불너들어 어셔 오쇼 먹어보시 스방의셔 와 후더니 만수산의 구름되듯 걸비청의 낭치되듯 밥싼 멍석 가슴으로 휘휘 둘러싸고 안저 후닥닥 후닥닥 양팔 손질 주먹밥을 셋죽방을 던진 다시 엇지 먹어노왔쨌지 손이 초초 늘어지고 킷삭지가 발씩 되지바지게 산목이 단복차게 먹어 노은 거시 세상도 귀찮후게 되앗구논 킷에 못이기에 이만후고 안저쌀 제 고기로 오논 팔이 휘휘 날여 익고 논 죽 것다 나 죽거던 팔 이 논으로 원고조를 숨으리라 이러할 제음의 흥보 안익도 뱃똥속의 밥을 엇지 먹어던지 밥설 스가 나것구논 썰여 업데여 익고 쏘이야』

위 장면은 흥보가 첫 번째 박을 타고 나온 쌀로 밥을 해먹는 장면이다. 흥보에게 주어진 박은 그의 선행에 대한 보은품이다. 그런데 그의 박에서 나온 것은 주로 당시 평민들의 식의주를 해결할 수 있는 쌀 껌, 각종 비단, 집 짓는 목수 등이다. 당시 평민들의 생존에 가장 필요한 기본적 생필품들을 알 수 있다. 물론 오늘날에는 먹는 일이 어느 정도 해결되었으므로 의식주라 하지만, 작품이 생성될 조선시대 평민들에게 있어 입는 일 보다는 먹는 일이 더욱 시급하였을 것이다. 따라서 박에서 먹는 것이 제일 먼저 나온 것은 충분히 짐작할 수 있는 일이다. 흥보전에서 펼쳐진 세계는 권력이나 명예를 추구하던 양반들과는 무관한 어디까지나 식의주가 여의치 않았던 당시 평민들의 소박한 꿈들이었던 것이다. 오죽하면 첫 번째 박속에서 나온 백미 닷 섬으로 모두 다 밥을 지어 집채같이 멍석에다 수복 담아 밥 설사가 나오도록 먹었겠는가. 이 장면에서 이들이 그동안 배곯아 온 정도를 짐작할 수 있다. 이는 당시 가난한 평민들에 대한 사실적인 표현이기도 한 것이다. 당시 서민들이 현실적으로 꿈꿀 수 있었던 것은, 다만 죽어서나마 좋은 세상에 태어나 의식주 걱정 없이 한번 잘 살아보자는 것이었으리라. 즉, 서민들의 경우 그들의 현실적인 곤고를 일시라도 잊기 위해서 현실과는 다른 세계, 즉 박의 세계를 작품 속에서 꿈꾸어 본 것이다. 이렇듯, 흥보전 속의 음식은 토지를 가진 자와 갖지 못한 자의 서열화를 분할하는 기호로 작용한다. 또한, 박이라는 비현실적인 세계를 통해 가장 먼저 도달하고픈 이상적 세계의 표상이

기도 하다.

다음은 「적벽가」의 한 대목이다.

『5-뒤: 조조진영 출병전 잔치 장면-』

曹操 大宴을 排設하야 술 만이 걸고 썩 만이 치고 소 만이 잡고 돛 만이 잡고 기 잡고 닭 잡아서 護軍을 질근하고 連環은 쓴 戰船을 大江中央 덩실 띄여 푸른 복판』

적벽가에서는 조조가 전투 출병 전 군졸들에게 잔치를 여는 장면이 나온다. 술, 떡, 소, 돼지, 개, 닭을 잡아서 연회를 베푼다. 이렇듯, 생산물을 독점한 권력가들은 음식물을 분배하는 과정을 통해 사람들을 지배하게 되는데, 그들은 食(음식), 酒(술)을 하사하여 군주의 은혜를 표현하기도 하며, 식례를 통하여 상하의 질서를 규제하기도 한다. 조선후기 쌀은 조세의 대상이었으며, 소작농의 경우 고율의 소작료를 바치고 나면 농작사라도 이들에게 돌아가는 쌀은 별로 없었으며, 쌀을 갖고 있더라도 이를 식량으로 이용하기보다는 값이 더 싼 잡곡이나 기타 물품을 구입하기 위한 화폐로서 이용하였다. 이렇게 귀한 쌀로 만든 술과 떡 그리고 값비싼 고기 음식은 역시 서민들이 쉽게 가질 수 없는 힘의 상징인 것이다. 조조는 출병 전에 군졸들의 사기를 진작시킬 요량으로 연회를 베푼다. 음식물을 베품으로 충성과 복종을 약속 받으려는 것이다.

음식이 경제력과 힘을 상징한다는 내용은 판소리 소설뿐만 아니라 풍속화에서도 쉽게 찾아 볼 수 있다.



〈Figure 1〉 김홍도 『단원풍속화첩』 벼타작. 국립중앙박물관 소장

<Figure 1>의 「타작도」는 수확기 농촌의 타작 모습을 그린 그림이다. 개상에 벼단을 내리쳐 알곡을 털어 내고 있는 여섯 명의 소작인들과 그 뒤편에서 이들을 감독하는 마름이 비스듬히 누워 있는 모습을 그리고 있다. 낫으로 벤 벼단을 한 다발씩 묶어서 말린 다음 하는 타작은 힘이 많이 드는 고된 노동임이 틀림없지만, 일년내내 추수를 기다렸던 농민들에게는 일 년에 몇 번밖에 없는 쌀밥 먹을 기회이기 때문에 즐거운 일일 것이다. 김홍도는 힘든 농민의 노동 모습과 담뱃대를 물고 한가하게 즐기고 있는 양반의 모습을 한 장면에 표현하였지만, 특유의 해학과 풍자의 관점에서 그 갈등과 대립의 관계를 두각 시키지는 않았다. 하지만, 가슴과 배가 드러난 총각의 얼굴은 벼 타작이 그다지 즐겁지 않은 듯 얼굴을 잔뜩 찡그린 채 벼단을 머리 위로 젖혀서 통나무에 내려칠 자세이다. 아마 반타작도 되지 않는 소작인의 현실에 대한 인식과 비애가 표현되지 않았나 생각한다. 위 작품에서 등장하는 음식은 쌀과 술이다. 적은 양의 쌀이라도 얻기 위해 힘든 노동을 감수해야 하는 소작인들과 그 귀한 쌀로 만든 술을 술병에 담아 한가로이 마시며 즐기고 있는 양반의 대비는 바로 음식을 통한 힘의 대비를 상징적으로 보여주는 작품인 것이다.



〈Figure 2〉 신윤복. 주사거배(酒肆學盃). 간송미술관 소장

<Figure 2>는 금주령 아래에서 양반들의 탈법 행위와 퇴폐적인 모습을 풍자하고자 한 혜원 신윤복의 뜻이 담긴 풍속화이다(주영하 2005). 혜원이 살았던 시기인 18세기말 서울의 술집 모습인 듯한데, 기와집과 초가집의 지붕들 사이로 보이는 풍경, 마루 뒤편의 장이나 장위에 놓인 많은 백자기 등은 술과 밥을 팔며 나그네를 유숙시키는 일반 주막과는 다른 모습이다. 트레머리를 하고 남색치마와 짧은 저고리를 입은 주모는 오른손으로 국자를 들고 술을 담는다. 한잔 술에 거나해진 손님들이 떠들썩하며 떠나려는 참인지 마당에서 서성이고 아직도 아쉬운 듯 부뚜막가를 맴도는 나머지 일행을 재촉하고 있다. 당시에 엄격한 금주령이 있었지만, 실제로는 제대로 지켜지지 않았던 것 같다. 양반들은 술을 마시다 들켜도 벌을 받지 않고 백성들만 걸려서 재산을 빼앗긴다는 원성이 자자했었다 한다(주영하 2005). 이렇듯 당시 백성들은 생존을 위한 식량도 부족하여 굶주리고 있었으나, 임금의 금주령

상황에서 굶주린 백성의 곡식으로 빚는 술을 몰래 마시는 관원들의 행위는 질타 받아야 마땅했고 또 이러한 행위를 해원은 풍속화를 통해 꼬집고 있는 것이다. <주사거배> 작품속의 술이라는 음식은 역시 힘과 권력의 상징으로, 또한 부적절한 부의 축적의 산물로 읽고 해석하는 것은 지나친 과장이 아닐 것이다.

酒禁怕官家 관가에서 내린 금주령이 두려워
 屠蘇不敢釀 도소주 조차 담그지 못하네
 百姓爾何知 백성들이여 그대들이 어찌 알리
 淸酒溢大盎 ~ 큰 항아리에 청주가 넘치는 줄을
 이덕무의 『세시잡영』



〈Figure 3〉 김득신. 風俗8曲屏. 제면. 호암미술관

이덕무의 한시 <세시잡영>에서도 백성들에게는 도소주(屠蘇酒) 조차 담그지 못하게 하면서 관가에서는 큰 항아리가 넘칠 정도로 청주(淸酒)를 담그는 모습을 읊조리면서 부조리한 현실과 빈부의 격차에서 오는 백성들의 질곡된 삶을 비판하고 있다.

<Figure 3>은 일상주변에서 찾아볼 수 있는 평범한 생활상을 예리하게 포착하여 김득신의 뛰어난 기량으로 회화한 작품이다. 이른 봄을 암시하듯 암벽 군데군데 꽃들이 피어 있고, 중앙에 솟아오른 노송 아래에서 봄나들이 나온 듯한 인물들이 시를 읊고 거문고를 뜯으며 한가로이 시회(詩會)를 하고 있다. 기녀들도 함께 등장하는 이 작품은 풍속화의 주제로 빈번하게 사용되는 풍류의 장면이다. 꽃이 피는 이른 봄 서민들은 농사 준비로 바쁘게 움직여야 하고, 보릿고개로 힘겨워 할 시기인데 양반들은 술을 마시며, 비스듬히 누워 기녀들과 더불어 봄날을 즐기고 있는 것이다. 아래쪽에는 두 아낙이 함지박에 담은 많은 음식들을 머리에 이고 걸어오고 있고, 큰 술병을 든 아이가 힘겹게 술병을 들고 따라오고 있다. 머리에 인 음식은 시회를 즐기는 양반들을 위해 장만한 음식일 것이다. 이 풍속화에서도 역시 술과 음식을 나르는 시종들과 그것을 대접받으며 술과 거문고에 취해 봄을 즐기는 양반들의 모습에서 당시 계급사회 즉 힘과 권력을 가진 자와 갖지 못한 자 간의 관계를 음식이라는 매개체를 통하여 극적으로 표현하고 있는 것이다. 여기에서 술과 음식 역시 힘과 권력의 상징인 것이다.



〈Figure 4〉 김홍도. 모당 흥 이상 평생도. 휘혼식. 국립중앙박물관

위 한시(漢詩)는 유 만공의 세시풍요 중 복날에 관한 시로 삼복더위에 복달임 잔치를 벌이는 부자들과 퇴약별 아래 논두렁에서 일하는 농부의 대조적인 상황을 제시하여 계층 간 빈부의 갈등을 표현하고 있다.

<Figure 4>는 김홍도가 모당 흥 이상(1549-1615)의 삶을 모델로 그의 주요 일대기를 그린 것으로 알려진 평생도 중 회혼례에 관한 것이다. 하지만, 평생도는 삶의 각 단계에 대한 사실적 기록이 아니라 당대의 보편관념으로 보았을 때 가장 이상적이라 생각되던 장면들의 조합이다. 즉, 평생도는 관직 생활의 일대기적 구성을 기반으로 평생의례의 장면들을 첨가하여 이상적인 삶을 전형화하면서 성립된 것이다(최성희 2001). 따라서 권력층이었던 양반들은 오복이 갖추어진 삶을 누리하고자 하는 강한 세속적 열망과 함께 영화로운 삶이 자손대대로 지속되기를 바라는 염원으로 집안대대로 보존하여 기리고자 평생도를 제작하게 된 것이다. 회혼례는 해로하는 부부의 결혼 60주년을 기념하는 축하의 잔치로, 자손과 친지들이 모인 가운데 노부부가 혼례차림을 하고 혼례의 의식을 재현하며

자손들로부터 축하를 받는 행사이다. 위 작품은 노부부가 대례를 치르는 장면으로 회혼례가 치러지는 곳은 모란 병풍이 둘러쳐져 있고, 청화백자에 꽂힌 모란꽃이 대청마루 중앙에 좌우로 놓여 저 있다. 붉은 비단에 초록색 단을 두른 대례상 위에는 접시에 갖가지 먹음직스러워 보이는 고임 음식들이 즐비하게 놓여져 있다. 회혼은 당사자들의 축복뿐만 아니라 자손과 친척과 벗들의 영광이다. 회혼례는 노부부의 장수를 기원하는 효(孝)의 의식이기도 하지만, 또한 가문의 우월성과 힘을 과시하는 방법이기도 했다. 따라서 회혼 식에 차려진 대례상의 고임 음식들은 그 가문의 지위와 권세만큼 높이 올라가고 풍성해져 그 기쁨과 영광을 널리 알리는 가장 효과적인 매개체로 쓰인다. 마당에는 많은 사람들이 구경을 하고 있고, 이 회혼식이 끝나면 같이 음식을 먹고 마시며 즐거워 할 것이다. 나눠먹는 음식이 풍성할수록 주인공에게 돌러지는 축복 또한 클 것이다. 이렇듯 음식은 즐거움의 근본이기 때문에 그것을 제공할 수 있다는 자체로서 큰 힘이 되며, 많은 사람에게 영향력을 끼칠 수 있는 것이다. 특히, 이 작품의 시대적 배경인 조선시대는 농경 사회이기 때문에 더욱이 곡식(식품)이 곧 경제력이고 힘이 되는 것이다.

棗花時節急移秧
暴雨纔晴又赫陽
伏月豪家徒釀飲
夏畦人自劇奔忙

대추꽃 피는 시절 서둘러 모를 심어야 하니
폭우가 겨우 그치나 했더니 다시 불볕이로다
부자들은 일없이 복달임 잔치 벌이는데
여름날 밭 매는 사람들은 정신없이 바쁘다네
유만공 『歲時風謠』(伏日)

2. 병의 예방과 치료제로서의 음식문화, 음식은 약(藥)이다

한국의 전통문화는 자연과 가까이 있고, 자연을 받아들여 바탕에 깔아놓은 것에 특징이 있다. 우리의 전통음식도 역시 그러한데 자연의 생명력이 스며든 소박한 아름다움이 음식에 들어있다. 이 소박함은 거부감이 없는 색깔과 맛으로 표현이 된다. 우리에게 보약은 별다른 것이 아니다. 자연을 담은 음식을 먹으면 보약이 된다. 옛날부터 약식동원(藥食同原)이라는 표현으로 식생활의 중요성을 말하였는데, 이는 우리가 섭취하는 음식이 건강을 지키고 질병을 치료하는 것과 밀접한 관련이 있음을 뜻한다.

「부후허실허기는 칠포익이 두렷하고 미침완삭허기는 팔리익이 두렷하고 상단하촉허기는 구도익이 두렷하고 심소장은 화오 간담은 목이오 폐대장은 금이오 신방광은 슈오 비위는 토라 간목이 티과허미 목극토에 비위익이 상허고 담성 심성허니 화극금에 폐대장이 상허이라 심명즉 만병이 식허고 간상즉 만병이 심허니 다른 익은 다 관계치 안이허되 데일 간익이 슈상허니 비위익이 상허야 병이 복장에 드니 스지가 무거웁고 눈이 어둡기는 풍의작란이며 구미가 젓치기는 비위 상허 연고이라 속으로 드러 복장이 저리기는 음양으로 난 병이니 음양풍도 두세 가지 괴운이라 ~ 인요는 목이오 신술축미는 토이로다 목극토허니 오희에 일넛소되 감인진술은 대강슈오 진간손스는 원송목이라 슈침목을 식이자면 인간 중산 천년토간이 약이로소이다」

위 장면은 토끼전의 한 장면으로 용왕이 큰 잔치를 치른 후 병이나 백약으로 구원하여도 무효하여 토끼 간을 처방받는 대목이다. ‘복장이 절이기는 음양으로 난 병이니~’에서 용왕의 병이 음양의 부조화로 난 병임을 알 수 있다. 즉 용왕은 주색에 빠져 병을 얻었기에 양기가 넘치는 상태이다. 왜냐하면 술은 음양의 원리상 화(火)에 해당하는 것으로 양이므로, 술병에 걸린 용왕은 양기가 지나쳐서 생긴 것이다. 동양의학적 관점에서 보면 모든 병은 음양의 부조화에서 온다. 따라서 왕은 넘치는 양이 아니라 모자라는 음을 보완해야 하는 것이다. 산중의 토끼는 여성적인 동물이므로 음에 속한다. 용왕은 음양의 조화를 이루어 건강을 회복 할 수 있는 것이다. 약선(藥膳)에서도 이류보류(무리로서 무리를 보한다)란 말이 있다. 체내에 부족한 것을 다른 동물의 같은 것으로 보충한다는 뜻이다. 예컨대 무릎을 튼튼히 하려면 소의 도가니를 음식의 재료로 구성해 조리해 먹으면 사람의 무릎 등이 튼튼해진다는 논리이다. 또한, 술을 많이 먹어 간이 나빠지게 되었으니 신선한 간을 먹어야 한다는 단순한 논리도 있지만, 간의 기능은 육체적인 눈과 직접 관계가 있다. 한방에서 간은 바로 인간의 정신을 상징

한다. 결국 간은 정신적으로는 마음을, 육체적으로는 눈을 상징하고 있으며, 용왕이 눈이 흐려졌다는 것은 당시 지배층의 실정에 대한 풍자를 나타낸 것이다. 반면, 토끼라 하는 것이 동쪽을 맡았으므로 새벽닭이 울 때 가장 먼저 태양의 양기를 받아먹고, 또한 달나라에 들어가서 계수나무 그늘 속에 장약 짙을 적에 음약을 받아먹은 동물이라는 것이다. 이렇듯 태양과 달의 음양기운의 정기를 받아먹어 토끼의 간경이 좋으니 토끼의 눈이 밝아 별호를 明視라 한다고 한다. 솔로 정신도 흐려지고 눈이 나빠진 용왕이 간경이 좋은 토끼 간을 먹으면 병환이 즉차하고 장생불로하리라는 것이다. 토끼는 간경이 좋아, 눈이 밝기 때문이란 것이다. 왕이 토끼의 간을 먹어야 한다는 것은 왕의 눈과 정신이 어둡다는 반증이기도 하다.

「강아지로드~기라니 반갑다 월명송하방룡정시오 일출운봉계견헌이라 선경에도 기는 잇고 인간 기로 의론컨 디 오락월 복기장 어혈든 디 님중든 디 속병든 디 중병 슯해 보신 초로 잡아 먹고 가죽 벗겨 글피당혀도 흥고 세 시복납에 횡양포고홀 제 파나 만히 넛코 폭 고으면 기장국도 뎡커니와 안성청룡 스당피가 소고 메어 ~ 송아지로 다 송아지라니 더욱 도타~ 너를 잡아 두족 압위스다리 선지 님장은 설녕탕 집으로 보니고 안심 밧심 두 불기는 정조 한식 단오 추석 스명일기제스에 적감으로 실컨 쓰고 벗겨지스골 넓이할미 가리썸 양복기가 심상이오 가죽 은 벗겨니여 북도 메고 신도 짓고 털은 골나 벗겨지 요속흥고 슯은 켜서 활각지 빗치기 살적미리가 심상일다 ~사슴이오 열시고 더욱 도타 우리 룡왕 병환 중에 룡룡은 신경 부족흔 디 잡스시고 룡혈은 눈 침침흥고 각기나흔 디 심상이니 사슴이거던 잡아라 ~그러면 도야지오~ 제혈이 룡혈보다 효험이 처났고 제육 첫점이라니 술안주에 데 일리오 국슈부빔 탄평취에 저육 업스면 맛 잇다더냐 잡말 말고 잡아라」

위 장면은 수궁에 잡혀간 토끼가 위기를 모면하려는 대목인데, 여기에서 우리는 음식을 통하여 병을 치유하려는 우리 민족의 약선 음식문화를 읽을 수 있다. 우리조상들은 만물이 ‘기(氣)’라는 아주 작은 존재에 의해 성립한다고 믿었다. 사람이 생명을 유지하는 것은 기가 혈과 함께 체내를 구석구석까지 순환하기 때문이라고 생각했다. 질병이란 평했던 인체의 기가 불균형에 빠진 상태로서, 기의 불균형은 스트레스와 같은 내인적 요소에 덧붙여 자연계의 기인 추위 및 더위와 같은 외인적 요소가 결합함으로써 발생한다는 것이다. 약선이란 아직 병이 생기지는 않았지만 신체가 가지고 있는 평한 기의 균형에 발작이 생긴 상태를 넓은 의미의 병으로 보고, 이 단계에서는 평소에 먹는 음식을 조절하는 것만으로도 기를 고르게 다스릴 수 있다고 본다. 음식을 약으로서 먹는다는 이야기이다. 다시 말해 음식을 상약으로 보는 것이 약선의 기본개념이다. 우리가 섭취하는 모든 식품에는 한, 양, 평, 온, 열, 등과 같은 고유의 성질을 지니고 있으며, 이 고유의 성질을 올바르게 파악함으로써 건강유지의 지침으로 삼고 있다.

위 본문에서 알 수 있듯이 오 육월 복개 장은 어혈든 데, 속병 든데, 중병 끝에 보신의 목적으로 먹고, 복날에는 파 많이 넣고 폭 고아 개장국을 끓여 먹으면 좋다고 한다. 녹용은 신경부족한데 좋고, 사슴 혈은 눈 침침하고 한데 좋고, 돼지 혈은 그 효험이 사슴 혈보다 낫다고 하였다.

『심정순,곽창기 창본 수궁가: 토끼가 다시 물으로 도망가는 장면-』

그리면 그저 가기 셉셉하니 약이나 일너다고 그는 그리혀여라 팔기탕이나 씨 보아라 지료가 무엇이나 고릭 여닭 잡아 등마루 씨 각각 여닭 마리식 흥고 거북의 창자 여닭 썸식 흥고 상어 가죽 여닭 장 흥고 흥어신 팔십 기하고 리어 윈눈동자 여닭 되 흥고 감을치 쓸기 여닭 종족 흥고 병어 등심 여닭 근 흥고 자라 목아지 디밧 잡고 드는 칼로 드립더 메어 여닭 움 슴 흥고 방어 기름 여닭 동의 합후야 노코 즈가사리 메역이 여닭 바지게 베어 법게 싹지에 폭 고아 한 동의 되거던 미일 세 스발식만 먹게 되면 병은 초초나을 것이니 음식은 대구 씨서 조색으로 먹고 입만 날만혀거던 굴근 붕어 미일 여든 마리스식 비 찌고 님장 님여 버리고 위어를 잡아 짓썸들겨 그 속에 가득 넛코 룡으라지게 고아 먹으면 그 병이 운권청면혀리라」

다음은 토끼가 다시 물으로 도망치며 자라에게 용왕의 약에 대해 한수 가르쳐 주고 가는데, 약명은 팔개탕, 재료로는 고래 8마리 등마루뼈 8개, 거북 창자 8뿔, 상어 가죽 8장, 흥어신 80개, 잉어 윈눈동자 8되, 가물치 썸개 8종지, 병어 등심 8근, 자라 목 8음큼, 방어기름 8동의, 자가사리 8바지게, 미역8바지게이며, 용기로는 법



(Figure 5) 윤두서. **채애도**(採艾圖).
 예남은씨 가전고화첩

게 딱지이며, 조리법은 한 동이 될 때까지 푹 고아, 복용법은 세 사발씩 먹는다. 또한, 팔개탕과 더불어 음식을 먹는데 대구 찜과 붕어, 위어를 고아 함께 먹으면 병이 낫는다고 하였다. 여기에서 역시약식동원(藥食同原)의 사상을 읽을 수 있다. 이렇게 판소리 소설 곳곳에서 식품을 이용하여 병을 치료하려는 당시 민중들의 의식을 엿볼 수 있는데, 이는 조선시대 인본주의와 민생복지의 정신을 바탕으로 식품도 하나의 약성분으로 보고 음식의 섭취를 통해 의학적인 치료를 하는 藥食同原의 관습이 토착화되어 식이요법적인 식사가 이루어지게 되었음을 알 수 있다. 이는 조선 후기 들어서서 실학의 발달로 과학적인 식생활 문화가 한층 더 발전되는 요인이 되었다.

藥食同原 사상은 소설뿐만 아니라 많은 풍속화에서도 읽을 수 있는데, 다음 몇 가지 작품을 통하여 조선시대 당시의 음식과 관련된 백성들의 의식을 읽어보고자 한다.

<Figure 5>은 두 여인이 봄날에 산기슭에서 쑥(艾)을 캐는 모습을 담은 작품이다. 두 여인은 머릿수건을 둘러쓰고 속바지가 드러나도록 치마를 걷어 올려 일하기 편한 복장이다. 망태기와 칼을 든 여인은 쑥을 찾은 듯 막 허리를 굽힌 자세이고, 뒤쪽 여인은 빠뜨리고 지나친 쑥이 없나 돌아 보는 듯한 뒷모습이다. 갓 들은 향긋한 쑥과 봄나물은 긴 겨울 동안 부족한 비타민을 보충해주고, 그 추운 겨울을 이긴 강인한 생명력은 지친 우리의 몸에 새로운 활력을 불어 넣어준다. 또한 봄나물의 향과 맛 덕분에 잃었던 입맛을 다시 찾고 기력을 회복할 수 있는 것이다.

다음은 기속 시 중 유 만공의 작품 <세시풍요>이다.

槿薺青青苜蓿香
 早春新菜正堪嘗
 山家韻事隨時物
 會酌陽坡煮艾湯

**푸른 썸바귀와 냉이 향기로운 목숙
 이른 봄 새로 돋은 나물 매우 맛있네
 산가의 운치 있는 일은 시절사물 따라서
 양지 바른 언덕에서 쑥국 끓여 술 마시는 것**
 유만공 『歲時風謠』(寒食)

위 작품에서도 푸른 썸바귀와 냉이, 향기로운 쑥 등 이른 봄에 새로 돋은 나물을 즐겨 먹었음을 알 수 있다. 이와 같이 우리민족은 계절 따라 따사로운 언덕에서 향기로운 시절 음식을 나누며 살아가는 것이 운치 있는 일이고 삶을 여유 있게 즐기는 방법이라 생각한 것이다. 체철에 나는 신선한 식품을 섭취하는 것이야 말로 병을 예방하고 치료하는 가장 근본이라 할 수 있다. 특히, 위 작품에 표현된 쑥(艾)은 냉증과 부인 병등에 효과적이어서 식 재료 뿐만 아니라 약초로서 말려 미리 준비해 두고 사용하였다 한다. 이처럼 식품으로 병을 예방하고 치료하려는 우리 민족의 약식동원(藥食同原) 사상을 읽을 수 있다.

<Figure 6>은 김득신의 작품으로 노적가리가 마당 한구석을 차지하고 그 주위에 떨어져 있는 곡식을 쪼아 먹는 닭과 떼적을 두른 소가 외양간 앞에 한가롭게 서있는 장면을 통해 한 해 동안의 고된 농사일이 끝났음을 말해준다. 겨울채비를 위해 뜰아래에서 새끼를 꼬고 돛자리를 짜는 모습, 비스듬히 비켜 누워 만족스럽게 내려다보는 노인의 모습, 물동이를 머리에 이고 어린 자식과 함께 마당으로 들어서는 아낙네, 사랑방에서 글 배우기에 열중해 있는 학동의 모습 등에서 풍요로움을 읽을 수 있다. 특히,



(Figure 6) 김득신. **風俗8曲屏**.7면.포암미술관

노적거리 옆에 쌓여 있는 무와 배추는 김장준비를 위한 것임을 알 수 있다. 김장은 연중행사 중의 하나로 겨울과 이듬해 햇 채소가 나올 때까지 겨울 반찬이 되며, 우리의 몸을 보호해주는 영양제가 되는 것이다. 특히, 조선중기 이후 고추가 김치에 사용되면서 김치의 보존기간이 길어지게 되어 대량의 김장풍속이 정착되었으며, 젓갈 사용등이 보편화되어 동식물성 식품이 한층 조화를 이루게 되었다. 김득신(金得臣 1754-1822)과 비슷한 시대를 살아가던 유만공(柳晩恭, 1793-1869)의 한시에서 우리는 <Figure 5>에 해당하는 내용을 살펴볼 수 있겠다.

秋圃收來負郭村
青青菘葉白菁根
家家滿甕沈漿菜
準備三冬晶飯餐

성 밖 마을에서 가을 채소 수확하니
푸르고 푸른 배추와 흰 무 뿌리라네
집집마다 항아리에 가득 담근 김장은
삼동의 정갈한 반찬 준비한 것이라네
유만공 『歲時風謠』(重陽節)



<Figure 7> 조영석(趙榮祿 1686-1761) 채유(採乳).
서울 개인장

위 시에서도 볼 수 있듯이 가을 채소를 수확하여 집집마다 항아리에 가득 담는 김장은 보편화된 연중행사임을 알 수 있다. 이처럼 우리 민족은 겨울에 부족하기 쉬운 비타민, 무기질 등의 영양소를 가을에 미리 준비하여 균형 잡힌 식생활을 유지하여 몸을 보호하는 지혜를 발휘한 것이다.

<Figure 7>은 갓을 쓰고 도포를 입고 가족신을 신은 다섯 사람이 우유를 짜고 있는 모습이다. 가장 오른쪽에 자리 잡은 사람은 끈으로 암소의 뒷다리를 묶어 암소가 버둥거리지 않도록 하고, 한 사람은 쪼그리고 앉아 바가지로 우유를 담고 있다. 이렇게 채유(採乳)하는 이유는 타락죽(駝酪粥)을 만들기 위함인데, 타락죽은 불린 쌀과 우유로 묽게 쏘 부드러운 죽이다. 당시 타락죽은 허약한 노인에게 알맞은 영양 보충제로 쓰였으며, 궁중의 내의원에서 만들어 임금께 올렸다고 한다. 이로써 우유와 우유조리식품이 부분적으로 존재하였음을 알 수 있지만, 당시 소는 귀한 가축이었고 그 수가 많지 않았기 때문에 우유로 만든 식품이 대중화 되지는 않았을 것이다. 일반인들은 아마 염소, 산양 등의 가축에서 짠 우유로 묽게 죽을 쑀어 노인을 봉양하였을 것으로 생각된다.

七旬纔滿老公卿
入社嗜英盛代榮
靈閣清晨祇拜後
酪酥初進碗盈盈

일흔의 나이에 막 접어든 늙은 공경들
기로소 들어가니 태평성대의 영광이네
이른 새벽 영각에서 공손히 절한 뒤
주발에 가득 담긴 타락죽 처음 내오네
유만공의 『歲時風謠』(正朝)

타락죽에 관한 유 만공의 <세시풍요>를 살펴보면, 타락죽이 임금의 귀한 하사품임을 알 수 있다. 귀한 우유로 죽을 만들어 연초 노인들에게 대접하는 모습은 아름다운 우리의 미풍양속임에 틀림없다. 죽은 소화가 용이하므로 노인 식, 유아식, 병인식으로 많이 쓰이는데, 쌀을 기본으로 견과류, 어패류, 채소류 등 다양한 종류의 죽이 크게 발달되었음을 알 수 있다. 이렇듯 부드러운 음식으로 허약한 노인들의 몸을 보하는 우리 민족의 약식 동원 사상과 효(孝)사상을 읽을 수 있는 대목이라 하겠다.

3. 정(情)을 나누는 음식문화, 음식은 마음(情)이다

가족을 나타내는 말이 식구(食口)인 것처럼 한국인에게 밥상을 같이 한다는 것은 가족이 된다는 의미를 포괄적으로 내포한다. 한국인의 식단에서 밥, 국을 제외하고는 찌개, 반찬 등을 여럿이 나눠 먹게 되는데, 타액 나눔

밥상 공동체 의식이라 표현하기도 한다. 벤야민은 반복될 수 없는, 존재하는 그 순간에 사라지는 일회적인, 그러면서도 과거의 흔적을 남겨주는 순간을 ‘아우라’라는 비 의적 개념으로 포착하고 있다. 우리나라 음식문화는 특별히 ‘손가락 문화’라 특징지어 설명되듯이 찌개 등의 국물 건더기가 푸짐하게 담긴 음식이 발달하여 이러한 푸짐한 음식을 앞에 두고 흐르는 사람들 사이의 정감(아우라)이 우리만의 독특한 음식문화라 특징지을 수 있겠다. 이러한 아우라의 이야기는 ‘도루묵 이야기’에서 읽을 수 있다. 남한산성 피난 시절에 맛있게 먹었던 묵이라는 생선에게 이름을 하사하고 그것을 진상했던 농부에게 벼슬을 주고자, 임금은 임진왜란이 끝난 후 농부를 다시 부른다. 하지만 전쟁속의 아우라가 사라진 상황에서 묵이라는 생선을 다시 맛본 임금은 너무나도 맛이 없어서 ‘도루-묵이라고 하라’고 했다는 민담이 있다. ‘음식 맛은 손맛’이라는 말이 있듯이 음식의 맛은 이성적인 판단의 대상만은 아니다. 음식을 나눌 때의 마음, 주는 사람의 정(情)을 담은 마음이 더욱 음식을 맛깔나게 하는 것이다. 판소리 소설 여러 장면에서 음식을 나눔으로서 마음을 전달하고, 정을 표현하는 장면을 볼 수 있다.

먼저, 심청전에서 심청이 밥을 빌어 아버지를 봉양하는 장면이다. 여기에서 심청의 처지를 안타까워하여 ‘담아 뜬 밥이라도 아끼지 않고 덜어 주며, 김치, 젓갈 등을 고루고루 많이 주니’의 표현에서 우리는 음식을 통하여 표현된 우리 민족 고유의 나눔의 정을 느낄 수 있다.

『신재효 심청가 12-뒤, 13-앞: 심청이 밥을 빌어 아버지 봉양 장면-

밥 푸는 여인더리 뉘 안니 탄식허리 네가 밭서 저리 커서 혼주 밥을 비난고나 너의 모친 스라씨면 네 정경이 저리 되라 쌀을 탄식 셔를 초며 담어쓴 밥이라도 익기조코 더러 주며 짐치 젓갈 건기 등물 고로고로 마니 쥘니 두셔너 집 어든 거시 쌀리 혼찌 심이 녁넉케 되나고나 ~ 심청이 엿썩오디 빌어온 밥이나마 조식의 정성이니 설워 말고 졸슈시오 조흔 말노 위로 하여 그여이 먹게 하니 날마닥 어더온 밥 혼 조막의 오식이라 힘밥 콩밥 팻밥이며 보리 지장 슈슈밥이 갖가지로 다 잇씨니』

음식은 우리의 속마음을 전달하는 매개체로서의 역할을 하는데, 다음의 춘향전 두 장면을 통하여 등장인물은 같으나, 상황이 바뀔에 따라 달라지는 음식의 내용으로 표현되는 춘향모의 마음을 읽을 수 있다.

『백성환 창본 춘향가: 14-앞,뒤/춘향모 이도령에게 대접하는 장면>

상을 드리난디 통영판의 금소화고 유리접시 흘웅니 채련난디 설기 송평 절편니며 국수 착면 잿째우고 빈당 샷탕 어과조며 님상 정과 연근니오 님실 곡강 보은 디초 호도 빅조 쪼디리고 어호 육호 정복 녹코 미초리 조반 침치 구어 첨장 슈육 제육니며 디양판 갈비찜 소양판 제육점 썩벽기 조란하고 치수 경기 인삼치 도라지 수근치며 심청 푸러 핫치 하고 계란을 곁드리고 청동화로 빅탄무더 전골판 울여 녹고 찬기름을 쥘루록 부워 제조 훗초 곱초 녹코 침강 파 만를 우의 닉쿤 후의 야간이라 썩썩후옵니드 로련임 천만의 마리로세 술흔 부어들고 도련임 약쥬 바드시오』

『57-뒤: 걸인행색 어사모에게 상단이 밥차려 주는 장면-

부억의로 통통 드러가 먹든 밥 제리짐치 풋고초 단간장 님슈 씨 쇼반의 밧쳐 들고 서방님전 드리오며 더운 진지할 동안의 우선 요구나 후옵쇼셔 (말노)』

딸의 신분상승을 꿈꾸는 춘향 모에게 양반집 자제인 이도령은 백마 탄 왕자님일 것이다. 하여 귀한 과일, 전복, 약포, 수육 등의 진수성찬을 아끼던 백자접시에 담아 술 한잔 가득 부어 대접하며, 이것도 부족하여 ‘야간이라 차린 것이 없다’한다. 음식으로 표현되는 춘향모의 정성과 마음을 읽을 수 있다. 반면, 같은 이도령이 등장하지만, 상황이 전도되어 거지가 됨에 따라 춘향 모는 배고프다는 이도령을 그냥 보내려 한다. 하지만, 향단이 춘향과의 정을 생각하여 소반에 식은 밥, 김치, 풋고추, 간장 등 조출한 음식을 차려온다. 이 두 장면에서 극명하게 나타나는 것이 바로 음식 상차림의 내용이다. 음식 상차림을 통하여 우리는 등장인물들의 의식을 읽을 수 있다. 음식은 이렇게 마음속의 기호로서 작용을 한다.

『20-뒤: 이도령이 춘향을 업고 사랑가 부르는 장면-』

그러면 네 무엇 먹그라는야 시금털털 기살구를 인기 셔는디 먹의라는야 안니 그것또 너스 실어 어허둥둥 너스량이야 그러면 네 무엇 먹의라는야 칭앙의 절벽상의 쇠그르르 궁그러오난 침울숙울을 네 먹그라는야 안이 그것 또 너스 실쇼 그러면 네 무엇 먹의라는야 동굴동굴 슈박 옷 썩지 세세리고 강능빅청을 다르르 부어 불근 점만 네 먹의라는야 안이 그것 또 너스 실러 어허둥둥 너스량이야 능금을 주랴 보도를 주워야 (말노)』



〈Figure 8〉 김득신. 風俗8曲屏. 점심
도. 호암미술관

위 장면은 이도령이 사랑스런 춘향을 업고 사랑가를 부르는 장면이다. 시금한 개살구, 알차고 짙 찬 알밤, 꿀을 부은 달콤한 수박, 새콤달콤한 사과와 포도의 과일에서 느낄 수 있는 달콤하고 상큼한 두 사람의 사랑이야기다. 이렇게 음식은 전달하고자 하는 사람의 마음을 함축하여 표현한다.

음식을 나눔으로서 마음(情)을 나누는 모습들은 소설뿐만 아니라 풍속화를 통해서도 읽을 수 있다. 조선후기 풍속화는 인물이나 상황 등의 사실적 묘사가 특징적이기 때문에 한 컷의 기록 사진처럼 당시대의 모습과 의식들을 순간 포착했다고 할 수 있다. 〈Figure 8〉은 들일을 하다 일손을 멈추고 언덕 위 커다란 나무아래에 정식을 먹는 모습을 그린 김득신의 작품이다. 커다란 식기와 술병이 넉넉함과 풍요로움을 더 해 준다. 식사 중이거나, 식사와 함께 반주로 마실 술을 기다리는 일꾼들, 돌아앉아 아기에게 젖을 물리고 있는 아낙, 또 다른 술향아리를 들고 오는 소년과 강아지, 개울에서 물고기를 잡는 아이들, 나막신을 신고 징검다리를 건너오는 노인과 아이 등 여러 인물들의 다양한 포즈가 매우 자연스럽다. 서민들의 일상생활이 인물들의 생생한 표정과 함께 기록사진처럼 잘 표현되어 있다. 젊은 장정들이 일곱 명이나 되니 아마도 품앗이로 서로 돕는 듯하다. 품앗이는 일손을 빌려주거나 빌리는 서로 주고받는 전통적인 풍습이며 음식과 불가분의 관계가 있다. 이 옷 간에 일손을 도와 같이 일을 할 때 차려 내는 식사는 들일일 경우에는 들밥으로 일컬어지기도 하며, 식사 중간에 새참이 차려지기도 한다. 품앗이 식

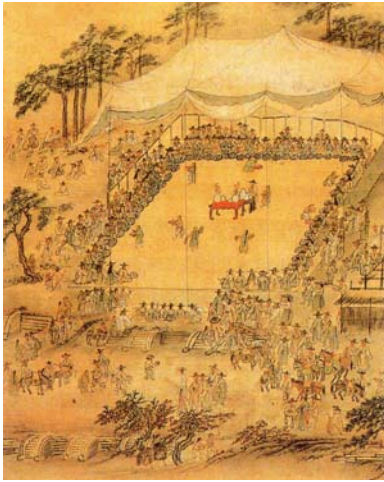
단은 공동체 전체를 위한 것이기 때문에 일반적으로 계절에 맞는 식단을 차리되 다양한 음식을 술과 함께 차려낸다(오세영, 이현 2004). 넉넉한 양의 음식을 준비하여 서로의 마음을 느끼며 정(情)을 나눌 때 그 관계는 더욱 돈독해지고 동질성을 갖게 되면서 소속감이 형성되게 된다.

〈Figure 9〉는 서민들의 삶을 주로 그린 김득신의 강변회음(江邊會飲) 작품이다. 강가 버드나무 그늘에 배를 묶어 놓고 사람들이 둘러앉았다. 자리 한복판에는 접시가 놓였고, 생선 한 마리가 통째로 드러누워 있다. 생선을 두고 한 사람은 젓가락질을 하려고 나선다. 다른 한 사람은 이미 젓가락에 낚인 살 한 점을 입에 넣고 있다. 이 두 사람의 양옆에는 역시 젓가락을 움켜쥔 두 사람이 사기로 된 밥그릇으로 손을 가져간다. 등을 보이고 앉은 아이는 왼손에 작은 사기그릇을 받쳐 들고 있고, 둘러앉은 네 사람의 뒤쪽에도 어른 두 명이 자리를 잡았다. 배 쪽에 앉은 사람은 왼손으로 술병을 쥔 채 오른손으로 술 한잔의 감미로운 맛을 들이키고 있다. 또 다른 한 사람은 이미 배를 채웠는지 무릎을 세우고 앉아서 이들의 모습을 묵묵히 지켜본다. 버드나무 뒤쪽에는 아이 하나가 배꼽 히 내다보고 있다.



〈Figure 9〉 김득신. 강변회음(江邊會飲). 간송미술관

〈Figure 10〉는 김홍도의 「기로세연계도(耆老世聯稷圖)」 작품으로 개성 만월대에서 문인들이 계회(契會)를 벌이고 있는 광경을 그린 그림이다. 중앙에 큰 잔치상이 하나 놓여 있고, 이를 중심으로 계원들이 사각형 모양으로 둘러 앉아 있다. 저마다 일인용 술상을 받고 앉아 있는 계원들 앞에 시종들고 있는 동자들이 바쁘게 움직



〈Figure 10〉 김홍도. 기로세연계도(耆老世聯契圖). 개인소장

이고 있는 모습이 보인다. 앞쪽 계단 위에는 잔치의 흥을 돋우는 풍각쟁이들이 일렬로 앉아 음악을 연주하고 있고, 그들 앞쪽에서 두 명의 무동(舞童)이 풍악 소리에 맞춰 춤을 추고 있다. 그림 왼쪽 소나무 숲에는 기로연에 참석지 못한 구경꾼들이 술을 파는 들병이 주위에 둘러 앉아 잔술을 마시고 있다. 연회장 오른쪽으로 음식을 장만하는 가건물이 보이고, 그 곳에서 음식을 내어 오는 아녀자들의 걸음이 바쁘다. 주변 마당에는 계원을 태우고 왔을 말, 그리고 그들을 따라온 것으로 보이는 무리들이 서성이고 있다. 왼쪽 소나무 아래에는 계획에는 관심이 없는 듯 따로 춤판을 벌이고 있는 사람들이 있는가 하면, 주모를 둘러싸고 자기네들끼리 술잔을 기울이는 술꾼들도 있다. 전체 화면에 등장하고 있는 250여 명의 사람들을 자세히 살펴보면, 어린이, 마부, 그리고 저 혼자 술에 취해 땅바닥에 주저앉아 있는 취객, 심지어는 병거지를 쓰고 밥 빌러 온 거지의 모습도 보인다. 이처럼 많고도 다양한 사람들이 모여 북적대는 연회장 주변

풍경은 동네잔치를 방불케 한다. 기로 연(耆老聯)은 조정이 사대부들을 위해 베푸는 일종의 경로잔치이지만 그들만의 잔치가 아니라, 이웃과 함께하는 축제였던 것이다. 조흥윤 교수는 한국 음식문화의 특징으로 잔치음식과 발효음식 그리고 정성(情誠)을 그 특징으로 들었다(조흥윤 1998). 음식에 대한 정성(情誠)은 잔치음식에서 잘 확인하게 되며, 음식 자체만이 아니라 그것을 먹는 사람에게도 세심하게 쏟아지는 배려인 것이다. 음주가무와 함께하는 축제현장에서 정성 드린 음식을 이웃과 함께 나누는 것이 마음을 나누는 것이요, 정(情)을 나누는 것이다.

4. 기원(祈願)을 담은 음식문화, 음식은 소망이다

예기에 의하면 사람이 죽으면 혼기와 형백으로 분리되어 혼기는 하늘로, 형백은 땅으로 돌아간다고 한다. 주자가래 이후 양신(혼기)은 서와 직에 섞을 혼합해 태음으로써 불러 모시는 대신 향을 피워 모시는 것으로 바뀌었으며, 음신(형백)은 울창주를 땅에 부음으로써 불러 모시는 대신 술을 모사에 부어서 모시는 것으로 바뀌었다. 제사를 통해 양신은 음성의 음식을 잡수시고, 음신은 양성의 음식을 잡수시게 됨으로써 양신과 음신은 합체가 되며, 이에 따라 자손들에게 복을 내려주는 존재가 될 뿐만 아니라 제사음식은 제례를 거치면서 신이 잡수시고 남기신 신성한 음식으로 바뀌어진다. 제사를 행하고 난 이후의 음식은 음복이라는 과정을 거쳐서 신의 축복이 전달되는 매개체로서의 역할을 하는 것이다. 이때, 한 항아리의 술을 신과 가족 모두가 함께 나누어 마시는 것은 가족의 결속을 다지는 행위였다.(김상보 2006) 또한, 주영하(2005)는 재물은 원래 신령을 기쁘게 하기 위해 마련된 것이지만, 신령에게 바쳐진 후 다시 사람들에게 나누어 줌으로써 신령과 인간이 교감을 이루는데 쓰인다 하였다. 즉 재물은 관념의 세계와 실제 세계를 이어 주는 매개물이라 하였다.

판소리 소설 곳곳에서 신에게 축복을 비는 행위가 묘사되는데 그곳에는 언제나 정성들인 음식이 놓여져 있으며, 때로는 이른 새벽에 우물에서 길어 온 깨끗한 정화수가 소원을 비는 사람의 정성을 담아 놓이게 된다. 심청전에서 심청어미가 해산할 때 심봉사는 세 사발 정화수로 삼신상을 차려 지성으로 순산을 비는 장면이 나온다. 사람들의 생명을 유지하는데 물은 매우 중요한 구실을 하며, 농업을 주로 해 온 우리 전통사회에서 물은 곡물이 익는데 반드시 필요한 것이었다. 그래서 물은 특별히 귀하고 아껴야 하는 것으로 인식되었고, 그 중에서도 이른 새벽에 우물에서 길어 온 물은 더욱 고귀한 것으로 여겨졌다. 심봉사의 사랑과 정성을 깨끗한 정화수에 담아 천지신명께 간절히 기원하는 것이다.

『이선유 창본 심청가: 심청어미 해산할 때 심봉사 삼신상 차려 기원하는 장면

해복 기미가 있는데 아이고 배야 아이고 허리아 심봉사가 일변은 반갑고 일변 놀내야 집 한 줌을 정이 추려 새사발 저오하수 새 소반에 받쳐노코 심봉사 의관을 증제하고 지성으로 비는 말이 고이 순산식켜주오 혼미중에 탄생

하니 선인옥녀 쌀이로다』

심청전에서 심청이 인당수 가기 전 새벽 어머니 산소에 찾아가 밥 한 그릇, 술 한 병, 나물 한 접시를 차려놓고 하직인사를 하는 장면이 나온다. 이 음식들은 평소 일반 백성들이 반주를 곁들인 일상식의 한상임을 알 수 있다. 여기에서 신령이 싫어한다는 고추음식인 김치가 빠져있긴 하지만, 신령에게 올리는 음식이 때론 평소에 인간들이 즐겨 먹었던 음식인 것이다. 이렇듯 신령이란 실제로 인간이 지닌 대부분의 특성을 지녔다고 생각하며, 신령들이 좋아할 것으로 예상되는 제물들 대부분은 그것을 준비하는 인간들이 먹기에, 생각하기에도 합당하기 때문에 선택하는 것이다. 우리 민족에게 신령은 늘 가까이에서 살아있는 사람들과 함께 한 것임을 알 수 있다.

『신재호 심청가 17-뒤,18-앞: 심청이 인당수 가기 전 어머니 산소에 하직인사-

달밭소 김푼 밥의 밥 훈 그릇 정이 지여 현주를 병의 너코 나무식 훈 접시로 모친 손쇼 초저가셔 계후의 진설
후고 익통후며~우리 모친 스명일은 고스후고 제스날리 도라운들 보리밥 훈 그릇술 뉘가 초려 노와 주며 ~훈인
들 만나것쇼 니 손의 처린 제물 망중 흥향후옵쇼셔』

다음은 심청이 인당수 빠지기 전 고사 장면이다. 이 고사 장면에는 그 고사의 규모를 알 수 있듯이 음식의 단위가 굉장히 큰 것을 볼 수 있다. 술도 동의 썰, 밥도 성밥을 짓고, 소, 돼지도 통째로 삶아 놓고, 삼색과일과 오색의 탕수 등 갖은 음식을 차렸다. 이렇게 규모가 큰 곳이나 고사에 빠지지 않고 등장하는 귀한 제물이 있으니, 바로 돼지이다. 돼지는 우리나라에서 약 2000여 년 전에 사육되기 시작한 것으로 여겨진다. 돼지는 굵에서 대강을 상징하는데, 이는 지상을 관장하는 신령들과 관련을 맺고 있다 믿기 때문이다. 돼지는 풍년과 평안을 구하는데 영험을 지닌 제물인 것이다.

『신재호 심청가 23-뒤: 심청이 인당수 빠지기 전 고사장면

의복 너여 입고 고스를 초릴 적의 동의 술 썰밥 짓고 윈 쇼 머리 스지가마 큰 칼 쇼즈 울여 노코 큰 돛 잡아
통차 살마 기난 다시 밧쳐 노코 승식실과 오식탕슈 어동육셔 좌포우혜 뉘후우푼 버러 노코 심청을 목욕시켜 소복
을 정이 입페』



〈Figure 11〉 신운복. 무녀신무(巫女神舞). 간송미술관

음식에 기원을 담아 복을 비는 장면은 소설뿐만 아니라 풍속화에서도 찾아 볼 수 있다.

<Figure 11>는 여자 무당이 트레머리 위에 갓을 올려놓고 왼손에 부채를 든 채 춤을 추고 있다. 무당 앞에는 굵을 청한 집에서 나온 사람인 듯 부녀 네 명이 앉아 무엇인가를 기원한다. 무당의 춤에 반주를 넣기 위해 장구 잡이와 피리꾼이 두루마기를 허리춤에 모은 채 악기를 다룬다. 돌을 쌀아 올린 담 너머에는 맨상투의 청년이 별난 구경거리라도 생긴 듯이 굵판을 바라보고 있다. 굵의 규모가 매우 간소하며, 무당 뒤 대청마루에는 개다리 소

반위에 차린 제물상 하나와 광주리만 보인다. 굵을 청한 흰 소복의 여인은 쌀을 바쳐놓고 두 손을 비비면서 신에게 소원을 이루게 해달라고 간절히 빌고 있다. 형편이 넉넉지 않아 많은 음식을 차릴 순 없지만, 우리의 근본이 되며 생명을 상징하는 쌀을 신께 올리며, 정성을 다하여 간절히 소원하는 것이다. 이렇게 신께 우리의 간절함을 기원하기 위해 정성과 마음을 음식에 담아 기원하는 것이다. 여기에서 음식은 신께 드리는 우리의 마음 표현이며, 신과의 연결을 위해 없어서는 안될 귀중한 매개체인 것이다. 이 굵이 끝나고 나면 참석했던 모든 사람들은 소반위의 음식을 나눠 먹게 될 것이다. 또한, 참석하지 못한 사람들을 위해 조금씩 싸가지고 갈 것이다. 이러한 행위는 신의를 자기 속에 나눠 갖는 상징적 종교 행위인 것이다. 이것을 먹으면 병도 안 걸리고 액도 사

라진다는 믿음이 있는 것이다. 제사음식이나 굿 음식은 나눠 먹어야 한다는 습속화된 주술 행위가 공동체의 공동의식을 결속시키는 신통력 있는 음식으로 변형되기도 한다.

음식에 마음을 담아 기원하는 것은 굿이나 제사 뿐만 아니라, 백일이나 돌잔치와 같은 통과의례의 현장에서도 많이 볼 수 있다.

IV. 한식(韓食)의 미학

여기서 굳이 ‘한국음식의 미학’이라고 이름붙인 이유는 다음과 같다. 각 개별 한국음식에 담긴 내용과 의미를 아름답게 풀어내고 싶었기 때문이다. 그동안 한국음식에 대한 소개가 개별 우리 음식소개라는 단편적인 내용에 그쳤기 때문이다. 사실, 미학의 의미는 잘 모르지만 이 글에서도 소개한 ‘규합총서’라는 조선시대 가정 대백과 사전을 읽고 가장 감동한 부분은 각 음식을 만들고 나서 하는 말이 ‘맛이 아름답기 그지없다’라는 표현이었다. 그래 우리의 선배들은 음식을 이렇게 맛의 미학으로 풀었구나. 라고 생각했다. 그래서 그런 아름다움의 생각을 가지고 우리음식에 접근해 보고 싶었다. 아름다운 한국음식으로 말이다.

1. 섞임의 미학을 보여주는 음식

우리 음식 가운데 세계화에 많은 부분 성공했고 그래서 대표적인 한국음식으로 떠오르는 것 가운데에는 비빔밥을 빼놓을 수 없다. 이 비빔밥이 독특한 음식이다. 우리는 워낙 익숙해 있어 특이함을 모르지만 세상에 비빔밥처럼 그렇게 많은 음식재료들을 뒤죽박죽 섞어서 먹는 음식은 어디에도 없다. 비빔밥을 처음에는 매우 아름다운 음식이다. 그런데 빨간 고체성 액체(고추장)를 넣은 다음 그 질서를 순식간에 파괴하기 위해 마구 뒤섞는다. 그래서 색깔이 원래와는 아주 다른 음식이 된다. 뿐만 아니라 그 맛이 아주 독특하다. 여러 음식이 서로 섞여 차원이 전혀 다른 맛을 만들어내기 때문이다. 그러면서도 그 안에 있는 재료들의 맛이 다 난다. 이와 같이 새로운 맛과 원래 재료들의 맛이 다 나는 데에 비빔밥의 ‘신비’가 있다. 이는 섞이기 좋아하고 무리 짓기 좋아하는 한국인의 특성을 잘 반영해 주는 음식이라고 생각된다. 비빔밥 외에도 섞어 만드는 한국음식은 많다. 이러한 음식들을 살펴보기로 하자.

세계적인 음식, 비빔밥



비빔밥은 원래 골동반(骨同飯, 혹은 骨董飯)이라 불렀는데 한자는 별 의미가 없고 다만 어지럽게 다 섞는다는 그런 뜻을 갖고 있다. 비빔밥은 이제 한국을 대표하는 음식이 되었을 뿐만 아니라 세계적인 음식이 되었다. 특히 일본에서는 그 인기가 절정이라고 한다. 일본인들은 한 걸음 더 나아가서 한국 비빔밥을 패스트푸드화하는 상품 전략까지 선보였다. 그러니까 종이로 만든 1회용 용기에 밥과 나물, 그리고 소스를 담아서 테이크-아웃 음식으로 개발했다.

그런데 이 음식은 조선 초에는 등장하지 않다가 거의 1800년대 말엽에 나온 조리 서에 처음으로 등장한다. 만일 전통을 아주 오래 된 과거에만 한정해서 보려는 사람이 있다면 이 비빔밥은 전통음식이라고 보기가 어렵다. 늘 전통은 새롭게 창조된다는 의미에서 보아야 하며 그런 의미에서 비빔밥은 창조적 전통음식이다.

비빔밥이 어떤 음식인가? 우선 잘 지은 밥에 몸에 좋은 온갖 채소, 그리고 약간의 소고기가 들어간다. 그 다음에 이 모든 것들을 버무리는 소스로 고추장이 들어간다. 우리가 일반적으로 건강식은 식물성 음식 대 동물성 음식이 8 대 2가 되어야 하는데 이 비빔밥이 바로 그런 양상이다. 정확히 말하면 8~9 대 1~2 정도가 되는 건강식이다.

섞이기 전의 비빔밥을 보고 있노라면 잘 가꾸어진 꽃밭을 보고 있는 느낌이 든다. 노란 콩나물(혹은 숙주나물), 하얀 도라지나물, 나무의 자연색을 닮은 고사리나물, 그리고 조물 조물 양념해 잘 볶은 소고기(혹은 선연한

붉은 색의 육회)와 야들야들한 청포묵 등이 어우러지고 거기다 고풍으로 색색의 달걀 지단, 완자등이 곁들여지고.... 그야말로 ‘백화요란(百花燦亂, 온갖 꽃이 불타오르듯이 찬란하게 핀다는 뜻)하니 화반(花飯, 꽃밥)’이라고 할 만하다.

이처럼 꽃처럼 아름다웠다가 완전히 뒤섞이면서 더 맛있어지는 것이 비빔밥이다. 섞어서 맛의 상승효과가 날 뿐만 아니라 개개 재료의 특성이 함께 어우러져 또 다른 절묘한 맛을 낸다. 이 비빔밥은 우리 민족의 특성과 많이 닮아 있는 음식이라는 생각이 든다. 함께 섞이고 우리 짓기를 좋아하는 게 우리 민족의 특성인데 비빔밥이야말로 섞임의 미학을 가장 잘 나타내준 음식이 아닌가 하는 생각이 든다. 한국인들이 이렇게 여러 요소들을 뒤섞어서 하나로 만드는 것을 총칭해서 어떤 이는 ‘한국문화는 보따리 문화다’라고 하였다. 한국인들은 어떤 내용물 이든지 보따리로 싸서 들고 다니는 것을 좋아한다.

그리고 이들을 결합시켜주는 역할을 하는 고추장도 대단한 식품이다. 고추장 없는 비빔밥은 생각하기도 힘들다. 고추장의 대단함은 비빔밥에 들어가는 여러 채소들이 갖고 있는 다양한 맛을 한 가지로 통일시켜 주되 그 다양한 맛들을 연결시켜준다는 데에 있다.

이 비빔밥의 연원은 헛제사밥이라고 보기도 한다. 헛제사밥도 비빔밥의 일종이다. 그런데 여느 비빔밥과는 조금 다르다. 우선 헛제사밥은 위에서 본 비빔밥처럼 꽃밭같이 아름답게 꾸미지는 않는다. 제사 지내고 남은 것을 모아놓은 것이니 그다지 아름다울 것은 없다. 그러나 이 음식은 다른 데에 의미가 있다. 한 마디로 신인공식(神人共食)의 음식이라는 것이다. 조상들에게 바친 음식을 후손들이 먹게 되니 조상들과 하나가 되는 것이다. 뿐만 아니라 그것을 후손들이 따로따로 먹는 게 아니라 비벼서 모두 같이 먹게 되니 후손들 사이에서도 하나됨의 정신을 기릴 수 있다. 헛제사밥은 비빔 때 고추장을 쓰지 않는다는 점이다. 뿐만 아니라 파, 마늘 같은 강한 양념도 피하고 무친 각종 나물에 밥을 비벼서 먹는데 고추장 대신에 간장을 쓴다. 그리고 간간이 찐 조기나 도미, 상어 고기 등을 곁들여서 먹기도 한다. 어쨌든 이 음식은 공동체 의식을 다졌던 음식으로 기억될 만하다. 섞어 먹는 미학은 비빔밥에서 끝나지 않고 다른 많은 음식들에서도 나타난다.

화해의 음식 : 탕평채

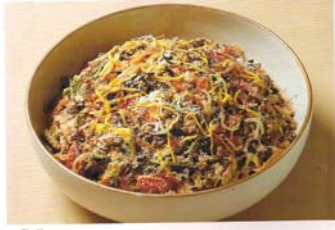
영조대왕 때 실시했던 ‘탕평책’이란 정책을 대부분 기억할 것이다. 그런데 균형과 조화를 상징하는 일명 ‘탕평채’라는 음식에 대해서 들어보신 적이 있는가? 탕평채를 설명하려면 우선 탕평책부터 알아야 한다. ‘탕평’이라는 단어의 뜻이 어느 쪽에도 치우치지 않는다는 의미이듯이 탕평책이 사색당파의 갈등을 극복하기 위해 만든 정책이었다는 것 정도는 대부분의 사람들이 알고 있다. 그리고 이 정책이 조선시대 영조가 당쟁의 뿌리를 뽑아 봉당의 폐단을 없애고 왕권신장을 위해 취했다는 것도 잘 알고 있다.



탕평채는 바로 탕평책의 이러한 의지를 잘 표현하고 있는 음식이다. 탕평채란 다른 아닌 청포묵무침을 말한다. 그런데 이렇게 만든 묵무침을 왜 탕평채라고 했을까? 옛날 조리서에 의하면 송인명이라는 젊은 학자가 시장 앞을 지나다가 여러 야채를 섞어서 만든 이 나물채를 보고 깨달은 바가 있어 탕평채라는 이름을 붙였다고 한다. 그러니까 여러 나물들과 묵을 잘 섞어 무침을 만들었듯이 사색 당파도 잘 섞어 탕평사업을 제대로 해보자는 의미에서 상징적으로 이 나물을 탕평채라고 했다는 것이다. 오늘날의 입장에 서서 이 음식이 각기 개성이 다른 식품 재료를 가지고 각 식품 재료의 맛을 알알이 살리면서도 또 함께 공동체의 선(善, 혹은 맛)을 살려 낸 음식이라고 재해석하고 싶다.

당면이 없는 잡채, 원조 잡채

잡채란 음식도 동물성인 고기와 여러 야채 및 당면을 섞어 만드는 것이니 섞임의 철학이 위력을 발휘하는 음식임에 틀림없다. 그런데 왜 원조라는 말을 썼는가? 최근에 원조라는 말이 유행이다. 원조 설렁탕, 원조 낙지 집, 원조 아구찜 등등. 다른 음식들이 모두 가짜이기라도 한 듯 원조라는 말을 붙이기 좋아하는데 실제로 원조라는 말을 붙이면 장사에도 효과적인 모양이다. 그래서 원조 잡채라는 말을 해본 것이다. 잡채는 현재 한국 사람들이 가장 즐겨 먹는 음식이고, 외국인들을 대상으로 한국음식의 선호도를 조사해 보면 늘 수위를 차지하는



음식이다. 그래서 그런지 사람들은 지금 우리가 먹는 잡채를 지극히 전통적인 음식으로 믿고 있는 것 같다. 그런데 사실은 그게 아니다.

원래 한국의 전통적인 잡채에는 당면이라는 재료가 이용되지 않았다. 보통 잡채라고 하면 사람들은 당연히 당면을 가장 먼저 떠올리고 당면이 없는 잡채는 생각하기도 어려울 것이다. 그런데 우리의 전통 잡채는 쇠고기와 같은 육류에 온갖 종류의 채소를 함께 넣어 버무렸을 뿐 당면은 넣지 않았다. 그러나 이 원조 잡채는 당면만 들어가지 않았을 뿐이지 여전히 섞임의 미학이 강하게 반영된 음식이다. 여기에 비교적 최근에 개발된 당면이 들어가면서 요즘과 같은 형태의 잡채가 만들어진 것이다.

여기서 강조하고 싶은 것은 전통이라고 해서 변하지 않는 게 아니라는 것이다. 변하지 않는 전통은 하나도 없다. 지금 우리가 먹는 당면은 개발된 지가 얼마 안 되는 식품인데 사람들은 곧 이 당면이 잡채와 잘 어울린다는 것을 알아차렸다. 게다가 당면은 원래의 잡채가 갖고 있는 취약점을 보완해주는 역할도 한다. 당면을 넣지 않고 만든 과거의 원조 잡채는 고기와 채소가 어우러진 좋은 음식이기는 하지만 한 가지 빠진 게 있다. 무엇일까? 고기의 단백질과 채소의 비타민 성분, 그리고 볶는 데에 사용된 기름의 지방성분은 있지만 곡류 중에 있는 탄수화물 성분이 없다. 취약점을 보완하기 위해 전분성분으로 된 당면을 넣음으로써 한 끼 식사대용으로도 우리가 전혀 없는 음식을 창조해 낸 것이다. 이렇게 해서 영양적으로나 맛으로나 우수한 음식인 잡채가 만들어졌으니 오히려 당면 없는 원조 잡채보다 더 우수한 음식이 되었다고 할 수 있다.

또 이렇게 당면을 넣고 만든 잡채가 현대인의 구미에는 더 맞는 모양이다. 그런데 요즘의 잡채를 보면 한심하다. 왜냐면 값싼 당면만 잔뜩 들어가 있고 다양한 종류의 채소나 고기, 버섯 같은 게 제대로 들어가 있지 않기 때문이다. 앞서 ‘한국문화는 보따리 문화다’라는 주장을 거론했는데 이 주장이 사실이라면 이런 원리가 반영된 음식이 훨씬 더 많을 것이다. 이런 원리를 나타내는 음식 문화 가운데 가장 유명한 게 뭐든지 쌈에다 싸서 먹는 보쌈문화일 것이다. 밥이고 고기고 쌈에다 싸서 고추장이나 된장을 발라먹는 문화는 이리 보든 저리 보든 한국 특유의 음식문화인 것 같다.

섞임의 철학을 오행 론에 실어서 구현한 음식: 구절판



깨끗한 교자상 차림에 올라가 있는 구절판은 매우 아름다운 음식이다. 구절판이란 9개의 칸으로 나뉘어져 있는 그릇을 말하는데 그 각각의 칸에는 제각기 다른 음식들이 담긴다. 반질반질한 칠기 찬함에 색 맞추어 담긴 음식재료들을 보면 너무 아름다워 저걸 어떻게 먹어치울 수 있을까하는 비장한 마음까지 드는 음식이다. 그렇게 예쁘다. 그런데 이 음식에는 높은 철학이 숨겨져 있다. 따라서 이 음식은 그 안에 담겨 있는 철학적 의미를 알고 먹어야 최소한의 예의가 아닌가 싶다.

사실 철학이나 사상에 무지하고 이론을 잘 모르는 사람도 우리 음식에는 음양오행사상이 실천되고 있는 것을 알고 있다. 많은 전통음식 가운데에서도 음양오행의 철학이 극도로 잘 실현된 음식이 바로 구절판이다. 구절판에는 우선 음(식물성 식품)과 양(동물성 식품)의 음식들이 적절히 조화를 이루고 있다. 그런가 하면 각 음식들은 제각각 오방색(청, 적, 황, 백, 흑)과 오미(五味: 시고, 쓰고, 달고, 맵고, 짠맛)를 지니고 있어 기가 막힌 조화를 보여주고 있다. 게다가 이 재료들을 한 번에 느끼며 먹을 수 있도록 가운데 칸에는 밀전병을 놓아 함께 싸먹도록 하였다. 바로 쌈문화의 결정판인 셈이다.

그런데 영양도 정말 충실한 게 바로 이 구절판이다. 구절판은 우선 다양한 채소류(오이, 숙주나물, 당근)가 기본을 이루고 여기에 육류(쇠고기, 천엽)와 버섯류(석이버섯, 표고버섯), 해산물(해삼, 전복)이 첨가된다. 그리고 식욕뿐만 아니라 눈을 즐겁게 하기 위해서 노랑고 하얀 달걀지단을 함께 넣은 다음 얇디얇게 부친 밀전병으로 이 음식들을 전부 싸다. 이것을 그냥 먹어도 되지만 새콤한 초간장에 찍어먹으면 그 맛은 어디에도 비길 데가 없다. 아울러 이 음식은 영양학적으로 보아도 나무랄 데가 없다. 빠진 영양소가 없기 때문이다. 구절판 음식에는 탄수화물(밀전병)과 단백질(쇠고기, 달걀), 그리고 지방(볶기 위해 쓰는 식물성기름)과 비타민(각종 채소와 버섯류), 무기질(천엽과 수산물)과 같은 5대 영양소가 함께 어우러지고 있는 것을 알 수 있다.

그런데 이렇게 기막힌 구절판이 조선시대의 조리 서에는 보이지 않는다. 그래서 상당히 최근의 음식으로 추정할 수도 있겠지만 칠기 구절판 찬합이 경주의 천마총에서 출토된 것으로 보아 사실은 아주 오래된 음식일 수도 있다. 그러나 신라시대의 칠기 구절판 찬합에는 전혀 다른 음식재료들이 담겨 있었을 수도 있다. 지금으로서는 전혀 알 수가 없다. 그렇지만 천년을 이어져 오는 동일한 식기를 보면 천년 전에 이미 이렇게 아름다운 그릇을 만들어낸 장인의 마음이나 이 그릇에 담길 아름다운 음식을 만들었던 장인의 마음을 한번이라도 헤아려야 하지 않을까 하는 생각이 든다.

신선이 남기고 간 냄비 하나 : 신선로

신선로(神仙爐)는 우리 음식을 대표하는 요리 중의 하나이다. 요즘 사람들은 신선로라는 요리를 잘 모를지 몰라도 한국을 대표하는 음식 관광객자 같은 데에 단골로 등장하는 음식이 바로 이 신선로이다. 그래서 사진에서 보는 것처럼 모양이 아름다운 신선로 틀의 그릇모양은 아마 누구라도 기억할 것이다. 그릇 가운데에 백탄을 넣는 연통 같은 것이 있어 연료가 타는 냄새를 맡으면서 상 위에서 직접 끓여가며 먹는 아주 독특한 음식이 이 신선로이다.



신선로는 한 마디로 온갖 동식물의 귀한 재료가 다 들어가 오묘한 국물 맛을 보여주는 최고의 음식이다. 그래서 궁중에서는 이 음식을 입을 즐겁게 하는 음식이라는 뜻에서 열구자탕(悅口子湯)이라고 불렀다. 신선로라는 이름은 다음과 같은 전설에서 나왔다. 많은 사람들이 중국과 일본의 여러 문헌을 빌려 이 음식의 유래를 설명하지만 이 전설과 신선로를 연결시키는 게 제일 합당할 것 같아 이 전설을 소개하고자 한다.

이 이야기는 흥 선표라는 사람이 쓴 『조선요리학』이라는 책에 나온다. 주인공은 연산군대에 살았던 정 희량이라는 사람이다. 이 사람은 양반이면서도 시문뿐만 아니라 음양학에도 밝았다. 그러니까 요새말로 하면 도술이나 점복 술 같은 데에 관심이 많았던 모양이다. 이 사람이 자신의 운명에 대해 점을 쳐본 모양이다. 자신이 먼저 알았는지는 모르지만 그는 무오사화에 연루되어 의주로 귀양 간다. 몇 년이 지난 후 돌아왔는데 귀양지에서 완전 도사가 된 그는 앞으로 이번 사화보다 더 심한 사화가 있을 테니 깊은 산중에 들어가서 중이 되겠다 하면서 집을 나간다. 그 뒤부터는 이름을 이천년(李千年)이라 고치고 산수를 방랑하면서 지내게 된다. 이 뒤부터 그는 선인의 생활을 한 모양인데 그가 음식을 해먹는 방법이 눈길을 끈다. 물과 불이 조화를 이룬 화로를 만들어 그 화로 하나만 가지고 다니면서 음식을 해먹었다는 것이다. 그 조리법이 바로 지금의 신선로와 같았다. 이 화로에다 여러 가지 채소를 한 데 넣어 익혀 먹었다. 후에 그가 신선이 되어 세상을 떠난 후에 세상 사람들이 그 화로를 신선로라 부르게 되었다. 신선이 쓰던 화로이니까 신선로가 되는 것이다.

개인적으로 열구자탕이라는 이름보다 신선로라는 이름을 더욱 더 좋아하는 것은 바로 이런 이유에서이다. 평생 화로 하나만을 끼고 다니면서 음식을 끓여 먹다가 결국은 신선이 되었기 때문에 신선로라고 불렀다는 것, 이 얼마나 맛있는 이야기인가? 사실은 이야기나 맛있지 진상은 이런 게 아닐 것이다. 신선이라기보다 거지에 가까웠을 것이다. 산간에서 생활하면서 먹을 것도 없었을 테니 그 화로에 넣은 채소도 변변치 못했을 것이다. 그런데 지금 우리에게 전해져 내려오는 신선로는 정 희량의 신선로와는 정반대로 음식사치의 전형을 보여주는 음식이다.

그런데 음식사치의 전형이라고 했는데 이는 여기에 들어가는 재료가 고급이고 종류가 많기 때문이다. 쇠갈비 고기, 양, 천엽을 데쳐 채썬 것, 닭고기나 꿩고기를 기름에 데쳐내어 채 썬 것, 붕어나 송어를 전유어(煎油魚, 물고기를 얇게 저며 가루나 달걀을 씌워 기름에 지진 것)로 만들어 잘게 썬 것, 마른 전복, 해삼, 파, 부추, 미나리, 순무뿌리, 무 뿌리, 생강, 고초(추), 천초, 호초(추), 잣, 대추, 은행, 달걀 흰자위 등등 다 하면 25 가지가 넘는다.

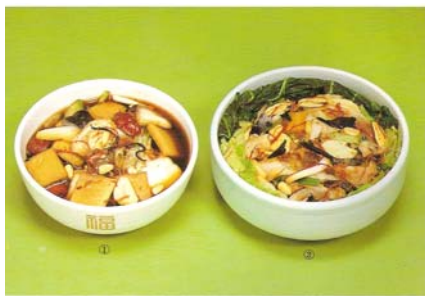
신선로는 참으로 대단한 음식이다. 음식을 만드는 방법도 특이하고 들어가는 재료도 다양하기 그지없고 만드는 방법도 보통 복잡한 게 아니고 이 정도 되면 이걸 궁중에서나 해먹지 웬만한 사대부 집안에서도 만들기 어려웠을 것이다. 그런데 이렇게 많은 재료를 넣어서 끓이면 과연 맛이 제대로 나올까? 다 섞여 가지고 이상한

맛이 나는 것 아닌가 고 생각하기도 한다. 그렇게 20여 가지가 되는 재료를 넣고 끓였는데도 영성한 맛이 아니라 모든 재료의 맛이 어울려져서 형용할 수 없이 훌륭한 맛이 나온다. 그래서 신선로가 대단하다는 것이다. 결론적으로 보면 한국인들은 뭐든지 섞어서 비벼 먹든지 끓여먹든지 간에 여러 재료들을 혼합해서 먹는 데에는 일가견이 있다. 그런 의미에서 앞으로는 우리문화를 보따리 문화라 하지 말고 신선로 문화라 하면 어떨까 싶기도 하다.

2. 기다림의 미학을 보여주는 음식(발효음식), 김치, 간장, 된장

우리 음식의 특징을 말할 때 빼놓을 수 없는 것은 발효식품이 많다는 것이다. 이것은 웬만한 한국인은 다 알고 있다. 말할 것도 없이 김치가 그 대표적인 것이고 간장, 된장도 빼놓을 수 없다.

민족의 음식 : 김치



지금은 이 김치가 민족의 음식이 되어버렸지만 얼마 전까지만 해도 우리는 김치 특유의 냄새 때문에 김치를 숨기고 부끄러워했다. 그러던 김치가 이제는 우리 민족의 자존심이 되어 버렸다. 그리고 모두들 김치라면 그 맛이나 건강성, 영양의 우수성 등에 대해서 한 마디 짚은 할 수 있는 음식이 되었다. 김치 한 주제만으로 쓰여진 책들도 나오고 어떤 대학에는 김치만을 연구하는 김치 연구소도 있다. 게다가 요즘은 지방 자치단체에서 대규모로 김치 축제까지 벌이는 판국이다. 그래서 또 김치 이야기를 한다는 것이 좀 부담스럽다.

한국의 음식학자들은 김치를 두고 한국인이 채소를 원료로 하여 만들어낸 음식 중에 가장 뛰어난 발명품이 아닌가 하는 조심스러운 단정을 내리고 있다. 채소를 단순히 소금에만 절인 '저(菹)'의 형태는 중국에도 있었고 일본에도 있었다. 특히 중국의 '저'를 우리나라 김치의 원조라고 주장하는 식품학자도 있다. 그러나 한국 김치의 특징이 어디에 있는가를 알면 중국의 '저'를 한국 김치의 원조라고 주장하는 것은 잘못되었다는 것을 알 수 있다.

김치가 어떤 식품인지 자세히 살펴보자

최고의 발명품인 김치

김치는 우선 배추와 같은 채소에 온갖 종류의 동식물성 양념들이 어우러지고 적절하게 혼합되어야 한다. 그리고 이런 것들이 함께 발효과정을 거치면서 몸에 이로운 유산균을 비롯한 여러 요소들을 만들어내야 비로소 김치라 불릴 수 있다. 이와 같이 김치는 중국의 저와는 근본적으로 다르다. 김치는 한국 음식의 대표적인 원리처럼 말해지는 '섞음의 미학'을 잘 실천한 음식이다. 채소에다가 여러 양념을 넣은 다음 멸치나 새우 같은 동물성 식품을 발효시켜 만든 젓갈을 섞어서 전혀 다른 형태의 음식을 만들어 낸 것이 김치이다. 그래서 김치를 두고 최고의 발명품이라고 하는 것이다.

특히 임진란 이후에 일본을 통해 들어 온 고춧가루를 김치에 이용한 지혜는 매우 놀라운 것이다. 고춧가루의 매운 성분을 포함하고 있는 게 '캡사이신'이라는 물질은 비타민 C가 풍부해 항산화제의 기능을 한다. 우리 인간의 노화 과정은 산화로 설명하기도 하는데 산화를 억제하면 노화가 더디게 진척된다. 또한, 고추는 미생물의 부패를 억제하는 기능이 있어 음식물을 쉬 상하지 않게 한다. 일본의 채소절임과 명백히 구분되는 특징이 여기에 숨어 있다. 즉 일본의 채소절임은 소금을 저장의 목적으로 쓰기 때문에 많이 넣어야 한다. 따라서 짜게 절여지게 된다. 중국의 채소절임도 이와 크게 다르지 않다. 그러나 한국의 김치는 고춧가루를 사용하기 때문에 소금을 조금 넣어도 된다. 그래서 크게 짜지 않으면서도 비교적 오랫동안 저장이 가능해진다. 그런 의미에서 김치에 고춧가루를 사용한 것은 대단히 과학적인 지혜인 것이다.

김치의 역사

부족국가시대 : 순무, 가지, 부추 등을 소금으로만 절인 형태

통일신라시대-고려시대 : 장아찌 형태에 머물렀던 삼국시대와 달리 장아찌류와 동치 미, 나박김치류로 분화하여 발달. 오이, 부추, 미나리, 죽순 등 김치에 들어가는 채소류 다양.

조선시대 : 조선 중기 고추가 유입되어 김치 양념의 하나로 자리 잡음
고추의 상용으로 다양한 젓갈 사용. 통배추 육종 재배

김치의 종류에는 어떤 것들이 있을까? 지금까지 알려진 김치의 종류는 약 200여 종에 달한다. 아마 세상의 어느 민족도 단일 음식만으로 200여 종 이상을 개발해내는 끈기를 가진 민족은 드물 것이다. 소금에 절인 채소인 “저” 한 가지를 놓고 끊임없이 생각하고 새로운 재료를 넣어 시도해 만들다 보니 200여 가지가 된 것이다. 김치 종류만 가지고 이야기하면, 서유구가 1827년에 쓴 『임원십육지』에 이미 90가지 이상의 김치 종류가 나온다. 그는 이것을 크게 4 종류로 나누어 보고 있다. 즉, 소금에 절인 김치와 술지게미를 넣어 만든 김치를 통칭해서 염장채(醃藏菜)가 그 하나이고, 누룩이나 쌀밥을 넣어 발효시킨 식해형 김치인 자채(酢菜)가 둘째이고, 간장이나 된장, 혹은 초(醋)에 생강 마늘 같은 향신료를 같이 넣어 만든 제채(醃菜)가 셋째이고, 지금 우리가 먹는 김치와 동일한 의미의 저채(菹菜) 혹은 침채(沈菜)가 넷째이다. 이 가운데에서 현재 우리는 제채의 전통을 이어받아 장아찌로 먹고 있고 침채는 김치로 변형해서 먹고 있다. 그런데 이상하게도 서유구의 형수인 빙허각 이씨의 저서인 『규합총서』에는 김치의 종류가 그다지 많이 나오지 않는다. 이 책에 나오는 김치 가운데 주목되는 것은 한겨울에 담가먹는 겨울김치나 간장을 넣어 담은 장짚지, 전복에 유자나 배 등을 곁들여 만든 전복 김치 등이 있다. 과학적인 지혜가 담겨 있는 김치의 종류는 그 외에도 계속 늘어날 뿐만 아니라 지방마다 새로운 김치가 나온다. 가령 전라도 고들빼기 김치나 개성의 보쌈김치, 공주의 깍두기 등이 모두 그런 예에 속한다고 할 수 있다. 이렇게 천천히 늘어나다 보니 200 종류가 더 되는 것이다. 그러니 우리 민족의 위대한 발명품으로 김치를 꼽는 것은 당연하다.

오래 묵을수록 좋은 음식 : 간장, 된장

발효음식 하면 간장 된장을 빼놓을 수 없다. 이 장들의 중요성에 대해서는 더 언급할 필요가 없다. 음식을 요리하면서 간장이 들어가지 않는 곳이 없을 뿐만 아니라 고추장이나 된장은 국이나 찌개 같은 것을 만들 때 전체 맛을 결정하는 가장 중요한 요소이다. 그러니까 장(醬)의 맛은 모든 음식의 맛을 좌우하는 가장 기본적인 요소이다. 그래서 이제는 마치 한국음식의 대명사처럼 되어 있는 것이 간장, 된장이다.

우리 민족이 그토록 좋아하는 국이나 찌개를 먹을 때 빼 놓을 수 없는 것이 간장, 된장이다. 간장이나 된장만큼 우리 음식의 진상을 보여주는 음식도 많지 않다고 생각된다. 동일한 조건에서 만든 음식이라도 어느 상태에서 먹느냐는 것은 매우 중요하다. 특히 음식을 먹을 때에는 음식의 온도가 중요하기 때문에 가능하다면 음식을 만든 즉시 먹는 것이 가장 맛있을 때가 많다. 그런데 이와는 반대로 음식을 만든 즉시 먹는 것이 아니라 가능하다면 천천히 먹는 것이 미덕인, 기다림의 미학을 보여주는 음식들이 한국전통음식에는 적지 않게 있다.

최근 슬로우 푸드라는 음식이 전 세계적으로 건강식으로 주목받고 있다. 패스트푸드라는 음식에 대해 이탈리아에서 만들어 낸 용어이기도 하지만, 한국전통음식만큼 느린 음식이 많은 나라는 세계에 드물다. 한국음식의 보편적인 특성으로 발효음식의 발달을 많이 이야기한다. 김치를 위시해서 종류를 셀 수 없을 만큼 많은 수산물을 이용해 발효시킨 젓갈류, 그리고 다양한 채소들을 이용한 절임류 등이 그 예가 된다. 이 발효음식 속에 깃들여 있는 기본적인 원리가 무엇이겠는가? 한 마디로 기다림이다. 다시 말해 이 식품들은 기나긴 발효의 과정을 어떻게 잘 보내느냐에 따라 맛의 차이가 난다는 것이다.

한국 속담에 ‘친구와 장맛은 오래 될수록 좋다’는 것이 있는데 이것이야말로 한국음식의 특징을 잘 표현해 준 말이다. 그래서 제대로 살림을 하는 주부가 있는 집이라면 우선 기가 질리게 많은 장독들로부터 반들반들하게 윤이 나게 잘 뒤여진 장독들까지 장과 관련해서 주목을 끄는 것들이 많다. 또 지금은 상상도 못하지만 수년씩 묵은 장들이 존재하는 집 등등... 바로 이런 게 한국음식의 기본을 이루는 요소라고 생각된다. 한국인들이 대체로 성격이 급하고 다혈질의 민족이라고 하는데 장을 보면 전혀 그렇지 않다. 이렇게 느린 음식(슬로우 푸드)을 만들고 즐겨 먹던 민족이 어쩌다가 성질이 이다지도 급해졌는지 알 수 없을 때가 많다. 그래 이 급한 한국인의 기질을 순하게 다스려줄 수 있는 음식이 바로 지금 거론한 발효음식, 즉 오래 묵을수록 좋은 간장이나 된장과 같은 음식이 아닌가 하는 생각을 가져보기도 한다.

우리가 장류를 이렇게 발전시킨 것은 물론 실용적인 이유도 있었다. 냉장고가 없었던 옛날에는 먹기 살기 위해서 저장식품이 필수적이었기 때문에 이런 저장성 음식들이 한국음식의 기본을 이루고 있다. 앞서 언급한 김치가 그것인데 이 가운데 장류가 가장 기본적인 조미료가 된다. 특히 장은 콩으로 만들어 먹었기 때문에 훌륭한 단백질 공급원이었다. 따라서 좋은 장을 가공할 수 있는 솜씨가 바로 가족의 건강을 보존하는 첩경이었다. 그레장과 관련해서 우리 음식학자들이 항상 언급하는 것이 있다. 앞에서도 본 『증보산림경제』란 책에 나오는 구절인데 인용해보면 다음과 같다.

“장은 모든 맛의 으뜸이다. 집안의 장맛이 좋지 않으면 비록 좋은 채소나 맛있는 고기가 있을 줄 좋은 음식이 될 수 없다. 설혹 시골에 사는 사람이 고기를 쉽게 얻을 수 없다하더라도 여러 가지 좋은 장이 있으면 반찬(飯饌)에 아무 걱정이 없다. 가정은 모름지기 장 담그기에 신경을 쓰고 오래 묵혀 좋은 장을 얻도록 해야 할 것이다.”

이 정도면 우리 조상들이 장을 얼마나 중요시했는지 알 수 있다. 또 『규합총서』를 보면 장을 담글 때 얼마나 조심하고 정성을 기울여야 되는지에 대해 알 수 있다. 대강 이런 것이다. ‘하루에 두 번씩 냉수로 정성껏 씻되 물기가 남으면 벌레가 나기 쉬우니 조심해서 해라. 담근 지 삼칠일(21일) 안에는 상가나 애를 출산한 집에 가지 말고 생리 중에 있는 여자나 잡 사람을 근처에 오지 말게 해야 한다’는 것인데 생리 중의 여인이 장독 근처에 가지 못한다는 것이 지금으로서는 이해가 되지 않지만 과거에는 인류의 보편적인 금기였으니 굳이 이해 못할 바는 아니다.

또한 음식 책을 보면 의외로 간장과 얽힌 속담이나 이야기들이 많다. 가령 ‘한 고을의 정치는 술맛으로 알고 한 집안의 일은 장맛으로 안다’는 말이 있는데 이것은 전래 적으로 장맛이 좋아야 그 해 집안에 불길한 일이 없다는 식으로 믿어왔기 때문에 생긴 이야기 같다. 집안 식구가 공연히 아프거나 심지어 죽게 되면 장에 벌레가 끼었다는 식으로 믿었다. 그 때문에 장독 간수에 신경을 엄청 썼다. 또 이런 말도 있다. ‘장맛 보고 딸 준다’고 말이다. 장맛이 좋은 집안이라야 별탈이 없으니 딸을 시집보낼 수 있다는 것이다. 그래서 대개 예전에는 밥상에 간장종지가 꼭 올랐고 대개 할아버지께서는 밥을 드시기 전에 수저로 꼭 찍어먹어 보는 것을 의례처럼 행하기도 했다. 이는 집안의 길흉화복의 단속이기도 했다고 보인다. 또한 실제로 간장의 짠 맛이 입맛을 돋우어 주는 역할도 하므로 노인들이 이러한 의미에서 했을 수도 있다.

그런데 간장이나 된장을 아주 느린 음식이라 하는데 대체 얼마나 느리기에 그런 이야기를 하는 걸까? 이 음식은 만드는 데에 적어도 5-6개월 이상이 걸리니 대단하다고 할 수 있다. 전 세계에서 포도주 같은 것 빼고 이렇게 오래 만드는 음식이 또 얼마나 될는지 모르겠다.

원래 간장의 경우에는 ‘아기 배서 담은 장을 그 아기가 결혼할 때 국수 만다’라는 이야기가 있을 정도로 오래 된 것을 높이 친다. 간장에서 가장 높이 치는 것은 60년이 넘어 색깔이 검고 거의 고체가 된 것이다. 자그마치 60년이 된 것도 있다. 그러나 된장이나 고추장은 매해 담가 먹는 것을 원칙으로 하고 있다.

정말 우리나라의 음식문화는 상상을 초월한다. 그런 음식문화를 가진 백성이 어쩌다 냄비근성만 남았는지 정말 불가사의할 정도이다. 문화가 깨져나가도 이렇게 철저하게 깨져나갈 수 있을까? 나는 한국의 전통음식문화를 공부할 때마다 우리 문화가 갖고 있는 깊이를 느끼게 된다. 그러나 모든 장이 간장처럼 오랫동안 숙성해서 만드는 것은 아니다. 이것 외에도 우리 민족이 얼마나 발효음식에 명수였는가는 계절 별로 다양한 종류의 단용장(單用醬)을 만들어 상용한 데에서도 알 수 있다.

단용장이란 단용이란 단어에서도 알 수 있는 것처럼 만들어서 바로 먹는 장을 말한다. 그런데 보통 된장은 메주에서 간장을 빼고 만들지만 단용장은 간장을 빼지 않고 메주를 가지고 바로 만든다. 이 단용장도 다양하기가 그지없다. 그것도 계절 따라 먹었으니 계절별로 보자. 우리 조상들의 상비식품 만드는 솜씨가 대단했음을 알 수 있다. 우리 장, 특히 된장의 효능도 뛰어나다. 영양적인 면은 장을 모두 콩으로 만드니 다시 말할 것도 없겠지만 된장이 암 예방에 효과가 있다는 연구 발표가 최근 많이 이루어지고 있으니 대단한 음식임을 알 수 있다.

장 담그는 과정



3. 배려의 미학을 보여주는 음식 들, 숙각두기, 섭산적, 타락죽

조선이 유교 사회였기 때문에 나올 수 있었던 음식이 있었다. 유교란 연장자를 우대하는 가르침이다. 따라서 음식에도 당연히 연장자 가운데 대표라 할 수 있는 노인들을 배려하는 음식이 나온다. 그야말로 소수의 인간을 배려하는 사려 깊은 음식이다. 이런 음식이 앞으로 크게 각광을 받을 거라고 생각된다. 비록 노인 공경의 음식들이 요즘 많이 사라져서 안타깝지만 노인인구가 무섭게 증가하는 한국사회에서 가장 새롭게 조명되어야 할 음식이 바로 이 노인음식 아닌가 싶다.

우선 숙각두기부터 살펴보자. 각두기란 음식은 맛은 있지만 좀 딱딱하다. 그래서 노인들의 부실한 치아로는 씹기가 좀 힘들다. 그래서 나온 게 숙각두기인데 만드는 법은 간단하다. 무로 각두기를 담기 전에 한 번 찢다음 각두기를 담는 것이다. 무를 한번 찢면 어떨겠는가? 부드러워지고 씹을 때 이에는 훨씬 부담이 줄어든다.

그런데 요즘 슈퍼마켓 같은 곳에 가면 김치는 그 종류가 말할 수 없이 다양화되어 있는데 안타깝게도 어디서든 숙각두기를 찾는 일이 어려워졌다. 만들기가 힘든 것도 아닌데 왜 시판을 안 하는지 모르겠다. 앞으로 우리나라가 노령화 시대로 가는 것은 누구나 다 아는 사실입니다. 지금도 노인들은 계속 늘고 있다. 따라서 노인용 음식들이 개발되어야 하는데 오히려 있던 수준 높은 음식도 차츰 감추고 있으니 안타깝다.



그 다음으로 거론하고 싶은 음식은 섭산적이라는 것이다. 조금 나이가 있는 분들은 산적에 대해서 대부분 안다. 쇠고기를 넓게 저며 양념해 구운 음식인데 대개 쇠고기가 귀했던 시절 많은 사람들에게 단백질 공급원의 역할을 했던 귀중한 음식이었다. 그런데 이 음식에는 작은 문제가 있다. 이 음식에 들어가는 쇠고기가 아주 질 좋은 것이 아니라면 다소 질리게 되는 것이 단점이라 할 수 있다. 쇠고기의 질감 때문에 이 산적은 노인들에게는 부적절한 음식이 될 수밖에 없었을 것이다.

그러나 노인들이라고 쇠고기를 먹고 싶지 않았겠는가? 이 섭산적이라는 음식은 쇠고기를 좋아하는 노인들을 위해 만든 음식으로 생각하면 된다. 그러니까 산적은 산적이되 이를 노인들이 씹기 좋도록 만든 음식이라는 것이다.

그 다음에 언급하고 싶은 음식은 타락죽이다. 이 음식이야말로 조선시대에 노인을 극도로 공경한 음식의 대표주자로 생각된다. 죽은 노인들이 소화하는 데에 매우 편안한 음식이다. 그런데 여기서 타락, 즉 우유를 넣어서 영양까지 완벽한 음식을 만들었다. 우유는 지금이야 너무 흔한 식품이 되었지만 당시에는 대단히 귀한 식품이었다. 그러니까 그 귀한 음식을 노인들을 지극히 공경하는 의미에서 만들어 바치는 것이다. 지금이야말로 노인을 위하는 이런 정신이 되살아나야 할 것 같은데 그 반대로 되고 있는 것 같으니 문제이다.



4. 아름다움의 미학을 보여주는 음식 : 앵두편, 미나리 강회, 오이선, 호박선, 족편

아름다움의 미학, 앵두편

우리 음식 중에는 아름다움의 미학을 실천한 음식이 많다. 그래서 대표적인 것으로 앵두편을 살펴보자. 음식을 전공하는 나 스스로도 이 음식을 처음 접했을 때 놀랐다. 한국음식을 배우기 시작할 때 지금은 고인이 되셨지만 당시에 경기도 이천에 계시던 강인희 선생님 댁에 가서 배운 적이 있었다. 그때 만난 음식 중에 하나가 바로 이 앵두편이었다.

사실 그때까지 디저트로 먹는 과일젤리에는 포도젤리나 체리젤리 같이 서양 것만 있는지 알았다. 그런 무지를 깨우쳐 준 게 바로 이 앵두편이었다. 우리나라에도 이렇게 아름다운 과일 편이 있는지에 대해 몰랐던 것이



다. 앵두편의 그 투명하고 맑은 색상에 반할 수밖에 없었다. 그때 반성을 많이 했다. 그리고 그것을 계기 삼아 한국음식에 대한 공부에 다시 하고 그 뒤 이 음식에 대한 식품실험도 하고 서양 과일젤리와 비교하는 논문까지 써서 학회지에 발표하기도 했다.

이렇게까지 앵두편을 장황하게 소개하는 이유는 앵두편이라는 아름다운 음식에서 발견되는 조상들의 환상적인 색채 감각과 그에 못지않은 과학적인 면모 때문이다. 서양의 과일젤리는 과일즙에다가 동물성 젤라틴을 넣어서 굳혀 만든 야들야들한 질감의 음식이다. 그에 비해 한국의 앵두편은 식물성 전분으로 엉기게 해서 만든 음식이다. 식물성전분은 여러 종류의 식물성 식품으로부터 얻을 수 있지만 가장 좋은 질감을 얻을 수 있는 것은 녹두로부터 얻은 전분이다. 우리 조상들은 바로 이 녹두를 이용하여 여러 단계의 과정을 거쳐서 녹두녹말을 만들어내고 이것이 갖고 있는 엉기는 성질을 이용해서 과일 편을 만들어낸 것이다.

물론 꼭 앵두만 쓸 수 있는 것은 아니다. 오미자나 살구, 딸기 등 온갖 종류의 제철 과일을 가지고 우선 과즙을 얻은 다음에 여기에 녹두녹말을 넣어 약한 불에서 은근하게 졸여 엉기게 한 다음 차게 식혀 낸 음식이 과일 편인 것이다. 이렇게 만들어낸 우리의 과일편은 동물성 단백질인 젤라틴을 이용해 굳혀낸 서양의 과일젤리와는 그 부드러운 맛에서 격을 달리한다. 식물성의 녹두녹말이 내는 그 부드러운 맛은 젤라틴이 도저히 따라가기 힘들다. 맛만 그런 게 아니다. 제가 처음 만들었던 앵두편은 맑고 투명한 붉은 색이 났는데 그 색깔은 서양 음식에 길들여져 온 저에게 잔잔한 충격을 주고도 남을만한 아름다운 색깔이었다. 말은 쉽게 하지만 이 음식은 쉽게 맛을 내기 힘들뿐만 아니라 그 색은 더 더욱 내기가 힘들다. 비교적 쉽게 엉기는 서양젤리의 젤라틴 성분과는 달리 녹말은 엉기게 할 때 불의 세기를 잘 조절해야 한다. 그리고 마지막 뚝을 정성껏 들이지 않으면 맑고 투명한 색을 낼 수 없다. 그때 강 선생님께서 불의 세기를 조절하면서 정성스레 앵두편을 만드시던 모습을 잊을 수가 없다. 어쨌든 그 이후부터 앵두편은 가슴속에 가장 아름답게 자리 잡은 한국의 전통음식이 되었다. 즉, 우리 조상들은 녹말의 엉기는 성분을 적절히 음식에 적용하는 과학적 지혜를 가진 민족이었던 것이다.

채소로 만든 회 : 미나리 강회, 파강회



일본음식 가운데 전 세계적으로 가장 잘 알려진 음식에는 사시미(회)와 스시(생선초밥)가 있다. 끓이는 조리과정을 거치지 않은 음식이면서도 마치 최고 수준의 음식으로 포장된 것이 바로 이 회음식이다. 아시다시피회는 생선을 날로 먹는 음식이다.

일본 정대성 교수의 『일본으로 건너간 한국음식』이란 책을 보면 이 회도 사실은 한국에서 건너간 거라는 것이다. ‘스시’는 한국어에서 유래한 단어라고 한다. 그러니까 스시가 초로 만드는 음식이라 시기 때문에 ‘시다’라는 단어에서 파생한 것이라는 것이다.

우리 음식에는 생선회뿐만이 아니라 채소를 이용한 회 요리도 있다. 미나리강회나 파강회가 그것인데 만드는 법은 그리 어렵지 않다. 미나리는 긴 겨울을 지나고 미나리가 갓 나올 때가 가장 맛있다. 그래서 ‘처갓집 세배는 미나리강회 먹을 때나 간다’라는 말이 있는데 이는 음력 정월 보름이 지나서 바로 나오는 미나리도 먹을 겸느지막이 세배를 간다는 의미이다. 처갓집에 세배하러 가기 싫어하는 마음을 음식에 담아 교묘히 전달하는 남정네들의 마음이 재미있게 읽히는 대목이다. 그러면서 제 때 나는 제철 채소의 신선한 맛을 잘 알고 있고 그것을 제 때에 찾아 먹으려 하는 그 마음도 너무 재미있다. 이렇듯 우리 음식에는 맛과 멋이 흘러넘친다.

이 음식은 굳이 이렇게 복잡하게 안 먹어도 된다. 번거롭다면 편육과 달걀지단을 생략하고 파나 미나리만을 살짝 삶아서 도르르 말아서 그냥 초고추장에 찍어 먹어도 된다. 그러면 이 채소들의 원 맛과 향을 그대로 즐길 수 있다. 이런 건강한 음식이 또 어디에 있을까? 파나 미나리에는 현대인들이 필요로 하는 비타민뿐만 아니라 생리활성물질이 가득 담겨 있다. 특히 봄에는 비타민을 많이 필요로 한다. 그래서 봄에 만들어 먹었던 파강회나 미나리강회를 볼 때마다 늘 그 초록색에 감탄하고 그 우수한 영양가에 절로 감탄하게 된다. 생선뿐만 아니라 채

소를 가지고도 회의 참 맛을 즐길 줄 알았던 예민한 미각을 가진 민족이 우리민족이 아니었나 하는 생각도 든다.

일본인들은 생선회로 전 세계의 유명한 요리대열에 자신의 이름을 남겼다. 그러나 따져 보면 생선회뿐만 아니라 채소까지도 회로 이용해 재료가 가진 맛을 극대화 시켜 먹은 민족이다. 우리는 왜 이런 음식들을 알리려는 노력을 하지 않았는지 안타깝다.

“선(膳)”음식의 아름다움: 오이선, 호박선, 어선



우리의 눈을 즐겁게 하는 음식으로 다음에 소개하고 싶은 음식은 이른바 ‘선’음식으로 불리는 것이다. 지금 많이 잊혀져 가고 있는 요리중의 하나가 “선” 음식이다. 그건 우리가 찜이라는 요리에 대해서는 비교적 익숙한데 선 요리에는 익숙하지 못한 때문이다. 왜 찜요리를 언급하냐면 이 ‘선’음식이라는게 찜의 방법을 사용해서 만들기 때문이다. 오이선은 오이를 재료로 하고, 호박선은 호박을 주재료로 하여 만드는 것이다. 그 방법은 꼭 오이소박이 만드는 것과 비슷하다. 오이소박이 담글 때 오이 안에 속을 넣는데 이 속을 ‘소’라고 한다. 이와 마찬가지로 오이나 호박 안에다가 소를 넣고 삶아서 찜을 한 게 이 음식이다. 그리고 ‘어선’은 생선살을

넓게 저민 다음 소를 안에 넣고 돌돌 말아서 수증기 찜을 해서 만든 음식이다.

선 요리에서 호박이나 생선살 안에 들어가는 것은 소라 불리는데 이것은 다음과 같은 것들이다. 보통 쇠고기나 버섯 그리고 달걀지단 등을 속에 넣는데 그 맛이나 향, 색이 그야말로 최고이다. 찌냈기 때문에 오이나 호박의 색이 그대로 살아 있을 뿐만 아니라 싱그러운 향을 풍긴다. 그리고 고명(소)으로 들어간 쇠고기와 버섯 혹은 황백의 달걀지단의 색이 함께 어우러져 이것만으로도 보기가 매우 좋다. 게다가 그 위에 잣이라도 뿌리면 그야말로 오방색이 함께 어우러진 아름답고 화려한 음식이 된다. 맛도 여기에 뒤지지 않는다. 오이와 호박의 사각사각한 맛과 소량의 고기와 버섯, 계란이 어우러져 그 맛이 비길 데 없이 싱싱하고 상큼하게 나온다.

이 오이선이나 호박 선을 보고 있을 때마다 색의 아름다운 배합과 그 맛의 상큼함 때문에 항상 작은 경외 속에 빠진다. 개인적으로는 이 음식이야말로 세계적으로도 자랑할 수 있는 음식이라는 생각을 한다. 세계적인 음식이라고 말하는 이유는 이 음식이 일단 채소류 식품에 기본을 두고 시작하지만 소량의 동물성식품을 집어넣어 감칠맛을 더했기 때문이다. 그뿐만 아니라 야채와 고기의 비율을 이상적으로 맞춘 건강성도 높이 평가해야 할 부분이다. 서양음식에서 채소를 먹는 방식은 잘 아는 것처럼 대체적으로 샐러드형태이다. 그에 비해서 우리는 이렇게 다양한 형태로 채소를 먹고 즐겼다. 품격이 다르다. 이것은 한국인들이 참으로 음식을 아끼고 사랑했다는 것을 반증해준다. 그렇지 않으면 이런 음식은 나올 수 없었을 것이다.

우족의 화려한 변신, 족편

최근에 족(足)을 이용해서 만들어진 음식으로 가장 많이 알려진 것은 족발이다. 이 족발 말고 쇠족을 이용해서 만든 음식이 있는데 이는 족편이다. 이 음식은 유명한 실학자인 서유구가 쓴 ‘옹희잡지(養熙雜誌)’에 만드는 법이 자세히 나와 있다. 이 책은 1800년대 초에 집안의 가학(家學)을 정리하면서 만든 저서이나 현재는 남아 있지 않다. 단지 임원십유지에 남아 있는 것을 보고 그 내용을 짐작한다.



그런데 소족을 오래 고은 다음 갖은 양념을 다해 만든 족편은 너무나 아름다운 음식이다. 특히 보기에 심란한 소족을 이렇게 아름답게 변신시킨 것이 놀랍다.

이 족편은 젤라틴의 야들야들한 맛에 있다. 이 젤라틴의 야들야들한 맛감은 서양사람들이 제일 좋아하는 과일젤리로 이 또한 젤라틴 성분을 굳힌 것이다. 그러니까 우리 조상들은 우족에 동물성 단백질인 콜라겐 성분이 많다는 것을 잘 알고 있었고 이 콜라겐을 고으면 야들야들한 젤라틴으로 변한다는 식품학적 지식을 잘 알고 있

었다. 여기가 달걀지단이나 실고추, 파 같은 온갖 종류의 고명을 이용해 색깔과 영양을 더 높였다. 서양의 과일 젤리를 능가하는 음식으로 생각된다.

5. 풍류의 미학을 보여주는 음식

계절에 따라 음식 먹기

과거 농경사회에서는 절기나 계절에 맞추어 먹는 음식이 대단히 중요했었다. 그럴 수밖에 없는 게 농경사회는 바로 이 절기에 따라 움직여지니까 이러한 때들을 하나의 분기점으로 생각하고 거기에 맞는 (의례)음식들을 만들어 먹었던 것이다.

사실 요즘은 먹거리 면에서 볼 때 풍요의 시대라고 할 수 있다. 슈퍼마켓에 가보세요. 온갖 종류의 음식들이 우리를 유혹한다. 겨울에도 수박을 먹을 수 있는 등 계절에 구애받지 않고 돈만 있으면 다양한 음식을 즐길 수 있는 시대에 살게 되었다. 그런데 계절에 거슬리는 음식들을 먹고 있는 사람들을 볼 때마다 이 사람들이 과연 저 음식을 먹으면서 가슴이 뛰는 벅참이나 행복감을 느낄 수 있을 까 하는 생각을 가져 본다. 가장 비근한 예로 겨우내 오랫동안 기다렸다가 봄이 되면 산천 곳곳에 피어나는 봄나물을 뜯어 새콤 달콤 무쳐 먹는 봄나물의 향긋함에서 느끼는 행복감을 저 사람들이 알겠냐는 것이다. 또 더운 여름에 찬 물에 발 담그고 먹는 수박의 그 시원한 맛은 어떨겠는가.

이런 계절적인 감각만 이야기하는 것이 아니다. 실제로 제 철 채소와 제 철의 햇빛 속에서 익은 과일들은 성분분석을 해 보면 더 많은 무기질(미네랄)을 담고 있어 과학적으로도 그 우수성이 입증되고 있다. 그럴 수밖에 없는 것이 온실이나 화학비료로 속성 재배되어 나온 채소는 토양의 회전이 제대로 안 돼 흙 속의 미네랄이 야채에 흡수되기 어렵다.

그래서 우리 선조들이 건강과 관련하여 열심히 지켰던 원리는 바로 ‘계절에 따른 음식 먹기’였다. 사계절이 뚜렷한 우리나라에서 말하는 가장 좋은 음식이란 제 철에 쉽게 구할 수 있는 것을 주재료로 해서 만든 것이었다. 이런 식품들은 보신음식이라는 이름으로도 불렸다. 또 예부터 내려오는 민간의료나 민간신앙과 결부된 음식 역시 보신음식이라 했는데 이 보신음식을 먹는 것이 계절의 식생활 풍속을 이루고 있었다. 그래서 계절에 따라서 그에 합당한 음식을 먹는 것을 건강 상 가장 중요한 일로 생각해 때마다 거르는 법이 없었다. 이는 풍류를 즐기는 우리 민족의 특성과도 잘 어울려 우리의 독특한 음식문화를 형성했다.

세시풍속과 음식에 대해 살펴보자. 첫째로 우선 세시 풍속을 보면 상당수가 음식을 장만해서 즐긴 행사였다는 것을 알 수 있다. 예를 들어보면, 여러 가지 세시 풍속 행사 가운데 현대에 이르기까지 가장 많이 남아 있는 것은 음식과 관련된 행사로서 설과 추석 같은 명절이 바로 그런 예에 속한다고 할 수 있다. 여기에 대해서는 더 이상의 설명이 필요 없을 것이다. 떡국이니 송편이니 하는 것을 만들어 가족뿐만 아니라 친지나 이웃들과 나누어 먹는 것이 그것이다.

둘째로 세시음식은 제 철에 나는 식품재료를 최대한 이용해서 만든 것이라고 말할 수 있다. 이렇게 먹는 것을 ‘시절식’이라 하는데 이 음식들은 조금 전에 본 것처럼 ‘식보(食補)’ 즉 몸을 보하는 약의 의미가 강했다. 예로서는 복종의 보신탕이나 닭과 잉어를 함께 끓인 용봉탕(龍鳳湯)을 들 수 있다. 이는 계절의 변화에 따르는 생리적 변화를 조절하여 건강을 지키는 방편으로 생각된다. 또한 제 철에 나는 재료를 이용한 음식이 가장 몸에 좋은 약이라는 의미에서 ‘시절약(時節藥)’이라고도 부를 수 있는 익모초나 수액 등도 시절식과 더불어 건강을 지키는 데에 매우 유용했다. 이 식물들은 보신탕처럼 여름 더위를 견디는 데 매우 유용하다.

셋째로 시절음식은 부족한 영양소를 보충하는 의미도 강하다. 예를 들면 음력 12월말이나 정월 초에 입춘이 오는데 이 날은 봄이 시작되는 좋은 날이라는 의미가 있으므로 눈 밑에서 갓 돌아난 푸성귀로 오신반(五辛盤)이라는 새봄 음식을 만들어 먹음으로써 긴 겨울 동안에 생겼던 비타민 부족을 보충했던 것이다. 오신반이라는 것은 움파(봄에 맨 처음에 나오는 파), 멧갓(갓), 승검초(일명 당귀), 순무(무), 생강과 같은 다섯 가지 채소를 무친 매콤한 나물로서 식욕을 돋구는 효과가 있다.

넷째로 시절음식은 계속 이야기한 것처럼 농경문화권의 산물이다. 즉 때를 맞추어 씨를 뿌리고, 재배하고 추

수 때 농작물을 거두어들이는 농경문화권에서 파생된 것이다. 세시풍속은 서민층을 위로하는 역할도 꽤 컸던 것으로 생각된다. 평상시에는 식사를 곤궁하게 할 수밖에 없지만 명절이 되면 그 동안 못 먹었던 음식 즉 떡이나 한과와 같은 별식을 즐길 수 있었기 때문이다. 또한 시절음식은 농경 문화권에서 섬기고 있는 신을 모시는 의례에 동원되는 음식으로서도 의미가 있다고 하겠다.

눈 오는 밤에 구워 먹는 고기 : 설야 먹

한국 음식이라면 흔히 떠올리는 음식이 불고기이다. 불고기는 불에 구워진 고기라는 뜻으로 최근에 붙여진 이름이다. 이 고기구이는 맥적에서 유래된다. “맥”은 중국의 동북지방이나 고구려를 가리키며 맥적은 고구려의 고기구이를 가르킨다고 하였다. 적(炙)은 ‘예기’에 의하면 고기를 꼬챙이에 꿰어서 직화를 쬐어 구이하는 것이다. 예부터 중국 사람이 이를 숭상하여 중요한 잔치에 이 음식을 먼저 내 놓았다고 한다. 그러나 그 후 고려 시대에 접어들면서 불교의 영향을 받아 소의 도살법이나 요리법이 잊혀졌다가 몽고사람들의 지배하에 들면서 요리법인 맥적을 되찾게 되었고, 특히 몽고 사람과 회교도가 많이 들어와 살던 개성에서 설야 먹이란 명칭으로 되살아났다고 본다.



이를 고문헌에서 찾아보면 “우육을 썰어서 편을 만들고 이것을 칼등으로 두들겨 연하게 한 것을 대나무꼬챙이에 꿰어서 유장으로 조미해서 기름이 충분히 스며들면 숯불에 굽는다고 하니 바로 이것이 맥적이고 지금의 불고기이다. 그런데 이것이 더욱 발전되어 구운 것을 급히 물에 한 번 담갔다가 꺼내어 굽고 또 물에 담그는 일을 세 번 되풀이 하고 기름을 바른 후에 또 구우면 매우 연하고 맛이 좋다” 고 하였다

한국의 전통음식은 채식에 기초하면서, 채식과 육식을 적절히 조화 시킨 식사(8:2)이다. 온 세계 사람들이 동물성의 고기를 밝히는 현상은 이미 잘 알려진 사실이다. 그런데 고기를 우리처럼 맛있게 요리한 민족도 드물다. 스테이크가 서구의 대표적인 고기요리이지만 그들은 고기를 익은 정도에 따라 레어, 미디움, 웰던의 3가지 정도로 분류하는 수준이다.

그런데 우리의 고기요리법은 풍류와 어우러져 발달하였다. 해동족지라는 책에서도 “설야먹은 개성부에 예부터 내려오는 명물로서 만드는 법은 쇠갈비나 영통을 기름과 훈채로 조미하여 굽다가 반쯤 익으면 냉수에 잠깐 담갔다가 쉰 불에 다시 구워 익히면 고기가 연하고 맛이 좋아 눈 오는 겨울밤의 술안주로 좋다”고 하였다. 눈 오는 밤에 찾는 고기요리라는 뜻의 낭만적인 이름으로 불리던 설야 먹은 이름까지도 기가 막히게 아름답다. 그러나 한국을 대표하는 요리로 불고기가 유명한 것도 무리가 아니다. 특히 불고기는 숯불에 쬐어 구워 먹어야 제 맛이 난다. 숯불은 최근에 원적외선을 내는 신비의 불로 연구되고 있다.

밥 짓는데도 불이 매우 중요한 요소가 되지만 불에 직접 쬐어 구어 먹는 고기 맛이란 더 말할 나위도 없다. 우리 민족은 고기요리가 어떤 상태에서 가장 맛있는가를 옛날부터 알고 있었던 최고의 요리 민족이다. 거기다 눈 오는 날 밤에 더 맛있다는 사실을 알아서 설야먹이라는 이름을 붙인 같은 음식이라도 먹는 분위기마다 다른 맛을 낸다는 사실도 알고 있었던 문화민족이다.

풍류의 떡 : 진달래 화전



우리 민족의 특성 중 빼놓을 수 없는 것이 음주 가무를 즐긴 풍류의 민족이라는 점이다. 지금은 노래방이 일반화되어 있지만 과거에는 꽃 피는 봄이면 산으로 들로 나가서 자연의 아름다움을 즐기고 함께 하는 시간들을 가졌다. 대개 양반들은 하인과 가꿈 기생까지 대동하고 시를 짓고 탁족을 하면서 술을 즐겼다. 그러나 보통 평민들 특히 여성들은 어떻게 즐겼을까?

봄이면 여성들은 서로 동무가 되어 함께 산이나 들로 가서 온 산에, 만개한 진달래 꽃 잎을 따서 진달래 화전을 부쳐 먹으면서 계절을 즐겼던 것이 보편화 되어 있었다. 봄이면 썩을 캐다가 썩

떡을 하고 온갖 나물을 캐다가 무쳐 먹기도 하였다. 그리고 뜨거운 여름이면 보신탕이나 삼계탕 같은 계절 식을 즐기는 풍류의 민족이라 먹는 것을 밝힌 민족이라는 생각이 든다. 그래서 실제로 많은 종류의 계절 식들이 우리 음식에는 많다.

원래 화전은 찹쌀가루를 반죽하여 기름에 지져서 꿀이나 조청에 발라 먹는 음식이다, 여기다 소를 넣어 반으로 접어 반달모양으로 만들어 지진 것이 주악이라고 불린다. 그런데 속에다 아무 소도 넣지 않고 그냥 동그랗게 지진 위에 예쁜 진달래 꽃잎을 얹어서 진달래꽃의 색이 그대로 살아 있도록 한 음식이 바로 진달래 화전이다. 물론 진달래꽃이 식용 가능함을 잘 알고 있었다. 계절별로 풍류를 즐길 줄 알았던 민족이었기 때문에 가능한 음식이었다.

맺음말

현대는 새로운 미학의 시대라고 한다. 문화인류학자인 맥클렌시(1992)는 음식은 힘, 친분관계, 종교를 상징한다고 하였다. 한국의 문화인류학자인 조흥윤 교수는 한국음식문화의 특징을 축제음식(잔치음식), 발효음식, 정성의 세 가지로 풀어 설명하였다. 주어진 과제는 한국음식을 문화적으로 해석하고 이에 담긴 미학을 풀어내 보자는 것이었다. 그래서 다음과 같은 방식으로 이 문제를 풀었다.

우선, 기존의 연구방법에서 중요한 텍스트로 받아들여지지 않던 판소리 소설과 풍속화를 연구대상으로 채택하였다. 이를 중심으로 한국음식의 특징을 ‘힘의 상징’으로의 음식, ‘병의 예방과 치료제’로의 음식, ‘정을 나누는 매개체’로의 음식, ‘신과 소통의 매개체’로의 음식 등 네 가지로 분류하여 당시 사회 구성원들의 의식을 읽는 하나의 상징적인 코드로 해석함으로써 소설 속에 등장하는 한국음식을 문화적 관점으로 해석하고자 하였다.

우리의 음식을 단순히 주식과 부식의 조율로 풀지 않고 우리 음식에 나타난 미학의 관점에서 원리별로 재해석해 보고자 하였다. 이에 따라 섞임의 미학을 보여주는 음식, 기다림의 미학을 보여주는 음식, 배려의 음식, 아름다움의 미학을 보여주는 음식, 그리고 풍류의 음식으로 나누어 살펴보았다.

여기서 의도한 목적은 우리 음식에 대한 새로운 이해다. 그동안 음식문화 연구가 제대로 되지 않았다는 것이 아니라 오히려 그동안 우리 선학들이 이루어 놓은 우리 음식연구들의 업적을 토대로 이를 다시 문화적인 눈으로 재해석해 보자는 의도였다. 그래야 세계의 음식전쟁이라는 변화를 제대로 인식하고, 우리 음식이 세계 속에서 꽃 피우고, 다음 세대에서 우리 음식이 살아남을 수 있다는 비장한 생각 때문이었다. 그러나 사실 본인의 역량으로는 너무나 미숙하다. 특히 한국의 음식을 다 다루지도 못했고, 사실 이러한 해석이 얼마나 유용한지도 자신이 없다. 그러나 한국 음식을 사랑하고 공부하는 모든 분들께서 격려의 눈으로 보아주시기 바라며, 많은 잘못된 점을 지적해 주어 우리 음식 문화의 새로운 연구들이 함께 힘을 모아 진행되기를 바라는 마음으로 글을 맺는다.

■ 참고문헌

- 국립중앙박물관 편저. 2002. 「조선시대 풍속화」. 한국박물관회. 서울. p166
- 고 경희. 2003. 조선시대 한국풍속화에 나타난 식생활문화에 관한 연구. 한국식생활문화학회 지, 18(3):211-225
- 김 광순. 1990. 「한국고소설사와 이론」. 새문사. 서울. pp496-497
- 김 상보. 2006. 「조선시대의 음식문화」. 가람기획. 서울
- 김 진영, 김 현주. 1997a. 「심청전」. 박이정 출판사. 서울
- 김 진영, 김 현주 역주. 1997c. 「흥보전-오영순 소장 장흥보전, 임형택 소장 박흥보전」. 박 이정 출판사. 서울
- 김 진영, 김 현주, 김 동건, 이성희 편저. 1997d. 「토끼전 전집1」. 박이정 출판사. 서울
- 김 진영, 김 현주. 1997e. 「적벽가 전집1」. 박이정 출판사. 서울
- 로저 키징, 전 경수 역. 1984. 「현대문화인류학」. 현음사. 서울. p94
- 박 여성. 2003. 융합기호학(Synchretische Semiotik)의 프로그램으로서의 음식기호학. 기호학 연구, 4(0):136-139
- 윤 서석. 1999b. 「식생활문화의 역사」. 신광출판사. 서울. pp329-333
- 이 성우. 1982. 「조선시대 조리서의 분석적 연구」. 한국정신문화연구원. 서울
- 이 성우. 1992. 「한국고식문헌집성」 고요리서(III). 수학사. 서울. pp843-849

- 이 성우. 1997a. 「한국식품문화사」. 교문사. 서울. pp214-237
- 조 흥윤. 1998. 한국 음식문화의 형성과 특징. 한국식생활문화학회지, 13(1):4-5
- 주영하, 김소현, 김호, 정창권. 2005. 「오주연문장전산고를 통해 본 조선후기 생활문화」. 돌 베개. 경기 파주. p140
- 주영하. 2005. 「그림속의 음식, 음식속의 역사」. 사계절. 경기 파주.
- 국사편찬위원회. 1976. 「한국사13」.국사편찬위원회. 서울.
- 강 인희, 이 경복. 1984. 「한국식생활풍속」. 삼영사. 서울. pp15-16
- 정 혜경, 이 정혜, 1995. 서울의 음식문화, 서울학연구소
- 한태선. 1989. 「한국사회의 규범문화」. 정신문화연구원.서울. pp393-441
- 청 중잉. 1999. 예의 포괄적 이론 수립을 향한 소고. 99' 유교전례 및 관혼상제 페스티벌 국 제 학술대회보. 전남대 인문과학연구소. 광주
- Levi-Strauss, C. 1970. 「The Raw and the Cooked(Le Cru et le Cuit, Mythologiques I)」. (English Translation) Cape: London(Librairie Plon, Paris 1964).
- Barthes, R. 1979. 「Toward a Psychology of Contemporary Food Consumption」. Johns Hopkins University Press. Baltimore. pp166-173
- Peng, K, Nisbett, R. E. 1999. Culture, dialectics, and reasoning about contradiction: Are there culture differences in the way people reason about contradiction? American psychologist, 54(9);741-754