

## 사설시조에 나타난 여가활동의 양상\*

류 해 춘\*\*

### 〈국문초록〉

본고에서는 조선후기 사설시조에 나타난 여가활동의 양상을 분석하여 우리민족의 여가문화의 한 단면을 살펴보고자 하였다.

조선조 사설시조에 나타난 여가활동은 기분전환과 유흥지향, 건강관리와 신체회복, 자기계발과 생활변화 등의 양상으로 주제화되어 작품에 나타나고 있다. 기분전환과 유흥지향의 시조는 소년시절의 여가활동을 주로 표출하고 있으며, 건강관리와 신체회복의 시조는 노년시절의 여가활동을 주로 표출하고 있다. 그리고 자기계발과 사회적응의 시조에는 소년시절과 노년시절의 여가활동이 함께 나타나는 현상을 보여주고 있다.

이처럼 사설시조에 나타난 여가의 양상은 크게 소년시절의 여가활동과 노년시절의 여가활동으로 나누어질 수 있다. 그런데 소년시절의 여가활동은 건전한 여가와 위험한 여가가 함께 어우러져 있으나, 노년시절의 여가활동은 건전한 여가가 대부분이라 할 수 있다. 사설시조에 나타난 가장 완전한 여가활동으로는 개인의 기분전환, 신체회복, 자기계발, 창조정신 등의 내용이 함께 어울려있어야 한다고 할 수 있다.

주5일 근무제가 시행되는 2004년, 현재를 살아가는 우리들은 옛 시조에 나타난 여유와 느낌의 미학에 바탕을 둔 선조들의 여가활동을 음미해봄으로써 심신이 건강한 맛과 멋의 여가활동을 함께 즐겨야 할 것이다.

**핵심어** : 사설시조, 화자, 일상생활, 여가활동, 기분전환, 신체회복, 자기계발

\* 이 논문은 2004년도 성결대학교 교내 학술연구비의 지원으로 이루어진 것임.

\*\* 성결대

## 1. 서론

우리 선조들의 일상생활은 노동과 여가로 나누어질 수 있는데, 조선 후기에 여가를 마음껏 누릴 수 있는 공간은 누정(樓亭)과 별서(別墅) 그리고 풍류방(風流房) 등의 공간이라고 할 수 있다. 이러한 공간을 배경으로 하고 있는 사설시조에는 조선후기 우리 선조들이 일상생활에서 체험한 여가활동의 다양한 양상을 다른 갈래의 문학보다도 잘 드러내고 있다.

인간은 노동과 여가라고 하는 굴레를 반복하며 살아가고 있다. 다만 노동에 의미를 더 두는 사람이 있는가 하면, 그보다 여가에 의미를 더 두는 사람도 있다. 우리들은 여가와 노동 중에서 어느 것에 더 의미를 두고 살아가고 있을까? 21세기인 오늘날에는 노동의 만족보다도 여가의 만족을 우선시하는 경향으로 바뀌고 있다고 한다.

여가의 정의는 여가의 시간, 활동, 상태 그리고 제도의 요소가 적절히 배합된 복합적 성격을 갖는다고 할 수 있다. 이에 따라 현대사회에 있어서 점차 복잡성을 띠고 있는 여가를 제대로 파악하기 위해서는 여가의 다면성을 포괄할 수 있는 개념이 필요하다. 여기서는 여가를 “개인이 가정, 노동 및 기타 사회의 의무로부터 자유로운 상태 하에서 휴식, 기분전환, 자기계발 등의 사회참여를 위해서 활동하게 되는 시간”으로 정의할 수 있다.<sup>1)</sup>

우리나라에는 상고시대부터 농경문화를 바탕으로 한 여가활동이 이미 뿌리내려져 있었다. 우리나라의 여가활동인 제천의식은 영고, 동맹, 무천 등의 농경의례를 통하여 나타나고 있다. 이 때에 온 마을 사람들이 한데 모여서 며칠 밤낮을 노래와 춤으로 즐겼다고 한다.<sup>2)</sup> 이런 여가

1) 김광득, 『여가와 현대사회』, 백산출판사, 1997, 94면.

2) 『三國志 魏志(東夷傳)』, 참조.

활동은 삼국시대와 고려시대를 거쳐 조선시대에도 이어져 왔다. 조선시대에는 사대부들이 자연을 대상으로 하여 여행, 사색과 명상, 시와 노래 등을 즐겼고, 서민들은 자신들이 경험한 사실을 탈춤이나 판소리 등의 예술로 승화시켜 즐겼다. 특히 조선후기 두레공동체는 마을과 마을끼리 집단놀이나 대동놀이를 통해서 피지배계층의 여가문화를 잘 보여주고 있는 증거라고 할 수 있다.<sup>3)</sup> 이처럼 우리 민족은 사설시조가 유행했던 조선후기에도 여행, 민속, 음주, 가무 등의 여가활동을 하면서 생활하였다고 할 수 있다.

사설시조에는 우리 선조들이 경험한 여가활동을 다른 갈래보다도 다양하게 담고 있다. 사설시조에 나타난 여가활동<sup>4)</sup>에는 개인의 신체회복을 위한 휴식과 관련된 내용의 작품도 있으며, 개인의 일상적인 권태를 풀기 위해 기분전환을 내용으로 하는 작품이 있고, 개인이 자유롭게 자기를 초월하여 창조력을 키우고 발휘할 수 있는 자기계발의 작품도 있다.

이 글에서는 사설시조에 나타난 선인들이 수행한 여가활동의 양상을 분석하여 선인들의 여가활동이 일상생활에 끼친 영향과 그 기능을 검토하고자 한다. 이러한 시각은 바쁘게 살아가는 현대인들에게 느리고 여유롭게 살아가는 선인들의 지혜를 간접적으로 배우도록 할 것이며, 사설시조에 나타난 우리 선조들의 여가활동 양상을 잘 드러내도록 할 것이다.

3) 임재해, 『한국민속과 오늘의 문화』, 지식산업사, 1994, 208-210면.

4) J.Dumazedier, 『Toward a Society of Leisure』, The Free Press, New York, 1967, 14-17면, 참조.

## 2. 기분전환과 유희지향

아리스토텔레스는 '여가를 인간 행동의 목표이고 모든 행동이 지향하는 종착점으로 보아, 우리가 평화를 얻기 위하여 전쟁을 하는 것과 마찬가지로, 우리는 여가를 향유하기 위하여 일을 한다'<sup>5)</sup>라고 하였다. 그는 자신이 여가의 존재이자 일생을 여가자로 지칭하고 평화와 자유스런 사고 속에서 사색하고 명상하여 예술을 창작하고 감상한다고 하였다. 이처럼 건전한 여가활동은 한 개인의 부정적이고 왜곡된 편견과 태도를 적극적으로 능동적인 태도로 변화시킬 수 있다. 여가활동은 그 본질이 삶의 즐거움과 일로부터의 해방감을 통해 인간에게 자기만족을 준다고 한다.

사설시조가 유행했던 조선후기에는 정치적인 불안정, 신분제의 동요 그리고 농경사회의 변화 등으로 우리 선조들을 소외감, 왜소함, 복잡함 등의 억압 속에서 살아가도록 강요했다. 이러한 시기에 우리 선조들은 여가활동인 놀이나 풍류 그리고 여행 등을 통해서 정서를 되찾고 마음을 안정시켰다. 또 조선후기에는 누정, 별서, 풍류방 등의 공간을 통해서 여가활동을 비교적 활발하게 하였다. 여가활동의 중요한 요소는 기분전환을 통하여 현실 또는 상상의 세계를 열어 주어 사람들에게 기쁨을 주는 일이라 할 수 있다. 이러한 기분전환은 일에 억눌린 개인의 감정과 압박을 해소해주어 정신의 쾌적함을 유지하게 한다.

사설시조에는 우리 선조들의 여가활동을 형상화하면서 기분전환과 유희를 통한 심리의 조정을 내용으로 하고 있는 작품이 있다.

世上事 浮雲이라 江湖의 漁夫 될지어다

5) Aristotle, 『Nicomachean Ethics』, New York : Random House, 1948, 1 104-1105면.

小艇의 그물 실코 順流로 내려가니  
 淸風은 徐來하고 水波는 不興이라  
 銀鱗 玉尺 필필 썬고 白鷗 片片 나르든다  
 隔岸 前村 兩三家 저녁 煙氣 이리나고  
 半照入江 半石壁의 새 거울을 거러 논 듯  
 滄浪歌 반겨 듯고 七里灘 내려가서  
 고기 주고 술을 사서 醉토록 마신 후에  
 欸乃曲 불느면서 달을 세우고 도라오니 世上 알가 念慮로다  
 김 334<sup>6)</sup>

이 시조는 화자가 고기를 잡고 아름다운 풍경을 감상하며, 술을 마시는 여가활동을 통해서 기분전환을 하고 즐거운 심리를 표출하여 행복을 추구하고 있는 작품이다. 초장에서 화자는 세상의 일이 뜬 구름과 같은 것이므로 자연 속에서 어부의 생활을 하겠다는 의지를 밝히고 있다. 중장에서 화자는 작은 배에 그물을 싣고 경치가 좋은 곳에서 고기를 잡아서 술과 바꾸어 취하도록 마시고 있다. 중장의 전반부에서 화자는 강에는 맑은 바람이 서서히 불어오고 물결이 잔잔하다는 <적벽부(赤壁賦)>의 한 구절을 인용하고, 은비늘의 큰 고기가 뛰놀고 백구가 날아와 아름다운 경치를 보여주고 있음을 노래하고 있다. 다음으로 화자는 저편 언덕의 연기 속에 있는 두어 채의 집과 물에 비친 햇빛이 도리어 석벽에 비치어 거울을 비추어 놓고 있는 듯한 자연의 아름다운 풍경을 묘사하고 있다. 그리고 화자는 굴원의 <창랑가><sup>7)</sup>를 듣고 엄자룡이 부춘산(富春山)에 숨어 낚시를 했다는 칠리탄과 관련된 고사를 인

6) 김홍규 역주, 『사설시조』, 고려대민족문화연구소, 1993.

이 논문에서 '김 000'이라고 하는 시조의 번호는 모두 위의 책을 따랐음을 밝혀 둔다.

7) 굴원(屈原)의 <어부사(漁父辭)>의 다른 이름, 또는 <어부사>에서 굴원이 만난 어부가 노래하는 대목인 “창랑의 물이 맑으면 내 갯끈을 씻고, 창랑의 물이 흐리면 내 발을 씻을 것이다(滄浪之水淸兮, 可以濯吾纒, 滄浪之水濁兮, 可以濯吾足.)”를 지칭하는 이름이라고 함.

용하고 여울로 내려가서 잡은 고기와 술을 바꾸어서 먹으며 취했다는 것을 말하고 있다.

종장에서 화자는 배를 저으며 부르는 노래인 애내곡(欸乃曲)을 부르면서 달과 함께 돌아오는데, 세상 사람들이 자신의 이러한 행동을 알까 봐 걱정이 된다고 한다.

이 시조의 화자는 자연의 경치에 흠뻑 젖어서 여가활동을 하고 있으며, 석양에 비친 강속의 경치를 감상하면서, 잡은 고기와 술을 바꿔 취하도록 먹으면서 여가를 보내고 있는데, 그러한 경치에 더하여 하늘에는 달이 떠서 고기잡이배를 환하게 비추어준다고 묘사하고 있다. 이때 독자들은 가어옹(假魚翁)을 주제로 한 한 폭의 동양화를 감상하는 듯하고, 화자는 일상의 노동활동에서 탈피하여 낚시와 뱃놀이로 즐거운 여가활동을 하고 있다고 할 수 있다.

결국, 이 시조의 화자는 고기잡이라는 여가활동을 통하여 자신의 기분을 전환하고 심리를 안정시킨 후에 세속의 영욕에 대하여 미련을 버렸으나, 술에 취한 행동이나 은둔을 지향하는 자신의 마음이 다른 사람들에게 들킬까봐 두려워하는 마음을 드러내고 있다고 할 수 있다.

여가활동을 통해서 기분전환과 유희지향을 보여주는 다른 시조를 살펴보기로 한다. 기분전환으로 일어나는 심리안정은 소극적이고 수동적인 마음과 행동에서 적극적이고 능동적인 마음과 행동을 가져오게 할 수 있다. 그러나 지나친 호기로 말미암아 이상주의자의 위험한 여가활동을 보여주고 있는 시조도 있다.

소년 횡락이 다 진커늘 와유강산 호오리라  
인호상이 즈작으로 명명케 취혼 후에  
한단침 도도 베고 장쥬 호답이 잠간 되여  
방춘 화류 츠즈 가니  
리화 도화 영산홍 좌산홍 왜철죽 진달화 가온더

풍류량이 되어 춤추며 노니다가  
 세류영 넘어 가니 황도 편편 환우성이라  
 도시 형락이 인성귀불귀 아닐진던  
 꿈인지 상신지 몰나 다시 김소년 호오리라

김 242

이 시조에서 화자는 늙어서도 젊은 시절을 그리워하며, 이상주의자가 되어 꿈과 술 그리고 꿈속의 여행을 통해서 소년시절로 돌아가고자 하고 있다. 초장에서 화자는 소년시절의 즐거운 놀이를 다 하고 나서, 자연에 누워서 한가롭게 지내고자 한다. 그러나 중장에서 화자는 술단지 와 술잔을 끌어당겨 혼자 마시면서<sup>8)</sup> 정신을 차리지 못할 정도로 취하고자 한다. 술을 혼자 마시는 것은 위험하다. 혼자서 마시는 술은 자제를 할 수 없어 자신을 비관적으로 빠지게 하거나 실천할 수 없는 이상주의자가 되게 한다. 다음으로 화자는 한단지몽(邯鄲之夢)<sup>9)</sup>과 장주호접(莊周胡蝶)<sup>10)</sup>의 고사를 인용하여 나비로 변신하고 봄날의 아름다운 꽃과 버들 속에서 황조가 짝을 찾는 모습을 묘사하고 있다.

기분을 전환하고 심리를 조정하는 여가라고 해서 다 같은 것은 아니다. 위의 시조처럼 술을 취하도록 마시거나 꿈속에서 나비로 변신하여 여가를 즐기는 것은 위험한 여가라 할 수 있다. 사람이 꿈속에서 나비로 변하는 장면은 신선하지만 실제로 일어날 수 없는 환상이라 할 수

- 
- 8) 도연명의 <귀거래사(歸去來辭)>에는 “술단지와 술잔을 끌어 당겨 혼자서 마심(引壺觴而自酌)”이라는 구절이 있음.  
 9) <침중기(枕中記)>에 나오는 이야기로 인생의 덧없음과 영화의 헛됨을 말하는 것이다. 그 내용은 “노생(盧生)이라는 사람이 중국 하북성의 남서부에 위치한 한단(邯鄲)의 여관에서 도사 여옹(呂翁)의 배개를 빌려 베고 잠깐 잠이 들어 부귀영화를 누리면서 80까지 살아온 꿈을 꾸었는데, 깨어보니 아까 주인이 짓던 쉼쌀밥이 채 익지 않았다”는 것이다.  
 10) 장주호접(莊周胡蝶)은 “장주(莊周), 즉 장자(莊子)가 꿈에 나비가 되었다가 꿈을 깬 뒤에 다시 자신으로 돌아왔으나, 장주가 호접이 되었던가 호접이 장주가 되었던가 깨닫지 못한다”는 고사이다.

있다. 종장에서 화자는 환상 속의 나비로 변신하여 봄철의 다양한 꽃을 관광하고 버드나무 언덕을 넘어가니 짝을 찾던 피꼬리가 정답게 웃고 있는 모습을 보여준다고 하고 있다. 여기서 나비가 풍류량이 되어 많은 꽃을 지나며 풍류를 즐겼다고 하니 꽃은 여인들로 비유될 수 있고 나비는 남자로 비유될 수 있다. 남자인 나비는 풍류객이 되어 여인인 많은 꽃을 거느렸다고 할 수 있다. 결국, 종장에서 화자는 늙었지만 다시 소년이 되어서 짝을 구하는 놀이를 하고자 한다. 이 시조에 나타난 여가 생활은 화자의 술과 꿈 등을 매개로 하여 기분전환을 증폭시켜주지만 잘못하면 생산적이 아닌 소모적인 것으로 인생을 황폐화시킬 수 있는 위험이 함께 도사리고 있다고 할 수 있다.

다음으로 술을 주제로 하여 여가활동을 형상화하고 있는 시조를 다시 살펴보기로 한다.

술이라 호는 거시 어니 삼긴 거시완더  
 一杯一杯復一杯호면 恨者泄 憂者樂에  
 扼腕者 踏舞호고 呻吟者 謳歌호며  
 伯倫은 頌德호고 嗣宗은 澆胸호고  
 淵明은 葛巾 素琴으로 晒庭柯而怡顏호고  
 太白은 接蘿 錦袍로 飛羽觴而醉月호니  
 아마도 시름 풀기논 술만호 거시 업세라

김 247

이 시조는 술의 장점을 통해서 화자의 기분 전환과 심리의 안정감을 취하는 작품이라 할 수 있다. 여가생활을 하는 데는 많은 교육을 필요로 하고 인내를 요구하는 것들도 있다. 예를 들면 낚시, 등산, 스키, 자전거타기, 미술 감상, 음악 감상 등은 집중력과 인내력을 필요로 한다. 그런데 술 마시는 것은 별다른 공부를 하지 않아도 아무나 쉽게 접할 수 있으나, 그 정도를 조절하기가 어려워 옛날부터 많은 일화를 남기고 있



다. 쉽게 접할 수 있는 여가활동은 현재의 화투놀이인 고스톱처럼 지나치게 되면 그 폐해가 엄청나다고 할 수 있다. 그러므로 여가활동으로 술을 마시는 일은 위험한 여가가 될 수 있으므로 잘 조정하여 건전하고 아름답게 술을 마시는 방법을 터득하는 일이 중요하다고 할 수 있다.

초장에서 화자는 술의 유래에 대하여 언급하고 있다. 그리고 중장에서 화자는 술의 장점을 몇 가지로 나누어 설명하고 있다. 먼저, 인간의 정서적인 측면에서 술의 장점으로 화자는 ‘한(恨)이 있는 사람에게는 한을 풀어 주며, 부축 받던 사람이 일어나 춤을 추게 하고, 고통 받아 신음하는 사람은 노래하게 한다’는 내용을 표현하고 있다. 그 다음으로 화자는 술의 달인인 유백륜<sup>11)</sup>, 완사종<sup>12)</sup>, 도연명<sup>13)</sup>, 이태백<sup>14)</sup> 등의 고사를 인용하여 술의 장점을 나타내고 있다. 그리고 중장에서 화자는 시름을 풀어내는 데는 술이 제일이라고 한다. 이처럼 화자는 모임의 장소에서 부르는 <권주가>인 것처럼 기분전환을 하고 심리를 안정시키는데 술이 필요한 것처럼 말하고 있다. 이는 술의 장점을 부각시키려는 화자의 의도라고 할 수 있다. 술을 적당히 마시면 보약이라고 할 수 있으나, 술을 적당히 잘 마시기는 어렵다고 할 수 있다. 이 작품에서는 술을 찬양하고 있지만 현실적으로는 술의 장단점을 잘 분석하여 술이 지나쳐서 위험한 여가가 되지 않도록 하는 일이 필요하다고 할 수 있다.

이처럼 몇몇 시조에 나타난 여가활동이 지나치게 유흥지향으로 흐르게 되는 이유는 연행의 장소가 주연을 베풀거나 흥을 돋우어야 할 상황

11) 유백륜(劉伯倫)은 유령(劉伶)이며 주덕송(酒德頌)을 지었고, 죽림칠현(竹林七賢)의 한 사람임.

12) 완사종(阮嗣宗)은 진나라 완적(阮籍)을 말하는데 죽림칠현(竹林七賢)의 한 사람으로 술을 잘 하였음.

13) 도연명(陶淵明)의 <귀거래사(歸去來辭)>에 걸건으로 술을 마시며 질박한 거문고를 들고 정원의 나뭇가지를 바라보며 기쁜 표정을 짓는 모습을 설명함.

14) 이백(李白)의 <춘야연도리원서(春夜宴桃李園序)>에 술잔을 날리어 달 아래 취한다는 내용이 나옴.

이였기 때문이라 할 수 있다. 이러한 시조에서는 소년시절의 놀이나 풍류를 통하여 지나친 호기를 부리고 위험한 여가활동을 조장하는 작품이 다수가 있다. 여가활동이 지니고 있는 본질은 즐거움과 해방감, 그리고 자율적인 행동이라서 여가를 통하여 자기만족을 가능하게 하는 것이라 할 수 있다. 우리는 지나치게 유흥지향으로 흘러가는 위험한 여가를 담고 있는 시조보다는, 여가활동의 즐거움과 해방감이 심리적인 안정감과 기분전환을 일으키는 시조를 본받아 쾌적한 생활을 해야 할 것이다.

### 3. 건강관리와 신체회복

옛날부터 인간은 일을 끝내고 나면, 놀이나 여가활동을 통해서 건강을 관리해왔다. 그래서 학자들은 인간을 ‘놀이하는 사람’으로 규정하기도 하였으며, 인간의 문화는 놀이에서 시작하고 놀이로서 끝나는 것으로 평생 놀이를 통하여 인간의 문화가 형성된다고도 하였다. 여가활동은 놀이의 핵심요소로 기본적으로 휴식을 통하여 생리적 리듬을 유지하게 하고 피로를 풀게 한다. 따라서 여가활동은 생명력을 돈우고 순화시키는 신체의 유지기능을 지니고 있다. 피로한 육체를 풀어줌과 동시에 여가활동은 과도한 심신을 회복시켜 육체의 균형을 유지하는 데 기여한다고 한다. 따라서 여가활동은 휴식을 통한 근육이완과 체육을 통한 신체단련을 통해서 신체균형을 이룰 수 있다.

사설시조에는 우리 선인들이 경험한 여가활동을 통해서 신체를 회복하고 즐거운 생활을 형상화하는 작품이 있다.

功名을 헤아리니 榮辱이 卍이로다  
東門에 掛冠하고 田廬의 도라와서

聖經 賢傳 헛쳐 노코 읽기를 罷호 後에  
 압니에 슬진 고기도 낙고 뒷피에 엄긴 藥도 키다가  
 臨高遠望호야 任意 逍遙호니  
 淸風이 時至호고 明月이 自來호니  
 아지 못게라  
 天壤之間에 이 갓치 즐거움을 무어스로 代호소니  
 平生의 이리 저리 즐기다가  
 老死太平호야 乘化歸盡호면 괴 도흔가 호노라

심 244<sup>15)</sup>

즐겁게 잘 산다는 것은 무엇일까? 그것은 마음과 육체가 편안한 상태에서 자신의 인생을 설계한대로 완성하여 가는 것이라 할 수 있다. 위의 시조처럼 우리의 선조들은 여가활동으로 독서, 낚시, 한가롭게 거닐기 등을 하면서 건강을 관리하고 지친 심신을 회복하기도 했다. 위의 시조는 화자가 과거라는 부귀공명의 시간을 초월하고 전원으로 돌아와서 여가활동을 하면서 마음과 육체를 수양하며 지내는 것을 표현하고 있다.

초장에서 화자는 자신의 과거가 영광과 욕됨이 반반이라고 회상하고 있다. 이는 벼슬살이를 하면서 깨우친 인생의 교훈이 되는 격언과 같은 말이라 할 수 있다. 중장에서 화자는 벼슬을 버리고 전원으로 돌아와서 여가생활을 시작한다. 중장에 나타난 여가생활은 글 읽기, 낚시, 약 캐기, 한가로이 거닐기 등이다. 성인들의 경전과 현인들의 저술을 읽는 여가활동은 과거에 출세를 하기 위해서 혹은 벼슬길에 오르기 위해서 책을 읽는 것과는 다르게 자신의 인격을 완성하고 교양을 갖추기 위해서 라고 할 수 있다. 화자의 낚시는 고기를 잡기 위해서 낚시를 하는 것이 아니라, 자유로운 시간에 정신을 수양하기 위해서 하는 것이고, 화자의 약 캐기는 자신의 건강한 몸을 유지하기 위해서 하는 운동이라 할 수

15) 심재완, 『역대시조전서』, 세종출판사, 1972.

있다. 그리고 한가롭게 거닐기 운동은 신체의 발달과 회복을 위해서 필요하며, 더욱이 높은 산에 올라 마음대로 걷는 것은 육체의 건강함만이 아니라 정신의 안정감도 줄 수 있다. 이처럼 글 읽기, 낚시, 약 캐기, 한가로이 거닐기 등의 여가활동은 건강한 신체와 안정된 마음을 지니게 하여 화자의 마음을 즐겁게 하고 있다.

종장에서 화자는 평생을 태평함과 즐거움으로 지내다가 자연의 조화에 따라 세상을 떠나면 좋다고 한다. 여기에서 화자는 노후의 여가활동을 통하여 자연에 순응하며 돈과 명예, 그리고 시간을 초월하는 건강한 인생을 살아가며 세상의 이치를 통찰하는 모습을 보여주고 있다.

다음은 자연에 숨어서 지내는 선비의 모습을 통해 건강한 신체를 유지하면서 여가를 즐기는 모습을 살펴보기로 한다.

酒力醒 茶煙歇하고 送夕陽 送素月홀지  
 鶴氅衣 님의츠고 華陽巾 젓게 쓰고  
 手持周易 一卷하고  
 焚香 墨坐하야 消遣 世慮홀지  
 江山之外에 風帆 沙鳥와 煙雲 竹樹 |  
 一望의 다 드노미라  
 잇다감 서나쁜 벗님너와 圍碁 投壺하고  
 鼓琴詠詩하야 送餘年을 하리라

김 261

노후의 여가는 마지막으로 자기를 실현할 수 있는 기회를 준다. 젊은 시절에는 하고 싶은 일이 있어도 시간의 제약, 경제의 제약 등으로 실천할 수 없었던 일이 노후에는 마음껏 자기를 실현할 수 있는 기회를 제공하기도 한다. 위의 시조는 노후에 자연으로 돌아가 신체의 건강과 정신의 안정을 통하여 여유롭게 살아가는 선비의 모습을 보여주는 예가 된다.

초장에서 화자는 달이 떠오르는데 차를 끓이며 자연의 경치와 술에서 깨어나는 자신의 현실을 그림처럼 펼쳐내고 있다. 여기에 나타난 화자의 건전한 여가활동은 차 마시기와 아름다운 자연을 감상하기라고 할 수 있다. 화자는 차 마시기를 통해서 술에 취한 어제의 일을 잊고 마음을 정리하여 여유롭게 살아 가려고 한다. 거기에 더해 화자는 해지는 저녁놀과 하늘의 달을 감상하는 여유를 가지고 있다. 중장에서 화자는 취미와 교양활동으로 주역(周易)을 읽으면서 조용히 앉아서 정신을 집중하여 세상의 근심을 씻어내고 있다. 현대인이 웰빙(well-being) 시대를 맞이하여 정신집중의 수단으로 요가를 선택하는 것과 비슷하게 고평요히 기도를 드리고 있다. 그리고 난 후 근심을 떨친 화자는 눈을 들어 돛단배, 물새, 대숲의 자연을 감상하면서 거시적인 측면에서 세상사의 흐름을 읽는 혜안을 가지게 되었다. 그리고 종장에서 화자는 여가활동으로 시, 바둑, 투호, 거문고 타기 등을 하고 있다. 시창작과 거문고 타기는 오늘날에도 일반인들이 취미와 교양을 기르는데 아주 적합한 것이고, 바둑은 한가한 시간을 보내기에 적합한 것이며, 투호는 정신 집중과 육체적인 건강을 함께 단련할 수 있는 것이다.

이처럼 위의 시조는 자연으로 돌아가 옛 친구들과 함께 노후의 여가활동을 하는 모습을 생생하게 보여주고 있다. 대도시에서 새벽부터 달리는 사람들이 음미할 수 없는 인생의 참된 의미를 노후에 건강하게 살면서 아름다운 자연의 경치와 친구들과 함께 하는 여가활동은 훌륭한 노후생활이라 할 수 있다.

다음으로는 노후에 건강을 관리하기 위해 가족들과 함께 취미생활을 하면서 살아가는 모습을 살펴보기로 한다.

뒤 뉘희 고사리 뜻고 압 너에 고기 낙가  
率諸子 抱弱孫호고

一甘 旨味를 혼디 안자 논화 먹고  
談笑 自若하야 滿室 歡喜하고 憂樂 업시 늣었시니  
아므도 宦海 榮辱은 나눈 아니 求호노라

김 282

노후까지 안정되게 열심히 살면서 여가를 즐기는 생활은 개인적인 즐거움뿐만 아니라 가족들에게도 기쁨을 주는 것이 된다. 가족들과 서로 격려하고 함께 대화를 나누는 것은 노후의 고독이 해소되고 사회의 일원으로서 자신감을 가지게 된다고 할 수 있다.

위의 시조는 초장에서 화자가 뒷산의 고사리와 앞 냇가의 고기를 잡는 여가활동의 한 단면을 보이고 있다. 고사리를 캐고 고기를 잡는 행위는 신체적인 노동을 필요로 하는 것으로 건강한 육체를 가지게 한다. 종장에서 화자는 가정에서 자식들과 손자들을 거느리고 잡은 고기와 고사리를 나누어먹으니 집안이 즐겁다고 한다. 자식들과 손자들이 함께 대화를 하며 즐겁게 살아가는 삶은 노후의 삶을 더욱 보람있게 하는 것이다. 이처럼 심신의 건강한 삶은 자신의 건강을 유지할 수 있고 노후 생활을 더욱 편안하게 한다고 할 수 있다. 그러므로 종장에서 화자는 벼슬길의 영욕을 구하지 않는다고 하고 있다. 이처럼 가정의 안정과 적절한 노후의 여가활동은 개인의 즐거움뿐만 아니라 가족을 화목하게 하고 서로 협조하여 노후의 고독을 해소하는 새로운 문화를 창조할 수 있다.

따라서 위의 시조에 나타난 선인들의 모습처럼 우리는 노후생활을 단순히 남은 시간으로서 받아들이는 것이 아니라, 더 적극적으로 육체적인 건강을 위해 취미생활을 하고, 가족들과 대화를 하는 등의 적절한 여가활동을 통해서 건강한 신체를 유지하고 보람있는 시간으로 만들어 나가야 하겠다.

#### 4. 자기계발과 생활변화

여가활동의 진정한 가치는 새로움과 변화, 그리고 발전 속에서 이루어진다. 인간은 정신의 동물이며 창조의 존재이다. 여가활동을 통해서 얻어지는 건전한 정신과 건강한 신체는 인간의 자기계발을 촉진시킴으로써 인간다운 최대의 행복을 누릴 수 있다. 그러므로 여가활동은 정신의 차원에서 무한한 인간문화와 가치관, 그리고 정체성과 창의력을 기르게 하는 요인 중의 하나이다.<sup>16)</sup> 창의력을 통하여 자기를 계발하는 인간은 알고자 하는 지적 능력과 아름다움을 추구하는 미적 능력, 그리고 목표를 실현하고자하는 창조적 능력을 동시에 소유하고 있다.

사설시조에는 여가활동의 하나인 여행을 통해서 자기를 계발하고 인생관의 변화를 보여주고 있는 작품이 있다.

洛陽城裏 芳春花時에 草木群生이 皆自樂이라  
 冠童을 期會하여 蕩春臺 花煎하고  
 文殊菴 中興寺에 軟泡盃酒하고  
 晴日에 登臨白雲峰하니  
 습긋는 듯 飛虹橋 樂殿閣과  
 靜菴齋室 霽月光風  
 望月回龍에 問眞探勝하여  
 水落山寺 王流川에 塵纓을 拭은 後에  
 天莊安岩으로 杏花芳草 夕陽路에  
 踏歌行休하여 太學으로 도라드니  
 曾點의 詠歸 古風을 니어 보러 호노라

김 320

인간은 원래 행동하는 동물로서 그 행위는 일정한 장소로 되돌아오

16) 강남국, 『여가사회의 이해』, 형설출판사, 1999, 86-96면 참조.

는 귀소성을 지니고 있다고 할 수 있다. 귀소성의 본성을 지니고 있는 여행은 여가활동의 하나로 자유와 해방 속에서 일탈하는 자유를 추구하여, 일상 속에서 안고 있던 고뇌와 스트레스를 해소하고 주체성과 정체성을 확인하는 기회를 제공한다.

초장에서 화자는 서울에 봄을 맞이하여 자연의 아름다움을 노래하고 있다. 아마도 봄날의 아름다운 경치를 구경하기 위해 여행을 준비하고 있는 모양이다. 종장에서 화자는 갓 쓴 어른과 시중드는 아이를 대동하고 봄날에 서울 근교의 여행을 하고 있다. 화자는 탕춘대, 문수암, 중흥사, 백운봉, 비룡교, 낙전각, 정암재실<sup>17)</sup>, 망월사, 회룡사, 옥류천, 안암골 등을 돌아보며 봄날의 경치를 즐기고 있다. 이처럼 화자는 봄날의 경치를 즐기면서 세속에 찌든 마음을 풀어내고 다시 재충전하여 열심히 살아갈 자기생활을 설계하게 된다. 종장에서 화자는 세속의 명예와 이익을 잊고 무우대(舞雩臺)에서 바람을 쏘이고 시를 읊으며 돌아온 공자의 제자인 증점(曾點)의 풍류를 이어가고자 한다.

이 시조에서 화자는 백운산, 북한산, 안암골 등 서울근교를 풍류 여행을 하면서 세사사의 명예와 이익이 헛됨을 알아차리고 스스로 만족하면서 살아가겠다고 하여 변화된 삶과 생활의 모습을 보여주고 있다.

다음의 시조는 남자의 일생을 소년시절과 노년시절로 나누어 노동과 여가의 활동을 노래하고 있다. 여가는 일이 있으므로 가능하며, 일도 여가가 있으므로 능률이 오른다고 할 수 있다. 이 작품은 일과 여가를 함께 소개하여 젊은이의 생활과 늙은이의 생활의 차이점을 나타내고 있다.

男兒의 少年 行樂 흔을 일이 하고 하다

글 넓기 칼 뜨기 활 뜨기 물 돌니기 벼슬하기

17) 중종 때의 학자 정암(靜菴) 조광조(趙光祖)의 서실.



벗 사과기 술 먹기 쫓 흐기  
花朝月夕 노리흐기 오로 다 衰氣로다  
늙게야 江山에 물러와서  
밭 갈기 논 밍기 고기 낙기 나모 뷁기  
거문고 툽기 바둑 두기 仁山智水 遨遊흐기  
百年 安樂흐여 四時 風景이 어니 그지 이시리

김 225

우리 사회에서는 노동과 여가의 구분이 명확하지는 않다. 그러나 위의 시조에서는 소년시절의 노동과 여가 그리고 노년시절의 노동과 여가를 비교적 쉽게 구별할 수 있다. 초장에서 화자는 소년시절의 노동과 여가를 함께 서술하고 있다. 소년시절의 노동은 글읽기, 칼쓰기, 활쏘기, 말타기, 벼슬하기 등이라 할 수 있다. 이러한 일들은 소년들이 출세하고 입신양명(立身揚名)하는 데 필요한 과목들로 중요한 노동임을 보여주는 것이다. 그러나 다음으로 나열되는 우정, 음주, 첩 만들기, 노래하기 등은 대장부의 호기를 보여주는 여가활동이라 할 수 있다. 이 작품의 여가활동은 첩 만들기와 음주하기 등과 같은 위험한 여가가 있는가 하면, 우정과 노래하기 등의 건전한 여가가 함께 존재하고 있다.

그리고 중장에서 화자는 노년생활의 노동과 여가를 함께 표현하고 있다. 노년생활의 노동은 밭갈기, 논매기, 나무베기 등이라고 할 수 있고, 노년생활의 여가는 낚시하기, 거문고 타기, 바둑, 산수여행 등이라 할 수 있다. 여기에 제시된 노년시절의 여가는 능동적인 여가로 건전한 생활과 육체의 건강을 함께 가져다 줄 수 있는 것들이다. 중장에서 화자는 소년시절과 노년시절의 노동과 여가를 통해서 더 부러워할 것이 없다고 하면서 자신감에 차 있다.

우리는 이처럼 여가활동을 통하여 자기를 계발하고 안전한 여가를 추구하여, 소년시절과 노년시절에 변화된 생활의 모습을 보여주는 선인들의 느리고 여유로운 여가활동을 본받아야 할 것이다.

다음은 벼슬을 한 사대부가 은퇴하여 자연으로 돌아와 여유롭게 지내면서 자기 생활을 변화시키고 있는 시조를 살펴보기로 한다.

디장부 공성신포 후의  
임천의 초당 짓고 만권 서책 엮페 찻코  
천금 준마 손질하야 보라미 길드려 두고  
노복 학야 밧 갈니고  
절디가인 엮페 두고 금준의 술을 부어  
벽오동 거문고 시 줄 언저 물읍페 언고  
남풍시 화답하야 강구연월의 누엇시니  
이목지소호와 심지지소락은 이뿐인가

김 222번

이 작품에서는 벼슬살이에서 물러난 사대부들이 여가생활을 자신이 원하는 대로 호화롭게 즐겼음을 표출하고 있다. 이런 현상은 사대부들이 생산 활동을 하지 않으면서 여가활동을 통하여 오로지 건강유지와 취미로서 스포츠, 유희, 예술을 즐기고 일반적인 교양에 대한 대화거리 등으로 시간을 보내는 것이라고 할 수 있다. 위 시조에 나타난 화자는 자연을 대상으로 책과 노비를 거느리고 아름다운 여자를 옆에 두고 음악을 감상하면서 여유로운 여가생활을 보내고 있음을 알 수 있다.

초장에서 화자는 출세를 한 뒤에 벼슬살이에서 물러나와 있음을 알 수 있다. 중장에서 화자는 자연을 찾아가 집을 짓고, 만권의 책을 곁에 두고 여유로운 생활을 하고자 한다. 선비가 벼슬에서 물러나와 책을 읽는 것은 적절한 노동활동이라고 할 수 있다. 그러나 다음에 나오는 준마(駿馬) 손질하기, 보라매 길들이기 등은 사냥이라는 여가활동을 위해서 마련된 것이다. 사냥은 화자의 신체적인 건강을 보장해 줄 것이다. 아름다운 여인을 옆에 두고 술을 마시며, 거문고를 타면서 태평시대의 음악을 즐기는 모습은 심신의 건강을 위해서 필요한 여가활동이라 할 수 있다. 그러나 여인을 옆에 두고 술을 마시는 여가는 사대부들이 즐

겨할 수 있는 여가활동이지만 잘못하게 되면 위험한 여가가 될 수 있다. 이러한 이 작품의 여가활동은 서구의 유한계급의 휴가처럼 위험한 여가와 건전한 여가가 함께 포함되어 있는 것이 특징이다. 현재를 살아가는 우리들은 위험한 여가보다는 건전한 여가를 통하여 건강한 육체와 맑은 정신을 가꾸어나가야 할 것이다. 종장에서 화자는 노후생활의 여가활동을 ‘눈과 귀에 좋은 것과 마음에 좋은 것’<sup>18)</sup>이라는 말로 대표하여 자신을 계발하고 생활의 변화를 추구했다고 한다.

이처럼 화자는 벼슬살이를 물러나와 자신이 젊은 시절에 하지 못했던 전원생활을 하면서 여가활동을 즐기고 있다. 자신을 계발하기 위해서 사냥을 하기도 하고, 태평성대의 음악을 감상하면서 남풍시(南風詩)<sup>19)</sup>를 즐기면서 생활의 변화도 추구하고 있다. 결국 위의 시조는 부귀와 공명을 추구하던 세속의 생활을 떨치고 늙어서 전원으로 돌아와 여가활동을 하면서 육체와 정신의 건강을 추구하고 있다. 여기서 화자는 젊은 시절에 벌어들인 재산으로 자신의 인성을 계발할 수 있는 여가활동을 즐기면서 변화하는 생활환경에 잘 적응하여 개인의 행복을 추구하고 있다.

지금까지 살펴본 사실시조에 나타난 여가활동은 크게 노후생활과 소년생활로 나누어진다. 젊은이들은 빠름의 여가활동을 주로 하고 있다. 속도를 강조하면 강조할수록 저항이 더욱 강해지는 것은 물리학의 법칙이라 할 수 있다. 속도의 여가활동을 주로 하면 반드시 저항이 생기기 마련이다. 이에 비해 노인들은 느림의 문화를 생명으로 하고 있다. 2004년 현재 우리 사회에서는 속도 위주의 경쟁이 너무 치열하다 보니

18) ‘盡耳目之所好，窮心志之所樂’으로 눈과 귀에 좋은 것을 다하고 마음에 즐거운 것을 다함.

19) 남풍시(南風詩)는 순(舜)임금이 오현금(五絃琴)을 타면서 즐겨 불렀다는 태평성대를 노래하는 시(詩)임.

이제 느림의 문화가 논의되고 있다. 느림의 문화가 등장한 이유 중의 하나는 빠르게 경쟁하다 보니 그 반작용으로 나타나는 것이라고 할 수 있으며, 다른 하나는 인간이 자연스럽게 본질적으로 가지고 있는 속도를 이미 초월했기에 이제는 자연의 본질인 느림의 문화로 돌아가자는 것이다.<sup>20)</sup> 노후생활은 생활 그 자체가 여가라고 할 수 있으며 느림의 문화를 실천할 수 있는 기회라 할 수 있다. 노후생활을 여유롭게 그리고 느리게 살아가면서 여가활동을 어떻게 하느냐에 따라서 그 사람 자신의 건강은 물론 삶의 완성도도 달라진다고 할 수 있다.

## 5. 결론

‘누구에게나 자유 시간은 주어지나, 아무나 여가활동을 할 수는 없다’<sup>21)</sup>라는 말이 있다. 그만큼 여가가 노동을 위해서도 중요하기에 하는 말일 것이다. 노동과 여가는 동전의 양면처럼 불가분의 관계에 있으며, 과거에는 노동을 위한 여가였다면 지금은 여가를 위한 노동을 중요하게 생각하고 있다. 이러한 시대를 맞이하여 우리의 선조들은 어떻게 여가활동을 했을까?

본고에서는 조선후기 사설시조에 나타난 여가활동의 양상을 분석하여 우리민족의 여가문화의 한 단면을 살펴보았다. 조선조 사설시조에 나타난 여가활동은 기분전환과 유흥지향, 건강관리와 신체회복, 자기개발과 생활변화 등의 양상으로 주제화되어 작품에 나타나고 있다.

‘기분전환과 유흥지향’을 내용으로 하는 시조에 나타난 여가활동은

20) 윤은기, “웰빙시대의 時테크”, 『웰빙과 여가문화』, 여가문화학회, 2004.6.10.

21) S.de Grazia, 『Of time, Work, and Leisure』, Doubleday & Company Inc., New York, 1964, 5면.

연행의 장소가 주연을 베풀거나 흥을 돋우어야 할 상황이라서 그런지 아니면, 소년시절의 행락을 노래하고 있어서 그런지 기분전환을 통한 유흥지향의 경향이 상대적으로 강하다고 할 수 있다. 여가활동이 지니고 있는 본질은 즐거움과 해방감, 그리고 자율적인 행동이라서 여가를 통하여 자기만족이 가능하지만, 그 즐거움과 해방감이 심리적인 안정감과 기분전환을 통하여 유익한 여가생활이 되도록 하는 것이 중요하다고 할 수 있다. 이러한 유형의 시조에는 기분전환을 통하여 건전한 여가활동을 형상화하는 작품도 있었지만, 소년시절의 행락을 보여주면서 지나친 호기로 위험한 여가활동을 조장하는 작품도 있었다.

‘건강관리와 신체회복’을 내용으로 하는 시조에 나타난 여가활동은 노년시절의 남은 시간을 그냥 보내는 것이 아니라 적극적으로 육체적인 건강을 위해 취미생활을 하고, 가족들과 대화를 하는 인생을 설계하여, 삶을 보람으로 충족할 수 있는 시간으로 만들어나가고 있어 귀감이 될만한 내용이 많았다. 이런 유형의 시조는 소년시절의 여가활동보다는 노년시절의 여가활동이 대부분이라서 건전한 여가활동을 많이 나타내고 있다.

‘자기계발과 생활변화’를 내용으로 하는 시조에 나타난 여가활동은 화자가 세상사의 명예와 이익이 헛됨을 알아차리고 스스로 만족하면서 살아가겠다고 하는 변화된 생활의 모습을 보여주고 있었다. 이러한 유형의 시조는 소년시절과 노년시절의 여가활동을 형상화하는 작품에 모두 함께 나타나고 있으나, 다른 유형의 작품보다도 확실한 자아성찰을 바탕으로 미래지향의 건강한 여가활동을 담고 있어 주목을 요한다고 할 수 있다.

우리 선조들이 사설시조를 통해서 표출한 가장 완전한 여가활동의 기능은 개인의 신체건강, 기분전환, 자기계발, 창조정신 등의 요소를 함께 누리는 것이라 할 수 있다. 오늘을 살아가는 우리들은 선조들이 사

설시조를 통해서 보여준 이러한 건강회복, 기분전환, 자기계발, 창조정신 등의 여가활동을 본받아야 할 것이다.

또, 사설시조에 나타난 여가의 양상은 크게 소년시절의 여가활동과 노년시절의 여가활동으로 나누어질 수 있다. 소년시절의 여가활동은 건전한 여가와 위험한 여가로 나누어질 수 있다. 사설시조에 나타난 건전한 여가에는 여행하기, 친구사귀기, 노래하기 등의 활동이 있고, 위험한 여가에는 술마시기, 여자사귀기 등이 있다. 노년시절의 여가활동으로는 대부분 바둑두기, 장기두기, 음악하기, 노래하기, 걸음걷기 등의 건전한 여가생활을 표출하고 있었다. 이런 현상은 젊은이들과 노인들의 체력과 건강에 차이점을 둔 우리 선조들의 삶의 지혜를 보는 듯하였다.

주5일 근무를 시행하는 2004년, 우리사회는 노동중심의 사회에서 여가중심의 사회로 이동하고 있다고 할 수 있다. 여가시간이 많아지고 여가문화도 다양해짐에 따라 현대인들은 더욱 건강한 육체와 맑은 정신을 강조하는 여가생활을 추구할 것이다. 이러한 시기에 우리들은 우리의 옛 시조에 나타난 여유와 느림의 미학에 바탕을 둔 여가활동에도 관심을 기울여 심신이 건강한 멋의 여가활동을 즐겨야 할 것이다.

### 〈참고문헌〉

#### 1. 자료

- 심재완, 『역대시조전서』, 세종문화사, 1972.  
박을수, 『한국시조대사전(상,하)』, 아세아문화사, 1991.  
김홍규, 『사설시조』, 고려대민족문화연구소, 1993.

#### 2. 연구논저

- 강남국, 『여가사회의 이해』, 형설출판사, 1999.  
김광득, 『여가와 현대사회』, 백산출판사, 1997.  
김대행, 『시가·시학 연구』, 이화여대출판부, 1991.

- 김용찬, 『18세기의 시조문학과 예술사적 위상』, 월인, 1999.  
류해춘, “웰빙시대의 시조미학(여름편)”, 『시조세계』 제15호, 2004.  
신연우, 『시조속의 생활, 생활속의 시조』, 북힐스, 2000.  
신은경, 『풍류』, 보고사, 1999.  
이찬욱, “시조낭송의 콘텐츠화 연구”, 『시조학논총』 제19집, 2003.  
임재해, 『한국민속과 오늘의 문화』, 지식산업사, 1994.  
임종찬, “장시조의 문예학적 연구”, 부산대(박사), 1983.  
조규익, 『만형청류』, 박이정, 1996.  
허왕욱, 『생활정서로 그려낸 시조미학』, 이회출판사, 2003.  
한국여가문화학회, 『웰빙과 여가문화(발표요약집)』, 2004.  
Aristotle, 『Nicomachean Ethics』, New York : Random House, 1948.  
J.Dumazedier, 『Toward a Society of Leisure』, The Free Press, New York, 1967.  
S.de Grazia, 『Of time, Work, and Leisure』, Doubleday & Company Inc., New York, 1964.

<Abstract>

## The Aspect on the Leisure-Activity of Sasul-Sijo

Ryoo Hae-Choon

The purpose of this thesis is to clarify the aspect on the Leisure-Activity of Sasul-Sijo in Choson Dynasty.

The Aspect on the Leisure-Activity of Sasul-Sijo can be divided into three type. Three type are the recreation, the health-care, and the self-discovery. The type of the recreation is reversed the Youth age-Leisure in the second chapter, the type of the health-care is reversed the Old age-Leisure in the third chapter, the type of the self-discovery is reversed the Youth age and Old age-Leisure in the

fourth chapter.

In order to study the Aspect on the Leisure-Activity of Sasul-Sijo which have succeeded up to present without interruption, it is to gather more materials, widen an appreciative eye our leisure-activity and deepen the till now study continuously.

*Keywords* : Sasul-Sijo, Leisure-Activity, Youth age-Leisure, Old age-Leisure, Recreation, Health-Care, Self-Discovery.

논문투고일 : 2004년 5월 30일, 심사일 : 38일, 심사완료일 : 7월 7일