

## 한국 음식 속담에 대한 음식 윤리적 접근

김석신\*

가톨릭대학교 식품영양학과

### Food Ethics Approach to Korean Food Proverbs

Suk Shin Kim\*

Department of Food Science and Nutrition, The Catholic University of Korea, Buchon City

#### Abstract

This study was performed to approach Korean food proverbs from the stance of food ethics. Both modern principles and traditional principles of food ethics were applied to select proverbs. The modern principles include a respect for life, justice, environmental preservation, and the priority of safety. The traditional principles were longevity and good health, poverty (escaping) and wealth (pursuing), eating luck and fortune, priority of food, virtue, and taste and quality (economics). All the principles except environmental preservation and the priority of safety have adequate food proverbs, since environmental disruption and food safety were not serious issues in the past.

**Key Words:** Food ethics, food proverbs, longevity and good health, poverty (escaping) and wealth (pursuing), eating luck and fortune, priority of food, virtue, taste and quality (economics)

### 1. 서 론

속담은 민간에 전하여지는 간결한 격언으로서(표준국어대사전 [http://stdweb2.korean.go.kr/search/List\\_dic.jsp](http://stdweb2.korean.go.kr/search/List_dic.jsp)), 민중의 철학, 문학, 역사이면서(김 & 리 1993), 민족 문화의 공통된 가치관이 담겨 있다(정 1995). 속담의 분류, 요소, 의미, 기능 등(Song 1989; Cho 1991; Hwang 1992; 황 등 2002)을 종합하여 볼 때 속담에는 교훈(교화)과 같은 윤리적 의미가 들어 있다.

음식과 관련이 있는 음식 속담에 대한 연구로서 송재선(1998)의 음식속담집, Wang(2008)의 음식속담을 활용한 한국어 교육, 조용(2009)과 Peng(2010)의 한국과 중국의 음식 속담 비교 등이 있다. 음식은 인간과 사회 공동체를 위한 윤리, 즉 생명과 행복의 기본 요소를 지니기 때문에 이를 매개체로 한 음식 속담에는 음식에 내재된 윤리적 특성이 반영될 수밖에 없다. 하지만 음식 속담 연구 가운데 음식 윤리와 관련된 연구는 아직 없다. 또 음식 윤리 연구 가운데에도 속담과 관계된 연구가 없는 실정이다.

인간은 선을 목표로 살고, 최고의 선은 행복이며, 윤리는 이를 달성하기 위한 원리와 규범을 의미한다(표준국어대사전([http://stdweb2.korean.go.kr/search/List\\_dic.jsp](http://stdweb2.korean.go.kr/search/List_dic.jsp))). 행복과 관련

된 윤리적 태도에 대해 김성동(2008)과 Lee 등(2011)이 연구하였으며, 최근에는 주관적 안녕감에 대한 연구가 행복 연구를 대체하기도 한다(Lee 등 2004; Argyle 2005; 김 등 2008). 최정호(2010)에 따르면 한국인은 복을 비는 존재이며, 행복이란 말은 오히려 최근에 등장한 표현이라고 주장한다. Lee 등(2004)은 복과 행복에 대한 연구 결과 건강과 낙관적 성격은 행복과 복의 공통된 특징이고, 행복은 자기만족과 같은 내적인 상태와 관련되는데 반해, 복은 사회적 지위와 같은 외적인 조건과 관련된다고 보고하였다. 따라서 음식 속담으로부터 음식 윤리의 궁극적인 목적, 즉 행복을 찾아내려면 전통적인 복의 개념도 포함하는 것이 바람직하다. 하지만 행복이나 복 연구 중에 음식 윤리나 음식 속담 관련 연구는 전혀 없다.

본 연구에서는 음식 윤리의 원리를, 현대적 원리(김&신 2011)인 생명존중의 원리, 정의의 원리, 환경보전의 원리, 안전성 최우선의 원리로 나누는 한편, 전통적 원리인 壽福과 건강의 원리, 빈곤(퇴치)과 부유(추구)의 원리, 식복(행운)의 원리, 음식 우선의 원리, 덕행의 원리, 맛과 품질(경제성)의 원리로도 나누어, 음식 속담을 분석하고자 하였다. 음식 속담은 표준국어대사전([http://stdweb2.korean.go.kr/search/List\\_dic.jsp](http://stdweb2.korean.go.kr/search/List_dic.jsp))에서 발췌하였다.

\*Corresponding author: Suk Shin Kim, Department of Food Science and Nutrition, The Catholic University of Korea, Buchon City, Kyonggi-do 422-743, Korea Tel & Fax: 82-2-2164-4316 E-mail: kimsukshin@catholic.ac.kr

## II. 본 론

### 1. 속담

#### 1) 속담의 정의와 윤리적 의미

국립국어원 표준국어대사전([http://stdweb2.korean.go.kr/search/List\\_dic.jsp](http://stdweb2.korean.go.kr/search/List_dic.jsp))에 따르면 속담은 ‘예로부터 민간에 전하여 오는 쉬운 격언이나 잠언’이다. 한국민족문화대백과사전(<http://encykorea.aks.ac.kr/Contents/Index>)에서 속담은 ‘교훈이나 풍자를 하기 위해 어떤 사실을 비유의 방법으로 서술하는 간결한 관용어구로서, 교화의 기능과 풍자의 기능을 지니는 것’이다. Naver백과사전(<http://100.naver.com/100.nhn?docid=94796>)에 따르면 속담은 ‘옛날부터 말로 전해 내려온 풍자·비판·교훈 등을 간직한 짧은 구절로서, 기능에 따라서 비판적·교훈적·경험적·유희적 속담으로 나눌 수 있는데, 비판적 속담은 상대편의 아픈 데를 찔러 기선(機先)을 제압하는 데 쓰고, 교훈적 속담은 격언이나 금언(金言)과 비슷하며, 경험적 속담은 오랜 경험 끝에 체득한 지식을 알기 쉬운 말로 정리한 것’이다. 이러한 사전적 정의를 종합하여 보면 속담은 ‘예로부터 민간에 전해오는 쉬운 격언으로서, 비판적, 교훈(교화)적, 경험적, 풍자(유희)적 기능이나 요소를 지닌 것’이라고 표현할 수 있다.

이기문(1976)은 한국의 속담을 9개의 큰 틀(언어, 인생, 가정, 사회, 지능, 사리, 심성, 행위, 기타)로 나눈 다음 이를 세부 주제별로 열거하였다. 김선풍과 리룡득(1993)은 속담을 ‘민중의 철학, 문학, 역사’라고 하면서 속담과 관련된 설화를 중심으로 260편에 달하는 속담이야기를 정리하였다. 정중화(1995)는 속담을 ‘긴 세월 동안 사람들이 경험을 통해 얻은 교훈을 짧은 글로 표현한 금언으로 한 민족과 한 문화의 공통된 가치관을 담은 그 민족의 진리 혹은 그 문화의 지혜로 형성된 예지의 결정체’라고 표현하였다. 그는 한국 문화의 원류를 외국 문화와 비교하는 수단으로 속담을 분석함으로써 한국인의 정신구조의 근간과 전통적 가치관의 실체를 살펴보았다. 황경자 등(2002)은 속담의 요소로서 형식성(간결성), 은유성, 교훈성(진리성), 대중성(통속성), 전통성(관습성)을 지적하였으며, Song(1989)은 속담의 의미를 교도, 권유, 경계, 사실 보도, 풍자의 다섯 가지로 나누었다. Cho(1991)는 예로부터 우리 조상들은 속담을 자녀 훈계의 수단으로 사용하여 왔다고 하며, 속담을 그 기능적 의미에 따라 습관을 가르치기 위한 속담, 언어의 신중을 가르치기 위한 속담, 행동의 신중을 가르치기 위한 속담, 잘못을 깨우쳐 주기 위한 속담, 근면, 성실을 가르치기 위한 속담, 희망을 고취시키기 위한 속담의 여섯 가지로 분류하여 연구하였다. Hwang(1992)은 도덕성 교육의 기초자료로 활용하기 위해 속담을 근면·성실성, 언행의 신중성, 비현실성, 준비성, 부적절성, 가능성 등의 도덕적 요인들로 구분하였다. 이러한 속담의 분류, 요소, 의미, 기능 등을 종합하여 보면 속담에는 철학, 진리, 교훈, 교도, 권유, 경계, 언행 등과 관련된 윤리적 의미가 들어 있음을 알 수 있다.

#### 2) 음식속담과 윤리

음식은 먹고 마시는 행위이자 그 대상을 가리키는 것으로서, 다른 사람의 노력으로 만들어지므로 개체의 생존의 관점과 공동체적 관점에서 볼 때, 개인과 사회 공동체가 생명을 유지하고 건강하고 행복하게 사는 데에 꼭 필요한 원동력이라 할 수 있다(김&신 2011). 한국인의 음식 문화는 공동체와 관련이 깊은데, Oh & Lee(2004)는 한국인의 음식 문화와 관련이 있는 공동체 의식을 품앗이, 통과외례, 식사법의 관점에서 살펴보았다. Oh(2005)는 현대의 한국 음식 문화에 남아 있는 공동체적 특성을 변함없는 식단과 기호, 변함없는 밥심식(술인심, 회식), 변함없는 공동 밥상과 음식 나눔 등으로 설명하고 있다. Bae 등(2009)은 한국 음식의 상징적 의미를 약의 상징(병의 치료나 예방), 정의 상징(효와 나눔), 신과 인간의 매개체 상징(제사음식), 생계의 상징, 양식의 상징, 부와 권력의 상징으로 나누어 살펴보았다.

음식 속담은 속담 중에서 음식과 직·간접으로 관련이 있는 속담이라고 할 수 있다. 송재선(1998)은 음식과 관련이 있는 속담을 모아 음식, 밥, 떡, 국 및 죽, 장류, 술 및 담배의 여섯 가지로 나누어 음식속담사전을 발간하였다. Wang(2008)은 음식속담을 활용해 한국어 문화 교육의 교수·학습 방안을 모색하였는데, 그는 한국 음식속담을 떡, 밥, 죽 등 소재별로 나누어 활용하였다. 조용(2009)은 한국과 중국의 음식속담을 비교하여 한중 언어를 다각적으로 이해하고 양국에 공존하는 문화적 차이 및 유사성을 깊이 있게 이해할 수 있는 자료로 제시하였다. Peng(2010)도 한·중 음식속담 비교 연구가 한·중 양국의 가치관, 음식문화, 생활습관, 자연환경도 알 수 있고 문화교류와 언어교류에 도움이 될 수 있다고 하였다. 그는 한국 음식속담의 내용을 긍정적 상황을 나타내는 음식속담, 부정적 상황을 나타내는 음식속담, 경계나 교훈을 나타내는 음식속담, 건강에 관한 음식속담, 계절에 관한 음식속담, 풍속습관 및 미신을 나타내는 음식속담, 배부름과 배고픔을 나타내는 음식속담으로 분류하였다.

음식 속담의 표제어가 되는 음식은 생명과 행복의 기본 요소이므로 이를 매개체로 한 음식 속담은 식생활의 경험 속에서 이해하고 습득한 교훈과 지혜를 알기 쉽게 표현한 어구라고 할 수 있다. 음식에는 본질적으로 개인과 사회 공동체의 생명의 원리와 윤리적 특성이 내재되어 있으므로 이를 통해 표현되는 음식속담에도 당연히 윤리적 요소가 반영되어 있을 것이다. 음식속담이 각 민족의 고유한 음식문화를 반영하고, 음식을 통한 교훈적, 도덕적 내용이 많은 것도 이런 연유이다.

### 2. 음식윤리

#### 1) 윤리와 행복

국립국어원 표준국어대사전([http://stdweb2.korean.go.kr/search/List\\_dic.jsp](http://stdweb2.korean.go.kr/search/List_dic.jsp))에 따르면 윤리는 ‘사람으로서 마땅히 행하거나 지켜야 할 도리’이다. 즉, 윤리는 인간이 인간답게 사

는 원리와 규범을 의미한다. 인간의 모든 행위는 ‘ 좋음 ’ 또는 ‘ 선 ’을 목표로 한다. 다시 말해 선은 모든 존재가 추구하는 목표이고, 윤리적으로 최고의 선은 행복이며, 행복은 인간의 선함 중에서 가장 좋은 것이다(김&신 2002). 그렇다면 윤리의 가장 기본 원리는 ‘ 행복의 원리 ’라야 한다. 한국민족문화대백과사전(<http://encykorea.aks.ac.kr/Contents/Index>)에 따르면 행복 추구권은 ‘ 고통이 없는 상태나 만족감을 느낄 수 있는 상태를 실현할 수 있는 권리 ’이고, 우리나라 헌법 제 10조는 “ 모든 국민은 인간으로서의 존엄과 가치를 가지며, 행복을 추구할 권리를 가진다 ”라고 규정하고 있다. 국립국어원 표준국어대사전([http://stdweb2.korean.go.kr/search/List\\_dic.jsp](http://stdweb2.korean.go.kr/search/List_dic.jsp))에서 행복은 ‘ 생활에서 충분한 만족과 기쁨을 느끼어 흐뭇함, 또는 그러한 상태 ’라 정의한다. 김성동(2008)은 행복의 주요 요소인 수입, 인간관계, 일에 대한 현대인의 윤리적 태도를 검토하고 이 검토에 근거하여 행복을 높일 수 있는 윤리적 태도를 제안하였다. Lee 등(2011)은 소비를 통한 행복 경험과 갈등경험의 요인을 분석하여 행복한 소비생활을 위한 방안을 제시하였다. 최근에는 심리학 분야를 중심으로 행복이라는 모호한 개념 대신에 주관적 안녕감(subjective well-being)에 대한 연구를 많이 수행하고 있다(Lee 등 2004; Argyle 2005; 김 등 2008).

## 2) 행복과 복

최정호(2010)는 한국인의 삶에서 가장 거짓 없는 본연의 욕구는 ‘ 복을 비는 마음 ’이라 주장하며, 대부분의 한국 사람은 스스로 의식하던 의식하지 않던 간에 지체 높은 사람이 나 낮은 사람이나, 돈이 많은 사람이나 적은 사람이나, 또는 많이 배운 사람이나 못 배운 사람이나 가릴 것 없이 누구나 복을 빌면서 살아왔고 살고 있다고 말한다. 그는 ‘ 복 ’이란 말이 근대화 이전의 전통 사회에서 오래 전부터 써 내려온 말인 데 비해 ‘ 행복 ’이란 말은 개화 이후에 등장한 근대어인 것 같다고 하며, 행복관에서도 세대 간의 격차 혹은 세대 간의 단절이 있는 것처럼 보인다고 했다. 오복이라는 전통적인 복의 표상은 장수를 누림(壽), 가멸함(富), 건강하고 마음 편안함(康寧), 심성의 후덕함(攸好德), 임종을 성취함(考終命)이라고도 하고, 수, 부, 貴, 강녕, 多男이라고도 한다. 국립국어원 표준국어대사전([http://stdweb2.korean.go.kr/search/List\\_dic.jsp](http://stdweb2.korean.go.kr/search/List_dic.jsp))에서 복이란 ‘ 삶에서 누리는 좋고 만족할 만한 행운 또는 거기서 얻는 행복 ’이라 정의한다. 한국민족문화대백과사전(<http://encykorea.aks.ac.kr/Contents/Index?dataType=02>)에 따르면 복이란 ‘ 아주 좋은 운수 ’, ‘ 큰 행운과 오붓한 행복 ’으로서 인간의 힘을 초월한 천운에 의한 길흉화복의 운수로 이해되고 있으며, 필요한 것이 두루 넉넉하게 갖추어져 있는 것을 나타내는 말이기도 하다. 구체적으로 복에 담긴 뜻은 사람, 시대, 혹은 사회나 문화에 따라 얼마든지 다른 풀이가 나올 수 있는데, 신년 정초에 ‘ 새해 복 많이 받으십시오. ’라고 하는 인사말이 복을 비는 전형적인 예이다. 식생활에 있

어서도 음식류 · 식기류 등에 복과 관련된 상징조형을 널리 사용하였다. 복자를 새긴 다식판과 복떡을 만들기 위해서 복자를 새긴 떡살도 있다. 정월 대보름날에 먹는 김쌈이나, 복날에 먹는 들깨잎 쌈도 복쌈이라 한다. 정월 초하룻날 쌀을 씻는 조리를 복조리라고 하고, 복자를 새긴 식기류도 헤아릴 수 없이 많다. 사람이 음식을 먹는 모습을 보고도 복스럽게 먹는다고 칭찬하는가 하면 복이 달아나겠다고 꾸짖기도 한다. 제사를 마치고 제관이 제사에 쓴 술이나 제물을 먹는 것은 음복(飮福)한다고 말한다. Lee 등(2004)은 한국인의 행복과 복의 유사점과 차이점을 연구한 결과 건강과 낙관적 성격은 행복과 복의 공통적 특징으로 나타난 반면, 행복은 자기만족과 같은 내적인 상태와 관련되고, 복은 사회적 지위와 같은 외적인 조건과 관련된다고 차이점을 보고하였다. 따라서 음식 속담에서 음식 윤리의 궁극적인 목적을 찾아내려면 음식 속담의 오랜 역사성과 사회 · 문화성을 고려하여 볼 때 근래의 행복의 개념은 물론 전통적인 복의 개념도 포함하여 분석할 필요가 있다.

## 3) 음식윤리의 정의

앞서 설명한 바와 같이 음식은 개인과 사회 공동체의 생명과 행복을 위한 것이고, 윤리는 궁극적으로 인간 존재에 ‘ 좋은 것 ’ 즉 행복을 추구하는 것이므로, 음식은 본질적으로 생명의 원리가 내재되어 있고 윤리적 특성을 지니고 있다고 볼 수 있다. 음식 윤리란 음식에 대한 윤리적 고려이며, 음식과 관련이 있는 농축어민, 식품기업이나 식당의 종사자, 음식 관련 공무원, 음식 소비자 등, 모든 음식관련 전문인에게 적용된다(Kim 2011). 왜냐하면 이들의 손을 거친 음식이 개인과 사회 공동체의 생명과 건강을 좌우하기 때문이다. 이에 따라 음식관련 전문인이 지녀야 할 덕, 즉 윤리적 품성도 동시에 요구된다. 따라서 음식 윤리는 음식 자체의 윤리적 측면과 음식관련 전문인의 덕의 측면을 모두 고려해야 한다. 음식 윤리는 음식으로부터 발생하는 모든 윤리적인 문제들을 해결하기 위한 원리를 우선으로 하되, 음식관련 전문인 윤리와 같은 기본적인 도덕적 품성도 중요시 한다.

## 4) 음식 윤리의 원리

예나 지금이나 음식은 개인과 공동체의 생명 유지에 꼭 필요한데, 과거에는 먹는 ‘ 나 ’와 만드는 ‘ 너 ’ 모두 동일한 밥상 공동체에 속하기 때문에 깊은 신뢰가 있었지만, 현 시대에는 음식을 먹는 ‘ 나 ’도 불특정 다수의 ‘ 너 ’가 만드는 음식을 먹고, 음식을 만드는 ‘ 너 ’도 불특정 다수의 ‘ 나 ’를 대상으로 음식을 만들기 때문에 만드는 사람과 먹는 사람 사이에 신뢰를 전제할 수 없다. 과거에는 가난하고 먹을 것이 부족했지만 농약 없는 로컬 푸드(local food)를 안심하고 먹은 반면, 상대적으로 풍요한 현 시대에는 글로벌 푸드(global food)를 먹으면서도 오히려 수많은 부정 · 불량식품(쥐 식빵, 납 꽃게, 멜라민 우유 등)을 걱정하며 살고 있다. 이런 시대의 흐

를 반영하여 음식 윤리의 원리도 현대적 원리와 전통적 원리로 구분할 필요가 있다.

### (1) 현대적 원리

음식 윤리에는 사회 공동체 구성원들이 동의할 수 있는 기본적 원리가 있어야 한다. 음식 윤리의 현대적 원리에는 생명존중의 원리, 정의의 원리, 환경보전의 원리, 안전성 최우선의 원리가 있다(김&신 2011).

첫째, 생명존중의 원리이다. 만일 음식이 생명 존중의 원리 없이 만들어져 생명에 위협을 준다면 그 음식은 존재 이유마저 없다. 왜냐하면 음식은 생명을 유지하기 위해 존재하기 때문이다. 둘째, 정의의 원리이다. 정의는 개인 간의 올바른 도리 또는 사회를 구성하고 유지하는 공정한 도리를 의미하며, 공정한 가격을 정의의 중요한 예로 들 수 있다. 가짜 꿀을 진짜 꿀로, 중국산을 국산으로, 농약을 살포한 농산물을 친환경 농산물로 판매하는 행위는 정의롭지 않다. 셋째, 환경보전의 원리이다. 음식은 환경에서 재배하고 사육한 것이고 남은 음식은 다시 환경으로 보내지기 때문에 환경보전은 음식 윤리와 불가분의 관계에 있다. 농약과 비료가 넘쳐나는 환경에서 재배한 음식 재료가 부메랑처럼 우리의 생명과 건강에 위협을 끼치고 있는 현 상황에서 유기재배나 유기축산과 같은 적극적인 환경보전 농업에 동참하는 것이 음식을 통한 환경보전의 길이다. 넷째, 안전성 최우선의 원리이다. 이는 우리의 건강이나 생명에 위협한지 아닌지 현재의 과학과 지식으로 판단할 수 없는 경우에 적용해야 하는 원리이다. DDT가 전 세계에서 선풍적 인기를 끌었을 때 아무도 그 농약의 해로움을 몰랐다. 결국 수많은 사람이 해를 입고 나서야 사용금지 처분을 받았다. 이를 교훈으로 삼아 위험성을 판단하기 어려울 때는 경제성보다 안전성을 최우선으로 삼아 섭취하지 않도록 해야 한다.

이러한 윤리 원리를 적극적으로 적용하고 실천하려면 음식관련 전문가인 윤리적 품성을 갖추어야 한다. 윤리 원리를 이해하고 파악하는 지혜, 가짜나 불량한 음식을 만들지 않는 정직, 꾸준히 옳은 것을 실천해 나가는 성실, 정의롭지 않은 행위를 고발할 줄 아는 용기, 아껴 먹고 아껴 쓰면서도 값이 비싸도 의미 있는 소비를 하는 절제, 특히 대기업이나 공무원의 경우 청렴 등의 덕성이 필요하다.

### (2) 전통적 원리

앞서 설명한 바와 같이 윤리의 궁극적 목적은 행복에 있으므로 윤리의 가장 기본적인 원리는 ‘행복의 원리’라야 한다. 하지만 한국인은 행복과 복을 비슷하게 생각하거나 차이가 있다고 생각하고 있다(Lee 등 2004). 그리고 속담은 아주 오래전부터 우리 민족의 사회문화를 반영하는 것이므로 속담에서 음식윤리와 관련된 행복을 파악하기 위해서는 전통적인 복의 개념으로도 속담을 살필 필요가 있다.

전통적으로 오복은 수(壽, 장수를 누림), 부(富, 가멸함), 강

녕(康寧, 건강하고 마음 편안함), 수호덕(攸好德, 심성의 후덕함), 고종명(考終命, 임종을 성취함)이라고 한다. 수, 강녕, 고종명의 복을 받으려면 오랫동안 건강하게 살아야하고, 건강하려면 음식을 잘 먹어야 하며, 잘 먹으려면 음식의 맛과 품질이 좋아야 하고 가격은 저렴할수록 좋다. 이와 관련된 음식 윤리의 원리로서 수복(壽福)과 건강의 원리, 음식 우선의 원리, 맛과 품질(경제성)의 원리를 들 수 있다. 부의 복은 ‘잘 먹고 잘 산다’는 것을 뜻했기에 이 복을 얻기 위해 가난은 멀리 하고 부를 추구했으며, 아무리 노력해도 부를 얻을 수 없을 때 행운을 기대하는데, 그 중에서도 잘 먹는 행운 즉 식복을 기대했다. 이와 관련된 음식 윤리의 원리로서 빈곤(퇴치)과 부유(추구)의 원리, 식복(행운)의 원리를 들 수 있다. 수호덕에 속하는 원리로서 미덕이나 바른 품행을 목표로 하는 덕행의 원리를 들 수 있다.

따라서 전통적인 오복의 개념을 준용하여 음식 윤리의 전통적 원리를 壽福과 건강의 원리, 빈곤(퇴치)과 부유(추구)의 원리, 식복(행운)의 원리, 음식 우선의 원리, 덕행의 원리, 맛과 품질(경제성)의 원리로 세분하여 음식속담을 분석한다.

## 3. 음식윤리의 현대적 원리에 의한 속담 분류

### 1) 생명 존중의 원리

생명은 그 자체로 의미 있고 가치가 충분하며, 이 생명을 유지하는 데는 음식이 반드시 필요하다. 음식은 생명을 유지하기 위한 수단일 뿐만 아니라 생명체가 추구하는 목적이기도 하다(김&신 2011). 흔히 ‘먹고 산다’는 단순한 표현에 생명 존중의 깊은 뜻이 담겨 있다.

(1) 사는 것이 무엇보다 중요함을 표현하는 속담은 다음과 같다.

① 산 (사람) 입에 거미줄 치랴=사람이 굶어 죽으란 법은 없다.

거미가 사람의 입 안에 거미줄을 치자면 사람이 아무것도 먹지 않아야 한다는 뜻으로, 아무리 살림이 어려워 식량이 떨어져도 사람은 그럭저럭 죽지 않고 먹고 살아가기 마련임을 비유적으로 이르는 말.

② 제상도 산 사람 먹자고 차린다.

모든 것이 다 살아 있는 사람에 맞게 이루어짐을 비유적으로 이르는 말.

③ 사흘 굶으면 양식 지고 오는 놈 있다=세 끼(를) 굶으면 쌀 가지고 오는 놈[사람] 있다.

사람이 양식이 떨어져 굶어 죽게 되면 도와주는 사람이 생기게 마련이라는 뜻으로, 사람이 아무리 어렵게 지내더라도 여간하여서는 굶어 죽지는 않음을 비유적으로 이르는 말.

우리나라 사람들이 먹는 주식은 밥이고 밥 중에 으뜸은 쌀밥이므로 쌀은 생명을 주는 대표적인 양식이라고 할 수 있다. 쌀과 관련이 있는 위 속담은 빈곤함과 이를 견디는 인내와 이웃의 인정을 믿는 의미를 함축하고 있다(Kang 1995).

(2) 삶은 무엇보다도 중요한 일이기 때문에 살기 위해 (흠쳐)먹는 행위는 죄가 아니라는 속담은 다음과 같다.

① 먹은 죄는 없다.

설령 남의 것을 흠쳐 먹었다 할지라도 그것을 죄 삼아 벌을 주지 않는다는 말.

② 먹은 죄는 꿀 종지도 하나.

다 먹고 바닥에 꿀이 묻은 꿀 종지를 보고 종지가 먹었다고 허물하겠냐는 뜻으로, 먹은 것은 죄가 아니라는 말.

③ 목구멍이 포도청=입이 포도청.

먹고살기 위하여, 헤서는 안 될 짓까지 하지 않을 수 없음을 이르는 말.

④ 사흘 굶어 담 아니 넘을 놈 없다=사흘 굶어 도둑질 아니 할 놈 없다=사흘 굶어 담 아니 넘을 놈 없다=사흘 굶으면 못할 노릇이 없다=사흘(을) 굶으면 포도청의 담도 뛰어넘는다=세 끼 굶으면 군자가 없다=열흘 굶어 군자 없다.

아무리 착한 사람이라도 몹시 궁하게 되면 못하는 짓이 없게 됨을 비유적으로 이르는 말.

⑤ 구복이 원수(라).

입으로 먹고 배를 채우는 일이 원수 같다는 뜻으로, 먹고 살기 위하여 괴로운 일이나 아니꼬운 일도 참아야 한다는 말. 또는 먹고살기 위하여 어쩔 수 없이 잘못을 저질렀음을 이르는 말.

(3) 배고프면 살기 위해 별 온갖 생각을 다 할 수 있다는 속담은 다음과 같다.

① 사흘 굶어 아니 날 생각 없다.

몹시 굶게 되면 여러 가지 옳지 못한 생각도 들고, 못할 일이 없게 됨을 이르는 말.

② 배고픈 호랑이가 원님을 알아보나.

배고픈 호랑이가 원님이라고 사정을 보여주지 아니한다는 뜻으로, 사람이 극히 가난하고 굶주리는 지경에 이르면 아무 것도 가리지 않고 분별없는 짓까지 마구 하게 됨을 비유적으로 이르는 말.

③ 사흘 굶은 개는 몽둥이를 맞아도 좋다 한다.

몹시 굶주린 개는 먹지 못하는 음식이라도 매를 맞아 가며 먹는다는 뜻으로, 몹시 굶주리게 되면 비록 먹지 못할 것이라도 다 좋아함을 이르는 말.

2) 정의의 원리

(1) 정의란 원래 내 몫과 네 몫을 공평하게 분배한다는 뜻이다. 공평해야 함을 강조한 속담은 다음과 같다.

① 가는 떡이 커야 오는 떡이 크다.

자기가 남에게 말이나 행동을 좋게 하여야 남도 자기에게 좋게 한다는 말

② 네 떡이 한 개면 내 떡이 한 개라=오는 말이 고와야 가는 말이 곱다=오는 떡이 두터워야[커야] 가는 떡이 두텁다[크다]=오는 정이 있어야 가는 정이 있다.

상대편이 자기에게 말이나 행동을 좋게 하여야 자기도 상대방에게 좋게 한다는 말. 또는 말은 누구에게나 점잖고 부드럽게 하여야 한다는 말.

③ 떡으로 치면 떡으로 치고 돌로 치면 돌로 친다=돌로 치면 돌로 치고 떡으로 치면 떡으로 친다.

남이 나를 대하는 것만큼 나도 남을 그만큼밖에 대접하지 아니한다는 것을 비유적으로 이르는 말.

밥이 일상적인 주식으로 정착되면서 떡은 주로 의례음식으로 이용되고 있으며, ‘밥 위의 떡’이라는 속담처럼 떡은 우리 민족의 별식으로 자리 잡았다(장 등 2010). 이 속담은 마음에 흡족하게 가졌는데도 더 주어서 그 이상 바랄 것이 없을 만한 상태를 가리키는 말이다. 밥보다는 떡을 더욱 맛난 것으로 생각하게 하는 이 속담에서 떡이 별식이었음을 알 수 있다(강&이 1984). 위의 속담들은 이런 별식인 떡을 내 몫과 네 몫을 공평하게 분배해야 정의롭고 윤리적이란 의미임을 알 수 있다.

④ 고운 일 하면 고운 밥 먹는다

남을 위하여 좋은 일을 하면 그에 따른 좋은 대가와 대접을 받게 되고 모진 일을 하면 나쁜 대가를 받게 된다는 뜻으로, 모든 일이 자기의 할 탓에 달려 있음을 비유적으로 이르는 말.

전통적으로 주식인 밥을 부식보다 훨씬 중요하게 여겼는데(강&이 1984), 어른의 진지, 임금의 수라, 제사의 메와 같이 밥에 대해 높임말을 사용할 정도였다(이 1999). 이렇게 중요한 밥을 일한 대가로 받으려면 상응하는 노력이 따라야 함을 의미한다고 보겠다.

⑤ 보리 주면 오이[외] 안 주랴.

제 것은 아까워하면서 남만 인색하다고 여기는 사람에게, 주는 것이 있어야 받는 것이 있음을 비유적으로 이르는 말.

우리나라의 전통 여름과일은 참외였다(윤 2010). 위 속담은 맛있는 참외와 외(오이)의 관계를 쌀과 보리의 관계로 대응시켜 ‘보리 주면 외(오이) 안 주랴’고 표현하고 있다. 이 속담은 인정을 베푼 만큼에 상응하는 보답이 온다(Kang 1995)는 정의의 의미를 담고 있다.

(2) 정의를 지키려면 남의 몫을 탐하지 말아야 한다. 이와 관련된 속담은 다음과 같다.

① 콩도 닷 말 팔도 닷 말.

어떤 것을 치우침 없이 공평하게 골고루 나누어 주는 경우를 비유적으로 이르는 말. 또는 이러나저러나, 혹은 여기나 저기나 모두 마찬가지로 비유적으로 이르는 말.

콩과 팥은 같은 두류이면서도 성분이나 용도가 다르다. 콩은 팥보다 단백질과 지방은 많고 탄수화물은 적는데, 콩은 장류, 두유, 두부 등을 만드는 재료로 사용되고, 팥은 팥죽, 팥앙금, 팥고물 등에 사용된다. 이 속담은 어디를 가나 좋고 나쁜 것은 다 있기 마련이고 별 차이가 없다는 뜻도 포함하고 있다(Kang 1995).

② 콩 반 알도 남의 몫 지어 있다.

아무리 작고 사소한 물건이라도 다 각기 주인이 있다는 말. 또는 비록 하찮은 물건이라도 남의 것은 가지거나 탐내지 말라는 말.

이 속담은 지나친 욕심을 경계해야 정의롭다는 의미도 함축하고 있다(Kang 1995).

③ 흥년에 죽 아이도 한 그릇 어른도 한 그릇=어른도 한 그릇 아이도 한 그릇=커도 한 그릇 작아도 한 그릇.

어른과 아이의 차별이 없이 나누어 주는 분량이 같다는 말.

죽은 최초의 곡물음식으로 밥이나 떡보다도 먼저 이용된 것으로 보이며 밥이 일상적인 주식으로 정착되면서 죽은 보양식, 기호식, 구황식으로 다양하게 발전되었다(장 등 2010). 특히 보릿고개 무렵에는 산채나 푸성귀에 약간의 곡물을 섞어 죽을 끓여 겨우 굶주림을 면했다고 한다(이 1999). 이런 죽이니 차별 없이 나누어야 정의롭다는 의미라고 보겠다.

④ 남의 것을 마 배어 먹듯 한다.

남의 재물을 거리낌 없이 마구 훔치거나 빼앗아 감을 비유적으로 이르는 말.

마의 먹는 부위는 원주상의 괴근인데, 전분 20%, 서당 3%, 단백질 3.5%, 전분 분해효소와 비타민 B<sub>1</sub>과 C 등을 함유하고 있으며, 특수성분으로 점성이 높은 뮤신(mucin)이 들어 있다(홍 등 2005). 마의 괴근은 부드러워 썰거나 즙으로 만들기 쉬운데, 이런 의미에서 마를 거리낌 없이 배어 먹는다는 표현을 한 것 같다.

⑤ 남의 고기 한 점이 내 고기 열 점보다 낫다.

자기 것은 두고 욕심 사납게 남의 것을 공연히 탐냄을 비유적으로 이르는 말.

⑥ 남의 고기 한 점 먹고 내 고기 열 점 준다.

적은 것이라도 남의 것으로 자신의 이익을 얻으면 나중에 큰 손해를 보게 됨을 비유적으로 이르는 말.

우리민족은 농경생활과 불교의 영향으로 고려 때까지 육식을 금하다가, 고려 말에 이르러 몽골의 영향으로 쇠고기를 먹게 되었는데, 이때부터 고기하면 쇠고기를 가리키는 식육관이 지금도 이어지고 있다(이 1984). 이런 의미에서 위의 속담들이 탐내는 대상으로 고기를 선정한 것은 아주 적절하다고 본다.

(3) 정의는 또한 불평등한 분배를 개선하는 것도 포함하는데 이와 관련된 속담은 다음과 같다.

① 열의 한 술 밥=열의 한 술 밥이 한 그릇 푼푼하다=열이 어울러 밥 찬 한 그릇.

열 사람이 한 술씩 보태서 밥 한 그릇을 만든다는 뜻으로, 여럿이 각각 조금씩 도와주어 큰 보탬이 됨을 비유적으로 이르는 말.

② 먹기는 혼자 먹어도 일은 혼자 못 한다.

일은 힘을 합쳐 하는 것이 효과적이라는 말.

(4) 정의는 흔히 사필귀정이라는 표현처럼 노력한 만큼 결과를 받는 것도 포함되는데, 이와 관련된 속담은 다음과 같다.

① 오이 덩굴에서 가지 열리는 법은 없다.

그 아버지에 그 아들밖에 날 수 없음을 비유적으로 이르는 말.

② 콩 심은 데 콩 나고 팥 심은 데 팥 난다=배나무에 배 열리지 감 안 열린다=오이 덩굴에 오이 열리고 가지 나무에 가지 열린다=오이씨에서 오이 나오고 콩에서 콩 나온다=콩 날 데 콩 나고 팥 날 데 팥 난다=콩에서 콩 나고 팥에서 팥 난다=팥을 심으면 팥이 나오고 콩을 심으면 콩이 나온다.

모든 일은 근본에 따라 거기에 걸맞은 결과가 나타나는 것임을 비유적으로 이르는 말.

③ 콩을 팔이라고 우긴다.

사실과 다른 주장을 막무가내로 내세운다는 뜻으로, 억지스럽게 고집을 부림을 비유적으로 이르는 말.

위 속담들은 근본은 변하지 않기 때문에 인과의 법칙을 어길 수 없다는 의미를 포함하고 있다(Kang 1995).

(5) 정의롭지 못한 행동의 예를 다음과 같이 먹는 것에 비유한 속담도 있다.

① 맛이 좋으면 넘기고 쓰면 뺀다=달면 삼키고 쓰면 뱉는다.

옳고 그름이나 신의를 돌보지 않고 자기의 이익만 꾀함을 비유적으로 이르는 말.

② 남의 떡 가지고 냇을 낸다.

남의 떡으로 선심 쓴다.

③ 남의 떡에 설 쉰다=남의 떡으로 조상 제 지낸다.

남의 덕택으로 거저 이익을 보게 됨을 비유적으로 이르는 말.

④ 이 떡 먹고 말 말아라.

뇌물을 주고 비밀을 발설하지 말라는 말.

“귀신 듣는데 떡 소리한다.” “떡 본김에 제사지낸다.”는 말이 있듯 제사상에는 떡을 올렸다(강&이 1984). 요즘은 “웬 떡이냐”하면 뜻밖의 행운을 가리키고 “떡값”이라고 하면 뇌물을 의미한다.

(6) 사람이 평등함을 나타내는 속담은 다음과 같다.

① 건더기 먹은 놈이나 국물 먹은 놈이나.

잘 먹은 사람이나 못 먹은 사람이나 결과적으로 배고파지기는 마찬가지라는 말. 또는 잘산 사람이나 못산 사람이나 결국은 마찬가지라는 말.

② 떡이 별 떡 있지 사람은 별사람 없다.

떡의 종류는 많으나 사람은 크게 차이가 없다는 말.

### 3) 환경보전의 원리

환경보존의 원리에 해당하는 속담은 찾기 어려웠다. 현대인들이 기계적 자연관을 갖고 있는데 반해, 선조들은 유기적 자연관을 가지고 있었기에 예전에는 오늘날의 지속가능성, 환경보전 등과 같은 절박감이 없었기 때문이라고 생각된다.

오영석과 최병옥(2000)이 지적한 것처럼 자연을 유기적 존재로 파악한다면, 쉽게 훼손하거나 개발하려고 들지 않을 것이다. 왜냐하면 자연 속에 천명이 깃들어 있고 자연 자체가 하나의 생명이기 때문이다. 특히 조선시대의 금산은 산림을 보호하기 위한 제도로 오늘날의 그린벨트 제도와 유사한데, 이 제도는 매우 엄격하여 말라죽는 소나무조차도 베지 못하도록 하였다고 한다. 조선시대에는 현재 우리가 환경문제와 관련하여 흔히 사용하고 있는 환경, 쓰레기, 오물, 공해, 오염 등과 같은 용어가 보편적인 정책 용어로 사용되지 않았다. 그 원인으로서는 환경문제를 걱정할 정도로 자연의 오염이나 공해가 심각하지 않았기 때문일 것이다. Oh & Ahn(1995)도 인간이 동식물보다 우위의 존재이지만 모두 하늘의 뜻으로 생성된 것이므로, 인간은 천지만물을 다스리고 이용하되 그 이용에 있어서 선과 악을 구별하고 하늘의 명을 따라야 한다는 조선의 자연관을 언급하였다.

4) 안전성 최우선의 원리

안전성 최우선의 원리에 해당하는 속담도 찾기 어려웠다. 조선시대에 먹고 탈이 나는 식중독보다는 굶주림 자체와 이로 인한 질병이 더욱 심각한 문제였기 때문이다. 변정환(1985)에 따르면 조선시대의 역질(疫疾)은 조선 초 1390년대부터 조선 말 1910년까지 간헐적으로 계속 발생했다. 역질에 의한 피해는 전쟁의 참화보다 컸으며, 인구 감소의 가장 큰 요인으로 작용할 정도였다. 역질의 원인으로서는 굶주림, 추위나 더위, 불결한 환경, 인구의 밀집, 원귀나 잡귀의 소행 등을 들고 있다. 신동원(1997)에 따르면 1859년-1860년 2년 동안 콜레라가 유행하여 40만 명의 사망자가 발생했는데, 당시 인구를 800만 명 정도라 할 때 인구의 5%가 단일 역질로 감소한 것이다. 권복규(2000)는 조선 전기의 역병을 기근-역병-재해의 개념으로 이해해야 한다고 주장했다. 정부는 역병 치유를 위해 제사 등의 초자연적인 방법, 약재 사용, 침술, 양곡 지급을 하였는데, 이는 당시 사람들도 역병의 원인이 기근, 과로, 추위, 인구의 밀집 때문임을 이해한 것으로 볼 수 있다. Yang(2005) 역시 삼국시대, 고려시대, 조선시대의 질병 발생의 주요 원인으로 자연 재해로 인한 기근과 영양 부족을 들었고, 인구증가와 도시로의 인구집중도 부수적인 원인이 되었다고 보고하였다.

4. 음식윤리의 전통적 원리에 의한 속담 분류

1) 壽福과 건강의 원리

(1) 이승에서 오래 살고 싶은 욕구를 수복으로 표현한 속담은 다음과 같다.

① 불로초를 먹었나.

보통 이상으로 장수하는 사람에게 하는 말.

불로초는 먹으면 늙지 않는다고 하는 풀로서 선경(仙境)에 있다고 믿어 왔는데, 이 불로초는 영지속에 속하는 약용 버섯으로 쓴맛이 나는 영지(靈芝)버섯이라고 한다(Lim 1984).

② 땀감을 따 먹어도 이승이 좋다.

아무리 천하고 고생스럽게 살더라도 죽는 것보다는 사는 것이 나음을 이르는 말.

땀감은 덜 익어 맛이 짧은 감으로서 땀감을 먹고 산다는 것은 참으로 힘겹게 산다는 뜻이라고 보겠다.

③ 사후 술 석 잔 말고 생전에 한 잔 술이 달다=죽어 석 잔 술이 살아 한 잔 술만 못하다.

죽은 다음에 제사상에 이것저것 차리지 말고 살아 있는 동안에 한 가지라도 더 대접하라는 말.

조선시대 손님상에는 술을 올렸고, 술은 대개 안주인이 집에서 손수 담가 내었다. “한 잔 술에 인심난다”라는 속담은 손님을 후하게 대접할 것을 권하는 말이다(강&이 1984).

(2) 잘 먹어야 건강하게 살 수 있다는 속담은 다음과 같다.

① 안 먹고 사는 장사가 없다.

누구나 먹어야 힘을 쓰고 일을 할 수 있음을 비유적으로 이르는 말.

② 한 밥에 오르고 한 밥에 내린다.

잘 먹고 못 먹는 데 따라 살이 오르고 내리고 한다는 말.

③ 감기는 밥상머리에서 물러간다[물러앉는다]=감기는 밥상머리에 내려앉는다.

밥만 잘 먹으면 감기 정도는 절로 물러간다는 뜻으로, 밥만 잘 먹으면 병은 물러감을 이르는 말.

④ 밥 한 알이 귀신 열을 쫓는다=고기 한 점이 귀신 천 머리를 쫓는다.

귀신이 붙은 듯이 몸이 쇠약해졌을 때라도 충분히 먹고 제 몸을 돌보는 것이 건강을 회복하는 가장 빠른 길임을 비유적으로 이르는 말.

⑤ 노인네 망령은 고기로 고치고 젊은이 망령은 몽둥이로 고친다=젊은이 망령은 흥두깨로 고치고 늙은이 망령은 굵곡으로 고친다.

노인들은 그저 잘 위해 드려야 하고, 아이들이 잘못했을 경우에는 엄하게 다스려 교육해야 한다는 말.

⑥ 술은 백약의 장(長).

술은 알맞게 마시면 어떤 약보다도 몸에 가장 좋은 것임을 비유적으로 이르는 말.

(3) 잘 못 먹으면 건강을 해치게 된다는 속담은 다음과 같다.

① 사흘에 피죽 한 그릇도 못 얻어먹은 듯하다=사흘에 한 끼도 못 먹은 듯하다.

사람이 초췌하여 풀이 죽고 기운이 없어 보임을 비유적으로 이르는 말.

피는 쌀이나 보리에 비해 영양가는 떨어지지 않지만 맛과 소화율은 훨씬 못하다.

② 과부가 찬밥에 굶는다.

홀몸이라고 먹는 것을 부실하게 하여 허약해진 과부가 많다는 말.

2) 빈곤(퇴치)과 부유(추구)의 원리

(1) 선조들에게 빈곤은 먹을거리가 없는 상태를 의미했는데, 이와 관련된 속담은 다음과 같다.

① 이 설움 저 설움 해도 배고픈 설움이 제일.

굶주리는 고통이 가장 견디기 힘들다는 말.

② 고양이가 죽 썬어 줄 것 없고 새양쥐 불가심할 것 없다.

고양이가 먹을 얼마 안 되는 죽을 썬어 줄 만한 거리도 없고 조그만 새쥐가 불가심할 만한 양식도 없다는 뜻으로, 너무 가난해서 아무것도 먹을 것이 없음을 비유적으로 이르는 말.

③ 굶기를 (부잣집) 밥 먹듯 한다.

자주 굶는다는 말.

밥 중에 쌀밥은 가장 좋아하는 음식이었지만 쌀밥을 먹기란 아주 어려웠고, 제사나 명절 때, 손님이 왔을 때 차리는 음식이었다. 더구나 쌀은 현금과 맞바꿀 정도로 재화 가치가 높아서 쌀밥을 먹을 수 있는 것만으로도 부유함을 기뻐하는 척도가 되었다(김 2009).

④ 나라의 쌀독이 차야 나라가 잘 산다.

나라가 잘되려면 무엇보다도 식량 사정이 좋아야 함을 비유적으로 이르는 말.

⑤ 눈은 풍년이나 입은 흉년이다.

눈에 보이는 것은 많아도 정작 먹을 것은 없음을 비유적으로 이르는 말.

⑥ 목구멍 때도 못 씻었다.

자기 양에 차지 못하게 아주 조금 먹었음을 이르는 말.

⑦ 목의 때도 못 씻는 살림.

변변히 먹지도 못하고 구차하게 지내는 살림을 비유적으로 이르는 말.

⑧ 보릿고개가 태산보다 높다.

한 해 동안 농사지은 식량을 가지고 다음 해 보리가 날 때까지 견디어 나가기가 매우 힘들음을 비유적으로 이르는 말.

⑨ 보릿고개에 죽는다.

목은 곡식은 거의 떨어지고 햇보리는 아직 여물지 아니하여 농가가 심히 곤궁함을 비유적으로 이르는 말.

봄철인 3·4월경이면 양곡이 바닥을 드러내고 보리의 수확을 애타게 기다린다. 이 계절을 보릿고개라고 한다. 산채나 솔잎, 푸성귀에 약간의 곡물을 섞어 죽을 끓여 겨우 굶주림을 면하다가 보리가 수확되면 콩보리밥만 먹는다(이성우 1999). 특히 남부지방은 보리의 생산량이 많아 보리밥을 많이 먹었으며 보리라는 말은 가난과 상통하여 춘궁기를 보릿고개라 했고, 맛있는 떡을 보리떡이라 했다(이성우 1999). 위 속담들은 춘궁기의 고통과 빈한한 생활을 표현한다(Kang 1995).

⑩ 봄 떡은 들어앉은 샌님도 먹는다.

먹을 것이 궁한 봄철에 해는 길고 출출하니 점잔만 빼고 들어앉은 샌님도 떡을 먹고 싶어 한다는 뜻으로, 봄에는 누구나 균것질을 좋아함을 비유적으로 이르는 말.

⑪ 사월 없는 곳에 가서 살면 좋겠다.

4월 춘궁기의 고달픔을 이르던 말.

⑫ 빌어먹는 놈이 콩밥을 마다할까=빌어먹는 놈이 이밥 조밥 가리랴=얻어먹는 놈이 이밥 조밥 가리랴=없는 놈이 찬밥 더운밥을 가리랴.

한창 궁하여 빌어먹는 판에 콩밥이라고 마다할 수 없다는 뜻으로, 자기가 아쉽거나 급히 필요한 일에는 좋고 나쁨을 가릴 겨를이 없음을 비유적으로 이르는 말.

⑬ 사흘에 한 끼 입에 풀칠하기도 어렵다.

늘 굶고 살 정도로 살림이 매우 가난함을 비유적으로 이르는 말.

⑭ 삭단에 떡 맛보듯.

매달 음력 초하룻날 삭다례를 지내고 나서 조금밖에 없는 음식을 맛보듯 한다는 뜻으로, 음식의 양이 너무 적어서 먹은 듯만 등 함을 비유적으로 이르는 말.

⑮ 세 끼 굶은 시어머니 상판 같다

보기 흉할 정도로 몹시 찌푸린 얼굴을 비유적으로 이르는 말.

⑯ 쌀독에 거미줄 치다.

먹을 양식이 떨어진 지 오래됨을 비유적으로 이르는 말.

위 속담은 굶을 때가 많을 정도로 몹시 가난함을 나타낸다(Kang 1995).

⑰ 이삭 밥에도 가난이 든다.

양식이 궁하여 가을에 추수가 끝날 때까지 기다리지 못하고 벼 이삭, 수수 이삭 따위를 베어다 먹을 때부터 이미 오는 해에도 가난하게 살 징조가 보임을 이르는 말.

⑱ 책력 보아 가며 밥 먹는다.

매일 밥을 먹을 수가 없어 책력을 보아 가며 좋은 날만을 택하여 밥을 먹는다는 뜻으로, 가난하여 끼니를 자주 거른다는 말.

⑲ 천생 팔자가 늘은밥이라.

고작 좋아하는 것이 늘은밥이니 가난한 신세를 면하지 못할 것이라고 비꼬아 이르는 말.

(2) 선조들에게 부유함은 우선 배를 굶지 않고 배부르게 먹는 것을 의미했다. 배부르게 먹는 데 주력을 한 식생활은 우리나라 풍속도의 하나였는데, 배불리 먹는 습관은 서민이나 상류층이나 마찬가지로 있었으며, “배 채운다”는 말처럼 주렸던 배가 울창이 배처럼 튀어나올 때까지 먹고 배를 두들기며 즐길 때 부러운 것이 없었다고 한다(강 & 이 1984). 이와 관련된 속담은 다음과 같다.

① 배만 부르면 제 세상인 줄 안다.

배불리 먹기만 하면 아무 근심 걱정을 모른다는 말. 또는 돈만 있으면 제 세상인 줄 알고 제멋대로 행동한다는 말.

② 배부르고 등 따습다.

배부르게 먹고 등이 따습게 옷을 입는다는 뜻으로, 잘사는 생활을 비유적으로 이르는 말.

③ 배부르니까 평안 감사도 부럽지 않다.

굶주렸던 사람이 배가 부르도록 먹으면 만족하게 됨을 비



유적으로 이르는 말.

④ 배부른 고양이는 쥐를 잡지 않는다=배부른 매는 사냥을 않는다.

가난한 사람은 부지런하지만 돈 있는 사람은 게으르다는 것을 비유적으로 이르는 말.

⑤ 배부른 고양이 새끼 냄새 맡아 보듯.

잔뜩 먹은 고양이가 흡족해서 제 새끼를 훑아 주며 냄새를 맡듯 한다는 뜻으로, 무슨 일에서나 마음이 흐뭇해서 이것저것 살펴보고 만져 보고 하는 모양을 비유적으로 이르는 말.

⑥ 배부른 놈이 잠도 많이 잔다.

배가 고프면 잠도 잘 오지 않는다는 뜻으로, 배가 불러야 모든 게 잘된다는 말.

⑦ 배부른 사람은 배고픈 사람 사정을 모른다=배부른 상전이 배고픈 하인 사정 모른다=배부른 상전이 하인 밥 못하게 한다.

고생을 해 보지 않은 사람은 고생하는 사람의 사정을 모른다는 말.

⑧ 배에 발기름이 겹다[끼다].

배에 기름살이 끼어 불룩하게 나왔다는 뜻으로, 없이 지내던 사람이 생활이 넉넉해져서 호기를 부리고 땡땡거림을 비유적으로 이르는 말.

⑨ 잘 먹고 잘 입어 못난 놈 없다.

사람이 아무리 못났더라도 잘 입고 잘 먹으면 덩달아 좋아 보이기 마련이란 뜻으로, 생활 형편이나 차림새를 가지고 사람을 평가하는 것은 옳지 못함을 이르는 말.

⑩ 내 배 부르니 평안 감사가 조카 같다.

자기 배가 불러 세상에 부러울 것이 없음을 비유적으로 이르는 말.

⑪ 목구멍의 때를 벗긴다.

오랜만에 좋은 음식을 배부르게 먹음을 이르는 말.

⑫ 부자는 많은 사람의 밥상.

부자는 여러 사람에게 많건 적건 덕을 끼치게 됨을 비유적으로 이르는 말.

⑬ 부자는 망해도 삼 년 먹을 것이 있다.

본래 부자이던 사람은 망했다 하더라도 얼마 동안은 그럭저럭 살아 나갈 수 있음을 비유적으로 이르는 말.

⑭ 사또 상 같다

사또의 밥상처럼 떡 벌어지게 잘 차린 음식상을 이르는 말.

⑮ 쌀광에 든 쥐=쌀독에 앉은 쥐.

부족함이 없이 넉넉한 상태에 놓임을 비유적으로 이르는 말. 위 속담은 양식이 풍족하여 만족한 처지에 있거나 가난한 사람이 횡재를 하는 뜻도 담고 있다(Kang 1995).

⑯ 쌀광에서 인심 난다=쌀독에서 인심 난다.

자신이 넉넉해야 다른 사람도 도울 수 있음을 비유적으로 이르는 말.

위 속담은 넉넉한데서 인심이 생긴다는 뜻으로 풍요와 인정을 연결시키는 의미가 있다(Kang 1995).

⑰ 옷은 시집을 때처럼 음식은 한가위처럼.

옷은 시집을 때 가장 잘 입을 수 있고 음식은 한가위에 가장 잘 먹을 수 있다는 뜻으로, 언제나 잘 입고 잘 먹고 싶다는 말.

어른이고 아이고 간에 팔월 한가위 때가 되면 과일도 나고 곡식도 수확하여 떡과 햅쌀밥으로 배를 불릴 수 있었기에 “옷은 시집 올 때처럼, 음식은 한가위처럼” 지내고 싶어했다(강& 이 1984).

⑱ 옷이 날개고 밥이 분이다.

옷을 잘 입어야 풍채가 좋아지고 밥을 잘 먹어야 신수가 좋아진다는 말.

⑲ 제 배 부르니 종의 밥 짓지 말란다=제 배 부르니 종의 배 고프는 줄 모른다=상전 배부르면 종 배고픈 줄 모른다.

권세 있고 잘사는 사람들이 제 배가 불러 있으니 모두 저와 같은 줄 알고 저에게 매여 사는 사람들이 배를 굶는 줄을 알지 못함을 비유적으로 이르는 말.

### 3) 食福(幸運)의 원리

(1) 선조들은 먹을 복(食福)을 타고 나는 것을 큰 복으로 여겼는데, 이와 관련된 속담은 다음과 같다.

① 먹고 자는 식충이도 복을 타고났다.

모든 사람의 운명은 날 때부터 타고난 것임을 이르는 말.

② 밥이 얼굴에 더덕더덕 붙었다.

얼굴이 복이 있게 생겨서 잘살 수 있을 상임을 이르는 말.

③ 풍년 두부 같다.

보기 좋게 살이 찐 사람을 비유적으로 이르는 말.

④ 밥 아니 먹어도 배부르다.

기쁜 일이 생겨서 마음이 매우 흡족하다는 말.

⑤ 받은 밥상을 찬다.

제게 돌아온 복을 제가 내치는 경우를 비유적으로 이르는 말.

(2) 힘들이지 않고 연달아 좋은 일이 생기는 행운을 표현하는 속담은 다음과 같다.

① 꽃감 죽을 먹고 옛목판에 엮드러졌다.

꽃감으로 쥘 맛있는 죽을 먹었는데 또다시 옛을 담은 목판에 엮어져서 단 옛 맛까지 보게 되었다는 뜻으로, 잇따라 먹을 복이 쏟아지거나 연달아 좋은 수가 생김을 비유적으로 이르는 말.

옛은 조선시대 유생이 과거 보러 갈 때 붓집 속에 넣었던 것으로, 요기도 하면서 과거 급제를 기원했다고 하며, 설날이나 대보름 아침에 옛을 먹으며 재물이 옛가락처럼 늘어나 부자가 되기를 소원했다고 한다(윤 2010).

② 꿩 먹고 알 먹는다[먹기]=굿도 볼 겸 떡도 먹을 겸=굿 보고 떡 먹기=꿩 먹고 알 먹고 등지 털어 볼 땀다=알로 먹고 꿩으로 먹는다.

한 가지 일을 하여 두 가지 이상의 이익을 보게 됨을 비유적으로 이르는 말.

③ 밥 위에 떡.

좋은 일에 더욱 좋은 일이 겹침을 비유적으로 이르는 말.

④ 보리밥 알로 잉어 낚는다.

작은 것을 주고 큰 것을 받거나, 적은 밑천으로 많은 이익을 볼 경우를 비유적으로 이르는 말.

⑤ 선반에서 떨어진 떡.

선반 위에 있던 떡이 떨어져 아무런 힘도 들이지 않고 그것을 차지하게 되었다는 뜻으로, 힘 들이지 않고 큰 이익을 보게 됨을 비유적으로 이르는 말.

⑥ 아닌 밤중에 찰시루떡=호박이 넝쿨째로 굴러떨어졌다.

뜻밖에 좋은 물건을 얻거나 행운을 만났다는 말.

⑦ 움 안에서 떡 받는다.

자기가 구하지도 않았는데 뜻밖에 좋은 물건이 자기 손에 들어옴을 이르는 말.

4) 음식 우선의 원리

(1) 선조들에게는 어떤 일보다 먹는 일이 우선이었는데, 이와 관련된 속담은 다음과 같다.

① 금강산도 식후경=금강산 구경도 먹은 후에야 한다=금강산 구경도 식후경이라.

아무리 재미있는 일이라도 배가 불러야 흥이 나지 배가 고파서는 아무 일도 할 수 없음을 비유적으로 이르는 말.

② 나중에 꿀 한 식기 먹으려고 당장 옛 한 가락 안 먹을 까=나중 꿀 한 식기 먹기보다 당장의 옛 한 가락이 더 달다. 눈앞에 보이지 않는 막연한 희망보다 작더라도 당장 가질 수 있는 이로움이 더 나음을 비유적으로 이르는 말.

③ 먹어야 체면.

먹을 것을 충분히 먹고 난 이후에야 체면치레도 할 수 있음을 이르는 말.

④ 나룻이 석 자라도 먹어야 샌님=수염이 대 자라도 먹어야 양반이다.

배가 불러야 체면도 차릴 수 있다는 뜻으로, 먹는 것이 중요함을 비유적으로 이르는 말.

⑤ 먹는 개도 아니 때린다=밥 먹을 때는 개도 안 때린다.

비록 하찮은 짐승일지라도 밥을 먹을 때에는 때리지 않는다는 뜻으로, 음식을 먹고 있을 때에는 아무리 잘못된 것이 있더라도 때리거나 꾸짖지 말아야 한다는 말.

5) 덕행의 원리

속담의 기능적 의미 중에 가장 중요한 것이 교훈 또는 교화의 의미인데, 현대의 음식관련 전문인이 갖추어야 할 윤리적 품성, 즉 지혜, 정직, 성실, 용기, 절제, 청렴 등의 덕성과 관련이 있는 속담은 찾아보기 어려웠다. 예전에는 먹을거리 자체가 부족해 늘 굶주림이 문제가 되었고 현대보다 식품가공의 수준이 상대적으로 낮았으며 단체급식의 개념도 생일, 제사, 혼례, 장례 등의 때에만 국한되었기 때문이라 생각된다.

(1) 음식 속담 가운데 분에 넘치게 살지 말라는 교훈적 속담의 예는 다음과 같다.

① 가늘게 먹고 가는 똥 싸라.

너무 욕심을 부리다가는 봉변을 당하기 쉬우니 제함에 맞게 적당히 취하라는 것을 비유적으로 이르는 말.

② 가늘게 먹고 가늘게 살아라.

검소하게 먹으면서 소박하게 살라는 뜻으로, 분수에 맞지 않게 화려로운 생활을 추구하거나 분에 넘치는 행동을 하지 말라는 것을 비유적으로 이르는 말.

③ 작작 먹고 가는 똥 누어라=몽글게 먹고 가늘게 싸다=작게 먹고 가는 똥 누어라[짜지]=작작 먹고 가늘게 싸라.

자기 분수에 알맞게 편안하게 생활하라는 말.

④ 밥은 굶어도 속이 편해야 산다.

비록 밥은 못 먹어 굶는 한이 있더라도 속 썩이는 일은 없어야 편안히 살 수 있다는 뜻으로, 사람 사는 데에 있어 마음 편안한 것이 제일임을 비유적으로 이르는 말.

⑤ 적게 먹으면 약주요 많이 먹으면 망주(亡酒)다.

술을 적당히 마셔야지 지나치게 마시면 실수한다는 말. 또는 모든 일은 정도에 맞게 하여야 함을 비유적으로 이르는 말.

우리나라에서는 청주를 일반적으로 약주라 하는데, 태종 7년(1407)에 약주 이외의 술을 금했더니 특권계급은 청주를 약주라 사칭하면서 마시므로 점잖은 이가 마시는 술을 약주라 불렀고, 더욱 나아가서는 청주를 약주라고 하였다(이성우 1984).

⑥ 보리밥에 고추장이 제격이다.

보리밥에는 고추장을 곁들여 먹어야 알맞다는 뜻으로, 무엇이나 격에 알맞도록 해야 좋음을 비유적으로 이르는 말.

이 속담은 서로 격에 알맞게 어울려야 한다는 의미를 포함한다(Kang 1995).

(2) 순종의 미덕을 강조한 속담은 다음과 같다.

① 밥은 주는 대로 먹고 일은 시키는 대로 하라.

무슨 일이나 불평을 부리지 말고 시키는 대로 순종하라는 말.

② 부모 말을 들으면 자다가도 떡이 생긴다.

부모의 말을 잘 듣고 순종하면 좋은 일이 생긴다는 말.

③ 어른 말을 들으면 자다가도 떡이 생긴다.

어른이 시키는 대로 하면 실수가 없을 뿐만 아니라, 여러 가지로 이익이 됨을 비유적으로 이르는 말.

(3) 겸손의 미덕을 강조한 속담은 다음과 같다.

① 거지가 밥술이나 먹게[뜨게] 되면 거지 밥 한 술 안 준다.

가난하게 살던 사람이 좀 형편이 나아지면 도리어 어려운 사람을 생각할 줄 모른다는 말.

여기서 밥술은 밥술가락, 곧 ‘생계(生計)’를 비유적으로 이르는 말이다.

② 밥그릇이 높으니까 생일만큼 여긴다.

밥을 제대로 얻어먹지 못하다가 어쩌다 수북이 담은 밥그

릇이 차려지니까 생일상이나 받은 것처럼 여긴다는 뜻으로, 조금 나은 대접을 받고 우쭐해하는 사람을 비꼬는 말.

식문화와 관련된 살림살이 가운데 빼놓을 수 없는 것이 밥그릇이다. “사람들이 날 때는 모두 자기 밥그릇을 차고 난다”는 옛말처럼 밥그릇은 식복 곧 먹을 복을 뜻한다. 넓게는 타고난 복 일반을 뜻할 정도로 밥그릇의 의미는 크다. 밥그릇의 크기가 다르든가 밥그릇 수가 더 많다든가 하는 등의 말로써 신분의 높낮이를 가늠하고 경력이나 연륜의 정도를 나타내는 것을 보면 밥그릇이 구체적으로 밥을 담는 그릇에 지나지 않지만, 상징적으로는 삶의 질과 양을 함께 가늠하는 잣대가 되고 있음을 알 수 있다(임 1992).

(4) 절약의 미덕을 강조한 속담은 다음과 같다.

① 가을 식은 밥이 봄 양식이다

먹을 것이 흔한 가을에는 먹지 않고 내놓은 식은 밥이 봄에 가서는 귀중한 양식이 된다는 뜻으로, 풍족할 때 함부로 낭비하지 않고 절약하면 뒷날의 궁핍을 면할 수 있음을 비유적으로 이르는 말.

(5) 경험의 중요성을 강조한 속담은 다음과 같다.

① 고기는 씹어야 맛을 안다.

겉으로만 훑아서는 그 진미를 모른다는 말. 또는 무엇이든 바로 알려면 실제로 겪어 보아야 한다는 말.

② 고기도 먹어 본 사람이 많이 먹는다=떡도 먹어 본 사람이 먹는다.

무슨 일이든지 늘 하던 사람이 더 잘한다는 말.

③ 꿀은 달아도 벌은 쏜다.

좋은 것을 얻으려면 거기에는 그만큼의 어려움이 따름을 비유적으로 이르는 말. 또는 어설픈데 건드렸다가는 봉변을 당하게 됨을 비유적으로 이르는 말.

④ 남의 밥은 맵고도 짜다.

남의 집에 가서 일해 주고 먹고사는 것은 매우 고생스럽고도 어려운 일이라는 말.

⑤ 쓴맛 단맛 다 보았다=단맛 쓴맛 다 보았다.

세상의 괴로움과 즐거움을 모두 겪었음을 비유적으로 이르는 말.

⑥ 초년고생은 양식 지고 다니며 한다.

젊은 시절의 고생은 장래 발전을 위하여 중요한 경험이 되므로 그 고생을 달게 여기라는 말.

(6) 이와 반대로 쉽게 일을 할 때의 경계심을 나타낸 속담은 다음과 같다.

① 누워서 떡 먹기.

하기가 매우 쉬운 것을 비유적으로 이르는 말.

② 기름떡 먹기=약과(를) 먹기(라)=깨떡 먹기.

하기에 쉽고도 즐거운 일임을 비유적으로 이르는 말.

약과는 밀가루에 기름을 고르게 섞어 꿀과 술에 반죽하여

기름에 지진 다음 꿀에 담그었다 꺼내어 잣가루를 뿌린 우리나라의 전통적인 유밀과이다. 조선시대에는 약과가 한국인의 기호음식에서 대표적인 것으로 되었으며 왕실반가와 귀족들 사이에서 성행하였다(Cho & Lee 1987).

③ 누워서 떡을 먹으면 팔고물이 눈에 들어간다.

자기 몸 편할 도리만 차려서 일을 하면 도리어 제게 해로움이 생김을 비유적으로 이르는 말.

④ 선떡이 부스러진다.

떡이 채 익지 아니하면 푸슬푸슬 부스러진다는 뜻으로, 어설픈데 한 일은 곧 나쁜 결과를 가져옴을 비유적으로 이르는 말.

(7) 욕심 부리지 말라는 교훈적 속담은 다음과 같다.

① 남의 밥에 든 콩이 굵어 보인다=남의 손의 떡은 커 보인다=남의 손의 떡이 더 커 보이고 남이 잡은 일감이 더 험어 보인다.

물건은 남의 것이 제 것보다 더 좋아 보이고 일은 남의 일이 제 일보다 더 쉬워 보임을 비유적으로 이르는 말.

② 먹고도 굶어 죽는다.

욕심이 많은 사람을 이르는 말.

③ 조상보다 팔죽에 마음이 있다=조상에는 정신[마음] 없고 팔죽에만 정신이 간다.

마땅히 예를 차려 자기가 하여야 할 일은 안 하고 잇속을 차릴 수 있는 일에만 눈을 밝히는 경우를 비꼬는 말.

팔죽은 동짓날에 쭈는데 찹쌀가루로 새알 모양의 새알심떡을 만들어 그 죽 속에 넣고 꿀을 타서 시절 음식으로 삼으며 제사에도 올리며 팔죽 국물을 대문짝에 뿌려 상서롭지 못한 것을 쫓아버린다고 한다(이 1999).

(8) 생색내기와 관련된 속담은 다음과 같다.

① 배부른 데 선떡 준다

배가 부를 때 선떡을 주면 아무 고마움을 못 느낀다는 뜻으로, 생색이 나지 않는 짓을 함을 비유적으로 이르는 말.

② 선떡 가지고 친정에 간다.

제대로 익지 아니한 선떡을 하여 가지고 친정집에 찾아간다는 뜻으로, 변변찮고 성의 없는 선물을 함을 비유적으로 이르는 말. 또는 스스럼없이 가까이 지내는 데에는 그리 좋지 못한 선물을 가지고 가도 흥이 되지 아니함을 비유적으로 이르는 말.

(9) 가정생활과 관련된 속담은 다음과 같다.

① 참외를 버리고 호박을 먹는다.

알뜰한 아내를 버리고 둔하고 못생긴 첩을 취함을 비유적으로 이르는 말. 또는 좋은 것을 버리고 나쁜 것을 취함을 비유적으로 이르는 말.

② 천생연분에 보리 개떡.

아무리 천한 사람도 다 제 짝이 있어 보리 개떡을 먹을망

정 의 좋게 산다는 말.

개떡은 보릿겨 따위를 반죽하여 아무렇게나 반대기를 지어 찢 떡이며, 못생기거나 나쁘거나 마음에 들지 않는 것을 비유적으로 이르는 말이기도 하다. 이 속담은 매우 가난하지만 친생연분이라는 애증의 양면을 보여준다(Kang 1995).

③ 밥은 열 곳에 가 먹어도 잠은 한 곳에서 자랬다.

아무리 여러 곳을 다니며 밥을 먹는 한이 있어도 잠자리만은 바로 가져야 한다는 뜻으로, 사람은 거처가 일정해야 함을 비유적으로 이르는 말.

④ 음식은 한데 먹고 잠은 따로 자라.

음식은 차별을 하지 말고 잠자리는 구별하라는 말.

(10) 기타 교훈과 관련된 속담은 다음과 같다.

① 내 떡 나 먹었거니.

내게 잘못이 없으니 상관없다는 말.

② 네 떡 내 먹었더냐.

자기가 일을 저질러 놓고 모르는 체 시치미를 떼고 덤덤하게 앉아 있기만 하는 것을 비유적으로 이르는 말.

③ 네 떡 내 모른다.

모르는 체하고 보고만 있는 것을 비유적으로 이르는 말.

④ 뉘 집에 죽이 끓는지 밥이 끓는지 아나.

여러 사람의 사정을 다 살피기는 어려움을 비유적으로 이르는 말. 또는 세상 물정에 어두움을 비유적으로 이르는 말.

⑤ 맛있는 음식도 늘 먹으면 싫다.

=듣기 좋은 이야기도 늘 들으면 싫다.

6) 맛과 품질(경제성)의 원리

(1) 음식의 맛을 중요하게 생각하는 속담은 다음과 같다.

① 가을 상추는 문 걸어 잠그고 먹는다.

가을 상추는 특별히 맛이 좋음을 비유적으로 이르는 말.

춘하추동이 분명하여 절기마다 음식재료가 풍족한 우리나라에서 특히 가을에 먹는 상추쌈은 서민음식을 상징한다. 정월 대보름날 나물잎에 밥을 싸서 먹는 것을 복을 싸서 먹는 복쌈이라고 한다(이 1999).

② 가을 아욱국은 계집 내쫓고 먹는다=가을 아욱국은 사위만 준다.

가을 아욱국이 특별히 맛이 좋음을 비유적으로 이르는 말.

옛날에 산모에게 아욱국을 끓여 먹었더니 몸이 편하고 젖이 잘 나와서 해산을 앞둔 가정에서는 아욱을 더 심기 위해 루(樓) 한 채를 헐어 버리고 그 자리에 아욱을 심었다 하여 아욱을 파루초(破樓草)라 부르게 되었다고 한다(이 1999). 아욱은 항산화성이 높은 플라보노이드(1.68%)와 폴리페놀(1.99%)을 생리활성성분으로 지니고 있다(Hong&Ahn 2005).

③ 전어 굽는 냄새에 나가던[나갔던] 며느리 다시 돌아온다.

전어 굽는 냄새가 하도 고소해서 시집을 버리고 나가던 며느리가 마음을 돌려 돌아온다는 뜻으로, 전어가 대단히 맛이

좋음을 이르는 말.

전어는 10월에 지질 함량이 가장 높는데 기름도 많고 맛도 있는 가을에 오메가-3 지방산인 EPA, DHA의 함량도 높아 영양학적으로도 우수하다고 한다(Jeong 1999).

④ 쇠고기 열 점보다 새고기 한 점이 낫다.

참새고기가 매우 맛있다는 말.

⑤ 상추쌈에 고추장이 빠질까.

상추쌈에 고추장을 빼놓을 수 없다는 뜻으로, 사람이나 사물이 긴밀하게 관련되어 있어 언제나 따라다니고 붙어 다니는 경우를 비유적으로 이르는 말.

⑥ 날고기 보고 침 안 뱉을 이 없고 익은 고기 보고 침 안 삼키는 이 없다.

고기는 익혀서 먹어야 맛이 있다는 말.

⑦ 움막의 단 장.

가난한 집의 음식이 맛있을 때 이르는 말.

⑧ 장이 단 집에 복이 많다.

한번 담그면 오래 두고 먹게 되는 장은 맛있게 담그는 것이 중요하다는 말.

장은 단백질 급원이자 음식에 간을 맞추고 조화된 맛을 내는 조미료로 음식의 맛을 좌우하는 일상식의 기반이다(장 등 2010). 음식을 요리하면서 간장이 안 들어가는 곳이 없고, 국이나 찌개에는 고추장과 된장이 중요한 역할을 하고 있어, 장맛이 모든 음식 맛을 좌우하는 기본 요인이다(강 & 이 1984).

⑨ 인절미에 조청 찍은 맛.

구미에 딱 맞고 마음에 드는 경우를 비유적으로 이르는 말.

⑩ 시장이 반찬=기갈이 감식=맛없는 음식도 배고프면 달게 먹는다=시장이 팔죽.

배가 고프면 반찬이 없어도 밥이 맛있음을 비유적으로 이르는 말.

⑪ 입맛이 반찬.

입맛이 좋으면 반찬이 없는 밥도 맛있게 먹는다는 말.

⑫ 둘이 먹다 하나(가) 죽어도 모르겠다=셋이 먹다가 둘이 죽어도 모른다.

음식이 아주 맛있음을 이르는 말.

⑬ 싫은 매는 맞아도 싫은 음식은 못 먹는다=맛기 싫은 매는 맞아도 먹기 싫은 음식은 못 먹는다

다른 것은 몰라도 음식 싫은 것은 도저히 먹지 못함을 비유적으로 이르는 말.

⑭ 싫은 밥은 있어도 싫은 술은 없다.

술을 몹시 좋아하는 사람이 술이 최고임을 비유적으로 이르는 말.

⑮ 입에 맞는 떡.

마음에 꼭 드는 일이나 물건을 이르는 말.

⑯ 열에 한 맛도 없다.

음식이 도무지 맛이 없는 경우를 비유적으로 이르는 말.

(2) 품질도 좋고 경제성도 있는 음식에 대한 속담은 다음과 같다.

① 값싼 갈치자반 (맛만 좋다).

값이 싸면서도 쓸 만한 물건을 이르는 말.

② 맛 좋고 값싼 갈치자반.

한 가지 일이 두 가지로 이롭다는 말.

갈치는 제주도 주변수역과 서해남부에 연중 높게 분포하며(Park 등 2002), 1975년 약 24만 톤의 자원을 보였으나, 1980년부터는 14만 톤으로 감소했고(Zhang&Sohn 1997), 현재는 남획 상태에 있다고 한다(Park 등 2000). 이로부터 갈치가 예전에는 지금보다 많이 잡혔으며 흔히 자반으로 먹었다고 짐작할 수 있다.

③ 고욤이 감보다 달다.

작은 것이 큰 것보다 오히려 알차고 질이 좋을 때 이르는 말. 고욤은 고욤나무의 열매이며 감보다 작고 맛이 달면서 좀 짧다.

④ 크고 단 참외.

겉보기도 좋고 실속도 있어 마음에 드는 물건을 비유적으로 이르는 말.

(3) 품질도 중요하지만 외관도 중요하다는 뜻의 속담은 다음과 같다.

① 떡도 떡이려니와 함(盒)이 더 좋다.

내용도 물론 좋지만 형식이 더 잘되어 있다는 말.

② 떡에 웃기.

떡을 피거나 담은 뒤에 모양을 내느라 얽은 웃기처럼 겉보기에는 화려하나 실제로는 부차적 존재에 불과한 것을 비유적으로 이르는 말.

③ 먹는 떡에도 소를[살을] 박으라 한다.

이왕 하는 일이면 잘하라는 말.

④ 보기 좋은 떡이 먹기도 좋다.

내용이 좋으면 겉모양도 반반함을 비유적으로 이르는 말. 또는 겉모양새를 잘 꾸미는 것도 필요함을 비유적으로 이르는 말.

(4) 형식보다 내용이 중요하다는 속담은 다음과 같다.

① 보기 좋은 음식 별수 없다.

겉모양은 좋으면서 그 내용이 별로 좋지 못함을 비유적으로 이르는 말.

② 술은 검어도 밥은 검지 않다.

겉이 훌륭해 보이지 않아도 속은 훌륭한 경우를 비유적으로 이르는 말.

③ 움 안에 간장.

외양은 좋지 않으나 내용은 훌륭함을 이르는 말.

④ 이름난 잔치 배고프다=소문난 잔치에 먹을 것 없다=소문난 잔치 비지떡이 두레 반이라.

떠들썩한 소문이나 큰 기대에 비하여 실속이 없거나 소문이 실제와 일치하지 아니하는 경우를 비유적으로 이르는 말.

(5) 가격은 저렴하지만 품질은 좋지 않다는 속담은 다음과 같다.

① 값싼 비지떡=값싼 것이 갈치자반=싼 것이 비지떡[갈치자반].

값이 싼 물건은 품질도 그만큼 나쁘게 마련이라는 말.

② 닭의 갈비 먹을 것 없다

형식만 있고 내용이 보잘것없음을 비유적으로 이르는 말.

③ 빛 좋은 개살구.

겉보기에는 먹음직스러운 빛깔을 띠고 있지만 맛은 없는 개살구라는 뜻으로, 겉만 그럴듯하고 실속이 없는 경우를 비유적으로 이르는 말.

개살구는 개살구나무의 열매이며 살구보다 맛이 시고 짧다. 못난 사람이나 사물 또는 언짢은 일을 비유적으로 이르는 말이다.

④ 촌놈은 밥그릇 높은 것만 친다.

질보다 양만 많으면 만족해함을 비꼬는 말.

⑤ 오뉴월 감주 맛 변하듯.

매우 빨리 변하여 못 쓰게 됨을 비유적으로 이르는 말.

(6) 값이 싸야 산다는 속담은 다음과 같다.

① 동성이주머니 술도 싸야 사 먹지=아주머니 떡[술]도 싸야 사 먹지=아주머니 떡도 커야 사 먹는다=할아버지 떡도 커야 사 먹는다.

아무리 친근한 사이라도 이익이 있어야 관계하게 됨을 비유적으로 이르는 말.

### III. 결 론

음식윤리의 현대적 원리 가운데 첫 번째 원리인 생명 존중의 원리에 해당되는 속담 가운데 사는 것이 무엇보다 중요함을 표현하는 속담은 ‘산 (사람) 입에 거미줄 치라’, ‘제상도 산 사람 먹자고 차린다’를 예로 들 수 있고, 살기 위해 (흠쳐)먹는 행위는 죄가 아니라는 속담으로는 ‘먹은 죄는 꿀 중지도 하나’, ‘사흘 굶어 담 아니 넘을 놈 없다’가 있으며, 배고프면 살기 위해 별 온갖 생각을 다 할 수 있다는 속담으로 ‘사흘 굶어 아니 날 생각 없다’, ‘배고픈 호랑이가 원님을 알아보나’가 있다.

두 번째 원리인 정의의 원리에 해당하는 속담 가운데 공평해야 함을 강조한 속담으로 ‘가는 떡이 커야 오는 떡이 크다’, ‘고운 일 하면 고운 밥 먹는다’가 있고, 정의를 지키려면 남의 몫을 탐하지 말라는 속담은 ‘콩도 닷 말 팔도 닷 말’, ‘콩 반 알도 남의 몫 지어 있다’를 예로 들 수 있으며, 불평등한 분배를 개선하는 것과 관련된 속담에는 ‘열의 한 술 밥’, ‘먹기는 혼자 먹어도 일은 혼자 못 한다’가 있다. 또 정의는 흔히 사필귀정이라는 표현처럼 노력한 만큼 결과를 받는 것도 포함되는데, 이와 관련된 속담으로 ‘오이 덩굴에서 가지 열리는 법은 없다’, ‘콩 심은 데 콩 나고 팥 심은

데 팔 난다'가 있다. 정의롭지 못한 행동을 비유한 속담으로는 '남의 떡에 설 친다', '이 떡 먹고 말 말아라'가 있고, 사람이 평등함을 나타내는 속담으로 '건더기 먹은 놈이나 국물 먹은 놈이나', '떡이 별 떡 있지 사람은 별사람 없다'가 있다.

다만 음식 속담 가운데 음식윤리의 현대적 원리 가운데 환경보존의 원리와 안전성 최우선의 원리에 해당하는 속담은 찾기 어려웠다. 이는 선조들이 현대의 기계적 자연관이 아니라 유기적 자연관을 가지고 있었고, 또 먹고 탈이 나는 식중독보다는 굶주림 자체와 이로 인한 질병이 더욱 심각한 문제였기 때문이라고 생각된다.

음식윤리의 전통적 원리 가운데 첫 번째 원리인 壽福과 건강의 원리에 해당하는 속담 가운데 이승에서 오래 살고 싶은 욕구를 수복으로 표현한 속담으로 '불로초를 먹었나', '땀감을 따 먹어도 이승이 좋다'가 있다. 잘 먹어야 건강하게 살 수 있다는 속담에는 '감기는 밥상머리에서 물러간다', '밥 한 알이 귀신 열을 쫓는다'가 있고, 잘 못 먹으면 건강을 해치게 된다는 속담에는 '사흘에 피죽 한 그릇도 못 얻어먹은 듯하다', '과부가 찬밥에 끓는다'가 있다.

두 번째 원리인 빈곤(퇴치)과 부유(추구)의 원리 가운데 빈곤은 먹을거리가 없는 상태를 의미했는데, 이와 관련된 속담에는 '이 설움 저 설움 해도 배고픈 설움이 제일', '보릿고개가 태산보다 높다'가 있다. 또 부유함은 우선 배를 곯지 않고 배부르게 먹는 것을 의미했는데, 이와 관련된 속담으로 '배부르고 등 따습다', '배부르니까 평안 감사도 부럽지 않다'가 있다.

세 번째 원리인 식복과 행운을 큰 복으로 여겼는데, 이와 관련된 속담에는 '먹고 자는 식충이도 복을 타고났다', '밥이 얼굴에 더덕더덕 붙었다'가 있고, 좋은 일이 연달아 생기는 행운을 표현하는 속담으로는 '곶감 죽을 먹고 옛목판에 엮드러졌다', '밥 위에 떡'이 있다.

네 번째 원리인 음식 우선의 원리와 관련된 속담에는 '금강산도 식후경', '나중에 꿀 한 식기 먹으려고 당장 몇 한 가락 안 먹을까'가 있다.

다섯 번째 원리인 덕행의 원리를 나타내는 속담 가운데 분에 넘치게 살지 말라는 교훈적 속담으로는 '가늘게 먹고 가늘게 살아라', '밥은 굵어도 속이 편해야 산다'가 있다. 순종의 미덕을 강조한 속담으로는 '밥은 주는 대로 먹고 일은 시키는 대로 하라', '어른 말을 들으면 자다가도 떡이 생긴다'가 있고, 겸손의 미덕을 강조한 속담에는 '거지가 밥술이나 먹게[뜨게] 되면 거지 밥 한 술 안 준다', '밥그릇이 높으니까 생일만큼 여긴다'가 있다. 절약의 미덕을 강조한 속담에는 '가을 식은 밥이 봄 양식이다'가 있고, 경험의 중요성을 강조한 속담으로는 '고기는 씹어야 맛을 안다', '남의 밥은 맵고도 짜다'가 있다. 쉽게 일을 할 때의 경계심을 나타낸 속담으로 '누워서 떡을 먹으면 팔고물이 눈에 들어간다', '선떡이 부스러진다'가 있고, 욕심 부리지 말라는 교훈적 속담에는 '남의 밥에 든 콩이 굵어 보인다', '먹고도 굵어 죽는다'

가 있다. 생색내기와 관련된 속담에는 '배부른 데 선떡 준다', '선떡 가지고 친정에 간다'가 있고, 가정생활과 관련된 속담으로는 '참외를 버리고 호박을 먹는다', '천생연분에 보리 개떡'이 있다.

여섯 번째 원리인 맛과 품질(경제성)의 원리를 나타내는 속담 가운데 음식의 맛을 중요하게 생각하는 속담에 '가을 상추는 문 걸어 잠그고 먹는다', '전어 굽는 냄새에 나가던[나갔던] 며느리 다시 돌아온다'가 있다. 품질도 좋고 경제성도 있는 음식에 대한 속담으로 '값싼 갈치자반 (맛만 좋다)', '고음이 감보다 달다'가 있는데, 품질도 중요하지만 외관도 중요하다라는 뜻의 속담으로는 '떡도 떡이려니와 합(盒)이 더 좋다', '먹는 떡에도 소를[살을] 박으라 한다'가 있다. 반면 형식보다 내용이 중요하다는 속담에는 '술은 검은도 밥은 검은 않다', '움 안에 간장'이 있고, 가격은 저렴하지만 품질은 좋지 않다는 속담으로는 '값싼 비지떡', '닭의 갈비 먹을 것 없다'가 있으며, 값이 싸야 산다는 속담으로는 '동성이주머니 술도 싸야 사 먹지'가 있다.

본 연구는 한국의 음식 속담을 음식 윤리적 관점에서 접근하고자 하였다. 음식 윤리의 현대적 원리와 전통적 원리 둘 다 속담 선발에 적용하였다. 현대적 원리에는 생명 존중의 원리, 정의의 원리, 환경보전의 원리, 안전성 최우선의 원리가 있고, 전통적 원리에는 수복(壽福)과 건강의 원리, 빈곤(퇴치)과 부유(추구)의 원리, 식복(食福)과 행운의 원리, 음식 우선의 원리, 덕행의 원리, 맛과 품질(경제성)의 원리가 포함되었다. 현대적 원리 가운데 생명 존중의 원리와 정의의 원리에 해당하는 속담을 찾아내었고, 여섯 가지 전통적 원리 모두 해당하는 속담을 찾을 수 있었다. 하지만 과거에는 환경 파괴와 식품 안전이 심각한 문제가 아니었기 때문에 현대적 원리 가운데 환경보전의 원리, 안전성 최우선의 원리를 적용할 수 있는 속담은 찾아보기 어려웠다.

## 감사의 글

본 연구는 2011년도 가톨릭대학교 교비연구비의 지원으로 이루어졌습니다.

## ■ 참고문헌

- 강인희, 이경복. 1984. 한국식생활풍속. 삼영사. pp 49-55, p 99, pp 109-111, pp 136-137
- 권복규. 2000. 조선전기의 역병 유행에 관하여. 한국사론: p 43, pp 54-90
- 김석신, 신승환. 2011. 잃어버린 밥상 잊어버린 윤리. 북마루지. pp 22-28, pp 30-37
- 김성룡, 리룡득. 1993. 속담이야기. 국학자료원. pp 3-6
- 김성동. 2008. 행복의 윤리학 시론. 철학탐구. p 24, pp 141-164
- 김승권, 정영식, 조홍식, 차명숙. 2008. 한국인의 행복결정요인과 행복지수에 관한 연구. 한국보건사회연구원. pp 19-28

- 김진혁. 2009. 쌀밥의 문화적 의미 변화—대전 무수동(無愁洞) 사례를 중심으로. 농업사연구 8(1):77-103
- 방운규. 2003. 돈 관련 속담에 나타난 한국인의 의식구조. 겨레어문학 31:1-34
- 변정환. 1985. 조선시대의 역병에 관련된 질병관과 구료시책에 관한 연구 (III). 동서의학 10: 3, 32-40
- 송재선. 1998. 음식속담사전. 동문선. pp 1-6
- 신동원. 1997. 한국근대보건의료사. 한울. pp 25-35
- 오영석, 최병옥. 2000. 조선시대 자연자원관리체계에 관한 연구. 한국행정학보 34:1, 327-345
- 윤덕노. 2010. 명절과 음식의 유래-떡국을 먹으면 부자 된다. 청보리미디어. pp. 190-193, 267-268
- 이기문. 1976. 한국의 속담. 삼성문화재단. pp 3-6
- 이성우. 1984. 한국식품문화사. 교문사. pp 30-38, pp 238-239
- 이성우. 1999. 한국요리문화사. 교문사. p 71, pp 73-74, p 86, pp 315-319
- 임재해. 1992. 한국문화의 원형을 찾아서 (6): 밥그릇. 한국논단 30:134-141
- 장정옥, 신미경, 윤계순, 윤혜경, 김유경. 2010. 식생활과 문화. 보문각. p 32, p 105
- 정종화. 1995. 한국 전통사회의 정신문화 구조양상 - 속담을 통해 본 가치관의 비교문화적 접근. 고려대학교 출판부. pp i-iv, pp 1-46
- 曹勇. 2009. 韓國과 中國의 飲食俗談의 比較研究 - 飲食俗談辭典(1998)과 俗談辭典(2006)을 中心으로. 경기대학교 석사논문. pp 1-3
- 최정호. 2010. 복에 관한 담론 - 기복사상과 한국의 기층문화. 돌베개. pp 38-47
- 홍진숙, 박혜원, 박란숙, 명춘옥, 신미혜, 최은정, 정혜정. 식품재료학. 교문사. pp 40-41
- 황경자, 이수미, 임정혜, 백경선, 김소연, 이수행, 전혜영. 2002. 속담의 의미와 기능. 태학사. pp 11-51
- Argyle M. 2005. The Psychology of Happiness. 행복심리학. 김동기, 김은미 역. 학지사. pp 25-48
- Bae YK, Park BK, Park AR, Lee SM, Cho MS. 2009. Symbolism of food expressed in oral folk tale. Korean J. Food Culture. 24:6, 666-676
- Cho MK. 1991. A factor analysis of proverbs metaphor. Masters degree thesis. Hanyang University. pp 11-17
- Cho SH, Lee HG. 1987. The bibliographical study on development of Yackwa. Korean J. Dietary Culture 2(1): 33-43
- Hong JJ, Ahn TH. 2005. Changes in total flavonoid and total polyphenol contents of leafy vegetables (Spinach, Chard and Whorled Mallow) by blanching time. Korean J. Food Cookery Sci. 21(2):190-194
- Hwang KH. 1992. Moral factors in the semantic functions of proverbs. Masters degree thesis. Hanyang University. pp 1-2
- Jeong BY. 1999. Seasonal variation in lipid class and fatty acid composition of 12 species of Korean fish. J. Korean Fish. Soc. 32(1):30-36
- Kang SJ. 1995. A study on meaning of proverbs: centering around proverbs concerned in rice, barley, bean, hulled millet. Masters degree thesis. Busan University of Foreign Studies. pp 8-69
- Kim SS. 2011. Food ethics approach to court case of inferior quality *mandu* stuffing. Korean J. Food Culture. 26:5, 437-444
- Lee JS, Kim MY, Suh EK. 2004. Happiness and the eastern concept of Bok: similarities and distinctions. Korean J. Social and Personality Psychology. 18:3, 115-125
- Lee SL, Sohn SH, Park MH, Jung JW, Chun KH. 2011. Happiness and conflict in consumption. J. Consumer Studies. 22:1, 139-166
- Lim UK. 1984. The study of natural habitat of Ganoderma in Korea (1). Journal of Ecology and Field Biology 7(3): 177-183
- Oh SB, Ahn TM. 1995. A study on conservation of the natural environment in Chosun-Dynasty, Korea. J. Korean Institute of Landscape Architecture. 23:51-65
- Oh SY. 2005. Food sharing characteristics in modern Korean society. Korean J. Food Culture. 20:6, 683-687
- Oh SY, Lee H. 2004. A thought on Korea food culture and collectivity. Korean J. Food Culture. 19:5, 556-565
- Park CS, Lee DW, Kim ZG, Kang YJ. 2000. Stock assessment and management of the hairtail, *Trichiurus lepturus* in Korean waters. J. Korean Soc. Fish. Res. 3:29-38
- Park CS, Lee DW, Hwang KS. 2002. Distribution and migration of hairtail, *Trichiurus lepturus* in Korean waters. J. Korean Soc. Fish. Res. 5:1-11
- Peng S. 2010. A study on the comparative of victualage proverbs of Korean and Chinese. Masters degree thesis. Chungnam National University. pp 1-5
- Song MS. 1989. On the utterance meaning of Korean proverbs and about language. Masters degree thesis. Chonbuk National University. pp 16-24
- Wang X. 2008. A study on Korean culture education by Korean food proverbs. Masters degree thesis. Busan University of Foreign Studies. p 1-5
- Yang HK. 2005. Literature review on the history of Korean epidemics. Masters degree thesis. Chungnam National University. pp 54-55
- Zhang CI, Sohn MH. 1997. A study on the stock assessment and management implications of the hairtail, *Trichiurus lepturus* in Korean waters. J. Korean Fish. Soc. 30(4): 620-626