



복(伏)날의 여름 풍속도

강 옥
자유기고가

찌는 듯한 한 여름의 무더위는 예나 지금이나 모든 사람들에게 고역을 안겨다 준다. 특히 농부들은 작열하는 태양아래 들에 나아가 논을 매고 밭을 매야 했으니 더위란 가히 두려운 존재였다. 논을 맬 때는 서서 허리를 굽히고 작업을 해야 했다. 태양이 등에 쬐이니 ‘농부가(農夫歌)’의 구절대로 표현하면 “화로를 등에 업고” 일하는 셈이며 아래에는 벗 잎이 눈을 찌르니 위와 아래에서 헝공을 당하는 셈이다. 땀에 젖어 옷은 온통 물에 빠진 사람 같고 한참 일을 하다보면 정신이 멍해진다.

그래서 사람들은 더위를 피하고 더위를 이겨내는 방법을 찾게 되었다. 에어컨, 선풍기 등 냉방하는 기술이 없었던 옛 사람들은 여름철의 더위를 있는 그대로의 자연 환경에서 해결하는 방법을 모색했다. 가장 손쉬운 방법은 나무 그늘 밑에서 쉬는 일이다. 느티나무 등 큰 나무는 그늘이 두터워서 햇볕을 막아주고 또 여러 사람들이 모여 얘기를 나누니까 더위를 잊을 수 있다.

또 언덕 위에 세워진 정자(亭子)에 가면 그늘도 있고 바람이 있어 여름철 더위를 피하기에 안성맞춤이었다. 지금도 호남지방에 가보면 농촌에는 거의 마을마다 모정(茅亭)이 있는데, 농부들이 더위를 피하고 비도 피하고 들에서 식사할 때에도 사용한 다목적의 휴식처이다. 마을 사람들이 모여 이야기하고 우정을 나누는 다양한 사교공간으로 현재까지 활용되고 있다.

여름에는 조석으로 목욕을 해도 땀이 비오듯 흐른다. 물이 절실히 요구되는 계절이다. 가장 손쉬운 피서법으로 적은 양의 물로 시원하게 보낼 수 있는 방법인 탁족(濯足)이 있다. 찬물을 대야나 큰 그릇에 담고 여기에 두발을 넣고 청량(淸涼)하는 방법이다. 발 바닥에는 온갖 신경이 민감하게 모여서 우리 몸 전신과 연결되어 있기 때문이다. 또한 깊은 산 속의 약수터나 차가운 계류를 찾아가 발을 담그면서 잠시 더위를 잊을 수 있었다. 한편 옛날 냇가에 갈 수 없었던 여인들은 우물물을 길어다가 어두운 밤에 뒤

뜰에서 목욕을 하며 더위를 식혀야 했다.

여름밤은 짧기는 하나 무덥고 모기, 빈대, 벼룩에 시달려야만 했다. 저녁밥을 지어먹은 온돌방에서는 도저히 잘 수가 없다. 그래서 마당이나 뜰에 자리를 깔고 쉬었는데, 이때 옛사람들의 지혜인 평상(平床)을 놓았던 것이다. 땅에서 오르는 습기를 피하기 위해 지상으로 한 두자 높이로 설치했다. 평상의 바닥은 발을 얹은 듯이 엉성한 나무를 대었기 때문에 통풍이 되어서 시원했다. 사람들은 평상에서 쉬고 자고 하다가 한밤중이 되어서 이슬이 내리기 전에 방에 들어가서 자는 일이 많았다.

또 여름철에 옛 사람들은 죽부인(竹夫人)을 옆에 두었다. 덮은 이불이나 홑이불이 몸에 닿으면 덥기 때문에 밀착하는 것을 막기 위해서 죽부인이 개발된 것이다. 죽부인은 대나무를 엮어서 만들었기 때문에 속이 공동(空洞)이어서 바람이 잘 소통되어 시원하게 끼안고 잘 수가 있다. 죽부인은 이미 고려시대의 문헌에도 나타난 것으로 보아 우리 선조들은 공예품으로 피서를 즐기는 지혜를 일찍부터 갖고 있었다.

속담에 “복날 개 패듯 한다”는 말이 있거니와 무더운 복중에 개를 잡아 탕을 해서 먹는 것은 오래된 우리나라의 풍속이다. 더위를 피하지 않고 적극적으로 대결하는 이열치열(以熱治熱)의 피서방법인 것이다. 사실 더위에 뜨거운 국을 먹는 것은 고역이었으나 그 방법이 몸을 보하고 더위를 이긴다고 개장국을 보신탕(補身湯)이라 부르게 되었다.

예전부터 우리의 선조들은 음양오행설에 따라 개고기를 더운 성질의 불[火]로 보고

복날은 쇠[金]로 보아 불로 쇠를 억누름으로써 더위를 이길 수 있다고 생각하였다. 무더운 복날에 개장국을 먹으면서 땀을 내어 더위를 물리친다는 것이다.

개장국은 먼저 고기를 푹 고아서 국물을 만든 다음에 먹기 직전에 따로 준비해 둔 양념으로 간을 한다. 고기는 따로 건져서 찢어 먹는다. 양념은 고춧가루, 다진 마늘, 볶은 들깨 등을 혼합하여 만든다. 지방에 따라 된장을 풀기도 하고 죽순이나 미나리, 생강 따위를 넣기도 한다.

땀구멍이 없어도 여름더위를 견디어 내는 개의 강인성 때문인지는 몰라도 더위를 이기는 식이요법으로 보신탕을 첫째로 쳤다. 여름에 찬 것은 오히려 위와 장을 상하게 하기 쉽지만 뜨거운 국은 먹기에는 고역이나 몸에는 도움이 된다는 적극적인 피서법이라 말할 수 있다. 옛날에는 개를 잡을 때 몽둥이로 때려서 잡았기 때문에 사정없이 마구 구타하는 것을 복날 개 잡는데 비유해서 속담이 등장한 것이다.

복중에 더위를 이기는 음식으로 삼계탕도 즐겨 먹었다. 닭을 잡아 내장을 꺼내고 찹쌀, 인삼, 대추를 넣어서 통째로 고아 삼계탕을 만든다. 요즈음의 현대인들도 즐겨 찾는 삼계탕은 어린 병아리로 만든다고 해서 ‘영계백숙’이라 부르기도 한다. 또 닭으로 죽을 쑤어서 닭죽을 만들어 먹기도 하는데 자양분이 많아서 더위를 이기기에 알맞은 음식이다. 또한 복날에 팔죽을 먹는 풍속이 있는데 팔의 색깔이 붉기 때문에 악귀를 물리칠 수 있고 여름에 흔히 있는 잔병을 없애고 정한 가운데 건강하게 지내려는 의미가 있다. 