



# 한식(寒食), 청명(清明)의 세시풍속

강 육  
자유기고가

우리나라 풍속에 조상의 산소에 가서 묘사를 지내는 행사는 설날, 한식, 단오, 추석의 네 명절에 한 다. 과거의 우리 조상들은 이맘때면 분주했다. 그 이유는 우리 민족 4대 명절(설날, 추석, 단오, 한식)의 하나가 이 시기에 자리 잡고 있기 때문이다. 바로 그것이 한식(寒食)이다. 한식은 동지로부터 105 일째 되는 날로 음력으로는 대개 2월이 되고, 간혹 3월에 드는 수도 있다. 대개 양력 4월 5, 6일쯤으로 나무심기에 알맞은 시기이다. 우리나라에서 4월 5일을 식목일로 정하여 나무를 심는 이유도 여기에 있다.

한식의 유래는 여러 곳에서 찾을 수 있다. 고대의 종교적 의미에서 매년 봄에 나라에서 새불(新火)을 만들어 쓸 때, 그에 앞서 어느 기간 동안 묵은 불(舊火)을 일절 금단하던 풍속에서 유래한 것으로 보기도 하고, 중국의 옛 풍속에서 찾기도 한다. 중국에서는 한식을 이른바 냉절(冷節)이라 한다. 사실 여기엔 슬픈 사연이 배어 있다.

중국의 춘추시대 때 개자추(介子推)라는 진나라 사람이 있었는데, 그는 문공(文公)을 모시고 있었다. 문공이 국란을 당하여 개자추 등 여러 신하를 데리고 국외로 탈출하여 방랑할 때, 배가 고파서 거의 죽게 된 문공을 개자추가 자기 넓적다리 살을 베어 구워 먹여 살린 일이 있었다.

뒤에 왕위에 오른 문공이 개자추의 은덕을 생각하여 높은 벼슬을 시키려 하였으나, 개자추는 그를 마다하고 면산에 숨어(혹은 19년을 섬겼는데 俸祿을 주지 않으므로 숨었다고도 전한다) 아무리 불러



도 나오지 않으므로, 개자추를 나오게 할 목적으로 면산에 불을 질렀다. 결국 개자추는 늙은 홀어머니와 함께 버드나무 아래서 타죽었다.

그 후 그를 애도하는 뜻에서, 또 타죽은 사람에게 더운밥을 주는 것은 도의에 어긋난다 하여 불을 금하고 찬 음식을 먹는 풍속이 생겼다고 한다. 이 날은 버드나무를 대문에 꽃기도 하고, 개자추의 죽음을 아파하여 불을 쓰지 않고 찬밥을 먹으니 냉절이라고 한 것이다. 이 풍속은 지금까지도 차례(茶禮)를 지내고 성묘를 다니는 고유의 민속으로 자리 잡았다.

우리나라에서도 신라 때부터 한식을 매우 중요하게 여겼다. 즉 한식날을 명절 중의 명절로 삼아 관리들에게 성묘를 하도록 휴가를 주었을 뿐 아니라, 이 날만은 어떠한 죄수에게도 형을 집행하지 않도록 금지했다고 한다.

중국에서는 한식날이면 예로부터 투계(닭싸움), 타구(공치기), 그네뛰기 같은 집 밖에서 할 수 있는 여러 가지 오락을 즐기곤 했다고 한다. 우리나라에서도 고려 때와 이조 초기에는 한식날 조정에서 큰 잔치를 베풀고 봄놀이도 하여 이 날만은 즐겁게 지냈다. 그러나 그 이후부터는 차츰 이런 관습이 사라지고, 다만 성묘를 하는 날로서의 풍습만이 끊이지 않고 이어져 내려왔다.

옛 우리의 각 가정에서는 한식날에는 헤어졌던 온 가족이 모여 술과 과일, 나물, 떡, 어육 따위의 음식을 마련하여 조상의 묘를 찾아가 제사를 지냈다. 그리고 이 날, 낮을 보에 싸 가지고 가서 산소 근처의 풀을 베고 잔디를 입히고 산소를 말끔히 다듬었다. 이렇게 풀을 베고 묘지를 다듬는 일을 개사초라고 한다. 그러나 한식이 3월에 들면 개사초를 하지 않는다고 하였다.

한식은 농경에 있어서도 중요한 시발점이었다. 한식 무렵부터 본격적인 농사철로 접어들었다. 농가에서는 청명(淸明) 날부터 비로소 춘경이 시작돼 이 날부터 채마전에 씨를 뿌리기 시작했으니 말이다. 또한 한식날은 군신백성이 일체감을 느끼는 날이기도 했다. 임금이 청명 날 나눠준 불이 신하와 각 고을 수령에게, 다시 수령이 백성에게 나누어주었다. '찬밥신세'라 불리는 이 습속은 온 나라의 마음을 밝히는 불이었다. 또 이날 천둥이 치면 흉년이 들 뿐만 아니라 나라에도 불행한 일이 있다고 하여 매우 꺼려했다.

우리나라에서는 옛날부터 장을 집에서 담가 먹었다. 3월이 되면 농가에서는 날을 가려서 장을 담근다. 가을에 농사가 다 끝나면 날을 가리어 메주를 쑤어 덩이를 지어 천장에 매달기도 하고 윗목에 얹혀놓기도 한다. 그러면 이 메주가 겨우내 뜬다. 새 봄이 되어 날씨가 따듯해지면 메주를 쪼개어 말렸다가 간장 담그는 원료로 쓴다. 정월부터 장을 담그기 시작하지만 가장 적당한 시기는 날이 따듯하고 햇볕이 가장 많이 받기 시작하는 3월이다.

농가에서는 날을 가려서 간장을 담근다. 장 담그는 일이 입동 전후의 김장 담그는 일과 함께 큰 일

중의 하나이다. 모든 반찬 맛이나 국 맛은 간장에 따라 다르기 때문이다. 그러므로 농가에서는 부정이 없는 날을 가릴 정도로 간장 담그는 데에 신경을 쓴다. 3월이 가장 적기인데, 그 중에도 3월 들어 첫 번째 맞이하는 말날(午日)에 간장을 담그면 간장 맛이 좋다고 한다. 장독을 깨끗이 부시고 장을 담글 때에는 부정한 사람의 출입을 막으며 장독대에 차례에 따라 늘어놓고 언저리에 원새끼를 꼬아 고추, 숯 따위를 꿰어 장독에 동여맨다. 이것은 부정을 타지 않기 위한 절차이다.

한식날의 식도락으로 민간에서는 이 날을 전후하여 한식면(寒食麵)이라 하여 메밀국수를 해먹고, 썩탕, 썩떡 등을 먹기도 했다. 이 때쯤이면 산과 들에 어린 썩이 많이 날 때이다. 이것을 캐다가 멥쌀 가루에 섞어 버무려 찐 것이 썩떡이다. 물론 한식사리(한식날 무렵 잡은 조기도 즐겨 먹었다. 또한 산에 만발한 진달래꽃을 뜯어다가 쌀가루에 반죽하여 참기름을 발라 지져먹는 화전(花煎)도 봄의 미각을 한층 돋구어주는 시절음식이다.

음력 3월 3일 '삼진날'에 강남 갔던 제비가 돌아온다고 하여 한껏 기대에 들뜬다. 완전히 봄이 되었다는 증거이다. 부녀자들은 삼진날 머리를 감으면 머리카락이 물 흐르듯이 소담하고 아름답다고 하여 다투어 머리를 감았다. 🍵

