

# 고(古)조리서로 본 여성의 살림정신\*

- 『음식디미방』과 『규합총서(閨閣叢書)』를 중심으로 -

## Women's Sallim Thought in Old Cookbooks

이 난 수  
조선대학교

◆ 목 차 ◆

- I. 들어가며
- II. 조리서의 저술 배경 및 특성
  - 1. 저술 배경
  - 2. 조리법에 깃든 살림의 의미
- III. 조리서로 본 여성의 살림정신
  - 1. 『음식디미방』에 나타난 살림
  - 2. 『규합총서(閨閣叢書)』 「주사의(酒食議)」에 나타난 살림
- IV. 나가며

<요 약>

본 연구는 장계향과 이빙허각을 중심으로 여성의 역할 가운데 생명을 살리고, 나아가 세상에 대한 보살핌을 실현하는 살림 정신을 고찰하였다. 그들의 사상적·학문적 배경이 되는 세계관은 그들이 속한 가문이나 학맥의 사상적 배경과 밀접하게 관련되면서

\* 이 논문은 2014년 정부(교육부)의 재원으로 한국연구재단의 지원을 받아 수행된 연구임.  
(NRF-2014S1A5B5A01017176)

도 기존의 조리서와는 다른 차이점을 지니고 있다. 즉 여성이라는 사회적 환경에서 변별되는 독자적인 특성이 조리서에 드러나는 것이다. 장계향의 경우 삶의 모든 시·공간을 ‘경(敬)’의 영역에서 깊이 통찰하고 실천하였다. 그의 ‘경’ 실천은 곧 생명을 살리는 살림의 정신이며, 이러한 성리학적 살림정신이 『음식디미방』에 고스란히 깃들여 있다. 또한 이빙허각의 실학적 세계관은 가학(家學)의 영향으로, 『규합총서』라는 가정학 총서로 구체화된다. 『규합총서』의 각 항목과 기록된 내용은 실제 참고한 문헌에 대한 그의 실증적인 분석을 거친 것이다. 이렇듯 그의 『규합총서』는 일상생활에서 생명의 살림에 대한 실사구시(實事求是)적 고찰을 통해 실학적 살림으로 거듭났다.

**<주제어>**

장계향, 이빙허각, 음식디미방, 규합총서, 고조리서, 살림, 경, 성리학, 실학

## I. 들어가며

조선시대 여성의 역할과 활동은 주로 집안에서 이루어지는 일들이었다. 그들의 담론은 가사에 관련된 일이었고, 이와 관련된 기록을 통해 그 모습을 알 수 있다. 본 연구는 조선시대 여성의 삶에서 경험한 통찰과 사유를 조리서 중심으로 살펴보려 한다. 우선 1672년경에 저술된 『음식디미방』은 여성이 쓴 최초의 조리서이며, 현존하는 한글 조리서 가운데 가장 오래된 책이다. 그리고 1809년에 저술된 생활백과서인 『규합총서(閨閣叢書)』는 여성이 쓴 최초의 총서로서 조선시대 가정생활의 지침서로 활용되는 책이다. 두 텍스트에는 조선 중·후기 여성의 역할 수행에 관한 경험을 담론으로 구체화한 특징을 지니고 있다.

여중군자라 불리는 장계향(張桂香, 1598-1680)은 수십 년간 실천해 온 146가지의 조리법을 기재한 『음식디미방』을 저술하였고, 이빙허각(李憑虛閣, 1759-1824)이 엮은 『규합총서』는 실생활에서 활용할 수 있는 모든 사항을 기록하였다. 남성에 비해 학술 및 저술활동이 자유롭지 못하였던 조선시대의 여성이 책을 읽고, 집필을 한다는 점은 특수한 경우에 속한다. 다시 말해 그들이 글을 배우고 익힐 수 있는 집안 환경과 집필을 하게 된 적극적인 동기가 텍스트라는 결과물을 탄생시킨 것이다. 우선 장계향과 이빙허각의 저술활동에는 그들이 속한 가문의 사상적 배경과 밀접하게 연관되어 있다. 장계향의 성리학적 사유는 퇴계학파의 적통인 아버지 장흥효(張興孝, 1564-1633)의 영향을 받았으며, 이빙허각의 친정·시댁은 당대 실학가의 집안으로, 그녀의 실학적 사유의 토대가 되었다. 이빙허각의 시댁은 유명한 실학자를 배출한 집안으로 그의 남편 서유본(徐有本, 1762-1822)과 함께 남편의 생부 서호수(徐浩修, 1736-1799), 서호수의 생부 서명응(徐命膺, 1716-1787), 남편의 아우로 서유구(徐有渠, 1764-1845)가 있다. 외가 쪽으로는 외숙모 이사주당(李師朱堂, 1739-1821)과 그의 아들 유희(柳僖, 1773-1837) 등을 들 수 있다. 이들은 실학 방면에서도 천문학·역법·농학 분야에 방대한 저술을 남겼다.

이렇듯 그들의 사상적·학문적 배경이 되는 세계관은 그들이 속한 가학과

밀접하게 관련되면서 동시에 남성과 대별되는 특성이 나타난다. 장계향의 경우 ‘경(敬)’의 영역에서 삶을 깊이 통찰하고 실천하였다. 딸·아내·엄마·종부의 역할 수행에 있어, 그녀의 ‘경’ 사유는 지경(持敬)의 실천으로 구현되었던 것이다. 이러한 점으로부터 살림<sup>1)</sup>의 고유한 독자성이 드러난다. 『음식디미방』에는 그녀가 평생에 걸쳐 경험한 조리법과 더불어 인간에 대한 지경의 마음이 깃들여 있다. 그리고 『규합총서』의 집필에 있어 이빙허각은 당시 18세기 실학의 분위기와 함께 서명응에서부터 내려오는 이 가문의 총서에 대한 기호와 축적된 지식의 영향을 받았다. 하지만 그의 집필 동기는 기존의 남성이 지은 총서와는 다른 의도로 쓰여 졌다. 즉 그는 여성이라면 누구나 실생활에서 알아야 할 사항들을 여러 문헌 속의 자료를 정리하면서 나아가 실제 자신의 경험과 비교·분석하여 기록하였던 것이다. 이러한 이유로 『규합총서』는 19세기 후반 조리서 가운데 가장 널리 필사되었고, 여성의 생활경제서 수준을 한 단계 올려놓았다는 평가를 받게 된다.<sup>2)</sup> 이렇듯 그의 저서는 여성의 실제 살림에 활용되었으며, 본고에서는 『규합총서』 가운데 「주사의(酒食議)」를 중심으로 그의 실학적 사유와 조리법에 깃든 살림의 의미를 논의할 것이다.

## II. 조리서의 저술 배경 및 특성

### 1. 저술 배경

본 절에서는 저자의 학문적 세계관의 형성을 중심으로 저술배경을 살펴본다. 이는 조리서에 함의된 사유를 추론하기 위함이며, 나아가 성리학파와 실학적 살림이라는 관점의 차이를 규명하는 토대가 될 것이다.

장계향의 아버지 경당(敬堂) 장홍효는 퇴계학파의 적통으로 많은 제자들을

01) ‘살림’은 ‘살다’에서 파생된 개념으로 대개 한 집안을 이루어 살아가는 일로 운용되지만, 넓은 의미에서는 생명을 살리고 보살피는 일체의 행위를 지칭한다. (백문식, 『우리말 형태소사전』, 박이정, 2012, 580쪽 참조.) 본고에서의 살림은 두 가지의 의미를 포함하되 주로 넓은 의미에서의 살림을 중심으로 논의된다.

02) 김명희 외, 『조선시대 여성문학과 사상』, 이회문화사, 2003, 221쪽 참조.

길러내었을 뿐만 아니라 성리학적 사유를 몸소 실천한 인물이다. 그의 철학은 ‘경(敬)’을 중심으로 성립된다. 그는 일찍이 정자의 뜻에 따라 자신의 호를 ‘경’으로 삼고, 당호로도 정하였다.<sup>3)</sup> 이러한 점은 옛 성인들을 본받아 그들처럼 되고자 하는 경당의 바램이자, ‘경’이 아니면 마음을 주재할 수 없다는 확신에서 비롯된 것이다. 그는 평생토록 ‘경’을 중심으로 마음을 수양하며 스스로를 경계하였는데, 이러한 점을 손자 이휘일(李徽逸, 1619-1672)은 다음과 같이 적었다.

‘경(敬)’자를 크게 오른쪽에 써 붙여놓고는 이로써 자호(自號)하였다. 평소에 아침에 첫 닭이 울면 일어나 세수를 하고 머리를 빗어 의관을 가지런히 하여 가묘를 배알하였고, 이를 마친 뒤에는 주자화상에 나아가 절을 하였다. 물러 나와서는 종일토록 서재에서 곳곳이 앉아 책을 읽기도 하고 생각에 잠기기도 하였다. 이렇게 생각에 잠기다 깨닫는 바가 없으면 밤새도록 잠을 자지 않았다. 만일 깨달은 것이 있으면 비록 한 밤중이라도 반드시 불을 켜서 그 내용을 글로 옮겼다. 또한 적을 것을 항상 곁에다 두고서는 무릇 자신의 말한 것과 행동한 것을 적으며, 날마다 연마한 내용을 점검하며 공부한 정도가 어떠한지 살폈다.”<sup>4)</sup>

경당의 삶의 궤적과 학문의 요체는 ‘경’으로 귀결된다. 성리학의 기본 가르침을 실천하고자, 그는 평생토록 경을 놓치지 않고 노력하였다. 그의 하루는 외모와 동작을 바르고 단정하게 하는 것으로부터 시작하여 가묘와 주자화상을 배알하는 것으로 마음을 엄숙하게 한다. 그리고 종일토록 자신의 공부를 점검하면서 마음이 항상 깨어있는 상태를 유지하도록 하였다. “‘경’이란 한 글자는 곧 학문의 강령이니 반드시 여기에 공력을 덧붙이고, 이에 의거할 바가 있게 하여 앞에 이르러 행하기를 힘쓰는 것을 바탕으로 삼아야 이에 좋은 것이다.”<sup>5)</sup>라는 말에서도 알 수 있듯이 경당에게 ‘경’은 삶의 지향점이자 수양의 핵심이었다. 이렇듯

03) 『敬堂續集』卷1「雜著」: 余嘗竊取程子之意, 以敬名吾堂, 而因以爲號焉.

04) 『敬堂集』卷2「行狀」: 大書敬字於座右, 因以自號. 平居每鷄鳴而起, 盥櫛衣冠, 拜家廟訖, 拜朱子畫像. 退處書室, 終日危坐, 左右簡編, 俯讀仰思, 思而未得則或終夕不寐, 如有所會, 雖中夜必秉燭書之. 又爲冊子, 常寘座側, 凡自家言動無不記載, 日日磨點, 以驗工夫淺深.

05) 『敬堂集』卷2「日記要語」: 敬之一字, 乃學之綱領. 須於此加功, 使有所據依. 以爲致知力行之地, 乃佳耳.

성인에 이르는 길인 ‘경’을 통해 그는 끊임없이 자기 성찰을 하며, 일생동안 지경(持敬)의 삶을 살았다.

경당의 ‘경’사상은 외동딸인 장계향의 사유에도 영향을 끼쳤다. 다시 말해 장계향의 성리학적 사유는 경당의 가르침에 의해 형성된 것이다. 그녀의 「행실기(行實記)」<sup>6)</sup>를 보면, 경당은 외동딸을 기특하게 사랑하여 『소학(小學)』과 『십구사략(十九史略)』을 가르쳤는데 애를 쓰지 않는 데도 그 뜻을 통달하였다고 한다. 또한 장계향은 아버지의 가르침을 존중하여 믿고 공경히 지켜서 반드시 이것을 일상생활에서 증험하려고 하였다. 이를 통해 그는 글을 짓고 글자를 쓰는 일에 있어서도 배워서 익히기를 기다리지 않고서도 잘하게 되었다고 전해진다.<sup>7)</sup> 이렇듯 어릴 적부터 뛰어난 그의 학문적 자질과 행동은 주위사람들을 놀라게 하였다. 이를 테면 정윤목(鄭允穆, 1571-1629)이 어느 날 장계향이 쓴 적벽부의 필체를 보고 놀라며 “필세가 굳세고 강하므로 우리나라 사람의 서법과는 같지 않으니 중국 사람이 손수 쓴 필적이 아닌가.”<sup>8)</sup>라며 감탄하였다고 한다. 그는 10여 세 때에 아래와 같은 시를 짓기도 했다.

내가 성인이 살았던 시대에 나지 않았으니, 성인의 얼굴을 볼 수가 없네.  
성인의 말씀은 들을 수가 있으니, 성인의 마음도 볼 수가 있겠네.<sup>9)</sup>

위의 시 제목은 「성인음(聖人吟)」이다. 1·2구에는 성인이라는 주체에 대한 인식이다. 그는 글을 통해 성인을 알게 되었고, 성인에 대해 배웠다. 하지만 성인을 직접 만나는 등의 직접적인 경험은 하지 못하였다. 다만 그는 말씀을 통해 성인의 마음을 듣고 알 수 있는 것으로, 위안을 삼았다. 위 시에는 성인이라는 주체에 도달하고 싶은 장계향의 마음이 표현되었다. 다시 말해 성인의 마음을 감각기관을 통해 인식한다는 것은 바로 성인이라는 주체를 직접 만나고픈 욕망

06) 장계향이 직접 쓴 글은 시 4편과 편지글 1편 그리고 『음식디미방』이 있다. 그밖에 그와 관련된 기록으로는 후손들이 쓴 행실기가 있다. 『음식디미방』은 3장에서 논의될 것이므로, 2장에서는 그의 시와 편지글 외에 행실기를 중심으로 살펴본다.

07) 이재호 옮김, 『(國譯)貞夫人 安東張氏 實紀』, 국역정부인안동장씨실기간행소, 1999, 23-24쪽 참조.

08) 위의 책, 24쪽.

09) 위의 책, 17쪽.

과 더불어 성인이 되고 싶은 바람이 깃들어있다. 이처럼 어린 나이에도 불구하고 그는 성인을 시공간을 넘어 인식할 수 있는 대상이자 이상형으로 보았던 것이다.

네가 벗을 작별한 시를 보니, 그 속에 성인을 배우려는 말이 있었다.  
내 마음이 기뻐 거듭 칭찬하여, 너에게 짧은 시 한편을 주노라.<sup>10)</sup>

위의 시는 손자 신급에게 장계향이 지어 준시이다. 그는 성인을 본받으려 하는 손자의 편지글을 읽고, 기쁜 마음에 손수 시를 지어 보냈다. 마치 손자의 모습에서 자신의 어릴 적 모습이 떠올랐는지도 모른다. 그에게 있어서 성인은 초월자가 아닌 우리 곁에 있는 사람이다. 이러한 점은 그가 자식에게 항상 했던 말과도 일치한다. “성인이 된 사람은 과연 세상에 살아있는 인간이 아니고 보통 사람보다 지나치고 보통사람 보다 아주 뛰어난 일이 있다면 진실로 따라갈 수가 없지만, 성인의 용모와 언어가 처음부터 보통 사람보다 다른 데가 없으며, 성인의 행동도 또한 모두가 인륜의 날마다 늘 하는 일이라면, 사람들이 성인을 배우지 않는 것을 근심할 뿐이지, 진실로 성인을 배우게 된다면 또한 무엇이 어려운 일이 있겠는가.”<sup>11)</sup> 이렇듯 아버지 장홍효가 지경의 실천으로 성인이 되고자 노력하였던 것처럼, 장계향도 자식과 손주에게 성인의 길에 이르도록 독려했다. 인간이 성인에 도달할 수 있는 방법이 ‘경’이며, 그도 아버지처럼 모든 생활에서 ‘경’을 지키고자 노력하였다. 예를 들어 장계향은 임신 중에 친척의 잔치에 초대를 받게 된다. 잔치에 참석한 장계향은 연회에 기생과 음악이 펼쳐지자, 머리를 낮게 숙이며 마음이 그곳에 흐르지 않도록 종일토록 눈을 들어 보지 않았었다고 한다. 이 일을 전해들은 경당이 감탄하며 “너는 나에게 배운 것을 저버리지 않았구나”라고 말하였다.<sup>12)</sup> 이처럼 아버지 경당처럼 장계향도 일상생활에서 ‘경’을 실천하고자 노력하였고, 자식으로서 그리고 어버이로써 ‘경’의 출발점을 다음과 같이 말한다.

10) 위의 책, 17쪽.

11) 위의 책, 27-28쪽.

12) 위의 책, 26쪽 참조.

이 몸은 부모님께서 나오신 몸이니, 삼가 이 몸을 조심하지 않을 수 있겠는가.

이 몸을 만약 욕되게 한다면, 곧 아버지의 몸을 욕되게 하는 것이다.<sup>13)</sup>

위의 인용문은 「경신음(敬身吟)」이라는 시이다. 자식으로서의 ‘경’은 부모로부터 받은 몸을 공경하는 것으로부터 시작한다. 시 제목인 ‘몸을 공경[敬身]’하는 것은 신체를 온전하게 보전하는 것으로부터 시작하여 행동이 엄숙하고 가지런한 것을 말한다. 즉 몸과 마음은 하나이기 때문에 몸의 긴장이 마음과 삶의 건강함으로 이어진다. 이를 위해 평소의 행동을 단속하며 ‘정제엄숙(整齊嚴肅)’한 태도를 유지해야 한다. 이처럼 경을 지속적으로 실천할 때, 몸을 욕되게 하는 일은 벌어지지 않는다. 시에 의하면 ‘경’은 신체를 온전히 하는 것으로부터 시작하여, 생활에서의 정제엄숙을 의미한다.

이처럼 장계향의 세계관은 아버지 장홍효의 영향을 받았으며, 아버지처럼 ‘경’의 실천을 화두로 삼았다. 장계향이 살았던 시기는 주자의 성리학이 큰 흐름을 형성하였으나, 조선 후기에 이르러 서학의 유입은 전통적 성리학에 대한 반성의 기회를 가지게 된다. 즉 일상과 관련된 지식 체계를 추구하는 실학 사상이 출현한 것이다. 실사구시(實事求是)와 이용후생(利用厚生)을 바탕으로 한 실학의 등장은 지식의 다양화 및 지식층의 확대를 이루게 된다. 이를테면 지식의 다양화는 정보를 체계적으로 정리하는 총서 간행으로 나타나며, 지식층의 확대는 소외된 계층의 교육활동으로 이어졌다. 나아가 소외된 계층 중에 하나인 여성의 생활에 있어서도 그들의 지적 욕구가 독서와 글쓰기로 발현되면서 자신의 사유를 표현하는 변화로 나아갔다.

대표적으로 이병허각의 『규합총서』는 이와 같은 시대적 배경에서 탄생한 여성학 총서라 할 수 있다. 일상에서 필요한 모든 것들을 체계적 정리한 백과로서, 특히 여성 독자를 위해 집필되었다. 남성들이 한문으로 쓴 방대한 총서를 그녀는 한글로 엮었다. 즉 살림의 담당자인 여성들이 읽기 쉽게 한글로 간단하게 기록한 것이다. 이는 『규합총서』가 이병허각이 살아 있을 때부터 필사되고, 『간본 규합총서』나 『부인 필지』 등으로 다시 간행되는 점에서도 알 수 있다.<sup>14)</sup>

13) 위의 책, 17쪽.

이빙허각은 당대 명망 있는 소론가문 가운데 하나인 이창수(李昌壽, 1710-1777)의 막내딸로 태어났다. 그녀의 어머니 유씨는 유담의 딸로, 오빠 유한규(柳漢奎, 1718-1783)는 『태교신기(胎教新記)』를 지은 이사주당과 혼인하였다. 이들 부부의 아들이 『언문지(諺文志)』를 지은 유희(柳僖, 1773-1837)로 그녀의 외가는 명물학으로 명망이 있는 집안이었다.

이빙허각은 어릴 때부터 총명하여 아버지가 무릎에 앉혀놓고 『시경』과 『소학』을 읽어주면 그 뜻을 바로 깨쳤다고 한다.<sup>15)</sup> 기억력이 뛰어나면서 공부하기를 좋아했던 이빙허각은 시나 여러 가지 글을 잘 지어, 성년이 되기도 전에 사람들에게 여사(女士)라고 불렸다.<sup>16)</sup> 그녀의 이러한 점은 다음 대화에서도 나타난다. 어느 날 집에 방문한 서명응이 “네가 『소학』을 즐겨 읽었다고 들었는데 어느 구절이 본받을 만하더냐?”라고 묻자, 그녀는 “‘말을 행동보다 먼저 해서는 안 된다’라는 구절입니다”라고 답하였다. 그러자 서명응은 “참으로 겸손하면서도 재질이 있구나. 누가 이 사람을 여자라고 하겠느냐”하며 칭찬을 아끼지 않았다.<sup>17)</sup>

이렇듯 서명응은 그녀의 학문적 자질을 높이 평가하여, 자신의 손자 서유본과 중매도 없이 혼사를 진행하였다. 당시 달성 서씨의 집안은 명망 있는 실학자 집안으로, 특히 시조부인 서명응은 북학파의 비조라 불린다. 그의 사상은 북학파의 명물도수지학으로 연결되고 이용후생의 논리로 확장됨으로써, 북학파들의 서학 수용에 기여하였다.<sup>18)</sup> 이렇듯 남편 서유본의 집안은 실학에서도 명물학에 뛰어났고, 농학 분야에서 많은 성과를 내놓았다. 이를 테면 시조부인 서명응의 『보만재총서(保晩齋叢書)』, 『고사신서(攷事新書)』와 시아버지인 서호수의 『해동농서(海東農書)』가 대표적이다. 시가의 영향으로 그는 자연스럽게 명물학을 공부하였고, 실제 『규합총서』에는 시조부와 시아버지의 저서를 참고한 기록이 등

14) 정해은, 『조선의 여성, 역사가 다시 말한다』, 너머북스, 2011, 130쪽 참조.

15) 徐有榘, 『風席全集』金華知非集卷第七, 「墓誌銘, 嫂氏端人李氏墓誌銘」: 父母奇愛之不以女子視寘諸膝口授毛詩小學輒通其大義

16) 徐有榘, 『風席全集』金華知非集卷第七, 「墓誌銘, 嫂氏端人李氏墓誌銘」: 及長泛覽強記工詩善著述未笄而有女士稱

17) 徐有榘, 『風席全集』金華知非集卷第七, 「墓誌銘, 嫂氏端人李氏墓誌銘」: 其饋也王父文靖公問曰汝好讀小學其書所載嘉言善行何事可法端人對曰言先于行不敢也文靖公喟然曰遜而文孰謂是女子乎.

18) 이봉호, 『정조의 스승, 서명응의 철학』, 동과서, 2013, 321쪽 참조.

장한다.<sup>19)</sup> 이처럼 이빙허각의 저술 배경은 그의 뛰어난 학문적 자질 뿐만 아니라 서명응으로부터 내려오는 명물학에 대한 가문의 축적된 기반에 의거한 것이다.

그녀가 47세인 1806년, 숙부 서형수(徐濼修)가 옥사에 연루되어 유배길에 오르면서 집안이 몰락하게 된다. 이빙허각은 남편과 거처를 동호 행정으로 옮기면서, 직접 생계를 꾸려나갔다. 남편인 서유본은 독서와 저술에만 몰두하게 되면서 아내와 함께 지내는 시간이 많아졌고, 그는 손수 차밭을 운영하는 등의 과정에서 글로 습득한 명물학을 직접 경험하게 된다.

내가 동호 행정에 집을 삼아, 집안에서 밥 짓고 반찬 만드는 틈틈이 우연히 (남편이 있는) 사랑에 나가 보고 옛글이 일생일용에 절실한 것과 산야에 묻힌 모든 글을 구하여 보고 손길 닿는 대로 펼쳐보아 오직 문건을 넓히고 심심풀이를 할 뿐이었다.<sup>20)</sup>

위 인용문은 『규합총서』의 서문 가운데 일부분으로, 동호 행정에서의 생활을 그렸다. 이빙허각은 이곳에서 생활한지 4년 만에 『규합총서』를 완성한다. 즉 당시의 생활이 그녀에게는 학문에 매진할 수 있었던 기회였던 것이다. 이빙허각은 힘들게 생계를 꾸려가면서도 틈틈이 자료를 찾아가며, 책의 내용과 일치하는지 직접 실험하였다. 이러한 실사구시적 태도가 총서의 탄생으로 이어진 것이다.

다음은 서유본의 「강거잡영(江居雜詠)」가운데 일부분이다.

산 속 아내 벌레 물고기 잘 알아 주해하며, 촌가의 생활형편 또한 성기지 않네.

밝은 달 갈대밭에 뜰 때 같은 꿈 꾸더니, 입택 따라가서 총서를 잇네<sup>21)</sup>

19) 『규합총서』에서 서명응과 서호수의 텍스트 뿐만 아니라 다양한 장르의 책이 인용되어 있다. “전통적인 경·사·저·잡류와 불경·도가서 그리고 실학서로 언급되는 서적들을 포함하고 있어 사상적으로 또는 시대적으로 어느 한 사상, 어느 한 시기에 편중되어 있지 않다는 것들을 수 있다. 나아가 그는 당대 지식인 사회에서 인기 있었던 책들을 역시 접했다.” (이혜순, 『조선후기여성지성사』, 이대출판부, 2007, 201-202쪽.)

20) 정양완 역주, 『閨閣叢書』, 보진재, 1975, 1쪽.

21) 徐有本, 「江居雜詠」: 山妻亦解注蟲漁, 經濟村家也不疎. 明月蘆洲同夢在, 逝從笠澤續叢書.

시에서 “같은 꿈”은 총서를 간행하는 가학의 전통을 의미하고, 마지막 구절의 “입택”은 당나라 육구몽(陸龜蒙)의 『입택총서(笠澤叢書)』를 말한다. 일반적으로 총서의 저술은 대부분 여러 사람의 저술을 엮어서 만들지만, 『입택총서』의 경우 한 사람의 글로 구성되었다. 따라서 그는 시를 통해 『규합총서』는 이빙허각의 단독 저술로 집필되었으며, 나아가 조부인 서명웅의 『보만재총서』처럼 총서를 간행하는 가학을 계승하였음을 알리고 있다. 또한 시에 덧붙여 그는 『규합총서』라는 이름을 자신이 지어주었다고 밝힌다.<sup>22)</sup>

지금까지 살펴본 이빙허각의 학문적·사상적 배경은 가학의 도움과 영향으로 가능했다. 나아가 자신이 직접 대상의 명칭과 기능을 실험하면서 기존의 의론을 확인·수정하는 연구방법은 실학정신에 입각한 것으로 볼 수 있다.

## 2. 조리법에 깃든 살림의 의미

우리나라에서 음식 관련 전문 문헌은 조선시대에 이르러 등장한다. 지금까지 1400년대 중반 어의를 지낸 전순의가 저술한 『산가요록(山家要錄)』이란 책이 조리법을 기록한 책으로 발견된 가장 오래된 책이라 할 수 있다. 이후 1540년경 김유(金綏, 1491-1555)라는 남성 유학자에 의해 집필된 『수운잡방(需雲雜方)』을 비롯하여 허균이 지은 『도문대작(屠門大嚼)』 있다. 그리고 1672년 최초의 한글 조리서인 장계향의 『음식디미방』과 1809년에 집필된 이빙허각의 『규합총서』가 있다. 연구대상인 두 텍스트는 직접 음식을 조리하는 주체가 저술한 점에서 이전의 조리서와 차별점을 지닌다. 즉 두 저자는 음식의 조리법을 전수하고 계승해야 할 필요성에 따라 평생에 걸쳐 경험한 조리법을 말년에 집필하였다. 그리고 여성들이 쉽게 읽고 습득할 수 있도록 한문이 아닌 한글로 필사하였고, 짧고 간명한 문체로 조리법을 기술하였다. 나아가 그들의 조리법에는 생명에 대한 존중과 공경의 정신이 담겨있다. 두 텍스트에는 다양한 경험과 지식을 전승하는 자료집의 차원에서 머무르는 것이 아니라 여성으로서 생명을 살리는 마음이 깃

22) 위의 책, 207-208 참조.

들어 있는 것이다. 곧 살림의 마음이 조리서를 집필하게 된 내적동기이다. 지금부터 두 텍스트에 담긴 살림의 의미를 살펴보도록 하자.

### 1) 장계향의 성리학적 살림

장계향의 삶에서 ‘경’이 어떤 의미가 되는지 그의 일상을 통해 알아보도록 하자. 다시 말해 가족과 친지 나아가 주변사람들과의 관계에서 그는 어떠한 점을 중심으로 사유하고 행동했는지를 살펴보려고 한다. 그에게 있어서 딸이자 아내이자 그리고 엄마의 역할 가운데 지경의 실천은 바로 생명을 살리는 살림이라고 말할 수 있다. 그녀의 ‘경’사유에 근거한 지경의 실천으로서 살림은 우선 건강을 보살피는 것이다. 아래는 아들 이휘일에게 보내는 편지글 가운데 일부이다.

네가 물을 많이 마시면서 몸이 매우 야위어졌다는 말을 들으니 그 근심을 말할 수가 있겠느냐. 너는 부모가 너를 생각하는 마음으로써 너의 마음을 삼고서 마음과 정신을 편안하게 가지고서 병을 조심(調攝)해야 한다. 부모가 마음으로 기뻐하게 되면 네가 효자가 되는 것이니, 학문에 힘써서 천하의 큰 재간(才幹)을 이루어야만 한다.<sup>23)</sup>

그는 아들의 조갈증을 걱정하며 편지를 썼다. 그 내용은 아들 이휘일의 병을 염려하여 물을 많이 마시지 못하도록 경계하고 있다. 그리고 효의 시작이 몸을 상하게 하지 않는 것임을 강조한다. 이를 위해 우선 몸을 공경하여 신체의 온전하게 만들어야 할 것이며, 온전할 때 비로소 정제엄숙한 태도로 학문에 매진할 수 있다고 한다. 그는 자신의 몸에 대한 공경이 곧 가족에 대한 공경임을 말하고 있다. 부부관계에 있어서도 그는 몸소 ‘경’을 실천하였다. 아들 이현일이 어머니를 회상하며 “선군자(先君子)를 받들어 섬기면서 근 60년 동안 서로가 손님을 대접하듯이 공경하였으며, 모든 일을 반드시 남편에게 먼저 말하여 답을 받아서 실행하였다.”<sup>24)</sup>라고 말하였다. 이렇듯 장계향은 부부관계에 있어서도 서

23) 이재호 옮김, 『(國譯)貞夫人 安東張氏 實紀』, 19쪽.

24) 위의 책, 25쪽.

로에 대한 공경을 실천하였고, 이는 부모를 봉양하는 점에서도 드러난다. 그는 친정어머니가 질병으로 여러 해 동안 낫지 않고 고통스러워하자 직접 밤낮으로 모시면서 친히 음식을 봉양하며 간병을 하였다고 한다.<sup>25)</sup> 그의 가족에 대한 공경은 나아가 타인의 몸에 대한 공경과 존중으로 확장된다.

어린 여종을 돌보아 주기를 마치 자기의 딸처럼 하여, 그들에게 질병이 생기게 되면 반드시 그들을 위하여 음식을 먹여 주고 간호하여 온전히 편안함을 얻도록 하였으며, 그들이 과실과 나쁜 일을 저지르게 되면 조용히 가르치고 타일러서 그들로 하여금 모두가 감화하여 복종하도록 했으므로, 남의 집 종들도 이런 일을 듣고서는 모두가 부인 집의 종이 되어 심부름하기를 원하지 않는 자가 없었다. 부인께서 가는 곳마다 어려서 부모를 잃은 아이와 늙어서 자녀가 없는 사람과 늙어서 아내가 없는 사람과 늙어서 남편이 없는 사람과 늙어서 의지할 곳이 없는 사람이 있으면, 불쌍히 여겨 구휼하고 도와주기를, 마치 남이 알지 못하는 자신의 근심처럼 여기고는 자신의 가난하고 곤궁한 이유로써 게을리 하는 일이 없었다.<sup>26)</sup>

자식으로서 ‘경’은 부모로부터 받은 몸의 공경으로부터 시작하며, 이는 가족에 대한 공경으로 이어진다. 나아가 그는 계층과 남녀 그리고 노소를 초월한 모든 인간의 공경을 공경하였다. 위의 내용처럼 그는 어린 여종을 딸처럼 생각하여, 사랑으로 훈육하며 스스로 바른 몸가짐과 행동을 하도록 이끌어 주었다. 뿐만 아니라 질병이 생기면 그가 직접 여종을 먹이고 간호하며 건강을 되찾도록 해주었다. 그리고 가는 곳마다 어렵고 힘든 사람들이 있으면 남녀노소 신분에 관계없이 그들을 구휼하며, 그들의 아픔을 자신의 아픔으로 여겼다. 이 밖에도 현재 장계향이 살았던 두들 마을에 고목인 도토리나무가 있는데, 이 도토리를 이용하여 장계향이 굶주림에 지친 사람들을 위해 죽을 만들어 먹였다는 일화가 전해진다.<sup>27)</sup> 이렇듯 몸과 마음을 다해 그들의 생명과 안위를 돕는 것은 모두

25) 위의 책, 25쪽.

26) 위의 책, 25-26쪽.

27) 김춘희, 「張桂香의 여중군자상과 군자교육관에 관한 연구」, 계명대학교 박사학위논문, 2012, 46쪽 참조.

‘경’의 실천으로 볼 수 있다. 다시 말해 나로부터 시작해서 가족으로 나아가 모든 인간에 대한 공경의 마음은 바로 배려와 보살핌으로 구현된 것이다. 그의 아버지 경당도 고성에서 노비가 죽었는데, 그 아들이 시신을 싣고 경당의 집에 이르니 이를 본 경당이 그 슬픔을 이길 수 없어서 직접 그 시신을 맞이한 일화가 있다.<sup>28)</sup> 이처럼 ‘경’의 실천은 자신에게만 국한된 것이 아니라 타인에 대한 공경으로 확장된다. 경당도 모든 인간에 대한 배려와 보살핌의 마음을 지경의 실천으로 보았던 것이다.

이렇듯 장계항의 ‘경’ 실천은 생명을 살리는 살림의 정신이며, 그녀가 『음식디미방』을 집필하게 된 직접적인 원인이다. 그는 생전에 글을 쓰는 것은 여자의 일이 아니라고 생각하고 절필하다가, 말년에 『음식디미방』을 집필하게 된다. 그가 노쇠한 몸으로 조리서의 집필을 강행한 이유는 무엇일까?

우선 책의 제목의 의미를 통해 알아보도록 하자. 『음식디미방』에서 ‘디미’가 어떤 한자음이었는지에 관한 초기 연구는 『음식디미방』을 ‘음식지미방(飮食地味方)’으로 적어 ‘디미’가 ‘지미(地味)’를 표기한 것으로 보았다. ‘지(知)’의 고음인 ‘디’로 발음됨에 따라 ‘디미’에는 ‘지미’가 적합하다는 견해가 설득력을 지니면서, 『음식디미방』은 ‘좋은 음식 맛을 내는 방문(方文)’으로 풀이되었다.<sup>29)</sup> 또한 최근에는 ‘디미’를 『중용(中庸)』에 등장하는 ‘지미’로 해석하기도 한다. 즉 『중용』의 “사람이 마시고 먹지 않음이 없지만, (그 중에) 맛을 아는 이가 드물다(人莫不欲飮食也, 鮮能知味也.)”에 나오는 ‘지미(知味)’를 우리말 고어표기로 살펴보면, 구개음화 현상이 일어나기 전의 표기라는 것이다. 따라서 ‘디미’는 맛의 완벽한 조화의 의미로 운용된다.<sup>30)</sup> 이처럼 ‘디미’의 의미는 좋은 음식의 맛과 완벽하게 조화를 이룬 맛인 두 가지로 귀결된다. 본고에서는 전자의 의미로 하여 『음식디미방』을 ‘맛의 조화를 이루는 방법에 관한 글’이라고 보고자 한다.

이 책을 집필하게 된 이유에 관하여, 그는 다음과 같이 말한다.

이 책을 이렇게 눈이 어두운데 간신히 썼으니, 이 뜻을 알아 이대로 시행

28) 장흥효, 강정서, 김영옥 외 옮김, 『경당일기』, 도서출판 판, 2012, 201쪽 참조.

29) 백두현, 「음식디미방 규곤시의방의 내용과 구성에 관한 연구」 『嶺南學』 창간호, 2000, 258쪽 참조.

30) 김춘희, 「張桂香의 여중군자상과 군자교육관에 관한 연구」, 45쪽 참조.

하고 딸자식들은 각각 베껴 가되, 이 책을 가져 갈 생각일랑 절대로 내지 말며, 부디 상하지 않게 간수하여 빨리 떨어져 버리지 말게 하여라.<sup>31)</sup>

인용문은 책의 뒷편에 그녀가 직접 필사한 것으로, 고령의 나이에 불편한 몸을 이끌고 집필한 이유를 밝혔다. 그는 딸과 며느리들에게 자신이 평생토록 실천하고 경험한 146가지의 조리법을 전해주려 기록하였던 것이다. 그는 자신의 조리법이 자손 대대로 이어지고, 집안이 잘 다스려 지는 데에 도움이 되길 바랐다. 그는 어머니이자 종부로서 ‘봉제사 접빈객(奉祭祀接賓客)’의 유교 전통을 평생토록 수행하였다. 잔치와 상례의 접빈객 등을 대접하는 일에서 음식은 중요한 역할을 한다. 그는 수십 년 동안 온갖 시행착오를 겪고 터득하게 된 조리법을 후손에게 전해주고 싶었다. 다시 말해 조리법을 전수할 수 있는 방법으로 그는 글쓰기를 선택하였던 것이다. 마지막으로 그가 원본을 베껴가지도 남에게 보여주지도 말라는 당부의 말에서, 이 책을 통해 오랫동안 여성들의 수고로움을 덜어주길 바라는 마음을 알 수 있다.

이상으로 장계향의 성리학적 살림은 ‘경’의 실천으로 나타났다. 그는 자신의 몸을 공경하는 것으로부터 ‘경’의 시작으로 보았다. 이에 따라 자신의 몸을 공경하는 것은 가족으로 이어지고 나아가 모든 생명을 공경하는 행위로 확장된다. 그리고 여성으로서 ‘경’을 실천하는 방법은 바로 생명을 살리는 살림으로 구현된다. 이러한 살림의 정신으로 그 동안 경험한 조리법을 집필한 텍스트가 『음식디미방』이다. 다시 말해 그의 『음식디미방』에는 ‘경’의 사유가 고스란히 깃들여 있다.

## 2) 이빙허각의 실학적 살림

이빙허각의 『규합총서』에서 ‘규합’은 집안에서 여자들이 거처하는 곳을 말한다. 즉 『규합총서』는 여성의 일상공간에서 반드시 필요한 지식을 기록한 것으로, 여성의 실용적인 생활을 위한 것이다. 아래는 책 서문의 일부분이다.

문득 생각하니 옛사람이 말하기를 총명이 무딘 글만 못하다 하니 그러므

31) 백두현, 『음식디미방 주해』, 글누림, 2003, 13쪽 재인용.

로 적어 두지 않으면 어찌 잇을 때를 대비하여 일에 도움이 되리오. 그래서 모든 글을 보고 그 가장 요긴한 말을 가려 적고, 혹 따로 자기의 소견을 덧붙여 유취 다섯 편을 만드니, …… 무릇 각각 조항을 널리 적기에 힘써 밝고 자세하고 분명케 하고자 하였으므로, 한번 책을 열면 가히 알아보아 행하게 하고, 그 인용한 책이름을 각각 작은 글씨로 모든 조항아래 나타내고, 혹시 자기 소견이 있으면 신증이라 썼다. 이미 글이 이루어짐에 한데 통틀어 이름 짓기를 규합총서라 하니 무릇 부인의 하는 일이 안방 밖을 나지 아니하므로, 비록 예와 이젯일을 통하는 식견과 남보다 나은 재주가 있더라도 혹 문자로 표현하여 남에게 보고 듣게 하려 함은, 아름다움을 속에 품어 간직하는 이의 도리가 아니다.<sup>32)</sup>

위의 내용은 『규합총서』의 서문 가운데 일부이다. 장계향과 마찬가지로 이빙허각도 일상생활에서 몸소 경험했던 모든 사항을 전수해주고자 집필을 시작하였다. 텍스트의 목차는 간략하고 일목요연하게 구성하였고, 각 조항마다 꼭 필요한 내용만 수록하였다. 그는 책을 읽고 요약한 내용을 기록한 것이 아니라 실제 기록을 다시 실험하는 과정에서 요긴한 내용만을 실었던 것이다. 다시 말해 텍스트의 내용은 여러 자료를 대조하여 분석한 것이며, 실험과 검토를 통해 이론과 실제가 부합되는 내용만 실은 것이다. 『규합총서』처럼 생활전반에 관한 백과사전식 텍스트는 실학적 박학의 방법에 의거한다. 당시 실학자들이 성리학적 경학관을 극복하고자 제창한 정신으로 박학과 훈고학적 실증정신이 있다.<sup>33)</sup> 『규합총서』에는 이와 같은 정신이 잘 드러난다. 생활전반에 관한 지식을 담은 총서는 박학에 해당하고, 여러 텍스트를 분석하고 실험하는 태도는 실증정신이다. 그는 이러한 과정에서 자신이 입증한 내용일 경우 ‘신증’이라 표기하였고, 다른 문헌을 참고 하였을 경우 그 출처를 기록하였다.

당시 조선사회에서 여러 문헌과 자신의 경험을 기록하여 저술하는 작업은 남성의 전유물이었다. 인용문에서 알 수 있듯이 그는 식견이 남보다 뛰어나더라도 마음속에 간직하는 것을 여성의 미덕이라 말하였다. 그럼에도 불구하고 집필

32) 정양완 역주, 『閨閣叢書』, 1-2쪽.

33) 윤사순, 『실학의 철학적 특징』, 나남, 2008, 74쪽 참조.

을 하게 된 이유는 무엇일까?

나의 어둡고 어리석음으로 어찌 스스로 감히 글로 표현하는 방법을 생각 하리오 마는 이 책이 비록 많으나, 그 귀결점을 구한 즉 이것들이 다 건강에 주의하는 첫 일이요. 집안을 다스리는 중요한 법이라 진실로 일용에 없지 못할 것이요, 부녀의 마땅히 연구할 바다. 그러므로 마침내 이로써 서를 삼아 집안의 딸과 며느라기들에게 준다.<sup>34)</sup>

이빙허각은 자신의 저술에 대해 일상생활에 반드시 필요한 사항을 기록한 것이며, 이는 여성의 역할 수행 가운데 마땅히 연구해야 할 것이라 하였다. 당시 여성의 역할은 삶의 가장 기본적 토대인 의식주생활을 운용하는 것에 근거한다. 이러한 점으로부터 가족의 건강과 집안을 다스리는 중요한 법 즉 생명을 살리는 실천은 여성의 책임으로 주어졌다. 따라서 『규합총서』는 여성 독자를 위해 저술되었고, 그 안에는 생명을 살리는 살림 정신을 담겨있다. 여기서 살림은 생명을 살리고 나아가 세상에 대한 보살핌을 실천하는 영역이다. 그는 평생을 실천한 살림의 방법을 다음세대의 여성에게 전해주어, 그들의 삶에 유용하게 쓰여지길 바랐다.

앞서 언급하였듯이 살림은 일체의 생명을 살리는 모든 행위를 의미한다. 이는 살림을 대표하는 음식을 만드는 일 뿐만 아니라 음식을 어떻게 섭취하는지도 살림의 범주에 속하는 것이다. 『규합총서』 「주사의」 편에는 음식을 섭취하는 주체의 측면에서 살림에 관한 논의를 언급하고 있다.

첫째는 힘들음의 다소를 헤아리고 저것이 어디서 왔는가 생각하여 보라  
이 음식이 갈고 심고 거두고 찼고 까불고 지진 후에 공이 많이 든 것이다.  
하물며 산 짐승을 잡고 베어 내어 맛있게 하려니 한 사람이 먹는 것이 열 사람의 애쓴 것이다. 집에서 먹어도 부조의 심력으로 경영한 바요. 비록 비재물이나 또한 여경을 이어 벼슬하여 백성의 고혈을 먹는 것이니, 크게 가히 말할 것이 못된다.

34) 정양완 역주, 『閨閣叢書』, 2쪽.

둘째 대덕을 헤아려 섬기기를 다할 것이다.

처음은 아버이를 섬기고, 버금으로 임금을 섬기고 나중은 입신하는 것이 세가지가 온전한 즉 섬기는 것이 응당하고 만일 이 세가지가 없으면 마땅히 부끄러운 줄 알아, 맛을 극진히 말아야 할 것이다.

셋째 마음에 과하고 탐내는 것을 막아 법을 삼아라

마음을 다스리고 성을 길러야 하니 먼저 세 가지와 또 한가지를 막을 것이니, 좋은 음식은 참을 내고 맛있는 음식은 쟁그리고 종일 먹어도 음식이 그 생겨난 바를 알지 못한 즉 어리석으니 덕 있는 선비는 배불리 먹을 타령을 말아 허물이 없게 하라.

넷째 좋은 약으로 알아 형상의 괴로운 것을 고치게 하라

다섯 가지 곡식과 다섯 가지 나물이 사람을 기르니 어육으로는 늙은 아버이를 받들여라 얼굴이 비쩍 마른 사람은 기갈의 병이 된 것이다. 사백사병은 각벽이 된 까닭이니 그런고로 음식으로 의약을 삼아 나날이 좀 부티는 듯하게 먹어야 하니 이러므로 죽한 줄을 아는 자는 저릉 들면 늘 약을 먹는 것 같이 생각하라.

다섯째 도업을 이루어 놓고서야 이 음식을 받아먹을 것

군자는 먹는 사이에 어진 마음을 어기는 일이 없으니, 저 군자는 한갓 아무 공덕도 없이 나라의 녹을 먹지 않는다 하니 이를 이름이다.<sup>35)</sup>

인용문의 제목은 “사대부 음식 먹을 때 다섯가지를 보라”이다. 첫 번째로 그는 음식이 만들어지는 수고로운 과정을 설명하면서 음식을 대하는 자세를 논의한다. 하나의 음식은 재료를 다듬고 씻고 양념하고 조리하는 등의 여러 가지 과정을 거쳐야만 한다. 이렇게 식사에 올라간 음식에 들어간 수고와 노력은 적지 않으며, 이는 전적으로 여성의 일상이자 일이었다. 그는 제조과정을 중심으로 음식의 의미를 강조하며, 이를 통해 음식에 대한 감사의 마음을 갖도록 독려하고 있다. 두 번째는 음식을 먹는 주체의 삶을 말한다. 인간은 부모를 섬기고 임금을 섬긴 후 사회에 진출한다. 이 세 가지를 온전히 지켰을 때 그제야 음식의 맛을 알 수 있다고 하였다. 사회에서 인간으로서의 도리를 이행하였을 때, 비로

35) 위의 책, 7-8쪽.

소 음식의 맛도 온전히 알 수 있음을 말하고 있다. 세 번째는 음식의 본래 성질을 알고 먹어야하는데, 그것을 모르고 음식을 탐하는 자들을 경계한 말이다. 이는 음식의 본질에 대해 알고, 그 의미를 생각하여야 한다는 점을 시사하고 있다. 네 번째는 음식에 대한 양생의 측면에서, 음식을 통한 병의 치유를 말한다. 음식으로 몸을 보양할 뿐만 아니라 치료까지 되는 약이 되는 음식을 말하고 있다. 다섯 번째는 음식을 먹을 만한 자격을 갖추었는지, 주체의 반성을 『논어(論語)』 「리인(里仁)」의 “군자는 밥 먹는 동안이라도 인을 어기는 일이 없다.(君子無終食之間 違仁)”라는 구절을 들어 논의하고 있다. 그는 고전을 인용하여, 음식에 대한 인문학적 논의를 전개한다. 이러한 점은 경전을 실생활에 적용한 예로 볼 수 있으며, 『규합총서』의 대표적인 특징 가운데 하나이다.

위의 다섯 가지 항목에 함의된 살림은 음식에 깃든 정성과 수고의 마음을 아는 것에서부터 시작한다. 이렇게 음식을 대하는 올바른 자세로부터 시작하여 올바르게 먹는 과정을 통해 심신의 변화와 더불어 삶의 변화까지 일어남을 설명하였다. 따라서 음식을 만드는 행위는 단순한 노동이 아닌 생명의 유지, 연장 및 치료까지 인간의 생명과 직접적인 연관이 있다. 즉 살림의 의미가 가정생활의 유지·관리의 측면에만 있는 것이 아니다.

더불어 그는 음식을 먹는 주체의 측면에서 살림의 방법을 다양하게 제시한다. 이를 테면 먹지 말아야 할 것, 술 마시고 먹어서는 안 될 것, 술이 깨고 취하지 않는 법, 술 끊는 방문 등을 상세하게 기록하였다.

이상으로 살펴본 두 텍스트는 음식을 조리하는 방법을 나열한 단순한 조리서가 아니며, 그들에게 음식은 몸과 마음을 다해 생명을 살리는 실천이었다. 이처럼 조리서에 깃든 살림 정신은 음식을 만드는 주체 뿐만이 아니라 음식을 대하는 주체에게도 요구되는 가치이다.

### Ⅲ. 조리서로 본 여성의 살림정신

#### 1. 『음식디미방』에 나타난 살림

앞 장에서 장계향의 삶에 모든 시공간은 ‘경’의 영역에서 통찰하였음을 논의하였다. 이와 관련된 여러 자료들을 토대로 ‘경’의 실천을 살펴보고, 이를 통해 조리서의 저술 동기가 살림의 정신에 근거하였음을 알 수 있었다. 본 절에서는 『음식디미방』에 나타난 살림의 의미를 음식의 활용과 조리 방법을 중심으로 살펴보고자 한다.<sup>36)</sup>

『음식디미방』에 등장하는 주식으로는 밥과 죽 대신 국수와 만두류가 적혀있다. 이는 당시 국수와 만두가 잔치나 제사에 많이 올라가는 음식 가운데 하나였기 때문이다. 다시 말해 빈객에게 대접하는 대표적인 음식 가운데 국수와 만두가 있다. 특히 만두는 빈객에게 대접하는 귀한 음식 가운데 하나로, 이 책에서는 네 가지 만두 만드는 법이 소개되었다.<sup>37)</sup> 본고에서는 국수의 조리과정을 살펴보고자 하겠다.

이삼월에 녹두를 갈되 온 난알과 뉘가 없도록 갈아라. 어스름에 정화수를 길어다가 담그되, 담근 것을 덮어 놓으면 녹두가 쉬어 버리니 그냥 물에 담기게 담가 두어라. 이튿날 새벽, 우물에 가서 (녹두를) 씻어 급히 (물을) 갈아 해가 뜨거워지기 전에 무명 주머니에 (넣어) 잇꽃 물을 내듯 쳐내어, 찬물을 많이 부어 아주 녹녹하게 하여 두레박 모양의 질그릇에 (넣어) 가라앉혀라. 이튿날 아침에 옷물을 퍼내 버리고, 가라앉은 흰 가루 위에 종이를 깔고 그 위에 재를 깔아라, 그 물이 다 재에 배거든 재를 걷어 내고 손가락으로 긁어 채반에 식지를 깔고 (그 위에) 넣어 티가 들어가지 않도록 말려서 넣어 두어라.<sup>38)</sup>

그는 2,3월의 녹두만을 사용하여 녹두가루 만들었다. 그 과정은 우선 녹두를 곱게 갈아야 하며, 물은 어스름한 때에 떠온 정화수만을 사용하여야 한다. 그는 이 정화수에 담근 녹두에는 어떠한 것도 덮지 말도록 말하였다. 만약 덮개를 씌우면 녹두가 상할 수 있기 때문이다. 다음날 새벽에 녹두를 씻어 물을 다시 갈

36) 본 절의 내용은 논자의 선행연구인 「장계향(張桂香)의 『음식디미방』과 유교여성 살림의 철학」(『퇴계학과 유교문화』, 제54집, 2014)의 일부분을 참고하였다.

37) 이숙인, 김미영, 김종덕, 주영하, 정혜경 『선비의 멋 규방의 맛』, 86-87쪽 참조.

38) 백두현, 『음식디미방 주해』, 62쪽.

아주고 다시 찬물을 붓고 다음날 또 옷물을 퍼내고 가라앉은 재를 제거한 후에 야 비로소 건조하는 과정에 들어간다. 국수를 만들기 위해 녹두를 갈아 씻고 건조하는 등의 일련의 과정은 몇 일 동안 이어진다. 이처럼 국수의 재료 하나를 만드는 과정에서도 (만드는) 주체의 많은 시간과 노력이 요구된다. 그의 상세한 설명은 바로 조리의 전 과정을 전일한 태도로 집중하도록 유도하고 있다.

또한 실제 경험을 토대로 조리법을 제시했기 때문에 조리하는 상황에 따라 유동적으로 만들 수 있는 방법을 제시할 수 있다. 이를 테면 그는 만두소를 만드는 방법을 두 가지로 제시하였다. “여름에 바쁘면 껍질 벗긴 팔을 쩌 어레미로 쳐 끝에 반죽하여 넣는다. 바쁘지 않을 경우 붉은 팔을 죽 쬐는 팔같이 으깨어 숯불에 솔뚜껑을 놓아 볶고 마르거든 쪼어 체로 쳐 끝에 눅게 말아 넣으면 여러 날이라도 쉬지 않는다.”<sup>39)</sup> 팔은 성질상 온도에 따라 쉽게 변질되므로, 여름에 만두소를 만들 경우 쉽게 상하지 않는 방법을 적었다. 그리고 만드는 사람의 상황이 급한 경우와 여유가 있는 경우로 분류하여 각각 다르게 만드는 법을 기록하였다. 이렇듯 같은 조리에도 만드는 주체의 상황에 따라 다르게 기록한 것은 여러 상황을 직접 경험한 점에 근거한다.

같은 재료의 다양한 조리법을 제시한 점과는 달리 육류에 관한 조리법에는 일관된 방법을 제시하였다.

닭고기 꿩고기 구울 때: 물을 먼저 많이 바르고 기름장에 발라 구우면 좋다.<sup>40)</sup>

쇠고기 삶는 법: 센불로 달여 (물이)솟구치면 천천히 (쇠고기를) 넣어 약한 불로 달이되 뚜껑은 덮지 마라. 만일 잘못해서 덮으면 독이 있게 된다. 늙어서 질긴 고기인 경우에는 부순 살구씨와 갈잎 한 줌을 한데 넣어 삶으면 빨리 무르고 연해지느니라.<sup>41)</sup>

질긴 고기 삶는 법: 무릇 쇠고기나 늙은 닭이나 어느 것이라도 이스랏나무를 고기와 한데 넣고 뽕나무로 불을 때어 삶으면 무르고 연하다. 뽕나무잎 스무개와, 껍질을 벗기고 부리를 자른 살구씨 대여섯 개를 한데 넣어 삶으면 비

39) 위의 책, 77쪽.

40) 위의 책, 225쪽.

41) 위의 책, 162쪽.

록 독한 고기라도 해가 없다.<sup>42)</sup>

고기류의 조리법은 우선 물로 고기를 데치거나 삶는 과정을 거쳐야만 한다. 특히 그는 고기의 종류와 그 상태에 따라 각각 다르게 조리하는데, 이는 종종 육류의 잘못된 섭취가 몸을 상하게 하기 때문으로 보인다. 그는 닭고기나 꿩고기의 경우 데친 후 기름장에 굽는 방법을 적었고, 소고기를 삶을 때에는 화력을 잘 조절할 것을 당부했다. 또한 제때에 사용하지 못해 고기가 질겨진 경우, 뽕나무 잎과 껌질을 벗긴 살구씨를 넣고 삶으면 고기의 부드러운 식감을 느낄 수 있다고 하였다. 이처럼 재료와 조리하는 주체의 상황에 따라 달라지는 조리법에는 모두 좋은 맛 즉 ‘디미’를 위한 노력이 숨어있다. 책에 기술된 상세하고 자세한 조리의 과정에는 장계향의 음식에 대한 생각과 고민이 담겨있다. 이렇게 완성된 음식에 관하여 그는 다음과 같은 표현을 적어놓았다. 이를 보면 “맛이 좋다” 혹은 “아주 맛이 좋다”라는 표현이 종종 등장한다. 여기서 맛은 자극적이고 감각적인 맛을 의미하지 않는다. 조리의 과정을 보면, 그에게 맛은 신선한 재료를 적절한 조리과정을 통해 재료 본연의 맛을 살려내는 것이다. 다시 말해 주재료와 부재료의 배합과 계절과 체질에 따른 조리방법은 재료 본연의 풍미를 더해준다. 이러한 이유로 ‘디미’는 미각의 범주에 국한되지 않고, 맛의 조화가 조화로운 생명의 유지로 확장된다. 이렇듯 생명을 살리는 조화로운 맛이 바로 ‘디미’이다.<sup>43)</sup>

술이 익거든 공복에 먹으면, 풍병과 (뼈마디가) 시끈거리고 저리며 참기 어려운 증세를 고친다. 그뿐 아니라 옛 사람 이유공과 도맹작이란 사람이 평생을 장복하여 나이 삼백을 살았고 아들 설혼을 낳았다. 지금 사람들은 병이 있고 명이 짧으니 모든 일을 다 버리고 (만사 제쳐두고) 먹으라.”<sup>44)</sup>

위 내용은 오가피주에 관한 조리법 중에 일부이다. 오가피의 효능으로 뼈와 힘줄을 튼튼하게 하는 작용이 있다. 그는 오가피를 공복에 먹으면 풍과 관절 통

42) 위의 책, 208쪽.

43) 이난수, 「장계향(張桂香)의 『음식디미방』과 유교여성 살림의 철학」, 157쪽 참조.

44) 백두현, 『음식디미방 주해』, 410쪽.

증에 효과가 있다고 말한다. 이를 입증하기 위해 전해오는 이야기를 근거로 증상이 있는 사람은 만사를 제쳐두고 먹어야 한다고 하였다. 이렇게 말한 이유는 음식을 통해 병을 치유할 수 있다는 생각에서 비롯된 것이다. 그의 먹는 행위가 곧 치료가 된다는 생각은 재료의 향약(鄕藥)적 효과 뿐만 아니라 조리하는 주체의 역할을 강조한 것이다. 장계향이 평생토록 실천했던 조리법은 생명을 살리는 살림의 정신이다. 몸과 마음을 다해 음식을 조리하는 것은 살림의 실천으로, ‘경’과 다를 바 없다.<sup>45)</sup>

정월 첫 오일(午日)에 새벽 정화수를 여덟 동이 길러 독에 부어라. (정화수에) 누룩가루 다섯 되 밀가루 서 되를 풀고, 멥쌀 다섯 말을 깨끗이 씻어 가루 내어 익도록 찌서 식혀 넣어라. 둘째 오일에 멥쌀 다섯 말을 깨끗이 씻어 가루를 내어 익도록 찌서 식혀 넣어라. 셋째 오일에 멥쌀 다섯 말을 깨끗이 씻어 아시로 한 번 찌다가 다시 찌 후 식혀서 넣었다가 (술이)익거든 써라. 무릇 술이 좋기는(술맛을 좋게 하려면) 쌀을 희게 삶고 씻기를 부디 여러 번 하여 깨끗이 하고 찌 후에, 밤 동안 재워 더운 기운이 없게 하여 넣고, 독 밑에 두터운 나무판을 받쳐 놓아라. 물을 알맞게 넣고 누룩이 좋으면 술이 잘못되는 때가 없고, 이 법을 어기면 (술맛이)좋을 리가 없다.<sup>46)</sup>

인용문은 삼오주(三午酒)를 담는 조리법에 관한 내용이다. 삼오주는 술을 만드는 기간이 세 번의 오일(午日)을 거쳐서 주조된다. 우선 정월달 오일 새벽에 일어난 정화수 8동이를 길러서 독에 붓는다. 정화수에 누룩가루와 밀가루를 풀고, 가루 내어 찌 멥쌀 5섯 말을 함께 넣는다. 그리고 두 번째 오일이 되면 다시 가루 내어 찌 멥쌀 5섯 말을 넣는다. 마지막 오일에도 같은 방법으로 멥쌀을 넣는다. 이렇듯 술을 담그는 과정은 오랜 시간과 정성을 필요로 한다. 이러한 과정 이외에 술맛을 좋게 하는 방법으로 여러 번 깨끗하게 씻은 쌀을 찌서 밤 동안에 더운 기운을 없애야 한다고 하였다. 그리고 물을 알맞게 넣고 좋은 누룩을 쓴다면 술의 맛이 좋을 것이라 한다. 그는 이렇게 빚어낸 술은 맛이 없을 수 없

45) 이난수, 「장계향(張桂香)의 『음식디미방』과 유교여성 살림의 철학」, 158쪽 참조.

46) 백두현, 『음식디미방 주해』, 329쪽.

다고 강조하였다. 위의 예문을 통해 맛이 좋은 음식에는 좋은 식재료의 선택과 더불어 정성스러운 조리의 과정이 있어야 함을 알 수 있다. 이를 테면 식초를 담은 과정을 보면, “아주 잘 걸러 칠월 초하룻날 좋은 쌀 한말을 불려라. 샘물을 남이 길러 가지 아니한 새벽에 가서 한 동이 길러서 (동이 물에)그림자가 비치지 않도록 (뚜껑을) 덮어 두었다가, 낮잠 되거든 밥을 찌라.<sup>47)</sup>”라고 쓰여 있다. 우선 좋은 쌀을 좋은 시기에 불려 놓는데, 여기에서 초를 담그는 물이 중요하다. 그는 누구도 물을 긴지 않은 이른 새벽의 물을 길러와 물에 그림자가 비치지 않도록 덮어놓는다고 하였다. 이른 새벽에 정갈한 물을 길러오는 것은 술을 만드는 사람까지 경건하게 만든다. 직접 이렇게 물을 길러 술과 초를 빚었던 그의 행동은 정제 엄숙하게 살았던 평소의 삶을 반영한 것이다. 이처럼 조리의 과정은 재료에 대한 공경으로부터 시작하여 인간에 대한 공경으로 나아간다.<sup>48)</sup> 이 때문에 『음식디미방』은 단순한 조리서를 넘어 ‘경’이 실현된 장으로 볼 수 있다. 조리서에 나타난 식재료의 선택과 조리의 과정에서 면면히 배여 있는 공경의 정신이 바로 장계향의 ‘경’의 실천에 다름 아닌 것이다.

## 2. 『규합총서(閩閩叢書)』 「주사의(酒食議)」에 나타난 살림

이빙허각의 실학적 세계관의 학문적·사상적 배경은 가학의 도움과 영향으로 가능했으며, 『규합총서』에는 그의 실학정신이 고스란히 담겨있다. 그는 여러 문헌과 자료를 대조하며 분석하는 등의 고증의 과정을 거쳐 저술을 완성하였다. 따라서 그를 여성 실학자로 보는 데에는 이의가 없을 것이다.<sup>49)</sup> 이를 토대로 본 절에서는 『규합총서』 「주사의」의 조리법에 드러나는 살림을 살펴보고자 한다.

「주사의」편에 제시된 조리법은 재료의 역사, 문헌, 경전, 시 등의 음식에 관한 역사와 문화적 지식이 실려 있다. 그가 기술한 조리법은 음식 만드는 일에 그치는 것이 아니라 음식을 통해 고전의 함양을 독려한 것으로 볼 수 있다.

47) 위의 책, 427쪽.

48) 이난수, 「장계향(張桂香)의 『음식디미방』과 유교여성 살림의 철학」, 159쪽 참조.

49) 이혜순, 『조선후기여성지성사』, 193쪽 참조.

큰 붕어를 원이로 비늘 거스려 칼로 등마루를 찢어 속을 내고, 어만두처럼 만들어 뱃속에 넣고 좋은 두 술을 넣는다. 고기 입 가운데 백반 조그만 조각을 넣어라. 녹말을 생선 배에 구멍 난데 문혀 실로 동여 노구에 물을 자그마치 부어 기름장에 몽근한 불로 끓이되, 밀가루 계란을 풀라

산해경에 이르기를 붕어가 물에 다닐 제, 하나는 앞서고 들은 뒤세우는 고로 일명 비첩이오 혹 청의어라 하나, 본초에 이르기를 못생선이 다 화에 속하되, (오직) 죽어가 토에 속하는 고로 비위를 고르고 장위를 실하게 함이 있다 하니, 여씨춘추에 이르기를 생선 중 아름다운 것은 통정집부라 하였다.<sup>50)</sup>

붕어찜에 관한 조리법으로, 붕어의 비늘을 제거하는 방법부터 기술한다. 내용을 보면 상세한 조리방법과 더불어 고전에 나타나는 붕어에 관한 상식이 들어갔다. 『산해경』에 수록된 붕어의 이름에서부터 『본초강목』에 나타난 붕어에 대한 한의학적 논의까지 다양하게 서술하였다. 특히 붕어가 오장 가운데 비위와 장에 좋다는 것을 첨부함으로써, 조리법을 통한 양생의 의의까지 더하였다. 『규합총서』에 실린 방대한 자료는 하나같이 이빙허각의 분석에 의해 선별된 것으로, 이러한 점을 아래의 예문을 통해 살펴보자.

큰 계를 삼 껍질로 싸서 항아리에 넣어 더운데 두었다가 거품을 다 토하거든 내어라. …… 이법이 본방에 있되, 흔히 세상에 없는 법이기에 썼으나 시험치 못하여서 과연 그 맛이 좋은지를 꼭 알 수는 없다. (빙(氷))

○ 양정수 조해시가 있으니 가로되

물과 바다에 빛기 다녀 물결에 꽃이 나니

지게미에 담근 계젓을 들고 친구를 불러 술집에 이르로다.

우유조각이 집계발에 가득하여 옥인양 엉기었고,

금이 무르녹아 배에 솟으니 모래가 되지 않더라.<sup>51)</sup>

위의 내용은 술·초로 계젓 담그는 조리법의 일부이다. 조리방법에 관한 서

50) 정양완 역주, 『閨閣叢書』, 57쪽.

51) 위의 책, 66쪽.

술을 하고 마지막에 게겏이 등장하는 시를 실었다. 이 시는 중국 남송(南宋) 시대의 학자 양정수의 작품으로 맛있게 담근 싱싱한 게겏의 모습이 그려졌다. 식재료와 관련된 시를 첨부함으로써 재료가 요리로 탄생되는 모습이 마치 시 속의 요리와도 같게 느껴진다. 이렇듯 관련 문헌을 조리법에 수록한 것은 독자의 지식의 확장을 의도한 것으로 볼 수 있다. 그는 관련 문헌의 자료를 직접 조리하면서 의심되는 것 등의 문제점을 그대로 드러냈다. 인용문의 “시험치 못하여 과연 그 맛이 좋은지를 꼭 알 수 없다.”라는 부분처럼, 그는 문헌에 나온 지식의 옳고 그름을 자신의 경험에 의거해 판단하였다.

그는 조리의 과정에서 스스로 터득한 조리법을 기록할 적에는 ‘빙(氷)’이라는 부호를 적어놓았다. 예를 들어 연계찜 만드는 과정을 살펴보자.

연계찜 소냉기를 메추라기와 같이 하되, 생차조기 잎을 두드려 소에 섞어 넣어야 성미에 다 유익하다. 굽는 법은 연계를 튀하면 맛이 좋지 않으니 쪄듯하여야 좋고, 사각을 나누어 씻어 소금, 기름에 한참 재었다가 숯불에 놓아 슬쩍 구워지거든 두 번째 뜨거운 물을 받아 잠가 다시 쪄어라. 이렇게 세 번을 한 후 다시 기름장에 파 곱게 다지고 후추가루를 섞어 굽던 연계위에 발라 다시 익게 구워라. 빙(氷)<sup>52)</sup>

연계찜을 만드는 과정은 다소 복잡하다. 그는 연계에 넣을 소를 생차조기 잎을 사용하였다. 이 잎을 넣는 이유가 연계의 본래 맛에 유익하기 때문이다. 이는 비린내와 잡내를 제거하는 이빙허각만의 방법이다. 이러한 과정을 이후에 연계를 굽기까지는 세 번의 과정을 거쳐야 한다. 그는 연계를 양념에 재었다가 굽고는 다시 뜨거운 물에 담근다. 이와 같은 과정을 세 번 반복한 후에 곱게 기름장을 발라 다시 굽는다. 이 방법은 이빙허각이 터득한 조리법으로 비교적 조리의 방법을 자세히 서술하였다. 나아가 그는 기존의 조리법에 드러난 문제점을 지적하기도 하였다.

이 방문이 『본초·총서』에 실려 있었으나 시험해 본 사람이 없었다 우연

52) 위의 책, 81쪽.

히 장난삼아 만들어 보니 과연 그대로되 병에 유익한지는 알지 못하겠으나 그릇이 곱기가 꽃 잔보다 낫다. …… 잔속에 금박을 뿌리거나 주사를 몰어 개어 글씨를 외로 써 부어 넣어 빼면, 잔에 한 것이 유향배에 올라 박히나 다만 본방에 포도를 넣으면 푸르다 하였으되, 포도집을 시험하나 되지 아니하니 그 까닭을 알지 못하겠다. ……더운 것을 부으면 터지니 본방에 뜨거운 술을 부으라 한 것이 도모지 이해가 안 간다.<sup>53)</sup>

유향배를 만드는 조리법을 설명한 후, 그는 실제 조리과정을 통해 인용된 문헌에서 드러나는 문제점을 그대로 기술한다. 그는 실제로 조리해 보았으나 실패한 것과, 설불리 조리법대로 해서는 안 되는 것들을 구분하여 말하였다. 문헌의 지식의 옳고 그름을 직접 자신의 경험에 의거해 판단한다. 이를 테면 약밥에 관하여 “천락수로 밥을 지으면 붉은 쌀 희어지고, 흰쌀 붉어진다고 하였으되, 시험해본 즉 그대로 안 되더라.”<sup>54)</sup> 복어국 끓이는 조리법에서 “이 국이 식어도 비리지 않은 것이 이상한 노릇이다.”<sup>55)</sup> 등의 서술에서 그의 문헌에 대한 분석과 비판의 관점이 드러난다.

이러한 이병허각의 글쓰기는 단순한 조리법의 필사가 아닌 자신의 경험에 의한 판단을 통해 자기화된 지식의 재창조로 볼 수 있다. 정보에 대한 객관적이고 실증적인 분석 이외에 자신의 환경에 따른 조리법을 선별하여 그 내용에 전혀 새로운 부분을 추가하거나, 자신의 유용하다고 생각되는 부분을 필사하기도 하였다. 이에 따라 조리법의 서술 방식과 내용은 실용성과 조리주체의 편의성도 함께 고려된다. 「주사의」의 술 항목 마지막 부분에서 그는 “술은 사람의 마음을 변하게 하는 미친 약이니 인가에 숭상할 것이 아니지만, 또한 없지 못할 것이오. 아낙네의 할 일이 다만 술과 밥을 의론하기에 있으므로 술방문을 첫머리에 엮되, 사람에게 유익한 것만 다 기록하고 유향배법을 덧붙였다.”<sup>56)</sup>라고 하였다. 그는 술에 대한 자신의 부정적 견해를 피력하면서, 여러 가지 술 주조법 가운데 그나마 유익한 것만 선별하여 기록하였음을 밝혔다. 다음은 백화주(百花酒)에

53) 위의 책, 31쪽.

54) 위의 책, 42쪽.

55) 위의 책, 58쪽.

56) 위의 책, 32쪽.

관한 내용이다.

겨울에 매화, 동백으로부터 이듬해 가을 국화까지 꽃을 모으되, 송이쨌 꽃 술 없이 하지 말고 그늘에 말려 각각 봉지를 지었다가 중앙때 국화가 흐드러지게 피기에 이르러 술을 빚으라. 다른 꽃은 비록 향기 많다가도 마르면 향내가 가시나. 국화는 마른 후 더욱 향기로우니 주장을 삼고, 복사, 살구, 매화, 연꽃 등과 초화에는 구기, 냉이꽃 등 성미가 유익한 것은 둔수를 넉넉히 하고 다른 꽃은 각 한돈씩 하되, 왜철쭉, 옥잠화, 싸리꽃은 지독하니 넣지 말라. …… 국화는 개미와 한가지로 뜨고 향내와 맛이 다른 술보다 뛰어날뿐더러 원기를 보하고 공효가 특별하다. 크고 묵은 물을 술 빛을 적에 다른 물 말고 이 물로 하면 더욱 유익하다. 물을 각별히 가려 강 한 가운데물이나 돌 틈에 피는 물을 길어 하되, 소나무 새순을 말렸다가 끓여 데쳐 밑에 넣고 유자껍질을 썰어 위에 넣고, 후추를 곱게 갈아서 주머니에 넣어 가운데 넣으면 더 좋다. 자제신증(自製新增)<sup>57)</sup>

백화주의 여러 가지 꽃을 재료로 하여 빚은 술이다. 자세히 기록된 백화주의 주조법은 그가 직접 생계를 꾸려나갔던 동호 행정 시절의 경험을 토대로 한 것이다. 실제 차밭을 운영했던 경험에 비추어, 식물의 성질과 특성 뿐만 아니라 새로운 향목을 추가하여 새로운 백화주를 만들었다.<sup>58)</sup> 그는 계절마다 피는 꽃 가운데에서도 국화를 중심으로 하였고, 초원에 나는 꽃으로 구기와 냉이 꽃을 언급하였다. 그 이유는 국화와 구기 그리고 냉이 꽃의 성질이 유익하기 때문이다. 또한 술을 빚는 물에 있어서, 묵은 물과 강 한가운데 물 그리고 돌 틈에 피어 있는 물을 사용하라고 말한다. 술 빚는 데에 정갈한 물을 강조했던 장계향과는 사뭇 다른 견해이다. 그는 이와 같은 술 빚는 물에 새순과 유자 껍질 그리고 후추를 넣어서 향을 그윽하게 만들었다. 백화주의 주조법은 그가 개발한 방법으

57) 위의 책, 21-22쪽.

58) 이러한 점은 『음식디미방』에서의 백화주와 비교해 보면 알 수 있다. “멧쌀 두 말을 깨끗이 씻어 가루를 내고 물 두말을 끓여 술밑을 개어, 누룩가루 두 되 밀가루 한 되를 넣어 두어라. 이레가 지나거든 쌀 너 말을 깨끗이 씻어 익도록 찌, 밥에 물이 질벽질벽할 만큼 골고루 섞어 누룩하루 한 되를 섞어 넣어라. 스무 날 후에 쓰느니라.”(백두현, 『음식디미방 주해』, 363쪽.)

로, 그의 조리법은 실험과 경험 뿐만 아니라 자기화된 지식으로 거듭나게 된다.

이빙허각의 저술 태도는 실제 대상과 문헌 속의 자료가 어떻게 일치하는지를 통해, 잘못된 지식으로 인한 피해를 줄이고 좋은 정보를 알려줌으로써 생활에 유용함을 지향하였다. 이와 같은 서술방식과 문헌에 대한 객관적이고 실증적인 분석은 실학적 연구방법이다. 이 방법을 토대로 이빙허각은 고증된 조리 방법을 논의하였고, 그에 따른 조리법을 체계화시킴으로써 실학적 살림의 정신을 보여주고 있다. 뿐만 아니라 그 내용은 실제 생활의 실용성과 조리 주체의 편의성을 고려하고 있다. 무엇보다 그가 서문에서 언급한 가족의 건강과 집안을 다스리는 중요한 법 즉 생명을 살리는 실천이 바로 『규합총서』에 담긴 정신이다.

#### IV. 나가며

본 연구는 일상의 삶에서 생명의 살림 정신을 보여주었던 장계향과 이빙허각을 중심으로 여성의 살림철학을 고찰하였다. 여성의 저술서는 그 시대 여성들의 관심사와 사상적 통찰 및 지향점을 분명히 드러낸다. 본 연구의 대상인 장계향과 이빙허각 역시 반가 여성의 유교적 통찰과 일상생활을 저술활동으로 표현하였다. 장계향은 퇴계학파의 적통인 장흥효의 사상에 영향을 받았으며, 이빙허각은 남편 서유본의 영향으로 실학에 관심을 나타내었다.

그들의 사상적·학문적 배경이 되는 세계관은 그들이 속한 가문이나 학맥의 사상적 배경에 밀접하게 연관되면서도 여성이라는 영역에서 남성과 변별되는 독자적인 특성을 보여주고 있다. 장계향의 경우 그녀는 삶의 모든 공간과 시간을 ‘경(敬)’의 영역에서 깊이 통찰하고 실천하였다. 유교여성으로서 딸·아내·엄마·종부 등의 역할 수행은 그녀의 ‘경’사유에 근거한 지경(持敬)의 실천으로 구현되었다. 이러한 점은 바로 살림의 영역에서 고유한 독자성을 지니게 된다. 『음식디미방』에는 그녀가 평생에 걸쳐 경험하고 실천했던 조리법과 지경의 실천이 담겨있다. 이빙허각의 실학적 세계관은 학문적·사상적 배경은 가학의 도움과 영향으로 가능했으며, 『규합총서』에는 그의 실학정신이 고스란히 담겨있다. 그는 실제 조리과정을 통해 인용된 문헌에서 드러나는 문제점을 그대로 기

술하였다. 다시 말해 그는 실제로 조리해 보았으나 실패한 것과, 선불리 조리법대로 해서는 안 되는 것들을 구분하였다. 이렇듯 문헌의 지식의 옳고 그름을 직접 자신의 경험에 의거해 판단한다. 이와 같은 서술방식과 문헌에 대한 객관적이고 실증적인 분석은 실학적 연구방법이다. 이 방법을 토대로 그는 실사구시적 조리 방법을 논의하였고, 그에 따른 조리법을 체계화시킴으로써 실학적 살림의 정신을 보여주었다.

□ 투고일자: 2017.05.15 / 심사일자: 2016.06.04 / 게재확정일자: 2016.06.15

## &lt;참고문헌&gt;

- 『敬堂集』·『風席全集』
- 백두현, 『음식디미방 주해』, 글누림, 2003
- 이재호 옮김, 『(國譯)貞夫人 安東張氏 實紀』, 국역정부인안동장씨실기간행소, 1999
- 정양완 역주, 『閨閣叢書』, 보진재, 1975
- 한복려·한복선·한복진, 『다시보고 배우는 음식디미방』 궁중음식연구원, 1999
- 김명희 외, 『조선시대 여성문학과 사상』, 이회문화사, 2003
- 김상보, 『약선으로 본 우리 전통음식의 영양과 조리』, 수학사, 2012
- 김정희, 『불교여성살림』, 모시는 사람들, 2011
- 이봉호, 『정조의 스승, 서명응의 철학』, 동과서, 2013
- 이은선 『잃어버린 초월을 찾아서』, 모시는 사람들, 2009
- 이숙인 외, 『선비의 멋 규방의 맛』, 글향아리, 2013
- 이혜순, 『조선후기여성지성사』, 이대출판부, 2007
- 윤사순, 『실학의 철학적 특징』, 나남, 2008
- 정해은, 『조선의 여성, 역사가 다시 말하다』, 너머북스, 2011
- 장홍효·강정서·김영옥 외 옮김, 『경당일기』, 도서출판 판, 2012
- 김춘희, 「張桂香의 여중군자상과 군자교육관에 관한 연구」, 계명대학교 박사학위논문, 2012
- 백두현, 「음식디미방 규곤시의방의 내용과 구성에 관한 연구」 『嶺南學』창간호, 2000
- 신민자·이영순·최수근, 「『음식디미방』에 수록된 전통음식의 향약성에 관한 고찰」, 『東아시아 食生活學會誌』제11권 제5호(통권39호), 2001
- 이난수, 「장계향(張桂香)의 『음식디미방』과 유교여성 살림의 철학」 『퇴계학과 유교문화』제54집, 2014
- 최예석, 「『음식디미방』에 수록된 전통음식의 鄉藥的 가치 및 식재료의 기능성」, 대구한의대학교 석사학위논문, 2013

<Abstract>

## Women's Sallim Thought in Old Cookbooks

- Focused on *Eumsikdimibang* and *Gyuhapchongseo*(閩閩叢書) -

Lee, Nan-Su  
Chosun Univ.

his study examines the spirit of life in which Jang Gye hyang and Lee Bingheogak centered around the role of women in saving lives and practicing the care of the world. Their ideological and academic backgrounds are closely related to the ideological background of their family or scholastic lineage, but they also have their own distinctive characteristics in the social environment of women. In the case of Jang Gye hyang, all the time and space of life are deeply insighted and practiced in the field of 'Gyeong (敬)'. Her 'Gyeong' practice is the spirit of a life saving life, and this Neo Confucianism spirit of life lies in "Eumsikdimibang" just as it was. In addition, Bingheogak's Silhak worldview is embodied as a library of home economics called "Gyuhapchongseo" under the influence of family literature (家學). Each item and recorded contents of "Gyuhapchongseo" are based on her empirical analysis of actual reference documents. Thus, her "Gyuhapchongseo" has been transformed into a Silhak life through a review of Silsagusi (實事求是; how to seek truth from facts) on vitalizing the life in everyday life.

<Key Words>

Woman, Home life, Jang Gye-hyang, Lee Bingheogak, Eumsikdimibang, Gyuhapchongseo, old cookbooks, Sallim, Gyeong, Neo-Confucianism, Silhak.