

■ 괴운(槐雲) 칼럼



을 추석 명절은
검소하게 보내자

권 해 조(權海兆, 한국국방외교협회 고문·북아공파 36세)

오는 음력 8월15일(양력 9월 21일)은 추석이다. 추석은 예로부터 설, 단오와 함께 가장 큰 우리나라 3대 명절로 손꼽힌다. 그리고 정월대보름, 삼월삼짇날, 한식, 4월초파일, 칠월칠석, 팔월백중, 구월중양절, 동지, 선달그믐 등의 여러 명절도 있는데 대부분 농경시대에 만들어져 농사, 조상, 신에 관련되어 있다.

그런데 명절은 나라와 시대에 따라 변천하며, 근래 와서 설, 추석을 제외하고는 대부분 잊혀져가고 있다. 특히 오늘날에는 고유명절 대신 3.1절, 광복절, 개천절과 같은 새로운 국경일이 생기고, 젊은이들에게는 7월백중이나 건우직녀가 만나는 칠월칠석보다는 연인끼리 선물을 주고받는 발렌타인데이 등이 더 잘 알려져 있다.

설은 음력 한해의 첫날로 조상들에게 떡국으로 한해를 알리는 차례(茶禮)를 지낸다. 그리고 가족 이웃과 서로 세배하며 새해인사를 나누는, 살아있는 사람들의 명절이라 볼 수 있다. 이에 비해 추석은 음력 8월 15일로 중추절(仲秋節), 가배절(嘉俳節), 또는 한가위로도 불리는데, 햇곡식과 과일로 조상들에게 차례를 드리며 가족들이 모여 즐기는, 산자와 죽은 자의 명절로 볼 수 있다. 특히 추석은 신라시대부터 전해오는 명절로서 오랫동안 농경시대를 거치면서 농촌에서는 수확기를 맞아 풍년을 자축하고 조상의 덕을 추모하며 차례를 지내고, 자기가 태어난 근본을 잊지 않고 은혜를 갚으며, 이웃끼리 인심을 나누고 같이 놀이를 즐기는 고유 명절이었다.

그리고 추석의 어원은 예기(禮記)의 조춘일(朝春日), 추석월(秋夕月)에서 나온 것으로 보인다. 그리고 중추절은 8월 중간에 들어있어 불인 이름이며, 한가위는 크고(한) 가운데(가위)란 뜻으로 ‘8월 한가위’는 8월 한가운데 있는 큰 날을 뜻한다. 한가위의 유래는 신라 김부식의 ‘삼국사기(三國史記)’에 의하면 유리왕 9년에 나라 안 6부(部)의 부녀자들이 두 편으로 갈라 왕녀를 우두머리로 7월 16일부터 한 달간 베를 짜서 마지막 8월15일 승부를 가려 적게 짠 편(敗者)이 이긴 편(勝者)에게 음식을 대접하고 회소곡(會蘇曲)을 부르며 밤새도록 노래와 춤으로 즐겨 가배(嘉俳)라 하였다고 전한다. 따라서 가위는 신라시대 길쌈놀이인 가배에서 유래 되었다고 볼 수 있다.

추석에는 통상 추석 2~3일 전에, 멀리는 1~2주 전에 조상의 묘소를 찾아 발초를 한다. 추석 당일에는 아침 일찍 일어나 새 옷으로 갈아입고 햇곡식으로 만든 송편과 술, 햇과일 등으로 차례상을 차려놓고 차례(茶禮)를 지낸다. 그 후에 조상의 산소에 성묘를 다녀와서 가족 친지들과 어울려 차려놓은 음식을 같이 먹으면서 담소(談笑)하며 즐겁게 보낸다. 그리고 추석 풍습 놀이도 지역마다 약간의 차이는 있다. 옛날 신라시대는 추석날 임금의 음악을 배풀고 신라로 하여금 활을 쏘게하여 상으로 말(馬)과 전(箭:화살)을 내렸다고 한다. 그 후 오늘날까지 여자들은 모여 널뛰기나 강강술래 노래와 춤을 추며, 남자들은 줄다리기, 씨름, 닭싸움, 소싸움 등을 벌여 왔다.

그리고 추석 음식도 다양하다. 옛부터 햅쌀로 메(밥)와 떡(송편), 신도주(新稻酒)를 만들고 오색 햇과일로 조상들에게 차례상을 올려 수확의 기쁨을 알렸다. 그리고 푸짐한 음식을 장만하여 가족, 친척, 이웃사람들과 나누어 먹었다. 대표적 추석음식은 오리송편, 반월송편, 토란탕, 닭찜, 배 수정과, 햇밤요리, 송이산적 등이었다. 그리고 이날은 가난한 사람들도 마음껏 배불리 음식을 먹을 수 있어 ‘더도 덜도 말고 한가위만 같아라.’란 말이 유행하기도 했다. 또한 추석날에는 일기가 청명해 야 풍년이 들며 비가 오면 흉년이 든다고 믿어왔다.

그런데 오늘 날에는 산업화 시대변천과 바쁜 생활로 추석의 행사도 잊혀가고 추석의 풍습도 크게 변모하고 있다. 추석한달 전부터 백화점, 대형매점, 홈쇼핑, 카드사 할 것 없이 큰 대목으로 보고 ‘한가위 대축제, 추석 바겐세일’ 등으로 소비를 부추긴다. 특히 올해는 코로나19 팬데믹(전세계적유행:pandemic)에 대한 방역차원의 ‘사회적 거리두기’ 정부시책 때문에 대부분 국민들도 여행도 자제하고 추석명절 행사에도 많은 제한을 받고 있다. 그러나 오랜 농경문화 뿌리에서 전래되어온 선조들의 전통적인 풍습과 숭고한 정신이 담긴 추석명절을 경건한 마음으로 되새길 필요가 있다.

따라서 을 추석에도 코로나19의 여파가 아니라면 오곡백화가 풍성한 가을을 맞아 평소 흠여져 있는 가족들과 친척들이 오랜만에 모여서 조상들에게 차례도 올리고, 가족회의도 하면서, 가풍도 익히고 조상들의 미풍양속(美風良俗)을 되살리면서 즐겁고 보람있는 추석이 될 것이다. 하지만 코로나19에 대한 정부의 방역시책에 적극 호응할 수밖에 없는 게 우리에게 닥친 현실이다. 우리 안동권민들도 내년을 기약하며 을 추석에는 핵가족만 참석한 가운데 검소하게 조용히 보내길 바랍니다.

편에서는 화진포에 대한 재미있는 전설, 삼척에서는 김홍도와 강세황이 그린 죽서루에 대한 이야기를 풀어 놓는다. 강릉편에서는 바위가 두 동강 나서 문처럼 벌어져 있어서 교문암(蛟門岩)이라고 부르는데 허균은 저 깨어진 바위를 보고 질식할 것 같은 조선을 깨뜨리겠다는 영감을 얻은 것은 아니었을까. 저자는 그 바위에서 허균의 혁명을 본다고 덤덤하게 말한다. 저자의 발걸음이 닿는 곳마다 숨어 있는 역사가 살아난다. 저자는 동해안을 따라 두만강 하류까지 걸으며 선인들이 사랑했던 문화공간을 답사하는 것을 추후의 과제로 남겨 놓는다.



을까. 저자는 그 바위에서 허균의 혁명을 본다고 덤덤하게 말한다. 저자의 발걸음이 닿는 곳마다 숨어 있는 역사가 살아난다. 저자는 동해안을 따라 두만강 하류까지 걸으며 선인들이 사랑했던 문화공간을 답사하는 것을 추후의 과제로 남겨 놓는다.



이달의 책

관동 800리 인문기행

/ 권혁진

관동이란 명칭은 고려 때부터 강원도 지방을 일컫기도 했지만 강원도 동해안 지역을 의미하기도 했다. 관동팔경이 대표적 경관이다. 저자는 팔경 사이사이에 시문과 그림이 창작된 공간을 찾아보기 시작했고, 관심을 갖기 시작하니 동해안 곳곳이 새롭게 보이기 시작했다고 말한다. 바닷가 바위는 이름 없는 바위가 아니었고, 호수도 시문의 향기가 배어 있는 것이 아닌가? 그래서 저자는 고성, 속초, 양양, 강릉, 동해, 삼척, 울진을 일일이 발로 답사하고 둘과 바위와 계곡과 호수와 정자 그리고 인물과 역사를 엮어 책으로 출판했다. 고성



생활속의 한방건강

몸과 마음의 원초적 본질

1. 물질과 기(에너지)의 본질
사람들은 물질과 기(에너지)를 머금으며 생을 영위하고, 늙어가고, 죽음을 맞이한다. 사람의 몸은 물질이고, 마음은 기(에너지)이다. 이러한 몸과 마음은 어떤 관련이 있을까?

살면서, 이 우주와 지구에서 구체적으로 무엇이 나를 성장하고 발전하게 만드는 어떤 오묘한 힘을 감지하게 된다. 그 힘은 어린아이에서 세월을 많이 먹은 어른이 될 때까지도, 내가 생각하고, 느끼고, 행동하는데 적지 않은 영향을 주었다. 이 힘을 기(氣)라고 하며, 에너지(energy)라고도 말한다.

또한 태어나 보니, 이미 조성된 자연안에서 그것이 담고 있는 물질을 이용하여 살고 있다는 것을 알게 되었다.

이 에너지와 물질의 원초적 본질을 알게 되면, 우리들은 몸과 마음을 더 이해하고 다룰 수 있게 되어, 더 건강을 유지하고, 생활을 즐겁게 영위하고, 노화를 지연하고, 질병으로부터 보다 쉽게 패자되는 주도적 변화의 삶을 살 수 있을 거라는 생각이 든다.

이에 동양의 기와 물리학의 양자론을 개략적으로 살펴, 에너지와 물질의 원초적 본질을 바라보고, 이에 대한 응용을 도모해본다.

2. 기(氣, Energy)
동양철학에서 기는 객관적으로 존재하고 있는 형태가 있는 모든 물질의 근원으로, 그 음양의 상호작용이나 대립에 의해서 만물이 생성되고, 그 소장(消長)에 의해서 사계가 형성된다. 인체의 생명도 음양이 있는 기의 상호작용에 의하여 만들어지고, 길러지고, 유지되는 실체이다.

삶에서 인체에서만도 ‘기’와 관련된 다양한 말이 사용된다. 목표를 향한 열기(熱氣), 체온의 따스한 온기(溫氣), 분노의 살기(殺氣), 압압함에 대한 냉기(冷氣) 등등이 있다. “기분(氣分)이 좋다”라는 말은 기의 분배가 잘되었다는 뜻을 포함하고 있다. 어떤 일이 유난히 잘되거나 또는 별다른 이유 없이 엉망이 되었을 때는 ‘기가 막힌다’라고 말한다.

몸에서 흐르는 따스한 기운(氣運)을 키워 건강을 키울 수도 있고, 그 온도가 낮아지게 내버려두어 더 심한 고통의 나락으로 떨어져 갈 수도 있다. 마음에서 긍정의 에너지를 끌어올려 결집하는 것을 ‘용기(勇氣)를 낸다’라고 한다.

3. 양자(量子, Quantum)
세상을 구성하는 빛이나 물질들의 운동은 우리의 삶에 매우 밀접하다. 햇빛, 달빛, 별빛, 전기 빛, 이 빛들은 생활에서 매우 높은 비중을 차지하고 있는 존재들이다.

이들을 분자, 원자, 양자 등으로 더 세분화하여 갈 수 있다. 분자(分子, molecule)는 물질의 성질을 가지는 가장 작은 입자로, 여러 개의 원자가 화학적인 결합을 통해 만들어진단. 원자(原子, atom)는 물질을 이루는 가장 작은 입자



권 희 안 (시중공파 37세)
한의학박사 / 주) 건강중심 바른자세진흥원 원장

로, 수량이 구체적이어서 셀 수가 있다. 즉 물은 분자이며, 이를 구성하는 산소와 수소 원자에 의하여 구성된다. 양자(量子, quantum)는 이러한 원자를 구성하는 더 작은 물질로서, 이는 음의 전기를 지닌 전자, 양의 전기를 지닌 양성자와 중간형태의 중성자로 구성된다.

물리학자들이 이 양자들의 운동을 관찰해 보니, 원자들의 운동과는 다르게, 지켜보는 관찰자의 여부나 의도에 따라 전자파 에너지의 흐름인 파동으로 나타나기도 하고 물질적 입자로도 나타나는 이중적 특성을 지니고 있다는 것이다. 빛은 파동도 되고 입자도 된다.

원소를 이루는 최소단위인 양자들은 파동이기도 하고 물질이기도 하다. 이러한 양자는 우주 전체에 깔려있는 하나로서의 동일체이므로, 양자가 일정시점 또는 지점에서 의 겪는 사건은 전체에 그대로 영향을 미치게 된다.

아울러 파동과 입자의 차이는 이들의 밀도 여부에 있음으로 정리된다. 파동으로 존재하던, 입자로 존재하던 밀도를 조정하면 그 존재의 형태를 파동에서 입자로 또는 입자에서 파동으로 변경할 수 있다는 것이다. 즉 이 밀도의 조정은 특히 변화와 성취에 있어서 매우 중요한 단어일 것이다.

이러한 양자론은 기존의 물리학은 물론 여타학문의 이론체계를 확장하는 놀라운 발견이다.

4. 양자 이론으로 기의 본질을 설명
양자이론을 통하여 세계와 우주를 바라보는 필자의 사고체계와 이론이 심도 있게 확장되었다.

동양철학에서 ‘기는 존재하고 있는 물질의 근원’으로 설명하고 있는데, 어떤 근거로 그렇게 이야기할까? 필자는 이에 대한 의문이 기를 접하면서 항상 있었다.

영국의 유명한 천문학자인 스티븐 호킹 박사는 양자론은 고대의 동양철학을 뒷받침하는 이론이라고 말했는데, 필자도 이 양자론을 접하면서 이 기에 대한 본원적 의문이 풀렸다.

바로 존재하는 입자나 에너지가 원자를 구성하는 양자인 핵의 진동과 이에 따라 방출되는 전자의 작용을 하는 동일한 양자의 질료로 만들어진다는 양자론은 양기와 음기의 작용으로 우주의 존재가 구성된다는 기의 음양이론과 상통한다.

기가 파동인 것은 알겠는데, 물질의 입자인가에 대한 의문이 계속 있었다. 이제는 기에 대한 개념이 명확해졌다. 기의 본질은 양



자론의 양자인 핵의 진동과 이에 따른 전자의 파동으로 설명된다. 이미 동양철학에서는 양자의 실체를 기라고 부르고 있었다. 즉 기는 존재의 본질로서 파동이기도 하고, 입자이기도 하다. <다음호에 계속>

■ 이달의 시

농가

/ 권순채

구름 흘러가는 산마루에
황혼이 짙으면
산이 푸르다 짙어 검게 보인다.

일하는 농부
집에 돌아오면
호롱불 밝혀 놓고
밥짓는 아낙
그래도 치친 줄 모르고
어두우면 어두울수록
고된 줄도 모르면서
일의 즐거움에
행복한 하루였다 보다

서울산악회 정기산행 안내 (제311차)

회원 여러분의 건강과 가내 두루 평안하시길 기원드립니다.
서울산악회 9월 정기산행은 코로나19로 인해 취소되었음을 알려드립니다.

건강하고 풍성한 한가위 되시길 기원드립니다.!!!

회 장 권오준 : 010-3718-4204 등반대장(권오윤) : 010-9027-6179
총 무 권순휘 : 010-3797-1874

2021년 9월 1일

안동권씨서울산악회 회장 권오준

서울마포종친회 월례회

회원 여러분의 가정에 화목·건강·행운이 함께 충만하시길 기원합니다.
마포종친회를 아래와 같이 개최하오니 많이 참석하셔서 자리를 빛내 주시기 바랍니다.

풍요롭고 행복한 추석명절 되시길 바랍니다!!!

◆연락처 : 회장 권승구 02-718-8437, 010-6271-8437
총무 권경탁 010-3796-4047

2021년 9월 1일

안동권씨 마포종친회 회장 권승구

족보편찬회라고 연락하는 사기행각에 유의하시기 바랍니다

100만 족친여러분!

코로나19 사태로 인해 대단히 어려움이 많으실 것으로 사료됩니다.

하루빨리 평범한 일상이 회복되기를 간절히 기원합니다.

이 어려운 시점에 어떤 사람이 대중회라고 사칭하기도 하고, 족친이라고도 사칭하며 족보를 만든다고 족친들에게 전화를 하고 문자도 보내며, 족보 발행을 빙자하여 가족관계증명서 등을 요구한다고 합니다. 가족관계증명서 등에는 개인정보에 해당하는 사항이 기재되어 있어 함부로 확인되지 않는 다른 사람에게 전달되면 이를 악용한 피해가 우려됩니다.

족친 여러분!

대중회에서는 현재 족보를 발행하지 않고 있으며, 발행할 계획도 없으며, 발행하여 판매하지도 않고 있습니다. 이점 주변의 다른 족친들에게도 전파하여 족보 편찬과 관련한 사기행각으로 피해가 발생하지 않도록 유의하시기를 당부드립니다. 감사합니다.

안동권씨 대중회