



가만히 있어도 숨이 막히고 입술에 묻은 밥알도 무겁다고 하는 삼복철이다.

무더위의 절정을 이루는 요즘 사람들의 발걸음이 끊기지 않는 곳이 있다. 평양평면으로 유명한 옥류관이다.

하늘에서 내려다보면 대동강을 옆에 끼고 청기와를 인



시원한 평양평면, 무더위로 날아나

합각지붕에 부채살처럼 미끈하게 휘어올린 서까래들로 나라를 편 학의 무리를 연상시키는 옥류관.

사시장철 많은 손님들로 붐비지만 불벌더위에 황소불도 녹는다는 요즘같은 때에는 시원한 평양평면을 맛보러 옥류관을 찾는 사람들의 수가 몇배로 늘어난다.

그 담백함과 산뜻한 맛으로 하여 소문난 평양평면은 예로부터 대동강승어국, 평양은반, 룡두지점과 함께 평

양의 4대음식으로 유명하다.

《동국세시기》에는 메밀국수를 무우김치와 배추김치에 말고 돼지고기를 넣은 것을 평면이라 하는데 판서지방의 국수가 제일 좋다는 기록이 있다. 《해동죽지》에도 평양평면이 제일이라는 기록이 있다.

평양평면은 메밀가루를 반죽하여 만든 국수를 평반에 담고 소고기, 닭고기, 돼지고기, 김치, 오이, 배, 삶은 닭알 등의 고품을 얹어

서 만든다. 국수물로는 소고기, 닭고기, 돼지고기로 만든 국수를 차게 식혀두었다가 쓴다. 여기에 구미에 따라 식초와 겨자를 곁들여 먹는다.

예로부터 평양평면이 맛있는 음식으로 소문난것은 국수원료, 국수물, 꾸미와 고명, 국수담는 그릇과 국수말기 등에서 특징이 있기때문이다.

평양평면의 주성분인 메밀은 맛과 영양가가 뛰어나다.

질기지 않고 먹기에 맞춤형 국수요리, 맛이 시원하고 달며 새콤하여 특별한 감칠맛을 주는 옥수, 보기도 시원한 감을 주며 사람들의 입맛을 돋구어주는 늦대절.

평양평면은 맛이 좋을뿐 아니라 결보기와 차림새에서도 특색이 있어 조선국수의 대명사로, 민족음식을 대표하는 우수한 요리중의 하나로 되고있다.

민족의 자랑 평양평면, 시원한 평면을 저마다 맛있게 들며 사람들은 한여름철의 무더위를 가신다.

본사기자 김 준 경

발암물질을 분해하는 흰 버섯

과학자들이 흰 버섯이 발암물질을 효과있게 분해시킨다는것을 발견하였다.

일반적으로 쓰레기를 태울 때 생기는 디옥신은 독성이 많고 잘 분해되지 않으며 암을 조래할수 있다.

그런데 《흰색부식균》이라고 하는 흰 버섯은 디옥신을 분해시킨다고 한다. 이런

버섯은 썩은 나무에 붙어 자라면서 주요성분인 리그신을 분해시킨다.

흰 버섯이 디옥신을 분해하는 속도는 매우 느리지만 분해설비에 대한 요구수준이 높지 않기 때문에 분해기술을 보급하는것은 매우 쉽다.

본사기자

지극한 마음씨

《센 바람이 억센 풀을 알아본다.》

어려운 때에라야 사람의 진수를 알수 있음을 비겨 이르는 말.

《정성이 지극하면 둘어에도 꽃이 핀다.》

무슨 일이든지 온갖 힘과 정열, 정성을 기울이면 안되는 일이 없다는것을 형상적으로 이르는 말.

《꽃은 웃어도 소리가 없고 새는 울어도 눈물이 없다.》

겉으로 표현은 안하더라도 마음속으로는 깊이 느끼고 있다는 뜻으로 이르는 말.

이 밤을 보낼 하마

◆ 매일 2~3번 연한 소금물로 양치질을 하면 이빨이 삭는것을 예방할수 있고 이몸에서 피가 나오는 증상도 막을수 있다.

◆ 사과를 먹은 다음 꼭 양치질을 한다.

사파에는 일종의 부식제가

들어있는데 이빨건강에 아주 해롭다.

또한 식사후나 기타 음식을 먹은 다음 꼭 양치질을 하는것은 이빨을 보호하기 위한 가장 좋은 방법이다.

본사기자

실 체 를 드러 낸 1500여년전의 고구려벽화무덤

평양은 고구려의 수도였 던것만큼 평양일대에는 고구려시기의 유적과 유물들이 많다.

얼마전 사회과학원 고고학 연구소에서는 평양시 삼석구역 호남리에서 고구려벽화무덤을 새로 발굴하였다.

이번에 발굴된 고구려벽화무덤은 호남리 평대산의 남쪽기슭에 자리잡고있다.

무덤주변에는 호남리사신 무덤과 토로리큰무덤을 비롯하여 세계문화유산으로 등록되어있는 고구려무덤들이 분포되어있다.

새로 발굴된 벽화무덤은 전형적인 고구려양식의 돌칸흙무덤으로서 무덤길과 안길, 주검칸으로 이루어진 지상식의 외칸무덤이다.

무덤길은 남쪽으로 길게 나있었는데 발굴당시 여기에는 막돌들이 짙 채워져있었다.

안길은 주검칸 남벽 중심에 나있으며 천정은 평천정이다. 주검칸은 평면이 남북으로 긴장방형으로 되어있다. 주검칸바닥에는 숯을 펴고 그 위에 돌과 흙을 섞어 기초차집을 한 다음 그위에 5cm의 두께로 회피장을 하였다.

벽에는 다름은 돌로 견고하게 쌓고 걸면에 회피장을 매끈하게 하였으며 천정은 평행교임2단과 삼각교임2단 위에 막음돌을 덮었던것인데 막음돌은 류설되었다.

바닥에는 2개의 판대가 놓여있다.

안길벽에 있는 벽화에는 붉은밤색의 선들이 남아있고 주검칸내벽에는 붉은색, 풀색, 붉은밤색, 검은색 등의 색깔들로 그려진 사신도가 부분적으로 남아있다.

천정의 평행교임밀면에는 인동냉쿨무늬들이 그려져있으며 삼각교임밀면에는 별그림이 그려져있다.

바닥에 떨어진 회벽조각들에서도 청룡의 몸체, 덩굴무늬, 붉은꽃무늬, 고리무늬 등이 그려진것을 찾아볼수 있었다.

이번에 발굴된 무덤벽화에서 주목되는것은 별그림이다. 천정의 삼각교임밀면에 그려진 별그림속에는 직경 9.8cm, 12cm인 붉은밤색의 큰 별그림도 있는데 이것은 행성으로 보이며 당시의 천문도와 비교해 볼 때 작은 별그림은 삼수별자리로, 큰 별그림은 목성과 수성으로 추측된다.

호남리 고구려벽화무덤은

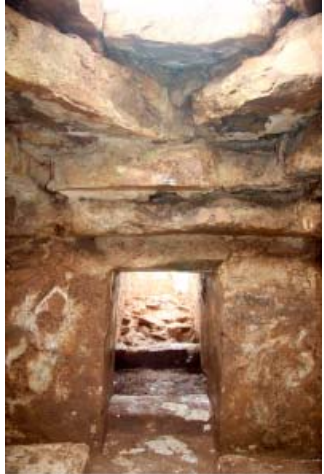
그 구조형식과 벽화내용으로 보아 6세기경에 축조된 무덤이라고 할수 있다.

새로 알려진 고구려벽화무덤은 동방강국이었던 고구려의 문화발전수준과 건축술, 회화술 그리고 당대 천문지식을 연구하는데서 가치있는 자료를 주고있으며 세계문화유산으로 등록된 고구려무덤 연속에서 발굴된것으로 하여 인류의 문화재적보물을 더욱 풍부히 해주고있는 우리 민족의 귀중한 문화유산으로 되고있다.

본사기자



호남리 6호무덤 주검칸 북벽



호남리 6호무덤 주검칸 남벽



호남리 6호무덤 주검칸 서벽 평행2단 북쪽부분 천정벽화

누릉지는 자기의 독특한 맛과 향기를 가지고있는 우리 민족의 고유한 음식이다.

누릉지는 밥을 뜯들이기 시작하여 3~4분정도 지나면 만들어지는데 이때 가마의 높은 온도도 쌀의 전분이 분해되어 포도당으로 된다.

구수한 맛과 포도당의 단맛이 어울린 누릉지의 고소함은 세계의 그 어떤 향신료로도 낼수 없는 누릉지의 독특한 맛이고 누릉지에서만이 찾아볼수 있는 유일한 향기이다.

누릉지의 역사는 수천년전부터 벼농사를 지으며 쌀밥을 주식으로 해온 우리 민족의 유구한 식생활로부터 시작되었다. 예로부터 누릉지는 먼길을 떠나는 남편과 자

식들, 서당에 공부하러 가는 자식들의 손에 우리 어머니들과 안해들이 쥐어주던 짬은 사랑과 모성애가 깃든 친근한 길잡이로, 간식으로 되어왔었다. 한편 우리 선조들은 누릉지를 사람들의 건강을 위하여 포도당으로 된다.

구수한 맛과 포도당의 단맛이 어울린 누릉지의 고소함은 세계의 그 어떤 향신료로도 낼수 없는 누릉지의 독특한 맛이고 누릉지에서만이 찾아볼수 있는 유일한 향기이다.

누릉지의 역사는 수천년전부터 벼농사를 지으며 쌀밥을 주식으로 해온 우리 민족의 유구한 식생활로부터 시작되었다. 예로부터 누릉지는 먼길을 떠나는 남편과 자

가가 높으면서도 지방분해촉진효과를 가진 건강식품으로 인정되고있다.

그리고 누릉지의 단백질에는 필수아미노산, 비타민을 비롯한 사람의 몸에 좋은 영양을 주는 물질들이 많이 들어있어 유유아공단백질보다 피속의 콜레스테롤과 중성지방을 더 낮추어주며 누릉지의 식용섬유는 혈당량증가를 억제하므로 당뇨병을 예방하는데 큰 작용을 한다.

뿐만아니라 누릉지를 씹을 때 아미노산이 풍부한 침이 많이 분비되어 소화흡수가 잘되며 턱관절운동으로 뇌에 자극을 주어 뇌혈관질환예방에도 좋다.

본사기자

관 동 8 경

월송정이 속한다.

관동8경의 명승지들은 주로 바다가경치, 호수경치, 강변경치, 산경치 등이 이채로우면서도 서로 조화롭게 결합된 명승지들이다.

본사기자

로 바다가경치, 호수경치, 강변경치, 산경치 등이 이채로우면서도 서로 조화롭게 결합된 명승지들이다.

본사기자

를 안고 붓을 들어잡아야 사람들이 좋아하는 그림을 그릴수 있다고 말하곤 하였다.

《아빠!》

언제 들어왔는지 광필이가 송이의 무릎에 제자리인듯 침 앉으며 소리쳐 부른것이였다.

《아빠! 내가 어찌미와 같이 그려진다.》

이렇게 되어 리녕은 송이네 집 가보로 대대로 물려온 박달임금의 화상을 가지게 되었다.

리녕은 그후 송이에 대해서 얼마간 알게 되었다.

송이의 아버지는 그림을 무척 사랑하였는데 어린 딸에게 붓을 쥐어줄 때면 소나무부터 그림줄 알아야 한다고, 왜냐하면 소나무는 설한봉에도 자기의 깨끗한 절개를 잃지 않는다고, 바로 그 소나무처럼 강한 기개



자신의 재간으로 고려의 일을 담은 《례성강도》를 그려낼수 있겠는가 하는 의심이 들었다.

《소녀는 이 화상을 광필이 아버지에게 드리려고 하

에게 붓을 쥐어줄 때면 소나무부터 그림줄 알아야 한다고, 왜냐하면 소나무는 설한봉에도 자기의 깨끗한 절개를 잃지 않는다고, 바로 그 소나무처럼 강한 기개

명 화 《례성강도》 (2)

글 전 철 호, 그림 김 윤 일

《저... 이 그림은 잘 그려진 하였소이다. 그런데 여기에 담은것이 려성강이니까, 복관도이니까?》

(?)...

리녕은 그제 무슨 말인가 하여 송이의 쌍가풀눈을 뚫어저라 마주 보았다.

《그럼 한번 여길 둘러보소이다.》

송이는 손을 들어 앞을 가리켰다.

《우리 벽란도는 보다싶이 개경의 광화문앞거리를 보는데 하나이다. 웅장한 객관들, 멋진 루, 정들, 대창들, 각, 절들이 치마를 맞대었고 그 주변은 저렇게 울긋불긋한 살구꽃, 복숭아꽃, 하얀 오얏꽃들이 단장을 하였나이다. 강을 둘러보면 찾아오고 떠나가는 이국의 큰 배들이 북비는데 파란 벽파는 기슭을 치며 사람들의 마음까지 깨끗하게 씻어주는듯 하나이다.》

오죽했으면 당나라 속종황제가 황자로 우리 나라에 왔

을적에 려성강과 벽란도의 아름다움에 넋을 잃고 감히 이곳에서 발을 떼지 못했으니 아니겠나이까?》

리녕은 열이 빠진듯 송이의 예쁜 얼굴만 쳐다보았다. 사실 나는 이 그림속에 송이와 같은 마음을 담지 못하였다. 송이의 말을 듣고 보니 금방 그런 그림은 넓은 려성강의 자그마한 한쪽을 그려놓은 졸작에 불과했다. 이런 그림을 그려놓고도 마음이 흠족하여 감히 《례성강도》라고 제명까지 달려했다.

《광필이 아버지, 려성강으로 말한다면 우리 개경의 얼굴이 아니겠나이까?》

이날 리녕은 송이로부터 큰 충격을 받았다. 부끄러운 일이지만 리녕 자기는 나이가 마흔을 가까이 할 때까지 이 려성강이 개경의 얼굴이고 려성강을 그리면 마땅히 고려의 얼굴이야 한다는것을 알지 못하고 살았다.

리녕은 송이와 다시 만날 것을 약속하고 러벌러벌 개경으로 돌아왔다.

몇칠후 리녕은 고려의 열이 갔을 려성강도》를 그리 결심을 가지고 광필이를 업고 또다시 벽란도를 찾아왔다.

송이를 만난 기쁨은 이루 말할수 없었다. 그 너자는 구면지기같았고 친누이동생 같기도 하였다.

송이는 그날 저녁 리녕이 든 객관방을 찾아와 빨간 비단천에 꾸민것을 내놓았다.

《사실 이걸 들고 개경에 찾아가려 했나이다.》

《이건 뭐요?》

《대대로 물려오는 우리 집 가보인줄 하나이다. 소녀의 할아버지도 아버지도 한때 그림을 그렸적이 있었나이다.》

《그렇소?》

리녕은 너무 기뻐 송이의 두손을 꼭 그리잡았다.

《어쩐지 그림을 볼줄 안

다 하였지. 그런데 이진 무슨 가보요?》

《글세 펼쳐보시오이다.》

호기심에 사로잡혀 빨간 비단천을 펼친 리녕은 금시 숨얼얼 감정에 몸이 굳어졌다. 두손우에서 온화한 기운을 머금은 박달임금이 자기를 끌어보고있지 않는가. 예지와 결단! 넘치는 부리부리한 눈, 만사에 통달한 학식과 술기가 총만된 번듯한 이마, 관후한 덕망이 흐르는 두볼, 위엄스런 가슴이 돋보이는 뒤흘한 코, 로속하고 세련됨이 그대로 어려있는 검은 수염, 《그대는 몇대 후손이뇨?》 하고 인자하게 묻는것만 같은 유순한 입... 오늘도 겨례의 마음속에 살아있는 박달임금의 화상이였다.

《이 화상은 술거분께서 그리셨다고 하나이다.》

(술거?)

얼마나 생신하고 섬세한 묘사인가. 힘있는 강조와 선명하고 대조적인 채색은 천재의 붓대를 다시 한번 돌이켜보게 한다.

천재의 뛰어난 손끝에서 황룡사벽에는 숨을 쉬는 소나무가 심어졌고 하

여 날마다 날새들을 불러들였다.

동서고금에 그와 비길 비범한 화공이 몇몇이나 있으랴.

리녕은 고구려의 화공 담징과 술거의 화법을 이어받지 못한 자책으로 하여 가슴을 치고싶었다. 박달임금의 화상을 우러를수록 리녕은

여 종이장을 들여다보았다. 벽파가 설레이는 강물을 중심으로 놓고 좌우의 벽란정을 두드러지게 그린것이 눈길을 끌었다.

우벽란정의 밑에 있는 선창가에서란 뱃배들을 그린것도 신기한 궁냥이었다. 이렇게 하니 온 세상이 구름처럼 타고오는 려성강의 푸른 물결이 락 트이어서 파스하고도 넓은 어머니의 품처럼 보였다.

복에 리녕이 그렸던 그림과는 전혀 달랐다.

그때는 소나무가 없었는데 이 그림에는 좌우벽란정의 뒤에 우물구불한 락락장송이 보였다.

이만하면 일정한 높이에 오른 그림이라고 말할수 있었다. 흠이 있다면 하늘이 보이지 않는것이였다.

리녕은 다시한번 그림속을 일일이 다고들었다. 보면 볼수록 살아 움직이는 려성강의 풍경이였다.

《송이! 이 그림을 어데서 그렸소?》

리녕은 덩석 송이의 두손을 잡고 물었다.

《아이...》

송이의 꾸러리가 앵두알처럼 새빨개졌다.