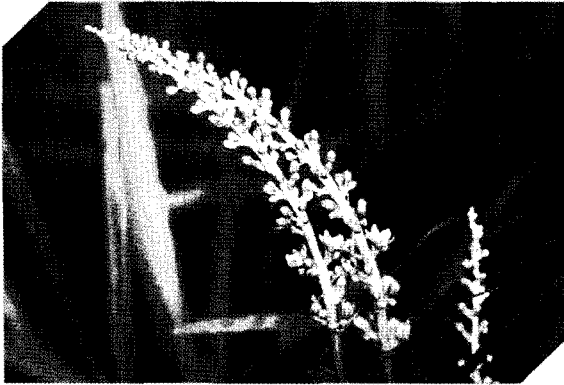


# 사계절을 고스란히 품은 맥문동

- 한국 들꽃문화원 원장 / 박시영 -



사계절의 진액을 고스란히 품고 있는 야생초의 알갱이가 알뿌래기로 대지에 감추워져 있습니다. 봄철 여린 잎이 활기차고 싱싱하게 나오는 모습은 어김없이 보리 잎사귀를 그대로 닮았습니다. 아주 추운 날씨에 용감한 모습으로 씩씩하게 올라오는 기상은 우리에게 신선한 힘을 보태줍니다. 계절의 맨 꼭대기에 서 있어서

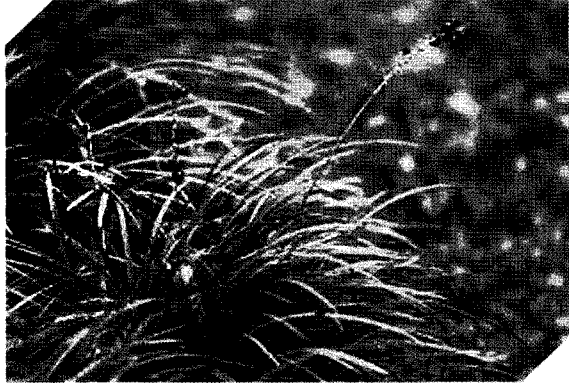
더 그런 가 봅니다.

나무 아래에 응기종기 멋대로 균락을 이루며 살고 있는 맥문동을 다시 한 번 봐 주세요. 새와 짐승과 낙엽의 발에 밟혀가며 우리를 위해 기다려 준 이 보약을 아시는지 모르시는지요. 무심코 밟고 지나가고만 있으니 이를 어찌하란 말입니

까. 그냥 걸으러만 봐도 분명 범상치가 않은데, 한번쯤은 많은 관심을 가져줄만한데, 그저 한번쯤은 만져 보고 싶어질 수 있을 텐데 우리는 곁에다 두고도 그냥 스쳐 지나갈 뿐입니다. 너무도 안타까워 차마 볼 수가 없습니다.



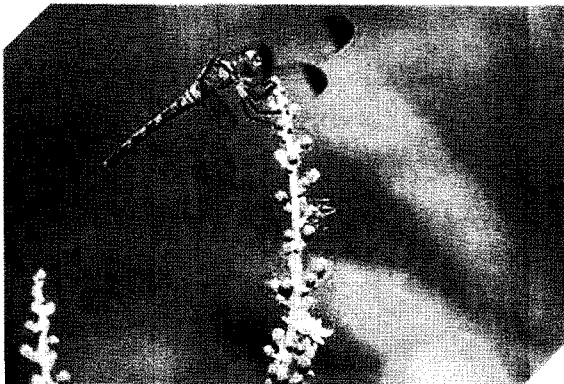
맥문동. 이런 보물이 이렇게 형체가 있다 한들 그리 쉽게 사람의 눈에 띄는 것은 아니겠지요. 분명 맥문동은 우리들 발 아래에서 우주의 좋은 물질을 뿌리에 담고 필요로 하는 사람들에게 건네주고자 묵묵히 우리를 기다리고 있거든요. 이분의 영역이 많이 늘어나 있습니다.



한여름 난초 잎을 무색하게 하는 가느

다란 허리를 바람에 산들산들 날리며 요염하게 자신의 몸매를 뽐내는 이 들꽃은 온통 자신감으로 가득차 있습니다. 자신의 후손을 퍼뜨리려 가을의 결실을 맺으려 할 때는 그야말로 절정에 이르지요. 꽃이 맺고 열매의 씨를 잉태하는 순간에는 바람과 구름도 다시 한 번 쳐다보고 가는 것이 하나도 이상하지 않을 정도이니까요.

별의 눈을 닮은 보라색의 총명하고 영롱한 꽃살이 질투합니다. 꽃살 속의 노란 황금색 속눈썹은 보는 이의 간을 빼가고도 남습니다. 잠시 후 이 자리에는 색깔을 형용하기 어려운 열매가 맺히지요. 흠이 식물을 통해 하늘을 바라보는 듯한 총명한 눈의 반짝임이 새까만 진보라, 기름찬 진검정, 이슬 머금은 흑진주, 검푸른 보라색의 모습으로 영롱한 알갱이가 생겨납니다. 이 검은 진주알갱이 줄기를 따라 사타구니밑으로 더듬어 따라 내려가면 이제 진짜 보물이 여기 있습니다.



바로 맥문동이라 하는 알갱이 뿌래기가 바로 이 이름 때문에 생긴 것입니다.

영롱한 별의 눈빛이 성숙하여 보라색 꽃살이 되고 총명한 진검정 알갱이로 농익어 가면 뿌리에는 사계절의 진액 덩이가 뭉쳐져 대지의 생 물질을 가득 품고 있는 것입니다.



흙을 살살 제치고 뿌리 근처의 손톱만한  
진액 덩이를 뜯어 입안에 넣고 터뜨려  
보십시오. 사계절의 맛을 한꺼번에 느낄  
수 있을 것입니다. 진작부터 우리 몸은  
알고 있었건만 우리는 현실에서 그렇게  
하지 못하고 있었습니다. 산에는 맥문동이  
기다리고 있습니다. 맥문동님을 산에서  
만나시거들랑 정중히 인사하시고 한다발

어깨에 메고 내려와 내 몸에 넣으시면 자연의 맛과 자연의 힘을 그대로 간직 하실 수가 있을 것  
입니다.

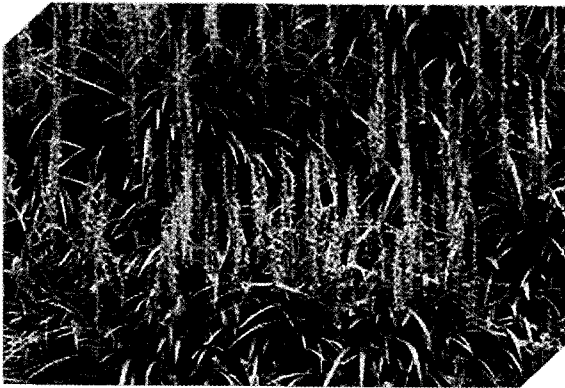
맥문동은 백합과에 속하는 여러 해를 살아가는 초본식물입니다. 한 겨울 눈속에서 태양의 빛을  
쬐며 푸르름을 잃지 않고 자양분을 생산 해냅니다. 30센티미터 정도 크지요. 처음 올라오는 줄  
기는 싹싹하고 용감하고 시원시원하게 초록 기상을 잔뜩 담고 있어요. 잎사귀가 난을 닮았어요.  
늦은 봄부터 여름까지 아름답고 양증맞은 꽃을 꽃대에 화려한 이삭처럼 달고 있고 가을이면 검은  
열매가 소담하게 맺힙니다. 소엽맥문동, 개맥문동, 실맥문동 등의 종이 퍼져 있습니다. 다른  
이름으로는 토맥동, 어자란, 애란 등으로 부르고 있습니다. 무더기로 뭉쳐 뿌리를 서로 비벼가며  
살아가기를 좋아하는 것 같습니다. 옛날 고

서에는 보리와 비슷하다고 해서 보리썩  
맥문이라 불렀다고 합니다.

맥문동은 실뿌리 끝에 달린 작은 덩이의  
껍질을 벗긴 다음 햇볕에 잘 말려 약으로  
쓰는 것을 말하는 것입니다. 연한 황백  
색인데 흰히 들여다보이는 것처럼 속이  
맑고 땅콩을 짓눌러 놓은 것과 같아요.



거심이라해서 속에있는 씨를 뺀것을 주로 사용하는 것입니다. 예전에는 신선의 음식으로 여길  
만큼 소중히 다루어 왔습니다. 당연히 좋은 약재로 취급을 받았지요. 자주 오래 드시면 몸이 가벼  
워지며 무병장수 할 수 있다고 했거든요.



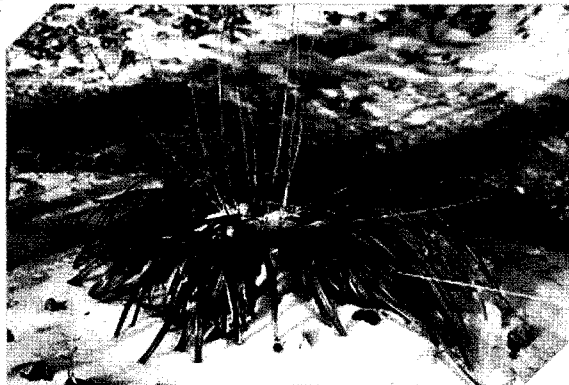
아무리 오랜 기간 양식 없이 굶주려도 맥문동만 있으면 용케 살아날 수 있다고 여겼거든요. <명의별록>에는 몸을 강건하게 하고 안색을 좋게 하며 정력을 길러 주고 폐 기능을 돕는다는 기록이 있어요. 그래서 노인이나 허약한 사람 혹은 젖이 잘 나오지 않는 산모에게도 아주 좋다고 합니다.

예전에는 맥문동으로 국을 끓여 평소에도 자주 먹었다 하네요. 그러면 혈액이 좋아지고 몸이 가볍고 상쾌해지니 기운이 생기는 것은 당연하겠지요. 강장, 진해, 거담재, 강심제로 이용해 왔다하니 눈여겨보기 바랍니다. 우리 곁의 보물이 그냥 헛되이 지나가지 않았으면 좋겠습니다. 허약한 사람에게는 원기를 돋우는 자양강장제라 하니 이보다 더 좋을 수가 있을까요? 맥문동의 쓰임새나 적용하는곳이 꽤나 많습니다. 가래 기침 백일해에 아주 탁월하다고 하였습니다.

여름에는 물에 끓여 차로 만들어 차갑게 해서 수시로 마시면 한여름 더위에 땀이 많이 나고 식욕이 떨어져 허약해져 가는데 좋고 겨울철에는 따뜻하게 해서 이용하면 좋습니다. 소주에 담가 드셔 보면 더 좋은데 항아리 가득 술을 채우고 대추 조금 넣고 맥문동은 삼분지 일이 안 되게 넣어 석 달만 햇빛이 없고 바람 서늘하고 조용한 곳에다 두세요. 보물단지가 될 것입니다. 아침저녁으로 한 잔씩만 마시면 됩니다. 닭고기와 궁합이 잘 맞습니다. 피로회복이나 체력강화에 좋으니깐요. 허약하신 분께는 맥문동 죽을 권해 드립니다. 맥문동 30그램을 약간의 대추를 넣고 달여 건더기를 건져내고 쌀을 넣어 죽을

만들고 소금 간을 해서 드세요. 근육에 힘이 생길 것입니다.

대지의 정기를 고스란히 품고 우리를 위해 기다리고 계시는 이분을 이번에는 자주 뵙고 서로 안부 해가며 사귀시기를 바랍니다.



## 주렁주렁 붉은 열매 가을이 익어가네

- 이유미 국립수목원 박사 -



뜰보리수 붉은 열매가 아름답게 익기 시작한 지는 이미 한참을 지났는데 갑작스레 오늘은 그 나무 열매가 마음을 사로잡습니다. 우리는 느끼지 못해도 자연의 저쪽 어딘가에선 이미 시작되었을 가을 때문이 아닐까 싶습니다. 아닌게 아니라 날씨는

더워도 하늘은 더없이 청명하며 입추도 이미 지나지 아니하였는지요.

정원마다 주렁주렁 열매가 한창인 뜰보리수는 낙엽이지는 나무입니다. 작은 관목도, 그렇다고 크게 자라는 교목도 아닌 어중간한 높이의 나무입니다. 이름 그대로 보리수나무와 한 집안인데 뜰에서 볼 수 있답니다. 이름치고 참 곱습니다. 뜰에서만 볼 수 있다는 것은 산에서 스스로 자라는 자생식물은 아니라는 뜻이기도 합니다. 원산지는 일본이지만, 오래전 마을 주변에서 만나던 보리수나무보다 이곳저곳 만날 수 있는 정원이 많아졌습니다.

보리수나무처럼 어린 가지엔 붉은 빛이 도는 갈색 비늘털로 덮여 있습니다. 잎은 어긋나고 긴 타형입니다. 크기는 그냥 보리수나무보다 조금 커서 손가락 길이 정도 되고, 역시 보리수

나무처럼 흰빛 또는 갈색 비늘털이 있는데 잎의 앞면 녹색이 진한 특색이 있습니다. 이 나무를 다른 말로 녹비늘보리수라고 하는데 이러한 전체적인 잎의 특성에서 생겨난 것으로 보입니다.

봄에 피는 아주 연한 노란꽃은 잎 겨드랑이에서 1 2개씩 달리는데 사실 이 꽃을 눈여겨 보는 이는 많지 않다. 하지만 열매는 이야기가 좀 다릅니다. 보리수나무처럼 작고 동그랗지 안하고 긴타원형으로 길이가 1cm가 넘을 만큼 크고 통통하고 살이 많답니다.

우리가 잘 알고 있는 이 나무의 쓰임새는 정원수입니다. 정원에 심기에 나무의 크기도 적절하고 잘 자라며 무엇보다도 일찌감치 달리는 열매는 보기도 좋고 오래오래 달려 큰 장점이 되지요. 영어 이름이 Cherry Eleaegnus, 즉 서양의 버찌만큼 큼지막한, 보기 좋은 그리고 먹음직스러운 열매를 가지고 있 있습니다.

뜰보리수나무 열매는 먹을 수 있을까요? 물론 먹을 수 있습니다. 하지만 다소 뚱은 맛이 있어서 즐겨 먹진 않습니다. 우리 산야의 보리수나무가 달짝새콤하니 맛있어도 먹을 수 있는 살이 적어 아쉬운 것하고는 여러 면에서 대조적입니다.

한방에서는 열매를 약으로 쓰입니다. 목반하(木半夏)라는 생약명을 사용하는데 피를 잘 돌게 하고 특히 기관지 천식에 좋다는 소문이 많으며 머리가 아픈 사람들은 달여서 먹는다고 합니다. 최근에는 항산화, 미백, 항염 효과가 있는 성분이 발견돼 화장품 특히 피부질환이나 염증이 있는 경우에 사용하는 연구도 진행되고 있습니다. 일반인들은 잘 익은 열매를 따서 찜을 만들면 고운 빛깔이 되고, 천식이 있는 사람들은 말려 가루를 만들어 두었다가 자주 물에 타서 마시기도 합니다.

이 뜰보리수나무말고도 이제 가을이 오면 산사나무, 오미자나무, 으름, 머루... 이런저런 나무들의 열매들이 익어갈 것입니다. 생각만으로도 마음이 그득해집니다.