

조선시대 규범서(朝鮮時代 規範書)에 나타난 밥상머리 예절교육  
(禮節教育) 내용에 관한 고찰(考察)주영애<sup>1</sup> · 원미연<sup>2</sup><sup>1</sup>성신여자대학교 생활문화소비자학과, <sup>2</sup>성신여자대학교 문화산업예술대학원 전통문화콘텐츠 전공Consideration of the Courtesy Education at the Dining Table in the Books of Social  
Norms of Joseon Dynasty EraYoung Ae Ju<sup>1</sup> · Miyeon Won<sup>2</sup><sup>1</sup>Department of Living Culture and Consumer Science and <sup>2</sup>Traditional Cultural Contents Major, Graduate School of Cultural Industry and Arts, Sungshin Women's University, Seoul, Korea

## Abstract

We researched the modern meanings of traditional dining table courtesy education and its correlation with the main values of contemporary personality education based on dining table courtesy education stated in the social norms texts of the Joseon dynasty. Among the social norms of the Joseon dynasty, we chose *Sohak*, *Naehun*, *Dongmongsuji*, *Seonghakjibyo*, *Gyeongmongyogyeo*, *Jeungbosallimgyeongje*, *Sasojeol*, and *Koamgahoon* for research. As a result of our research on these documents and books, the modern meanings of the courtesy education at the dining table can be summarized as follow. First, the courtesy education has table manners appropriate for the development level of early children. Second, it teaches right-handed dining manners that match the features of Korean food culture. Third, it has the self-discipline and the values of community life, sharing, solicitude, and communication. Fourth, parents and grandparents are involved in the education. Fifth, it has the core values of modern personality education: manners, filial piety, respect, solicitude, communication, cooperation, and responsibility. Future courtesy education at the dining table should include practical education programs that can consolidate the bond of sympathy between the home, school, and society, and can improve its practice; in addition, to expand the opportunities for education, proactive social support is demanded.

## Keywords

traditional courtesy education, the courtesy education at the dining table, table manner, children's manners

Received: April 7, 2016  
Revised: June 27, 2016  
Accepted: June 27, 2016

This article was presented as a conference paper at the 68th Conference of the Korean Home Economics Association in 2015.

## Corresponding Author:

Young Ae Ju  
Department of Living Culture and Consumer Science, Sungshin Women's University, 55 Dobong-ro 76ga-gil, Gangbuk-gu, Seoul 01133, Korea  
Tel: +82-2-920-7481  
Fax: +82-2-920-2077  
E-mail: jyungae@sungshin.ac.kr

## 서론

## 1. 연구의 의의 및 목적

밥상머리교육이란 가족이 모여 함께 식사하면서 대화를 통해 가족 사랑과 인성을 키우는 것으로 정의된다[2]. 즉, 가족 사랑과 인성을 키우는 것을 밥상머리교육의 목표로서 강조하는 것이다. 음식을 먹는다는 것, 가족이 함께 모여 식사를 한다는 것은 단순한 생존을 위한 행위가 아니다. 음식을 먹는 행위를 통해 인간은 Maslow가 말하는 생존의 욕구를 충족시킬 뿐만 아니라, 소속과 사회적 욕구, 나아가 자존과 자아실현의 욕구까지 충족하는 것이라 할 수 있을 만큼 음식은 인간의 삶에 있어서 매우 중요하다. 즉, '음식을 먹는다'는 것은 음식과 식사행위와 관련한 시대적, 사회적, 정치적, 역사적 의미를 담고 있는 것이며, 인간의 사회화 과정에 영향을 미치는 규범적, 교육적 의미까지 내포하는 중요한 행위이기 때문이다[8, 9].

최근 밥상머리교육에 관한 연구를 살펴보면 Lee [14]의 가족식사가 자녀의 학교적응에 미치는 영향, Lee와 Choi [15]의 가족식사 및 가족기능이 초기 청소년의 학교적응에 미치는 영향, Kim [10]의 밥상머리 교육여부에 따른 중학생의 사회성 도덕성 발달의 차이 연구, Choi와 Choe [3]의 밥상머리교육활동이 유아의 자아존중감 및 조망수용 능력에 미치는 영향, Park [25]의 사례로 본 밥상머리교육, Park [27]의 식사유형에 따른 초등학생의 식사행동 및 식사예절비교 등 학위논문과 학술논문들이 발표되고 있다.

가정에서 청소년들은 인성과 사회성을 배우고 성장해 나간다. 특히 인성함양을 위한 교육이 그 어느 때 보다도 중요하게 회자되면서, 교사들을 위한 인성교육 서적[5]을 비롯하여 교육부의 인성교육을 위한 부모상담가이드[22]등도 간행되었고, 인성교육진흥법도 2015년 7월부터 시행되고 있다. 이러한 과정에서 특히 부모와 함께 하는 식사시간은 청소년의 건강한 성장의 토대가 되고, 가족의 유대를 나누고 행복감을 느낄 수 있는 시간으로 의미가 크며[14], 인성교육으로 그 실천성이 강조되고 있다. 즉, 가족 식사는 가족 안에서 이루어지는 하나의 의식으로 가족의 정체성, 가치관, 목표를 형성하고, 가족식사에서 이루어지는 예절(禮節), 형식, 문화 등을 통해 한 가족임을 공유하게 하는 힘이 내포되어 있다[33]. 따라서 사회적으로 청소년의 문제, 학교 폭력, 인성교육의 부재 등이 심각한 현실에서, 가족이 함께 하는 식사시간을 활용한 밥상머리 교육에 관심이 커지고 있는 것은 당연하다[14]. SBS 스페셜 제작팀의 “밥상머리의 작은 기적”에서는 인생 최고의 교실이 밥상머리이며, 언어발달, 지능발달의 가치를 담고 있다고 방송한 바 있다[32].

그러나 중요성이 강조되고 있는 밥상머리교육이 오늘날 갑자기 회자되고 있는 것은 아니다. 이미 밥상머리교육은 전통사회로부터 강조되어 왔던 가정교육의 핵심이자, 예절교육이었으며, 인성교육이었다. 우리 사회에서 통용되는 말 중에는 ‘예절교육은 밥상머리 교육에서부터’ 라는 말도 있다. 최근 밥상머리교육의 효과성을 증명하기 위한 실증연구들이 다양하게 시도되고 있는 것은 매우 고무적이다. 그러나 밥상머리교육이 인성교육 원형으로서의 ‘예절’ 교육이며, 현대에도 적용될 가치가 있다는 것을 언급하고, 그 관련성을 논의하는 연구는 활발히 전개되지 못했다. 이는 급격한 사회변화와 글로벌 환경의 영향에 따라 우리의 식생활문화도 크게 변화하여 이미 ‘한국식’ 또는 ‘전통식’이라고 보기 어려운 서구화의 특징이 많아지고 있어, 고유의 밥상머리 예절교육이 주목받지 못하고 있는 까닭도 있다. 특히 우리나라가 다문화 사회로 진입하면서 전 세계의 음식문화가 공존하고

있고, 한국의 전통사회 식사예절과는 거리가 있기 때문이라고도 여겨진다. 또한 각 가정에서는 외식의 비중이 높아지고 있다는 이유도 크다 할 것이다. 농림축산식품부의 ‘2015년 식품 소비량 및 소비행태 조사 보고서’에 따르면 음식 소비 방법별 지출액 비중에서, 외식이 30.1%를 차지하고 있을 정도로 국내 가구들의 식생활 외부의존도가 높은 것을 알 수 있다. 이에 따라 유아 및 청소년 시기에도 가정 내에서 식사를 하는 경우가 점점 줄어드는 경향이 나타나게 되는 것은 자명하다. 밥상머리교육의 핵심은 음식을 먹는 과정을 통하여 우리의 문화와 정서를 터득하며, 가족 관계 증진을 비롯하여 인성 함양의 기초가 될 것으로 보는데, 현재 가정에서의 식생활 상황은 이러한 점이 간과되는 것은 아닌지 우려된다.

밥상머리교육 안에 내포되어 있는 한국인으로서의 정서와 예의범절에는 시대성을 초월한 가치덕목이 존재한다고 밝힌 선행 연구들이 있다[8, 19, 20, 28, 35]. 이 연구는 1980년대 후반부터 2000년 이전까지의 연구들이며, 현재 시점에서는 추가로 진행되지 못하고 있는 상황이다. 최근에 학회를 중심으로 밥상머리교육, 인성교육 등으로 재논의 되고 있고, 2015년 대한가정학회의 추계 학술대회 주제로 논의하게 된 것은 시대적으로 이와 같은 연구의 필요성이 절실함을 말해주는 것이라 생각한다.

따라서 교육부와 서울대학교 학부모정책연구센터가 공동 개발한 “밥상머리교육 학부모용 길라잡이[2]”에서도 ‘전통에서 배우는 밥상머리교육’의 의미를 제시하고, 밥상머리교육을 통해 얻게 되는 자녀들의 예의바른 행동을 제안한 바를 볼 때, 본 논문에서는 전통사회로부터 이어지고 있는 밥상머리교육의 원형이 될 수 있는 바를 전통사회의 규범서를 중심으로 그 구체적인 내용을 찾아 제시해 보고자 한다. 이는 예로부터 지켜지고 있는 밥상머리교육의 핵심적인 내용을 고찰하여 ‘예절교육은 밥상머리교육에서부터’라고 회자되어온 옛 말의 실천적인 내용에 대해 중요한 문헌적 근거를 밝히는 과정이 될 것이다. 또한 조선시대 규범서에 나타난 ‘밥상머리’ 예절교육에 담겨있는 내용이 현대적으로 어떠한 의미를 갖고 있는지를 분석해 보고, 전통적인 밥상머리 예절교육이 특히 최근 강조되는 인성교육에 접목될 수 있는 시의성이 있다는 점을 선행연구에 이어 재고해 보고자 한다.

## 2. 연구방법

본 논문에서는 전통사회의 ‘밥상머리’ 예절교육의 내용을 파악하기 위하여 조선시대 초기에서부터 말엽까지 읽혀 왔던 규범서를 고찰의 기초자료로 활용하였다. 규범서의 선정과 내용분석의 기준이 된 6가지의 내용은 다음의 연구단계를 거쳐서 설정하

Table 1. The Books of Social Norms of Joseon Dynasty on Dining Table Courtesy Education

Title	Year	Author	Feature
Sohak	1187 (Song dynasty)	Zhu, Xi	- China literature: Song dynasty - Used as materials for teaching children - A must-read for scholars
Naehun	1475	Queen Sohye	- A book that includes the education of women for the queen, the royal concubine, and ladies in waiting. - Made based on four books: “Yeolnyeo, Nyeogyo, Myeonggam, Sohak”
Dongmongsuji	1130-1200 (Song dynasty) 1517 (Joseon dynasty)	Zhu, Xi	- A book that includes basic duties and manners of children - Widely used for educating children in Joseon dynasty era
Seonghakjibyo	1575	Yi, I	- Authored by 25-year-old Yulgok and laid at Seonjo’s feet - Compiled from 6 Gyeong 4 Seo, the representative Confucian scriptures and books by Confucian scholar of Song dynasty
Gyeongmongyogyeol	1577	Yi, I	- A book is for beginners to logically and systematically understand the key factors of study with simple examples of daily life.
Jeungbosallimgyeongje	1766	Ryu, Jung Nim	- Enlarged edition that categorize Sallimgyeongje of Hong Manseon
Sasojeol	1775	Lee, Deok Moo	- Include behavior rules about etiquette & manners - Divided three volumes: Sajeon section for men, Bu-ui section for women, and Dongkyu section for children
Koamgahoon	1886	Lee, Kyung Keun	- Include the behaviors of daily life that sons and daughters can easily follow

였다. 첫째, 조선시대의 대표적인 규범서로 논의되었던 선행연구 [8, 19, 20]를 토대로 고찰해 본 바, 본 연구에서 활용할 수 있는 규범서를 관련 분야 전공교수와 박사과정생의 논의를 거쳐 최종적으로 8권을 선별하였다. 둘째, 규범서의 내용은 유사한 범주로 구분할 수 있는 내용을 2단계를 거쳐서 정리하였다. 즉, 1단계는 선행연구[8, 19, 20]에서 논의된 식생활예법에 대한 분류를 참고하여 내용을 구분하였고, 2단계는 1단계에서 선별된 내용을 기준으로 각 규범서에서 강조되고 있는 내용의 원문을 고찰하여, 2회 이상 유사개념으로 언급된 내용을 재정리하였으며, 본문에서 제시하는 총 6가지의 범주로 재구분하게 되었다.

그리고 2015년 7월 시행된 인성교육진흥법에서 제시하고 있는 8가지의 핵심가치 덕목, 즉, 예(禮), 효(孝), 정직, 책임, 존중, 배려, 소통, 협력 등과 전통사회의 밥상머리 예절교육과의 관련성에 대해 3차에 걸쳐 전공자들과 토의하였다. 본 연구자와 박사과정 석사과정 전공자를 중심으로 논의하여 내용 분류의 적합도를 찾아보았다. 본 연구에서 밥상머리 예절교육에 관한 조선시대 유아부터 어른에 이르기까지 읽혀졌던 규범서는 Table 1과 같이 중국 번역서 2권과 조선시대 여러 저자들의 규범서 6권으로 총 8권을 분석하였다. 이 규범서는 유아, 청소년, 남녀의 예법에 대한 내용으로 각 상황에 맞추어 읽도록 권장되었고, 남녀노소 공통으로 수신을 위한 필독서로 보편적으로 읽혀 왔던 대표적인 훈육서이다[20].

## 규범서에 나타난 밥상머리 예절교육

### 1. 교육 내용

#### 1) 발달 수준에 맞춘 가르침

전통사회의 자녀교육에 있어서 식사예절, 즉, 밥상머리 예절 교육은 매우 중시되었는데, “내훈(內訓)” 규범서에 인용되고 있는 “여사서(女四書),” “여범 통론편(女範 統論編)”에는 “어린 아이를 가르치는 때는 가르침을 음식(飲食)에서부터 비롯하나니”(p. 60) [4]라고 하여 밥상머리 예절에 대한 조기교육의 중요성을 언급하고 있다. 우리의 예절교육은 예로부터 ‘밥상머리 교육’이라 할 정도로 엄격한 식사예절을 가르치도록 하였으며, 이는 유아의 발달 수준에 맞는 합리적인 가르침이었다. Yoo [35]는 전통사회에서의 식사예절교육에 대해 종합하여 다음과 같이 기술했다. “수저를 사용하는 것도 조모의 소관으로 훈련 받았는데 음식을 흘트리거나 흘리는 것도 너그럽게 허용되면서 서서히 배워나갔다. 대개 3-4세경에는 숟가락만 사용하도록 요구되다가, 이 시기가 지나면 젓가락도 사용하도록 허용되는데, 6-7세경에는 능숙하게 젓가락을 사용하는 기능을 습득하였다. 이 시기는 성인들과 같은 상에서 음식 먹는 훈련을 받는데, 반찬투정이나 끝까지 제 몫을 남기지 않고 다 먹어야 훗날에 잘 살고 특히 마지막 밥숟가락을 먹어야 명(命)이 길다고 하여 엄격한 식탁훈련을 거치게 되었

다. 음식을 입에 넣고 울거나 말하는 것은 이때도 허용되지 않지만 보다 본격적인 식탁예절은 5-6세경에 철저하게 훈련되었다”(pp. 266-268).

이는 자녀의 예절교육에 있어서 특히 어려서부터 연령과 발달 수준에 맞는 가르침이 중요하게 적용되어 왔음을 잘 보여주는 바다.

## 2) 오른손 사용과 수저 사용법

“소학(小學) 입교(立敎)에는 아이들이 밥을 먹게 되거든 오른손으로 먹는 것을 가르치라고 명시되어 있고, 이를 기준으로 한 식사 예절을 가르쳐 왔다. 가르침에 따르지 않았을 때는 왼손잡이가 되고, 이는 부모의 가르침을 따르지 않는 것이라 하여 불효라고 지탄을 받기도 했다. 즉, 오른손잡이의 대원칙을 준수하며 성장하게 되면 품위를 가지게 되므로, 유아들에게는 엄격하고 까다로운 식사예절이 요구되었다. “성학집요(聖學輯要) 3편 정가(正家), 교자(敎子)에도 이와 같은 바를 찾아볼 수 있다. “자식이 밥을 먹을 수 있게 되면 오른손으로 밥을 먹도록 가르쳐야 한다... 식(食)은 밥(飯)이다. 사내아이나 계집아이나 모두 오른손으로 밥을 먹게 하는 것은 그 강함을 취한 것이다(p. 272) [34].” “비록 급한 일이 있더라도 식사가 나오면 반드시 수저를 들어야지, 지체하여 음식이 식고 먼지가 앉게 하여서는 안 된다. 또 같이 먹는 사람으로 하여금 기다리게 하고서 먼저 먹지 못하게 해서도 안 된다(雖有事,食至必舉匙,不可遲留,使食氣冷而栖塵,又不可使同食者,待而不敢先食).” (p. 51) [12]라고 하였다. 또한 “사소절(士小節) 사전(士典) 동지(動止)에는 식사를 막 끝마치고 아직 밥상을 물리지 않았을 때 일어서는 것은 점잖은 행동이 아니라고 경계하였다. “사소절” 동규(童規) 경장(敬長)에도 어른을 모시고 식사할 때 먹자마자 수저를 내던지거나 급히 먼저 일어나는 것은 금하라고 하였다. “음식을 먹을 때는 숟가락을 들면 반드시 젓가락을 놓고, 젓가락을 들면 반드시 숟가락을 놓으며, 먹기를 마치면 숟가락과 젓가락을 상 위에 놓아야 한다(凡飲食 舉匙 必置箸 舉箸 必置匙 食已 則置匙箸於案).” (pp. 205-208) [29]라고 하여 수저사용의 올바른 방법을 수록하고 있다. 즉, 동시에 수저를 한손에 들고 음식을 먹는 것은 경계하여 가르쳤던 바를 알 수 있다.

## 3) 자기 절제

음식을 대할 때 지나치게 탐하거나 가려 먹지 않도록 자기절제를 시키는 가르침도 각 규범서에서 찾아 볼 수 있다. “성학집요” 2편(篇) 수기(修己) 양기(養氣)에서는 음식을 절제하여 몸을 기른다고 하였다. “격몽요결(擊蒙要訣)의 지신장(持身章), “고암가

훈(顧菴家訓)” [17]의 음식에서도 밥상머리 교육으로 제시된 바는 양에 맞게 적당히 먹을 것이 언급되어 있고[5], “소학” 외편(外篇) 가언(嘉言)에는 그에 대한 내용이 더 자세하게 기록되어 있다. “범익겸의 좌우계에 이르기를... 음식을 먹을 때에는 가려서 입에 맞는 것만을 골라 먹는 일이 있어서는 안 되며, 또 입에 맞지 않는 음식이라고 하여 남겨 버리는 일이 있어서는 안 된다(范益謙 座右戒 曰...凡喫飲食, 不可揀擇去取) (pp. 253-254) [36].” “남과 함께 음식을 먹을 때에는 배불리 먹지 않으며... 밥을 뭉치지 말며, 밥숟가락을 크게 뜨지 말며, 물 마시듯 들이마시지 말아야 한다. 밥을 뺄지 말며, 뼈를 씹지 말며, 먹던 고기를 다시 그릇에 놓지 말며, 뼈를 개에게 던져 주지 말며, 어느 것을 굳이 먹으려고 하지 말아야 한다. 뜨거운 기운을 식혀서 빨리 먹으려고 밥을 파헤치지 말며, 기장밥은 젓가락으로 먹지 말아야 한다... 나물국을 들이마시지 말며, 국에 조미(調味)하지 말아야 한다. 이를 쭈시지 말며, 젓국을 마시지 말아야 한다. 손님이 국에 조미하면 주인은 국을 잘 끓이지 못했다고 사과하고, 손님이 젓국을 마시면 주인은 집이 가난하여 음식 맛이 좋지 못하다고 말한다... 절은 고기는 이로 끊고, 마른고기는 이로 끊지 않으며, 군고기는 한입에 넣어 먹어버리는 일이 없어야 한다(曲禮 曰 共食不飽 共飯小不學 澤手 毋搏飯 毋流歎 毋放飯 毋吃食 毋齧骨 毋反魚肉 毋投骨與狗 毋固獲 毋揚飯 飯黍毋以著 毋嚙羹 毋怨羹 毋刺齒 毋歠醢 客 祭羹 主人辭不能亨 客 歠醢 主人 辭以裏 濡肉 齒決 乾肉 不齒決 毋嘍炙).” (pp. 127-128) [36]라고 하여 음식에 대해 절제하도록 강조하였으며, 남과 함께 음식을 먹을 때는 맛있는 음식만을 먹으려 들고, 음식을 탐하여 남과 경쟁을 벌이는 것 같은 행동은 극히 삼가야 함을 말하고 있다. “소학” 내편(內篇) 경신(敬身)에서는 음식을 탐하는 사람은 사람들이 천히 여긴다고 하였고, 또한 너무 많은 양을 먹지 않도록 하며 편식하지 않도록 가르쳐 왔다. 또한 음식을 먹을 때에도 순서와 격식이 있었다고 하였다. “사소절”과 “소학”에는 그에 대한 기록을 잘 볼 수 있다. “무나 배나 밥을 먹을 때는 자주 씹어 사각사각 소리를 내지 말고, 국수나 국이나 죽을 먹을 때는 갑자기 들이마셔 후루룩 후루룩 소리를 내지 말고, 물을 마실 때는 목구멍 속에서 꿀꺽꿀꺽 소리 나게 하지 말라(噉菁若梨栗, 勿數嚼漱漱有聲, 喫麵若羹粥, 勿頓吸輾輾有響, 飲水, 勿使喉中汨汨) (p. 59) [12].” 이외에도 밥참을 많이 먹지 말고, 먹은 뒤에 곧 눕지 말며, 음식부스러기를 혀로 핥지 말라는 가르침도 있다. 또한 아침 먹기 전에 낫을 씻어야 하고, 손으로 음식을 집어 먹고 나서 옷깃에 닦지 말며, 땀난 손으로 먹을 것을 쥐지 말라는 구체적인 가르침도 “사소절” 동규에는 수록되어 있다. 그리고 “사소절” 사전 복식(服食)에는 집에 때 아닌 음식이 생기게 되면 비록 그 양

이 적더라도 노소나 귀천을 가리지 말고 고루 나눠서 맛보게 해야만 가정 내에 화목한 기운이 넘치게 된다고 하였고, 주인은 고기를 먹으면서 손님에게 푸성귀를 대접하는 것은 아름다운 일이 아니므로 가정형편의 있고 없고를 떠나서 대접하며, 혼자서 탐하여 음식을 취하지 말고, 나누는 마음을 가져야 함을 일깨우고 있다. 또한 1800년대 여성실학자로 일컬어지는 빙허각 이씨의 아내를 위해 엮은 백과사전인 “규합총서(閩閩叢書)” [11]에는 음식을 준비하는 이의 수고에 감사하고, 큰 은덕을 헤아려 음식의 맛을 너무 따지지 말라, 과(過)하고 탐(貪)내는 마음을 없애라, 음식을 먹는 사이에도 어진 마음을 잃지 말라는 등 식사할 때 사대부가 지켜야 할 다섯 가지 내용인 식시오관(食時五觀)이 제시되어 있다. 즉, 음식에 대하여 탐하지 말아야 함을 강조한 자기절제의 내용임을 알 수 있다.

#### 4) 웃어른과의 식사예절

음식을 먹을 때 중요하게 여겼던 것은 어른이나 타인과 함께 식사를 할 때의 예절이라고 할 수 있다. 음식을 먹을 때는 단정하고 깨끗한 모습을 갖추어 자기 자신을 낮추고 상대방을 높이는 겸손한 식생활관습을 형성하도록 했음을 알 수 있다. “잔치에 어른을 사사로이 모시고 밥 먹을 때는, 먼저 들고 나중에 수저를 놓으며, 밥을 마음껏 떠먹지 말며, 마구 후룩후룩 마시지 말며, 조금씩 떠먹어 빨리 삼키며, 자주 씹어 찹찹대지 말아야 한다(p. 27) [30].” “군자를 모시고 먹을 때에는 군자보다 먼저 밥을 먹어서 군자보다 뒤에 그친다. 밥숟가락을 크게 뜨지 말며, 국물을 물 마시듯 마시지 말아야 한다. 적게 먹고 빨리 먹는다. 여러 번 씹으나 입으로 시늉하지 않는다.” (p. 129) [36]라고 하여 어른과 함께 음식을 먹을 때 지켜야 할 예절에 대하여 상세하게 제시되어 있다.

과거에는 어른과 함께 음식을 먹을 때에는 먼저 음식을 맛보는 것이 예외로 되어 있었으므로, 어른보다 먼저 먹는 것이 당연하였고, 오늘날 가르치고 있는 예법과는 다소 차이가 있다. “동몽수지(童蒙須知)”에는 “웃어른 앞에서 음식을 먹을 때는 반드시 가볍게 먹고 천천히 삼켜서 먹는 소리를 내지 말아야 한다. 음식을 먹는 예절은 많고 적은 것과 좋고 나쁜 것을 비교하여 다루지 말아야 한다.” (p. 207) [29]라고 하여, 경계하는 예법을 담고 있다. 웃어른과 음식을 함께 먹을 때는 더욱 조심하여, 소리 내지 않고, 음식의 좋고 나쁨을 탓하지도 말아야 함을 가르치고 있음을 알 수 있다.

#### 5) 음식을 대하는 태도

“증보산림경제(增補山林經濟)”에는 “음식을 먹는데도 예절이

있다. 밥상이 들어오면 반드시 일어섰다가 앉아서 의관을 바로 하고 경건한 마음으로 대해야 한다... 음식을 대해서는 침을 뱉지 말아야 하고 더러운 것을 들먹이지 말아야 한다... 음식을 대하여는 걸터 앉지 말아야 하고, 도사리고 앉지도 말아야 하며, 너무 허리를 젖혀 배부른 것처럼 앉아도 안 되고, 또 너무 구부러 금방 먹고 싶어 하는 것처럼 해서도 안 된다... 음식을 먹을 때 절대로 입을 가져다 먹지 말 것이며, 머리모양, 입모습을 단정히 해야 한다.” (pp. 674-675) [31]라고 하였으며, “사소절”에는 “비록 화를 낼 만 한 일이 있다고 해도 식사를 할 때에는 반드시 노여운 기운을 가라앉혀 마음을 안정하여서 성난 소리를 지르지 말고, 갑자기 수저를 내던지지 말고, 크게 탄식하지 말 것... 식사를 막 끝내고 아직 밥상을 물지 않았을 때 일어나는 것은 점잖은 행동이 아니다... 식사를 마치면 반드시 수저를 가지런하게 놓아 손잡이 끝이 상 밖으로 나오지 않게 할 것이다(雖有可怒,對金必降氣安舒,勿啣嗔,勿頓放匙箸,勿太息.)” (pp. 51-80) [12]라 하였다. 또한 “증보산림경제”에는 “남들이 한창 밥을 먹고 있을 때는 절대로 더러운 일에 대하여 이야기를 하거나 내키는 대로 코를 풀고 침을 뱉지 말아야 한다.” (p. 438) [31]라 하였고, “사소절”에는 “남과 함께 앉았을 때 마침 누가 술, 음식, 과실을 대접하는 일이 있으면, 반드시 고르게 나누어 먹어 서로 친밀하게 지내야지 혼자 먹거나 또는 거두어 넣기에 급급하고, 그러고도 오히려 남이 혹 먹기를 청할까 염려해서는 안 된다... 남과 더불어 한 상에서 함께 밥을 먹을 때, 고기니 떡이니 자기가 먹고 싶은 것이 비록 왼쪽에 놓였더라도 끌어다가 자기 앞에 놓지 말고, 각각 한 상을 받았을 때 내가 먹을 음식을 다 먹었으면, 남이 먹을 음식을 더 먹으려고 하지 말 것이다(與人同坐,適有人饋酒食果實,必均分款洽,不可獨食,而且收藏甚忙急,猶恐人之或請食也,饜食之人,與人共食一卓,若肉若餅,己欲食者雖左,毋援置于前,各對一案,我食既訖,毋加食人之所食.)” (pp. 53-56) [12] 하였다. 단정한 모습으로 음식을 대해야 하며, 음식을 모두 먹고 나서도 바른 예절을 지켜야한다는 가르침을 제시하고 있다. 한편 공자의 식생활에 대하여 “논어(論語)”로부터 인용하여 음식섭취에 주의하도록 경계한 바도 있다. “밥이 쉬어서 맛이 변한 것과 물고기의 썩어 문드러진 것과 육류의 부패된 것을 먹지 않았다. 빛이 나쁘면 먹지 않으며, 냄새가 나쁘면 먹지 않으며, 잘 익지 않았으면, 먹지 않으며, 제철의 것이 아니면 먹지 않았다. 뻥 것이 반듯하지 않으면 먹지 않으며, 장(醬)이 식물(食物)과 맞는 것이 아니면 먹지 않았다... 고기가 비록 많더라도 밥보다 더 많이 먹지 않았으며, 술은 한량(限量)이 없었으나 취하여 미란(迷亂)하기에 이르지 않았다.” (pp. 214-215) [13]고 하여 음식을 섭취할 때는 건강에 해가 될 수 있

는 바도 경계하도록 해 왔음을 알 수 있다.

이덕무의 “사소절”은 3개의 편으로 구성되어 남성의 예법을 말하는 사전편(士典篇), 부인의 예법을 말하는 부의편(婦儀篇), 아동의 예법을 말하는 동규편(童規篇)으로 되어 있는데, 다른 규범서보다도 특히 사전과 동규에는 음식을 먹을 때의 예법과 금기사항이 상세하게 기록되어 있다. “사소절”의 부의편에서는 여성을 위한 예법을 기록하고 있는데, 음식을 먹는 예법보다는 음식 만들기에 대한 가르침이 주로 수록되어 있어, 이는 본 고찰에서는 제외하였다. 참고로 “사소절” 사전 (pp. 56-60) [12]에 제시된 구체적인 음식 먹을 때의 예법은 다음과 같다.

- 남과 마주 앉아서 회를 먹을 때는 겨자초장을 많이 먹어서 재채기를 하거나 눈물을 흘리지 말 것(對人喫膾 不可多食芥醬以嚔涕).
- 무우를 많이 먹고 남을 향하여 트림을 하지 말 것(亦勿多食蕪菁, 向人致噫).
- 남이 아직 식사를 마치지 않았다면 비록 급하더라도 변소에 가지 말 것(人未食, 雖急勿登溷).
- 무릇 어포 따위는 자주 냄새를 맡지 말 것(凡脯之鱸類 勿數數嗅焉).
- 고깃국의 기름기는 수저로 깨끗이 먹을 것(羹臠膏膩之 匙以以啖).
- 국의 흐린 장물에 밥을 말아 먹어서는 안 됨(羹之濁醬 不可澆飯).
- 국 속의 생선은 손가락으로 휘저어 부수지 말 것(羹魚, 勿以匙箸攪壞).
- 물 국수를 먹을 때는 입 밖의 남은 부분이 어지러이 국물에 떨어지지 않게 할 것(凡喫水麵, 勿以口餘亂落於水).
- 상치·참취·김에 밥을 싼 싸서 먹을 때는 함부로 손가락이나 손바닥을 쓰지 말 것(蒿菘·馬蹄菜·海苔包飯, 勿徒使指掌).
- 너무 싼을 크게 싸서 입 안에 넣기가 어렵게 하지 말 것(勿大包難容口).
- 고기 뼈는 빨지 말고 씹지 말 것(魚肉餘骨 勿吮勿齧).
- 계장 딱지에 밥을 비벼 먹지 말 것(勿以蟹筐調飯).
- 참외는 반드시 칼로 쪼개서 먹을 것(甘瓜, 必刀瀹片食).
- 수박은 씨를 자리에 뱉지 말고, 이빨로 쪼개지 말 것(西瓜, 勿犀噴於席, 勿判犀以齒).
- 무우나 배나 밤을 먹을 때는 자주 씹어 사각사각 소리를 내지 말고, 국수와 국이나 죽을 먹을 때는 갑자기 들이마셔 후루룩 후루룩 소리를 내지 말고, 물을 마실 때는 목구멍 속에서 꿀꺽 꿀꺽 소리나게 하지 말 것(噉菁若梨栗, 勿數嚼漱聲, 喫麵若羹粥, 勿頓吸輾輾有響, 飲水, 勿使喉中汨汨).
- 밥을 앞에 놓고 기침하지 말고, 밥을 먹으면서 웃지 말고, 하품하

지 말고, 밥을 다 먹고 물을 마시고 난 뒤 다시 짠 반찬을 씹지 말 것(當食勿咳, 方食勿笑, 既食勿欠, 飯已飲水, 毋即更喫鹹饌).

- 술이 비록 독하더라도 눈살을 찌푸리고 ‘카아’ 하고 숨을 내쉬어서는 안 되고, 빨리 마셔서는 안 되며, 혀로 입술을 빨아서는 안 됨(酒雖烈, 不可蹙眉呵氣, 不可疾飲, 不可以舌掠唇).
- 밥이나 국이 뜨거워도 입으로 불지 말 것(飯羹, 雖赫熱, 勿口吹也).
- 콩죽이나 팥죽은 손가락으로 휘저어 삭게 하지 말 것(大菘小菘之粥, 勿以匙攪之, 使之稀薄).
- 김치가 한 입에 다 들어가지 않거든 씹어 끊으며, 나머지는 다시 제자리에 갖다 놓지 말고, 따라 한 쪽에 놓아두었다가 다 먹어 남기지는 말 것(菹若不容一口, 嚼而斷之, 勿更反其餘也, 別置案中, 竟嚼無餘).

이라고 하였다. 또한 “사소절” 동규(pp. 278-316) [12]에 제시된 음식 먹을 때의 예법을 제시하면 다음과 같다. 어린이의 음식예법은 좀 더 세세한 가르침으로 제시한 바를 볼 수 있다.

- 음식을 먹거나 말을 하지 않으면서 입을 항상 딱 벌리고 있는 것은 바른 몸가짐이 아님(非飲食言語, 而口常哆然, 非正容也).
- 음식을 서로 다투고 사양하지 않는 것(飲食相爭, 不相推讓).
- 어른이 식사하는 것을 보고 침을 흘리면서 바라봐서는 안 됨(見長者方食, 不可流涎而企之).
- 어른이 주지 않더라도 원망하지 말 것(雖不與之, 勿須恨也).
- 밤참을 많이 먹지 말 것(夜饌勿多食).
- 먹은 뒤에 곧 눕지 말 것(食後勿即臥).
- 음식 먹을 때 부스러기를 혀로 핥지 말 것(凡飲食, 屑不可舌舐).
- 국물을 손가락으로 짚어 먹지 말 것(汁不可指挹).
- 밥을 먹을 때는 웃음을 터뜨리지 말 것(當食勿放笑).
- 물기 있고, 맵고 짠 반찬을 맨손으로 먹고 나서 그 손으로 얼굴과 눈을 문지르거나 배나 등을 긁거나 책을 집어 들거나 옷실에 닦지 말 것(濡濕辛鹹之饌, 勿徒手面啖, 仍于揩面目, 搔腹背, 揭書帙, 拭衣襟).

등이다. 즉, 규범서에 나타난 밥상머리 예절교육 내용에는 먹을 때 소리를 내지 않고 먹도록 하며, 어른보다 나중에 먹고, 음식을 먹고 난 후에도 예절을 지켜야 한다는 등 어릴 때부터 올바르게 음식 먹는 예의바른 자세를 몸에 익혀야 하고, 타인에게 불쾌감을 주지 않아야 함을 경계하고 있다. 타인과 식사 할 때는 겸손한 태도를 취할 것과 염치없는 행동을 삼갈 것을 강조하면서 세세한 주의사항을 일깨웠던 것이다.

## 6) 부모와 조부모로부터 배우기

전통사회에서의 생활교육은 가정교육이 그 중심이 되었다. 자조기능을 습득할 수 있는 일상생활교육, 예의범절 등은 부모와 조부모에 의해서 이루어졌으며, 이른바 비형식적, 비제도적인 교육이었다[20]. 가정에서의 훈육과정을 통하여 자녀들은 스스로 살아갈 힘을 키우게 되었다. 따라서 혼자 식사하기, 배변, 옷 입기, 신발 신기 등은 가장 기초교육으로 중요하게 이루어졌다. 이 교육은 오늘날 유아교육기관에서 기본생활습관 교육으로 강조되고 있는 바이기도 하다. 어머니가 자식을 낳아 기본적으로 가르쳐야 할 교육내용은 규범서인 “내훈”의 모의장(母儀章)과 “사소절” 부의편 교육(教育)에 명시되어 있다. 특히 밥상머리 교육으로는 자녀로 하여금 음식을 탐하는 것을 금하도록 가르치라 하였다.

가정에 손님이 오시거나, 대소사가 없을 때에는 남아는 아버지나 할아버지와 겸상한 식사 상을 받았으며, 이때 식사예절을 배우게 되었다. 어른과 함께 식사할 때의 예법과 수저사용방법 등도 익혔다.

젓가락이 부족했던 서민가정에서는 아동들에게 젓가락이 주어지지 못했다고 하며, 천민의 경우는 시집, 장가들 나이에야 젓가락질을 할 수 있었다고 한다. 양반일수록, 가계(家格)이 높을수록, 남아일수록, 젓가락을 보다 빨리 격식을 갖추어 사용할 수 있었는데, 이는 젓가락이 부족한 가정에서는 여아보다 남아에게 젓가락을 우선적으로 주기 때문이었다고 한다[23]. 이는 남아가 외부 활동이 많아지고, 다른 가정에 손님으로 갔을 때라도 격식 갖춘 식사예절을 지킬 수 있도록 하기 위함이었다.

한편 Yoo [35]의 “한국의 전통육아방식”에서는 밥상머리 예절교육의 내용을 다음과 같이 정리하였다.

- 음식을 흘리지 말 것.
- 국과 밥을 일정한 비율로 동시에 먹을 것. 밥만 먹고 국에 손대지 않거나, 국물만 먹거나, 또는 국물만 남기는 것은 허용되지 않음.
- 밥을 흘려가며 지저분하게 먹지 말 것.

- 밥을 그만 먹을 듯이 잘라가며 먹지 말 것.
  - 숟가락을 너무 멀리 또는 너무 가까이 잡지 말 것.
  - 먹기 전에 자기 몫을 덜어내지 말 것.
  - 밥숟갈이 커야 부자가 된다.
  - 밥 먹기 전에 간장을 먼저 찍어 먹음.
  - 음식을 입에 물고 말하지 말며, 특히 식사 시 이야기를 하거나 웃지 말 것.
  - 음식을 흘리지 말 것.
  - 어른이 먼저 수저를 들기 전에 아이가 수저를 잡지 않는다.
  - 맛있는 반찬은 어른이 먹으라는 말씀이 있으셔야 먹는다.
  - 음식을 손가락으로 집어 먹지 말며,
  - 자기 몫의 음식, 특히 밥과 국을 남기지 않으며,
  - 특정 음식을 편식하지 않으며,
  - 음식을 흘리지 않으며,
  - 음식 먹으며 손과 발을 떨지 말며,
  - 웃어른이 식사하실 때 눕지 말며,
  - 식사 때 남의 집에 가지 말며,
  - 남이 음식 먹는 것을 보고 침을 삼키지 말며,
  - 맛있는 음식을 서로 먹으려 다투지 말며,
  - 음식을 먹는 도중에 어른이 들어오시면 수저를 음식그릇에 걸쳐 놓은 채 일어선다.
- 는 등의 구체적인 가르침이 언급되어 있다.

각 규범서에 제시되어 있는 밥상머리 예절교육의 내용은 Table 2에 제시하였다. 유아들의 발달 수준에 맞는 식사예절 가르치기, 오른손으로 식사하기 등의 교육내용이 있으며, 올바른 수저사용법, 음식에 대하여 자기절제하기, 웃어른과의 식사예절 지키기, 음식을 대하는 태도, 부모로서 식사법 바르게 교육하기 등의 내용이 제시되어 있다. 조선 초기부터 후기까지 읽혀온 각 규범서 중에서도 특히 “소학”과 “내훈”을 비롯하여 “사소절”에는 밥상머리 예절교육 내용이 비교적 상세하게 기술되어 있어서, 실생활에서

Table 2. Dining Table Courtesy Education Stated in Each Book on Social Norms

Content	Book of social norms						
	Sohak	Naehun	Dongmong-suji	Seonghak-jibyo	Gyeongmong-yogyoel	Jeungbo-sallimgyeongje	Koam-gahoon
Table manners considering a child's development level	●	●		●			
Dining with a right hand and use of spoons and chopsticks	●	●	●	●			●
Self-discipline	●	●		●	●		●
Table manners with seniors	●	●	●				●
Attitudes to food						●	●
Educate table manners as a parent		●		●			●

Table 3. Relationship between the Courtesy Education at the Dining Table in the Books of Social Norms and the Core Values of the Personality Education

Content	Core values of the personality education							
	Courtesy	Filial duty	Honesty	Responsibility	Respect	Solicitude	Communication	Cooperation
Table manners considering the children's development level	●							
Dining with the right hand and use of a spoon and chopsticks	●							
Self-discipline	●	●		●	●	●		
Table manners with seniors	●	●			●	●		
Attitudes to food	●				●	●	●	●
Educate table manner as a parent	●			●				

잘 익혀 실천할 수 있도록 계도해 왔음을 짐작할 수 있다. 그리고 특히 자기 절제하기는 “소학,” “내훈,” “성학집요,” “격몽요결,” “사소절,” “고암가훈” 등에 공통으로 언급되어 있다.

## 2. 교육의 현대적 의의

앞서 연구 방법에서 언급했듯이 규범서의 각 6가지 밥상머리 예절교육의 내용은 규범서에서 반복되어온 내용으로 현재 인성교육 핵심가치와의 관련성에 대하여 전문가집단인 인성교육을 현장에서 지도하고 있는 전공자들의 3차에 걸친 토의와 합의를 도출하여 제시하였다. 규범서에 나타난 밥상머리 예절교육의 내용이 현대사회에서 특히 인성교육의 핵심가치와의 관련성을 나타낸 것은 Table 3과 같다.

밥상머리 예절교육은 전통사회에서 중심이 되는 가치로 ‘예(禮)’의 실천을 기본으로 하고 있음을 알 수 있다. 이 가르침이 갖고 있는 현대적 의의를 다음 몇 가지로 논의해 보고자 한다. 이는 Table 4에 정리하여 제시하였다.

첫째, 유아의 발달 수준에 맞는 식사예절교육의 의의를 찾을 수 있다. 전통사회에서는 규범서 고찰에서 보았듯이 유아의 발달

수준에 맞추어 음식 먹기, 숟가락 사용하기, 젓가락 사용하기, 음식남기지 않기 등 상세한 가르침이 이루어졌었다. 이는 현대 유아교육에 있어서도, 유아의 발달수준에 맞춘 지도를 강조하고 있다는 점에서 볼 때 매우 의미가 깊다. 특히 만 3-6세는 전두엽의 뇌기능이 발달하며 예절과 인성교육이 필요한 시기로 유아가 자조기능을 습득할 수 있도록 훈육되어야 하는데[22], 이러한 교육적인 지혜가 전통사회에서도 적용되어 왔던 것이다. 뿐만 아니라 유아의 정서발달, 사회성발달, 인지발달은 인성과 관련성이 깊어 [22], 유아의 발달 수준에 맞는 가정에서의 밥상머리 교육은 유아의 통합적인 발달에도 의미가 크다 할 것이다. 그러나 오늘날 밥상머리 교육도 유아교육기관으로 옮겨지고 있고, 특히 최근 연구들을 보면, 보다 적극적으로 유아 발달 수준에 적합한 다양한 밥상머리 교육활동 개발과 활용이 요구[3]되고 있다.

둘째, 한국음식의 특성에 맞도록 오른손으로 식사하는 예절의 가르침을 찾을 수 있다. 음식을 먹을 때 오른손 사용과 수저사용법을 가르치도록 기술된 각 규범서를 보면, 오래도록 유지해온 한국의 음식문화와 무관하지 않다. 한국 음식은 국이나 죽, 탕, 찌개 등 물기가 많고 따뜻한 음식이 주류를 이루고 있으므로, 우리의 음식

Table 4. Cultural and Educational Meanings of Dining Table Courtesy Education in the Books of Social Norms

Content	Cultural and educational meanings
Table manner considering children's development level	- Include the original values of dining table courtesy education applicable to a children's education institute
Dining with the right hand and use of a spoon and chopsticks	- Unique table manners that reflect the long-term characteristics of Korean food - Use of a spoon and chopsticks suitable for the characteristics of Korean food that have numerous soups and warm foods - Prohibit the simultaneous use of spoon and chopsticks and easy tools of utensils when eating a meal
Self-discipline	- Control of one's appetite for food, consider others, and practice sharing of education
Table manners with seniors	- Learn how to eat a meal with a senior and learn the value of respect
Attitudes to food	- Learn to thank people who prepare food and value food - Learn consideration for and communication with others in regards to the dietary culture of a community
Eat a well-balanced meal	- It says parents have the main responsibility for courtesy education at the dining table.



예법으로는 손으로 음식을 직접 집어 먹는 것은 삼가도록 했다. 한국의 수저는 삼국시대부터 중국과 일본과는 다른 형태와 재질을 바탕으로 만들어져, 고유의 문화적 정체성을 확립하는 수저문화를 탄생시켰다[18]. 한·중·일 모두 수저 문화권에 속해 있었으나, 중국에서는 송나라 때부터 숟가락이 수저 문화권에서 탈락하여 젓가락 문화권이 되고, 일본도 중국과 같은 무렵 숟가락이 탈락하였으나, 동양 삼국에서 우리나라만 유독 오늘에 이르기까지 수저 문화권을 유지하고 있는데, 이는 송유주의자들이 공자시대에 숟가락 사용을 그대로 유지해온 것으로 해석되고 있다[24]. 따라서 수저사용은 오늘날까지 한국의 식생활문화로 자리매김 되었고, 최근 한류와 더불어 대표적인 건강음식으로 꼽히게 된 한국음식문화에 관심이 많아진 외국인들에게 수저 사용법은 한국문화체험에도 적용되는 교육 프로그램이 되고 있다. 특히 오른손 사용에 따라 밥과 국의 위치가 정해져 밥은 왼쪽에 국은 오른쪽에 배치가 된다. 또한 따뜻한 반찬과 차가운 반찬의 위치도 정해지게 된다. 오늘날에는 우리사회에 다양한 이국문화가 공존하고 있고, 유아의 발달을 자연스럽게 유도하기 위해 음식을 먹을 때 오른손 사용을 반드시 교육해야 할 것인가에 대한 이견도 있겠으나, 강압적으로 오른손 사용을 요구하기 보다는 한국의 문화교육 차원에서 수용하고 전수하는 교육적 접근이 필요하다고 여겨진다.

셋째, 우리의 밥상머리 예절교육은 자기절제의 훈육과 공동체 삶과 나눔, 배려, 소통 등의 가치를 담고 있다. 한국인들은 음식과 식사를 귀하게 여기고 즐기면서도 유교 사상적 영향 “논어” 학이[學而], 君子食無求飽 아래 예절을 중시하고, 간소하게 식사를 해 왔다. 그리고 식시오관[11]에서도 알 수 있듯이, 음식을 준비한 분들에 대한 감사는 물론이고, 함께 식사하는 예절을 매우 중요하게 여겼다. 음식을 중심으로 하여 공동체적 유대감을 느낄 수 있는 가장 기초적이며, 의미 있는 교육으로서 밥상머리 교육 특히 밥상머리 예절교육에 대하여 공동체적인 관심과 실천이 필요하다. 특히 어른들과 음식을 함께 먹으며 자기가 좋아하는 것만 탐하여 먹는 것을 절제하도록 가르쳐 왔다는 점은 예절교육의 핵심이 된다. 최근 Bae 등[1]의 연구에서는 아버지 또는 어머니와 함께 하는 가족 식사 빈도와 의사소통이 청소년의 삶의 만족에 유의한 영향을 미치는 것으로 확인되었다. 또한 Lee 등[21]의 연구에서 가족동반 식사가 자녀의 심리에 영향을 미치고 가족식사를 자주하는 초등학교생집단과 그렇지 않은 집단 간의 삶의 만족도에 유의한 차이가 나타나는 등 가족과 함께 하는 식사 공동체문화의 경험은 삶에 있어서 다양한 의미와 가치를 내포한다는 점이 주목되고 있다. 음식을 먹을 때 자기절제 하기, 웃어른과 함께할 때의 식사예절 지키기, 점잖게 음식 대하는 태도 익히기, 더럽고 불쾌한

말 안하기, 고르게 나누어 먹기 등은 우리의 공동체적 음식문화에서 더욱 강조된 바다. 우리나라 사람들은 ‘혼자서 밥 먹기’를 즐겨하지 않는다. 요즘은 혼자 먹는 식생활문화를 칭하는 ‘혼밥,’ ‘혼술,’ ‘혼밥족’이라는 유행어가 등장하고 있고, 인터넷 포털 사이트 사전에도 수록되는 상황에 이르렀다. 이는 한국인의 정서나 음식문화와 예법과는 거리가 멀어지고 있는 시대상을 단적으로 보여준다. 점점 개인화되어가고, 면대면의 교류가 적어지는 생활문화가 ‘음식’을 공유하지 못하는 데에서 극명하게 보이고 있는 것이다. 우리는 함께 음식을 나누는 공동체 문화를 선호해 왔다. 이는 Lee [16]의 한국음식문화에 나타나는 융복합성 고찰에서도 이미 언급된 바 있다. 즉, 한국인의 식문화(食文化)는 예절을 중시하고 음식을 통해 남과 정(情)을 나누고자 하는 의식이 강하여 인본주의적인 성격이 강하다고 분석하였다. 이러한 특성으로 인해 함께 식사할 때 지켜야할 예법을 특히 강조해 왔다고 보인다. ‘식사를 같이 한다’는 것은 다른 사람을 배려하고, 존중하며, 함께 한다는 뜻이 강하다. 음식을 먹을 때 특히 조심하고, 너무 많이 먹지 않도록 절제하며, 상대방에게 불쾌감을 주는 행동은 절대로 삼가도록 해왔다. 본문에 제시했던 “사소절”에 수록된 상세한 밥상머리 예절교육 내용에 보면 절제와 배려, 존중, 협동 등 이러한 경계의 가르침을 확인할 수 있다.

넷째, 밥상머리 예절교육은 부모와 조부모의 책무로 이루어졌다는 점이다. 부모의 가정교육은 모든 교육의 근간이며, 사회가 변화하였다 하여, 부모로서의 책무가 변화하는 것은 아니다. 최근 Jo와 Choi [6]의 연구에서도 나타났듯이 유아의 식습관과 자기조절력이 어머니의 양육 행동 간에 관계가 있음을 볼 때, 자녀의 밥상머리교육을 위해서는 부모의 역할이 변함없이 중요함을 알 수 있다. 그럼에도 불구하고 가정의 교육적 기능 중 많은 내용이 사회로 이전되어, 가정보다는 교육기관을 중심으로 가정에서 이루어졌던 기초교육이 강조되고 있다. Choi와 Choe [3]의 선행 연구에서 언급했듯이 교육기관에서 밥상머리 예절교육을 시행하는 교육 프로그램의 구안을 모색하고 있다. 그러나 과거 좌식생활과 한국음식 중심의 밥상머리 예절교육은 현대사회의 변화된 주거형태와 식탁문화, 다양해진 다국적 음식문화의 보편화를 볼 때, 재고가 필요하다. 교육기관에서는 한국음식을 중심으로 한 예절교육보다는 서양식 식탁매너를 비롯하여 중국, 일본, 동남아시아 등 다양한 이국적 음식문화에 맞는 매너교육에 집중하고 있는 경향도 있다. 따라서 가족이 식사를 함께 한다는 측면에서의 긍정적 효과는 물론이고, 한국의 밥상머리 예절교육을 위해 사회 환경 변화를 반영하되 효과적으로 진행할 수 있는 방법을 강구해야 한다. 필자는 한국음식에 맞는 예절교육을 선행 학습하여 우리문화

에 대한 깊이 있는 이해와 실천계도를 기본으로 하고, 식생활문화의 변화에 따른 각국의 테이블 매너를 습득할 수 있도록 순차적으로 교육해야 함이 필요하다고 본다.

다섯째, 밥상머리 예절교육은 현대의 인성교육을 위한 핵심 가치를 담고 있다고 생각한다. 지난 2015년 7월 시행된 “인성교육진흥법”에서 제시하는 인성교육의 핵심가치를 중심으로 밥상머리 예절교육과의 관계를 논의해 볼 수 있다. “인성교육진흥법” (법률 제13004호, 2015.1.20. 제정) 제2조(정의) 1항에 명시된 “인성교육”이란 자신의 내면을 바르고 건전하게 가꾸고 타인 공동체 자연과 더불어 살아가는데 필요한 인간다운 성품과 역량을 기르는 것을 목적으로 하는 교육을 말하고 있다. 또한 2항에는 “핵심가치 덕목”을 인성교육의 목표가 되는 것으로 예(禮), 효(孝), 정직, 책임, 존중, 배려, 소통, 협동 등의 마음가짐이나 사람됨과 관련된 핵심적인 가치 또는 덕목을 말한다고 되어 있다. 이러한 인성교육의 기본방향을 제 5조에 제시한 바에 따르면, 인성교육은 가정 및 학교와 사회에서 모두 장려되어야 하며, 인간의 전인적 발달을 고려하면서 장기적 차원에서 계획되고 실시되어야 한다고 되어 있다[23].

이와 같은 인성교육진흥법의 제정을 기초로 볼 때, 규범서에서 제시되어 온 밥상머리 예절교육의 내용과의 연관성은 예(禮), 효(孝), 책임, 존중, 배려, 소통, 협력 등 7가지의 핵심가치에서 찾아 볼 수 있었다.

아동의 발달단계별로 적합한 식사예절을 배워 나가는 것은 각 시기에 맞는 인지발달을 비롯하여 신체발달, 정서발달 등 정도의 차이가 있기 때문이며, 이러한 발달은 인성과 관련되어 있다는 점에서 의의가 있다[22]. 따라서 우선적으로는 수저사용법을 배우는 등 유아부터 성장 시기에 맞춘 바른 행동을 유도하는 교육은 중요하다. 아동은 교육 내용을 인지하고, 스스로 할 수 있다는 수용 가능성이 있을 때 좌절감 없이 습득하고, 자연스럽게 발달해 나갈 수 있기 때문이다. 음식을 먹을 때 좋아하는 음식만을 탐하지 않고, 자기절제를 하며, 웃어른과의 식사예절 등을 지키도록 하는 가르침은 예(禮), 효(孝), 책임, 존중, 배려 등의 가치와 관련이 깊다고 생각한다. 또한 소란스럽게 음식을 먹기보다는 음식을 만들어 주신 분에 대한 감사함을 표하며 점잖게 음식을 대하는 태도는 예(禮), 존중, 배려, 소통의 가치를 배우게 되는 것으로, 음식을 먹을 때 더럽고 불쾌한 말을 하지 않도록 하는 등의 태도를 익히는 것은 예(禮), 배려, 소통을 터득하게 한다. 또한 고르게 나누어 먹는 태도를 갖게 하는 것은 공동체의 식생활문화를 강조하고, 음식 나눔을 미덕으로 여겨 왔던 문화적 가치와 더불어 인성교육적 측면에서 예(禮), 배려, 협력의 가치를 함양하게 하는 의미

를 담고 있는 것으로 보인다. 자녀의 밥상머리교육을 위해서는 부모로서 그 교육의 책임을 저야하는 바에서는 예(禮)와 책임의 가치를 지향하고 있는 것이라 볼 수 있다.

따라서 인성교육의 핵심가치와 연관성을 갖고 있는 규범서에 나타난 밥상머리 예절교육의 원형을 근거로 프로그램을 구안하고 이를 실천 계도함으로써 인성교육에서 지향하는 예(禮)와 효(孝) 존중, 배려, 소통, 협력, 책임의 가치지향을 실현해 갈 수 있을 것이다.

## 결론

본 연구에서는 조선시대 규범서에 나타나 있는 밥상머리 예절교육의 내용 고찰을 토대로 하여, 전통적인 우리 고유의 밥상머리 예절교육이 갖고 있는 현대적 의의와 오늘날 인성교육에서 지향하는 핵심가치와의 연관성을 논의해 보았다.

자녀의 밥상머리 예절교육 내용이 조선시대의 규범서에 수록되어 있다는 것은 오늘날 교육적 차원에서 활용될 수 있는 교훈임과 동시에 생활문화계승 차원의 의의를 제공한다. 본 연구는 현대와 가까운 대표적인 전통사회인 조선왕조 500여년 기간 동안 대표적으로 임혀져 왔던 “소학, 내훈, 동몽수지, 격몽요결” 등 실증적 문헌자료인 규범서에 밥상머리 예절교육의 구체적인 교육내용이 수록되어 전해지고 있다는 점을 고찰하고, 이를 토대로 현대의 인성교육으로 적용될 수 있는 문화적·교육적 가치를 찾아보았다는 점에 대해 의의를 두고자 한다. 고찰 내용을 몇 가지로 정리해 보면, 발달에 맞는 식사예절에 대한 가르침, 수저의 사용방법, 음식에 대한 과욕을 절제하고 함께 음식을 먹는 사람들을 배려하고 나누기, 음식을 준비해 주신 분에 대한 감사와 음식을 소중히 하는 태도, 공동체 식생활문화를 기본으로 배려와 소통배우기, 부모로서 자녀의 밥상머리 예절교육에 대한 책임을 인식하기 등의 내용으로 요약할 수 있다. 이는 오늘날 인성교육의 핵심가치와도 연계되어 있음을 볼 수 있었다. 다만, 보다 광범위한 고문헌 자료의 수집과 분석이 되지 못한 연구의 한계점을 간과할 수는 없다. 본 연구에서 살펴본 규범서 이외에 전기, 가훈, 일기, 수필 등 다양한 고문헌 자료 수집을 통한 후속연구의 과제가 남아있다.

밥상머리 예절교육에는 오늘날 급속한 변화로 인한 관계성 단절의 심각함을 해소하고, 삶의 기초가 되어야 할 교육임과 동시에 흔들리고 있는 인성교육을 되살리는 해결의 실마리가 담겨 있다. 따라서 가정, 학교, 사회의 깊은 공감대와 더불어 보다 밥상머리

예절교육의 실천성을 강화하도록 실용적 교육프로그램을 구안하고, 교육 확대를 위한 사회적 지원노력 등이 필요하다. “밥상머리 교육 학부모용 길라잡이”[2] 등과 같은 정책 자료의 보급은 매우 유의미하다고 판단된다. 밥상머리교육 실천지침 10가지를 제시하여 일주일에 두 번 이상 ‘가족식사의 날’을 가지고, 가족이 함께 식사를 준비하고 함께 먹고 함께 정리하는 등을 지키도록 하고 있다. 또한 건강가정지원센터를 중심으로 한 교육프로그램[26]을 적용하는 바도 매우 고무적이라고 본다. 따라서 앞으로는 그 뿐만 아니라 교사용 지침서 개발이나, 유치원, 초·중·고등학생을 대상으로 하는 각종 교육자료 등도 개발되어야 할 것으로 본다. 특히 밥상머리 교육과 관계가 깊은 가정과 교과과정 등에 적용된다면, 보다 실천성이 담보될 수 있을 것으로 생각한다. 한 가지 더 제안을 한다면, 전통사회에서의 밥상머리 교육의 내용을 현대사회에 맞게 지침서를 만들어 가정, 어린이집, 초·중·고에 보급하는 것은 물론이고, 어른들을 위한 매뉴얼을 개발하여 자녀만이 아니라 부모교육, 직장교육의 내용에도 반영이 된다면, 생활에서의 실천이 보다 용이해질 것이다. 가족이 함께하는 식사시간을 늘리도록 하고, 가족사랑의 날에도 가족식사시간을 통해 가정 내에서도 적극적으로 실천하도록 계도한다면, 가족 간의 원활한 의사소통을 확대하는 것뿐만 아니라, 우리의 올바른 밥상머리 예절교육을 실현해 나갈 수 있을 것으로 확신한다.

그리고 앞으로 해당 분야의 후속연구도 적극적으로 수행되기를 기대한다. 본 연구에서는 밥상머리 예절교육과 인성교육과의 관련성을 논의해보는 시론적인 수준에 머무는 한계점을 갖고 있다. 따라서 앞으로는 이를 사회조사방법을 통해 관련성을 밝혀내는 실증적인 연구가 필요하다. 또한 밥상머리 예절교육을 토대로 한 유아, 초등학교, 중고등학교 학생을 대상으로 실시할 수 있는 각각의 교육프로그램을 개발하여 적용하고, 효과성을 분석하는 연구들이 필요하다. 유아예절연구 동향[7]에서도 언급되었듯이, 이러한 연구는 각 성장 시기에 맞춘 효과적인 교육프로그램의 확대를 위해서는 선행되어야 할 필요한 과정이다. 프로그램 효과분석 연구를 통해서 밥상머리 예절교육이 성장기 자녀의 사회적, 심리적 제 변수에 미치는 긍정적 교육효과를 검증해 볼 수 있을 것이다. 예절교육과 인성교육의 핵심에는 가정과 교육기관이 옹고 그림의 실제적 적용을 위해 일관성 있는 공동의 교육적 노력이 무엇보다 필요하다. 따라서 가정 내에서 부모들의 밥상머리 예절교육과 교육기관에서의 밥상머리 예절교육의 불일치를 파악하고, 학부모와 교사가 연계한 일관성 있는 밥상머리 예절교육 지도가 될 수 있도록 부모 교육 프로그램 고안 등 실천적 방안을 모색하는 연구도 수행되어야 할 것이다.

## Declaration of Conflicting Interests

The authors declared that they had no conflicts of interest with respect to their authorship or the publication of this article.

## Acknowledgments

This work was supported by an academic research grant of Sungshin Women's University in 2015.

## References

1. Bae, H., Ok, S. W., Yang, K. S., & Chung, G. H. (2013). The influence of family meal frequency on the life satisfaction of adolescents: Mediating effect of communication with parents. *Korean Journal of Youth Studies*, 20(4), 125-149.
2. Center for Family-School Partnership Policy Research at Seoul National University. (2015). *Manual of the education at the dining table*. Seoul: Ministry of Education, Science and Technology.
3. Choi, M. S., & Choe, S. M. (2013). The effect of table manners education on the self-esteem and perspective taking abilities of young children. *The Journal of Eco-Early Childhood Education*, 12(3), 81-103.
4. Haeoreum Hangeul Geulseohoe. (2004). *Yeosaseo*. Seoul: Daunsaeam.
5. Jeong, C. W. (2015). *Understanding and practice of humane education*. Paju: Kyoyookbook.
6. Jo, Y. N., & Choi, Y. Y. (2010). A study on the relationship between children's eating habits and self-control and the mediating effect of mother's fostering activity. *Korea Journal of Child Care and Education*, 61, 217-233.
7. Ju, Y. A. (2009). Research trends of children's manners on the related thesis & dissertation in Korea. *Journal of Korean Home Management Association*, 27(5), 43-57.
8. Ju, Y. A., & Park, S. H. (1999). Reflections on the contents of disciplinary books for young children of Chosun dynasty. *Journal of the Korean Society of Women's Culture*, 6, 149-174.
9. Ju, Y. H. (2011). *Food humanities*. Seoul: Humanbooks.
10. Kim, S. K. (2014). *The difference of junior high students social and moral development upon the education of the table manner* (Unpublished master's thesis). Myongji University, Seoul, Korea.
11. Lee, B. (1975). *Gyuhapchongseo* (Y. W. Jeong, Trans.). Seoul: Pochinchai.
12. Lee, D. M. (1993). *Sasojeol* (J. G. Kim, Trans.). Seoul: Myeongmundang.
13. Lee, G. J. (2006). *The analects of Confucius*. Seoul: Salim.

14. Lee, H. A. (2014). Influence of family mealtime on the childrens' school adaptation: Using the data collected by parents. *Journal of Korean Family Resource Management Association*, 18(3), 103-116.
15. Lee, H. A., & Choi, I. S. (2013). Influence of family mealtime and family functioning on early adolescents' school adaptation. *Journal of Korean Home Management Association*, 31(3), 1-13.
16. Lee, H. H. (2010). A study on the convergence in Korean food culture. *The East Asian Ancient Studies*, 23, 475-502.
17. Lee, K. K. (1976). *Koamgahoon* (M. S. Lee, Trans.). Seoul: Eulyoo Publishing.
18. Lee, S. E., & Yun, M. H. (2014). Characteristics of chopsticks in Korean culinary culture. *Journal of the Korean Society of Design Culture*, 20(4), 481-492.
19. Lee, Y. M. (1995). *A research of children's education in Korean traditional society* (Unpublished master's thesis). Sungshin Women's University, Seoul, Korea.
20. Lee, Y. M. (1989). *The research for the education of women as found in the norm of Yi-dynasty* (Unpublished doctoral dissertation). Sungshin Women's University, Seoul, Korea.
21. Lee, Y. M., Lee, K. W., & Oh, Y. J. (2009). The perceptions and attitudes of elementary school children towards family meals. *Journal of the Korean Dietetic Association*, 15(1), 41-51.
22. Ministry of Education, Science and Technology, & Korea Institute of Child Care and Education. (2012). *Teacher's parents interview guide book*. Seoul: Ministry of Education, Science and Technology.
23. Ministry of Government Legislation. (2015). The Character Education Promotion Act, Article 2, Clause 1-5. Retrieved October 24, 2015, from [www.moleg.go.kr](http://www.moleg.go.kr)
24. Oh, J. B. (2003). *A study on the changes of table manners: Modern and present times* (Unpublished master's thesis). Kyonggi University, Suwon, Korea.
25. Park, G. Y. (2013). A case study on table manners. *Journal of Sunbimunhwa*, 24, 77-85.
26. Park, J. Y., Song, H. R., Chun, S. Y., & Kye, S. J. (2015). Study on the program development for the family friendly culture in healthy families center: Focused on the cooking program of parents and children. *Journal of Korean Family Resource Management Association*, 19(4), 121-140.
27. Park, J. H. (2014). *Comparison of the behavior and the table manners of the elementary school student depending on the meal type: Comparison of family meal, alone meal and meal skipper groups* (Unpublished master's thesis). Daejin University, Pocheon, Korea.
28. Park, S. H. (1999). *A study on children's education at home: With emphasis on character building books of Chosun dynasty* (Unpublished doctoral dissertation). Sungshin Women's University, Seoul, Korea.
29. Park, S. M. (1986). *Dongmongseonseup* (G. S. Lee, Trans.). Seoul: Hongshin Publishing.
30. Queen Sohye. (1984). *Naehun* (W. J. Yug, Trans.). Paju: Youlhwadang Publisher.
31. Rural Development Administration. (2003). *Jeungbosallimgyeongje*. Suwon: Rural Development Administration.
32. SBS Special Production Team. (2011). *Small miracles at table*. Seoul: Readersbook.
33. Weinstein, M. (2006). *The surprising power of family meals* (S. H. Kim, Trans.). Seoul: Hans Media Publishing.
34. Yi, I. (2008). *Seonghakjibyo, Gyeongmongyogyoel* (S. Go, Trans.). Seoul: Dongsuh Press.
35. Yoo, A. J. (1986). *The method of Korean traditional childcare*. Seoul: Seoul National University Press.
36. Zhu, X. (1989). *Sohak* (G. S. Lee, Trans.). Seoul: Hongshin Publishing.