

평양의 역사유적을 찾아서

고려시기의 돌성 - 마고성

우리의 취재길은 고려시기의 유적인 강동군에 있는 마고성으로 이어졌다.

목적지에 도착한 우리는 동행한 립금석 평양시민족유산보존사업실장의 설명을 들으며 마고성을 돌아보았다.

마고성은 현재 평양지방에 원상 그대로 남아있는 유일한 고려시기의 돌성이라고 한다.

당시 성전으로부터 평양을 거쳐 개성으로 가는 길목을 지키는 역할을 한 마고성은 네 면에 성문을 내고 남문에는 적을 치기 위한 시설물인 치까지 쌓았다.

전부 돌로 호름식으로 쌓은 성의 둘레는 약 2.5km, 앞면높이가 3.5m, 뒤면높이는 2~2.5m라고 한다.

립금석실장은 마고성이라는 이름의 유래도 이야기해 주었다.

《전설에 의하면 이 성에 지금으로부터 고조선시립 이전시기에 형성되어 살던 마고족이 있었다고 합니다. 마고족의 족장이었던 마귀할미는 고조선국가성립의 기초를 다져나가던 단군과 대립하게



마고성의 전경



마고성의 성문



성문의 우측성벽

되었습니니다. 그는 서로 통합하여 화목하게 살면서 씨족들간의 분쟁을 막고 큰 힘을 가진 부족으로 다져나가자는 단군의 말을 믿지 않고 통합되면 힘이 약한 자기네 부족은 박달족의 노예가 되고 땅도 빼앗기게 된다고 하면서 싸우려고만 하는 그에게 위력을 보여 굴복시킬 결심

에 군사들을 출동시키였습니니다. 박달족군사들이 기묘한 전술로 마고족군사들의 완강한 방어를 깨고 성을 함락하자 마귀할미는 자살하였다고 합니다.》

우리는 다시금 마고성을 바라보았다.

신조들의 예국의 옛 자취를 찾아볼수 있게 하는 마고성, 그보다 수천년이 나 거슬러올라가 민족의 시조인 단군이 고조선국가를

창립하던 시기의 옛 전설을 안고있는 마고성의 성돌 하나하나도 무심히 볼수 없었다.

장승영

천연기념물 구락리 자리

신계군 구락리는 자라가 많은 곳으로 알려져있으며 자라가 떨어진 곳이라고 하여 《구락리》라는 이름도 생겼다고 한다.

구락리자라보호구역은 신계천과 레성강이 합쳐지는 구락리와 침교리부근의 레성강유역이다.

자라의 등갑의 길이는 20cm정도, 너비는 15cm정도이다.

몸뚱이는 납작하고 등갑으로 둘러싸여있으며 목은 길고 네다리마 꼬리는 짧다. 뒷발에 발가락사막이 있어 물에서 잘 헤엄치며 땅 위에서도 잘 기어다닌다.

주둥이는 뾰족하고 그 끝에 코구멍이 열려있다. 주로 물고기들을 잡아먹으며 연체동물, 갑각류, 벌레들도 먹는다.

평양체육단의 물에뛰어리기 선수 김미래는 지난 기간 여러 국제경기들에서 높은 경기성과로 공화국의 존엄과 영예를 빛내이었다.

그는 2012년부터 물에뛰어리기 선수생활을 시작하였으며 2020년부터는 평양체육단에서 활약하고있다.

2014년 공화국선수권대회부터 물에뛰어리기 여자 10m 고정관종목에서 그는 우수한 성적을 쟁취하여 국내강자로 인정받았다.

그는 마자르에서 진행된 제17차 국제수영연맹 세계선수권대회 물에뛰어리기 여자 10m고정관 동시경기와 혼성 10m고정관 동시경기에서 훌륭한 성과를 거두었다.

이밖에도 제8차 아시아컵 물에뛰어리기경기대회, 2019년 국제수영연맹 물에뛰어리기 세계대회, 세계선수권대회 등 다양한 국제경기들에 참가하여 금메달 4개를 포함한 20여개의 메달을 쟁취하였다.

그는 공훈체육인칭호를 수여받았으며 2017년에 조선민



2021년 조선민주주의인민공화국 10대최우수선수들

물에뛰어리기선수 김미래

주주의인민공화국 10대최우수선수로 선정되었다.

지난 시기에 거둔 경기성과에 자만하지 않고 그는 훈련에서 더 많은 땀을 흘려 자기의 육체기술적능력을 부단히 끌어올리었다.

공간감각이 좋고 동작수행에서 회전속도가 빠르며 정밀기술 동작의 안정성이 높은 그는 2021년에 진행된 태양절경극 만경대상체육경기대회를 비롯한 여러 경기대회 세부종목들에서 높은

기술을 남김없이 발휘하여 5개의 금메달을 획득하였다.

그는 2021년에 조선민주주의인민공화국 10대최우수선수로 선정되었다.

본사기자

조선화 《고양이와 강아지》, 《나무에 오른 고양이》

16세기의 이름있는 화가였던 리암의 대표적인 작품들인 《고양이와 강아지》와 《나무에 오른 고양이》는 한쌍을 이루는 그림들이다.

첫 폭인 《고양이와 강아지》에는 꽃이 만발한 들안에서 성난 고양이와 강아지가 심경이질을 하는 장면이 묘사되어있다.

등을 꼬부리고 털을 곧추세운 고양이는 잔뜩 약이 올랐는데 강아지는 태평스레 엎드린채 고양이를 바라보고 있다.

다음 폭인 《나무에 오른 고양이》는 강아지가 일어서는 순간에 날째 붉은 꽃이 만발한 나무에 올라앉은 고양이를 묘사하였다.

성난 강아지에게 쫓긴 고양이는 재빠르게 나무위로 뛰어

올라가고 고양이를 놓쳐버린 강아지는 더는 어찌지 못하고 고개를 갸웃하고 앉아 나무우를 바라보고 있다.

그 순간 나무가지에 앉아 있던 참새들이 놀라서 날아오고 나무아래에서는 새털을 입에 문 다른 한마리의 강아지가 자기와는 아무런 상관없이 없다는듯 어디론가 가고있다.

작품들은 세심한 관찰로 동물들의 습성과 동작을 깊이 파악하고 거기에 해학적인 내용을 반영한것으로 하



어 리암의 화풍을 잘 보여주고있다.

당대의 동물화들중에서 가장 우수한 작품들에 속하는 이 그림들은 해외에도 널리 알려진 명화이다.

본사기자

목화와 건강

사람과 목색식물은 서로 뿔수 없는 관계를 가지고있다. 흔히 사람들은 대자연의 목색식물속에 들어서면 잠념이 사라지고 정신이 맑아진다고 한다.

목화환경은 사람의 체온을 1~2℃ 내리우며 맥박을 분당 7~8회 적게 뛰게 한다. 또한 호흡을 고르게 하고 혈액류동속도를 떨어우

심장의 부담을 덜어준다. 과학자들은 사람의 체온을 1~2℃ 낮추었다면 생명을 150살까지 연장시킬수 있다는 발견을 하였다.

숲속의 공기에는 음이온이 풍부하며 음이온은 신경계통을 조절하고 혈액순환을 촉진시켜 면역능력을 높일뿐 아니라 혈압을 낮추고 신경쇠약, 폐기종, 관상동맥병 등 질병들을 치료하기도 한다.

동시에 목색식물은 살균작

용을 하며 먼지와 독을 흡수한다. 나무는 연기와 먼지를 파괴하는 파괴기이다. 또한 목색식물은 천연적인 《흡수기》라고 할수 있다.

공업이 부단히 발전하는데 따라 공기중에는 이산화황을 비롯한 유해물질이 대단히 많아지고있으며 인체에 큰 해를 주고있다.

이런 해로운 물질을 흡수하는것이 나무나 꽃, 풀이다. 나무는 그들을 지어 온도를 낮추며 기후를 조절한다. 소음도 사람의 건강에 해로운데 너비가 40m나 되는 숲지대는 10~15dB의 소음을 막아낸다.

본사기자

뛰어난 피부미용효과, 여성들속에서 인기



으로 배합된 이 제품은 종전과는 완전히 구별되는 방식으로 놀라운 피부미용효과를 나타낸다.

여기서 기본본질이 바로 피부세포가 자체로 수복갱신될수 있도록 인체에 지령을 주고 밝

은 세포와 새 세포사이의 갭신속도를 조절해주는 역할을 수행하는 상피성장인자이다.

상피성장인자물질은 갓난아이에시기에 가장 많은데 20대부터는 급격히 감소되기 시작한다.

이로 하여 세포증식능력이 저하되고 콜라겐과 히알루론산과 같은 기능성성분들의 함량도 떨어진다 피부는 점차 주름살과 검은 반점이 생

기고 건조해지면서 광택성과 탄성이 줄어드는 로화단계에 들어서게 된다.

새로 개발된 화장품은 피부에 상피성장인자물질을 보충해주어 피부세포를 활성화시키고 로화된 세포가 물질대사능력이 활발한 새로운 세포로 바뀌도록 해주는 한편 콜라겐과 당단백질, 히알루론산을 왕성하게 분비하여 주는 방식으로 근본적이면서

도 지속적인 피부미용효과를 나타낸다.

이 화장품을 사용해보는 여성들의 말에 의하면 1주일후에 거칠하던 피부가 부드러워지기 시작하여 2주일만에 얼굴표면이 촉촉하고 매끈해졌으며 한달쯤 되어 검은 반점들이 사라지고 두달정도 지속적으로 사용하니 얼굴피부가 어린이살처럼 맑아졌다고 한다.

본사기자 리철민



징벌의 검 (1)

글 립왕성, 그림 김윤일

비인현 도둔꽃사건

아직은 깊은 밤... 물려드는 졸음을 참느라 고하늘 발자국을 세여가면서 바다가보래불을 스적스적 건던 늙은 군사는 엷어놓은 쪽배앞에 이리저 창대를 움켜쥔채 저기에 기대어 주저앉아버렸다.

비릿한 물냄새, 찰싹찰싹기슭을 치는 물결소리, 닢내린 병선들의 삐걱이는 소리는 피곤에 몰린 군사를 쫓나래로 실어갔다.

얼마나 시간이 흘렀는지... 멀리서 말발굽소리가 들리더니 기포이 장대한 사나이가 어둠속에서 불속 나타났다. 그는 거침없이 다가와 드렁드렁 코를 끌고있는 군사의 어깨를 힘껏 흔들었다.

《우물이 흐리니 아래물이 맑을수 있을가?》 그는 어두운 바다를 바라보며 환탄하였다.

발걸음은 무거웠다. 조천주는 이곳 총청도 비인현(오늘의 총청남도 서천군) 도둔꽃방비를 맡은 무관의 한사람인 비장이었다. 그래서 모두들 조비장이라

고 불렀다.

조비장우엔 도둔꽃의 방비를 맡은 조비장 만호가 있다. 대바르고 용감한 조비장은 이 만호를 제일 미워하였다.

눈두덩이가 늘 부어있고 불편이 축 처진 만호는 심술이 사납고 욕심이 많은자였다.

코밑진상과 권모술수로 만호자리를 따낸 그는 이곳 방비는 아랑곳하지 않고 제 배만 채우려들었다.

훈련을 받아야 할 군사들을 내몰아 농사를 짓고 꿀벌을 쳤으며 병선들을 내몰아 도미를 낚고 굴을 파들었다.

《우리 나라에 병신이 600여척이요, 수군이 오만이라 왜구가 감히 우리 나라를 범할가?》 만호는 이렇게 뇌까리곤 하였다.

수백명의 왜적들은 바다가 매어놓은 병선들에 불을 지르고 곧장 비인현으로 달러들었다.

갑자기 달려든 왜적부리에 게 한톨 꺾이워 우겨지상이 된 만호는 허둥거리며 어쩔

적장이 단살에 꺼꾸러지니 적들은 오합지졸이 되어 갈팡질팡하였다.

이때 서천군과 람포진의 군사들이 비인현을 도우러 달려왔다.

왜적들은 혼비백산하여 다리야 날 살려라고 앞을 닦으며 도망쳤다. 그날부터 이레가 지난 5월 12일 또다시 황해도 연평꽃



본사기자

《실로 한심한 일이다. 이런 때 왜구가 들이닥치면 어찌하랴.》

조비장은 한숨을 쉬었다. 그는 동이 떠오르는 고요한 바다를 바라보며 서있었다.

1419년 5월 5일은 어느때나 다름없이 조용히 밝아왔다. 그런데 이날 일이 벌어질 줄이야 누가 알았으랴! 도둔꽃의 허실을 내뉠한 왜구는



이 새벽에 50척의 배를 몰고 불의에 들이닥쳤다.

비인현안팎은 발각 뒤집히었다.

수백명의 왜적들은 바다가 매어놓은 병선들에 불을 지르고 곧장 비인현으로 달러들었다.

줄 몰라했다.

왜적들은 악착하게 덤벼들었다. 싸움에 이골이 난 늙들인데다가 그 수가 비인현군사들보다 몇곱절 많았다.

하지만 이곳 군사들은 조비장지휘하에 죽기나기로 싸웠다.

성가퀴에 기대어 전장을 살피던 조비장은 왜적우두머리를 찾아 활줄을 당겼다.

사건이 일어났다. 짙은 안개속에 숨어 연평꽃에 기여든 왜구는 연평꽃군사들을 에워싸고 식량을 내라고 행패질을 하였다.

늙들은 쓰시마에 등지를 뜬 왜구였다.

원래 땅이 척박한데다가 설상가상으로 흉년까지 겹쳐진 늙들은 우리 나라에는 감히 기여들지 못하고 명나라로 해적질을 가던 도중 길랑식을 구하러 기여들었던것이다.

이름들 역시 비인현에 덤벼들었다가 쫓겨간 늙들이었다. 수십년동안 생화를 먹던 왜구의 소행으로 보면 이 두곳의 램은 작은 불꽃에 지나지 않는다고 할수 있지만 나라안은 벽척 쫓았다.

조정에서도 5월 13일과 14일에 왜구를 칠 본격적인 공론이 벌어졌다.

왜구들을 어떻게 칠것인가 갑론을박하다가 결국 왜구의 소굴인 쓰시마를 치기로 결정이 되었다.

리종무를 3도 도체찰사로, 그밖에 좌, 중, 우 3도수군절제사와 여러 장수들을 임명하고 6월초 정장, 전라, 충청 3도의 병선 200척을 견내량에 집결시키기로 하였다.

쓰시마공격은 시간문제였다.

정벌의 검은 왜구의 머리를 베는 검이었다.

인종로끼 밝은쟁이볶음

여러해살이 고사리의 한종류인 밝은쟁이는 좋은 산나물이다.

밝은쟁이볶음을 만드는 방법은 다음과 같다. 밝은쟁이 500g일 때 돼지고기 50g, 소금 3g, 간장 10g, 기름 20g, 파 5g, 마늘 5g, 고추 20g, 고추가루 0.5g, 후추가루 0.5g을 준비한다.

밝은쟁이는 소금물에 살짝 데쳐 우리고 돼지고기와 고추는 가늘게 썰다.

볶음판에 기름을 두르고 돼지고기를 볶다가 고추와 밝은쟁이를 넣고 간장, 고추가루, 후추가루, 다진 파와 마늘로 맛을 들어 낸다.

본사기자



오묘, 내 망건이 없어져도...

정수동이 김대감의 초청을 받고 그 집에서 하루밤 묵은 일이 있었는데 아침에 일어나보니 망건을 찾을수가 없었다.

그래서 벽에 걸려있는 김대감의 망건을 쓰고 태연히 앉았었다.

한편 김대감이 대궐에 들어가려고 망건을 찾는데 망건이 어디에도 없어 하인들이 땀을 뻘뻘 흘리며 계속 찾았다.

그제서야 정수동이 《그건 내 망건일세.》 하며 자기가 썼던 대감의 망건을 벗고 자기 망건을 썼다.

하인들이 불이 부어 한마디씩 했다.

《어쩌면 그럴수 있지?》 《감히 대감어른의 망건을 쓰고서도 배신놈에 앉았던 말이요?》 그러자 정수동이 샘뽕뽕 대꾸하였다.