

# 한국전통 차문화

---

한서대학교 서은주



# 한국의 차문화

---

## 1. 茶의 한국 전파

▶ 『삼국사기』 「가락국기」

허황옥이 배를 타고 가락국으로 와서 김수로왕의 왕비가 되는 장면 묘사.

▶ 『조선불교통사(朝鮮佛教通史)』 이능화(이능화, 1869~1943)

“김해의 백월산(白月山, 지금의 창원시 북면 월산리)에 죽로차(竹露茶)가 있다. 세상에 전하기로는 수로왕비 허씨가 인도에서 가져 온 차씨 라고 한다.”

## **2.한국차의 종류와 특징**

## 1) 모양에 의한 분류

잎차 · 떡차 · 말차

## 2) 발효(醱酵) 정도에 의한 분류

불발효차

발효차 : 반발효차 · 강발효차 · 후발효차

# 3. 차 우리기

- 차를 우리기에 있어서 색(色), 향(香) 미(味) 세 가지가 조화를 이루는 것을 최고로 여긴다. 색과 향과 맛이 뛰어난 차를 우리려면 차와 물이 좋아야하고 불도 잘 볼 줄 알아야 한다. 차를 제대로 우리기 위해서는 물과 차의 조화가 잘 이루어져야한다.
- (1) 물(진수·眞水)의 팔덕(八德)
  - 가볍고(경·輕)
  - 아름답고(미·美)
  - 맑고(청·淸)
  - 냄새가 나지 않고(무취·無臭)
  - 시원하고(냉·冷)
  - 비위에 맞고(조적 調適)
  - 부드럽고(연·軟)
  - 먹어서 탈이 없고(무환·無患)

## 1) 모양에 의한 분류

청태전

전라남도 나주 · 강진 · 장흥 · 영암 등지에서  
마신 흔적이 있다.

## (1) 떡 차

차잎을 시루에 넣고 수증기로 익혀서 절구에 넣어 떡처럼 찜어서 틀에 박아 낸 고정차(固形茶)이다.

그리고 떡차를 말리거나 보관하기 쉽게 가운데 구멍을 뚫은 것을 돈차, 혹은 전차라 하며 뇌원차, 유차, 청태전 등의 茶가 있다. (고려시대에 성행했다.)

**긴압차** : 역사상 매우 오래된 차이며 우리 나라에서도 삼국시대 부터 유래되어 왔다.

차를 출하와 보존에 편리하도록 떡처럼 찜어 만든 것이다.

병차瓶茶 : 떡 모양으로 만든 것

단차團茶 : 둥근 모양으로 만든 것

전차錢茶 : 엽전처럼 만들어 껴어 사용하는 것

전차磚茶 : 모나게 만든 것

錢:돈 전, 磚 : 벽돌 전, 團 : 둥글 단

## (2) 잎 차

차나무의 잎을 그대로 찌거나 덫거나 발효시켜  
차잎의 모양을 변형시키지 않고  
그대로 보존시킨 차이다.

산지, 채취시기, 제다방법, 제다한 사람 등에 따라  
그 이름이 달라진다.

조선시대부터 성행했으며 요즘에도 잎차을 마시고 있다.

- 잎차(산차 散茶) :
- 차나무의 잎을 그대로 찌거나 덫거나 발효시키기도 한 다양한 제다법으로 만들었으나, 차잎이 낱알의 형태를 갖는 것을 말한다. 잎차는 중국 명나라 이후, 조선시대부터 성행했던 것으로 보여진다.



# 녹차의 제다과정   살청 - 유념 - 건조

1)차잎고르기

2)솥의 온도를 쟀다

3) 살청

4) 유념

5) 6번째 유념

6) 식히기

### (3) 말차(抹茶)

가루차는(말차)라고도 하는데 시루에 찌낸 찻잎을 그늘에서 말린 다음 맷돌로 미세하게 갈아 만든 차이다. 찻잎성분을 그대로 모두 섭취 할 수 있다.

가루차는 떡차를 가루 내어 만들거나  
잎차를 가루 내어 만들기도 하였다.

※ 특히 물에 녹지 않는 비타민 A, 토코페롤, 섬유질 등을 그대로 섭취할 수 있어 건강유지와 피로회복에 효과적이다

- 가루차(말차 末茶) :

가루차는 잎차와 같은 방법으로 만든 차로, 옛날에는 맷돌에 갈았으나 현대에는 기계로 갈아 고운 가루(분말粉末)로 만든다. 가루차는 당나라 이후로 그 제다방법이 힘들어 쇠퇴하였으나 오늘날에는 널리 이용되고 있다.



## ♣ 가루차(말차) 제다법

- ▲ 가루차는 생엽의 신선도가 매우 중요하다.
- ▲ 일반 차의 채엽과는 달리 채엽 1~2주일 전에 차광시설을 설치하여 약70% 정도 햇볕을 차광하여 5엽 정도 자랐을 때 찻잎만 한 잎씩 따낸다.
- ▲ 한 잎씩 따낸 것을 신속하게 찌는다. 찌 때는 일반 차와 달리 강하게 찌야한다.
- ▲ 찌낸 찻잎을 냉각한 후 한 잎 한 잎 말리면서 건조시킨다.
- ▲ 건조한 차를 분쇄하여 가루로 만든다.

## 차 광 재 배

차광재배를 통하여  
떫은 맛을 내는 차의  
카테킨 성분을 줄이  
고 섬유소를 부드럽  
게 만든다.

차의 단맛은 아미노  
산인 테아닌(theanine)  
함량과 관계가 깊다.

# (2) 물 끓이는 법

물을 잘 끓여야 맛있는 차를 우릴 수 있다.

물은 순숙(純熟-완전히 익음)한 상태까지 끓여야 하는데 이는

물 끓는 정도를 보고서 판별해야 하며 너무 끓어서

물이 늘어버리거나 덜 끓어도 안 된다.

물을 감별하는 방법

삼대변(三代辨) :

- ① 형변(形辨) : 물의 끓는 형태를 보고서 분별.
- ② 성변(聲辨) : 물이 끓는 소리를 듣고서 분별.
- ③ 기변(氣辨) ; 물이 끓는 증기를 보고서 분별.

십오소변(十五小辨) :

- ① 형변오소변 : 해안, 아안, 어목, 연주, 용천
- ② 성변오소변 : 초성, 전성, 진성, 취성, 무성
- ③ 기변 오소변 : 일루, 이루, 삼루, 사루, 난루

**(3)**  
**불의조절-**  
**(문무화후·**  
**文武火候)**

---

불을 다스리는 치화(治火)법도

---

불의 조절 : 불이 너무 세어도 물이  
순수하지 않고 너무

---

여려도 비린내가 나서 차맛을 잘 낼  
수가 없다.

---

불은 중화(中和-중간의 불길)를  
이루어야한다.

---

**<모든 차의 정신은 중정(中正)이다>**

# (4) 차의 9가지 덕(九德)

- ① 머리를 맑게 해 준다
- ② 눈을 맑게 해 준다.
- ③ 귀를 밝게 해 준다.
- ④ 밥맛과 소화를 촉진 시킨다.
- ⑤ 술을 깨게 해 준다.
- ⑥ 잠을 적게 해 준다.
- ⑦ 갈증을 멈춰준다.
- ⑧ 피로를 풀어준다.
- ⑨ 추위나 더위를 막아 준다.

(5) 차의  
감별법에서  
중정(中正)  
법에 대한  
3가지  
방법(차를  
잘 우리는  
방법)

---

① 차의 양과 물의 양을 알맞게 하여  
중정을 지키는 법.

---

② 차를 우리는 시간을 늦지도 빠르지도  
않고 알맞게 하여 중정을 지키는 법.

---

③ 우려낸 차를 찻잔에 따를 때 급주나  
완주를 하지 않고 자연스럽게 따라야  
차의 양과 농도가 고르게 하여 중정을  
지키는 일.

- **차를 마시는 증대한 이유**

- ① 건강(健康)에 이롭기 때문이다.
- ② 사색(思索)의 공간(空間)을 넓혀주고 마음의 눈을 뜨게 해 준다.
- ③ 사람으로 하여금 예의롭게(禮義) 해 주기 때문이다.

- **차를 마시는 법**

- 찻잔을 손에 쥐고 가슴높이로 들고 색을 감상한 후 가까이 가져와서 향을 맡고 마실 때 맛을 음미하면서 2~3번 나눠 마신다.

# 草衣선사『茶神傳』

---

- 신(神) - 신령 (神靈: 보기에 신기하고 영묘한 데가 있다)
- 스럽고 그윽하여 이속(離俗:속세를 떠남)한 경지를 말함.
  
- 승(勝 이길 승) - 둘이 마시는 것 - 좋은 정취( 靜趣: 고요한 느낌이나
- 맛) 와 한적한 경지 (境地: 학문, 예술, 인품 따위에서
- 일정한 특성
- 과 체계를 갖춘 독자적인 범주나 부분) 를 말함.
- 취(趣: 뜻 취, 재촉할 축) - 3~4명이 마시는 것
- 취하고 즐겁고 유쾌한 경지. (풍취)
- 범(泛 뜰 범) - 5~6명이 마시는 것.- 평범한 경지.
- 시(施 베풀 시) - 7~8 명이 마시는 것.
- 음식을 나누어 먹는 것과 같다.

### 3) 다식(茶食)

다식(茶食)은 신라 때 부터 찻잎가루로 만들어 제사에 올려 졌으며 고려에 와서는 차와 함께 임금께 따로 하사할 만큼 귀중품으로 자리 잡기도 했다.



## 차를 마실 때 먹는 약간의 먹을 거리다.

유밀과(油蜜果-밀가루나 쌀가루를 반죽하여 적당(適當)한 넓이와 모양(模樣)으로 빚어서 바삭 말린 후(後), 기름에 튀기어 꿀 또는 조청을 발라 튀밥이나 깨고물을 입힌 조과(造菓) )의 한 가지로 녹말 · 송화 · 승검초:(뿌리는 '당귀'라 하여 약재로 쓴다) · 황밤 · 검은깨 등의 가루를 꿀에 반죽하여 다식판에 박아 다식 재료들로 사용 하였으며 그 크기는 비교적 작아 모양과 색, 그리고 맛에서도 극도의 함축성을 지향했다.



- 보통은 과자나 떡, 양갱 등이 있고 차의 찬성질 때문에
- 위를 보호하며 또 미각을 활발하게 하기 위한
- 지혜로움이 엿보인다.



다식판(茶食板)

# 생활속의 차(茶) 이용법

## 녹차 세안(洗顔)

얼굴 클렌징을 꼼꼼하게 하고  
나서 차가운 물에 가루녹차를  
풀어 얼굴을 헹궈보자.

녹차 속의 비타민 성분이 기미  
와 주근깨 형성을 억제해 맑고  
깨끗한 피부를 만들어준다.

또 녹차의 카테킨 성분은 피부  
트러블을 진정시키는 데 도움이  
된다.

## 녹차 요구르트팩

- 녹차의 미백효과와 요구르트의 보습효과가 결합해 보송 보송한 피부를 만들어준다. 가루녹차 5~6큰술, 요구르트 반 개를 섞어 걸쭉하게 만든다. 얼굴에 깨끗한 거즈를 덮고 눈과 입 주위를 피해 얼굴과 목 주위에 팩을 펴 바른다. 팩이 다 마르면 거즈를 턱에서부터 위로 벗겨낸 다음 미지근한 물로 씻어낸다.

- 냄새 제거

녹차는 강력한 탈취(脫臭)작용이 있어 집안의 각종 냄새를 없애는 데도 탁월하다. 특히 부엌에서 나는 각종 음식 냄새 제거에 효과적. 어패류와 함께 냉장고에 보관하여 비린내를 제거하고 김치통에 가루녹차를 솔솔 뿌려두면 김치 냄새가 사라진다.

- 충치 (蟲齒) 예방

가루녹차를 이용하여 양치질을 하면 충치 예방에 효과적이다. 물 100ml당 녹차가루 1g을 섞어 칫솔질을 하면 충치 예방은 물론 입 냄새 및 입안의 각종 염증도 제거할 수 있다. 강력한 살균작용이 있어 잇몸이 부었을 때도 효과적이다.

## ♣ 가루차(말차) 제다법

- ▲ 가루차는 생엽의 신선도가 매우 중요하다.
- ▲ 일반 차의 채엽과는 달리 채엽 1~2주일 전에 차광시설을 설치하여 약70% 정도 햇볕을 차광하여 5엽 정도 자랐을 때 찻잎만 한 잎씩 따낸다.
- ▲ 한 잎씩 따낸 것을 신속하게 찌낸다. 찌릴 때는 일반 차와 달리 강하게 찌야한다.
- ▲ 찌낸 찻잎을 냉각한 후 한 잎 한 잎 말리면서 건조시킨다.
- ▲ 건조한 차를 분쇄하여 가루로 만든다.

# 차 광 재 배

차광재배를 통하여 떫은 맛을 내는 차의 카테킨 성분을 줄이고  
섬유소를 부드럽게 만든다.

차의 단맛은 아미노산인 테아닌(theanine)  
함량과 관계가 깊다.

출처  
차와 인류의 동행.조기정,이경희  
다도인성교육.서은주.ucn  
원모아트립 북촌차문화체험