티베트 복식 문화 북 시리즈

མི་ཉག་སྐོར་གྱི་གོས་རྒྱན།

미냑 복식

한국어

루훠 더다 티베트 복식 문화 박물관

티베트 복식 문화 북 시리즈

미냑 복식

ལྷོ་ཁོ་རེ་ཡ།

한국어

བྲག་མགོ་ཏེ་དར་བོད་ཀྱི་གོས་རྒྱན་རིག་གནས་བཤམས་སྟོན་ཁང་།

루훠 더다 티베트 복식 문화 박물관

머리말

인류 역사 전반에 걸쳐 언어, 음식, 의복은 다양한 문화의 본질로서 꾸준히 존재해 왔습니다. 이러한 문화적 상징이 사라지면, 민족을 불문하고 그것들은 그 의미를 잃게 됩니다. 불행하게도, 급속한 세계화로 인해 많은 전통적인 민족 문화가 극심한 변화를 겪었으며, 때로는 소멸의 위기에 처하게 되었습니다.

티베트에서는 일부 외딴 지역조차 현대 문화의 광범위한 영향을 느끼고 있습니다. 많은 티베트인들이 이러한 전례 없는 유혹에 저항할 수 없어서 점차 전통적인 생활 방식을 버리고 천박하고 단조로운 유행을 쫓고 있습니다. 그 결과, 훌륭한 전통이 완전히 버려지고 민족 문화가 완전히 변질되었습니다. 우리가 어린 시절 입었던 의복과 부모님의 관습과 습관은 불과 몇십 년 만에 거의 사라졌으며, 이 기억을 간직한 노인들은 세상을 떠나고 있습니다. 이러한 상황을 마주하면서 아주 마음이 아펐고, 깊이 고민한 끝에 의복과 장식을 시작으로 전통 문화를 구하고 보호하는 데 작은 힘이라도 보태기로 결심했습니다.

티베트 의복은 다양한 요소와 자연 세계를 반영하는 생생한 색상을 특징으로 합니다: 파란색은 하늘과 호수를, 빨간색은 불을, 노란색은 땅을, 초록색은 초원을 나타내며, 자연은 우리에게 다양한 에너지를 불어넣습니다. 더불어, 티베트 장신구에 자주 등장하는 금, 은, 산호, 마노, 호박 등의 '칠보'는 단순한 장식품을 넘어 악을 물리치고, 몸을 보호하며, 장수를 촉진한다고 여겨집니다.

티베트 고원의 독특한 환경은 지역별 의복에도 깊은 영향을 미칩니다. 고지대 목축 지역에서는 두꺼운 가죽 외투를 입고, 반농반목 지역에서는 주로 양모 재질의 옷을 입으며, 저지대 농업 지역에서는 가벼운 천이 주를 이룹니다. 이처럼 의복은 단순한 문화적 표현이 아니라, 생존 환경에 적응하는 지혜의 결정체라 할 수 있습니다.

또한, 우리 조상들은 티베트 의복이 관세음보살의 화신인 송첸 감포, 문수보살의 화신인 티쏭데첸, 금강수보살의 화신인 트리랄파첸 등 역대 찬푸와 파드마삼바바, 비말라미트라, 샨타락시타와 같은 위대한 성취자들의 가피를 받고 전해 내려온 것이라 말했습니다. 이러한 청정한 민족 의상을 착용하면 따뜻함과 존엄성을 제공할 뿐만 아니라 보살의 신성한 가피를 받습니다.

티베트 의복 문화를 보호하고 전승하기 위해 2018년 1월에 데다 티베트 의복 문화 박물관을 설립하고, 많은 인적, 물적, 재정적 자원을 투자했습니다. 여러 차례 캄, 암도, 우창 등 지역으로 사람들을 보내 고대 티베트 의복을 수집하고, 지역 노인들과 인터뷰하며, 이러한 의복의 제작 과정, 재료 분류, 역사적 배경을 조사했습니다. 수집된 유물은 박물관에 전시, 전람, 보존하고 있습니다.

그러나 의복을 수집하는 것은 단지 첫걸음일 뿐입니다. 관련 자료가 문서화되지 않으면, 이 소중한 문화유산은 미래에 널리 전파되기 어려울 것입니다. 저는 대부분의 국내외 티베트 의복 연구가 특정 지역에만 국한되어 있어, 티베트 전역의 의복을 포괄적으로 다루는 연구가 부족하다는 것을 알게 되었습니다. 이에 2020년 9월, 티베트 고원 의복 연구소를 설립하여 체계적으로 티베트 의복을 연구하고 일련의 책을 준비하기로 했습니다. 매년 한 권씩 출판하여 다양한 지역의 의복을 소개할 계획이며, 제 고향인 루훠부터 시작해 티베트 전역을 점차 다룰 것입니다. 또한 티베트 문화를 전 세계에 홍보하기 위해 이 작업을 여러 언어로 번역할 예정입니다.

편집 과정에서 우리는 1차 자료를 바탕으로 티베트 노인들이 구술한 제작 공예, 배경 이야기, 관련 속담과 수수께끼 등을 충실히 기록하여 자료의 엄밀성을 보장했습니다. 사람들의 관심을 끌기 위해 인위적으로 꾸미거나 추측에 의한 내용을 첨가하지 않았습니다. 또한, 각 지역에 공통으로 존재하는 의복에 대해서는 한 지역의 특색 있는 의복을 기준으로 소개하며 다른 지역의 책에서는 중복 언급을 피하려 했습니다.

현재 우리의 연구는 초기 단계에 있으며, 일부 부분은 아직 전문성과 성숙함이 부족하여 비판을 받을 수 있습니다. 그럼에도 불구하고, 빠르게 진행되는 세계화 속에서 우리 세대가 이러한 문화유산을 보존하기 위해 노력하지 않으면, 후세에 이를 이해하는 사람은 점점 줄어들 것입니다.

티베트 의복은 티베트 문화의 중요한 일부일 뿐만 아니라 인류 문화 다양성의 구현입니다. 티베트 문화를 보호하는 것은 인류 문화의 다양성을 보호하는 것입니다. 우리의 노력으로 더 많은 사람들이 티베트 문화의 독특한 매력을 인식할 수 있기를 바랍니다. 우리를 지원하고 도와주신 모든 분들께 감사드립니다. 여러분의 공동 노력 덕분에 이 책이 세상에 나올 수 있었습니다.

소달지

2024년 6월 4일

서문

미냑(Minyak)은 티베트족 4대 씨족 중 하나인 동(董)씨의 분파로, 토번 왕조가 수립되기 이전부터 주로 암도 동부의 드룩추 유역 등지에 거주하였다. 이후 전쟁 등 여러 가지 요인으로 인해 이들은 남북 두 계통으로 분화되었다. 남부 계통은 오늘날의 캄 지역 미냑 일대에 주로 정착하였고, 북부 계통은 현재의 닝샤 후이족 자치구 일대로 흩어져 살게 되었다. 사료에 따르면, 토번의 분열기 당시 북부 계통은 서하 정권을 수립하였고, 오늘날의 인촨 부근에 도성을 세운 것으로 전해진다.

'미냑'이라는 집단의 정의에 대해서는 학계 내에서 다양한 견해가 존재해왔다. 암도 북부와 캄 지역에 거주하는 미냑 집단을 일반적으로 '미냑'이라고 부르며, 암도 남부 등지의 집단은 '대미냑'으로 지칭되기도 한다. 본서에서 말하는 '미냑'은 특히 미냑러캉 지역과 신룽현 북동부에 거주하는 캄 지역 미냑 집단을 가리키며, 이러한 정의 방식은 현재 다수의 역사학자가 채택하고 있는 기준이기도 하다. 본서의 핵심 내용은 캉딩을 중심으로 하여, 북쪽으로는 신룽에서 남쪽으로는 스멘에 이르는 지역 주민들의 복식과 장신구 착용 방식에 대해 다루고 있다.

이들 지역은 지형의 고저 차이, 기후 조건, 농·목 생활 형태의 차이에 따라 복식 양식 또한 서로 다르다. 예를 들어, 해발 고도가 높은 라르마, 란뤄 등의 목축 지역에서는 여성들이 호박 장신구와 꽃무늬 고리 장식을 머리에 착용한다. 중간 해발 고도의 캉딩시 샤더진, 궁가산진 등 반농반목 지역에서는 주름이 많고 색상이 화려한 박고 복식을 입는데, 이는 풍부한 지역적 특성을 드러내는 동시에 티베트 지역의 주류 미학과도 맥을 같이한다. 반면, 상대적으로 해발이 낮은 주룽현, 스멘현 등 농업 지역은 한족과 이족 거주지와 인접해 있어 복식 문화에 상호 영향을 주고받지만, 근본적으로는 여전히 전통적인 특색을 유지하고 있으며, 장신구가 적고 간결한 것이 이들 지역 복식의 뚜렷한 특징이다.

『미냑 복식』에서 우리 고원복식연구소는 역사 문헌 연구와 현지 조사 등 다양한 방법을 통해 광범위한 지역에 분포하고 생존 환경이 다르며 지역 문화에도 차이를 지닌 전통 복식을 폭넓게 이해하고 연구하였다. 문화적 전형성, 공예의 독창성, 지역 대표성을 기준으로 하여 최종적으로 14종의 복식을 선정하였다. 이러한 복식에 내재된 가장 원형적인 문화적 의미를 발굴하기 위해, 현지 민속학자 및 원로들의 구술 내용을 최대한 원형대로 수록하고, 어떠한 주관적 해석이나 추측도 배제하였다. 각 복식 유형에 대하여 최소 10명의 대상자와 면담을 진행하였으며, 면담 내용 간의 차이나 집필 과정에서 발견된 문제들은 비교 분석 및 추가 면담 등을 통해 면밀히 검토하고 해결하였다. 또한, 각 용어의 철자, 설명 방식, 소개 순서, 내용 구성 등에 대해서도 다각적인 검토와 논의를 거쳐 기준을 확정하였고, 관련 학자들의 자문을 받아 엄격하고도 체계적인 수정 및 교정을 진행하였다.

본서에 수록된 사진 자료는 모두 해당 지역 주민들이 직접 전통 복식을 착용한 상태에서 촬영한 것으로, 착용 방식 및 장신구의 배치에 있어서도 현지의 가장 전통적인 양식을 최대한 보존하고자 하였다. 모든 사진은 새롭게 촬영된 것으로, 상당한 재정적 투자를 통해 전문 사진 촬영팀이 정성스럽게 촬영하였으며, 촬영 대상자로부터는 정식으로 초상권 사용 허가를 받았다.

복식과 장신구는 단순한 신체 보호 및 장식의 기능을 넘어, 전통 관습과 미적 심리 등 다양한 문화 요소의 집합체이다. 이 지역 복식의 색채 구성, 착용 방식, 직조 관련 민요, 구술 역사, 민간 속담 등은 모두 풍부하고 깊이 있는 민속 문화를 잘 보여준다. 이러한 문화유산은 민족문화 계승의 중요한 구성 요소이며, 구술로 전승되던 역사 문화를 문자로 기록, 보존하는 작업은 시급하면서도 매우 가치 있는 과제이다. 끝으로, 본서의 완성에 아낌없는 지원을 보내주신 모든 학술 자문위원, 지역 문화 계승자 및 관계자 여러분께 깊은 감사를 드리며, 본문에 다소 미진하거나 누락된 점이 있다면 독자 여러분의 고견을 부탁드린다.

고원복식연구소

2025년 3월 28일

목 차

001 머리말

003 서문

007 자바(扎坝) 여성의 복식

021 미냑(木雅) 여성의 머리 장식

031 란뤄(然罗) 여성의 복식

041 미냑(木雅) 남성의 복식

049 주룽(九龙) 여성의 복식

059 미냑(木雅) 티베트 부츠

065 박고 복식

081 라르마(拉日玛) 여성의 복식

089 다우푸(道孚) 농촌 지역 여성의 머리 모양과 복식

099 신룽(新龙) 남성의 머리 모양

107 신룽 상전(新龙上瞻) 지역 여성의 머리 모양

115 스멘 미냑(石棉木雅) 티베트족의 복식

125 스멘 얼쑤(石棉尔苏) 티베트족의 복식

131 란안(岚安) 지역 복식과 자수

141 용어집

ཞང་པའི་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་ཆུན།

자바(扎坝) 여성의 복식

1 མེ་ཏོག་མེ་ལོང་།
메톡멜롱

2 མགོ་འདྲེན།
고드렌

3 སྟ་འགག
타각

4 སྟོད་དཀྲི།
토트리

5 སློ་ཕྲེང་།
로트렝

6 ལྕགས་ཡུ་སྐྱུ་ཀ
짝유큐카

7 ཚབ་མ།
찹마

8 བལ་དིས།
벨디

9 སྐེད་བཅིངས།
게아첸

10 ཡིད་ཅིང་རིས།
예칭리

간쯔주는 처음 설립되었을 당시 21개 현으로 나뉘었으며, 미냑 자바는 원래 건녕현에 속했다. 1978년 이후, 자바는 다우푸현과 야강현으로 분할되었다. 상(上)자바는 다우푸현에, 하(下)자바는 야강현에 편입되었다. 자바 협곡은 평균 해발 2,720미터로, 고원 냉온대 기후에 속한다. 과거 자바 주민들은 농사와 목축을 병행하며 생계를 이어갔으나, 시대의 변화에 따라 현재는 대부분 농업에 종사하고 있다.

자바인이 거주하는 협곡을 '자바 협곡'이라 부른다. '자바'라는 명칭에는 세 가지 유래가 전해진다. 첫 번째는 주민들이 절벽 아래에 살았기 때문에 처음에는 '절바'라고 불렸으나, 발음이 변해 '자바'가 되었다는 설이다. 두 번째는 과거 이 지역에 도적이 자주 출몰하여 주민들을 위협했기에, '백성을 해치는 적이 머무는 곳'이라는 의미에서 '자바'라 불리게 되었다는 것이다. 세 번째는 지역 주민들이 자신들을 '러씨'의 후손으로 여겨 '러바'라고 불렀다는 설이다. 오늘날에는 '자바'가 이 지역의 통칭으로 자리 잡았다.

벨디

티베트고원의 다른 지역과 마찬가지로, 자바 협곡의 남녀 모두 과거 겨울에는 가죽으로 만든 두루마기를, 여름에는 흰색 천이나 펠트 등으로 만든 옷을 입었다. 그중에서도 여성들이 입는 주름 잡힌 민소매 긴 도포는 특히 독특하여, 자바어로는 '벨디' 혹은 '라투'라 불린다. 민소매 형태는 단지 자연환경과 관련된 실용적 이유뿐 아니라, 풍부한 민간 신화와도 관련이 있다.

자바어에서 하의로 착용하는 복장을 '디'라고 하며, 벨디는 여름철 여성의 일상복이자 중요한 명절이나 의식에서 입는 예복이다. 그 품질은 주로 제작에 사용된 재료, 방직 기법, 그리고 '게아첸'과 무지개 문양의 유무에 따라 판단한다. 이 기준에 따라 벨디는 여러 등급으로 나뉜다. 가장 우수한 것은 '축뽀 벨디', 그 다음은 '세르틱 벨디', '드라네 벨디, '낙낙 벨디', 마지막은 '푸디 벨디'이다. 자바 방언에서 '히리히리'는 노란색, '니니'는 빨간색, '낙낙'은 검정색을 뜻한다. '게아첸'은 벨디의 밑단에 달린 장식으로, 노란색의 푸루(티베트 전통 모직물) 또는 모직 천을 덧대어 만든 것으로, 옆면 보강 패치처럼 생겼다.

전통적인 자바 여성의 예복은 벨디 외에도 상의, 셔츠, 티베트 부츠, 그리고 메톡멜롱(머리 장식), 귀걸이, 로트렝(허리 장신구), 토트리(허리 두름), 로드레(단검), 찹마, 바느질함 등 다양한 장신구를 갖추어야 완성된다.

축뽀 벨디는 자바 지역에서 특히 중시되는 벨디로, 마니춤 등 전통 민속 행사와 명절에 착용하는 화려한 예복이다. 자바어에서 '축뽀'는 푸루를 뜻하며, 축뽀 벨디는 푸루로 만든 것이다. 등판은 다섯 가지 색상의 꽃무늬 푸루를 이어 붙여 만들며, 총 서른여섯 주름이 형성되어 전체적으로 화려하고 다채롭다. 보관 시에는 주름이 흐트러지지 않도록 하나하나 정리하여 위아래를 실로 봉합한 후, 긴 띠 모양으로 말아 장 안에 넣는다. 이 작업은 상당히 번거로워, 익숙하지 않은 이들은 하루 종일 걸리기도 한다.

세르틱 벨디는 지역의 검은 양모 펠트와 노란 푸루로 제작하며, 흰색, 노란색, 빨간색, 초록색 실로 짠 무지개 문양이 들어 있고, 밑단에는 '게아첸'이라 불리는 장식이 다섯 줄 있다. 이 다양한 색의 선들은 하늘, 구름, 대지 등 자연과 오행을 상징함과 동시에 장식적 기능도 수행한다. 게아첸은 라싸 일대에서 구입한 노란 십자 무늬 푸루로 만든다. 의식이나 명절에 세르틱 벨디는 매우 중대한 예복으로 여겨진다.

드라네 벨디는 현지에서 만든 펠트로 짠 예복으로, 품질은 낙낙 벨디보다는 우수하나, 세르틱 벨디보다는 떨어진다. 세르틱 벨디와 축뽀 벨디가 유행하기 전에는 가장 고급 복장이었다. 드라네 벨디에는 다섯 줄의 노란 게아첸이 있으며, 이는 현지에서 염색한 펠트로 만든다. 이 벨디의 가로 무지개 문양은 세르틱 벨디보다 약간 좁다.

낙낙 벨디는 자바 지역에서 생산된 양모로 짠 모직 천으로 만들어지며, 재단과 염색 방식은 비교적 거칠고 단순하다. 이 옷에는 단 세 줄의 게아첸만이 장식되는데, 게아첸 역시 현지에서 수공으로 짠 후 노란색으로 염색한 것이다.

푸디 벨디는 염색하지 않은 무늬 없는 민소매의 로브 형식이며, 주로 노동 시 입는다. 이는 가장 오래된 형태의 벨디로, 자바 지역의 초기 일상복을 대표한다.

여성용 벨디를 한 벌 제작하려면 보통 약 12궁장, 즉 활 길이 12개에 해당하는 양의 모직 천이 필요하다. 이 모직 천은 현지에서 생산된 양모를 이용하여 실을 잣고 짜는 공정을 거쳐 제작된다. 직조된 천은 불을 지핀 큰 돌판 위에 올려놓고, 따뜻한 물을 수시로 뿌린 다음 발로 밟아 준다. 이 작업은 대개 하루 정도 지속되며, 이렇게 해야 천의 조직이 더욱 촘촘해지고, 촉감도 부드러워진다.

자바 지역은 예로부터 우수한 방직과 염색 기술로 명성이 높았다. 검은 양모로 만든 모직 천은 본래 노란 기가 돌기 때문에 따로 염색하지 않고도 사용할 수 있었다. 흰색 모직 천을 염색할 때는 사람이 드나들지 않는 썩은 진흙 웅덩이에 열흘가량 담가 짙은 적갈색으로 변색시킨다. 게아첸에 쓸 모직 천을 염색할 때는 대황을 달인 물에 모직 천을 여러 차례 담가 색을 입힌 후, 꺼내어 처마 밑 등 바람이 잘 통하는 곳에 널어 말리는 방식이 전해진다.

벨디의 길이는 보통 일곱 뼘 또는 일곱 뼘 반 정도로, 다른 의류에 비해 약간 짧은 편이며 이는 농사일을 하는 이들에게 활동의 편의를 제공하였다.

모든 종류의 벨디에는 예외 없이 옷깃 바깥 중앙에 크기가 같은 삼각형 천 조각 한 쌍이 장식되는데, 이를 '나예'라고 한다. 이는 원래 벨디를 바느질할 때 옷깃 부분의 천 조각을 잘라내지 않고 뒤로 접어 넘겨 고정한 것이며, 새 옷을 입는 복이 사라지지 않도록 지켜준다는 상징적인 의미를 지닌다. 자바 사람들 사이에서는 자주 새 옷을 입으면 오히려 복이 사라진다고 믿었기 때문에, 나예를 통해 그 복을 지키고자 했던 것이다. 나예는 단순한 장식이 아니라, 전통적인 풍습과 민간 신앙이 결합된 상징물이라 할 수 있다.

과거에는 한 벌의 옷을 짜는 데에도 오랜 시간이 필요했으며, 옷감의 원료를 구하는 것 또한 지금처럼 쉬운 일이 아니었다. 그러다 보니 새 옷을 입을 기회는 매우 드물었고, 사람들은 새 옷을 입는 행위를 자연스러운 일이 아니라 복이 있어야 가능한 일로 여겼다. 이 때문에 사람들은 새 옷을 입는 기회를 더욱 소중히 여겼다.

전통적으로, 자바 사람들은 새 옷이 완성되면 간단한 의식을 치렀다. 새 옷은 착용자에게 입히기 전, 먼저 기둥에 걸쳐 놓는 의식을 행했는데, 이는 새 옷을 입는 복이 줄어들지 않고 계속 이어지기를 바라는 뜻에서였다. 곧바로 입으면 다시는 새 옷을 입을 복을 얻지 못할 수 있다고 믿었기에, 새 옷을 먼저 기둥에 입히는 풍습이 생겼다. 이 풍습은 자바 지역만의 고유한 전통은 아니며, 다른 지역에서도 유사한 풍습이 전해지고 있다.

타각

타각은 벨디 위에 걸쳐 입는 짧은 상의로, 자바 지역에서 생산된 염색하지 않은 흰 양모로 짠 모직으로 제작된다. 옷깃의 가장자리는 다채로운 색상의 모직물이나 푸루로 장식하며, 목둘레와 앞섶의 양 끝은 옷의 본체보다 약간 길게 설계해 속이 비게 만들고, 그 안에 바늘과 실을 수납할 수 있게 되어 있다. 등판의 아래 단에는 가로로 무지개무늬 세 줄이 수놓아져 있으며, 그 아래에는 양모 실로 만든 술 장식이 달려 있다. 소맷단에는 한 뼘 넓이의 남색 천을 덧대고, 그 위에 '卐(만)'자 무늬를 수놓아 오염을 방지하는 동시에 장식적인 효과도 준다.

타각의 착용 방식 또한 독특한데, 일반적으로 오른쪽 소매는 입지 않고 팔꿈치에 걸치거나, 노동 시에는 오른쪽 겨드랑이 밑을 지나 앞쪽 허리띠에 끼워 넣는 방식으로 착용한다. 한때는 붉은색 푸루로 만들어 소맷단에 수달 가죽을 덧댄 타각도 존재했으나, 오늘날에는 주로 비단으로 소맷단을 장식한 꽃무늬 푸루 타각이 널리 쓰이고 있다.

자바 여성의 복식 013

머리 장식

상자바와 하자바 여성들의 복식은 주로 머리 장식에서 차이를 보인다. 상자바 여성들은 붉은 실과 함께 머리카락을 세 가닥으로 땋아 등 뒤로 늘어뜨리고, 이마 양쪽에는 가느다란 땋은 머리카락을 늘어뜨린다. 이 땋은 머리에는 '고드렌'이라 불리는 구슬 장식을 걸어 머리 뒤쪽의 땋은 머리를 통과해 아래로 늘어뜨린다.

하자바 여성들도 역시 붉은 실을 섞어 세 갈래로 머리를 땋아 뒤로 내리지만, 여기에 더해 '메톡멜룽'이라 불리는 은제 머리 장식을 착용한다. 이 장식은 처음에는 작고 섬세했지만, 지금은 크고 화려한 모습으로 바뀌었다. 크기가 다양한 은판에 산호가 박혀 있으며, 머리 위쪽의 은판은 태양을, 목 뒤쪽의 은판은 달을 상징한다. 그 아래 교차되어 배열된 작은 은판들과 고리들은 별을 형상화한다. 이 머리 장식은 마치 태양이 머리 위에 떠 있고 달이 목 뒤를 받치고 있는 듯한 형상이어서 '해달 머리 장식'이라 불리기도 한다.

로트렝

로트렝은 허리를 세 번 둘러 감을 수 있을 정도로 긴 독특한 장식입니다. 과거에는 야크 가죽을 바탕으로 사용하고, 그 위에 편평한 원형 또는 구슬 모양의 백합조개껍데기를 장식하였다. 이 조개껍데기들은 가는 가죽끈으로 꿰어 바탕 가죽에 고정시켰다. 그러나 오늘날에는 대부분 공장에서 생산된 붉은색 가죽을 받침으로 사용하고, 조개껍데기 대신 플라스틱 장식으로 대체하는 경우가 많다.

로트렝의 앞부분에는 구리로 만든 원형의 길상결(吉祥结)이 장식되어 있는데, 이를 '짝유큐카'라 부른다. 또한 로트렝 양 끝에는 두 개의 붉은 구슬이 터키석을 감싸는 형태로 배치되어 있다. 착용 방법은 먼저 허리에 허리띠를 두르고, 그 위에 '토트리'라 불리는 너비 한 뼘가량의 평평한 천을 감는다. 그 위에 로트렝을 세 바퀴 감아 고정한다. 토트리는 허리띠가 풀리는 것을 방지하고, 로트렝을 단단하게 감아 고정하기에도 용이하기 때문이다.

자바 지역에서는 전통적으로 여성들이 항상 로트렝을 착용해야 했다. 만일 여성이 로트렝을 착용하지 않았다면, 이는 대개 그 집안에 가족의 죽음과 같은 불행이 있었음을 의미하였다. 오랫동안 집을 떠나 있던 남편이 돌아올 때는 아내가 로트렝을 차고 있는지를 가장 먼저 살펴본다. 그것이 곧 집안에 별일 없이 평안했는지를 판단하는 기준이 되기 때문이다. 따라서 로트렝을 착용하지 않는 것은 일종의 애도의 표시로 여겨졌으며, 그 기간은 사망한 사람과의 관계에 따라 달랐다. 부모나 남편이 세상을 떠난 경우, 여성은 3년 동안 로트렝을 착용하지 않았고, 세 살 미만 자녀가 세상을 떠났을 경우에는 1년, 갓 영아기의 유아가 사망한 경우에는 49일간 로트렝을 착용하지 않았다.

찹마

'찹마'는 자바어로 '로쭝(Lozung)'을 뜻하는 명칭이다. 일반적으로 다른 지역에서는 로쭝을 양쪽에 한 쌍으로 착용하지만, 자바 지역의 여성들은 주로 몸의 오른쪽에 하나만 착용하는 것이 특징이다.

로쭝의 끝부분에는 조개껍데기와 구슬을 엮어 만든 이중 술 장식이 달려 있으며, 이를 '예칭리'라 부른다. 이 장식은 대각선 방향으로 늘어뜨려 허리 뒤쪽의 허리띠에 끼워 고정시킨다. 동시에 여성들은 몸의 왼쪽에는 단검과 바느질함을 착용한다.

자바는 천혜의 자연환경을 바탕으로, 방언·풍습·음식·복식·건축·도예 등 다방면에 걸쳐 찬란하고 다채로운 문화를 꽃피운 지역이다. 이로 인해 전 세계 학자들의 주목을 받는 '문화의 보고'로 자리매김하게 되었다. 그중에서도 자바의 복식 문화는 특히 주목할 만한데, 섬세하고 조화로운 색상 배합과 독창적인 착용 방식은 자바 고유의 심미적 가치를 잘 보여주며, 자바 협곡에서 단연 돋보이는 풍경의 일부로 빛나고 있다.

མི་ཞག་བྱང་མེད་ཀྱི་མགོ་རྒྱན།

미냑(木雅) 여성의 머리 장식

1 བྱུ་རུ་རྒྱལ་མོའི་ ལག་ཡ། ཧོག
산호 가지

2 ཧོག་སྐྱོར། ཐུམ་པ།
지지대

3 སྤོས་ཤེལ།
정수리 호박

4 སྤོས་ཤེལ་མཐའ་སྐོར།
호박 테두리

5 སྤོས་གདན།
호박 받침대

6 ཨ་ཡོང་མེ་ཧོག
꽃무늬 고리

7 རལ་བ།
뒷머리 땋은 머리

8 བ་སོ།
상아 고리

9 རྣ་ལུང་།
귀걸이

10 སྐེ་སྒྲོག
목걸이 걸쇠

11 ཅོར།
귀걸이 술

12 ཚབ་མ།
찹마

13 ལྡོ་རྒྱངས།
로쭝

14 སོ་ལ།
솔라

15 རལ་ཅོར།
랄초르

미냑 여성들의 머리 장식은 '고차(Gocha)'라 불리며, 이는 쓰촨성 간쯔주 다우푸현의 무루향, 룽덩향, 써카향 관할의 지앤바촌, 차야촌, 거시촌과 바메이진, 타이닝진, 그리고 캉딩시의 타궁진, 신두차오진, 샤바향, 장바촌 등지, 즉 송린커우에서 져둬산 사이 지역에 거주하는 미냑 여성들이 법회나 혼례 등 중요한 행사에서 착용하는 특별한 머리 장식이다.

고차는 정수리에 얹는 호박 장식, 꽃무늬 고리, 상아 고리, 뒷머리 땋은 머리, 땋은 머리끝에 다는 술, 귀걸이, 목걸이 걸쇠 등으로 구성된다.

목축 지역의 여성들은 호박 장식을 얹기 전에 정성스럽게 뒷머리를 손질한다. 이 과정을 현지에서는 '레파 렌'이라 부른다. 먼저 머리 윗부분의 머리카락을 위쪽과 아래쪽 두 부분으로 나누고, 윗부분의 머리카락을 세 가닥 땋기 방식으로 땋아 '작은 땋은 머리'를 만든다. 그 다음 이 작은 땋은 머리와 아래쪽 나머지 머리카락을 합쳐 굵은 세 가닥 땋은 머리로 만든다. 마지막으로, 이 머리를 머리 왼쪽에서 내려온 얇은 옆머리 땋기와 목덜미 부분에서 연결하여 정수리 호박 장식을 얹을 준비를 한다.

고차는 두 가지 방식으로 착용할 수 있다. 하나는 꽃무늬 모양의 고리와 상아 고리를 함께 착용하는 방식이고, 다른 하나는 호박 장식 끈과 상아 고리를 조합하는 방식이다. 착용 시에는 가느다란 땋은 머리를 좌우로 나누어 세 가닥으로 땋은 다음, 그 끝에 색실을 달고, 각 가닥에 상아 고리를 끼운 뒤, 꽃무늬 고리나 호박 장식 끈을 꿰어 장식한다. 이 두 갈래 머리는 목덜미에서 교차한 후 머리 위로 감아 올리며, 상아 고리는 양쪽 귀 옆에 오도록 배치하고, 호박 장식 끈이나 꽃무늬 고리는 이마 선을 따라 머리 꼭대기를 감싼다. 정수리에 얹는 '고뽀(호박 산호가지 장식)'에 비해, 머리카락에 장식하는 호박 산호가지 장식은 한층 작고 섬세하다. 경제 형편에 따라, 여성들은 각기 다른 수량의 꽃무늬 고리나 호박 장식을 선택해 착용할 수 있는데, 일반적으로는 두 쌍에서 여섯 쌍까지 조합하는 경우가 많다.

꽃무늬 고리

꽃무늬 고리는 그 형태가 반지와 비슷한 은제 고리로, 표면에는 산호가 박혀 있으며, 주로 땋은 머리카락에 꿰어 장식하는 용도로 사용한다. 예전에는, 이 꽃무늬 고리 외에도, 머리 정수리 중앙에 작은 금속 원판을 얹어 장식하였는데, 이 원판 역시 산호로 꾸며졌다.

오늘날에는 꽃무늬 고리의 개수에 대한 정해진 규범은 사라졌으며, 재질도 대부분 금으로 대체되었다. 그 형태 또한 매우 다양하여, 말안장을 닮은 모양은 '다까마'라 불리며, 돼지코를 연상시키는 형태는 '차치크마' 혹은 '팍나마'라 불린다. 고리의 가장자리는 섬세하게 만든 은구슬로 둘러싸여 있어 더욱 정교한 인상을 준다. 과거에는 유목 지역의 여성에 비해 농경 지역 여성들이 착용하는 꽃무늬 고리의 수가 상대적으로 적었다. 그러나 오늘날에는 여성들이 자신의 취향과 경제적 형편에 따라 착용하는 수량과 형태를 자유롭게 선택할 수 있다.

상아 고리

상아 고리는 두 개 한 쌍으로 되어 있으며, 머리 땋은 머리카락에 꿰어 귀 옆으로 늘어뜨린다. 이 고리는 장식적인 기능뿐 아니라, 혈액 질환을 예방하는 효능도 있다고 전해진다. 예전에는 작고 가벼운 형태가 일반적이었지만, 요즘은 특별한 복장을 차려입을 때 더욱 화려하고 묵직한 스타일이 선호된다.

뒷머리 땋은 머리

일반적으로 뒷머리 땋은 머리는 정수리 부분의 땋은 머리를 가리키지만, 여기에서는 상아 고리와 함께 호박 또는 꽃무늬 고리가 꿰어진, 뒷머리로 늘어진 두 가닥의 땋은 머리를 의미한다. 이 머리는 빨강, 초록, 검정 등 다양한 색상의 실과 함께 땋는다.

일부 지역에서는 땋은 머리끝에 초록색 실을 더하면 상(喪)을 의미하는 표식으로 여겨지며, 애도를 나타내는 방식이 된다. 롱덩 지역 등에서는 머리끝에 '랄초르'라 불리는 오색 비단 술을 달기도 한다.

미냑 여성의 머리 장식 025

귀걸이

미냑 여성들이 착용하는 귀걸이는 모양이 독특하여 마치 크고 긴 보리알처럼 생겼으며, 끝에는 술이 달려 있다. 현지에는 “귀걸이는 푸르바와 같다”는 속담이 전해지는데, 푸르바는 악을 물리치는 티베트 불교의 의식 도구로, 귀걸이가 고차 착용 시 빠질 수 없는 필수 장신구임을 보여 준다.

이 외에도 금, 은으로 만든 다른 형태의 귀걸이들도 선택해 착용하며, 이를 티베트어로는 ‘룽탕’이라고 부른다.

026 미냑 복식

목걸이 걸쇠

목걸이 걸쇠는 세 개의 은방울로 구성되어 있으며, 가운데 은방울이 양쪽보다 크고, 각각의 중심에는 붉은 산호가 박혀 있다. 과거에는, 이 산호들을 ‘라차’라 불리는 천연 접착제로 붙여 고정했다.

목걸이 걸쇠는 두 가지 방식으로 착용할 수 있다. 하나는 금실이 들어간 비단 끈을 이용해 목에 묶는 방식이며, 다른 하나는 셔츠 칼라 양쪽에 단추처럼 고정시키는 방식으로, 살짝 눌러 잠그면 쉽게 착용할 수 있다. 다만, 후자의 방식은 지금은 거의 사용되지 않는다. 현지의 결혼식에서는 혼수품을 칭송하는 구절에 “선명한 붉은 산호, 반짝이는 금장에 박혀 있네”라는 말이 있는데, 이는 바로 이 목걸이 걸쇠를 두고 하는 말이다.

농촌 지역의 고차

다우푸의 바메이진, 타이닝진 등 농촌 지역과 캉딩의 타궁진, 신두차오진 등지의 여성들은 '아르두' 또는 '박래'라 불리는 머릿수건을 착용한다. 이 머릿수건을 두른 후, 상아 고리와 꽃무늬 고리로 장식한다.

머릿수건은 여성들이 머리를 감싸듯 두르는 천으로, 여름에는 햇빛을 가려주고 겨울에는 보온 기능을 한다. 예전에는 노동할 때 검은 천을 사용했고, 결혼식이나 축제 등 공식적인 자리에선 누에고치 비단 직물을 선택했다. 현재는 머릿수건의 색상과 재질이 훨씬 다양해졌으며, 겨울에는 겉감이 비단이고 안감은 양가죽이나 인조 가죽인 경우가 많고, 여름에는 푸루나 모직 천 등의 재료가 선호된다.

머릿수건의 착용 방식도 여러 가지이다. 가로 혹은 세로로 접어 머리에 얹기도 하고, 끝부분을 길게 늘어뜨려 뒤통수 아래로 흘러내리게 하기도 한다.

미냑 여성의 머리 장식 027

또한 여성들은 고차와 함께 '갠드룩' 모자나 주머니 모자를 함께 착용하는 것을 좋아한다. 신두차오 인근 지역에서는 결혼식이나 격식을 차린 행사 때 '리크롱찌'라 불리는 모자를 고차와 함께 착용하기도 한다.

기타 옷 장식

이 지역의 목축 지대에서는 여성들이 오른쪽 로쭝의 끝부분에 소금 주머니, 바늘 주머니, 그리고 소 다리를 묶는 끈인 '솔라' 등을 걸고 다니는 풍습이 있다. 왼쪽에는 바늘과 실을 따로 보관하는 전용 실주머니 '로릴'를 착용한다.

반면, 농촌 지역의 여성들은 로쭝 '찹마', 은사슬 등을 더해 장식하는 것을 선호한다. 은구슬 다섯 개로 구성된 찹마를 착용할 때는 허리띠에 '차보'라 불리는 은장식을 함께 매달기도 한다.

여성들은 또한 상아 고리에 호박 혹은 꽃무늬 고리를 조합해 자신만의 멋을 드러낸다. 불법(佛法)을 듣거나 스승을 뵈러 갈 때는, 두 가닥 땋을 머리를 앞으로 넘기고, 오른쪽 소매를 어깨에서부터 내려 공경의 뜻을 표한다.

과거에는 여성들이 노란색이나 적황색 계열의 옷을 입는 것이 금기시되었으며, 오직 파란색이나 검은색 옷만 착용할 수 있었다. 일상생활에서는 남성은 흰색 펠트 장삼을 즐겨 입었고, 여성은 야크 털로 짠 검은색 혹은 붉은색 장삼에, 안에는 붉거나 분홍빛의 셔츠를 받쳐 입는 것을 선호했다. 전통적으로 금장식을 몸에 지니면 복이 흩어진다고 여겼기 때문에, 금은 장신구보다는 공양물로 쓰이는 경우가 많았으며, 금장식을 착용하는 일은 드물었다. 그러나 오늘날에는 개인의 취향에 따라 자유롭게 옷과 장신구를 선택하며, 전통적인 금기는 점차 약해지고 있다.

고차는 미냑 여성들에게만 전해 내려오는 전통 장신구로서, 그 정교한 구조와 섬세한 공예를 통해 이들 여성의 진실하고 소박하며, 진중하고 단정한 내면의 품격을 드러내며, 동시에 미냑 여성 특유의 미적 감각을 반영한다.

ར་པི་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་ཆུན།

란뤄(然罗)
여성의 복식

1. བྱུ་རུ་རྒྱལ་མོའི་ ལག་ཡ། ཏོག་ཟེ།
산호 가지

2. མགོ་སྤོས།
고뽀

3. རལ་བ།
뒷머리 땋은 머리

4. རྣ་ལུང་།
귀걸이

5. ཁྲ་ལི།
차리

6. སྐེ་རྒྱན།
목걸이

7. རྣ་སྐྲ་འམ་འོག་སྐྲ།
관자놀이 땋은 머리

8. ག་ཨུ།
가우 함

9. སྐྲ་སྒྲོག
까끄록
(산호 머리 장식)

10. བར་སྒྲོག
바르끄록

11. དངུལ་སྐེད།
은화 허리띠

12. ལག་གདུབ།
팔찌

13. ལ་སྐེ།
라개

14. སློ་ཟུངས།
로쭝

15. སློ་ཁུག
주머니

16. ཚྭ་ཁུག
소금 주머니

과거 '란뤄와(然罗瓦)'는 하나의 부락이었으나. 현재는 상·하 두 지역으로 분화되었다. 상부는 다우푸현 자쓰콩향의 러루커촌에, 하부는 캉딩시 타궁진의 란뤄촌에 각각 거주하고 있다. 비록 두 마을은 지역적으로 분리되어 있지만, 주민들의 복식과 차림에는 차이가 없으며, 모두 목축업을 생계로 삼고 있다.

이 지역의 의복은 다른 티베트 지역과 대체로 비슷하나, 장신구 장식에 있어서는 뚜렷한 특징을 지닌다. 특히 법회나 결혼식 같은 격식 있는 자리에서는 고급 복식을 갖추는데, 그 대표적인 장식은 고뽀, 산호 머리 장식, 허리 장신구, 방덴 등이다.

고뽀

고뽀(Gopho)는 란뤄 지역 여성들이 머리 꼭대기에 고정하는 장식으로, 사향노루 가죽으로 만든 가느다란 가죽끈을 정수리 뒤쪽의 모발에 단단히 묶어 고정한다. 이 머리 장식은 산호 가지(태), 지지대, 정수리 호박, 호박 테두리, 호박 받침 등으로 구성되어 있다. 정수리 땋은 머리는, 정수리에서 원형으로 구획한 머리카락을 14가닥에서 22가닥으로 나누어 평평하게 땋아 만든다. 이와 더불어 양쪽 귀 위쪽에서도 각각 일정량의 머리카락을 따로 골라, 정수리 땋은 머리와 같은 굵기로 땋는데, 이를 현지에서는 '톡레'라고 부른다. 과거에는 결혼할 때 길상(吉祥)의 의미로, 손으로 짠 흰 양털 실을 정수리 땋은 머리와 톡레의 끝에 연결했으나, 오늘날에는 대부분 공장에서 생산된 실을 사용한다.

란뤄 여성들의 머리 땋는 방식은 다른 지역에 비해 훨씬 복잡하고 작업량도 많다. 정수리 머리 땋기를 완성한 후, 남은 머리카락은 정성스럽게 빗질하여 아주 가는 세 가닥 땋기인 '납작 땋기'로 촘촘히 나누어 땋는다. 양쪽 귀 근처의 머리카락은 납작 땋기보다 조금 굵은 형태로 땋는데, 이는 '관자놀이 머리 땋기'라 불린다. 머리카락이 얼굴을 가리지 않도록 양쪽 관자놀이 머리 땋기의 끝에는 색색의 털실을 달고, 뒤쪽에서 자연스럽게 하나로 묶는다.

이마 양옆의 가장 앞쪽에 위치한 두 가닥 땋은 머리는 관자놀이 부근에서 함께 땋는데, 이를 '차에'라고 부른다. 이 두 가닥을 합쳐 땋지 않으면 불길하다고 여겨 반드시 함께 엮어야 한다고 전해진다. 이어서, 모든 가느다란 납작 땋은 머리는 뒤로 늘어뜨리며, 그 끝을 검정 실로 덧대어 연장하고, 이를 다시 두 가닥으로 나누어 색색의 털실로 감싼다. 마지막으로, 끝부분은 세 가지 색의 털실을 사용해 세 가닥 땋은 머리로 마무리한다. 두 갈래 땋은 머리는 허리띠 아래로 고정시키며, 끝부분 다채로운 색상의 비단 술을 달아 장식미를 더한다.

고뽀 장식의 중심이 되는 산호 가지는 바닷속에서 채취한 가공되지 않은 천연 산호로, 호박 머리 장식의 화룡점정이자 빠질 수 없는 핵심 요소이다. 과거 어른들은 가장 뛰어난 산호 가지는 연한 분홍빛을 띠고, 결이 뚜렷하게 지문처럼 선명하며, 뿌리는 굵고 가지가 풍성하다고 믿었다.

'바썽' 또는 '톡결'이라 불리는 이 지지대는 산호 가지를 더욱 눈에 띄게 하며 동시에 단단히 고정하는 역할도 한다. 보통 백은으로 제작되며, 모래시계 모양을 하고 있는 것이 일반적이다. 때로는 작고 정교한 호박 조각으로 대체하기도 한다.

정수리의 호박은 송진이 지하에서 오랜 세월을 거쳐 형성된 보석으로, 여성들의 전통 장신구 중 하나이다. 호박은 건강에 이롭다고 여겨졌으며, 예로부터 길상과 신비를 상징하는 귀한 보물로 인식되어 왔다. 지역 노인들의 말에 따르면, 호박은 단순한 장식품 그 이상의 의미를 지니며, 착용하면 복과 평안을 가져다준다고 한다. 가장 좋은 호박은 주황빛을 띠고, 구름 같은 무늬가 있으며, 모양은 사과 모양의 원형, 순무 모양의 납작한 원형, 사각형 등 다양하다. 지역의 여성들은 정수리 호박을 착용할 때 반드시 다른 머리 장식과 함께 매치해야 조화를 이룬다고 여긴다. 호박을 착용하면 기분이 좋아지고 정신이 맑아진다는 인식이 널리 퍼져 있어, "정수리에 호박을 얹으면, 늘 웃음이 떠나지 않는다"는 속담도 있다.

과거에는 정수리 호박이 크고 무거운 경우가 많아, 장시간 착용한 여성들의 머리카락이 점차 빠지고 심한 경우 정수리 탈모가 생기기도 했다. 그러나 이러한 현상은 오히려 부유함의 상징으로 여겨져, 탈모는 곧 풍족한 가정환경을 드러내는 표식으로 받아들여졌다.

호박 테두리는 호박 장식의 가장자리를 둘러싼 장식 요소로, 위아래 두 줄로 구슬을 꿰어 장식한다. 착용자의 경제적 수준에 따라, 위쪽은 산호나 붉은 원형 구슬로, 아래쪽은 인도산의 파란색 또는 붉은색 원형 구슬로 장식하는 것이 일반적이다.

호박 받침대는 정수리 호박을 안정적으로 고정하기 위한 구조로, 하얀 펠트로 만든 원형 패드에 붉은 모직 천을 덮어 감싼 형태이다. 사슴가죽 끈이 호박 중앙을 관통한 뒤, 호박 받침을 지나 정수리 땋은 머리에 단단히 묶어 고정한다.

036 미냑 복식

산호 머리 장식

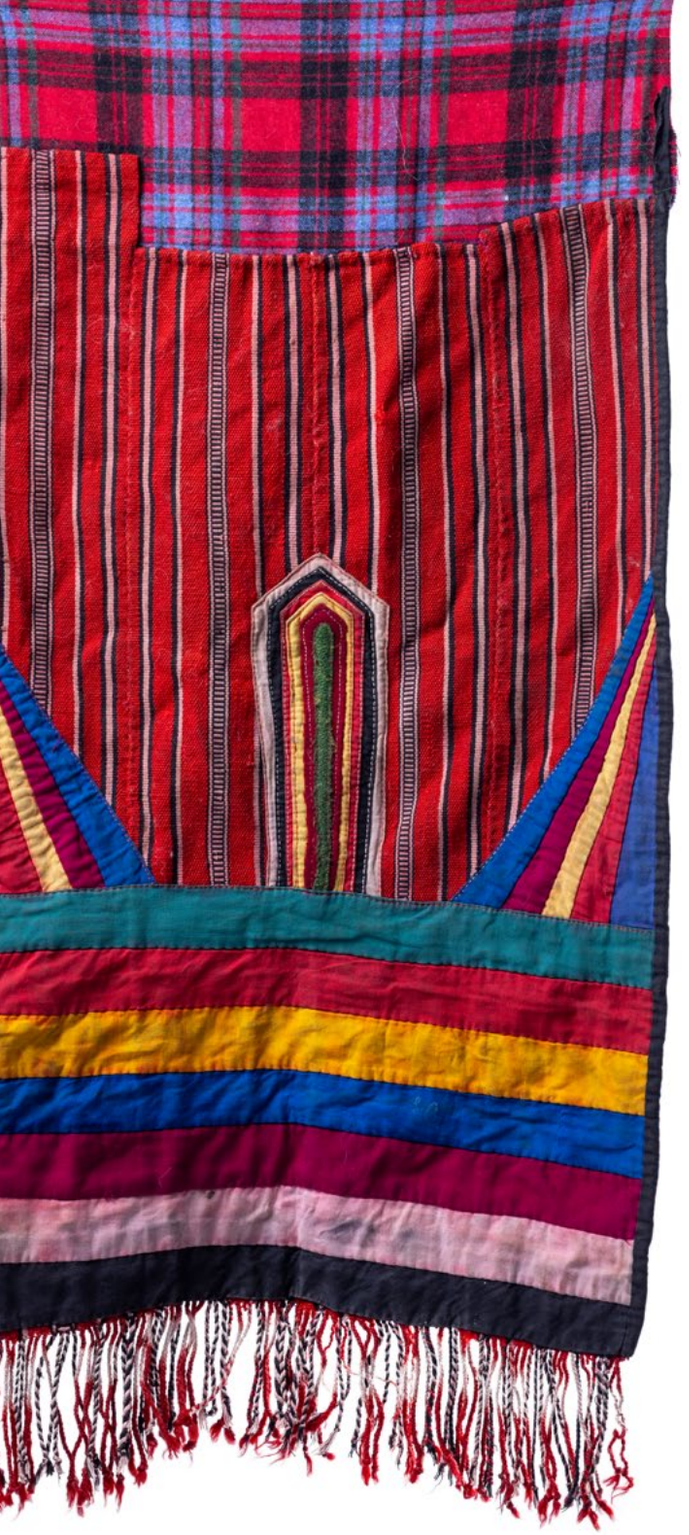
산호 머리 장식은 세 줄로 이루어진 긴 산호 장식으로, 그 사이사이에 호박이 점점이 박혀 있으며, 양 끝은 좌우 관자놀이 근처의 땋은 머리에 연결되고 나머지 부분은 자연스럽게 등 뒤로 늘어뜨린다. 이 중 가운데 위치한 호박과 산호의 조합을 현지에서는 '차리'라 부르며, 이는 '상충'이라 하는 은화 모양의 연결 장치를 통해 정수리의 땋은 머리에 고정된다. 예로부터 신부가 시집갈 때 상충 위에 자개를 덧붙이는 풍습이 있었는데, 이는 좋은 길운을 기원하기 위한 것이었다. 중앙의 차리와 양옆의 긴 산호 장식은 등 뒤에서 두 줄의 산호 끈으로 수평으로 연결되는데, 이 연결용의 작은 산호 끈을 현지에서는 '바르끄록'이라고 한다.

평상시에 노동하거나 무거운 짐을 나를 때는, 장식이 손상되지 않도록 산호 장식과 땋은 머리를 머리 위로 감아 올리는 것이 일반적이다. 한편, 과거에는 '렐와'라 불리는 특별한 머리 장식이 있었는데, 이는 짙은 색의 티베트 직물을 바탕으로 하고 그 위에 몇 개의 은 방패 장식이 덧붙여진 형태였다. 그러나 이 머리 장식은 현재 거의 자취를 감추었고, 오직 구전으로만 그 흔적이 남아 있다.

허리 장식

허리 장식은 '라개'와 '은화 허리띠'로 구성된다. 라개는 한쪽 끝에 속이 빈 고리가 있으며, 여기에 여러 개의 반지 형태의 고리가 꿰어져 있다. 이 장식 고리는 주로 꽃무늬나 안장 모양으로 되어 있으며, 두 개의 반지 장식 사이마다 하나의 상아 고리가 끼워진다. 대부분의 라개에는 여덟 개의 반지 고리와 네 개의 상아 고리가 있고, 양 끝에는 옥으로 만든 반지가 하나씩 달려 있다.

은화 허리띠는 라개와 연결된 장식용 띠로, 약 서른 개에 가까운 은화를 박아 만든다. 착용할 때는 먼저 라개의 속 빈 고리를 허리띠에 꿰어 앞쪽에 느슨하게 드리운다. 그 다음 은화띠를 허리를 두 바퀴 감은 후 끝부분을 허리띠 안에 집어 넣어 고정한다. 은화띠가 보급되기 전에는 '락치'라 불리는 다채로운 모직물 허리띠가 널리 쓰였다.



방덴

이 지역에서는 방덴, 즉 허리 앞치마는 티베트 지역의 다른 일부 지역과 마찬가지로 '투와' 또는 '투차'라 부르며, 양모 실을 염색하고 방직하는 정교한 과정을 거쳐 만들어진다. 방덴의 중앙에는 문기둥과 유사한 모양의 '퉁'이라 불리는 무늬가 있는데 이는 정감문을 의미하며 마니보(摩尼宝)를 상징한다. 퉁의 양옆에는 파랑, 노랑, 빨강, 보라 등 다채로운 색상의 천 조각으로 구성된 삼각형 무늬가 장식되어 있는데, 이는 상아를 상징한다. 퉁 아래쪽에는 '테마'라 불리는 무지개 문양이 가로로 배열되어 있으며, 흰색, 노란색, 빨간색, 초록색, 파란색, 자주색 등의 천 조각이 수평으로 배치되어 있다. 빨간색과 노란색의 조합은 '장엄'을 의미하며, 파란 하늘과 노란 대지를 상징하는 색의 배합 또한 깊은 뜻을 담고 있다.

방덴의 하단에는 술이 장식되어 있는데, 각 술의 중앙에는 양모 본래의 흰색이 남아 있다. 이는 염색 과정에서 술의 가운데를 단단히 묶어 붉게 물드는 것을 방지한 결과이다. 이처럼 정교한 방덴을 완성하는 데에는 최소 열흘 이상의 시간이 소요된다. 또한, 이 지역에는 작은 소금 주머니도 있으며, 재단 방식과 염색 기법은 방덴과 동일하다. 이 작은 주머니는 작은 파우치 형태의 직물로 만들어지며, 로쭝 아래에 묶어 착용하고, 끝에는 길게 늘어진 술이 달려 있다.

기타 장신구

이 지역 여성들이 착용하는 귀걸이는 금귀걸이, 은 고리형 귀걸이, 모나 귀걸이 세 가지가 있다. 금귀걸이는 순금으로 제작되며, 은 고리형 귀걸이는 순은으로 만들어진다. 모나 귀걸이는 그 독특한 디자인으로 눈길을 끄는데, 은으로 된 고리 아래 세 개의 산호 구슬이 달려 있으며, 구슬 사이사이는 정교한 음각 무늬가 새겨진 은구슬로 나뉘어 있다. 이 구슬들의 형태는 마치 굵은 청보리 알갱이를 닮았고, 끝에는 술 장식이 달려 있다.

귀걸이 외에도 여성들은 가우 함, 목걸이, 상아 팔찌, 로쭝 등의 다양한 장신구를 착용하는데, 이 장신구들은 티베트의 다른 지역과 크게 다르지 않다. 오른쪽 로쭝 끝에는 소금 주머니를, 왼쪽 로쭝 끝에는 솔라를 매다는 습관이 있다. 이 외에도 앞쪽에는 자수 주머니와 우유 짜는 고리 등을 장식처럼 착용한다.

현지 여성들의 머리 땋는 방식, 머리 장식, 허리 장식, 방덴, 소금 주머니 등의 장신구는 타 지역과는 다른 독자적인 미감을 보여준다. 이들은 전통 티베트 장삼을 입을 때 소매를 걷어 올리고, 발에는 세 가지 색이 들어간 전통 부츠를 신는 것이 일반적인 착장이다. 이러한 복장은 게사르 왕의 와비 '드룩모'의 복장에서 유래한 것으로, 정돈되고 격식을 갖춘 차림새는 신에게 드리는 공경과 헌신을 상징한다고 전해진다.

티베트 복식 문화에서 란뤄 복식은 중요한 위치를 차지한다. 오늘날에 이르러서도, 란뤄 여성들의 전통 의상은 지역 사회 내에서 여전히 사랑받고 있으며, 다른 지역에서도 널리 호평을 받고 있다. 명절이나 결혼식과 같은 중요한 행사 때면 사람들은 이 독특한 지역 전통의상을 착용함으로써 전통에 대한 존중과 문화적 정체성의 계승 의지를 표현하곤 한다.

མི་ཉག་སྤྱིས་བའི་གོས་ཆུན།

미냑(木雅) 남성의 복식

1 ཡང་ཞྭ
རྒྱ་ཞྭ
양샤/인도 모자

2 སྐྲ་ལྷུག
늘어뜨린 땋은 머리

3 བ་སོའི་མཛེབ་གོར།
상아 고리

4 རྣ་ལྷང་།
귀걸이

5 གཌུ།
가우 함

6 དངུལ་ཐག
은사슬

7 འབྲུ་རས་དོར་མ།
명주 바지

다우푸현의 룽덩향, 바메이진, 그리고 캉딩시의 타궁진과 신두차오진 등지의 미냑 남성들의 복식은 전체적인 양식 면에서 캄 지역과 크게 다르지 않지만, 그 안에는 뚜렷한 지역적 특색이 녹아 있다. 복식의 전체 구성은 모자, 늘어뜨린 땋은 머리, 머리 장식, 목걸이, 팔찌, 의복, 부츠 등으로 이루어진다.

모자

미냑 남성들이 가장 일반적으로 착용하는 모자로는 '양샤'라 불리는 예복용 중절모가 있다. 이는 '인도 모자'라고도 불리며, 챙이 바깥으로 퍼져 있는 형태로 지역 내에서 널리 사랑받는다. 이 모자는 결혼식이나 향을 피우는 의식과 같은 격식 있는 자리에서뿐만 아니라, 일상생활에서도 흔히 볼 수 있다.

또 다른 모자로는 '속샤' 혹은 '갈샤'라고 불리는 붉은 술 달린 둥근 모자가 있다. 이는 주로 결혼식이나 춤 공연 등 특별한 행사에서 착용하며, 원나라 시기부터 티베트 지역에서 유행한 것으로 전해진다.

그 외에도 금실로 수놓은 금화 모자, 여우털 모자, 스라소니털 모자, 펠트 모자, 그리고 질기고 두꺼운 천으로 만든 캔버스 모자 등도 흔히 쓰이는 모자들이다.

늘어뜨린 땋은 머리

늘어뜨린 땋은 머리는 머리카락을 한 가닥으로 땋은 다음, 그 끝부분에 붉은 술을 달아 장식한다. 이후 상아 고리와 꽃무늬 고리들을 땋은 머리 위에 꿰어 머리 둘레를 따라 감아 올린다. 오른쪽 귀 근처의 머리카락은 다소 느슨하게 땋아 자연스럽게 늘어뜨리며, 그 형태로 인해 '늘어뜨린 땋은 머리'라 불린다. 땋은 머리의 끝은 왼쪽 귀 뒤로 드리워지며, 이는 미냑 남성의 위엄하고도 강건한 기상을 드러낸다.

예전에는 이 붉은 술을 만드는 실에 '라차'라는 재료를 섞었는데, 이는 혈액 질환에 효과가 있다고 여겨졌다. 사람들은 머리에 이를 두르면 고혈압과 중풍을 예방할 수 있다고 믿었다. 누군가 병에 걸려 갑자기 쓰러져 입에 거품을 물 경우, 이 실을 불에 태워 나는 연기를 쐬면 병세가 호전된다고 여겼다.

또한 상아와 옥을 피부에 밀착시켜 혈관을 눌러주는 것이 고혈압 예방에 효과적이라고 여겨졌다. 말안장 끈이나 고삐에 옥 장식을 다는 이유 역시 혈액계 질환이나 악성 질병을 예방하기 위함이라는 믿음에서 비롯된 것이다.

미냑 남성들은 보통 늘어뜨린 땋은 머리에 상아 고리를 장식하며, 격식을 갖춘 자리에는 상아 장식 앞뒤에 꽃무늬 고리나 일반 고리를 두 개에서 여섯 개까지 꿰어 장식하기도 한다. 한때는 '호르 땋은 머리'라 불리는, 가느다란 땋은 머리 여러 가닥으로 이루어진 머리 모양도 유행하였으나, 지금은 거의 자취를 감추었다. 또한, 스승을 뵙거나 불법을 청취할 때는 머리를 앞으로 늘어뜨리는 것이 공경의 표시로 여겨졌다.

귀걸이

미냑 지역의 남성들은 왼쪽 귀에 큼직한 은귀걸이를 착용하며, 표면에는 한 개에서 세 개 사이의 터키석이나 산호가 박혀 있다. 귀걸이는 얇은 끈으로 귓바퀴에 묶어 고정하는데, 이는 귓구멍이 늘어나거나 귀걸이가 빠지는 것을 방지하기 위함이다.

이처럼 큰 귀걸이를 착용하는 것은 기세를 드러내기 위한 목적도 있지만, 동시에 일종의 방호 수단이기도 하다. 경험 많은 노인들의 말에 따르면, 이 귀걸이는 적과의 검투 중 목을 보호해 주는 역할을 하며, 칼날이 목을 벨 위험을 줄여 생명을 지킬 수 있다고 한다.

기타 장신구

목에는 천주와 산호 장식을 착용하는데, 산호는 단순한 장식품일 뿐 아니라 약리적 효능도 지닌다. 티베트 의학 문헌에 따르면, '이십오미 산호환(二十五味 珊瑚丸)'은 혈액 질환에 효과적인 명약으로 알려져 있다. 공식적인 의례 자리에 남성들은 은 장식띠로 고정된 대형 가우 함을 착용하기도 한다.

독을 예방하기 위한 목적에서 금이나 은으로 된 이빨 덮개인 치관을 사용하는 풍습도 전해진다. 금으로 된 것은 '금니관', 은으로 된 것은 '은니관'라 한다. 옛날 왕과 귀족들이 독을 시험할 때는 금화 한 송이를 도자기 그릇에 넣고, 보배로운 약환을 넣고 술을 부었는데 술에 독이 있으면 금화가 즉시 색이 변했다고 한다.

종교적 믿음에 따르면, 약지에는 탐욕·성냄·어리석음을 상징하는 '삼독맥'이 흐르므로, 약지에 금이나 은 반지를 착용하면 혈액 질환을 예방할 수 있다고 여긴다. 또한, 왼손 엄지에는 상아 반지를, 약지와 검지에는 산호나 터키석이 박힌 반지를 착용하기도 한다.

이 지역 남성들은 상아 팔찌를 착용하는 풍습이 있으며, 칼날을 맞대는 위험한 상황에서 손목을 보호하는 역할도 한다. 상아 팔찌는 중풍을 예방하는 신비한 효능이 있다고도 전해지며, 독기 가득한 곳을 지나갈 때 상아가 이를 흡수해 때때로 갈라지기도 한다는 민간신앙도 있다.

기후에 따라 알맞은 옷차림을 선택하는 것도 특징이다. 추운 겨울에는 가죽 두루마기를 입어 혹한을 이겨내고, 더운 여름에는 '라혜파'라 불리는 흰색 펠트 두루마기를 입는다. 격식을 갖춘 자리에선 겨울에는 사슴 가죽 겉면과 어린양 털을 안감으로 사용한 겹 두루마기나 양가죽 두루마기를, 여름에는 푸루 두루마기를 착용한다. 이런 의복들은 티베트 지역의 여타 의상들과 유사하며, 전체적으로 넉넉하고 헐렁하며, 옷깃이 높아 목도리를 두를 필요가 없고, 소매가 길어 장갑을 끼지 않아도 된다. 속담에 "산속에서 밤을 보내려면, 티베트 두루마기는 이불이 된다"고 하듯, 덮개로도 활용된다.

격식을 갖춘 자리에는, 남성은 위에는 명주 소재의 셔츠를 입고 소매는 넓고 길다. 하의로는 헐렁한 흰 천 바지나 같은 명주 소재의 바지를 입는데, 바지통이 매우 넓어 부츠 안에 넣고 끈으로 묶어 고정시킨다. 그러면 바짓단이 자연스럽게 드리워지는데, 이러한 착용 방식은 현지에서 '도르륵펜'이라 불린다.

옷을 재단할 때, 옷깃은 반드시 한 장의 천으로 만들어야 하며 이음새가 있어서는 안 된다는 규칙이 있다. "세 조각을 이은 옷깃 아래에선 사람이 평탄치 않다"는 속담이 이를 뒷받침한다. 또한, 두루마기의 옆단이 안으로 접혀 있지 않으면 복이 빠져나간다고 여긴다. 남성 의복의 기본 색은 흰색과 붉은색이며, 노란색 의복과 신발은 금기시된다. 전통적으로, 아이들에게 야크 송아지 가죽으로 만든 두루마기를 입히면 건강에 이롭다는 믿음도 있다.

허리에는 터키석과 산호로 장식된 장검을 차며, 불을 피우기 위한 부싯돌, 향주머니, 은 사슬 등도 함께 착용한다.

신발은 다양한 부츠를 신는데, 삼색 부츠, 가죽 부츠, 푸루 부츠, 게제 부츠, 사슴 가죽 부츠, 송아지 부츠 등이 있다.

미냑 지역 남성들의 복식과 장신구 착용 방식은 미의 추구를 드러냄과 동시에, 그들의 묵직한 성품과 큰 기개를 깊이 있게 보여 준다.

འབྲུང་རྒྱང་དུང་མེད་ཀྱི་གོས་རྒྱན།

주룽(九龙) 여성의 복식

1 ཞྭ་ལོག།
샤록 모자

2 ཨ་ལོང་།
꽃무늬 고리

3 བ་སོའི་མཐེབ་གོར།
상아 고리

4 རྣ་ལ།
발라

5 སྟོད་ཐོག།
སྟོད་འཐོག།
토폭

6 འབའ་རྗེས།
바제포
(주름 잡힌
민소매 긴 옷)

7 ཡང་ལི་ཁྲི་མོ།
양리크라모

8 ཚབ་མ།
찹마

9 ཚི་པོ།
치포

주룽현은 중국 쓰촨성 서부, 간쯔주의 동남쪽 끝자락에 위치해 있으며, 평균 해발은 약 2,900미터에 달한다. 이 지역은 반농반목의 생산 방식을 유지하고 있으며, 티베트족·한족·이족 중심으로 한 다양한 민족이 함께 거주하는 지역이다.

주룽(九龙)현이라는 중국어 명칭은, 현에 있는 주룽, 싼옌룽, 미워룽, 마이디룽, 자퉈룽, 훙바룽, 셰카룽, 바워룽, 써워룽 등 아홉 개의 '룽' 자가 붙은 협곡 이름에서 유래한 것으로 전해진다. 한편, 티베트어로 주룽현을 '지르종(吉日宗)'이라 부르는데, 이는 현지의 탕구진에 있는 고찰인 '지르사(吉日寺)'에서 비롯되었다. 이 사찰의 본래 발음은 '지써'였으나, 후에 '지르'로 바뀌었다. 지르사가 위치한 지역에는 팔각형 구조의 석루 건축물들이 줄지어 서 있는데, 티베트어로 '지르'는 바로 팔각을 의미한다.

주룽현의 싼옌룽, 셰카룽 등지에서는, 여성들이 설날, 혼례, 법회 등 중요한 행사에 전통 복식을 갖추어 입는다. 이 전통 복식은 샤록 모자, 머리 장식, 토폭, 바제포, 치포, 찹마, 그리고 부츠 등으로 구성된다.

샤록 모자

현지 여성들이 쓰는 샤록 모자는 전통적 색채가 강한 모자로, 미냑 지역의 육보화관과 유사한 형태이며, 모자 본체는 다소 길다. 샤록 모자는 주로 어린 양의 가죽이나 인조 피혁으로 만들어지며, 직접 머리에 착용할 수도 있고, 접어서 머리 뒤쪽 정수리 위에 얹고 땋은 머리로 고정하기도 한다.

머리 장식

여성들은 머리카락을 세 가닥으로 땋아 붉은색, 노란색, 분홍색 털실과 함께 꼬아 머리 위로 감아 올린다. 의례용 복장에는 땋은 머리에 상아 고리를 두 개를 꿰어 장식하며, 평소에는 오른쪽 귀 뒤에 하나만 착용한다. 또한 꽃무늬 고리를 착용하는 풍습도 있다. 그뿐 아니라, 땋은 머리끝에 붉은 털실을 이어 단 후, 작은 은화와 붉은색, 노란색, 파란색 구슬로 이루어진 장식 끈을 얹고 머리에 감아 장식한다.

토폭

토폭은 현지에서 여성들이 착용하는 외투를 일컫는 말로, 상반신에 입는 옷이다. 염색하지 않은 흰색 양모 천으로 만들어지며, 목덜미 깃 가장자리에 '발라'라 불리는 검은 천으로 만든 어깨 장식이 달려 있다. 이 어깨 장식이 없으면 불길하다고 여기는 전통이 있다. 토폭의 옷깃 가장자리에는 약 두 손가락 너비의 푸루 천과 빨간 천이 함께 장식되어 있다. 이를 '양리크라모'라고 부른다.

예전에는 토폭을 1년 된 어린 양의 털로 손수 짜냈다. 한 벌의 외투를 만들기 위해서는 이와 같은 양털이 약 세 근 정도 필요했다. 양털을 고르고, 실로 잣고, 이를 다시 직조하는 등 여러 정성스러운 공정을 거쳐야 한다. 직조는 전통 베틀이나 허리 베틀을 사용할 수 있지만, 이 지역에서는 허리 베틀이 더 일반적으로 쓰인다. 하루에 약 반 자(양팔을 벌린 길이의 단위) 정도의 천을 직조할 수 있다.

일상생활에서는 여성들이 양쪽 소매를 모두 입지만, 노동할 때는 활동에 편리하도록 오른쪽 소매를 벗어 허리띠에 끼워 두는 것이 보통이다.

바제포

바제포는 소매가 없는 주름 장식의 긴 옷으로, 상단은 양모로, 하단은 야크 털로 제작된다. 옷 양쪽에는 다채로운 색깔의 푸루가 덧대어져 있어 일상 활동에 편리함을 주는 동시에 장식 효과도 겸한다. 후면 하단 부분에는 깔끔하게 정렬된 검은색 바느질 선이 있어 마모를 방지하고 장식 효과를 더한다.

참마

현지에서 허리에 차는 장식을 '참마'라 부르며, 야크 가죽을 바탕으로 하여 그 위에 한 줄 또는 두 줄의 황동 혹은 백동으로 만든 작은 리벳 장식이 박혀 있다.

오늘날 무대 공연이나 각종 행사에서는 여성들이 주로 천으로 만든 바제포만 착용하지만, 일상생활에서는 전통 참마를 현대 티베트 의상인 장포, 푸루포 등과 함께 착용하는 경우가 많다.

치포

치포라 불리는 앞치마는 다른 지역과는 다른 독특한 색채 조합을 가진다. 양모로 짜여 있으며, 흰색, 빨간색, 검은색의 무지개 줄무늬가 세로로 배열되어 있다. 양모로 만들어져 질감은 어린 양털 제품에 비해 다소 거친 편이다.

염색은 현지에서 나는 황련 뿌리 등의 식물 재료나 시장에서 구입한 염료가 사용된다.

기타 장신구

과거 현지 여성들은 주로 짚신을 신었으나, 이후 손수 꿰맨 티베트 부츠로 바뀌었다. 여성들은 금, 은귀걸이, 반지, 팔찌, 단검, 바늘 상자, 그리고 흰색과 붉은색 구슬이 번갈아 꿰어진 목걸이 등 다양한 장신구를 착용한다.

오늘날, 양모와 야크 털로 손수 짠 바제포 등 전통 의상은 매우 희귀해졌으며, 대신 시장에서 구입한 흰색과 갈색 천, 화려한 푸루로 만든 현대식 바제포가 대체하고 있다. 이러한 전통 의상은 현재 결혼식, 전통 춤 공연 등 민속 행사나 예술 공연에서 무대복으로만 착용하고, 일상생활에서는 거의 찾아보기 어렵다.

현지 민간에는 다음과 같은 노래가 전해진다.

“이렇게 양모를 빗고, 이렇게 실을 잣고, 이렇게 양모를 배열하고, 이렇게 말뚝을 세우고, 이렇게 베틀을 설치하고, 이렇게 천을 짜고, 이렇게 옷본을 자르고, 이렇게 바느질하여 옷을 만들고, 이렇게 그것을 입는다네.”

또한 여성들의 옷차림에 관한 노래도 있다.

“여인의 옷차림 셋으로 나뉘네, 상등, 중등, 하등 각기 다르다네, 상등 여인은 재빠르게 입고, 중등 여인은 적당한 속도로, 하등 여인은 느리고 헐렁하다네.” 이 노래들은 실을 뽑고, 옷감을 짜고, 재단하고, 바느질하는 여러 과정과 함께 부르던 오래된 무가입니다.

특수한 자연환경과 풍습 덕분에, 주룽 지역 티베트 여성들의 복식은 뚜렷한 지역적 특색을 갖추게 되었으며, 그들의 근면하고 소박하며 섬세하고 온화한 성격을 생생하게 보여준다.

མི་ཉག་བོད་ལྷམ།

미냑(木雅)
티베트 부츠

1 ཁ་སྟེང་། ཡ་ཡུ། 부츠 칼라

2 སྣ་ཁེབས། 안장 솔기

3 སྐམ་པ། ཕྱི་མཆེ། 외부 이빨 띠/캄빠

4 ལོང་མོ། 상단 샤프트

5 འགག་སྟན། མུ་རི། 하단 샤프트/각텐

6 འཇའ། 무지개 무늬

7 ལྷམ་སྣ། 부츠 코/상향 코

8 འགོག་རི། ལྷམ་རི། 쿼터/곡리

9 ལྷམ་མཐིལ། རྡོག་པ། 밑창

10 ལྷམ་སྒྲོག 부츠 끈

미냑 지역의 티베트 부츠는 일반적으로 남성용, 여성용, 승려용의 세 가지로 나뉜다. 이 부츠들은 독특한 제작 기술뿐 아니라 깊은 문화적 의미도 함께 담고 있다.

부츠 제작에 사용되는 재료는 주로 가죽, 천, 티베트 모직 천 등이다. 이 가운데 가죽은 염색하지 않은 천연 가죽을 비롯해 검정, 빨강, 흰색 등으로 염색된 가죽 등 여러 종류로 나뉜다. 예전에는 주로 잘 무두질 된 천연 가죽을 사용해 신발을 만들었고, 염색된 가죽은 거의 쓰지 않았다. 이후에는 공장에서 염색 가죽이 점차 주류를 이루게 되었다.

현지 대부분의 티베트 부츠는 부츠의 몸통과 상단 부분을 천, 티베트 모직 천, 혹은 가죽으로 만들며, 안감은 전통적으로 야크 털로 만든 직물을 사용하였다. 외관의 미를 더하기 위해 부츠의 중앙 솔기에는 파랑, 노랑, 초록이 어우러진 무지개무늬 장식이 달리는 경우가 많다. 그래서 현지에는 “배우자와 부츠 솔기는 보기 좋아야 한다. 평생 보며 살아야 하니까.”라는 속담도 전해진다. 부츠의 앞코는 위로 약간 들리며 안쪽으로 살짝 휘어진 형태를 띠는데, 이는 미적인 아름다움을 살리는 동시에 ‘더 나은 삶을 향한 염원’을 상징한다. 부츠 바닥은 두 가지 방식이 있으며, 하나는 두툼한 한 겹 가죽으로 밑창을 대는 방식이고, 다른 하나는 여러 겹의 가죽을 덧대는 방식이다.

미냑어에서는 부츠의 각 부위에 대해 다른 지역과는 구별되는 명칭을 사용한다. 부츠의 몸통 부분은 '곡리', 아래쪽 측면은 '각텐', 외부 이빨 띠는 '캄빠', 부츠 칼라는 '카텡'이라 부른다.

남성용 부츠와 여성용 부츠의 차이는 뒤축 부분에 길상결 무늬 장식이 있는지, 그리고 밑창이 여러 겹의 가죽으로 덧댄 것인지에 따라 나뉜다. 이 두 가지 조건이 모두 갖추어진 것이 남성용 부츠며, 길상결 무늬가 없고 단층의 두꺼운 가죽 밑창으로 된 것이 여성용 부츠다.

승려용 부츠는 '레고마'라 불리며, 주로 챰 춤이나 의식에서 신는다. 부츠 몸통은 흰색 천이나 가죽으로 제작되고, 부츠의 앞코 좌우에는 검은 가죽으로 만든 길상결 무늬 장식이 달린다. 상단 측면은 노란색 티베트 모직으로, 하단과 끈 부분은 붉은색 티베트 모직으로 만들어지며, 부츠 전체에는 꽃무늬와 물결무늬 자수가 놓여 있다.

한 켤레의 미냐크 부츠를 제작하기 위해서는 다양한 도구가 필요하다. 일반적인 바늘과 실 외에도 가죽용 칼, 망치, 가죽 봉제용 목제 고정틀, 양 끝 바늘, 골무 등이 필수적이다. 부츠 한 켤레를 완성하는 데에는 보통 나흘이 소요된다. 형태를 잘 잡기 위해 단단한 나무로 만든 부츠 지지대 '함걍'을 부츠 안에 이틀가량 넣어둔다.

현지인들은 새 옷이나 새 부츠를 함부로 착용하지 않는다. 반드시 정해진 의식을 거친 후 착용한다. 새 옷을 입을 때에는 "입는 사람 장수하고, 옷은 늘 새롭기를, 마음먹은 일 이루어지기를"이라 기도한다. 액운과 사악한 기운을 물리치기 위해 옷에 침을 뱉은 뒤 착용하기도 한다.

새 부츠를 신기 전에는 먼저 기둥에 부츠를 걸어두고, 다음과 같은 기원을 올린다.

"병 없이 오래 살고, 고통 없이 행복하기를. 부모님 백수를 누리고, 스승님 가르침 오래 이어지기를. 관료들은 강건하고 올곧게 서고, 백성들은 화 없이 장수하기를."

혹은 "첫째, 스승님께서 이 부츠를 신으시기를, 둘째, 관료가 이 부츠를 신으시기를, 셋째, 부모님이 이 부츠를 신으시기를, 넷째, 백성이 이 부츠를 신으시기를" 이어서 "사람은 병 없고, 가축은 재난 없기를"이라며 복을 기원한다.

부츠를 신을 때는 이렇게 읊는다.

“한 땀 두 땀 세 땀 꿰매고, 세 땀 꿰맬 때 마음 기쁘니, 마음 기쁘면 몸도 건강하네. 이제 기쁘고 행복한 춤을 추며, 길상과 선함 모두 성취되기를, 새 부츠 오래오래 신기를.” 이러한 일련의 기도와 축복을 마친 뒤에야 비로소 새 부츠를 신는다.

미냑 부츠는 다른 티베트 부츠들과 마찬가지로 따뜻하게 체온을 보호해 줄 뿐 아니라 건강에도 유익하다. 개가 물어도 쉽게 손상되지 않으며, 돌이나 나무 막대에 맞아도 다치지 않아 발을 보호하는 데 매우 효과적이다.

འབངས་སོལ།

박고 복식

1 དངུལ་ཞྭ།
은 모자

2 ལཉྫ།
란자

3 རི་ཀྲོང་ཚི།
리크롱츠 모자

4 རྒྱན་དྲུག་ཞྭ།
ཁྱག་ཞྭ།
갠드룩 모자/
켁샤

5 སྟོད་འཐོག
상의

6 དུང་ཆབ་མ།
조개 껍데기
허리 장식

7 འབག་གོས།
박고

8 ལཉྫ་སྐེ་འཁོར།
དངུལ་གཞོང་།
란자 케코르

9 ཁབ་ཤུབས་ཁ་གཟར།
བཙའ་བོས།
칼숩카자르/짜포

10 ལྷམ་སྣ་འཁྱིལ་མ།
상향 코 부츠

박고(Bakgo)는 한때 자근파, 샤더진, 궁가산진, 길거향 등지의 여성들이 일상복으로 착용한 의상이었다. 그러나 세월이 흐르면서, 오늘날에는 미냑 구르 춤이나 법회, 혼례 등 경축의 자리에서만 입는 예복으로 점차 변화하였다.

박고는 보통 지역 고유의 모자, 산양 조끼, 부츠 등의 다양한 장신구와 함께 착용한다. 박고와 함께 착용하는 모자는 주로 세 가지가 있는데, 리키롱츠 모자, 갠드룩 모자, 은 모자이다.

리키롱츠 모자

리키롱츠 모자는 그 형태가 마치 오불관(五佛冠)을 닮아, 착용할 때는 먼저 모자를 머리에 평평하게 얹은 뒤 땋은 머리로 고정한다. 결혼식에서 필수적인 혼례용 모자로 여겨지며, 신부는 이 모자와 함께 얼굴 전체를 덮는 비단 천을 앞에서부터 늘어뜨려 착용한다. 때로는 은 모자와 함께 병용하기도 한다. 여름철에는 햇빛을 가리는 용도로도 사용되며, 과거에는 주로 짚으로 엮어 만들었으나, 오늘날에는 비단 등의 천을 더 많이 사용한다. 한편, 하(下) 미냑 일부 지역에서는 신부가 시집갈 때 혼례용 머리 장식으로 호르 모자를 선택하기도 한다고 전해진다.

박고 복식 067

갠드룩 모자

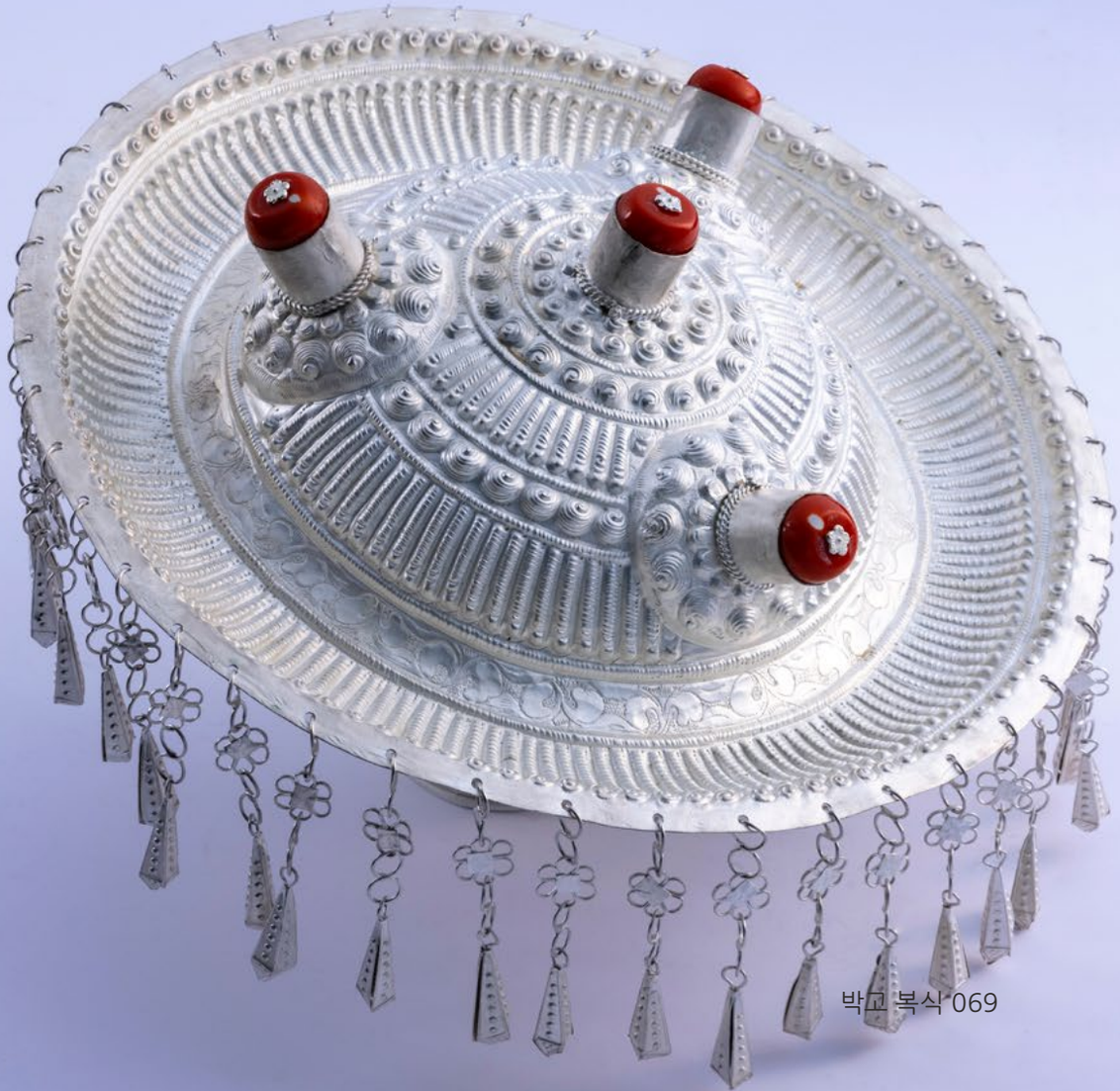
갠드룩 모자는 '쿠샤'라고도 불리며, 가장자리에는 수달 가죽이 장식되어 있다. 챙 부분에는 붉은색·노란색·초록색의 티베트 모직 천으로 만든 무지개 줄무늬 세 줄이 장식되어 있다. 모자 본체는 주머니처럼 생겼으며, 겉감은 비단으로, 안감은 양털로 되어 있어 겨울철에 착용하기에 적합하다. 모자의 길이는 일정하지 않으며, 전통적으로는 길수록 좋다고 여겨져 어떤 것은 허리춤까지 내려오기도 한다. 모자 밑단에 달린 장식은 '모자 눈' 혹은 '꽃무늬'라 불리는데, 그 모양은 둥글거나 네모나며, 비단과 티베트 양모 천을 여러 겹 겹쳐 꿰매 만든 것으로, 해와 달을 상징한다.

갠드룩 모자를 착용할 때는 양쪽 챙을 위로 접어 올리고 땋은 머리로 고정하며, 모자 본체는 때때로 자연스럽게 등 뒤로 늘어뜨리거나 머리 위로 접어 올려 두기도 한다.

한편, 이 지역에서는 '란자'라고 불리는 모자용 머리 장식도 있다. 이는 붉은 티베트 양모 천을 바탕으로 하며, 그 위에 작고 섬세한 은구슬과 터키석, 산호 등이 장식되어 있다.

은 모자

은 모자는 주로 법회나 혼례 등 특별한 행사에서 착용된다. 모자의 중앙에 위치한 은판은 '라푸타'라 하며, 뒤편에 위치한 은판은 '은 방울'이라 불린다. 과거에는 라푸타와 은 방울의 중앙에 각각 크고 붉은 산호를 한 개 박았으나, 오늘날에는 박는 산호의 수가 늘어난 경향을 보인다.



머리 모양

현지 여성들의 머리 모양은 두 가지 유형으로 나뉜다. 하나는 성인 여성의 머리 모양으로, ‘보드고 세 가닥 땋은 머리’라 불린다. 이 머리 모양은 앞머리를 남기고 나머지 머리를 하나로 땋은 후, 땋은 끝자락에 노란색과 진남색 또는 붉은색의 양모 실을 섞어 넣는 것이 특징이다. 노란색 실과 진남색·분홍색이 양모 실을 사용한 경우, 이는 고인을 애도하는 뜻을 담고 있다.

다른 하나는 젊은 여성의 머리 모양으로, ‘갸고 세 가닥 땋은 머리’라 하며, 머리를 두 갈래로 땋고, 그 끝자락에 붉은색 양모 실을 엮는 것이 특징이다.

박고

박고(Bakgo)는 상의와 민소매 긴 겉옷 두 부분으로 이루어진다. 상의는 상반신 길이의 짧은 형태로, 현지에서 짠 푸루와 양모 천를 꿰매어 제작한다. 여성이 노동하기에 편리하고 아름다운 몸매를 드러내기 위해 오른팔 소매를 벗는 것이 관습이다.

민소매 긴 겉옷 또한 '박고'라고 불리며, 대개 상의와 함께 입는다. 이 겉옷은 야크 털과 양털을 실로 꼬고 짜는 여러 공정을 거쳐 완성된다. 특히 양옆 부분에는 하얀 양모와 검은 야크 털을 이용해 주름 장식을 만들었으며, 이는 걸음을 쉽게 하고 활동성을 높이기 위함이다.

주름의 수는 각 가정의 경제 상황에 따라 달랐다. 하급 박고인 '술쇼 쿠'는 흰 양모 주름이 세 쌍에 불과하며, 중급인 '초쇼 쿠'는 여섯 쌍, 최고급인 '쇼쇼 쿠'는 여덟 쌍이었다. 이후 주름 수에 따라 삼십 주름, 육십 주름, 팔십 주름 박고 등으로 나누어졌다. 그중 팔십 주름 박고가 가장 고급으로, 양쪽에 각각 마흔 개의 주름이 있다. 현지에는 "아가씨는 팔십 주름 박고를 가졌지만, 아무도 나를 맞아주지 않는다!"는 속담이 전해진다.

주름을 만드는 방식은 접은 양모 위에 돌이나 보리가 담긴 가죽 포대를 올려 눌러 한 달 이상 꾸준히 다져서 완성하였다. 주름의 수는 각 집안의 경제 사정에 따라 결정되었다.

생활 수준이 향상되면서 박고의 소재와 제작 기법도 더욱 다양해졌으며, 점차 세 가지 유형으로 세분화되었다. 그 유형은 초네 박고, 쏘네 박고, 초파 박고다.

초네 박고는 가장 먼저 등장한 박고 유형으로, 현지에서 생산되는 흰 양모와 야크 털만을 원료로 사용하여 제작된다. 미냑어에서 '초'는 흰색을, '네'는 검은색을 뜻하므로, 초네 박고란 '흑백무늬 박고'를 의미한다. 일부 지역에서는 이 박고를 '갸카 박고'라 부르기도 하는데, '갸카'란 까치를 뜻하며, 이는 박고의 흰색과 검은색이 까치와 닮았기 때문이다.

쏘네 박고는 초네 박고에서 발전한 형태로, 가장 큰 특징은 등 뒤에 덧대어진 네모난 천 조각에 있다. 이 조각은 '지포독독'이라 불린다. 쏘네 박고는 기존의 흑백 양모를 사용하지 않고, 중앙에는 선명한 붉은색 푸루를, 가장자리에는 꽃무늬 푸루를 둘러 장식하였다. 의복의 양옆에는 세 줄의 주름이 있으며, 각각 붉은색·초록색·노란색의 티베트 천으로 정성껏 덧대어져 있다. 미냑어에서 '쏘'는 붉은색을, '네'는 검은색을 뜻하므로, 쏘네 박고는 '붉고 검은 무늬 박고'라는 의미를 지닌다. 푸루는 위짱 지방에서 구매해야 했기에, 지역산 흰 양모와 야크 털로 만든 초네 박고보다 훨씬 귀하고 고급스러운 의복으로 여겨진다.

초파 박고는 지포독독과 양옆 주름이 모두 밝고 선명한 푸루로 만들어져, 전체적인 외관이 더욱 화려하고 품질 역시 뛰어나다. 이러한 특성 덕분에 대중들 사이에서 특히 인기가 높은 스타일이다. 일부 지역에서는 이를 '푸루 박고'라고도 한다.

한편, 미냑 지역 여성복은 연령에 따라 '메자 체고'와 '모냑 체고' 두 종류로 나뉜다. '메자'는 젊은 아가씨를, '모냑'은 기혼 여성을 뜻하며, '체고'는 옷을 의미한다. 전통적으로 박고는 기혼 여성만 입는 옷이었으나, 오늘날에는 나이와 상관없이 모든 여성이 의례복으로 착용하고 있다.

허리 장식

박고를 착용할 때는 장신구를 착용하는 경우와 착용하지 않는 경우가 있다. '조개껍데기 허리 장식'이라 불리는 허리띠가 있는데, 붉은 소가죽을 바탕으로 하고 그 위에 조개껍데기가 꿰어져 있다. 이 장식은 '갸트라 허리띠' 위에 착용하며, 반드시 박고 복식과 함께 착용해야 한다.

또한 격식을 차리는 자리에 여성들은 은으로 만든 허리 장식을 착용하기도 하며, 이는 다른 지역과는 형태가 다르다. 허리 장식에는 다섯 개의 은 상자가 달려 있고, 각각 호랑이, 사자, 대붕, 용 등의 다섯 가지 문양이 새겨져 있다. 허리 양쪽에는 현지어로 '캅숩카자르', 목축 지역 등지에서는 '짜포'라 불리는 장신구도 함께 착용한다.

방덴

과거 이 지역의 앞치마는 하나의 천으로 만들어졌으며, 기혼 여성만 착용할 수 있었다. 그러나 현재는 결혼 여부와 관계없이 박고를 입을 때 누구나 착용할 수 있으며, 그 재료 또한 더욱 다양해져 푸루, 티베트 모직 천 등이 사용된다.

부츠

여성들은 앞코가 위로 들린 티베트 전통 부츠를 신는다. 부츠의 바닥은 가죽으로 만들고, 부츠의 발등 부분은 양모로 짠다. 부츠의 상단과 하단은 각각 모직 천과 푸루로 만들어지며, 제작 방식이 정교하며 보기에도 아름답다.

란자 케코르

란자 케코르는 네모난 은제 장식품으로, 중앙에는 산호가 박혀 있고 하단에는 은으로 만든 작은 방울 장식이 달려 있다. 란자 케코르의 끈 부분은 머리에 감는 란자와 비슷하며, 이 장식은 끈처럼 목에 걸고 긴 옷자락 아래까지 늘어뜨려 착용한다. 전해지는 바에 따르면, 이 장식은 과거 귀한 손님에게 차와 술을 대접할 때 사용하던 은쟁반에서 유래하여 점차 장식품으로 변했다고 한다.

기타

겨울철에는 여자들이 어린 양가죽으로 만든 긴 외투를 입고, 여름철에는 양모와 천 소재로 만든 옷을 입은 뒤 머리에 수건을 두른다. 또한 흙과 돌을 나르는 노동을 할 때는 '파슈' 또는 '고코'라 불리는 산양 가죽 조끼를 입는다.

지역 전승에 따르면 박고(Bakgo)의 '박'은 마녀 바무를, '고'는 가죽을 뜻한다고 한다. 이에 따라 박고는 곧 마녀 바무의 가죽이라는 뜻을 지니며, 여성이 박고를 입으면 재앙을 물리치고 악귀를 쫓을 수 있다고 여긴다.

또한 박고 복식 제작과 관련된 노래가 전해지는데, 다음과 같다.

"젊은 아가씨 체룽용종이여, 양털 좀 빗겨 주세요, 빗는 법 모른다 하지 말고, 이렇게 빗겨주세요. 젊은 아가씨 체룽용종이여, 양털실 좀 뽑아 주렴, 뽑는 법 모른다 하지 말고, 이렇게 뽑아 주세여. 젊은 아가씨 체룽용종이여, 양털 좀 짜 주세요, 짜는 법 모른다 하지 말고, 이렇게 짜주세요."

사람들은 이 노래에 맞춰 노래하고 춤을 추며, 박고 제작 과정을 춤사위로 표현한다.

각기 다른 자연환경과 생활 양식 속에서 고유한 복식 문화가 형성되었으며, 그 가운데에서도 독특하고 선명한 색채를 지닌 박고 복식은 티베트 복식 문화에서 중요한 위치를 차지하고 있다.

ལྷག་བོག་དུད་མེད་ཀྱི་གོས་ཆུན།

라르마(拉日玛) 여성의 복식

1 མགོ་སྤོས།
고뽀

2 ཐོག་སྐྱེ།
톡레

3 ཐོད་འཕངས།
토팡

4 རྣ་ལུང་།
귀걸이

5 རྒྱ་ལུང་།
갸룽

6 གའུ།
가우 함

7 ཁྲ་ལི།
카라리

8 ཐོད་ཤུབས།
머리 덮개

9 སྐྲ་སྒྲོག
카드룩
(산호 머리
장식)

10 ཆབ་མ།
찹마

11 བྱ་ཁྱུང་།
자콩
(방울 달린
은사슬)

12 ལ་སྐེ།
라개

13 སྐྲ་དཀྲིས།
ལུ་འུ་ཐེ།
카드리/루우테
(머리 장식)

14 ཐུ་དམར།
붉은 방덴

15 མཆེ་བ།
처와

16 ཏེས་མ།
테마

17 ཅོར།
འཕན།
비단실 술

신룽현 라르마향은 지형이 마치 독수리가 날개를 펼친 듯하다 하여 이름 붙여졌으며, 주민 대부분이 목축업에 종사한다. 이곳 여성들은 중요한 자리에 정장 차림으로 참석할 때, 머리 장식, 귀걸이, 참마, 촐파(티베트 전통 외투), 붉은 방덴 등으로 구성된 전통 복식을 착용한다.

머리 장식

머리 장식 중, 머리 꼭대기에 꽂고 호박을 장식한 '고뽀'는 여성들이 정장 차림을 할 때 반드시 착용해야 하는 머리 장식이다. 장식의 윗부분에는 산호 가지 장식이 있고, 아랫부분에는 가죽끈으로 호박과 호박 받침을 꿰어 머리 땋기 뿌리 부분에 연결하여 단단히 묶는다.

과거에는 여성들은 자주 머리를 땋았다. 평상시에는 특별히 날을 가리지 않고 머리를 땋았지만, 시집갈 때는 반드시 길일을 택해 진행해야 했다. 또한 신부의 머리를 땋는 사람은 다음과 같은 조건을 갖추어야 했다. 부모가 모두 생존하고, 가문이 고귀하며 자손이 덕행이 좋고, 사주팔자와 이름이 신부와 상생할 것 등이다.

머리 땋는 순서는 이렇다. 먼저 삵의 송곳니로 만든 도구로 가르마를 탄 후, 야크 기름과 물을 섞은 혼합물을 머리에 고르게 바른다. 그런 다음, 정성스럽게 머리를 여러 가닥의 다발 땋기로 땋는다. 머리의 정수리 부분에는 여덟 가닥으로 된 굵은 땋은 머리 두 개가 양쪽으로 나뉘어 늘어지는데, 이를 '톡레 머리땋기' 라고 한다. 나머지 머리카락은 모두 가느다랗게 세 갈래로 땋아 '흑발 세 가닥 땋기'라 부른다. 가는 땋은 머리가 얼굴을 덮는 것을 막기 위해, 여성들은 분홍색과 파란색 실을 헐겁게 엮은 후 오른쪽 귀 옆의 한 가닥 땋기에 묶고, 머리 뒤를 감아 왼쪽 귀 옆의 땋기에 매는데, 이를 '관자놀이 머리 땋기'라 한다.

민요에서 “처음엔 여인의 머리엔 장식이 없더니, 구름처럼 머리 땋으니 그림 같구나”라고 노래한다. 머리 땋기는 여성들이 자신을 단장하고 품위를 드러내는 중요한 방법이다. 또 지역 속담에 “순탄한 날에는 자주 머리를 땋지 말고, 불운한 시기에는 한 해를 넘기지 말라”는 말이 있다. 이는 일이 잘 풀릴 때는 너무 자주 머리를 땋지 않도록 하고, 집안에 불행한 일이 있을 때는 머리를 감지 않고 흐트러진 채로 애도의 뜻을 표하되, 그 기간은 1년을 넘지 않아야 한다는 의미이다.

여성들은 이마 왼쪽에 있는 첫 번째 땋은 머리 위에, 터키석과 작은 구술로 된 장식을 달기도 하는데, 이를 ‘토팡’이라 한다. 이는 머리를 다 땋은 후, 각자의 경제 상황에 맞춰 착용하는 독특한 장식이다.

이마의 잔땋기와 정수리의 톡레 머리땋기는 자연스럽게 등 뒤로 늘어뜨린다. 머리 끝부분에는 직사각형 모양의 ‘머리 덮개’를 한 쌍 착용하는데 이는 여섯 가지 다른 색의 티베트 모직 천을 이어서 만들며, 가는 양모 실로 연결되어 있다. 머리 덮개 위에는 2개에서 6개의 호박 장식이 얹혀지는데, 호박의 개수는 가정의 경제 상황에 따라 두 쌍에서 여섯 쌍까지 다를 수 있으며, 간혹 머리 덮개만 착용하기도 한다.

좌우의 머리 덮개 사이에는 ’카라리’라 불리는 장식이 달려 있다. 이 장식은 산호 구술과 호박 네 줄로 꾸며진 장식으로, 한쪽 끝은 은화로 만든 고리로 머리카락을 모아 땋은 ‘갸룽’에 걸고, 다른 한쪽은 머리끝과 함께 자연스럽게 늘어뜨린다. 좌우의 머리 덮개와 카라리는 호박 및 산호줄로 연결되며, 이를 통틀어 ‘산호 머리 장식’이라 한다. 경제 상황에 따라 이 호박 산호줄은 한 줄에서 네 줄까지 다층 구조로 꾸며진다.

과거에는 모든 세 가닥 땋기의 끝을 파란 실로 묶었으나, 이후 타 지역의 영향을 받아 지금은 대부분 검은 실을 사용한다. 이 실은 허리까지 도달하면 알록달록한 색실과 함께 가로로 엮는데 이를 ’루우테’ 또는 ’카드리’라 부른다. 카드리 위, 산호 머리 장식과 카라리의 연결 부위에는 터키석이나 산호 세 알을 세팅한 은제 장식이 달리고, 그 아래에는 작은 방울이 달린 은사슬이 드리워지는데 이를 ’자쿙’이라 부른다. 머리의 맨 끝은 빨강, 초록, 분홍색 실로 굵은 세 가닥 땋기를 하고, 허리띠를 관통시킨 다음 끝에 술을 단다. 이 술은 두 가닥으로 나뉘고 위쪽은 은실로 여러 겹 감아서 자연스럽게 아래로 드리운다.

귀걸이

여성들은 개인의 경제 상황에 따라 금, 은, 터키석, 산호 등으로 된 다양한 귀걸이를 착용한다. 격식을 갖춘 자리에서는 보통 보리알 모양의 은귀걸이를 선택하는데, 그 끝부분은 금과 산호를 번갈아 장식한다.

촐파(티베트 전통 외투)

예전에는 여성들이 주로 흰색 펠트 촐파나 가죽 촐파를 입었으며, 정장을 갖춰 입을 때에는 보통 푸루와 어린 양가죽으로 만든 촐파를 선택하고, 가장자리에는 수달 가죽이나 표범 가죽을 덧대곤 하였다. 경제가 발전함에 따라 위짱 지역에서 들여온 푸루나 비단으로 만든 촐포가 점차 많아졌으며, 오늘날에는 푸루로 만든 촐포가 가장 좋은 예복으로 여겨진다.

참마

참마의 바닥 받침은 모직 천을 기본으로 하며, 외부는 붉은 천으로 감싸고, 그 위에 은꽃과 은화를 정렬하여 장식합니다. 이 장식은 '라개'와 연결되며, 라개에는 상아 고리와 반지가 번갈아 장식된다. 참마를 착용할 때는 허리에 두 바퀴 감아 두르고, 라개는 오른쪽으로 약간 치우치게 고정하여 부드럽게 곡선을 이루도록 착용한다.

붉은 방덴

현지 목축 지역의 여성들은 붉은 줄무늬가 있는 앞치마를 착용하는데, 이를 '붉은 방덴'이라 부른다. 다른 지역과 마찬가지로, 방덴은 본래 우유를 짜는 등 일상 작업 중 옷 앞자락이 더러워지는 것을 막기 위한 용도였으나, 시대의 변화에 따라 현재는 하나의 장식품으로 발전하였다. 전통 의상을 입고 공식적인 자리에 참석할 때, 붉은 방덴은 빠질 수 없는 복식의 일부가 되었다. 주로 지역산 양모 실을 원료로 하여 염색과 직조 등 여러 공정을 거쳐 만들어지며, 아래에는 술 장식이 달려 있다. 술 위쪽에는 흰색, 노란색, 붉은색, 초록색 등 여덟 가지 색깔의 천 조각이 가로로 나란히 배치되어 무지개처럼 보이는데, 이를 '디마'라고 한다. 디마 위쪽 좌우 끝에는 삼각형 천 조각이 장식되어 있고, 가운데에는 파란색, 노란색, 빨간색의 천을 이어 만든 무늬가 있는데, 그 모양이 잡귀를 쫓는 도르마(불교 공양물)와 같아 '처와'라 불린다. 붉은 방덴은 그 제작 기법이 섬세할 뿐만 아니라, 색채 또한 매우 다채롭다.

또한 가축을 유인하기 위해 붉은 방덴의 오른쪽에는 그 재료와 제작 방식이 붉은 방덴과 같은 술 달린 소금 주머니를 달기도 한다.

특유의 지리적 환경과 문화적 관습은 독특한 의복과 장신구를 만들어냈다. 이 지역 목축 여성들의 복식에는 찬란한 문화적 아름다움과 역사적 변화가 고스란히 담겨 있다.

རྟའུའི་རོང་མོའི་སྐྲ་ཚུགས་དང་གོས་རྒྱན།

다우푸(道孚)
농촌 지역 여성의
머리 모양과 복식

1 དབུ་སྐྲ།
སྐྲ་ས་སྦུད།
합사 실

2 ལུང་ཐང་།
룽탕

3 ཟེ་བརྡ་ས།
འགག་རིང་།
지다마

4 དངུལ་ཐག
은사슬

5 ཕྲེང་བཅད།
བཙུ་ཚར།
창차

머리모양

캄 지역 다우푸현 콩써향에서 송린커우 농촌 지역, 특히 니초 지역 여성들은 독특한 머리 모양을 가지고 있다. 이 머리 모양은 '리고'와 '카쭈' 두 가지 스타일이 있으며, 모두 땋은 머리와 양모로 된 합사 실 등으로 구성되어 있다.

이 두 가지 머리 모양은 겉보기에는 단순하지만, 실제로는 풍부한 문화적 의미를 담고 있으며, 묶는 방법도 두 가지가 있다.

기혼 여성의 머리 모양은 '리고'라 부른다. 땋을 때는 먼저 정수리 중앙에서 머리를 좌우로 나눈 뒤, 머리 뒷부분도 좌우로 나누어 각각 세 가닥 땋기를 만든다. 땋은 머리끝은 '우쟈'라 불리는 붉은 양모 실로 묶는다. 그 다음 두 갈래로 땋은 머리를 교차시켜 머리 둘레를 두 바퀴 정도 감은 후, 뒤통수에서 매듭지어 고정한 뒤, 남은 매듭 부분을 땋은 머리 속에 감추어 단정하게 마무리한다.

미혼 여성의 머리 모양은 '카쭈' 또는 '스카르쭈'라 부른다. 이 머리 모양의 특징은 머리 전체를 하나의 굵은 땋은 머리로 만드는 방식이다. 머리 전체를 깔끔하게 뒤로 넘긴 후, 목덜미 가까이에서 손 한 뼘 정도 길이만큼 단단히 감는다. 그 뒤 손가락 굵기의 속이 빈 대나무나 '데라'라 불리는 나뭇가지를 땋은 머리 묶음 밑부분에 수평으로 끼운다. 이후 머리를 붉은 실과 함께 비교적 느슨하게 세 가닥 땋기로 땋아, 오른쪽 귀에서 시작하여 머리 둘레를 한 바퀴 감아 올리는 형식으로 완성한다. 마지막으로 땋은 머리 끝의 남은 붉은 실을 뒤통수 위쪽으로 수평으로 당겨 왼쪽 귀 근처의 땋은 머리 부분에 묶어 고정한다.

여성이 출가할 때는 머리 모양이 '카쭈'에서 '리고'로 바뀐다. 시집가는 날 이른 아침에, 부모가 살아 있고 자녀가 있으며 가정이 화목하고 이혼하지 않았으며 사주팔자와 이름이 길일에 맞고 말과 행동이 바른 여성을 초대해 신부의 '카쭈' 머리 모양을 풀고 머리를 깨끗이 씻은 뒤 '리고' 머리 모양으로 땋는다. 이때 완전하고 신성한 혼인 예식을 치른다. 이후 이 여성은 평생 '리고' 머리 모양을 유지해야 한다. 기혼 여성이 한 가닥 땋은 머리를 계속하고 있으면 악습으로 여긴다. 남편이 죽거나 이혼한 경우에도 두 가닥 땋은 머리는 유지해야 한다.

과거에는 합사 실의 개수에 엄격한 규정이 있었으나, 요즘 젊은 여성들은 미용을 위해 더 많은 합사 실을 넣는 경우가 많고, 노년 여성은 적게 넣는다. 옛 전통 관념은 점차 사라지고 있다.

현지 노인들의 말에 따르면, 예전에는 여성 정수리에 호박 장식을 했으나, 현재 다오푸현 시내와 인근 지역에서는 거의 볼 수 없다. 그러나 쟈쓰콩향 지역에서는 이 풍습이 여전히 남아 있다.

또한 현대에는 나이와 관계없이 많은 여성들이 머리 땋은 부분을 검은색 비단 머리망으로 감싸 풀리거나 엉키지 않도록 한다.

복식

다른 지역 여성들과 마찬가지로, 이곳 여성들도 귀에는 '룽탕'을 걸고, 목에는 산호 목걸이나 가우 함을 착용한다.

겨울에는 인조가죽으로 만든 약간 작은 길이의 외투를 주로 입으며, 여름에는 천으로 만든 민소매 긴 옷을 즐겨 입는다. 이 옷은 현지어로 '지다마'라 불리는데, '지다'는 소매를 뜻하고 '지다마'는 소매가 없는 옷을 의미한다. 때로는 '각링'이라고도 한다. 중요한 행사 때는 주로 푸루나 양가죽으로 만든 긴 옷을 입는다.

어떤 긴 옷을 입든 공통적으로 허리 양옆에 접힌 주름이 있으며, 이 주름은 등 뒤 방향으로 접힌다. 다른 지역처럼 많은 주름을 잡는 방식과는 다르며, 이는 호르 지역 여성들에게 나타나는 공통된 특징이다. 긴 옷 안에는 대체로 붉거나 분홍색의 티베트식 셔츠를 받쳐 입는다. 예전에는 검은색 방덴을 선호했으나, 지금은 무지개색 방덴을 더 좋아한다.

일할 때는 옷이 해지면 바로 꿰매기 쉽게 허리띠 오른쪽에 바늘과 실 주머니를 달고 다녔으나, 현재는 정교한 자수 무늬가 있는 장식품으로 변했다. 또한 허리 오른쪽에는 단검을 차기도 한다.

허리 양쪽에는 아름답게 세공된 은사슬을 장식으로 늘어뜨리는데, 착용 시 이 은사슬은 약간 앞으로 늘어져 반원 형태를 이루며, 은으로 만든 길상 매듭과 보석이 박힌 은꽃이 장식되어 있다.

몸 양옆에 다는 특별한 장식품으로 '창차'라 불리는 계수기가 있다. 중앙에는 육각형 모양의 길상 매듭이 있고, 그 위에는 올리브 모양의 루비가 박혀 있다. 이 장식품은 상·중·하 3단으로 나뉘어 자연스럽게 늘어지도록 되어 있다. 본래 이 계수기는 염불의 횟수를 세기 위한 도구로, 한 바퀴 염불할 때마다 하단 구슬을 한 칸씩 옮기고, 천 번 염불하면 중단 구슬을, 만 번 염불하면 상단 구슬을 옮긴다. 상단 구슬을 모두 옮기면 십만 번 염불을 마친 것이다. 오늘날에는, 이 계수기를 주로 중요한 행사에 장식품으로 착용한다.

발에는 '푸마착탁'이나 '코치'와 같은 티베트식 부츠를 신는데, 주로 야크 가죽이나 영양 가죽으로 만든다.

이 지역 여성들의 복식은 간결하면서도 품격이 있으며, 그 세세한 부분마다 전통 미학에 대한 존중과 계승을 보여 준다. 또한, 그들의 머리 스타일은 단순한 장식이 아니라 역사의 흔적과 문화의 정수를 담고 있다.

ཞག་རོང་སྐྱེས་བའི་སྐྲ་ཚུགས།

신룽(新龙)
남성의 머리 모양

1 ཟུར་སླེ།
ཕྱོགས་སླེ།
주르레/촉슬레
(옆 땋은 머리)

2 བོ་སོའི་མཚེབ་གོར།
상아 고리

3 སྐྲ་འཇུ།
카쥬

4 སྐྲ་འཕན་དམར་པོ།
붉은 술 장식

전반적으로 남녀를 불문하고 머리를 길게 기르는 것은 티베트인들의 독특한 풍습 가운데 하나이다. 머리를 땋은 뒤, 그 끝에 붉은 실을 연결하여 '붉은 술 장식'을 만든 다음, 그것을 머리 위에 감아 올리는 것이 바로 캄 남성의 가장 두드러진 외양적 특징이다. 특히 신룽 지역의 남성들은 향을 피우는 의례와 같은 축제뿐 아니라 일상생활에서도 붉은 술 장식에 상아 고리와 반지를 꿰어 장식한 뒤 머리 위로 둘러 감는 모습을 흔히 볼 수 있다.

이러한 남성들의 전통 머리 장식은 붉은 술 장식, 상아 고리, 반지 등으로 구성되어 있으며, 각 요소마다 고유의 상징적 의미를 지닌다.

과거 신룽 남성들의 대부분은 머리를 땋기보다는 느슨하게 풀어 내린 채로 다니는 경우가 많았다. 그러나 말타기 경주와 같은 행사에서는 기수가 머리를 세 가닥에서 다섯 가닥 정도로 땋았는데, 이는 신룽어로 '초랄'이라 불리며, 신룽 남성들의 가장 초기 형태의 머리 모양으로 알려져 있다. 이후에는 머리를 일부만 땋고, 땋은 머리끝에 붉은 술 장식을 덧붙이는 형태가 유행하였는데, 이를 '호르 머리형'이라 불렀다. 오늘날에는 머리를 따로 땋지 않고 풀어 내린 머리끝에 바로 붉은 실을 연결하여 머리 위에 감아 올리는 방식이 일반화되었으며, 이러한 머리 모양은 '아랄'이라 불린다.

머리를 땋는 과정에서는 보통 '톡레'라 불리는 세 가닥 머리땋기를 한다. 정수리 한가운데에 하나, 그리고 좌우 양옆에 각각 하나씩을 땋는데, 이 옆머리 땋기는 '주르레' 또는 '촉슬레'라 불린다. 이들은 다시 납작한 형태의 다섯 가닥 혹은 아홉 가닥의 땋은 머리로 만들어진다.

아홉 가닥 땋기는 '남성의 아홉 가지 능력'을 상징하며, 남성의 위엄과 용맹이 결코 줄어들지 않기를 기원하는 의미를 담고 있다. 길상하면서 시각적인 미학도 지닌다. 한편, 다섯 가닥 땋기는 오방불(五方佛)을 상징하며, 몸과 어깨에 깃든 수호신이 사방에서 오는 악한 기운으로부터 지켜준다고 여겨진다. 아홉 가닥 땋기에 비해 다섯 가닥 땋기는 보다 소박하고 투박한 인상을 주지만, 두 가지 스타일 모두 복과 행운을 불러오는 머리 차림으로 여겨진다.

머리를 땋은 후, 세 가닥의 '톡레' 땋은 머리는 남은 머리카락과 함께 모아 머리끈으로 끝을 감싼 뒤, 그 끝에 붉은 술 장식을 단다. 이 붉은 술에는 상아 고리와 반지가 교대로 장식되며, 일반적으로는 상아 고리 하나를 반지 두 개 사이에 끼워 넣는 형태로 배열한다. 이렇게 장식된 땋은 머리는 다소 느슨하게 오른쪽 귀 옆으로 늘어뜨리는데 이를 '렉뻬'랄 하며 '늘어뜨린 땋은 머리'라는 뜻이다. 붉은 술은 이후 머리 주위를 두 바퀴 정도 감으며, 술의 끝자락은 왼쪽 귀 옆으로 늘어뜨리거나 머리카락 사이에 감춰 넣는다.

붉은 술 장식은 여러 가지 기능을 지닌다. 첫째, 이는 남성에게 용기와 힘을 부여한다고 여겨진다. 둘째, 적과의 전투에서 칼이나 몽둥이 등에 머리를 맞았을 때 일정한 보호 역할을 하며, 과거에는 머리를 더 잘 보호하기 위해 그 안에 철사를 섞기도 하였다. 셋째, 보온 효과도 있다. 이러한 이유로 사람들은 이 머리 장식을 자주 하였다.

초기에는 검은색 술만 사용하였으나, 곤포 남걀의 시기에 위짱 지역에서 붉은 비단실이 널리 공급되면서, 붉은 술을 사용한 머리 땋기 풍습이 유행하기 시작하였다. 전해지는 바에 따르면, 당시 곤포 남걀이 이끄는 신룽 군대는 드르게 지역 토호가 관할하던 장다, 곤조 일대에 장기간 주둔하였는데, 이 지역 일대에 신룽 군인의 머리 모양이 널리 퍼졌다. 이 머리 모양은 '냑카'라 불렀고, 이후 장다, 곤조의 상인들이 붉은 술을 단 머리 모양으로 신룽에 들어오자, 신룽 사람들은 이 머리 모양을 '고조 드리'라 칭하였다. 그로부터 붉은 머리 술은 신룽 전역에 퍼졌고, 신룽은 점차 '캄의 붉은 도시, 신룽'이라는 이름으로 불리게 되었다. 하지만 그럼에도 불구하고, 일부 노인들은 여전히 검은 술만을 사용하는 옛 방식을 고수하고 있다.

노인들의 머리 틀기 방식은 두 가지로 나뉘는데, 일부는 머리 주위에 소량의 술만을 감아 착용하며, 다수는 아예 술을 감지 않고 상아 고리 하나만을 머리 땋은 부분에 꿰어 그대로 등 뒤로 자연스럽게 늘어뜨린다. 반면, 젊은이들은 붉은 술 장식의 미적 효과를 중시하여 더 풍성하고 길게 늘어진 붉은 술을 선호한다. 이러한 머리 장식은 남성의 건강한 혈색을 돋보이게 할 뿐 아니라, 위엄과 호방함을 더해주는 효과가 있다고 여겨진다.

붉은 술 장식에는 터키석이 박힌 은반지와 상아 고리 등을 함께 꿰는 경우가 많다. 그중 상아 고리는 액운을 막아주는 효력이 있다고 믿어지며, 터키석이 박힌 은반지는 영혼을 안정시키고 마음을 평온하게 해주는 신비한 힘을 지닌 것으로 여겨진다. 처음에는 이마 정중앙의 머리선 부위에 은화나 보석이 박힌 메이롱을 하나 착용했는데, 이를 '카쥬"라고 불렀다. 이는 원래 붉은 술 장식이 얼굴을 가리는 것을 막기 위한 것이었으나, 이후 메이롱의 크기가 점차 커지면서 장식품으로 변했다.

과거 신룽 일부 지역에서는 '아르두' 또는 '카탁'이라 불리는 양모와 천으로 만든 머릿수건을 쓰는 풍습도 있었는데, 은화 대신 조개껍데기로 만든 원형 장식을 달아 착용하였다. 이는 혼이 빠져나가는 것을 막기 위해서라고 전해진다.

또한 이마 앞머리를 기르는 풍습도 여전히 남아 있다. 이는 한편으로는 눈 덮인 길을 걸을 때 강한 빛으로 인한 자극을 줄여 설맹증을 예방하기 위한 것이며, 다른 한편으로는 상대에게 강렬한 인상을 주는 역할을 한다.

한편, 농경 지역과 목축 지역에 따라 붉은 술을 감는 방식에도 약간의 차이가 있다. 산림이 울창하고 지형이 험한 농경 지역의 남성들은 술을 적게 사용하고 머리 주위에 단단히 감는 방식이 많다. 목축 지역 남성들은 상대적으로 탁 트인 지역에 살기 때문에 술을 더 많이 사용하고 느슨하게 감아 묶어, 이마 머리선이 도드라지게 만들어 한층 더 기개 있는 인상을 준다.

붉은 술 장식은 신룽 남성들이 자신의 기세를 드러내고 외모를 꾸미는 방식일 뿐 아니라, 지역 고유의 풍습과 생활 양식을 품은 상징적 문화 표현이기도 하다.

ཞབ་རོང་སྟོད་མའི་བུད་མེད་ཀྱི་སྒྲུ་ཚུགས།

신룽 상전(新龙上瞻) 지역 여성의 머리 모양

1 ཐོག་སྒེ།
ཐོག་ལེ་བ།
톡레
(정수리 땋은 머리)

2 ཐོད་སྐྲ།
톡크라
(윗머리 땋은 머리)

3 རྒྱབ་སྐྲ།
걉크라
(뒤통수 땋은 머리)

4 རྣ་སྐྲ།
나크라
(관자놀이 땋은 머리)

5 ཐོད་ཀྱབས།
토숍
(머리 덮개)

6 ཁྲ་ལི།
차리

7 ལུ་འུ་མ།
루우테

8 སྐྲ་འོར།
차오르
(산호가 박힌 은구슬 장식)

다가이진은 신룽현 중심지 북서쪽에 위치하며, 중심지에서 약 55킬로미터 떨어져 있고 평균 해발 고도는 3,100미터이다. 신룽 상전 지역, 특히 다가이진에서는 여성들이 결혼식 등 경사스러운 자리에 격식을 차려 입을 때, 독특한 머리 모양을 정성스럽게 땋는다.

머리 모양과 머리 장식

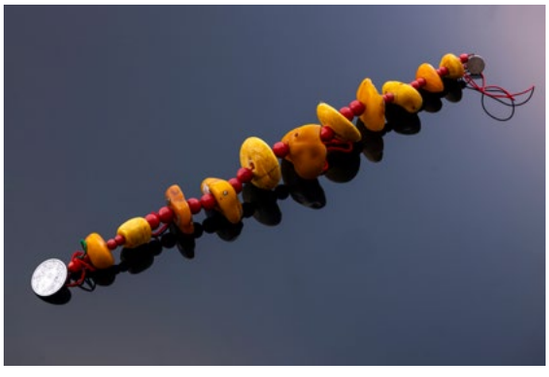
일반적으로 신룽 지역의 여성들은 어린 시절에는 짧은 머리를 하고 있으며, 다섯 살 무렵부터 머리를 땋지 않고 자연스럽게 기르는 '아랄'이라는 모리 모양을 유지한다. 자라면서 땋지 않은 긴 머리는 '아랄코차창로'라고 불린다. 또한 머리를 여러 가닥으로 두껍게 땋아 목덜미 아래서 국자 모양으로 모아 올린 '자르갑고'라는 머리 모양도 하게 된다. 이러한 머리 모양은 모두 미혼 여성들만의 특징이다.

결혼 며칠 전에는 신부를 위한 여러 준비가 이루어지는데, 그중 머리를 땋는 일은 매우 중요한 절차이다. 머리 땋기는 숙련된 장년 여성이 주도하며, 두 사람이 보조로 돕는다. 머리를 깨끗이 감고 빗질하여 정돈한 뒤 땋는다. 땋을 때는 접시 하나에 소량의 깨끗한 물을 담고, 수집한 머리카락과 버터를 손으로 비벼 섞은 후 이를 물에 넣어 '머리 손질용 용액'을 만든다. 이 용액을 머리에 발라주면 머리카락이 엉키는 것을 방지하고 빗질을 수월하게 하며, 머리카락에 자연스러운 윤기와 아름다움을 더해 준다.

신룽 상전 지역 여성의 머리 모양 109

머리를 땋는 사람은 먼저 머리카락을 몇 개의 구획으로 나눈다. 이때 나뉘는 부분은 '톡레(정수리 땋은 머리)', '갑크라(뒤통수 땋은 머리)', '톡크라(윗머리 땋은 머리)', '나크라(관자놀이 땋은 머리)' 등이 있으며, 각각 따로 나누어 땋는다. 먼저, 정수리에서 이마까지 이르는 머리카락을 가운데서 양 갈래로 나눈 뒤, 정수리 앞쪽의 많은 머리카락을 넓적한 형태의 납작한 땋은 머리로 땋는다. 이를 '톡레'라 부르며, 납작한 모양새 때문에 '평땋은 머리'라고도 한다. 톡레는 적게는 스무 가닥, 많게는 백 가닥에 이르며, 폭은 두 손가락에서 여섯 손가락 너비에 이른다. 가닥 수가 많고 폭이 넓을수록 아름답다고 여겨, '톡레는 문처럼 넓어야 한다'는 말이 전해질 정도다. 이는 현지 여성들의 머리 모양을 특징짓는 요소이자, 그들만의 아름다움을 드러내는 독특한 방식이다. 뒤통수에서 여러 가닥의 가는 땋은 머리로 땋은 것은 '갑크라'라고 한다. 톡레와 갑크라를 제외한 나머지 가는 땋은 머리는 모두 통틀어 '톡크라'라 부른다. 양쪽 관자놀이에서 각각 두 가닥의 가는 땋은 머리를 골라 함께 엮는데, 이를 '나크라'라고 한다. 머리 땋기가 모두 끝나면, 머리를 땋은 이에게 고기를 비롯해 버터 케이크 등을 사례로 전하는데, 이는 조상 대대로 이어져 내려오는 관습이자 길상을 뜻하는 상징이라 한다.

과거 부유한 가정에서는 화려한 호박 머리 장식을 착용하였는데, 이는 호박 장식 위에 산호 가지 장식을 얹고, 그 아래는 모직 천이나 가죽으로 만든 받침을 대어 고정시키는 방식이었다. 이러한 장식을 일컬어 '고캘'라 하며, 고캘은 목덜미를 따라 뒤로 늘어져 옷자락 아래까지 닿는다. 가정의 경제적 형편에 따라 2개에서 4개의 호박이 달리 배치된다. 고캘의 끝부분에는 금, 은구슬, 혹은 금은을 혼합하여 만든 원반 장식이 달려 있다. 이 원반은 마니보주를 본뜬 모양으로, 그 표면에는 꽃무늬나 팔길상 도안이 새겨져 있다. 반면, 경제 사정이 넉넉하지 않은 이들은 별다른 장식이 없는 단순한 고캘을 착용하곤 하였다. 미혼 여성은 고캘 대신 '차리'라는 장식을 달았는데, 네 줄의 작은 산호와 호박 구슬로 이루어진 장식이다.



머리 끝부분에는 붉은색과 노란색의 양모 실을 가로로 엮어 느슨하고 자연스럽게 흘러내리는 모양을 만들어 주는데, 이를 '루우테'라 하며, 그 끝에 술을 늘어뜨린다. 고캘 양옆의 톡레 위에는 '토숩'이라는 머리 덮개를 착용한다. 이 덮개는 붉은색 모직 천을 패딩으로 삼고, 그 위에 네 쌍에서 여덟 쌍의 호박을 부착하여 장식한다. 이 장식은 어깨를 따라 늘어져 허리까지 내려온다. 좌우 머리 덮개 사이에는 위아래 두 세트의 산호 머리 장식이 매달려 있으며, 각 세트는 산호와 호박이 꿰어진 네 줄의 구슬 장식으로 이루어져 있다. 좌우 양쪽의 관자놀이 부분의 땋은 머리에는 붉은색과 흰색의 양모 실을 느슨하게 꼬아 만든 실을 각각 연결하여, 모든 땋은 머리를 고정하며 이는 뒤쪽으로 약간 늘어뜨려진다. '수르숩' 혹은 '마체'라 불리는 패드에는 산호가 박힌 은구술 장식 '차오르'가 부착되어 있다. 착용할 때는 두 개의 수르숩 상단을 허리띠에 끼워 넣고, 그 양 끝이 고캘 좌우로 자연스럽게 늘어지도록 한다. 수르숩에는 자오우만으로 장식하며, 호박은 사용하지 않는다.

톡레를 땋는 일은 이 지역에서 매우 특별한 문화적 의미를 지닌다. 이는 기혼 여성과 미혼 여성을 구분하는 중요한 표식이기 때문이다. 예전에는 여성이 혼인할 때 반드시 톡레를 땋아야 했고, 기혼 여성이 톡레를 하지 않으면 불길하다고 여겨 주변 사람들의 비난과 뒷말을 사기 일쑤였다. 마찬가지로, 미혼 여성이 톡레를 땋는 것도 부정한 일로 여겨졌다. 따라서 일단 여성이 톡레를 땋기 시작하면, 이후로는 출가하거나 남편을 잃는 등의 특별한 사유가 없는 이상 평생 같은 머리 모양을 유지해야 했다. 그러나 세월이 흐름에 따라 이러한 관습도 점차 사라졌으며, 오늘날에는 민속 행사나 결혼식 등 특정한 의례의 장에서만 가끔 볼 수 있을 뿐이다. 일상에서는 이러한 머리 모양을 유지하는 사람은 거의 없으며, 이를 정성껏 땋을 수 있는 사람조차 손에 꼽을 만큼 드물다.

기타 옷 장식

과거, 이 지역 여성들은 겨울에는 가죽 두루마기를 입었고, 여름에는 자줏빛 모직 두루마기를 착용하였다. 격식을 갖춘 자리에는 푸루나 어린 양가죽으로 만든 외투를 입었는데, 이는 신룽의 다른 지역의 전통 복장과 큰 차이가 없다.

장신구로는 산호나 천주로 만든 목걸이, 금 또는 은으로 만든 가우 함을 착용하며, 귀에는 보리알 모양을 닮은 크고 긴 귀걸이를 달았다. 허리에는 은화가 가득한 '참마'를 둘러 허리를 세 바퀴 감쌌다. 오늘날에는 무지개 줄무늬가 들어간 푸루 방덴을 선호하며, 허리에는 은사슬, 바느질 상자, 지갑 등 소품을 매단다.

“골짜기마다 풍습이 다르고, 지역마다 말이 다르다”는 속담처럼, 신룽 상잔 지역 여성들의 복식 스타일은 타 지역과 비교해 독특한 개성과 특징을 드러낸다. 특히 그들의 상징적인 톡레 땋은 머리는 지역 문화와 풍습을 깊이 담아내며, 조상의 지혜를 반영하고 현지인의 미의식을 나타내어 신룽 민속 문화의 가장 뚜렷한 상징이라 할 수 있다.

ཤྲིད་སྨད་མི་ཉག་པའི་གོས་རྒྱན།

스멘 미냑(石棉木雅)
티베트족의 복식

1. མགོ་རས།
   머릿수건
2. ཕ་ནེ་ཅི།
   파네치
3. སྟོད་འགག
   조끼
4. ཕྱུ་པ།
   긴 옷
5. པང་ཁེབས།
   허리 치마

스멘현의 미냑 티베트족은 주로 송린허 유역의 셰뤄 티베트족향, 셴펑 티베트족향 일대에 분포해 있다. 이 지역은 평균 해발 약 1,800미터로 아열대 몬순 기후에 속한다. 독특한 지리적 환경으로, 이 지역은 전통적인 생활 풍습이 오늘날까지도 비교적 잘 보존되어 전승되고 있다.

현지 주민들의 전언에 따르면, 스멘 지역의 미냑 티베트족은 본래 위짱 지역에서 이주해 온 이들이다. 초기에는 남녀 모두 전통 티베트족의 긴 옷차림을 하고 있었으나, 스멘으로 이주한 이후 생산 활동과 일상생활의 필요, 그리고 기후 변화 등 다양한 요인에 따라 점차 지금과 같은 독특한 복식 문화를 형성하게 되었다. 오늘날에는 외래문화의 영향으로 인해, 이 지역의 전통 복식은 '쇄불절(불상, 탕카를 햇볕에 펼쳐놓는 불교 의식)'과 '스졔라부' 가면무용과 같은 민속 공연, 또는 문화 행사 등 특별한 자리에서만 겨우 만나볼 수 있다.

머릿수건

머릿수건은 머리에 느슨하게 감아 두르는 긴 천으로, 폭은 손가락 일곱 마디 정도, 길이는 약 6미터에 이른다. 그 기원은 이 마을에 전해 내려오는 오래된 전설과 관련이 있다. 남성은 대체로 검은색 수건을 감고, 여성은 검정, 파랑, 흰색 중에서 선택하여 사용한다. 수건 양 끝에는 색실로 장식이 더해진다. 젊은 여성들은 대체로 흰색 머릿수건을 선호하고, 기혼 여성은 검은색을 감는 경우가 많다.

파네치

‘파네치’는 이 지역 방언으로 이마 장식을 뜻한다. 길쭉한 띠 형태의 바탕 위에 꾸며진다. 과거에는 주로 가죽으로 만들었지만, 오늘날에는 천을 주로 사용한다. 바탕에는 색실로 수놓은 줄무늬가 있으며, 그 위에 6~7개의 은방울 장식을 일렬로 배치한다. 이 장식은 보통 머릿수건과 함께 착용하며, 그 형태가 투구를 대신할 수 있을 만큼 단단하고, 액운을 막아주는 기능도 있다고 전해진다. 집집마다 살림살이가 달랐기 때문에, 주로 형편이 넉넉한 집안에서만 가지고 있었고, 이를 대대로 물려주며 사용하였다.

긴 옷

남성의 긴 옷은 전통 티베트 외투인 촐파와 대체로 유사하지만 몇 가지 차이점이 있다. 전통 촐파는 옆으로 여미는 일체형 사선 깃을 사용하는 반면, 이 지역의 긴 옷은 목 둘레에 세운 깃을 겉으로 한 번 접어 넘기는 형태를 취하며, 목깃과 옷깃 부분이 분리되어 있다. 전통 촐파는 속깃과 겉깃의 길이가 대체로 같으나, 이곳의 긴 옷은 속깃이 상체까지만 내려온다. 또한 전통 촐파는 옆트임이 거의 없지만, 이곳의 긴 옷은 왼쪽 옆면에 길게 트임이 나 있는 것이 특징이다. 때로는 겉깃을 허리띠 안에 끼워 넣기도 한다. 격식을 갖추는 자리에는 산양 가죽과 야크 털로 만든 조끼를 함께 입는다.

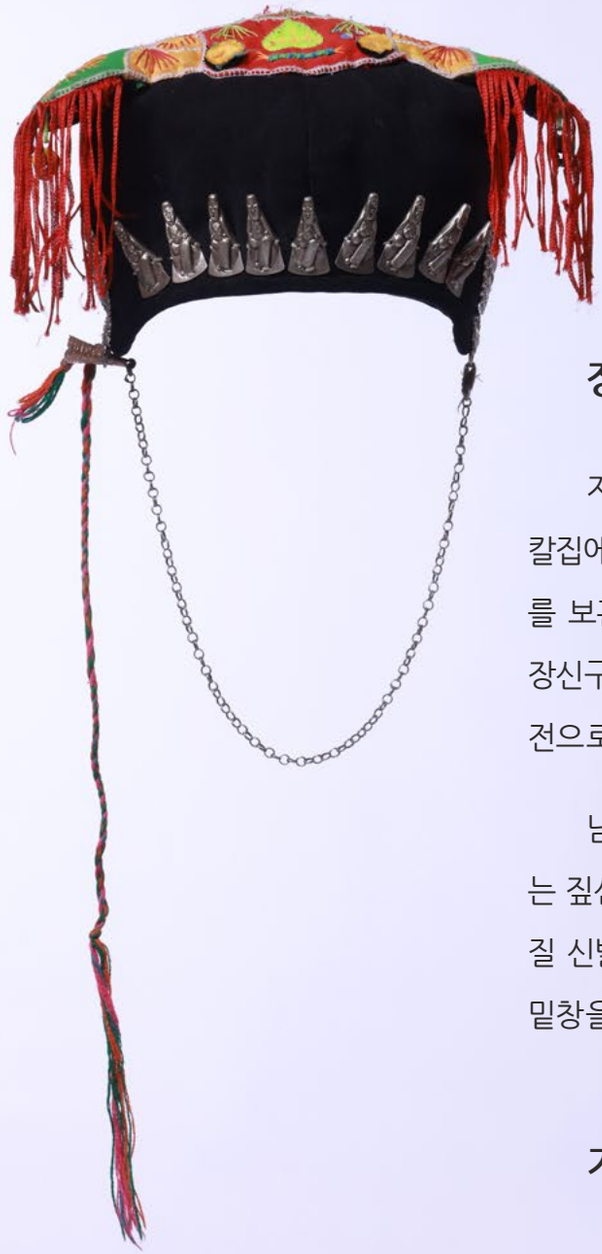
여성의 긴 옷은 남성에 비해 다소 짧지만 기본적인 형태는 거의 동일하다. 목깃과 옷깃 가장자리는 꽃무늬 천 등으로 장식이 더해지며, 소매 끝에는 네 손가락 너비 정도의 검은 천을 덧대어 마모를 방지하고 때가 타는 것을 줄이는 역할을 한다.

조끼

여성의 조끼는 검은색 무늬 천으로 제작되며, 민소매의 오른쪽으로 여미는 사선 여밈 구조를 갖는다. 옷깃 가장자리에는 테두리 장식이 있으며, 소매 안쪽은 덧댐 처리가 되어 있다. 긴 옷 위에 겹쳐 입는 것이 일반적이다.

허리 치마

이 지역의 허리 치마는 주로 검은 천으로 만들어지며, 그 형태는 두 가지로 나뉜다. 하나는 여느 지역과 마찬가지로 허리에 직접 두르는 방식이며, 다른 하나는 목에 거는 형태이다. 허리에 두르는 허리 치마의 윗단에는 색색의 천 띠로 테두리가 둘러져 있으며, 착용 시 앞부분에서 끈을 묶어 고정한다. 반면, 목에 거는 허리 치마는 중앙에 은사슬이 달려 있고, 그 양 끝에는 세 개의 은방울 장식이 박혀 있다. 허리 치마 윗단에는 두 줄의 색색 실로 장식이 놓여 있다. 착용할 때는 먼저 은사슬을 목에 건 뒤, 허리끈을 묶어 고정한다. 허리 치마 좌우 가장자리 안쪽 면에는 꽃무늬 천이 덧대어져 있어 마모를 방지한다.



장신구

지역 주민들에 따르면, 과거 남성들은 가죽 또는 나무로 만든 칼집에 단검을 넣고 허리에 차고 다녔으며, 여성들은 바느질 도구를 보관하는 바늘 주머니를 착용하곤 하였다. 그러나 이와 같은 장신구들은 오늘날 실물로는 거의 찾아볼 수 없고, 사람들의 구전으로만 전해 지고 있다.

남녀 모두 하의로는 검은색의 폭 넓은 바지를 입었으며, 발에는 짚신 또는 죽순 껍질로 만든 독특한 신발을 신었다. 이 죽순 껍질 신발은 네댓 겹의 죽순 껍질을 겹쳐 신발 바닥 모양으로 잘라 밑창을 만들고, 그 위에 천을 덧대어 꿰매는 방식으로 만들었다.

기타 의복

이 지역에 전해 내려오는 기타 전통 의복으로는 팔선모, 무코로, 조끼 등이 있다.

팔선모는 어린이들이 쓰는 모자로, 검은 천을 바탕으로 하며, 앞면에는 은으로 만든 9존 신상이 장식되어 있다. 좌우 양쪽의 귀를 덮는 부분에는 붉은 털실로 만든 술이 달려 있고, 여기에 은화 크기의 작은 은판이 부착되어 있다. 모자의 상단에는 여러 가지 천으로 동물 문양이 수놓아져 있으며, 모자의 아래쪽에는 가는 은사슬로 만든 모자 끈이 달려 있으며, 그 위에는 작은 은제 방울이 장식되어 있다.

이 모자의 형태는 인근 얼쑤 티베트족의 팔선모와 비슷하지만, 착용 풍습에는 차이가 있다. 얼쑤 티베트족의 아이들은 생후 8개월부터 착용할 수 있지만, 미냑 티베트족 아이들은 두세 살이 되어야 착용하며, 대개 다섯에서 여섯 살 무렵까지 쓴다. 이 지역 사람들은 이 모자가 액운을 물리치는 효험이 있다고 믿는다.

무코로는 짧은 길이의 두루마기로, 이 지역에서 자급한 산양 털과 야크 털을 원료로 하여 여러 공정을 거쳐 짜낸 옷이다.

조끼는 산양 가죽이나 야크 털로 만들어지며 주로 노동 시에 입는다. 산양 가죽으로 만든 조끼는 등 부위의 부담을 덜어주고 무거운 짐으로부터 허리를 보호해 주는 역할을 하며, 야크 털 조끼는 방수 효과가 더욱 뛰어난 것으로 알려져 있다.

쇄불절 밤이 되면 마을 사람들은 '스졔라부'라 불리는 민속극을 공연한다. 열한 명의 남성이 역할을 나누어 각기 다른 인물을 연기하는데, 그 중 노부부 역할을 맡은 두 사람은 무코로를 착용하고, 그중 남편 역할을 맡은 사람은 산양 가죽 조끼를 뒤집어 입고 등장한다.

스멘 지역 미냑 티베트족의 전통 복식은 역사적 배경, 지리적 조건, 환경적 요소가 어우러진 결과물로, 오랜 시간에 걸쳐 자연환경과 사회 변화에 적응하며 축적된 지혜와 창의성을 보여 준다. 그러나 이러한 전통 의상은 오늘날 계승 과정에서 적잖은 도전에 직면해 있다. 대체로 쇄불절과 같은 중요한 행사에만 착용하며, 일상 생활에서는 거의 찾아보기 힘들다. 이는 현대적 생활방식이 전통 민속에 미친 영향을 반영하는 동시에, 주민들이 의식적으로 전통문화를 보존하고자 하는 노력도 함께 보여 준다.

སྲིད་སྨད་ཤེར་སྦུག་པའི་གོས་རྒྱན།

스멘 얼쑤(石棉尔苏) 티베트족의 복식

1 མགོ་རས།
머릿수건

2 སྐྱེད་འགག
조끼

3 རྩལ་ལེན།
셔츠

4 རྩལ་ལེན།
두루마기

5 སྐྲ་རགས།
허리띠

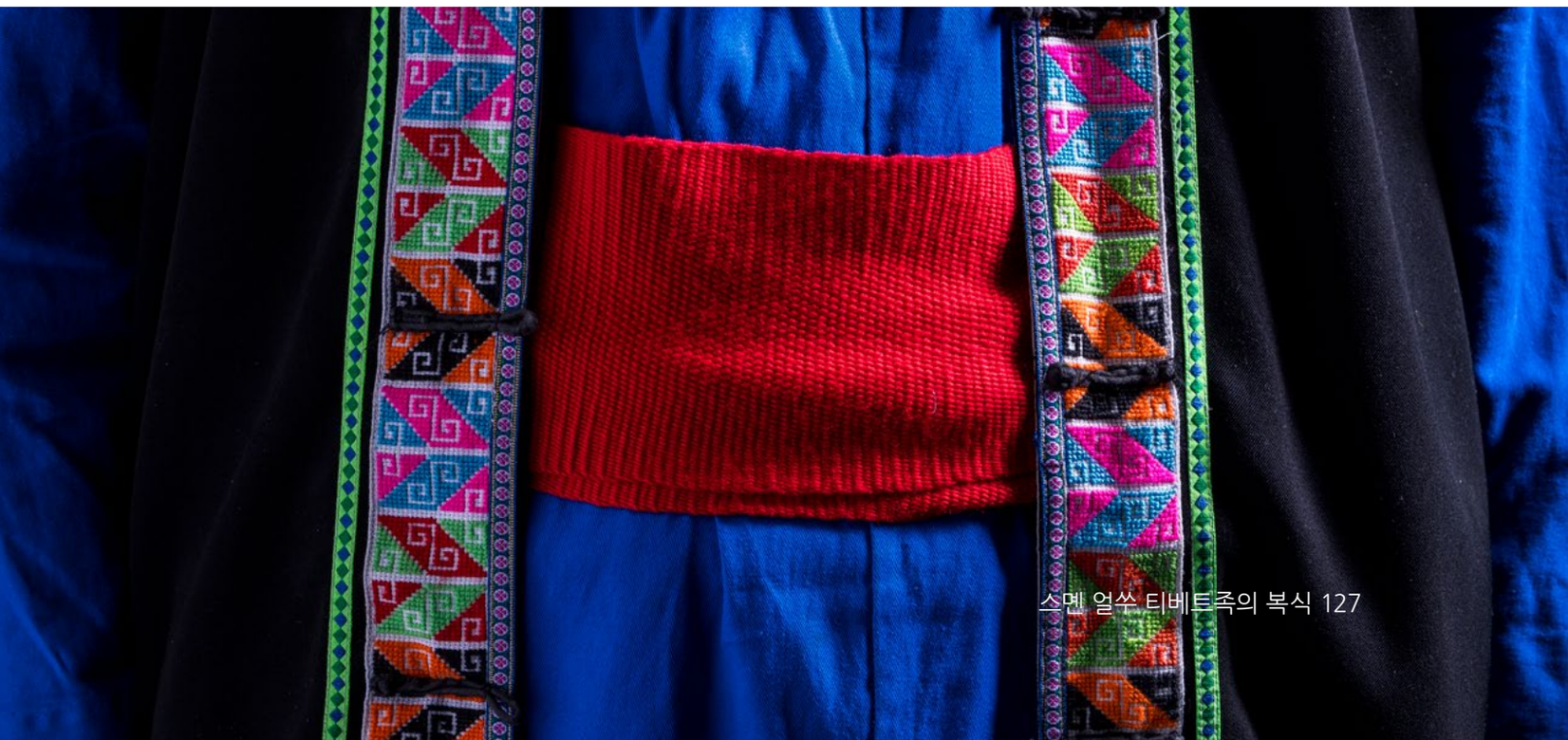
6 བང་ཁེབས།
허리 치마

스멘현 셰뤄바오쯔는 다두허 남쪽 강변과 송린허 동쪽 강변에 위치하며, 삼면이 산으로 둘러싸여 있다. 스멘 중심지에서 약 23킬로미터 떨어져 있으며, 지세는 남쪽이 높고 북쪽이 낮으며, 해발 약 1,600미터에 이른다. 이곳에는 현재 300여 명의 얼쑤 티베트족이 거주하고 있다. 돌과 나무로 지은 가옥에 살고 있고, 주로 농업에 종사하며 산지 목축을 보조적으로 병행하고 있다.

얼쑤 티베트족은 티베트족의 한 갈래로, 주로 중국 횡단산맥 동쪽과, 티베트-이족 회랑 지역인 다두허, 안닝허, 야룽강 유역에 분포하며, 총인구는 3만 명을 넘는다.

남성 복식

얼쑤 성인 남성은 머리에 검은색 수건을 두른다. 이는 길이 약 3미터 이상 되는 검은 천으로, 머리에 여러 겹 둘러 감는다. 상의는 긴 소매의 단색 두루마기로, 발목까지 내려오며 보통 부드러운 감촉의 푸른색 천으로 제작된다. 허리에는 선명한 붉은색 허리띠를 매며, 매듭을 지은 뒤 남은 띠는 왼쪽 허리 아래로 자연스럽게 늘어뜨린다. 두루마기 위에는 검은색의 입깃이 선 형태의 조끼를 겹쳐 입는데, 깃과 앞섶 가장자리에는 연속된 꽃무늬 자수가 놓인다. 하의로는 과거에는 푸른색의 통 넓은 바지를 입고, 정강이 부분에는 양모 재질의 다리 싸개를 감았다. 현재는 대부분 한족식 혹은 서양식 바지를 입는 경우가 많다. 신발은 과거에는 짚신이나 손바느질한 천 재질의 신을 신었으나, 현재는 고무신이나 가죽 구두를 신는다.



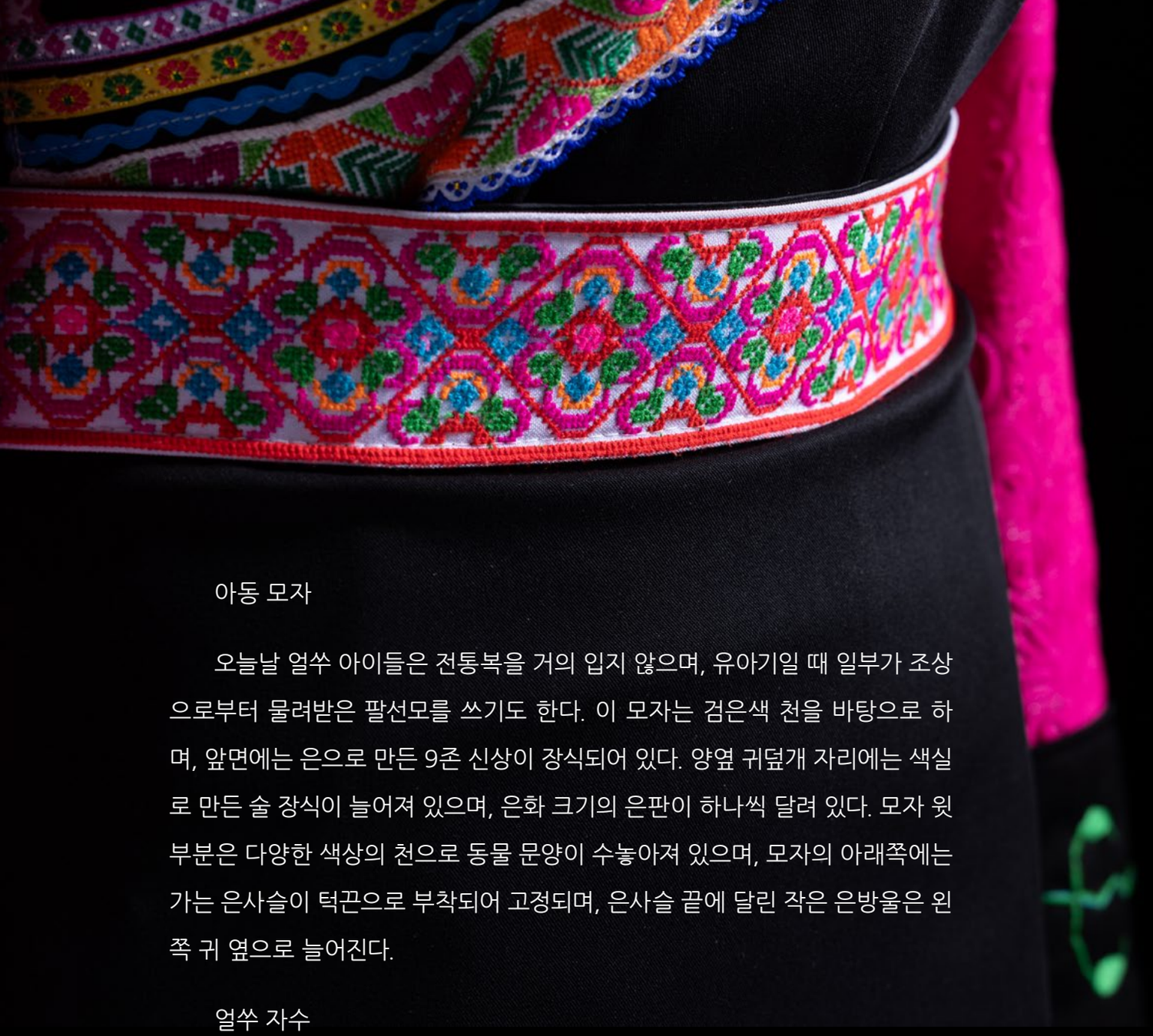
스멘 얼쑤 티베트족의 복식 127

여성 복식

얼쑤 여성은 머리에 흰색 또는 검은색 수건을 두르며, 길이는 3미터 이상 된다. 젊은 여성은 흰색을, 나이 든 여성은 검은색을 주로 착용한다. 상의는 두 겹으로 구성되며, 안에는 긴 소매 셔츠를 입고, 겉에는 검은색 자수 조끼를 덧입는다. 셔츠는 보통 푸른색, 분홍색, 녹색 등의 단색으로, 오른쪽으로 여미는 사선 여밈 구조이다. 소매 끝에는 자수 장식이 놓인다. 깃 하단 마감 부문의 문양은 소맷부리 문양과 조화를 이루는 경우가 많다. 검은색 조끼는 둥근 깃과 사선형 앞섶을 가지고 있으며, 깃과 앞섶 가장자리에도 화려한 자수가 놓인다. 허리에는 색실로 짠 수제 허리띠를 착용하는데, 티베트의 타 지역에서 볼 수 있는 허리띠와 유사하다. 단색 직조 방식으로 풍부한 질감을 지닌다. 허리띠 위에는 정사각형 형태의 검은색 허리 치마를 두르는데, 허리 치마 가장자리는 오색 자수 무늬가 장식되어 있어 단정하면서도 아름다운 인상을 준다.

하의는 과거에는 푸른색의 통 넓은 바지를 입었으나, 현대에는 검은색 바지를 선호한다. 신발은 예전에는 손수 만든 천 재질의 신이나 짚신을 신었으나, 현재는 대부분 가죽 신발을 신는다. 장신구로는 과거에는 가슴 앞에 은단추, 은이쑤시개, 귀이개 등의 장식품을 착용했는데, 오늘날에는 장신구를 착용하는 경우가 드물고, 일부 여성만이 타 티베트 지역과 비슷한 장신구를 선택하여 착용하고 있다.

3 미냑 복식



아동 모자

오늘날 얼쑤 아이들은 전통복을 거의 입지 않으며, 유아기일 때 일부가 조상으로부터 물려받은 팔선모를 쓰기도 한다. 이 모자는 검은색 천을 바탕으로 하며, 앞면에는 은으로 만든 9존 신상이 장식되어 있다. 양옆 귀덮개 자리에는 색실로 만든 술 장식이 늘어져 있으며, 은화 크기의 은판이 하나씩 달려 있다. 모자 윗부분은 다양한 색상의 천으로 동물 문양이 수놓아져 있으며, 모자의 아래쪽에는 가는 은사슬이 턱끈으로 부착되어 고정되며, 은사슬 끝에 달린 작은 은방울은 왼쪽 귀 옆으로 늘어진다.

얼쑤 자수

얼쑤 복식의 가장 핵심적인 요소는 단연 얼쑤 자수이다. 옷깃, 소맷부리, 옷섶, 허리 치마의 장식은 모두 자수를 통해 완성된다. 오늘날에는 씨줄과 날줄이 분명하고 바늘구멍이 선명한 십자수용 천을 바탕으로 사용하는 경우가 많다. 주로 십자수 기법이 활용되며, 문양은 산수초목, 꽃, 새, 물고기, 곤충 등 자연의 요소를 기하학적인 형태로 표현한다. 색채는 밝고 선명하며 띠 모양으로 연속 배열되는 것이 특징이다. 자수가 놓이는 부위에 따라 문양의 복잡성도 달라진다. 옷깃과 같은 주요 부위에는 복합적인 구성의 문양이 사용되는 반면, 소맷부리나 허리 치마와 같은 부분에는 비교적 단순한 연속 문양을 배치하여 아름다움을 살리는 동시에 옷의 내구성을 높이는 기능도 겸한다.

지역의 얼쑤 소녀들은 어린 시절부터 어른들의 곁에서 자수를 배우며, 모든 문양을 마음속에 새겨 넣으며 기술을 익힌다. 능숙한 손길로 바늘과 실을 다루며, 아름다움 자수 작품을 수놓아낸다. 2016년, 얼쑤 티베트족의 자수는 스멘 현의 시급 무형 문화유산 목록에 등재되었다.

སྣང་དྲུག་ཡུལ་གོས་ཆུན་དང་གཙག་རྒྱུ།
란안(岚安) 지역
복식과 자수

1 མགོ་རས།
머릿수건

2 ལྭ་རིང་།
긴 셔츠

3 འགག་སྟོད།
깃 있는 조끼

4 སྐེད་ཁུག
허리 주머니

5 སྟོད་འགག
조끼

6 པང་ཁེབས།
허리 치마

7 རས་ལྷམ།
천 재질 신발

란안향은 루딩현 중심지에서 북쪽으로 약 27킬로미터 떨어진 곳에 위치한 고산 분지로, 다두허 좌안에 자리하며, 사면이 산으로 둘러싸인 독특한 지형을 이룬다. 이곳의 평균 해발 고도는 약 2,400미터이며, 3,000여 명의 주민이 거주하고 있다. 그중 대부분은 구이치옹(贵琼) 티베트족이다.

기록에 따르면, 구이치옹의 조상들은 유목 생활을 하던 민족이었다. 삼국 시대 촉한 시기부터 여러 차례 이주를 거쳐 이 지역에 정착하게 되었으며 이후 농경과 방직을 시작하였다. 이때부터 여성들은 바늘과 실을 손에 쥐기 시작하였다. 이로써 오랜 역사를 지닌 '구이치옹 자수'가 탄생하였고, 이는 지역의 전통 복식과 긴밀하게 결합되어 오늘날 란안 문화의 중요한 상징으로 자리잡았다.

란안 자수

란안 자수는 유구한 역사를 지니고 있으며, 마을의 거의 모든 가정의 여성이 자수 기술에 능숙하다. 이들은 별도의 자수틀이나 거치대 없이도, 바탕 천과 바늘, 실만 있으면 언제 어디서든 수놓을 수 있으며, 심지어 노동 중 잠깐의 짬을 내어 작품을 완성하기도 하였다.

란안 자수는 티베트족 자수의 정취와 창족 자수의 기법을 겸비하고 있다. 문양은 주로 산수, 화조, 곤충 등을 소재로 하며, 상징성이 풍부하고 입체적인 조형미와 다층적인 구성, 은은하면서도 자연스러운 색채의 전개가 특징적이다. 자수를 놓는 여성들은 자연에서 영감을 얻어 도안을 구성하며, 제한된 공간 안에 다채로운 풍경을 담아낸다. 구이치옹 자수에는 열 가지가 넘는 다양한 바느질 기법이 존재하며, 솜씨가 뛰어난 여성들은 천의 양면에 똑같은 무늬를 놓거나, 심지어 양면에 서로 다른 문양을 수놓는 것 또한 가능하다.

자수의 바탕으로 사용되는 재료는 매우 다양하여, 동물 가죽이나 일반 피혁은 물론, 캔버스, 카키천, 무명, 혼방천, 비단까지도 모두 활용된다. 실 또한 바탕 재료의 특성에 따라 달라지며, 일반적으로는 면사, 창족 자수용 실, 합성 폴리에스터 실, 비단 실 등이 사용된다. 이 중에서도 가장 고급으로 여겨지는 것은 비단 실이다.

과거 란안 지역의 소녀들은 열두 살 무렵부터 어른들의 지도 아래 자수 기술을 배우기 시작하였다. 자수품은 여성의 혼례 때 중요한 혼수로 여겨졌으며, 자수 실력은 여성의 교양과 그 집안의 지위를 가늠하는 중요한 기준이 되기도 하였다.

여성 복식

란안 여성의 복식은 지역 자수 예술의 정수를 오롯이 보여주는 대표적 사례라 할 수 있다. 한 벌의 전통 복식은 머릿수건, 긴 셔츠, 조끼, 허리 치마, 천 재질 신발 등으로 구성된다.

머릿수건은 란안 여성 복장의 가장 독특한 상징으로, 긴 천을 여러 겹 돌돌 감아 머리에 둘러쓰며, 이를 현지에서는 '원형 수건'이라 부른다. 나이가 지긋한 여성은 짙은 남색 머릿수건을, 중년 및 젊은 여성들은 주로 흰색 머릿수건을 두른다. 지역 민요에는 다음과 같이 노래된다.

"푸른 천 머릿수건 길이 세 장 세 치, 양 끝 모서리에 모란꽃 수놓았네, 그대 마음이 진실하다면, 꽃 속에 그대를 수놓으리."

상의는 감청색 긴 셔츠를 기본으로 입고, 그 위에 민소매의 오른쪽 여민 형식으로 된 군청색 조끼를 덧입는다. 이 조끼에는 손수 수놓은 덩굴꽃 무늬가 장식되어 있다. 자수 문양은 주로 꽃잎, 덩굴, 꽃봉오리로 구성된다. 자수를 놓을 때는 먼저 누에고치 껍질을 잘라 밑그림 형태로 만들어 천에 붙이고, 이어서 바늘과 실로 덩굴을 먼저 수놓고, 그 다음 잎과 꽃을 수놓는다. 문양 속에는 만개한 꽃도 있고, 이제 막 피려는 연분홍색 꽃봉오리도 있으며, 봉오리 끝자락의 붉은 실 한 땀은 곧 꽃이 피어날 것을 상징한다. 조끼 가운데의 커다란 덩굴꽃 문양은 정절과 신의를 상징하며, 어깨와 소맷부리의 덩굴꽃은 부지런한 손을, 그리고 옷깃을 따라 둘러진 꽃무늬는 여성의 아름다움을 상징한다.

허리 치마는 주로 짙은 남색으로, 네 모서리와 중앙에 다섯 갈래 꽃가지 문양이 수놓아져 있다. 이 문양은 동·서·남·북·중앙을 상징하며, 이를 통해 사방이 하나로 통합됨과 민족의 단결을 의미한다. 허리 치마 끈 끝부분에도 아름다운 자수 꽃무늬가 장식되어 있다. 여성들은 보통 천 재질의 신발을 신는데, 신발 윗면에도 수공 꽃무늬 자수가 놓여 있어 소박하면서도 고풍스러운 아름다움을 더한다.

명절이나 경사스러운 자리에 참여할 때 여성들은 온몸에 자수가 놓인 화려한 복장을 선택하지만, 장례와 같은 엄숙한 자리에는 자수가 없는 수수한 색상의 옷을 입음으로써 경건한 마음을 표한다.

남성 복식

란안 남성의 복식 역시 그 나름의 뚜렷한 개성을 지닌다. 남성들 또한 보통 오른쪽 여민 형식의 감청색 긴 셔츠를 착용하며, 옷깃과 소맷부리에는 섬세하게 수놓은 장식이 더해져 걸음걸이마다 기개와 기품이 자연스레 배어 나온다. 특히 의복의 깃을 잠그는 단추는 중요한 의례에 참석할 때 반드시 채워야 하며, 단정함과 예절을 상징하는 요소로 여겨진다.

남성 복식의 가장 큰 특징 중 하나는 허리에 묶는 '허리 주머니'이다. 이는 담배, 돈, 부시 등 자잘한 소지품을 넣기 위한 작은 주머니로, 과거에는 동물 가죽으로 만들었으나 현재는 흰색 천 바탕에 초록색 덩굴꽃 무늬를 수놓은 형태가 일반적이다. 단색 자수로 수놓아져 단정하면서도 세련된 멋을 지닌다. 착용할 때는 긴 셔츠의 아래 단 양쪽을 끌어오려 허리 주머니의 끈으로 고정시키고, 윗부분 끝을 한쪽으로 접어 핀으로 고정한다. 이렇게 하면 걸을 때 더 편리해진다. 이때 옷자락의 양옆에 생기는 삼각형 모양은 마치 두 개의 깃발이 펄럭이는 듯한 형상을 이루는데 이는 음양을 상징한다.

긴 셔츠 위에는 예전에는 동물 가죽으로 만든 조끼를 걸쳤으나, 현재는 보다 간결한 흰색 캔버스 조끼를 주로 입는다. 그 가장자리와 등 중앙에는 양의 뿔 모양이 수놓아져 있어 독특함을 더한다. 하의에는 과거에는 통이 넓은 일자형 바지였으며, 신발은 짧은 가죽 부츠나 짚신을 신었다.

과거의 란안인들은 무거운 짐을 나를 때 '필레레'라는 독특한 도구를 사용하였다. 우선 밧줄로 짐을 단단히 묶고, 그 밧줄 양 끝에 넓은 가죽끈을 연결한다. 짐을 등에 진 뒤, 가죽끈의 가운데 부분을 이마에 걸치면 짐의 무게가 이마로 분산되게 된다. 이러한 영리한 설계 덕분에 손을 자유롭게 쓸 수 있었고, 울퉁불퉁한 산길에서도 균형을 유지할 수 있었다. 그러나 교통이 점차 발달함에 따라, 이 같은 전통 장비는 점차 사람들의 일상에서 사라지고, 이제는 오직 노년 세대의 기억 속에만 남아 란안 역사의 한 부분이 되었다.

란안의 자수와 복식 문화는 오랜 세월의 변화 속에서도 여전히 그 고유한 빛을 발하고 있다. 섬세한 바느질과 아름다운 자수 무늬는 선조들의 지혜를 계승하고 민족의 역사를 기록하고 있다. 이러한 문화유산은 란안 사람들의 자긍심일 뿐 아니라 인류 문명의 소중한 보물이기도 하다.

མིང་ཚིག་ཤན་སྦྱར་རེའུ་མིག
용어집

1

འདྲ་བའི་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་རྒྱན།
자바(扎坝) 여성의 복식

	བོད་ཡིག 티베트어	ལ་ཐིན་ཡི་གེ 와일리 전사	ཀོ་ཁོ་རེ་ཡ། 한국어
1	བལ་དིས།	bal dis/	벨디
2	ལ་ཐུས།	la thus/	라투
3	ཕྲུག་པོ་བལ་དིས།	phrug po bal dis/	축뽀 벨디
4	སེར་ཐིག་བལ་དིས།	ser thig bal dis/	세르틱 벨디
5	འདྲ་ནེས་བལ་དིས།	dra nes bal dis/	드라네 벨디
6	ནག་ནག་བལ་དིས།	nag nag bal dis/	낙낙 벨디
7	སྤུ་དིས་བལ་དིས།	spu dis bal dis/	푸디 벨디
8	ཧྲི་ཧྲི།	hri hri/	히리히리
9	ནིས་ནིས།	nis nis/	니니
10	ནག་ནག	nag nag	낙낙
11	སྐེད་བཅིངས།	sked bcings/	게아첸
12	གློ་ཕྲེང་།	glo phreng /	로트렝
13	ལྟོ་དཀྲིས།	lto dkris/	토트리
14	ཆབ་མ།	chab ma/	찹마
15	ཕྲུག་པོ།	phrug po/	푸루포
16	གཉའ་ཡེ།	gnya' ye/	나예
17	སྟ་འགག	sta 'gag	타각
18	མགོ་འདྲེན།	mgo 'dren/	고드렌
19	མེ་ཏོག་མེ་ལོང་།	me tog me long /	메톡멜롱
20	ལྕགས་ཡུ་སྐྱུ་ཀ	lcags yu skyu ka	짝유큐카
21	ཡེད་ཅིང་རིས།	yed cing ris/	예칭리

2

མི་ཉག་བུད་མེད་ཀྱི་མགོ་རྒྱན།

미냑(木雅) 여성의 머리 장식

	བོད་ཡིག 티베트어	ལ་ཐིན་ཡི་གེ 와일리 전사	སྐོ་ཁོ་རེ་ཡ། 한국어
1	མགོ་ཆ།	mgo cha/	고차
2	སྤོས་ཤེལ།	spos shel/	정수리 호박
3	ཨ་ལོང་མེ་ཏོག	a long me tog	꽃무늬 고리
4	མཐེབ་གོར།	mtheb gor/	상아 고리
5	རལ་བ།	ral ba/	뒷머리 땋은 머리
6	རལ་ཚོར།	ral tsor/	랄초르
7	རྣ་ལུང་།	rna lung /	귀걸이
8	སྐེ་སྒྲོག	ske sgrog	목걸이 걸쇠
9	མགོ་སྤོས།	mgo spos/	고뽀
10	སྐྲ་འཐེན།	skra 'then/	호박 장식 끈
11	འགུ་ཡ་རྟ་སྒ་མ།	gu ya rta sga ma/	다까마
12	ཕྲ་གཅིག་མ།	phra gcig ma/	프라칙마
13	ཨ་ལོང་ཕག་སྣ་མ།	a long phag sna ma/	팍나마
14	ལ་ཆ།	la cha/	라차
15	ཨ་རྡུ།	a rdu/	아르두
16	པགས་རས།	pags ras/	박래
17	རྒྱན་དྲུག་ཞྭ།	rgyan drug zhwa/	갠드룩 모자
18	ཁུག་ཞྭ།	khug zhwa/	주머니 모자
19	རི་ཀྲོང་ཙི།	ri krong tsi/	리크롱찌 모자
20	ཚྭ་ཁུག	tshwa khug	소금 주머니
21	སོ་ལ།	so la/	솔라
22	གློ་རིལ།	glo ril/	로릴
23	བཅའ་བོས།	bca' bos/	차보

3

ར་ལི་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་རྒྱན།

란뤄(然罗) 여성의 복식

	བོད་ཡིག 티베트어	ལ་ཤིན་ཡི་གེ 와일리 전사	ཀོ་ཁོ་རེ་ཡ། 한국어
1	མགོ་སྤོས།	mgo spos/	고뽀
2	སྐྲ་སྒྲོག	skra sgrog	까끄록
3	ཐེ།	the/	태
4	ཏོག	tog	산호 가지
5	བྱུ་རུ་རྒྱལ་མོའི་ལག་ཡ།	byu ru rgyal mo'i lag ya/	산호 장식
6	བར་བསྲིང་།	bar bsring /	산호 지지대
7	ཏོག་སྐྱོར།	tog skyor/	산호 지지대
8	སྤོས་ཤེལ་མཐའ་སྐོར།	spos shel mtha' skor/	호박 테두리
9	སྤོས་གདན།	spos gdan/	호박 받침대
10	ཐོག་སླེ།	thog sle/	톡레
11	རྣ་སྐྲ།	rna skra/	나끄라
12	འོག་སྐྲ།	'og skra/	옥끄라
13	མཚེ།	mtshe/	채
14	ཁྲ་ལི།	khra li/	차리
15	སྲང་ཆུང་།	srang chung /	상충
16	བར་སྒྲོག	bar sgrog	바르끄록
17	རལ་བ།	ral ba/	렐와
18	ལ་སྐེ།	la ske/	라개
19	དངུལ་རྨེད།	dngul rmed/	응울메드
20	དངུལ་སྙེད།	dngul snyed/	은화띠
21	ལག་ཕྱིས།	lag phyis/	락치
22	ཐུ་བ།	thu ba/	투와
23	ཐུ་ཁྲ།	thu khra/	투크라
24	ཏེས་མ།	tes ma/	테마
25	བཞོ་འགུག	bzho 'gug	우유 짜는 고리

4 མི་ཉག་སྐྱེས་པའི་གོས་རྒྱན།

미냑(木雅) 남성의 복식

	བོད་ཡིག 티베트어	ལ་ཐིན་ཡི་གེ 와일리 전사	ཀོ་ཁོ་རེ་ཡ། 한국어
1	ཡང་ཞྭ།	yang zhwa/	양샤
2	རྒྱ་ཞྭ།	rgya zhwa/	갸샤
3	སོག་ཞྭ།	sog zhwa/	속샤
4	རྒྱལ་ཞྭ།	rgyal zhwa/	갈샤
5	སྐྲ་ལྷུག་ཕུད།	skra lhug phud/	늘어뜨린 땋은 머리
6	ལ་ཆ།	la cha/	라차
7	ཧོར་སྐྲ།	hor skra/	호르 땋은 머리
8	གབ་ཆབ།	gab chab/	은제 가우 허리띠
9	དོར་ལྷུག་འཕེན།	dor lhug 'phen/	도르륵펜

5

བརྒྱད་ཟུར་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་རྒྱན།

주룽(九龙) 여성의 복식

	བོད་ཡིག 티베트어	ལ་ཐིན་ཡི་གེ 와일리 전사	ཀྱོ་ཁོ་རེ་ཡ། 한국어
1	ཞྭ་ལོག	zhwa log	샤록 모자
2	སྟོད་ཕོག	stod phog	토폭
3	སྟོད་འབོག	stod 'bog	외투
4	བྷ་ལ།	b+ha la/	발라
5	ཡང་ལི་ཁྲ་མོ།	yang li khra mo/	양리크라모
6	ཕྱུ་པ་འབའ་རྗེས།	phyu pa 'ba' rjes/	바제포
7	ཚི་པོ།	tshi po/	치포

6

མི་ཉག་བོད་ལྷམ།

미냑(木雅) 티베트 부츠

	བོད་ཡིག 티베트어	ལ་ཐིན་ཡི་གེ 와일리 전사	ལྷོ་ཁོ་རེ་ཡ། 한국어
1	འགོག་རི།	'gog ri/	곡리
2	ལྷམ་རི།	lham ri/	쿼터
3	ལོང་མོ།	long mo/	상단 샤프트
4	སྣ་ཁེབས།	sna khebs/	안장 솔기
5	ལྷམ་སྣ།	lham sna/	부츠 코
6	ལྷམ་མཐིལ།	lham mthil/	밑창
7	རྡོག་པ།	rdog pa/	밑창
8	འགག་སྟན།	'gag stan/	각텐
9	མུ་རི།	mu ri/	하단 샤프트
10	སྐམ་པ།	skam pa/	캄빠
11	ཕྱི་མཆེ།	phyi mche/	외부 이빨 띠
12	ཁ་སྟེང་།	kha steng /	카텡
13	ཡ་ཡུ།	ya yu/	부츠 칼라
14	རས་མགོ་མ།	ras mgo ma/	레고마
15	ལྷམ་རྒྱོང་།	lham rgyong /	함걍

7

འབག་གོས། 박고 복식

	བོད་ཡིག 티베트어	ལ་ཟིན་ཡི་གེ 와일리 전사	ལྷོ་ཁོ་རེ་ཡ། 한국어
1	འབག་གོས།	bag gos/	박고
2	རི་ཀྲོང་ཙི།	ri krong tsi/	리크롱츠 모자
3	རྒྱན་དྲུག་ཞྭ།	rgyan drug zhwa/	갠드룩 모자
4	ཧོར་ཞྭ།	hor zhwa/	호르 모자
5	ཞྭ་རྐུབ།	zhwa rkub/	모자 밑단
6	དངུལ་ཞྭ།	dngul zhwa/	은 모자
7	ལཉྫ།	lany+dza/	란자
8	ར་པུ་ཏ།	ra pu ta/	라푸타
9	དངུལ་ཕོག	dngul phog	은 방울
10	བོད་མགོ་སུམ་སྐྲ།	bod mgo sum skra/	보드고 세 가닥 땋은 머리
11	རྒྱ་མགོ་སུམ་སྐྲ།	rgya mgo sum skra/	갸고 세 가닥 땋은 머리
12	སྟོད་འབོག	stod 'bog	토폭
13	སུལ་ཤོ་ཁུ།	sul sho khu/	술쇼 쿠
14	ཆོས་ཤོ་ཁུ།	chos sho khu/	초쇼 쿠
15	ཤོ་ཤོ་ཁུ།	sho sho khu/	쇼쇼 쿠
16	ཁྲོ་ནེས་འབག་གོས།	khro nes 'bag gos/	초네 박고
17	ཟོ་ནེས་འབག་གོས།	zo nes 'bag gos/	쏘네 박고
18	ཟི་པོ་རྡོག་རྡོག	zi po rdog rdog	지포독독
19	ཚོས་པ་འབག་གོས།	tshos pa 'bag gos/	초파 박고
20	ཕྲུག་འབག་གོས།	phrug 'bag gos/	푸루 박고
21	དུང་ཆབ་མ།	dung chab ma/	조개껍데기 허리띠
22	རྒྱ་ཁྲ་སྐ་རགས།	rgya khra ska rags/	갸트라 허리띠
23	ཁབ་ཤུབས་ཁ་གཟར།	khab shubs kha gzar/	캅슙카자르
24	བཅའ་བོས།	bca' bos/	짜포
25	བོད་ལྷམ་སྣ་འཁྱིལ་མ།	bod lham sna 'khyil ma/	상향 코 부츠
26	ལཉྫ་སྐེ་འཁོར།	lany+dza ske 'khor/	란자 케코르
27	ཕ་བཤུས།	pha bshus/	파슈
28	མགོ་ཀོ	mgo ko	고코

8

ལྷག་ཁོག་བུད་མེད་ཀྱི་གོས་རྒྱན།

라르마(拉日玛) 여성의 복식

	བོད་ཡིག 티베트어	ལ་ཟིན་ཡི་གེ 와일리 전사	ཀོ་རེ་ཡ། 한국어
1	མགོ་སྤོས།	mgo spos/	고뽀
2	ཐོག་སླེ།	thog sle/	톡레
3	སྐྲ་ནག་སུམ་སླེ།	skra nag sum sle/	세 가닥 관자머리 땋기
4	རྣ་སྐྲ།	rna skra/	나크라
5	ཐོད་འཕངས།	thod 'phangs/	토팡
6	ཁྲ་ལི།	khra li/	카라리
7	རྒྱ་ལུང་།	rgya lung /	갸룽
8	སྐྲ་སྒྲོག	skra sgrog	카드룩
9	ལུ་ཨུ་ཐེ།	lu 'u the/	루우테
10	སྐྲ་དཀྲིས།	skra dkris/	카드리
11	བྱ་ཁྱུང་།	bya khyung /	자쿵
12	ཐུ་དམར།	thu dmar/	붉은 방덴
13	ཏེས་མ།	tes ma/	테마
14	མཆེ་བ།	mche ba/	처와
15	ཐོད་ཤུབས།	thod shubs/	토숩

9

རྟའུའེ་རོང་མིའི་སྐྲ་ཆུགས་དང་གོས་ཆྱག།

다우푸(道孚) 농촌 지역 여성의 머리 모양과 복식

	བོད་ཡིག 티베트어	ཨ་ཇིན་ཡི་ཀེ 와일리 전사	རྒྱལ་རེ་ཡ། 한국어
1	བསྒོས་གོ	bslas go	리고
2	དབུ་སྐྱ།	dbu skya/	우쟈
3	སྐྲ་མཐུད།	skra mthud/	합사 실
4	སྐྲ་གཅུ།	skra gcu/	카쭈
5	སུ་ཀར་གཅུ།	su kar gcu/	수카르쭈
6	སྐྲ་ཤུབས་དྲྭ་རྒྱ་མ།	skra shubs drwa rgya ma/	머리망
7	ལུང་ཐང་།	lung thang /	룽탕
8	ཟི་བརྡ་མ།	zi brda ma/	지다마
9	འགག་རིང་།	'gag ring /	각링
10	ཕྲེང་བཅད།	phreng bcad/	창차
11	བཅུ་ཚར།	bcu tshar/	추차르
12	སྤུ་མ་རྩག་འཐག	spu ma rtsag 'thag	푸마착탁
13	ཀོ་ཚིའི་ལྷམ།	ko tsi'i lham/	코치 부츠

10

ཉག་རོང་སྐྱེས་པའི་སྐྲ་ཚུགས།

신룽(新龙) 남성의 머리 모양

	བོད་ཡིག 티베트어	ལ་ཐིན་ཡི་གེ 와일리 전사	ཀོ་རི་ཡ། 한국어
1	སྐྲ་འཕན་དམར་པོ།	skra 'phan dmar po/	붉은 술 장식
2	ཚོགས་རལ།	tshogs ral/	초랄
3	ཧོར་སྐྲ།	hor skra/	호르 머리형
4	ཨ་རལ།	a ral/	아랄
5	ཐོག་བསླས།	thog bslas/	톡레
6	ཟུར་སླེ།	zur sle/	주르레
7	ཕྱོགས་སླེ།	phyogs sle/	촉슬레
8	སྐྲ་དཀྲིས།	skra dkris/	카드리
9	སྐྲ་ལྷུག་ཕུད།	skra lhug phud/	늘어뜨린 땋은 머리
10	ཉག་སྐྲ།	nyag skra/	냑크라
11	གོ་འཇོ་དཀྲི།	go 'jo dkri/	고조드리
12	སྐྲ་འཇུ།	skra 'ju/	카쥬
13	ཨ་རྡུ།	a rdu/	아르두
14	སྐྲ་ལྟག	skra ltag	카탁
15	མགོ་དཀྲིས།	mgo dkris/	고드리

11

ཞང་རོང་སྟོད་མའི་བུད་མེད་ཀྱི་སྐྲ་ཚུགས།

신룽 상전(新龙上瞻) 지역 여성의 머리 모양

	བོད་ཡིག 티베트어	ལ་ཐིན་ཡི་གེ 와일리 전사	རྒྱ་ཁ་རེ་ཡ། 한국어
1	ཨ་རལ།	a ral/	아랄
2	ཨ་རལ་ཁོག་རྩ་ལྕང་ལོ།	a ral khog rtsa lcang lo/	아랄코차창로
3	གཟར་རྒྱབ་མགོ།	gzar rgyab mgo/	자르걉고
4	རྒྱབ་སྐྲ།	rgyab skra/	걉크라
5	ཐོག་སྐྲ།	thog skra/	톡크라
6	རྣ་སྐྲ།	rna skra/	나크라
7	མགོ་དཀྱིལ།	mgo dkyil/	고캘
8	ལུ་འུ་ཐེ།	lu 'u the/	루우테
9	ཐོད་ཤུབས།	thod shubs/	토숩
10	མ་ཆས།	ma chas/	마체
11	ཟུར་ཤུབས།	zur shubs/	수르숩
12	སྐྲ་འོར།	skra 'or/	차오르

12

སྨིད་སྨད་མི་ཉག་པའི་གོས་རྒྱན།

스멘 미냑(石棉木雅) 티베트족의 복식

	བོད་ཡིག 티베트어	ལ་ཐིན་ཡི་གེ 와일리 전사	ཀོ་རེ་ཡ། 한국어
1	མགོ་རས།	mgo ras/	머릿수건
2	ཕ་ནེ་ཙི།	pha ne tsi/	파네치
3	འགག་སྟོད།	'gag stod/	조끼
4	པང་ཁེབས།	pang khebs/	허리 치마
5	མུས་ཀོ་ལོ།	mus ko lo/	무코로

13

སྲིད་སྨད་ཨེར་སུག་པའི་གོས་རྒྱན།

스멘 얼쑤(石棉尔苏) 티베트족의 복식

	བོད་ཡིག 티베트어	ལ་ཐིན་ཡི་གེ 와일리 전사	ལྷོ་ཁོ་རེ་ཡ། 한국어
1	མགོ་རས།	mgo ras/	머릿수건
2	འགག་སྟོད།	'gag stod/	조끼
3	རྔུལ་ལེན་རིང་པོ།	rngul len ring po/	두루마기
4	རྔལ་ལེན།	rngul len/	셔츠
5	སྐེད་རགས།	sked rags/	허리띠
6	པང་ཁེབས།	pang khebs/	허리 치마
7	རས་ལྷམ།	ras lham/	천 재질 신발
8	དྲང་སྲོང་ཞྭ་མོ།	drang srong zhwa mo/	팔선모

14

སྣང་དྲུག་ཡུལ་གོས་རྒྱན་དང་གཙུག་དྲུག།
란안(岚安) 지역 복식과 자수

	བོད་ཡིག། 티베트어	ལ་ཐིན་ཡི་གེ། 와일리 전사	ཀོ་རི་ཡ། 한국어
1	མགོ་རས།	mgo ras/	머릿수건
2	ལྭ་རིང་།	l+wa ring /	긴 셔츠
3	འགག་སྟོད།	'gag stod/	깃 있는 조끼
4	པང་ཁེབས།	pang khebs/	허리 치마
5	རས་ལྷམ།	ras lham/	천 재질 신발
6	སྐེད་ཁུག	sked khug	허리 주머니
7	སྟོད་འགག	stod 'gag	조끼
8	ཕི་ལི་ལི།	phi li li/	피리리

khenposodargye.org

비상업적 용도로만 사용 가능