

생명의 밥, 밥사를 살리자



한살림 밥상살림운동 보고서

생명의밥, 밥사를 살리자



한살림 밥상살림운동 보고서

모심과 살림 연구소

I. 밥의 위기와 밥상살림

밥과 우리의 삶

1. ‘먹는다’는 것에 대하여 • 10
2. 몸, 삶, 문화 그리고 밥 • 12
 - 내가 먹는 것이 바로 나 • 12
 - 우리 생활 속에 밥이 차지하는 역할 • 13
 - 삶의 전 과정과 연결되어 있는 밥 • 14
 - 문화로서 밥, 문화를 만들어 내는 밥 • 15

밥을 다시보자

1. 밥에 담긴 다양한 의미들 • 17
 - 음식으로서 밥 • 17
 - 땀과 정성이 담긴 밥 • 17
 - 우주 자연의 조화로 이루어진 밥 • 18
2. 밥이 가진 다양한 역할들 • 19
 - 살기 위해 먹는 밥 • 19
 - 치유로서 밥 • 19
 - 관계 회복을 위한 밥 • 20

밥이 변하고 있다

1. 변화되고 있는 밥의 의미와 내용들 • 22

의미를 잃어가고 있는 밥 • 22

내용 자체가 바뀌어버린 밥 • 22

2. 밥을 통해 본 현대사회의 모습들 • 25

부족한 밥 • 25

균형이 무너진 밥 • 26

외면과 차별의 대상이 된 밥 • 28

버려지는 밥 • 29

3. 밥에 대한 인식과 태도의 변화 • 31

욕망으로 오염된 밥 • 31

선택의 대상이 된 밥 • 34

정치 이슈로 등장한 밥 • 37

밥상이 무너지고 있다

1. 위태로운 밥상 • 38

밥상에 담긴 다양한 의미들 • 38

밥의 위기, 밥상의 위기 • 38

밥상의 위기, 식량의 위기 • 39

2. 사라져가는 밥상문화 • 42

‘돈’에 빼앗긴 밥상 • 42

‘시간’에 빼앗긴 밥상 • 43

생명의 밥상을 살리자

1. 건강을 지키고 생명을 살리는 밥상살림 • 46

사회문제가 된 밥상 안전 • 46

밥상살림이 필요하다 • 47

몸살림, 마음살림으로 시작하는 밥상살림 • 48

2. 종교계의 밥상살림 사상과 실천 • 51

천주교의 밥상살림 • 51

개신교의 밥상살림 • 51

불교의 밥상살림 • 52

천도교의 밥상살림 • 55

3. 생명살림과 문명전환을 위한 밥상살림운동 • 57

생명의 밥을 살리는 밥상살림 • 57

밥상살림운동의 차원과 영역들 • 58

밥상공동체의 복원과 확장 • 59

밥상공동체의 새로운 실현, 집밥의 부활 • 62

밥상살림, 문명전환의 열쇳말 • 63

II. 한살림의 밥상살림운동 : 돌아보고 내다보기

한살림 밥상살림 운동의 시작

1. 작은 쌀가게에서 시작한 한살림의 밥 운동 • 68

2. ‘협동’을 통한 밥상의 회복 • 71

3. 부엌을 나와 세상으로 확장하는 밥상공동체 • 74

땅을 살리는 밥

1. 우리 농업과 밥상을 지켜온 한살림 '쌀' • 77
 - 조금 특별한 한살림 쌀 이야기 • 77
 - 쌀 출자금 캠페인 : 쌀값을 먼저 냅시다 • 79
 - 쌀 소비 확대와 생산 안정을 위한 노력 • 81
 - 논살림 활동 : 생산자와 소비자가 함께 짓는 쌀 농사 • 83
 - 쌀과 밥, 잘 알고 잘 먹기 • 85
 - 밥 한 그릇에 담긴 의미 • 86
2. '우리밀살리기운동'에서 '우리보리살림협동조합'까지 • 89
 - 밥상의 변화 : 수입 밀 전성시대 • 89
 - 우리밀 살리기 운동의 시작과 성과 • 90
 - 식량위기 시대의 대안, 농업살림을 통한 식량자급으로 • 93
3. 우리 땅에서 난 제철먹을거리 '가까운 먹을거리 운동' • 96
 - 밥상을 바꾸는 수입 먹을거리 • 96
 - 한살림표 로컬푸드, '가까운 먹을거리' 운동 • 98
 - 제철 농산물 꾸러미 이야기 • 102

몸과 마음을 살리는 밥

1. 사회와 함께 호흡하며 진화해온 안전한 먹을거리 운동 • 105
 - 식품안전 활동의 시작과 확장 • 105
 - 한살림답게 사회와 함께하는 '식생활교육'으로 • 107
2. 제철농산물로 스스로 차리는 밥상 • 111
 - 한살림표 제철 상차림 • 111
 - 요리의 철학을 나누는 한살림 요리 강좌 • 113

이웃과 세상을 살리는 밥

1. 사회로 확장하는 '밥' 운동 • 116
2. 사회적 먹을거리를 위한 급식운동 전개 • 121
 - 소모임에서 출발한 학교급식 활동의 다양한 모습들 • 122
 - 아이들의 밥상을 건강하게 : '아이들의 희망밥상' • 125
3. 지역에서 순환하면서 이웃과 나누는 '밥' • 128
4. 통일농업, 통일밥상의 꿈 • 130
 - 통일농업의 씨앗을 뿌리다 • 130
 - 통일 밥상으로 한 걸음 : “그래도 밥은 먹어야 합니다” • 131
5. 국경을 넘어서는 밥상살림운동 • 133
 - 슬로푸드와 한살림의 만남 • 133
 - 나라 밖 밥상살림과 농업살림을 위해 • 135

한살림의 밥상살림운동 흐름과 전망

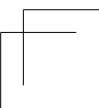
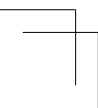
1. 한살림의 밥상살림운동 돌아보기 • 138
 - 밥상살림과 농업살림은 '하나' • 138
 - 밥상살림의 환경과 토대를 지키는 활동 • 139
 - 밥상살림 프로그램과 모델을 만들어가는 활동 • 140
 - 밥상살림에 대한 관심과 참여 확대를 위한 교육과 홍보 활동 • 141
 - 밥상살림의 사회적 확장을 위한 교류 및 지원 활동 • 142

2. 한살림의 밥상살림운동 내다보기 • 145

- 밥상살림 운동의 의미와 경험을 적극 살려내기 • 145
- 스스로 밥의 주인, 밥상살림의 주체가 되는 노력 • 146
- 한살림형 식생활교육을 통한 대안 먹거리운동 • 147
- 밥상살림의 새로운 확장을 위한 노력 • 147
- 농업살림과 더욱 하나 되는 밥상살림 • 148

Ⅲ. 참고 자료

- 음식의 역할 및 특성에 따른 정의 • 154
- 속담 속에 담긴 밥의 의미들 • 158
- 한살림 장보기에 나타난 먹을거리의 의미들 • 160
- 밥상살림 관련 글 모음 • 162
- 한살림 발간물에 나타난 밥상살림 관련 생각들 • 170



생명의밥, 밥상을 살리자



I. 밥의 위기와 밥상살림

밥과 우리의 삶

1. ‘먹는다’는 것에 대하여

생명을 가진 모든 것은 먹지 않고 살아갈 수 없다. ‘먹는다’는 것은 살아있는 존재들이 살아가기 위한 가장 기본적인 행위다. 사람도 예외일 수는 없다. 하지만 먹는다는 것이 사람에게만큼은 보다 복잡하고 특별한 의미로 연결되어 있는 듯하다. 과식(過食) 또는 탐식(貪食)이라는 말이 있듯이, 사람은 생명 유지에 필요한 수준 이상으로 음식을 과다하게 섭취하거나, 또는 영양분을 얻는 것과는 별개로 맛과 향, 색, 모양 등 또 다른 욕구들을 충족시키기 위해 먹을 것을 선택하고 집착하고 탐하기도 한다.

뿐만 아니라 단식(斷食) 또는 절식(絶食)처럼 먹는 것에 대해 정반대의 태도를 취하는 것도 사람이다. 먹는다는 것은 생존의 필수 요소이자 기본 욕구 중 하나인데, 사람은 유별나게도 ‘치유를 통한 건강 회복’이나 ‘수행을 통한 영적 각성’, 또는 ‘저항과 호소를 통한 뜻의 관철’ 등 특정한 목적을 달성하기 위해 자발적 의지로 먹는 행위를 억제하기도 한다. 이는 의학, 종교, 정치 등 다양한 분야에서 목적 실현을 위해 먹는 것에 대한 욕구를 스스로 조절해내는 존재로서 사람이 여타의 동물들과 구분되는 점이라 할 것이다.

‘먹는다’는 것에는 생물·영양학적인 차원은 물론 심리·도덕적 차원, 사회·정치적 차원까지 다양한 영역의 의미들이 결합되어 있다.

이것은 ‘식’(食)이 갖는 폭넓은 의미를 통해서도 확인할 수 있다. 식(食)에는 밥

이나 음식, 먹이는 물론, 생계를 위한 벌이 활동, 나아가 조상을 모시고 생명을 길러내는 것까지 다양한 의미들이 포함되어 있다.

특히 “食(식)이란 人(인)을 良(양)하게 하는 것이다”(食=人+良)라는 말처럼, ‘밥을 먹는다는 것’에는 사람을 사람답게 좋은 상태로 유지하고 이끌어준다는 깊은 의미가 담겨 있다. 즉 먹는다는 것(食)은 좋은 것(良)¹으로 사람(人)을 아래에서 받쳐준다는 것을 뜻하며, 여기에는 사람이 먹기 위해서는 수많은 생명들의 희생이 불가피한 만큼 이것을 헛되이 하지 않도록 살아가는 것이 사람의 도리이자 책임이라는 의미도 있다.

뿐만 아니라 식(食)의 윗 글자를 ‘사람 인’(人)이 아니라 회합(會合)이라는 낱말의 각 글자 윗부분에 들어가는 ‘모일 집’(亼)자로 보아, 먹는다는 것에는 ‘여럿이 함께’라는 관계성과 공동체성의 의미가 담겨 있다는 주장도 있다.

‘밥을 먹는다는 것’은 생명을 가진 존재가 하는 가장 일상적이고 기본적인 활동이지만, 그 속에는 생명 순환의 원리와 나눔과 공생의 뜻이 담겨 있다. 오늘날 지구 생명계 전체가 위태로운 상태에 처해있는 가운데 생명살림의 길을 새롭게 열어가기 위해서는 역설적이게도 먹이사슬의 정점에 있는 사람의 지혜로운 선택과 역할이 필요하다. 우리의 몸과 삶, 문화 속에 깊이 자리해 온 ‘밥’과 ‘먹는 것’의 의미를 분명히 알고 실천하는 것이 중요한 이유도 여기에 있다.

1 랑(良)은 ‘좋다’, ‘어질다’, ‘아름답다’, ‘편안하다’, ‘진실되다’ 등의 의미를 가지고 있다.

2. 몸, 삶, 문화 그리고 밥

내가 먹는 것이 바로 나

사람은 밥을 먹음으로써 몸을 이루고 생활을 꾸려내고 문화를 일구어간다. 우리는 매일 일상적으로 먹는 밥을 통해 몸의 세포와 신체 기관을 만드는 데 필요한 물질과 에너지를 얻는다. 따라서 “내가 먹는 것이 바로 나”(I am what I eat)라는 말처럼,² 우리가 무엇을 어떻게 먹느냐에 따라 우리 몸의 구성과 구조가 직접적으로 영향을 받게 된다.

사실 우리 몸은 각 기관마다 해당하는 세포들의 재생 속도가 서로 다른데,³ 신경세포나 뇌세포를 제외한 대부분의 세포들은 수개월 내에 완전히 새로운 것으로 교체된다. 결국 우리 몸을 이루는 성분들이 수명을 다해서 체외로 빠져나가게 되면, 밥을 통해 섭취한 성분들로 만들어진 새로운 세포들이 그 자리를 대신하게 된다. 이런 과정을 통해 내 몸의 구성은 바로 내가 먹은 것에 의해만 들어진다.

뿐만 아니라 오랜 시간을 거치면서 사람들이 일상적으로 먹는 음식의 종류와 습관에 따라 몸의 형태와 구조도 달라진다. 육식 문화가 보편화된 곳의 사람들은 송곳니가 발달한 반면 곡채식을 위주로 한 식문화를 가진 사람들은 어금니가 발달했다는 인류학자들의 연구 조사 결과가 발표된 바 있다. 또한 수천 년간 농경사회 속에서 곡식과 채식 위주의 식생활을 해 온 우리 민족은 육식을 주로 하는 서양인들에 비해 위의 크기는 작은 반면 장의 길이는 1m 정도 더 길다는 것이 밝혀지기도 했다.

2 정치, 경제, 사회, 생물학 등 종합적인 관점에서 먹거리 문제를 다룬 비슷한 제목의 책도 있다. (하남혁, 2008, 『내가 먹는 것이 바로 나』, 책세상)

3 예를 들어 위장내벽 세포는 2시간 반에서 수일 만에 재생이 되는 반면, 피부 세포는 3~4주, 간 세포는 6주, 인체 장기(위장, 혈관, 췌장, 간장)는 4개월, 뼈와 근육은 7개월 정도 걸리며, 대신 신경세포는 7년, 뇌세포는 60년 걸리는 것으로 알려져 있다.

이처럼 밥과 몸의 밀접한 연관성을 고려할 때, 지금과 같은 급격한 식생활의 변화가 몸의 구성과 구조에 적지 않은 영향을 미칠 것이라는 점은 충분히 짐작할 만하다.

우리 생활 속에 밥이 차지하는 역할

시간과 돈을 중시하는 현대인들의 생활에서도 밥은 결코 무시할 수 없는 비중을 차지하고 있다.

‘삼시 세 끼’라는 말처럼 아침, 점심, 저녁 세 번의 끼니에다 간식까지 포함해 현대인들은 하루 동안 먹는 데 꽤 많은 시간을 쓰고 있다. 요즘 사람들의 평균 수명을 70~80년으로 볼 때 일생 동안 먹는 데만 대략 6~8년 정도의 시간을 쓰고 있다고 하니, 주어진 생애시간 중 약 10%를 먹는 데 쓰는 셈이다. 우리의 인생과 생활에서 먹는 행위가 차지하는 비중이 이 정도이니 그 의미를 잘 이해하는 노력이 중요할 수밖에 없다.

한편 도시화율이 90%를 넘는 현실에서, 밥을 먹기 위해서는 시간 못지않게 적지 않은 돈이 필요하다. 도시 생활인들 대부분은 결국 돈을 지불하고 자신이 필요로 하는 먹거리를 구입할 수밖에 없기 때문이다.⁴ 가계의 생활 경제에서 식비가 차지하는 비중을 가지고 생활형편을 가늠하는 기준을 삼기도 하는데,⁵ 최근 들어 경제 사정이 나빠지고 생활 형편이 어려워지면서 밥을 먹는 데 드는 비용 부담이 점점 커지고 있는 것이 문제로 나타나고 있다. 12개의 가계 지출 항목 가운데 식생활비가 차지하는 비중이 점점 더 높아지고 있음을 보여주는 조사결과도 있다.

4 물론 오늘날 농촌사회도 단작 형태의 상업농으로 재편된 이후 먹거리의 많은 부분을 돈을 주고 구입할 수밖에 없는 것이 현실이다.

5 총 가계 지출액 중에서 식료품비가 차지하는 비율을 ‘엔겔지수(Engel's coefficient)’라고 하며, 소득 수준이 낮을수록 엔겔지수가 높게 나타나는 특성을 가진다.

〈표 1〉 가계 지출 항목의 우선순위 변화

구 분	'02년		'07년		'11년	
	비 목	비 율	비 목	비 율	비 목	비 율
1순위	교육비	55.1	교통비	39.1	식생활비	53.6
2순위	교통비	31.2	교육비	37.6	교육비	43.4
3순위	공과금	29.7	식생활비	33.4	교통비	30.6
4순위	식생활비	29.7	공과금	29.9	공과금	25.4
5순위	정보통신비	24.0	대출이자 비용	29.5	대출이자 비용	24.0

(자료 : 한국소비자원, 2011, '국민소비의식 조사' 결과(복수응답))

삶의 전 과정과 연결되어 있는 밥

우리 선조들은 사람으로 태어나서 죽을 때까지의 생애사(生涯史) 전 과정에서 밥이 가진 의미들을 각별하게 생각해 왔다.

먼저, 먹을 것이 부족하고 가난했던 시절에도 생명을 잉태한 산모가 출산했을 때 밥을 지어주기 위해 뉘와 싸래기를 골라낸 좋은 쌀을 한 말 가량 새 자루에 담아 정한 곳에 보관해 두었다고 한다. 이것이 바로 '산미'(産米)다.

태어난 아기가 젖을 떼고 밥을 먹기 시작하는 때를 맞춰 돌날 아기에게 밥그릇과 수저 한 벌을 처음 마련해주고 수저도 손에 바로 쥐어주었는데, 이런 풍속은 오늘날까지 이어지고 있다.

또한 아이가 성인으로 성장해서 짝을 만나 혼인을 할 때도 건강하게 밥을 나누고 해로하기를 바라는 마음을 담아서 신부가 혼수로 신랑·신부의 밥그릇과 수저를 가져오는 풍속이 있었다.

사람이 생을 마치고 죽었을 때도 대문 한쪽에 밥을 놓아두는데, 죽은 이의 넋을 부르러 온 염라부의 사자에게 밥을 먹인다는 의미에서 이것을 '사자밥'이라고 불렀다.

또한 소상(小喪)과 대상(大喪)을 지낼 때까지 생전과 똑같이 아침저녁으로 밥을 담아 올리는 것이 중요한 관례였으며, 이후 제사 때에도 제사를 지낸 후 가

죽, 친지들이 제사상에 올렸던 음식을 나눠먹는 것을 ‘음복’이라 불렀다. 이처럼 밥은 우리 삶의 전 과정 속에 깊이 뿌리를 내린 채 그 의미를 담아 풍속과 문화로 이어져 왔다. 따라서 오늘날 우리가 느끼는 밥의 의미가 우리 선조들이 가져왔던 것과 크게 달라졌다면 이는 밥에 대한 문화의 단절이라고 할 수 있을 것이다.

문화로서 밥, 문화를 만들어 내는 밥

“뽕은 길을 만들고, 밥은 마을을 만든다”는 말이 있다.⁶ 물이 귀하고 유목생활이 주가 되는 ‘뽕 문화권’은 이동생활을 하면서 고기와 우유 등의 영양을 함께 섭취하기 위해 길을 만들고 외부와 교류하는 문화적 특성을 만들어냈다. 반면, 물이 풍부하고 정주생활이 중심이 되는 ‘밥 문화권’은 쌀농사를 통한 공동노동이 중요시되고 마을이나 부락을 중심으로 한 공동체 의식이 강조되는 생활문화를 만들어냈다.

이처럼 밥과 문화는 서로 밀접하게 영향을 주고받는다. 무엇을 어떻게 먹느냐에 따라 문화의 성격과 내용이 달라지고 독특한 식생활 문화를 만들어내기도 한다.

우리나라는 밥을 주식으로 하는 문화다. 밥의 기본은 쌀이며, 옛날 서민들 대부분은 보리 등 다른 곡물을 넣고 밥을 해 넉넉하지 못한 쌀의 부족한 부분을 대신했다. 주로 밥을 주식으로 삼고 약간의 채소와 육류, 어류 등을 반찬으로 섭취하는 소박한 식생활을 유지해 왔다.

전통 문화 속에서 밥의 의미도 다양하게 나타나는데, 용도와 대상에 따라 불리는 이름도 서로 달랐다.⁷ 밥을 한자어로 ‘반’(飯)이라 하는데, 어른에게는 ‘진

6 권삼윤, 2007, <뽕은 길을 만들고, 밥은 마을을 만든다>, 이가서.

7 이춘녕, 1991, <쌀과 문화>, 서울대출판부, 104쪽.

지', 왕을 비롯한 왕실 어른에게는 '수라', 제사에는 '메' 또는 '젯메'라 불렀다. 또한 상대에 따라 '밥을 먹다', '진지를 잡수시다'에서 임금에게는 '수라를 진어 하시다'까지 표현도 서로 달랐다.

옛 선조들은 먹는 사람의 식성과 상태를 고려해 '진밥'에서 '된밥'까지 맞춤형으로 짓기도 했다. 또한 명절이나 절기에 따라 밥의 쓰임새와 의미도 달랐다. 예를 들어 정월 대보름날 찹쌀·찰수수·차조·콩·팥 등 다섯 가지 잡곡을 넣어 지은 밥을 '오곡밥'이라 불렀는데, 여기에는 농사지은 곡식들을 종류별로 넣어 정성으로 지은 밥으로 한 해 곡식이 잘 되기를 바라는 농부들의 마음이 담겨 있었다. 뿐만 아니라 성이 다른 집 세 곳 이상에서 오곡밥을 나누어 먹어야 한 해 운이 좋다고 해 서로 밥을 나눔으로써 이웃 간의 정을 다지는 풍속을 만들어내기도 했다.

밥을 다시보자

1. 밥에 담긴 다양한 의미들

음식으로서 밥

밥의 사전적 의미는 ‘곡식을 솥에 안치고 물을 부어 끓여서 익힌 음식’이다. 재료가 되는 곡식의 종류에 따라 쌀밥, 보리밥, 콩밥, 팥밥, 조밥 등으로 다양하게 불린다. 여기서 밥은 주식으로, 국이나 반찬 등과 구분되는 의미다.

하지만 일상생활에서는 보통 음식 또는 먹거리 일반을 ‘밥’이라 부른다. 부모가 자녀에게 ‘끼니 거르지 말고 밥 잘 챙겨 먹어라’라고 할 때 건네는 ‘밥’이라는 말은 건강을 유지하기 위한 식생활 활동 전반을 포함하고 있다.

땀과 정성이 담긴 밥

밥에는 ‘영양이나 칼로리를 제공하는 음식’ 그 이상의 의미가 담겨 있다. 밥에는 농사를 짓는 농부들과 밥을 짓는 어머니의 땀과 정성이 담겨 있다. 밥이 되기까지의 앞선 과정들, 즉 씨를 뿌리고 모를 심고 추수하고 탈곡해서 쌀을 생산하는 과정은 물론, 물을 길어 쌀을 씻고 불을 지피고 잘 익은 밥을 정성껏 담아내는 수고로운 손길이 한 그릇의 밥 속에 고스란히 담겨 있는 것이다.

‘쌀’을 뜻하는 글자(米)를 풀이해(八十八), ‘한 톨의 쌀을 생산하는 데 농부의 손길이 88번 간다’고 하거나, ‘일미칠근’(一米七斤)이라 해서 ‘쌀 한 톨 속에 일곱근의 농부의 땀이 배어 있다’는 말이 결코 예사롭게 나온 것이 아니었다.

당나라 재상이자 시인이었던 이신(李紳)(780~846)은 농부의 수고로움을 다음

과 같이 시로 담았다.

鋤禾日當午(서화일당오) : 한낮에 김을 매니

汗滴禾下土(한적화하토) : 땀방울이 논을 적신다

誰知盤中飧(수지반중손) : 누가 알 것인가 소반에 놓인 밥이

粒粒皆辛苦(입입개신고) : 알알이 (농부의) 땀방울인 것을

우주 자연의 조화로 이루어진 밥

한 그릇의 밥이 만들어지는 데 어찌 사람의 노력만 있었겠는가. 쌀 한 톨 속에
는 일곱 근의 농부의 땀은 물론, 흙과 물, 구름, 바람, 햇빛 등 자연의 질서와
우주의 조화가 담겨 있다.

“밥은 하늘과 땅과 사람이 서로 함께 협동해서 만드는 것입니다. 풀 · 벌레 · 흙 · 공기 · 바
람 · 눈 · 서리 · 천둥 · 햇빛과 법씨와 사람의 정신 및 육체적인 모든 일이 다 같이 협동해서
만들어내는 것이 쌀이요 밥입니다.”⁸

쌀 한 톨 속에 하늘의 조화가 담겨 있으니, 이러한 쌀로 만들어진 밥은 우주적
생명공동체의 조화 그 자체라고 보았다. 불교의 오관계(五觀偈)는 ‘이 밥이 나
에게 오기까지’의 전 과정을 연기론(緣起論)으로 풀어서 담아내고 있다.

8 김지하, 1984, 『밥』, 분도출판사, 61쪽.

2. 밥이 가진 다양한 역할들

밥에 담긴 의미가 다양하듯이 밥이 가지는 역할 또한 다양하다. 밥은 사람에게 영양분만 제공하는 것이 아니라 병을 치료하는 효능을 주기도 하고, 경우에 따라서는 병을 일으키기도 한다. 따라서 어떤 밥을 어떤 마음으로 어떻게 먹느냐에 따라 그 사람의 삶과 운명이 좌우되기도 한다.

살기 위해 먹는 밥

‘밥심으로 산다’라는 말이 있듯이, 밥은 우리 몸에 필요한 영양분과 에너지를 공급해 생명을 유지토록 하는 역할을 한다. 만물을 생성하는 근원이 되는 기운(氣)을 뜻하는 말 속에 쌀을 의미하는 말(米)이 담겨있는 것이 예사롭지 않다. 그런데 ‘왜 세계의 절반은 굶주리는가’라는 책 제목처럼, 이토록 귀중한 밥을 제때에 제대로 먹지 못하는 사람들이 지구상에 우리의 이웃으로 살아가고 있다. 유엔식량농업기구(FAO)는 약 6백만 명의 어린이들이 매년 기아와 영양실조로 사망하고 있다고 발표한 바 있다.

치유로서 밥

몸이 아프고 기력을 잃었을 때 건강을 회복하는 가장 효과적인 방법 중 하나가 바로 몸에 맞는 음식을 잘 먹는 것이다. ‘약식동원’(藥食同源) 또는 ‘의식동원’(醫食同源)이라는 말처럼, 먹는 것이 곧 약이고 치료제인 것이다. 음식이 가진 성질을 이용해 치유하고 건강을 돌보는 ‘푸드테라피(food therapy)’도 이런 의미에서 나왔다.⁹

‘식즉명야’(食卽命也)라는 말도 있다. 무엇을 어떻게 얼마나 먹느냐에 따라 그

9 장석중, 2009, 『자연치유를 증진하는 체질과 푸드테라피』, 신정, 37쪽.

사람의 건강과 수명이 직접적으로 영향을 받게 된다는 뜻이다. 따라서 자신에게 맞는 음식을 알맞게 먹음으로서 몸과 마음의 균형을 이루는 것이 중요하다. 잘못된 식생활은 우리의 몸뿐만 아니라 마음의 건강도 해친다. 청소년 학교폭력, 과잉행동장애, 학습장애 등이 식생활을 바로잡아 줌으로써 치유되는 사례가 많이 나오고 있다. 패스트푸드 대신 신선식품을 공급해 아동 비만 문제를 해결한 경우들도 많다. 2011년 한살림과 대구녹색소비자연대가 함께한 ‘두뇌음식 프로젝트’ 실험 등이 그 예라 할 것이다.

‘질병의 원인을 알 수 없다면 식생활부터 돌아보라’라는 말이 있다. 병의 뿌리가 깊고 심각할 때 체질 개선을 근원적인 처방으로 내놓는 경우가 많은데, 체질을 바꾼다는 것은 그 사람의 생활양식, 삶의 방식 자체를 변화시키는 것이고, 이것은 결국 식생활 습관을 고치는 데서부터 시작할 수밖에 없다.

관계 회복을 위한 밥

“언제 식사나 한 번 하시죠”, “밥이나 한 번 먹자”라는 말이 지금은 하나의 인사치레 정도로 쓰이고 있지만, 이 말의 본래 뜻 속에는 함께 모여 밥을 먹으며 정감을 나누고 관계를 돈독히 했던 밥상공동체 문화의 기억이 담겨 있다. 원래 밥은 소통과 교류의 중요한 매개자로서, 우리나라뿐 아니라 세계 각 문화권에서 발견되는 보편적인 특성이기도 하다.

“지구상의 거의 모든 문화에서 가족들의 저녁 식탁은 식구들이 모두 둘러앉아 맛있는 음식을 먹으면서 한편으로는 그날 있었던 일의 이야기도 나누고 서로 아이디어도 교환하는 자리다.”¹⁰

10 제인구달 외 저, 김은영 역, 2006, 『희망의 밥상』, 사이언스 북스, 337쪽.

밥은 사람과 사람 간의 관계를 이어줄 뿐 아니라 ‘할머니 손맛, 고향의 맛’처럼 전통에 대한 향수와 문화를 현대 사회와 연결시키고, 나아가 인간과 자연을 우주적 밥상공동체에서 서로 만나게 해 준다.

“밥이란 본래 공동체적으로 만들고 공동체적으로 거두고 공동체적으로 나누어 먹고 공동체적으로 굿판을 벌이고 공동체적으로 함께 놓고 다시금 공동체적으로 더욱 신나게 밥을 만드는, 그러한 생명의 집단적이고 통일적인 순환활동·전환활동·확장활동의 상징인 것입니다”¹¹

공동체적 관계를 이어주는 것은 밥이 가진 본래 속성인데, 이는 현대 사회에서 많이 퇴색되어 버렸다. 근래에 ‘저녁이 있는 삶’이 사회적 반향을 일으키는 구호로 주목받은 바 있는데, 경쟁과 속도에 내몰려 해체되어 버린 가족공동체의 현실과 그 복원에 대한 소망을 ‘밥’을 통해 표현한 것이라 할 수 있다.

11 김지하, 1984, 『밥』, 분도출판사, 60~61쪽.

밥이 변하고 있다

1. 변화되고 있는 밥의 의미와 내용들

의미를 잃어가고 있는 밥

현대인들에게 ‘밥’은 수없이 많은 음식들 중 하나이고, 언제든 편리하게 돈을 주고 사먹는 것이 되어 버렸다. ‘밥 버리면 벌 받는다’, ‘밥 버리는 수채 구멍이 염라대왕 목구멍’이라는 말은 지나간 옛 이야기 정도로밖에 들리지 않는다. 예전에는 ‘밥 먹었습니까’가 상대방의 무사 평안을 묻는 인사말이었다면, 오늘날에는 ‘끼니를 때운다’는 말처럼 허기를 채우는 수단 정도로 밥의 의미가 퇴색되어버렸다.

쌀이 생산되는 과정, 밥이 만들어지는 과정을 가까이서 경험해보지 못하는 많은 현대인들에게 밥은 과연 어떤 의미로 다가올까. 오늘날 도시 산업화 문명 속에서 밥은 ‘기계화’, ‘간편화’ 공정을 통한 대량생산의 상품이 되었고, ‘원거리화’로 생산과 소비의 관계가 단절되어 버렸다. ‘서구화’와 함께 밥의 의미가 뒤바뀐 모습은 체중 조절이나 미용을 이유로 단식 또는 소식을 하거나 쌀(밥) 대신 야채나 과일로 끼니를 해결하는 사람들이 늘고 있는 오늘날의 변화된 식생활을 통해서도 확인할 수 있다.

내용 자체가 바뀌어버린 밥

우리 밥상에서 중심을 차지했던 쌀과 보리의 소비가 시간이 갈수록 줄어들고 그 자리를 밀가루와 육류 등이 차지하면서 밥의 내용 자체가 바뀌어 왔다.

시간이 갈수록 사람들의 식생활에서 주식인 쌀이 차지하는 비중이 점점 줄어들고 있다. 1970년 1인당 연간 136.4kg이었던 쌀 소비량은 40년이 지난 2010년에 약 절반 수준인 72.8kg으로 줄었다. 그 양을 밥그릇으로 환산하면, 밥 한 그릇에 들어가는 쌀이 120~130g이라고 할 때, 1970년에 하루 약 2.9~3.1그릇을 소비하던 것에서 2010년에는 약 1.5~1.7그릇으로 줄어든 것이다. 보리 소비 역시 같은 기간 37.3kg에서 1.3kg으로 현격히 줄었다. 정부는 2012년 한 해 국민 1인당 쌀 소비량을 68.7kg으로 전망했다.¹² 이는 처음으로 70kg 아래로 떨어진 것으로, 한 사람이 하루에 밥 한 그릇 반을 채 먹지 않는 셈이다. 더구나 10년 뒤에는 50kg대에 그칠 것이라는 전망까지 나오고 있다.

한편, 식생활의 서구화와 함께 즉석가공식품이 다양해지면서 쌀 대신 밀가루 소비가 크게 늘었다. 쌀밥 대신 빵, 라면 같은 밀가루 음식이 우리 식생활에 주요한 자리를 차지한 결과다. 햄버거나 피자 같은 패스트푸드도 대개 밀가루로 만들어진 것이다.

우리 식생활에서 밀가루가 주요한 부분을 차지하게 된 데는 정치·사회적인 요인도 작용했다. 한국전쟁을 거치며 미국으로부터 무상원조를 통해 밀가루가 대량으로 들어오면서부터 밀이 실제 식생활에 중요한 부분을 차지하기 시작했다. 이후 1970년대에 정부 차원에서 전개한 분식장려 정책은 밀가루에 대한 국민의 인식과 입맛을 확실히 바꿔놓았다.

이 과정에서 수입 밀이 차지하는 비중은 크게 높아진 반면 우리밀 생산 기반은 급속히 무너져, 국내 밀 자급률은 1970년 15.4%에서 2010년 1.7%로 크게 떨어졌다. 물론 그 사이 한살림을 비롯한 도농 직거래운동 단체와 농업계, 소비자 단체들이 앞장서서 ‘우리밀살리기운동’을 전개하였으며, 그 결과 1990년에 0.05%까지 떨어졌던 밀 자급률을 2010년 1.7% 수준까지 끌어올린 것은 성과

12 농촌경제연구원, 2012, 〈2012 상반기 KERI 농업경제전망〉 보고서, 42쪽.

라 할 수 있다. 하지만 전체적으로 밀의 수입량과 이에 대한 의존도는 점점 커지고 있다.

식생활에서 육류, 계란 등을 포함해 축산물 비중이 크게 높아진 것도 또 다른 변화라 할 것이다. 1인당 육류 소비량은 1970년 5.2kg에서 40년 만에 38.8kg으로 7.5배 증가했다. 같은 기간 계란은 약 3배, 우유는 약 40배 증가했으며, 버터나 치즈 등 유제품의 소비도 크게 늘었다.¹³ 이러한 축산물 소비의 증가는 사료용 옥수수, 밀, 콩 등의 수입과 소비를 덩달아 늘리는 요인이 되었다.

〈표 2〉 1인당 연간 곡물 및 축산물 소비량 추이

구 분	1970년	1980년	1990년	2000년	2010년
쌀 + 보리(kg)	173.7	146.3	121.2	95.2	74.1
쌀(kg)	136.4	132.4	119.6	93.6	72.8
보리(kg)	37.3	13.9	1.6	1.6	1.3
육 류(kg)	5.2	11.3	19.9	31.9	38.8
우 유(kg)	1.6	10.8	42.8	59.2	64.9
계 란(개)	77	119	167	184	236

(자료 : 농림수산물부, 2011, 『농림수산물 주요 통계』, 302, 348~349쪽)

13 1989년에서 2010년 사이에 버터의 소비량은 약 4천9백 톤에서 9천1백 톤으로, 치즈는 3천2백 톤에서 8천 톤으로 늘어났다. (농림수산물부, 2011, 『농림수산물통계연보』)

2. 밥을 통해 본 현대사회의 모순들

부족한 밥

비료와 농약 사용, 저수 및 관개시설 확충, 우수 종자 개발 등 농업기술의 발달에 힘입어 지난 반세기 동안 세계적으로 곡물 총 생산량과 단위면적당 생산량은 3배 이상 늘었으며, 각종 토지개발과 인구증가 속에서도 곡물 재배면적과 1인당 곡물생산량은 줄어들기보다 오히려 늘어났다.

〈표 3〉 반세기 동안의 곡물생산량 변화

구 분	곡물생산량	재배면적	생산량/ha	생산량/인
1960년	6억3천1백만t	5억8천7백만ha	1.07t	249kg
2011년	22억9천5백만t	6억9천7백만ha	3.29t	329kg

그런데 이처럼 생산량이 계속 늘어났음에도 불구하고 곡물 양은 더욱 부족해지고 있는 것이 현재 인류가 당면한 현실이다. 급증하는 곡물 수요를 공급이 따라주지 못함으로써 양의 위기, 공급의 위기가 인류에게 밥을 부족하게 만들고 있는 것이다.

2000년대 들어 세계의 곡물 소비량은 생산량을 웃돌기 시작했다. 잦은 기상이변과 물 부족, 화학농업에 따른 지력 저하 등으로 곡물 생산량 증가 속도가 더 더진 측면도 있지만, 무엇보다 곡물 소비량이 급증했기 때문이다.

곡물 소비량을 증가시키는 대표적 요인은 급속한 인구 증가에 있다. 2012년 10월말 세계 인구는 70억을 넘어섰다. 이는 1940년 이후 3배 증가한 것으로, 1999년 60억을 돌파한 지 12년 만의 일이다. 이 정도 추세면 2020년대 중반에는 80억을 넘고 2050년에는 100억 명에 달할 것으로 전망되고 있다.

의료기술의 발달에 따른 수명 연장과 영아 사망률 감소로 인구 자체가 급속히 늘어난 데다, 한 사람이 먹는 양도 예전에 비해 많아서 곡물소비량은 계속 급

증하고 있다. 문제는 지구의 유한한 식량생태계를 고려할 때 급속하게 늘어나는 인구를 누가 어떻게 먹여 살릴 것인가 하는 점이다. 유엔식량농업기구(FAO)는 5년 전부터 세계의 식량 재고량이 걱정 수준인 17% 아래로 내려갔다고 보고하면서, 인구가 80억이 되기 전에 인류는 중대한 식량위기 사태에 직면할 것이라고 경고하였다. 더구나 곡물가 폭등 사태를 가져오는 기후변화의 영향에 따라 식량위기가 더 가까운 미래에 불어 닥칠 것이라는 전망도 나오고 있다.

곡물소비량 증가 외에 곡물 소비패턴이 크게 바뀐 점도 중요한 문제가 되고 있다. 소득수준 향상과 식생활의 변화로 육류 소비량이 크게 늘었는데,¹⁴ 동시에 많은 양의 곡물이 동물성 단백질을 생산하기 위한 사료로 사용되고 있기 때문이다. 세계 곡물 수확량의 약 35%(7억9천만 톤)가량이 동물성 단백질 생산에 쓰이고 있다고 한다.¹⁵

균형이 무너진 밥

밥에는 우리 몸을 건강하게 하는 영양성분이 담겨 있다. 그런데 식생활 습관과 농업생산 방식의 변화와 함께 밥을 구성하는 성분과 비율이 바뀌고, 이로 인해 우리 몸의 균형이 무너져 건강을 잃는 경우들이 발생하고 있다.

지난 한 세기 동안 우리의 식생활 습관이 크게 변화해 탄수화물과 단백질, 지방 등 필수 영양소의 섭취 비율도 '8:1:1'에서 '4:2:4'로 바뀌었다. 탄수화물 섭취는 절반으로 줄어든 대신 단백질은 2배, 지방은 4배로 섭취량이 늘어난 것이다. 인스턴트 가공식품의 범람은 특히 문제여서, 지난 반세기 동안 전통

14 세계 전체적으로 육류소비량은 1950년 4천4백만 톤에서 2009년에는 2억8천4백만 톤으로 약 6.5배 증가했다. 우리나라 사람들의 1인당 육류 소비량도 크게 늘어났는데, 10년 전에 비해 쇠고기(9.9g → 22.2g), 돼지고기(30.4g → 52.3g), 닭고기(10.1g → 26.3g) 등 육류 전반에서 2~3배 더 늘어난 양을 섭취하는 것으로 나타났다.

15 참고(earthpolicy.org)

식문화가 사라진 대신 그 자리를 가공식품, 인스턴트식품이 차지한 결과 영양소 불균형이 크게 높아졌다. 높은 열량(칼로리)을 가진 가공식품과 인스턴트식품은 동물성 단백질과 지방 함유량은 크게 높은 반면 신체의 대사에 필요한 비타민, 미네랄, 식이섬유 등은 크게 부족해 균형을 잃어버린 대표적인 먹거리라 할 수 있다. 예를 들어 콜라·라면·햄 등 가공식품을 과다 섭취하면 우리 몸에서 칼슘과 인의 1:1 균형이 무너져 골연화증, 골다공증, 불안감 등 다양한 질병을 일으킨다.

또한 육식문화의 발달과 함께 합성 사료를 먹인 동물의 몸에서 영양소 균형이 파괴되는 현상도 목격되고 있다. 사육장에서 곡물사료를 먹은 소는 방목으로 풀을 뜯어먹고 자란 소에 비해 지방 함량이 1.9~2.7배 높다. 뿐만 아니라 지방 성분의 비율도 바뀌는데, 전통적으로 오메가-3와 오메가-6 지방산 비율이 1:1로 균형을 이루던 것이, 곡물사료를 먹이면서 염증 조절 기능을 하는 오메가-3 지방산은 크게 줄어들고 대신 염증을 유발하는 오메가-6 지방산 성분이 크게 늘어났다. 공장식 축산으로 생산된 고기를 다량 섭취한 사람들에게서 염증성 질환이 늘고 있는 이유도 여기에 있다. 그리고 곡물사료의 공급은 가축들의 장내 세균의 균형도 바꿔놓았는데, 탄수화물의 과다 섭취로 소화기관이 산성화된 결과 기존의 장내 유익균은 억제되는 대신 병원성 세균이 활성화되어 각종 질병과 전염병을 일으킨다는 보고가 나오고 있다.¹⁶

한편, 밥의 균형이 무너진 데는 농산물 재배 방식의 변화도 크게 작용했다. 과거에는 해당 지역의 기후나 풍토에 맞는 농작물을 생산해 필요한 영양소를 섭취했다면, 지금은 화학비료나 농약 등 인공적 투입물에 의존해 농작물을 재배하고 있고, 여기에도 환경변화로 토양의 영양소도 유실됨으로써 먹거리의 구성 성분과 비율이 크게 바뀌어버린 것이다.

16 의사이자 배지닥터 사무국장인 이의철 씨의 “먹지마 고기가 아니라 독이야”라는 제목의 프레시안 기고문(2012년 12월 27일자) 중에서.

외면과 차별의 대상이 된 밥

밥이 외면 받고 있다. 우리의 부모 세대만 해도 ‘보릿고개’나 ‘초근목피’(草根木皮)라는 말을 경험을 통해 기억하고 있지만 지금 세대는 있어도 잘 먹지 않는다. 건국 60년을 맞아 실시한 ‘식생활 변화에 대한 국민의식 조사’ 결과를 보면, 끼니를 거르는 결식(缺食)의 이유로 ‘습관이 돼서’가 26.9%로 가장 많았고 ‘늦잠을 자서(24.1%)’, ‘시간이 없어서(22.2%)’, ‘식욕이나 반찬이 맛없어서(14.7%)’ 등이 뒤를 이었다. 현대인들의 바쁜 생활 속에서 밥은 ‘끼니 때우기’로 취급되고, 밥 대신 간식으로 보충하는 경우가 많아졌다. 게다가 건강 또는 미용을 위한 다이어트 열풍이 불면서 밥의 영양소 가운데서도 탄수화물은 외면 받고 단백질이 선호되는 칼로리 기피 현상도 나타나고 있다.

또한 밥은 차별의 대상이자 한편으로 차별 수단이 되기도 한다. 한쪽에서는 밥이 기피의 대상이 되지만 다른 한쪽에서는 먹을 밥이 부족해 생존의 위협을 받고 있다. 유엔식량농업기구(FAO) 발표처럼 약 6백만 명의 어린이들이 매년 기아와 영양실조로 사망하고 있는 현실은 문명사회의 어두운 모습이다.

밥은 도시와 농촌에서도 차별화된 모습으로 나타난다. 2009년 ‘한국아동청소년 종합실태조사’에 따르면, 농어촌 지역 아동(9~11세)이 도시 아이들에 비해 끼니를 거르는 경우가 최대 14배 높게 나타났다. 먹거리를 생산하는 농촌의 아이들이 오히려 불규칙한 식습관과 인스턴트식품에 더 노출되어 있다는 것이다. 2011년 한국보건사회연구 조사에 따르면, 상대적으로 건강한 먹거리를 섭취하기 어려운 저소득층 아이들이 또래에 비해 키가 더 작은 것으로 나타났다. 선진국 도시들도 밥의 차별화에서 예외가 아니다. 사회경제적 약자들이 모여 사는 곳에서 ‘신선 식품 공급 체계’가 붕괴됨으로써 영양부족과 영양불균형 등의 문제가 발생하는 ‘음식 사막화’(Food Deserts) 현상이 선진국 대도시를 중심으로 사회 문제가 되고 있다. 음식 사막화는 단순히 장보기가 불편한 문제를 넘어서, 구조적으로 가난한 사람들이 야채나 과일, 생선, 육류 등 영양이 풍부한 신선 식료품들을 살 수 없도록 되어있는 환경에서 발생한다. 대중교통이나

공공시설의 부족으로 이동이 불편한 장애인들, 이웃 관계가 단절된 독거 가구와 미혼모, 고령화로 운전이 어려운 노인들이 그 피해 대상자다. 선진국의 경우 저소득 사회약자 계층에서 나타나는 암이나 심장 질환 등의 질병이 음식 사막화 현상과 관련 있다는 조사 보고가 나와 있다.

따라서 음식 사막화 문제를 해결하기 위해서는 지역사회 전체가 협력해 골목상권과 근린 상가를 보호하고, 농민장터(farmers market)를 활성화시키는 노력과 함께, 생협과 지자체가 연계해 지역주민들에게 신선식품과 안전한 먹거리를 폭넓게 제공해 나갈 필요가 있다.

버려지는 밥

밥이 버려지고 있다. 우리나라에서 하루에 쓰레기로 배출되는 음식물이 1만4천 톤에 이른다. 음식물쓰레기는 유통 및 조리과정에서 절반 이상인 57%가 발생하고, 먹고 남은 음식물에서 30%, 보관하다 폐기하는 식재료에서 9%, 먹지 않은 음식물에서 4%가 발생한다. 발생 원인별로 보면 가정 및 소형음식점에서 70%, 대형음식점에서 16%, 집단급식에서 10%, 유통과정에서 4% 발생하는 것으로 되어있다.

음식물쓰레기는 우리나라에서 발생하는 생활폐기물 가운데 약 25%를 차지한다. 4인 가족이 1년간 버리는 음식물의 양을 온실가스 수치로 환산하면 724kgCO₂으로, 서울에서 부산까지 왕복 4.8회, 소나무 148그루 흡수량, 연간 가정소비 전력량의 20%에 해당하는 규모다. 이것을 처리하는 데 드는 비용만 해도 한 해에 무려 4천억 원이며, 음식물쓰레기로 낭비되는 식량자원은 연간 15조 원에 이른다. 뿐만 아니라 우리나라는 식문화 특성상 음식에 수분이 많아, 버려진 음식물쓰레기를 처리하는 과정에서 2차 환경오염이 심각하게 발생한다. 매립 처리 과정에서 수질오염과 토양오염이 일어나고, 소각처리 과정에서 다이옥신과 온실가스가 발생한다.

다른 나라도 사정은 마찬가지다. 2013년 1월에 발표된 영국기계엔지니어학회

(IMechE)보고서에 따르면, 전체 식량의 30~50%, 12~20억 톤에 달하는 양이 요리되기도 전에 버려지며, 영국에서 생산되는 야채 및 작물의 30%는 소비자들이 요구하는 ‘외적 조건’을 충족시키지 못한다는 이유로 수확조차 되지 않는다. 또한 유럽과 미국에서 소비되는 음식의 약 50%는 소비자들에 의해 쓰레기 통으로 향하고 있다.

이처럼 버려지는 음식물로 인해 환경적·경제적 피해가 상당한 수준인데, 무엇보다 밥의 소중함을 잊어버린 채 확대되고 있는 윤리적 무감각과 무책임성은 큰 문제가 아닐 수 없다. 아직까지도 우리 사회에 그리고 지구촌 한켠에서 굶주림으로 고통 받는 이웃들이 있고, ‘이 밥이 나에게 오기까지’ 수많은 사람들의 땀과 노고가 있었다는 사실을 다시금 확인할 필요가 있다.

3. 밥에 대한 인식과 태도의 변화

육망으로 오염된 밥

‘살기 위해 먹는다’라는 말처럼 생존을 위해 먹을 것을 찾던 시절이 있었다. 하지만 지금은 ‘먹기 위해 산다’라고 해도 어색하지 않을 만큼, 먹는 것이 육구 충족의 대상이 되어 버렸다. 밥이 가진 본래의 의미가 사람들의 육망으로 오염되고 있는 것이다.¹⁷

우리의 먹거리가 맛과 돈의 육망에 빠진 대표적인 경우가 바로 ‘공장식 축산’이다. 공장식 축산은 생명을 가진 동물들을 기계의 부품처럼 취급해 빨리 살찌우고 빨리 처분하여 수익을 극대화하는 데 목적을 두고 있다. 따라서 가축이라 불리는 동물들은 좁은 공간에 갇혀 특정 기능을 강화시키는 배합사료를 먹으면서 사람의 입을 ‘호사’시키기 위해 ‘혹사’당한다. 사람들이 선호하는 마블링은 부드러운 육질의 원하는 맛을 만들기 위해 인위적으로 근육 사이사이 지방층을 만들어 낸 것을 말한다.

하지만 단백질을 늘리기 위해 동물성 사료를 먹인 소에서 광우병이 발생하고, 옥수수 사료를 먹인 결과 중성을 유지해야 하는 소의 반추위가 산성화되어 위염이나 궤양 등의 질병이 생긴다. 좁은 공간에 가두어 빨리 키우기 위해 성장촉진제를 사용하고, 면역력이 약해져 질병에 걸리는 것을 방지하기 위해 항생제를 대량 투입한다. 소위 ‘병’ 주고 ‘약’ 주는 셈이다.

그러다가 구제역이나 AI 등 전염성 질병이 발생하면 밀식 사육해온 가축들을 ‘살처분’이란 이름으로 무자비하게 대량도살해 버린다.¹⁸ 세계적인 동물해방론자 피터 싱어는 한 해 동안 세계인들이 음식으로 소비하고 있는 육지 동물만

17 최근 문제가 되고 있는 방사능 물질로 인한 밥의 오염도 결국 사람들의 육망으로 인해 위험을 감수하면서까지 원자력 발전소를 만들고 운영해 온 결과에서 비롯된 것이다.

18 최윤하, 2011, “생명윤리와 환경윤리의 관점에서 본 밥상문화”, ‘구제역 사태로 본 대안적 밥상문화’ 토론회 자료집.

500억 마리로 추산하고 있다.¹⁹

한편, 사람들의 욕망은 면역 강화, 노화 억제, 생체 리듬 조절 등 질병 예방과 건강 증진 효과가 높은 특정 성분들을 강화해서 기능성식품(functional food)을 만들어내기도 하고, 심지어는 생산성과 상품으로서 질을 높이기 위해 식재료가 되는 농산물의 유전자를 변형시키기도 한다. 어떤 생물의 유전자 중 사람에게 유용한 유전자, 예를 들어 추위나 병충해에 강한 특성을 가졌거나 비타민, 호르몬, 효소 등 기능이 높은 물질을 만들어내는 유전자만을 선택적으로 뽑아 다른 생물체 속에 집어넣어 새로운 품종을 만들어내는 유전자 조작이 광범위하게 이루어지고 있다.

이처럼 인간의 욕망과 기술력이 만나 엄청난 일이 진행되고 있다. 현재 세계적으로 24종 농산물 155여 품목이 유전자변형 작물로 개발되어 해마다 재배 면적을 늘려가고 있다. 우리나라의 경우 수입 농산물 중 유전자변형식품이 차지하는 비율이 콩은 80%, 옥수수는 48% 수준이다. 현재 미국이나 유럽, 일본, 우리나라 등에서 유전자가 변형된 것을 식품이나 식품첨가물로 이용할 수 있도록 하고 있는데, 문제는 유전자변형식품이 과연 안전한지, 인체와 환경에 예기치 못한 영향을 주지는 않는지 여전히 뜨거운 논란이 진행되고 있다는 점이다.

사 례 GMO의 안전성 논란을 불러일으킨 두 편의 과학논문(2012년)

1) 9월 초 프랑스의 한 연구진이 GMO의 안전성에 대해 심각한 우려를 표명한 연구결과를 미국의 전문학술지 「식품과 화학독성학」에 발표함.

• 프랑스 캉대학 연구진이 쥐를 대상으로 최초로 평생 추적 연구를 한 결과, 미국 몬산토 사의 제

19 피터 싱어는 『죽음의 밥상』이라는 책에서 대형 농장 시스템에서 잔인하게 사육되고 있는 동물들을 우리가 맛있게 먹는 것이 과연 윤리적으로 옳은 일인지에 대해 질문을 던지면서 인간을 '종(種)차별주의자'라고 비판하고 있다.

초제(라운드업)에 내성을 갖도록 만든 GM 옥수수 '라운드업-레디'(NK603) 작물을 쥐에게 먹이면서 신체 기능의 변화를 관찰한 결과, 이것을 먹은 쥐가 그렇지 않은 쥐에 비해 유선 종양과 간 및 신장 손상이 크게 늘어난 것이 발견되었다고 발표함.

- 이번 실험에 사용된 GM 옥수수 NK603은 지금까지 우리나라에 수입되어 사용되고 있던 것으로, 정부는 NK603을 포함해 GM 옥수수 16개 품목의 수입을 승인해 왔음. GM 옥수수 NK603은 우리나라가 2002년에 식용(2004년 사료용)으로 수입을 승인한 품목으로, 지난 10여 년간 우리 식생활 속에 깊이 자리해 왔음.

2) 미국의 한 연구진이 중국 후난성 형양시의 한 초등학교 학생들을 대상으로 일명 황금미(Golden Rice)라 불리는 GM 쌀의 임상시험을 진행하여 그 결과를 지난 8월 「미국임상영양학 저널」에 발표한 사건이 발생함.

- GM 쌀 황금미는 비타민A를 만드는 물질인 베타카로틴의 유전자를 함유하도록 쌀 유전자를 변형시킨 것으로, 쌀을 섭취하면 동시에 인체에 부족한 비타민A도 보충되도록 하는 만든 것임.
- 그런데 미국 연구진은 황금미가 실제로 인체에서 그런 효과를 나타내는지 확인하기 위해 중국의 6~8세 어린이 68명을 대상으로 실험을 진행하였고, 연구결과가 성공적이었다고 발표함.
- 하지만 이 실험은 GMO 자체의 안전성 논란이 끊이지 않는 상황에서 어린이를 대상으로 생체 실험을 함으로써 연구 윤리에 심각한 문제가 있다는 비판이 제기됨.
- 이런 사실에 대해 국제 환경단체 그린피스는 GM 쌀을 개발하고 있는 두 개의 연구기관이 포함하고 있는 필리핀의 어린이가 다음번 생체 실험 대상이 될 것이라고 경고하고 있음.

한편, 영양과잉 사회는 먹거리가 욕망의 대상이 되면서 나타난 또 다른 모습이다. 한쪽에서 영양결핍으로 고통 받고 있는 상황에 다른 쪽에서는 포식과 영양과잉이 사회 문제가 되고 있는 것이다. 이미 지구 전체적으로 영양과잉에 따른 비만 인구가 영양실조로 인한 기아 인구를 초과한 상태다. 국제적십자사연맹(IFRC)의 세계재난보고서에 따르면, 2010년 기준으로 전 세계 인구 가운데 약

15% 정도인 9억2,500만 명이 영양실조로 고통 받는 반면, 20%에 해당하는 15억 명은 비만으로 고민하고 있다.

우리나라도 비만 인구가 급속히 증가하고 있는데, 19세 이상 성인 비만율이 1998년 26.0%에서 2010년 30.8%로 늘었으며, 초중고생 비만율도 2007년 11.56%에서 2011년 14.30%로 늘어난 것으로 나타났다. 이처럼 영양과잉에 따른 비만의 증가는 식생활의 서구화에 따른 영양소 섭취 불균형 및 신체활동 감소 등과 맞물려 고혈압, 당뇨, 심장병 등 만성질환을 증가시켜왔으며, 이에 따른 사회경제적 비용도 크게 늘었다. 2008 건강보험연구원 발표에 따르면, 2005년 한 해 자그마치 1조8,239억 원이 비만으로 인한 사회경제적 비용으로 지출된 것으로 나타났다.

선택의 대상이 된 밥

‘밥만 먹어도 보약’이던 시절이 있었다. 모든 것이 부족한 때이기도 했지만, 당시는 자연에서 생산된 식재료로 밥상을 차린 만큼 밥은 그 자체로 약이 되었다. 그런데 지금 시대에는 먹거리도 잘 선택해서 먹지 않으면 약은커녕 독이 될 수 있는 상태에 와 있다. 밥이 신중한 선택의 대상이 된 것이다.

사람은 생물학적으로 잡식동물의 특성을 가지고 있어 초식동물이나 육식동물에 비해 먹지 못하는 생물 군이 없을 정도로 먹거리의 선택 범위와 폭이 매우 넓다.²⁰

그런데 먹거리, 즉 밥이 사회적으로 자유로운 선택의 대상이 된 것은 그리 오래된 일이 아니다. 지나온 시절 소수 특권층을 제외한 대부분의 사람들은 먹거리가 그리 넉넉하지 못한 삶을 살았다. “진지 드셨습니까?”, “밥은 먹었니?”라는 말로 상대의 안녕을 묻는 인사말에는 ‘밥 굶기를 밥 먹듯 하던’ 어려웠던 시

20 물론 매년 끼니때마다 무엇을 선택해서 먹어야 할지 고민할 수밖에 없는 현실 즉 ‘잡식동물의 딜레마’가 진화 과정을 통해 대뇌의 발전을 가져왔다는 주장도 있다. (마이클 폴란 저, 조윤정 역, 2008, 『잡식동물의 딜레마』, 다른세상)

질의 경험이 녹아 있다.

하지만 불과 수십 년 사이에 먹거리는 생명유지의 기본 요소는 물론 사람들 각자의 입맛과 성향, 수준에 따라 자유로이 선택할 수 있는 대상이 되었다. 오히려 온갖 종류의 먹거리가 넘쳐나는 소위 ‘먹거리 천국’에서 매 순간 무엇을 먹어야 할지 선택의 고민을 하고 있다. 먹거리 선택에 있어 맛과 색, 향, 모양 등 사람들이 가지고 있는 개성과 취향 못지않게 ‘안전성’이 중요한 기준으로 자리잡기 시작했다. 생명을 건강하게 유지하는 데 있어 먹거리에 대한 현명하고 신중한 선택이 매우 중요하게 된 것이다.

이처럼 우리나라에서 ‘먹거리 안전’, ‘안전한 먹거리’에 대해 사회적으로 관심이 크게 높아진 것은 2000년대에 들어서부터다.²¹ 먹거리 안전성이 선택의 기준이 된 데는 소득 수준 향상으로 ‘건강’과 ‘삶의 질’에 대한 사람들의 관심이 높아진 점도 있지만, 무엇보다 먹거리와 관련한 사건·사고들이 크게 늘어난 영향이 컸다. 사람의 안전과 생명을 위협하는 각종 먹거리 관련 사고들을 접하면서 ‘잘 먹으면 약이 되지만, 잘못 먹으면 독이 된다’는 것을 분명히 인식하게 된 것이다.

이처럼 밥이 한편으로 의심받고 다른 한편으로 현명한 선택의 대상이 된 것은 먹거리를 생산하고 소비하는 환경 자체가 변질되었기 때문이다. 무엇보다 식량 증산을 목적으로 한 화학농법이 수십 년간 지속되면서 땅이 오염되고 거기서 생산되는 농작물도 오염되어 먹거리 자체를 위험에 빠트렸다. 지난 20여 년 동안 약 두 배로 늘어난 농약 사용량은 이런 현실을 잘 말해주고 있다.²²

21 2002년 방송(SBS)을 통해 방영된 ‘잘먹고 잘사는 법’ 프로그램은 자연식 밥상에 대한 국민적인 관심을 불러일으켰으며, 당시 친환경농산물을 취급해 왔던 한살림의 경우 2002년 한 해 동안 회원들이 2만 여명 가입해 전년도에 비해 회원수가 50% 증가하는 현상이 나타나기도 했다.

22 헥타르(ha) 당 농약 소비량은 1985년 7.0kg 1990년 10.4kg, 2000년 12.4kg에서 2008년에는 13.8kg까지 늘어났다가, 2009년 12.2kg, 2010년 11.2kg로 최근 들어 조금씩 감소하는 추세를 보이고 있다(농림수산식품부, 2011, 「농림수산식품통계연보」, 73쪽 참조)

게다가 2000년대 들어 먹거리 오염 사고가 자주 발생하게 된 데는 개방화 추세로 불량한 수입 먹거리를 국내에 대량으로 반입한 영향도 컸다. 중국산 납꽃 게 사건(2000년), 불량 고춧가루 사건(2002년), 불량만두와 중국산 찹쌀 표백제 처리 사건(2004년), 김치에 납과 기생충알이 검출된 사건(2005년), 중국산 분유의 멜라민, 칠레산 돼지고기의 다이옥신 검출, 미국산 수입소 광우병 파동(2008년), 일본산 농산물 방사능오염 사고(2011년-현재) 등 수입 농산물의 안전성을 둘러싼 사건들은 지금도 계속되고 있다.

특히 불량한 식자재 사용과 유통·조리·감독 과정의 부실로 어린 자녀들이 다니는 유치원과 학교 급식에서 식중독 등 각종 사고가 끊이지 않았다. 그러자 충격을 받은 어른들이 나서서 친환경 무상급식을 선거의 핵심 쟁점으로 만들어냈고, 학교급식과 관련한 제도와 시스템 전반을 개선해내기도 했다. 이 과정에서 ‘농장에서 식탁까지’ 위험 예방과 안전 강화를 위한 각종 법률과 제도들이 정비되고 새로 만들어졌다.²³ 소비자의 알 권리 충족을 위한 식품영양표시와 원산지 표시제도 및 식품안전기본법 제정, 식중독 조기경보 시스템 운영, 어린이 식생활안전관리 특별법 제정, 유해물질 안전관리 기준 강화 등도 그 연장선상에서 이루어졌다.²⁴

나아가 먹거리 선택은 가치와 윤리의 영역으로까지 확장된다. 제3세계 가난한 생산자들을 돕기 위한 윤리적 소비, 친환경 농산물을 선택적으로 구매하는 녹색소비 또는 지속가능한 소비는 그러한 예이다. 더불어 생명살림의 가치를 바탕으로 한 지혜로운 소비로 생산자와 소비자 간 직거래를 통해 도농상생의 공동체를 실현하고, 지구의 생명과 생태계를 지키기 위한 로컬푸드, 꾸러미 활동 등을 펼치고 있기도 하다.

23 식약청, 2012, 「식품위생법을 통해 살펴보는 식품안전의 변천사」

24 새로 출범하는 박근혜 정부가 불량식품 추방을 통한 먹거리 안전을 주요 정책과제로 삼고 확대 승격된 식품의약품 안전처를 통해 총괄 관리하려는 것도 먹거리를 둘러싼 변화된 환경과 사회 인식을 반영한 것이다.

정치 이슈로 등장한 밥

먹거리의 중요성이 새롭게 부각되면서 밥은 사회적 관심의 대상이자 정치 의제로 자리 잡아가고 있다. 세계의 빈곤과 굶주리는 아이들의 문제는 정의(food justice)의 문제로 다루어지기 시작했고, 건강하고 풍족한 먹거리에 대한 접근성(food accessibility)과 자발적인 선택은 시민의 기본적 권리로 인식되고 있다. 푸드 데모크라시(food democracy)라는 말처럼 밥이 민주주의 영역에서 다루어지게 된 것이다.

오늘날 밥을 먹는다는 것은 환경과 경제, 사회적으로 의미 있는 정치적 행위다. 예를 들어 한살림이 펼치고 있는 ‘가까운먹을거리’ 운동은 신선 식품에 대한 사회적·심리적 거리를 좁히는 차원에서는 물론이고 기후변화를 일으키는 온실가스를 줄이기 위한 목적의식적인 활동이다. 나아가 가까운먹을거리 운동은 세계 식량체계의 독점에 대항하여 식량자급 기반을 확보하고 식량주권을 지키는 행위이며, 전 세계의 맛을 표준화, 획일화 시키는 패스트푸드 공화국에 대한 저항이기도 하다. 민주주의의 기본 가치인 자율성과 다양성을 밥 운동을 통해 지켜나가자는 의미가 가까운먹을거리 운동 속에 담겨 있는 것이다.

밥상이 무너지고 있다

1. 위태로운 밥상

밥상에 담긴 다양한 의미들

밥의 의미와 역할을 다양하게 살펴보았듯이, 밥을 담는 그릇으로서 ‘밥상’의 의미도 색다르게 다가온다. 밥상은 말 그대로 밥과 반찬을 갖추어 차린 상(床)으로, 반상(飯床)이라고도 불렀다. 지금으로 보면 요리 차림 상 정도다. 그런데 밥을 음식 이상의 의미로 확장해서 본다면, 밥상 또한 음식을 차려 올린 상 또는 가정의 울타리를 넘어 무한히 넓혀 갈 수 있다. 밥상은 ‘한술밥’, ‘식구’(食口)처럼 동질감과 소속감, 끈끈한 유대감이 어우러지는 (가족)관계의 장이기도 하고, 나아가 밥이 생산·유통·소비되는 순환 사이클의 범위에 따라 지역과 세계, 생태계, 우주가 밥상이 되기도 한다.

뿐만 아니라 ‘엄마의 밥상’, ‘추억의 밥상’, ‘행복한 밥상’, ‘건강한 밥상’, ‘소박한 밥상’, ‘시골밥상’, ‘자연의 밥상’, ‘살림의 밥상’, ‘생명의 밥상’ 등 밥상을 수식하는 무수한 말들이 있듯이, 밥상에는 ‘밥을 담아놓은 상’ 이상의 정서와 의미들이 담겨 있다. 흔히 말하는 ‘밥상머리 교육’이 건강한 식사법이나 식사 예절 교육의 차원을 넘어서 마음을 나누고 관계를 익히고 생명을 귀하게 여기는 마음을 기르는 것까지를 포함해야 하는 이유도 이 때문이다.

밥의 위기, 밥상의 위기

밥이 위기에 처해 있는데 안전한 밥상을 차릴 수는 없듯이, 밥상이 무너지고

있는데 안전한 밥을 기대하기란 어렵다. 그런데 밥을 담아내는 큰 그릇, 사회의 밥상, 자연의 밥상이 위기 상태로 내몰리고 있다.

“우리는 고난의 시대를 살고 있다. 거대 기업이 세계 식량 공급의 대부분을 좌우하고 있을 뿐만 아니라 작물의 씨앗에 대한 권리까지 쥐락펴락하고 있다. 수십억 마리의 가축들이 모 든 것을 박탈당한 끔찍하고 비참한 상황에서 살고 있다. 밭과 작물, 농산물에 뿌려지는 물 과 흙, 공기 속에 스며든 화학 약품들에 의해 인간과 동물이 모두 점점 더 심하게 중독되고 있다. 질병을 일으키는 박테리아는 공장식 사육장의 가축들에게 주기적으로 투여되는 항 생제에 대해 점점 더 강한 내성을 키우고 있다. 유전자 변형 생명체, 유전자 변형 작물은 사 람의 손에서 탈출해 환경 속으로 스며들었다. 이것이 무엇을 의미하는지 과연 누가 알고 있 는가? 지구상의 한쪽 끝에서 다른 쪽 끝으로 식품을 운반하기(때로는 다시 원점으로 돌아 가기) 위해 쓰이는 수십억 톤의 화석연료는 지구의 기후에까지 심각한 영향을 미친다. 토양 은 독성물질로 망들고 있을 뿐만 아니라 경작지로 만들기 위해 나무를 모두 베어 버린 지 역에서 부는 바람에 의해 쓸려 나가고 있다. 정부로부터 보조금을 지급받는 단일 경작 작물 은 햄버거와 티본스테이크를 만들기 위한 연료로 쓰인다. 서구에서는 수만 명의 어린이들 이 비만과 그 합병증으로 죽어 가는데 저개발 국가에서는 수백만 명의 어린이들이 기아로 죽어 간다. 농토를 떠나는 자영 농가는 점점 늘어나고 곡식을 경작해야 할 땅에 점점 더 많 은 아스팔트와 콘크리트가 덮인다. 물은 오염되지만 하는 것이 아니라 점점 더 부족해져 간 다.”²⁵

밥상의 위기, 식량의 위기

최근 들어 이상기후 현상이 점점 심해지면서 세계 곡물가격이 급등하고, 이것 이 일반 물가에 영향을 주는 애그플레이션(agriculture + inflation) 현상이 확

25 제인구달 외 저, 김은영 역, 2006, 『희망의 밥상』, 사이언스 북스, 417~418쪽.

대되고 있다. 옥수수, 콩, 밀 등 3대 주요 작물의 가격 폭등은 가공식품 가격은 물론 사료값과 축산물 가격도 동반 상승시켜 결국 밥상물가에도 상당한 영향을 주게 된다.

그런데 최근 들어 곡물가격 급등 현상의 주기가 점점 단축되고 곡물가격의 변동 폭도 더 커지고 있다. 여기에는 기상이변에 따른 자연재해로 인한 작황부진 외에 바이오연료, 투기자본 등 정치·경제적 요인들도 영향을 주고 있다. 식량의 경우 대체재가 없어 식량 수출국이라도 자국의 소비 충족을 우선 해결한 후 잉여생산물을 수출하는 경우가 많아 수급 불균형의 발생 폭이 클 수밖에 없다. 또한 식량의 생산과 수출 부문에 존재하는 독점적 구조 또한 식량가격 폭등의 요인이 되고 있다. 세계 곡물생산량에서 상위 5개국이 차지하는 비중이 70~90%를 차지하는 데다 카길(Cargill)을 비롯한 4대 곡물메이저 회사들이 세계 곡물 교역량의 80%를 차지하고 있다. 세계 5번째 곡물수입국인 우리나라는 전체 곡물 수입량의 60% 정도를 이들 곡물메이저 회사에 의존하고 있다. 이러한 식량위기 사태는 경제위기에 따른 양극화 현상을 더욱 심각하게 확대시킬 가능성이 높다. 나아가 곡물가 폭등으로 인한 식량위기로 사회적 갈등과 불안 요인 또한 더욱 커지고 있다. 식량위기가 현실화 되면서 세계 각국이 농업 보호주의를 강화해 식량을 둘러싼 갈등이 국가 및 지역 차원으로 확대될 가능성도 높다.

이런 상황에서 식량자급기반이 취약한 우리나라는 급등하는 국제곡물 가격에 특히 영향을 많이 받을 수밖에 없다. 1960년대 90% 수준이었던 우리나라 곡물 자급률은 반세기 만인 2011년에 22.6%로 역대 최저치를 기록했다. 식량자급기반이 급속히 무너지고 있는 만큼 보다 근본적인 대책을 마련해야 한다. 정부 차원에서 식량자급률 목표치를 상향 조정하는 등 식량위기 시대를 대비하기 위한 노력을 하고 있으나 구체적인 실행 방법에 있어서는 여전히 매우 부족하다.

〈표 4〉 우리나라 식량자급률 현황과 전망

품 목	2010년	2015년		2020년
		기존	재설정	
곡물자급률 (사료용 포함)	26.7%	25%	30%	32%
식량자급률 (식용곡물)	54.9%	—	57%	60%
곡물자주율 (해외생산 곡물 포함)	27.1%	—	55%	65%
주식자급률 (쌀, 밀 + 보리)	64.6%	54%	70%	72%
칼로리자급률	50.1%	47%	52%	55%

(출처 : 농림수산식품부)

결국 넓은 의미로 밥상의 위기는 곧 식량위기와 연결될 수밖에 없다. 그런데 지금까지는 식량가격이 급등할 때만 위기의식을 가지다가 가격이 안정화되면 곧바로 잊어버리는 일을 반복해 왔다. 이제 식량위기 사태의 장기화에 대비해 근본적인 대책 마련이 필요하다. 식량의 수급 불균형에 따른 가격 폭등 사태를 맞아 그동안의 정부 정책은 농산물 수입을 통한 가격 안정화에 초점이 맞춰져 있었다. 하지만 이런 단기적 대응은 필연적으로 한계를 맞을 수밖에 없다. 식량 생산과 소비의 체질 자체를 개선하기 위한 노력이 필요한 때다. 식량자급률 향상은 농업과 농촌이 지속가능하게 살아나지 않고서는 달성 불가능한 목표다. 농지를 지키고 지역순환 농업체계를 구축하는 등 농업, 농촌, 농민에 대한 총체적인 대책을 마련하는 것이야말로 넓은 의미의 밥상을 살리는 길이다.

2. 사라져가는 밥상문화

‘돈’에 빼앗긴 밥상

도시화와 산업화가 만들어 낸 사회에 살고 있는 사람들 대부분은 밥을 먹기 위해 돈을 벌어야 한다. ‘돈벌이’가 곧 ‘밥벌이’가 된 사회인 것이다.²⁶ 사실 밥을 ‘벌이’를 통해 해결하게 된 것도 달라진 현실이지만, 밥 위에 돈을 위치 지으면 서 밥이 가진 생명성은 사라지게 되었다. 지금까지 많은 사람들은 열심히 돈벌이를 하면 밥벌이는 자연스럽게 해결되는 줄 알았다. 그런데 최근 들어 그동안 돈벌이를 지탱해 주던 자본주의 시장경제 자체가 뿌리부터 흔들리는 경제위기 상황을 맞아 밥벌이 자체가 절박한 현실의 문제가 되었다.

한편, 돈은 밥상문화를 가정 밖으로 끌어내는 데도 큰 영향을 미쳤다. 외식 산업의 발달은 우리의 밥상문화 자체를 바꿔 놓았다. 우리나라에서 외식산업의 규모와 성장 속도는 상당한 수준이다.²⁷ 2009년 기준 국내 식당 수는 57만 6,990곳으로, 인구 86명당 1곳에 달한다. 식당 1곳에 해당하는 인구가 일본 170명, 미국 322명, 중국 224명인 점을 고려한다면 우리나라는 ‘외식 왕국’이라고 해도 지나치지 않다.

외식문화의 발달은 다양한 측면에서 평가할 수 있다. 집안에서 밥은 끼니를 때우는 정도라면, 가족 간에 특별한 의미를 두고 이루어지는 식사는 바깥에서 이루어지는 경우들도 많아졌다. ‘나홀로 식사족’이 늘어나고 있는 현실에서 외식이 주는 의미도 달라지고 있다. 하지만 그 어떤 이유로도 외식문화는 돈벌이가 전제되어야 가능한 일이다. 돈과 밥이 맺고 있는 관계를 되짚어 보고 바람직한 밥상문화를 되찾는 노력이 필요하다.

26 홍기빈, “밥벌이와 돈벌이”, 한겨레21 제755호, 2009.4.10.

27 한국보건산업진흥원, 2011, 식품산업분석보고서, 식품외식경제(제725호).

‘시간’에 빼앗긴 밥상

현대인들에게 ‘밥을 먹는 일’이 ‘끼니를 때우는 일’이 되면서 밥은 시간 절약의 대상이 되어버렸고 관계를 맺고 마음을 나누던 밥상문화도 사라지게 되었다. 끼니를 때운다는 것은 하루 세 번 일정한 때에 먹는 밥 ‘끼니’²⁸를 부족한 대로 대충 해결하고 넘겨버리는 것을 말한다. 인스턴트식품, 간편식품, 편의식품, 즉석식품이 넘치는 현실은 시간에 빼앗긴 밥상문화의 모습을 여실히 보여주고 있다.

‘인스턴트식품’(Instant Food)이란 단시간에 손쉽게 조리할 수 있고 저장과 보존 방법도 간단하며 부피도 적어 수송이나 휴대가 편리한 가공식품으로, 즉석식품, 간편식품 또는 반조리식품이라고도 부른다. 이런 인스턴트식품은 조리 에 드는 시간과 노동을 줄이고자 하는 현대인들의 욕망을 충족시켜주기 위해 등장했다.

쫓기듯 바쁘게 살아가는 현실에서 시간이 없어 아침을 거르거나 대충 때우는 식으로 해결하는 사람들에게 인스턴트식품은 대량으로 구입해 집에 보관해놓고 빠르고 쉽게 조리해 먹을 수 있다는 편리함을 준다. 대표적인 인스턴트식품인 라면의 국내 연간 소비량은 약 36억 개이며, 이는 국민 한 사람당 1년에 80개로 세계 1위 수준이라고 한다. 어린이와 청소년의 경우 특히 심각한데, 2010년 교육과학기술부 발표에 따르면, 주 1회 이상 패스트푸드를 먹는 고등학생이 62.3%, 주 3~5회 이상 라면을 먹는 어린이가 10명 중 1명으로 나타났다.

뿐만 아니라 직장인과 고시생, 청소년들 사이에서는 기존의 컵라면, 삼각김밥만이 아니라 1회용 용기나 포장재에 담긴 한 끼 식사가 ‘컵밥’, ‘호일밥’, ‘콘밥’이라는 이름으로 불티나게 팔리고 있다. 가정에서도 시리얼 제품은 물론 ‘3분 요리’와 같은 간편 요리 제품들이 인기다. 이는 전통 가족공동체가 해체되고 1,

28 ‘끼니’라는 말 자체가 ‘때’(時)를 의미하는 ‘씨’와 ‘미곡’(米穀)을 의미하는 ‘니’가 결합한 합성어라는 주장이 있다.

2인 가구, 맞벌이 가구가 늘어나면서 나타나는 현상이며,²⁹ 경기침체에 따른 경제 불황 역시 인스턴트식품 소비를 부추기고 있다. 사회·경제적 변화들이 현대인들의 삶을 더욱 바쁘게 만든 결과다.

하지만 시간에 쫓기며 만들어진 밥상은 편리함만큼 부작용도 큰데, 인스턴트 식품의 지속적인 섭취는 무기질과 섬유질 부족에 따른 영양 불균형은 물론, 인체에 치명적인 손상을 입힐 수 있는 다량의 식품첨가물, 발암 위험성이 높은 포장재의 납유, 유통기한의 매점 등으로 인해 건강을 해칠 수 있다. 편의점 김밥과 컵라면을 주식으로 삼는 청소년들이 ‘영양 빈곤층’으로 전락하고 있는 것이 국민소득 2만 불을 자랑하는 우리의 어두운 현실이다. 실제로 2009년 ‘국민건강통계 조사’에 따르면, 영양섭취 부족자가 10~20대 젊은 세대에서 가장 높게 나타나고 있다.

인스턴트식품이 사람의 정서와 행동양식에 또한 부정적인 영향을 미친다는 보고도 있다. 스티븐 J 쉐탈러 박사는 패스트푸드 소비량, 정제 설탕 섭취량과 폭력사건 발생 빈도의 증가 사이의 상관성을 조사한 바 있으며, 이것을 미국 교도소 수감자와 공립학교 학생들에게 적용해 식단 변화와 행동 변화 사이 관련성이 있음을 밝혔다. 그는 운전자가 음주운전에 대해 책임을 지듯 사람은 누구나 자신이 먹는 음식에 대해 책임을 져야 할 만큼 음식이 사람에게 미치는 영향이 크다고 주장하고 있다.³⁰

게다가 인스턴트식품이 기대만큼 시간 절약에 도움이 되지 않는다는 주장도 있다. 대부분 인스턴트식품을 준비하는 데 걸리는 시간이 직접 음식을 만들 때 보다 많이 절약될 것으로 생각하지만 실제로는 그렇지 않다는 연구결과도 있다.³¹ 미국 로스앤젤레스 캘리포니아주립대(UCLA) 가족일상생활연구소의 마

29 국내 1인 가구 비중은 전체 24%로, 오는 2014년에는 1인 가구 비중이 전체 가구의 30%를 넘을 것이라는 전망이다.

30 제인구달 외 저, 김은영 역, 2006, 『희망의 밥상』, 사이언스 북스, 374~375쪽.

31 조선일보, “인스턴트식품 시간절약에 별 도움 안 돼”, 2007년 8월 8일자.

거렛 벡 박사가 영국 식품저널에 게재한 연구결과를 월스트리트저널(WSJ)이 인용 보도한 바에 따르면, 로스앤젤레스의 중산층 맞벌이 부부 가정의 조리과정을 분석한 결과, 편의식품을 거의 또는 전혀 쓰지 않고 손수 음식을 만들 때 26~93분이 걸리는 반면, 많은 편의식품을 사용해 음식을 준비하는 데 걸리는 시간은 25~73분인 것으로 나타나 통계적으로 별 차가 없다. 편의식품이 시간 절약에 도움이 되는 경우는 손이 많이 가는 음식을 만들 때나 장을 볼 때라는 것이다.

이 연구결과는 편의식품을 이용하면서 절약된 시간을 자녀 돌봄에 더 잘 사용할 수 있을 것이라는 생각을 뒤집는 것으로, 가능하면 가정에서 보다 단순하고 건강에도 좋은 음식을 만들어 먹는 것이 낫다는 것을 보여준다.

생명의 밥상을 살리자

1. 건강을 지키고 생명을 살리는 밥상살림

사회문제가 된 밥상 안전

기계와 화학물질을 이용해 대량으로 생산된 먹거리가 장기간 저장과 장거리 운송을 거쳐 밥상에 올라오기 시작하면서 ‘안전성’이 중요한 사회 문제로 등장하게 되었다. 특히 삶의 질에 대한 국민들의 관심이 크게 높아지던 2000년대에 들어서 대형 식품오염사고가 빈발해지면서 먹거리 안전성이 사회 문제가 되었고, 이와 관련한 다양한 형태의 시민단체, 소비자단체 활동이 펼쳐졌다. 한편, 먹거리 안전성에 대한 소비자들의 높아진 관심을 계기로 기업과 정부 차원에서의 변화도 나타났다. 기업들은 먹거리의 안전성을 새로운 상품으로 연결시켜 시장 개척의 수단으로 삼았다. CJ, 대상, 이마트 등 대형 식품 업체들은 2000년대 이후 ‘안전한 먹거리’를 마케팅 전략으로 채택해 상품을 개발하고 홍보해 왔다. 안전한 먹거리에 대한 수요는 지금과 같은 경기침체 국면 속에서도 계속 높아지고 있어, 관련 시장의 규모는 앞으로도 지속적으로 확대될 전망이다.

정부도 GAP 농산물, 친환경농산물, HACCP 같은 각종 인증 제도를 운영하면서 원료 생산부터 소비까지 전 과정에서 먹거리를 체계적으로 관리하는 체계를 마련해 왔다. 미국의 경우 매년 전체 인구의 1/6 정도가 먹거리를 통해 질병에 걸리는 것으로 알려지면서 2011년에 ‘식품 안전 현대화 법안’을 통과시키고 먹거리 안전을 위한 정부(FDA)의 조사권과 단속권을 강화해 식품업체의 안전

관리 책임을 높이는 조치를 취하고 있다.

하지만 안전한 먹거리와 관련한 상품과 제도가 많이 만들어지고 있음에도 이에 대한 시민들의 불안감을 근본적으로 해결해 주지는 못하고 있다. 2011년 소비자원 조사에 따르면, 약 80%의 시민들이 먹거리 안전에 여전히 불안감을 느끼고 있는 것으로 나타났다.

먹거리의 안전은 결국 시민들이 최종 소비자로서 먹거리의 생산과 전달체계 전반의 투명성을 위해 직접 참여하는 노력을 통해 실현 가능하다. 따라서 생산자와 소비자들이 서로 협력 관계를 유지하고 자체 인증체계를 운영하면서 먹거리의 생산과 소비 전 과정에 대한 신뢰의 기반을 갖추어 온 한살림의 경험은 의미 있는 실천 모델로서 주목할 만하다.

밥상살림이 필요하다

안전한 먹거리는 밥상살림의 시작이다. 안전한 먹거리는 최종 소비단계에서 식품으로서 위해성 문제를 다루는 차원을 넘어 사회와 생태계 전체의 관계망이 지속가능할 수 있을 때 가능한 일이다. 먹거리 문제를 식품의 위해물질과 칼로리, 영양소 문제로 제한시킬 수는 없는 일이다. 따라서 한살림이 취하고 있는 농업정책과 ‘가까운 먹을거리’ 운동, 유기농지를 지키기 위한 골프장건설 반대와 방사능오염에 대한 자주기준치 마련 및 탈핵 운동 등은 먹거리의 안전성을 지키기 위한 직접적인 실천 활동으로서, 사회적·생태적 의미 또한 폭넓게 포함하고 있음을 분명히 확인하고 알려낼 필요가 있다.

밥상을 살리기 위해서는 스스로 밥상의 올바른 주인이 되는 노력이 필요하다. ‘돈’과 ‘시간’, 각종 ‘제도’의 힘으로 인해 빼앗겼거나 또는 우리 스스로 내맡겨 버렸던 ‘밥’과 ‘밥상’에 대한 기회와 권한을 되찾아 와야 할 때다.

“식탁에 둘러앉아 부모와 아이들이 서로를 이해하며 교감할 기회를 빼앗기고 집에서 먹는 음식의 질이 떨어지면서 건강도 나빠지자 부모들은 학교 급식이 아이들에게 영양 만점의

식사가 되어 주리라는 생각으로 위안을 삼는다. 그러나 불행하게도 그 위안이 현실이 되는 경우는 드물다.”³²

밥상살림의 주인으로서 우리가 할 수 있는 일은 다양하다. 무엇보다 밥이 되는 재료, 즉 식재료에 대한 현명한 선택이다. 살아있는 그대로의 것, 생명성이 충분한 식재료를 현명하게 선택해 밥상을 차리는 것이다. 보다 근본적으로 실천하는 사람들은 생식 위주의 밥상을 목적의식적으로 차려내기도 한다.

이어서 밥상살림의 주인은 밥상에 올라오는 농산물이나 식재료가 생산되는 과정과 환경에 대해서도 관심을 가진다. 농약이나 비료를 쓰지 않은 유기농산물을 선택해 밥상을 차리는 바탕에는 농업과 자연생태계를 건강하게 되살리기 위한 가치가 선택되어 있다.

또한 밥상살림의 주인은 스스로의 몸과 마음에서 무너진 균형을 바로잡고, 나아가 가족, 이웃, 다른 민족, 미래세대와도 돌봄과 나눔의 호혜적 공동체 관계를 책임 있게 맺고자 노력한다. 이처럼 밥상살림은 서로 살림이자 생명살림의 차원으로 확장되어 가는 것이다.

몸살림, 마음살림으로 시작하는 밥상살림

밥상살림은 바르게 먹는 마음과 생활태도에서 시작된다. ‘살아 있음’(生)을 ‘굳건히 지킨다’(攝)라는 뜻으로 ‘섭생’(攝生)이라는 말이 있다. 대자연의 순리에 따라 몸과 마음, 사람과 자연의 균형과 조화를 이루기 위한 최적의 조건을 찾아가는 것이 바로 섭생이다. 먹을 것을 가리고 몸과 마음을 다스림으로써 생명 그대로의 건강함을 길러내고 유지한다는 점에서 비슷한 뜻으로 ‘섭양’(攝養), ‘양수’(養壽), ‘양생’(養生)이라는 말도 있다.

32 제인구달 외 저, 김은영 역, 2006, 『희망의 밥상』, 사이언스 북스, 339쪽.

그런데 섭생이 뜻하는 ‘가려서 받아들이고, 다스리고, 길러내고, 유지하는 것’은 저절로 되지 않는다. 인내와 노력이 필요하다. 중국의 고전 도덕경에서는 이러한 섭생(攝生)의 원리를 귀생(貴生)과 비교해 역설적으로 설명하고 있다. 즉 자신의 생을 엄격하게 관리하고 다스리면(攝生) 더 건강하고 풍요로운 삶이 되지만, 오히려 자신의 생을 지나치게 귀이 여기면(貴生) 오히려 해롭다는 것이다. 편리함과 안락함, 풍족함에 몸과 마음이 길들어 각종 질병으로 고통 받고 있는 현대인들의 모습을 옛 성현들이 일찍이 꿰뚫어 봤다고 할 수 있다. 즉 섭생의 원리에 비춰보면 현대인들은 항상 몸의 편리함을 도모하고, 마음은 분주하며, 음식은 허겁지겁 먹고, 꿈자리는 뒤숭숭한 상태로 거꾸로 살아가고 있는 것이다.³³

體欲常勞(체욕상로) 心欲常逸(심욕상일): 몸은 늘 수고롭게 하고 마음은 항상 편안하게 한다.

食欲常簡(식욕상간) 睡欲常穩(수욕상운): 음식은 늘 간소하게 하고 잠은 항상 편안하게 한다.

攝生之要(섭생지요) 無過於此(무과어차): 섭생의 요체는 이것을 벗어남이 없다.

실제로 우리 주위를 둘러보면 심각한 질병을 발견하고 난 뒤 뒤늦게나마 영양가나 칼로리가 높고 단 음식을 멀리하고 거칠고 소박한 음식을 섭취하며 몸을 부지런히 움직임으로써 잃어버린 건강을 되찾은 사람들을 자주 보게 된다. 결국 밥상살림은 영양이나 열량의 차원을 넘어서 사람의 체질과 습관을 바꾸고 균형을 바로잡아주는 문제와도 연결된다. 스스로의 체질을 잘 알아서 무엇이 부족한지를 찾아 채워줌으로써 균형을 맞추는 것이 중요하다. 따라서 식재료와 조리법은 물론 식습관과 생활 전반에 대해 밥상살림의 눈으로 다시 잘 살펴봐야 한다.

33 정민, 2009, <성대중 처세어록>, 푸르메.

“체질에 대한 이해 없이는 영양학이 추구해온 ‘영양의 균형’, 즉 건강한 식생활을 영위해 나갈 수 없다. 체질은 모든 생명체들이 자기 체질과 상대되는 요소를 찾아가는 생명력의 표현이자 생명활동의 방향성이다. 달리 말해서 사람의 섭취대상이 되는 동식물은 영양물질이기에 앞서 사람의 체질과 상대조화를 이루어야 할 생명의 요소인 것이다. 아무리 몸에 필요한 영양소라도 그것이 몸의 요구, 즉 체질에 맞는 영양물질에서 얻어낸 것이 아니면 생명활동에 장애를 초래할 수밖에 없다.”³⁴

이처럼 밥상살림에서 섭생과 체질, 풍토에 대한 이해는 중요하다. 먹거리는 자란 기후조건과 풍토에서 자연과 교감하며 자기 생명력을 키워온 생명의 산물이다. 따라서 사계절의 변화가 뚜렷한 기후풍토를 가진 우리나라의 자연에서 자란 먹거리의 기질과 이것을 먹고 자란 사람들의 체질도 다양할 수밖에 없다. 사람이 무언가를 먹는 행위는 단순한 영양섭취 활동이 아니라 자기 체질과 음양의 상대관계에 있는 자연의 요소들을 받아들임으로써 몸과 마음, 자연과 조화를 이루어나가는 생존양식이다.

〈건강한 식습관〉

- 거칠고 소박하게 상차리기
- 도정하지 않은 곡식 먹기
- 식이섬유와 단백질이 풍부한 먹거리 먹기
- 오랫동안 천천히 씹어 먹기
- 집에서 직접 요리해서 먹기
- 친환경농업 먹거리 먹기
- 살아있는 발아식품 먹기
- 지역에서 생산된 토종과 전통 먹거리 먹기

34 허봉수, “식생활 문화와 건강”, 식품위생신문(2007년 10월 26일자).

2. 종교계의 밥상살림 사상과 실천

천주교의 밥상살림

천주교에서는 일찍부터 생명가치를 중심으로 하느님 창조질서 보전을 위해 우리농촌살리기운동본부를 설립하고 생산자와 소비자를 연계한 생명공동체를 만드는 일에 앞장서 왔다. 이들은 밥상과 농업을 살리는 생명밥상 운동의 가치와 의미를 다음과 같이 밝히고 있다.

“이 모든 활동은 단지 농촌공동체의 유기농산물 소비를 촉진하기 위함이 아니라, 생산자인 농민과 도시 소비자 간의 약속과 신뢰의 틀을 공고히 하는 것에 있다. 생산자는 판로에 대한 고민 없이 신념대로 안전한 농산물을 생산하고, 소비자는 이를 믿고 구매하는 상생의 관계를 맺으며, 더 나아가 편리함과 대량생산, 대량판매의 순환에 갇혀있던 생활의 틀을 극복하고, 전 생태계 관계의 회복을 도모하는 것이 궁극적인 목적인 것이다. 이런 목적의식은 회원들이 본당 공동체, 생산 공동체를 벗어나 4대강 사업 반대운동, 원자력발전 반대 운동, 한미FTA 반대 운동 등에 대해 인식하고 참여할 수 있는 원동력이 되기도 한다.”³⁵

개신교의 밥상살림

개신교의 생명밥상운동은 건강하고 안전한 먹거리로 밥상을 차려 공손히 먹고 음식을 남겨 버리지 않음으로 하나님의 창조세상을 살리는 데 목적을 두고 있다.

“쌀은 벼를 찧어 왕겨는 벗기고 속겨는 남겨둔 현미를 먹고, 제 땅, 국내에서 제철에 난 것들을 필요한 만큼만 구하여 요리해야 합니다. 그리고 음식을 먹을 땐 천천히 씹어 음식의 맛과 그 속에 담긴 햇빛과 구름, 흙과 벌레, 비와 바람, 농부의 땀방울, 그리고 하나님의 은

35 가톨릭뉴스, “교회 밥상이 바뀌면 세상의 밥상이 바뀐다”(2012년 1월 4일자)

혜를 헤아릴 수 있어야 합니다. 그리고 생명밥상에서 얻는 힘은 다시 다른 생명에게 되돌려 줌으로써 이 땅 지구가 하나님이 처음 만드셨던 에덴동산의 모습으로 아름답게 되살아나게 해야 합니다.”³⁶

하느님의 생명밥상이 오염되고 파괴되는 일을 막고자 뜻있는 교회를 중심으로 식품첨가물, 환경호르몬, 성장촉진제 같은 오염물질로부터 먹거리의 안전성을 지키고 굶주리는 이웃과 먹거리 나눔을 위한 활동들을 펼치고 있다. 따라서 스스로 생명밥상운동의 의미를 ‘창조세계를 살리는 살림운동’, ‘청빈(淸貧)을 실천하는 경제운동’, ‘굶주리는 이들에게 사랑을 나누는 나눔운동’, ‘안전한 먹거리로 자신의 몸과 마음을 지키는 건강운동’, ‘이 땅에 생명의 양식으로 오신 주님을 섬기는 신앙운동’으로 정리하고 있다.

“생명의 주인은 하나님이시고 밥상은 생명들로 꾸며진 것이니, 하나님의 생명이 밥상을 이룬 것입니다. 이미 밥상은 예배입니다. 제물인 밥은 먹는 이에게 먹혀 삶과 피가 됩니다. 그러기에 먹는 이는 먹히는 것들의 몫까지 살아야 할 책임이 있는 것입니다. 모든 생명은 밥을 먹고 기꺼이 밥이 됩니다. 우리의 주님이 기꺼이 인류의 밥이 되어 주었듯이 기독교인들은 밥이 되는 삶을 살아야 합니다.”³⁷

불교의 밥상살림

불교의 밥상살림 정신은 발우공양(鉢盂供養) 속에 잘 담겨 있다. 발우(鉢盂)란 본래 ‘적당한 양을 담은 밥그릇’이란 뜻으로, 스님들이 쓰는 밥그릇이다. 발우공양은 공동체 성원이 함께 모여 음식을 평등하게 나누어 먹고, 먹을 만큼

36 유미호, 2011, “생명밥상운동 10년 회고와 전망”, 『농촌과 목회』.

37 양재성, 2011, “구제역과 생명밥상”, ‘구제역 사태로 본 대안적 밥상문화’ 토론회 자료집.

〈소심경(小心經) 중 정식계(淨食偈)〉

五觀一滴水(오관일적수) : 내가 물 한 방울을 여실히 관해보니
八萬四千蟲(팔만사천충) : 팔만사천 마리의 벌레(생명)가 있구나
若不念此呪(약불염차주) : 만약에 이 주문을 외우지 않으면
如食衆生肉(여식중생육) : 중생의 고기를 먹는 것과 같구나

물 한 방울을 관통해 살펴보니 팔만사천 마리의 벌레(생명체)가 있다. 살아있는 생명을 먹어야 내가 사는 중생으로서의 한계, 즉 일체중생의 생명 기반 위에 내 생명이 유지되고 있음을 여실히 알게 되니, 내가 참으로 너희의 해탈을 염원하지 않으면 살생의 죄업을 쌓는 것과 같구나. 마음을 모아 주문을 외니 다음 생애에는 이렇게 중생의 몸을 받지 말지어다.

만 적당히 덜어 먹고, 남기지 않고, 다 먹은 그릇은 스스로 닦아 먹음으로써 음식을 낭비하지 않고 청결함을 유지하는 절집안의 전통 식사법이다.³⁸ 쌀 한 톨, 물 한 방울에도 천지만물의 노고가 스며있으니 함부로 음식을 버리지 않고 마음의 눈으로 세상을 바로 봐야 한다는 의미의 발우공양에는 평등공양, 절약공양, 청결공양, 대중공양의 정신이 담겨 있다.³⁹

불교계에서 밥상살림을 실천적으로 펼치고 있는 사례로 ‘빈그릇운동’을 들 수 있다. 발우공양을 현대화한 빈그릇운동은 21세기형 웰빙 식사법이자 생활수행법이며, 새로운 환경운동, 나눔운동이다. 빈그릇운동은 2000년대 초부터 에코붓다에서 ‘음식물쓰레기 ZERO운동’의 중심사업의 하나로 시작되어 이후 각

38 한국불교환경교육원, 2003, 『밥과 깨달음의 길 발우공양』, 정토출판.

39 정우식, 2008, “빈그릇운동은 21세기형 환경실천 모델”, 제11회 한중일불교우호대회 발표자료.

영역의 종교, 환경, 사회단체들이 함께하는 ‘100만인 서약캠페인’으로 펼쳐졌다. 2004년 9월부터 2006년 1월까지 진행된 이 캠페인은 학교, 기업, 군부대, 지자체까지 참여하는 대중운동으로 애초 목표를 초과해 150만 명 넘는 사람들이 ‘빈그릇운동 서약’에 참여하는 성과를 만들어냈다.⁴⁰ 이후 불교계는 2006년 9월 ‘불교환경의제21’ 선포에 이어 조계사에서 ‘몸과 마음을 깨끗이 하는 빈그릇운동 선포식’을 거행하고 전국의 사찰과 불교단체들이 참여하는 운동으로 확산되었다. 빈그릇운동은 개개인의 인식과 생활양식의 변화로 세상을 바꾸고자 하는 조용한 혁명이라 할 수 있다.⁴¹

빈그릇운동 실천 방법

빈그릇운동 1단계: 장보기

- ① 가족이 먹고 싶어하는 음식과 냉장고에 남은 식재료 파악해서 사야할 재료를 미리 메모
- ② 꼭 필요한 것만 구입한다
- ③ 가능한 친환경 농산물을 구입한다
- ④ 장바구니의 생활화로 불필요한 쓰레기를 줄인다
- ⑤ 기타: 냉장고 관리에 힘쓴다

빈그릇운동 2단계: 음식 만들기

- ① 재료를 온전히 써서 요리한다
- ② 적당량을 요리한다
- ③ 소박한 밥상을 차린다

40 빈그릇운동 참가자들은 음식물을 남기지 않는 빈그릇운동에 동참하겠다는 서약과 함께 1천원을 내고, 이 돈의 반은 환경기금으로 사용하고 나머지 반은 인도, 북한 등의 가난한 나라를 돕는데 사용했다.

41 정우식, 2008, “빈그릇운동은 21세기형 환경실천 모델”, 제11회 한중일불교우호대회 발표자료.

빈그릇운동 3단계 : 공양하기

- ① 접시공양을 할 수 있게 준비한다.
- ② 감사하는 마음으로 먹을 만큼 덜어서 남기지 않고 먹는다
- ③ 음식을 먹고 난 다음 그릇을 닦아 먹는다
- ④ 과일은 껍질과 씨를 깨끗이 씻고 통째로 다 먹는다

빈그릇운동 4단계 : 설거지

- ① 쌀뜨물, 아채 삶은 물, 국수 삶은 물을 이용해 설거지를 한다
- ② 친환경 수세미를 사용하여 기름기까지 싹 닦는다
- ③ 너무 많은 기름은 못쓰는 형겅을 모아서 1차로 닦아낸 뒤 따뜻한 물로 설거지를 한다.

천도교의 밥상살림⁴²

해월선생은 ‘萬事知는 食一碗’이라 하여 만사를 안다는 것은 밥 한 그릇을 먹는 이치를 아는 데 있다고 했다. 밥상에 올라오는 밥과 온갖 반찬들이 어떻게 밥상까지 오는지 그 이치를 알라는 말이다. 우선 천지부모의 고마움을 알아야 한다. 천지는 부모와 마찬가지로 곡식을 키워서 우리가 먹을 수 있게 하므로 그 은덕에 감사하고 부모님처럼 공경해야 한다는 것이다. 두 번째로 이 밥이 나에게 오기까지 수고한 모든 사람들의 노고를 알고 감사해야 한다는 의미도 담겨 있다. 세 번째는 생명의 순환이치를 알고 그에 순응하는 삶을 살아야 한다는 의미다. 나아가 오늘 밥상에 올라온 먹거리가 어떤 과정을 통해서 누구에 의해 생산되고 유통되는지도 정확히 알아야 한다.

천도교 한울연대는 한 방울의 물에도 천지의 은혜가 스며있고 한 톨의 곡식에도 만인의 노고가 깃들어 있다는 정신을 가지고 ‘시천주 빈그릇운동’에 참여하고 있다.

42 김용휘, 2011, “만사지는 식일완 - 천도교의 밥상문화”, ‘구제역 사태로 본 대안적 밥상문화’ 토론회 자료집.

〈시천주 빈그릇운동의 7가지 규칙〉

- 먹을 만큼만 담고 음식을 남기지 않는다.
- 음식 앞에서 식고를 하고 꼭꼭 오래 씹어 먹는다.
- 음식점에서는 안 먹을 반찬은 반납하고 밥이 많으면 미리 덜어낸다.
- 남은 반찬이 있는 이상 빈 반찬을 추가로 시키지 않는다.
- 육식보다는 채식을, 천천히 먹고 소식을 한다.
- 튀기거나 굽기보다 자연식과 전체식을 즐긴다.
- 냅킨을 함부로 쓰지 않고 주머니 손수건을 꺼내 쓴다.

3. 생명살림과 문명전환을 위한 밥상살림운동

생명의 밥을 살리는 밥상살림

“밥은 육체의 밥이요 물질의 밥이며 동시에 정신의 밥이요 영의 밥입니다. 그래서 밥을 우리는 ‘생명’이라고 부릅니다.”⁴³

밥은 생명활동의 결과이자 생명활동 그 자체이며 새로운 생명활동의 출발이다. 따라서 밥상살림은 밥에 담긴 깊은 생명의 의미를 자각하고 확산시키는 사상운동이며, 동시에 끊어진 관계를 다시 잇고 막히고 정체되었던 흐름을 순환시켜내고 나눔으로써 서로를 살려내는 사회실천운동이다.

동학의 2대 교주 해월 최시형 선생이 말한 ‘이천식천’(以天食天)의 가르침, 즉 ‘한울(생명)이 한울(생명)을 먹는다’는 것은 죽임이 아닌 큰 생명공동체에서 생명살림의 원리를 말하는 것이다. 즉 모든 생명체는 성장과정에서 자기 종(種)을 유지·발전시킬 수 있는 종자, 즉 씨앗을 생산해 내는데, 그 씨앗을 중심으로 둘레에 풍부한 여백이 창출된다. 그 여백은 자신의 씨앗을 보존하기 위한 것으로, 타 생명체는 바로 이 생명체의 ‘씨앗’이 아닌 ‘여백’을 자신의 먹이로 삼아 생명활동을 유지하면서 자신의 씨앗을 유지·보존해 나가는 것이다. 바로 이러한 생명체들 간의 연쇄적인 연결 고리가 먹이사슬의 원리이다. 따라서 이러한 생명체의 질서는 서구 과학에서 이야기하는 ‘약육강식’, ‘적자생존’, ‘경쟁’, ‘정복’, ‘도태’가 아니며, 생명공동체로서 공생과 상호부조의 원리를 가지고 있다.⁴⁴

43 김지하, 1984, 『밥』, 분도출판사, 61쪽.

44 김지하, 1994, 『동학이야기』, 숲.

이것은 “한 알의 밀알이 땅에 떨어져 썩지 않으면 한 알 그대로 있지만 썩으면 많은 열매를 맺을 것이다”는 말로 생명의 밥을 이야기한 예수의 가르침이나, “흙이 똥을 마다하지 않는 것은 오곡이 풍성하게 열릴 것이기 때문이다”라는 수운 선생의 말씀과 다르지 않다. 따라서 밥상살림에서 공동체적 관계는 한술 밥 먹는 사람들 간에는 물론 생명을 낳고 기르고 살리는 우주적 생명질서의 영역으로까지 확장될 수밖에 없으며, 따라서 밥상살림운동은 우리 스스로의 몸과 마음을 살리는 운동에서 출발해, 이웃을 살리고, 세계의 어려운 사람들과 미래 세대를 살리고, 나아가 농업을 살리고 자연생태계와 못 생명들을 살리는 일까지 포함된다.

밥상살림운동의 차원과 영역들

우리나라의 밥상살림운동은 밥상에서 공해식품을 추방하는 일에서부터 친환경 농산물로 밥상을 차리는 일, 나아가 생활문화와 공동체를 밥상을 매개로 되 살리는 일까지 단계별로 진화하고 확장해 왔다.

우선 ‘밥이 보약이다’라는 말처럼 몸과 마음의 균형을 회복하고 건강을 유지하기 위한 밥상살림운동이 있다. 나아가 관계를 회복하고 소통을 활성화하는 차원의 밥상살림운동도 있다. 예를 들어 어릴 적 밥을 먹을 때 어른들로부터 잔소리처럼 들었던 “허겁지겁 먹지 말고 천천히 꼭꼭 씹어서 먹어라”, “흘리지 말고 깨끗이 먹어라”라는 말 속에는 정성껏 밥상을 차려준 부모님은 물론 열심히 농사지은 농부들과 알찬 농사가 되도록 함께 도와준 햇빛과 물과 바람과 지렁이, 풀벌레들에게까지 그 수고로움에 감사하는 마음으로 밥을 먹어야 한다는 뜻이 담겨 있다.

하지만 오늘날 우리의 밥상은 그 의미와 역할이 많이 퇴색되어 버렸다.

“밥상머리는 사람들의 정성과 수고에, 천지자연의 모든 은혜에 감사하는 곳이다. 밥상머리에서 감사하는 마음을 갖는 것은 그렇게 교육의 시작이었고 끝이었다. 하지만 현재 우리의

밥상머리는 좋은 것만 골라 먹겠다는 개인과 가족의 이기심이 넘쳐나는 곳이 되어 버렸고 단지 한 끼 때우는 수단을 제공하는 장소 정도로 전락했다.”⁴⁵

껍질이 벗겨지고 깎여서 드러난 몸 전체를 던져 생명을 살리는 밥의 거룩한 의미를 살펴볼 때, 밥은 곧 하늘이고 생명이다. 따라서 이런 가치를 살려서 확장시켜내기 위한 밥상살림운동에는 밥상에 올라오는 먹거리의 건강함을 지키는 일은 물론 밥을 통해 이웃의 수고로움에 감사하고 자연과 교감하면서 겸손한 마음을 배워가는 기회를 다양하게 만들어가는 노력들이 포함되어 있다.

뿐만 아니라 밥상살림은 가정의 울타리를 넘어 지역사회로, 세계로 확장되기도 한다. 가난한 이웃과 밥을 나누는 활동으로 푸드뱅크(food bank) 사업을 예로 들어보자. 식품 제조업체나 뜻 있는 개인으로부터 먹거리를 기탁 받아 이것을 지역의 어려운 이웃에 지원해주는 먹거리 복지활동을 하는 것이 푸드뱅크 활동인데, 생산과 유통, 판매, 사용의 과정에서 남아도는 잉여 먹거리들을 쓸모없이 버리지 않고 필요한 사람들에게 신선하게 전달될 수 있도록 하여 환경적으로나 사회적으로 의미 있는 일로 평가받고 있다. 현재 우리나라에서 푸드뱅크 사업을 하는 곳은 2012년 4월 기준으로 4만 1,016곳이며, 그 수혜자도 매년 늘어서 2011년 기준으로 23만 8천명이 혜택을 받고 있다.

밥상공동체의 복원과 확장

밥은 본래 공동체적으로 생산할 수밖에 없었고 따라서 그 밥을 차려서 먹는 밥상은 자연스럽게 공동체적 관계가 어우러지는 무대였다.

“밥은 어떠한 경우에 있어도 혼자서 생산할 수 없습니다. 그것은 협동적으로 생산하며 공

45 김수현, 2005, 『김수현의 생명밥상』, 북폴리오, 16쪽.

동체적으로 생산하게 되어 있습니다. 또한 생산에 있어서뿐만 아니라 그것의 소비에 있어서도, 그것의 수렴, 먹는 활동, 식사에 있어서도 밥은 여럿이 먹는 것, 공동체적으로 먹는 것입니다. 밥은 '밥상'에서 먹는 법입니다. '밥상'이라 하는 것은 여럿이서 둘러앉아 먹는 공동체 생활을 말합니다. 따라서 '밥상공동체'라고 부를 수 있겠습니다."⁴⁶

하지만 오늘날 우리는 밥상공동체가 무너진 모습을 곳곳에서 발견하게 된다. 밥상공동체의 붕괴는 단절되고 파편화되어 가는 가족관계에서 분명하게 드러난다. 여성가족부가 발표한 '2011년 청소년 종합 실태조사'에 따르면, 과반수의 청소년들은 부모와 대화하는 시간이 하루 중 한 시간이 채 되지 않는 것으로 나타났다. 각 가정에서 청소년들의 대화 상대는 주로 어머니이며, 아버지와의 대화시간이 '30분 미만'이라고 응답한 청소년이 42%로 나타났다. 맞벌이 가정 이 늘고 TV와 컴퓨터, 스마트폰 등의 기기 보급이 늘면서 가정 안에서 대화 시간이 급속히 줄어든 것이다. 그나마 청소년들이 부모와 함께하는 대표적인 활동이 '저녁식사'로 나타난 점은 주목할 만하다.

최근 발표된 '밥상머리 교육 실태조사' 결과를 보더라도,⁴⁷ 가족들이 자연스럽게 만나 대화를 나눌 수 있는 가장 좋은 기회이자 공간은 '밥상'이었다. 물론 조사에서 자녀를 둔 가족의 72%가 가족 간 밥상머리 대화가 부족하다고 답했고, 식사 중 대화를 거의 하지 않거나(7.5%) 전혀 나누지 않는 경우(1%)도 있었다. 그래도 과반 이상의 사람들이 가족 간에 대화를 잇고 관계를 복원하기 위해 가족이 함께하는 식사 횟수와 시간을 늘릴 필요가 있다는 응답을 하고 있다. 따라서 '밥상머리 교육'은 단순한 식사예절에 대한 교육의 차원을 넘어 밥상공동체를 새롭게 복원하고 확장시키는 데 있어 중요한 의미를 가지고 있다. 실제로

46 김지하, 1984, 『밥』, 분도출판사, 73쪽.

47 이 설문조사는 동화약품이 한국 갤럽에 의뢰해 2012년 10월 한 달 동안 대한민국 서울 및 수도권에 거주하는 초·중·고등학생 자녀를 둔 부모 800명과 중고등학생 자녀 200명을 대상으로 온라인 설문 방식으로 진행됐다.

응답자 부모들의 83.8%가 밥상머리 교육에 대한 실천 의사를 보였고, 교육 프로그램에 참여하고 싶다는 의사를 밝힌 응답자도 69.4%로 나타나, 밥상공동체를 위한 밥상머리 교육을 다양하게 실천해 나갈 필요가 있다. 다음은 교육과 학기술부에서 2012년 발표한 밥상머리 교육의 실천과 관련한 내용이다.

〈밥상머리 교육 실천 지침〉

- ❶ 일주일에 두 번 이상 ‘가족 식사의 날’을 가진다.
 - 이성적인 가족식사 횟수는 주 5회 이상이지만 밥상머리교육의 효과를 기대하려면 최소 일주일에 두 번(주중 1번, 주말 1번) 이상 가족이 함께 식사하려고 노력해야 한다.
- ❷ 정해진 장소에서 정해진 시간에 함께 모여 식사한다.
- ❸ 가족이 함께 식사를 준비하고 함께 먹고 함께 정리한다.
 - 이 모든 과정을 온 가족 구성원이 함께 참여하는 것이 진정한 의미의 가족 식사이다.
- ❹ TV는 끄고 전화는 나중에 한다.
- ❺ 대화를 할 수 있도록 천천히 먹는다.
 - 가족이 함께하는 식사 시간에는 밥만 먹는 것이 아니라 서로의 눈을 쳐다보면서 이야기를 나누는 것이 중요하다.
- ❻ 하루 일과를 서로 나눈다.
 - 대화의 주제는 너무 어려운 것을 선택하지 말고 일상생활에서 일어나는 일들을 주요 대화의 주제로 삼는 것이 좋다.
- ❼ ‘어떻게 하면 좋을까’ 식의 열린 질문을 던진다.
 - 자녀들과 보다 많은 대화를 하려면 개방형 질문을 던져서 자녀들로 하여금 많은 이야기를 하도록 하는 것이 좋다.
- ❽ 부정적인 말은 피하고 공감과 칭찬을 많이 한다.
 - 식사시간에 부모는 아이를 꾸짖을 일이 있어도 잠시 뒤로 미루고 아이의 말을 공감해 주고 칭찬을 하려고 노력해야 한다.

⑨ 아이의 말을 중간에 끊지 말고 끝까지 경청한다.

⑩ 행복하고 즐거운 가족식사가 되도록 노력한다.

- 밥상머리 교육에서 가장 중요한 것은 실천이다. 가족 모두가 함께 행복한 식사를 만들 수 있도록 노력한다.

밥상공동체의 새로운 실험, 집밥의 부활

밥상공동체가 급속히 무너지고 있는 상황에서 가족이 아닌 사람들이 밥을 함께 먹으면서 공동의 관심사에 대해 이야기를 나누고 교류하는 ‘소셜다이닝’(Social Dining)이 밥상공동체의 새로운 모델로 주목받고 있다.

소셜다이닝은 ‘식사’를 매개로 모르는 사람과 친교를 맺는 행위를 뜻하는 말로, 미국과 영국 등지에서 최근 활발하게 퍼져가고 있으며, 우리나라에서도 1인 가구 증가와 바쁜 일상생활로 가족과 함께 식사를 하지 못하는 젊은 층 사이에서 소셜다이닝이 확산되고 있다.

채식이나 건강한 식생활 등 공동의 관심을 서로 나누는 만남의 장으로 역할을 하고 있는 소셜다이닝은 ‘이야기가 있는 밥상’, ‘공동체 밥상의 부활’이라는 측면에서도 주목받고 있으며, 최근에는 이것을 활용한 ‘집밥’ 프로젝트가 추진되고 있다. 즉 ‘일일 셰프’(one day chef)가 그날의 요리를 준비하거나 또는 모임 구성원들이 각자 먹을거리를 준비해와 함께 이야기를 나누면서 식사할 수 있도록 매개해 주는 활동으로, 하나의 사업 모델로서도 자리 잡아가고 있다. 초기에는 유명인들이 이벤트성 행사에 ‘일일 셰프’로 참여했는데, 시간이 지나면서 이웃을 위한 재능 나눔의 의미에서 정기적으로 특정 셰프가 만든 음식을 판매하거나 함께 나누는 등 다양한 모습들로 진화해 가고 있다. 서울 마포구에 있는 민중의집에서 4년에 걸쳐 꾸준히 진행해 오고 있는 화요밥상은 소셜다이닝의 대표적인 사례다. ‘이야기가 있는 밥상문화의 복원’을 목표로 식사를 통해

사회적 관계망을 만들고 가치를 실현해가고 있는 소셜다이닝은 밥상살림운동을 사회화 해 나가는 실천 모델로서 다양한 시사점을 주고 있다.

“함께 식사를 함으로써 남과 맺어지는 일체감, 그리고 공동체와 융합하는 원리는 오늘날 ‘회사’를 의미하는 컴퍼니(company)란 말에서도 쉽게 읽을 수 있다. ‘컴(com)’은 ‘함께(with)’, ‘퍼니(pany)’는 ‘빵(panis-bread)’이라는 뜻이다. 어원대로 하자면 컴퍼니는 회사의 일터이기에 앞서 함께 빵을 먹는 식탁이다. 캠페인이란 말, 혁명가들이 애용하는 컴패니언(동지)이란 말 모두가 같은 뜻에서 파생된 말이다.

우리는 서양을 알기 전부터 그런 공동체 의식을 “한 술의 밥을 먹는다”는 말로 절묘하게 표현해왔다. ...”⁴⁸

밥상살림, 문명전환의 열쇠말

“먹는 것은 그 사람의 몸이 되고 마음이 되고 한 사람의 인생을 좌우하는 문제가 되어 버린다. 우리에게 지금 제대로 된 먹을거리, 몸에 맞는 먹을거리, 모두가 함께 나눌 수 있는 생명과 환경을 살리는 먹을거리가 필요하다.”⁴⁹

“내게는 손자가 셋이 있다. 내가 손자들 또래의 나이였을 때부터 지금까지 이 지구에 얼마나 해를 끼쳐 왔는가를 생각하면 가슴 깊은 곳으로부터 아픔이 느껴진다. 우리 아이들을 위해서라도 파괴로만 치닫던 지금까지의 흐름을 바꾸어 놓는 것이 중요하다. 진정한 변화를 이룰 수 있는 방법 중의 하나가 바로 우리의 식습관에 대해 생각해 보는 것이다. 우리가 내리는 결정(무엇을 사고 무엇을 먹을 것인지) 하나하나가 지구의 환경과 동물들의 편안한

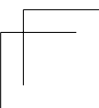
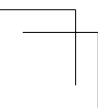
48 이여령, 2006, 《디지로그》, 생각의 나무.

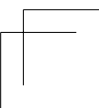
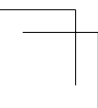
49 김수현, 2005, 『김수현의 생명밥상』, 북폴리오, 124쪽.

삶, 그리고 그보다 더욱 중요한 우리 인간의 건강에 영향을 미친다.”⁵⁰

밥상살림은 몸을 바로잡고 마음을 건강하게 하며 자연과 사회를 풍요롭게 하는 문명 전환의 열쇠말이다. 일찍이 동학 제2대 교주 해월 최시형 선생은 ‘향아설위’(向我設位) 사상을 통해 밥그릇의 위치를 바꿈으로써 인류문명 전체를 혁명적으로 전환할 수 있는 기틀을 마련했다. 벽의 신위(神位)를 향해 음식을 올리고 절을 하는 ‘향벽설위’(向壁設位) 제사법을 ‘시천주사상’(侍天主思想)에 입각해 완전히 뒤집어 놓은 것이다. 즉 기존의 벽(神位)을 향해 제사를 지내던 것을 밥그릇의 위치를 바꾸어 스스로를 향해 밥을 차려 제사를 지내도록 한 것인데, 여기에는 ‘너와 나’, ‘신과 인간’, ‘주체와 대상’, ‘이승과 저승’, ‘현재와 미래’, ‘비천함과 거룩함’ 등의 이분법적 관계를 뒤집어 단절적이며 수직적인 관계를 청산하고 그 틈새를 매워 화합과 조화의 새로운 세상을 열어가자는 의미가 담겨 있다. 스스로를 향해 밥을 차린다는 것은 돌아가신 조상과 앞으로 태어날 후손이 ‘지금 여기’(now & here)의 <나>를 매개로 존재하고 있다는 것이며, 궁극적으로 내 속에 <하늘님>을 모시고 있다는 자각이다. 내 안에 존재하는 빛나는 정신을 깨닫고 스스로를 추스르고 다듬고 공경하는 모심의 생명사상이 일찍이 우리 선조들의 밥 사상, 밥상혁명 속에 자리해 왔음을 발견하고, 생명위기의 시대에 문명 전환을 위한 밥상살림 운동으로 연결시키는 노력이 필요하다.

50 제인구달 외 저, 김은영 역, 2006, 『희망의 밥상』, 사이언스 북스, 29쪽.





생명의밥, 밥상을 살리자



Ⅱ. 한살림의 밥상살림운동 :
돌아보고 내다보기

한살림 밥상살림 운동의 시작

1. 작은 쌀가게에서 시작한 한살림의 밥 운동



초창기 한살림 농산 모습

한살림운동이 태동하던 1980년대 중후반은 우루과이라운드 협정과 수입농산물 개방에 대한 우려가 사회적으로 크게 확산되던 시기였다. 농업 기반이 전체적으로 약화되던 가운데 수입 확대와 불합리한 유통구조로 농산물가격은 늘 불안정했고, 생산지에서는 농약

중독¹ 등으로 농민들이 목숨을 잃는 사고가 빈발했으며, 식품오염과 첨가물 문제, 합성세제 등 환경에 대한 관심도 높아지던 때였다.

이러한 시대 상황 속에서 1986년 12월 4일 서울 제기동에 ‘한살림농산’이라는 간판을 내건 작은 쌀가게가 문을 열었다. 음성 성미마을과 안성, 여주 등에서 생산한 무농약 쌀, 공근의 유정란, 원주의 참기름, 들기름 등을 취급하는 작은 가게에서 한살림의 도농직거래 운동이 본격적으로 시작된 것이다.

“농약, 화학비료를 치는 양이 해마다 늘어만 가고, 물은 오염되고 땅은 척박해지고 생명력을 잃어가고 있지요. 농민은 농약중독으로 고통당하고 농산물은 독극물에 오염되어 먹는

1 1980년대 들어서면 이미 농민의 80% 이상이 농약중독을 경험하고 있었다. 실제 1985년에만 1,560명의 농민이 농약 중독으로 사망하였다. (모심과살림연구소, 2006, 『스무살 한살림 세상을 꺼낸다』, 그물코, 44쪽).

사람의 건강과 생명을 위협하고 있습니다. 어디를 가나 농약, 방부제, 착색제, 각종 식품첨가제로 뒤범벅이 된 식품이 범람하는 속에서, 가족의 건강과 생명을 지키기 위해 건강한 식탁을 꾸며야 할 어머니들은 어느 것 하나 믿을 수 없어서 불안합니다. 정말, 안심하고 건강한 식품을 구해 먹을 수가 없을까요?

(한살림은) 농산물의 유통단계를 줄여서 과다한 유통마진을 줄이는 직거래활동을 펼쳐서 농산물의 품질이나 수량을 믿을 수 있도록 하고 적절한 가격으로 생산자와 소비자 모두에게 이익이 되는 일을 하고자 합니다. 그래서 땅도 살리고 건강하고 안전한 농산물이 생산되고 서로가 믿고 돕는 관계가 되고 모두의 건강과 생명이 보호될 수 있는 일을 하고자 합니다. 이 일은 한두 사람이 해서 될 일이 아닙니다. 여러 사람이 더불어 해야 가능합니다. 생산자와 소비자가 함께해야 가능합니다.”

이처럼 1987년 1월에 나온 한살림의 첫 소식지에 실린 ‘한살림을 시작하면서’라는 글에는 한살림의 초창기 설립 취지가 잘 담겨 있다. 이 속에서 ‘생명(건강)’, ‘신뢰(믿음)’, ‘협동(소비자 간, 생산자와 소비자 간)’ 등의 몇 가지 열쇳말을 찾을 수 있다. 이처럼 한살림은 시작부터 생산자와 소비자가 힘을 모아 쌀과 밥을 매개로 땅과 사람을 살리는 ‘생명의 먹을거리’, ‘신뢰와 협동의 먹을거리’를 생산하고 나누는 운동을 꾸준히 전개해왔다.

“한살림은 ‘밥 한 그릇(생활)’을 통해 세상을 바꾸고자 한 한국 최초의 사회운동이었습니다. ‘밥 한 그릇의 혁명’은 먹을거리를 통해 몸을 건강케 하는 것만이 아닙니다. 농민과 땅을 살리는 데 그치지 않습니다. 밥(먹을거리)을 생산하는 가운데서 협동적 생산공동체를 복원하고 밥을 짓고 차리는 가운데 밥상공동체(생협)를 되살립니다. 밥 한 그릇을 바꾸어 몸과 마음을 바꾸고 생활을 바꾸고 생산양식과 노동양식의 변화를 꾀합니다.”²

2 모심과살림연구소, 2012, “그해 6월의 석발기와 한국 사회운동”, 정세와동향 〈모심의 눈 살림의 길〉 제2호(5월호).

한살림



“은 우주 생명체의 협동활동을 통해 밥이 만들어지듯이 밥을 먹는 사람의 삶도 더불어 살아야 하지 않을까요.” (1990 한살림소식지 제호)

2. ‘협동’을 통한 밥상의 회복

1988년 한살림은 ‘밥상을 살리는 일에서부터 시작해 점차 생활 전반을 둘러보면서 우리 삶을 질적으로 풍요롭게 한다’³는 취지를 가지고 한살림공동체소비자협동조합을 창립하여 협동소비 조직체의 모습을 구체적으로 갖추게 된다. 한살림의 지향을 가지고 밥상에서부터 시작해 생활운동으로 확장해나가고자 공급 물품을 점차 확대하고, 먹을거리뿐 아니라 땅과 물을 살리는 환경 실천 운동을 활발히 펼쳐나갔다. 사람과 사람은 물론 사람과 자연의 관계를 협동의 방향으로 바꿔내는 일들이 구체화된 것이다.

“한살림운동이 생산자와의 생활(수입 농산물 때문에 적자농사 짓는 농민들과 파괴되는 국내 먹거리 생산기반 등)도 함께 걱정하는 활동이므로 협동생활의 바람과 의미가 담긴 일반적으로 재배한 농산물(일반미, 잡곡, 고추장, 젓갈, 양파 등)도 취급하고 있습니다. ... 남들처럼 무공해식품만 찾을 것이 아니라 죽어가고 있는 밥상, 지구와 온 우주를 살리려는 입장에서 한 사람의 이웃을 동지로 만들어가는 노력이 더욱 절실하다고 생각하지 않습니까?”⁴

협동의 먹을거리 운동은 우선 ‘공동체 공급’의 모습으로 나타났다. 조합에서는 공동체 공급을 통해 공급 비용을 절감할 뿐만 아니라 한살림 조합원들이 이웃이 되어 정기적인 모임을 통해 생활공동체를 조직하는 일을 펼쳐 나갔다. 이렇게 만들어진 공동체 모임에서는 공동으로 주문한 물품을 나누는 것뿐만 아니라, 먹을거리를 같이 만들고 밥상을 함께 차리는 등 도시 속에서 단절된 이웃과의 ‘관계’를 새롭게 회복하는 경험들을 만들어냈다.

3 한살림공동체소비자협동조합 소식지, 〈더불어 사는 삶〉 창간사, 1988년 7월호.

4 한살림 소식지, “아직도 무공해 식품을 찾습니까?”, 1989년 10월호.

서울 관악의 보람공동체, 화곡동 겨자씨공동체 등은 초창기에 활발한 모임을 꾸렸던 생활공동체였다. 이들은 식품안전과 건강한 먹을거리에 대한 학습과 음식 만들기 등 공통의 관심사를 모아 함께 풀어가면서 밥상공동체의 모습을 갖추어 갔다.

“한 달 전 모임 때, 수입농산물 오염에 관한 비디오와 미국 농산물 수입 때문에 고통당하고 있는 농민 생산자들의 삶을 보고 국산음식먹기 운동을 하기로 했습니다. 시중에 나오는 두부의 원료도 대부분 수입콩이라는 것을 알고 우리 농민의 땀이 배어 있는 국산 두부를 먹고 싶어들 했습니다. 그리고 두부나 콩나물에 농약과 횡가루를 섞어 팔다가 문제되는 경우를 보고 불안해하던 중이라서 차제에 직접 두부를 만들어 먹어 보기로 했습니다.

처음에는 두부가 잘 되지 않아서 무척 애를 먹었습니다. ... 결국 몇 번의 시행착오 끝에 우리는 두부를 성공시킬 수 있었습니다. 커다란 덩어리로 두부가 만들어지던 날, 우리 모두는 기뻐서 어린아이처럼 뛰었습니다. 이렇게 잘 만들어진 두부를 여럿이 나눠 먹고 두부를 짜낸 찌꺼기(비지)는 김치와 돼지고기를 썰어 콩비지 찌개로 끓여 주니 안 먹던 식구들도 잘 먹어 주었습니다. ... 두부를 만들며 일하는 기쁨과 나눔의 기쁨을 함께합니다.”⁵

이용 조합원이 늘어갈수록 공동구입을 통한 한살림의 직거래 운동은 점차 확대되어갔다. 한살림농산 당시 쌀, 유정란, 참기름, 들기름, 메주 등 10여 종으로 시작했던 직거래 물품은 채소류, 육류, 가공식품 등으로 차츰 다양해졌다. 1988년 9월의 취급 물품 목록을 살펴보면, 쌀과 잡곡 외에도 가공품(조청, 엿, 메주, 사과잼 등)과 과채류(마늘, 고추, 김장배추, 사과, 당근, 산나물), 해조류(미역, 다시마, 김) 등으로 취급 품목이 크게 늘었고, 1990년 1, 2월부터는 감잎차, 젓갈, 장류 등과 두부, 빵류 등의 가공품, 무항생제 사료로 키운 육류까

5 한살림 소식지, 최인영(보람공동체), “두부를 만들며”, 1989년 4월호.

지를 포함하여 공급 품목이 더욱 다양해졌음을 볼 수 있다.

산지에서는 1차농산물을 가공해 출하하는 생산지기반 가공이 시작되었는데, 대표적으로 강원도 횡성 공근마을의 메주가 처음 공급되었으며, 1988년 초 경북 의성의 김영원 생산자는 물품으로 출하할 수 없었던 별레 먹은 사과를 이용해 사과잼을 가공, 공급하였다. 방주공동체 강문필 생산자의 야채효소는 지금까지 물품으로 이어져오고 있는 대표적인 산지가공의 사례이다. 산지가공은 이후 한살림이 지역농업을 구상하는 데 중요한 바탕이 되기도 했다.⁶

6 모심과살림연구소, 2006, 『스무살 한살림 세상을 꺼안다』, 그물코, 132쪽.

3. 부엌을 나와 세상으로 확장하는 밥상공동체

1989년 10월, KBS특집 ‘문화기획’에서는 〈한혜석 주부의 한살림일기〉라는 제목의 다큐를 방영했다. 본 방송이 나간 뒤, 한살림 사무실로 많은 문의 전화가 걸려오고 조합원 가입이 크게 늘었다. 당시 한혜석 주부의 일기에는 초창기 한살림을 이용하고 동네에서 모임을 가지며 교류하던 조합원들의 모습이 고스란히 담겨 있다. 이를 통해 오염된 먹을거리에 대한 불안이 퍼져가던 당시의 사회상을 짐작해볼 수 있다.

1988년 5월 25일⁷

“오늘은 듣기조차 끔찍한 얘기를 들었다. 폐유로 참기름을 만들고 그 안에 가라앉은 찌꺼기를 없애기 위해 양젓물을 넣는다고 한다. 또 콩나물에는 농약과 수은을 뿌린다고 한다. 그런 얘기를 듣고 나서 내가 차린 저녁밥상을 보니 기가 막힌다. 그렇다면 밥은 또 어떠한가. 농약으로 키운 쌀이 아니겠는가. 내가 차린 농약과 수은이 든 식탁이 식구들을 서서히 중독시키고 있다고 생각하니 끔찍했다. 내가 식구들에게 독약을 먹고 있는 것이나 마찬가지라는 생각이 들었다. 항상 정성을 들여 차려냈다고 생각했던 밥상이 사실은 식구들의 생명을 죽이는 밥상이었던 말인가. 나의 사랑하는 가족들에게 미안하다는 생각이 들었다.”

1988년 7월 10일

“오늘 공동체 모임에서는 인스턴트식품을 삼가자는 내용이 나왔다. 인스턴트식품에는 대부분 방부제나 유해식품 첨가물이 들어 있다고 한다. 커피도 나오고, 햄, 소시지, 라면, 마요네즈, 심지어는 된장, 고추장 같은 것까지 얘기됐다. 삼가야 할 식품이 사실은 우리가 즐겨 찾는 것이라는 데 문제가 있다. 모임이 끝나고 들른 슈퍼에서는 웃지 못할 일이 있었다. 마요

7 〈한혜석 주부의 한살림 일기〉에 소개된 일기 내용 중 일부를 옮김.

네즈 칸에서 마요네즈를 들었다 놔다 수없이 반복하다가 6개월이 지나도 상하지 않고 그대로 있었다는 데 생각이 미쳐 그대로 놓고 나왔다.”

1989년 6월 12일

“1년 전만 해도 건강한 밥상, 살아있는 밥상을 차리기 위해서는 시장에서 좋고 흠 없는 식품을 값싸게 잘 사면 된다고 생각한 적이 있었다. 지금에 와서야 그 생각이 얼마나 바보스럽고 이기적이었던가를 깨닫는다. **우리의 땅, 물, 하늘을 살려내지 않으면 건강한 밥상을 차릴 수가 없다. 그것은 혼자서는 할 수 없는 일이다.** 그것을 깨닫는다면 모르는 사람끼리의 부딪힘이 더 이상 짜증스럽지도 않을 것이다. 죽어가는 땅을 살려내고 죽어가는 인심을 살려낼 수 있을 것이다. 우리는 잠시 이 땅을 빌려 쓰다 갈 뿐이다. 우리 아이들에게 살아 있는 공기, 땅, 하늘을 되돌려주는 일은 우리들 주부의 일이고 어른들의 몫이다. 이를 위해 오늘도 나는 이웃에게 합성세제 거품을 풀어먹이지 않았다.”

당시 한혜석 주부의 한살림일기를 소개했던 방송에서는 다음과 같이 나레이션을 달았다.

“주부는 밥상을 통해 생명의 소중함을 깨닫는다. 주부를 일컫는 ‘살림꾼’이라는 말도 살려내는 사람들, 살리는 사람이라는 뜻에서 비롯된 것이다. 습관적으로 밥상을 차려내던 한혜석 씨도 어느 날 자신이 차려낸 밥상이 생명과 관계된 것임을 깨닫고, 식구들의 건강과 생명이 무심코 차린 그 밥상에서 시작된다는 것을 깨닫게 된 것이다.”

한살림 초기에 생활 속에서의 환경 실천이 많이 강조되었고, 시간이 지나면서 환경에 대한 조합원들의 관심과 활동들이 사회적으로 확장해 나간 점은 주목할 만하다. 이웃과 함께 폐식용유를 모아 비누를 만들고, 물을 살리기 위해 합성세제 사용을 자제하는 모습은 한살림운동이 먹을거리 나눔에서 그치지 않고 나와 이웃의 먹을거리를 만드는 땅과 물, 환경을 살리는 데에까지 이어졌음을

보여준다. 생명의 가치로 밥상공동체를 만들어가는 한살림의 노력이 식탁을 넘어 이웃과 농촌, 자연생태계까지 폭넓게 연결되어 온 것이다.

“깊은 산골, 깊은 땅 밑의 생수를 자기 가족들만 마신다고 해결될 일인가? 정수기의 성능만 좋은 것으로 구입하면 해결될 일인가? 자신의 하수도로는 합성세제를 끊임없이 흘려보내면서 깨끗한 수도물이 나오길 기대해서 될 일인가? 농민의 생활과 올바른 먹거리 생산양식에는 관심을 두지 않으면서 수도물에 농약이 섞이지 않길 바라서 될 일인가? ... 한 컵의 물도 마음 놓고 먹을 수 없게 한 생활과 생산 과정을 반성하는 데서부터 시작하자. 그리고 일상생활과 가정에서부터 작은 것이라도 실천해 나가자. 이런 실천 과정에서 모아진 힘으로 근본적인 문제들을 협동의 힘으로 풀어 가보자.”⁸

이처럼 한살림에서 살리고자 한 ‘밥’과 ‘밥상’은 협동조합 조직 안의 협동, 생산자와 소비자 간의 협동을 넘어서, 온 사회와 우주 만물의 협동 활동으로 이루어진 생명공동체로서의 의미를 담고 있다. 매일 일상적으로 만나는 밥을 통해 ‘밥 한 그릇에 담긴 우주’의 의미를 깨닫고 생명공동체로서 밥상을 살려내자는 것이다.

“이 밥과 곡식은 우주와 자연의 발에서 자라난 열매이며 하늘과 땅의 젖이라 할 수 있습니다. 동시에 이웃 사람들과의 땀으로 빚은 것이기도 합니다. 때문에 밥 한 그릇 속에는 우주의 진리가 깃들어 있을 뿐만 아니라 사회의 공동체적 의미도 담겨 있습니다. 인간은 결국 사회라는 큰 술에서 지은 밥을 같이 먹고 살아가는 한 식구입니다. 밥 한 그릇이 한울과 자연의 젖이요, 이웃들의 땀인 줄 안다면 하늘과 땅 그리고 이웃의 고마움을 알고 되값을 마음을 가져야 합니다.”⁹

8 한살림 소식지, “물을 마음 놓고 먹을 수 있는 길”, 1989년 9월호.

9 한살림 소식지, 1989년 12월호.

땅을 살리는 밥

1. 우리 농업과 밥상을 지켜온 한살림 '쌀'

조금 특별한 한살림 쌀 이야기

“한살림 쌀은 특별합니다. 가격이나 칼로리로 계산할 수 없는 생명세계가 고스란히 담겨 있기 때문입니다. 생산자와 소비자의 마음이 녹아 있기 때문입니다. 그런데 거기에 더해 '사회 경제적 대안'이 숨겨져 있다는 점에서 한 살림의 '벼/쌀'은 참으로 의미심장합니다. 생산자와 소비자가 함께 생산·소비 계획을 세우고 서로의 형편을 고려하여 가격을 결정하는 것, 그것은 아름다운 풍경 그 이상입니다.”¹⁰

한살림 품목 가운데 쌀은 타 공급 품목에 비해 9~10% 낮은 마진율을 책정한다. 그만큼 생산자가 받는 값과 소비자가 지불하는 값 사이의 차이가 크지 않다는 뜻이다. 이것은 한살림이 쌀 생산과 공급량을 늘리는 데 특별한 의미를 두고 있다는 것을 말해준다.



충북 음성 성미마을 첫 쌀 수매(1986)

1988년 첫 쌀값결정회의가 열린 이래 매해 연말이면 생산자와 소비자가 한자

10 모심과살림연구소, 2012, “벼 생산 관련회의의 놀라운 의미”, 정세와 동향〈모심의 눈 살림의 길〉, 제5호(11월호).

◆ 92년 쌀 80kg생산비

1	종료비	1,470
2	비료비	11,940
3	영농광열비	1,130
4	기타제재료비	2,490
5	수리비	1,300
6	농구비	15,860
7	영농시설비	1,060
8	노역비	62,080
9	조세공과금	1,010
10	재무담금	3,130
11	토지용역비	46,330
12	자본용역비	5,730
13	도정료	6,500
14	쌀 20kg 포장마대 및 인건비	1,130
15	출하운임 및 경비	4,000
합계		165,180
※부산물소득비		640
부산물소득비공제 생산비		164,540

당진군 정광영 생산자 농업일지에서 발췌

1992년 쌀 생산비 산출 내역
(1993. 10 한살림 소식지)

리에서 이듬해 쌀의 수매량과 가격을 결정하는 자리를 가져오고 있다. 생산자와 소비자가 함께하는 한살림의 정체성을 상징적으로 보여주는 연례행사로 자리매김해 온 것이다.

이처럼 한살림의 ‘밥’ 운동에서 중요한 부분을 차지해온 쌀 공급의 역사를 되짚어보면, 1986년 12월 음성 성미마을에서 역사적인 첫 쌀 수매가 있었던 뒤로 안성, 여주 등으로 점차 생산지가 확대되었으며, 1995년에는 처음으로 전국 각지에서 생산된 벼를 미곡종합처리장에서 일괄 수매하기 시작했다. 1999년에 생산된 쌀에 대해서는 처음으로 무농약/유기재배 쌀값을 차등으로 지급하며 유기재배로의 전환 노력을 기울였고, 2004년산부터 무농약/유기재배 쌀을 구분 공급해오다 2012년 현

재는 주곡인 쌀에 대해 전량 유기농으로 공급하고 있다.

한살림의 조합원이 확대되고 공급고가 늘어나는 것에 발맞추어 한살림의 쌀 소비 또한 점차 늘어왔다.

〈표 5〉 한살림의 연도별 쌀 공급(계획)량

	2011년산	2012년산	2013년산
공급량(1가마, 80kg)	47,220	52,890*	57,700**

(참고 : * 공급 예상량 ** 공급 계획량 (전년 대비 10.1% 증가))

이는 곧 전국의 유기농 논, 건강한 땅이 그만큼 늘어남을 의미한다. 즉 넓은 의미의 밥상이 되살려지는 것이다. 그에 따른 눈에 보이지 않는 사회적, 환경적 효과는 수치로 환산하기 어렵지만 다음을 통해 대략 그 효과를 짐작해볼 수 있다.

“한살림 쌀을 8kg 사서 먹기 시작한다면, 땅 26㎡가 생명의 땅으로 살아나기 시작합니다.

우리 농업을 살리고, 땅과 물과 온 생명을 살리는 귀한 생명운동의 출발이 됩니다.”¹¹

쌀 출자금 캠페인 : 쌀값을 먼저 냅시다

한살림 초기에는 쌀 출자금이라는 이름으로 소비자 조합원들에게 쌀값을 먼저 받아 생산자들에게 미리 지급하기도 했다. 1989년 9월 소협 이사회에서는 ‘무농약 쌀값을 미리 받아 생산자에게 전해 “소비자는 생산자의 생활을 보장”하는 소비자의 임무 이행을 조금이라도 하고, 필요한 무농약 쌀을 확보’할 것을 결정하고, 출자금과 선수금 두 가지 방법으로 조합원들의 참여를 독려했다.

■ 쌀 출資금이 필요한 이유¹²

“보통 농사를 지으면 그해 가을, 정부 추곡수매 때 곡물은 모두 처분되어 농민은 목돈을 받게 됩니다. 그러나 죽어가는 땅과 인간을 살려내고자 안전한 먹거리를 길러내는 한살림 생산자의 경우, 한살림 소비자만을 바라보며 여름내 땀 흘린 보람도 없이 목돈은커녕 다음해 까지도 쌀을 보관해야 하는 이중고를 겪고 있습니다. 게다가 쌀이 마르고, 쥐나 벌레가 끼치는 해 등을 온전히 생산자가 감당해야 합니다.

우리 한살림 생산자들은 빚을 저가며 농사를 짓습니다. 그러나 가을에 수확의 기쁨은 맛보지만 돈 한 푼 손에 쥐어 보지 못합니다. 그 누구든 현실적으로 목돈을 한꺼번에 받아 빚도 갚고, 아이들 교육비로도 쓰는 등 생활계획을 하고 싶을 것입니다. 묘판에 파종을 해야 할 지금까지도 몇몇 생산자는 아직 한 가마도 출하지 못했습니다.

‘결국 우리가 먹을 쌀인데 일 년 분을 미리 사서 농민들의 집에 보관해 두고 필요할 때마다 갖다 먹는다’는 생각으로 출자금을 낸다면 생산자는 그만큼 경제적으로 안정을 찾고 계획

11 한살림 정보기(shop.hansalim.or.kr)

12 한살림 소식지, 1991년 4월호.

적이고 규모 있는 생활을 할 수 있을 것입니다.

우리는 ‘한살림’ 아닙니까? 보관은 창고 사정상 생산자가 수고를 하더라도 일 년 동안 내가 먹을 쌀의 출자금을 내는 것은 오히려 당연한 일이 아닐는지요.

출자금을 내는 경우 : 쌀 한 가마니 값을 출자하면, 매년 조합원이 필요로 하는 쌀(참쌀)을 우선적으로 확보해 줍니다. 출자금은 생산농민에게 보내지기 때문에 쌀 구입 시 필요한 쌀 값은 별도로 지불해야 됩니다. 물론 쌀 출자금도 출자금 배당이 됩니다.”

■ 한 끼 쌀값 210원

“먹는 것은 밥 한 공기인데 쌀값은 항상 가마니로 계산하여 값이 엄청난 것 같다. 우리 한 끼 쌀값은 얼마일까? 보통 집에서 먹는 밥 한 공기는 쌀 100g이면 되고, 쌀 한 말(8kg, 1만 6천8백원)이면 밥 80공기가 나온다. 그렇다면 우리가 먹는 무농약 쌀로 지은 한 끼의 밥은 210원이 된다. 유통비용 1천3백 원은 마진율이 10%도 채 못 되는데, 이는 운송비를 포함하여 쌀을 8kg으로 포장해 공급하는 총 비용을 말한다. 쌀 8kg에 1천3백 원의 유통마진은 결코 높은 것이 아니며 조합경영에 부담을 줄 수도 있다.

또 쌀값 책정과 관계없이 한살림에서는 가을에 한꺼번에 구매하지 못하기 때문에 농가에서는 저장도 떠맡고 목돈도 만져볼 기회가 없다. 올해는 모든 조합원이 쌀 출자금을 내어 보관은 생산자가 맡더라도 가을에 일 년 쌀값이나마 받을 수 있도록 노력해 보자.”¹³

■ 쌀이 남아둡니다¹⁴

“생산자의 어려움과 쌀농사의 중요성을 아무리 얘기한다 하더라도 우리가 절실히 느낄 수 있는 것은 생산지에서의 직접적인 체험입니다. 묵는 논밭에 점점 무성해지는 잡초들, 황폐화되어가는 농촌, 조금만 풀을 뽑아도 허리가 굽어지는 그 느낌들을 조금이라도 체험해야 생산자에 대한 고마움을 알게 될 것입니다. 우리 대신 농사를 짓고 있는 생산자의 아픔을

13 한살림 소식지, 1991년 1월호.

14 한살림 소식지, 1992년 5월호.

외면하지 말고 한번이라도 생산지에 내려가 보고, 정말 내려가기 어렵다면 쌀이라도 소중
한 마음으로 먹어주고... 우리의 성의를 보여드리도록 합시다."

쌀 소비 확대와 생산 안정을 위한 노력

1993년 한살림 총회에서는 농산물 수입에 대응하는 차원에서 <우리쌀을 지키고 우리밀을 살리자>라는 제목의 결의문을 발표하였다. 여기에는 소비자로서 가정에서 실천하는 것을 넘어서 이웃과 사회의 밥상을 변화시키기 위해 우리밀 살리기 등 농업살림 운동에 적극 참여하고 수입개방에 맞서 정책적으로 요구하는 내용까지를 포함하고 있다.

■ 우리쌀을 지키고 우리밀을 살리자

- 우리는 수입농산물에 의해 변화되고 있는 서구식 식생활을 우리 풍토와 우리 체질에 맞는 쌀을 중심으로 한 식생활이 되도록 나와 이웃의 밥상, 학교급식 등의 변화에 노력함으로써 생산비가 보장되는 우리쌀 소비확대에 앞장선다.
- 수입농산물에 의해 붕괴되고 있는 우리 농업을 살려냄으로써 농촌살림과 우리 생명살림을 기할 수 있는 대안실천활동인 우리밀 살리기 운동에 회원으로 적극 동참한다.
- 관계당국은 수입농산물에 대해 엄격한 원산지 표시와 생산, 저장, 가공과정에서의 오염 실태를 상세히 밝혀 국민생활을 보호하는 책무를 성실히 이행할 것과 마지막 한남은 쌀의 수입개방 압력에 대해 반대하는 전국민의 결의를 토대로 굳세게 맞서길 촉구한다.

그로부터 10년 뒤인 2003년에는 대사회 캠페인으로 '무농약쌀 한 말 먹기 운동'을 전개했다. "무농약 쌀 한 말이 논 일곱 평을 살린다"는 당시 슬로건은 농업살림으로 연결되는 한살림 쌀 소비의 의미가 담긴 구체적 표현이었다. 이는 2005년 '우리쌀 우리가 먹읍시다' 캠페인으로 이어졌고, 이를 통해 전국적으로 우리생명쌀지킴이기금을 모금해 지역의 소외된 이웃의 밥상과 북녘 동포들에

게 우리 쌀을 전달하기도 했다.

식생활 변화와 수입 확대 등으로 쌀이 남아도는 문제는 비단 어제오늘의 얘기가 아니다. 국가적인 쌀 소비 감소 추세는 한살림에서도 피해갈 수 없는 문제였다. 2004년에는 당시 조합원 증가 추세를 반영하여 전년에 비해 20% 정도의 쌀 수매량을 늘렸으나 맴쌀 소비량은 제자리걸음이었고 찰쌀의 경우 오히려 30% 정도 소비가 감소하여 생산지에서 쌀이 남아도는 상황이 발생했다. 이에 생산자모임에서는 조합원들을 대상으로 쌀 소비 확대를 호소한 한편, 생산자들이 모아온 생산안정기금의 70%에 해당하는 약 7억 원을 투입해 일반 시중에 출하한다는 결정을 내리기에 이르렀다.

이처럼 상호 신뢰를 기반으로 하는 책임생산·책임소비가 늘 말처럼 쉬운 일은 아니었다. 하지만 두터운 신뢰는 어려운 시기에 그 빛을 발하기도 한다. 2008년의 아산당진 미인증 쌀 사전예약, 책임소비¹⁵는 한살림 소비자와 생산자의 신뢰와 협동을 상징적으로 보여준 ‘사건’이었다. 현실과 동떨어진 농업우수 규정으로 인증받지 못한 한살림 쌀을 굳건한 믿음으로 자체 ‘인증’해 준 소비자들의 힘이 있었던 것이다.

한편, 한살림부산에서는 2007년부터 쌀 의무소비제(생명의 쌀 책임소비를 위해 조합원 1인당 1년에 20kg 이상을 구매하는 것을 의무화하는 제도)를 시행하는 등 쌀 소비의 중요성을 알리기 위한 고민과 실천을 이어오고 있다. 이처럼 우리 주식인 쌀을 밥상에서부터 지켜냄으로써 쓰러져가는 농업을 살려내려는 노력이 곳곳에서 다양한 모습으로 펼쳐졌다.

15 2008년 충남 지역의 삼호교와 아산호의 물이 환경정책기본법으로 정한 화학적산소요구량(COD)과 질소와 인의 총량이 기준치를 넘어서었다는 이유로 이 지역 한살림 생산지에서 생산된 쌀이 정부의 친환경인증을 받지 못했으나, 이 내용을 소비자들에게 잘 알려냄으로써 8,800가마에 이르는 전량을 사전 예약으로 책임소비 할 수 있었다. 생산지의 노력과 수질기준 개정에 힘입어 2009년 미인증쌀은 2000가마로 줄었고, 2010년에는 아산당진 쌀 전체가 친환경인증을 취득하였다.

논살림 활동 : 생산자와 소비자가 함께 짓는 쌀 농사

“유기농을 하게 되면 생물종이 다양하게 된다. 다양한 생물을 농사와 관련하여 분류해 보면 농사에 도움을 주는 익충, 농작물에 해를 입히는 해충, 농작물과는 상관없는 생물을 가진 그냥곤충들로 나눌 수 있다. 그러나 농작물과 관계없는 생물들도 건강한 생태계의 연결고리가 되어 농작물과 또 다른 고리를 만들고 있음을 알게 된다.

예를 들어 깔다구는 농작물에 직접적인 이로운이나 피해를 주지 않는 그냥 곤충에 속하지만 벼농사에 이로운 동물인 거미의 귀한 먹물거리가 되어준다. 벼에 해충인 멸구 종류가 날아오기 전까지 거미를 먹어 살리는 것은 깔다구이므로 벼농사와 관계없는 것이라고 할 수 없는 것이다. 이렇게 생태계는 순환을 통해 완전한 익충도 완전한 해충도 전혀 관계가 없는 것도 있을 수 없는 것이다….

논생물 다양성 조사를 통해 생물들의 다양함과 그들이 벼농사에 미치는 영향에 대해 재인식하게 되었으며 유기농법이 많은 생명을 살리고 자연순환에 귀한 고리 역할을 한다는 것에 대해 자긍심을 갖게 되었다. 소비자는 내가 먹는 쌀 한 톨이 생산되기까지 많은 생명이 함께 참여했다는 것에 깊은 감동을 받고 쌀 소비운동에 적극 참여하게 되었다.”¹⁶

한살림의 논살림 활동은 2008년 람사르총회¹⁷ 관련 연대활동으로 시작되었다. 유기농업을 통해 건강한 쌀을 생산하기 위해서는 논 생태계의 생물다양성이 잘 유지·보존될 필요가 있다는 점에 주목해서, 도시 조합원들이 생산자들과 함께 시범논을 만들고 직접 현장에 내려가 우렁이나 투구새우 등 논 생물들의 다양성을 조사하며 이것이 억초나 제초에 미치는 효과 등을 관찰, 기록하는 활동들을 펼쳐 왔다. 논살림은 생산지와 소비조직의 새로운 교류활동 모델로서

16 〈한살림, 논살림 : 유기농의 중심에서 생명을 외치다〉 (2009람사르기념행사자료집 중)

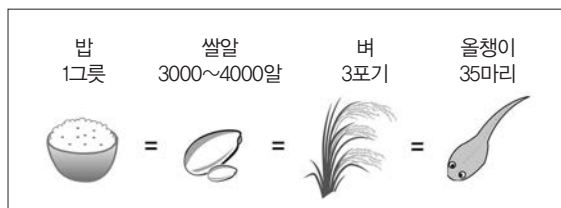
17 물새 서식지로서 국제적으로 중요한 습지에 관한 협약을 다루는 국제회의로, 2008년에 우리나라 경남 창원에서 열렸다.

의미를 가지고 있으며, 논·농지의 농적 가치와 생태적 기능을 널리 알리기 위한 교육 활동과 논습지 네트워크를 통한 연대 활동들을 해 오고 있다.

■ 왜 쌀을 지켜야 하는가? ¹⁸

“쌀의 생산과 생태적인 기능 이외에 논은 장마철 비를 일시적으로 가두는데 그 수량은 춘천댐 18개 분량이나 된다고 한다. 또한 논은 연간 55억 톤의 물을 지하로 흘려보내 지하수를 보충해주는데 이는 전 국민이 사용하는 수돗물 용량의 79%를 차지한다. 지하수를 사용하고 보충하지 않으면 지반이 약해진다. 흙이 1cm 두께로 쌓이는 데 200년이 소요되며, 논이 없을 경우 하천으로 쓸려갈 흙의 양은 연간 1천7백만 톤이나 된다. 이것을 논이 막아주고 있다. 또 벼는 광합성 작용을 통해 대기 중의 탄산가스를 흡수하고 산소를 방출하여 공기를 정화하는데 단위 면적당 탄산가스 흡수량과 산소 발생량이 가장 높은 작물이다.

이번 조사를 계기로 제초제와 농약 없이도 논농사가 잘 된다는 믿음을 갖게 되었고 유기



논농사가 안전한 먹을거리의 확보뿐만 아니라 생태계를 지키는 일임을 알게 되었다. 밥 1공기에는 쌀알 3~4000알이, 벼가 3포기(0.15㎡), 올챙이가 35마리 들어있다. 우리가 매일 밥을 먹는다면 1인당 1년에 50평의 논을 지킬 수 있다. 4인 가족이면 200평의 논을 지킬 수 있는 것이다.”

¹⁸ 한살림서울 소식지, 2008년 12월호.

쌀과 밥, 잘 알고 잘 먹기

한살림에서는 쌀 이용을 촉진하기 위해 홍보하고 안내하는 일도 꾸준히 해왔다. 대표적으로 2004년에 발간한 소책자 <도시와 농촌에서 함께 짓는 한살림 쌀농사: 밥은 하늘입니다>는 우리 쌀과 우리 농업을 잘 지켜가기 위한 마음을 다지기 위해 쌀을 이용한 다양한 요리법을 소개하는 취지로 제작되어 교육 자료로도 널리 활용되었다.



<도시와 농촌에서 함께 짓는 한살림 쌀농사 : 밥은 하늘입니다>

- 쌀의 일생
- 도시와 농촌에서 함께 짓는 한살림 쌀농사
- 요리정보 (밥 / 떡 / 죽 / 간식)
- 현미, 그것이 알고 싶다
- 나는 한살림 쌀을 먹는다
- 알아두면 좋은 쌀이야기
- 쌀 협상과 우리 쌀의 앞날



거리캠페인
“우리쌀, 우리가 먹읍시다!!” (2006)



밥, 더 사랑하세요 (2012)

밥 한 그릇에 담긴 의미

사 례 조금 특별한 ‘밥 모심’ 이야기 : 한살림부산 ‘밥 콘서트’

2012년 11월 17일, 한살림 부산에서는 열네 번째 생산자 소비자 만남의 날을 ‘밥 콘서트’ 형식으로 진행했다. 함께 곡식을 모으고, 물을 뜨고, 불을 지피고, 밥을 짓고, 밥을 먹으며, 더불어 노래와 시와 연극이 함께한 시간이었다.

첫 번째 순서로, 지역의 생산자들이 각각 가져온 곡식들을 모으는 합곡식이 진행되었다. 부여, 예천, 별교에서 온 주곡을 모으고, 예천과 부여, 제주, 안강, 함안, 합천, 의령에서 온 곡식을 합했다. 이어진 합수식에서는 각지에서 모인 생산자들이 가져온 약수를 모으고는 의식을 치렀다. 모인 주곡과 잡곡을 씻어 합수물로 행구고 가마솥에 안친 뒤 합수물을 조롱박바가지로 가마솥에 넣는 의식이 이어졌다. 남녀노소 모두의 마음과 정성을 모아 밥이 지어지는 순간이었다. 팬플룻 연주가 이어지고, 한켠에서는 미리 준비한 장작을 지게로 옮기고 불을 지폈다. 장작불을 촛불로 옮겨 곱게 차려입은 아이들이 ‘밥상’을 노래했다. 아이들의 밥상 노래를 따라 가마솥밥이 지어졌다.

밥을 짓는 동안 각 모임별로 음식 경연을 펼쳤다. 무침, 전, 잡채, 나물 등 음식에 들어간 재료를 생산하는 생산자와 소비자들이 한 팀이 되어 음식을 정성껏 준비하고 평가단이 되어 눈으로 입으로 완성된 음식을 맛보았다.



지어진 밥을 먹기 전에 ‘밥 모심 의식’을 가졌다. 음복을 위해 모아둔 합수물을 옮기고, 가마솥밥과 국을 더 작은 가마솥에 옮겨 담고, 햇과일과 경연음식을 모아 예쁜 상을 차렸다. 이어서 〈밥 모심문〉을 낭독하는 시간, 숙연하고 경건하게 귀한 밥의 의미를 새겼다. 그리고 이 음식을 모시는 자신을 향해, 자신과 같은 귀한 생명인 서로를 위해, 우주 만물을 향해 삼배를 드렸다. 밥 모심 의식을 마치고 함께 지은 귀한 밥을 같이 나누어 먹고 뒤이어 벌어진 축하마당과 오랜만에 만난 소비자와 생산자들이 마음을 나누는 시간은 끝날 줄 모르고 계속되었다.

〈밥 모심문〉

하늘의 기운과 땅의 기운이 모여 못 생명을 내었습니다. 이렇게 볍씨가 싹을 틔웁니다.
나락 한 알이 맺히기 위해서는 해님도 있어야 하고 달님도 별님도 있어야 합니다.
비와 구름, 바람도 있어야 합니다. 길가의 풀 한포기 땅속의 미생물들도 도와야 합니다.
그기에 농부님과 수많은 사람들의 수고로움이 더해졌습니다.
온 우주 생명의 협동과 희생을 통해 나락 한 알을 내었습니다.

이렇게 이 음식들이 우리에게 왔습니다.

땅과 물, 공기와 불이 합쳐져 이 음식을 만들었습니다.
우리가 그것을 먹을 수 있도록 수없이 많은 존재들이 수고를 하고 생명을 바쳤습니다.
여기 이 음식으로 우리가 살아가듯이 우리도 역시 큰 생명에 보탬이 되어야 합니다.
이 고맙고 고마운 일을 되갚아야 합니다.

한울이 한울을 먹습니다. 한울은 한울을 먹음으로써 한울로 살아갑니다.
한울이 다른 한울을 먹는 밥을 모시는 일은 다른 한울과 더불어 살아가는 일입니다.
그래서 밥을 모시는 일은 다른 한울과 더불어 서로 살리고 서로 사는 일입니다.
밥을 모시는 일은 그래서 못 생명을 살리는 축제입니다.

밥 모심이 곧 축제입니다.

내 안에 모든 것이 있습니다. 전 인류의 진화와 경험이 내 안에 있습니다.
우리 조상의 혈통과 기가 내 안에 있습니다.
나를 모시는 것이 우리 부모 조상을 모시는 일입니다.
전 인류를 모시는 일입니다.
나를 모시는 일이 부모 조상을, 전 인류 우주생명을 모시는 제사입니다.

밥 모심이 곧 제사입니다.

매일 매일이 제사이고 축제입니다.

밥을 먹을 때 - 〈한살림 생활문화운동〉 중

밥을 먹기 전에 잠시 동안 모시는 마음으로 묵상합니다.

한 그릇 밥에 담긴 천지만물의 크신 은혜를 생각합니다.

이 밥이 나에게 오기까지 애쓴 수많은 이의 정성에 깊이 감사드립니다.

밥을 정성껏 받아 모시면서 꼭꼭 씹어 먹습니다.

밥에 담긴 생명과 배고픈 이를 생각하며 남기지 않고 먹습니다.

생명의 밥을 받아먹음으로써 다른 생명을 살리는 일에 힘쓸 것을 다짐합니다.

2. ‘우리밀살리기운동’에서 ‘우리보리살림협동조합’까지

밥상의 변화 : 수입 밀 전성시대

어머니는 낮이면 밖에 나갔다가 새로 들어온 이상한 술에 밀가루를 써서는 그걸 빵이라고 우리들에게 먹으라고 했다. 하지만 봉순이 언니는 밀가루는 절대로 먹지 않았다.

“저는 그냥 찬밥 먹을래요… 쌀이 없으면 모를까, 그 좋은 밥 뇌두구 웬 밀가루래유…”

어머니는 봉순이 언니가 어머니가 요리학원에서 배워온 빵을 먹지 않는 것이 짜증스러운 듯했다.

“빵이 밥보다 얼마나 영양가가 높는데 그러니? 지금 나라에서도 분식하라고 난리네. 우리 보다 잘사는 서양 사람들은 그 좋은 밥 안먹구 이 빵만 먹는다더라. 게다가 너만 밥을 먹겠다면 그럼 너 땀에 아침에도 밥을 해야 되잖니.” (중략)

봉순이 언니는 저녁밥을 많이 지어 그것을 남겨 놓았다가 아침이면, 우리 가족이 상에 둘러 앉아 토스트와 우유를 먹는 동안 주황색 플라스틱 바가지에 찬밥을 담아서 부엌으로 나갔다. 바가지에 담긴 찬밥을 국에 말아 부뚜막에 걸터앉아서서 후루룩 혼자 먹는 것이었다.

어쨌든 어머니와 아버지는 갑자기 서구식 생활을 결심한 듯했고, 이른 아침이면 우리집까지 따뜻한 서울우유가 두 병이나 배달이 되었고, 마가린에 굽는 토스트 냄새가 변했다. 또 가끔씩은 신식으로 새로 나온 라면을 끓여 아침을 먹기도 했다.

소설 〈봉순이 언니〉에 나오는 한 장면이다. 이 속에서 묘사되듯 1970년대 우리 사회는 국가가 정책적으로 분식을 장려하는 가운데 밀가루 음식이 간식을 넘어 밥을 대체하는 주식으로까지 널리 그 입지를 넓혀 갔다.

1964년 1월 농수산부는 이른바 ‘혼분식장려운동’으로 모든 음식점에서 25% 이상의 보리쌀이나 면류를 혼합해 팔고 매주 수요일과 토요일은 ‘무미일’로 정해 오전 11시부터 오후 5시까지 쌀로 만든 음식을 팔지 못하도록 규제했다. 1967년 당시 우리나라 밀 자급률은 27%였고 지금은 자취를 감춘 밀 제분소도 전국

적으로 3천여 개 소에 달했다. 하지만 값싼 수입밀이 들어오면서 우리밀은 가격 하락과 생산 감소로 점차 자급률이 낮아져 1990년대 들어서는 0.05%로까지 떨어지게 된다.¹⁹ 우리밀이 자취를 감추게 된 데는 정책적 영향이 컸는데, 1984년 정부의 밀 수매가 중단되면서 우리밀은 씨앗조차 구하기 어려운 상황에 처했다.

이런 가운데 한살림에서도 수입밀로 만든 빵을 취급한 시기가 있었다. 1989년 초 한살림에 두부와 콩나물, 빵 등 가공식품을 공급하던 시흥 무지동 안희석 생산자의 공장에서는 자체 개발한 생산방식을 적용해 식빵과 카스테라 같은 빵을 만들어내고 있었다. 빵에는 방부제와 화학 첨가물을 전혀 사용하지 않았지만 주원료인 밀은 수입한 것이었다. 우리밀을 구하기 어려웠던 당시로서는 불가피한 일이기도 했다. 한살림 이사회에서는 수입농산물을 취급하지 않기로 한 한살림의 원칙과의 충돌한다는 지점에서 논란이 되기도 하였으나, 고심 끝에 당분간 빵을 그대로 취급하기로 결정했다. 이 일은 한살림이 1991년 우리밀 살리기운동에 나서는 계기가 되었다.²⁰

우리밀 살리기 운동의 시작과 성과

1989년 국민 1인당 식량소비량 가운데 쌀이 122kg을 차지한 데 이어 밀은 34kg으로 제2의 식량으로 그 지위를 확고히 하고 있었다. 경남한살림에서는 귀한 우리밀의 씨앗을 되살려 1988년 우리밀 통밀가루를 조합원들과 대구한살림, 서울한살림에 공급했고, 소비자들의 반응에 힘입어 이후 우리밀을 계획 생산하기로 하였다. 1989년에는 한살림과 가톨릭농민회가 협력하여 경남 고성군 두호마을에서 24농가가 1만 500평에 밀을 심어 227가마를 수확하고 전량

19 이 수치는 10여 년 지속되다 2010년 이후 우리밀 소비가 점차 확대되면서 1%를 넘어섰으나 아직 미미한 수준이다.

20 모심과살림연구소, 2006, 『스무살 한살림 세상을 꺼낸다』, 그물코, 122쪽.

수매해 한살림에 공급했다.

이런 경험을 바탕으로 1991년 11월에는 명동성당 문화관에서 우리밀살리기운동 창립대회를 열었다. 우리밀살리기운동은 한살림 차원을 넘어서 수입농산물에 밀려나는 국내 식량자원을 되살기 위한 운동으로 당시로서도 매우 중대한 의미를 갖고 있었다.

“1990년부터는 밀 가공공장이 필요하다는 논의를 시작하고, 우리밀살리기운동을 식생활 개선과 농업 살림을 위한 국민운동 차원으로 전개하기로 했다. 1991년 한살림과 가톨릭농민회를 비롯해 종교계, 학계, 의료계, 시민운동을 포괄하는 준비위원회를 구성하고 ‘우리밀 살리기운동본부’ 창립대회를 준비했다. 이후 우리밀살리기운동은 범국민운동으로 전개돼 농촌 살리기, 밥상 살리기에 큰 자취를 남겼다.”²¹

당시 16만 명이 출자금 35억 원을 모아 전국 65개 마을 25만평에서 40kg들이 7천 가마를 생산한 것을 기점으로, 우리밀 생산은 1996년까지 지속적으로 확대되었다. 그러나 이후 경영 악화 등으로 인해 우리밀의 생산과 수매가 농협으로 이관되었고, 생산기반이 점차 약화되어 2001년에는 생산량이 수매 예상치 2,500톤에 크게 못 미치는 215톤에 그쳤다. 그리하여 당시 전국적으로 우리밀 부족현상이 초래되기도 하였는데, 이를 계기로 국내 생협 등 대표적인 직거래 단체들이 논의를 거쳐 “우리밀 공동생산·수매계획” 합의문²²을 채택하고 안정적인 우리밀 생산과 소비를 이어갈 것을 결의하였다.

21 모심과살림연구소, 2006, 『스무살 한살림 세상을 꺼안다』, 그물코, 130쪽.

22 당시 합의문에는 2002년 732톤의 생산계획을 수립, 한살림이 중심이 되어 생산과 수매 및 제분에 역할을 맡고 각 직거래단체들은 계약한 양을 책임소비하는 내용이 담겨 있다.

■ 우리 국산밀로 빵을 만들기까지²³

“빵이 만들어지기 위해서는 글루텐이 있어야 하는데 우리밀은 글루텐 함량이 적을뿐더러 외부영향에 민감하게 작용하는 요인이 많았습니다. 10년 된 기술자 한 분이 와서 우리밀 반죽으로 씨름을 하더니 이 재료로 어떻게 빵을 만들 수 있겠느냐 하고는 그냥 돌아갔습니다. 제과협회 문헌상에도 국내산 밀로는 빵 제조가 어렵다는 내용이 있었고, 저희로서는 국내산 밀에 대한 성분 파악도 거의 없는 형편이었으며 기존 제조 기술과의 차이도 많았습니다. 여러 차례 빵 제조에 있어 권위자 되는 분을 만나 실험을 해 보았지만 빵 모양이 나오지 않아 마음의 고충만 늘어 갔습니다. 지성이면 감천이라고 여러 날 실패를 거듭하고 있는데 국내산 밀로 빵을 만들어 보셨다는 분을 만나게 되었습니다. 기존 잡곡빵에 대한 이해를 바탕으로 다시 시도를 해 보았습니다. 드디어 빵이 만들어졌습니다. 그러나 저희들은 기술이 빵을 만든 것은 아니라고 생각합니다. 빵을 만들려고 했던 그 마음이 빵을 만든 것입니다. 밀의 재배지역에 따라 글루텐 함유량이 다르기 때문에 빵 모양이 일정하지 못한 점이 있습니다. 앞으로는 우리밀을 이용한 과자도 만들 예정이며 천연효모를 사용한 빵을 개발하여 빵의 질을 높여가겠습니다. 한살림 조합원에게 공급되는 빵이 다소 거친 감이 없지 않으나 그것이 빵 본래의 맛이라는 것을 알려주시면 고맙겠습니다.”

이처럼 초기에는 우리밀의 특성상 빵 등의 가공에 적지 않은 어려움을 겪었으나 긴 시간 연구와 실험을 거치며 면, 과자 등 다양한 물품들이 개발되었고, 특히 2008년 한살림생남용인에서는 한살림 최초로 ‘한살림이 전하는 빵 이야기’라는 이름의 베이커리 매장을 개설해 보다 다양한 우리밀 즉석빵을 개발, 판매하기도 하였다.

2008년 정부가 국내 밀 산업 육성 의지를 밝히고 농협과 제분업체가 수매를 시작하면서 우리밀은 ‘고급 밀’로 인식되며 반짝 인기를 얻기도 했으나, 팔리

23 차진범 생산자, 한살림 소식지, 1993.10

지 않아 창고에 쌓인 재고량은 2010년 말 8천 톤에서 2011년 9월 2만3천 톤으로 증가한 데 이어 2012년에는 5만4천 톤으로 늘었다. 시중의 여러 빵집에서도 일부 품목에 한해 우리밀 제품을 출시, 판매했으나 일시적 유행에 그쳤을 뿐 현재는 거의 찾아보기 어렵다. 기업의 수매약속 파기로 우리밀 농가가 위기에 처했다는 이야기도 나온다.²⁴ 우리밀 자급률을 높이는 정부와 기업의 노력이 이처럼 시장 상황의 영향을 받는 반면, 한살림을 비롯한 도농직거래 운동이 결합한 ‘우리밀 살리기’는 자체 구매력과 생산 기반을 통해 안정적으로 확장되어 오고 있다.

다음은 한살림의 온라인 장보기 사이트에 우리밀의 특성을 소개한 내용이다.

“식물이 자라지 않는데 배기가스는 많이 나와서 공기가 탁한 겨울철에도 우리밀은 다른 작물과는 달리 0도만 넘으면 광합성운동을 하므로 대기정화능력이 탁월한 작물이며, 겨울철 마땅한 작물이 없는 농촌에서 농가소득을 보장할 수 있게 합니다. 우리땅에서 자라는 우리 종자로 우리의 식량 주권을 지켜간다는 점에서 우리밀은 큰 의미를 가지고 있습니다.”

식량위기 시대의 대안, 농업살림을 통한 식량자급으로

우리밀뿐만 아니라 전체적인 국산 잡곡의 자급률은 2010년 현재 9.4% 수준에 그치는 데다 해마다 하락 추세를 띠고 있다. 친환경적인 재배 기준을 충족하는 생산물은커녕 국내산조차 수급에 어려움을 겪는 실정이다. 한살림에서는 열악한 국내산 잡곡 생산 기반을 고려하여 잡곡류에 한해 국산 사양의 생산물을 취급해왔다. 어려운 여건 속에서 생산을 지속하고 있는 생산자들과 꾸준한 소비를 이어가는 소비자 회원들의 노력으로 생산 여건은 조금씩 안정을 찾고 있으나, 여전히 기후조건 등의 영향과 값싼 수입농산물과의 경쟁 등 생산지의 어려

24 푸레주르 믿은 우리밀 농사 ‘파산 위기’, 한겨레신문, 2012.1.30

움은 계속되고 있는 실정이다. 한살림에서는 2001년부터 무농약 잡곡 생산을 계획하여 2003에 첫선을 보였으며, 현재 보리, 콩 등의 잡곡을 무농약, 유기농으로 재배해 공급하고 있다.

“한살림 물품을 소비하는 것은 단순히 안전하고 건강한 먹을거리를 구매하는 것이 아닙니다. 이제 시중엔 웰빙이라는 이름을 타고 유기농산물이 급증하고 있으며, 심지어 수입산 유기농산물까지 팔리고 있습니다. 하지만 한살림은 건강한 땅에서 자란 우리 농산물을 생산하고 소비하는 것을 통해 우리 농업 기반을 바꾸고 생태를 변화시키며 지역과 우리의 병든 밥상을 고치는 것은 물론 세상을 바꾸어 나가는 커다란 꿈을 물품에 담고 있습니다.”²⁵



이상기후 등으로 인한 ‘식량위기’가 세계적 인 문제로 다시 등장했던 2012년, 한살림의 밥상살림 운동은 식량자급률을 높이는 차원에서 우리보리살림협동조합 설립으로 사료자급의 새로운 길을 열었다.

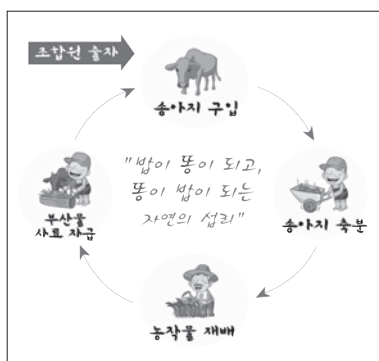
값싼 수입곡물이 들어오면서 우리나라 보리 재배 면적이 해마다 수백만 평씩 줄고 있는 데다 2012년 정부의 보리 수매제도마

저 폐지되면서 국산 보리의 생산기반 확보는 더욱 절실했다. 옥수수 등 각종 사료용 곡물의 연간 수입량이 약 1,400만 톤에 달하고, 이 가운데 500만 톤이 돼지 사료로 소비되는 것이 국내의 실정이다. 따라서 한살림은 ‘우리보리살림협동조합’을 만들어 우리 땅에서 생산된 보리로 사료를 만들어 공급함으로써 식량자급률을 높여나가는 새로운 형태의 협동운동을 실천해 가고 있다. 2012

25 한살림 정보기(shop.hansalim.or.kr) 소개자료

년 현재 200여 농가가 참여하고 있으며 이듬해 120만 평 농지에 1800톤의 보리를 생산할 계획이다.

“수입 옥수수 대신 밭아시킨 국내산 보리로 만든 우리보리살림 사료로 키운 돼지가 우리 보리농지 120만 평을 지킵니다. 수입 옥수수를 뺀 사료가 돼지고기의 맛과 영양도 개선합니다. 우리보리살림돼지가 우리 농업도 우리 건강도 지킵니다.”²⁶



이보다 앞서 한살림성남용인의 소비자와 제주 생산자가 친환경 국산 사료로 한우를 함께 키우며 지역순환 농업 및 안전한 밥상 만들기에 노력을 기울여 온 사례도 있다. 한살림성남용인에서는 2011년부터 소비자들의 출자로 ‘송아지 입식기금’을 마련해 제주의 한울공동체와 함께 ‘국산사료로 한우 키우기 운동’

을 진행하고 있다. 이는 국제 곡물값 상승에 따른 사료비 부담 증가로 경영난을 겪는 농가와 GMO 수입사료로 먹거리에 불안한 소비자들의 고민을 동시에 해결하기 위한 노력의 일환으로 추진되었으며, 현재 제주한울공동체에서는 친환경 콩깍지, 보릿겨 등 청정지역에서 생산한 농업 부산물로 암송아지를 기르고 있다. 2011년에는 조합원 출자금 3,850만원으로 암송아지 11마리를 구입해 4개 농가에서 기르고 있으며, 2012년에는 출자금 5,250만원에 다섯 농가가 총 15마리의 소를 키우는 규모로 확대됐다. 이러한 노력은 농가 소득을 보전함과 동시에 FTA 등으로 어려움을 겪는 농업의 현실에서 하나의 대안으로 주목해

26 한살림 장보기(shop.hansalim.or.kr) 소개자료.

볼 필요가 있다. 이처럼 한살림의 밥상살림 운동은 우리 쌀과 밀, 국산 잡곡, 보리 등으로 살림운동의 영역을 확장하며 진화해 나가고 있다.

3. 우리 땅에서 난 제철먹을거리 ‘가까운 먹을거리 운동’

밥상을 바꾸는 수입 먹을거리

대다수 소비자들은 가격이 비싸도 여전히 국내산을 수입산보다 선호하고 있다.²⁷ 개방경제 시대에 농산물 수입이 본격화되면서 우리 밥상의 많은 부분이 수입해 온 먹을거리로 차려지고 있는 가운데, 중국산 먹을거리 파동, 광우병 논란 등 수입 먹을거리의 안전성을 둘러싼 논란으로 소비자들의 불안감이 높아져왔고, 그에 따라 상대적으로 국내산 먹을거리에 대한 신뢰는 한층 더 공고해졌다.

수입농산물은 오래 전부터 생산과정에서는 물론 장기간 운송에 따른 수확 후 농약사용(Post Harvest)으로 안전성 논란이 끊이지 않았다. 따라서 한살림은 초창기부터 수입 농산물의 위해성을 알리면서 국내에서 생산되는 생명의 먹을거리에 대한 소중함을 조합원과 공유하고 사회에 널리 알리는 노력을 해왔다. 한살림모임에서는 1993년 일본의 소비자단체 ‘자손기금’이 수입쌀의 위험성을 고발하기 위해 제작한 영상²⁸을 ‘쌀수입은 위험하다’라는 제목으로 번역·더빙해 비디오테이프 형태로 배포하면서, 농산물 수입문제가 농민들의 생계는 물론 소비자들의 건강을 위협하는 심각한 일임을 알려내고자 했다.

27 대한상공회의소가 진행한 2012년 <수입식품에 대한 소비자 인식 및 구매행동>에 대한 설문조사 결과를 보면, 응답 소비자들의 64.8%는 ‘가격이 비싸도 국내산을 수입산보다 선호한다’고 답하였다. ‘그렇지 않다’는 15.3%, ‘모르겠다’는 19.9%였다.

28 수입쌀에 수확 후 살포되는 농약의 위험성을 조사·실험한 결과와 농민사가 쌀공급의 안전성과 환경보전에 미치는 영향 등을 상세히 소개하며 이를 토대로 농촌과 농업을 발전시키기 위한 구체적인 제안도 아울러 밝힌다.

“수입되는 농산물은 대량생산과정에서의 농약오염, 가공과정에서의 식품첨가제나 유해물질의 오염, 운반과정에서의 음식물의 부패나 손상을 방지하기 위한 방부제와 맹독성 살충제의 살포 등으로 먹는 사람의 건강을 해칠 위험이 많다. 그럼에도 방사능 검사나 기타 감시 제도의 미비 또는 이를 완화시킴으로써 국민들을 위험에 노출시키고 있다. 이제 수입개방은 농민만의 문제가 아닌 우리 모두의 문제이다. 기업의 이윤은 생각하면서 백성의 목숨은 소홀히 하는 정부의 정책에 맞서 한살림 조합원 여러분은 소비자로서 주체성을 갖고 농민과 하나 되어 우리 모두를 살리는 일에 앞장서도록 하자.”

조합원은 공동체를 중심으로

- 1) 수입농산물이 우리 생활에 미치는 영향에 대해 토론하고,
 - 2) 시장에서 판매되고 있는 수입 식품을 조사해서 알리고,
 - 3) 그것을 절대로 사먹지 않도록 서로 권유합시다.
- 내가 산 수입농산물 내 백성 죽인다.
 - 농민과 소비자는 하나, 함께 밥상을 살리자.²⁹

그러나 한살림의 이러한 노력과는 별개로 식품 수입량은 해마다 증가하는 추세다. 식품의약품안전청에 따르면 식품 수입이 2001년 14만8천 건에서 2011년에는 두 배가 넘는 31만3천 건으로, 금액으로는 4,283백억 달러에서 13,204백억 달러로 세 배 이상 늘었다. 아래 표에서처럼 유기농식품의 수입량 또한 해마다 증가 추세를 보이고 있다.

29 한살림 소식지, “수입 농산물을 사먹지 말자”, 1989년 6월호.

〈표 6〉 유기농식품 연도별 수입현황³⁰

		2005	2006	2007	2008	2009
제조 국가	국가 수	29	35	35	45	43
	주요 수입국	미국, 프랑스, 이탈리아, 독일, 오스트리아	미국, 오스트리아, 프랑스, 이탈리아, 독일	미국, 프랑스, 독일	미국, 프랑스, 오스트리아, 독일	브라질, 필리핀, 미국, 호주, 중국, 콜롬비아
수입건수		2,078	2,451	3,009	3,844	3,686
중량(kg)		8,410,531	14,635,488	23,867,595	25,350,022	21,293,130
금액(USD)		18,351,143	27,486,073	40,357,998	56,604,304	39,735,113

이렇듯 ‘밥상의 세계화’, ‘식탁의 글로벌화’가 빠르게 진행되고 있지만 한편에서는 오랜 시간 함께 해 온 ‘제 땅’에서 난 먹을거리를 먹자는 운동 또한 확산되고 있다. 영국의 로컬푸드(local food), 일본의 지산지소(地産地消) 운동이 정착 단계에 와 있으며, 미국 뉴욕 주의 경우 푸드마일리지(food milage) 개념을 도입해 100마일(약 160km) 이내 농산물 먹기 운동이 확산되어 가고 있는 시점에, 우리에게도 예전부터 있었지만 어느 사이에 낡은 개념으로 밀려나버린 ‘신토불이’(身土不二)의 의미를 다시 살려낼 필요가 있다. 2009년 시작된 한살림의 ‘가까운 먹을거리 운동’은 신개념 신토불이운동이라 할 수 있을 것이다.

한살림표 로컬푸드, ‘가까운 먹을거리’ 운동

한살림에서는 이전에도 공정무역 설탕 논쟁³¹, 명태 취급 논쟁³² 등으로 상징

30 한국농촌경제연구원, 2011, 〈유기농식품의 소비실태분석 연구〉, 정책연구보고, 1월호.

31 한살림에서는 2002년부터 공정무역 설탕 취급에 대한 논의가 시작되었으나 국내산 생산물만을 취급한다는 기본 원칙을 지켜나가기로 했다. 현재는 빵, 과자 등에 들어가는 설탕 등 부재료에 한해서만 예외적으로 사용하고 있다.

32 2003년부터 활발한 내부 논의를 거치고 조합원들의 의향 조사도 한 뒤, 2004년 3월 24일 최종적으로 각 지역한살림 대표와 실무책임자들이 모여 국내산으로 표기되었던 원양산과 동일한 해역에서 어획되는 수입산 명태에 한해 명태 관련 물품을 다시 취급하기로 결정했다. 여전히 수입산 수산물의 취급 불가 원칙은 계속 지켜나가는 것을 전제로 한 예외적인 결정이었다. (모심과살림연구소, 2006, 『스무살 한살림 세상을 깨안다』, 그물코, 268쪽.)

되는 ‘국내산 원칙’을 고집스럽게 지켜 왔다. WTO, 광우병, FTA반대 목소리도 국내산 먹을거리에 대한 한살림의 원칙을 확고히 하고 사회화하기 위한 활동의 연장이었다. 기후변화 시대, 그 가치와 의미를 사회적으로 보다 더 확산하는 노력의 일환으로 ‘가까운 먹을거리’ 캠페인을 본격적으로 시작했다.

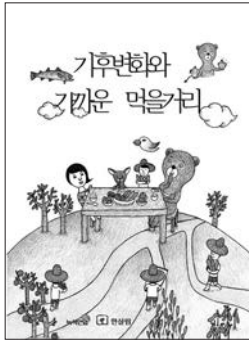
“캘리포니아 주에서 생산된 오렌지는 트럭으로 롱비치 항구로 운송되고 거기서 배로 수십만 리 떨어진 인천으로 이동해 옵니다. 인천에서 다시 각 소비지로 운송되어 우리 입으로 들어오게 됩니다. 이렇게 오렌지 5kg이 이동하면서 배출한 이산화탄소가 대략 2.59kg입니다. 제주 조천에서 제주항으로, 그리고 목포항을 거쳐 소비지로 올라온 한살림 굴 한 상자가 배출하는 이산화탄소는 357g.

캘리포니아 오렌지 대신에 한살림 굴 5kg을 소비한다면, 2.23kg의 이산화탄소를 줄일 수 있는 것입니다. 이것은 우리가 TV 56시간을 보지 않고, 자동차 대신 자전거를 20시간 타서 줄일 수 있는 양과 동일합니다. 먹을거리 선택을 달리하는 것만으로도 온실가스를 줄여 기후변화를 막을 수 있다는 것이지요. (중략)

이런 취지로 한살림에서 2009년 ‘가까운 먹을거리운동’을 시작하려고 합니다. 먹을거리 발자국(food-miles), 즉 이동거리가 가까운 먹을거리를 선택함으로써 에너지 소비와 이산화탄소 배출을 줄여 밥상 위에서 기후변화를 막고 환경을 지키자는 것입니다. ... 어떤 의미에서 한살림의 먹을거리는 본래부터 ‘가까운 먹을거리’였습니다. 그럼에도 불구하고 새삼 가까운 먹을거리 운동을 펼치려는 것은 우리 스스로 한살림 먹을거리의 의미를 좀 더 확실히 되새기고, 세간에도 널리 알리고자 하는 것입니다.”³³

캠페인 초기에는 두부, 국수 등 20여 물품을 대상 품목으로 선정하여 물품 포장지와 영수증, 공급장 등에 이동거리에 따른 CO₂ 감축량을 표시했다. 실시

33 윤형근, 2009, “밥상 위의 지구살림, 가까운 먹을거리 운동을 시작합니다”, 한살림서울 소식지, 1월호.



첫 해인 2009년 한 해 전체 CO₂ 감축량은 총 86만 CO₂kg로 집계되었다. 이는 어린 소나무 30만 그루 이상을 심은 효과와 맞먹는 수치였다. 특히 같은 ‘유기농’ 먹을거리라 하더라도 식품의 물리적 이동 거리에 따른 푸드마일리지(온실가스 배출량)와 식품 수송 중 처리 문제, ‘농’과 ‘식’ 사이 유통단계 단축과 신뢰 관계 형성 등 인증 표시 안에는 표현되지 않는 여러 지표와 환경요소들을 고려해 선택하도록 돕는

또 다른 ‘인증’으로써 의미가 있다고 할 수 있다.

2009년에는 관련 내용을 어린이부터 교사, 일반인까지 쉽게 보고 활용할 수 있도록 ‘기후변화와 가까운 먹을거리’ 교재를 녹색연합과 함께 펴내기도 했다.

〈표 7〉 친환경 유기농 식품의 온실가스 배출량 차이³⁴

품 목	국 내 산	수 입 산
식빵(320g)	국내(전남 해남) : CO ₂ 16g	호주 : CO ₂ 102g
두부(420g)	국내(경남 산청) : CO ₂ 25g	중국 : CO ₂ 163g
콩(500g)	국내(경남 산청) : CO ₂ 13g	중국 : CO ₂ 73g
간장(900ml)	국내(경남 산청) : CO ₂ 30g	중국 : CO ₂ 95g

2010년부터는 대상 품목을 더 확대하여 2013년 1월 기준으로 대표 물품 172개를 선정해 가까운 먹을거리 인증 표시를 부착하고 있다.

34 한살림 정보기(shop.hansalim.or.kr) 소개자료.

■ 가까운 먹을거리 선택의 의미³⁵

1. 수확 후 짧은 기간 내에 유통되기 때문에 더욱 신선하고 잘 만들어진 먹을거리를 구할 수 있다.
2. 지역에서 생산된 먹을거리를 활용해 우리 식문화를 발전시키는 등 새로운 부가가치를 생산할 수 있다.
3. 같은 시기에 같은 장소에서 다양한 작물을 재배하고 다양한 종자도 지킬 수 있어, 우리 땅에서 지속 가능한 농사를 가능하게 한다.
4. 지역에 일자리를 만들어주고 생산성을 높여주어 지역 경제와 사회 전반의 경제 여건을 개선해 준다.
5. 식량자급도를 높여서 우리가 필요하고 원할 때 정당한 가격으로 먹을거리를 구할 수 있다.
6. 같은 지역민들이 함께 생산하고 소비함으로써 생산품에 대한 책임과 신뢰가 굳건해지며, 더불어 살아가는 공동체를 형성시켜 준다.
7. 장거리 수송을 하지 않아도 되기 때문에 석유 등 화석연료를 절약할 수 있다.
8. 화석연료가 뿜어내는 오염물질과 온실가스를 줄일 수 있어 지구온난화도 막고 지구환경을 지킬 수 있다.



물론 한살림의 ‘가까운 먹을거리 운동’이 가진 의미를 보다 잘 살리고 발전시키기 위해서는 생산과 소비 사이 거리와 에너지 소비를 더욱 줄이기 위한 고민과 노력을 계속 해나가야 할 것이다.

“한살림이 ‘가까운 먹을거리 운동’을 계기로 새롭게 고민해야 할 부분도 많다. ‘가까운 먹을거리 운동’은 지역 내의 생산과 소비를 지향하고 있기 때문에 지역 내 다품목 생산이 이루

35 한살림 정보기(shop.hansalim.or.kr) 소개자료.

어려야 하지만, 현재의 한살림 공급품목은 지역별, 농가별로 특화되어 있기 때문에 이에 대한 고민이 필요하다. 아울러 유기농은 기본적으로 외부자원에 대한 의존을 최소화해야 하는 것이므로, 생산과정에서의 에너지 사용을 가능한 줄이도록 유도하는 작업도 필요하다. ‘가까운 먹을거리 운동’은 먹을거리의 운송과정뿐만 아니라 생산과정에서도 이산화탄소의 배출을 줄이고자 하는 운동이기 때문이다.”³⁶

제철 농산물 꾸러미 이야기

2010년에는 지역을 기반으로 한 ‘보다 더 가까운 먹을거리’의 실험이 시작됐다. 한살림충주제천에서 참여를 희망하는 조합원 40여 가구를 모집해 인근 지

〈표 8〉 꾸러미 물품 품목

구 분	품 목
임채소	토종 시금치, 쑥갓, 겨자채, 솔부추, 열무, 얼갈이, 브로컬리, 호박잎, 들깻잎, 삼백초잎, 엔다이브, 고구마 줄기, 아욱, 근대, 박하, 명이잎, 연잎, 돌미나리, 알타리무
뿌리 채소	무, 당근, 양파, 마늘, 아콘(즙 포함), 땅콩, 생강, 감자(토종 포함), 고구마, 대파, 순무, 뿌리배추, 도라지, 더덕
과일 채소	토종 풋고추, 파리고추, 피망, 파프리카, 토마토, 수박, 애호박, 오이, 가지, 아삭이고추, 단호박
곡 류	대학찰옥수수, 검은찰옥수수, 팝콘용 옥수수, 초당(통조림용) 옥수수, 수수, 결명자, 서리태, 붉은이팍, 완두콩, 찰보리, 강낭콩(뜻짓), 갓끈동부(뜻짓), 동부(뜻짓), 팥, 밀(서리용), 뜻콩(울콩), 줄강낭콩(뜻짓), 황화채두
기 타	산나물류, 자연산 버섯류, 각종 부각(깻송이 등), 잼류(오디 꽃감 등), 오곡 미숫가루, 콩나물, 된장, 참웃나무, 묵나물(뽕잎, 망초잎 등), 효소(산야초 등), 고춧가루, 장아찌(뽕단지지, 깻잎지 등), 삼백초차, 감잎차, 퇴비

36 윤병선, 2009, “한살림과 가까운먹을거리 운동”, 한살림서울 소식지, 2월호.

역에서 생산된 제철 농산물을 일주일에 한 번씩 전해주는 ‘제철농산물꾸러미’ 사업을 시작한 것이다. 이는 그 자체로 가까운 먹을거리 운동이 지역 안에서 더 밀접하게 구현된 형태였다. 생산과 소비가 지역 안에서 이루어짐으로써 먹을거리 공동체를 형성하고, 더 나아가 단작화와 대량생산의 추세로부터 다품종 소량생산으로의 모델 변화를 제시하였다는 데서 그 의미를 찾을 수 있다.

‘꾸러미’라는 이름만큼이나 공급 품목도 다양하게 꾸려졌다.

‘생산자의 작황에 따라 다소의 차이가 있을 수 있다’는 안내문구가 덧붙여져 있으나, 일반 시장이나 마트에서 쉽게 찾아볼 수 없는 채소나 곡류 이름들에서 꾸러미 상자를 공급받은 이들의 밥상이 얼마나 더 다채롭고 풍성해졌는지 쉽게 짐작할 수 있다.

한살림대전에서도 2009년부터 ‘구량천공동체 직거래체험단’이라는 이름의 제철꾸러미 사업을 해오고 있다(2013년에는 ‘사계절 꾸러미’로 진행). 귀농하여 소농으로 농사짓는 작은 공동체의 생산물을 직거래하고 잉여 물품을 책임소비함으로써 공동체를 지원하고자 시작한 이 활동은 첫해에 17가구로 시작해 4년째 되는 2012년에는 40여 가구의 체험단을 모집했다. 체험단은 꾸러미 물품을 공급받고 생산자와의 교류를 갖는 외에도 소분모임, 공부 모임 등 다양한 형태로 만남을 이어오고 있다.

2012년에는 한살림서울에서도 ‘설레임보따리’라는 이름의 제철농산물꾸러미를 통해 강원도 횡성 공근공동체와 가까이 인연을 맺을 조합원 200가구를 모집하는 등, 전국 각지에서 ‘꾸러미’로 만들어가는 밥상살림 농업살림 지역살림의 실험이 계속 이어지고 있다.

제철농산물꾸러미!! (2012, 06,14)

 박명의

생산지에서 보내는 편지... 7회차

이제 열매 채소가 조금씩 나오기 시작합니다.

처음에는 양이 적어 일부 들어간 것도 있어요. 점점 많아지고 한여름에는 충분히 드릴 수 있으니 안 들어 왔어도 너무 섭섭하게 생각하지 마세요.

오늘은 브로콜리, 호박, 참비름은 일부 상자에만 넣었습니다.

게으른 농부가 또 한 번 신나는 일이 생기네요. 그동안 보고만 있었던 쇠비름을 모아 보내 드립니다. 참비름보다는 먹는 사람이 많지 않았지만 어디어디가 좋다는 이야기가 나오고 나서는 쇠비름만 찾으러 다니는 사람이 있습니다.

뿌리째 드린 이유는 끝부분은 잘라 깨끗이 씻어 삶지 말고 찌세요. 삶아 물에 행구면 잎이 많이 쏠아집니다. 찌서 식힌 다음 취향에 맞게 초고추장이나 다른 양념에 무쳐 드시고 다듬고 남은 줄기, 뿌리는 물에 삶아 마시거나 피부에 트러블이 있을 때 발라 줘도 효과가 아주 좋습니다.

참비름은 삶아 담백하게 간장이나 소금 된장 등으로 무치세요.

얼갈이는 가뭄에 자라서인지 좀 억세고 벌레 먹은 곳이 많아요.

데쳐서 된장국 끓일 때 쓰시거나 곱절이 해 드세요.

쑥대는 바람 통하는 곳에 걸어 두고 방향제로 쓰거나 말려서 태우면 잡냄새도 제거됩니다. 다양하게 이용해 보세요. 건강한 한 주 보내시기 바랍니다.

(출처 : 한살림충주제천 제철농산물꾸러미 카페)

몸과 마음을 살리는 밥

1. 사회와 함께 호흡하며 진화해온 안전한 먹을거리 운동

식품안전 활동의 시작과 확장

1999년 6월, 벨기에 산 돼지고기에서 다이옥신이 검출되는 사태가 발생하자 당시 한살림에서는 ‘국민 생명의 안전 대책을 촉구한다’라는 제목의 성명을 발표하였다. 하지만 이러한 식품안전 사고는 일회성으로 그치지 않았고 다이옥신 등 유해물질과 환경호르몬의 위험성은 더욱 확산되어 갔다. 이후 2000년대 들어 중국산 만두 파동, 멜라민 파동³⁷ 등 식품위생·안전 관련 사건사고가 빈번해지면서 식품안전에 대한 사회적 관심이 크게 높아졌고 한살림에서도 자체적인 활동을 위한 단위를 꾸려나갔다. 대표적인 것이 2002년부터 시작된 ‘식품안전위원회’ 활동이다.

2002년에 있었던 식품안전위원회 회의자료에는 ‘한살림다운 식품안전위원회의 모습과 정체성’에 대한 고민이 그대로 표현되어 있다.

“다른 단체의 식품안전위원회와의 차별성을 어떻게 둘 것인가, 많은 조합원들의 가입 동기가 환경을 살리고 피해를 가는 농촌을 살리는 가치에 동의하는 모습보다는 나와 내 가족의 안전, 깨끗하고 건강한 먹거리를 찾는 기본적인 욕구에서 출발하는 모습이 많다.”³⁸

37 2008. 한살림에서는 당시 ‘언제까지 국민 생명을 방치할 것인가’라는 제목의 성명을 발표했다.

38 사)한살림 식품안전위원회, 2002. 2차 회의자료.

식품안전위원회는 ‘식품안전에 대한 운동을 총괄’하는 단위로서 역할을 맡아, GMO, 식품첨가물, 수입농산물, 환경호르몬, 식품안전법개정운동, 학교급식 운동 등 포괄적인 운동 과제들을 신속하고 효과적으로 다루고자 했으며, 이를 위해 지역활동가를 늘리고 학습모임을 이어나갔다.

위원회에서는 2000년대 이후 식품안전 관련 학습과 교육, 홍보 활동과 함께 대사회적인 메시지 발신과 연대활동 등에도 적극 참여했다. 구체적으로 농업과 식품안전 문제에 대한 교과서 내용 모니터링, 어린이 식생활에 관한 실태 및 의식조사, 전문 식품안전강사 프로그램 등을 진행했다.

2005년과 2006년에는 전국 단위 식품안전워크숍을 개최했는데, 그 구성을 살펴보면 ‘과자 및 가공식품의 독성과 실체’, ‘지역에서의 식품안전활동 실천사례 나눔’, ‘식품안전테스트(염도/당도/신선도/아질산나트륨/천연색소/비타민 C 등)’, ‘식품첨가물, 트랜스지방 관련 자료’ 등의 내용으로 짜여 있다. 특히 아토피와 식품첨가물 문제 등은 당시 사회적으로 크게 이슈가 되었던 주제들이었다. 이듬해에는 워크숍과 더불어 지역조직별로 학교와 기관, 단체, 행사 등에서 식품첨가물 등을 내용으로 식품안전 교육을 활발히 진행했다.

이러한 활동들은 2007년에 이르러 보다 체계를 갖춘 ‘안전한 먹을거리 안내자 양성과정’이라는 교육과정으로 자리를 잡게 된다. 아동비만, 아토피 등 도시화, 산업화에 따른 환경변화로 먹을거리에 대한 불안감이 커지는 가운데, 교육 프로그램을 이수한 사람들이 소속 지역에서 안전한 먹을거리 안내자로서 역할을 할 수 있기를 기대하였다. 한살림 지역모임은 물론, 유치원, 방과후 놀이방, 초·중·고등학교, 일반 기업 등에서 요청되는 안전한 먹을거리에 대한 교육을 진행할 수 있도록 전문 안내자들을 양성하는 것이 주요 과제였는데, 한살림은 이것을 조합원 활동으로 연결시키고자 했다. 즉 한살림이 축적해 온 그동안의 경험들을 바탕으로 안전한 먹을거리에 대한 조합원의 역량을 강화시켜 사회적인 활동으로 확장하려는 비전을 가지고 있었다.

2007년에 발간한 ‘한살림 수도권 안전한 먹을거리 안내자 양성과정 자료집’의

주요 내용을 보면, ‘식품안전활동의 필요성’, ‘한국 식문화의 현재와 미래’, ‘가공식품과 현대인의 식생활’, ‘GMO와 환경호르몬의 문제점’ 등이 주요하게 다루어졌다. 2008년에는 한살림서울 차원에서 생명의 가치가 담긴 먹을거리의 홍보와 교육 활동을 목적으로 ‘밥상살림위원회’를 만들어 한살림의 핵심 가치인 밥상살림에 대한 정보 공유는 물론 사회적 관심이 높은 식품안전과 학교급식 등의 활동을 통해 사회적 연대망을 넓혀나가하고자 했다.

한살림답게 사회와 함께하는 ‘식생활교육’으로

“한살림에서는 식품안전위원회를 중심으로 ‘안전한 먹을거리 교육’을 위한 안내자(강사)를 양성하고 이들이 조합원에 대한 안전한 먹을거리 교육과 각 지역의 학교, 주민을 대상으로 하는 교육을 하고 있다. 교육 내용은 주로 식품첨가물, 환경호르몬, 식용색소, GMO 문제 등 전통적인 식품안전의 문제에 대한 것에서부터 설탕과 소금 섭취의 문제, 육식문화의 문제 등 최근의 이슈와 미각교육 등이 추가되어 전통적인 문제 중심의 교육에서 먹을거리 본연의 교육 중심으로 전환하고 있다.

안전한 먹을거리 교육은 지역에 따라 다양한 방식으로 이루어지고 있다. 일부 지역에서는 지자체, 학교와 연계하여 사회와 함께하는 안전한 먹을거리 교육을 실천하고 있다.”³⁹

2009년 이후 지금까지는 식생활교육이라는 이름으로 관련 활동들이 활발히 전개되고 있다. 지난 몇 년 사이에 우리 사회에서 식생활교육에 대한 관심이 크게 높아진 데는 2009년에 제정된 식생활교육지원법⁴⁰의 영향이 컸다. 법 제정 이후 2010년부터 각 지역별로 식생활교육네트워크가 만들어져 다양한 활동

39 이동엽, 2010, “식생활교육에 있어서 한살림 중심의 민간주도 사례”, 2010 로컬푸드전국대회 발표자료.

40 본 법에서는 식생활을 ‘식품의 생산, 조리, 가공, 식사용구, 상차림, 식습관, 식사예절, 식품의 선택과 소비 등 음식물의 섭취와 관련되는 유무형의 활동’으로 정의하고 있다.

들이 이루어지고 있다. 나아가 2011년 4월에 ‘식생활교육지원법’에 따라 농림수산식품부에서 지정하는 식생활교육기관으로 한살림 식생활교육센터가 선정되면서 유치원, 학교, 기관단체 등에서 먹을거리 교육과 강사 양성에 많은 노력을 기울이고 있다.

〈표〉 2012년 한살림 조직별 식생활교육활동 현황⁴¹

구 분	주관조직	주요내용
교육	연합	• 녹색식생활체험학교 : 김치류, 장류, 떡류에 관한 교육 및 실습 • 유아교사 대상 식생활교육 강사양성과정(기초, 심화) • 초·중등 교사대상 특수분야 연수 • 주제가 있는 찾아가는 초등식생활교육 활동(가까운 먹을거리) • 제철요리 및 전통요리 교육 프로그램 : 제철요리 및 전통요리를 주제로 강사 재교육 • 식생활교육 대중강좌 • 생산자 대상 식생활교육 강사양성과정 • 수원시민대상 안전먹거리단 교육 • 기타 외부교육
교육	서울	• 식생활교육 강사양성과정 • 흥인초 식생활 동아리와 식생활교육 운영 • 언남중학교 바른 먹거리 동아리 운영 • 어린이집·초·중등 안전한 먹을거리 교육 및 요리수업 • 농어촌 체험학교 이론 교육 • 회원중 방과후 전통요리 교실 • 회원중 방과후 교실 운영 • 서울식생활네트와 “아침밥 먹기” 캠페인 진행
교육	고양·파주	• 식생활교육 강사양성 심화과정 • 유치원·초·중 식생활교육 운영 • 녹색 식생활 체험학교 진행

41 2013 한살림연합 총회자료집

구 분	주관조직	주 요 내 용
교육	성남·용인	• 식생활교육 강사양성 과정 • 조합원 및 초·중학생 대상 방학 특강 • 식생활교육 강사 보수 교육 • 어린이집, 초등학교 식생활교육 • 녹색 식생활 체험학교 • 성남시 청소년 캠페인 • 경기 식생활교육네트워크 사례 발표 및 코칭수업
교육	대전	• 안전한 먹을거리 안내자 과정(기초, 심화) • 어린이집 식품안전 교육 • 씨앗 도서관 초·중학생 대상 “내손으로 밥 짓자” • 꽃피는 학교 식품안전교육
교육	청주	• 식생활교육 강사양성 심화과정 • 수림어린이집 “우리말 이야기” 교육 • 녹색 식생활 체험학교 • 어린이집 부모 교육
교육	여주·이천	• 식생활교육 강사양성과정
교육	충주·제천	• 식생활교육 강사양성 기초·심화과정 • 어린이날 먹을거리 관련 교육 프로그램 운영 • YMCA 먹을거리 교육 • 지역 내 고등학교 ‘환경호르몬’ 교육
교육	경남	• 식생활교육 강사양성 심화과정 • 유치원, 초등학교 대상 식생활교육 진행 • 대상고 동아리반 운영 • 주남환경스쿨 식품첨가물 교육 • 어린이집 부모 교육 • 녹색식생활 농어촌 체험과정 이론 수업 • 너와들이 공동체모임 식생활 교육
교육	강원·영동	• 마을모임 조합원 대상 식생활교육 • 어린이집, 초·중학교 대상 식생활교육 • 고성청소년 방과후 아카데미 교육 운영 • 행복아이 카페 모임 성인대상 교육

구 분	주관조직	주 요 내 용
교육	광주	• 식생활교육 강사양성과정 • 광산 보건소 인산부 대상 교육 • 광주교육청 식민강사단으로 학교교육 • 느티나무 공부방 식생활교육 • 아동센터 식생활교육
교육	전북	• 식생활교육 강사양성과정
교육	부산	• 식생활교육 강사양성과정 • 초·중학교 식생활 교육 • 아기자람터 부모교육 • 초·중학교 학부모 교육
교육	울산	• 먹을거리 안내지 교육 심화과정 • 다울장애인학교 식생활교육 • 북구청 식생활 교육 한마당 부스 운영 • 초등 방과후 학교 식생활교육
행사	연합	• 2012년 녹색식생활교육박람회 부스 운영
		• 전국식생활교육활동가 역량강화워크숍(1, 2차)

2. 제철농산물로 스스로 차리는 밥상

한살림표 제철 상차림

한살림 먹을거리의 중요 원칙 중 하나가 ‘제철’을 강조한다는 것이다. 또한 가공품보다는 일차농산물을 재료로 스스로 밥상을 차리도록 돕는 다양한 요리법들을 제공해온 것 또한 한살림의 차별화된 특징이자 강점이다. 한살림에서는 홈페이지를 통해 달마다 ‘한살림덱 한끼밥상’이라는 제목으로 그달의 식단을 요리법과 함께 제공하고 있다.

한살림요리 홈페이지에서는 다양한 우리 먹거리를 이용한 소박하지만 특별한 요리법을 제공해 조합원들의 높은 호응을 얻고 있으며, 한살림 조합원들의 1차농산물 구매 비중 또한 상대적으로 높게 유지되고 있다.



한살림요리 홈페이지(<http://yori.hansalim.or.kr>)



제철 농산물 취급 노력은 2000년대 초반으로 거슬러 올라간다. 2002년 한살림 물품위원회에서는 한살림 물품, 특히 제철농산물의 활용을 높이기 위해 <한살림택 밥상차림>이라는 제목의 요리책을 펴냈다. 계절마다 생산·공급되는 물품의 정보와 제철농산물을 활용한 요리법을 수록해 철따라 달라지는 밥상차림에 도움을 주기 위함이었다.

2004년에는 이러한 내용을 어린이의 눈높이에 맞추어 담아낸 <땅땅이의 요리교실>을 발간했다. 2010년에 발간된 개정판은 어린이식생활교육 교재로 활용될 수 있는 내용들을 풍부하게 담고 있다.

<땅땅이의 요리교실>

- 01 음식에도 생일이 있다네 - 화전 / 딸기셰이크 / 팥빙수
*우리 몸에는 제철 음식이 최고
- 02 지구가 열받았대요 - 사과파이 / 오징어순대 / 생선만두
*감기에 걸린 지구를 구해줘
- 03 노 땡큐 정크푸드 - 피자주먹밥 / 새우버거 / 궁중떡볶이
*우리 몸을 망치는 패스트푸드
- 04 설탕은 이제 안녕 - 호떡 / 장떡 / 식빵컵샐러드
*똥똥해지는 건 사양하겠어
- 05 음식에 뭘 넣었지? - 팔말이 찐빵 / 자장밥 / 닭떡꼬치
*식품첨가물은 출입금지
- 06 유전자 조작이 뭐예요? - 스파게티 / 감자수프 / 콩국수
*유전자 조작 식품이 궁금해
- 07 안전한 먹을거리를 찾아라 - 고구마군만두 / 영양호박밥 / 두부과자
*농약과 화학비료는 그만
- 08 깨끗한 먹을거리 모여라 - 유정란고기말이튀김 / 영양죽 / 밥케이크
*성장호르몬과 항생제 따져보기



사 례 어느 한살림덱 밥상 차림

“주부들은 밥 때가 되면 자연스레 ‘뭐 해서 드세요?’라며 남의 집 밥상을 기웃거린다. 주부로서의 막중한 책임감에 뭔가를 해서 먹긴 먹어야겠다 보니 안전한 재료, 이왕이면 제철 재료로 밥상을 차려 놓고 싶은 게 욕심이다. (중략)

식재료의 90% 이상을 한살림 물품으로만 사용한다는 그 덱의 겨울 밥상은 소박하고 정겨운 밥상이다. 먼저 밥은 콩·조·옥수수를 섞어 만든 잡곡밥. 그 옆에 시래기 된장국. 무말랭이 무침이 입맛을 돋운다. 그리고 도토리묵. 그리고 도토리가루를 살짝 넣은 부침개가 먹음직스럽게 놓여 있다. 그리고 이 집 밥상에 항상 오른다는 우엉조림. 부족한 비타민의 공급을 위하여 자리잡고 있는 시금치 나물. 겨울에 채소가 다양하지 않으므로 나와 있는 물품 안에서 최대한 요리를 하려고 노력한다. 밥상에서 눈을 돌리다 따뜻한 마루 한쪽에 쌀가루들이 떡으로의 변신을 위하여 말려지고 있다. 그 옛날 냉장고가 없던 시절엔 이렇게 쌀가루를 말려서 상온에 보관하다가 떡을 해먹었다고 한다. 맞다, 떡은 예전부터 해먹었으니 선조들의 보관 지혜가 숨어 있는 건 당연한 일이다. 베란다엔 요리할 때 간간히 필요한 붉은 고추가 망 속에서 말려지고 있다. 그 과정 속에서 영양도 배가 되고 경제적으로 도움도 되니 한살림덱 소박한 밥상은 어느 진수성찬 부럽지 않다.”⁴²

요리의 철학을 나누는 한살림 요리 강좌

2010년 5월에는 서울 이촌동에 한살림 요리학교가 문을 열었다. 한살림 요리학교는 한살림 물품을 활용한 일상의 밥상을 차릴 수 있도록 돕는 열린 공간으로 운영되었다. 따라서 단순히 음식의 조리법을 알려주는 것을 넘어서 ‘제철’ 음식이 갖는 의미를 자세히 알려내는 것도 중요했다. 일 년 사계절의 음식을 두루 경험하고 음식에 대한 새로운 이해를 도우며 나와 주변을 변화시키고 자연의 미각을 되살려내어 회복하도록 돕고 있다.

42 “특별하진 않지만 완전 소중한 한살림덱 밥상”, 한살림서울 소식지, 2009년 2월호.

한살림 요리 강좌의 철학

1. 재료가 다릅니다. 한살림 물품으로 거의 모든 요리를 만듭니다.
2. 자연의 생명력을 살리는 요리를 합니다.
3. 가온 재배하지 않은 제철 재료로 제철요리를 만듭니다.
4. 자연 재료의 고유한 맛을 살릴 수 있는 양념에 주목합니다.
5. 정제된 재료는 가급적 쓰지 않습니다. 정제 설탕 대신 조청, 꿀, 효소를 씁니다.
6. 배우는 과정에서 자연스럽게 한식의 기초를 다집니다.
7. 한살림 물품을 활용하는 다양하고 창의적인 요리법을 알립니다.
8. 집에서 즐겨 먹는 요리, 일상의 밥상을 중요하게 생각합니다.

한살림 요리 강좌 운영 방식

- 시연이 아니라, 실습 위주로 수업을 합니다.
- 당장의 이윤보다는 한살림 요리의 철학을 나누기 위해
- 수강료는 저렴하게 책정합니다.
- 수강생은 최대 16명으로, 소수 정예 인원을 모집합니다.
- 소수의 수강생과 강사가 밀착된 관계를 맺을 수 있습니다.



사 례 수유동 밥짓는 청년들⁴³

“지난해 강북구 수유5동에 모여 사는 청년들로 구성된 ‘밥 짓는 사람들’은 또래 친구들과 함께 7강의 요리강좌를 개최했습니다. 강좌의 내용들은 우리가 일상에서 접하는 밑반찬들이었습니다. 저녁시간 친구들과 함께 모여 한살림 사무실에서 그날 요리 메뉴에 따라 장을 보고, 동네에 숨겨진 요리 강사님들을 모셔서 요리를 배워보는 시간을 가졌습니다.

강사님들은 거의 어머니뻘 되시는 분들이었고, 청년들이 ‘요리’를 배운다고 이렇게 시간을 내서 자기 앞에 학생으로 서 있으니, 교사가 되신 어머니 분들은 평소의 요리솜씨를 뽐내시며 신나게 이것저것을 알려주셨습니다.

살림에 도무지 ‘감’이 없는 청년들을 보며 ‘세상에 이런 것까지 가르쳐야 하다니’하며 놀라 자빠지는 어머님들을 보며 저희들도 한바탕 웃을 수 있었습니다. ... 그럼에도 불구하고 강의 강좌가 끝나갈 때쯤 우리의 변화를 보며 우리도 놀라게 되었습니다. 다소 과장되게 표현해 본다면, 이제 재료와 양념만 봐도 머릿속에 맛이 그려지고, 특정한 레시피(요리법)가 없어도 과감하게 요리를 시작할 수 있게 되었습니다. 운전면허기능 시험장에서, 공식에 맞춰야 간신히 통과할 수 있었던 코스도, 몇 번 운전을 하다 보면, ‘감’으로 하게 되듯이, 요리 또한 마찬가지 같습니다. 살림의 ‘감’을 잡는 것, 삶의 새로운 지평이 열리는 시간이었습니다. 2008년 ‘밥 짓는 사람들’은 그동안 함께했던 친구들과 ‘주말청년텃밭교실’을 운영하면서, 또 다른 삶의 영역을 확장해 나가보고자 합니다.”

43 한살림서울 소식지, 2008년 1월호.

이웃과 세상을 살리는 밥

1. 사회로 확장하는 ‘밥’ 운동

한살림이 살리고자 한 밥상은 한살림 물품을 이용하는 조합원들의 밥상만은 아니었다. 먹거리 안전사고가 발생하고 사회적으로 위기감이 높아질 때마다 생산자와 소비자 간 신뢰를 바탕으로 건강한 먹거리체계를 만들어 온 한살림을 비롯한 생협 단체들이 잠깐씩 주목을 받게 된다. 하지만 직거래를 통해 농촌과 도시, 생산자와 소비자가 함께 건강하게 살아갈 수 있는 생명공동체를 꿈꿔온 한살림의 경우를 보더라도, 밥상의 안전은 결국 농촌과 지역사회, 자연 생태계 전체가 건강할 때 가능한 일이라는 것을 분명히 인식하고, 소비자 조합원의 밥상의 안전을 책임지는 노력은 물론 사회 전체의 먹거리 안전을 위해 함께 고민하고 해결하기 위한 활동들을 해왔다. 유전자조작식품 반대 활동도 그 대표적인 예라 할 것이다.

유전자조작식품에 대한 우려가 수면 위로 떠오른 것은 1999년 무렵이었다. 그 해 11월, 한살림은 ‘우리는 유전자 변형을 반대한다’라는 성명을 발표하고, 이듬해 <유전자조작식품반대생명운동연대> 결성에 참여했다.

먹거리 중 GMO가 가장 광범위하게 퍼져 있는 종은 옥수수과 콩 등으로 알려져 있으며, 대부분 사료용과 가공용으로 수입되고 있다. 국내산과 친환경을 원칙으로 하는 물품 기준에 비추어 한살림은 GMO의 위험으로부터 상대적으로 자유롭다고 할 수 있지만, 정부와 식품회사 방침에 대응해서 시민환경단체 등과 함께 사회적 먹거리 운동을 적극적으로 펼쳐 왔다. 특히 국내 GMO 시



유전자조작식품 반대 전단 (한살림, 2008)

협재배 논란이 불거진 2002년에는 조합원, 생산자, 그리고 연대 단체들과 함께 거리 캠페인, 서명운동 등을 통해 GMO의 위험성을 알리고 자체 교육자료와 홍보물 제작에도 노력을 기울였다.

2008년 유전자조작식품 수입 문제가 다시 쟁점으로 떠오르면서 대응 활동도 다시금 활발해졌다. 그해 5월, 인천항, 군산항을 통해 유전자조작 옥수수가 본격 수입되기 시작한 데 대응하여 <유전자조작옥수수수입반대국민연대>의 350개 단체가 식품 기업 7곳과 함께 “GM 옥수수 Free” 공동 선언을 발표하기도 했다.

“GM 옥수수 공급은 국제 곡물가격 급등에 따라 이루어진 결정으로 국민 건강 보호보다 경제적 논리를 우선해 결정되었다. (중략)

정부는 GM 원료를 사용한 모든 제품에 GM 표시제를 실시해야 한다. 국민들이 필요한 것은 GMO이 안전하다는 정부의 입장이 아니다. 자신들의 먹을거리가 어떠한 생산 과정을 거쳐

어떻게 만들어진 제품인지를 확인하고 선택할 수 있는 권리의 보장이다.

식품기업들의 'GM 프리 선언'을 촉구한다. 또한 아직 GM프리선언에 참여하지 않은 식품기업은 국민들에게 안전한 식품을 생산하여 제공해야 할 의무를 저버리지 말고, GM 프리 선언에 동참해줄 것을 촉구한다. (중략)

정부와 기업은 Non-GMO로 안정적인 원료가 공급될 수 있도록 노력하라. 기후변화와 곡물 원료의 상승 등으로 인한 국제적인 식량 위기는 앞으로도 지속될 것이다. 우리 식량을 외부적인 조건에만 의존해 안전성이 확보되지 않은 원료까지 먹어가며 이어갈 수는 없다. 정부와 식품기업은 우리 국민의 식량주권 확보를 위해 안전한 원료를 안정적으로 공급할 수 있는 장기적인 대책을 마련해야 할 것이다.”

〈표 9〉 유전자조작식품반대 시기별 대응 활동

날 짜	내 용
2002년 3월	‘유전자조작식품의 개발과 수입 중단을 다시 한번 촉구한다’ 성명 발표 및 유전자조작식품 반대를 위한 서명운동 전개, 3만여 명 서명 결과 식약청 전달
2002년 9월	GMO농작물 개발 및 상품화에 대한 농림부 입장 발표, 수원 농진청 GMO 시험재배 현장 공개에 대응해 GMO 국내 보급 중단을 요구하는 항의 시위
2005년 4월	유전자조작옥수수 Bt10 사고에 대한 성명 발표
2008년 4~6월	• 유전자조작 옥수수 수입 반대 국민연대 공동기자회견 (유전자조작 옥수수 수입 철폐 및 유전자조작식품 표시 강화 요구) • ‘유전자조작 옥수수 수입 반대 국민행동’ 시작 • 유전자조작 옥수수 수입 반대 국민연대 기자회견 (유전자조작 옥수수로 만든 식품의 생산, 유통, 판매 즉각 중지 요구) • 식품 기업 7곳, 국민연대 350개 단체와 함께 “GM 옥수수 Free” 공동 선언 • 유전자조작 옥수수 수입반대 국민연대 기자회견 (식품업체 2차 GM 옥수수 프리선언 리스트 발표 / GM 옥수수 수입과 관련한 비리 의혹 제기 / 유전자조작식품 표시 강화 요구) • GMO반대 생명운동연대 대국민 선언서 • 새로운 GMO 표시제 도입을 위한 토론회

날 짜	내 용
2010년 12월	〈유전자조작 쌀 개발을 우려하는 시민사회단체의 입장〉 성명 발표

한살림에서는 이러한 활동들과 더불어 물품사업 측면에서도 non-gmo 유정란, non-gmo 육류 등을 개발해 취급하며 gmo로부터 안전한 먹을거리의 확산을 위한 노력을 지속해 오고 있다.

이와 함께 2008년 광우병과 2010년 구제역과동 등을 거치며 사회적으로 이슈가 된 공장식 축산과 육식 문제에 대응하기 위하여 한살림은 ‘광우병 반대 현수막달기 운동’, ‘고기없는 월요일 캠페인’ 등에 함께 참여함과 동시에, 사업적으로는 유기축산 한우 공급, 축산 정책 점검, 채식 물품 개발 등의 노력을 기울



핵없는 사회를 원하는 공동행동의 날 행사 참여 (2012.10)

여왔다.

또한 기후변화, 에너지 위기 등에 대응한 활동으로 재사용병 운동을 생산지, 타 생협들과 함께해오고 있으며, 특히 후쿠시마 사고 이후 밥상을 근본적으로 위협하는 방사능에 의한 먹거리 오염 문제에 가장 민감하게 대응해 왔다. 관련 노력으로 방사성물질 독자 기준치를 마련⁴⁴함과 동시에 이것이 단순히 안전성의 문제만이 아니라 생산기반과 우리 생활 전반에 연관된 일임을 강조하고 사회적으로도 그 의미를 알려나가기 위해 탈핵사회를 향한 교육 및 연대 활동에 조합원과 함께 적극 참여해 오고 있다. 또한 정부의 핵 발전 확대 정책에 대한 반대 성명을 통해 한살림이 추구해온 ‘가까운먹을거리 운동’과 ‘생태순환 농업실천’을 더욱 적극적으로 펼쳐 에너지 낭비를 줄이고 생태순환적인 자립 사회를 만들어 나가겠다는 의지를 밝히기도 했다.

“한살림운동에 있어 생명의 먹을거리를 생산하고 나누는 활동과 조합원과 함께하는 사회 실천 활동이 별개일 수 없듯이, 방사능오염 문제와 관련한 한살림 차원의 물품 취급 기준을 마련하는 것과 한살림이 선언한 탈핵 사회를 향한 실천 활동 역시 함께 가야 할 문제다. 관련해서 방사능 오염 문제를 구체적으로 다뤄나가기 위해서는 한살림이 지향하는 가치에 맞는 물품 취급 기준을 마련할 필요가 있다.”⁴⁵

44 자체 토론회 등의 논의 과정을 거쳐 자주(독자) 기준치를 성인 8Bq/kg, 영·유아 4Bq/kg(국가 기준치는 370Bq/kg)로 정하였으며, 채소류, 두류, 유제품, 수산물, 육류, 가공식품 등 주요 품목에 대해 공인연구기관에 정밀 방사능검사를 의뢰해 그 결과를 조합원들에게 알리고 있다.

45 모심과살림연구소, 2012, “표고버섯 방사능물질 검출 사태, 한살림운동의 심화와 확장의 계기로 삼자”, 정세와동향〈모심의 눈 살림의 길〉 제2호(5월호).

2. 사회적 먹을거리를 위한 급식운동 전개

어린 시절의 미각교육과 식생활교육이 중요한 까닭은 그만큼 어린 시절에 접하는 음식에 따라 이후의 건강과 식습관이 크게 영향을 받기 때문이다. 1993년 한살림 소식지에 실린 ‘꾸러기동산’ 탁아방은 오염된 먹을거리에 쉽게 익숙해지는 아이들에게 한살림 물품으로 건강한 밥상과 간식을 차려주며 아이들에게 건강한 우리 입맛을 되찾아준 사례로 소개되었다.

■ 잃어버린 우리 입맛을 되살린다 : ‘꾸러기동산’ 탁아방을 찾아⁴⁶

“과자, 햄버거, 빙과, 청량음료, 라면, 햄, 소시지 등에 우리 입맛이 도둑맞은 지는 벌써 오래 전이다. 이제 우리의 귀여운 아이들은 국적 없는 불량, 유해한 인스턴트식품에 무방비 상태로 방치되어 있다. 이러한 안타까운 현실에서 어린 아이들에게 도둑질 당한 우리 입맛을 되살려주고 우리 먹을거리를 지키는 일을 씬 없이 실천하고 있는 탁아소가 있다. 구로공단 주변에 비좁은 주택가에 자리잡고 있는 ‘꾸러기동산’이 바로 이곳이다. ...

박노희 씨는 구로공단이 대기오염이 심각한 곳인 탓에 꾸러기동산의 아이들이 질병과 감기에 시달리는 모습을 자주 보아 오면서 환경문제에 대한 관심과 인식을 가지기 시작했다고 한다.

또 먹을거리의 오염도 심각함을 알게 되었는데, 오염된 먹을거리에 방치된 아이들의 생명과 건강 문제, 우리 입맛을 잃어가는 모습을 보며 안절부절 못하다가 지난 91년 한살림에 가입했다. 한살림에서 잡곡, 유정란, 과일, 식빵 등 크게 부담이 되지 않고, 농약오염의 피해가 심한 품목을 공급받아 아이들에게 우리 먹을거리 밥상을 만들어주고 있다. 빠듯한 살림살이이기 때문에 한살림의 모든 품목을 이용하지 못하고 있는 실정이다. 콩나물은 직접 길러서 먹으며, 화학조미료는 절대 사용하지 않을 뿐만 아니라 바나나와 같은 수입과일은 절

46 한살림 소식지, 1993년 6월호.

대 먹이지 않는다. 또 아이들에게 치약 대신 죽염으로 양치질하게 한다. 이런 노력의 결과로 꾸러기동산의 아이들은 이제 잃어버린 우리 입맛을 되찾았다고 한다. ...

꾸러기동산에서는 어머니들과 함께 다양한 활동도 하고 있다. ‘고밭 수입농산물’ 등의 비디오투어를 보는 등 식품오염에 대해 함께 공부하기도 한다. 또 동네에서 폐식용유를 회수하여 덩어리 빨래비누를 만들어 이웃과 나누어 쓰기도 하며 이 비누로 설거지도 하고 머리도 감는다. 동네의 골목에서 헌옷 재활용장터를 열기도 한다.”

소모임에서 출발한 학교급식 활동의 다양한 모습들

한살림에서 본격적으로 학교급식을 고민하게 된 시기는 1990년대 중반 즈음이었다. 1995년 3월, 일본의 ‘전국 학교급식을 생각하는 모임’ 노다 가즈미 사무국장이 방문하여 일본의 학교급식을 소개하는 강연이 있었다. 당시 일본에서는 채소, 과일 등 유기농산물을 부분적으로 도입하고 국산밀을 사용하려는 운동이 일부 지역에서 일어나고 있었다. 이 자리는 서울한살림의 ‘학교급식을 생각하는 모임’에서 만들었으며, 이후에도 관심 있는 조합원들이 우리나라 학교급식 현황에 대해 공부하는 등 모임을 이어나갔다.

“노다 가즈미 씨에게 일본의 학교급식운동에 대해 들으면서 일본의 급식도 우리와 마찬가지로 패전 후 식량난의 해결책으로 시작되었다는 것과, 미국의 밀 무상원조에 의해서 보급되기 시작한 ‘그때의 빵’들이 오늘날의 ‘밥’을 대신하고 있다는 소리를 들으며 새삼 놀라웠다. 그렇지만 일본에서는 빵의 식민지(?)가 된 음식문화를 바꾸기 위해 20년 전부터 노력해온 결과 지금은 학교급식에 질 좋은 유기농산물을 이용하려는 움직임이 곳곳에서 일고 있으며, 급식을 하나의 교육의 현장으로 바꾸어가고 있다고 한다.

지금 우리가 무심코 즐겨먹는 ‘빵과 피자’가 70년대 내가 먹던 소학교(국민학교) 급식에서 시작되었음을 생각하며 지금 유치원, 국민학교에서 먹는 간식, 급식이 아이들이 성인이 되었을 때의 식생활문화를 좌우한다는 사실을 미리 짚어봐야겠다고 생각했다.

학교급식을 교육의 연장으로 생각하며 먼저 부모들이 바르게 이해하고 교장선생님, 영양

사, 조리사, 담임선생님들이 뜻을 같이하여 우리 아이들이 안전한 우리의 먹거리로 땅의 기(氣)를, 생명(生命)을 많이 받고, 바른 사회에서 잊혀져가는 우리의 식사예절이나 농사의 의미 등을 자연스럽게 배울 수 있었으면 하는 생각을 했다.”⁴⁷

2000년대 들어서면서 학교급식의 안전성 등의 실태에 대한 공론화가 이루어지기 시작했다. 2001년 6월 기준, 이미 전체 학교의 87.1%인 8,800여 학교에서 553만4천 명의 학생이 급식을 이용하고 있었다. 그해 한살림과 농어촌사회연구소가 함께 실시한 설문조사⁴⁸에서는 학교급식에 국산 재료만을 사용한다는 응답이 25%로 나타났고, 영양사의 대부분은 식단 작성 시 식재료의 선택기준에 대해 “국산 사용 우선이나 예산상의 이유로 수입산을 쓰는 경우가 있다”고 답했다.

“현재로선 그 결과가 눈에 보이지는 않지만 값싼 외국 농산물이 식재료의 대부분을 차지하게 됐을 때 유전자조작 문제 등으로 인해 시간이 지난 후에 우리 아이들의 건강이 어떤 결과로 나타날지 크게 우려된다. 급식은 부모들의 관심과 노력이 절대적으로 필요하다. 식품재료의 구입과정에서부터 적극적인 참여와 관심만이 올바른 급식문화를 정착시킬 수 있다. 유기농산물과 같은 안전한 식품재료의 선택이 급식문제 해결의 첫째 과제라고 생각한다.”⁴⁹

그 뒤로 한살림에서는 학교급식을 주제로 한 강좌를 진행하고 학교급식 모임을 활성화하는 등 보다 적극적인 활동을 펼쳐 나갔다.

47 한살림 소식지, 1995년 5월호.

48 ‘학교급식에서의 환경농산물 이용증진 모델개발 사업’ 추진을 위해 교보환경문화재단의 후원으로 진행한 설문조사로, 이메일을 통한 질의방식으로 전국 100여 개 학교의 영양사들과 한살림서울·경기지역 일반 학부모 4백여 명을 대상으로 조사했다.(한살림서울 소식지, 2001년 7월호)

49 한살림 소식지, 2001, “부모의 적극적인 참여와 관심으로 안전한 급식을”, 7월호.

이후 학교급식조례개정운동이 사회적으로 일어났던 2003년, 한살림도 여기에 참여해 함께 목소리를 보탰다. 2006년 6월 CJ푸드시스템이 위탁운영하던 학교급식에서 집단식중독 사고가 발생했을 당시에는 ‘안전하고 우수한 학교급식을 위한 근본 대책 수립을 촉구’하는 성명을 발표하기도 했다.

조직적으로도 학교급식에 대해 보다 적극적인 활동이 이루어졌다. 2006년 진행한 지역한살림별 학교급식 활동실태 조사 자료를 보면, 각 지역별로 공청회, 간담회, 설문조사, 강좌 등을 진행했으며, 일부 지역에서는 개별 학교에 한살림 물품을 공급하거나 공급을 준비하고 있었다. 그해 3월에는 ‘친환경유기농산물 학교급식 실천사례 만들기’라는 제목으로 학교급식 활동가를 위한 교육과정을 진행하기도 했으며, 11월에는 학교급식국민운동본부 주관으로 ‘안전한 학교급식 정착을 위한 대토론회’가 열렸다. 이 밖에도 광역별 조례 제정을 위한 움직임이 활발해지는 등 학교급식을 둘러싼 안팎의 관심을 높이는 데 한살림이 적극적으로 결합하였다.

“2006년 5월 7일... 광우병 및 GMO농산물 수입을 전면 반대하며, 이들 식재료가 공공급식에서 사용되지 않도록 각 시민단체들과 연대하여 함께 광우병 위험 쇠고기와 GMO식품 추방운동을 적극 추진하겠다고 발표했다. ... 김민경 한살림 부회장은 한 사람의 어머니로서 거리로 나올 수밖에 없었던 절박한 심정을 토로하면서 단체급식으로부터 선택권이 없는 어린이와 청년들의 안전에 대한 우려를 표명했다. 또한 광우병 우려가 있는 쇠고기와 GMO농산물 수입을 막기 위해 한살림 16만 회원들과 함께 총력을 기울이겠다고 밝혔다. ... 한살림 경기남부 김미화 이사장은 단체 급식은 물론, 대한민국에서 모든 가족들의 안전한 밥상 차림을 위해 지역의 한살림 조합원들과 함께 관련 캠페인에 적극 동참하겠다고 의지를 밝혔다.”

2009년에는 학교급식 직영전환 국민감사 청구 서명, 2010년부터는 친환경무상급식을 위한 연대활동 등 학교급식을 둘러싼 이후의 활동은 학교급식전국네

트위크 등의 연대 조직체에 참여하는 방식으로 지속적으로 이어져오고 있다.

사 례 문래초등학교 친환경급식의 실험

서울 문래초등학교의 경우, 2004년부터 학부모 설문조사를 통해 꾸준히 의견수렴을 하여 설득한 결과 2005년 9월 친환경 쌀을 시작으로, 2006년부터는 김치를 제외한 쌈과 고기, 채소, 된장, 고추장 등 가능한 모든 품목을 한살림의 친환경먹거리로 조리해 서울 유일의 친환경급식학교 모델로 자리를 잡았다. 이를 위해 인상된 급식비는 1인당 한 달에 6천 원. 그 과정에서는 학교운영위원회 산하에 ‘급식소위원회’를 신설하고 학부모들을 설득해낸 교사의 노력이 있었다. 가격인상을 감안한 유기농 쌀 도입에 대한 학부모들의 동의는 2004년 말 54.5%에서 이듬해에는 80%에 가까이 높아져 2005년 9월부터 전격적으로 친환경 쌀 급식을 시행하게 되었다.

제주나 전남 등지에서는 일찍이 친환경급식이 정책적으로 지원되어 많은 학교에서 시행되어 왔다. 하지만 서울 등 대도시 지역의 경우 여전히 학교의 의지와 학부모들의 관심이 더욱 필요하다.

아이들의 밥상을 건강하게 : ‘아이들의 희망밥상’

2007년에는 한살림사업연합에 급식사업부((주)한살림학교급식)가 설치됨으로써 본격적으로 한살림 학교급식사업단 운영이 시작되었다. 하지만 학교급식의 특성상 기존의 물품 공급과는 다른 방식과 시스템이 필요했고, 충분한 준비가 되어 있지 않았던 탓에 사업 운영은 쉽지 않았다. 결국 오래 지속되지 못하고 사업을 중단할 수밖에 없었다.

그러나 학교급식 물품 공급의 경험은 이후에 어린이집 물품 공급으로 이어져 오고 있다.

한살림에서는 그 이전부터 한살림 물품을 공급받는 어린이집들에 대해 물품 공급가의 일정 부분을 감면해주는 제도를 각 지역한살림별로 마련해 운영해 왔다. 2004년 4월, 해당 어린이집은 전국적으로 70여 곳이었으나 이후 크게

늘어 2012년 하반기 기준 전국 370여 개 어린이집⁵⁰에서 한살림 물품으로 아이들의 밥상이 차려지고 있다.

한살림서울의 경우, 주 1회 한살림물품을 공급받는 어린이집에 대해 ‘아이들의 희망밥상’이라는 현판을 걸고 전체 공급액 가운데 5퍼센트를 할인 공급하는 등 어린이집 공급 활성화를 위한 조직적 노력이 있어 왔다. 한살림고양과주의 경우 주 1회 이상 주문공급을 받고 어린이집 월 식재료비의 50% 이상을 한살림 물품으로 이용하는 어린이집을 한살림홍보어린이집으로 선정하는 등 각 지역 한살림별로 기준을 두어 어린이집과 연계한 홍보 활동을 꾸준히 펼치고 있다.



한살림서울 '아이들의 희망밥상' 현판식 (2009)



한살림여주이천광주 어린이집 현판

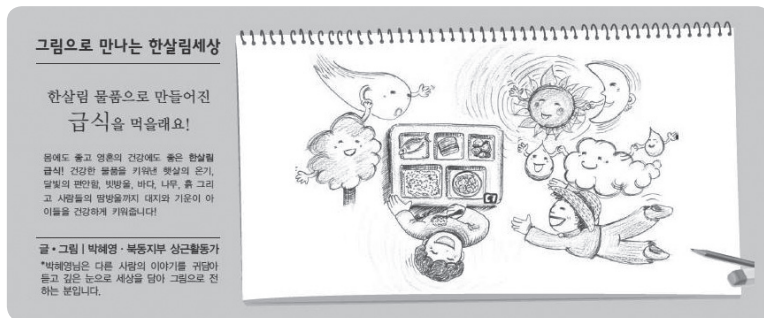
‘어린 시절의 입맛이 평생을 좌우한다’는 말이 있을 정도로, 아이들의 밥상을 어떻게 차리는가 하는 문제는 사회적으로도 매우 중요하다. 어린이집이나 학교에서 급식의 질을 개선함으로써 건강뿐 아니라 아이들의 태도, 집중력, 성격이 향상되었다는 사례도 심심찮게 보도되고 있다.

50 홈페이지에 게시된 현황을 토대로 한 수치이며, 이는 ‘아이들의 희망밥상’ 등 각 지역한살림에서 주기적으로 일정 기준 이상의 물품을 공급하고 홍보와 교류를 하고 있는 곳으로, 이밖에 비정기적으로 물품을 이용하는 곳은 이보다 훨씬 더 많을 것으로 예상된다.

“서울 광진구 구립어린이집 5곳이 아토피개선프로젝트 일환으로 한살림 먹을거리로 급식 개선활동을 진행한 바 전체 어린이 78명 중 47명이던 아토피 진단 어린이가 18명으로 줄어 62% 호전되었다. 의심 진단을 받은 어린이도 31명에서 7명으로 77% 감소하고 특히 구의3동 어린이집은 1차 검진 시 11명으로 집계된 아토피 진단 어린이가 개선 이후 한 명도 나오지 않았다.”⁵¹

또한 2011년 5월부터 8주간, 대구녹색소비자연대와 서부고등학교가 한살림연합의 후원을 받아 진행한 대구MBC의 ‘두뇌음식 프로젝트’ 프로그램에서는 한살림 식재료로 마련한 급식을 먹은 학생 25명이 평균 3~5kg의 체중이 감소하고 피부 트러블이 완화되는 등 건강 개선 효과를 실제 사례로 확인시켜주기도 했다.

2011년에 한살림경기남부에서는 비만아동의 건강을 되찾아주는 슈퍼키즈 프로젝트를 진행하여, 매주 1번씩 한살림 쌀 및 반찬거리와 과일 등의 물품을 1년 간 공급했으며, 한살림표 건강 식단으로 12주 만에 22.9kg을 감량하고 더 볼어 몸과 마음의 건강을 되찾은 결과를 확인하기도 했다.



한살림서울 소식지, 2010년 3월호

51 한살림서울 소식지, 2009년 4월호.

3. 지역에서 순환하면서 이웃과 나누는 ‘밥’

1991년 1월 한살림 이사회에서는 경제적으로 어려운 생활자를 위한 공급대책이 논의되었다. 그 구체적 방안으로, 생산물의 과잉이 있을 때 저가격으로 공급하거나 저농약 쌀과 농산물을 공급하는 방안 등이 이야기되었다. 하지만 일반농산물을 함께 취급할 시 이미지나 관리에 혼란이 있을 수 있다는 이유로, 점차 방안을 연구해 보자는 것으로 결론을 내렸다. 초기 한살림운동이 중산층 운동이라고 비판받던 것과 관련하여, 운동의 저변을 확대하고 유기농산물 또는 국내산 농산물을 보다 대중화하려는 뜻이 담겨 있었다. 이후에 잡곡류를 제외하고 일반농산물을 취급한 사례는 거의 없었다. 하지만 지역 안에서 먹을거리를 통해 나눔을 실천하며 다른 방식으로 한살림의 건강한 먹을거리를 확산하려는 노력은 곳곳에서 이어져왔다.

사 례 서울 남서지부 ‘방과후 공부방’ 간식 지원

“서울 남서지부에서는 네 곳 매장에서 짬짬이 떡을 판매한 이익금, 수세미 판매, 파손물품 가공 판매 이익금, 아낀 회식비, 활동가 강사료, 개인 기부금 등으로 여럿이 십시일반하여 지역 내 네 곳의 ‘방과후 공부방’에 간식을 전달해 왔다. 2009년부터는 공부방 어린이들과 방학을 이용해 함께 간식을 만들면서 안전한 먹을거리에 대한 안내 및 생산지 방문을 통한 농촌체험, 일손돕기 등도 진행했다.”

사 례 한살림경기남부 ‘따뜻한 한 끼 밥상’

“2011년 한살림경기남부 지역활성화기금 지원사업에 선정된 과천시부 ‘따뜻한 한끼밥상’. 가장 기본적인 밥을 해결하는 것부터가 보장이 안 되는 현실에서 출발, 아이들의 건강, 교육 등을 돌보는 것을 계획하고, 과천동 비닐하우스촌의 아이들(결손가정이나 조부모가정)을 위해 지역주민들이 뜻을 모아 만든 봉봉도서관에 자원봉사를 하면서 아이들의 주말·휴일 점심 식사를 차려주었다.”

사 례 건강한 동네 밥상 : 반찬워커즈 활동⁵²

■ 착한밥상 맛갈손

“매장에서는 반찬을 판매하고 한쪽 공간은 식당으로 꾸며 백반을 판매해서 식사를 할 수 있도록 했다. 반찬은 1차적으로 한살림 재료를 사용하고 구하기 어려운 경우에 한해 국산이나 다른 생협 물품을 사용하기로 했다. ‘착한밥상 맛갈손’은 ‘내가 먹는 음식으로, 내가 구입할 수 있는 가격으로 제공하는 것’을 목표로 한다. 사업적으로 안정화가 되면 그 다음은 지역의 소외된 사람들과 함께 나눌 수 있는 가게로 만들어 나가고자 한다.”⁵³

■ 한살림강릉 워커즈 반찬가게 ‘찬장’

“건강한 식재료를 요리하는 일공동체. 아이들에게 안심하고 줄 수 있는 간식과 반찬을 만드는 워커즈 ‘찬장’은 손맛 좋은 주부 네 명이 1년 정도 요리연습을 한 끝에 조금씩 출자하여 시작했습니다. 수시로 일공동체 운영 방향과 참신한 메뉴를 위한 의논을 하고 수요일마다 자신들이 만든 음식을 한살림강릉 소속 매장에서 판매하고 있습니다.”

사 례 제주 강정마을 돕는 생명장독대

“강정마을에는 조합원들과 생산자들이 함께 마련한 생명장독대가 있습니다. 전국의 조합원들이 보내주는 모금과 후원물품으로 한살림제주의 소비자조합원과 생산자들이 밀반찬, 간장, 된장 등을 만들어 강정마을에 전달하고 마을 내 텃밭을 만들어 지원하고 있습니다.”

52 한살림서울은 조합원들의 자발적 사업체인 ‘워커즈컬렉티브’ 활동을 지원하기 위해 2009년 4월 공모를 진행하였다. 그 결과 자신들이 사는 마을을 중심으로 안전한 먹을거리를 제공하고 여성 일자리를 만들어보자는 뜻에서 두 개의 워커즈 ‘착한밥상 맛갈손’과 ‘행복한 밥상’이 각각 그해 8월과 9월에 문을 열었고, 이 가운데 ‘착한밥상 맛갈손’은 현재까지 운영을 계속해오고 있다.

53 한살림서울 소식지, 2009년 8월호.

4. 통일농업, 통일밥상의 꿈

통일농업의 씨앗을 뿌리다

2005년 10월, 한살림에서는 (사)통일농수산물사업단과 함께 통일농업연수회와 통일 벼베기 행사를 진행했다. ‘삼일포협동조합공동영농사업의 현황과 전망’이라는 주제의 세미나를 개최하고, 같은 해 11월에는 한살림통일농업 정책 간담회를 가졌다.

“분단 이후 처음으로 100명이 넘는 남북 사람들이 북녘의 들판에서 직접 모내기를 하는 뜻 깊은 행사에 참여할 수 있었던 것만으로도 정말 가슴 벅찬 일이었다.”⁵⁴

통일농업 간담회에서는 남북 농업협력이 한살림의 생명평화 가치에 부합하는 시대적 소명이라는 공감각이 있었다.

“남북의 농업은 각기 다른 양상으로 그러나 양측 모두 절박한 위기에 직면해 있다. 농업이 생명의 근간이라고 여겨온 한살림은 남북의 농업협력을 위해 무엇을 할 수 있을까. 한살림의 정신과 가치가 반영된 교류협력방식은 어떤 것이 있을까. 이런 고민을 풀어가기 위해 한살림이 첫걸음을 내딛었다. … 이날 간담회 참석자들은 남북 협력 사업에 대해 회원들 사이에 다양한 의견이 존재하므로 충분한 내적 합의를 통해 한살림의 정신과 가치를 추구할 수 있게 노력해야 한다는 점, 한살림의 남북협력 사업에 대한 기획을 전담할 특별기구를 꾸리는 문제, 남북 협력사업의 필요성 등을 전국 한살림 이사회에서 논의할 수 있게 건의하기로 의견을 모았다. 북녘의 콩으로 한살림 두부와 콩기름이 만들어지고 한살림의 쌀이 북녘 동포들의 밥상에 오르는 일. 분단 이전처럼 한반도의 농업이 완결적인 자립의 기틀을 다져가

54 조완형, 2005, “남과 북 한마음으로 통일 농사 첫걸음 떼다”, 한살림 소식지, 7월호.

는 일, 과연 허황된 꿈에 불과할까?”⁵⁵

통일 밥상으로 한 걸음 : “그래도 밥은 먹어야 합니다”

통일농업 논의는 이후에 지속되지 못함으로써 일회성 행사로 그친 아쉬움이 있었다. 그러나 통일밥상의 의지는 2006년에 북한의 이웃들에게 통일쌀을 전달하는 등 다른 방식으로 이어져 왔다. 2006년 우리생명쌀지킴이 모금구호 활동으로 모인 총 모금액 126,983,809원 가운데 72,850,000원(무농약 쌀 310가마)이 북쪽 결식아동을 위해 지원되었다.

한편, 그보다 훨씬 이전인 1997년 한살림에서는 일본의 그린코프생협과 함께 북한동포돕기 성금을 모금해 전달하기도 했다. 1살에서 12살 사이의 어린이 중 35%가 중증 영양실조로 고통 받는 당시 북한 사회의 실상을 조합원들과 공유하고 이웃나라 그린코프생협에도 함께 모금할 것을 제안한 것이었다. 통일밥상의 의미와 이에 공감하는 조합원들의 힘이 그 뒤로도 10여 년 이상 이어져, 한살림서울에서는 2008년부터 지금까지 북한 어린이 돕기 성금 모금을 진행하고 있다. 첫째인 2008년에는 ‘그래도 밥은 먹어야 합니다’라는 슬로건 아래 12월 한 달 간 모금 운동을 벌여 21,233,240원을 모금하고 북한 어린이 8,000명이 한 달 간 먹을 수 있는 생명의 밥을 JTS를 통해 지원했다. 이후 매해 12월이면 모금운동을 진행하고, 연중 틈틈이 매장과 지역 행사에서의 수익금을 모아나가고 있다.

한편, 정부에서 대북 쌀 지원을

55 김성희, 2005, “한살림은 왜 통일농업을 이야기하는가”, 한살림 소식지, 12월호.

중단했던 2010년에는 한살림 차원에서 대북 쌀 지원을 촉구하며 아래 내용을 담은 <밥은 생명이다>라는 제목의 성명을 발표하기도 했다.

“밥을 나누는 것은 그들과 우리가 같은 공동체라는 연대 의식의 표현이다. 남과 북은 소박하지만 따뜻한 온기가 담긴 밥을 함께 나누며 모든 정치적인 갈등을 넘어, 우리가 하나의 공동체, 하나의 울타리 안에 있는 한 식구임을 깨닫게 될 것이다.”

사 례 사랑의 줌도리 운동

“줌도리는 ‘절미(節米)’의 전라도 사투리로 1970년대 궁핍했던 살림살이 가운데 부족한 쌀을 조금이라도 아껴먹기 위해 대대적인 절약 운동을 펼친 데서 그 유래를 찾을 수 있습니다. 그 당시 우리의 어머니들은 밥을 할 때 한 줍씩 쌀을 덜어 ‘줌도리’라고 불렀던 별도의 통에 담아 놓았는데 그 쌀을 모아서 내 밥상이 아닌 좀 더 어려운 이웃에게 조용히 건네주었습니다. 시간을 훌쩍 넘어 줌도리에 대한 추억도 가물가물해진 지난 7월, 사단법인한살림 활동가와 실무자들 사이에서 줌도리가 다시금 회자되기 시작했습니다. 그때는 북한의 어려운 식량난과 특히 어린이들의 절박한 상황들이 들려오던 때였습니다. ‘일주일에 점심 한 끼를 굶고 그 식비를 모아 북한의 어린이를 돕자’는 제안이 때마침 나왔습니다. 이름 하여 사랑의 줌도리 운동이 다시 시작된 것입니다. 그리하여 장충동에 일터를 두고 계신 분들이 자발적으로 모여 일주일에 하루 점심식사를 반납하고 우리들의 줌도리에 식비를 차곡차곡 쌓기 시작했습니다. ‘고픈 배를 달래며 근무를 연장’하는 등의 폐단을 막기 위해 나름대로 고안한 것이 함께 모여서 굶기. ... 가장 최근에는 ‘밥’을 주제로 크레파스와 색연필로 그림일기를 그리고 발표하는 시간을 가졌습니다. 자신이 갖고 있는 추억의 한 장면이나, 미래의 일기를 글과 그림으로 그려보는 시간이었었는데 군대 시절에 애처로웠던 밥먹기나 어머니가 살짝 넣어 주셨던 밥속 달걀의 맛 등 보물 같은 이야기들이 쏟아져 나왔습니다.”⁵⁶

56 한살림서울 소식지, 2008년 9월호.

5. 국경을 넘어서는 밥상살림운동

슬로푸드와 한살림의 만남

한살림선언이 발표된 해인 1989년 11월 9일, 프랑스 파리에서 열린 슬로푸드 대회에서는 ‘슬로푸드선언문’이 채택되었다.

‘맛을 표준화하고 전통음식을 멀리하는 패스트푸드를 먹지 말고 식사와 입맛의 즐거움이 살아 있는 전통의 음식을 되찾자는 뜻에서 출발’한 슬로푸드 운동은, 1989년 선언문 발표와 함께 슬로푸드 운동기구를 출범해 2012년 현재 전세계 100여 개 국가에서 8만3천여 명 회원들이 활동하고 있다. 패스트푸드에 대응한 슬로푸드, 슬로라이프로 ‘미각’과 ‘문화’를 회복하자는 운동은 한살림의 지향과도 맞닿아 있다.

“산업문명의 이름하에 전개된 우리 세기는 처음으로 기계의 발명이 이루어졌고, 이후 기계는 우리 생활의 모델이 되었습니다. 우리는 속도의 노예가 되었으며, 우리의 습관을 망가뜨리며 우리 가정의 사생활을 침해하고 우리로 하여금 패스트푸드를 먹도록 하는 빠른 생활, 즉 ‘패스트푸드 라이프’라는 음흉한 바이러스에 굴복시키고 있습니다.

호모 사피엔스라는 이름에 상응하기 위해서 사람은 종이 소멸되는 위험에 처하기 전에 속도로부터 벗어나야 합니다. 보편적인 어리석음인 빠른 생활에 반대하는 유일한 방법은 물질적 만족을 고정시키는 것입니다. 이미 확인된 감각적 즐거움과 느리며 오래가는 기쁨을 적절하게 누리는 것은 효율성에 대한 흥분에 의해 잘못 이끌린 군중에게서 우리가 감염되는 것을 막을 것입니다.

우리의 방어는 슬로푸드 식탁에서 시작되어야 합니다. 우리는 지역 요리의 맛과 향을 다시 발견해야 하고, 인간으로서의 품위를 낮추는 패스트푸드를 추방해야 합니다. 생산성 향상이라는 이름으로, 빠른 생활이 우리의 존재 방식을 변화시키고 있고 우리의 환경과 경관을 위협하고 있습니다. 지금 유일하면서도 진정 용기 있는 해답은 ‘슬로푸드’입니다.

진정한 문화는 미각을 낮추기보다는 미각을 발전시켜야 합니다. 이렇게 하는 데는 경험, 지

식, 프로젝트의 국제적인 교환이 가장 좋은 방법입니다. 슬로푸드는 보다 나은 미래를 보장합니다. 슬로푸드는 그것의 상징인 작은 달팽이와 함께 이 운동이 국제 운동으로 나아가는데 도움 능력을 갖춘 다수의 지지자를 필요로 합니다.”⁵⁷

슬로푸드운동은 패스트푸드 반대에서 한 발 더 나아가 환경, 동물복지, 사람의 건강을 해치지 않는 좋은 먹을거리, 안전한 먹을거리, 공정한 먹을거리를 추구한다는 폭넓은 지향을 밝히고 있다. 또한 소비자는 단순한 소비자가 아닌 공동생산자(CO-Producer)이자 생산자를 지원하는 파트너로서의 개념과 철학을 가지고 있다. 맛 좋고(good), 깨끗하고(clean), 건전한(fair) 이 세 가지 조건을 충족하는 음식이 곧 슬로푸드의 의미와 정신이다.

한살림에서는 2000년대 들어 본격적으로 국제 슬로푸드 단체와의 교류를 가져 왔다. 2004년 슬로푸드국제위원회 관계자들이 아산 지역을 방문해 한살림 생산지를 둘러보았으며, 그해 이탈리아에서 열린 슬로푸드 세계대회에는 박재일 회장을 비롯한 한살림 활동가들이 함께 참여했다. 한살림경남의 윤신천 이사장은 비슷한 지향을 가진 이들과 ‘동지’로써 함께한 그 자리에서의 감동을 아래와 같이 밝히고 있다.

“이곳 이탈리아에서 세계 130여 개 나라, 5천여 명을 불러 모아 ‘슬로푸드’를 넘어서 ‘슬로 라이프’ 운동을 전 세계에 알리고 함께 하자고 외치는 그들의 열정을 보았다. 특히 다섯 번째라는 올해 행사에서는 각국의 고유한 음식 문화를 지키고 대안 농업을 확산할 슬로푸드 운동의 활동가들이 많아지기를 참가자 모두가 기원했다. 박재일 회장이 “다국적 거대 기업의 횡포에 맞서 자국의 토착 농업과 전통적인 음식 문화를 지키려고 애쓰는 동지들이 있다는 것에 힘을 얻었다”면서 앞으로 지속적인 운동으로 함께해야 한다고 하신 말씀에

57 슬로푸드선언문(1989)

동감했다.

행사에 참여할수록 ‘우리도 한살림 하고 있어요’ 간절히 알리고 싶었다. 우리 몸 안에 모셔진 거룩한 생명을 느끼고 이 땅의 모든 생명과 더불어 사는 삶의 얘기를 나누고 싶었다. 생명을 나누고 또 함께 음식을 천천히 먹으면서 오고가는 사랑을, 달팽이처럼 느리게 살면서 잃어버렸던 자연과 이웃에 아름다운 관계를 열어 봐야겠다고 또다시 다짐했다.”⁵⁸

2009년에는 한국에서 열린 국제슬로푸드 컨퍼런스 ‘테라 마드레’에 슬로푸드 문화원, 팔당생협과 함께 주관단체로 역할을 했다. ‘슬로푸드에서 찾는 한국의 미래’라는 주제로 열린 이 행사에서 한살림의 유억근(마하탑), 송희자(화성한과) 생산자가 발표자로 나서 국내 슬로푸드의 사례를 소개했다.

2011년에는 이탈리아 미식과학대학 교류단이 한살림을 찾아 생산지 방문과 조합원 가정 홈스테이 등을 통해 한국 슬로푸드와 음식문화를 체험했다. 한살림과 미식과학대학은 교육연구협력, 교과과정 개발 등 상호교류를 위한 협정을 맺고 이후의 교류를 이어나갈 것을 확인하기도 하였다.

나라 밖 밥상살림과 농업살림을 위해

2010년에 진행된 “아프리카에 천 개의 텃밭 만들기” 프로젝트는 2010년 테라 마드레 행사에서 출발해 다양한 공공과 민간 주체들의 참여로 진행되었으며, 자연 자원과 생물종 다양성, 문화적 주체성을 존중하는 식량 생산의 중요성 확산에 기여하는 역할을 하였다.



58 한살림 소식지, 2004, “슬로푸드 세계대회 참가기”, 12월호.

한살림에서는 생산자들과 지역한살림 조직이 함께 참여하여 아프리카 지역에 총 21개의 채소 텃밭을 지원하는 규모의 금액을 전달했다. 특히 생산자조직의 적극적인 참여는 국경을 넘는 농민 연대의 의미를 담는 것으로 그 의미가 더욱 각별한 것이었다.

한살림에서는 그 밖에도 재난 등으로 어려움을 겪은 나라밖 농민과 생산지를 돕는 기금 모금을 통해 재난 지역의 생산기반 회복과 식량 등을 지원함으로써 밥상살림, 농업살림을 이웃 나라로 확대시켜 나갔다.

2002년의 경우 전쟁으로 민간인 사망자가 1천 명을 넘어서고 국경을 넘는 난민이 발생하면서 고통 받는 아프가니스탄 지역을 돕는 활동을 했다. 당시 아프가니스탄 인근 지역에서 진료활동을 하는 일본 폐사와르회가 그린코프 생협에 성금 모금을 긴급 요청하였고, 그린코프 생협이 다시 한살림에 동참을 요청하면서 모금운동을 시작했다. 전달한 성금은 ‘생명의 기금’에 적립되어 현지에서 식량과 식수 마련에 사용되었다.

“우리는 이 땅에 농약 치는 일을 멈추겠다는 각오로 또는 모든 생명체는 더불어 살아야 한다는 다짐으로 한살림 회원이 되어 누구나 안전하고도 안심이 되는 좋은 물품으로 밥상을 차리는 호사를 누리고 있다. ... 그런 최상의 식사는 아니어도 아프가니스탄의 가족들도 세 끼 밥을 먹길 바란다. 유난히 식탁차림의 중요성을 미리 인식했던 한살림 회원들이 앞장서서 내 밥상 신경 쓰듯 지구촌 이웃 아프가니스탄 밥상차림에 뜻 모으길 바란다.”⁵⁹

2010년에 진행한 아이티 생산지 지원 기금 모금은 지진으로 피해를 입은 아이티의 생산기반 복구를 지원하기 위한 모금 활동으로 진행되었다. 온·오프

59 한살림 소식지, 2011, “내 아이 돌보듯 아프가니스탄 아이들을 돌보는 한살림 어머니이길”, 10월호.

국제교류와 모금활동이 활발히 펼쳐졌던 2010년에는 파키스탄 홍수피해 여성농민을 지원하는 기금 모금도 진행되었다. “파키스탄에 생명의 씨앗을!”이라는 제목으로 진행된 이 모금을 통해 2개월 여 동안 목표액을 웃도는 6천만 원 가까운 성금이 모였다. 이 금액은 홍수피해 지역 여성소농 농가에 송아지와 양 등 가축을 지원하는 데 쓰였고 일부는 홍수피해 지역 터전 복구사업 등에 사용되었다. 지역 농민들의 주택과 축사를 복원하고 가축과 종자를 보급하는 일을 통해 파키스탄의 소농과 지역공동체에 생명의 씨앗을 심는 프로젝트였다.

Photo by Masahito Muraoka

함께해요! 모금기간 2010년 10월 20일(수)~2010년 12월 31일(금)
 참여방법 (사)한살림 기금모금 페이지 <http://fund.hansalim.or.kr>를
 통해 참여해 주시길(소식지배포) 기부금 영수증 발급해 드립니다!
 참여문의 (사)한살림 정책기획부 국제연대 담당자 02-6931-3609



한살림의 밥상살림운동 흐름과 전망

1. 한살림의 밥상살림운동 돌아보기

한살림운동은 곧 밥상살림운동이며, 그로부터 농업과 지역과 온 생명을 살려 나가는 운동이었다. 1986년 한살림농산 설립으로부터 지금까지 다양한 모습으로 이어져 온 사업과 활동들 속에서는 ‘밥을 살리고 밥상을 제대로 차리자’는 공통의 의미를 발견할 수 있다. 한살림이 걸어온 밥상살림의 다양한 실천과 그 의미를 돌아본다.

밥상살림과 농업살림은 ‘하나’

한살림운동은 말 그대로 ‘하나’가 되는 일이다. ‘밥’을 매개로 도시와 농촌이 하나가 되고 소비자와 생산자가 하나가 된다. 그런 점에서 故박재일 회장이 누누이 강조했듯 “생산과 소비는 하나”라는 입장은 한살림 철학의 핵심이다. “생산자는 소비자의 생명을 책임지고 소비자는 생산자의 생활을 책임진다”는 말 속에 그 의미가 잘 드러나 있다.

“한살림운동은 밥상차림운동으로부터 시작했지만, 밥상살림과 농업살림은 따로 떨어져 있는 것이 아니라 하나인 것으로 보았습니다. 그래서 밥상살림과 농업살림을 통해서 우리의

삶과 운동을 생명살림으로 변화시키고자 노력했습니다.”⁶⁰

밥상살림은 농업살림과 둘이 아니다. 생산과 소비가 하나이듯이 밥상살림과 농업살림 역시 하나인 것이다. 밥상을 살리는 것이 농업을 살리는 일이고 농업을 살려야 밥상이 살아난다. 한살림 35만 조합원들이 1천만 평의 논과 밭을 생명의 땅으로 되살리고 있다. 거꾸로 2천여 명의 농민 생산자들의 땀과 노고로 인해 매일 아침 우리는 생명의 밥상을 마주할 수 있게 되었다. 결국 소비자와 생산자는 생명의 밥상을 통해서 하나의 생명 공동체가 된 것이다.

밥상살림의 환경과 토대를 지키는 활동

건강한 밥상을 차리기 위해서는 우리가 밭 딛고 사는 땅과 물, 우리를 둘러싼 환경을 건강하게 하는 것이 선행되어야 한다는 문제의식은 한살림운동의 밑바탕에 늘 존재해 왔다.

우선 한살림 설립 초기인 1980년대부터 90년대 초, 당시 사회 현안으로 등장했던 환경문제를 일상의 실천으로 극복하고자 했던 생활실천활동들이 있었다. 공해추방운동이라는 이름으로 환경운동이 본격화되었던 시기, 한살림 조합원들 사이에서는 폐식용유 모으기, 재생비누 만들기 활동들이 가정에서, 또 공동체모임과 지역 단위에서 진행되었다.

이후에는 (유기)농지와 생태계를 위협하는 각종 개발사업(골프장 건설, 새만금, 4대강 사업 등)에 반대하는 활동과 함께, 농지법 개정 등 제도개선에도 힘을 기울였다. 2000년대 초반 식품안전에 대한 위협으로 불거진 유전자조작식품, 수돗물불소화 등 현안에 대해서도 연대체 구성에 적극 참여하며 교육과 홍보, 캠페인 등을 펼쳐 왔다. 이와 함께 물품 이용에서 환경 파괴를 최소화하

60 박재일, [생산과 소비는 하나다], 2003.

고자 했던 고민은 병제사용운동, 장바구니 함께 쓰기 등의 실천 활동으로 나타났다.

농업을 둘러싼 나라 안팎의 정치사회적 변화 속에서 우리 농업 기반을 지키기 위한 농산물 수입개방 반대 또한 주요한 활동 의제 가운데 하나였다. 1990년대 초반 우루과이라운드와 WTO체제라는 거시적 흐름에 대항하여 우리 땅에서 난 먹을거리의 의미와 수입식품의 위해를 알리고 국내산 건강한 먹을거리의 소비를 독려하는 캠페인 등을 지속해 왔으며, 이는 2000년대 후반 FTA와 광우병 소고기 수입 등에 대한 사회적 연대 활동으로 이어졌다.

한편, 최근 후쿠시마 원전 사고 이후 방사능 오염에 대한 위기의식은 내부적으로 물품의 방사능 기준치 설정과 이에 대한 지속적인 검사 등의 노력으로 나타나고 있으며, 조합원들과 함께하는 실천·연대운동으로써 탈핵(탈원전) 활동 또한 주요한 과제로 설정해 함께해오고 있다.

밥상살림 프로그램과 모델을 만들어가는 활동

한살림은 밥상살림을 위해 필요한 환경과 조건을 지키는 노력과 함께 스스로 직접 의미 있는 실천 프로그램과 모델들을 만들고 실현해 왔다.

1990년대 초반 우리밀살리기운동에서부터 2000년대 무농약쌀 한말 먹기 운동에 이르기까지 농산물 수입 확대에 대응해 우리 농업 기반을 살리는 활동들을 관련 단체들과 연대해 펼쳐왔다. 또한 초기부터 지켜 오던 국내산 먹을거리 공급의 원칙을 기후변화 시대의 대응 활동과 결합시켜 2009년부터 ‘가까운 먹을거리 운동’으로 구체화해서 진행해 오고 있다. 또한 일부 지역한살림에서는 지역에 기반하면서 지역에서 순환하는 밥상살림의 의미로 제철 꾸러미 공급을 시행하고 있기도 하다. 한편 최근 들어서는 식량위기에 대응하는 한살림의 식량자급 노력으로 국산사료 한우 키우기 운동과 우리보리살림협동조합을 새로운 활동 영역으로 시도하고 있다.

한살림 조합원의 밥상을 넘어 사회의 밥상을 살려내기 위한 노력에도 적극 참

여해 왔는데, 학교급식 운동은 대표적인 예다. 한살림은 학교급식사업단과 어린이집 급식을 위한 물품 공급 등 사업적 노력과 함께 급식에 대한 사회적 인식을 높이고 관련 제도를 개선하는 데도 조합원과 함께 적극 참여하여 지역사회 안팎에서 크고 작은 변화들을 만들어냈다. 그리고 조합원들이 주인이 되어 만들었던 밥상 위크즈 역시 지역사회의 밥상을 조합원의 힘으로 건강하게 바꿔나가는 실천 모델로써 작지만 의미 있는 시도라 할 수 있다.

밥상살림에 대한 관심과 참여 확대를 위한 교육과 홍보 활동

한살림 초창기부터 안전한 먹을거리는 늘 주요한 화두였다. 특히 2000년대 들어서면서 식품안전을 위협하는 사건·사고가 빈번하게 발생하고, 환경호르몬, 트랜스지방, 식품첨가물, 아토피 등이 사회 이슈로 등장한 데 이어, 건강과 삶의 질을 강조하는 웰빙 바람이 전국을 휩쓸면서, 안전한 먹을거리에 대한 시민들의 관심과 요구는 크게 증가했다. 2003년 한 방송 프로그램으로 소개된 <잘 먹고 잘사는 법>은 먹을거리에 대한 시민들의 뜨거운 열기에 기름을 붓는 격이었다. 이런 가운데 2004년 무렵 식품안전기본법이 제정되고 수입·가공식품에 대한 불안감을 해소하는 차원에서 원산지표시제가 시행되기 시작했다. 이처럼 ‘안전한먹을거리’에 대한 시민들의 높은 요구와 관련 제도의 개선 속에서 다양한 형태의 유기농산물 유통구조가 생겨났으며, 유기농 친환경 시장도 확대되어 갔다.

이런 상황 속에서 한살림은 식품안전위원회, 밥상살림위원회 같은 모임들을 만들어 조합원들에게 안전한 먹을거리에 대한 교육과 홍보 활동을 적극 펼쳐나갔다. GMO, 식품첨가물, 수입농산물, 환경호르몬, 학교급식운동 등에 대해 내부 학습과 교육, 홍보 활동과 더불어 사회적 메시지 발신과 연대활동에도 적극 참여했다.

2007년부터는 ‘안전한 먹을거리 안내자 양성과정’을 개설해 사회적 교육 활동을 넓혀나갔으며, 이와 더불어 일반 조합원과 시민을 대상으로 하는 요리 강

좌, 요리책 발간, 요리 소모임 등을 통해 한살림 물품을 재료로 스스로 밥상을 차리도록 돕는 활동들을 다양하게 펼쳐나갔다.

식생활교육지원법 제정과 함께 한살림 독자적으로 식생활교육의 내용과 형식을 만들어가며 여기에 밥상살림운동의 경험들을 결합시키고 있다. 2011년에 농식품부 지정 식생활교육기관으로 선정되어 조직 안팎으로 식생활교육 활동들을 펼치고 있으며, 지역별로 강사 양성 과정과 후속 교육 활동 등을 활발하게 해오고 있다.

한편, 한살림이 오랜 동안 실천해오고 있는 도농교류 및 생산지 방문 활동, 어린이 생명학교 등은 생산과 소비, 농(農)과 식(食)을 분리시키지 않고 통합적으로 바라보도록 돕는 한살림 밥상살림운동의 중요한 특성이자 장점이다. 생명의 먹을거리를 길러내는 땅의 의미를 보다 잘 알려내기 위한 논살림 활동 역시 조합원과 생산지가 함께하는 새로운 학습과 교류의 모델로 자리 잡고 있다.

밥상살림의 사회적 확장을 위한 교류 및 자원 활동

한살림의 밥상살림은 가정의 울타리를 넘어 지역사회 속으로, 나아가 국경을 넘나드는 활동으로 그 영역을 확장해 나갔다.

한살림운동의 중요한 상징인 생산자와 소비자의 돈독한 관계 속에서 수해 등 자연재해로 피해를 입은 생산지에 위로를 전하는 성금 모금과 물품 이용을 통한 생산안정기금 조성⁶¹ 등은 건강한 밥상의 토대인 생산지의 든든한 버팀목이 되어 주고 있다. 또한 소모임 등의 자발적인 활동 가운데 저소득층 어린이 급식 지원, 소외 가정 반찬지원 등을 통해 지역사회 안에서 소소하게나마 돌봄과 나눔의 밥상을 구현해가고 있다.

61 한살림에서는 2012년 1월 연합 이사회를 통해, 기후변화 시대 생산의 안정성을 확보하기 위해 각 회원생협이 공금마진율의 0.2%를 적립하고 그 금액만큼 생산자연합회에서도 함께 적립하는 생산안정기금을 조성하기로 결정하였다.

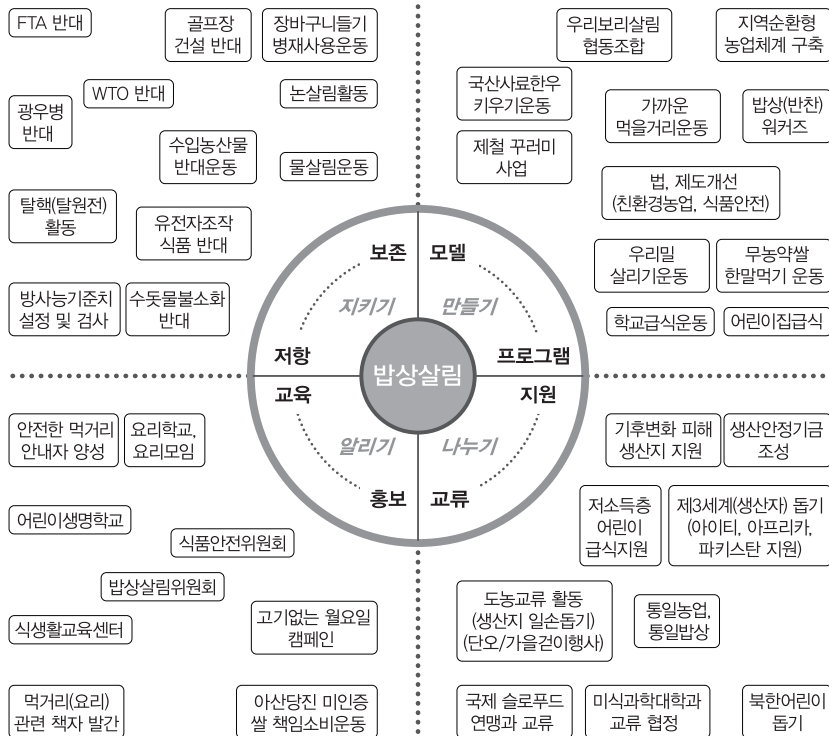
통일 벼베기, 통일농업연수 등을 통해 띄워낸 통일농업의 싹은 2006년 우리생명쌀 캠페인의 일환으로 북측에 전달한 통일쌀과 한살림서울에서 매년 진행하는 북한어린이돕기 성금 모금 등으로 이어가고 있다.

국경을 넘어선 밥상살림 관련 활동으로, 한살림과 가치지향이 유사한 국제슬로푸드협회와의 교류 활동이 있다. 2004년 해외 슬로푸드대회 참여를 시작으로 슬로푸드컨퍼런스, 테라마드레⁶² 행사 참여, 아프리카 소농 텃밭 지원, 미식과학 대학방문까지 다양하게 관계를 맺어 왔다. 또한 2001년 그린코프와 함께 아프가니스탄 난민을 위한 식수와 식량을 지원한 데 이어, 아이티 지진 피해 생산지 지원, 파키스탄 홍수 피해 농민지원, 일본 지진피해 성금 모금 등 나라 밖의 어려움을 겪는 이웃들의 생산기반과 식량을 지원하는 데 작지만 의미 있는 역할을 해 왔다.

한살림의 밥상살림이 농업살림과 긴밀하게 연결되어 있듯 이러한 활동들 역시 한살림의 도시 소비자와 농촌 생산자가 서로 협력해서 진행되는 경우가 많았다. 이처럼 우리의 농업과 밥상을 지키고 이웃과 사회의 밥상을 살리고 나누어가는 활동들을 농촌 생산자와 도시 소비자조합원이 마음을 모아서 함께 해오고 있다는 점에서 한살림 밥상살림 운동의 특성과 의미를 발견할 수 있다.

62 '땅이 곧 어머니'라는 뜻의 이태리어로, 대규모 기업 농업에 맞서 소규모의 식량생산자들의 권익에 주목함으로써 진정한 의미에서 세계화에 맞서는 건전한 농업운동을 지향하는 행사이며, 세계 여러 나라에서 개최되고 있다.

[참고] 한살림이 걸어온 밥상살림의 실천들



2. 한살림의 밥상살림운동 내다보기

한살림운동은 ‘밥’운동이다. 경쟁과 단절에서 벗어나 협동과 순환의 원리로 사람과 사람, 사람과 자연과의 관계를 다시 잇고 함께 서로를 살리는 ‘밥’운동이다. 그래서 살아있는 밥으로 나와 이웃과 자연생태계와 문명을 살리는 생명운동이 바로 한살림운동이며, 여기서 ‘밥상살림’은 ‘농업살림’, ‘생명살림’의 출발이자 구체적인 실천이다.

한살림은 우리 땅에서 농부들의 땀과 정성으로 정직하게 키운 건강한 먹거리, 자연 생태계의 순환의 질서에 따라 자란 제철 먹거리, 선조들의 삶의 지혜와 문화가 담긴 전통 먹거리를 지키고 널리 알리기 위해 지금까지 노력해 왔다.

하지만 안타깝게도 현실의 변화를 보면, 밥상을 살리는 일보다 오히려 위태롭게 만드는 일들이 점점 광범위하게 빠른 속도로 일어나고 있다. 변화의 범위와 속도가 클수록 중심을 잃지 않고 정체성을 잘 지켜나가는 일이 중요하다. 밥상살림운동 역시 시대 흐름 속에서 꼭 지켜내야 할 것과 변화시켜야 할 것을 잘 구분할 필요가 있다. 한살림 밥상살림운동의 지나온 과정을 되돌아보고 급속한 시대 변화 속에서 그 의미와 역할을 더욱 분명히 함으로써 ‘사회 속에서, 사회와 함께’ 펼쳐가는 밥상살림운동의 의미와 전망을 더욱 분명히 해나갈 때다.

밥상살림 운동의 의미와 경험을 적극 살려내기

우리 사회에서 한살림처럼 식재료를 가지고 직접 요리하는 활동들을 다양하게 지속적으로 펼쳐온 곳도 흔치 않다. 각종 요리 교실이나 소모임 등을 통해 요리 방법을 배우고 식재료로 쓰이는 농산물의 의미와 농업과 환경이 가지고 있는 가치에 대해 이야기를 나누는 활동들을 곳곳에서 펼쳐왔다. 떡 만들기, 장 담그기 등은 요리 모임의 단골 소재인데, 우리 땅에서 나는 제철 먹거리를 지혜롭게 활용한 선조들의 전통 식문화를 습득해가는 자리를 만들어 왔다. 이처럼 한살림이 강조해 온 정성이 담긴 소박한 밥상차림은 생산과 소비, 생활양식

전반에서 새로운 대안을 찾아가는 데 중요한 의미를 가진다.

요즘처럼 속도와 효율을 중심으로 하는 최첨단 시대에 오랜 시간을 통해 해당 지역의 자연환경과 문화, 그곳 사람들의 생활방식이 담긴 전통 음식의 의미가 다시금 주목받고 있다. 과학기술의 발달과 사회의 변화 속도가 점점 빨라지면서 사람 몸의 생체 리듬이 교란되고 자연 생태계 순환의 질서가 무너지고 있다. 로컬푸드, 슬로푸드 등이 자연의 특성과 다양성을 담은 대안의 먹을거리 운동으로 강조되고 있는 이유다. 이런 상황에서 한살림이 축적해 온 밥상살림 운동의 경험과 의미들을 잘 살려내어 조합원과 공감하고 사회와 공유해나가는 데 더욱 힘을 기울여야 할 것이다.

스스로 밥의 주인, 밥상살림의 주체가 되는 노력

밥과 밥상을 둘러싼 빠른 변화 속에서 밥상살림운동을 통해 해결해야 할 과제들도 적지 않다. 인공 첨가물로 가공된 먹거리가 세대를 넘어 세계인들의 입맛까지 획일화시키고 있는 상황에서, 잃어버린 미각을 회복하는 일은 밥상살림을 위한 중요한 실천 과제다. 상품화 된 먹거리에 길들여진 입맛에서 자연 본래의 맛을 되찾는 것이야 말로 올바른 밥의 주인이 되는 과정이다. 밥상을 차리는 사람들이 당당한 주인이 되어 먹거리에 대한 잃어버렸던 선택권을 되찾아올 필요가 있다. 여성 주부들만이 아니라 청년 세대에서도 노년층까지 밥을 먹는 모든 사람들이 스스로의 밥상을 차리고 밥상살림의 주체로 설 수 있도록 돕는 다양한 프로그램들을 마련해야 할 것이다. 나아가 건강하지 않은 밥, 이웃과 자연을 위태롭게 하는 밥을 거부하고, 살림의 밥상을 차리기 위해 환경과 사회, 제도의 변화를 만들어내는 일도 밥상살림운동이 앞으로 더욱 힘을 기울여야 할 영역이다. 이를 위해 초국적 식량농기업과 자유무역협정(FTA), GMO와 생명공학기술 등에 대응하는 밥상살림의 새로운 모델을 만들어가는 노력이 필요하다.

한살림형 식생활교육을 통한 대안 먹거리운동

저성장과 양극화와 같은 사회경제적 변화와 함께, 고령화와 저출산, 핵가족화와 같은 인구 구성의 변화가 밥상살림운동에 미치는 영향도 적지 않은 만큼, 이에 대한 대응책 마련도 중요하다. 물론 일반 도시 가구들에 비해 한살림 조합원 가구의 경우 전통 가족공동체의 특성을 상대적으로 더 많이 가진 것으로 나타나 밥상살림운동의 가능성과 잠재력이 여전히 높은 편이다. 하지만 지금과 같은 사회 변화 추세에 비추어 볼 때 우리에게 주어진 시간이 그리 많지 않은 것 또한 사실이다. 밥을 살리고 밥상을 바꿈으로써 모두가 조화롭게 공존, 상생할 수 있는 지속가능한 사회로 나아가기 위해서는 한살림 밥상살림운동의 비전과 전략을 구체화시켜서 단계별로 실천해나가야 할 것이다.

이와 관련해서 한살림형 식생활교육으로 밥상살림운동의 내용을 적극 발전시키고 활용해 나갈 필요가 있다. 한살림의 밥상살림운동은 식품위생 및 안전관리나 영양학적 개선의 차원을 넘어서는 것으로, 땅과 물 등 자연을 살리고, 농촌과 도시를 연결시키고, 이웃과의 공동체적 관계를 회복해 나가는 생명살림운동의 전반 포괄하고 있다. 따라서 식생활교육에 대한 사회적 관심이 높아지고 있는 이때 한살림 밥상살림운동의 핵심 가치와 활동 내용 및 경험들을 잘 정리해서 사회와 공유해 나갈 필요가 있다. 또한 패스트푸드와 육식 과잉 섭취, 대형 냉장고 사용과 음식물쓰레기의 대량 발생 등 잘못된 먹거리 문화를 바로잡고 대안적인 먹거리 운동을 사회화 해 나가는 데도 보다 적극적인 노력이 있어야 할 것이다.

밥상살림의 새로운 확장을 위한 노력

밥상살림운동의 새로운 확장으로서 개별 가정의 밥상을 넘어 이웃의 밥상, 사회의 밥상을 살리는 일에도 적극 나서야 할 것이다.

학교급식, 공공급식을 올바르게 개선하는 일은 물론 지역사회의 소외된 이웃의 밥상을 함께 돌보는 일에도 더욱 관심을 가지고 참여할 필요가 있다. 나아

가 지역은 물론 국경을 넘어서 서로를 배려하고 밥을 함께 나눌 수 있는 다양한 실천 활동들을 개발할 필요가 있다. 또한 밥과 건강, 밥과 의료 등에 대한 연구와 실천 프로그램들을 개발하여 밥상살림이 몸살림, 마음살림으로까지 이어질 수 있도록 노력해 나가야 할 것이다.

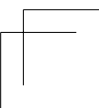
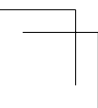
농업살림과 더욱 하나 되는 밥상살림

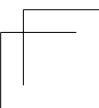
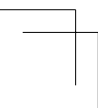
기후변화와 식량위기 시대를 맞아 밥상살림으로 농업을 살리고 식량자급의 토대를 다져나가는 일을 더 이상 늦춰서는 안 될 것이다. 뿐만 아니라 각종 개발로 농지가 급속히 사라지고 있는 가운데, 최근 들어서 방사능오염 문제와 유전자조작 작물 개발, 식물공장 건설 등으로 우리의 밥상이 새롭게 위협받고 있어, 생명의 질서와 순환의 관점에서 ‘땅’을 지키고 ‘종자’를 살리는 일 또한 밥상살림운동의 주요 실천 과제가 되고 있다. 한살림은 지금까지 노력해온 생산과 소비의 끈끈한 연대의 힘으로 밥상살림과 농업살림을 통해 농촌과 도시가 함께 협동하고 공존, 공생하는 사회를 만들어나가야 할 것이다.

[참고] 밥상을 둘러싼 사회환경 변화와 한살림의 대응 및 활동

날 짜	외부 환경 변화	목표 및 활동
1988	수입농산물(WTO)	생산기반 안정
.	식품위해성 문제	조합원 확대
.	(농약, 식품첨가물)	
.	환경오염 심화	우리밀살리기 운동
1992	식품안전 문제	
.		국내외 교류 연대 확대
.	농산물수입 확대	생활실천 활동(비누만들기 등)
.		
1996	유통구조 다양화	물품 개발 및 이용 확대
.	수입유기식품 등장	(물품개발위원회)
.	환경, 식량문제 심화	품질향상, 물품관리체계 확립
.	불소화, GMO 문제	
.	환경호르몬	수돗물불소화 반대
2000		GMO반대(소위원회/연대활동)
.	아토피	물품모니터
.	웰빙(참살이) 유행	요리책 발간
.		학교급식네트워크 활동
.	유기농시장 확대	
.		
.		식품안전활동 강화
.		무농약쌀먹기범국민운동
.		학교급식조례제정
.		
.		어린이집 물품공급 확대
.	대형 식품사고 빈발	식품안전워크숍
.		통일농업
.		먹을거리, 농업 관련 연대 강화
2004	식품안전기본법	
.	제정(2004)	식품안전활동 지원(지역별 활동)

날 짜	외부 환경 변화	목표 및 활동
2008	한미FTA	학교급식사업단 운영 먹을거리 강사양성 과정, 사회교육활동 확대 FTA반대 사회법상 GMO대응활동 광우병, 학교급식 활동 가까운먹을거리 캠페인
	기후변화 심화	유기축산(물품) 학교급식국민운동본부 슬로푸드대회
	식생활교육지원법제정	국제교류, 구호기금 모금 친환경무상급식 식생활교육국민네트워크
	방사능검출	기후변화, 식량위기 대안 모색 식생활교육기관 선정,
	에너지, 식량위기 대두	강사양성과정 진행
2012	한중FTA	식량자급기반 확대 밥상살림교육 우리보리살림협동조합, 자급축산 한중FTA반대 활동





생명의밥, 밥사를 살리자



Ⅲ. 참고 자료

음식의 역할 및 특성에 따른 정의

- **기능성 식품(functional food)** – 영양을 공급하는 기본적인 역할 외에 질병의 예방 및 회복, 신체리듬의 조절, 노화억제 등 생리학적으로 건강에 유익한 방향으로 식품의 소재나 성분 등을 강화하는 방향으로 설계하고 제조, 가공된 식품을 말함.
- **인스턴트 푸드(instant food)** – 단시간에 간단히 손쉽게 조리할 수 있고, 저장이나 보존 방법도 간단하며, 부피도 적어 수송이나 휴대가 편리한 가공식품으로, 즉석식품, 간편식품 또는 반조리 식품 등으로 불림.
- **패스트푸드(fast food)** – 주문하는 즉시 빠르게 먹을 수 있는 음식으로, 단시간에 먹을 수 있도록 하기 위해 대부분 튀기거나 볶는 조리법을 사용해서 지방 함량이 높아 건강에 이롭지 않을 뿐만 아니라 용기 또한 일회용을 많이 써서 환경오염을 유발시키는 문제가 있음.
- **정크푸드(junk food)** – 정크(junk)는 쓸모없는 잡동사니를 뜻하는 말로, 패스트푸드, 인스턴트식품같이 열량은 높은 데 반해 비타민, 미네랄, 섬유질 등 사람 몸에 필요한 필수 영양소는 부족한 식품을 말함. 정크푸드는 지방이나 염분, 식품첨가물 등이 많이 들어 있어 비만과 성인병의 원인이 되어 유럽연합(EU)이나 미국, 캐나다 등 선진국가들에서는 정크푸드에 대한 광고를 규제하고 초·중·고등학교에서 정크푸드 자동판매기 설치나 학교식당에서의 판매를 법으로 금지하고 있음. 우리나라도 정크푸드를 미끼 상품을 끼워 팔거나 어린이 시청 시간대에 광고하는 것을 금지하고 있음.

- **레토르트 푸드(retort food)** - 고압살균술(레토르트)을 통해 오래 보관할 수 있도록 살균한 음식을 플라스틱 필름 및 알루미늄 호일을 두세 겹 붙여 만든 봉지에 담아 밀봉한 것으로, 일반 가공식품은 물론 비상식품, 병원용, 도시락용으로 널리 사용됨.
- **라이트푸드(light food)** - 인공 조미료를 사용하지 않아 천천히 음미할수록 맛이 나는 음식을 ‘슬로 앤 라이트 푸드’(slow and light food)라고 부름.
- **슈퍼푸드(super food)** - 콜레스테롤처럼 나쁜 성분의 함량은 적은 반면, 영양과 항산화기능이 풍부해 독성해독과 면역력 강화, 노화방지 등 건강을 증진시키는 자연식품으로, 콩, 시금치, 토마토, 파프리카, 브로콜리 등이 대표적이 슈퍼식품으로 알려짐.
- **슬로푸드 운동(slow food movement)** - 산업화 시대에 공장식 기계화를 통해 규격화된 대량생산 방식으로 맛을 표준화, 동질화시키는 데 반대하면서, 해당 국가나 지역별 전통과 특성에 맞게 다양한 음식과 식생활 문화를 계승 발전시키기 위해 1986년 이탈리아에서 시작된 식생활운동.
 - 1989년 11월에 프랑스 파리에서 세계 각국 대표들이 모여 ‘슬로푸드 선언’을 채택하고 미각의 발전과 음식 관련 정보의 국제적인 교환, 즐거운 식생활의 권리와 보호를 위한 국제적 운동을 공식 출범시킴.
 - 1996년의 슬로푸드 법령에는 구체적 활동을 위한 다음 3가지 지침을 마련함.
 - 지킴 : 사라질 우려가 있는 전통 식재나 요리, 질 좋은 식품, 와인(술)을 지킨다.
 - 가르침 : 아이들과 더불어 소비자에게 맛(미각) 교육을 한다.
 - 지지함 : 질 좋은 재료를 제공하는 생산자(업체)를 지킨다.

- **수비드(sous-vide) 조리법** - 원재료의 맛과 질감을 최상의 상태로 유지하고 영양소 파괴를 없애는 조리법.
- **프랑켄푸드(FrankenFood ; Frankenstein + Food)** - 괴물을 뜻하는 프랑켄슈타인과 음식을 합성한 용어로 유전자조작식품을 비판적으로 일컫는 말.
- **푸드뱅크(food bank)** - 식품의 생산, 유통, 판매, 소비 단계에서 발생하는 잉여먹거리들을 기탁자들로부터 제공받아 이를 필요로 하는 복지시설이나 개인 등에게 무상으로 제공함으로써 결식계층을 돕고 먹거리 자원의 사회적 활용을 극대화하고자 하는 전문 사회 운동기관.
- **푸드테라피(food therapy)** - 주식, 부식, 후식, 간식에 쓰이는 음식 각각이 가지고 있는 다양한 성질들을 이용하여 건강을 증진하는 자연치유 건강법.
- **음식사막화(food desert)** - 신선한 과일이나 채소 등 건강에 좋은 식품을 살 수 있는 식품점이 존재하지 않아 소비자들이 양질의 식품을 구매할 기회를 박탈당한 지역.
- **음식민주주의(food democracy)** - 건강을 유지하고 생명을 이어가는 데 직접 관련되어 있는 음식에 대해 올바른 정보를 가지고 현명한 선택을 하는 것이 민주주의의 기본적 권리임을 분명히 하고 실현하는 것으로, 음식민주주의에는 개인적 소비의 차원을 넘어 사회적으로 지속가능한 생산을 하는 영역까지 포함됨.
- **음식정의(food justice)** - 모든 사람들이 안전하고 영양가 있고 문화적으로 보편타당한 먹거리를 양적으로나 질적으로 인간의 존엄성과 건강한 생활을

유지하는 데 충분한 수준에서 이용할 수 있도록 해야 한다는 의미. 먹거리를 생산, 가공, 유통, 소비하는 과정에 나타나는 불평등이나 부조리를 지속가능한 방향으로 해결하는 것으로 음식정의에는 농지 불평등 해결, 생물다양성 보존, 동물복지 실현, 먹거리 범죄에 대한 대응과 먹거리의 공평한 나눔 등 다양한 내용들을 포괄하고 있음.

- **로컬푸드(local food)** - 내가 사는 지역이나 사는 곳과 가까운 지역에서 생산되는 식품.
- **푸드마일(food mile)** - 식품이 생산된 곳에서 소비자의 식탁에 오르기까지 걸리는 거리를 말하며 식품 수송량에 수송거리를 곱한 수치로 나타냄.

속담 속에 담긴 밥의 의미들

- **“십시일반”** – 열 사람이 한 술씩 보태면 한 사람 먹을 만큼의 밥이 된다.
- **“감기는 밥상머리에 내려앉는다”** – 밥만 잘 먹으면 감기 정도는 절로 물러간다는 뜻, 밥만 잘 먹으면 병은 물러감을 이르는 말.
- **“밥 한 알이 귀신 열을 쫓는다”** – 밥심으로 산다, 귀신이 붙은 듯이 몸이 쇠약해졌을 때라도 충분히 먹고 제 몸을 돌보는 것이 건강을 회복하는 가장 빠른 길임을 뜻함.
- **“염라대왕이 수채 구멍에 산다”** – 쌀 한 톨 밥알 하나를 가볍게 다루는 것은 목숨을 버리는 것과 같다(최명희 ‘혼불’ 중에서).
- **“한술 밥에 배부르랴”** – 힘을 조금 들이고 많은 효과를 기대할 수 없다는 말.
- **“가을 식은 밥이 봄 양식이다”** – 먹을 것이 흔한 가을에는 먹지 않고 내놓은 식은 밥이 봄에 가서는 귀중한 양식이 된다는 뜻, 풍족할 때 함부로 낭비하지 않고 절약하면 뒷날의 궁핍을 면할 수 있음을 비유.
- **“보채는 아이 밥 한 술 더 준다”** – 보채면서 자꾸 시끄럽게 구는 아이에게는 달래느라고 밥 한 술이라도 더 주게 된다는 뜻, 조르며 서두르는 사람이나 열심히 구하는 사람에게는 더 잘해 주게 된다는 뜻.

- **“열의 한 술 밥이 한 그릇 푼푼하다”** – 열 사람이 한 술씩 보태서 밥 한 그릇을 만든다는 뜻, 여럿이 각각 조금씩 도와주어 큰 보탬이 됨을 비유적으로 이르는 말.
- **“죽사발이 웃음ियो 밥사발이 눈물이라”** – 먹을 것이 있어도 근심과 걱정 속에 지내는 것보다 가난하게 살더라도 걱정 없이 사는 편이 낫다는 말, 죽을 먹으며 가난하게 사는 집안은 화기에애하나 돈 많은 집안은 불화가 그치지 아니함을 비유적으로 이르는 말.
- **“비 오는 것은 밥 짓는 부엌에서 먼저 안다”** – 비가 오려고 기압이 낮아지면 아궁이에 불이 잘 안 붙으므로 부엌의 아낙네들이 비 오는 것을 먼저 알게 된다는 말.
- **“부처님 공양 말고 배고픈 사람 밥을 먹여라”** – 부처에게 재물을 바쳐 가며 보람도 없는 공양을 할 것이 아니라 그 재물을 가지고 굶주린 사람들을 조금이라도 도와서 밥을 먹이는 것이 참된 길이라는 뜻, 남에게 어진 일을 하여 덕을 쌓으면 복이 저절로 옴을 이르는 말.
- **“지어 놓은 밥도 먹으라는 것 다르고 잡수라는 것 다르다”** – 같은 밥도 먹으라고 낮추어 말하는 것과 잡수라고 공대하여 말하는 것이 다르듯이, 같은 것을 대접하여도 예절을 지켜 공손하게 대하는 것과 그렇지 못한 것이 상대방에게 주는 영향은 큰 차이가 있음을 비유적으로 이르는 말.

한살림 장보기에 나타난 먹을거리의 의미들

- **곡류** – 쌀은 이 땅에 사는 사람들의 생명 유지를 위한 기초 물질 중 으뜸 역할을 해온 지 5천 년 이상이 되고 있습니다. 한살림에서는 인간이 다른 생명 및 사물과 좋은 관계를 유지하며 살아갈 수 있도록 큰 역할을 하고 있는 핵심 식량 자원으로 쌀을 바라보고 있습니다. 앞으로도 우리 땅과 우리 밥상에 서 온 우주 생명의 기운을 오롯이 담아내고 있는 쌀이 그 역할을 다할 수 있도록 노력해 나가겠습니다.
- **채소** – 빛과 같은 자연의 생명 유지력을 인간에게 공급하는 주요한 통로는 채소입니다. 채소가 풍성한 밥상이 한살림이 원하는 밥상이며 이를 통해 우리 농촌의 들판도 더욱 생기 있게 펼쳐질 수 있습니다. 한살림은 지속적인 생산이 가능한 이로운 농법을 통해 살뜰하게 채마를 가꾸고 있습니다.
- **과실** – 수정을 통해 맺어진 하나의 열매 안에는 우주의 질서가 고스란히 담겨있습니다. 온전한 생명을 담고 있는 달콤한 열매는 사람뿐만 아니라 벌레나 새들도 좋아하는데 한살림은 무차별적인 농약과 제초제, 호르몬제를 살포하는 대신에 최대한 친환경적인 농법을 통해 공생을 도모하고 과수의 생명력을 키워내고 있습니다.
- **축산물** – 축산물은 한자로 ‘밭을 검게 하는 산물’이라는 의미를 담고 있습니다. 한살림의 축산물 공급은 지역 자원 순환을 통해 농사짓는 구조를 올바르게 세워 바른 식량 공급을 하자는 취지에서 시작되었습니다. 축산 분뇨는 기름진 거름이 되어 우리 밭을 윤택하게 하고 풍성한 농작물을 길러낼 수 있습니다.

다. 그러나 과도한 육류 소비를 조장하는 서구 문화는 지구 생태계에서 많은 문제를 노출하고 있기 때문에 곡채식을 중심으로 필요한 만큼만 육류를 섭취했던 우리 전통 식문화를 지향합니다.

- **수산물** – 우리 인체와 지구 표면의 70% 가까이가 물로 이뤄져 있습니다. 물이 죽으면 사람 생명도, 지구의 앞날도 이어갈 수 없습니다. 그러나 당장의 사람 먹이를 생산하기 위해 무차별적으로 바다 자원이 착취되고 오염되고 있습니다. 한살림 수산물은 이러한 바다의 오염을 고민하고 바다 속 다른 생물들과 공생하는 삶을 반영하고 있습니다.

- **가공식품** – 연간 40조 원 이상의 우리나라 가공식품 시장에서는 현재 대부분 수입 농산물이 원료가 되고 있습니다. 이러한 실정 속에서 우리 농산물을 이용한 가공품은 우리 농업 살림에 있어서 매우 중요한 역할을 할 수 있습니다. 한살림 가공식품은 생산 시설을 우리의 농촌 지역에 두고 우리땅의 안전하고 투명한 농산물을 기본 재료로 하고 있습니다. 이들 물품에는 소비 생활의 편리성에 앞서 바른 먹을거리를 전달하고, 농업 위기를 헤쳐 나가고자 하는 의지와 희망을 담고 있습니다.

밥상살림 관련 글 모음

밥 먹는 자식에게 - 이현주

천천히 씹어서 / 공손히 삼켜라
봄에서 / 여름 지나 / 가을까지 / 그 여러 날들을
비바람 땀별으로 / 익어온 쌀인데 /
그렇게 허겁지겁 / 삼켜버리면
어느 틈에 / 고마운 마음이 들겠느냐
사람이 고마운 줄을 모르면 / 그게 사람이 아닌 거여

식사기도 - 다일공동체

한 방울의 물에도 / 천지의 은혜가 스며있고
한 톨의 곡식에도 / 만인의 땀이 담겨 있습니다.
이 땅에 밥으로 오셔서 / 우리의 밥이 되어
우리를 살리신 / 예수 그리스도를 본받아
우리도 이 밥 먹고 밥이 되어
다양성 안에서 일치를 추구하는 / 삶을 살겠습니다.
밥상을 베푸신 / 하나님의 은혜에 감사드리며
맑은 마음, 밝은 얼굴 / 바른 믿음, 바른 삶으로
이웃 살리기를 다짐하며 / 감사히 식사를 들겠습니다.

쌀 한 톨의 무게 - 홍순관

쌀 한 톨의 무게는 얼마나 될까. / 내 손바닥에 올려놓고 무게를 잰다.
바람과 천둥과 비와 햇살과 / 외로운 별 빛도 그 안에 스몄네.
농부의 새벽도 그 안에 숨었네. / 나락 한 알 속에 우주가 들었네.
버려진 쌀 한 톨 우주의 무게를 / 쌀 한 톨의 무게를 재어본다.
세상의 노래가 그 안에 울리네.

쌀 한 톨의 무게는 생명의 무게 / 쌀 한 톨의 무게는 평화의 무게
쌀 한 톨의 무게는 농부의 무게 / 쌀 한 톨의 무게는 세월의 무게
쌀 한 톨의 무게는 우주의 무게

긍정적인 밥¹ - 함민복

시 한 편에 삼만 원이면 / 너무 박하다 싶다가도
쌀이 두 말인데 생각하면 / 금방 마음이 따뜻한 밥이 되네

시집 한 권에 삼천 원이면 / 든 공에 비해 헐하다 싶다가도
국밥이 한 그릇인데 / 내 시집이 국밥 한 그릇만큼
사람들 가슴을 따스하게 덥혀줄 수 있을까
생각하면 아직 멀기만 하네

1 1996, <모든 경계에는 꽃이 핀다>, 창비.

시집 한 권이 팔리면 / 내게 삼백 원이 돌아온다
박리다 싶다가도 / 굵은 소금이 한 뒷박인데 생각하면
푸른 바다처럼 상할 마음 하나 없네.

땅은 밥이다² - 나해철

나무뿌리 깊은 돌밭을 일구시던
팔순의 할아버지께서 말씀하셨지요
땅은 밥이고 / 목숨은 땅에서 시작된다고요
평생 논밭을 떠난 적이 없으셨으므로
흙 속에 서시면 그대로 한 줌 흙이 되시는
할아버지께서
아카시아 뿌리 뽑아내어 새 밭을 일구실 때
죽은 것들을 안아들여 / 새 생명을 낳는 땅은
자비로운 하느님의 앞가슴과 같다고도 말씀하셨지요
몸도 마음도 고된 날은 / 향그럽고 포근한 봄흙이 불러
가서 누우면 평안하실 것 같다고도 하셨지요
산굽이 휘돌아 흐르는 은빛 강을 / 바라보시는 장사 /
봄 대지의 아지랑이는 / 밥그릇에서 오르는 김과 같고
살아있는 것 중에 / 땅으로 다시 돌아오지 않는 것은
아무것도 없으므로
누구도 땅을 함부로 대해서는 안된다고 말씀하셨지요

2 1993, 〈아름다운 손〉, 창비.

그 가을이 깊어 / 단단해진 열매들이 땅으로 떨어질 때
뒤따라 할아버지도 돌아가셨지요
그리고 어느 것엔가 / 건강한 생명을 주셔서
지금 바람 속에 푸르게 푸르게 살아있게 하고 계시지요

밥 한 그릇은 만고진리³ – 김지하

“오늘날 문명은 ‘밥’과 ‘똥’을 잊어버렸다. 그 결과 우리는 병들고 대지는 죽어가고 있다. ‘밥’과 ‘똥’은 새 문명의 중요한 주제다. ‘밥’과 ‘똥’ 사이에 ‘틈’이 있다. 여기에 새 문화가 숨어 살고 있다. 이 ‘틈’을, 이 생명의 ‘틈’을 드러내고 넓혀 나감으로써 ‘밥’과 ‘똥’을 해결하는 것이 어찌면 새로운 문화의 ‘핵’인지도 모르겠다. 이 ‘틈’은 ‘밥’에 관한 생각에서 시작된다. 예나 지금이나 밥 한 그릇은 만고진리다.”

3 1995, <밥, 김지하 이야기모음>, 숲 출판사.

밥의 위기 생명의 위기⁴ – 이병철

쌀과 문화와 생명

… 오늘날 우리는 참으로 심각한 위기 속에 놓여 있다. 인간의 인간에 대한 경제와 극도의 불안, 격심한 경쟁, 공동체성의 파괴, 밥과 물과 공기와 땅의 심각한 오염, 자연생태계의 훼손과 파괴 등 위기는 전면적이고 근원적이다.

사람을 상품화하고 함부로 죽이며 극도의 이기심과 끝모를 탐욕 속에서 내일에 대한 불안에 떨고 있는 이 위기는 어디에서 비롯되는가. 이 위기의 본질은 무엇인가. 그것은 반자연적인 물량중심적 가치관에서 비롯되는 것이다. 공생의 가치관, 생명중심의 가치관이 아닌 물질과 대량생산과 대량소비, 대량폐기라는 산업화, 기계화 중심의 공업적 사고관에서 기인되는 것이다.

그것은 구체적으로 한 톨의 쌀을 함부로 다루고 함부로 버리는 것에서 비롯되는 것이다. 그것은 쌀을 생명으로 보는 것이 아니라 상품으로 보는 것에서 비롯되는 것이다. 아무렇게나 버리는 쌀과 밥, 쌀과 밥을 돈으로 판단하는 가치관과 삶에서 병든 세상과 반생명문화가 창궐하는 것이다. 쌀의 천시는 농업 농민의 천시이고 밥의 천시요, 그것은 곧 생명의 천시이다. …

이제 우리는 쌀을, 이 땅의 농업을, 생명을 새롭게 보고 바르게 지켜나가야 한다. 우리들의 밥상에서부터, 쌀독에서부터, 도시락에서부터 하늘 땅 사람이 함께 어울리는 생명의 대동세계를 향하여…….

밥, 건강과 생명

… 일찌기 예수께서 ‘이는 내 몸이다, 너희가 이것을 받아 먹어라’고 하신 것이나 해월 선생께서 ‘한 그릇의 밥 속에 만고의 진리가 담겨 있다’고 하신 것은 모

4 1994, 《밥의 위기 생명의 위기》, 종로서적.

두 밥이 곧 생명이자 하늘임을 설파하신 말씀이라 하겠다. 따라서 우리가 추구하고 있는 생명공동체운동도 그 핵심이 바로 ‘밥을 제대로 먹자’는 운동 곧 살아있는 생명의 밥을 함께 올바르게 나누어 먹자는 운동이라 할 수 있다.

살아있는 생명의 밥을 위해서 땅과 물을, 자연생태계를 지키고 살리는 유기·자연농업의 실현과 밥을 제대로 나누어 먹기 위해서 밥을 사고팔지 않고 생산자와 소비자가 함께 생명을 나누는 생활공동체, 도농공동체운동을 하며, 이 밥을 알맞게 잘 먹음으로써 생기차고 활력이 넘치는 삶을 위해서 생활건강활동을 하는 것이기 때문이다.

… 한 그릇의 밥이 어떻게 만들어지는지 그 밥의 의미와 소중함을 알고 밥을 제대로 올바르게 먹을 때 비로소 우리 자신의 건강과 생명은 물론 우리의 삶의 자리-우리의 사회도 생명의 기운이 넘치는 밝고 건강한 세상을 이룰 수 있을 것이다. 따라서 우리의 생명공동체에 있어서 가장 기본과제는 밥에 대한 이치를 깨닫고 이를 우리의 삶 속에서 구체적으로 실현시켜 나가는 일이 되어야 할 것이다. …

밥이란 곧 다른 생명이요, 우리의 생명이란 우리 자신의 것임과 동시에 다른 생명의 것이기도 하다. 우리의 몸세포 하나라도 온전히 우리 자신의 것으로만 들어진 것이 없듯이 한 톨의 쌀알도 우주만물의 생명을 먹이(밥)로 하여 이루어진 또 다른 생명인 까닭이다. 도대체 우리의 것, 내것이란 어디에 있는가. 모든 생명은 다른 생명의 밥인 까닭에 내 생명 속에는 모든 생명이 들어 있고 모든 생명 속에는 또한 나의 생명이 들어 있는 것이기도 하다.

그래서 밥 먹는 일이 곧 생명에 관한 일이요, 생명을 내 몸 안에 모시는 일이기 에 가장 거룩하고 중요한 일이 되어야 한다고 가르쳐 온 것이라 하겠다.

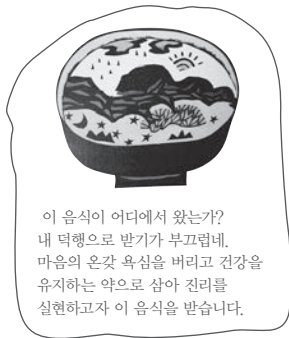
밥, 성만찬, 발우공양⁵ - 윤형근

1888년 무자년에 조선 땅에 전국적으로 큰 가뭄이 들어 논밭이 모두 말라 흉년과 기근이 만연했을 때, 해월 최시형 선생은 “밥 한 그릇을 알면 만사를 안다(食一碗 萬事知)”고 법설을 하면서, 같은 해에 “유무상자(有無相資)”라 하여 있는 사람과 가난한 사람이 서로 도우라는 법설도 함께 내린다. … 유독 ‘한 그릇의 밥’의 의미에 초점을 맞춘 최시형 선생의 생각에는, 밥 한 그릇은 우주만물의 협동과 조화, 즉 “따사로운 햇빛, 교묘한 달빛과 별빛, 서늘한 바람과 물, 벌레와 땅 속 미생물들의 상호작용, 그리고 농민의 땀과 여성의 살림”이 함께 이루어내는 협동의 결실이라는 자각과 이 자각을 통한 나눔의 삶, 협동적 삶의 실천에 동학의 정수가 있다는 것을 강조하고 싶었던 것으로 보인다. 생태계 순환의 원리를 종교적으로 표현하였다고 여겨지는 “한울이 한울을 먹는다”는 이천식천(以天食天)의 논리도 약육강식의 논리나, 자연과 사회적 약자를 약탈하는 자본의 논리와는 차원을 달리한다. 이처럼 동학은 ‘밥’의 종교라 할 만큼 밥을 통해 세상만사의 이치를 읽고 밥을 통해 그 이치에 맞게 사는 법을 알리고 있었다.

5 모심과살림총서3 『밥과 명상』 中.

오관계⁶ (공양 전에 독송하는 공양 시)

計功多少量彼來處 (계공다소양피래처) - 이 음식이 어디에서 왔는가?
忖己德行全缺應供 (촌기덕행전결응공) - 내 덕행으로 받기가 부끄럽네
放心離過貪等爲宗 (방심이과탐등위종) - 마음의 온갖 욕심 버리고
正思良藥爲療形枯 (정사양약위료형고) - 육신을 지탱하는 약으로 알아
爲成道業應受此食 (위성도업응수차식) - 깨달음을 이루고자 이 공양을 받습니다



지금 먹는 이 음식이 상에 오르기까지 얼마나 많은 사람들의 손을 거쳐 왔는가를 생각하며 그 사람들의 노고에 진심으로 감사합니다. 나아가 이들을 길러준 햇빛과 공기, 흙과 물 등 자연의 은혜에도 감사합니다.

이 음식을 대하는 나는 과연 남을 위한 일을 얼마나 열심히 해왔는지, 과연 이 음식을 받을 자격이 있는지를 돌아보고 반성합니다.

무의식중에 음식을 가리거나, 맛 좋은 것은 더 먹고 싶어 욕심을 내거나, 맛없는 음식에 화를 내고 멀리하는 어리석은 마음을 가지지는 않았는지 살펴봅니다.

이 음식을 먹음으로서 굶주림과 갈증을 풀고 육신을 건강하게 하도록 노력합니다.

나아가 음식을 먹는 궁극적인 목적은 진리를 깨닫고 뜻을 이루는 데 있음을 확인합니다.

6 불교 계승 '소심경' 中.

한살림 발간물에 나타난 밥상살림 관련 생각들

약상인 밥상

한살림공동체운동이 시작되었습니다. 사람을 거룩하게 생각하고 사람생명, 땅, 쌀, 메뚜기, 우주만물의 생명을 회복하고 살려내고자 하는 살림운동-한살림운동-을 시작한 것입니다. 일상적이고 구체적인 살림살이 속에서, 독약으로 죽음 당하는 밥상을 살려내는 활동으로부터 시작하고 있습니다. ... 밥상을 살려내는 일을 통해서 가족의 건강과 생명을 보호하고, 죽음의 살림의 이치를 깨달아, 보급하고 확장해가면 모든 생명을 살려내는 세상을 이루어내는 삶이 될 것입니다.

- 박재일, 1988. 9 소식지

콩나물 얘기 좀 합시다

사람은 밥에 의지하지 않고는 살 수가 없습니다. 밥은 우주 전체의 협동의 산물입니다. 한 알의 쌀은 인간의 협동적인 노동과 물, 흙, 메뚜기, 지렁이, 거미와 바람, 비와 계절의 변화, 해와 달 등이 모두 다 한결같이 협동을 해서 생산하게 되는 것입니다.

- 김지하, 1988.4 한살림공동체소비자협동조합 창립총회

밥을 사고팔 수 없는 까닭은?

밥은 사고 팔 수 없습니다
한 그릇의 밥 속에는 하늘, 땅, 사람이 있습니다
밥이 하늘입니다 밥이 땅입니다 밥이 사람입니다
밥이 생명입니다
생명을 사고 팔 수 없듯이 생명을 이어주는
그 생명인 밥을 사고 팔 수 있을까요
생명은 서로 나누는 것입니다
이 세상에 내 것으로 소유할 수 있는 것은 아무것도 없습니다
이 세상에 내가 사고팔 수 있는 것은 아무것도 없습니다
저 하늘의 구름을 내 것으로 소유할 수 없듯이
저 바다 위의 파도 또한 내 것으로 소유할 수 없습니다

새벽 별빛을 받아 땀한 아침이슬을
내 것이라 할 수 없듯이
샛노란 민들레 위를 사뿐히 날아가는 저
하얀나비를 사고 팔 수 있을까요
한 술의 밥 속에는
별빛과 이슬과 나비의 날개짓이
들어 있습니다

— 이한, 1990. 12 소식지

한살림 밥상 어떤 정신으로 차려지고 있나?

한살림공동체소비자협동조합은 밥상살림을 매개로 해서 파괴된 생산터전과 단절된 인간관계를 살려내고자 하는 곳입니다. 그렇기 때문에 한살림 밥상은 완전 유기농으로 생산된 물품과 과정상에 있는 물품이 함께 마련됩니다. ... 우리의 밥상이 온전히 살아나기 위해서는 마음 놓고 유기농산물 생산에 농민이 전념할 수 있는 생태계 연구와 정보 제공, 대기오염, 수질오염원의 근절, 과정을 소중히 아낄 줄 아는 소비자, 나만 더 좋은 것 먹겠다는 생각에 앞서 어떻게 하면 좀 더 많은 사람들이 죽음의 질서를 걱정하고 생명의 본성에 맞는 삶의 질서를 찾는 대안에 함께 서게 할 것인가에 대한 지혜가 절실합니다.

— 1992. 4 한살림소식지

민족주체의 밥상공동체를 이루자

온 우주 생명은 본질적으로 밥상공동체 관계 속에 있다. 그러나 이 우주 밥상공동체에 인간중심적 개입의 시작인 농경사회 뒤로부터 인류사는 밥상의 크기와 소유관계를 둘러싼 갈등으로 그 공동체성을 분해해 온 역사라고 할 수 있다. 인간에 의한 공동체 밥상 파괴의 극치인 오늘날 산업사회는 사람중심 밥상의 양은 일정하게 키웠으나 전통적인 소유모순과 농경사회와는 전혀 다른 뜻에서 밥상의 질의 모순까지 증폭시켰다.

사람이 만들어가는 산업기술 이데올로기가 하나의 체제로 굳어지면 질수록 본질적으로 공동체인 밥상의 파괴도 심화되고 있다는 현실인식에서 출발한 한살림은 그래서 사람이 만든 구조에 앞선 선형적 공생질서의 복권을 자기사상의 근저로 삼아 밥상공동체 건설을 그 실천의 제1과로 삼아간다.

— 천규석, 1992. 8 한살림 소식지

밥상공동체의 실현은 한살림 세상

우리가 매일 모시고 있는 밥상에는 농민·노동자·빈민들의 소외와 다국적 기업의 횡포·독재·독점·환경오염 등 세상의 온갖 모순이 담겨져 있습니다. 그렇게 조여 있는 밥상을 풀어서 해방시키고 농촌과 도시, 생산자와 소비자가 똑같은 밥상을 차려내는 밥상공동체 운동이야말로 지금 한살림이 이루어 내려는 공통의 목표입니다.

— 1993. 10 소식지

밥상살림의 그 마음자리에 새롭게 서야 합니다

오늘도 밥상을 받습니다. 밥상을 받으며 불가의 발우공양의 오관계(五觀偈)를 생각합니다. 참으로 이 밥상이 차려지기까지는 얼마나 많은 사람들의 땀흘리는 노력과 정성이 있었으며 자연과 우주 만물의 노고와 은혜가 있었는지를, 그리고 나는 과연 다른 생명을 위해 무엇을 얼마만큼 했는가를 생각하면 한일없이 이 밥상을 받기가 참 무겁습니다. ...

한살림운동이란 다름아닌 밥살림운동이라고 우리는 믿고 있습니다. 밥이 생명이라는 것이 우리의 고백이며 밥을 제대로 알고 제대로 먹는 일이 곧 대립과 경쟁 속에서 밥을 사고 팔고 독으로 오염시키는 이 죽음과 파멸의 병든 세상을 치유해나가는 기본 과제임을, 그래서 새로운 생명의 대동세계는 부엌에서, 밥상에서, 농촌의 들판에서 이루어지는 것이라는 것이 우리 운동의 확신입니다.

— 이병철, 1994. 7 소식지

밥상은 목숨이다

내 생각에 밥상은 우리 국민의 목숨줄이다. 아니 인류가 밥상을 제대로 지키지 못한다면 인류의 미래는 없다... 첫째, 벼를 주식으로 한 밥상은 국민의 건강을 지켜줄 것이다. ... 둘째, 가족이 둘러앉은 현미 위주의 밥상은 가정을 살려낼 것이다. ... 한살림에서 하루 한 끼라도 온 가족이 둘러앉아 밥먹기 운동을 벌였으면 좋겠다. ... 셋째, 제대로 된 밥상은 병든 사회를 치료할 것이다. ... 우리가 주식(主食)을 제대로 세우는 일은 사실 국가의 주권을 찾는 일에 다름 아니요, 거기서 그치지 않고 인류의 갈 길을 제시하는 위대한 발걸음을 걷는 길이다. 이 일을 한살림이 아닌 어디서 시작할 것인가? 한살림이 나서서 국내의 종교인들과 시민환경운동가들의 협력을 이끌어낸다면 우리 국민은 분명 코 주식을 세우고 논을 지키고 인류에게 지혜로운 상생의 길을 제시할 것이라고 믿는다.

이제 누가 밥상을 지키는 일을 작은 일이라고 할 것인가?

— 장택희, 2001. 7 한살림 소식지

밥 이야기

밥이란 게 희생이란 뜻이에요. “저 높은 내 밥이다” 이런 말을 우리가 습관적으로 하잖아요. 저 인간 내 맘대로 이용해먹겠다는 소리지만, 사실은 저 사람 때문에 내가 산다는 얘기거든요. 밥이란 게 원래 그런 뜻이에요. 누군가를 위해 희생한다는 것이지요. 세상의 이치라는 것이 근본적으로 만물이 저마다 누군가의 밥이 되어야 돌아가게 되어 있잖아요. 지금은 우리가 누군가의 밥이 되지는 않고, 저 혼자 일방적으로 먹으려고 하니까 세상이 지옥이 되는 겁니다. 그러니까 우리가 밥의 정신으로 돌아가야 해요. 내가 먼저 누군가의 밥이 돼야 한다는 거지요. 농사를 짓는 농부를 우리가 도와서, 농민들에게 우리가 밥이 돼줘야 해요. 그리고 농민은 우리들을 위해서 밥이 되고요. 이런 식으로 순환을 계속해야 합니다. 부모는 자식의 밥이고, 아이들은 늙은 부모의 밥이 되어 부모에게 공양을 바치고… 이런 식으로 모든 존재가 모든 존재에 대해서 밥이 되는 것, 해월 선생이 이천식천이라는 아름다운 표현으로 말씀하셨잖아요. 한울님이 한울님을 먹고 산다고, 존재하는 모든 게 한울님이라고 하셨잖아요.

옛날 사람들은 ‘밥’을 체득하고 있었습니다. 밥을 절에서는 ‘공양’이라고 하잖아요. 절집에서는 “밥 먹는다”라고 안 하고 “공양한다”라고 하잖아요. 왜 그런 말을 쓰는지 사실 스님들도 정확히 아시는 분이 많지 않아요. 원래 예전부터 내려오는 전통이라고 막연히 생각하는 것 같아요. 그런데 ‘공양’이라는 말은 본래 공희라고 번역되는 힌두어 야즈나(yazuna)에서 온 말이거든요. ‘야즈나’라는 것은 자기를 바친다는 의미, 즉 희생이라는 말인데, <바가뵈기타>에 보면 이것이 고대 인도 사상에서 가장 핵심적인 개념인 것 같아요. 우주의 질서를 떠받치고 있는 가장 중요한 원리가 ‘자기희생’이라는 것입니다. 그게 결국 밥이죠.

네가 내 밥이다 이렇게 얘기하지 말고, 내가 너의 밥이다, 이렇게 생각을 전환

시켜야 해요. “내가 네 밥이다. 나를 먹고 네가 건강해져라.” 서로가 이렇게만 하면 모두가 행복해져요. 이게 바로 이천식천의 마음이 아닙니까. 이렇게 생각하면 참으로 간단하게 풀리는데, 왜 이렇게 안될까요. 한살림도 높아지려고 하면 안 돼요. 겸손하게 밥이 되려고 해야 합니다. 장일순 선생님의 사상이나 그분이 살아가신 방식은 나 같은 사람이 절대로 흉내 낼 수도 없지만, 감히 선생님의 사상을 한마디로 표현한다면 끊임없이 자신을 낮추어 남에게 밥이 되 고자 하는 ‘근원적인 겸허’의 사상이 아닌가 해요.

— 김종철, 「살림이야기」 01호, 2008

밥 같은 사람들을 만나다

‘밥’이라는 쉼을 통해 영커가는 세상을 풀어내려는 한살림은 지속가능한 삶을 위한 첫걸음을 바른 먹을거리로 잡았다.

친환경 쌀 한 말이 땅 7평을 살린다!

쌀은 우리 몸을 튼실하게 지켜내는 힘의 원천으로 가장 안전하고 에너지효율이 높은 식품으로 알려져 있다. 대량생산과 기아 해결이라는 미명 아래 농약과 화학비료, 제초제를 마구 뿌리며 짓던 일반농으로 많은 땅이 생명을 잃고 말았다. 친환경농법은 그런 땅을 조금씩 살려내고 있다. 집에서 먹는 친환경 쌀 한 말이 땅 7평을 살린다고 한다. 직접 허리 굽혀 풀 한 포기도 뽑지 않은 채 단지 건강만을 위해 사먹었을 뿐인데 땅을 살리는 일로 연결된다는 사실이 놀랍다. 내 밥상을 살리는 일이 곧 농업을 살리고, 땅을 살리는 통로임을 자각하는 순간 조합원 한 명, 한 명의 존재감이 크게 다가온다.

전국이 고향이 되더라!

집에서 밥을 차리지만 그 밥상 위에서 전국의 생산자를 다 만난다. (중략) 이윤을 목적으로 하는 기업이나 수입유기농과는 달리 오직 내 자식에게 하듯 이로운 음식을 먹이겠다는 바른 마음으로 땀 흘려 농사짓는 마음이니 이제는 더 이상 안전하다는 잣대만으로 부족하다. 바른 먹을거리여야 한다.

이웃이 생기더라!

한살림은 사람을 만나게 한다. 먹을거리를 통해 사람을 만나고 음식을 나누며 정을 쌓아간다. 그러다가 뜻이 맞으면 팔 걷어 부치고 동네살림과 어려운 이웃을 돕는 일에 나서기도 한다. 말이 통하는 사람들과 밥 같이 먹으니 닫힌 마음이 열리고 마음도 열린다. 한살림 먹을거리를 통해 이웃이 생기니 그 의미가

크다. 더불어 함께 사는 것도 역시 밥으로부터 비롯된다.

아이들이 달라지더라!

‘녹색평론’의 김종철 선생은 아이들에게 가장 필요한 것은 바르게 먹는 것, 부모의 사랑, 가슴에 남는 좋은 이야기라 했다. 무엇을 먹느냐에 따라 마음이 달라지고 됃됨이가 달라지기 때문이다. 화학조미료와 인공적인 단맛에 길들여진 아이들은 자연의 맛을 느끼지 못할뿐더러 먹을거리의 위험으로부터 자신의 몸을 지켜낼 수 없다. 쓴맛을 잘 느껴야 몸에 들어오는 위험신호를 감지할 수 있다고 한다. 제철에 나는 자연음식과 유해첨가물이 들어가지 않은 가공식품 등 한살림 먹을거리는 점차로 아이들의 자연미각을 살려낸다. 또한 스스로 음식을 가릴 줄 알게 되어 성분을 꼼꼼히 확인하여 선택하는 주체자로 변화된다. 생산지를 다니면서 그 노고에 감사하는 맘을 얻게 되니 심성도 달라진다. 밥을 소중히 대하는 근본을 아는 아이들은 마음보다 생각보다 크게 자라리라.

살림하는 마음가짐이 달라지더라!

단지 가사노동이라는 말 안에 가두었던 집안살림이 한살림을 하면서 ‘살려내는 일’이라는 것을 알게 된다. ... 밥을 소중히 여기게 된다. 누구나 먹는 밥, 그 밥을 통해 생명을 존중하게 되고 살아가는 이치를 배우게 된다. 거창한 명분을 위해 소수의 특정집단이 나서는 것과는 달리 밥 먹는 생활인이라면 누구라도 집안에서 할 수 있는 일이 바로 한살림이다. 한살림은 밥을 통해 사람의 도리와 세상의 이치를 배우는 맑은 쏠이다.

— 2008. 10 한살림 서울 소식지

[참고] 한살림 소식지 중 밥상살림 관련 주요 목차⁷

구 분	날 짜
식품안전 관련	
수은! 무섭습니다 (연재)	1988.07
제조제를 아십니까?	1988.09
냉장냉동식품 대장군 우글	1988.07
우리 식탁에 오른 '체르노빌'	1989.06
〈식품첨가물〉 - 우리는 매일 독을 먹고 있다	1990.03
청소년과 가공식품	1991.07
식품첨가물은 과연 안전한가?	1991.07
쉽게 할 수 있는 착색료 실험	1993.06
햄,소시지의 전분실험	1993.08
청량음료, 얼마나 해로울까	1994.07
아이들 과자, 먹을 만한가 - 알록달록한 유혹	1995.11-12
알게 모르게 먹는 갖가지 식품첨가물	1997.05-06
햄,소시지, 발암성이 있는 발색제, 보존에	1997.07-08
호르몬 교란물질의 공포	1998.여름
식품첨가물, 얼마나 해로울까	1998.여름
후손을 위협하는 환경호르몬	1999.봄
또다른 재앙을 몰고 올 유전자조작식품	1999.봄
국민생명안전에 너무나 안이한 정부 - GMO식품표시제, 시작부터 계도기간 뒤 유명무실화	2001.07
유전자조작식품표시제 모니터링 실시	2001.8
한일생협의 유전자조작식품 대처방안 공동 모색	2001.10
유전자 전이 생태파괴, 누가 책임지나!	2002.11

7 한살림소협(1988~1993), (사)한살림(1994~2008), 한살림연합(2011~2012) 소식지를 참고함.

구 분	날 짜
〈그림이야기〉 햄버거와 된장의 차이	2004.7
위험받는 식탁안전, 함께 머리 맞대고 풀어야 – 제정 임박한 식품안전기본법	2004.8
〈그림이야기〉 오렌지주스가 기가막혀!	2004.8
〈그림이야기〉 “나도 중국집 자장면 먹지 않겠다”	2004.9
함께보는 영화 Supersize me	2004.12
GMO는 인위적인 통제가 불가능한 ‘생명체’라는 사실	2005.5
생명의 씨앗 종자는 상품이 아니어야 한다	2005.5
방사선조사식품, 선택적 구입할 수 있게 반드시 표기하라	2005.12
전국식품안전활동워크숍진행 “우리 아이들에게 이런 식품은 안돼!”	2005.7
불량음료들의 양심고백 “우릴 물로 보지마, 다쳐!”	2005.8
극심한 생리통과 불임의 원인, 환경호르몬	2006.11
‘환경호르몬의 습격’ 주재 방송 후 사회적 충격… 친환경먹을거리, 채식 등 효과	2006.10
전자레인지, 그 네모난 상자 속에서 일어나는 일	2006.10
무항생제 ‘구정물’ 돼지고기	2006.10
지하수 농약 오염이 불러온 인도 살충제 콜라사테	2006.9
기생충알보다 더 유심히 봐야 할 중국산 김치의 파장	2006.11
인간이 만든 위대한 속임수 식품첨가물	2006.7
두껍아, 두껍아, 장난감 줄게 햄버거 사다오?	2006.6
광우병 소고기, 결국 급식 통해 내 아이 입으로? – 수입 재개 논란	2006.9
광우병 쇠고기 상륙 안돼! 소비자대책위 대응 활발	2006.10
GMO 빗장 활짝 열린 세상, 이 두려운 세상	2007.5
GMO콩, 광우병쇠고기, 전통 음식문화와 충돌 예견	2007.6
시중 유기농 이유식에서 GM성분 검출 논란	2007.12
대형마트가 먹어 치우고 있는 것들	2007.6
항생제 때문에 아이들이 병을 달고 다닌다!	2007.9
맛있는 생선 속 다이옥신	2007.8
멀고먼 아메리칸드림, 냉혹한 패스트푸드 비즈니스	2007.6
건강을 해치는 최악의 공합, 트랜스지방과 패스트푸드	2007.1
당뇨의 섬 미크로네시아, 비만의 나라 한국	2007.10
색소, 합성감미료, 합성보존료는 이제 그만, 과자전쟁	2007.6

구 분	날 짜
급증하는 아토피, 유병률과 유사피부병	2007.9
아나필락시스 쇼크를 조심하라!	2007.11
천연색소라면 괜찮아?	2007.9
찾아가는식품안전교실 – 엄마선생님들이 간다!	2007.10
플라스틱 식품용기의 환경호르몬을 피하는 법	2007.11
수입먹거리 관련	
양담배에 쫓겨난 한국고추	1988.11
미국 농산물 수입에 죽어가는 우리 농민	1989.04
수입농산물을 사먹지 말자	1989.06
남의 나라 농약까지 우리가 먹어야 하나	1989.10
생명을 병들게 하는 UR – 농산물 수입개방을 반대한다	1990.10
위험한 수입농산물	1990.12
건강을 위협하는 수입농산물	1992.01
수입먹거리 – 농약을 먹나 음식을 먹나	1992.07
수입식품 허위표시 실태	1992.05
농약밀가루 유통	1992.11
수입식품에 대해 소비자가 반드시 알아야 할 점	1992.2
쌀 수입개방과 관련 국민에게 드리는 글	1994.01
캘리포니아 쌀의 정체를 벗긴다	1994.03
우루과이라운드의 본질	1994.04
전국농민 격렬시위 UR 이행법안 등 촉구	1995.1-2
수입식품 안전확보 비상	1995.1-2
수입농산물, 안전할까? 탈락된 과일은 과일주스로	1995.7-8
WTO체제에 따른 우리 먹을거리의 위기 – 생산자 소비자 간 네트워크 강화와 상호 신뢰로 우리 농업 지켜야	2001.8
수입농산물을 우려한다	2003.10
명태 취급 관련 논의를 지켜보며	2004.5
똑똑한 소비자가 농업을 살린다 〈WTO시대의 농업통상법〉 저자	2004.7
몰밀듯 밀려드는 수입유기식품, 대책 필요하다 – 유기식품 수입의 현단계	2004.7
불분명한 원산지 표시 수두룩, 혼란스러운 소비자들	2004.7

구 분	날 짜
호주산 유기농 쇠고기 '오가닉' 표시 사용 허용	2005.1
두부에 걸린 나라의 자존심	2006.2
자유무역협정, 그 배반의 색깔	2006.4
자유무역의 신화를 깨는 한살림운동 '어떻게 우리의 밥상을 지킬 것인가?'	2006.6
한미FTA 소식 어지러워도 이 봄 씨 뿌린다 - 생협단체들의 친환경유기농산물 소비 정체 속 생산자들의 꿈과 현실	2006.4
우리 밥상 안전까지 쥐고 흔들 가공할 한미FTA	2006.6
한미FTA 반대 소비자대책위 제주 원정 항의시위 진행	2006.11
각 지역에서 활기 띤 우리쌀 소비 홍보캠페인, 한미FTA 협상에 맞불 놓아	2006.11
한미 FTA 지대로 보기	2006.7
한미FTA, 알고는 못 참는다	2006.9
FTA를 넘어, 경쟁과 국익을 넘어	2006.10
한미자유무역협정의 초대장	2007.10
미국은 광우병 안전지대가 아니다	2007.7
미국산 쇠고기 국내산 둔갑, 급식공급 안 될 말!	2007.7
한미FTA, 우리 밥상이 위태롭다	2011.11
수입유기식품 동등성 인정 법제화 중단해야	2011.12
우리농업과 국민건강 위협하는 한중FTA 반대한다!	2012.8
쌀 관련	
쌀 출자금에 필요한 이유	1991.04
쌀 생산지 피해 커!	1991.08
쌀값, 한끼에 210원	1991.11
제2의 식량 보리를 지키자	1991.08
쌀이 남아둡니다	1992.05
우리쌀, 누가 지킬 것인가	1993.02
우리쌀을 지키고 우리밀을 살리자	1993.03
쌀값 3% 인상, 쌀수입개방 절대로 안된다	1993.12
쌀이 모자란다	1996.7
쌀, 어찌할 것인가?	2002.11
막을 수 있고, 막아야 할 쌀시장 개방!	2002.11

구 분	날 짜
무농약쌀 한말 사먹기, 우리 농업 미래 찾는 출발점	2003.7
〈기획〉 한살림 쌀 정책의 역사	2003.10
〈기획2〉 한살림 쌀의 취급 기준과 그 의미	2003.11
생명이 팔려 나가는 무역, 쌀 시장 개방	2004.2
우리쌀! 생각해 봅시다	2004.2
〈그림이야기〉 우리 쌀의 서글픈 그림자	2004.4
도시와 농촌에서 함께 짓는 한살림 쌀농사 〈쌀 이용 홍보책자 발간〉	2004.8
알고 보니 수입 쌀은 소독약품 덩어리 〈국립식물검역소 견학기〉	2004.9
표백제로 하얗게 만든 중국산 찐쌀이 밀려온다	2004.9
2004년 쌀의 해, 쌀 재협상의 해 – 곳간 열쇠, 남의 손에 넘길 순 없다	2004.9
“이대로 가면 한살림쌀 3천가마가 남는대요”	2004.3
쌀 소비 감소, 이렇게 가다가는 큰일난다	2005.2
쌀협상을 다시 해야 하는 다섯 가지 까닭	2005.1
우리에게 꿈이 있습니다 그리고 쌀이 있습니다 – 책임소비	2005.10
우리생명쌀지킴이기금 모금운동 생명의 쌀을 이웃과 함께!	2005.12
우리 생명 쌀, 한살림이 지켜갑시다	2005.12
한살림 생산지 곳곳도 쌀 적제로 골머리, 일부 지역 보관장소도 없어	2006.1
지금은 수입쌀 시판시대 “소비자의 힘 보여줄 때” – 쌀 소비 저조 속 한살림쌀 3천가마도 전례없는 중도 시중가 출하 아픔	2006.5
쌀은 우리에게 무엇일까요?	2006.5
쌀값은 내리고 농사는 흥작이라, 내년 살림 어찌해야 할지...	2006.6
우리쌀 우리가 먹읍시다 대사회 캠페인	2006.11
밥은 서로 나누어 먹습니다 – 전국 각지에서 계속되는 우리 생명쌀 나눔 활동	2006.10 2006.7
모든 아이들 한살림 쌀로 배부른 마을이 있네	2006.8
한국인의 대장은 밥을 원한다고요	2006.7
보건의료노사 ‘환자식 우리쌀 사용’ 합의, 친환경급식으로 나아가야	2006.9
학교급식 관련	
잃어버린 우리 입맛을 되살린다 – ‘꾸러기동산’ 탁아방을 찾아	1993.06

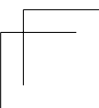
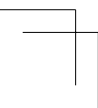
구 분	날 짜
식교육이 되는 급식을 위하여 - 노다 가쓰미 / 일본 전국학교급식을 생각하는 모임 사무국장	1995.5
내가 먹던 소학교 급식이 빵과 피자로	1995.5
급식을 생각하는 모임 결성	1995.5
기획> 학교급식을 돌아본다 - 한살림, 농어연과 함께 '학교급식 환경농산물 이용증진 모델 개발' 추진 중	2001.7
학교급식, 이런 게 궁금해요	200.11
학교급식, 학부모들이 바뀔시다! - 서명운동 전개 예정	2003.1
안전한 국산 식자재로 유치원까지 급식 확대를	2003.1
서울시 학교급식 조례제정을 위한 수임인단 모집	2003.9
주민의 힘으로 학교급식을 바꾸자 - 학교급식 조례제정 운동	2003.10
조례제정 후 급식법 개정까지 이뤄야 하는 까닭	2003.11
서울, 경기 학교급식조례 제정 서명 14만 명 이상 참여 결실	2004.4
울진, 친환경농산물 학교급식이 눈앞에	2004.5
학교급식으로 바뀌가는 지역농업 현장	2004.10
학교급식법 개정 공청회	2004.7
우리 아이 안전한 밥상 차려주는 어린이집	2004.4
학교급식운동의 2005년 전망 "급식대비 친환경농산물 생산, 공급 체계 정비 시급"	2005.2
학교급식운동은 최소한의 인권보장운동이다.	2005.10
이제 법개정 운동이다 - 급식운동본부 '학교급식법개정 100만인서명운동' 펼쳐	2005.6
원주 지역내 13개 단체 급식 재료 공급 등 활로 찾는 발걸음 분주	2005.9
충남 천안과 아산지역 학교급식에 한살림 물품 공급 본격화	2005.12
쌀을 바꾸니 아이들이 밥을 더 많이 먹어요 - 2003년 시범 실시 후 올해 중학교까지 일반미 급식 확대	2006.1
친환경 급식이 아이들 자존감 높인다	2006.1
인천, 2004년 시범실시 후 2005년 116개교로 친환경급식 확대 실시 중	2006.2
한살림이 힘 모아 친환경 학교급식 모델 만들어 보자	2006.2
나주, 학교급식 선도지역 자부심 - 전국 최초, 시장 발의 급식 조례 제정 이후 눈에 띄는 행보 계속	2006.3

구 분	날 짜
학교급식 통한 농업 살리기로 제주를 청정하게! - 2005년 친환경급식 시범운영 후 2007년 친환경급식 전면 실시 예정	2006.4
학교급식 날개 삼아 지역농업 완성 꿈꾼다 - 2004년 아산 생산자들의 지역학교 친환경쌀지원으로 시작된 놀라운 변화들	2006.5
급식 안전체계 구멍 여전 - 급식법 개정안 계류 중 수협 저질 식재료 공급 논란	2006.5
우유, 학교에서 꼭 먹어야 하나요?	2006.5
WTO, 예산 타령, 힘 모아 훌쩍 뛰어넘자 - 학교급식, 남겨진 과제들	2006.6
학교급식 현장에서의 나의 뼈아픈 경험	2006.8
고양 급식위원들이 “애들이 밥먹자” 수업 현장 - 미래의 쌀농사, 도시 엄마들이 함께 짓는다	2006.12
역대 최악 급식사고 겪고도 학교급식법 개정안은 요 모양?	2006.8
[논평] 안전하고 우수한 학교급식을 위한 근본 대책 수립 촉구	2006.7
학교급식으로 들어오는 미국산 쇠고기, 이렇게 막자	2007.6
서울 유일, 문래초 친환경급식은 이렇게 시작되었다	2007.2
과산학교급식운동본부 1년, 올해 3월부터 친환경쌀 급식 개시	2007.6
식생활 관련	
음식이 성격을 만든다	1997.5
자연식으로 변화한 아이들	1997.5
아이들도 잘 먹는 현미밥	1997.7
아토피 피부염, 하늘처럼 숨쉬고 땅처럼 먹으면 나을 수 있다	1999.봄
알고 계십니까 아이들의 식탁 - 식생활에서 몸과 마음이 보인다	2001.7
먹을거리와 가정교육	2001.8
소박한 채식식단에서 오는 풍요로움	2001.7
한국식 ‘소박한 밥상’을 차리자	2002.2
아토피 증상을 누그러뜨리는 먹을거리	2002.11
김수현 선생님과 함께하는 식생활 전문강좌 <밥상에서 건강과 세상을 본다>	2002.11
아토피에 대한 고민으로 만난 ‘든든한 동지들’	2003.1
아토피는 치료 아닌 ‘관리’하는 질환	2003.1
갈수록 초라해지는(?) 우리집 밥상	2003.9

구 분	날 짜
타협할 수 없는 먹을거리의 큰 가치 – 드라마 대장금	2003.10
〈김수현의 생명밥상〉〈자연을 닮은 소박한 밥상〉	2005.10
하이테크시대에도 먹을거리는 슬로우로	2005.8
아픈아이들의 세대, 미세먼지 그리고 엄마들과 아이들의 인권	2005.4
아토피STOP! 프로젝트를 시작하며	2005.6
어른들의 라이프 해저드로 인한 아이들의 위기	2005.6
5년 만에 비만아동인구 2배로 늘어 – 생명가치중심 올바른 먹을거리교육 시급	2005.3
아이에게 과자 대신 차라리 담배를 주어라	2006.4
2004년 아산 생산자들의 지역학교 친환경쌀 지원으로 시작된 변화	2006.5
바그너 할아버지의 녹색 식탁	2006.6
보약같은 유기농 채소	2006.7
우리집 아침 밥상 풍경은 어떤가?	2006.8
한의사 엄마도 아토피 키우기 정말 힘들었어요	2006.5
음식이 몸이요, 몸은 마음이다	2006.5
외모지상주의와 성인아토피	2007.5
올바른 식습관, 식문화 교육의 주춧돌을 놓았다	2011.6
대구MBC와 함께한 두뇌음식프로젝트	2011.11
2011 녹색식생활교육박람회	2011.8
연대활동 관련	
수돗물불소화 사업, 무엇이 문제인가	1999.봄
수돗물불소화를 우려한다	2001.7
불소로 인해 우리 가족이 입은 피해	2001.10
과천서도 7월부터 불소 없는 물 마셔요	2003.8
슬로푸드 세계대회 참가기 – 땅의 사람들을 만나다	2004.12
쌀과 남과 북의 식량자급, 다시 생각하자	2005.11
남과 북 한 마음으로 통일농사 첫걸음 떼다 – 통일모내기 행사 참가기	2005.7
남과 북 어깨걸고 생태통일농업의 큰 길 모색을	2005.11
한살림은 왜 통일농업을 이야기하는가	2005.12
수돗물불소화 강제 시행?	2005.9
북쪽 어린이들에게 통일밥상을	2006.2

구 분	날 짜
쌀 310가마 한톨 한톨에 담긴 한살림의 '마음'을 전하고	2006.6
올해도 이어가는 통일밥상	2007.10
요리 관련	
회원이 직접하는 신나는 요리강습	1996.5
숨쉬를 나누는 요리교실	1996.7
살림덱 요리 (연재)	1996.11
〈땅땅이의 요리일기〉대로 함께 만들어 볼까?	2004.12
한 물품 한 가지 요리법밖에 모르신다고요?	2005.6
“무엇을 먹을까 궁리하면 음식이 생겨요”	2005.8
밥짓는 사람들을 소개합니다 - 수유동 청년 요리교실	2007.9
환경실천 관련	
폐식용유로 비누를 만들어 봅시다 - 합성세제, 무엇이 문제인가? -	1990.01
‘쇠고기문화’가 식량위기 초래	1992.06
환경위기와 농업	1992.07
폐식용유를 모읍니다	1992.1
가정에서 비누 만드는 법	1992.4
환경을 살리기 위한 생활실천 과제	1992.9
환경문제와 생활방식의 변화 (1992)	1992.10
음식물 쓰레기를 자연으로 돌려주자	1993.04
합성세제는 식물에 어떤 영향을 미치는가?	1993.07
음식물쓰레기가 다시 유기농산물로	1995.1
음식찌꺼기가 가야할 곳은...	1996.1
지구를 살리는 비누만들기	1996.7
울산사람들의 음식물 찌꺼기 모으기를 보고	1996.7
밥상살림으로 여는 에너지 대안 (부안 핵폐기장 문제와 미 정전사태)	2003.8
핵농사부터 바로 지어야 한다	2003.8
이산화탄소를 잡아라 - 겁나 먼 나라의 농산물, 겁나 먼 나라의 밥상으로?	2007.10
가짜 달걀의 어미닭은 석유위기?	2007.10
나는 삼십년 후를 상상하기가 두렵다 (방사능오염)	2011.6
방사능, 안전기준치는 없지만 관리기준은 마련해야 한다	2012.7

구 분	날 짜
생산, 물품사업 관련	
생산자의 손으로 시작되는 식품가공공장 설립에 함께 마음을	1990.08
우리 국산밀로 빵을 만들기까지	1993.10
한살림, 우리밀 126여 톤 직접 구매	2001.7
우리밀 시식회 이모저모	2001.11
'시중 유기농산물 가짜' 보도에 대한 유감	2006.4
건강의 보고, '무위자연'에 있었네 - 거세 안 한 한살림 돼지고기의 숨은 진가	2007.11
일반 농산물이 인삼이라면 유기농산물은 산삼	2007.12
꾸러미에 실려오는 눈물겨운 정성	2011.5
땅도 살리고 가축도 건강하게 - 한살림 유기축산 확산된다	2011.7
조합원 출자로 희망의 암송아지 함께 키워요	2011.10
유럽슬로푸드연수후기 - 가공식품은 우리 농업의 또 다른 이름	2012.1
밥 나눔활동 관련	
내 아이 돌보듯 아프가니스탄 아이들을 돌보는 한살림 어머니이길	2001.10
김장배추 만오천포기 이웃돕기 기증	2002.1
수해 성금 5천만원 전달	2002.11
살림의 밥, 사랑의 밥 배달해요 - 독거노인 도시락배달 봉사활동 펴는 서울 도봉지부 복지분과	2003.10
가난한 이들에게도 한살림 물품을 - 한살림원주, 성공회 원주 나눔의집 협약	2003.11
생산안정기금 및 태풍피해성금 집행	2004.1
자활후견기관의 도시락 급식받는 강릉지역 사례	2006.1
태풍 나리 피해 제주지역 돕기 성금모금	2007.11
식량위기, 식량자금 관련	
우리도 굶을 수 있다.	1996.7
악화되지만 하는 식량위기 - 하루에 3만 오천명이 굶어죽고 있다.	1998.가을
식량위기의 시대 : 줄이는 길밖에 없다.	1998.가을
애그플레이션시대, 협동과 공생의 길을 위한 우리 사회의 과제	2012.11
'제터 먹이' 살리기가 절실하다	2012.6
우리보리자금사료화 사업으로 곡물자금을 향상에 한걸음 다가선다	2012.9



모심과살림연구소는

전일적 생명의 세계관을 바탕으로 새로운 생활양식과 문명을 창조하는 지혜와 지식을 나누고자 2002년에 설립되었습니다. 생명사상과 협동운동에 대한 연구 및 조사, 세미나 및 포럼 개최, 관련 단체와의 교류 및 네트워크 활동을 펼쳐가고 있습니다.

(100-412) 서울시 중구 광희동2가 360번지 동훈빌딩 5층
<http://mosim.or.kr> salim@hansalim.or.kr 02-6931-3604

생명의 밥, 밥상을 살리자

한살림 밥상살림운동 보고서

펴 낸 날 2013년 2월 28일
펴 낸 이 박맹수
펴 낸 곳 모심과살림연구소
편집디자인 디자인 이인

집필·정리 정규호 김현
도움 주신 분들
권옥자(한살림서울 홍보위원장)
김민경(전 사단법인한살림 회장)
백윤주(전 한살림경기남부 농산위원장)
이영휘(한살림식생활교육센터 간사)

한살림운동은 ‘밥’운동이다. 경쟁과 단절에서 벗어나 협동과 순환의 원리로 사람과 사람, 사람과 자연과의 관계를 다시 잇고 함께 서로를 살리는 ‘밥’운동이다. 그래서 살아있는 밥으로 나와 이웃과 자연생태계와 문명을 살리는 생명운동이 바로 한살림운동이며, 여기서 ‘밥상살림’은 ‘농업살림’, ‘생명살림’의 출발이자 구체적인 실천이다.

모심과 살림 연구소

서울 중구 광희동2가 360번지 동훈빌딩 5층

02-6931-3604 salim@hansalim.or.kr

<http://mosim.or.kr>