

## 오피니언

## 테마칼럼

생명과 밤상

여성과 소비

교단일기

스토리텔링 파워



국령애

우리가 지역농산물을 사는 것은 확실하게 농민과 농촌을 돋는 일이다. 농업과 농민을 지키고, 도와야 할 필요성이 지금처럼 심각했던 때는 없었다. 20세기 산업화 과정을 거치면서 전체 농가수가 급속히 줄었고, 지금도 계속 줄고 있다.

전체 한국인 중에서 농민이 차지하는 비중은 1970년 47.7%로 1471만 명이었지만, 2008년에는 6.4%인 318만 명으로 줄었다. 많은 농민들은 자신의 농업활동이 전혀 경쟁력이 없다고 생각한다. 절망한 끝에 자살까지 시도한다.

슬로푸드 운동은 농촌에서 가족농업, 소형태로 출발하기 때문에 농촌을 살리는 길이기도 하다. 이 운동은 1986년 패스트푸드의 대명사인 맥도날드가 로마에 들어서자 카를로 페트리니가 이탈리아의 브라지방에서 시작한 새로운 음식문화 운동이다.

이는 말 그대로 천천히 조리된 음식을 먹자는 것이다. 대량 사용된 가축의 고기

와 비행기로 농약을 살포하는 대규모 기업농이 재배한 곡물을 거부하고, 각 나라의 고유한 가치와 문화가 살아 숨 쉬는 음식문화를 되찾자는 것이다. 이는 전세계에 큰 반향을 불러 일으켰다.

더구나 초식동물인 소에게 쇠고기 사료를 먹여 발생한 광우병 파동은 인간이 자신의 탐욕을 채우기 위해 얼마나 비인간적일 수 있는가 하는 반성을 불러일으키며 슬로푸드 운동에 주목하게 되었다.

대량사육이 어디 그 뿐이라. 양계장의 닭들은 24시간 환하게 켜진 불빛 아래서 밤낮을 모른 채 먹이를 먹어대며 살을 찌우고 무정란을 낳아 댄다. 잡초마저 말라죽는 들판에서 자란 곡식을 다른 나라에 팔려고 또다시 농약으로 도포한다.

이런 현실 때문에 인류는 가장 나쁜 음식을 먹고 있는 것이라고 슬로푸드 운동 가들은 말한다. 비만과 당뇨로 고생하는 현대인에게 세계 각국에서 수입한 수많은 음식물은 어찌면 독일 수도 있다.

그래서 슬로푸드 운동은 세 가지 목표를 선언한다. 첫째는 소멸할 위기에 처한 전통음식을 보존하고, 둘째는 좋은 재료를 얻을 수 있는 소규모 생산자를 보호하

며, 셋째는 패스트푸드 때문에 제대로 된 입맛을 잃어버린 소비자들에게 올바른 미각 교육을 한다는 것이다. 요약하면 제 나라이에서 나는 제 것을, 제 방식대로 조리해서 먹자는 신토불이 운동이라고 할 수 있다.

1989년 전세계 회원들이 참석하여 채택한 파리선언은 슬로푸드 운동의 방향성을 제대로 보여준다.

“우리의 목적은 패스트푸드의 표준화에 대항해 지역 음식의 풍부함과 향기를 재발견하는 것이다. 슬로푸드는 우리 생활을 바꾸고 생산성의 이름으로 환경과 경관을 위협하는 패스트라이프에 대한 전위적인 응답이다.”

100년 전 미국에서는 100가지 이상의 채소와 50가지 이상의 육류를 먹었다고 한다. 우리도 옛날에는 산나물, 들나물 등 다양한 채소를 먹었다. 다양한 식물은 생태계를 조화롭게 해지만, 우리 몸에 영양과 기운도 북돋아 준다.

그러나 인간의 입맛에 맞는 단밀한 종자로만 개량하고 돈이 되는 단밀농업으로 바뀌면서 우리가 먹던 수많은 식물들은 멸종해 갔다. 제철조차 잊어버리고 1년 내

내 겨우 20~30가지의 채소만 먹고 있다. 생태계가 이렇게 단순해지면서 우리가 먹는 음식도 단순해졌다. 우리의 생명을 유지시켜주고 건강하게 해 줄 영양과 효능이 가득한 소중한 먹거리들이 점차 사라지고 있는 것이다.

우리는 지금 건강한 먹거리를 만들고 지키려는 지혜와 마음을 한데 모아야 한다. 제철에 나는 재료로 음식을 만들고 손쉽게 구할 수 있는 산나물, 들나물을 놓치지 말아야 한다.

음식의 기본이 되는 간장, 된장, 고추장도 담그고, 발효음식의 대명사인 김치, 것 같, 장아찌류도 꼭 밥상에 올려야 한다. 장아찌나 김치, 것갈류 등을 우리 전통에 충실히 슬로푸드인 동시에 바쁜 현대인의 삶의 사이클에 가장 잘 맞는 패스트푸드이기도 하다. ‘음식과 약은 같은 뿌리다’라는 말을 새길 때, 우리는 건강하게 장수할 수 있다.

〈사회적기업 콩새미 대표·행정학박사〉

※ 본란의 내용은 본지 편집방향과 일치하지 않을 수도 있습니다.

## 종교칼럼



## 이 좋은 가을 '참나'를 찾는 여행 어떤지요?

요즘 날씨가 너무 좋다. 천지께서 이번 여름 날씨가 좋지 못한 것을 보상이라도 해주시는 듯 체침한 가을 날씨가 이어진다. 사실 우리나라의 가을은 날씨는 거의 해마다 이렇게 좋았지만 이번 여름 날씨가 위험 유별나서 이런 느낌을 받는다.

그럼 이 좋은 가을에 무엇을 하면 좋을까?

산으로 소풍가서 단풍 감상하면서 도시락 먹는 것도 이 좋은 가을에 빼놓을 수 없는 일 가운데 하나일 것이다. 또 무엇이 있을까? 마음이 통하는 친구와 함께 꼭 갈 데는 없지만 일상을 벗어나 여행을 떠나는 것도 좋을 것이다. 여행도 이 좋은 가을을 만끽할

수 있는 걷는 여행이면 더욱 좋을 것 같다. 아니면 평소에 읽고는 싶었지만 바쁘다는 핑계로 읽지 못한 책 한 권 들고 나들이 떨어지는 벤치에 앉아 천천히 읽으면서 보는 것도 좋을 것 같다.

한 가지 더 있다. 가을에는 식욕이 활동하니까 평소 디어터 한하고 먹고 싶은 음식을 꾹 참았다면 딱 한 번쯤은 이 가을에 마음을 먹여보는 기회를 가지는 것도 좋겠다. 편지를 쓰는 것도 좋겠다. 늘 만나는 가족이나 친구일지도 휴대폰으로 보내는 문자나 컴퓨터 이메일이 아닌 편지지에 직접 손으로 정성스럽게 써서 편지를 보내면 더욱 좋겠다.

이런 일은 어떨까! 나를 찾는 여행을 떠나는 것이다. 외부로 향하는 나의 시선과 마음을 돌려 나 자신을 바라보는 것이 나를 찾는 여행이 될 것이다. 가을은 사색의 계절이니 높고 푸른 하늘을 쳐다보고 시원한 바람을 맞으며 나를 찾는 여행을 떠나 진솔한 참나

를 만나보면 어떨까 싶다.

기술만큼 명상이나 사색, 선(禪), 기도를 하기 좋은 계절이 없을 것이다. 평소 쌓인 스트레스를 풀고 혹은 좋아한다고 술자리, 노래자리, 수다자리를 찾았다면 이 가을엔 그런 자리랑 다 놓고 나의 마음자리에 가서 한 번 돌아보자. 나의 마음자리엔 무언가 자리하고 있는지 바라보는 자체만으로 진정 편안한 것이 어떤 것인지 알 수 있다.

우리는 행복하기를 원한다. 행복의 근본이자 가장 기본이 되는 조건은 바로 건강인데 최근 건강의 개념이 신체와 정신의 조화를 이루는 ‘완전한 건강’ 쪽으로 개념이 확대되고 있다고 한다. 마음을 다스리지 아니하고는 육체의 건강을 담보할 수 없다. 육신과 마음은 둘이 아닌 하나이기에 마음을 편안하게 가질 줄 알아야 육신의 건강도 자연적으로 자켜낼 수 있는 것이다.

그래서 원불교는 개교 100년을 앞두고 더

욱 마음(정신)이라는 영역에 집중하고 있다. 원불교의 개교표어가 “물질이 개벽되니 정신을 개벽하자”인데 정신을 개벽하기 위하여 원불교 교도들은 마음공부에 집중하고 있다. 처음엔 물질이 우리에게 어느 정도의 행복감은 준다. 하지만 물질이 풍족해지면 더 많이 가지게 된다고 행복감을 주지 못한다고 한다.

영국의 경제학자 리처드 레이어드가 쓴 ‘행복의 함정’이라는 책에 국민소득이 2만 달러가 넘으면 더 이상 소득증가는 행복해지지 않는다고 했다. 물질이란 어느 정도는 필요하지만 필요 이상 많이 가지고 하면 도리어 물질의 노예가 되어 행복은 자꾸만 멀어져 간다. 마음이 육체와 물질의 주인 될 때 우리의 삶이 행복해 질 것이다. 마음을 찾고 다스리고 잘 사용하고자 한다면 무엇을 해야 할까?

명상, 사색, 선, 기도 등을 통해서 나 자신의 마음자리에 찾아가는 시간을 가져보자. 그러한 시간을 가지는 자체만으로 편안하고 좋은 시간이 될 것이다. 한걸음 더 나아가 마음을 비우면 평소 느낄 수 없었던 진정한 행복감과 평안함이 찾아올 것이다.

〈원불교 서광주교당 교무〉

## 기고



## 민주주의 위기 극복, 투표 적극 참여부터

10·26 재·보궐선거 분위기가 무르익어가고 있다.

특히, 이번 서울시장 보궐선거에는 이른 바 대법주자들의 힘겨루기로 국민적인 관심이 쏠리고 있다.

자칫 선거가 과열되면 선거법을 위반할 가능성이 커져 우려도 되지만 한편으론 손에 땀을 쥐는 오프라인 정치개입을 지켜보

는 것 같아 행복하다.

최근 민주주의 위기라거나 정당정치 위기라는 말이 회자되고 있다.

그렇게 말하는 각자의 입장에 따라 이유는 다르겠지만 어쨌든 위기라는 데에는 대체로 이견이 없는 듯하다. 문제는 그 위기를 불러온 원인을 찾고 해결방안을 마련해야 하는 것인데 이게 쉽지는 않을 것이다.

해결의 키를 쥐고 있는 사람은 누구보다 우리 국민이라고 본다. 적극적으로 선거에 참여하는 것이 가장 빠르고 정확한 해결방안이 될 것으로 본다. 정치인은 그가 나서는 선거규모에 맞는 정책과 비전을 내놓고 그

가 가진 능력을 내세우며 해당 선거구민을 설득할 것이고, 유권자는 그 정치인의 논리에 동의하면 표를 줄 것이다.

표를 주지 않으려는 유권자를 내 편으로 만들어 가는 과정이 선거다.

남은 선거운동기간 정당이나 후보자는 유권자를 성심을 다해 설득하는 한편 다시는 민주주의 위기나 정치의 위기라는 말이 나오지 않도록 좋은 정치인의 모습을 보여야 할 것이다. 물론 선거를 관리하는 우리 선거 관리위원회 역시 투표참여를 위해 모든 노력을 다 할 것이다.

언론매체는 물론 행정방송이나 홍보매체

를 활용하고, 여러 사람이 모이는 장소는 직접 방문하여 투표참여를 홍보하는 등 이번 재보궐선거에 한정이라도 더 투표소로 향하도록 최선을 다 할 예정이다.

이번 재보궐선거에 선거권을 가진 유권자도 위기극복의 선두에서 주주였으면 한다. 임기만료에 의한 선거가 아니라서 평일 정상근무시간을 쪼개어 투표에 참여한다는 것이 여간한 사명감이 아니고선 쉽지 않을 것이다.

그러나 관심을 가질수록 흥미진진한 오프라인 정치개임의 구경꾼으로만 머무를 수는 없지 않겠는가? 이번 선거에서는 내가 가진 한 표가 후보자의 당락을 가른다고 생각하고 이번 개임의 주도자로 참여해보길 바란다. 내가 투표에 참여할 때만 선거가 민주주의의 꽃이 된다.

〈회순군 선거관리위원회 사무과장〉

## 세균 많은 휴대폰 자주 닦고 청결하게 사용하자

이제는 휴대폰 없는 삶은 생각할 수 없을 정도다. 그만큼 휴대폰은 이제 일상생활에서 가장 많이 사용하는 물건이 되어 버렸다.

그런데 항상 옆에 두고 사용하는 휴대폰의 청결 문제가 심각한 수준이라고 한다.

최근 영국에서 가장 공신력 있는 소비자 보호단체에서 연구·발표한 결과가 국내 언론을 통해 보도된 적이 있다.

연구결과에는 휴대폰에서 남성용 화장실의 변기 손잡이보다 18배 많은 박테리아가 서식하고 있다고 한다.

변기보다 더러운 휴대폰이라니, 놀라지 않을 수 없었다.

연구결과는 휴대폰에 사람과 동물의 장에서 서식해 식중독을 일으키는 살모넬라균이 기준치의 3~5배 서식하고 있었다.

그리고 다른 세균들이 번식할 수 있는 환경을 조성하는 TVC박테리아도 휴대폰에서 검출됐다고 한다. 결국, 이런 박테리아들이 심한 복통을 유발한다는 것이다.

사실 우리들은 매일 휴대폰을 끼고 생활하면서 휴대폰에 서식하는 박테리아의 위험성에 대해서는 잘 모르고 있다.

앞으로 물티슈 등으로 휴대폰 구석구석을 깨끗하게 닦는 등 휴대폰을 사용하면서 항상 위생에 신경 써야 하겠다.

▲유은진·광주시 서구 덕흥동

## 여성 흡연 악영향 심각…사회적 금연운동 필요

최근 여성들의 흡연이 큰 문제가 되고 있다.

남성 흡연율은 10년 전에 비해 20% 가까이 줄었다고 한다. 하지만, 여성 흡연율은 오히려 늘고 있는 상황이라고 한다.

특히 10~20대 젊은 여성들의 흡연율이 13%를 차지할 정도로 높다.

여성 흡연이 늘어나는 이유는 호기심, 취업과 진로문제에 대한 스트레스, 심지어는 디아이트 등이라고 한다.

그런데 남성에 비해 여성들의 흡연은 신체적인 특성상 더 치명적이라는 점을 명심해 한다.

여성은 남성보다 폐 면적이 10% 가량 작

아 피해가 더 커진다고 한다. 이 같은 이유로 흡연 여성의 폐암 사망률은 비흡연자에 비해 12배 이상 높다고 한다. 또 담배를 피우는 여성은 산장병에 걸릴 위험도 3배 이상 증가한다고 한다.

여성은 또 출산과 암을 책임지는 만큼 흡연은 2세의 건강에도 직접적인 악영향을 미치게 된다.

불임과 유산의 위험이 2배 높고, 조산, 선천성 기형이 출산 위험에 더 증가한다는 사실은 누구나 알고 있을 것이다.

이제는 사회적으로 여성 흡연을 줄여 나가려는 운동이 필요한 때이다.

▲김세준·광주시 남구 도금동

## 시설

## 66돌 맞은 경찰 국민 신뢰 회복이 급선무다

대한민국 국가경찰이 21일 제66주년 경찰의 날을 맞았다. 경찰의 날은 1945년 해방 정국의 미 군정청 산하 경무국 출범을 기리는 법정기념일이다. 하지만 ‘민중의 지팡이’로서 경찰이 직면한 여건과 환경은 그리 녹녹치 않다.

국민의 생명·신체·재산 보호와 공공안녕·질서유지는 경찰의 제 1의 임무다. 이 같이 막중한 임무를 수행하기 위해서는 엄정하고, 공평한 공권력의 집행이 전제돼야 한다. 그래야 국민이 경찰의 치안역량을 믿고 안심할 수 있다.

그렇지만 경찰에 대한 국민의 시선은 결코 끊임 없다는 게 우리의 판단이다. 최근 경찰의 수장(首長)인 청장이 재직 시 청탁 대가로 브로케에게 금품을 받고, 쇠고랑을 차는 일은 잇따라 발생했다. 비리 경찰은 하루가 멀다 하고 매스컴을 장식하고 있다. 또한 경찰의 정치적 중립에 대해서도 회의적인 시각이 지배적이다. 경찰에 대한 국

민의 신뢰가 떨어질 수밖에 없는 상황이다.

공권력은 국민의 신뢰에서 나온다. 경찰이 아무리 공권력 강화를 부르짖어도 국민이 지지하지 않으면 ‘허공의 메아리’일 뿐이다. 경찰이 ‘민중의 지팡이’로서 제 위치를 찾기 위해선 절차를 내부 개혁을 통한 혼란의 길에 없다.

공공의 안녕을 책임진 경찰의 임무는 막중하다. 약자의 권리를 보호해주고, 불법과 탈법에 대해서는 엄정한 공권력 집행으로 바로잡는 일이 경찰의 본분