

제 2 호  
2016년 8월

# 대 자연 사랑

## The Nature Love

자연과 조화되는 삶  
자연과 인간은 하나

사단법인대자연사랑실천본부

The International Nature Loving Association Korea



# 대자연사랑실천본부는

국제대자연사랑실천본부의 한국지부로  
2011년 3월 환경부에 등록된 사단법인이며  
인간과 자연이 하나로 어우러진 지구촌 실현을 위해  
생명존중과 자연사랑을 실천하는  
비영리 단체입니다.



Cover Design  
여도환  
대구의한대학교 시각미디어디자인 학과

발행정보 | 통권 제 2 호  
발행일 | 2016년 8월 30일  
발행인 | 변정환  
편집인 | 이광조  
발행처 | 사단법인 대자연사랑실천본부  
주소 | 서울특별시 서대문구 홍제동 132-11  
연락사무소 | 서울특별시 종로구 종로 19 A-1805  
전화 | 02-732-1359  
팩스 | 02-732-1357  
홈페이지 | <http://the-inla.or.kr>  
이메일 | [inlakorea@daum.net](mailto:inlakorea@daum.net)  
디자인 | 티팩토리  
인쇄 | ㈜아이앤피



12



18



26



40

- 04 이사장 인사말
- 05 법인소개
- 대자연문화**
- 08 행복체조와 함께하는 건강하고 행복한 학교  
    창원 경원중학교 탐방기
- 12 푸르고 맑은 지구를 만들어가는 자연합창단  
    그린폴하모니 창단스토리
- 자연과환경**
- 16 경기도부, 안산시청과 안산천 생태길 조성 업무협약
- 18 지구의 날 '대구시민생명축제'  
    '알Kong 달Kong 뽕근뽕근 콩가드닝 with 자연사랑'
- 22 내가 뛰놀던 골목, 벽화로 새롭게 변하다
- 특별취재**
- 24 2016 회원의 날
- 26 대만 문화 탐방:  
    대만유적지와 국제대자연사랑실천본부 방문기
- 대자연칼럼**
- 30 지속가능한 발전:  
    세계를 변화시키는 키워드
- 34 콜레스트롤에 대한 오해 바로 잡기
- 지부포커스**
- 38 대구지부
- 대자연파트너**
- 40 엄홍길, 산 아래를 보다
- 기획연재**
- 44 웃음꽃 사람  
    봉사로 변화하고 성장하고 있습니다.
- News**
- 46 본부소식·지부소식·인물동정
- 47 회원알림



이사장 변정환

대구한의대학교 설립인  
현)대구한의대학교 명예총장  
현)제한한의원 원장

# 대자연사랑실천운동을 이끄는 기수가 되기를 기원합니다

친애하는 대자연사랑실천본부 회원 여러분, 그리고 각계 인사 여러분, 어느새 우리 대자연사랑이 제 2호를 발간하게 되었습니다.

흔히 현대사회를 ‘홍보시대, 자기 PR시대’라고들 합니다. 그렇지만 회원 여러분의 모범적인 자연사랑 실천이야말로 그 어느 방법보다 더 훌륭한 홍보라고 생각합니다. 이러한 미담들이 지구촌 곳곳에 알려져 아름다운 환경의 지구촌을 이루고자 하는 우리의 포부에 많은 사람들이 동참하는 계기가 되기 때문입니다.

우리가 지구를 살리려는 노력은 바로 지구촌을 구하고 상생의 길을 가기 위함입니다. 따라서 한 사람 한 사람의 작은 실천이 모여 대자연사랑실천본부의 공동목표가 성취될 수 있도록 더욱 노력하여야 하겠습니다.

지난번 창간호의 조심스런 첫걸음에 독자들의 반응이 뜨거웠습니다. 회지발간에 애쓰신 편집위원 여러분의 노고에 감사드리며, 우리 회지가 대자연사랑실천의 모범적 사례를 더 널리 알려서 누구나 쉽게 동참할 수 있게 하는 기수 역할을 할 수 있기를 다시 한 번 기원해 봅니다. 감사합니다.

2016년 7월 25일  
사단법인대자연사랑실천본부 이사장 **변정환**

Vision

# ‘인간과 자연이 조화되는 세상’



Mission

인간과 자연의 공존은 지속가능한 미래를 위한 가장 시급한 과제입니다. 대자연사랑실천본부는 교육, 학술, 문화, 봉사를 통해 생명존중, 자연사랑을 실천함으로써 자연과 어우러진 사회를 만들어가고자 합니다.

사진제공: 송경숙\_경기지부 회원

## 사업소개

### 1 생명존중, 자연사랑에 대한 학술활동 및 정책연구

- 조상들의 대자연사랑문화 연구
- 생활 속 환경보호 실천방안 '그린라이프' 연구
- 대자연사랑 학술 세미나 개최

### 2 대자연사랑 교육

- 대자연교육센터 설립
- 녹색환경교실 운영
- 자연탐방/생태체험 프로그램 운영
- 청소년 대자연캠프 운영

### 3 자연보존활동 및 캠페인

- 자연환경보호 및 정화사업
- 친환경 채식문화 홍보
- 자연사랑 캠페인

### 4 대자연사랑 문화활동

- 대자연사랑 도서 및 음악 제작
- 대자연행복체조 개발
- 대자연사랑축제 개최

### 5 대자연사랑 나눔 사업

- 전국 '대자연사랑 봉사단' 운영

## 법인연혁

2008

창립 발기인 대회

2011

- 창립 총회
- 대자연사랑실천본부 허가 (환경부 제398호)
- 대도학회 창립
- 중국 하얼빈 지부 창립
- 서울지부 창립
- 가수회 창립
- 확근회 창립
- 대구지부 창립

2012

- 글로벌코리아 창립
- 대자연사랑 청년단 창립
- 새마음회 창립
- 정가회 창립
- 대자연사랑청년단 캠프
- 뉴욕지부 창립
- 비영리민간단체등록 승인 (환경부 제 158호)
- 대자연사랑출발한마당대회
- 통일회 창립
- 자연의 숨결 I 음반 제작·발매

2013

- 대자연사랑청년단 캠프
- 지정기부금 단체 승인 (기획재정부)
- 경기지부 창립
- 대한민국지킴이운동대회 공동주최

2014

- 대자연사랑 청년단 캠프
- 대자연사랑 한마음대회
- 전북지부 창립
- 부산지부 창립
- 자연의 숨결 II 음반 제작·발매
- 세계청년대자연사랑축제 개최 (대구 EXCO)
- 경북식품박람회 채식요리경연대회 주관
- 경남지부 창립

2015

- 해양수산부 장관상 수상
- 대구지부 대구한의대학교 '자연사랑' 동아리 창립
- 대자연사랑콘서트
- 대자연사랑 학술 강연회
- 대자연 행복체조 보급 (경남지역 유치원 및 초·중등학교)

# 행복체조와 함께하는 건강하고 행복한 학교 창원 경원중학교 탐방기



작년 가을부터 '대자연 행복체조'를 도입하여 실시하고 있는 경원중학교를 지난 6월 17일, 대자연사랑실천본부가 방문하여 선생님들과 학생들의 학교 사랑과 학교생활에 대한 즐거운 이야기들을 들어보았습니다.



경원중학교는 학교 화단을 비롯한 운동장 둘레 등 꽃과 나무를 직접 심어 학교환경을 자연친화적으로 가꾸는 데 많은 노력을 하고 있다.



체육관에서 남녀학생들이 피구를 하며 뛰노는 모습에서 밝고 활기 넘치는 학교 분위기를 엿볼 수 있다.

## 아름다운 자연으로 둘러싸인 자연친화적인 학교

경원중학교는 개교 39년의 긴 역사를 가진 학교로 벚꽃길로 유명한 경남 창원시 교육단지 안에 위치해 있습니다. 학교 운동장과 담장 주변으로는 해바라기와 여러 꽃들이 계절마다 피고 학교 앞에는 기증받은 수목으로 가득찬 화단이 있습니다. 교장선생님과 선생님들이 관리하는 학교 텃밭에서는 고추와 상추 등 유기농 채소들이 자라고 있었습니다. 학교 운동장엔 간혹 잡초가 무성한 곳이 있었는데 학교 측에서 아이들이 뛰어놀아도 유해하지 않도록 잡초 제거를 위한 농약사용을 금하고 있기 때문이라고 합니다.

## 학생들의 꿈과 적성 키우는 '경원 드림 프로젝트'

학교에서는 학생들의 꿈과 적성, 재능에 대한 길을 열어주기 위해 테니스부, 사이클부, 합주부 등 다양한 학생활동을 지원하고 있었습니다. 학생들이 학교에서 즐겁고 건강하게 생활하면 공부는 자발적으로 하게 되어 있다며, 학력증진을 위한 공부만으로 학교생활을 따로 분리하지 않는 것이 학교의 방침이라는 설명입니다. 그래서인지 학교를 돌아보는 동안 카메라를 들고 다니며 사진을 찍는 아이들이나 남녀학생들이 함께 체육관에서 피구를 하는 등 학생들의 활발한 모습이 눈에 자주 띄었습니다.



## 경원드림프로젝트

win-win 학습 시스템을 통해 서로가 경쟁자가 아닌 동반자로서 we-win하는 배움을 실천하게 된다.

### 미래사회를 지혜롭게 살아갈 창의적인 민주시민 육성



꿈과 끼를 펼치는 행복교육  
미래사회를 지혜롭게 살아갈 창의적인 민주시민 육성  
경원드림프로젝트

### 행복한 미래를 준비하는 교육과정 운영

행복한 삶의 교육과정	수업방법의 혁신	꿈과 끼의 체험·진로 활동
행복한 삶을 드리는 교육과정 수립	창의성을 기르는 교수·학습 방법	교과와 연계한 창의적인 체험활동
꿈과 끼를 펼치는 교육과정 편성	학생 참여형 수업	꿈과 끼를 키워주는 진로교육과정
바른 인성을 드리는 교육과정 편성	과정 중심의 평가 방법 개선	체육, 예술교육 활성화
학급부담을 덜어주는 교육과정 편성		
행복 만족도 제고		

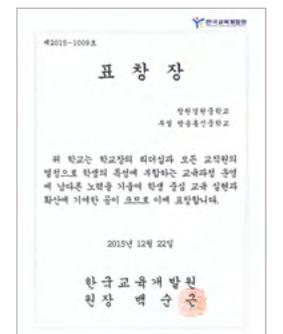


## 몸과 마음이 건강한 학교, 우수학교 선정으로 이어져

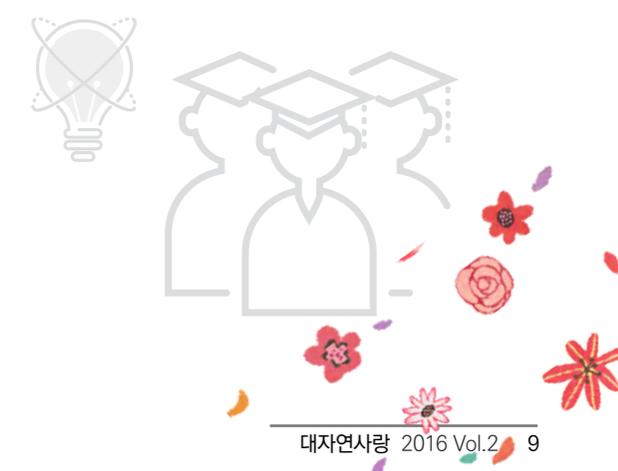
**2014년**  
교육과정우수학교  
학력향상우수학교

---

**2015년**  
자유학기제 운영 우수학교 선정(교육부)  
학생특성 교육과정 운영 우수학교(한국교육개발원)



이런 노력의 결과로 학교는 2014-2015년 여러 분야에서 우수학교로 지정되는 성과를 보였습니다. 이렇게 학교가 건강하게 발전하고 여러 교육 성과로 이어진 데에는 학교장과 선생님들의 적극적인 참여와 학부모님들의 이해와 협조가 있어 가능했습니다. 무엇보다 2013년 공모교장으로 부임한 정순공 교장선생님의 남다른 철학과 노력이 밑거름이 되었는데요. 정순공 교장선생님의 학교사랑 이야기를 들어보았습니다.





행복체조 수업 모습(체육관)

### 부임 후 교장선생님께서 가장 중점을 둔 분야가 무엇인가요?

학교를 모교처럼 만들어보고 싶었습니다. 부임 후 학생들과 학부모, 선생님들과 많은 이야기를 나누어보니 제가 해야 할 일이 많았습니다. 학교의 환경을 개선하는 문제가 시급해보였고 분위기도 많이 저하되어 있었습니다. 그래서 학교환경개선과 학력증진이라는 두 마리 토끼를 잡는 것을 목표로 했습니다. 학교에 도시가스를 설치하고 사랑방, 컴퓨터실, 과학실, 상담실, 보건실 등을 다 새로 만들었습니다. 꽃과 나무를 많이 심어 학교를 아름답게 가꾸고 학생들이 활발하게 뛰어놀고 활동할 수 있도록 체육관도 만들었습니다. 운동하고 싶은 학생은 운동할 수 있도록 학교동창회를 통해 지원하였습니다.

얼마 지나지 않아 학생들과 학부모의 만족도가 크게 개선되고 멀리 있는 지역의 학생들이 저희 학교를 지원하여 올 정도로 학생들 사이에서 좋은 학교로 평판이 나게 되었습니다.

### 요즘 학생들은 어려서부터 경쟁을 피할 수 없는 환경인데 그럼에도 학생들이 즐거운 학교생활을 할 수 있도록 선생님께서 조언해주신다면 어떤 것들이 있을까요?

사실 중학교 학습은 학생들이 마음만 먹으면 크게 어렵지 않은 과정입니다. 중학교에서는 기초를 탄탄히 다지는 데 집중하고 무엇보다 즐거운 학교생활을 하는 데 스스로 노력해야 합니다. 중학교에서부터 학교가 재미없으면 공부 자체도 열정이 식을 수 밖에 없습니다. 공부 이외에도 학교에서 다양한 활동에 참여하여 학교생활의 즐거움을 얻어갔으면 하는 바램입니다.

대자연 행복체조는 자연을 소재로 하는 음악과 쉽고 간단한 동작의 춤이 결합된 '생활체조'로 대자연사랑실천본부가 자체 제작하여 보급하고 있는 문화사업입니다.

### 행복체조를 도입하게 된 배경과 행복체조에 대한 선생님의 소견을 듣고 싶습니다.

저희 학교는 많은 수목과 아름답고 자연친화적인 경관으로 둘러싸여 있고 저 또한 학생들에게 자연을 가깝게 접하게 해주고 싶은 꿈이 있었습니다. 대자연 행복체조를 소개받았을 때 이것이야말로 우리 학교가 제일 먼저 해야 할 사업이라고 생각했습니다. 청소년 체조도 있지만 청소년 체조는 길고 교실에서 하기에 약간 번거롭습니다. 그러나 행복체조는 짧고 동작이 쉽고 단순해서 재밌습니다. 교실에서 간단히 수업 시간에 하기에 편한 면이 있었습니다. 아이들이 상당히 좋게 받아들이고 반응도 좋습니다. 앞으로도 학생들이 신나는 학교생활을 하는 데 도움이 되도록 '행복체조'를 더욱 확대해 실시해보고 싶습니다.



행복체조 수업 모습(체육관)



### 경원중학교에서 실시 중인 '행복체조'

목적 : 자연의 표정을 담은 행복체조를 통해 학생들에게 자연과 친근해지고 동화되어가는 건강한 놀이의 학교문화 정착

일시 : 매주 월, 수, 금. 08:30 ~ 08:40

장소 : 각 반 교실

효과 : 행복체조를 통하여 하루 일과를 활기차게 시작하고, 자연친화적 심신단련과 바른 인성 함양



### '대자연사랑 행복체조'에 1년 가까이 참여한 3학년 김동호 학생

"처음에는 낯설었지만 익숙해지면서 하루를 기분 좋게 시작하고 나날이 튼튼해지는 것 같아요."

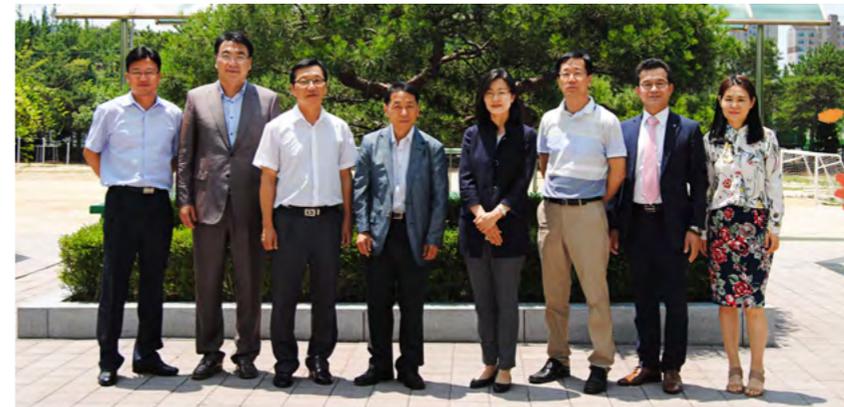


### 무용을 전공한 강유경 체육선생님

"행복체조 영상을 틀어주니 체조를 따라하면서 학생들이 활발해지고 학급 분위기도 밝아지는 것 같아요. 무엇보다도 건강한 육체적 성장에 도움이 될 것 같아요."



### 경원중학교 선생님들과 법인임직원들



취재\_정영식 경남지부 사무국장

푸르고 맑은 지구를 만들어가는 자연합창단

# 그린폴하모니 창단스토리



“안녕하세요!  
아름다운 자연을 노래하는  
그린폴하모니입니다”



## 심장병 어린이들을 위한 자선공연을 위해 시작된 하모니

대자연음악을 합창으로 불러보고자 멤버를 구성하고 있던 청년회원들은 어느 날 서울아산병원 심장병어린이와 가족 모임인 '단심회'를 통해 대자연음악을 아이들에게 들려주고 싶다는 제안을 하게 되었다. 단심회 회원들과 병원 간호사들은 평소 야외활동이 힘든 아이들이 아름답고 맑은 선율로 자연을 접하게 된다면 아이들에게도 기쁜 일이 될 것이라며 흔쾌히 공연 제의를 수락하였다. (서울아산병원은 매년 11월 심장병환우를 위한 자선공연을 열고 있으며 사회 각계각층의 사람들이 공연에 참여하고 있다.)



## 친구야, 같이 하자! 의기투합한 음악친구들

함께할 또래 친구들을 자원봉사 모집공고를 통해 모아보기로 하였다. 지휘자와 반주자도 필요했다. 마침 대자연사랑 실천본부와 오랫동안 음악작업을 해오고 있는 성악가 장철준씨와 일을 의논했고 장철준씨는 흔쾌히 합창단의 지휘를 맡아주기로 하였다. 장철준 성악가는 평소 절친으로 지내고 있던 성악가 조길연씨를 우리에게 부지휘자로 소개하였다. 얼마 후 인터넷에 띄웠던 자원봉사자 모집공고를 보고 피아노학과를 갓 졸업한 학생이 반주자로 지원해왔다. 반주자 김혜수씨는 평소 아픈 아이들을 위한 자선공연에 참여하고 싶었다며 지원소감을 밝혔다. 현재 김혜수 반주자는 지휘자와 호흡을 맞추며 좋은 연주를 보여주고 있다.



환경과 지구사랑 실천의식을 일깨우는 '자연합창단'으로

그렇게 꾸려진 운영진끼리 11월 이후 합창단의 활동방향을 이야기 하던 중 대자연사랑실천본부에서 제작한 자연의 노래로 환경의식과 지구사랑 실천의식을 일깨우는 진정한 자연합창단으로 발족하자는 구상이 나왔다.

자연을 사랑하고 보호하는 것은 환경에 대한 이해와 더불어 자연을 아름답게 보고 공감하는 감수성이 필요하다. 또한 자연의 아름다움은 그 자체로 사람들에게 위안과 행복을 준다. 그린풀하모니는 산의 웅장함, 시원한 바람의 상쾌함, 드넓은 하늘의 자유로움, 머나먼 바다의 아득함, 초록의 싱그러움과 같은 자연의 아름다움을 음악의 소재로 삼는다. '산안개', '천둥소리', '대자연에 살리라' 와 같은 대자연사랑실천본부의 자체 제작 음악부터 '과수원길', '벚꽃엔딩'과 같은 우리에게 친숙한 동요와 가요까지 자연을 소재로 하는 다양한 음악들을 그린풀하모니를 통해 접할 수 있다.



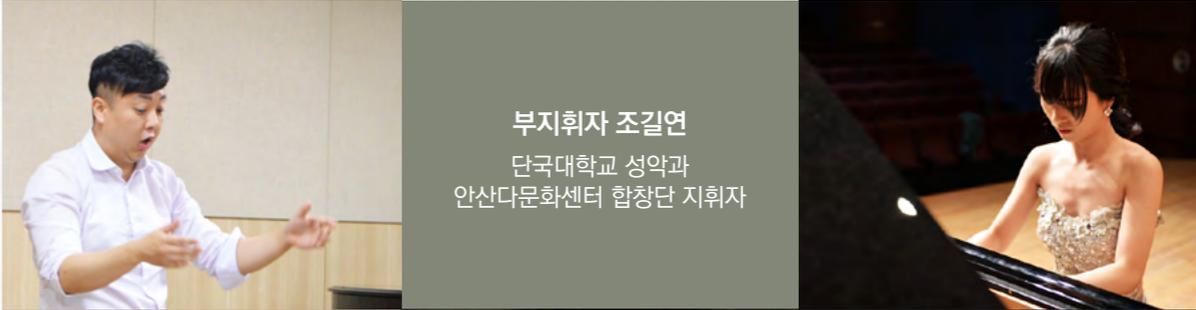
'한 가족처럼 친해질 때 비로소 하모니를 이룰 수 있어요'

단원들은 대학생부터 고시준비생, 사회복지사, 간호사 등 직업은 모두 다르지만 하나같이 남을 돕고자 하는 마음으로 뭉친 사람들이었고 금세 서로 친해질 수 있었다. 장철준 지휘자는 항상 입버릇처럼 단원들에게 "우린 한 가족입니다. 서로 가족처럼 친해져야 자신의 온 마음과 소리를 내어 놓아 하모니를 이룰 수 있어요." 라고 강조한다. 점점 마음의 빗장을 열면서 단원들은 자신의 소리를 용기 내어 뽐아 낼 수 있었고 한 주 한 주 지날 때마다 그린풀은 합창단에 걸맞는 하모니를 만들어 가고 있다.

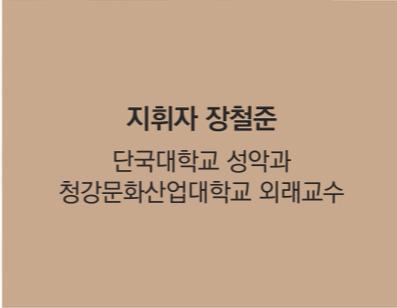
음악을 넘어 지휘자를 포함한 단원들 하나하나의 이야기가 그린풀의 스토리이다. '지휘자선생님이 바쁜 스케줄 속에 건강이 상하지 않을까, 부지휘자선생님에게 언제 국수를 얻어먹게 될까? 캐나다로 유학길 떠나는 단원에게 멋진 송별회를 해줘야지, 9월이면 시험을 치를 단원에게는 힘내라고 응원 해주고 싶다. 김제동의 특투유에 출연했던 단원과 딸아이가 곳곳하게 병마와 싸워 잘 이겨냈으면...'

어느새 친구처럼 가족처럼 음악으로 이야기를 만들어가는 '그린풀하모니'의 활동들이 오염으로 앓고 있는 지구에게 그리고 바쁜 일상으로 지친 사람들 마음에 아스피린과 비타민이 되기를 희망해본다.

글\_박선영 편집위원



부지휘자 조길연  
단국대학교 성악과  
안산다문화센터 합창단 지휘자



지휘자 장철준  
단국대학교 성악과  
청강문화산업대학교 외래교수



반주자 김혜수  
서경대학교 피아노학과

> 2016 그린풀하모니 하반기 스케줄

- 11월 12일 토 ▶ 서울아산병원 단심회 공연
- 12월 4일 일 ▶ 그린풀하모니 창립공연 (안양아트센터 수리홀)



> 단원모집안내

- ▶ 모집대상: 자연과 음악을 사랑하는 고등학생 ~ 35세 남녀
- ▶ 모집기간: 상시모집
- ▶ 연습장소: 안양아트센터 2연습실
- ▶ 연습시간: 매주 일요일 오후 2:30 ~ 4:30
- ▶ 지원문의: 단무장 010-6579-7221
- ▶ 모바일 지원서



QR코드를 핸드폰으로 스캔해주세요

[www.facebook.com/greenfullharmony](http://www.facebook.com/greenfullharmony)

<http://gfharmony.modoo.at/>

NAVER  검색

# 경기지부, 안산시청과 안산천 생태길 조성 업무협약



경기지부는 6월 23일, 안산시청과 안산천 생태길 조성 업무협약을 맺었습니다. 이번 협약에는 신길중 학교 환경동아리 신통방동, 한국산업기술시험원(KTL), 해해(河河), 안산중앙새마을금고 등 지역의 8개 단체가 참여한 가운데 하천 구간을 지정하고, 식재관리 및 외래종 제거, 정화활동 등으로 내 고장 하천에 대한 자긍심과 하천사랑 실천을 위한 「하천 지정 구역 가꾸기」 사업을 추진하게 됩니다.



“안산천은 수암봉에서 발원해 양상동, 성포동, 고잔동을 거쳐 시화호로 흐르는 안산의 젖줄이다”  
- 안산시 상록구청 '상록 트레킹' 중에서 -



## 2008년부터 시작해 꾸준히 이어온 안산천 정화활동

경기지부는 2008년 12월부터 안산천 정화활동을 시작 하였습니다. 수년간에 걸친 꾸준하고 진정성 있는 활동으로 경기지부는 안산시자원봉사센터로부터 우수자원 봉사단체로 인정을 받게 되었습니다. 이후 센터는 환경정화활동에 필요한 각종 도구를 지원하는 것에서부터 지역 고등학생들을 경기지부에 위탁하여 안산천 정화활동에 참여하게 하는 등 여러 사업들에서 경기지부와 파트너십을 확대하고 있습니다.

“당시 하천 상류의 농지에서 버려지는 농사 폐비닐이며 각종 페타이어 등이 하천으로 밀려 들어와 악취가 굉장히 심했습니다. 경기지부가 위치한 지역이 안산이고 우리 마을에서 할 수 있는 봉사활동을 찾다 안산천을 가 보고는 이곳을 깨끗이 해야겠다는 생각이 들었습니다.”

## 깨끗한 환경, 시민들의 자발적이고 상시적인 참여 필요로 해

어느 정도 깨끗해 보이는 안산천 주변도 시에서 공공근로 인력을 투입하여 정화활동을 실시한 덕분에 이 정도라도 유지되고 있지만 만일 시에서 손을 내려놓거나 시민들의 자발적인 참여가 없다면 지금과 같은 깨끗한 안산천이 유지되기는 힘들다고 지부장은 설명합니다.

## 눈에 보이는 쓰레기보다 하천 속 오염문제가 더 심각

이번 협약을 통해 경기지부가 담당하게 될 안산천 생태길은 안산2교에서 고잔동에 이르는 구간입니다. 경기지부는 하천 주변의 정화활동 뿐 아니라 본래 취지대로 하천 속 정화활동에도 심혈을 기울이고 있습니다. 눈에 보이는 쓰레기보다 하천 속 상태가 훨씬 심각하다는 조기상 지부장은 경기지부가 처음 안산천 정화활동을 시작하게 된 계기에 대해 이렇게 설명합니다.

이번 하천 지정구역 가꾸기 업무협약을 통해 시는 각 단체들을 더욱 체계적으로 지원하게 되고 단체들은 책임 있는 자세로 안산천 가꾸기에 참여하게 됩니다. 시와 시민단체들이 함께 가꾸는 안산천이 앞으로도 더욱 아름답고 쾌적한 모습으로 시민들을 맞이하게 되기를 기대합니다.

글\_강창영 경기지부 사무국장



지구의 날 '대구시민생명축제'

# 알Kong 달Kong, 뽕근뽕근 콩 가드닝 with '자연사랑'

지난 4월 24일 지구의 날 행사로 열린 '대구시민생명축제'에 대구지부 대구한의대학교 자연사랑 동아리가 우리 콩을 주제로 참여했습니다. 시민들과 함께한 알콩달콩, 두근두근한 현장을 소개합니다.



콩가드닝에 참여한 시민과 아이들



## 대구시민생명축제란?

대구시는 대구지속가능발전협의회와 '2016 지구의 날 대구위원회'가 공동 주관하는 '2016 대구시민생명축제'를 지역의 100여개 시민단체와 함께 대중교통 전용지구(대구역 네거리-중앙 네거리-반월당 네거리)에서 개최하였습니다. 이 행사는 지난 2000년 이후 매년 4월 '지구의 날'인 22일 중양로 대중교통 전용지구에서 진행되어 왔습니다. 이날 하루 대중교통 전용지구에서는 기념식과 각종 캠페인이 펼쳐지고 '지속가능한 도시, 시민이 행복한 대구'라는 주제로 녹색대행진과 지구를 위한 녹색공연 등 다양한 시민참여 프로그램으로 꾸며졌습니다.



1 대구한의대 자연사랑 동아리 부스  
2 아이들과 콩퀴즈를 풀고 있는 '자연사랑' 이동민학생



1 콩 이벤트에 쓰일 재활용 컵을 수거하는 자연사랑 회원들  
 2 콩부스를 위해 '자연사랑' 동아리 회원들이 함께 준비 작업을 하고 있다.  
 3 '자연사랑' 동아리 회원들의 콩부스를 찾아온 방송촬영팀  
 4 콩가드닝 체험중인 아이들

**'자연사랑'이 직접 기획부터 준비하여 진행한 부스, 자랑스러워요!**

지난해 자연사랑 회원들이 대구한의대학교 해외 유학생 몇몇과 함께 지구의 날 행사를 참관하며, 환경에 대해 다시 한 번 생각해 보는 시간을 가졌던 것이 엇그제 같습니다. 올해에는 지구의 날 행사에 '자연사랑'이 직접 부스로 참가하며, 동아리 자체적인 프로그램을 처음 준비하게 되었습니다. 기획부터 홍보와 실행까지 모든 것을 '자연사랑'이 직접 진행하면서 저희 또한 성장하는 계기가 되었고, 동아리 친구들 간에도 행사를 같이 하는 동안 좀 더 가까워지는 등 동아리 내에서는 잊지 못할 활동이 되었습니다. '자연사랑' 부스명은 '알Kong 달Kong 댕근댕근 콩 가드닝 with 자연사랑'이었습니다. 아이들에게 콩에 대한 상식 알리기 및 콩 모종 심기를 체험하게 함으로써 좀 더 우리 농산물에 대한 긍정적인 인식을 갖게 하는 것이 이번 지구의 날 '콩 가드닝' 부스의 취지입니다.



부스는 아이들에게 콩에 대해 OX퀴즈를 풀어보도록 유도하여, 콩에 대한 상식을 자연스럽게 익히고, 콩(완두콩, 강낭콩)을 직접 심어보는 체험 활동으로 운영되었습니다. 지구를 살아갈 다음 세대의 아이들이 이 체험 활동을 통해 우리 농산물에 대해 좀 더 알아가고 가까워지는 모습이 보기 좋았습니다. 특히 아이들이 프로그램에 적극적으로 참여하는 것을 보면서 프로그램을 준비하며 힘들었던 것들이 한순간에 해소되며 내심 뿌듯했습니다.

**대구시민생명축제에 매년 참여하게 될 자연사랑, 응원해주세요~!**



몇 주간에 걸친 임원진들의 계획과 준비에 회원들의 힘이 더해져 부스 운영은 성공적으로 마칠 수 있었습니다. 당시 시험 기간임에도 불구하고 참석하여 많은 사람들에게 자연에 대한 소중함을 알린 자연사랑 회원들에게 큰 박수 부탁드립니다. '자연사랑 동아리'는 앞으로 매년 지속적으로 대구시민생명축제에 부스운영을 할 예정이오니 많은 관심 바랍니다.

> 행사명  
 "지구의 날" 기념 대구시민생명축제

> 일시  
 2016년 4월 24일 일요일  
 00:00 ~ 24:00 (부스운영: 10-18시)

> 부스명  
 대구한의대학교 자연사랑 동아리 알콩 달콩 · 댕근 댕근 콩 가드닝

> 장소  
 반월당네거리 ~ 중앙네거리 ~ 대구역네거리

> 부스운영 세부내용  
 · 게릴라 가드닝의 개념과 UN지정 2016 세계 콩의 해에 대한 설명  
 · 자연사랑과 함께 풀어보는 '콩' 상식 퀴즈  
 · 테이크 아웃 컵을 재활용하여 완두콩 심어보기



> 참가자: 자연사랑 동아리 친구들  
 · 걷기대회 총 4명  
 김경원, 장희진, 조보경, 조현정  
 · 부스 운영진 총 12명  
 고민지, 김노진, 문지윤, 박강철, 육자수, 이동민, 이승봉, 이원창, 이재용, 장영철, 정은진, 지우

글·사진\_정은진 자연사랑 총무

달성토성마을축제: 마을환경가꾸기 '분필아트'

# 내가 뛰놀던 골목, 벽화로 새롭게 변하다

'자연사랑 동아리' 이동욱, 이동민, 이승봉, 정은진, 문지윤 학생은 '소미다미 벽화동아리'와 함께 달성토성마을축제에 참가하여 마을의 낙후된 곳을 분필아트를 이용해 아름답게 꾸미는 활동에 참여하였습니다.

올해 6월 12일 대구시 서구 비산 2.3동에서 달성토성마을 축제가 열렸습니다. 달성토성마을축제는 달성토성 돌레에 살고 있는 주민이 가꾼 골목정원을 마을해설사와 함께 돌아보며 골목에서의 옛 추억과 향수를 공감하는 축제이자 2016년 10월 개통 예정인 '달성토성 서문'의 착공을 축하하고 마을 고유의 정감과 공동체 회복을 위한 축제입니다. 그럼 이번 달성토성마을축제에 대해서 구체적으로 살펴보겠습니다.

벽화에 쓰일 특수분필을 제작중인 회원들



## Q. 달성토성마을은 어떤 마을인가요?

A. 달성토성은 달성공원의 원래 이름으로 대구의 2천 년 역사를 담고 있는 소중한 문화재 사적 62호입니다. 2천 년이라는 시간이 지난 만큼, 낙후된 공간이 곳곳에 있지만, 공간개선 및 마을의 역사를 벽화로 승화시켜, 누구나 쉽게 방문할 수 있도록 정감 넘치는 동네로 만들어 나가려는 노력이 많이 보였습니다. 이 마을을 방문하게 되면, 한 번 살아 보고 싶을 정도로 눈이 즐거운 마을이라 누구나 느낄 것입니다. 구경거리가 많아 가족이나 연인들끼리 놀러오기에 좋은 마을이라 생각합니다.



## Q. 달성토성마을축제에서 어떠한 볼거리와 체험이 있나요?

A. 올해 달성토성마을축제에서는 먹거리 장터 및 골목정원투어, 전래놀이문화체험, 분필아트 등의 주요 행사를 즐길 수 있었으며, 소소한 이벤트까지 있어 어른, 아이 할 것 없이 자유롭게 참여할 수 있었습니다. 이번 분필아트는 소미다미 벽화동아리에서 진행하였습니다. 소미다미 벽화동아리에서 먼저 밑그림을 그리고 자원봉사자들(예술고학생과 대구대학생, 대구시민들이 밑그림을 칠하거나 자유롭게 그리는 방식으로 진행하였습니다. 이번 분필아트를 사람들에게 알리기 위해 곳곳의 낙후된 공간을 남몰래 아름답게 꾸미는 벽화 동아리 사람들(권기주 선생님-프리랜서 작가, 김다솜 선생님\_경북예고 선생님, 이동욱 학생\_자연사랑, 이동민 학생\_자연사랑, 이승봉 학생\_자연사랑, 정은진 학생\_자연사랑)이 있었습니다. 자원봉사자들이 참여하여 그린 다채로운 그림들도 볼 수 있고, 축제를 참가한 관광객들이 자유롭게 그릴 수 있는 공간도 마련해두었습니다.

## Q. 분필아트를 하기 위해서 준비해야 할 것들이 있었나요?

A. 일단 분필아트를 하기 위해서는 분필이 있어야 하는데, 기존에 교내에서 자주 봐왔던 분필은 얇기 때문에 아스팔트, 콘크리트 벽에 그렸을 시, 잘 부러지고, 분필을 칠해야 하는 면적에 비해 분필이 작아, 큰 면적의 그림을 그리기에는 다소 힘든 점이 있어 다양한 크기의 분필을 직접 만들어 사용하기로 계획했습니다. 처음으로 분필을 만들어 보았기에 처음에는 번번이 실패했지만, 계속해서 만들다 보니 요령을 터득하여 보람찬 준비과정이었습니. 분필 만드는 방법에 대해 설명해드리자면, 먼저 수채용 물감과 석고가루를 4:1 비율로 섞는데 여기서 주의할 점은 석고는 물에 닿으면 빨리 굳기 때문에 15분 내로 섞어야 합니다. 잘 섞은 석고는 다양한 크기의 종이컵으로 재빨리 옮겨야 합니다. 시간이 지나면서 석고에서 열이 발생하기 시작하면 굳어지며, 핸드메이드 분필이 완성됩니다.



## Q. 달성토성마을축제에서 함께한 사람들을 소개해주세요.

A. 달성토성마을축제를 개최하기 위해 주민들과 동사무소 직원들이 자발적으로 모여 달성토성마을축제 추진위원회를 만들어 축제 운영을 하였습니다. 저는 이번에 소미다미 벽화동아리와 함께 분필아트 운영을 보조하였습니다.

## Q. 올해 달성토성마을축제를 참여하면서 느낀 점과 바라는 점이 있나요?

A. 이번 달성토성마을축제에 참여하며 느낀 것은 이렇게 낙후된 공간을 전문가의 손길이 아닌, 일반 주민들과 예술과 관련이 없는 비전공의 대학생들이 정감 있는 마을로 예쁘게 꾸밀 수 있다는 것에 새로웠습니다. 또한 주민들이 직접 기획하고 진행하는 축제여서 주민들의 마을에 대한 애착이 느껴졌습니다. 축제 이곳저곳을 둘러보니, 사람에게 의한 사람을 위한 축제이자 누구나 참여할 수 있고, 즐길 수 있는 축제였습니다. 그리고 행사 정리 후 먹거리 장터에 가서 아주머니의 정이 느껴지는 전통음식도 먹었고, 남아서 끝까지 정리를 도와드리고, 분리수거까지 해주셔서 고맙다는 표시로 담당자분께서 아이스크림까지 사주셔서 고맙습니다. 분필아트 진행을 하면서 일반 자원봉사자가 아닌 행사진행자로 참여할 수 있었기에 더욱 기억에 남을 추억거리가 될 것 같습니다. 내년, 내후년에도 또 다시 하게 된다면 연인이나 가족, 친한 지인들과 함께 참여하고 싶습니다. 오래도록 열리는 축제가 되었으면 좋겠습니다.



현장을 방문한 동아리 지도교수 변귀남 교수님, 이일봉 교수님과 함께

글\_문지윤 자연사랑 회원

# 2016 회원의 날

“만나서  
반갑습니다.”



취임 인사를 하고 있는  
이우근 신임 사무총장

1월 30일 열린 제6차 본부 정기총회에서는 조금 특별한 자리가 마련되었습니다. 바로 지난 한해 전국 대자연사랑실천본부 각 지부를 통해 대자연사랑을 실천해주신 우수회원들을 초대해 한 해의 발자취와 기쁨을 나누는 ‘회원의 날’ 행사입니다.

평소에 자주 보지 못했던 전국의 대자연사랑 회원들은 각 지부의 소식과 이야기들을 나누며 오랜만에 반가운 인사를 나누는 자리가 되기도 했습니다. 회원들을 축하하기 위해 법인과 오랜 인연을 이어오고 계시는 성악가 정희정님의 아름다운 축하공연이 있었습니다. 또한 대자연정가회 김향교(대구 무형문화재) 회장님의 즉석 공연이 이어지기도 했습니다.

이 자리에는 반가운 손님들이 찾아왔습니다. 풋풋한 대구한의대 ‘자연사랑’ 동아리입니다. 매일 정기적인 동아리 활동과 자연환경봉사, 환경의식 개선 등 다양한 활동으로 대구지역 자연 지킴이 역할을 톡톡히 해나가고 있는 이들의 헌신적인 봉사활동을 인정하여 이사장님의 감사장과 격려금이 전달되었습니다. 회원들은 자연사랑이 자체 제작한 지난 일 년간의 활동 동영상을 감상하며 노고에 대한 박수를 보냈습니다. 그리고 학생들은 변귀남 상임이사와 김광수 국장에게 감사의 상장을 만들어 전달하는 깜짝 이벤트를 마련하기도 하였습니다. 제자들의 깜짝 이벤트에 부듯해하고 자랑스러워하는 모습이 보는 사람으로 하여금 절로 미소 짓게 하였습니다.



..... 성악가 정희정님의  
특별공연

행사 중 식사는 대자연사랑 취지에 걸맞게 모두 채식으로 이루어졌습니다. 채식 짜장면과 간단한 부식으로 차려진 오찬은 채식뿐 아니라 음식물 쓰레기를 줄여 환경을 보호하자는 대자연사랑의 생활캠페인과 맥락을 같이 합니다. 알맞게 차려내고 맛있게 먹어 그릇을 깨끗이 비우는 생활습관은 하루에 발생하는 1만1천 톤의 음식물류 폐기물의 절반을 줄일 수 있습니다.

2016년 한해 본부와 각 지부의 사업구상에 따라 소기의 성과를 이루자는 변이사장님과 회원들의 건배사와 함께 행사는 마무리되었습니다. ‘2017년 정기총회와 회원의 날’에는 더 풍성하고 보람찬 이야기들로 보다 많은 회원가족들을 만날 수 있도록 준비할 예정입니다. 회원 여러분의 많은 관심 바랍니다.

글\_김중문 편집위원



특별상을 수상하는 ‘자연사랑’ 동아리



‘자연사랑’ 감사패를 받고있는 변귀남 상임이사



‘자연사랑’ 감사패를 받고있는 김광수 사무국장

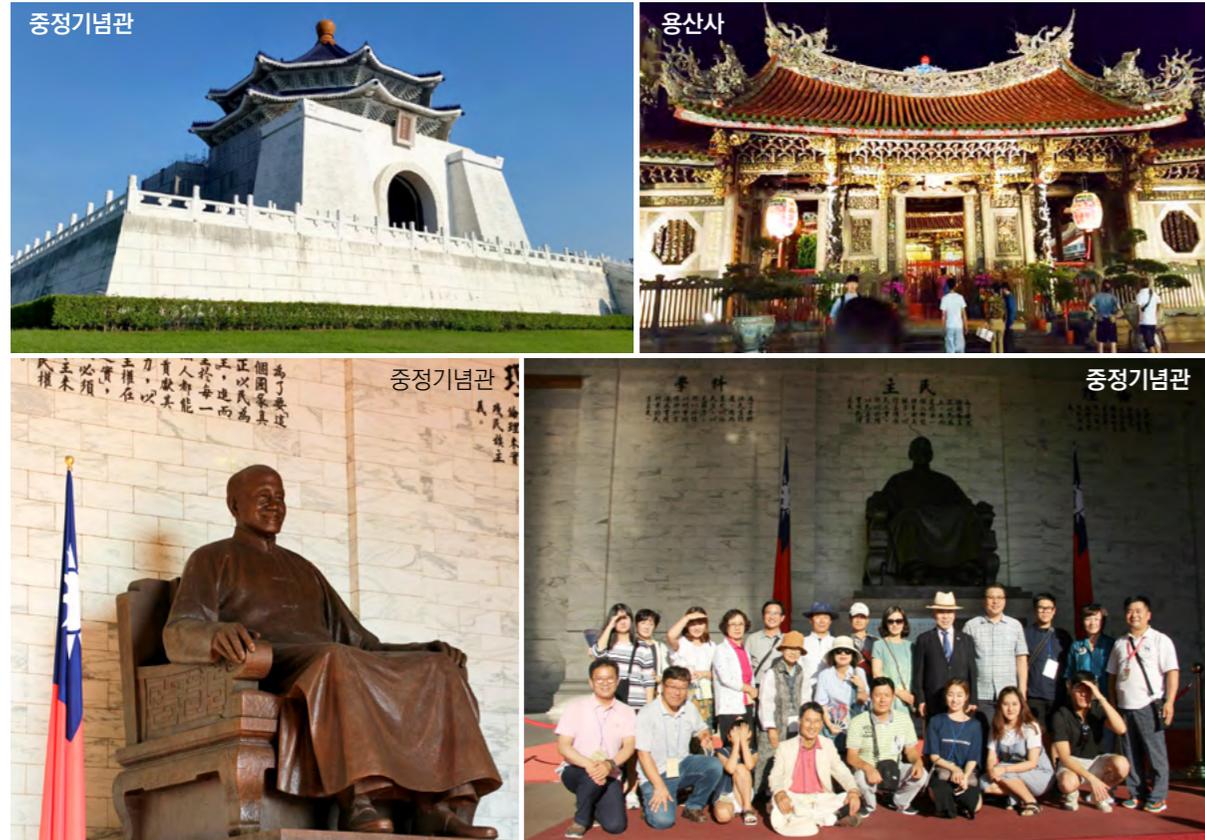
▮ 각 지부에서 추천된 우수회원들이 상장과 감사패를 받고있다.



대만 문화 탐방:

# 대만유적지와 국제대자연사랑실천본부 방문기

대자연사랑실천본부의 2016년 주요사업 가운데 하나로 진행된 이번 '대만문화탐방'은 대만의 역사와 자연을 경험하고, 국제대자연사랑실천본부를 견학하여 '대자연문화'를 배우고자 기획된 행사입니다. 7월27일부터 7월30일까지 3박4일 동안 진행된 대만문화탐방에 참가하였던 경남지부 남향숙 회원의 방문기를 소개합니다.



여행은 익숙한 공간에서 익숙하지 않는 곳으로의 도전으로 두려움과 함께 기대감으로 이어지는 유쾌한 즐거움이 있다. 여행과 관광의 차이가 확실치 않은 요즘 나름의 의미를 부과하며 여행길에 오르려 한다. 이번 여행은 전혀 예상치 않게 시작되었다. 가고 싶었던 장소도 아니었고, 떠날 계획도 없었다. 남편이 매년 말없이 혼자만 다녀오던 대만을 이번엔 아이와 함께 가고 싶다는 의견을 내었고, 나는 서둘러 직장에 휴가를 신청해 합류하게 되었다.

유례없는 폭염으로 전 국민이 힘들어 하고 있는 이때 여행이라니. 여행을 뜻하는 'Travel'의 어원이 'Tra-vail(고통, 고난)'에서 유래되었다고 하니 이번 여행은 그 뜻에 조금은 부합되지 않았나 생각한다. 동남아시아 지역이라 더위에 대한 예상과 함께 한 번 부딪혀 보자는 마음의 준비를 하고 떠나긴 했으나 막상 도착하니 마음과는 달리 현지의 기온과 습도로 인해 연신 흘려내리는 땀으로 목욕을 할 정도였다.

## First day



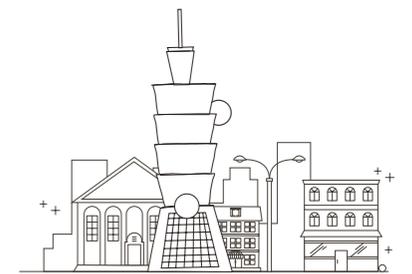
들, 그리고 정치적 동반자이자 아내였던 송미령 여사와 아들 장경국 등의 가족사는 물론 외교활동 자료가 전시되어 있었다. 밖으로 나와 장개석 총통이 서거한 나이에 맞춰 만들어진 89개의 계단을 오르면 어마어마한 크기의 장개석 흉상이 자리하고 있고, 그곳을 지키는 근위병들이 정시마다 교대를 하고 있었는데 마침 교대시간에 맞춰 도착한 우리는 근위병 교대식까지 볼 수 있었다. 그리고 아름다운 산책로와 정원은 국민들이 자유롭게 이용할 수 있도록 개방해 놓고 있어 모두가 함께 즐길 수 있는 공간으로 자리하고 있었다. 두 번째로 방문한 곳은 금융가가 많이 밀집되어 있는 도시 중심의 '101타워'. 대만 최고의 높이를 자랑하는 101타워는 89층 전망대까지를 단 37초라는 짧은 시간의 초고속으로 움직이는 엘리베이터와 전망대에서 바라보는 멋진 타이베이 전경으로 대만관광에서 빼놓을 수 없는 코스 중의 하나로 꼽힌다. 동행하신 많은 분들이 채식을 하고 있어 채식 장소는 채식으로 이루어진 뷔페식당이였다. 동남아시아에서 사용하는 향신료들이 강하게 느껴져 약간의 거부감이 있었음에도 채식으로 이루어진 다양한 요리들은 일반 사람들이 먹기에 전혀 부담 없이 즐길 수 있었고 무슨 맛일지 상상하며 골라 먹는 재미도 있어 개인적으로 아주 만족스러웠다.

### 여행 첫째 날: 김해공항-중정기념관-101타워-스린 야시장

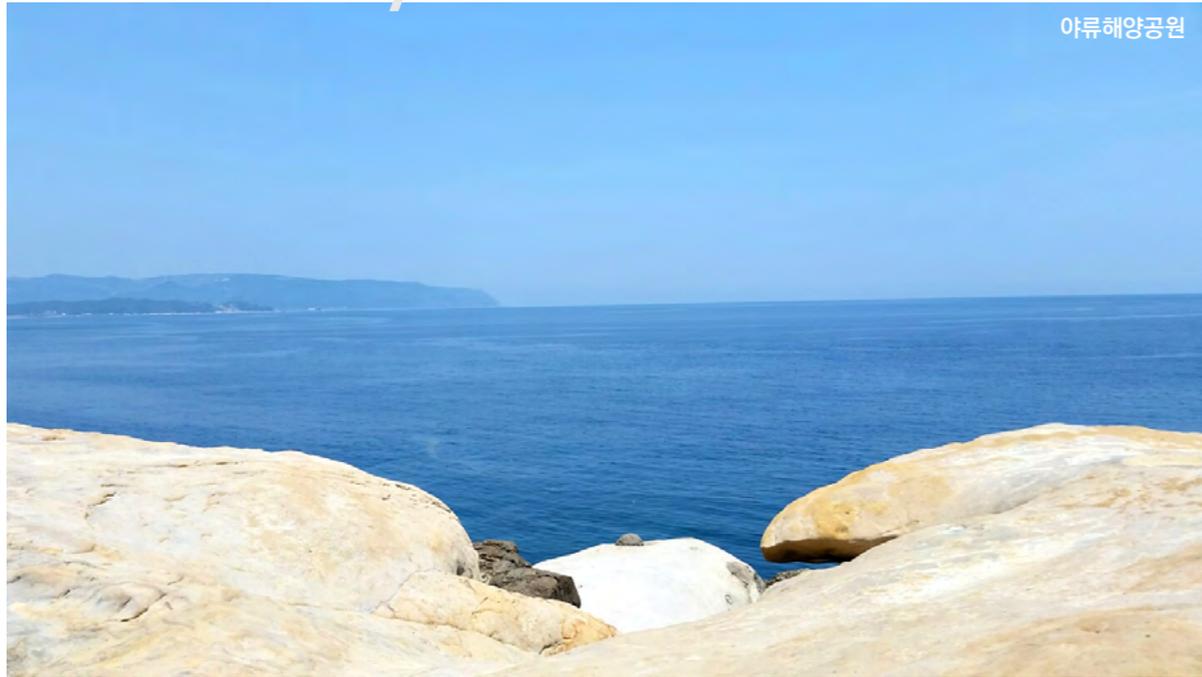
첫째 날, 이번 여행에 동행하게 된 분들과 김해공항에서 첫 만남을 가졌다. 중화항공(Chinese airline)을 타고 출발한 대만은 약 1시간50분 정도의 짧은 비행 시간 내에 도착할 수 있어 지리적으로 볼 때 아주 가까운 나라였다.

도착하여 우리가 제일 먼저 향한 곳은 국민들의 자발적인 성금 모금을 통해 건립된 장개석 총통을 기리는 '중정기념관'이었다. 건축양식을 보자면, 먼저 전체적으로 거대하면서 웅장하다는 느낌을 받았는데 그 중 중국 국민당기의 색채를 반영하여 담장에는 흰색, 그 위에 자리한 처마는 파란색으로 채색되어 있어 인상 깊게 느껴졌다. 1층에는 장개석 총통의 일대기와 유품

식사 후 예정된 '스린 야시장'은 너무 멀리 위치하고 있는데다 바닷한 일정으로 다음을 기약한 후 타이베이에서 가장 오래된 사찰인 용산사로 향했다. 불교와 도교, 토속신앙이 공존하는 독특한 분위기와 화려한 야경을 즐기며 함께 소원을 빌어 보는 시간을 가진 후, '스린 야시장' 대신 가까운 곳에 위치한 야시장으로 갔다. 50여 분의 개인시간이 주어졌지만 더위로 인해 서둘러 접고 주위에 있는 익숙한 이름의 편의점 앞순수로 몸을 피했다. 익숙하지 않은 환경과 함께 이른 아침부터 시작된 일정으로 아주 길게만 느껴지는 하루였다.



## Second day



### 여행 둘째 날: 아류해양공원-지우편거리-황금폭포-황금박물관-단수이

둘째 날. 하루를 적응하고 나니 한결 가벼워진 몸 상태로 기암괴석이 즐비한 '아류해양공원'으로 향했다. 자연의 힘과 침식작용으로 인해 만들어진 다양한 모양의 기암들이 늘어선 해변으로서, 머지않아 없어질 것이라는 여왕바위를 비롯해 촛대바위, 사랑바위, 성계화석 등 자연의 위대함을 느낄 수 있는 곳이었다. 그리고 바다 위로 쏟아지는 뜨거운 태양 때문에 다시 한번 자연의 힘을 절실히 느낄 수 있었다.

다음 코스는 출발 전부터 기대에 부풀었던, 드라마와 영화촬영지로 유명한 '지우편거리'였다. 저녁이 되면 흥등이 켜져 신비로움으로 가득찰 것이라는 기대감은 이른 시간 방문으로 인해 언덕을 따라 준비하게

늘어선 골목길 가게의 취두부 냄새로 대신했다. 코끝을 자극하는 냄새 속에서 먹었던 누가 크래커와 망고 젤리는 정말 맛있었다. 그런 다음 근교에 위치한, 폭포라고 부르기에는 다소 민망한 '황금폭포'에 들러 단체사진을 찍고는 200kg의 금이 전시되어 있는 '황금박물관'을 방문하였다. 1920~30년대 아시아 최대 금광의 흔적을 고스란히 담고 있는 곳으로, 내부 전시실은 금광을 캐는 기계와 사진, 황금 조형물 등으로 화려함과 함께 시대적 아픔이 공존하는 공간이기도 했다.

마지막으로 방문한, 바다와 강이 합류하고 예쁜 석양으로 유명한 '단수이'는 다양한 즐길 거리와 먹거리로 유명한 곳이기도 했다. 그 중 대왕 카스테라는 크기뿐만 아니라 맛 또한 일품이었다.

## Third day



### 여행 셋째 날: 국제대자연사랑실천본부

셋째 날. 숙소에서 버스를 타고 1시간50분 남짓 달려 도착한 곳은 신죽현 아미에 위치한 '국제대자연사랑실천본부'이다. 본부의 여러 선생님들께서 우리 일행을 위해 더운 날씨임에도 문밖까지 마중을 나와 반갑게 맞이해 주셨다. 차에서 내리자마자 크고 웅장한 개선문 모습으로 건축된 산문 위의 '세계일가' 판각이 먼저 눈에 띄었다.

따뜻한 차와 함께 대자연사랑실천본부에서 하고자 하는 방향에 대해, 그리고 지향하는 바가 무엇인지에 대해 회장님의 말씀이 있었는데 그 중 인상 깊었던 내용은 인간이 생존하기 위해 중요한 것이 무엇인가 하는 것이었다. 지금까지 역사 속으로 사라진 많은 것들은 강한 것일 뿐, 진정 우수한 것은 영원하다는 것이다. 인간은 생존하기 위해 긍정적인 진화를 하지 못하고 부정적인 경쟁체제를 형성함으로써 스스로 자멸할 수밖에 없는 방향으로 치달고 있으며, 지금이라도 우리가 살아남기 위해 그리고 우리의 자손들을 위해 무엇을 해야 하는지에 대해 많은 생각을 하고 실천으로 옮기는 것이 우리의 책임이자 역할임을 강조하셨다. 그러기 위해 자연의 일부인 인간은 서로 화합해야 하며, 인간과 자연이 조화롭게 소통하며 세계 모두가 한 가족이라는 마음으로 경쟁하지 않고 자연의 일부로 동화되어 살아갈 때 진정으로 행복과 기쁨, 그리고 환희를 느낄 수 있다고 한다.

각 전시실에 전시된 여러 자료를 통해 과거의 우리의 모습을 살펴보고, 현재의 우리를 직시하는 시간을 가지며, 우리의 미래를 위해 어떻게 해야 할지, 어떠한 의식을 가져야 하는지, 어떤 방향으로 실천해야 할지에 대한 설명이 이어졌다. 한국에서 방문한 우리 일행을 위해 무더운 여름 일정기간 개방하지 않는 본부를 흔쾌히 개방해 주심에 감사드린다. 아울러 채식으로 이루어진 다양

## Fourth day



한 요리로 점심과 저녁까지 따뜻하게 제공해 주심에 감사드리며 일정을 마무리했다. 본부를 나와 숙소로 향하면서 아는 것과 실천하는 것에 대해 다시금 생각해본 하루였다.

### 여행 넷째 날: 국립 고궁 박물관

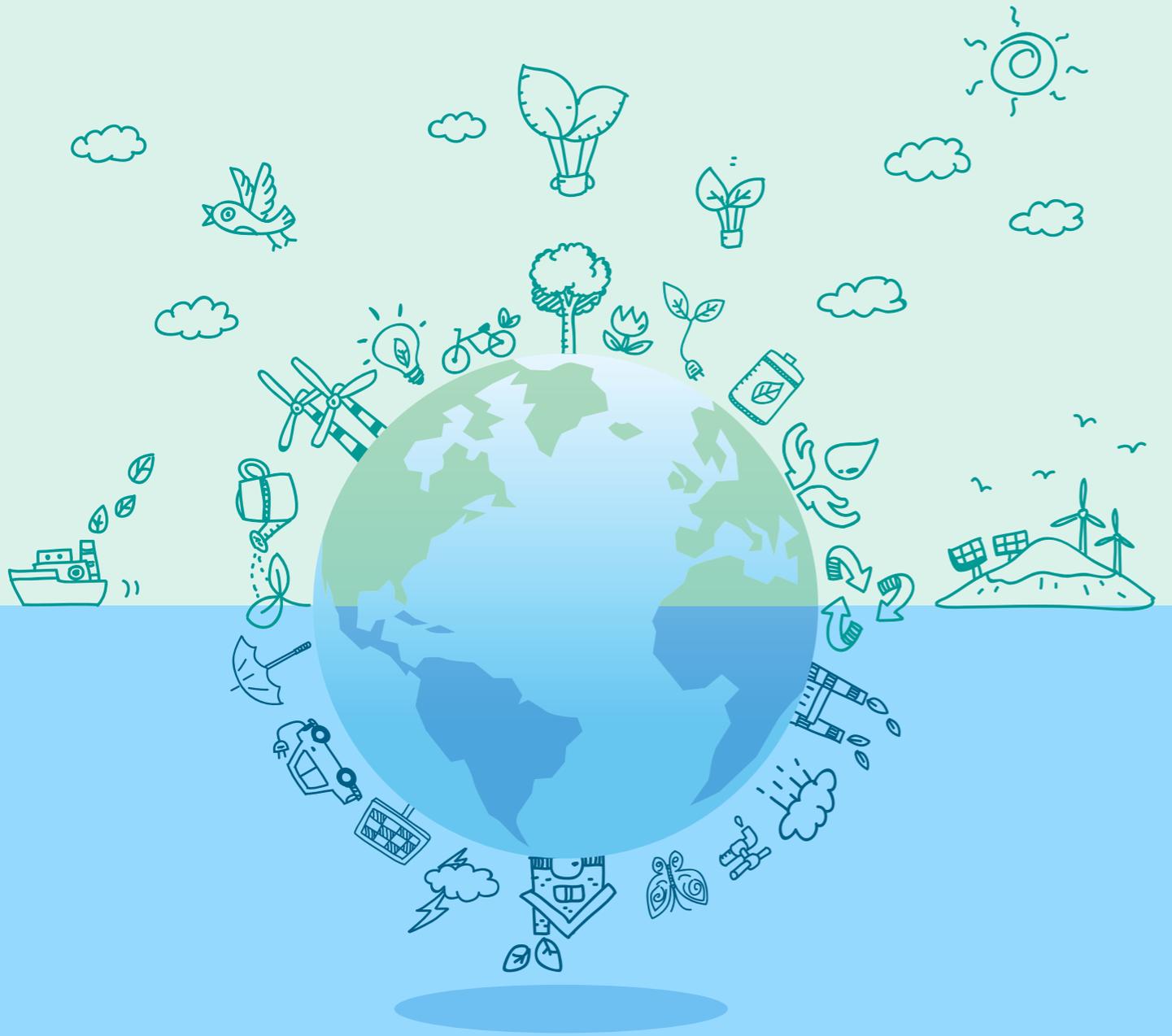
마지막 날. 더운 날씨로 인해 일정을 무리하게 진행하지 않기로 하고 세계 4대 박물관 중의 하나인 '국립고궁박물관'으로 향했다. 오전 일정이 하나만 있어 여유가 있었다고 생각했건만 막상 전시된 유물을 채 돌아보지도 못하고 쫓기듯이 돌아보고 나왔다. 전시된 유물들은 3개월에 한 번씩 교체를 하고 있는데 만약 같은 유물을 다시 보고자 하면 10년 정도가 걸린다 하니, 그 양이나 규모가 엄청남을 알 수 있었다. 대만에서의 마지막 식사를 야채 파스타와 토마토 파스타 그리고 후식인 푸딩으로 마무리하고 타이베이 국제공항으로 향했다.

지나고 보니 더위에 지쳐 힘들었던 시간도 금방 지나가고 재미있는 추억으로만 남았다. 다음에 기회가 있으면 조용하게 다시 찾아보고 싶다. 전문 관광가이드가 아님에도 개인 시간을 할애하여 다양한 볼거리와 먹거리를 준비해 주신 박건희 선생님과 천원섭 선생님께 다시 한 번 감사드리고, 더위에도 불구하고 손자, 손녀들과 끝까지 함께 하신 변정환 이사장님, 낯선 우리 가족을 위해 많은 배려를 해주신 변귀남 선생님, 그리고 4일 동안 함께 하며 따뜻하게 대해 주신 모든 선생님께 감사드리며 지면으로 인사드리게 됨을 죄송스럽게 생각한다. 일상으로 돌아와 익숙함이 주는 편안함에 감사하면서도 마음은 벌써 다음 여행지를 꿈꾸고 있다.

글: 남향숙 경남지부 회원

\* 글쓴이 남향숙님은 성균관대학교 창원삼성병원에 재직 중이며, 대자연사랑실천본부 경남지부 회원이다.

# 지속가능한 발전: 세계를 변화시키는 키워드



글: 박선하(경희대학교 시민사회·NGO학 석사과정  
대자연사랑실천본부 행정부장)  
감수: 김연지(경희대학교 공공대학원 외래교수  
서울시청 에너지시민협력과 에너지공동체 팀장)

## 경제발전의 양면, 풍요의 시대 vs 위태로운 지구

미래학자 제레미 리프킨은 그의 저서 『한계비용제로 사회』에서 ‘현대문명이 처한 문제들을 개선해나가는 것은 그 자체로 인류의 초월이다’라고 말한 바 있습니다. 인류는 산업혁명을 거치면서 물질적으로 과거와는 달리 ‘풍요의 시대’에 살고 있습니다. 석탄, 석유의 발견과 과학의 발전, 그리고 사회제도와 의식의 발달로 인류는 과거보다 더 많은 것들을 보다 많은 대중들이 그 혜택을 누리고 살고 있습니다. 부족하였던 식량은 녹색혁명으로 인해 전 세계 인구를 부양할 만큼 풍족해졌고 교통과 통신의 발달로 세계 각지의 자원은 자유롭게 이동할 수 있게 되었습니다.

문제는 이러한 발전들이 지구의 생태적 한계를 고려하지 않은 발전이었다는 데 있습니다. 인류는 생활에 필요한 모든 자원을 지구로부터 공급받고 있습니다. 그러나 늘어나는 세계 인구와 인류가 가진 욕구를 지구가 더 이상 감당해낼 수 없는 한계에 다다르면서 인류 문명의 토대인 ‘지구생태계’는 위험신호를 보내고 있습니다.

1798년 맬서스는 『인구론』에서 만약 인류가 생활수준을 향상시킨다면 인기도 함께 증가해서 지구는 식량공급 한계에 다다르게 되어 인류의 생활수준은 다시 후퇴할 것이라고 주장했습니다. 맬서스가 예상하지 못했던 과학의 발달과 녹색혁명, 그리고 선진국들의 출산율 하락 등으로 인류는 아직까지 풍요를 누리고 있습니다. 그러나 맬서스가 책을 쓸 당시 인구는 약 9억 명이었으나 지금 세계인구는 8배 가까이 늘어난 약 72억 명을 기록하고 있습니다.

인구의 증가는 인류가 사용하는 지구자원의 양이 증가하는 것을 의미합니다. 인간의 활동에는 에너지가 필요합니다. 1700년대 중반까지 자연에너지인 풍력, 소와 말 같은 동물에너지, 그리고 사람의 노동력이 전부였던 에너지는 산업혁명을 기점으로 석탄, 석유 등의 화석연료로 대체되고 이산화탄소를 배출하는 화석연료 사용은 지구온난화를 일으키는 주범으로 지목되고 있습니다. 물의 순환과 강수량 변화 등의 기후변화는 생태계 파괴와 식량생산 감소로 이어져 결국 우리 인류의 삶의 질 하락과 지속가능한 생존에 큰 위협이 되고 있습니다.

## ‘필요’를 초과하는 시장

지구생태계를 위협하고 있는 화석에너지 사용량 증가에는 폭발적으로 늘어나는 인구 이면에 인류의 ‘경제활동’이라는 또 다른 요인이 있습니다. 산업혁명으로 인한 ‘생산의 증가’는 ‘시장과 거래’를 통해 ‘자본수익’으로 전환되고 자본은 특성상 지속적인 거래를 통해 수익을 창출하게 되므로 지구 자원은 자본수익을 위한 ‘재료’로 전락하게 됩니다. 문제는 지구자원은 한정적이거나 자본수익은 한계가 없으며 지구생태계는 순환적이거나 자본시스템은 직선적이라는 것입니다. 자본은 짧은 시간 내에 얼마나 많은 생산을 할 수 있느냐에 수익률이 달려있기 때문에 지구 자원의 고갈도 그만큼 가속화되고 있습니다. 농업시대에 비해 현대인의 삶이 매우 바쁜 이유도 우리의 삶이 이러한 자본시장구조에 종속되어 있기 때문입니다.

현대사회에서 발전의 개념은 곧 경제성장을 의미하고 경제성장을 수치화하는 것이 곧 GDP, 국내총생산입니다. 시장과 거래는 산업사회 이전 원시시대부터 있던 것으로 각자에게 필요한 것을 얻을 수 있었습니다. 현대사회의 시장의 기본 기능도 역시 삶에 필요한 여러 재화와 서비스를 교환을 통해 얻는 것입니다. 그러나 시장이 자본화 되면서 시장은 필요를 충족시키는 교환을 훨씬 초과하여 자본수익창출을 위한 ‘상품’이 넘쳐나게 되고 보다 빠른 상품의 순환을 위해 ‘유행’이 ‘필요’를 대신하게 되며 이런 방식으로 현대사회는 지구자원의 고갈과 화석에너지 사용의 증가라는 악순환에 놓이게 됩니다.

## 환경과 경제발전, 통합된 실체로 접근해야

1987년 세계환경개발위원회(WCED)에서 위원장인 브루트란트는 ‘우리 공동의 미래’라는 보고서를 통해 환경문제는 불평등과 고난을 일으키는 힘의 결과로 환경과 경제발전은 통합된 하나의 실체로 접근해야 하며 전 지구적 차원의 빈곤과 국가 간 불평등에 대한 접근 없이 환경문제만을 다루는 것은 의미가 없다고 이야기 합니다. 브루트란트 보고서로 더 많이 알려진 이 보고서에서 자연자원보존은 시간적으로 세대를 초월하고 공간적으로 국가를 초월해야한다고 주장하며 ‘미래세대의 필요를 저해하지 않으면서 현재 세대의 필요를 충족시키는 발전’을 ‘지속가능한 발전’ 개념으로 정의하였습니다.

‘지속가능한 발전’이라는 어찌 보면 상충된 두 개념의 조합은 그만큼 경제발전은 인간의 삶의 영위를 위한 필수조건인 동시에 지구생태계에 압박을 주는 요소라는 것을 의미합니다. 따라서 경제발전과 자연의 조화가 지속가능발전의 핵심함의라 할 수 있습니다. 문제는 ‘발전’을 거부하거나 부정하는 것이 아니라 ‘발전’을 어떻게 재정립하고 합의하느냐입니다.

### 지속가능한 발전의 세 가지 축, 환경-사회-경제의 관계설정

대부분의 사람들은 자신들의 삶에서 환경-사회-경제 이 세 영역을 구분하지 않고 모든 영역 안에서 활동하며 살아갑니다. 결국, 인간 활동과 삶의 질은 ‘환경 안에서’ 물질적, 문화적으로 상호연관된 것으로 보아야 합니다. 지속가능 발전을 이러한 통합적 관점으로 바라보게 되면 경제성장과 빈곤 혹은 경제성장과 자원고갈 간의 교환(trade-offs)을 이론적으로 정당화하지 않을 수 있고 경제(수단)에 우선순위를 두는 대신, 인간의 삶, 필요(목적)에 초점을 맞추게 됩니다.

지속가능발전의 관점:  
세 영역 모형



지속가능발전의 관점:  
포함 모형



지속가능발전의 관점:  
통합 모형



### 지속가능한 발전의 규범: 형평성의 원칙

지속가능 발전을 위해서는 환경, 사회, 경제 중 어느 영역 혹은 공통 영역에서 발생하는 문제든 간에 적용할 수 있는 공통의 원칙이 필요합니다. Haughton(1999)은 다음의 다섯 가지를 지속가능발전의 형평성 원칙(equity principles)으로 제시하였는데, i) 세대간 형평성, ii) 세대내 형평성, iii) 지리적 형평성, iv) 절차적 형평성, v) 생태적 형평성입니다. 이러한 원칙은 금전적인 비용편익분석에 의한 접근이나 공리주의에 의해 보다 많은 사람의 이익을 위해 일부가 고통당할 수 있다는 점을 인정하는 현재의 사회 구조에서 한걸음 앞으로 나아가게 합니다. 지속가능 발전을 이러한 원칙에 기반 하게 되면, 비용과 편익이 현 세대 내에서 그리고 미래세대에게도 공평하게 나누어지는지에 대해, 모든 사람들이 의사결정에 공평하게 접근할 수 있는지, 의사결정자들이 책임감을 갖고 자신의 결정의 영향을 이해하고 있는지, 생물다양성을 증진시키는 방향의 사업인지 등의 질문에 답할 수 있게 됩니다.

- 미래에 대한 고려 — 세대간 형평성
- 사회 정의 — 세대내 형평성
- 국제적 책임 — 지리적 형평성
- 공평한 참여 — 절차적 형평성
- 생물다양성 존중 — 생태적 형평성

지속가능발전의 형평성 원칙 (Haughton, 1999)

### 지속가능한 발전목표(SDGs: Sustainable Development Goals)

지속가능한 발전목표(SDGs)는 지구 생태부양능력 한계 안에서의 인류의 지속가능한 경제발전, 사회통합을 꾀하는 지속가능한 발전 실현을 위한 세계적인 ‘약속’이자 ‘규범’입니다.

2015년 9월 25일 뉴욕에서 열린 제70회 유엔 개발 정상회의에서 유엔 회원국 만장일치로 17개 목표와 169개 세부목표로 구성된 지속가능발전목표(SDGs)가 채택되었습니다. 2016년부터 2030년까지 전 세

계 각국 정부, 기업, 민간이 지속가능성이라는 방향성과 기준을 토대로 정책을 입안하고 기업활동을 재조정하며 시민들의 참여가 이뤄지게 됩니다. SDGs라는 목표를 설정하는 것만으로 실제적인 효과가 있을 것인가에 대한 실마리를 얻기 위해 SDGs이전의 세계 개발 목표였던 새천년개발목표(MDGs: Millenium Development Goals)의 의미와 성과를 간략히 짚어 보겠습니다.

MDGs는 세계의 극단적인 빈곤과 기아퇴치를 위한 전 세계 정상들의 합의문이었습니다. MDGs 실행은 2000년부터 2015년까지 개발도상국을 대상으로 정부주도하에 이뤄졌는데 2015년 UN에서 발표한 보고서에 따르면 1990년 개도국의 극빈층(\$1.25/day)이 절반 이상이었던데 반해 2015년엔 14퍼센트로 줄어들었고 전 세계적으로는 1990년 19억 명에서 2015년 8억 3600만 명으로 줄어들었습니다. 이밖에도 유아사망률 감소, 초등교육보급률 향상, 모자보건을 향상 등 MDGs는 개도국에서 빈곤과 기아, 보건 및 기초 교육에 있어 가시적인 성과를 보여주었습니다.

이와 같이 목표를 설정하는 것만으로도 세계의 움직임에 대한 방향성을 줄 수 있습니다. 실제로 정부 주도였던 MDGs는 세계의 수많은 시민단체의 참여를 이끌어냈으며 우리나라에서도 공적개발원조를 담당하고 있는 KOICA와 국제개발구호단체들이 개도국에서 다양한 사업들을 펼치고 있습니다. 이를 지원하는 시민들의 기부금과 봉사참여도 한국시민운동에서 가장 큰 성장을 이룬 분야입니다.

### 지속가능한 지구촌을 위한 시민의 역할

지속가능한 발전목표는 새천년개발목표와 달리 전 세계의 모든 나라와 주체들의 참여를 요구하고 있습니다. 정부의 정책은 기업을 지속가능한 경영으로 움직이게 하고 시민들은 지속가능성을 따르는 정부정책과 기업에 지지를 보내는 것만으로 영향력을 행사할 수 있습니다.

지속가능한 발전을 위한 시민의 역할은 매우 중요합니다. 그것은 우리가 살고 있는 지구의 생태적 한계인 지구위협한계선을 이해하고 우리의 일상이 어떻게 지구에 영향을 미치는지 이해하는 것에서 시작됩니다. 겉으로 드러나는 환경오염은 인간활동이 지구에 남

긴 최종 결과물입니다. 하천과 마을의 오염물을 제거하는 활동은 사후대응으로 이러한 결과물들을 불러오는 인간과 지구와의 상호관계에 대한 총체적 이해에서 출발하는 선제적 대응이 매우 절실합니다. 결국 현대문명에서의 인간의 삶의 방식, 즉 경제활동과 소비로 이루어진 우리의 일상에 대한 성찰이 필요합니다.

### 현대문명의 위기, 인간문명에 대한 성찰과 도약의 계기 될 것

인간활동의 결과물로 인한 오염과 기후변화를 인간은 물론 지구에 살고 있는 1억 종 이상의 생태계가 영향을 받고 있습니다. 수많은 생명체가 공유하고 있는 지구를 인간이라는 단일종이 약 70%를 사용하고 있으며 그 영향으로 다른 생명체의 서식지 파괴는 물론 지구의 생태시스템 복원력이 심각히 훼손되고 있습니다. 지속가능한 발전의 규범적 원칙인 세대내 평등에서 인간을 포함한 지구촌의 모든 생명체와 인간사이의 형평성을 고려하여 행동하는 것은 다른 생명체에 대한 존중과 배려의 차원을 넘어 지구생태계의 지속가능성을 보장하는 필수사항이며 그랬을 때 인간의 삶의 질 향상과 인류의 지속가능성을 보장받을 수 있습니다.

아놀드 토인비의 말대로 인류의 역사를 당대의 인류가 처한 도전에 응하면서 발전을 거듭한 것으로 본다면 산업혁명과 자본주의로 인한 현대문명은 또 한 차례 도전과 응전의 시기에 놓여있습니다. 지속가능한 발전을 도구로 이러한 위기를 극복하는 것, 앞서 보았던 다양한 원칙과 규범들의 이해와 실행이 수반되는 과정 자체로 인간문명의 한 단계 성숙과 인간의 내적 외적 한계에 대한 초월이 될 것입니다.

참고문헌:

- 제프리 삭스 『지속가능한 발전의 시대』 (21세기북스, 2015)
- 남상준, 김찬국 『지속가능발전과 지속가능발전교육』 (환경부, 2012)
- 알기쉬운 지속가능발전목표 SDGs (Kofid, 2016)
- 2015 MDGs Report (UN)
- 지속가능한 발전 목표(SDGs) 논의 대응 및 발전방안 연구 (녹색성장위원회, 2012)

서구식 질환의 가장 강력한 예측 인자

# 콜레스테롤에 대한 오해 바로잡기

'동물성 음식을 먹으면서 콜레스테롤 수치 정상으로 유지할 수는 없어'

글: 정인권 박사  
울산 새아침연합내과 원장



어떤 사람의 질병 유무에 관계없이 풍요병의 가장 강력한 예측인자가 콜레스테롤이니 이 수치의 중요성을 반드시 인식하고 정상수치로 유지하도록 노력할 필요가 있다. 자신의 콜레스테롤 수치를 정확히 알고 있는 사람들은 얼마나 될까? 10%도 안 될 것이다. 게다가 이 수치를 낮추는 약을 복용하는 이들조차 자신의 콜레스테롤 수치를 듣고는 잊어버리기도 한다. 이러한 현상은 정상치에 대한 개념이 없기 때문이기도 하지만, 콜레스테롤 수치가 온갖 병들과 연관성이 있다는 사실을 모르는 소치이기도 하다.

콜레스테롤은 주로 동맥경화증을 일으키는 고혈압의 주요인자라는 정도로 알려져 있고, 또한 몸에서 주요작용을 하는 각종 호르몬의 원료이기에 어느 정도는 섭취해야 하는 걸로 알려져 있다. 이러한 인식은 의자들 사이에서도 크게 다르지 않다.

먼저, 콜레스테롤과 관련이 있다고 밝혀진 병을 살

펴보면, 놀랍게도 서구식 질환의 가장 강력한 예측 인자가 콜레스테롤인 것을 알 수 있다. 콜레스테롤 수치가 감소하면 간암, 직장암, 대장암, 폐암, 유방암, 전립선암, 소아백혈병, 성인백혈병, 소아 뇌암, 성인 뇌암, 위암, 식도암, 인후암의 유병률도 감소한다. 대부분 심장과 혈관을 염려해야한다는 사실은 알지만, 콜레스테롤과 암과의 연관성은 알지 못하고 있다. 콜레스테롤과 관련된 혈관질환에는 대표적인 각종 동맥경화증을 비롯하여 고혈압, 협심증, 뇌졸중, 파킨슨씨병, 인지 손상, 치매 등이 있으며, 안과질환으로는 황반 변성과 백내장도 관련이 있다.

그런데 이토록 중요한 콜레스테롤에 대해 현재 전문 의학계에서조차 잘못 알고 있는 부분이 있어서, 본고는 콜레스테롤에 대해 잘 모르고 있거나 혹은 잘못 알고 있는 대표적인 사례들을 짚어봄으로써 독자 여러분의 콜레스테롤에 대한 인식을 환기시키는 데 그 의의를 두고자 한다.

### 1. J-curve

“콜레스테롤이 어느 정도 이상 떨어지면 암의 발생률이 높아지고 출혈성 뇌졸중이 생기니 많이 떨어지는 것을 경계해야 한다.” 는 것이 J-curve 이론이다. 이 현상은 ‘콜레스테롤을 너무 낮추면 오히려 해롭지 않을까’ 하는 의구심을 일으켰다. 그러나 후속 연구결과에 따르면, 암이 발생할 때 암세포의 증식을 위해 콜레스테롤이 필요하고, 그 결과 혈중 콜레스테롤 수치가 감소한다는 것이 밝혀졌다. 즉 콜레스테롤이 낮아지면 암이 발생하는 것이 아니라, 암이 발생한 결과로 콜레스테롤이 감소한다는 것이다.

또한 출혈성 뇌졸중이 저콜레스테롤혈증과 관련이 있는 것은 저콜레스테롤혈증을 일으키는 염증 상태나 저 영양상태의 영향으로 생각된다. 따라서 풍요병이 만연하는 지금과 같은 시대에는 콜레스테롤은 낮을수록 좋다고 볼 수 있다.

### 2. 운동으로 콜레스테롤 수치를 감소시킬 수는 없다

대부분 병원에서는 콜레스테롤 수치를 감소시키려면 운동이 필수라고 하고, 일반인들도 당연히 그렇게 알고 있다. 그러나 콜레스테롤은 에너지원이 아니다. 어떤 물질을 에너지로 쓰려면, 그 물질을 분해함으로써 분자결합 안에 숨어있는 에너지를 방출시켜야 한다. 그러나 콜레스테롤은 우리 몸에서 합성은 되지만, 분해되지는 않는다. 그러므로 콜레스테롤을 낮출 목적으로 운동을 해야 한다는 것은 전혀 근거가 없는 처방이다.

### 3. 콜레스테롤은 비필수 물질이다

사람들은 콜레스테롤이 세포막의 형성이나 성호르몬을 만드는 주요 원료라고 알고 있어 어느 정도는 먹어야 된다고 생각한다. 그러나 콜레스테롤은 우리 몸속에서 마치 피와 같이 중요해서 우리 몸 스스로가 충분히 만들어낸다. 이런 상황에서 만약 체외에서 콜레스테롤을 섭취하게 되면, 대부분의 경우에서 고콜레스테롤혈증을 일으키게 되어있다. 따라서 콜레스테롤을 높이기 위해 따로 섭취할 필요는 없다.

### 4. 콜레스테롤을 낮추면 혈관이 약해지거나 성기능에 문제가 생긴다는 것은 사실이 아니다

체중이 70kg인 성인의 온몸에 있는 콜레스테롤 함량은 140g이다. 그리고 그 사람의 혈액 속에 있는 콜레스테롤은 고작 6g이다. 그런데 혈중 콜레스테롤 6g 중 식사요법이나 콜레스테롤 저하제로 낮출 수 있는 것은 고작 2~3g으로, 혈중 콜레스테롤의 50%를 낮출 수 있다. 결국 우리는 온갖 노력을 기울여도 몸 전체 콜레스테롤의 2%만 줄일 수 있다. 따라서 이 정도 미미한 수치로 세포막의 콜레스테롤 함량과 성호르몬 생산에는 변화를 줄 수는 없다는 결론에 도달하게 된다. 따라서 혈중 콜레스테롤이 낮은 것에 대해서는 전혀 염려할 필요가 없다고 보는 것이 옳다.

### 5. 간은 슈퍼 甲인가?

때로는 채식을 해도 콜레스테롤이 올라가는 경우가 있고 동물성 식사를 해도 콜레스테롤이 정상인 경우가 있다. 간에서 콜레스테롤을 많이 만들면 수치가 높아지고, 적게 만들면 낮아지므로 음식보다 간이 훨씬 더 중요한 조절기관으로 생각될 수도 있다. 이런 이유 때문에 콜레스테롤 저하제만 복용하고 음식은 조절하지 않는 경향이 있다. 그런데 간은 여성호르몬이 감소하는 폐경기에서만 콜레스테롤을 많이 만들게 된다. 그러므로 폐경기에서만 간이 음식보다 중요한 역할을 한다는 것을 알 수 있으니, 특정시기에 해당하는 사례를 전체적으로 적용하여 음식조절을 소홀히 하다가는 어려움을 겪을 수도 있음을 알아야겠다.

### 6. 음식의 콜레스테롤과 혈중 콜레스테롤은 큰 관련이 없다?

일부 전문가들은 이렇게 주장한다. “콜레스테롤이 많은 음식보다 포화지방이 많은 음식이 혈중 콜레스테롤을 훨씬 높인다는 주장의 이유는, 포화지방은 콜레스테롤과 전혀 상관없는 물질이지만 우리 몸에 들어와 간을 자극하여 콜레스테롤을 많이 만들게끔 하기 때문이다. 설상가상으로 포화지방은 간이 콜레스테롤을 제거하는 일 역시 방해한다.

그 결과 콜레스테롤을 많이 만들고 제거하지 못해 혈중 콜레스테롤 수치가 높아진다. 반면 음식의 콜레스테롤은 일단 장으로 들어오면 약 2분의 1만 흡수되고 나머지는 장으로 배설된다. 더구나 이것은 어느 정도 들어오면 간에서 콜레스테롤 합성을 억제하게 만들어 혈중 콜레스테롤이 더 올라가는 현상을 막아 준다. 이것을 콜레스테롤의 지붕효과 (Ceiling Effect)라고 한다. 따라서 음식의 포화지방과 콜레스테롤 중 포화지방이 훨씬 위험하다.”

그러나 이러한 주장이 틀린 이유는 ‘혈중 콜레스테롤을 올리는 데에는 콜레스테롤 자체, 중성지방과 동물성 단백질이 모두 중요하게 작용’ 하기 때문이다. 이들은 모두 동물성 음식에 있다. 따라서 동물성 음식을 먹으면서 콜레스테롤 수치를 정상으로 유지하려고 하는 것은 어불성설이다.

### 7. 비정상인 정상

1988년에 미국 심장학회 콜레스테롤 연구의 전문기관인 국립 콜레스테롤 교육 프로그램(NCEP)에서 콜레스테롤 수치가 200mg/dl이면 바람직하다고 적당히 권고하였다. 이 수치는 9,720만 미국인(성인의 52%)의 혈청 콜레스테롤 수치가 200mg/dl 이상인 것을 고려하여 기준으로 결정된 것이다. 우리 논의의 평균 시력이 0.6이라면 이것을 정상화 수치로 제시하는 것과는 같은 아주 잘못된 결정이다. 평균 수치가 바람직한 정상 수치가 될 수는 없는 것이다.

많은 과학자들은 콜레스테롤이 150mg/dl이하에서 심장혈관 질환이 없다고 한다. NCEP에서조차 150mg/dl 이하의 사람들은 심장병이 없다고 알고 있다. 150mg/dl 이하를 유지하려면 완전채식을 해야 하는데, NCEP는 이 사실을 국민들에게 알리면 권고 수치를 도달하려 노력하는 사람이 아무도 없을 것이라는 궁색한 변명을 한다. 그렇다 하더라도, 국민에게 선택의 기회를 주지 않은 오류를 범했다 할 수 있다. 과학자의 본분은 사실을 알려야 하는 것이다. 이들은 사실을 밝히지 않고 적당한 권고사항으로 얼버무리고 있다. 이들의 정보를 따른 150~200ml/dl 사이의 많은 사람들이 질병에 걸리는 사태를 발생시키고 있는 것이다.

NCEP의 정보를 받은 의사들은 심장병 위험인자가 하나 혹은 둘 혹은 그 이상이면 콜레스테롤을 얼마 또한 얼마만큼 떨어뜨려야 한다는 아주 복잡한 권고사항을 따라가고 있다. 150mg/dl 이하면 간단히 없어질 것인데 오히려 더 복잡한 방법을 택하고 있다. 단지 완전채식을 하라는 말을 하기가 부담스럽기 때문에 온 인류를 혼돈 속으로 밀어 넣는 큰 실수를 하고 있는 것이다.

### 8. 무엇이 콜레스테롤의 수치를 올리나?

- 1) 동물성 단백질이 매우 중요한 요소이고, 그 다음 중요한 것은 음식 중 콜레스테롤
- 2) 여성호르몬 감소
- 3) 포화지방
- 4) 과당 중에서도 음식 속에 자연적으로 포함되어 있는 당보다는 따로 첨가하거나(첨가당), 다른 영양소와 유리되어 홀로 존재하는 당(자유당)
- 5) 정제 탄수화물
- 6) 커피의 카페스테롤 café + sterol 특히 에스프레소, 아메리카노, 믹스커피 등. (그러나 핸드드립, 더치커피, 알 커피는 해당 없음)

이상의 논의를 통해서 살펴본 바와 같이 아직도 존재하는 항간의 오류에 빠지지 말고, 철저한 실증을 통해 드러난 콜레스테롤에 대한 정론을 실생활에 적용하여 보다 안전하고 건강한 생활을 영위해야겠다.

\* 글쓴이 정인권 박사는 대자연사랑실천본부 대구 지부 회원이자 채식의사 단체인 베지닥터 회장이다.

# 대구지부

대구지역의 대학교와 학생들을 중심으로 성장하고 있는  
대자연사랑실천본부 대구지부를 소개합니다.



대구지부의 숲체험 활동

2011년 12월 다수의 대구한의대학교 교직원들과 평소 생명존중과 자연사랑에 관심이 많았던 일반 시민들이 모여 창립한 (사)대자연사랑실천본부 대구지부는 지속적인 회원 영입과 교육으로 단체의 기반을 다지면서 생명존중과 자연환경보호 및 이웃사랑 활동을 꾸준히 전개해오고 있습니다. 그동안 초대, 2대 회장을 지낸 이윤관지부장(대구한의대 교수)과 임원진의 헌신적인 노력 및 회원들의 적극적인 협조로 2016년 현재 170여명(정회원 110명, 준회원 60여명)이 있는 어느 모로 보더라도 손색이 없는 시민단체로 성장해가고 있습니다.

## 대구지부, 대구한의대학교 대학생 동아리 '자연사랑' 육성

뿐만 아니라 2015년에는 대구한의대학교 환경봉사 동아리인 '자연사랑(회장: 이원창, 지도교수: 변귀남)'의 창립을 지도하고, 해마다 지속적으로 지원함으로써 단체운영에 새로운 희망과 활기를 얻고 있습니다. 이미 '숲체험 행사'나 '사랑의 연탄나눔 봉사활동'을 자연사랑 회원들과 함께 하고 있으며, 대학생들의 다양한 봉사활동을 지켜보면서 우리 지부가 나아가야 할 활동방향에 대한 아이디어를 얻는다면, 대학졸업 후 이 학생들이 본회 회원이 되어 활동을 이어갈 가능성이 커서 지속적인 회원 영입에 대한 희망을 얻기도 합니다.

## 환경활동에서부터 사회봉사활동까지



독거노인돕기 연탄배달봉사



영덕블루로드 환경정화활동

그동안 본회는 환경을 사랑하고 지키는 마음으로 영덕 블루로드 해안과 부산 이기대 해안 등 여러 곳에서 10여 차례에 걸쳐 환경정화활동을 펼쳤으며, 덕유산 국립공원과 대구 앞산에서는 '숲체험 행사'를 통해 자연에 다가서는가 하면, 매년 초겨울에 주위의 도움을 필요로 하는 독거노인들에게 '사랑의 연탄나눔' 봉사활동을 해오고 있습니다.

## 건강과 환경을 위한 채식 홍보프로그램 '런천미팅' 운영



또 회원과 일반인, 학생들을 대상으로 생명존중에 관한 홍보활동에도 힘쓰고 있는데, 지금까지 황성수 박사(대구의료원 신경외과과장), 홍성태교장(영진고등학교 교장), 정인권 박사(새아침연합내과 원장)등 국내 가장 선도적인 채식운동가들을 모셔서 채식, 건강, 생명존중에 관한 주제의 강연회를 개최하였고, 대구한의대학 캠퍼스에서는 점심시간을 활용하여 간단한 식사와 함께 각 분야의 전문가를 모셔와 다도, 인도음악, 요가, 채식요리 등을 체험하는 '런천미팅'을 통해 힐링의 시간을 갖기도 하였습니다.

글\_이일봉 대구지부 회원

## 대구지역에서 열렸던 '2014 제7회 세계청년대자연사랑축제'

이에 더하여, 2014년 8월 2~3일 대구엑스코에서 개최되었던 '제7회 세계청년대자연사랑축제'를 맞이하여 모든 회원들이 1년여 동안 최선을 다해 행사준비와 진행에 참여함으로써 행사에 큰 보탬이 되었고, 세계적인 행사가 우리 지역에서 성공적으로 치러졌다는 자부심을 안게 되었으며, 그 때 자원봉사자로 참여했던 많은 대구한의대학교 학생들이 행사 후 자연사랑 동아리를 조직하여 이끌게 된 보람을 남기기도 했습니다.

## 지역의 젊은이들과 더불어 성장하는 대구지부

앞으로 저희 지부는 올해 3대 회장으로 취임하신 김종용 지부장(대구한의대 교수)을 중심으로 더 많은 회원의 영입을 통해 여러 가지 사업과 행사에서 내실을 기함은 물론 뜻을 함께 하는 주변 단체들과 공조하여 여러 가지 연대활동을 펼쳐나가려고 합니다. 아울러 대구·경북지역의 여러 대학에 자연사랑과 생명존중, 환경보존에 뜻을 같이하는 대학생 동아리 창립을 지원하고 지도함으로써 지역의 젊은이들과 함께 더불어 성장하는 잠재성 있는 지부로 발돋움하고자 합니다.

### (사)대자연사랑실천본부 대구지부 연혁

- 2011. 12 (사)대자연사랑실천본부 대구지부 발대식  
특강: 몸은 편식을 원한다 - 황성수(대구의료원 신경외과과장)
- 2012. 04 창립총회(이윤관 초대회장 취임)  
특강: 지구환경의 위기와 지구온난화 - 홍성태(영진고 교장)
- 2012. 05 런천미팅(차와 건강 I / 배만중교수)
- 2012. 06 숲체험(함양 상림숲)
- 2012. 09 런천미팅(차와 건강 II / 배만중교수)
- 2012. 10 환경정화활동(영덕 블루로드 해안청소)
- 2012. 12 제 1회 독거노인돕기 사랑의 연탄배달(경산)
- 2013. 04 제 2차 총회  
특강: 의사가 보는 채식과 건강 - 정인권(새아침연합내과 원장)
- 2013. 05 런천미팅(요가/김현철원장)
- 2013. 06 숲체험(예천 회룡포)
- 2013. 10 환경정화활동(부산 이기대 해안청소)
- 2013. 12 제 2회 독거노인돕기 사랑의 연탄배달(경산)
- 2014. 04 제 3차 총회(이윤관 2대회장 취임)  
특강: '세계청년대자연사랑축제' 안내 - 김광수(축제본부장)
- 2014. 11 환경정화활동(고산 산막이 옛길 청소)
- 2014. 12 제 3회 독거노인돕기 사랑의 연탄배달(경산)
- 2015. 03 대구한의대학교 대학생동아리 자연사랑 창립
- 2015. 04 제 4차 총회  
특강: 환경보호의 중요성 - 이진관(경북 자연환경 연구원장)
- 2015. 06 런천미팅(채식실습/이은실선생)
- 2015. 08 환경정화활동(남해 보리만)
- 2015. 10 숲체험(덕유산 향적봉/자연휴양림)
- 2015. 12 제 4회 독거노인돕기 사랑의 연탄배달(경산)
- 2016. 04 제 5차 총회(김종용 3대회장 취임)
- 2016. 05 런천미팅(채식하는 이유/홍성태교장)
- 2016. 06 숲체험 및 환경정화활동(대구 앞산)

엄홍길휴먼재단과 경기지부의 만남

# 엄홍길, 산 아래를 보다

경기지부는 지난 몇 년간 엄홍길휴먼재단의 नेपाल 학교건립사업을 후원해오고 있다. '대자연을 사랑하고 대자연으로부터 배우다'는 대자연사랑실천본부의 정신과 닮아 있는 엄대장을 경기지부에서 만나 엄대장의 삶에 깃든 '대자연'에 대해 들어보았다.

'신들의 나라', '세계의 지붕' 히말리아에서 삶과 죽음, 희망과 절망의 이중주를 온몸으로 연주해온 산악인 엄홍길을 만났다. 167cm의 작은 체구지만 그의 트레이드 마크인 세계 최초 16좌 등반은 범인이 흉내 낼 수 없는 거대한 산이다. 그래서 우리는 그에게 '대장'이라는 칭호를 안긴다. 이제 그는 산 위 정상이 아닌 산 아래의 삶을 연주한다. 고산高山의 음율이 아닌 서민이 웃을 수 있는 기타를 친다. 지난 2015년 전에 없던 강진으로 네팔인들은 삶의 터전을 잃었다. 천혜의 환경과 어우러져 사는 만년설의 땅에도 시련의 겨울을 이긴 봄의 새싹이 필요했다. 그가 바로 엄홍길이다. 오지의 오지에 학교를 짓고 의료지원사업을 하며 현장복구와 미래 삶의 터전을 그리는 엄홍길, 네팔인은 신의 축복이자 선물이라 말한다.

## 요즘 근황을 말씀해주세요.

학생들과 15박 16일 동안 350km에 이르는 DMG 평화통일대장정을 마쳤습니다. 작열하는 뜨거운 태양 속에 시골길을 걸으며 분단된 조국의 현실을 느끼고, 안보의식도 고취시키면서 통일에 대한 꿈을 키우자는 의미로 시작했습니다. 학교수업도 중요하지만 살아있는 현장교육, 온몸으로 느끼는 직접적인 체험입니다. 머리가 아닌 가슴이죠. 이론적인 모습이 현실적으로 나타나야 저는 산 교육이라고 생각합니다. 국방부의 협조 아래 하루에 20~30km를 걸었습니다. 걷다보면 동네의 삶과 마주하고 산과 함께하며 동료애도 생기고 단결과 협동심 등 가슴으로 얻는 것들이 많습니다. 교과서에서 찾을 수 없는 것이죠. 무엇보다 잊지 못할 추억을 가슴에 안고 갑니다.

## 엄홍길 대장하면 산사람이라는 이미지와 세계 최초 16좌 등정을 빼놓을 수 없습니다. 무엇이 그토록 엄대장님을 산으로 이끌었는지 궁금합니다.

제가 태어난 곳은 경상남도 고성에 한 산자락입니다. 3살 때 이사 와서 경기도 의정부 원도봉산 산골짜기에서 살았어요. 산은 유년시절 제 놀이터나 마찬가지였습니다. 그 당시 산에서 기른 체력과 정신력이 제 도전의 밑그림입니다. 자연스럽게 산을 접하고 산과 함께 살았습니다. 계속 도전하며 어려움을 온몸으로 이겨나가는 그런 기질이 있는 거죠. 히말라야 등정은 1985년부터 시작했습니다.

## 산과 자연이 주는 경외감, 정상에 올라섰을 때의 그 느낌은 남다르다고 생각합니다. 엄대장님이 생각하는 대자연은 무엇입니까?

산은 우리 삶과 불가분의 관계입니다. 자연하면 곧 산이라는 이미지가 있잖아요. 세계의 수많은 산이 저마다 다른 모습이듯, 매년 오를 때마다 항상 다른 모습으로 산은 내 곁에 다가왔습니다. 인간의 삶에서 없어서는 안 될 소중한 존재죠. 자연이 없으면 힐링과 휴식의 장소가 없습니다. 현대인은 고도의 물질문명 속에 살지만 인간은 자연의 존재고 흙으로 돌아갑니다. 인간의 생명줄 같은 존재라고 생각합니다. 그런 자연과 산을 오르는 것은 신들이 축복해준 결과라고 봅니다.

## 16좌 등정하는 과정 속에 세르파와 동료분등 10여명을 잃은 걸로 알고 있습니다. 최근에는 황정민 주연의 히말리아라는 영화로 만들어졌습니다. 그 감회를 말씀 해주신다면

8000미터 16좌를 오르기 위해 22년의 세월을 보냈습니다. 38번 도전해서 성공했습니다. 그 과정과 우여곡절은 말로 다 하지 못하는 한 편의 역사입니다. 에피소드가 많지요. 산을 하나씩 오를 때마다 많은 것을 경험하고 깨닫습니다. 죽음과 삶이라는 경계를 헤아릴 수 없이 넘나들었습니다. 장엄한 대자연과 맞서서 모든 상황들을 판단하고 대처하며, 산을 오르다는 것은 정신과 육체적 고통이 따릅니다. 그 과정 속에 산과 자연의 존재에 대한 경외심을 갖게 됩니다. 예전에는 능력만 있으면 못 오를 곳이 없다고 생각했는데 의지만 갖고선 안 됩니다. 뭔가 보이지 않는 에너지와 주파수가 맞아야 산을 오를 수 있다고 봅니다. 성공과 실패의 과정, 내 뜻대로 의지대로 되는 것이 아니죠. 대자연의 정신이 아닌 욕심으로 무리수를 두면 반드시 사고가 납니다. 자연과 동화되어야 산이 받아줍니다. 산에서 절대 '나'라는 개인이 있어선 안되요. 중요한 것은 얼마나 빨리 정상을 찍고 내려왔느냐가 아니라 끝까지 함께 했다는 사실에 있습니다. 한 번은 정상을 앞에 두고 포기한다고 했을 때 모든 게 완벽하고 정상에 오를 수 있는데 왜 포기하느냐며 동료들의 불만이 있었어요. 그 당시 잠시 휴식을 취하는데 바람이 쉬이익거리며 불고 있었어요. 정상을 봤는데 너무 위험한 겁니다. 산이 거부하고 있었어요. 만에 하나 누가 실수라도 하면 다 죽겠다는 생각이 들어 포기하고 내려왔습니다. 이렇게 주의를 해도 2004년 7월 에베레스트 등반 도중 동료 산악인 박무택씨가 하산하던 중 설맹에 한 발자국도 떼지 못하고 그 자리에서 숨졌어요. 그 사고를 계기로 휴먼원정대가 결성되었고 2005년 3월 네팔을 향해 떠났습니다. 그리고 두 달 후인 5월에 시신을 찾는데 성공했어요. 그 배경으로 히말리아는 영화가 만들어졌어요. 처음에는 영화 제의를 거절하다가 약속의 중요성, 신뢰, 인간애의 휴머니티를 보여줘야 한다는 생각에 하게 되었습니다.



신이 주신 은혜,  
휴먼스쿨 사업으로 보답하다.



엄홍길 대장은 산은 오르는 것이 아닌 들어가는 것이라 말한다. “신이 인간을 선택하고 받아줄 때만 인간은 올라 갔다가 살아 돌아올 수 있어요. 그래서 산에 오를 땐 겸손한 마음과 순응하는 자세로 초심의 마음가짐을 잃지 말아야 해요.” 이제 그는 네팔이 준 은혜와 영광을 휴먼스쿨 사업을 통해 희망전도사로 앞장서고 있다. 목표는 16좌 성공의 의미를 담아 휴먼스쿨 16개로 정했으며 2015년 11월에 10번째 학교를 개교했다. 히말리아에 사는 세르파나 고산족에게 그가 준 견고한 믿음과 신뢰는 영원한 산으로 기억되기에 충분해 보인다.



엄홍길대장(좌)과 대자연사랑실천본부 조기상 경기지부장(우)

**Q**  
은퇴하신 후 엄홍길 휴먼재단을 설립하시고, 네팔의 오지에 학교를 짓고 의료지원사업 등 여러 사업들을 진행 하고 계신데 그 동기는, 그리고 힘든 점은 무엇입니까?

22년동안 팔천미터 산을 오르면서 이루고자 하는 꿈과 목표를 완성했습니다. 죽음의 고비가 있을 때마다 간절한 염원을 가지고 꼭 살아만 가게 해달라고 기도했어요. 그 은혜를 꼭 갚겠다고 했습니다. 내가 받았으니까 베풀어준 은혜를 갚아야 한다고 다짐했어요. 그 전에는 정상만 그리며 오직 정상만 생각하며 살았는데 언제부터인가 산 아래와 사람이 보이기 시작했어요. 척박하고 열악한 환경에서 가난을 대물림하며 살아가는 치열한 삶의 모습이 눈에 들어온 것입니다. 그리고 그 한계를 극복하기 위해서는 무엇보다 교육이 가장 중요하다고 생각되었어요. 우리나라가 6,25전쟁 이후로 눈부신 경제성장을 한 이유 중의 하나가 교육에 있다고 생각되거든요. 네팔도 교육만이 살길이라는 답안을 찾게 된 것이죠. 문제는 학교를 짓는, 그것도 외국의 한 오지에서, 돈이 한두 푼 드는 게 아니었습니다. 저 한사람의 힘으로는 되지 않고 여러 사람의 힘을 모아야겠다고 생각했어요. 그래서 2008년도에 재단을 설립하게 되었습니다. 교육사업의 의미를 알아봐준 기업들과 후원해 주시는 많은 분들의 도움아래 오지의 오지에 학교를 짓기 시작한거예요. 그 첫 삽이 ‘팡보체’라는 지역입니다. 도로도 좋지 않고 물자운반이 정말 열악하고 쉽지 않았어요. 팡보체는 에베레스트를 두 번째 등반할 때 생명을 잃은 세르파 술딘 도루지가 살았던 곳이고 아직 그의 부인과 노모가 살고 있는 곳이죠.

**Q**  
오지에 학교를 짓는다는 게 정말 어려운 일 아닙니까?

경비행기로 이동해서 야크와 사람으로 3일 동안 산길을 올라가 지었습니다. 막상 실행에 옮기려니까 생각하지 못한 어려움과 문제도 발생하고 현지 주민들은 과연 저게 될까 하는 반신반의의 시선으로 우리를 봤죠. 구호단체들의 생색내기식 사진 찍기 행사는 아닌가 하는 의구심들이 있었죠. 그들은 보여주기 선행에 불신이 많이 쌓여 있었던 것이죠. 하지만 대도시에서 물자를 공수해 오고 학교가 점점 완성되어 감에 따라 사람들이 마음을 열기 시작했습니다. 개교하는 날에는 눈물을 흘리는 부모들도 있었습니다. 지금까지 11개를 지었고 3개는 공사가 진행 중입니다. 그리고 고산족 셀파족이 사는 에베레스트지역 3450m에 커다란 산간마을이 하나 있는데 의료시설이 없어요. 남체르 마을이라고 합니다. 전세계 각지의 산악인도 오는데 의료시설이 전무하니까 고산증이 발생해도 치료시설이 없어 어려움이 많습니 다. 남체르 마을의 병원은 올 연말쯤 완공예정입니다.

**Q**  
21세기 인류사회의 큰 숙제는 인간과 자연의 공존입니다. 석유자본으로 유지되는 문명의 한계와 무분별한 자원개발은 지구환경을 심각하게 위협하고 있습니다. 인류가 가장 노력해야 할 부분은 무엇이라고 생각하십니까?

자연과 환경에 대한 인식의 전환 그리고 교육이라고 생각합니다. 개발과 발전의 현대문명은 필연적으로 자연적인 생태와 환경을 재개편하지 않을 수 없습니다. 오존층이 파괴되고 잘사는 나라들이 뿔어대는 이산화탄소가 오염되지 않은 히말라야 지역까지 침투하여 빙하가 줄어들고 있잖아요. 이런 전 세계적인 환경문제를 등한시 하지 말고 다 같이 고민해야 합니다. 그리고 교육해야 합니다. 특히 자연보호에 대한 관념은 초등학교 때부터 갖추어야 합니다. 더 나아가 현장교육과 체험교육이 병행되어야 산교육이 될 수 있습니다. 저도 학생들과 매달 산행을 하는데 산행할수록 학생들이 변하는 모습을 볼 수 있습니다. 산에 오르면 주변 동료도 돌봐야 하고 혼자만 앞서갈 수 없거든요. 같이 고생하고 땀 흘리고 그러면서 협력하고 양보와 배려심도 배우게 됩니다. 산과 자연도 알아가고요.

**Q**  
산과 자연 그리고 네팔과 히말라야의 남다른 인연을 통해 반평생을 사셨습니다. 남은 인생의 시간동안 그 릴 그림은 어떤 그림입니까?

16좌를 올랐으니까 16개 학교를 짓는 게 제 인생의 17좌이자 꿈입니다. 부수적으로 병원도 짓고 있습니다. 국내 활동으로는 청소년과 젊은이들에게 자연을 통해서 그 속에서 체험을 통한 진취적인 정신을 기르고 자양분을 만들어 주는 그런 다리가 되고 싶습니다.

인터뷰를 마치고 대자연실천본부 경기지부장이신 조기상 님이 기부금 200만원을 엄홍길 상임이사에게 전달했다.

글\_강창영 경기지부 사무국장

‘웃음꽃사람’

: 이웃을 위해 봉사하는 대자연회원 이야기

# 봉사로 변화하고 성장하는 나



봉사로 세상에 행복과 따뜻함을 전하고 싶다는 대구한의대 '자연사랑' 동아리 이동민 학생이 봉사에 대한 자신의 경험과 이야기를 '대자연사랑'에 풀어놓았습니다.



CSR 사회공헌 스튜디오 (대구치매예방 걷기대회 버스 운영)

### 학교생활의 전환점이 되준 '자연사랑' 동아리 활동

어린 시절 친구들과 사이에서 '바른 생활 사나이'라고 불릴 정도로 성실하고 주변 친구들에게 많은 도움을 주는 친구가 있었습니다. 중고등학교 때 처음 교내외 봉사활동을 하면서 작은 보탬이지만 나도 다른 사람에게 힘이 되는 사람이 되고 싶다는 생각을 했습니다. 당시 봉사활동은 조금은 형식적으로 진행되어서 기회가 된다면 '진심'이 전달되는 봉사활동을 하고 싶었습니다.

대학에 입학하고 한동안 학업에 집중하느라 봉사활동이나 대외활동을 하기 여의치 않았고 조금은 소극적이었던 저는 군 제대 후 대학생활에 변화가 필요하다고 생각하던 중 현재 저와 같이 자연사랑 동아리를 이끌어 가고 있는 정은진 총무를 만나게 되었습니다. 학과 선후배 사이로 독서토론편을 통해 처음 알게 된 정은진 총무와는 초반엔 서먹서먹하였지만 지금은 동아리를 함께 이끌어가는 막역한 사이로 서로 돕는 둘도 없는 친구가 되었습니다.

지난해 초 개인적으로 친구와 함께 여러 활동을 하였습니다. 걷기대회, 환경정화활동, 어린이날 행사 주차요원, 과학의 달 과학관 행사보조 등 사람들이 많이 찾는 행사지원 봉사활동을 통해 많은 사람들을 만나고 도와주면서 봉사활동의 참맛을 느끼게 되었습니다.

### 내가 준비한 봉사활동, 친구들의 즐거움과 보람으로 돌아오다

그러던 중, 지난 2015년 5월 '달성 토마토 축제' 자원봉사 모집 공고 포스터를 보게 되었습니다. 포스터를 본 순간 이 활동은 놓치면 후회할 것 같다는 생각이 들었습니다. 동아리 임원진에게 '달성 토마토 축제' 행사지원활동을 제안했고 활동 문의에서부터 참여 인원 체크까지 제가 담당하게 되면서 봉사활동 외에도 동아리 운영에 대한 관심도 생기게 되었습니다. 달성 토마토 축제 행사 지원활동은 그야말로 성공적이었습니다. 많은 친구들이 봉사활동에 대한 즐거움과 그 이상의 경험을 했던 시간이었습니다. 당시 내가 준비한 봉사활동만으로도 다른 사람에게 도움을 줄 수 있다는 점을 알게 되었던 계기가 되었습니다.

### 더 많은 사람들에게 봉사하고 싶어 사회복지로 진로를 변경했어요

봉사활동을 하면서 저의 진로에도 변화가 생겼습니다. 중국어 전공을 하면서 역사, 문화에 관심이 있어 '문화관광해설사'가 되고 싶었는데 지금은 보다 많은 사람들에게 봉사하고 헌신을 하고 싶어 '사회복지'를 공부하고 있습니다. 올해는 동아리 활동 외에도 장애인 야간학교에서 자원교사와 NGO 환경 단체에서 어린이 환경 탐사대 자원교사로 활동하고 있습니다. 다양한 분야와 계층에서 활동하면서 앞으로 어떤 분야에서 사회복지전문가로 활동할지에 대해 경험하며 배우고 있습니다. 또한 대구사회복지협의회에서 기업의 사회공헌(CSR : Corporate Social Responsibility)에 대해 스터디 활동을 하고 있습니다. 사회복지에 대한 전문적인 소양도 쌓고 사회복지를 전공하고 있는 친구들과 함께 교류하며 공부하고 있습니다.

### 봉사활동은 봉사자와 수혜자가 교감을 나누는 것

봉사활동은 나의 것을 남에게 주는 것만이 아니라 봉사자와 수혜자가 서로 교감을 나누는 활동이라고 생각합니다. 비록 자기가 가지고 있는 능력과 자원이 부족할지라도 자신의 '의지'가 확고하다면 도움을 받는 분들에게 큰 힘이 될 것이라고 생각합니다.

'무슨 일을 시작 하든 된다는 확신 90%와 반드시 되게 할 수 있다는 자신감 10%외에 안 될 수도 있다는 불안은 단 1%도 갖지 않는다.'

-故 정주영 현대 그룹 회장

중고등학교 때 처음 봉사활동을 하면서 했던 다짐, 대학교에서 동아리를 하면서 처음 시작 하면서 했던 다짐, 동아리 임원이 되면서 했던 다짐, 매번 새로운 다짐을 하면서 도전과 그 속에서의 경험들을 통해 저는 점점 더 남을 돕는 즐거움을 알아가고 있습니다. 앞으로 사회복지분야에서 일하게 될 날들을 생각하면 설렘과 기대가 가득합니다.



대구환경연합 꾸러기 환경 탐사대 활동



정은진 총무와 함께 했던 독서토론편 모임 'BOOK 積 BOOK 迪'



벽화 그리기활동

글\_이동민 '자연사랑' 기획부장



본부소식



2016 정기총회 '회원의날'

2016 제6차 정기총회가 1월 30일 서울 만복림에서 열렸다. 이번 정기총회에서는 전국 각 지부의 우수회원을 초대해 공로상을 시상하는 '회원의날' 행사가 함께 열렸다.



인사발령

2016년 2월 1일부터 대자연사랑실천본부 신임 사무총장으로 이우근 경남지부장이 취임하였다. 이밖에 본부 사무처 부장으로 행정부 박선하, 사업부 천원섭, 홍보부 김종문 부장이 각각 임명되었다.



대만 문화탐방

본부에서는 7월 27일부터 7월 30일까지 3박 4일 일정으로 대만 문화탐방을 실시하였다. 27명의 회원들이 참여한 문화탐방 프로그램은 대만의 아름다운 문화유적지 탐방과 대자연사랑실천본부 대만본부 견학으로 진행되었다.



지부소식



'자연사랑' 2016 개강 총회 및 1주년 행사

3월 24일 대구한의대 대학생 동아리 '자연사랑'이 동아리 창립 1주년을 맞아 동아리 회원들과 지도교수, 대구지부 임원들의 참석 하에 1주년 기념행사를 가졌다.



안산천 생태하천 가꾸기

경기지부는 4월 29일 안산의 여러 시민단체와 함께 안산천 생태하천 가꾸기 일환으로 유해식물제거와 토종꽃씨심기 작업을 벌였다.



채식과 환경을 생각하는 '런천미팅'

대구지부는 4월 29일 대구한의대 학술정보관에서 대구지부 회원들을 대상으로 런천미팅을 실시하였다.



대구한의대 캠퍼스 클린 활동

자연사랑 동아리와 대구한의대 학생들이 5월 18일 대구한의대 삼성캠퍼스에서 캠퍼스 클린 활동을 벌였다.



앞산 숲체험 행사

대구지부는 5월 28일 '자연사랑' 동아리 회원들과 함께 '앞산 숲체험' 행사를 실시하였다. 이번 숲체험은 전문 숲해설가의 강연과 현장 프로그램으로 구성되어 숲 생태에 대한 이해의 폭을 넓히는 계기가 되었다.



안산시자원봉사센터 네트워킹회의

경기지부는 6월 28일 안산시자원봉사센터에서 주관하는 월례 회의에 참석해 경기지부 활동에 대한 브리핑을 하였다.



인물동정



변정환 이사장

대구한의대 명사초청특강

5월 16일 대구한의대학교 학생 150명을 대상으로 '대자연과 건강'을 주제로 변정환 이사장의 특강이 열렸다.



배봉선 대구지부 회원, 대구광역시 동구 생활체육연합회 회장 취임

배봉선 대구지부 회원은 지난 6월 대구 광역시 동구 생활체육연합회 회장으로 취임하였다.



강철원 대구지부 회원, (사)한국연예예술인총연합회 동대구지회장 취임

지난 7월 9일 대구 MH컨벤션에서 (사)한국연예예술인총연합회 동대구지회 22대 지회장인 강철원 지회장의 취임식이 열렸다.



회원알림

1. 대자연사랑을 아름답게 디자인 해주실 재능기부자를 찾습니다.

모집분야: 포토샵, 일러스트, 동영상 편집, ppt 등

모집인원: 0명

지원방법: inlakorea@daum.net 으로 간단한 본인소개와 연락처를 보내주세요

※참여하시는 분들께는 자원봉사점수 인정과 경력증명을 지원해드립니다.

2. 대자연사랑잡지 청년리포터 모집

모집분야: 취재, 촬영, 글

모집인원: 지부별 0명

지원방법: inlakorea@daum.net 으로 간단한 본인소개와 연락처를 보내주세요

※참여하시는 분들께는 자원봉사점수 인정과 경력증명을 지원해드립니다.

3. 직접 촬영하신 아름다운 자연사진을 보내주세요.

풍경, 동물, 식물 사진이나 그 밖의 환경문제를 생각해 볼 수 있는 사진을 간단한 설명과 함께 보내주세요. 선정된 작품은 보내신 분 이름과 함께 본지에 게재됩니다.

보내실 곳: inlakorea@daum.net

4. 기부금영수증 발급 안내

대자연사랑실천본부는 지정기부금 단체입니다.

기부금공제혜택을 위해 우편/팩스/이메일 또는 국세청연말정산간소화 사이트를 통해 기부금영수증을 발급해드립니다.

“  
대자연사랑실천본부는  
회원 여러분의 후원으로 운영됩니다.  
”

후원계좌 안내

신한은행 100-031-315439 사단법인 대자연사랑실천본부

후원문의 E. inlakorea@daum.net T. 02-732-1359

**(주)다소니여행사는 '대자연사랑'과 함께 합니다.**

다소니는 사랑하는 사람이라는 순 우리말로  
 고객을 사랑하는 마음으로 고객의 행복한 여행을 위해  
 정성을 다하는 임직원의 마음을 담은 것입니다.

<b>국내여행업무</b>	<b>해외여행업무</b>	<b>하나투어 전판점운영</b>	<b>행사 기획 운영</b>	<b>관광버스 운영</b>
당일여행, 숙박여행 기차여행 등 국내의 명소의 관광업무	비자발급대행, 항공권 판매, 호텔판매, 기획여행상품 판매 패스 판매	하나투어에서 판매하는 패키지등 모든 상품의 판매를 대행	EXPO, 축제 등 국내 국제행사 기획 및 운영	45인승, 25인승전체 버스



주소 : 서울시 송파구 중대로 318 대진빌딩 502호 (오금동, 대진빌딩)  
 Tel : 02-400-1828 FAX : 02-407-1828  
 CEO : 천원섭 H P : 010 -9345-8520  
 E-Mail : hana0409@hanmail.net

# 화이트 치과의원

Dental Clinic White



**이우근**

치의학박사 / 대표원장  
 대자연사랑실천본부  
 사무총장 · 경남지부장

■ 창원시 의창구 팔용로429 팔용프라자 303호  
 ☎ MP 010-8871-7033  
 ☎ TEL 055)297-7528



# 만성병 및 난치병 등을 역점 치료하는 한방의료기관

제한한의원은 5천년 민족의학의 전통을 계승한 3대 의가로 21세기 글로벌 한의원으로서 모든 질병의 근원을 다스리며 동시에 예방치료를 중시하는 심의로서 만성병 및 난치병 등을 역점 치료하는 한방의료기관입니다



원장 변정환

- 현재 (사)대자연사랑실천본부 이사장
- 현재 대구한의대학교 명예총장
- 현재 제한한의원 원장
- (전) 국제동양의학회초대·이대 회장
- (전) 대구한의대학교 총장
- (전) 대한한의사협회 회장
- (전) 한국유교학회 회장
- (전) 국제Lions협회한국복합지구총재협의회 의장



한 걸음 더 가까이에서 한 뼘 더 깊은 혜택

# 금융에 감동을 더하다

DGB대구은행 





The  
International  
Nature  
Loving  
Association  
Korea

사단법인대자연사랑실천본부

서울 특별시 종로구 종로19 A 동 1805호

T 02-732-1359

F 02-732-1357

E [inlakorea@daum.net](mailto:inlakorea@daum.net)

H <http://the-inla.or.kr>

COLOR OF NATURE

Green Flash (그린 플래시)

녹색섬광, 자연의 아름다운 빛

그린플래시는 해가 뜨거나 질 무렵 해의 위쪽 테두리에 몇 초 동안 보이는 녹색의 빛을 의미합니다.

자연을 담은 컬러로 모든이에게 영감을 주는 컬러입니다.