

그림 · 최주현

‘채식’, 세상서 가장 적은 살생

프롤로그 Prologue

이젠 비건(vegan) 시대

‘보릿고개’ 기근 겪은 우리나라
육류 섭취에 대한 갈망 높아져
현대사회서도 육식에 의미 부여
‘육식주의’로 이데올로기化 돼

기후위기의 주범 ‘공장식 축산’
고기 얻기 위해 자연환경 파괴
‘동물성 단백질=암 유발’ 연구도
채식이 부처님 가르침에도 부합

윤호섭 기자 sonic027@hyunbul.com

“(기분이) 저기압일 땐 고기 앞으로.”
“어차피 인생은 고기서 고기다.”

우리는 흔히 이처럼 ‘고기를 먹는 행위’에 큰 의미를 부여한다. 간단한 기분전환일 수도 있고, 때론 ‘플렉스(flex)’라고 외치며 일종의 과시로써 육류를 소비하기도 한다. 앞서 맨 처음 나열한 두 문장은 ‘고기압’과 ‘거기’라는 단순히 ‘고기’와 비슷한 발음을 우스갯소리로 바꾼 표현이지만 그만큼 우리는 고기를 먹는 것을 ‘상당히 즐거운 일’로 인식하고 있다는 반증이다. 왜 그럴까.

없어서 못 먹는 게 아니다

1950년 6.25 한국전쟁이 끝난 뒤 우리나라는 오랜 시간 기근에 시달려야 했다. 미군을 쫓아다니며 “기브 미 쪼꼬레뜨”를 외치던 꼬마아이들은 차치하더라도 오죽하면 트로트가수 진성의 ‘보릿고개’라는 노래에서 “아이야 뛰지 마라, 배 꺼질라”라는 표현까지 나왔을까. ‘물 한 바가지’ ‘초근목피(草根木皮)’라는 노랫말에서도 먹을 것 부족한 게 가장 큰 가난이었다는 아픔이 전해진다.

이렇게 먹을 것이 궁하던 시절, 고기는 그야말로 ‘원기회복’을 위한 음식이었다. 건더기가 없더라도 뼈나 고기를 우린 국물 또한 평소 먹기 어려운 고급 음식이긴 마찬가지. 농사를 위해 꼭 필요했던 소, 달걀을 꾸준히 낳던 닭에 비해 특별히 인간에게 기여하는 게 없던 개들은 복날이면 소리 소문 없이 사라져 ‘개장국’으로 요리되던 게 불과 몇 십 년 전이다. 그때는 ‘없어서 못 먹던’ 그 고기, 오래 전 인식이 지금까지 이어져 그 시절을 겪어보지 못한 사람들마저도 조금 더 집착하게 하는 원인이 됐을 터.

시대가 바뀐 지는 한참 됐다. 이젠 없어서 못 먹는 게 아니라 너무 많아서 골라 먹어야 할 지경이다. 그렇다고 그저 많기만 하다면 줄이자는 제안이 설득력 있을 리 없다. 육식을 줄이고 채식을 늘리는 일, 왜 필요할까?

인간 멸종이 다가온다

‘기후위기’라는 말을 모르는 사람이 몇이나 될까. 하지만 육류 생산과 무슨 연결고리가 있는지는 선뜻 떠오르지 않을 수도 있겠다.

2006년 유엔식량농업기구(FAO)는 “축산업에서 발생하는 온실가스가 전 세계 배출량의 18%를 차지한다”는 연구결과를 내놔 세상을 놀라게 했다. 자동차와 전철, 비행기 등 모든 교통수단에서 나오는 걸 합쳤을 때가 13.5%였다. 벌써 17년 전 이야기다.

이제 과학자들은 지구의 평균기온이 1.5℃만 더 오르면 인간의 힘으로는 기후위기를 막을 수 없다고 경고한다. 러시아 영토의 65%에 달하는 영구동토층의 얼음이 녹아내리기 시작하면 치명적인 병원균이 지표로 방출되고, 지구의 열돔 현상으로 지구 가열은 더 가속화되기 때문이다. 이때부터는 인간에 의한 온실가스 배출이 전혀 없다고 해도 지구는 스스로 계속 뜨거워진다고 전문가들은 말한다.

2019년 BBC에 따르면 8월 15~21일 고작 일주일 사이에 아마존 우림에선 9500건이 넘는 화재가 발생했고, 그 원인으로 가축방목과 사료작물 재배를 위한 토지 개간성 인위적 산불이 꼽힌다.

소고기 고작 1kg을 얻기 위해 필요한 곡식 7kg. 그리고 물 10톤. 더 많은 육식을 위해 나무를 베어버리고 인간이 얻은 것은 조금 더 빨라진 멸종위기다. 그리고 여전히 지구 반대편에선 수많은 사람들이 기아로 고통 받고 있다.

‘원기회복’ 음식은 옛 말

인도의 과학자들이 쥐를 두 집단으로 나눠 양쪽 모두 암을 유발하는 곰팡이 독소 ‘아플라톡신(aflatoxin)’을 투여했다. 이후 한쪽에는 동물성 단백질이 20% 함유된 먹이를, 다른 쪽에는 동물성 단백질이 5%만 함유된 먹이를 지속적으로 먹였다.

연구결과 단백질이 20% 함유된 먹이를 먹은 쥐들은 하나도 빠짐없이 간암에 걸렸고, 5%만 함유된 먹이를 먹은 쥐들은 한 마리도 간암에 걸리지 않았다. 여기서 단백질 20%는 서구인들이 평소 식사에서 섭취하는 양이다.

이 연구결과는 콜린 캠벨과 토마스 캠벨이 쓴 〈무엇을 먹을 것인가〉에 정리돼 있다. 저자는 50년 이상 건강과 영양 연구를 해온 미국 코넬대 제이콥 굴드 셔먼 석좌 명예교수 콜린 캠벨과 그의 아들인 가정의학 전문의 토마스 캠벨. 단백질과 암 발생의 연관성을 연구해온 석학이다.

이들은 책에서 단백질이 암을 발생시키는 스위치 역할을 한다는 결론을 내놓는다. 다만 식물성 단백질이 아닌 동물성 단백질만 암을 유발한다는 결과를 다양한 실험으로 증명한다.

콜린 캠벨 박사는 “질 높은 단백질로 알려진 동물성 식품은 건강을 보장하지 않고, 채식으로 단백질을 얻기 힘들다는 인식 때문에 대중이 육식에 관심을 갖게 됐다”며 “연구에선 많은 양의 식물성 단백질을 투여해도 암의 성장을 촉진하지 않았다”고 강조한다.

채식은 곧 ‘자비’의 실천

우리는 정육식당을 비롯한 수많은 고깃집에서 한 손에 프라이팬을 든 채 밝게 웃고 있는 돼지 · 소의 캐릭터를 만나곤 한다. 손님들이 식당에서 보다 즐겁고 맛있게 먹을 수 있도록 한 하나의 장치다.

사회심리학자인 멜라니 조이 박사는 저서 〈우리는 왜 개는 사랑하고 돼지는 먹고 소는 신을까〉에서 육식주의를 하나의 이데올로기로 규정한다. 육식 정당화의 함정을 ‘3N’으로 정리하는데, 육식이 정상적이고(Normal), 자연스럽고(Natural), 필요하다(Necessary)는 논리가 인간의 합리적인 사고를 방해한다는 뜻이다.

공장식 밀집사육시설에서 살아가다 도축돼 우리의 식탁에 올라오는 과정을 그린 황윤 감독의 영화 ‘잡식가족의 딜레마’에선 공장식 축산의 문제점이 적나라하게 드러난다. 황 감독에 따르면 암돼지는 비좁은 감금 틀에 갇혀 인공수정으로 새끼를 낳고, 출산 능력이 떨어지면 도살장에 보내진다. 또한 새끼돼지들은 스트레스를 받아 서로 상처내지 못하도록 이빨과 꼬리가 잘린다. 축사에선 피부병약, 장 치료제, 각종 호흡기 치료제, 심장약, 호르몬제와 항생제 등 수많은 약병을 마주한 황 감독이다. 양돈농장에서 이주노동자가 질식사고로 숨졌다는 뉴스도 접하는 지금의 현실.

고대 인도 전역에 퍼져 불살생과 비폭력을 강조했던 덕목 아힘사(ahimsā). 석가모니 부처님 역시 ‘삼정육(三淨肉)’이라는 극히 제한적인 육식만을 허용했다. 이를 두고 혹자는 “불교에서도 육식을 허용했다”는 논리를 펼치지만 이는 육식을 정당화하려는 핑계에 불과하다. ‘삼정육’은 불가피한 상황이 아니라면 최대한 육식을 멀리하라는 가르침으로 봐야 한다.

부처님이 사바세계에 나투신 의미를 돌아보는 부처님오신날 봉축기간. 매일 마주하는 밥상에 올라오는 음식들이 부처님 가르침과 얼마나 부합하는지 한번 돌아볼 때다.

