

더불어 함께!

행복을 위한 불편레시피 30

기윤실 자발적불편운동 실천가이드북

지난 2012년부터 자발적불편운동을 펼쳐 온 (사)기독교윤리실천운동이 <행복을 위한 불편레시피 30>을 발간했다. '자발적 불편'은 스스로 편리를 누릴 권리를 포기하고 양보하여 조금 불편하게 사는 삶이며 이웃과 약자를 위해 나눔의 삶으로 나아가는 모습이다. 내가 할 수 있는 작은 부분에서 자발적 불편을 실천하자는 기윤실의 자발적불편운동은 편하게 사는 것을 당연하게 여기는 이 시대에 그리스도인들로 하여금 십자가 정신으로 복음에 합당한 삶을 살아가도록 권고한다. <행복을 위한 불편레시피 30>은 집중적으로 실천할 행동 30가지를 선정해 자발적불편운동을 삶에서 실천할 수 있도록 정리한 책이다. 그 중 공공영역에서 실천가능한 일들을 소개한다.



1. 대중교통은 행복을 타고

대중교통에는 노약자와 임신부를 위한 좌석이 따로 구별되어 있다. 버스에는 다른 색의 등받이 커버로, 지하철에는 차량 지정석으로 구별되어 있다. 우리 모두는 언젠가 노약자가 된다. 또 임신부나 임신부의 남편이 될 수도 있다. 그때를 생각하면서 아예 노약자와 임신부석은 비워두는 것이 어떨까? 우리는 버스, 지하철, 건물 안, 길거리 등 공공장소에서 수많은 사람들을 마주한다. 조금의 배려와 매너가 있으면 그 안에서 쉽게 경험할 수 있는 불쾌함을 줄일 수 있다. 주변 사람들이 원치 않는 소음에 시달리지 않도록 이어폰의 음악 볼륨을 낮추자. 조용한 대중교통 안에서는 작은 목소리로 웅건만 간단히 하는 통화매너가 필요하겠다. 또 사람이 많은 거리가 지하철 등의 공공장소에서 부딪혔을 때에는 먼저 "미안합니다." 사과하자. 작은 배려와 매너에 불쾌한 마음은 사라질 것이다.

2. 당연한 준법과 투표 의무

법을 지키는 것 자체를 공익을 위한 불편이라고 볼 수는 없다. 현대법의 정신을 기독교의 '인애와 공평과 정직'의 사회적 표현이라는 면에서 볼 때, 실천 가능한 '자발적 불편'을 찾을 수 있다. 일반 규정들의 문구뿐 아니라 취지를 준수하는 것, 일반적인 사회관행이 위법일 경우 이를 바로잡을 수 있도록 건의하고 유도하는 것, 나이가 내부 고발자를 보호하는 것, 사회가 악행에 눈 감지 않도록 감시자의 역할을 하며 비중에 맞게 표현하는 것, 상대방이 위법하지 않도록 먼저 신뢰하고 무리한 거래관행을 제시하지 않는 것, 준법을 넘어서 현행 법령과 제정에 관심을 갖고 관련 단체를 후원

하는 것, 민주주의 시민으로서 투표하는 것 등이다. 투표에 있어서는 본인뿐 아니라 이웃들이 반드시 투표할 수 있도록 도와주며, 부재자투표 등 용이한 제도에 관심을 갖고, 상대적 약자의 이익을 위해 투표하며, 선거 관련법 역시 어기지 않도록 독려하고 감시·고발하는 자세가 필요하다.

3. 지구를 위한 가장 멋진 일

기후변화와 온난화 등 지구 환경은 급격히 변하고 있다. 우리 삶에서 환경을 위한 작은 실천 중 가장 손쉽게 할 수 있는 것이 바로 재활용이다. 효과적인 재활용은 탄소발생을 혁신적으로 낮출 수 있다. '아나바다' 운동 등의 재활용 문화는 우리 삶 곳곳에 스며들어 있으며 리폼 문화 역시 매우 유용하다. 이를 '리사이클'에서 '업사이클'로의 진화라 일컫는다. 업사이클은 물품을 창의적 방식으로 용도전환해 '새 제

품'으로 업그레이드 한다는 뜻이다. 유용함에 아름다움을 덧입혀 헌 물건에 새로운 가치를 부여하는 것이다. 아름다움을 입고 지구를 지킬 수 있는 업사이클, 얼마나 멋진 일인가! 또한 지구 온난화로 인한 이상 기후의 가장 큰 원인 중 하나는 무분별한 벌목으로 인한 산림의 감소이다. 지구의 온실가스 흡수 능력이 감소하기 때문인데 사실 우리는 모두 벌목에 동참하고 있다. 연평균 국민 1인당 종이 소비량은 무려 181.4kg이라고 한다. A4용지로 환산하면 1명이 1년간 약 38,784장의 종이를 사용하는 것인데, 이는 30년생 원목 세 그루 이상에 해당한다. 재생종이·이면지, 전자기기 등을 사용하여 꼭 필요한 자료만 출력하고, 텀블러와 머그컵 사용 등으로 나무를 살리는 일에 동참하자. 각각의 일회용품이 썩기까지는 어마어마한 시간이 걸린다. 이것은 그 기간 동안 환경을 오염시킨다는 의미이기도 하다. 종이컵 생산을 위해 매년 1,000억 원 이상과 20년 된 나무 1,500만 그루가 소비되고 있고 16만 톤의 이산화탄소를 배출하고 있다. 종이컵 대신 머그컵과 텀블러를 사용해 보자. 또한 20년 된 나무 70만 그루를 희생시키는 나무젓가락 사용을 자제하여 환경과 건강을 지키자. 만약 일회용품 사용을 했더라도 최대한 재활용이 가능토록 분리수거하는 습관을 기르자.

4. 상다리가 휘도록 차린 음식, 다이어트가 필요하다

한국전쟁과 보릿고개를 힘겹게 지나온 한국 사회에서는 "하루 세 끼, 푸짐하고 넉넉한 상차림, 모자란 것보다 넉넉하게 준비하는 것"이 당연한 음식문화가 되었다. 경제발전으로 끼니걱정은 사라졌으나, 엄청난 양의 음식 쓰레기가 남았다. 푸짐한 상차림과 국물 음식문화, 식생활의 고급화 등으로 전체 쓰레기량의 28% 이상을 음식물이 차지하고 있다. 생산, 유통, 조리 단계에서부터 음식물 쓰레기를 줄이도록 오늘 저녁부터 실천해보자.

5. 전기절약으로 창조세계를 지키자

매년 이슈가 되는 전력난, 나무부터 숲순수범하여 절약할 수 있는 방법을 소개한다. 여름엔 에어컨 대신 선풍기를, 겨울엔 전열기 대신 내복을 입어 전기 사용을 줄이자. 불필요한 전등은 끄고 형광등의 60% 이상을 경제적인 LED 등으로 교체하자. 사용하지 않는 전자제품은 플러그를 뽑거나 멀티탭의 스위치를 꺼 대기전력을 없애고, 가전제품을 구매할 때는 에너지 효율등급을 확인하여 구매하자.

+plus

기윤실 재생종이 사용 캠페인

1. 재생종이란 말 그대로 버려진 종이를 모아 재활용한 것이다. 나무에서 섬유소를 뽑아 만든 펄프로 만든 것이 일반 종이라면, 재생종이는 폐지가 그 원료이다.
2. 재생종이 공정 또한 많은 에너지와 물을 사용하지만 일반 종이 공정보다는 환경에 더 유익하다.
3. 시중에서 판매하는 재생 복사용지에는 비교적 평량이 적은 '중질지'와 '경지', 그보다는 높은 '친환경 복사용지가 있다. 평량이 적은 중질지와 경지의 경우 복사기에서 걸림, 힙 현상이 일어날 수 있다. 복사기에서 사용하는 경우 평량이 75g 이상인 친환경 복사용지를 구매하는 것이 좋다.
4. 기윤실이 추천하는 재생종이의 경우 일반적으로 사용하는 모조지나 레자크지 복사지에 비해 더 저렴하다. 다만, 고지율이 높으면서도 좋은 질의 종이는 주로 수입 재생종이로 고가이다.
5. 모든 사무실에서 가장 손쉽게 할 수 있는 것이 바로 A4 복사용지를 재생 복사용지로 바꾸는 것이다. 교회 주보만 재생종이 사용해도 연간 2만 2천 그루의 나무를 살릴 수 있다.

*기윤실에서 발행한 <행복을 위한 불편레시피 30>을 요약하였으며, 무단 전재와 복제를 금합니다. 자세한 사항은 기윤실의 홈페이지를 참조하시기 바랍니다. www.cemk.org