

꺾이지 않을 가세로 내리쬘던 강렬한
햇살이 단단한 알곡으로 맺히는 가을.
지금 감각의 스위치를 켜고 숲명의 시간
속으로 들어오세요. 기름진 데지와 푸른
바람이 일년대내 소중한게 품고 키워
충실하게 살이 오른 알밤을, 가을날의
정취를 흠뻑 느끼게 하는 붉은 홍시를,
차가운 겨울, 나른한 봄, 그리고 뜨거운
여름을 묵묵히 견뎌낸 후 마침내 붉게
맺은 숲의 결실을 먹어요. **먹어보세요.**



지금, 감각의 스위치를 켜고
숲멍의 시간 속으로 들어오세요.

입 안 가득 맛보는 숲의 풍요로움

꺾이지 않을 기세로 내리쬘던 강렬한 햇살이
단단한 알곡으로 맺히는 계절.
차가운 겨울, 나른한 봄, 뜨거운 여름을 묵묵히
전던 후 마침내 붉게 맺은 숲의 결실을 먹어요.

먹어보세요.



CONTENTS

06

숲의 선물

숲의 건강한 생명력을 맛보다
- 숲의 선물, 임산물 먹거리

08

숲의 초대

숲을 맛보고 나누고 치유하다
- 오랫동안 건강한 먹거리가 되어온 임산물

12

숲의 만남

계절과 이야기로 맛을 더한 식탁
- 박준우 셰프



18

어떤 정보

가을엔 역시 임산물 먹거리 축제제!
- 전국 임산물 축제 자랑

20

나를 부르는 숲

숲과 호수를 돌아 마침내 마주한 가을
- 충남 청양 천장호 둘레길

26

트렌드의 숲

세계가 주목하는 사찰음식,
파인다이닝으로 만나 뵙니다
- 사찰음식 파인다이닝



Vol. 55 September | October 2023

48

숲속 우체통

50

숲이 전해온 소식



30

브런치@숲

잘 여문 밤과 대추로 만든 맛있는 브런치
- 밤 찐빵 & 생대추 샐러드

34

숲 크리에이터

식물과 함께 하는 일상의 색깔
- 일러스트레이터, 명민호

38

에코 프로젝트

옷을 살리면 지구환경이 되살아난다!
- 당신이 다시 입을 때까지 연구하는
다시입다연구소

42

숲의 내일

세계가 인정한 K-정원의 아름다움
- 산림청 정원 진흥 정책

46

콘텐츠의 숲

영화를 통해 숲을 만나다
- 리틀포레스트부터 모리의 정원까지



www.forest.go.kr

이번호 〈Magazine 숲〉을
휴대 기기에서도
간편하게 보실 수 있습니다.

〈Magazine 숲〉은 산림청에서 발간하는 산림 문화 전문 매거진입니다.
〈Magazine 숲〉은 한국 간행물 윤리 강령 및 실천 요강을 준수합니다.
〈Magazine 숲〉에 게재된 글과 사진은 사전 동의, 허락 없이 무단 도용
할 수 없습니다.

발행일 2023년 10월 06일 발행 산림청
기획 산림청 대변인실
magazinesup@korea.kr
T. 042.481.8843
편집·디자인 (주)홍커뮤니케이션즈
www.hongcomm.com

기후위기와 환경오염 영향 때문인지 건강한 먹거리에 대한 관심이 과거 어느 시절보다 높아지고 있다. 이런 상황에 청정 환경에서 건강하게 자란 임산물 먹거리는 남녀노소를 막론하고 모두가 좋아하는 식재료가 되고 있다. 최근 사찰음식이나 산채요리를 찾는 젊은 세대가 늘고 있는 것도, 한국의 전통요리에 관심을 보이는 외국인이 늘고 있는 것도 이런 추세를 보여주는 현상이다. 맛과 건강을 한 번에 충족해주는 안심 먹거리, 임산물 이야기를 시작해보도록 하자.

숲의 건강한 생명력을 맛보다

숲의 선물, 임산물 먹거리

글 매거진 숲 편집실

국토의 63%가 산지로 이루어져 있는 우리나라에서는 많은 임산물이 생산되고 있다. 임산물은 산림에서 얻을 수 있는 생산물을 일컫는 말로 목재, 죽재, 장작, 목탄, 굴취한 수목 및 수근, 생지, 수실, 수피, 수지, 생엽, 낙엽, 이끼류, 초본류, 토석, 버섯류 등을 말한다. 법으로 정해진 종류만 총 14종 147개 품목. 이중 먹거리는 밤, 호두, 산딸기, 머루, 감 등 수실류, 표고, 송이, 목이, 능이 등 버섯류, 더덕, 고사리, 도라지, 두릅 등 산나물류, 산양삼, 천궁, 당귀 등 약용식물류로 나뉜다.

듣기만 해도 건강한 이런 식재료들은 흔히들 우리 식탁에서 볼 수 있는 것들로 맛과 건강에서 그 어떤 식재료보다 탁월하다. 예를 들어볼까? 가을철 가장 많이 먹는 밤은 숙취 해소와 생리통 완화, 시력 보호 효과가 있고 식용버섯의 대표주자인 표고버섯은 혈액순환 개선, 변비 개선, 골다공증 예방, 기력 회복에 좋다. 더덕, 도라지, 고사리 등 산나물류는 대체로 식이섬유, 비타민, 무기질이 풍부하게 들어 있어 면역력을 높이고 피로회복에 도움을 준다.

이런 임산물들은 그 효능에도 불구하고 조리법이 어려워 외면당하고는 했다. 그러나 최근에는 다양한 임산물 먹거리 레시피가 개발되고 있고 밀키트나 정기구독서비스까지 개발되어 소비자들을 만나고 있다. 어디 그뿐인가? 비건 시대에 발맞추어 한국의 임산물 먹거리를 바라보고 있는 세계인의 관심도 놀랄 만큼 높아지고 있다.

입에 달아 쉽게 먹고는 바로 후회하게 되는 인스턴트 음식에 지쳐있었다면 오늘 우리 집 식탁에 작은 숲을 차려보도록 하자. 전국 방방곡곡 청정 산에서 수확하는 우수 임산물 먹거리가 자칫 소홀하기 쉬운 가족의 건강을 든든하게 지켜줄 것이다. 🌲

／ 이것만은 알아두기로 해요!
허가를 받지 않은 산림 내 임산물을 채취는 불법입니다. 산나물, 버섯, 밤 등도 누군가의 재산이라는 것을 잊지 말기로 해요.



숲을 맛보고 나누고 치유하다

오랫동안 건강한
먹거리가 되어온 임산물

글 매거진 숲 편집실

한식의 세계화가 이루어지고 있는 요즘, 함께 주목받고 있는 것은 한국의 임산물이다. 국토의 대부분이 산지인 한국에서 임산물은 중요한 식재료로 여겨져 왔다. 주로 삶고 데치는 형태로 조리하여 먹거나 된장, 간장 등 발효된 소스를 활용하여 무쳐 먹었다. 이런 조리법 때문일까? 현재 한국의 음식 문화는 채소 본연의 맛을 살리면서 건강까지 챙길 수 있다는 점에서 세계적으로 주목받고 있다. 건강한 숲의 산물과 함께 이어온 한국의 음식문화에 대해 하나하나 짚어본다.



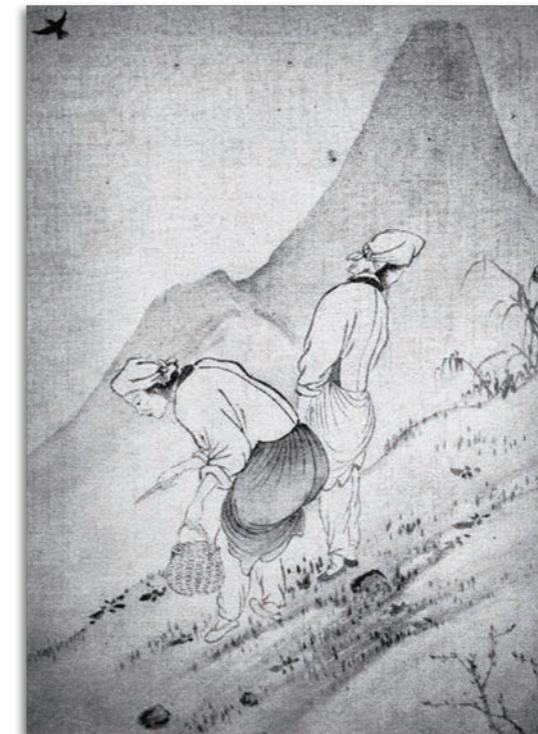
임산물 먹거리와 특별한 관계를
맺어온 한식 문화

한 지역에서 오랫동안 켜켜이 시간을 쌓아오며 고착된 음식은 그 지역의 농업과 계절, 토질 등을 반영하고 있는 전통음식이다. 또한 이런 음식은 그 지역에서 살아온 사람들이 어떤 생물 다양성을 가졌고 어떤 지리적 특성을 가졌으며 어떤 문화와 역사를 거쳤는지를 여실히 보여준다. 기후가 습하고 음식이 금방 눅눅해지는 섬나라, 일본에서는 채소를 소금에 절여 먹는 방식이, 수질이 좋지 않았던 중국에서는 팬에 기름을 둘러 채소를 볶아먹었던 방식이 전통이 되었던 것처럼 말이다. 그렇다면 우리나라는 어떨까? 우리나라의 전통 음식문화에는 그 어느 나라보다 임산물이 많이 쓰인다. 아플 때는 자연스럽게 산에서 나는 약초를 달여 먹고 초봄에는 당연하게 산나물을 삶아 먹는다. 봄에는 집집마다 매실청을 담그고 복더위에는 온갖 약초를 넣은 삼계탕을 끓여 먹으며 겨울이면 처마 밑에 꽃감을 말린다. 전국 방방곡곡 산이 보이지 않는 곳이 없으며 평지보다는 산지에 익숙한 우리이기에 이처럼 임산물은 자연스럽게 우리의 전통 식재료가 되어온 것이다.

나물을 먹는 사람들

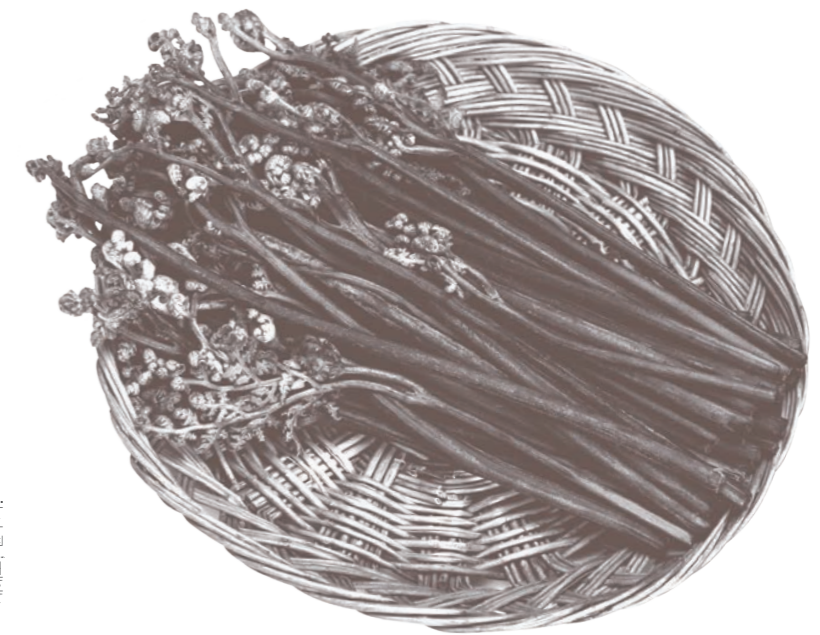
언론인이자 미식 평론의 새로운 지평을 열었다고 평가받는 홍승면 선생은 그의 저서 <백미백상>에서 우리 민족의 나물 사랑에 대해 이야기했다. 일제강점기 북간도에 모였던 사람들 중 조선인을 구별하는 방법은 간단했노라고. 이른 봄, 나물 바구니를 끼고 산에 오르는 이들은 모두 조선인이었다고.

봄이 오면 약속이라도 한 듯 산으로 들로 나물을 캐러 다녔던 문화는 어떻게 이 땅에 자리잡게 되었을까? 나물을 만들어 먹기 시작한 전통은 한반도의 다양한 지역들이 독특한 요리 방식을 발전시켰던 삼국시대로 거슬러 올라간다. 이 시기 동안 한국인들은 주변에서 채취한 산나물, 뿌리, 약초들을 식사에 포함시키기 시작했다. 고려로 접어들어서는 국교로 삼았던 불교 덕분에 나물을 섭취하는 것이 더욱 일반화되었다. 불교에서 가르치는 교리, 살생을 금하고 육식을 멀리하는 식생활 덕분이다. 엄밀하게 말하면 한국 음식의 채식 전통은 이때부터 기틀을 다졌다고 할 수 있다. 중국 송나라의 서궁이 쓴 <선화봉사고려도경>에는 고려의 더덕이라는 나물을 소개하고 있는데 '형체가 크고 살이 부드럽고 맛이 있으며 약용으로 쓰는 것이 아니다'라고 전하고 있다. 고려 후기 김극기가 쓴 한시, <전가사시> 봄 편에서는 '어린애는 나물과 고사리를 찾아 바구니 들고 양지바른 산골로 향하네'라며 나물을 사랑했던 당시 사람들의 봄맛이 풍경을 전하기도 했다.



채에도, 문득서.

Namul



그렇다면 나물은 어떻게 조리하여 먹었을까? 서유구는 <임원경제지>에서 128종의 나물을 정리했고 방신영은 1917년 <조선요리제법>에서 나물 조리법을 정리하여 전하고 있다. '뜨거운 물에 데쳐 쓴맛을 뺀 후 초와 청장, 다진 마늘과 겨자로 맛을 낸다'고. 우리 민족이 이처럼 숙채를 주로 먹었던 것은 나물들의 쓰고 아린 맛을 없애기 위해서였을 것으로 보인다. 데친 나물들은 간장, 고추장, 된장 등 발효 장류에 무쳐 먹었다. 발효 장류를 중심으로 종류와 배합을 달리하면 맛의 변주가 얼마든지 가능했던 것. 신선한 기운을 마음껏 뿜어내는 산나물과 맛의 날개를 달아주는 발효 장류 양념은 이렇게 우리 전통 음식의 맥락이 되었다.



Korean Temple Food

사찰음식과 약선

임산물(山産物)이 주요 식재료가 된 데는 삼국시대부터 우리나라에 들어온 불교의 영향도 컸다. 불교 경전의 금기와 수행을 위한 음식인 사찰음식은 모든 식사를 수행의 일부로 본다. 식재료를 장만하고 조리하고 먹는 모든 과정에 감사함을 느끼고 겸손한 자세로 먹는 것을 기본 예법으로 하는 것이다. 육식을 삼가기 때문에 사찰 주변의 토지에서 기른 농산물과 임산물이 당연히 주요 식재료가 되었는데 이런 음식들이 자연스럽게 현재까지 이어져 내려오고 있다. 사찰음식의 몇 가지 특징을 살펴볼까? 사찰음식은 수행에 장애가 되는 육류와 술, 오신채를 활용하지 않는다. 오신채란 마늘, 부추, 달래, 흥거, 파로 대부분 자극이 강하고 냄새가 많은 것이다. <능엄경>은 '악혀 먹을 때 음란한 마음이 일고 생으로 먹을 때 성내는 마음이 더해진다'며 오신채를 멀리할 것을 전하고 있다. 불교의 전통 식사 의례인 발우공양에 대해서도 알아보자. 발우는 음식을 담는 스님의 그릇이라는 뜻으로 발우에 담긴 음식은 다 비우고 청수물로 행구어 정리해야 한다. 쌀알 하나도 버림이 없도록 하는 이런 식사 예절은 절제를 모르고 음식을 탐하는 현재의 우리도 꼭 배워야 할 식사 예법이라 할 수 있다.

이렇게 철저한 예법으로 내려온 사찰음식은 이제 사찰 안에만 머무르지 않고 대중 안으로 나아가 건강한 음식문화를 전하고 있다. 약과 음식의 근본은 같기 때문에 음식으로 약의 효과를 기대한다는 약선요리도 그 한 뿌리라 할 수 있다. 몸에 좋은 음식은 한약재가 들어가지 않아도 약선요리가 된다. 대표적으로 보양식, 삼계탕 같은 것들이 있다. 환절기에는 더덕과 도라지, 대추 등을 이용한 차를 마시거나 배 속을 파내 인삼, 대추, 꿀 등을 넣어 찌먹는 배 꿀단지도 같은 맥락의 약선요리다.

가장 한국적인 비건 식재료, 임산물 먹거리

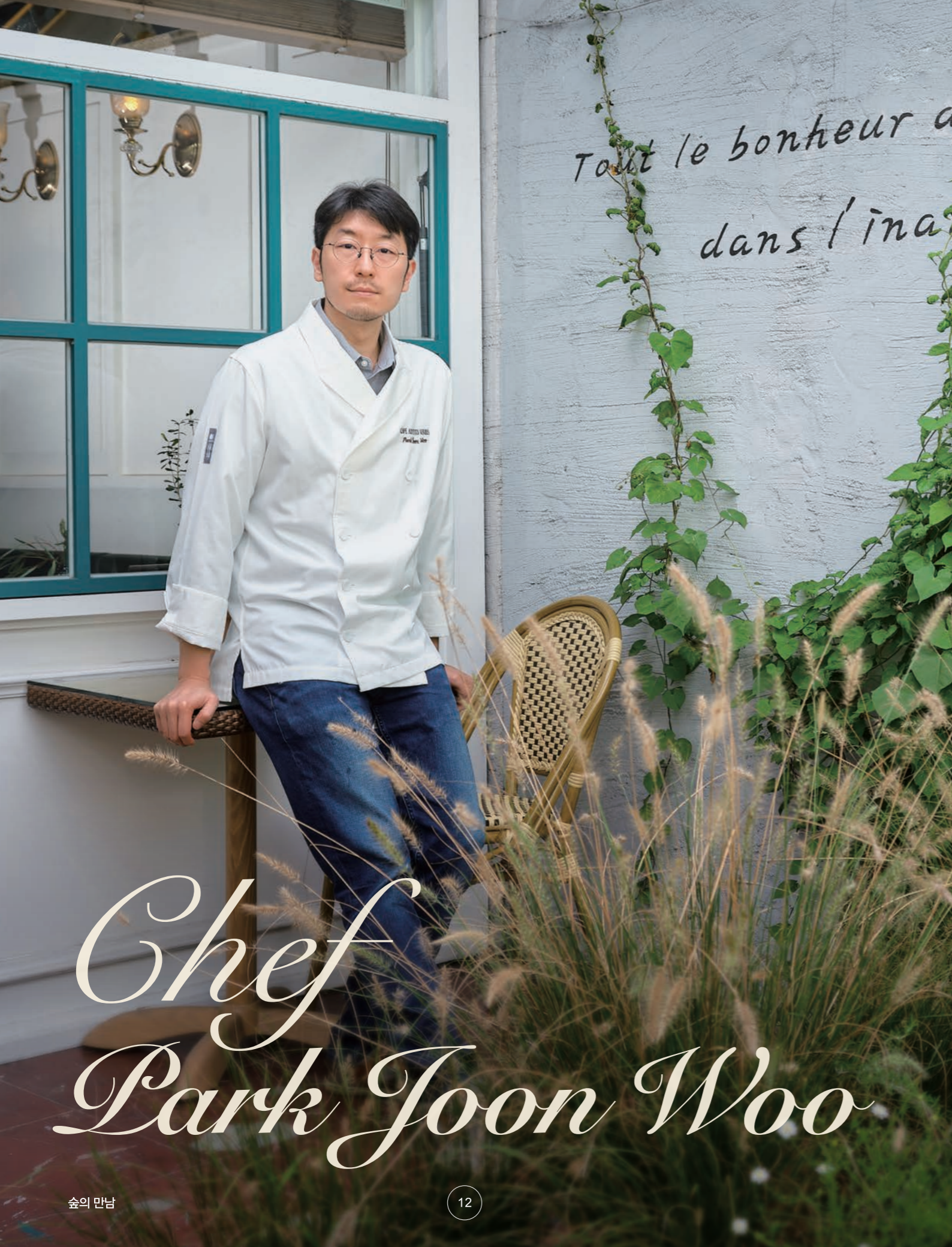
한때는 고기와 비할 수 없이 불품없고 누추한 반찬으로 여겨졌던 임산물 먹거리. 그러나 요즘에는 청정 자연에서 자라고 수확된 건강 먹거리로 새로운 세대들에게도 더욱 큰 호응을 얻어가고 있다. 이런 추세에 기름을 부은 것은 전 세계적으로 부는 비거니즘 열풍이다. 동물을 착취해서 생산되는 모든 제품과 서비스를 거부하는 삶의 방식, 비거니즘은 인류가 당연한 재산을 대비해주고 생물의 다양성, 문화의 다양성을 지켜갈 수 있는 식문화로 여겨지고 있다. 실제로 21세기 채식주의의 운동은 식물의 종수를 다시 늘려가는데 일조를 하고 있는 것으로 나타나고 있다.

'먹는 것이 곧 나'라면 입에 단 음식만을 탐하던 과거의 식습관에서 벗어나 제대로 잘 먹는 식습관을 만들어갈 일이다. 이런 식사에 빠질 수 없는 것이 가장 한국적인 비건 식재료, 임산물 먹거리다. 어떤 식재료를 먹을 것인가는 더 이상 식탁의 문제만이 아니다. 이제는 철학의 문제다. 나와 지구를 위한 건강 식재료, 임산물 먹거리에 지금부터라도 관심을 가져보도록 하자. 숲



Veganism

건강한 음식을 만들고 싶다면 제대로 잘 커온 식재료를 꼭 사용해야 한다. 이때 빠질 수 없는 것이 임산물 먹거리다.



Tout le bonheur a
dans l'ina

Chef
Park Joon Woo

박준우의 이름 앞에는 여러 가지 수식어가 따라 다닌다. 미식 평론 기자, 칼럼니스트, 방송인 그리고 요리사. 본격적으로 요리사라는 수식어가 붙은 것은 10여 년 전 ‘미스터셰프 코리아’ 준우승 이후부터다. 그렇다면 그는 자신을 어떻게 소개 할까? 간단한 한 마디. ‘요리하고 요리 글 쓰는 사람’이었다. 음식을 만들든 글을 쓰든 누구보다도 맛있는 요리와 식재료에 진심인 그를 서촌 오쁘띠베르에서 만나보았다. 임산물 먹거리 이야기도 들어볼 겸 해서 말이다.

글 매거진 숲 편집실 사진 Studio KENN, (주)더테이블

계절과 이야기로 맛을 더한 식탁

박준우 셰프

2022년 11월, 박준우 셰프가 다시 오픈한 카페 오쁘띠베르는 서촌에 있다. 무심히 길을 지나다가도 한 눈에 알아볼 만큼 유럽의 느낌이 물씬 나는 곳이다. 문을 열고 들어서니 진녹색과 브라운이 어우러진 공간이 나타나고 호리호리한 체격의 그가 앉아있다. 간단한 인사를 나눈 뒤 어색한 분위기를 깨려고 얼마 전 그가 펴낸 책 이야기를 꺼냈다. 반가운 미소가 얼굴에 번진다.

계절 음식과 기억에 남은 순간들

책의 제목은 ‘식탁 위의 작은 순간들’. 봄, 여름, 가을, 겨울로 파트가 나누어 있고 각 계절별로 즐길 수 있는 요리 레시피가 단정하게 실려 있다. 독특한 지점은 이 책이 단순한 레시피북이 아니라 에세이가 곁들여진 책이라는 것이다. 사계절 서른여섯 가지의 레시피에는 그가 그 요리를 만났을 때의 일화, 분위기, 기억들이 고스란히 녹아있다. 그래서인지 책을 읽다 보면 그와 함께 유럽의 어느 거리를 서성이다가 음식을 함께 맛보는 것 같은 착각에 빠진다. 이런 기획은 누구의 아이디어였는지 묻는 질문에 그는 이렇게 답한다.

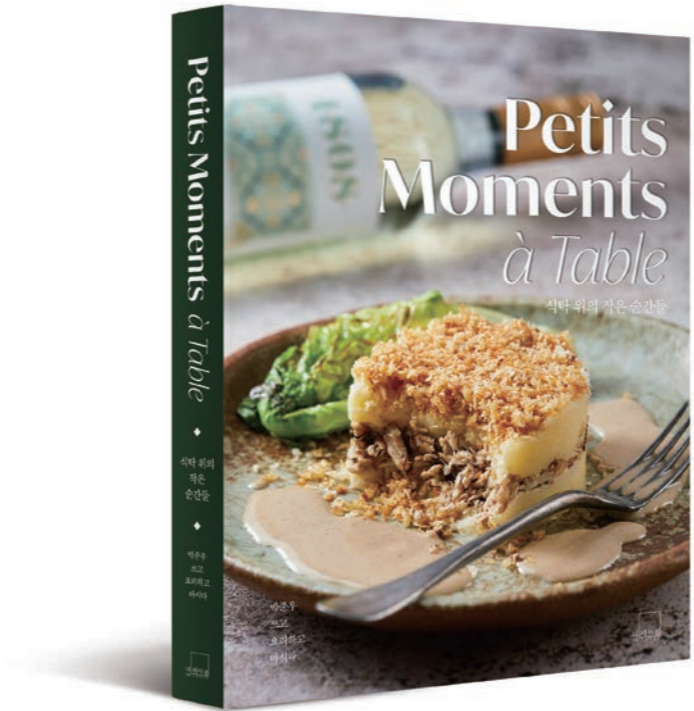
“더테이블 출판사에서 레시피북을 내자고 제안해주셨는데 제가 자이기도 하고 작가이기도 하니까 에세이를 같이 넣으면 어떻겠느냐고 하셨어요. 그렇게 에세이가 들어가게 되었고 제가 와인을 좋아하는 것도 알려져 있어 와인 페어링도 함께 넣게 되었습니다. 계절별로 섹션을 나눈 것은 제 아이디어였어요. 강의를 하거나 어렸을 때 사보았던 레시피북들이 대부분 계절성이 있는 책들이었거든요.”

봄, 여름, 가을, 겨울로 나뉜 책에서 한 눈에 보이는 것은 계절별로 달라지는 식재료들이다. ‘화이트 아스파라거스’로 시작한 봄부터 ‘홍합 스투’를 선보이는 겨울까지 계절별로 신선한 제철 식재료가 차례로 등장하는 것이다. 제철 식재료라는 것은 그 시기에 가장 맛있는 재료라는 뜻이기도 하고, 그 계절 가장 저렴한 식재료라는 뜻이기도 하다. 전자가 먹는 사람의 입장이라면 후자는 만드는 사람의 입장이라 할 수 있다. 어떤 사람의 입장이든 뭐가 문제일까? 어찌됐든 제철 식재료는 그 계절 모든 사람들에게 환영을 받는 음식인 것이다.

가을이 오는 요즘은 어떤 식재료가 매력적인지 묻는 질문에 그는 대뜸 ‘버섯’을 뽑는다. 요리 팁까지 슬쩍 곁들이면서 말이다. “버섯 요리는 한국 백반집에서 나오는 버섯볶음처럼 간단하게 조리하시는 것보다 오래 볶는 것이 좋아요. 오래 볶아서 식감이 있는 편이 좋지, 대중 익히기만 하면 약간 물컹거린다고 사람들이 싫어하더라고요. 왜 마이에르 반응이라고 하죠? 단백질 성분을 불에 가열하면 응고하는 거요. 볶으면서 수분을 다 날리면 쫄깃한 버섯요리가 만들어집니다. 저는 레드와인을 썼지만 간장을 쓰시든 소금, 참기름을 쓰시든 무조건 많이 볶으시면 됩니다. 길이 노릇해질 때까지요.”

세계의 미식 트렌드를 읽다

기자로 활동해서일까? 그는 누구보다도 미식 트렌드를 읽는 데 빠른 사람이기도 하다. 실제로 2013년 CJ에서 진행하던 프로그램에 비건 레시피를 들고 나오기도 했었으니까. 아마 그때 즐겨 읽던 유럽 매거진에서 이슈가 되었기 때문일 것으로 생각한다. 당시에는 프로그램을 만들거나 보는 사람들이 뭐? 비건? 하는 것 같은 시큰둥한 느낌이었다. 그러나 얼마 지나지 않아 비건은 세계는 물론 우리에게도 거스를 수 없는 대세가 되었다. 그가 한 템포 빠르게 움직였던 것 뿐 대세는 대세였던 것이다. 그런 그에게 현재 세계 시장을 이끌어가고 있는 트렌드가 무엇이나고 물었다.



가을이 되면 그곳 진열대에 쌓인 채소와 과일들은 평소보다 훨씬 더 진한 냄새를 뿜어댔다. 특히 그 시기에 솟아나는 온갖 버섯들을 한켠에 넘치도록 쌓아 놓은 날이면 그 냄새가 젖은 가을 공기에 묻어 골목 전체에 퍼져 고여 있는 듯 느껴졌다..(중략).. 버섯은 가을을 대표하는 재료 중 하나다. 가을이 오면 유럽 전역 마을 골목골목에 위치한 식료품점 가판 위로 다양한 버섯들이 가득 쌓이고 집 근처 숲과 산으로 버섯 채집을 나서는 사람들의 분주한 모습을 볼 수 있다.

—박준우 셰프의 ‘식탁 위의 작은 순간들’ 중—



1
박준우 셰프가 운영하는 유럽식 카페 오뽀띠베르. 2층에서는 정겨운 서촌의 풍경이 내려다 보인다.

2
(주)더테이블에서 펴낸 ‘식탁 위의 작은 숲’. 요리의 과정이 머릿속에 자연스럽게 그려지는 친절한 레시피를 만날 수 있다.

“지금 한식이 유행하는 건 확실한 것 같아요. 싱가포르나 베트남 같은 동남아 시장에서도 엄청나게 투자를 하고 있고요. 미국이나 유럽 쪽에서도 매체에서 꽤 많이 언급되고 있어요. 이유는요? 맛있으니까요. 사람들은 항상 새로운 걸 찾기 마련이죠. 미식은 프랑스를 기점으로 한 서유럽 이슈가 있었고요. 북유럽, 그 다음 남미 페루니 브라질 쪽에서 굉장한 셰프들이 나왔죠. 아시아에서는 일본이 선두 주자였고 그 다음 태국도 이슈가 되었던 것 같고 베트남 쌀국수까지 왔다가 이제 순서가 한국까지 온 거죠.” 한국에 사는 사람이라서 일까? 셰프라서 일까? 세계가 열광하는 한식 트렌드와 이를 이끌어가고 있는 셰프들 이야기가 나오자 대화가 끊임 없이 이어진다.

가을날 입을 즐겁게 할 임산물

비건과 한식의 식재료가 되는 임산물 먹거리에 대한 질문으로 다시 돌아가 보기로 했다. 임산물은 박준우 셰프가 즐겨 쓰는 식재료

이기도 하다. 아침 디저트 카페를 운영하고 있기도 하니까 임산물로 만드는 디저트에 대해 물었다. “밤, 대추를 이용한 디저트 레시피는 많죠. 밤 크림을 만들어서 슈페이스트리에 넣어 만드는 디저트도 있고요. 대추 같은 경우에는 제가 최근 팜 클래스에서 소개한 적이 있는데요. 대추잼을 만들어 요리에 곁들이기도 해요. 꽃감과 대추를 넣고 크로플을 구운 다음 딸기잼이나 크림치즈가 아니라 대추잼을 곁들여 냈더니 반응이 무척 좋았어요.” 가을에 즐겨야 하는 임산물을 또 하나 들자면 바로 버섯이다. 버섯의 요리법은 매우 다양하다. 구워먹고 튀겨먹고 볶아먹고 생으로도 먹기 좋으니까. 문득 그의 레시피북 속 한 구절이 떠올랐다. 가을이 되면 시장 진열대의 채소와 과일들이 평소보다 훨씬 더 진한 냄새를 뿜어대는 것 같다는, 특히 그 시기에 솟아나는 온갖 버섯들을 한켠에 넘치도록 쌓아 놓은 날이면 그 냄새가 젖은 가을 공기에 묻어 골목 전체에 퍼지는 것처럼 느껴진다는 구절 말이다. 책을 읽다



3

3

브리오슈 토스트에 올린 와인에
줄인 버섯, 버섯이 많이 나는
이 계절에 꼭 한 번 도전해
볼 만한 메뉴다.

4

박준우 셰프의 시그니처 메뉴인
레몬타르트, 시고 쓴 레몬의
강렬한 맛과 이탈리아 머랭의
달콤한 맛이 조화를 이룬다.



4

계절별로 즐길 수 있는 요리
레시피가 실린 박준우 셰프의
‘식탁 위의 작은 순간들’.
버섯 요리는 물론 그의 시그니처 메뉴인
레몬타르트 레시피까지 만나볼 수 있다.

보니 버섯은 유럽에서도 아주 중요한 식재료이고 가을 제철에 많은
사람들이 적극적으로 찾아 먹는다는 것을 알게 되었다.
와인을 잘 아는 그에게 임산물과 어울리는 와인 페어링에 대해서
도 물어보았다.
“와인을 맛있는 버섯 요리와 먹는 것을 굉장히 클래식한 페어링으
로 많이들 이야기하죠. 너무 비싸지 않은 와인을 말씀드리자면 부
루그뉴 5년 정도 숙성된 것을 곁들이시면 좋고요. 좀 비싼 와인
이라면 보르도 지역의 10년 정도 묵은 포므롤을 추천해요. 밤이
나 대추 디저트에 곁들이신다면요? 포트와인이나 셰리라고 하는
주정 강화 와인이 좋을 것 같네요. 주정 강화가 뭐냐면요. 와인은

설탕이 있는 포도주가 발효되면서 와인이 되는 거잖아요? 그런
데 중간에 한 40도 되는 브랜디 주정을 넣어 발효를 멈춰버리는
거예요. 이런 와인이나 위스키를 곁들여도 좋을 것 같아요.”
셰프와 오래도록 이야기를 나눈 탓일까? 문득 평소라면 떠올리지
않았을 유럽식 버섯 요리에 도전해보고 싶어졌다. 시장에 들러 향
긋한 제철 먹거리, 버섯을 사야지. 그가 추천한 대로 버섯을 오래
북아 수분을 날려줘야겠다. 와인도 한 잔 곁들이면 좋겠지? 상상
만 하는데도 기분이 절로 좋아진다. 식탁 위에 차려질 작은 숲, 그
숲에 둘러 앉아 웃으며 재잘댔 가족들의 모습이 떠오르며 발걸음
이 더 바빠졌다. ☺



Forest Food

가을엔 역시 임산물 먹거리 축제지!

풍성하게 펼쳐지는 전국 임산물 축제 자랑

글 매거진 숲 편집실



보은 대추축제

가을을 더 진하게 느끼고 싶다면 막 수확한 햇대추를 잘 말려 대추차를 끓여보시기를 권한다. 대추는 따뜻한 성질을 가지고 있어 혈액순환을 개선시키고 숙면에 도움을 준다. 이런 대추를 믿고 사는 방법은 10월 13일에서 22일까지 백제공원 및 속리산 일원에서 펼쳐지는 보은 대추축제에 참여하는 것. 충북 농특산물 최우수 축제로 선정된 바 있는 보은 대추축제는 임금님 진상품이었던 명품 보은 대추를 농산물 판매 부스에서 직접 보고 구입할 수 있다. 개막공연과 함께 하는 푸드트럭, 먹거리 장터 등을 통해 시식도 직접 해보시기 바란다.



부여 굿뜨래 알밤축제

전국 최대 생산량을 자랑하는 부여 알밤. 이 부여 알밤을 알리기 위한 온라인 축제가 10월 2일부터 11월 30일까지 온라인 장터, 굿뜨래몰에서 열린다. 포털사이트에서 '굿뜨래몰'이라고 치면 연결되는 이 축제에서는 칼집 방법으로 이미 널리 알려진 뜨래밤을 할인된 가격에 만날 수 있다. 과피가 얇은 뜨래밤은 칼집을 넣어 에어프라이어에 돌리면 속껍질까지 쉽게 깔 수 있다. 이와 함께 당도가 높아 군밤용으로 좋은 대보밤도 다양한 고객들에게 인기를 얻을 것으로 예상된다.

Festival

먹거리와 관련된 축제는 별 다를 바 없는 일상을 색다르게 만들어줄 수 있는 이벤트다. 특히 삼라만상이 익어가며 열매를 맺는 가을은 그 어느 때보다 풍성한 축제를 즐기기에 좋다. 전국 방방곡곡 특산물을 중심으로 펼쳐지는 임산물 먹거리 축제를 소개해본다. 얼싸구, 지화자 흥을 돋우며 풍성하게 익어갈 축제의 장을 미리 만나보자.



양양 송이&연어페스타

양양군은 전체 면적의 약 74%가 표고 100m~1,360m를 이루는 산악지형으로 송이가 자라기에 좋은 환경을 갖추고 있다. 화강암 토질에 적송림이 잘 발달되어 이곳에서 자라는 송이는 크기도 1~2cm 가량 크고 수분 함량도 적어 씹히는 맛이 뛰어나다. 육질이 두껍고 쫄깃한 양양군 송이버섯을 축제를 통해 만나보자. 10월 4일부터 8일까지 양양군 남대천 일원에서 열리는 송이&연어페스타에서는 송이&농산물 먹거리 마켓을 운영하여 잘 자란 송이버섯을 직접 시식해볼 수 있는 기회를 제공한다. 이밖에도 다양한 체험, 참여, 전시프로그램들을 즐길 수 있으니 많이 방문해보시기 바란다.



청도 반시축제

붉은 단풍과 함께 가을날의 정취를 느끼게 해주는 것은 주홍빛 감이다. 특히 청도에서는 전국에서 유일하게 씨 없는 감이 나오는데 이를 말리면 추운 겨울을 건디게 해줄 청도 특산물, 반시가 된다. 올 10월에는 주홍빛 반시가 영어 가는 청도의 가을을 만나보자. 반시 체험존, 반시 플레이존, 반시 먹거리존과 청도 예술인 공연, 반시 드림콘서트, 감물 염색 패션쇼 등 다양한 문화행사를 함께 즐길 수 있는 청도 반시축제는 10월 6일부터 8일까지 3일간 청도 야외공연장 일원에서 열린다.

숲과 호수를 돌아 마침내 마주한 가을

충남 청양 천장호(天庄湖) 둘레길

가끔은 호수를 보러 갈 일이다. 들끓는 도시를 떠나 가끔은 호수처럼 잔잔히 마음을 가라앉혀 볼 일ियो, 호수 저 끝에서 누군가 노를 저어오지 않을까 기다려도 볼 일이다. 9월, 그 길고도 맹렬한 폭염에 시달린 끝에 찾은 칠갑산 천장호. 거울처럼 잔잔한 호수를 보고 있노라면 탄 세상 같은 고요에 아득한 느낌마저 든다. 아무튼 지구는 돌아가는가. 비구름이 몰려오더니 금세 비가 내리기 시작한다. 여름에 지친 호수를 토닥여주는 듯, 무수한 빗방울들이 수면 위로 내려앉으며 이제 곧 가을이 올 거라고 속삭이고 있었다.

글 매거진 숲 편집실 사진 신중식

칠갑산 자락에 자리한 커다란 인공호수, 천장호

천장호는 충남 청양군 칠갑산 자락에 자리한 인공 호수이다. 칠갑산 동쪽에 흐르는 계곡을 막아 무려 7년의 공사 끝에 1979년 관개용 저수지로 완성되었다. 면적이 1,200ha에 이른다니 저수지로는 상당히 큰 규모이다. 깨끗한 수면과 울창한 숲이 어우러져 청양 10경 중 하나로 꼽힌다. 겨울에 눈이 내리면 한 폭의 수묵화 같은 풍경이 펼쳐지고, 이른 봄에는 빙어 낚시꾼들이 즐겨 찾는 곳이기도 하다. 이 천장호에 출렁다리가 생긴 것은 2009년 7월이다. 총 길이 207m로, 완공 당시엔 국내 최장 출렁다리라고 하여 일약 청양의 명소가 되었다. 가을을 재촉하는 비가 내리는 오늘, 이 출렁다리를 건너 호반의 둘레길을 걸어 볼 것이다.

천장호 출렁다리 주차장 도착. 여기서부터 꽤 긴 숲길이 이어지는데, 소나무들 사이로 옥빛 호수가 살짝살짝 보이는 것이 지금 다른 세계로 연결되고 있는 중인 듯 묘한 설렘을 안겨준다. 게다가 이 길은 그냥 걸어가기보다 출렁거리는 놀이통로 '에코 워크(Eco-walk)'를 통해서 가면 더욱 즐거운 경험이 된다. 여기는 출렁거리며 걷는 곳인가 보다.

드디어 천장호의 명물, 출렁다리. 그런데 첫눈에 보이는 건 거대한 고추와 구기자 형상의 주탑이다. 청양의 특산물이 고추와 구

자이기 때문이다. 고추 모형의 높이가 16m에 달한다니, 아마도 세계에서 제일 큰 고추가 아닌가 싶다. 크기도 크거니와 색깔도 잘 익은 빨간 색이라 사방에서 시선을 잡아끄니 지역의 랜드마크로 이만한 게 있을까. 주탑을 지나면 본격적으로 출렁다리가 시작되는데, 상하좌우로 출렁거리는데다 어떤 부분은 밑으로 호수가 보여 짜릿함을 더한다. 출렁출렁 흔들리다 보면 모르는 사이라도 엉겁결에 손을 잡게 마련이니 요즘 말로 썸타는 남녀라면 여기야말로 강력 추천 코스가 되겠다.

낙엽이 뒹구는 데크길, 가을이 오는 길목을 걷다

출렁다리를 건너면 좌우로 호숫가를 따라 나무 데크길이 이어진다. 이제부터는 그냥 천천히 걸으면서 풍경을 감상하는 일만 남았다. 경사가 거의 없어 걷기에 아주 편안한 길이다. 그래, 걷자. 아무 생각 없이. 걷는 것처럼 무념무상의 행복을 주는 일도 드물 것이다. 더구나 이런 깨끗하고 풍광 좋은 호수 길이라니, 감사하고 감사한 일이다. 걸음을 옮길 때마다 눈에 보이는 풍경은 조금씩 달라진다. 그러나 사실 호수는 미동도 없다. 고요한 호수에 산이 내려앉아 그 역시 명상에 잠겨 있다. 빗소리, 새소리마저 침묵의 일부인 듯, 고요하고 고요하다. 이런 적막의 시간을 가져보는 게 얼마만인가.

천장호 둘레길을 걷는 재미의 하나는 평소 보기 힘든 색다른 나무들을 찾아보는 것이다. 덜꿩나무? 대팻집나무? 우와, 이런 나무도 있구나 하는데 그게 끝이 아니다. 팽나무, 물박달나무, 쪽동백나무, 때죽나무, 감태나무, 고욤나무, 청미래덩굴 등 십사리 보기 힘든 나무들이 이름표를 달고 있어 하나하나 관찰하는 재미가 쏠쏠하다. 이런 사소한 데에 재미를 붙이는 것이 자연 탐방의 요령이다. 너무 자극적인 음식보다는 싱싱한 음식이 몸에 좋은 것과도 비슷한 이치일 것이다. 그저 걷고 걸으며 눈에 보이고 귀에 들리는 것들에 살포시 관심을 열다 보면 이 무한한 우주가 존재의 의미로 가득함을 알게 된다.

그렇게 걷는 동안 비는 내렸다 그쳤다를 반복한다. 간간이 바람이 불어오는데 이제는 그렇게 후덥지근한 바람이 아니다. 서늘한 기운이 느껴진다. 그리고 보니 바닥엔 어느새 갈색 낙엽들이 뒹굴고 있다. 가을은 이미 조금씩 와 있었던 것이다.

‘칠갑산’이라는 노래로 온 국민에게 알려진 산

천장호 출렁다리 끝에서 칠갑산(七甲山)으로 가는 등산로가 이어진다. 1980~90년대를 지나온 사람이라면 아마 청양은 몰라도 칠갑산은 알 것이다. 가수 주병선의 ‘칠갑산’이란 노래 덕분이다.

콩밭 때는 아낙네야 베적삼이 흠뻑 젖는다
무슨 설움 그리 많아 포기마다 눈물 심누나
홀어머니 두고 시집가던 날 칠갑산 산마루에
울어주던 산새 소리만 어린 가슴 속을 태웠소



1



2



3



4

1
출렁다리를 건너면 좌우로 호숫가를 따라 걷기 편한 나무 데크길이 이어진다.

2
천장호 둘레길을 걷는 재미의 하나는 색다른 나무들을 찾아보는 것이다.

3
바닥엔 어느새 갈색 낙엽들과 도토리들이 뒹굴고 있다.

4
천장호 출렁다리 끝에서 칠갑산(七甲山)으로 가는 등산로가 이어진다.

깨끗한 수면과 울창한 숲이 어우러져 청양 10경 중 하나로 꼽히는 천장호 둘레길. 지금은 총 길이 207m의 출렁다리까지 즐길 수 있는 명소가 되었다.

- 5

걸음을 옮길 때마다
눈에 보이는 풍경이
조금씩 달라진다.
- 6

천장호 둘레길은 아직
미완성이지만 이것저것
볼 것이 많다.
- 7

천장호 출렁다리는
매주 금, 토, 일요일에
야간 개장도 한다.
- 8

해발 559.8m의 칠갑산.
깊은 계곡과 산세 때문에
충남의 알프스로 불린다.



절규와도 같았던 그 노래엔 보릿고개를 힘들게 넘어온 옛 사람들
의 한이 담겨 있다. 자식만은 배곯지 않기를 바라 어린 딸을 시집
보내는 어머니. 홀로 남은 어머니를 보며 찢어지는 가슴을 부여안
고 산을 넘는 어린 딸. 눈물이 쏟아져도 발을 매야 했던 우리 어
머니, 누이의 모습을 절절히 그려내 만인의 심금을 울렸던 노래가
‘칠갑산’이다. 이 곡의 작사 작곡자인 조운파 선생이 바로 칠갑산이
보이는 부여 사람이었다. 그는 ‘콩밭은 우리 민족의 곤궁했던 삶의
터전이며 포기마다 눈물 심는다는 것은 가난한 이들의 한과 슬픔을
갈무리한다는 의미’라고 설명하였다.
노래의 무대가 되는 칠갑산은 청양군의 중심이 되는 산이다. 해발
559.8m의 높지 않은 산이지만 계곡이 깊고 산세가 험해 충남의
알프스로 불린다. 산림청이 선정한 100대 명산 중 하나이자 충남
의 도립공원이기도 하다. 대치천(大峙川), 장곡천(長谷川) 등이 칠
갑산 산세를 따라 금강으로 흘러가는데, 이런 계곡들 덕분에 일곱
명의 장수가 나올 일곱 군데 명당이 생겼다 하여 칠갑산이란 이름
이 붙었다고 한다.
등산로를 잠깐 올라 전망대에 이르자, 아! 드라마틱한 풍경이 펼쳐
진다. 기다란 출렁다리를 중심으로 드넓은 호수, 그리고 호수를 빙
 둘러싼 산과 비와 운무가 어우러져 눈앞에 살아 꿈틀거리는 그림을
그려내고 있다. 이 장쾌한 풍광에 한 줄기 시원한 바람까지 불어와
땀을 씻어준다. 상쾌한 기분에 취했는지 나도 모르게 ‘칠갑산’ 노래
가 흘러나온다. 지금 이 순간 ‘칠갑산’은 ‘한’의 노래가 아닌 ‘흥’의
노래, ‘힐링’의 노래일 것이다.

가을이 더욱 기대되는 천장호 둘레길

천장호 둘레길은 아직은 미완성이다. 현재 데크길 전체 길이가 왕
복 2.8km 정도이니, 느릿느릿 감상하며 걸어도 2시간이면 충분
하다. 둘레길 숲에는 활엽수가 많아 가을이면 눈부신 단풍 길이 된
다. 울긋불긋 단풍에 물든 산이 호수에 비친 모습은 생각만 해도
황홀하다.
천장호 출렁다리는 매주 금, 토, 일요일에 야간 개장도 한다. 이제
밤바람이 서늘하고 풀벌레 소리도 또렷하다. 단풍과 야간 조명으로
수놓인 천장호 둘레길을 걸으면 그 또한 운치 있을 것이다. 비
내리는 호수 위로 저 멀리 가을이 노를 저어 오고 있다. ☁



청양 천장호의
아름다운 풍경을
영상으로 만나 보세요!



기후위기로 인해 ‘먹다’라는 행위가 새롭게 재조명되고 있는 요즘이다. 무엇을, 어떻게 먹을 것인가는 식습관이라는 단편적인 행위 안에 갇히지 않고 하나의 철학처럼 전세계에 퍼져가고 있다. 한동안 끊임없이 먹어대는 ‘먹방’을 탐닉하던 이들은 이제 언제 그랬냐는 듯 먹거리의 건강함, 먹거리의 생명력, 그리고 먹거리의 철학에 대해 이야기하고 있다. 그 가장 선두에 서있는 것이 사찰음식이다. 최근 가장 인기를 끌고 있는 미식 트렌드, 사찰음식 파인다이닝을 집중 조명해본다.

글 매거진 숲 편집실 사진 발우공양

세계가 주목하는 사찰음식, 파인다이닝으로 만나봅니다

2017년 넷플릭스의 음식 다큐멘터리 ‘셰프의 테이블’에 한국의 사찰음식이 소개되었다. 해외 OTT 플랫폼에서 만나는 사찰음식은 낯설고 신기했다. 세상에, 세계인들이 이렇게 사찰음식에 관심을 가지는 날도 있구나. 그도 그럴 것이 사찰음식은 사찰에서만 맛보는 음식, 스님들의 음식이라고만 알고 있었던 탓이다. 이때를 기점으로 새롭게 조명된 사찰음식은 스님들의 공간인 사찰을 떠나 가정으로, 교육 현장으로, 레스토랑으로, 더 나아가 세계로 퍼져나갔다. ‘사찰음식 파인다이닝’이라는 다소 생소한 이름으로 말이다. 여기서 사찰음식이란 무엇인가, 다시 한번 정의를 내려볼 필요가 있다. 사찰음식은 사찰에서 전승되어 온 전통적인 조리법으로 만든 음식이다. 동물성 재료나 맛과 향이 자극적인 마늘, 파, 부추, 달래, 흥거 등 오신채를 넣지 않는다. 이런 식재료가 먹는 사람의 마음을 탁하게 만들 수 있다고 보기 때문이다.

사찰음식이 대중에게 소구하는 지점은 조리법만이 아니다. 이것은 어떻게 보면 먹는 철학이다. 건강한 재료를 쓰고 전통적인 방식으로 고유한 맛을 살리는 조리법은 기본. 식재료를 얻고 다듬고 요리하고 차리고 먹기까지 모든 과정을 수행으로 보는 것이다. 자칫 무겁게 느껴질 수 있는 이런 음식 철학이 톡톡 튀는 젊은이들의 입맛을 사로잡은 것은 무엇 때문일까? 전문가들은 최근 부는 비건 열풍, 즐겁게 건강관리를 하는 헬시플레저 트렌드가 사찰음식의 속성과 맞아 떨어진 결과라고 말한다. 이제 더이상 사찰음식은 사찰에서만 마주할 수 있는 음식문화가 아니다. 건강을 생각하는 젊은 트렌디한 세계인들이 즐겨 찾고 열광하는 미식 트렌드다. 흰 쌀밥과 비빔밥 정도만으로 사찰음식을 생각했다면 직접 경험해보시라. 건강한 철학으로 우리 곁에 온 사찰음식 파인다이닝, 정갈하게 차려진 한 끼가 몸은 물론 마음까지 흡족하게 만들어줄 것이다.



사찰음식 파인다이닝

전통에 충실하면서도 현대적인 재해석이 돋보이는 사찰음식 파인다이닝이 젊은 세대를 포함하여 세계인에게 인기를 끌고 있다. 서울의 한 사찰음식 파인다이닝 전문점은 고가에도 불구하고 예약이 불가능할 정도로 문전성시를 이루고 있다. 최근 거세지고 있는 이런 열풍은 육식을 배제한 채식주의, 비건 트렌드와 맞물려 뉴욕 등 전세계로 번지고 있다.

사찰음식은 저염, 저당의 다이어트식

사찰음식은 육식이나 술, 자극적이고 기름진 것처럼 몸에 부담을 주는 음식을 먹으면 심신도 악영향을 받기 쉽다는 철학 아래 이를 철저히 배제하는 식단으로 꾸려진다. 강한 양념을 하지 않는 탓에 위장 자극도 적고 음식에 대한 욕구도 크게 불러일으키지 않는다. 이처럼 저염, 저당으로 만들어지는 음식을 먹다 보면 재료 본연의 맛을 알기도 쉽고 건강하게 먹는 즐거움도 알아가기 쉽다. 이런 조리가 가능한 이유는 천연 양념 덕분이다. 표고버섯 가루, 다시마, 검은콩 가루, 계피 가루, 들깨 가루 등 일반 조리에서는 자주 사용하지 않는 천연 재료들이 담백하고 풍성한 맛을 낸다. 간을 맞출 때도 정제된 소금 대신 죽염이나 간수를 뺀 천일염을 볶아 사용하고 단맛은 과일 등을 활용한다. 덕분에 사찰음식은 달고, 짜고, 맵고, 시고, 쓴 단순한 맛이 아니라 자연에서 얻은 제철 식재료의 수만 가지 맛을 즐길 수 있는 음식으로 탄생한다. 세계가 열광하는 저염, 저당 다이어트식, 사찰음식의 세계를 직접 만나보시기 바란다.



윤리적 음식 소비문화와 사찰음식

식문화는 환경에 많은 영향을 미친다. 단순히 음식을 먹는 것만으로도 온실가스가 배출되고, 폐기물을 발생시키고, 생물다양성을 파괴할 수 있는 것이다. 최근 기후위기가 심화되고 바이러스가 창궐하면서 이렇게 부정적인 결과를 초래할 수 있는 식문화 대신 윤리적 음식 소비문화가 필요하다는 목소리가 높아지고 있다. 그렇다면 윤리적 음식 소비문화는 어떤 것인가? 로컬에서 건강하게 얻은 식재료를 건강한 방식으로 조리하여 건강하게 먹는 것이다. 여기서 한발 더 나아가자면 육식보다는 채식을 하는 것이다. 최근 네이처 푸드지에 실린 옥스퍼드 대학 LEAP 프로젝트 팀의 연구 결과에 따르면 비건 채식은 하루에 100g 이상의 육류를 포함하는 식단보다 탄소배출, 수질 오염 및 토지 사용이 75% 적다. 또한 생물다양성 파괴를 66%까지 줄이고 물 사용도 54%까지 줄인다. 비건 채식을 실천하게 하는 사찰음식은 기본적으로 건강한 임산물을 식재료로 하는 경우가 많다. 윤리적 음식 소비문화를 위해서라도, 아니 근본적으로 나와 지구의 건강을 위해서라도 숲에서 태어난 건강한 임산물에 관심을 가져보도록 하자.



Q 발우공양은 어떤 곳인가요? 소개 좀해주세요.

A 발우공양은 조계종 산하 한국불교문화사업단에서 2009년 선보인 사찰음식전문점이고요. 2016년 새단장을 통해 사찰음식의 전통 조리법과 원형을 알리고 있습니다.

Q 사찰음식을 한마디로 정의해주신다면요?

A 사찰음식은 스님들이 수행에 정진하기 위해 먹는 음식인데요. 일반식이 생명 유지를 위해 먹는 것이라면요. 사찰음식은 여기에서 한발 더 나아가 몸의 건강뿐 아니라 수행을 위한 정신 건강까지 생각하는 음식입니다. 특징을 말하면요. 우선 고기를 쓰지 않고 매운맛이 나는 오신채를 쓰지 않아요. 제철 재료를 주로 이용하고요. 화학적 첨가물도 사용하지 않습니다.

Q 발우공양은 미술랭 별점도 받고 MZ세대가 줄을 설 정도로 유명세를 타고 있는데요. 실제로 이런 인기를 실감하시나요?

A 글썄요. 이전보다는 고객층이 좀 더 다양해진 것 같아요. 가족뿐 아니라 친구나 연인끼리 내방하시는 고객들도 많이 보이고요.

Q 사찰음식을 파인다이닝으로 만나는 것은 정말 특별한 경험일 것 같은데요. 어떤 순서로 서빙되는지 알 수 있을까요?

A 발우공양의 메뉴는 총 5가지예요. 선식, 원식, 마음식, 희식, 법식 이렇게 구성되어 있죠. 선식은 점심에만 운영하는 메뉴이고 희식과 법식은 사전 예약이

필요한 메뉴입니다. 메뉴 순서는 술적심-죽상-상미-담미-승소-유미상-입가심 이렇게 진행됩니다. 술적심은 입술을 적신다는 뜻으로 입맛을 돋아주는 음식인데 죽상과 함께 나옵니다. 그 다음 두 번째로 상미가 나가고 세 번째로는 담미와 스님의 미소라는 뜻인 승소가 함께 나옵니다. 네 번째로 밥상인 유미상이 나가고 마지막으로 디저트인 입가심상이 나가는 것으로 식사가 끝납니다.

Q 건강한 식습관에 대해 한 말씀 나눠주신다면요?

A 요즘은 너무 많은 먹거리 속에 어떤 것을 먹어야 할지 선택하기가 참 어렵죠. 사찰음식은 채우는 음식이 아닌 비우는 음식이에요. 재료에 많은 양념으로 채우는 것이 아닌 제맛이 날 수 있게 불필요한 양념을 비우는 음식입니다. 마찬가지로 우리가 음식을 선택할 때 나에게 불필요한 것을 비우면서 선택한다면 좀 더 건강한 선택이 되지 않을까 싶습니다.



잘 여문 밤과 대추로 만든 맛있는 브런치

밤 찐빵
&
생대추 샐러드

예로부터 밤과 대추는 복숭아, 자두, 살구와 함께 5과로 불리며 귀한 과일 대접을 받았다. 그 때문인지 조상께 올리는 차례상에도 밤과 대추는 빠지지 않고 등장한다. 가을을 대표하는 제철 식재료, 밤과 대추를 이용하여 맛있는 브런치를 즐겨보자. 담백하고 고소한 맛이 느껴지는 알밤과 아삭아삭 상큼한 생대추가 깊어가는 가을, 꼭 필요한 맛과 영양을 선물해 줄 것이다.

글 매거진 숲 편집실 사진 Studio KENN



Steamed chestnut bun

밤 찐빵

재료 Ingredients

밤 앙꼬(삶은밤 200g, 물 3T, 설탕 30g, 소금 두 꼬집), 찐빵(박력분 120g, 설탕 50g, 베이킹파우더 1t, 우유 60g, 계란 1개, 식용유 2t)

만드는 법 Recipe

- ① 밤 앙꼬를 만들기 위해 분량의 재료를 냄비에 넣은 후 물기가 없어지고 앙금이 될 때까지 5분 정도 약불에 졸인다.
- ② 졸인 밤을 부시면서 섞어준다.
- ③ 불에 밀가루와 베이킹파우더를 넣고 거품기로 섞는다.
- ④ 다른 불에 계란과 설탕, 우유를 섞어 거품을 먼저 내고 식용유를 넣는다.
- ⑤ 섞어둔 것에 가루를 함께 넣고 거품기로 잘 섞는다.
- ⑥ 찜기 용기에 컵케이크 용지를 깔고 그릇의 80%가 될 정도로 섞어둔 반죽을 넣고 밤 앙꼬를 적당히 올려준다.
- ⑦ 팔팔 끓인 찜기에서 18분 정도 익힌다.
- ⑧ 찜기에서 꺼내 데코레이션 하면 완성.



밤 찐빵
만드는 법을
영상을 통해 만나보세요!



Fresh jujube salad

생대추 샐러드

재료 Ingredients

생대추 드레싱(생대추 50g, 양파 25g, 마늘 1g, 소금 1/4t, 식초 2t, 우유 1T, 식용유 2T), 상추, 적상추, 무순, 삶은 연근, 생대추 적당량

만드는 법 Recipe

- ① 생대추는 씨를 빼고 적당히 잘라 준비한다.
- ② 불에 분량의 드레싱 재료를 넣고 한꺼번에 섞어 생대추 드레싱을 만든다.
- ③ 접시에 상추와 적상추, 무순 등을 적당히 손으로 잘라 올린다.
- ④ 삶은 연근을 데코레이션하고 생대추를 넉넉히 잘라 올린다.
- ⑤ 생대추 드레싱을 뿌려 주면 생대추 샐러드 완성.

／ 생대추 보관의 최적 조건은 습도 90~95%, 온도 0~1℃다.
남은 생대추를 지퍼백에 잘 싸서 냉장실에 보관하면 아삭아삭한 생대추의 맛을 오래 즐길 수 있다.



생대추 샐러드
만드는 법을
영상을 통해 만나보세요!

식물과 함께 하는 일상의 색깔

일러스트레이터, 명민호



선선한 바람이 불고 사람 사이 온기가 그리워지는 계절이 시작되었다. 명민호 작가는 그런 온기를 그릴 줄 아는 사람이다. 우리에게 TV 프로그램, ‘유퀴즈온더블록’의 엔딩 일러스트를 그리는 작가로 익숙해졌던 그. 따스하고 감성 충만한 그의 그림을 보고 있노라면 누구나 마음의 빗장이 스르르 풀리는 묘한 경험을 하게 된다. 식물과 함께 하는 일상의 색깔을 그리고 있는 명민호 작가의 작품들을 지면을 통해 소개해본다.

글 매거진 숲 편집실 사진 명민호 일러스트레이터

일러스트를 통해 조곤조곤 이야기를 나누는 작가

명민호 작가가 누구인지 몰랐던 사람도 튀르키예 지진 때 그린 그림을 보여주면 ‘아! 그 작가’라는 반응이 단박에 온다. 그만큼 파급력이 컸던 그림인 것이다. 6.25 당시 전쟁고아에게 먹을 것을 주며 머리를 쓰다듬는 튀르키예 군인의 모습과 지진 피해를 입은 튀르키예 아이에게 마실 물을 주는 한국 긴급구조대의 활동 모습이 대비되어 그려진 두 장의 그림. 이 그림을 보고 사람들은

많은 위로를 받았다. 당시 기사에는 ‘전세계 네티즌을 울린 일러스트’라는 헤드라인이 붙을 정도였다. “뉴스와 유튜브 영상을 통해 참혹함을 간접적으로 느꼈어요. 당장 도울 수 있는 방법이 그림밖에 없다고 생각해서 애도 그림을 그리기로 결심했죠. 튀르키예는 6.25 한국전쟁 당시 우리나라를 많이 도와준 국가죠? 때마침 우리나라 구조대원들이 튀르키예 지진 구조를 위해 파견된다는 뉴스 소식도 들었고요. 이 소식을 듣고 작업



1
명민호는 국토녹화 50주년을 기념하여 산림청과 함께 일러스트 작업을 진행한 작가다.

아이디어를 떠올리게 되었습니다.” 명민호 작가의 그림은 이토록 순한 맛이지만 그림을 통해 전달되는 메시지에는 마음을 터치하는 강력한 힘이 있다. 예쁜 일러스트 그림도 그림이지만 작품에서 전하는 주제와 이야기, 메시지에 더욱 신경을 쓴다는 작가. 그 때문인지 많은 사람들은 그가 전하는 이야기에 공감하며 관심을 가지는 모습이다. 연인 간의 사랑, 노년의 삶과 사랑, 삶의 무게를 주요 주제로 다룬 수많은 일러스트들 중 특별히 마음이 가는 그림이 있냐고 묻는 질문에 작가는 수줍게 그림 하나를 보여준다. 제목은 ‘함께 가는 길’ “이 작품은 노부부의 따뜻한 이야기를 담고 있고요. 늙어도 변함없는 사랑에 대한 그림입니다. 이 작품을 작업할 당시에 사랑이라는 감정을 크게 느끼고 있었을 때라 작품에도 감정이 잘 묻어났던 것 같습니다. 많은 사람들도 이 그림을 보고 제가 느꼈던 감정을 공감했던 것 같습니다.” 작품 밑에는 이런 소개 글이 있다. ‘주름이 생겨도 백발의 노인이 되어도 너와 함께 가는 길은 늘 여전히 행복해, 사랑해’ 어떨까? 마음이 몽글몽글해지지 않는가?

예쁘기만 한 그림보다 감정이 느껴지는 그림을 일러스트를 보며 따뜻한 감정을 느끼는 것은 한 순간이지만 그림을 그리는 과정은 그리 간단하지 않다. 무엇을 그릴지 아이디어가 나오지 않으면 1주일이든 한 달이든 그림을 그릴 수 없다. 창작의 고통이 그만큼 심한 것이다. “많은 것을 보고 듣고 이야기하려고 해요. 음악, 영화, 드라마, 다큐, 뉴스 등을 보고요. 수목원이나 숲속도 다녀오곤 하죠. 그러다 보면 전등 스위치가 켜지듯 번뜩이는 아이디어가 생각나기도 해요. 신들린 것처럼 아이디어 러프 스케치를 하고 동시에 그림 상황에 맞는 디테일한 자료들을 인터넷으로 검색하고 공부합니다. 어느 정도 러프스케치가 완성되면 주변 사람들에게 전하고 싶은 주제와 이야기, 감정이 잘 느껴지는지 조언을 구해요. 보완할 부분이 있으면 보완하면서 최대한 신중하게 스케치 작업을



작가의 그림은 이토록 순한 맛이지만 그림을 통해 전달되는 메시지에는 마음을 터치하는 강력한 힘이 있다.

2
노부부의 삶과 사랑을 그린 ‘함께 가는 길’. 늙어도 변함없는 사랑에 관한 그림이다.

진행합니다. 스케치 작업이 끝나면 분위기에 맞는 음악을 들으며 본격적인 채색을 진행하죠. 완성되고 나면 주변 사람들에게 어색하거나 고쳐야 할 부분을 물어요. 모두가 괜찮다고 했을 때 비로소 작업이 완성되죠.”

그림은 요리와도 같다. 그는 예쁜데 맛이 없는 요리를 만들고 싶지는 않다고 했다. 예쁘게 그리는 것보다 그리고자 하는 그림의 감정을 최대한 담으려고 노력한다. 캐릭터의 직업이나 특징 등을 검색하고 공부하여 디테일한 부분들도 모두 표현하기 위해 시간을 투자하는 것도 그런 이유다. 그림을 그리는 동안에는 온전히 그림 속 인물이 되어 그 감정을 고스란히 느끼는 것이다. 그의 그림이 보자마자 사람들의 공감을 불러일으키는 것도 바로 이런 그의 작업 스타일 때문인 것 같다.

3
시골에서 나고 자란 탓일까.
명민호 작가의 그림에는
숲과 나무가 종종 등장한다.

식물과 숲이 자주 등장하는 일러스트

작가의 그림에는 식물과 숲이 자주 등장한다. 왜 그런지 묻는 질문에 그는 이렇게 대답한다. “저는 시골에서 태어나 숲을 놀이터로 삼아 놀면서 자랐어요. 그러면서 자연스럽게 많은 식물들과 곤충들을 관찰했죠. 개인적으로 나무를 많이 좋아해요. 숲의 완성은 나무라고 생각할 정도로요. 답답한 도심 풍경보다 자연이 함께 숨 쉬는 모습에 사람의 감정도 함께 잘 표현되는 것 같아서 무의식적으로 숲을 표현하는 것 같습니다.”

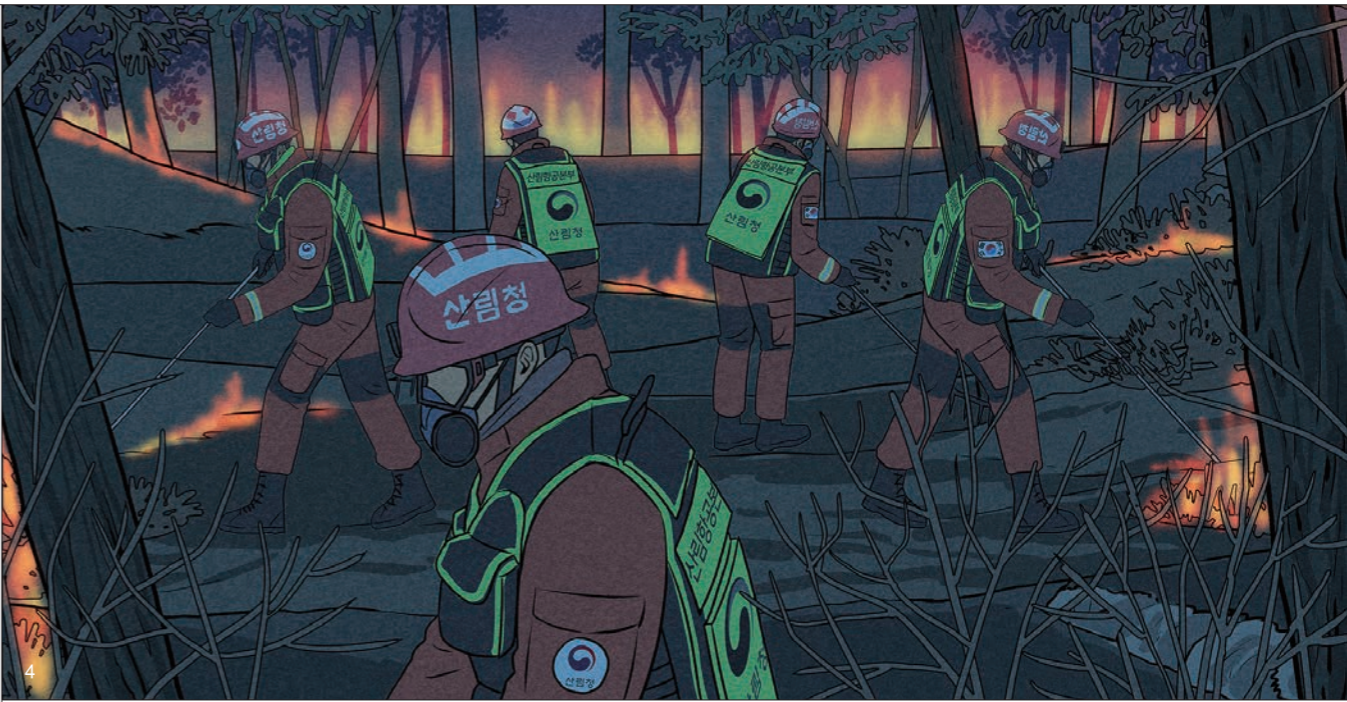
그런 그는 영감을 찾기 위해 수목원이나 숲을 찾아가곤 한다. 고향 홍성의 작은 숲도 좋아하고 제주 사려니 숲길도 사랑한다. “사려니 숲속에는 나무 곳곳에 세월의 흐름이 보이는 이끼가 덮여 있었어요. 웅장하고 길게 뻗어 있는 나무들을 보며 그리고 싶었던 그림 속 장면이 떠오르기도 했죠.”

자연과 함께 사랑에 대한 감정을 주로 그려서일까? 산림청과 함께 작업할 수 있는 좋은 기회도 우연히 그를 찾아왔다. 그가 협업한 것은 ‘산불 진화대홍보영상’과 ‘제15차세계산림총회봉산편 백나무숲 일러스트’, ‘국토녹화50주년일러스트’다. 숲 그림에 대한 그의 욕심은 여기에서 그치지 않는다. 개인적으로 우리나라의 예쁜 숲들을 그림으로 담아 사람들에게 알리고 싶다는 욕심도 은연중 드러난다. 그만큼 숲을, 자연을 사랑하는 것이다. 그런 그가 그림으로 꿈꾸는 궁극적인 목표는 무엇일까? 그는 이렇게 말한다. “저의 꿈은 만화가예요. 지금까지 보고 듣고 전하고 싶었던 수많은 이야기들을 만화로 제작하고 싶어요. 혼자 하는 일이니깐 10년 정도 생각하고 있어요. 물론 그 만화에는 저만의 메시지가 담겨 있겠죠?”

그림은 참 이상하다. 한마디 말을 하지 않아도 그린 사람의 성정이 그대로 드러나니 말이다. 명민호 작가의 세상을 바라보는 따스한 시선이 더 많이 퍼져갔으면 좋겠다. 그가 바라보는 방식으로 모든 사람들이 세상을 바라본다면 세상의 온기가 1도 정도는 높아지지 않을까? 이런 생각을 하고 있자니 10년 후 내놓고 싶다는 그의 만화가 몹시도 궁금해졌다. 🌲



3



4

자연과 함께 사랑에 대한 감정을 주로
그려서일까? 산림청과 함께 작업할 수 있는
좋은 기회도 우연히 그를 찾아왔다.

4, 5
산림청과 다양한 협업을
진행한 그는 우리나라의
예쁜 숲들을 더 많이 그리고
싶어 한다.



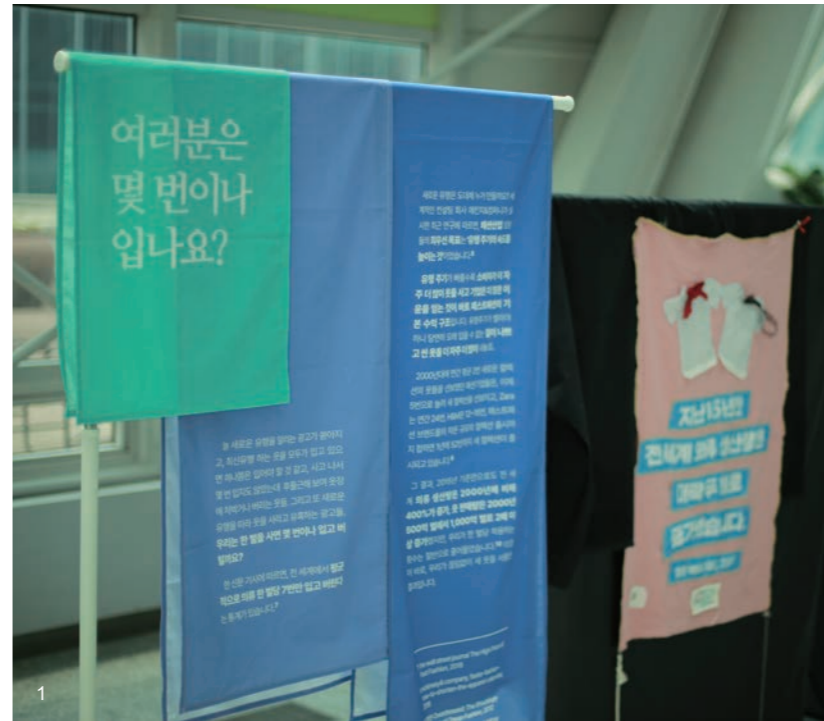
5

옷을 살리면 지구 환경이 되살아난다!

당신이 다시 입을 때까지 연구하는
다시입다연구소

2022년 블랙 프라이데이를 앞두고 의류 소비와 지구 온도의 상관관계를 다룬 보고서가 발표됐다. 파리기후 협약에서 합의한 1.5°C 목표(2050년까지 지구 온도가 1.5°C까지 상승하지 않도록 억제하는 것)를 달성하기 위해서는 의류 소비를 1년에 다섯 벌 이하로 제한해야 한다는 것이었다. 여기에는 ‘선진국 부유층의 의류 소비를’이라는 단서가 붙었다. 그런데 정말, 선진국 부유층만 의류 소비를 참으면 되는 것일까? 유엔은 패션산업이 전체 탄소 배출량의 8~10%를 차지한다고 발표했고 세계은행은 온라인 쇼핑 성장으로 2030년까지 세계 의류 판매가 최대 65% 증가할 것으로 예상했다. 특히 매년 세계에서 생산되는 약 1천억 벌의 옷 중 약 30%가 버려진다는 통계는 가을을 맞아 새 옷을 사려던 사람들을 뜨끔하게 할 것이다. 그렇다고 패션으로 개성을 표현하고 싶은 욕망을 무조건 참아야 한다는 뜻은 아니다. 대신 ‘당신이 다시 입을 때까지 연구합니다’라는 캐치프레이즈와 함께 새로운 의생활 문화를 제시해온 다시입다연구소를 만나 보자.

글 매거진 숲 편집실 사진 다시입다연구소



1 다시입다연구소

#옷의 역습



2

옷, 사 입는 대신 바뀔 입으면 어떨까?

다시입다연구소 정주연 대표는 유럽의 정책들을 번역하고 책을 만들면서 환경문제의 심각성에 눈을 떴다. 유럽에서는 환경에 악영향을 주는 정책을 절대로 채택하지 않는 현실을 보게 된 것이다. 이어 그는 환경 활동가들을 직접 인터뷰하며 환경에 대한 절실함과 필요성을 느꼈고, 인간의 소비가 환경을 파괴하고 있다는 문제의식을 느꼈다. 유럽에서 붐을 일으키고 있던 ‘숍스캠(Köpskam, 소비의 부끄러움)’ 운동도 영향을 미쳤다.숍스캠은 청년들을 중심으로 ‘새 제품이 만들어지기까지 많은 자원이 소요되고 환경이 오염되니 중고 제품을 쓰거나 고쳐서 계속 쓰자’는 움직임이었다.숍스캠 운동을 국내에서 이어갈 수 있는 방법을 고민하던 정주연 대표는 의생활 문화에서 답을 찾았다. 소비 욕망을 대표하는 상품인 옷에 집중해서 환경문제를 이야기하면 효과적일 것 같았다. 마침 곁에는 ‘환경’을 공동의 주제로 품어온 동료들도 있었다.

그렇게 2020년 4월, 비영리 스타트업 다시입다연구소의 발걸음이 시작됐다. 정주연 대표를 비롯한 세 명의 구성원은 ‘지속 가능한 의생활 문화’라는 명확한 화두에 맞춰 해시태그 운동, 사연 공모, 21%파티(의류 교환 이벤트) 등 다양한 캠페인을 펼쳤다. 그중 2020년 10월 최초로 개최한 21%파티는 정주연 대표에게 확신을 심어주었다.

“참가자들은 자신이 내놓은 만큼 다른 옷을 가져갈 수 있는 시스템을 신선해 하셨어요. 의류 쇼핑이 환경을 망치고 있다는 사실에 놀라는 분들도 많았고요. 파티를 다시 열어달라는 후기도 많이 받았죠. 그런 반응을 보며 저 역시 ‘이게 바로 우리가 지속해서 해야 할 일’이라고 생각했습니다.”



3



4

#21% 파티

#21% 랩

옷-사람-환경을 잇는 대안적 의류소비, 21%파티

21%파티의 어떤 점이 사람들의 호기심을 자극했을까? 먼저 데이터에 근거해 지은 '21%파티'라는 이름이다. 자체 설문 조사 결과, 옷장 안에서 잠자고 있는 옷의 비율이 21%(5벌 중 1벌)로 나타난 데서 착안했다. 의류의 약 63%가 플라스틱의 일종인 폴리에스터 등으로 만들어지고 있다는 점을 감안하면 옷 1벌을 방치하고 다른 옷을 살 때마다 환경에 악영향을 주는 셈이다. 반면 자신이 내놓은 옷의 수만큼 교환권을 얻어 다른 사람들의 옷으로 바꾸는 21%파티에 참여하면 그만큼 환경에 기여할 수 있다. 가격표 대신 옷에 얹힌 사연이나 내놓는 이유를 써 붙이는 종이표도 흥미롭다. 이 과정에서 옷을 내놓는 사람은 추억과 함께 자신의 소비 방식을 되짚어 보고, 옷을 고른 사람은 다른 이의 이야기를 공유할 수 있다. 21%파티가 단순한 물물교환이 아닌 옷의 의미를 나누는 행사라고 불리는 이유다. 21%파티 현장 한편에는 재봉틀도 마련되어 교환한 옷의 길이를 줄이는 등으로 활용되고 있다. 여기에 정주연 대표는 “재봉틀을 낫설어하는 분들이 많지만, 막상 해보면 그렇게 어렵지 않거든요. 물건을 쓰다가 맞지 않거나 흠집이 날 때 어렵지 않게 고쳐 쓸 수 있다는 메시지를 담고 싶었어요”라고 의미를 덧붙인다.

좋은 취지와 뛰어난 기획력에 힘입어 관심을 갖는 이들이 점점 많아지면서, 다시입다연구소는 기업, 방송사, 사회복지재단 등 다양한 기관들과 공동으로 21%파티를 개최해 왔다. 누구나, 언제, 어디에서나 21%파티를 열 수 있도록 매뉴얼과 의류 교환권, 종이표 등이 포함된 '21%파티 킷'도 만들었다. 21%파티를 전국적으로 확산시켜 버려지는 옷들의 수를 줄이기 위해서다. 그 결과 71회 파티에 총 2,771명이 참가했고 누적 참가 아이템 10,092개 중 6,964개가 교환되었으며 나머지 2,845개는 자선단체에 기부됐다(2022년 12월 기준). 이를 통해 2,038명이 1년 동안 마실 물(2,038,514리터)의 양과 서울과 부산을 1,185회 비행할 경우 발생할 탄소(53,923,740kg)를 절약했다. 사회적 가치 실현과 의생활에 대한 인식 개선 등을 동시에 달성한 것이다. 정주연 대표는 “21%파티가 생긴 후로 새 옷을 산 적이 없다는 말을 들을 때마다 벅찬 감동을 느낀다.”라고 말한다.

3

내놓은 옷의 수만큼
교환권을 얻어 다른 사람들의
옷으로 바뀌는 21%파티.

4

가격표 대신 옷에 얹힌
사연이나 내놓는 이유를
써 붙이기도 했다.

5

다시입다연구소의 궁극적인
비전은 '소비를 멈추는
세상'이다.

6, 7

모두가 적극적인 활동가가
될 수는 없겠지만 누구나
조금씩 가까워질 수는 있다.

소비를 멈추는 세상을 향해 한 걸음 더

21%파티 외에도 다시입다연구소는 '패션기업 재고 폐기 금지' 법 제정, 월 1회 지속가능한 의생활 매거진 발간 등의 활동을 꾸준히 이어왔다. 2024년에는 입지 않는 옷의 모든 가능성을 실험하고 연구하는 공간인 '21%랩(Lab)'을 개소해 지속 가능한 의생활의 미래를 연구하고 실험하겠다는 구체적인 계획도 세웠다. 이 모든 것을 포함하는 다시입다연구소의 궁극적인 비전은 무엇이고 묻자, 정주연 대표는 '소비를 멈추는 세상'이라고 답한다.

“소비를 완전히 멈추기는 힘들겠죠. 하지만 옷을 바꿔 입고 수선해 입고 오래 입는 문화가 대중화 되면 21%파티나 패션기업 재고 폐기 금지 법 제정 운동도 필요 없어지지 않을까요? 자연에서 얻은 재료로 만든 옷을 함부로 버려서 자연을 망치는 행위가 더 이상 자연스럽게 않은 세상이 되기를 바랍니다.”

'자연을 망치는'이라는 표현이 다소 과격한가 싶지만, 실제 상황은 그 이상으로 심각하다. 정주연 대표는 국가나 기업이 상황을 인지하고 있는지, 인지하고 있다면 어떤 노력을 하고 있는지 의문이라며 '시민들이 일상 속에서 친환경 실천을 하는 것도 중요하지만, 국가나 기업이 정책을 입안하고 운영하도록 요구해야 한다'라고 덧붙였다. 덕분에 서둘러 가을 옷을 장만하려던 마음을 접고 다시입다연구소 SNS를 팔로잉했다. 곧 열릴 21%파티 공지를 비롯해 다시입다연구소의 팬을 자처하는 '지속 가능한 의생활자' 인터뷰 등 설레는 소식들을 살피며 왠지 안심이 됐다. 당장 적극적인 활동가가 되지는 못하더라도 조금씩 가까워질 수는 있겠다는 확신이 들었기 때문이다. 🍃

#대안적 의류 소비

#지속가능한 지구



5



6



7

세계가 인정한 K-정원의 아름다움

영국 첼시 플라워쇼 금상 수상 소식과 함께
산림청 정원 진흥 정책을 소개합니다.

최근 정원에 대한 관심이 놀랄 만큼 높아지고 있죠?
10년 만에 열린 순천만국제정원박람회도 넘치는
방문객들로 인해 인산인해를 이루고 있고요. 등록된
민간 정원만도 109개소에 이른다고 합니다. 여기에
또 하나 쾌거가 있었으니 지난 5월, 세계적인 가든쇼,
영국 첼시 플라워쇼에서 황지해 작가가 지리산을
모티브로 한 한국정원 '백만 년 전으로부터 온 편지'를
선보여 금상을 수상한 일입니다. 이 소식과 함께
생활권 깊숙이 숲을 끌어들이는 우리의 정원은 어떻게
발전해왔는지, 그 특징은 무엇인지, 산림청에서
추진하고 있는 정원 진흥 정책은 어떤 것이 있는지에
대해 이야기해보겠습니다.

글 매거진 숲 편집실

정원 작가 황지해씨, 영국 첼시 플라워쇼에서 금상 수상

지난 5월, 영국에서는 가로 10m, 세로 20m 크기
의 땅에 지리산의 야생적인 모습이 재현되었습니다.
1913년부터 영국 왕립원예협회(RHS)가 주최해온
세계적인 가든쇼, 첼시 플라워쇼에서의 일입니다.
'백만 년 전으로부터 온 편지'라는 이름이 붙은 이 작
품에서는 지리산에만 있는 '지리바꽃', 멸종 위기종
인 '나도 승마', 산삼, 더덕 등 토종 식물 300여 종과
총 200톤에 이르는 바위들도 볼 수 있었습니다. 바
위 사이로는 지리산의 계곡처럼 작은 개울들이 흐르
고 있었고 중심부에는 지리산의 약초 건조장을 참고
해 만든 5m 높이의 목조탑이 서 있었습니다. 장소만
다를 뿐 작품은 모티브가 된 지리산 동남쪽 약초군락
을 그대로 옮겨놓은 것 같았죠. 수상 소식에 황지해
작가는 '한국인으로서 익숙한 것을 연출했는데 매우
다르게 여겨졌나 보다. 외국에서는 거친 자연을 접
하기 어렵다 보니 지리산의 원시적 매력이 부각된 것
같다'며 수상의 기쁨을 감추지 못했습니다.

작가의 말처럼 우리나라는 세계가 부러워하는 자연
환경을 가지고 있고요. 역사 속에서 굳건히 자리 잡
은 정원문화를 가지고 있습니다. 그렇다면 과연 우
리 정원의 어떤 부분이 그렇게 세계인들의 주목을
이끌어냈던 걸까요?

자연과 순응하여 자연과 조화를 이루는 정원 문화
누구나 인정하는 우리 정원의 특징은 한마디로 자연
과 조화를 이루는데 있습니다. 자연에 순응해서 자
연을 거스르지 않고 자연과 조화를 이루는 조경이
핵심입니다. 이런 특징은 인공적인 느낌으로 조성하
는 서양의 정원문화는 물론, 일본이나 중국과 비교
해도 도드라집니다. 얼핏 보면 정원을 조성하지 않
은 듯한 느낌을 주기도 합니다. 따로 정원을 조성했
다기보다 본래 있었던 자연 환경 안에 정자나 누각
을 세워둔 것처럼 느껴지기도 하죠.
창덕궁의 비원이나 경복궁의 경화루, 소쇄원, 다산
초당, 부용동 원림 등 우리나라 전통 정원에 방문해
본 경험이 있다면 쉽게 그 이유를 알아차릴 수 있을

1

지난 5월 영국
첼시플라워쇼에서 금상을
수상한 황지해 작가의 작품,
'백만 년 전으로부터 온 편지'.



탄소중립시대를 맞아
휴식과 치유, 소통공간이 되는
정원은 사회 구성원들의
‘삶의 질’을 평가할 수 있는
바로미터가 되고 있습니다.

2
산림청은 ‘언제 어디서든 접할 수
있는 정원’을 비전으로 제 2차
정원진흥 기본계획을 추진하고 있다.



것입니다. 풍수지리설의 영향을 받아 대부분 완만한 구릉지에 조성되어 있고, 물길이나 바위 등을 그대로 둔 채 그 모습과 어우러지게 건물을 배치한 모습을 생생하게 떠올릴 수 있을 테니 말입니다. 이처럼 우리 민족은 소박함과 담백함을 좋아하는 특성상 자연과 일체감을 주는 정원을 만들었던 것 같습니다. 자로 잰 듯한 미로가 있거나 화려한 화단을 만들어 둔 외국의 정원과는 완전히 다른 모습으로 말이죠. 그렇다고 우리의 정원문화가 세계와 완전히 동떨어져 있는 것은 아닙니다. 고조선부터 조선시대에 이르기까지 우리 정원문화는 중국 등의 사상 문화적인

영향을 수용해왔습니다. 신선 사상의 영향으로 연못이나 섬에 괴석을 배치하고 정원 담장, 굴뚝에는 십장생 등을 표현했습니다. 조선시대에는 풍수지리설의 영향으로 후원과 회계식 정원이 조성되었고, 유교 사상의 영향을 받아 각종 정자가 발달하였습니다. 시대별로 발달해온 우리 정원이 궁금하시다면 백제 궁남지, 신라 안압지, 고려시대 청평사, 조선시대 비원, 경회루, 소재원, 다산초당, 부응동 원림 등을 방문해 보시면 좋을 것 같습니다. 현재의 정원이 궁금하시다면요? 제1호 순천만국가정원과 제 2호 태화강국가정원을 방문해보시면 되겠네요.

산림청 정원 진흥 프로그램을 소개합니다
2013년, 박람회 개최를 위해 조성되었던 제1호 순천만국가정원은 성공적인 모습으로 안착했고요. 이 성공에 힘입어 2019년에는 제2호 태화강국가정원이 지정되었습니다. 그뿐인가요? 전국 곳곳에는 수많은 민간정원들이 공개되어 자연 속 푸른 휴식을 원하는 사람들을 불러 모으기 시작했습니다. 이렇게 조성된 정원들은 우리 사회에 급격히 진행되어온 고령화 사회, 도시화 등의 문제를 해결할 수 있는 치유의 공간으로 자리를 잡기 시작했습니다. 정원 생활에 대한 관심이 급격히 높아진 것에는 코로나 19 사태의 영향도 컸습니다. 유래 없는 바이러스 사태를 겪으며 건강과 환경문제가 전국민적인 관심사가 된 것이죠. 국민들의 이런 욕구를 해결하기 위해 산림청은 기민하게 움직였습니다. 2016-2020년 제 1차 정원 진흥 기본계획을 수립하여 정원관련 법 제정 등 정원 정책 추진을 위한 제도적 기반을 마련했고, 국가정원을 추가로 지정하는 등 정원 인프라를 육성했으며, 정원 활성화를 위한 인력양성, 문화행사, 정원치유 등을 적극 추진하여 외형적인 성장을 이루었습니다. 이후 산림청은 2021년 부터 2025년까지 이어지는 제2차 정원 진흥 기본계획을 발표하고 추진하고 있습니다. 비전은 ‘언제 어디서든 접할 수 있는 정원’입니다. 2025년까지 정원 인프라를 2.4천개소로 확대하고, 정원문화산업에 참여하는 인원만 연 400만에 도달하게 만드는 것이 목표입니다. 명실상부 우리 삶 속에 정원이 밀착되어 존재할 수 있게 만들고 싶은 거죠. 이를 위해서는 공공정원 확충과 함께 민간정원을 발굴해야 할 것이고요. 조성된 정원을 유지, 관리할 수 있는 기술도 보급해야 할 것입니다. 또한 미래 수요에 대비하여 맞춤형 정원 인재를 육성해야 할 거고요. 정원관련 공모전 등을 통한 정원 홍보로 사람들이 누구나 생활 속에서 정원문화를 누릴 수 있도록 유도해야 할 것입니다. 탄소중립시대를 맞아 휴식과 치유, 소통공간이 되는 정원은 그 사회 구성원들의 ‘삶의 질’을 평가할 수 있는 바로미터가 됩니다. 물론 양적인 성장도 중요하겠지만요. 더 아름다운 정원으로 가꾸어 국민들에게 보다 매력적인 콘텐츠로 자리 잡도록 해야 할 것입니다. 황지해 작가의 수상에서 엿볼 수 있듯 역사를 통해 이어온 우리의 정원문화는 명맥을 이어가기만 해도 이미 글로벌한 콘텐츠이니까 말입니다. 가까운 미래, 한류를 이어갈 K-정원의 활약을 기대해봅니다. 🌿

영화를 통해 숲을 만나다

리틀포레스트부터
모리의 정원까지

글 매거진 숲 편집실

리틀포레스트 한국판

다큐 형식으로 만들어진 일본판 리틀포레스트를 리메이크한 작품. 한국판은 따스한 스토리라인이 돋보이고 캐릭터의 특성도 더 확실하게 드러난다는 평을 받고 있다. 영화는 서울에서 임용고시를 준비하던 해원이 어느날 문득 집을 챙겨 고향으로 돌아온 후 언 땅에 묻힌 배춧국을 끓여먹으며 시작된다. 그렇게 시작된 그녀의 자급자족 라이프는 농촌의 봄, 여름, 가을 풍경과 어우러지며 성장해간다. 직접 작물을 가꾸고 자연에서 얻은 식재료들로 요리를 해먹으며 지친 몸과 마음을 회복해가는 스토리. 영화를 보며 사람들은 아름다운 풍경과 함께 신선한 식재료의 요리를 즐기며 영화 속 주인공들과 더불어 힐링하는 느낌을 받게 된다.

전 세계 어디나 통하는 룰이 하나 있다면 도시의 삶에 지친 사람들이 자연스럽게 고향으로 찾아든다는 것이다. 그곳에서 사람들은 숲을 보고 가꾸고 맛보며 삶을 회복한다. 삶이 한층 탁탁해져만 가서인지 최근에는 더욱 이런 이야기를 담은 영화들이 자주 등장하고 있다. 지금 당장 숲으로 달려갈 수 없는 이들이 있다면 영화를 보며 대리만족이라도 해보시기 바란다. 리모컨만 누르면 당장이라도 내가 있는 그 공간에 회복의 숲을 초대할 수도 있을 테니 말이다.



모리의 정원

이 영화는 일본 미술계의 거장 모리(아마자키 쓰토무)를 주인공으로 한 영화다. 모티브는 말년의 30년 동안 바깥 출입을 하지 않고 집과 정원에서 머물렀던 일본의 화가 구마가이 모리카즈에게서 얻었다. 화가는 그의 아내인 히데코와 함께 식사만 끝나면 정원으로 여행을 한다. 그곳에서 그는 풀과 꽃을 관찰하고 그곳에 사는 각종 곤충들, 돌멩이들과 이야기를 나눈다. 뚜렷한 기승전결도 없이 평화롭게 흘러가는 영화 속에서 잔잔하게, 그러나 단단하게 일상을 붙잡고 사는 두 노부부의 사랑이 눈물겹도록 아름답게 펼쳐진다. 그들에게 정원은 광활한 우주다. 그들은 영화 상영 99분 내내 지치지도 않고 그 우주를 탐험해간다. 고요한 섬과 위로가 필요할 때 꼭 한 번 보시기 바란다.



마담 프루스트의 비밀정원

섬세한 색채와 한편의 동화 같은 이미지가 눈길을 끄는 영화 마담 프루스트의 비밀정원은 애니메이션 〈일루셔니스트〉로 알려진 실뱅 쇼매 감독의 영화다. 어릴 적 부모를 잃은 폴은 말을 잃은 채 두 이모와 함께 살고 있다. 이모들은 폴을 세계적인 피아니스트로 만들고자 하지만 쉽지 않다. 그러던 중 우연히 이웃, 마담 프루스트의 집을 방문한 폴은 그녀가 준 차와 마들렌을 먹고 잃어버렸던 아름다운 기억을 찾아가는 길을 알게 된다. 잃어버린 기억을 찾게 된 폴은 행복한 기억을 떠올리게 되고 이를 기반으로 한 뽀 더 성장하게 된다. 잃어버린 기억을 찾아가는 동화 같은 영화를 초록초록 동화 같은 숲 이미지와 함께 만나보시기 바란다.

숲속 우체통

독자 여러분의 이야기를 기다립니다.

산림청 <Magazine 숲>은 독자 여러분과 활발한 소통을 이어갑니다. <Magazine 숲>을 읽고 난 후
인상 깊었던 기사에 독자 엽서, 이메일(magazinesup@korea.kr)로 의견을 보내주세요.
매 호 여섯 분의 독자 의견을 선정하여, 소정의 상품을 드립니다.

강호우 인천시 남동구



박영인 충남 당진시



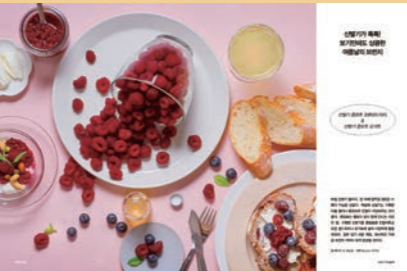
김기학 경기도 평택시



유주현 경남 창원시



이은후 전남 여주시



김경태 경북 김천



‘숲속에서 숲을 읽다’ 기사를 통해 한여름에 읽
기 좋은 숲이 등장하는 소설책 네 권을 추천해
주셔서 감사합니다. 숲의 매력적인 이미지와
이야기를 보다 재미있게 만날 수 있을 것이라
기대됩니다. 주말에 서점으로 발걸음을 옮겨봐
야겠습니다. 노력한 흔적이 많은 <매거진 숲>
입니다. 앞으로도 숲 정보와 함께 웃음을 잃지
않고 감동을 줄 수 있는 내용이 많았으면 좋겠
습니다.

국산 목재 사랑과 이용을 위한 ‘2023 I LOVE
WOOD’ 챌린지가 너무 좋았습니다. 국산 목
재의 폭넓은 이용과 환경의 중요성을 일깨워주
는 기사였습니다. 앞으로도 산림의 폭넓은 활
용에 대한 기사와 국산 목재의 우수성, 맨발 걷
기, 황토 걷기 등을 홍보하는 기사로 임도의 저
변 확대에 관심을 많이 가져 주셨으면 합니다.
또한 산야초와 건강의 연관성 등 실질적으로 임
업인들에게 도움이 되는 기사가 많이 보였으면
합니다.

숲은 인간의 탄생 이전에 있었던 곳이지만 이
곳이 인간으로부터 파괴되고 있다는 사실에 늘
반성하게 되는 요즘입니다. 이번 호 매거진 숲
에서는 <숲의 초대> 기사가 눈에 띄었는데요.
목재 이용의 역사를 통해서 친자연적인 목재가
지금까지 인류의 역사에 얼마나 많은 도움을
주었는지 알게 되었습니다. 목재의 고마움과
귀중함을 새삼 깨닫게 하는 재미있는 읽을거리
였습니다.

생동감 넘치는 매거진 숲을 보고 무더운 여름
을 시원하게 보낼 수 있었던 것 같습니다. <나
를 부르는 숲>의 경남 함양 산림 관련 기사를
읽으며 제가 태어나고 자란 경남에 이토록 아
름다운 숲이 있었다는 것을 알게 되었네요. 점
점 심화되는 지구온난화 때문에 숲의 존재가
더욱 중요해지는 요즘인데요. 이토록 아름다운
우리나라 곳곳의 숲을 제대로 지켜내야 한다는
생각을 갖게 되었습니다.

산딸기가 톡톡! 보기만 해도 상큼한 여름날의 브
런치, <브런치@숲> 기사를 보고 따라 해보려고
합니다. 요즘 들어 건강에 대한 관심이 늘어나고
있습니다. 폭염으로 체력이 떨어지기도 했고 외
식비용도 만만치 않아 요리도구며 책자, 재료를
준비하고 있습니다. 산딸기 콩포트 오픈샌드위
치와 요거트는 보기만 해도 건강이 느껴지는 것
같아 눈여겨보는 중입니다. 레시피도 잘 나와 있
어서 좋았습니다.

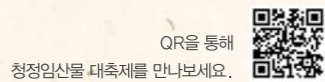
파란색 표지에 나이트가 그려진 매거진 숲의 표
지가 매우 인상 깊었습니다. 직감적으로 나무
활용에 대한 기사가 많겠구나 짐작할 수 있었습
니다. 이번 호에는 <숲 크리에이터> 목수 함해주
의 아티퍼니처가 매우 인상 깊었는데요. 목공예
를 예술의 경지로 승화시킨 그녀의 작품과 그것
을 위해 혼신의 힘을 다하는 사진이 저를 반추하
게 만들더군요. 모두 다시 한번 인생에 열정을
쏟을 것을 찾아서 힘차게 시작하시죠!

지난 두 달간 산림청에 있었던
이야기를 독자 여러분께
전해드립니다.

캐나다 산불진화 파견 성과보고회 열어



산림청 산물진화대 70명은 재난성산불에 대한 국제협력을 강화하기 위해 7월 2일부터 한 달 간 캐나다 퀘벡주 내 르벨 슈트 께비용(Lebel-sur-Quevillon)에 파견되어 산물진화 작전을 성공적으로 수행했다. 9월 5일 열린 성과보고회에서는 캐나다 산물의 특성과 함께 현지에서 활용했던 진화 기술 활용사례를 발표했고 발전 방안을 논의했다. 앞으로도 재난성산불 진화에 대한 국제공조는 계속 증가할 것으로 예상된다.



9월, 이달의 임업인은
경기 안성 최춘희씨



경기 안성에서 대추를 생산하는 가원농원, 최춘희씨가 9월의 임업인으로 선정되었다. 고품질 대추를 연간 약 4톤 이상 생산하고 있는 그는 귀촌 직후 운영했던 배 과수원에서 실패를 맛본 적이 있다. 그러나 이후 작물을 ‘천황’ 대추로 바꾸고 대추 재배에 필요한 하우스와 비가림시설 설치, 유용 미생물 살포 등의 노력을 통해 매출 증가를 이루어냈다. 실패를 딛고 꾸준히 성장 중인 임업인, 최춘희씨에게 아낌없는 박수를 보낸다.

September + October
2023

각각의 스위치를 켜고
숨명의 시간 속으로
들어오세요.

구미문의이

중에서

시몬, 나무 앞세 뿔어진 숲으로 가자.
낙엽은 이끼와 돌과 오솔길을 덮고 있다.
시몬, 나는 좋으냐? 낙엽 뽀는 소리가.

낙엽 뿔칼은 정답고 모양은 쓸쓸하다.
낙엽은 버림받고 땅위에 흩어져 있다.
시몬, 너는 좋은가? 낙엽 밟는 발자국 소리가.

	S	M	T	W	T	F	S	
3	4	5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29
30	31							

우편엽서

보내는 사람

0/20

주소

받는 사람

대전광역시 서구 청사로 189, 1동
산림청 대변인실 <매거진 숲> 편집부 앞

3 5 2 0 8

숲이 전해온 소식

Glue this area and fold to cut out and use the postcard.



2023 9+10월호 독자의견

이름

1.이번 호를 읽고 난 소감을 적어주세요.

전화

2.이번 호에서 가장 좋았던 내용은 무엇인가요?

이메일

3.이번 호에서 가장 아쉬웠던 내용과 이유는?

• 매월 말일까지 엽서 또는 이메일 (Magazinesup@korea.kr)로 의견을 보내주세요. 매거진 숲은 독자 여러분의 의견을 소중히 여기겠습니다.

4.앞으로 다뤘으면 하는 내용이 있다면 무엇인가요?

산이 주는 최고의 선물

청정 숲푸드 79가지



약초류

삼지구엽초, 삼주, 참쑥, 시호, 작약, 천마, 산양삼, 결명자, 구절초, 약모밀, 당귀, 천궁, 하수오, 감초, 독활, 잔대, 백운풀, 마



산나물류

더덕, 고사리, 도라지, 취나물, 참나물, 두릅, 원추리, 산마늘, 고려엉겅퀴, 고비, 어수리, 눈개승마



약용류

오미자, 오갈피나무, 산수유나무, 구기자나무, 두충나무, 헛개나무, 음나무, 참죽나무, 산초나무, 초피나무, 율나무, 골담초, 산겨릅나무, 산사나무, 느릅나무, 황칠나무, 꾸지뽕나무, 마가목, 화살나무, 목단



버섯류

표고, 송이, 목이, 석이, 능이, 싸리, 꽃송이버섯, 복령



수실류

밤, 뽕은감, 잣, 호두, 대추, 은행, 도토리, 개암, 머루, 다래, 복분자딸기, 산딸기, 석류, 돌배



수목부산물류

수액(樹液), 나뭇잎(망개잎), 나뭇가지, 나무껍질(굴피껍데기), 나무뿌리, 나무순 등 나무(대나무류 포함)에서 나오는 모든 부산물



관상산림식물류

야생화, 자생란, 조경수, 분재, 잔디, 이끼류

임산물 소득원 지원 대상 품목을 소개합니다.

숲푸드(임산물)란?

산나물, 버섯, 수액, 견과류, 과실 등 산림에서 생산 또는 채취되는 모든 임산물입니다.

임산물 소득원 지원사업은?

청정산림자원을 활용하여 소득을 창출하고, 임산물 산업 육성을 위해 임업인에게지원하는 사업입니다.

안전하고 영양 많은
우리 청정 임산물 많이 드세요!