

흙살림
HEUKSALIM



충북 유기농 기술, 베트남에 퍼진다

흙살림, 충북우수상품전서 베트남 유기농협회와 MOU...이시종 도지사 등 참석

흙살림은 9월 5일부터 6일까지 이틀간 베트남 하노이에서 개최된 충북우수상품전(2018 KOREA CHUNGBUK Best Product Show & Business Meeting in Hanoi)에 참여하였다. 사전에 조율된 현지 10여개사의 바이어와 흙살림 제품 수출 및 적용에 대한 상담을 진행하였다. 몇몇 유기농자재 취급사나 사료 제조업체에서 제품에 대한 높은 관심을 보였으며, 샘플 테스트를 통한 효과 검증 후 수입 유통하기로 합의하였다.

이번 행사는 이시종 충북도지사도 참석한 행사로 이 자리에서 흙살림은 베트남 유기농 농업협회(VOAA: Vietnam Organic Agriculture Association)와 유기농 발전을 위한 협력의향서(MOU)를 체결하였다. 베트남 유기농 농업협회는 2011년 설립된 기관으로 전국적으로 700여개 업체와 농민이 회원으로 가입되어 있다. 향후 흙살림은 베트남 유기농 농업협회 회원들을 대상으로 유기농법 교육 및 자재 시험 적용, 인증에 대해 사업을 진행할 예정이다.

일반적인 박람회와 달리 사전 매칭된 바이어와 상담하는 형태의 이번 행사는 구매의향이 높은 진성 바이어를 많이 만날 수 있는 좋은 기회를 제공해 주었다.



이시종 충북도지사(사진 맨 왼쪽)와 박문희 충북도의원(사진 맨 오른쪽)이 참여한 베트남 하노이 충북우수상품전에서 흙살림은 베트남 유기농 농업협회와 유기농 발전을 위한 협력의향서를 체결하였다.



흙살림, 베트남 갱푸드와 MOU 체결 흙살림은 메콩델타 컨터시에 소재한 GAPFOOD사와 흙살림 농자재 수입 유통에 대한 MOU와 LOI(구매의향서)를 체결하였다.<관련기사 2면>

마켓투유 앱으로 간편하게 장보자

흙살림의 친환경농축수산물 쇼핑몰 '마켓투유'가 앱으로 나왔다. 안드로이드를 기반으로 하는 모바일 애플리케이션으로 소비자들보다 간편하고 쉽게 흙살림 친환경 온라인 장터를 찾을 수 있게 됐다. 구글 플레이에서 마켓투유를 검색해서 다운 받으면 된다.



마켓투유는 흙살림에서 운영하는 친환경 쇼핑몰입니다.

흙살림 친환경 농축수산물 전문 쇼핑몰

건강한 먹을거리,
마켓투유에서 편안하게 받아보세요.

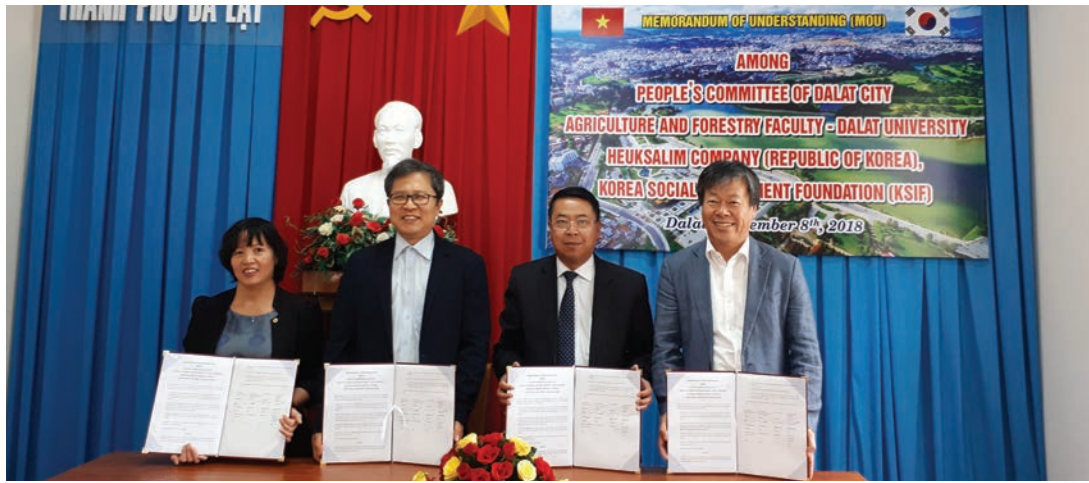
정성스레 키운 농산물에 건강을 담아 보내드립니다

상품문의 및 주문전화 : 1544-1092

쇼핑몰주문 :

자연이 베푼 건강한 식탁 **마켓투유**

·친환경 채소 ·친환경 과일 ·친환경 쌀/잡곡/견과류 ·친환경 정육/달걀 ·친환경 수산 ·친환경 반찬 ·친환경 가공품류 ·대용량 알뜰쇼핑



흙살림은 베트남 주 사업 지역인 람동성 정부 관계자들과 유기농 발전을 위한 협력을 약속하였으며, 달랏시 정부 및 달랏대학교도 적극적인 협력을 하기로 합의하여 MOU를 체결하였다. 사진은 달랏대학교의 MOU 체결 모습.

‘흙살림 시스템’ 베트남에 수출한다

현지 법인 만들어 자재·유통·인증 등 전파

흙살림이 베트남 현지 법인을 통해 농자재와 유통 뿐만 아니라 흙살림의 철학이 담긴 ‘흙살림 시스템’ 전반을 수출할 계획이다.

흙살림은 베트남 현지 법인(영문 법인명-Heuksalim Bio Vina Co., Ltd.(약칭:HSL-Bio), 베트남 법인명-Cong ty TNHH Heuksalim Bio Vina)의 사업을 위하여 9월

초 약 2주간 현지 시장 조사 및 협력 파트너 미팅을 진행하였다. 우선 주 사업 지역인 람동성 정부 관계자들과 유기농 발전을 위한 협력을 약속하였으며, 달랏시 정부 및 달랏대학교도 적극적인 협력을 하기로 합의하여 MOU를 체결하였다. 단순 농자재 제조 및 유통, 농산물 유통 사업만 하는 것이 아닌 토양 분석을 통

한 컨설팅, 농민 교육, 인증과 같은 공익적 가치 사업도 지원할 예정이라 현지에서는 자사 사업 모델에 상당히 적극적 유치를 희망하였다. 흙살림의 사업 모델이 베트남에 적용되면 한국에서와 같이 베트남의 땅을 살리고 건강한 농산물을 생산하여 식품 안전을 높이는 데 기여할 것으로 기대하고 있으며, 최종적으로 지속가능한 농업이 정착되는데 도움을 줄 것으로 보여진다.

이 외에도 호치민에 소재한 베트남 과학기술부 산하 최대 규모 분석 인증 기관인 QUATEST3와도 농자재 및 농산물 분석, 인증에 대한 협력을 하기로 합의 하였다. 그리고 메콩델타 컨터시에 소재한 GAPFOOD사와도 흙살림 농자재 수입 유통에 대한 MOU와 LOI(구매의향서)를 체결, 조만간 현지에서 효과를 인정받은 유기농 자재를 대량으로 수출할 계획이다.

발행소 충북 괴산군 불정면 한불로 1136(영천리 528) | **발행처** (사)흙살림연구소 | **발행인·편집인** 석종욱 | **편집위원** 장정우 | **편집위원** 박석준 오철수 | **등록번호** 충북라010-25(1998년 9월 3일) | **본부** (367-911)충북 괴산군 불정면 한불로 1136(영천리 528)·전화 043)833-8179·전송 043)833-2959 | **오창사무소** (363-885)충북 청주시 청원구 오창읍 각리1길 85(각리 642-6) 오창벤처단지 안·전화 043)216-8179·전송 043)216-2959 | **청주센터** (363-923)충북 청주시 청원구 북이면 대울다락말길 93-13·전화 043)212-0935·전송 043)216-0936 | **토종연구소** (367-912)충북 괴산군 불정면 쇠실로 286-138(삼방리 186-1)·전화 043)833-5004 | **흙살림연수원** (367-911)충북 괴산군 불정면 한불로 영천6길 11-1·전화 043)833-5004

친환경급식 식재료 안전 흙살림 보니 알겠어요

산지모니터링단 잇달아 방문·체험

친환경급식을 통한 안전하고 건강한 식단을 도모하는 급식 모니터링단이 연일 흙살림 농장을 방문했다. 지난 9월 13일에는 서울 친환경급식 식재료 산지모니터링 및 색생활교육을 받고자 학부모와 아이들 약 80명이 찾았다. 이들은 친환경농업과 인증에 대한 교육을 받고, 아이들은 방울토마토를 어른들은 고추를 직접 수확하는 체험 시간을 가졌다.

다음날인 14일에는 서울 동대문구 학부모 급식모니터링단 40여 명이 산지체험을 위해 문을 두드렸다. 이들 또한 친환경농업 전반에 관한 이해와 함께 친환경급식 식재료의 유통 과정에 대해 알아보는 시간을 가졌다. 이와 함께 직접 고추를 따보는 체험도 진행됐다.



9월 13일 서울 친환경급식 식재료 산지모니터링단이 흙살림 농장을 찾았다.



9월 14일 서울 동대문구 학부모 급식 모니터링단이 산지체험을 위해 흙살림 농장을 방문했다.

마늘,양파에 으뜸! 양질의 유기물과 미생물이 가득한 흙살림 균배양체로 가을 작기 준비하세요!

친환경 고품질혼합유박

양분과과가 적은 저온 성형, 냄새가 다릅니다. 토양살포 후, 발효가 빠르고 분해가 잘됩니다.



흙살림 혼합유박
친환경 혼합유박·펠릿(20kg)
4.3-1.7-1
+유기물 70% 이상
공시-3-3-189

토양관리용 미생물발효유기질

풍부한 발효미생물과 천연양분을 함유하고, 염류집적없이 비효가 빠릅니다. 흙을 살리는 친환경 종합토양관리제.



흙살림 균배양체
고품질토양미생물제(20kg)
+유기물 40% 이상
공시-3-3-152

고품질 발효아미노산그래놀

Non-GMO 대두박이 함유되어 질소 및 양질의 아미노산이 풍부하고 기능성 특허미생물이 처리되어 토양항균력증진에 도움을 줍니다.



흙살림 아미노볼
아미노산 그래울(15kg)
특허미생물처리(항균)
7.5-2.5-1
공시-3-3-191

토양관리용 발효유기질펠릿

기능성 특허미생물이 처리된 발효유기질 펠릿. 피마자박이 배제되어 리신 독성에서 안전합니다.



흙살림 발효펠릿
균배양체 펠릿형(15kg)
주장박, 대주박, 부식산 사용
특허미생물처리(항균)
공시-3-3-192



이달의 테마 - 배

추석 명절은 잘 보내셨는지요? 이것저것 먹을 것도 풍성했을 텐데요, 혹시 배 좀 드셨는지 모르겠네요. 국내 배 재배면적은 2000년 이후 연평균 5% 감소 추세에 있다고 합니다. 아무래도 소비가 줄어들면서 농가의 수익성이 떨어진 탓이 클 것입니다. 한국농촌경제연구원에 따르면 1인당 배 연간 소비량은 2008년 9.2kg 까지 늘었다가 최근 4kg 선에서 주춤하고 있다고 합니다. 더군다나 배 소비는 연중 꾸준하다기 보다는 명절

쏠림 현상이 큼니다. 농림축산식품부의 발표에 의하면 2010~2014년 5년간 설 전 열흘 동안 소비와 평상시를 비교한 결과 제수용·선물용 수요가 많은 배는 수요 증가율이 827%에 달했다고 합니다. 사과 208%와 비교해봐도 그 편차가 엄청 크다는 걸 알 수 있죠. 우리 식탁에서 점점 멀어져가고 있는 배! 배를 좀 더 알게 된다면 조금이나마 더 사랑할 수 있지 않을까요. 이번 달은 배에 대해서 알아봅니다. 참고자료 이투데이, 농식품백과사전, 인테러뱅, 나주 시청 홈페이지, 농사로 홈페이지 등

우린 왜 '신고'배만 먹을까

배 재배면적 87%가 '신고' 품종에 편중

■ 배가 미움을 받는 이유
우리나라에서 재배하고 있는 배의 품종은 대부분 '신고'입니다. 전체 배의 약 87% 정도이며, 다음으로 원황이 6% 수준입니다. 나머지는 신고의 수분을 위한 수분수 용도로 식재되어 면적비중이 높지 않습니다.

신고는 동그란 모양에 매끄러워 보기도 좋고 당도는 11°Bx(브릭스)내외, 산도는 0.09%내외로 감미가 상당히 좋은 편입니다. 또 과육이 다소 단단하고 저장력이 강해 다루기가 쉽고 수송이 편한 장점도 갖고 있습니다. 다만, 중생종으로 수확시기가 대목이라 할 수 있는 추석보다 조

금 늦은 편입니다. 배꽃이 활짝 핀 후 180일 뒤, 그러니까 보통 9월 말에서 10월 초순이 적기입니다.

그러다보니 추석에 맞추어 배를 내보내기 위해 생장호르몬제인 지베렐린을 사용하는 경우가 많았습니다. 보통 정상 수확시기보다 10~20일 정도 앞당길 수 있어 크기를 키울 수 있는 것이죠. 지베렐린 덕분에 커진 배는 시장에서 초기에 환영을 받았습다. 추석 선물로 제격이었던 것이죠. 하지만 지베렐린을 친 배는 당도가 2°Bx(브릭스) 정도 떨어지고 저장성도 떨어집니다. 먹음직스럽게 큰 배를 원했던 소비자는 한

입 베어물면 멍멍한 물 맛에 몇 일 지나지 않아 쉽게 잊물러지는 것을 보고 실망을 하게 됐죠. 배의 소비가 줄어드는 이유 중의 하나로 꼽히는 부분입니다.

이에 배 특산 고장인 나주시에서는 지난 2008년부터 생장촉진제를 사용하는 농가를 배 관련 보조사업 대상에서 제외하거나 수출배 계약 대상에서 배제했습니다. 정부 또한 배 지베렐린 처리를 단계적으로 억제해 오는 2022년까지 사용을 근절할 방침입니다. 여기에 더해 친환경 배 재배를 권장한다면 보다 근원적인 대책이 되지 않을까 생각해봅니다.

참고로 지베렐린을 바른 배는 꼭지가 부드럽고 보송보송하지 않고 찢득찢득합니다.

팁!

양치 효과 있는 배의 석세포

배를 먹을 때 씹히는 부드러운 알갱이인 석세포는 이 사이에 끼인 프라그 제거 효과가 있다

고 보고되었다. 경기도 부천 한솔치과 원장의 실험에서 배 반개를 먹으면 프라그가 20%,

3분의 1쪽을 먹으면 10%가 감소하는 효과를 증명했다. 배의 식이섬유는 석세포로 구성되어, 과육의 1~2%를 차지한다.

잿빛곰팡이병 잡아라! 방제와 생육촉진을 한 번에!

토리

유해식물병원균을 억제하는 토착미생물(특허번호 0417632)로 잿빛곰팡이병, 탄저병, 균핵병, 잎곰팡이병, 모잘록병, 녹병 등 주요 토양 및 공기전염병원균을 억제합니다.



*등록공시: 공시-2-4-58
*등록번호: 43-살균-1

*품 목 명: 트리코델마 하지아눔 YC459 분상제

구입 및 문의사항 | 휴살림 농자재 사업본부 043-216-8179

건강한 토양을 위해! 튼튼한 작물을 위해!

입살림!

휴살림 미생물 배양기술과 농촌진흥청 특허 미생물(특허번호 100407074)로
휴과 환경에 유익한 제품입니다.

*바실러스서브틸리스 JKK238 액상제



충청북도 청원군 북이면 대울다락말길 93-13 휴살림 | shop.heuksalim.com



조롱박 모양 서양배는 향이 강하다

동양배는 북방형인 중국배, 남방형인 한국배로 나뉜다.

■ 배의 3가지 유형

배 속(屬) 식물이 기원한 지역은 중국 서부와 남서부 산지(山地)로 여겨지며 동쪽으로 전파된 동양배(아시아배, Asian pears)와 서쪽으로 전파된 서양배(정확히는 유럽배, European pear)로 크게 나눌 수 있다. 서쪽으로 간 배는 이탈리아 북부, 스위스, 구(舊)유고연방, 독일, 그리스, 몰도바까지 전파됐는데, 호리병 모양(pyriiform)을 가지고 있는 것이 특징이다. 대체로 매끈한 껍질과 부드러운 과육을 가지고 있다. 녹색일 때 수확해 상온에서 후숙시켜 먹는데, 후숙되면 말랑하고 부드러워지며 단맛과 특유의 짙은 향이

생긴다.

동쪽으로 간 배는 우리나라를 거쳐 일본까지 전해졌는데 중국배(북방형)와 한국배(또는 일본배, 남방형-우리나라와 일본배를 합쳐서 보통 학술적으로는 일본배라 칭하는데 이는 최초 우리나라의 식물체계를 분류했던 사람이 일본인이기 때문이다)로 나누어진다. 서양배에 비해 동그랗고 대체로 까끌까끌한 껍질과 과육을 가지고 있으며 즙이 많고 당도가 높은 편이다. 중국은 배의 기원지답게 서양배와 동양배가 모두 재배되며, 그 중 추자리(秋紫梨), 백리(白梨), 사리(沙梨) 등 3종이 주 재배종이다.



서양배



신화 출처 농사로 홈페이지



창조 출처 농사로 홈페이지

국산 품종 48개 육성... '신화' '창조' 기대

■ 신고 말고 다른건 없나

올해도 어김없이 추석을 앞두고 새로 육성된 국산 배 품종이 유통시장에 첫 선을 보였다. 중생종인 신고가 갖고 있는 문제를 풀기 위해서다. 이른 추석이 유통할 수 있으면서 품질도 뛰어나 신고를 대체할 경이로운 '신화'를 창조하자'는 바람을 담아 '신화'와 '창조'라 이름 붙였다. 신화와 창조는 9월 상순이나 중순께 출하가 가능하며 당도가 13° Bx(브릭스) 정도로 높고 맛이 뛰어나다는 평이다. 신화는 현재 경기도 안성과 전남 나주를 중심으로 약 88.2ha, 창조는 전남 해남과 나주에서 약 5ha 가량이 재배되고 있다.

생산자와 소비자의 선호에 맞춘 다양한 국산

품종을 육성하기 위한 신품종 개발은 어제 오늘의 일은 아니다. 1992년 '화산'부터 시작해 1993년 '원황', 2012년 '그린시스' 등 지난해까지 48개 품종이 육성되었다. 하지만 신고의 인기(지난해 87%)에 밀려 그나마 이중 원황이 6% 가량 재배되고 있는 것이 현실이다(1982년만 해도 장십랑·만삼길·금춘추의 재배 면적 합이 63.8%였다고 한다). 다만 최근 경기 안성은 만풍배, 전남 나주와 경북 상주는 수출용인 화산배의 재배면적이 증가하는 추세이다. 똑같은 배 맛이 아닌 다양한 배 맛을 원하는 소비자가 늘어난다면 우리나라에서도 신고가 아닌 다른 배를 맛볼 기회가 많아지지 않을까.

1929년 조선박람회서 나주배 동상 수상

■ 나주배가 유명한 이유

배를 재배하는 주산지는 1980년대엔 경기도 남양주, 안성, 평택과 충남 천안, 대전, 전남 나주, 경북 울산, 경남 진주 등이었다. 그러다 1990년대 초반 경북 상주 지역이 새로운 주산지 자리 잡기 시작하다 점차 전국적으로 재배가 늘어나면서 강원도 일부와 산간 지역을 제외한 대부분 지역으로 확장됐다. 그러다 경북 지역의 배 재배 면적이 급격히 줄고 타 지역도 감소하면서 최대 주산지는 재배 면적이 3,062ha에 달해 전체의 28.3%를 차지하는 전남이 차지하게 됐다. 그 중에서도 특히 나주는 배를 예전부터 많이 재배해 왔다.

나주배에 대한 기록은 1454년에 편찬된 「세종실록지리지」에 나주목의 토공물로 올라가 있는 것이 최초이다. 1871년 발간된 「호남읍지」에는 진상품으로 기록되어 있다. 일제 강점기인 1913년 우리나라 사람으로는 이동규 씨가 처음으로 과수원을 만들어 배를 심어 재배했다는 이야기도 있다.

나주배가 국내외로 유명해진 계기는 1929년 개최된 조선박람회에 나주배를 출품하여 동상을 수상하면서부터라고 한다. 이런 명성에 걸맞게 1967년 대만 수출을 시작으로 최근엔 미국, 캐나다를 비롯, 동남아와 중동, 유럽 지역까지 수출 대상지역을 넓혀가고 있다.



나주시 디는 나주배를 형상화하였다.

출처 나주시청



서양에서는 배 이용한 디저트 발달

■ 배, 생과로만 먹나

우리나라 사람들은 배를 대부분 후식으로 생으로 껍질을 깎아 먹는다. 간혹 배즙이나 주스, 잼 등으로 활용한다. 하지만 이외에도 배를 식재료로 활용한 요리는 다양하다.

우리나라에서는 배 건과를 이용한 떡, 배 조청을 이용한 한과, 분말을 이용한 화과자의 등으로 이용한다. 또 조선의 3대 명주 중 하나로 알려진 이강주(梨薑酒)는 전통식 소주에 배와 생강을 넣어 혈압과 신경을 안정시키는 효과가 있는 전통주로 유명하다.

중국에서는 다양한 부재료와 배를 주재료로 하는 탕요리가 발달해 있다. 서양에서는 즙이 많고 단맛이 강한 배의 장점을 이용한 타르트(tarte), 샤를로트(charlotte) 등의 디저트(후식)가 주로 발달되어 있다.

또한 배는 고기의 육질을 연하게 해주는 천연 연육제로 각종 조리음식에 사용되어 부드러운 질감과 단맛을 조화롭게 해주어 음식의 맛을 살아나게 해주는 식재료로 사용된다.

꼭지 부분 깊숙할수록 먹을 것 많아

▲ 구입요령

- 모양은 둥글고 윤기나 나며, 배 고유의 점무늬가 큰 것이 좋다.

- 꼭지 부분이 깊숙이 들어갈수록 씨방이 작아서 먹을 것이 많다.

- 성장 촉진제를 처리한 배는 배의 꼭지 부분에 약제처리한 끈적거리는 것이 있는지 확인해야 한다.

▲ 보관법

- 배는 건조한 곳에 보관하면 바람이 든 것처럼 푸석해지기 쉬우므로 신문지나 종이에 물을 적셔서 배를 감싸는 것이 좋다.

- 수분이 날아가지 않게 밀폐가 가능한 용기나 비닐에 넣어서 보관한다

- 냉장고 야채실에 보관하면 약 1주일~10일 정도는 맛있게 보관이 가능하다.

명절 뒤 남은 배로 뭘 하지? **피클** 만들어 볼까

포털사이트에는 명절 후에 남은 배를 어떻게 처리해야하는지를 묻는 질문들이 올라와 있다. 피클을 만들어 먹어볼 것을 제안한다.

▲ 배 피클 만들기<500ml 기준>

▶주재료

배(1개), 오이(1개)

▶부재료

설탕(2/3컵), 식초(1/2컵), 유자청(2큰술)

1. 배는 껍질을 벗겨 막대 모양으로 썬다.
2. 오이는 동그란 모양을 살려 1cm 두께로 썬다.
3. 소독한 유리 용기에 배와 오이를 차곡차곡 담는다.
4. 냄비에 설탕, 식초, 유자청, 물(1 1/2컵)을 부어 끓여오르면 2분간 더 끓여 피클물을 만든다.
5. 피클물을 용기에 붓는다.



배피클

출처 농사로 홈페이지

친환경 배 구입은 <마켓투유>에서 1544-1092 www.marketoyou.com

박석준 한의사의 음식과 건강<7>배

원래 배는 리펠라고 하는데, 오늘날의 배가 아니고 돌배다. 발음이 같고 글자도 비슷하여 헷갈리는 리추는 오얏, 곧 자두다. 그래서 제사상에 올리는 조율이시棗栗梨柿 또는 조율이시棗栗柿梨에서는 배를 쓴다. 『신당서新唐書』에 발해의 오얏과 배등이 나오는 것을 보면 동북아 지역에 자생하던 품종이 있을 것인데, 오늘날 먹는 배는 대부분 일본에서 개량된 것이다. 신맛이 거의 없고 단맛이 많이 난다. 그러나 약효를 바란다면 이런 배는 바람직하지 않다. 여기에서는 돌

배의 효능을 중심으로 알아 보겠다. 배는 성질이 차다. 맛은 달고 시다. 가슴에 뭉친 열을 내려서 가슴이 답답한 것을 없애준다. 특히 술을 먹고 나

이나 임신부는 먹지 말라고 하였다. 배는 성질이 차므로 당연히 열이 많은 경우에 좋고 평소 몸이 찬 사람에게는 적합하지 않다. 그러나 배와 꿀 또

근대 서양과학의 분석에 의하면 배에는 항알러지, 항염 효과가 있는 루테올린 성분이 함유되어 있어서 기침, 가

효과도 있다고 한다. 어떤 연구에서는 탄 음식이나 흡연으로 인해 생긴 발암물질의 체외 배출을 촉진시킨다는 사실을 확인했다고도 한다. 배에는 수분과 아스파라긴산이 많이 함유되어 있어서 숙취 해독에 좋다고 하며 이외에 항산화효과, 간 기능 개선, 이노작용 등의 효과가 있다고 한다.

다만 앞에서 말한 것처럼 평소 몸이 차거나 설사를 자주하는 사람은 많이 먹지 않는 것이 좋다. 돌배를 구할 수 없으면 신맛이 약간 도는 배를 골라 먹는 것이 좋다.

기침·가래 심할 때 좋은 돌배

서 열이 나서 답답할 때 아주 좋다. 기침이나 가래가 심할 때도 좋다. 그러나 성질이 차기 때문에 많이 먹으면 설사를 하기 쉽다. 또한 예로부터 금속으로 상처가 난 사람

는 설탕을 같이 넣어 졸이면 찬 기운이 줄어들어 보다 안전하게 쓸 수 있다. 방법은 배 세 개에 꿀 또는 설탕 40그램 정도를 넣고 물에 달여 먹는다. 즙을 마셔도

래, 기관지염 등을 완화시키는 데에 좋다고 한다. 또한 배에는 폐놀 화합물이 함유되어 있어 혈압을 낮추고 중성지방 수치를 낮춰서 뇌졸중 예방에 도움이 되고 항암

맹자의 승리



박석준 원장의 농사에 길을 묻다<9>

비판은 대상을 파괴하기 위한 것이 아니라 창조를 위한 것이다. 진정한 비판은 대상의 문제=모순을 발견하여 그것이 외부의 힘에 의해서만이 아니라 자기 스스로의 모순에 의해서도 파괴되는 자기 파멸의 논리를 찾아 낼 뿐만 아니라(부정적 측면), 비판이 되는 대상이 갖고 있는 합리적 핵심을 발견하기 위한 것이다(긍정적 측면). 그리하여 대상에 대해 어떻게 실천할 것인가에 대한 지침을 줄 수 있어야 진정한 비판이라 할 수 있을 것이다. 그러나 현실에서 직접 비판에 참가한 사람만이 아니라 비판을 바라보는 사람에게도 이런 자세를 유지하는 쉽지 않은 일이다. 그동안 2천 년 이상 수많은 사람들이 고자와 맹자의 논쟁을 보아왔지만 이런 자세를 보여준 사람은 별로 없는 듯하다.

▲네 번째 논쟁

고자가 말한다. “먹는 것[食]과 색스 하는 것[色]이 사람의 본성이다. 인仁은 내적인 것이지 외적인 것이 아니며 의義는 외적인 것이지 내적인 것이 아니다.” 맹자가 말한다. “어찌하여 인은 내적이고 의는 외적이라고 하는가?”

고자가 말한다. “[밖에 있는] 저 사람이 어른이므로 내가 그를 어른으로 공경하는 것이지 내 안에 그를 어른으로 여기는 마음이 먼저 있었던 것이 아니다. 이는 마치 흰 저 것을 희다고 하는 것은 밖에 있는 그것의 색에 따라 희다고 하는 것과 같다. 그러므로 외적인 것이라고 한 것이다.”

맹자가 말한다. “흰 말의 흰색은 흰 사람의 흰색과 다를 바가 없겠지만, 아무리 모른다 해도 나이든 말을 공경하는 것과 나이든 사람을 공경하는 것이 다를 바가 없다고 할 수 있는가? 또한 나이가 의義인가 아니면 나이든 사람을 공경하는 것이 의인가?” 고자가 말한다. “내 집안의 아우라면 아끼고 진나라 사람의 아우라면 아끼지 않는다는 말은 ‘나’를 중심으로 말한 것[悅]이다. 그러므로 [인仁] 내적인 것이다. 초나라의 나이든 사람도 공경하고 내 집안의 나이든 사람도 공경하는 것은 ‘나이’를 중심으로 말한 것이다. 그러므로 [의는] 외적인 것이다.”

맹자가 말한다. “진나라 사람이 불고기를 좋아하는 것이나 내가 불고기를 좋아하는 것이나 다를 바가 없다. 다른 경우도 사정은 마찬가지다. 그렇다면 불고기를 좋아하는 것도 외적인 것이라고 할 수 있는가?”

고자는 사람의 본성은 먹는 것과 색스 하는 것, 곧 생존과 번

식뿐이라고 말한다(이 구절은 진화론의 주장을 떠올리게 한다). 먹는 것은 개체로서의 사람을 살리는 것이다. 색스는 유적類的 존재로서의 사람을 살리는 것이다. 여기에서 ‘유적 존재’라는 말은 생물학적 의미에서의 사람의 무리[類]라는 뜻만이 아니라 공동체의 한 구성원으로서의 사람이라는, 사회적 존재로서의 사람의 무리라는 뜻을 포함한다(홍기빈, 『아리스토텔레스, 경제를 말한다』).

이러한 성이 구체적인 현실에서 실현된 것을 인仁이라고 할 수 있을 것이다. 배가 고파서 음식 먹는 것을 인이라고 한다면 무엇을 어떻게 먹어야 하는지를 규정하는 것은 의이다. 그러므로 고자에게 인은 내적인 것이고 의는 외적인 것이다. 배가 고파서 쌀밥을 먹을 수도 있고 고기를 먹을 수도 있지만 먹어서 배고픔을 없앤다는 점에서 그것은 모두 인이며 나의 본성에 따른 행위이므로 내적인 것이다. 이에 비해 무엇을 어떻게 먹어야 할 지, 먹지 말아야 할 지를 규정하는 것은 의이다. 그러므로 이는 외적인 것이다.

고자는 이를 더 분명하게 하기 위해 나이가 많다는 것과 나이가 많은 것에 대한 태도의 관계를 들어 설명한다. 나이가 많다는 것은 그 나이든 사람이 나의 밖에 있는 것처럼 분명하게 외적인 것이다. 그러나 나이가 많

은 사물에 대해 공경하게 대하는 것은 내 안에서, 내 마음에서 우러나오는 것이므로 내적인 것이라고 본 것이다.

그러나 고자는 내외의 문제를, 대상이 밖에 있기 때문에 외적인 것이고 그 대상에 대해 느끼는 내가 안에 있기 때문에 내적인 것이라는 식으로 말함으로써 마치 대상 자체가 의인 것처럼 말한 것이 되었다. 이는 의라는 것이 대상과 나의 관계 속에서, 정확하게 말하자면 대상과 공동체의 한 구성원으로서의 나와 관계 속에서 주어지는 것이라는 점을 간과한 것이다.

그렇기 때문에 맹자는 바로 이 점을 지적한다. 맹자의 관점에서 볼 때 똑같이 나이가 들었다고 해도 말과 사람에 대한 태도가 같지 않은 것(또는 같지 않은 것)은 공동체의 한 구성원으로서의 사람이라는 관점에서 나온 것이다.

이에 대한 고자의 반박은 맹자의 비판을 잘 이해하지 못한 것의 비판을 잘 이해하지 못한 것의 대 해석하는 것에 그치고 있다. 여전히 고자에게 의는 외부의 대상과 같을 뿐이다. 그것도 대상과 대상에 대한 사회적 태도의 차이를 무시한 채로.

맹자는 자신의 논지를 확신할 뿐만 아니라 이를 확대 해석하여 앞의 논쟁에서 보여준 오류를 반복하고 있다. 곧 사실판단과 가치판단을 동일시하여 어떤 사람이 불고기를 좋아한다는 사실로부터 모든 사람이 좋아한다는 전체판단으로 나아가며 그것은 사람이 본래 타고난 것이라고 주장하는 것이다. 이는 사

실판단에서 곧바로 가치판단으로 나아가는 오류를 다시 반복한 것이다.

고자에게 인은 무엇보다도 대상을 아끼는 것[愛]이다. 이는 고자의 가장 큰 장점일 것이다. 그러나 사람은 자연이나 사회에서 독립된 존재가 아니라 유적 존재로서의 사람일 뿐이다. 고자에게는 이러한 사람에 대한 인식이 빠져 있는 것이다. 맹자는 이를 정확하게 보았고 또 그렇기 때문에 후대의 동의와 존경을 받을 수 있었을 것이다. 고자는 맹자와의 논쟁에서 별로 얻은 것이 없는 것처럼 보이며 반면에 맹자는 자신의 사회적 관점에 대한 확신을 얻은 것으로 보인다.

『맹자』라는 책에는 더 이상 고자의 반박이 없기 때문에 고자에 대해서는 알 수 없으나 적어도 맹자는 고자와의 논쟁을 통해 자신의 이론과 입장을 정립해가고 있다는 느낌이 든다. 물론 그동안 보았던 것처럼 맹자의 비판은 올바른 비판이 아니다. 그것은 변증법적 논리학의 관점에서만이 아니라 형식 논리학적으로도 성립될 수 없는 것이었다(황로이순, 『맹자 얼굴의 맹자』와 양쩌보, 『맹자의 성선론 연구』 등 참조). 그럼에도 맹자가 승리를 거둘 수 있었던 요인은 무엇이었을까. 어떤 사상도 비판을 통해 변화하지 못하면 소멸할 수밖에 없다. 맹자는 고자와의 논쟁에서 가장 소중한 것을 얻은 것으로 보인다. 그것은 바로 공동체의 발견이었다.

휴살림 동일한의원 원장, 동의과학연구소 소장

휴살림 친환경 총해 관리용 자재



친환경 유기농-자재
목록
공시품

총해관리용 자재

총식이 500ml

- 고농도 식물추출물 함유
- 광범위 총해관리효과
- 각종 해충, 나방류에 적용 가능
- 공시-3-5-038



친환경 유기농-자재
목록
공시품

총해관리용 자재

잘들어 500ml

- 천연식물 추출물로 안전성 검증
- 각종 해충에 적용 가능
- 공시-3-5-007



친환경 유기농-자재
목록
공시품

총해관리용 자재

청달래 1L

- 안전한 BT미생물 제제
- 나방 및 나비유충에 적용 가능
- 공시-3-5-001



친환경 유기농-자재
목록
공시품

친환경병총해관리보조

잘붙어 500ml

- 뛰어난 보조효과로
- 자재 사용 효율 증진에 기여
- 공시-3-4-025

오메가6:오메가3 비율 2:1이 이상적

혈압 시한폭탄 뇌관 제거하기<2>

현대인 대부분 20:1로 염증 초래

■ 인슐린 저항과 고혈압
인슐린 저항, 고혈압, 뇌졸중, 알츠하이머 및 심장병은 하나의 연속선상에 있는 다른 수준의 질병이라는 주장이 있다. 사실, 알츠하이머는 종종 제3형 당뇨병이라고 불린다. 인슐린은 설탕이나 단순 탄수화물의 소모로 혈당 증가에 반응하여 췌장에서 생성된다. 인슐린은 두 가지 주요 세포 음식인 포도당과 지방산을 세포로 이송하는 매우 중요한 물질이다. 또한 마그네슘도 세포내로 이송한다. 모든 세포는 인슐린 수용체로 덮여 있어서 이 호르몬을 끌어당긴다. 그러나 인슐린이 과잉 공급되면 세포에 유해하게 될 수 있으므로 이에 반응하여 세포는 인슐린 수용체를 닫기 시작한다. 이것을 인슐린 저항이라 한다. 완전히 닫히면 제2형 당뇨병이 된다. 세포 음식이 결여될 때 세포는 굶주리고 결국 이 무서운 병의 공통적인 특징인 절단과 실명을 초래할 수 있다.

■ 인슐린 민감도 회복과 혈압 강하
인슐린 민감도를 회복하는 입증된 전략을 받아들이면 혈압을 낮출 가능성이 높다. 조기 사망과 관계있는 기타 질병을 겪을 가능성도 최소화 할 것이다. 이들 생산적인 전략은 다음을 포함한다:
1) 오메가6:오메가3 비율 향상 - 우리 대부분은 이들 필수 지방산 사이에 잘못된 비율을 가지며, 이것은 염증과

인슐린 민감도에 큰 영향을 미친다. 우리 몸에서 이상적인 비율은 오메가 6: 오메가 3=2:1이다. 불행히도 개발된 세계에 사는 우리 대부분은 20:1 이상을 가진다. 오메가6 지방은 염증 폭포라고 하는 2단계 과정의 첫 단계를 위한 구성 성분이다. 그들은 염증의 초기단계를 이끌며, 그때 우리는 염증 조직 또는 손상된 물질대사 과정을 경험한다. 그리고 우리는 이 과정의 두 번째 단계인 항염증, 치유 국면을 이끌기 위해 충분한 오메가3를 필요로 한다. 오메가3에 비해 오메가6가 10배 많다는 것이 의미하는 것은 무엇일까? 그것은 우리가 염증을 가진다는 것을 의미한다. 관절염, 전립선 비대, 또는 소화기 장애와 같이 명시적이거나 덜 명시적이든, 이 불균형은 (고혈압을 포함하여) 모든 퇴행성 질병에 연관된 근본적인 염증의 근원이 될 수 있다. 해법은 지방이 풍부한 생선, 크릴 오일, 아마씨유, 치아씨드유, 풀을 먹여 키운 소와 삼기름을 먹고, 마가린, 건강에 해로운 기름(해바라기, 잇꽃, 카놀라, 콩기름) 및 곡물로 기른 소고기는 버리는 것이다.

2) 탄수화물을 줄이고 단백질과 좋은 지방은 늘린다 - 대부분의 깨어 있는 영양사들은 지금 우리가 옛날 학교에서 배운 먹이 피라미드에 큰 오류가 있었다는 것을 인정한다. 거기서, 우리는 탄수화물이 피라



오메가3에 비해 오메가 6가 많은 현대인은 지방이 풍부한 생선, 크릴 오일, 아마씨유 등을 섭취하는 것이 좋다.

미드의 기초로서 가장 중요한 식품이라고 생각했다. 한편, 지방을 악마로 지칭하고 그의 소비를 최소화하여 피라미드의 꼭대기에 두었다. 우리는 지금 이 무지방, 저지방, 99% 지방 제거 전략이 역효과를 냈다는 것을 안다. 우리가 건강한 지방의 소비를 줄일 때 우리의 탄수화물에 대한 갈망을 늘려서 과잉 섭취할 때 지방이 한 것보다 더 비만하게 된다. 빵, 백미, 청량음료를 줄이고 코코넛오일, 레드팜유, 생크림, 기(남아시아 요리에 쓰는 일종의 버터) 및 올리브유를 늘린다. 레드팜유는 뇌를 보호하는 카로티노이드와 8종류의 비타민E를 최고로 함유한다. 이 놀라운 쿠킹오일은 항산화 물질이 매우 많아 다른 오일처럼 요리하는 동안 산화될 수 없다. 또 코코넛오일처럼 식물 유래 포화지방으로서 실제로 물질대사 증가를 통해 체중감소를 후원한다.

3) 크롬 흡수 증대 - 이 무시된 미량요소는 인슐린 관리에 매우 중요하며, 훈련이 덜된 의사가 인슐린 저항 환자에게 크롬 보충의 절대적인 필요

성을 조언하지 않을 때 소송당할 가능성이 높다. 나는 변호사의 팬이 아니므로 “가능성”이라는 단어를 사용한다. 이 미국인 주도의 실행은 세계적으로 보험 프리미엄 비용을 늘렸다. 크롬은 식품에서 적게 발견된다. 이것은 아마도 우리가 그것을 수세기에 걸친 경작으로 토양에서 탈취했기 때문이다. 크롬이 가장 많이 들어 있는 것은 양조효모이며, 다음이 브로콜리와 간이다. 크롬은 혈당을 낮추고 인슐린 민감도를 회복하게 돕는다. 또한 콜레스테롤을 낮추고, 체중 감소를 향상하며, (근육 발달 향상과 그와 연관된 신체 조성과 함께) 단백질 이용을 증진한다.

4) 저항 운동을 위한 100분 발견 - 여러분은 도로나 공원에서 작은 바벨을 흔들면서 빠르게 걷는 사람들을 보았을 것이다. 시간에 굶주리는 세상에서 이것은 30분에 3가지 성과를 얻으려는 것이다. 이들은 그들의 심장을 에어로빅하게 운동하며 림프액을 펌프질하여 울혈되는 것을 피하

려는 것이다(림프계는 펌프가 없어서 걷는 것이 바람직한 림프 운동을 제공한다). 그들은 또한 웨이트 트레이닝으로 저항 운동도 실행하고 있다. 저항운동은 반드시 근육 발달에 관한 것은 아니다. 그것은 근육에 저항력을 제공하여 뇌하수체에서 인간 성장호르몬을 용출시키는 것에 관한 것이다. 이 호르몬은 보통 뇌하수체에 갇혀 있다. 이 천연 호르몬은 장수와 건강한 삶에 필수라는 것이 100건 이상의 논문에서 확인되었다. 우리는 지금 20분간 운동을 매주 5회하는 저항 훈련이 인슐린 민감도를 회복하게 돕는다는 것을 안다. 삶을 변화시키는 100분은 놀라운 윈/윈 시나리오다.

5) 칼로리 제한 실행하기 - 하루에 2,000으로 칼로리를 제한하는 것이 건강에 탁월한 영향을 줄 수 있다는 것이 발견되었다. 그것은 인슐린 저항, 제2형 당뇨 및 알츠하이머에 대응하게 도울 뿐 아니라 뇌하수체 감방에서 인간 성장호르몬의 방출을 늘리는 입증된 방법이다. 이 제한 상태에서 충분히 먹을 수 있지만, 불행히도 빵, 백미, 청량음료와 맥주는 될 수 없다. 이들 5가지 방법이 이전에 언급한 5가지 질병에서 회복과 연결되어 있다는 것을 보는 것은 흥미롭다. 사실, 그것은 고혈압, 인슐린 저항, 뇌졸중, 알츠하이머 및 심장병이 같은 선상의 일부일 수 있다는 이론에 신빙성을 더한다. <다음호에 계속>
번역 최관호 흡살림 연구위원장
출처 호주NTS뉴스레터
※번역된 기사는 본지의 편집 방향과 다를 수 있습니다.

흡살림 생육촉진·품질향상용 자가 액비 제조세트



활인산 10L
양분가용화, 발효, 생육촉진
공시-3-2-33



빛모음 500ml x 2병
뿌리보호, 활착, 세균발달
공시-3-3-54



생선아미노산 10L
유기농 액비, 양분공급
공시-3-2-39



바이오슈 10L
생육밸런스 조절, 미네랄, 당도수량증가
공시-3-2-34



해초 500ml X 2병
비대촉진, 천연호르몬, 아미노산



당밀 10L
발효 미생물 탄소원, 미량요소



25말(500리터)통
공기 발생기

달걀껍질 녹여서 쓰면 칼슘액비가 된다

텃밭농사 연대기<7>

가정생활재를 사용한 식물재배

농작물이든 화초든 식물들도 사람처럼 밥을 먹어야 살아갈 수 있다. 식물은 태양으로부터 에너지를 얻어 대사산물을 만들어내는 동시에 뿌리로 각종 영양분을 흡수하여 몸을 키우고 열매를 맺는다. 이러한 생육활동에 필요한 여러 가지 영양분의 성분도 결국 사람이나 동물이 필요로 하는 그것과 크게 다르지 않다. 그렇다면 사람이 먹는 음식도 식물에게 영양분이 될 수 있지 않을까? 물론 모든 음식물이 식물에게 영양원을 제공할 수 있는 것은 아니다. 음식물을 구성하는 성분의 종류와 상태에 따라 식물에게도 좋은 것들이 있다. 이런 것들을 잘 알고 활용하면 굳이 비료를 따로 사서 쓰지 않아도 식물을 재배할 수 있다.

■ 식초활용법
물 1 리터에 양조식초 1스푼을 넣고 혼합한다. 각종 곰팡이병에 발생초기 1일 간격 2~5회 잎에 뿌려준다. 식초 속에는 초산(acetic acid)성분이 5%내외로 함유되어 있어 살균작용을 한다. 강한 햇빛이 있을 때는 사용을 피하는 것이 좋다. 식초 대신 같은 유기산인 목초액을 희석하여 사용하기도 한다.
- 어린잎, 어린식물단계 : 물

100배 희석액
- 큰잎, 성장한 식물단계 : 물 50배 희석액

■ 우유활용법
우유 원액을 진뎀물, 잎벌레, 깍지벌레 등의 해충의 몸에 충분히 묻도록 뿌려준다. 해충의 몸에 도포된 우유가 마르면 우유의 지방성분이 표피에 있는 숨구멍을 막아 해충의 호흡을 막으면서 방제된다. 유통기한이 지난 우유도 사용 가능하며 강한 햇빛이 있을 때는 사용을 피한다. 다만 모든 해충에 적용가능하지는 않으므로 사용해보고 효과가 없다면 다른 방법을 사용하여 방제해야 한다.
- 해충 발생초기에 1일 간격 3~5회 사용.

■ 달걀껍질(난각칼슘)활용법
달걀껍질을 말린 후 곱게 부셔서 1평 당 500~1000g을 밑거름 할 때 같이 넣고 섞어준다. 달걀껍질은 양분 중에서 칼슘(Ca)을 공급하고 산성화된 토양의 산도를 높여주어 식물이 잘 자랄 수 있는 토양환경을 만들어준다. 달걀껍질 외에 조개껍질도 같은 방법으로 사용할 수 있다. 식초와 달걀껍질(또는 조개껍질)의 비율을 100 : 1로 하여



콩과 달걀, 우유, 멸치, 해조류 등 우리가 먹는 음식물도 식물에게 좋은 비료나 자재가 될 수 있다.

녹인 뒤 물 50~100배로 희석하여 사용하면 칼슘액비가 된다. 칼슘은 뿌리로 흡수하는 것보다 잎으로 바로 흡수하는 것이 더 효과적이다. 따라서 희석한 액비를 잎에 뿌려주는 것이 좋다.

■ 각종 액저류 활용법
액저를 물 200~500배로 희석하여 사용하면 식물의 생육을 촉진하는 비료가 된다. 액저 속에는 각종 아미노산(

질소성분 1.5% 내외)이 함유되어 식물의 성장을 촉진시킬 뿐 아니라 식물의 생육을 좋게 한다. 다만 액저는 염분함량이 많아 진하게 쓰거나 원액으로 사용하면 약해가 발생할 수 있으므로 희석 배수를 지켜 소량씩 사용해야 한다.

■ 두유 활용법
두유를 물 50~500배로 희석하여 사용하면 생장이 촉진된다. 콩으로 만든 두유 속에도

생육을 촉진하는 질소 및 아미노산 성분이 1.5% 정도 함유되어 식물의 성장을 촉진시키고 생육을 좋게 한다. 유통기한이 지난 것도 사용가능하다.

■ 기타 식품의 비료성분
마른 멸치는 질소성분이 10~11%, 콩은 6%, 깻묵은 5% 내외가 함유되어 있어 작물의 생육을 촉진하는 천연비료가 된다.
그 밖에 다시마, 미역 등 해조류에는 각종 미네랄 및 천연 성장촉진 성분이 많다.
- 육수를 뺀 멸치를 말려서 분쇄한 것 : 흙 1평당 500g 내외를 고르게 뿌려주고 섞어준다.
- 콩, 깻묵, 해조류 (가루) : 흙 1평당 500~1000g을 고르게 뿌려주고 섞어준다. 화분에는 1줌을 흙과 섞어서 사용한다.

■ 비료가 안되는 것
각종 전분 : 밀가루, 쌀가루 등 탄수화물은 비료성분이 매우 낮다.
각종 기름 : 기름과 유지. 지방에는 비료성분이 매우 낮고, 토양에서 분해되는데 시간이 많이 걸리므로 사용하지 않는 것이 좋다. 음식물 찌꺼기를 사용해 퇴비를 만들 때도 지방성분이 많은 것들은 빼고 발효시키는 것이 좋다.
상당 및 자재구입문의: 휴살림 농자재사업부 080-333-8179(3)
글 송지은 농자재팀



상자텃밭용 유기배양토 작은텃밭 18L
유용미생물과 양질의 유기물 등으로 배합, 발효되어 가볍고 영양 가득!
작물재배에 알맞습니다.



텃밭용 부숙 발효 퇴비 휴살림균배양체그린 10kg
작물에 천연양분, 미생물, 발효유기물을 동시에 공급! 작물 심기 10일 전에 살포하고 발을 만들어 줍니다.
5평 텃밭에 1~2포 정도 사용하면 돼요.



상자 텃밭용 발효 퇴비 원예용흙나라 1kg
유기농 원료로 부숙, 발효된 유기질 퇴비. 작물이 심어진 화분에 한 주먹씩 공급하면 충분합니다.



텃밭용 종합관리세트 텃밭사남매
병이 생겼을 때 - 잎살림S
작물을 튼튼하게! - 잎나라
작물에 생기를! - 비타엑스
벌레가 생겼을 때 - 진달래그린



실내텃밭으로 안성맞춤 그로우백 21L
잎채소용과 열매채소용 두가지로, 손잡이와 물빠짐 구멍이 있어 실내 텃밭으로 안성맞춤!

지원만 보고 지역 결정하는 것은 ‘독’

귀농·귀촌이야기<10>

귀농 시 지역 선정과 작목 선택

귀농교육을 하다보면 지역과 작목에 대한 질문을 많이 받습니다. 당연한 일입니다.

“어느 지역이 좋을까요? 추천 좀 부탁드립니다.”
“내년에는 귀농할 건데 그때 어떤 작목이 뜰까요?”

이런 질문은 사실 난감합니다. 어쩌면 중매를 서는 것보다 더 힘들습니다. 중매는 잘하면 옷이 세 벌이고 잘못하면 뺨이 석 대지만 지역이나 작목을 어설프게 추천했다가는 어떤 욕을 얻어먹을지도 무지 상상이 가지 않기 때문입니다. 그렇다고 해서 귀농을 꿈꾸는 분들에게 귀농에서 가장 중요하다고 볼 수 있는 지역과 작목에 대해서 모르쇠로 일관할 수도 없습니다. 그래서 우리는 몇 가지 가이드 원칙을 정해 놓고 상담에 임하곤 합니다.

지역을 고려할 때는 무엇보다 자신이 원하는 농사 품목을 기준으로 합니다. 강원도 인제에서 꿀 농사를 지을 수는 없기 때문이지요. 다음으로는 인적 네트워크 구축이 수월한가를 따집니다. 비빌 언덕이 있다면 정착에 아무래도 유리하기 때문입니다. 최근 고향으로 이주하는 이

른바 귀향 추세도 한 흐름으로 나타나고 있습니다. 다음으로는 비용입니다. 농지를 임차하거나 매입하기에 적당한가를 따집니다. 예컨대 순수하게 작물을 재배해서 소득을 올리고자 할 경우 경기도 혹은 충남 일부는 땅값 부담이 너무 크겠지요. 이 경우에는 되도록 귀농 예정지를 수도권 혹은 대도시 광역권에서 멀리 떨어진 곳으로 계획하는 것이 좋습니다. 간혹 교육을 받으시는 분들 중에는 어느 지자체가 지원을 많이 하는가에 따라서 이주지를 고려하시는 분들이 있습니다. 단적으로 말해 이는 결코 바람직한 계획이 될 수 없습니다. 지원은 약이 되기도 하지만 독이 되기도 합니다. 지원만 보고 지역을 고려하는 것은 결코 바람직하지 않습니다.

작목 선택 역시 신중해야 합니다. 대부분의 경우 사람들은 최근의 수익을 기준으로 작목을 선택하는 경향이 있습니다. 물론 이는 잘못입니다. 우리가 주식으로 삼는 쌀도 매년 가격변동이 있듯이 모든 작물의 가격은 변동합니다. 올해 고추로 수익을 올렸다고 해서 내년에도 높은 수익을 올릴 수 있다



귀농할 지역을 고려할 때는 무엇보다도 자신이 원하는 품목을 기준으로 정하는 것이 좋다. 거기에 인적 네트워크 구축이 쉬운지를 따져보아야 한다.

고 기대할 수 없는 것이 농사입니다. 따라서 작목 선택의 기준은 무엇보다도 내 능력 범위 안에서 할 수 있는 것을 선택해야 합니다. 이는 시장의 논리나 주변의 권유 등등 다른 요인들보다는 내가 하고 싶고 실패하더라도 후회하지 않고 지속적으로 애정을 느낄 수 있고 내 노동력 범위 안에서 재배 가능한 작목을 선택하는 것이 좋겠습니다. 어떤 특정 작목이 돈을 벌어주는 일은 결코

없습니다. 귀농교육을 하다 보면 교육하는 우리도 생소한 작목을 키우겠다는 분들을 가끔 만나곤 합니다. 그런 작목을 선택하신 분들 대부분 성공할까요? 유감스럽게도 실패합니다. 작목의 선택은 특히 여러 사람들의 도움과 조력을 필요로 합니다.

지역 선정과 작목 선택은 귀농에서 아주 중요한 부분입니다. 마침 정부와 지자체는 귀농 예비자들을 위해 지역

과 작목 관련 정보를 많이 제공하고 있습니다. 정부에서 운영하는 귀농귀촌종합센터는 온라인과 더불어 직접 상담할 수 있는 창구도 개설해 놓고 있습니다. 우선은 공공기관이 제공하는 객관적인 정보와 교육, 홍보 박람회 등등을 꼼꼼하게 챙기는 것도 지역 선정과 작목 선택에서 중요할 것 같습니다. 글 정우창 산지귀농귀촌학교 교장·흠살림 이사

유기농업 발전



흠살림



대신택배

가 함께합니다.



대신택배(주) 국내택배서비스, 노선(정기)화물운송, 제3자물류
대신택배(주) 미국, 유럽, 아시아 국제화물운송, 복합운송주선

대신택배(주) 물류연구 개발 및 건설, 시설유지보수 관리
대신택배(주) 무역 유통



농촌사회공헌인증제

농림축산식품부가 농촌마을과의 협력을 통해 농촌 활력에 기여한 기업이나 단체에게 인증서를 발급해 주는 제도로 대신택배는 농촌사회활동에 기여한 공로를 인정 받아 지난 2017년 12월 제 5회 농촌사회공헌인증 수여식에서 인증을 취득 하였습니다.



충청북도 청주시 청원구 중앙로 95 (우암동 327-6)

Tel. 고객센터 043-222-4582 | 영업부 070-4313-5410~8 | 대표번호 043-255-3211 / Fax. 고객센터 043-255-3220 | 영업부 043-256-3220 | 대표번호 043-255-3220

시비로 양분 많아졌지만 균형은 악화

흙 살리기<9>

논밭은 물론 과수 등 수원지도 동일

■ 대부분의 밭은 불량토 밭은 습윤다우(濕潤多雨)의 영향을 받은 것도 있어서 다른나라의 흙과 비교하여 논 토양의 순위보다 더 떨어진다. 유럽의 밭 농사 지대와 비교해 보면 우리나라 밭의 모양은 경사지의 삼림과 평지의 논에 끼어 겨우 그 존재가 허용되고 있는 것처럼 보인다. 평탄하고 물관리가 편리한 곳은 대부분 논으로 이용되고 있으며, 밭은 물관리가 불편한 대지와 산울타리, 구릉지대에 집중해 있다. 따라서 경사지가 많고 5도 이상의 경사지가 전체 밭 면적의 거의 반을 점하고 있다. 이 때문에 호우와 계절풍 등으로 토양 속의 칼륨, 칼슘, 마그네슘 등이 소실되기 쉽고, 내버려두면 흙이 산성으로 기울고 양분결핍에 빠지는 경우가 꽤 많다. 그 밖에 우리나라는 서구처럼 윤작이 적고, 또 토지에 기반을 둔 축산이 없기 때문에 연작장해가 나타나기 쉽고 지력도 대체로 낮다. 따라서 생산력 수준도 서구의

밭농사와 비교해 보면 분명히 떨어진다고 볼 수 있다. 그런데 전세계를 둘러보면 비옥한 토지는 일반적으로 잘 알려져 있듯이 우쿠라이나지방에 분포해 있는 흑토이다. 이것이 바로 흙의 왕으로 불린다. 초원이 무성한 곳에서 강우량은 600~800mm로 그렇게 많지 않은 조건에서 생성된 흙이다. 이와 반대로 우리나라와 같이 비가 많으면 아무래도 양분이 아래로 흘러내려가 산성화되기 쉽고, 또 부식의 분해도 빨리 진행되어 지력이 소모돼 버린다. 그렇기 때문에 지력유지라는 점에서 보면, 우리나라와 같이 온도가 높은 여름에 비가 많은 조건은 그다지 좋은 환경이 아니다. 우리나라의 경지, 특히 밭은 숙명적으로 지력유지를 위해 부단한 노력을 기울여야 할 필요가 바로 여기에 있다. 이것 하나만 보더라도 우리나라에서 온도가 높은 기간에 담수를하여 흙의 유기물 분해를 억제하고, 지력의



우리나라의 밭은 5도 이상의 경사지가 전체 반을 차지하고 있어, 호우와 계절풍 등으로 흙이 산성으로 기울고 양분결핍에 빠지는 경우가 많다.

소모를 막고 있는 논이 얼마나 유리한가를 잘 알 수 있다.

■ 흙은 어떻게 변했는가 최근 트랙터와 콤바인으로 상징되는 기계화, 화학비료와 농약의 다량투입, 퇴구비 등 유기물자재의 사용 감소에 의해 농업생산의 기반인 흙이 단단해지고 있다. 최근 우리나라 경지의 토양 조건은 더욱 악화되고 있는가? 그렇지 않으면 대체로 생산이 떨어지지 않고 있기 때문에 토양조건 악화가 우려되지 않는 것인가? 여기

서 우리나라의 흙이 최근 어떻게 변해왔는지를 살펴보자. 먼저 논을 보면, 지방과 지역에 따라 다르지만 전체적으로 보면 같이흙의 두께는 알아지고 있음을 알 수 있다. 유기물도 감소하고 있다. 흙의 수소이온농도(pH)는 산성으로 기울고 있다. 그리고 시비 등에 의해 양분은 많아졌지만 시비 성분간의 균형은 많이 흐트러져 있는 것도 분명하다. 이와 마찬가지로 밭도 같이 흙의 두께는 알아지고 흙이 단단해지고 있다. 유기물은

적고 흙의 pH도 산성으로 되고, 시비 등에 의해 비옥화되었다고는 하지만 시비 성분간의 균형은 크게 무너지고 있다. 이러한 경향은 밭이 논에 비해 더 두드러진다. 과수 등의 수원지에서도 마찬가지이다. 같이흙의 두께는 알아지고 흙의 치밀도가 증가하며, 흙의 pH는 산성 또는 알칼리성으로 기울고 있다. 많은 양의 비료사용으로 논밭 이상으로 비옥해졌지만 양분의 균형은 악화되고 있다. 글 이태근 회장

땅심 살리는 퇴비 만들기<9>

후숙 단계서 유익 미생물 많이 발생

■ 퇴비 과정의 단계 (1)제1단계 가장 먼저 단백질과 아미노산·당질·전분 등이 분해되는데, 이때 발육이 빠른 곰팡이와 세균이 많이 발생해 쉽게 분해된다. (2)제2단계 퇴비 과정에서 유기물이 분해되고 발열하여 온도가 높아지면 미생물들은 리그닌(목질류), 헤미셀룰로오스(조섬유질), 셀룰로오스(섬유질)를 분해하는데 이때 분해에 관여하는 미생물은 세균과 방선균이다. 이 시기의 퇴비 온도는 60~80℃의 고온이며, 일반 미생물은 생육하지 못해 몇가지 고온 호

기성 방선균만이 분해에 관여한다. 이때 산소를 가장 많이 소비하므로 산소 공급이 필요하다. (3)제3단계 셀룰로오스, 헤미셀룰로오스의 분해가 끝나면 퇴비 발효 온도가 점점 떨어지고 리그닌의 분해가 시작된다. 이때 관여하는 미생물은 담자균(버섯균)에 의해 이루어지며 이 기간 동안 난분해성 유기물은 안정화가 된다. 퇴비가 됨에 따라 셀룰로오스, 헤미셀룰로오스와 같은 탄소화합물이 분해되어 이산화탄소로 공기 중에 달아나고 전 탄소의 함량은 떨어진다. 이

와 반대로, 질소는 미생물체의 성분이 되기 때문에 어느 단계까지 감소하다가 일정하게 유지된다. 이 결과 탄질률(C/N)은 낮아진다.

■ 퇴비 제조의 기본 공정도 원료의 배합→최초 퇴적(약 10~15일간 발효 후)→1차 뒤집기(약 10~15일간 발효 후)→2차 뒤집기(약 10~15일간 발효 후)→3차 뒤집기(약 2개월 정도 후숙)→사용 (1)원료의 배합 ①탄질률을 30이하(톱밥 퇴비는 50까지 가능)로 맞추 수 있도록 원재료와 부

재료를 선택한다. ②선택한 원재료와 부 재료를 골고루 섞는데, 이때 볏짚퇴비·축분(구비)·톱밥퇴비 등의 수분은 60~65%, 왕겨퇴비는 55% 정도로 맞춘다. (2)최초 퇴적 ①비가 들이치지 않는 장소에서 퇴적한다. ②발효온도는 일반 퇴비의 경우 60℃ 이상, 톱밥퇴비는 65℃ 이상 되어야 한다. (3)1차 뒤집기 퇴비더미를 뒤집어서 다시 퇴적하는데, 이때도 발효온도가 60~65℃ 이상 되어야 한다. (4)2차 뒤집기

이때 발효온도는 55~60℃ 이상 유지하도록 한다. 내부가 너무 건조하면 수분을 공급한다. (5)3차 뒤집기 이후 후숙 정상적인 발효가 단행되면 이때도 발효온도를 약 50℃ 이상 유지하도록 한다. 톱밥퇴비를 제외한 일반 퇴비는 후숙시키지 않고 곧바로 사용해도 된다. 그러나 각종 유익한 미생물이 후숙 단계에서 많이 발생하므로 후숙시킨 뒤 사용하면 더욱 좋다. 톱밥퇴비의 경우 발효된 3개월 뒤부터 나쁜 선충의 천적인 퇴비 선충이 생긴다. 글 석종욱 (사)흙살림연구소 대표

자연방임적 생태정원 포기하기로 결정

꽃밭지기의 농촌 생각<7>

지난날의 정원을 되돌아본다. 그동안 십몇 년을 억척스럽게 내 판에는 한다고 한 결과가 과연 내가 그리던 그런 모습인가를 묻게 된다. 생태정원을 표방해서 자연 방임적으로 나무들이 자라는 대로 그대로 두었더니 이제는 숲을 이루어 전체가 한눈에 들어오기는 커녕 산책로가 미로처럼 변해버렸다. 처음 조성했을 당시의 사진들을 보면서 많은 생각들을 해본다. 이대로 두고는 관리의 어려움은 말할 것도 없고 꽃들은 번식력이 강한 우점종들만 남아 처음보다 오히려 퇴락해가고 있는 모습으로 보이니 생각을 바꿀 때가 된 것 같다. 우선 이번 겨울에는 나무들의 수고를 조정하고 씨앗이 떨어져 저절로 자라는 나무들 중에 필요 없는 것들은 제거를 해야 한다. 생태정원도 좋지만 숲을 만들려고 하지 않는 이상 자연 방임으로 관리를 할 수는 없을 것 같다. 꽃들도 종을 줄여 단순화 시켜야 하므로 번식력이 너무 강한 것들은 퇴출을 해야 하겠다. 십몇 년을 생태정원을 만든다는 생각으로 최소한의 간섭을 한 결과 온통 뒤죽박죽이 되고 말았다는 결론이다. 지금부터 초심으로 되돌아가 설계를 다시 해서 근본적으로 다른 정원을 만들어볼 생각이다. 번식력이 강한 것들은 씨앗으로 번식하는 것들과 지하경으로 뻗어나가는 것들이 있는데 둘 다 무조건 퇴출을 시켜야만 한다.



그러나 이미 우점종이 된 종들은 생각처럼 쉽지 않은 것들도 있다. 생태정원은 이제 포기를 하고 잔디를 깔지는 않더라도 지저분하지 않고 깔끔한 정원을 만들자. 나이가 더 들어 내가 관리를 하지 못하더라도 쉽게 관리를 할 수 있도록 해야 정원이 유지될 것이다. 정원 가꾸는 일이 생각보다는 어려운 것은 정원의 식물들이 계속 변해가기 때문에 관리도 그에 따라 바뀌어야 하기 때문이다. 십 년이면 뭔가 될 것 같았고 또 알 것도 같았는데

데 돌이켜 생각해보니 그건 순전히 내 생각뿐이었다는 결론이다. 평생을 끊임없이 연구하며 늘 초심으로 돌아가는 자세로 임해야 함을 이제 알 것 같다. 처음 생각을 십몇 년을 고집하며 지문이 닳도록 일만 했으니 생각을 바꾸기가 쉽지는 않았을 것이다. 꽃을 좋아해서 잔디는 단 한 평도 심지 않았지만 필요하면 잔디를 심는 것도 나쁘지는 않을 것이다.

글 이태호 휴살림현장농민연구원

10월의 농사 이야기-한로와 상강

서민들, 한로 무렵 추어탕 즐겨먹어

“한로가 지나면 제비도 강남으로 간다” 추석이 지나 가을의 절정을 느낄 수 있는 시절이다. 농사를 마무리하는 시기인만큼 농촌은 가을걷이가 한창이고, 산에는 단풍이 절정이다. 사람의 마음이 한없이 간사하다지만, 뜨거운 여름이 지난 지 한달도 채 되지 않은 듯인데 벌써 아침 저녁으로 겨울을 느끼곤 한다. 이 시기에 맞는 절기로 한로와 상강이 있다.

◆한로(寒露)

24절기 중 17번째에 해당하는 절기로 추분과 상강 사이에 들며, 음력으로 9월, 양력으로 10월 8일경이다. 한로는 찬 '한(寒)', 이슬 '로(露)'로 말뜻 그대로 공기가 점점 차가워지고, 찬이슬이 맺힌다. 한로는 세시명절이라기 보다는 다만 기후의 변화를 읽는 절기로 유용했다.

한로 즈음은 찬이슬이 맺힐 시기여서 기온이 더 내려가기 전에 추수를 끝내야 하므로 농촌은 오탁백과를 수확하기 위해 타작이 한창인 때이다.

한편 여름철의 꽃보다 아름다운 가을 단풍이 짙어지고, 제비 같은 여름새와 기러기 같은 겨울새가 교체되는 시기이다. 이 무렵 서민들은 추어탕을 즐겼다. '본초강목(本草綱目)'에는 미꾸라지가 양기를 돋우는 데 좋다고 하였다.

가을에 누렇게 살찌는 가을 고기라 하여 미꾸라지를 추어(鰍魚)라 부르기도 한다.

한로와 관련된 속담으로는 “한로가 지나면 제비도 강남으로 간다”라는 속담이 있다. 제비가 날씨가 더 추워지기 전에 따뜻한 곳으로 이동한다는 뜻으로 한로(寒露)가 추워지는 기점임을 강조한 속담이다.

이밖에도 한로에 접어들면 찬 이슬이 내리게 되는데, 이슬이 내리면 날씨가 쾌청해 곡식들이 잘 무르익게 된다는 의미로 ‘가을 곡식은 찬 이슬에 영근다’는 속담이 있다.

첫 서리가 내리는 상강

◆상강(霜降)

24절기 중 18번째에 해당하는 절기로 한로와 입동 사이에 들며, 양력으로 10월 23일 무렵이다. 이 시기는 가을의 쾌청한 날씨가 계속되는 대신에 밤의 기온이 매우 낮아지고, 수증기가 지표에서 엉겨 첫 서리가 내린다 하여 상강(霜降)이라 부른다. 온도가 더 낮아지면 첫 얼음이 얼기도 한다. 단풍이 절정에 이르며 국화도 활짝 피는 계절이다.

농사력으로는 이 시기에 추수가 마무리되는 때이기에 겨울맛이를 시작해야 한다.

이 시기 절식으로 국화전이 있다. 무쇠로 만든 그릇에 기름을 두르고 여러 색의 국화꽃을



없은 쌀이나 밀가루 등 각종 반죽을 넣고 지져 먹는다. 그밖에 국화주를 빚어 마시기도 한다. <농가월령가> 도 9월령에서는 “뜰에는 조, 피더미, 집 근처 콩, 팔가리, 벼 타작마침 후에 틈나거든 두드리세……”로 울동감있게 바쁜 농촌생활을 읊고 있다. 그러나 지금은 농사기술의 개량으로 이러한 일들이 모두 한 절기 정도 빨라지고 있다.

우리 속담에 “가을에는 부지깽이도 덤빈다”라는 것이 있다. 가을철에는 바빠서 아무 쓸모 없던 것까지도 일하러 나선다는 뜻이다. 또 “가을 판에는 대부인(大夫人)마님이 나막신짝 들고 나선다”라는 속담도 있다. 그만큼 추수기엔 존귀하신 대부인께서까지 나선다는 말로 대단히 바쁜 계절임을 나타낸다.

유기전환종 무농약 제주귤 (10월 15일 출시 예정)



Marketto:u
자연이 베푼 건강한 식탁, 마켓투유



상품문의 및 주문전화 : 1544-1092

쇼핑몰주문 : www.marketoyou.com

흙살림 제철 농산물 지금이 제철!

 **11월 중순 출고**



30년 유기농 1세대 김용길 농가에서 직접 절입니다.

유기농 절임배추

20kg 45,000원(무료배송)



저탄소 배(3입팩)
7,500원



저탄소사과(3입팩)
7,000원



괴산유기대학찰옥수수
(3개입/냉장) 6,500원



상주무농약 꽃감 200g
4,600원



유기농고구마 3.5kg
17,000원



친환경 대추방울토마토 1kg
7,500원



친환경 무 1kg
4,500원



친환경 방울토마토 1kg
시세에 따라 변동



친환경 토마토 1kg
9,000원

대용량 알뜰 쇼핑 한 번에 더 싸게, 더 많이!



유기농 건고추 5근
105,000원



친환경 양파 10kg
26,000원



유기농 비트 20kg
40,000원



대용량 친환경 감자 10kg
43,000원

홍살림 친환경 농·축·수산물



유기농 슬라이스표고버섯 1kg
2,000원



친환경 표고버섯(동고) 1kg
6,900원



친환경 느타리버섯 200g
1,500원



유기농 건조추 5근
158,000원



홍살림 건조추 (한정판매) 5근
135,000원



유기농 미니단호박 400g
4,000원

새우양식의 1번가 전남 신안군 진짜배기 흰다리새우

활대하

국내산 흰다리새우 40미 내외
1kg 25,000원



무항생제 삼겹살 400g
9,900원



무항생제 목살 400g
9,500원



유기농 닭정육 300g
8,100원



유기농 닭가슴살 300g
7,800원



유기농 포기김치 1kg
14,900원



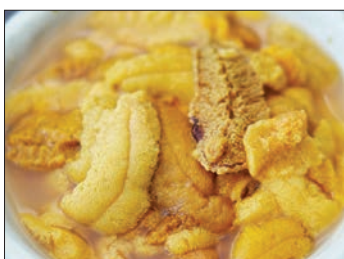
통영 통전복(중) 500g
17,900원



통영 돌문어 1kg
33,000원



자연산 전어(급냉) 500g
5,000원



통영 자연산 성게알(생물)
100g 12,900원



자연산 간고등어(급냉) 1kg
4,900원

홍살림 추천상품



유기농 슈퍼푸드선식 700g
42,000원



유기농 백미 찹쌀 1kg
6,300원



유기농 현미 4kg
18,000원



동물복지 유정란 10구
10,000원



유기농 골든퀸 백미 (2018년 햅쌀) 4kg
22,000원



홍살림참기름 250ml
22,000원



홍살림들기름 250ml
15,400원



생들기름 120g
7,700원



유기농 설탕
1kg 4,200원 / 5kg 11,000원



전통식품 청국장 120g
2,200원



유기농야채수 30포
30,000원



황금도라지진액 30포
22,000원



아침든든 영양죽 45g
4,400원



닭가슴살 야채죽 45g
4,400원



한우고기 버섯죽 45g
4,400원

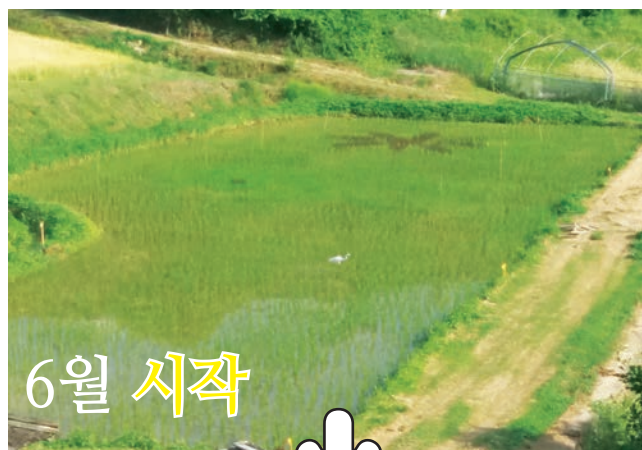
시간이 완성해주는 논 그림의 아름다움

농사예술제 그 이후...

“와~ 정말 벼가 너무 예쁘네요.”
지난 9월중 흥살림 농장(충북 괴산군)을 찾은 이들의 한결같은 소리다. 올 6월 2일 제2회 농사예술

제에서 임옥상 화가와 함께 한 토종벼 모내기 그림이 아름다운 자태를 드러냈기 때문이다. 토종벼꽃이 피고 이삭이 패기 시작하면서 <흙>이라는 글자와 <태양>의 모습이 선명하게 나타났다. 붉은 색과 검은 색의 이삭이 조화를 이루며 논을 작품으로 만들어 놓았다.

토종논을 본 사람들은 흙과 태양의 소중함을 깨닫는 한편 화학농업이 아닌 대안적인 친환경농법으로서의 토종의 가치에 대해서도 생각해보는 시간을 가질 수 있었다.
시간에 따라 그 형태를 드러낸 논의 형상을 사진으로 담아봤다. 편집자 주



10월 생활꾸러미 예정 품목

10월 1주차

품목	단위
살림두부	350g
시금치	1봉
햅쌀	1kg
유정란	10알
모듬쌈	1봉
오이고추	1봉
아욱	1봉
가지	2입

10월 2주차

품목	단위
유정란	10알
도토리묵	1팩
콩나물	1봉
고등어	1봉
무	1개
숙갓	1봉
파리고추	1봉
고구마	1봉
상추	1봉
브로콜리	1개

10월 3주차

품목	단위
유정란	10알
살림두부	350g
청국장	1봉
느타리버섯	1팩
애호박	1개
요구르트	1개
대파	1봉
간더덕	1봉

10월 4주차

품목	단위
유정란	10알
살림두부	350g
강낭콩	1봉
앞다리살	500g
카레	1봉
감자	1봉
양파	1봉
당근	1봉
피망	1봉

이철수 판화가의 나뭇잎 편지

그때가 오히려...



■ 휴살림 후원회원 명단

가림다마을영농조합, 강사영, 강승희, 구현수, 권득산, 권사홍, 권오전, 권택기, 김광부, 김규은, 김기연, 김남운, 김대하, 김동연, 김동진, 김명실, 김봉기, 김생수, 김수철, 김숙원, 김영권, 김영란, 김영철, 김원섭, 김정근, 김정승, 김준권, 김중상, 김홍대, 김행숙, 나기창, 나종연, 도재천, 리병현, 리양채, 리영환, 류훈희, 민성기, 박기활, 박동윤, 박래훈, 박미경, 박상일, 박영구, 박정국, 박종삼, 박종수, 박중원, 박중화, 박준순, 반명수, 방미진, 방영식, 배동환, 백미숙, 백은남, 백은숙, 서성내, 서순악, 석중옥, 선호균, 성경숙, 성기남, 성운제, (주)세인, 송기봉, 송동홍, 송미선, 송영환, 송인훈, 송지은, 신문수, 신언관, 신종하, 신치영, 신현식, 심민보, 심정섭, 안정택, 어해용, 염선업, 오과칠, 오복수, 오영세, 원희성, 우범기, 우중서, 원순자, 육종식, 윤국현, 윤성희, 윤슬기, 이기출, 이명순, 이명환, 이민채, 이봉휘, 이성원, 이수일, 이연호, 이영희, 이완호, 이일용, 이재형, 이정필, 이준규, 이채원, 이철민, 이태근, 이필규, 임동영, 임원택, 임진수, 임형락, 장동철, 장명숙, 장세규, 장소애, 전홍택, 정구홍, 정규원, 정규태, 정기환, 정명순, 정방현, 정석조, 정쌍은, 정 은, 정인숙, 정정신, 정창환, 정청천, 제일그린산업, 조기진, 조 솔, 조재환, 조정인, 조중기, 조현국, 주윤식, 주현경, 진필경, 천호균, 최경주, 최관호, 최금열, 최병국, 최재학, 최춘식, 한국농식품인증원, 한정화, 허상오, 홍석민, 홍 용기, 홍종윤, 황대호, 황인걸, (주)휴살림, (농)휴살림푸드

※기부금 영수증을 원하시는 분은 다음 연락처로 연락바랍니다. 070-4035-5979

친환경농산물 종류 구분

- 유기농산물**
유기 합성농약과 화학비료를 사용하지 않고 재배한 농산물
 - 무농약농산물**
유기 합성농약은 사용하지 않고 화학비료는 권장시비량의 1/3이하를 사용하여 재배한 농산물
 - 유기축산물**
항생제·합성항균제·호르몬제가 포함되어 지 않은 유기사료를 급여하여 사육한 축산물
 - 무항생제 축산물**
항생제·합성항균제·호르몬제가 포함되어 지 않은 무항생제 사료를 급여하여 사육한 축산물
- ※농산물우수관리제도(GAP: Good Agricultural Practices)는 친환경인증이 아닙니다.

■ 9월 휴살림 주요 활동

날짜	장소	구분	인원	내용
7일	옥천	교육	35	옥천군농업기술센터-친환경 농업
11일	괴산	교육	30	충북농업기술원-유기자재의 이해
13일	괴산	체험	80	서울학교급식모니터링단 산지체험
14일	괴산	체험	35	서울 동대문구학부모급식모니터링단 산지체험
18일	군위	교육	40	경북농민사관학교-유기자재의 이해
28일	괴산	교육	25	용천군농업기술센터-유기자재의 이해

휴살림 후원회원이 되어주세요 개인 및 법인 등 단체 후원도 가능

친환경농업 교육 및 컨설팅, 유기농 정보지 제작, 친환경농업 연구 등 휴살림연구소의 주요 활동은 후원금을 통해 이루어집니다. 휴살림연구소의 정기후원회원이 되어주세요. 자연과 인간이 어우러지는, 생명이 숨쉬는 땅을 만들기 위한 한 톨의 밑알을 뿌려주세요. 후원금은 친환경농업기술 정보지 제작, 토종씨앗 보존 및 전파 등 우리 흙과 농업과 환경을 살리는 일에 소중하게 쓰일 것입니다.
문의: (사)휴살림연구소 사무국 043-833-5004, 후원금 및 회비 납부처: 농협 351-0763-0949-03, 사단법인 휴살림연구소.



꾸러미란 어머니가 싸주시던 보따리를 매주 정기적으로 받아보는 직거래입니다. 친환경 인증을 받은 제철 농산물이 매주 배달됩니다.

건강한 먹을거리, 꾸러미로 편안하게 받아보세요.

무엇을 먹을까 고민할 필요 없이 장을 봐야 하는 번거로움 없이도 1주일 먹거리가 택배로 배달됩니다.



이제 장보러 가지 마세요
꾸러미하세요

• 꾸러미 상담/주문전화 :
043-212-0935
shop.heuksalim.com

알찬꾸러미

월4회 120,000원

유기농 무농약 채소와 무항생제 방사유정란, 우리콩 두부 등 필수 생활꾸러미와 과일 2~3종으로 구성됩니다.

• 발송 : 매주 수요일



생활꾸러미

월4회 100,000원

유기농 무농약 채소를 중심으로 무항생제 방사유정란, 우리콩 두부, 국산 농산물로 만든 가공식품 등으로 구성됩니다.

• 발송 : 매주 화요일



채소꾸러미

월4회 60,000원

매주 신선채소를 원하시는 분을 위한 꾸러미로, 유기농 무농약 채소로만 구성됩니다.

• 발송 : 매주 화요일



과일꾸러미

월2회 80,000원

국내산 친환경 과일로, 안심하고 겹질째 드셔도 됩니다. 제철과일의 맛과 향을 제대로 느낄 수 있습니다.

• 발송 : 격주 수요일



미니과일꾸러미

월4회 80,000원

친환경사과, 토마토, 유기농바나나와 제철과일 1종으로 구성되어 겹질째 안심하고 드셔도 됩니다.

• 발송 : 매주 수요일



친환경 인삼재배 토양관리 필수품! 흙살림 인삼용 유기농자재

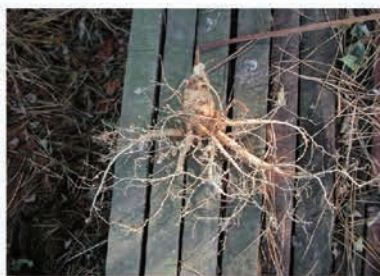
인삼용 미생물발효유기질
흙나라골드 10 kg

발효유기질과 미생물을 하나로
인삼에 꼭 맞는 예정지 관리!

농촌진흥청 특허균주 - 길항 바실러스 항균펩타이드
풍부한 미생물과 항생물질
유기물 분해가 촉진되고 황이 덜 깎입니다!
생육 촉진 및 토양병 예방 효과로 1석 4조!



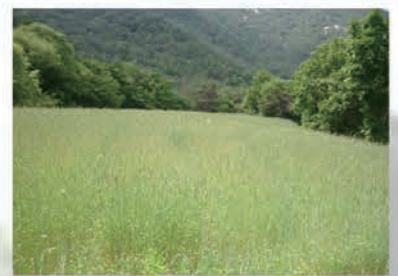
흙나라골드-처리



흙나라골드-무처리



균사체

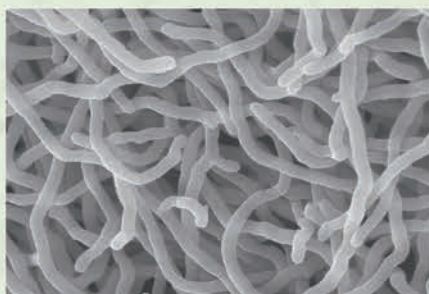


인삼예정지

토양관리용 천연항생물질
흙이랑뿌리랑플러스 8 kg

천연 항생물질로
인삼 내병성(유도저항성) 증강!

생명공학연구원 특허균주 방선균유래 항생물질 '파로모마이신'
풍부한 미생물과 항생물질
유기물 분해가 촉진되고 황이 덜 깎입니다!
생육 촉진 및 토양병 예방 효과로 1석 4조!



방선균, 균근균이 번성한 토양에서 자라는 뿌리



파로모마이신의 길항테스트