

## 우리는 완전채식주의자(비건)이 되어야 하는가?

소방안전학부 202211747 김기윤

1. 요즘 끊임없이 화두에 오르는 문제들 중, 채식주의에 대한 논쟁은 빠질 수 없다. 현대 사회는 지속적으로 끊임없이 많은 가축을 소비하고 이용하며 그 형태를 유지하고 있으며, 이를 위한 비윤리적인 가축의 도구화는 피할 수 없는 것이라고 여겨져왔다. 하지만 동물 복리 증진과 더불어 건강까지 챙길 수 있는 방법으로 채식주의의 새로운 형태인 완전 채식주의(Vegan)가 등장하면서 많은 사람들이 이에 동참하고있다. 현재 완전 채식주의자들은 전 세계에 수 없이 많으며 그 수는 지속적으로 증가하는 추세이다. 완전 채식주의를 찬성하는 쪽에서는 앞서 말했듯이 동물의 복리 증진과 건강까지 챙길 수 있으므로 육식 보다는 채식을 지향하는 것이 옳다고 주장한다. 이를 반대하는 입장에서는 인간은 잡식동물이기 때문에 생존을 위해서는 동물성 식품이 꼭 필요하며 잘못된 완전 채식은 오히려 건강 문제를 초래할 수 있다고 주장하며 완전 채식주의에 대해 우려를 표한다. 이번 글에서 나는 완전 채식주의(Vegan)가 무엇인지, 왜 채식주의가 우리 사회에 만연하고있는지, 문제점은 무엇인지, 이에 따른 해결책은 어떻게 되는지 이야기해보고자 한다.
2. 비건(Vegan)은 일반적인 채식주의(Vegetarian)와는 달리 완전 채식주의자로서 육류는 물론, 달걀, 유제품등의 가축의 생산품 또한 소비하지 않고 오로지 식물성 식품만을 소비하는 이들을 말한다. 현재 수 많은 사람들이 자신이 비건임을 자처하며 나서는데, 이들 중 유명인들도 대거 해당되어있다. 대표적인 비건으로는 공리주의 철학자 피터 싱어가 있다. 이때 싱어는 자신의 저서인 「동물 해방」을 통하여 채식주의에 대해 이렇게 이야기 하고 있다. 그에 따르면 집약적 축산, 즉 비윤리적인 형태로 이루어지는 공장식 축산은 쾌고감 수능력을 가진 동물들의 복리를 존중하지 않을 뿐더러 환경 파괴에도 영향을 미친다. 따라서 우리는 채식을 통하여 육류를 소비하는 것이 주류인 사회의 형태를 채식 위주의 사회로 바꿈으로써 집약적 방식의 축산형태를 사회에서 제거하여야 한다. 더 나아가 궁극적으로는 미래사회에서 비윤리적으로 사육되어지는 가축들을 줄여 이들의 복리를 증진시킴과 동시에 그로 인하여 발생하는 환경문제 또한 해결하여야 한다.<sup>1</sup> 싱어 또한 대부분의 비건들이 중요시 여기는 가치인 **동물권**과 **환경 보호**에 초점을 두어 채식주의를 이야기 하였다. 그렇다면 비건들은 오로지 동물 해방과 환경 보호 때문에 비건을 자처하는 것일까? 첫 번째로 이러한 원초적인 의문점을 해결하기 위하여 이번 문단에서는 이들이 비건을 지향하는 이유는 무엇인지 부터 천천히 알아보자.
- 2.1. 첫 번째로 윤리적인 측면 때문에 비건을 지향하는 경우에 대하여 이야기 해보자. 이들은 대개 동물권과 환경보호를 목적으로 비건을 지향한다. 이러한 비건 지향의 목적성에 대해서 피터 싱어는 그의 저서 「동물 해방」에서 채식주의의 궁극적인 목표로 미래사회에서의 집약적 방식의 축산형태의 제거를 제시한다.<sup>2</sup> 하지만 이러한 축산형태를 제거려면 현재

---

<sup>1</sup> 김성한, 「동물 해방」, 고양: 연암서가, 2012, 306쪽.

<sup>2</sup> 김성한, 「동물 해방」, 고양: 연암서가, 2012, 280쪽.

비건이 소수인 사회를 비건이 주류인 사회로 바꿀 필요가 있다. 이때 비건인 이들은 비건이 아닌 이들(논비건)에게 비건을 지향할 것을 권장하게 되는데 문제는 여기에서 시작되어진다. 이들은 집약적 축산의 제거를 위하여 자신들의 신념을 최대한 널리 퍼트리려는 경향을 나타내며 이때 논비건인 사람들을 자신보다 열등한 사람들로 여기고 무작정 가르치려 들거나, 식당에 쳐들어가 신념을 전파함으로써 식당 이용객들과 점주에게 피해를 주기도 한다. 후자의 경우 실제로 국내 급진적 비건단체가 햄버거 가게에서 “음식이 아니라 폭력입니다”라는 슬로건을 내세우며 점주와 식당 이용객에게 피해를 준 사례가 존재한다.<sup>3</sup> 이렇듯이 비건을 지향하는 것 자체에서는 큰 문제가 되어지지 않으나, 이를 타인에게 강요한다면 문제가 되어진다. 정작 같은 인간은 존중하지 않으면서 동물권을 논하는 그들의 행동은 모순적이다. 타인에게 자신의 신념이 옳다고 강요하는 이들의 행위는 타인의 권리를 침해하는 행동이며 동시에 자신들이 그들보다 우월하다고 여기는 선민사상적인 행태이다. 이들이 생각하듯이 채식은 하는 것은 육식을 하는 것보다 우월하지 않다. 채식을 지향하는 것과 육식을 겸하는 것은 육식을 겸하는 이들이 더 야만적인 사람이기 때문이 아닌, 단지 식도락적 취향의 차이이다. 이들의 주장처럼 만약 육식이 야만적이고 저열한 행위라면 육식동물들이 초식동물을 잡아먹는 행위도 비난받아야 하는지에 대해서도 논란의 여지가 생겨야 한다. 인간 또한 타 동물과 마찬가지로 본능을 가지고 있으며, 인간이 태초의 모습일 때 부터 인간은 풀과 고기를 겸하여 먹었다. 이를 통하여 인간이 육류를 탐하는 것은 이성적 성격의 행동이 아닌 본능에서 부터 뿌리를 둔 행동이라는 것을 알 수 있다. 인간은 현재 먹이사슬에 정점에 군림하고있다. 세렝게티의 사자가 임팔라의 고기를 먹듯이 최상위 포식자인 인간이 다른 동물을 잡아먹는 행위는 자연의 섭리와 가장 가까운 형태이다. 궁극적으로 이들이 주장하고 있는 동물 해방의 형태는 동물권을 인권과 동등하거나 그 이상으로 여기고 있다. 현대 사회는 천부인권사상을 기반으로 하고 있으며 우리 사회는 인간중심적으로 돌아가야 한다. 이들의 주장은 결국 인간중심사회 자체를 부정하는 행위로서 이는 같은 종인 인간은 고려하지 않고 있으므로 정당성이 없다고 볼 수 있다.

2.2. 두 번째로 건강적인 측면에서 비건을 지향하는 경우에 대하여 이야기 해보자. 건강적인 측면에서 비건이 될 것을 강조하는 비건들은 대부분 동물성 식품이 성인병의 주된 원인이라고 주장하며 논비건들을 자신들의 세계로 끌어들이고있다. 물론 동물성 기름을 내포하고있는 식품들을 자주 섭취하게되면 고혈압과 같은 성인병 발병률을 증가시킬 수 있는 것은 사실이다. 하지만 SBS에서 방영되었던 'SBS스페셜-옥수수의 습격'에서는 조금 다른 이야기를 다루고 있다. 이 방송분에서는 오로지 버터만을 먹으며 60kg을 감량한 사례와 버터, 달걀, 고기, 치즈 등의 동물성 식품을 통하여 3개월 만에 체중감량, 고혈압 개선의 효과를 본 사례가 존재한다. 대신 이들이 먹은 것은 옥수수가 아닌 풀을 먹인 소들에게서 생산된 유제품들이다. 옥수수를 먹인 소들이 생산한 유제품의 성분과 풀을 먹인 소들이 생산한 유제품의 성분을 비교한 결과 옥수수를 먹인 소들의 유제품이 풀을 먹인 소들의

<sup>3</sup> 조성진, “패스트푸드점 기습 점령 시위한 ‘비건 단체’ 논란”, 한스경제, 2019년 9월 3일 수정, 2022년 11월 25일 접속, <http://www.sporbiz.co.kr/news/articleView.html?idxno=371819>.

유제품보다 지방산의 구성비율이 더 불균형한 것으로 나타났다. 즉, 문제는 소들에게 사료로 주었던 옥수수, 즉 식물성 식품이었던 이례적인 결과였다.<sup>4</sup> 오히려 잘못된 식물성 식품이 동물성 식품보다 인체에 더 악영향을 미친 것이다. 또한 2021년, 미국 임상 영양 저널에 5~10세의 폴란드 어린이들 가운데 채식을 하는 아이들과 채식과 육식 모두 병행하는 아이들의 건강을 연구한 결과가 발표되어진적이 있었다. 채식을 하는 아이들은 채식과 육식을 병행하는 아이들보다 대체로 더 날씬했고 낮은 콜레스테롤 수치를 보였지만 연령대에 비해 신장이 평균 3cm정도 낮았고 왜소한 체구, 뼈 질량이 낮은 것으로 나타났다. 성장기에 골밀도를 정상적으로 이루지 못하면 노년기에 골다공증등의 증상이 나타나기가 더 쉬워진다.<sup>5</sup> 이러한 위험성을 안고 다양한 영양소가 필요한 아이들이 채식을 하는 이유는 단지 아이들의 부모가 그렇게 식단을 짜주었기 때문일 것이다. 이렇듯이 잘못된 지식 속에서 이루어지는 채식은 되려 인체에는 독이 될 수 있다. 또한 성장기 아이들은 적당한 동물성 식품의 섭취가 권장되어지고있다. 이로써 건강한 측면 때문에 육류 소비를 금하고 채식만을 지향해야 한다는 것은 잘못된 주장임을 알 수 있다.

3. 지금까지 건강적, 윤리적 측면에서 비건을 꼭 지향할 필요가 없다는 것을 여러 근거자료들을 통하여 이야기 해보았다. 이때 내 글을 읽는 사람들 중에 비건이 있다면 나의 주장이 싱어의 개념인 **중차별주의**를 조장한다고 비판 할 것이다. 이때 나는 이러한 반론에 대하여 다음과 같이 이야기 할 것이다. 비건들은 동물이나 환경, 또는 자신들의 건강을 위하여 비건을 지향하고, 또 이를 논비건인 이들에게 설파 할 것이다. 하지만 이 과정에서 비건들은 가장 존중받아야 마땅한 인간의 권리와 자유는 생각하지 않고있다. 엄밀히 따지자면 동물의 권리보다는 인간의 권리가 더 우선적이어야 한다. 비건과 논비건 모두 똑같이 천부인권을 통하여 인간이라는 자체만으로 존엄을 부여받아자유롭게 선택하고 책임을 질 권리를 가진다. 동물성 식품을 소비하던 식물성 식품을 소비하던 간에 이는 존엄을 가진 인간으로써 단지 무엇을 먹을 것인지 선택하는 행위이다. 인간의 권리를 침해하면서 까지 인간이 아닌 타 동물의 권리를 생각하여야 하는지는 의문이라는 생각이 든다.

4. 또한 비건들은 나에게 '개인적으로 비건을 지향하는 것 자체만으로도 문제가 될 수 있는가?'라고도 이야기 할 수 있을 것이다. 나는 개인적으로 비건을 지향하는 것에 대하여 비판하지 않는다. 오히려 개인적으로 비건을 지향하는 이들을 비판하는 이가 타인의 권리를 침해한 것으로 비판받아야 마땅하다. 내가 이야기 하고싶은 문제는 '왜 비건들이 논비건

---

<sup>4</sup> 라이프팀, "'옥수수가 우리를 병들게 한다' 옥수수의 습격, 시청자 경악!", bnt뉴스, 2010년 10월 11일 수정, 2022년 11월 25일 접속, <https://www.bntnews.co.kr/article/view/bnt201010110187>.

<sup>5</sup> 오수정, "프랑스 학교 '채식 식단' 급식 의무화, 어린이들에게 비건 식단의 위험과 이점은?", FTsports뉴스, 2022년 6월 24일 수정, 2022년 11월 25일 접속, <http://www.ftimes.kr/news/articleView.html?idxno=18210>.

들에게 그들의 신념을 거짓정보를 통해서라도 강요하는 것인가?’ 이다. 타인에게 무엇인가를 권유 할 때에는 예의를 갖추고 정중하게 행동해야 한다. 하지만 이들의 방식은 앞서 본문에서 이야기 했듯이 가게 안에서 난동을 부려 점주와 손님들에게 피해를 주거나 무작정 동물성 식품을 소비하는 이들 앞에서 그들을 비난하며 도덕적 우월감을 채우기에 급급해 하며 이들이 정말 동물과 환경을 사랑하는 것인지, 그렇지 않다면 ‘동물과 환경을 생각하기 때문에 비건을 지향하는 타인보다 도덕적으로 우월한 깨어있는 시민인 나’를 보여주기 위한 것인지 의문이 들 정도이다. 결론적으로 개인이 비건을 지향하는 것은 비판의 여지가 없으나 이를 강요하는 것은 비판 받아야 마땅한 것이다. 따라서 ‘개인적으로 비건을 지향하는 것 자체만으로도 문제가 될 수 있는가?’라는 질문은 내 글의 논지에서 벗어난 반론이다.

5. 얼마전 PC게임 ‘오버워치2’를 하다 게임 캐릭터가 “채식은 그 자체만으로 고귀한 것”이라는 대사를 하는 것을 들었다. 나는 이 대사를 듣고 ‘오버워치2’가 매체의 힘을 이용하여 임의적으로 게임 내 플레이어들에게 채식이 더 고귀하다고 알게모르게 주입하는 것이 아닐까 라는 생각이 들었다. 내가 이번 글을 쓰면서 주장하고 싶은 것은 ‘자신의 신념을 타인에게 강요하지 말라.’는 것 단 한 가지 이다. 신념에 대한 강요는 비건이고 논비건이고를 떠나서 타인의 자유를 침해하는 행동이며, 이는 매우 몰상식한 행동이다. 그래서 나는 논비건도 피해를 입지 않고 비건들도 피해입지 않는 가장 간단한 해결책을 이야기 하려고 한다. 이는 가게에서 난동을 부리는 것도, 강요하는 것도, 설교하는 것도 아닌, 단지 지켜보는 것이다. 예를 들어 논비건과 비건이 서로 식사를 하고 있다고 가정해보자. 이때 논비건이 육류를 곁들이는 것에 대하여 비건은 절대로 이에 대하여 이야기 하지 않고 일반적인 담소를 나누며 서로의 식사를 즐긴다면 어떠한 문제도 일어나지 않을 것이다. 다만 이를 통하여 논비건인 이는 비건의 식사에 흥미를 가질 수 도있다. 궁극적으로 비건은 논비건이 자신의 식단에 흥미를 가질 수 있도록 기다려주어야 한다. 이것이 내가 생각하는 가장 이상적인 방법이다. 강요도 없고 피해도 없는 가장 완벽한 방법으로 비건과 논비건은 이에 만족할 것이라고 생각한다. 급진적 비건들이 생각하듯이 논비건들은 동물성 식품을 먹는다고 해서 절대로 생명을 경시하는 이들이 아니다. 단지 가치관의 차이일 뿐이다. 우리는 모두 같은 인간이며, 평등하다. 앞으로의 미래 사회에서는 논비건과 비건 모두 인정받는 사회가 되어지기를 바라며 글을 마친다.

6. 단행본:

김성한, 「동물 해방」, 고양: 연암서가, 2012, 306쪽.

김성한, 「동물 해방」, 고양: 연암서가, 2012, 280쪽.

인터넷 자료:

조성진, "패스트푸드점 기습 점령 시위한 '비건 단체' 논란", 한스경제, 2019년 9월 3일 수정, 2022년 11월 25일 접속, <http://www.sporbiz.co.kr/news/articleView.html?idxno=371819>.

라이프팀, "'옥수수가 우리를 병들게 한다' 옥수수의 습격, 시청자 경악!", bnt뉴스, 2010년 10월 11일 수정, 2022년 11월 25일 접속, <https://www.bntnews.co.kr/article/view/bnt201010110187>.

오수정, "프랑스 학교 '채식 식단' 급식 의무화, 어린이들에게 비건 식단의 위험과 이점은?", FTsports뉴스, 2022년 6월 24일 수정, 2022년 11월 25일 접속, <http://www.ftimes.kr/news/articleView.html?idxno=18210>.