

“먹는 일도 이제는 문화의 한 유형”

각종 ‘음식에세이’ 다투어 출간…식인문화 다룬 책도 등장

인간에게 있어 음식의 의미는 생존을 위한 ‘먹거리’에서 건강을 증진시키기 위한 영양소로, 다시 문화의 한 유형으로 변화돼왔다. 특히 경제적 안정이 이뤄진 뒤 우리도 급격히 문화로서의 음식을 추구하고 있으며, 이를 반영하듯 서점가에도 요리법을 담은 책들 일변도에서 벗어나 자연식을 통한 건강비결 등이 실린 책이나, ‘음식문화사’로 읽히는 책들이 선보이고 있어 눈길을 끈다.

먼저 음식을 섭취함으로써 그것이 곧 약이 된다는 식의 주장이 담긴 「약이 되는 먹거리」(진 카피/안덕균, 까치)가 있고 건강유지에 도움이 되는 음식을 소개한 「체질을 알면 건강이 보인다」(이명복, 대광)와 유태중 박사의 「음식궁합」 「식품보감」(동지), 그리고 「현대인의 식생활과 건강」(송병준 외, 건국대출판부), 생명의 신비를 밝힌 「아유르베다」(바산트 레드/이효준, 관음)이 있다. 또한 음식문화를 문화사적 시각에서 분석한 연구서로는 미국의 저명한 문화인류학자 마빈 해리스 교수의 「음식문화의 수수께끼」(서진영, 한길사)와 「문화의 패턴」(루스 테네트/김영규, 까치) 등이 있다.

특히 농산물의 대량생산과 수입으로 인해 예전보다 식품선택의 폭이 넓어진 반면 체질에 맞지 않는 음식과 과다한 영양섭취가 비만증, 당뇨병, 심장병, 고혈압 등 이른바 갖가지 성인병을 유발하고 있어 위에서 열거한 약이 되는 음식이나 체질개선을 돕는 음식, 식생활을 하나의 문화로 격상시켜 다룬 책들이 다수 출판돼 독자층을 형성하고 있는 것이다.

체질과 식품의 상대성 다룬 책들

현대인들의 건강에 대한 지대한 관심과 책을 같이 하는 이런 책들 가운데 약이 될만한 음식을 골라 모은 책 「약이 되는 먹거리」는 음식을 먹었을 때의 약학적 효능을 증명하고 있는데, 일상의 음식들 대부분이 조제된 약품과 같은 성질을 가지고 있어 “그것들은 우리에게 병을 예방하고 생명을 연장시켜 줄 수 있는 자연적인 약을 제공한다”고 강조한다. 흔히 먹는 음식에도 자연적인 이노제나 정신안정제 및 약학적 성분이 들어 있기 때문에 음식을 선별하여 먹으면 질병이 치료된다는 것이다. 이 책과 함께 체질에 따른 음식섭취로 “인체의 불균형 상태를 조화로운 상태로 개선할 수 있는 한방의 효능”을 다룬 책이 「체질을 알면 건강이 보인다」다. 저자 이명복씨는 ‘사

먹거리에서 영양소로, 다시

문화현상으로 변화된 음식.

건강에 대한 지대한 관심을

반영한 바른 식품선택을

돕는 책과, 음식문화를

문화사적인 관점에서 조명한

‘음식문화사’들의 출판이

최근 열기를 띠고 있어

출판계의 비상한 관심을

모으고 있다.

상의학’이라는 4종 체질론을 내세워서 체질에 맞는 유익한 식품과 유해한 식품을 염두에 두고 음식을 가려 섭취하기를 권한다. 「식품보감」과 「음식궁합」은 위의 「체질을 알면…」와 달리 식품선택에 영향을 주는 저서들. 이 두 책의 공통점은 흔히 먹는 식품이 다른 식품과 어울리면서 성분의 변화를 가져오는 것을 막고 영양효율을 높이기 위해서는 음식의 재료를 선택할 때부터 주의해야 한다는 것. 또한 「식품보감」 「음식궁합」에서는 가장 자연스러운 음식문화로서 농경시대의 음식문화를 예로 든다.

식품의 바른 선택이나 체질개선만으로 반드시 건강해지는 것은 아니다. 「현대인의 식생활과 건강」과 「아유르베다」가 밝히고 있듯이, 건강유지의 가장 좋은 비결은 “음식조절과 규칙적인 생활”이다. 즉 식생활의 과학화로 다양한 영양소의 섭취와 충분한 단백질의 섭취 그리고 치아건강과 카페인 음료의 절제를 권하고 있다.

“人肉은 상징적 식품이다”

인간이 음식을 찾는 습관은 “지리적 환경과 생산기술, 그리고 인구의 과잉 현상 및 문화의 발전 내용에 따라 결정되므로 식습관을 통하여 그 사회의 발전 정도를 짐작할 수 있다” (「중국고대사회」 허진웅, 동문선)고 한다. 이 같은 시각에서 음식의 문화사적인 면을 밝히고 있는 책들도 있다.

「음식문화의 수수께끼」 「문화의 패턴」 「중국의 식인문화」 「식품문화사」 등이 그것들에 속하는데, 이 책들은 ‘식육문화’를 공통적으로 다룬다. 우선 식육문화가 생겨난 배경에



건강과 관련된 식품 선택요령과 음식문화를 소개한 책들.

대해 「음식문화의 수수께끼」는 “각 문화의 식습관이 갖는 합리성의 근거를 동물성 단백질에 기초”하여 설명한다. 단백질이 영양상 중요한 것은 근육·내장·세포·호르몬·효소가 모두 아미노산의 길고 복잡한 사슬로 연결되어 있기 때문에 성장, 발육을 촉진하고 조정한다는 데 있다. 실제로 남아메리카의 토착민들 사이에서는 “고기를 갈망하는 사례가 많았다”고 한다. 「음식문화의 수수께끼」의 저자 마빈 해리스는 그들에게 동물성 식품을 공급해 줄 가축이 전혀 없었기 때문에 끊임없이 ‘고기’가 문제시되었으리라 추측한다. 이들의 고기에 대한 열망은 점차 커져서 ‘단백질 결핍’이나 불충분한 식사 대응으로 ‘식인풍습’을 가져온 것이다.

「중국의 식인문화」에서도 마찬가지로 사람이 인육을 “상징적 식품” 혹은 常食으로 먹는 풍습인 ‘카니버리즘’(Cannibalism)에 대해 언급하고 있다. 사실 인류의 식인문화는 아주 오래전부터 시작되었는데 「식품문화사」를 보면, 그 역사는 기원전 7만5천년 경의 빙하기 초반으로 거슬러 올라가게 된다. 네안데르탈인은 고도의 사냥기술을 갖고 있었지만 고기가 없을 때에는 자신들의 동료를 먹었다는 것이다.

현재의 음식은 인체실험 비탕한 지식

「음식문화의 수수께끼」에서 영양학자들은 “인간의 살 그 자체가 인간이 먹기에 가장 질이 좋은 단백질을 함유하고 있다”고 말한다. 그러나 동물성 단백질의 공급을 위해서 투피남바족이나 후룬족, 이로코족이 식인전쟁에 나서지는 것은 아니며 어디까지나 전쟁의 부산

물로서 전쟁포로를 얻는다고 한다. 마빈 해리스는 “그들이 전쟁포로를 가외효용할 수 있었기 때문에 고기에 굶주려 있던 여자들의 욕구를 충족시켜 주었다”고 한다.

한편 「중국의 식인문화」에서 저자는 중국에서도 20세기에 들어설 때까지 4천 년 동안 식인이 자행되었음을 밝힌다. 사실 중국의 식인문화의 배경을 보면 “주나라 시대에는 중죄인에게 사법으로서 식인형을 성문화하였다”는 기록이 있을 정도다. 특히 중국에서 식인문화가 전지역에 걸쳐 성행할 수 있었던 이유는 갖은 자연재해와 전란이 몰고 온 기근 때문이었다. 인간은 전란에 의한 살육사, 기근에 의한 아사 이외에 마치 양이나 돼지처럼 서로 살해하거나 살해당하여 식육으로서 생반에 올려졌다. 자연재해로 인한 기아와 범죄인에게 가한 사법적 조치 혹은 특정인의 기호로 자행된 식육은 「음식문화의 수수께끼」에서 기술된 “미개인의 고기에 대한 열망”과 전혀 다를 바가 없는 것이다. 특이한 사례가 있다면, 황제를 정점으로 하는 전제군주사회에서 권력을 지탱하기 위해 식인을 자행한 것이다.

먹을 수 있는 것을 가려 후손에게 전해온 일용식품은 약 4백종에 이른다. 이것은 오랜 역사를 통해 귀중한 인체 실험을 바탕으로 얻어낸 지식이라고 할 수 있다. 음식과 음식문화를 다룬 이상의 책들은 바로 그런 역사의 발자취를 담은 그릇과 같아 “하루 밥 세끼”에도 다른 의미를 부여한다.

—배은희 기자