



우리가 공장식 농장에서 나오는 고기를 먹는다는 의미는 " 계속 잔인하게 죽이세요. 내가 목인했어요" 라고 말하는 것과 같습니다 (Frank L Hoffman 목사)

어떤 고기가 인도적이며 신선한 고기 입니까?

아직 자라지도 못한 어린 가축을 잡아 먹는 것이 신선한 고기 인가요? 사람들은 " 신선한 고기" 혹은 "자연산" 혹은 "야생으로 키운 닭" 등 이러한 단어를 사용하며 고기의 신선함을 광고하지만 대부분이 제한된 좁은공간에서 키웠거나 몸 일부를 절단하며 고통속에서 키운 가축들이 더 많습니다. 소규모의 축산업자들은 양심적인 축산업을 하고 있는지 모르겠습니다 만 대부분 대규모 축산업자는 가축의 고통에는 관심이 없습니다

당신이 고기 먹는 이유는 무엇입니까?

고기 맛에 중독되어 혹은 육질 입맛에 빠져, 또 어떤 편리함의 추구로 많은 사람이 고기를 먹고 있습니다. 하지만 당신이 기독교인이라면 고기를 먹는 행위가 그리스도인으로써 가치에 맞는 행동인지 다시 한번 자문 해 봐야 합니다. 진정 고기를 먹는것이 참 그리스도인의 행위에 맞다고 생각합니까?



가축들이 법적인 보호를 받고 있습니까?

미국을 비롯하여 많은 국가에서 합법적으로 행해지고 있는 축산업 관리법에는 가축들이 받고 있는 고통과 동물에 가해지는 잔혹한 행위에도 불구하고 이를 금지하는 내용이 없습니다. 이와같은 똑같은 잔혹행위가 개나 고양이 같은 반려동물에게 행하여 지는 경우 동물보호법에 의해 제재를 받게되지만, 소나 돼지 닭인 경우에는 법의 저촉함이 없이 이런 잔혹행위가 정당화 되고 있습니다. 미국의 법령은 집단수용시설에 적용되는 동물의 수용시설에는 적용이 되지 않고 있으며 새장 인 경우

더욱 더 그렇습니다.

아마존 지역의 대규모 축산업

으로 인하여 산림파괴가 가속화 되고 있다.

채식을 통해서 얻을 수 있는것은?

너희 몸은 너희가 하나님께로 부터 받은 바 너희 가운데 계신 성령의 전인줄 알지 못하느냐? (고린도 전서 6:19)

올바른 음식과 적당한 운동은 우리에게 적당한 몸무게를 얻을수 있게 하고 또한 유지하게 도와 줍니다. 미국의 가장 큰 음식 영양학회인 미국채식연합(The American Dietetic Association)에서는 채식 습관은 심장병, 고혈압, 당뇨, 비만, 암 등에 대한 불안감으로 부터 자유로워 진다는 연구 결과를 발표 한 바



Ultra marathon 우승자 Scott Jurek 은 채식주의자였다 (ScottJurek.com)

있습니다. Mayo Clinic 건강센터 역시 비슷한 연구 결과를 보급하고 있습니다. 우리들의 신체는 치아의 모습을 보면 채식 에 적합하게 만들어져 있고 소화기관 역시 채식에 적합하게 만들어져 있음을 발표 했습니다. 채식과 건강에 대한 상관관계에 대하여 더 많은 정보를 원하시면 Christianveg.org/nutrition 을 방문 해 주시기 바랍니다.

지구는 인간에게 가장 중요한 땅 입니다.

(창세기 2:15) 여호와 하나님은 사람을 만들어 에덴 동산에 살게 하시고 그땅을 다스리며 지키게 하셨습니다.

지구상에 인간에게 가장 필요한 토양과 물 그리고 에너지 자원은 고기를 원하는 인간의 육식으로 인하여 점점 고갈되고 있습니다. 뿐만 아니라 온실가스의 51%는 가축을 키우고 발생하는 부산물로 인하여 생성되고 있습니다. 우리가 할 수 있는 가장 중요한 것은 환경에 피해를 주며 온실가스의 원인이 되는 동물 관련 생산품 사용을 줄여야 하는 것입니다

너의 아버지가 자비하심 같이
너희도 자비하라
Be you therefore merciful, as your father also is merciful
누가 6:36

항생제 약품, 성장촉진제, 내균성 사료



축산업자는 비좁고 열악한 축사의 환경으로 인하여 가축이 쉽게 감염되고 병드는 것을 막기 위하여 정기적으로 사료에 항생제를 넣습니다. 항생제 과다사용으로 고기에 들어간 항생제는 그대로 인간에게 전달되며 내성을 가진 슈퍼박테리아로 진보되어 인류를 위협하고 있습니다

굶주림 그리고 안전한 음식

일억이 넘는 인구가 기아와 영양부족으로 고통 받고 있으며 매년 수천만명이 굶어 죽어 가고 있습니다. 반면에 가축들을 기르기 위해 세계에서 경작되는 농작물의 37%가 소비 되고 있으며, 미국 에서만 농작물의 66%가 가축을 기르기 위해 소비 된다고 추정하고 있습니다. 돼지나 닭이 소비하는 사료의 적은 부분만이 우리가 먹을수 있는 고기로 바뀌는 것입니다. 가축들이 먹는 대부분은 일정 수준까지만 살을 찌우는데 필요하고 나머지는 생명을 유지하는데 소모 됩니다. 결과적으로 고기를 생산하기 위해 과다한 사료가 필요하다는 것입니다. 사료를 이용하여 고기를 만들지만 사료의 67-90%에 해당하는 프로틴, 칼로리 그리고 파이버는 버려지는 것과 마찬가지로 입니다. 왜냐하면, 지구의 토양과 물 등 우리가 취할수 있는 음식의 근원은 한정되어 있는데 육식을 하면 할수록 더 많이 그리고 더 빨리 우리가 공유할 먹거리가 사라지기 때문입니다. 육식을 선호하는 인구가 많아지면 질수록 세상의 가난한 사람이 먹을수 있는 음식은 더욱 더 부족해 질수 뿐이 없습니다.

불쌍함을 느끼는자에게 복이 있나니.
(마태 5:7)

무엇부터 어떻게 시작해야 할까요?

만약에 당신이 채식을 시도 하려 한다면 이는 대단히 축복 받을만한 시작입니다. 그리고 이것은 그리 어려운 것이 아닙니다. 세상에는 편리하고 영양 많고 맛있는 채식 식품이 아주 많이 있습니다. 채식을 통해 좀 더 가벼운 체중을 유지할 수 있으며 좀 더 상쾌한 에너지를 느낄수 있을 겁니다. 채식을 장려하는 기관은 어디서나 쉽게 만날 수 있으며 필요한 충고를 얻을수 있을겁니다.채식에 대해 궁금한 점이 있는 그리스도인은 christianveg.org 를 방문하여 주시기 바랍니다.



하나님이 창조하신 가축들이 축산농장에서 받고 있는 고통에 대하여 사진이나 그외 다른 방법으로 공개 하는 것은 법적으로 금지하고 있습니다.

성경은 육식에 대하여 어떻게 말씀하실까요?

성경은 어떠한 상황에서도 고기를 먹지 말라고 명령 하지는 않습니다. 하지만 오늘날 대부분의 그리스도인에겐 건강에 유익한 많은 먹거리 선택을 할수 있는 상황입니다. 성경은 많은 구절에서 채식이 하나님이 주신 이상적인 식사법 이라는 것을 알려주고 있습니다. 에덴동산에서 인간은 동물과 그외 모든 피조물과 함께 평화롭게 공존하며 살았습니다. 그리고 하나님은 인간과 모든 생명에게 씨 맺는 채소와 열매가 우리의 먹거리 라는 것을 명령 하셨습니다.(창세기 1:29-30) . 이사야 11 장 6-9 절에는 다시 회복되는 천국의 모습에 대해서 묘사하고 있습니다. 육식에 대한 성경적 논란에 대해서 알고 싶으시면

all-creatures.org/replies.htm 을 방문하시기바랍니다.



하나님은 동물에게 관심이 없을까요?

창세기 1:21-22 을 보면 관련 말씀이 있습니다. 하나님은 모든 생명을 창조하시고 축복하시며 보기 아름답다고 말씀 하셨습니다. 또한 창세기 2:18-19 을 보면 하나님은 동물들을 아담의 친구로 그리고 도움을 주는 동물이 되도록 하였고, 아담이 각각의 이름을 만들어 주도록 하셨습니다. 성경은 계속하여 모든 동물에게 사랑의 관심을 주셨고 동물에 대한 잔인한 행위를 금지하였습니다. 예수님은 말씀하셨습니다. "마음이 자비로운자에게 복이 있으리(마태 5:7)" 하지만 거의 모든 축산업 농장에는 인정도 자비도 없습니다. 혹시, 하나님께서 우리의 잔인한

행위를 허락 하셨다고 생각하는 그릇된 믿음을 주장하지는 않는건지요? "우리가 남을 대접 한대로 우리 또한 그렇게 대접 받으리라 (마태 7:12)" 하신 말씀을 기억하시기 바랍니다.

비육 돼지농장의 관리 지침:

돼지가 동물이라는 생각을 버려라. 공장의 기계라고 생각하고 그렇게 다루라

하나님이 창조하신 동물

예수님께서 말씀 하시길 "공중의 새를 보라. 하나님께서 먹이고 기르시나니 (마태 6:26) " "하나님께서 샅사리온에 팔리는 다섯 마리 참새 조차 잊지 아니 하나니 (누가 12:6) "

동물들도 자기 나름대로 기쁨, 호기심, 즐거움, 사랑, 공포, 걱정, 바램 그리고 고통등 인간과 다른 없는 감정과 감각을 가지고 있습니다.

*소들도 장난치며 집단 생활을 합니다.

*돼지도 호기심이 많고 영리하며 다른 종류 돼지와 연합하며 삽니다.

*닭들도 이름을 붙여주면 자기 이름을 알아 들으며 또한 자기 성격을 갖고 있습니다.

* 사랑받고 살아가는 애완 동물이나 고기로 쓰이는 가축이나 다 같습니다.

그러나 아직도 대규모 축산업 우리나라 축사들은 더럽고, 비좁고, 냄새나고 창문조차 없는 시설에서 엄청난 고통을 받고 있습니다. 예를 들면:

*거세, 닭의 부리 잘라 내기, 수족 절단 등 고통을 주는 행위가 아무런 마취 없이 정기적으로 행하여지고 있습니다.

*산란 닭들을 날개도 펼수 없을 정도로 좁은 닭장 속으로 꾸겨 넣고 있습니다.

*임신한 돼지들은 몸을 돌릴수 없는 정도의 좁은 우리 속에서 몇달을 보내야 합니다.

* 엄마 젖소는 해산을 하자 말자 말자 아기 송아지를 빼앗기고 며칠, 몇주를 울며서 지냅니다.

우유를 인간에게 빼앗긴 아기 송아지는 낱자 말자 굶어 죽습니다

*오늘 날 축산업자는 자기들의 이익을 최대화 하기 위하여 가축들이 받고 있는 고통이나 죽음에 대해서는 전혀 관심을 보이지 않습니다.



송아지 고기로 팔려 갈 송아지들은 18- 20 주의 짧은 생애 동안 몸을 돌리지도 못하는 좁은 우리에서 살아가야 합니다

축산업 시설을 일반에게 공개하지 않는 이유?

가축을 잔인하게 다루는 모습을 양심있고 인정있는 사람들의 항거를 피하기 위해 공개하지 않습니다. 축산업자들은 일반에게 시설을 공개하지 않기 하기 위하여 소위 말하는 "Ag-gag" 라는 비공개 축산법을 만들어 합법화 시켰습니다.

나의 거룩한 산 모든 곳에서 해됨도 없고 상함도 없을 것이니 이는 물이 바다를 덮음 같이 여호와를 아는 지식이 세상에 충만할 것임이니라 (이사야 11: 9)



무엇을 먹을 것인가?

여러분이 채식을 하겠다고 시도 하는 순간부터 입에 맞는 음식을 찾을 때까지 그리고 건강한 식사습관이 익숙해 질 때까지 시간이 걸릴수도 있습니다. 마켓에는 다양하고 맛있고 편리하며 영양가 높은 많은 음식들이 각개인의 기호에 맞게 구비되어 있습니다. 거의 모든 상점에는 비건이나 채식주의자들을 위한 제품들이 쌓여 있습니다. 마찬가지로 대부분의 식당에는 채식주의자를 위한 식단과 메뉴가 준비되어 있습니다. 찾아 보십시오



고기 대체 식품 안내

고기 대신 먹을 수 있는 맛있고 영양있는 많은 식품이 있습니다.

고기- Tempeh (인도네시아 콩고기) 두부 콩고기 유가공식품- 콩이나 쌀 코코넛등을 이용하여 만든 음료, 치즈 맛을 가미한 인공치즈, 올리브 오일을 이용한 마가린 등등

계란류- 계란 대체 제과용 식품





Peace by William Strutt

Resources

Christian Vegetarian Association:

ChristianVeg.org

Contact:

CVA@christianveg.org

Facebook: [facebook.com/Christian-](https://facebook.com/Christian-Vegetarian-Association-10156148652)

[Vegetarian-Association-10156148652](https://facebook.com/Christian-Vegetarian-Association-10156148652)

Nutrition guide:

christianveg.org/nutrition.htm

Recipes:

christianveg.org/th-recipe.htm

Simple meal ideas:

christianveg.org/simplemeals.htm

Restaurant Guide:

HappyCow.net/browse.html

사람아 주께서 선한 것이 무엇임을 네게
보이셨나니 여호와께서 네게 구하시는 것이
오직 공의를 행하며 자비를 사랑하며 겸손히
네 하나님과 함께 행하는 것이 아니냐?

(미가 6:8)

Christian Vegetarian Association 2000-2018

(reprinted permission granted): Rev 09/2018

Translated by Chul Woo Lee:

chul.woo.lee@hotmail.com

하나님이 주신

사랑의 음식



모든 피조물의 창조주, 하나님께 영광

땅에서 나는 모든 식물은 우리몸을 건강하게 해 줄뿐 아니라 자연환경을 보호하며

축산업 농장의 야만적이고 잔인한 시설에서 고통받는 가축을 해방시켜 줍니다