

# 채비

작고 아름다운 이별

2023년 7월 뉴스레터 vol. 66  
한겨레두레협동조합

조합소식 사회적경제 온라인 상호거래 플랫폼 '채비몰' 오픈!

채우고 비우고 무슨 일이 있었나요?

채비추모장례 이야기 제 얘기를 할 기회가 있어서 감사합니다

메멘토모리 보고싶은 엄마에게

조합소식 제5회 대한민국 사회적경제 박람회 참가



사회적경제 온라인 상호거래 플랫폼

# 채비몰 오픈!

품질 좋고 가치있는 제품을 실용적인 가격에 만나보세요



[www.coniaworld.com/handure](http://www.coniaworld.com/handure)

Q: 채비몰이 무엇인가요?

A: 사회적경제 주체들 간 상호거래 촉진을 목적으로 개설되었습니다

Q: 어떤 제품들이 있나요?

A: 35개 사회적경제기업 상품 180개와 일반기업의 상품 등 총 천여개에 가까운 제품이 입점되어 있습니다

Q: 채비몰에서 사야하는 이유는 무엇인가요?

A: 채비몰은 조합원의 '관심사' 중심으로 제품을 입점시키고, 판매와 소비를 촉진시켜 사회적 경제를 활성화하는 것이 목적입니다. 시중에 없는 제품이거나 온라인 최저가를 지향하여 가격적인 메리트도 있습니다.

Q: 어떻게 구입할 수 있나요?

A: 최저가를 노출하지 않기 폐쇄몰로 운영하다 보니 회원 가입이 필요합니다.

## 무슨 일이 있었나요?



내가 사는 별내동에는 작은 서점이 있다. 상호가 ‘오롯이 서재’인데, ‘고요하게, 모자람이 없이 온전하게’라는 뜻이라고 한다. 이곳은 책도 읽고 차도 마실 수 있는 북카페이다. 또 책만 팔지 않고 독서 모임, 낭독 모임, 북토크, 강연, 전시 음악공연 등 다양한 프로그램을 운영하는 소중한 공간이다.

어느 날 나는 약속시간까지 시간이 좀 남아 이곳 서점을 찾았다. 매대에 놓인 책을 훑어보다가 한 책에 눈길이 갔다. <아내는 서바이버>. 아내는 생존자? 현직 아사히신문 기자가 정신질환자 아내와 함께한 20년을 기록한 책이다. 나는 단숨에 빠져들었다.

하필 왜 이 책을 골랐을까. 나는 평소에 치매나 간병, 죽음에 관한 책을 즐겨 읽는다. 직업과 관련되었기도 하고 내가 노년기에 접어들었기에 그런 것도 같다. 호기심이 일었다. 정신질환을 앓는 아내를 둔 남편의 삶이란 어떤 것일까.

2002년 가을. 결혼 4년 차였던 저자의 아내가 갑자기 엄청난 양의 음식을 먹고 토하는 행위를 시작했다. 저자가 낯선 지역으로 발령받아 바쁘게 취재에 매달리며 전업주부인 아내를 홀로 두었던 시기였다. 아내의 병명은 섭식장애. 대수롭지 않게 여겼던 병은 점점 깊어지고 아내가 망상, 충동, 자해에 자살까지 시도하는 동안 저자는 회사 일과 돌봄 노동을 병행하며 지쳐간다.

“먹고 토하는 일은, 세상에 하나밖에 없는 내 방이야.”

괴로운 심정에서 헤어날 수 없을 것 같을 때 언제든지 도망칠 수 있는 곳. 유일하게 안심할 수 있는 곳. 누구도 들어올 수 없는 비밀의 장소. 아내에게 섭식장애란 그런 ‘방’ 같은 것이라고 했다. 그런 방이 필요해진 건 언제부터였을까.

아내는 섭식장애가 망상, 해리성 장애로 심화하다 결국 알코올 의존증에 빠졌다. 합병증으로 여러 차례 응급 상황을 겪고 정신병원 입퇴원을 반복하며 호전될 기미가 보이지 않던 어느 날, 아내는 한 임상심리사와 만나고 정신질환의 근원을 되짚어볼 기회를 갖는다. 바로 자신의 역사를 돌아보는 것. 그 과정에서 저자는 학대와 폭력으로 가득했던 아내의 어린 시절을 알게 되고 그 처절함에 할 말을 잃고 만다.

저자는 정신질환자에게 약 복용과 시설 수용만 강요할 것이 아니라 병의 원인인 ‘트라우마’를 들여다보려는 노력을 해야 한다고 강조한다. 오랜 세월 아내를 지켜본 끝에 저자는 각종 의존증, 섭식장애, 습관적인 자해 행위에 빠진 당사자들은 트라우마 때문에 엄습하는 마음의 고통에서 벗어나기 위해 과식이나 술 같은 ‘진통제’를 찾는다고 확신한다. 아내는 죽고 싶어서 음식과 술에 매달린 것이 아니라 살아남기 위해 몸부림친 것이라고.

저자의 아내는 20년간 완만한 자살을 시도해온 것일까. 아니다. 필사적으로 살려고 발버둥 친 것이다. 어린 시절의 학대, 어른이 되어 입은 성 피해. 그런 고난을 이겨내려면 과식이나 술 같은 ‘진통제’가 필요했다. 고난에서 의식을 멀리하고 다른 것에 시선을 돌려 잠깐이라도 고통에서 벗어나기 위해서.

저자의 아내에게 정신과 치료란 진통제를 손에서 놓는 것과 같은 고통이었을 것이다. 그럼에도 치료에 나섰다는 것은 큰 용기가 필요한 행동이다. 아내는 정신질환의 긴 터널을 지나온 생존자일 뿐 아니라 남을 배려할 줄 아는 따뜻한 사람이기도 하다. 아내는 정신을 놓고 폭식을 하고 술을 마시고 폭언을 쏟아내는 동시에 이웃을 걱정하고 남편의 일을 응원하고 아픈 몸으로 남편을 위해 요리하기도 한다.

환자 가족이 냉정함을 유지하기는 쉽지 않다. 전문 간병인과 달리 퇴근도 없이 24시간 간병해야 하기 때문이다. 자다가도 일어나야 했고 운전하다가도 조수석에서 날아오는 폭언을 들어야 했다. 그런데도 저자가 가족으로서 해야 할 일, 하지 말아야 할 일에 관해 배운 것은 아내를 뒷받침할 때 기초체력이 됐다. 그것을 몰랐다면 어둠 속에서 무기도 없이 괴물과 싸우다 쓰러졌을 것이다. 괴물이란 환자가 아니라 병이다.

저자는 개인적인 돌봄의 기록에서 나아가 정신질환 당사자와 그 가족들이 겪는 사회적 차별과 편견, 생활고, 고립 등 정신질환자를 둘러싼 사회 구조적 문제를 짚어낸다. 정신질환자는 무조건 폐쇄병동에 입원시키려 하는 수용주의, 상담보다는 처방에 중점을 두며 환자의 말을 제대로 들어주지 않고 오히려 훈계하는 진료 방식의 가해성 등 정신 의료의 위험한 이면을 개인의 체험과 저널리스트로서의 문제의식을 바탕으로 낱알이 파헤친다.

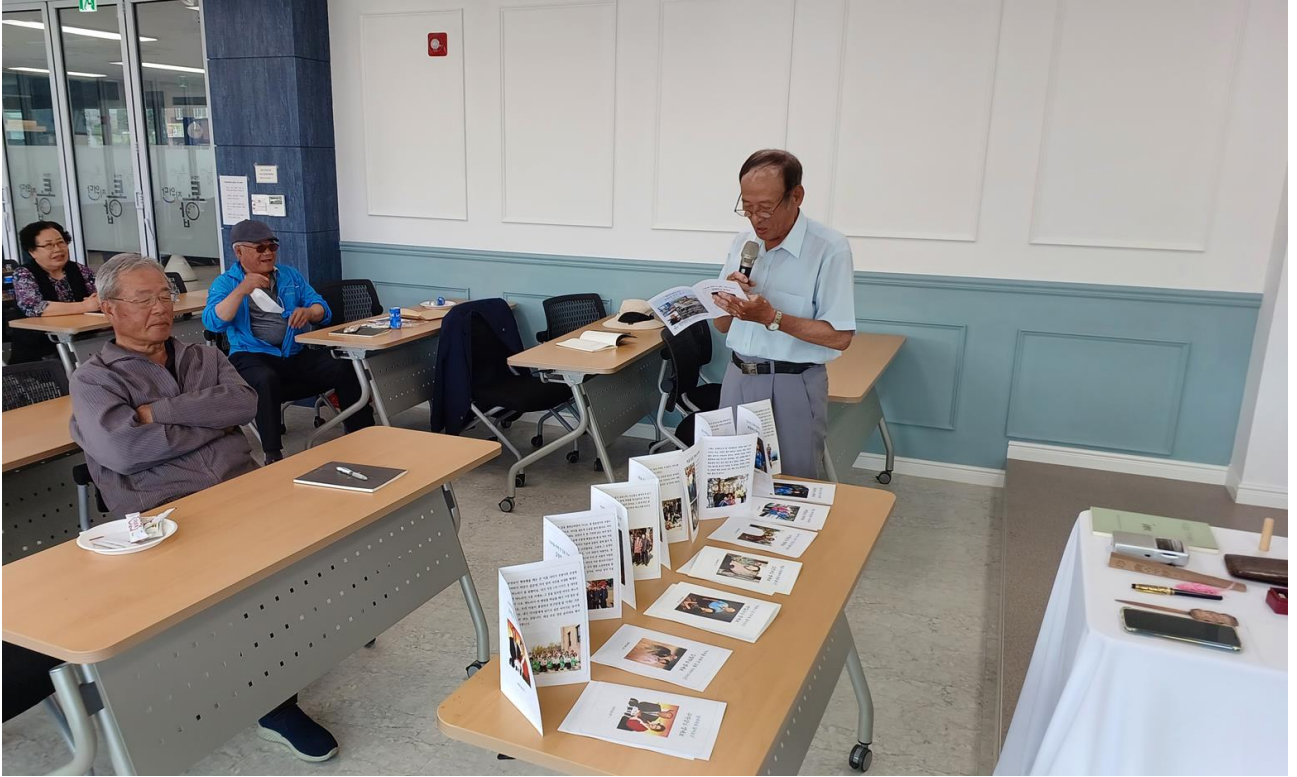
저자는 책의 말미에 아내에게 말한다. “정말 고마워. 앞으로도 같이 살자.” 저자는 책에서 어떤 문제가 있는가를 보지 말고 어떤 일이 있었는지를 알고자 노력하라고 강조한다. 어떤 행동에는 반드시 이유가 있기 때문에. ✽

김경환 | 한겨레두레협동조합 상임이사

‘채우고 비우고’는 삶과 죽음에 관한 에세이입니다



## 제 얘기를 할 기회가 있어서 감사합니다



4월과 5월에 안성 영동1동 통장이 웰다잉 강좌를 부탁했다. 조합에서 ‘삶에게 안부묻기’라는 제목으로 준비해 주었다. 강좌 내용은 아름다운 엔딩 준비, 자신과 타인의 삶을 표현하기, 사진으로 이야기 나누기, 유품정리와 생애보 만들기였다. 20여 명의 지역 어르신들이 참여했는데 적극적이었다. 영동1동 통장은 어르신들을 잘 섬겼다. 모임을 돌보았다. 강좌가 끝나고 나서는 지역 노인회관에 모여서 손수 점심밥을 만들어 먹었다. 함께 먹는 식사가 맛있기도 했지만, 강의에서 다 나누지 못한 주변 이야기들이 더 흥미로웠다.

연로한 어르신 입장에서 강의 참여는 쉽지 않았다. 새 보청기를 착용해서 귀가 웅웅거리는 통에 들리지 않고, 돋보기를 깜박 잊고 와서 도통 보이지 않았다든지, 채비노트 글씨가 좀 작다든지, 손에 힘이 없어 글씨를 쓰는 일이 쉽지 않았다. 그러나 어르신 강좌 경험이 많은 우리 조합 강사 3인은 천천히 쉽게 전달하려고 애를 썼다. 그래서인지 어르신들의 참여도와 흥미도가 아주 높았다.

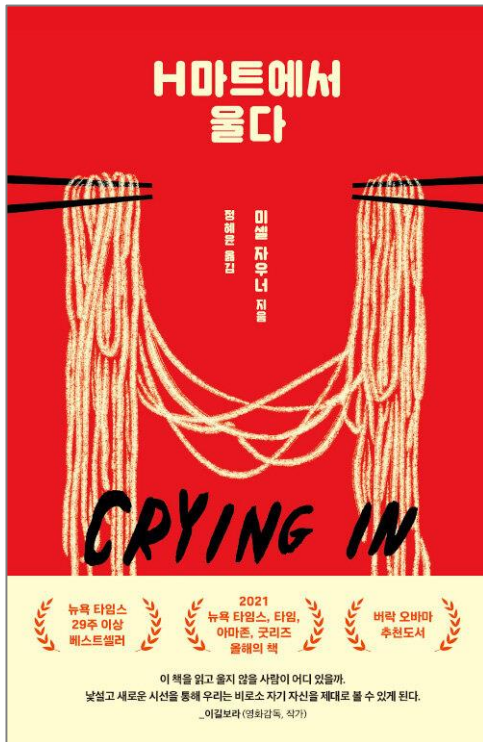
마지막 강좌 때 생애사와 사진을 미리 제출한 어르신의 생애보(조문보)를 미리 제작해서 강의에 들어갔다. 제작된 생애보를 강좌 시간에 유품과 함께 전시해 두었는데 아름다웠다. 어르신들 한 사람 한 사람 다 나와서 자기 생애보를 낭독했다. 이때 어떤 신비감이 생겼다. 글로만 볼 때 단조로워 보이던 생애사가 당사자의 목소리로 들으니 아주 깊은 울림으로 다가왔다. 모두에게 그랬다. 이곳에서 오랫동안 함께 늙어 온 처지인데, 그 인생 전체 이야기를 처음 들으며 몇몇은 울컥했다. 첫 번째 어르신이 읽고 난 후 다음 사람부터는 전체를 향해 공손히 절하며 말했다. “제 얘기를 할 기회가 있어서 감사합니다.”

A4 반장도 안 되는 분량의 생애사로 책 몇 권을 써도 부족한 인생을 얼마나 말할 수 있을까. 하지만 본인 인생을 아름답게 정리해서 나누는 자리에 서니 서로가 숙연해졌다. 아, 참 필요한 시간이구나. 앞으로 어르신들과 이런 기회를 더 만들면 좋겠다. 어머니와 아버지로 고단하게 살아왔던 생애를 아름답게 나눌 수 있는 자리가 엔딩이 오기전에 꼭 필요하다. 한겨레두레가 그 이야기를 담아내는 장례문화를 만들어 가고 싶다. ✨

전승욱 | 채비장례 추모플래너



## 보고싶은 엄마에게



### H마트에서 울다

미셸 자우너 | 문학동네

『H마트에서 울다』는 인디 팝 밴드 재패니즈 브렉퍼스트의 보컬이자 한국계 미국인인 미셸 자우너의 몽클한 성장기를 담은 에세이다.

“우리 엄마만 왜 이래?” 여느 미국 엄마들과는 다른 자신의 한국인 엄마를 이해할 수 없던 딸은 뮤지션의 길을 걸으며 엄마와 점점 더 멀어진다. 작가가 25세 때 엄마는 급작스레 암에 걸리고 투병 끝에 죽음에 이르고 만다.

어렸을 적부터 한국 문화를 접하게 해준 엄마를 떠나보내고 한국인으로서의 정체성마저 희미해져감을 느끼던 어느 날, 작가는 한인 마트에서 식재료를 사서 직접 요리해 먹다 엄마와의 생생한 추억을 되찾는데, 『H마트에서 울다』는 그로부터 얻은 위안과 자신만의 고유한 정체성에 대해 담담하게 적어나간 섬세하고 감동적인 이야기다.

H마트는 미국에서 아시아 식재료를 전문으로 파는 대형 식료품 할인점으로, H는 ‘한아름’의 줄임말이다. ‘두 팔로 감싸안을 만큼의 크기’라는 의미처럼 한국계 미국인에게 ‘고향의 맛’을 찾게 해주는 보물창고와도 같다. 2층 식당가에는 뚝배기에 찌개가 담겨 나오고 떡볶이를 파는 한국 음식 전문점과 탕수육, 짬뽕, 볶음밥과 짜장면을 파는 한국식 중국 음식점이 있다. 사람들은 저마다의 추억과 사연을 안고 이곳을 찾는다.

엄마를 잃고 찾아간 그곳에서, 자우너는 딸과 함께 해물짬뽕을 먹는 할머니를 보고 울컥한다. H마트에서, 엄마는 어디에나 있다. 비빔밥에 고추장 많이 넣지 말라던 엄마의 잔소리도, 달콤한 짭구 과자를 손가락에 끼고 흔들던 엄마의 모습도, 엄마와 내가 조금씩 베어물던 동그란 빵튀기의 추억도 이곳에선 생생하기만 하다. 그렇게 H마트에서 자우너는 엄마가 미각에 강렬하게 새긴 맛을 되찾으며 위안을 얻고 회복해나간다.

누구보다 애뜻한 모녀였지만 깊은 사랑은 때론 애증이 된다. 한 살짜리 아기를 데리고 한국인이란곤 찾을 수 없던 미국 오리건주 유진으로 이민 온 엄마는 딸을 엄하게 키운다. 이제 엄마를 겨우 이해할 것 같은데…덜컥 찾아온 엄마의 암 투병. 작가는 절박한 마음에 무슨 일이라도 하겠다는 심정으로 매일같이 엄마가 복용하는 약과 먹은 음식을 기록하고, 머리숱도 거의 사라지고 몸집도 줄어든 엄마에게 한국 음식을 해주려 한다. 하지만 운명을 피할 순 없었다. 다만 엄마가 해주던 음식의 기억만은 생생히 남았다. 이제 엄마는 없지만 자우너는 인터넷과 유튜브를 찾아보며 된장찌개, 찹죽, 김치를 직접 만들어 먹는다. 엄마의 한국 음식을 통해 엄마를 향한 그리움을 달래며 회복해간다. ✨

(출판사 책 소개 중에서 발췌)

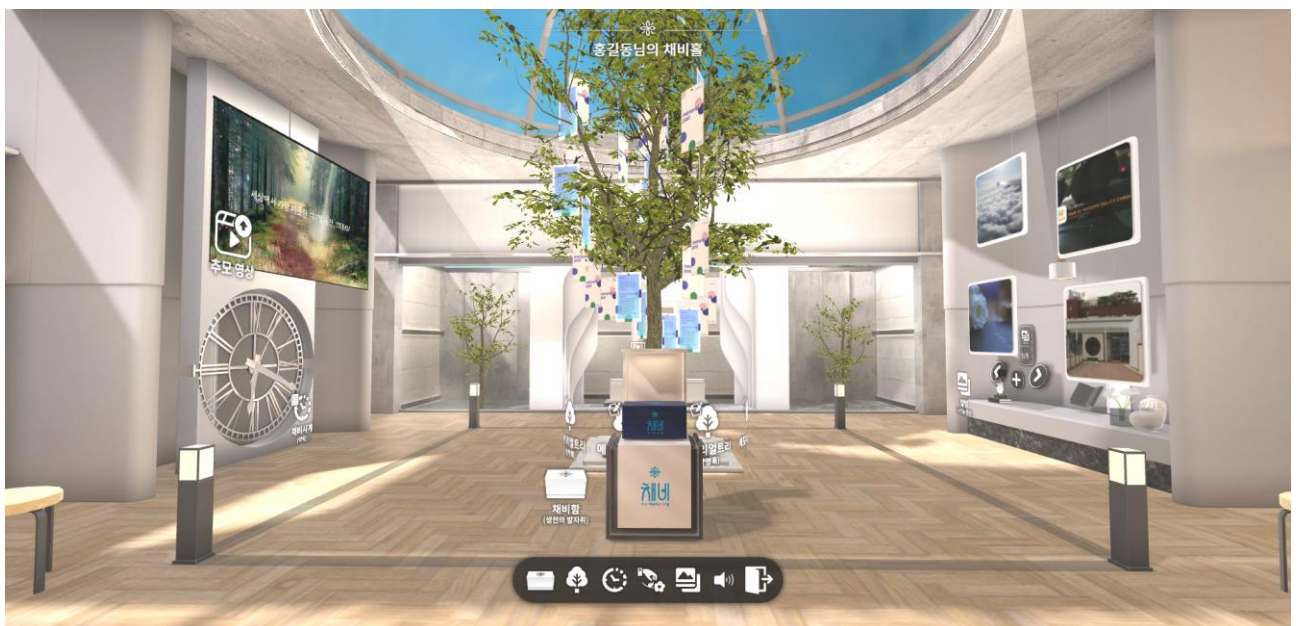
‘메멘토모리’는 라틴어로 ‘죽음을 기억하라’는 의미이며, 삶과 죽음에 관련한 문화 콘텐츠를 소개합니다



## 채비 전용 온라인 추모관 오픈 예정

채비 전용 온라인 추모관이 7월 중 오픈합니다.

더블유위안이 한겨레두레와 협약을 맺고 서비스하는 '채비 온라인 추모관'은 신개념 메타버스 가족스토리 공유플랫폼으로 가상공간인 메모리얼파크와 온라인 장례식장으로 구성되어 있습니다. 메타버스 핵심 요소를 사용해 사용자가 가상공간에서 가족의 추억을 공유하고, 온라인 상에서도 장례식에 참여할 수 있는 서비스입니다.





## [연합회] 제5회 대한민국 사회적경제 박람회 참가



제5회 대한민국 사회적경제 박람회가 부산 벡스코에서 6월30일~7월2일까지 2박 3일간 열렸다. 3회 때는 우리가 국무총리상을 수상하는 자리였고, 5회는 ‘SE로운공동행동’을 위해 관련 사회적경제 기업들을 만나는 자리였다. 서울협동조합협의회에서 마련한 부스에서 채비노트, 브로셔를 전시해 두고 관심을 가지고 오는 분들을 맞이해서 설명을 했다. 많은 이들이 협동조합 중에도 상조서비스를 하는 기업이 있다는 것에 놀랐다. 많은 방문객이 부스에 들어서 설명을 들어주었다. 지난번 (1+1)캠페인 때 제작했던 제기를 셋팅해 두었더니 흥미를 가지고 참여하는 사람이 많았다.

부산에서 공영장례 활동을 활발히 하고 있는 조합원을 만나서 부산지역 공영장례의 현황에 대해서 듣고, 부산 지역 한겨레두레 조합 활동에 관해서 이야기를 나누고 연합회가 협력할 일에 대해서 의논했다.

바로 옆에 충남자활센터에서 다회용기 사용에 관한 소개를 하고 있었다. 1회용품 줄이고 다회용기를 장례식장에서 사용하는 것이 우리 조합의 과제이기도 해서 센터장과 담당자를 만나서 이야기를 들어보았다. 놀라운 것은 세 분과 이야기 나누었는데 두 분은 우리 조합원이었다. 이미 충남의 네군데 공영장례식장에서는 다회용기를 사용하고 있다. 넘어야 할 산은 많지만 방향은 분명해 보인다.

지역화폐협동조합 상임이사를 만나서 우리 장례 상품을 지역화폐몰에서 판매하고, 지역화폐로 결제하는 일까지 해보자고 논의했다. 신탁의 주요 관계자도 만나서 현재 진행 중인 협업 방안에 관해서 함께 이야기를 나누었다. 그 외 다양한 형태의 사업을 사회적경제 법인으로 운영하는 사람들을 만나서 다양한 이야기를 나누고, 협동조합과 사회적경제의 나아갈 길에 관해서 의견을 나누었다.

이번 박람회를 통해서 홍보도 하고, 협력 관계를 많이 맺었다. 우리 조합 서비스는 훌륭한데, 홍보가 더 필요한 시점이다. 조합원 한 사람 한 사람이 함께 뛰어주면 좋겠다. 조합원들이 다양한 분야에서 활약 중인데, 잘 연결되어서 좋은 사회서비스가 만들어지길 바란다.✽

전승욱 | 채비장례 추모플래너

## [연합회] 실버톡 업무협약 체결



한겨레두레협동조합과 (주)실버톡은 24일 오전 11시 공간채비에서 업무제휴 협약을 체결했다.

한겨레두레협동조합(이사장 이창환)은 정직하고 투명한 장례서비스를 제공하며 장례문화를 혁신하고 있는 대표적인 사회적경제 협동조합이고, (주)실버톡(대표이사 이은숙)은 100세 시대 뇌운동 주간학습 매거진을 발행하고 있는 예비사회적기업이다.

두 단체는 협약을 통해 상호 제품과 서비스를 소개하고 조합원(회원) 확대를 위한 노력과 교육 프로그램 운영 시 강사, 장소, 수강생 등을 상호 지원하고, 홈페이지와 소식지 등을 통해 홍보하기로 했다.

이날 협약식에서 김경환 상임이사는 “실버톡은 고령사회에 꼭 필요한 일을 하고 있다”며 “실버톡의 학습지가 어르신들의 치매를 예방하고 건강한 삶에 이바지하고 있다”고 평가했다. 이은숙 대표는 “한겨레두레협동조합은 대표적인 상조 협동조합으로 바가지 없는 장례를 실행하고 있다”고 평가하며 “두 단체의 만남이 어르신들의 행복한 삶에 기여하기 바란다”고 말했다.

앞으로 (주)실버톡은 한겨레두레협동조합 조합원에게 할인가격으로 매거진을 제공하고, 조합원 증대를 위해 노력하기로 하였다. 한겨레두레협동조합도 (주)실버톡을 알리고 회원을 확대하는 데 힘을 보태기로 약속했다.

한편, 한겨레두레협동조합은 집정리 서비스 업체 라이트라이프, 온라인추모관 제공업체 더블유위안 등과 협약을 맺고 조합원에 대한 서비스를 확대 강화하고 있다.

출처 : 스트레이트뉴스(<https://www.straightnews.co.kr>)



## 2023년 6월

최인오 조합원 시부상  
안수영 조합원 부친상  
한재연 조합원 시모상

김동욱 조합원 배우자상  
정이환 조합원 모친상  
김진주 조합원 시모상

김선희 조합원 모친상  
홍성표 조합원 모친상

## 2023년 5월

남은자 조합원 배우자상  
주대환 조합원 부친상  
백원선 조합원 부친상  
김대산, 김윤채 조합원 부친상

임동선 조합원 부친상  
박영조 조합원 부친상  
강봉우 조합원 본인상  
김지태 조합원 모친상

송원진 조합원 빙모상  
전영희 조합원 모친상  
권필숙 조합원 배우자상

## 2023년 4월

황영순 조합원 시부상  
정운숙 조합원 시모상  
박은덕 조합원 부친상  
김학로 조합원 모친상  
이은아 조합원 조모상  
정경희 조합원 모친상

김민정 조합원 시모상  
이양자 조합원 부친상  
전승욱 조합원 지인상  
이혜순 조합원 부친상  
장유경 조합원 부친상

강경희 조합원 배우자상  
김준 조합원 모친상  
황도연 조합원 모친상  
최정희 조합원 시모상  
문정길 조합원 부친상



삼가 고인의 명복을 빕니다

이별이 아닌 작별을 위한 시간

# 떠나기전愛



'떠나기전愛'는 채비의 **생애작별식** 프로그램입니다.  
살아생전에 지인과 친척을 초대해  
**고인이 주인공이 되는 아름다운 작별식**입니다.

## ▶ 주요 프로그램

생애사/생애영상, 취미 및 업적 전시/공연, 추억과 이야기 나눔, 마지막 인사와 축복,  
음식과 다과 나눔

※ 프로그램은 당사자/가족의 요청으로 함께 기획 및 변경이 가능합니다.

▶ 장소 : 공간채비 (충무로역 도보 5분)

▶ 신청 : <https://forms.gle/NKpVA2SuKCGDjKKGK7>

☎ 문의/상담 : (02) 739-9517



해피 웰다잉을 준비하는 사람들  
'채우고 비우고' 오픈채팅방에 초대합니다



**어떻게 늙어가야 하는지를 아는 것은 지혜의 걸작이요,  
삶이라는 위대한 예술에서 가장 어려운 장이다.**  
- 앙리-

'채우고 비우고' 오픈채팅방은 삶과 죽음을 의미 있게 설계하고자 하는 사람들의 공간입니다.

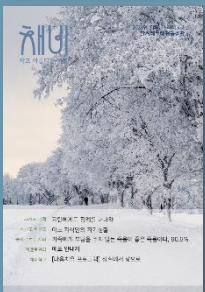
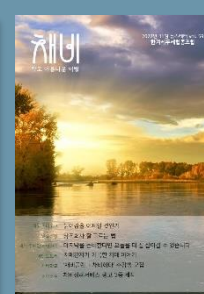
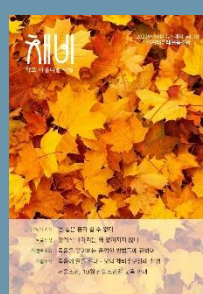
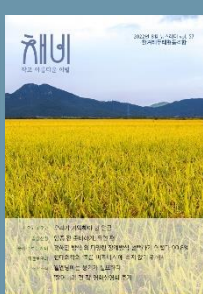
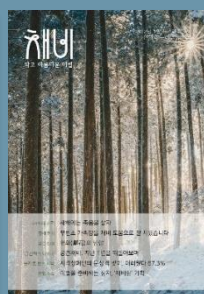
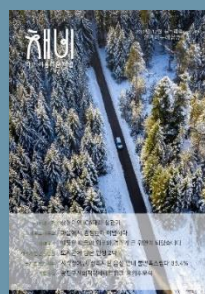
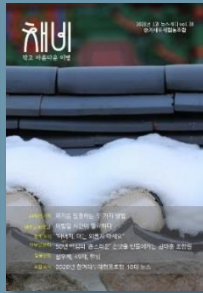
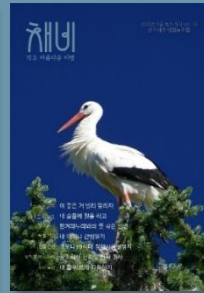
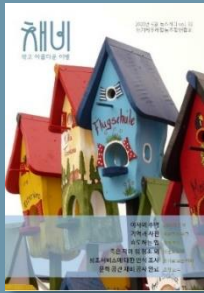
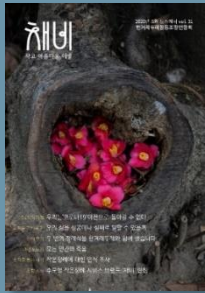
삶과 죽음에 관한 의미 있는 정보를 공유하고 나눌 수 있는 공간이며, 공간채비를 중심으로 스터디, 취미 생활, 교제를 위한 오프라인 모임도 계획하고 있습니다.

(참여 링크) <https://open.kakao.com/o/gO5HMzme>



# 채비레터 과월호 목차

클릭하면 다운로드 됩니다





# 한겨레두레협동조합은 대한민국 대표 장례서비스 협동조합입니다



한겨레두레협동조합은 풀뿌리공제정신에 공감한 이들이 공동체의 힘으로 사회 문제를 해결하고자 모였습니다.

조합원이 공동으로 소유하고 민주적으로 운영하는 자발적 경제조직이며 상업화한 장례문화를 개선하고 올바른 인식을 고취할 목적으로 만들었습니다. 직계존비속 누구나 전국 어디에서든 최상의 서비스를 받을 수 있고 장례지도사와 접객관리사가 같은 조합원으로 한 식구처럼 믿을 수 있습니다.

맞춤형 · 직거래공동구매 방식으로 소박하고 품격 있는 장례를 구현하며 갈수록 고비용화 · 대형화 · 독과점화하는 병원장례식에서 벗어나 추모의 깊이가 있는 ‘작은장례’를 지향합니다.

**한겨레두레협동조합**

[www.chaebi.life](http://www.chaebi.life)

서울시 중구 서애로1길 11 충무로 헤센스마트 B113호(사무실), 상가 201호 (공간 채비)

가입문의 1800-9517 장례문의 1588-9517 대관문의 02-739-9517

**채비 뉴스레터는 조합원 참여를 환영합니다**

장례 문화에 대한 투고(장례후기, 에세이, 시 등), 조합에 대한 의견, 개업/사업 소개 등 함께 나누고 싶은 글을 보내주세요(master@handurae.org)