

함께 살아가기 위해(For Living Together)

자연과 사람, 기술과 돌봄이 서로를 살리는 방법

Alex Yang

그린포레 북스(GreenFore Books)



판권

도서명: 함께 살아가기 위해(For Living Together)

저자: Alex Yang

발행: 그린포레 북스(GreenFore Books)

전자책 초판 발행: 2026년

ISBN: 발급번호 반영 예정

홈페이지: <https://greenfore.org>

전자책: <https://book.greenfore.org>

이메일: info@greenfore.org

© 2026 Alex Yang. All rights reserved.

이 책의 내용은 저작권법의 보호를 받습니다. 저작권자의 사전 서면 동의 없이 무단으로 복제, 전송, 배포할 수 없습니다.

헌사(Dedication)

이 책을

오늘도 묵묵히 사람을 돌보는 모든 이들에게 바칩니다.

그리고 이름 없이 꽃을 심고,

나무를 가꾸며,

우리의 내일을 지켜 온 모든 이들에게 바칩니다.

한 사람의 작은 손길이

세상을 바꿀 수 있다고 믿는 당신에게,

이 책을 전합니다.

추천의 글(Foreword)

우리는 기후위기를 이야기합니다.

우리는 자원순환을 이야기합니다.

우리는 지속 가능한 도시를 이야기합니다.

그러나 이 책은 환경을 설명하기 위해 쓰인 책이 아닙니다.

이 책은 사람과 사람을 다시 연결하는 작은 시작에 관한 이야기입니다.

버려진 자원이 새로운 생명을 만나고,

그 생명이 다시 사람을 만나며,

사람이 공동체를 이루는 여정.

그 여정을 함께 걸어가기를 바라며,

이 책을 여러분께 권합니다.

그린포레 미션(GreenFore Mission)

우리는 폐현수막을 재배백으로 만드는 회사가 아닙니다.

우리는 폐PET병을 화분으로 만드는 회사도 아닙니다.

우리는 버려진 자원에 새로운 생명을 담고,
그 생명을 통해 사람과 사람을 연결하며,
더 건강한 공동체를 만들어 가는 문화를 만들어 갑니다.

기후위기 시대,

우리가 믿는 가장 지속 가능한 기술은 사람입니다.

그리고 가장 아름다운 순환은
사람이 사람을 살리는 일입니다.

프롤로그(Prologue)

이 책은 꽃에 관한 이야기가 아닙니다.
사람에 관한 이야기입니다.
꽃은 계절이 지나면 시들지만,
사람과 사람 사이에 피어난 마음은 오래 남습니다.
우리는 꽃을 키우기 위해 씨앗을 심습니다.
그러나 꽃을 키우는 동안,
우리도 함께 성장합니다.
버려진 자원이 생명을 품고,
그 생명이 사람을 이어 주며,
사람이 공동체를 이루는 이야기.
그 이야기를 당신과 함께 나누고 싶었습니다.

책을 펴며(Introduction)

기후위기는 더 이상 먼 미래의 이야기가 아닙니다.

우리의 도시에서,

우리의 일상에서,

그리고 우리의 삶 속에서 이미 시작되었습니다.

우리는 더 많은 것을 만들기보다,

이미 존재하는 것의 가치를 다시 발견해야 하는 시대를 살아가고 있습니다.

버려진 현수막은 꽃을 키우는 재배백이 되고,

버려진 PET병은 생명을 품는 화분이 됩니다.

그러나 진정한 순환은 여기에서 끝나지 않습니다.

꽃 한 송이를 함께 심고,

그 꽃을 서로에게 건네는 순간,

낯선 사람은 이웃이 되고,

도시는 공동체가 됩니다.

이 책은 거대한 해결책을 말하지 않습니다.

한 사람의 작은 실천이

또 다른 사람의 마음을 움직이고,

그 마음이 세상을 조금씩 바꾸어 간다는 믿음을 담고 있습니다.

부디 이 책이

당신의 삶에도

작은 꽃 한 송이처럼 머물기를 바랍니다.

사람도 자연의 일부입니다.

제1부 왜 지금, 순환인가?(Part I · Why Circularity Now?)



기후위기에서 순환과 공동체로 이어지는 그린포레의 실천

제1장 기후위기, 우리 모두의 현실(The Climate Crisis Is Everyone's Reality)

기후위기는 더 이상 미래의 이야기가 아닙니다.
우리가 살아가는 도시에서,
우리가 마시는 공기에서,
우리가 걷는 거리에서,
그리고 우리의 일상 속에서 이미 시작되었습니다.
폭염은 길어지고,
폭우는 잦아졌으며,
예측할 수 없던 기후는 어느새 우리의 일상이 되었습니다.
우리는 오랫동안 자연이 우리를 위해 존재한다고 믿으며 살아왔습니다.
다.
필요한 만큼이 아니라,
원하는 만큼 만들고,
사용하고,
버렸습니다.
풍요는 커졌지만,
자연은 조금씩 지쳐 갔습니다.
기후위기는 어느 날 갑자기 찾아온 재난이 아닙니다.
우리의 선택들이 오랜 시간 쌓여 만들어 낸 결과입니다.
하지만 우리는 여전히 희망을 이야기할 수 있습니다.
사람이 만든 문제는,
사람이 해결할 수 있기 때문입니다.
거대한 변화는 언제나 작은 실천에서 시작됩니다.
한 사람의 생각이 바뀌고,

한 사람의 행동이 바뀌며,
한 사람의 삶이 바뀔 때,
세상도 함께 변하기 시작합니다.
우리가 지금 해야 할 일은
더 많이 소비하는 것이 아니라,
더 오래 아끼고,
더 소중히 사용하며,
다시 살리는 방법을 배우는 것입니다.
기후위기는 우리에게 묻고 있습니다.
우리는 어떤 세상을 다음 세대에게 남겨 줄 것인가.
그 질문에 답하는 일이,
지금 우리 모두에게 주어진 가장 중요한 책임입니다.

제2장 버려진 것들은 끝난 것이 아니다(Nothing Discarded Is Truly Finished)

우리는 ‘버려진다’는 말을 너무 쉽게 사용합니다.
쓰고 남은 것,
남은 것,
필요 없어 보이는 것.
우리는 그것들을 폐기물이라고 부릅니다.

하지만 자연은
‘버려짐’이라는 말을 알지 못합니다.
낙엽은 흙이 되고,
흙은 다시 나무를 키우며,
나무는 또 다른 생명을 품습니다.
자연은 끝없이 순환합니다.
문제는 자연이 아니라,
우리의 삶이었습니다.
우리는 순환보다 폐기를 선택했고,
관계보다 편리를 선택했으며,
가치보다 속도를 선택했습니다.
그래서 버려지는 것은
자원만이 아니었습니다.
시간이 버려지고,
관심이 버려지고,
사람과 사람 사이의 관계도 조금씩 버려졌습니다.
그러나 모든 버려진 것에는
다시 시작할 가능성이 있습니다.

폐현수막은 재배백이 되고,
폐PET병은 화분이 됩니다.
그리고 그 안에서 꽃이 피어납니다.
그 꽃은 우리에게 말합니다.
생명은 새로운 것에서만 시작되는 것이 아니라,
다시 바라보는 마음에서 시작된다고.
순환은 기술이 아닙니다.

순환은 삶을 대하는 태도입니다.
버려진 것의 가치를 다시 발견하는 순간,
우리는 자원을 살리는 것이 아니라,
우리 자신의 미래를 살리고 있는 것입니다.
오늘 우리가 다시 바라본 작은 하나가,
내일 누군가에게는 희망이 될 수 있습니다.
그리고 그 희망은,
또 다른 생명을 키우고,
또 다른 사람을 이어 줍니다.
그것이 순환입니다.

꽃 한 송이를 건네는 순간,
(The Moment You Offer a Flower,)
낯선 사람은 이웃이 됩니다.
(A Stranger Becomes a Neighbor.)

제2부 버려진 자원이 생명을 만나다

(Part II · When Discarded Resources Meet Life)

폐현수막 재배백 내부 구조 - PET 포트 + 경량 배수 충전재

버려진 PET병을 식물 재배용 포트로 재활용하고, 주변을 경량 충전재로 채워 하중을 낮추고 물배합을 향상시킵니다.

지속가능성 + 경량화 + 배수성 향상
지속가능한 스마트 수직농업 시스템

도면 1 전체 구조도 (단면)

- 식물 포트 (재활용 PET병)
버려진 PET병을 재활용하여 식물을 심을 수 있는 포트에 사용
- 경량 충전재 (주변 재배재)
발아기 + 개화기 동안 약 20g 정도의 하중을 감수하고 물배합을 향상
- 배수층 재배재 (교재)
양수 250ml 재배수(약물)를 흡수한 다음 배수층로 이동
- 배수구
식물 배수구를 통해 과잉의 물이 자연 배수되도록 하여 과잉 방지

경량 구조 + 양수한 배수층으로 식물이 건강한 생육 환경을 조성

도면 2 포트 내부 확대 구조

식물 (뿌리)
재활용 PET병 포트 (양분 용액 후 다량성 물 가용)
경량 충전재 (양분, 부가성, 통기성 향상)
가벼운 용산성 (양분 용액 가용성, 통기성, 구조 안정성 향상)
원단 배수구 (배수층 재배재, 과잉 방지)
배수층 재배재 (양분 용액, 배수성, 저온성, 저온성)

PET 포트 제작 방법

1. 버려진 PET병 자르기
2. 양분 용액 (양분 용액 용 가용)
3. 양분 용액 (양분 용액 용 가용)
4. 양분 용액 (양분 용액 용 가용)
5. 양분 용액 (양분 용액 용 가용)

도면 3 충전재 구성 및 기능

충전재 구성
폴리머 (Polymer)
- 경량 소재로 사용 가능
- 양수성 및 저온성 향상
- 배수성 향상

기능성 충전재 (양분 용액)
- 배수성 향상
- 배수성 향상
- 배수성 향상

충전재 기능
- 배수성 향상
- 배수성 향상
- 배수성 향상

충전재 사용 방법
- 배수성 향상
- 배수성 향상
- 배수성 향상

도면 4 물 흐름 및 배수 구조

1. 양수/배수
식물 뿌리에서 양분 용액이 배수층으로 이동
2. 배수층 재배재
배수층 재배재가 배수층을 흡수하고 배수
3. 배수구로 이동
배수층 재배재가 배수층을 흡수하고 배수
4. 배수층 재배재
배수층 재배재가 배수층을 흡수하고 배수

배수층 재배재
- 배수성 향상
- 배수성 향상
- 배수성 향상

특정 교육

버려진 PET병을 재활용한 포트 + 경량 충전재 + 가벼운 용산성(양분 용액)을 결합하여 경량화, 배수성 향상을 위한 수직농업 시스템 구현

지속가능성
- 자원 재활용
- 자원 재활용
- 자원 재활용

GreenFore
지속가능성 + 스마트 농업 + 지속가능성

폐PET병을 재활용한 수직식물 재배백의 구조와 물순환 원리

제3장 폐현수막의 두 번째 삶(The Second Life of Discarded Banners)

선거가 끝나면
도시 곳곳에서 수많은 현수막이 내려옵니다.
한때는 누군가의 이름을 알리고,
누군가의 약속을 담았던 현수막.
그 역할이 끝나는 순간,
대부분은 폐기물이라는 이름으로 사라집니다.
우리는 오랫동안
그것이 당연한 일이라고 생각해 왔습니다.
하지만 한 번 질문을 던져 보았습니다.
정말 끝난 것일까?
현수막은 여전히 튼튼했고,
햇빛과 비를 견뎌 낼 만큼 강했습니다.
그 안에는 아직 사용할 수 있는 시간이 남아 있었습니다.
그래서 우리는
버려진 현수막을 다시 펼쳤습니다.
자르고,
봉제하고,
새로운 형태를 만들었습니다.
그렇게 탄생한 것이
꽃과 채소를 키우는 수직식물재배백입니다.
버려진 자원이
생명을 키우는 공간으로 다시 태어난 것입니다.

누군가에게는 쓰레기였던 것이,
누군가에게는 생명을 키우는 공간이 되었습니다.
우리는 현수막의 모양만 바꾼 것이 아닙니다.
그 존재의 의미를 바꾸었습니다.
버려짐에서 시작된 이야기는
생명을 키우는 이야기로 이어졌고,
그 생명은 다시 사람과 사람을 연결하기 시작했습니다.
폐현수막의 두 번째 삶은
자원의 두 번째 삶이 아닙니다.
희망의 첫 번째 삶입니다.

제4장 폐PET병의 두 번째 삶(The Second Life of Discarded PET Bottles)

우리는 매일 PET병을 사용합니다.
물을 마시고,
음료를 마시고,
빈 병은 자연스럽게 버립니다.
너무 익숙한 일상이기에,
그 이후를 생각하는 일은 많지 않습니다.
하지만 PET병은

사용이 끝났다고 해서
가치까지 사라지는 것은 아닙니다.
깨끗이 씻고,
다시 손을 더하면,
식물을 키우는 화분과 식재포트가 됩니다.
작은 씨앗 하나를 품고,
뿌리를 내리게 하며,
새로운 생명을 키워 냅니다.
누군가의 손에서 버려졌던 물건이,
다른 누군가의 손에서
생명을 품는 그릇이 되는 것입니다.
그 변화는 거창하지 않습니다.
그러나 그 작은 변화는
우리에게 중요한 질문을 던집니다.
우리는 얼마나 많은 가능성을 버리며 나아가고 있는가.
순환은

낡은 것을 다시 사용하는 기술이 아닙니다.
보이지 않던 가치를 다시 발견하는 마음입니다.
폐PET병 안에서 자라는 작은 꽃은
우리에게 말없이 가르쳐 줍니다.
새로운 생명은
언제나 새로운 재료에서 시작되는 것이 아니라,
새로운 시선에서 시작된다는 것을.
그렇게 하나의 PET병은
식물을 키우는 화분과 식재포트가 되고,

꽃을 피우며,
사람의 마음을 움직입니다.
그리고 그 작은 변화가
조금씩 세상을 바꾸기 시작합니다.

꽃 한 송이를 건네는 순간,
(The Moment You Offer a Flower,)
낯선 사람은 이웃이 됩니다.
(A Stranger Becomes a Neighbor.)

제3부 생명이 사람을 잇다(Part III · Life Connects People)



꽃과 돌봄을 나누며 이웃이 되는 초록이웃의 날

제5장 꽃을 심는 것이 아니라, 희망을 심습니다 (Planting Hope, Not Just Flowers)

우리는 꽃을 심습니다.
그리고 채소도 심습니다.
하지만 우리가 키우는 것은
꽃과 채소만이 아닙니다.
희망입니다.
씨앗 하나를 심는 순간,
희망도 함께 심습니다.
작은 화분 하나를 만들고,
수직식물재배백에 흙을 담아,
꽃과 채소를 함께 가꾸는 시간.
그 시간은 식물을 키우는 시간이 아니라,
사람의 마음을 키우는 시간입니다.
처음에는 식물을 바라보던 사람들이,
어느새 서로를 바라보기 시작합니다.
"꽃이 예쁘게 피었네요."
"채소가 많이 자랐네요."
"오늘은 제가 물을 줄게요."
짧은 인사 한마디가 대화가 되고,
대화는 관심이 되며,
관심은 관계가 됩니다.
희망은 거대한 변화에서 시작되지 않습니다.
누군가와 함께

꽃과 채소를 심는
작은 순간에서 시작됩니다.
우리는 꽃과 채소를 통해
도시를 아름답게 만들고,
건강한 먹거리를 나누며,
사람과 사람의 마음을 다시 연결하고,
공동체를 다시 피어나게 하고자 합니다.
그래서 우리는
꽃과 채소를 심는 것이 아니라,
희망을 심습니다.

제6장 초록이웃(Green Neighbors)

초록이웃은
단체의 이름이 아닙니다.
프로젝트의 이름도 아닙니다.
사람과 사람이
초록으로 연결되는 관계의 이름입니다.
초록은
꽃에서 시작될 수도 있고,
채소에서 시작될 수도 있습니다.
중요한 것은 무엇을 심느냐가 아니라,
누구와 함께 키우느냐입니다.
혼자 가꾸는 꽃과 채소는
식물이 될 수 있습니다.
하지만 함께 가꾸는 꽃과 채소는
사람을 이어 주고,
공동체를 키웁니다.
아이들은 씨앗을 심으며
생명의 소중함을 배우고,
어르신들은 꽃과 채소를 가꾸며
하루의 기쁨을 나눕니다.
이웃들은 함께 물을 주고,
함께 수확하며,
자연스럽게 서로의 안부를 묻습니다.
그렇게 작은 인사는
대화가 되고,

대화는 관계가 되며,
관계는 공동체가 됩니다.
초록이웃은
거창한 운동이 아닙니다.
오늘 한 사람에게
꽃 한 송이를 건네는 일입니다.
오늘 함께
채소를 심고 수확하는 일입니다.
오늘 한 사람의 이야기에
귀 기울이는 일입니다.
오늘 한 사람과
함께 웃는 일입니다.
우리는 그렇게 믿습니다.
공동체는
거대한 계획으로 만들어지는 것이 아니라,
작은 실천이 쌓일 때
자연스럽게 자라난다고.
꽃을 통해 마음을 나누고,
채소를 통해 건강을 나누며,
자연을 통해 삶을 나누는 사람들.
그들이 바로
초록이웃입니다.

꽃 한 송이를 건네는 순간,
(The Moment You Offer a Flower,)
낯선 사람은 이웃이 됩니다.
(A Stranger Becomes a Neighbor.)

제4부 함께 살아가는 도시(Part IV · Living Together in the City)



자연과 기술, 사람이 함께 만드는 친환경 도시 정원

제7장 도시는 정원이 될 수 있습니다(A City Can Become a Garden)

도시는 회색으로 만들어졌습니다.
콘크리트와 아스팔트,
높은 건물과 수많은 도로.
우리는 그것을 발전이라 불렀습니다.
하지만 발전은
자연을 잃는 일이 되어서는 안 됩니다.
도시는 자연과 사람이
함께 살아가는 공간이어야 합니다.
버려진 벽면이
꽃과 채소를 키우는 수직식물재배벽으로 채워지고,
학교와 복지시설,
공동주택과 골목길마다
작은 초록이 자라기 시작한다면,
도시는 더 이상 회색 공간이 아닙니다.
아이들은 생명을 배우고,
어르신들은 삶의 활력을 되찾으며,
이웃들은 함께 가꾸고,
함께 수확하고,
함께 나눕니다.
그 작은 변화는
도시의 풍경을 바꾸고,
사람들의 마음을 바꾸며,

공동체를 다시 살아가게 합니다.
정원은
아름다운 공간이 아니라,
사람이 함께 살아가는 방식입니다.
우리가 꿈꾸는 도시는
꽃과 채소가 자라는 도시이며,
사람과 사람이 연결되는 도시입니다.
그런 도시라면,
어디든 정원이 될 수 있습니다.

제8장 함께 살아가기 위해(For Living Together)

우리는 기후위기를 이야기했습니다.

우리는 자원순환을 이야기했습니다.

우리는 생명을 이야기했습니다.

그리고 결국,

우리는 사람을 이야기했습니다.

버려진 자원이

새로운 생명을 만나고,

그 생명이

사람과 사람을 연결하며,

그 연결이

공동체를 만들어 갑니다.

우리가 꿈꾸는 미래는

더 많은 것을 소비하는 세상이 아닙니다.

더 많이 나누는 세상입니다.

더 많이 버리는 도시가 아니라,

더 오래 함께 사용하는 도시입니다.

혼자 살아가는 사회가 아니라,

함께 살아가는 공동체입니다.

오늘 심은 꽃 한 송이가

내일 누군가의 미소가 되고,

오늘 심은 채소 한 포기가

누군가의 건강과 기쁨이 됩니다.

작은 실천은

언제나 작은 변화로 시작됩니다.

그러나 그 작은 변화는

사람을 움직이고,
공동체를 변화시키며,
세상을 조금씩 바꾸어 갑니다.
우리는 거대한 변화를 기다리지 않습니다.
오늘 한 사람과 함께
꽃과 채소를 심고,
함께 가꾸며,
함께 나누는 삶을 선택합니다.

그것이 우리가 믿는
가장 아름다운 순환입니다.
그리고 그것이
우리가 함께 살아가는 방법입니다.
함께 살아가기 위해.

꽃 한 송이를 건네는 순간,
(The Moment You Offer a Flower,)
낯선 사람은 이웃이 됩니다.
(A Stranger Becomes a Neighbor.)

그리고 우리는 알게 되었습니다.
세상을 바꾸는 일은
거대한 변화가 아니라,
한 사람의 작은 실천에서 시작된다는 것을.
오늘 심은 꽃 한 송이,
오늘 심은 채소 한 포기,
오늘 건넨 따뜻한 인사 한마디.
그 작은 실천들이
도시를 바꾸고,
사람을 바꾸며,
공동체를 만들어 갑니다.
이 책의 마지막 장은
끝이 아닙니다.

당신의 삶에서
새로운 이야기가 시작되는 첫 장이기를 바랍니다.

꽃 한 송이를 건네는 순간,
(The Moment You Offer a Flower,)
낯선 사람은 이웃이 됩니다.
(A Stranger Becomes a Neighbor.)

그린포레 선언문(GreenFore Manifesto)

우리는
버려진 것에서 가능성을 봅니다.
우리는
자원보다 생명을 먼저 생각합니다.
우리는
기술보다 사람을 먼저 생각합니다.
우리는
혼자보다 함께를 선택합니다.
우리는
꽃과 채소를 키우며,
생명과 희망을 함께 키웁니다.
우리는
사람과 자연이 공존하는 도시를 꿈꿉니다.
우리는
작은 실천이 세상을 바꾼다고 믿습니다.
우리는
한 사람의 변화가 공동체의 변화를 만든다고 믿습니다.
우리는
오늘도 생명을 키우고,
사람과 사람을 이어 갑니다.
그리고 우리는

함께 살아가는 세상을 향해
멈추지 않고 걸어가겠습니다.

감사의 글(Acknowledgments)

이 책은
혼자서는 완성할 수 없었습니다.
작은 씨앗 하나를 함께 심고,
꽃과 채소를 함께 가꾸며,
따뜻한 마음을 나누어 주신 모든 분들께
진심으로 감사드립니다.
보이지 않는 곳에서
묵묵히 자연을 지키는 분들,
지역사회를 위해 애쓰는 분들,
아이들의 미래를 위해 노력하는 선생님들,
어르신들의 곁을 지켜 주시는 돌봄 종사자 여러분,
그리고 오늘도
더 나은 세상을 꿈꾸며
작은 실천을 이어 가는 모든 분들께
이 책을 바칩니다.
여러분의 한 걸음이
또 다른 희망이 되고,
또 다른 생명이 되며,
또 다른 공동체를 만들어 갈 것입니다.
함께해 주셔서
진심으로 감사합니다.

그리고 앞으로도
우리의 여정은 계속됩니다.