



## 호 주

**지** 구상에 있는 가장 작은 대륙이면서

가장 큰 섬인 호주. 광활하고 아름다운 대지위에 희귀한 동식물이 뛰노는 신비스런 곳이다. 호주 대륙에 사람이 살기 시작한 것은 지금으로부터 약 5만년에서 6만년 전으로 추정되고 있다.

국민 대다수는 백인들로 66% 이상이 도시에서 생활하고 있다. 한때 호주 대륙을 주름잡았던 애버리진 같은 원주민은 그 숫자가 급격히 줄어 만나기가 쉽지 않

다. 호주사람들의 생활양식은 서구화되어 서유럽과 미국 같은 나라와 비슷하다.

아름다운 자연경관 속에서 느긋하게 살아가는 호주 사람들의 평균 수명은 83세가 넘는다. 사회보장제도가 잘 되어있고, 의료 수준 역시 높아서 양질의 치료를 받을 수 있는 것도 다른 나라에 비해 평균 수명이 높은 이유 중 하나이다.

호주에서 인간 수명을 연구하는 학자들은 "건강과 장수의 비결은 만드는 것이 아니라 지키는 것이다"라고 말한다. 병을 찾아내어 치료하는 것도 중요하지만 그것보다는 병이 생기지 않도록 생활환경을 개선하는 것이 더 중요하다고 본다. 어떻게 하면 질병으로부터 해방되어 고통받지 않고 건강한 장수를 누릴까?에 대해 호주 의학자들은 생활양식과 환경, 그리고 유전적인 요인이 중요하다고 설명한다.

▼ 호주 "시드니"의 「오페라 하우스」 야경





과음과 흡연을 피하고 정해진 시각에 잠을 자는 등 규칙적인 생활습관이 질병없는 장수를 위해선 필수적이다. 또한 적절한 식생활과 운동을 하고 평소 스트레스를 잘 조절하는 것도 중요하다.

얼마 전 호주를 방문하여 건강하게 살아가는 호주 사람들을 만난 적이 있다. 서울에서 비행기로 약 10시간 걸린 시드니(Sydney)는 다민족, 다인종 국가인 호주에서도 가장 활기찬 도시이다. 세계 3대 미항중 한 곳으로, 2000년 하계 올림픽이 개최된 도시이다.

남반구에 위치하므로 호주는 한국과는 계절이 정반대이다. 따라서 7,8월 한국에 선 수영을 즐길 때 호주에선 스키나 스케이트를 타는 겨울철이다. 영국에서 최초의 이주민인 유형수들과 이들을 호송하는 간수들이 시드니에 처음 도착하였을 때는 1788년이었다.

그 당시 시드니는 원주민인 애버리저니족이 수백명 정도 살고있는 작은 마을이

었다. 그러나 200년이 갓 지난 지금 시드니는 3백70만명이라는 큰 인구가 면면히 삶을 이어나가는 대도시가 되었다.

시드니에서 으뜸가는 상징적인 건물은 오페라하우스이다. 1957년 국제현상설계에 붙여진 결과 당선된 덴마크의 존 우트존에 의해 설계된 아름다운 건축물이다. 기하학적인 건축미가 돋보이는 오페라하우스가 완성된 후 예술의 전당으로써 호주인의 긍지와 자부심을 한껏 드높여 주었다. 마치 조개껍질을 포개어 놓은듯한



▲ 호주인들은 가정을 중요시하며, 휴일 날이면 가족과 함께 보낸다.



▲ 장수를 위해선 평소 즐겁게 살아가는 생활자세가 중요하다.



활기찬 호주인들의 모습을 볼 수 있는 시드니시 번화가

오페라하우스는 2천700여명이 들어갈 수있는 오페라 극장을 비롯하여 드라마 극장,영화관, 음악스튜디오,아트 갤러리 등이 건물내에 함께 자리잡고 있다. 거의 매일 시드니가 자랑하는 풍부한 문화적 레퍼터리 영화,발레,연극,클래식,음악,오페라,록 콘서트가 이곳에서 공연된다. 두번째 방문하는 시드니이지만 아는 사람없이 홀로 다닐려니 낯설었다. 하여 시드니 항구가 아스라히 보이는 곳에서 한 잔의 커피를 마신 후 시드니 타워로 갔다. 높이가 324.8m인 시드니 타워는 엘리베이터로 오르는 데 1분도 안 걸린다. 타워 전망대에서는 시드니 시내가 한 눈에 잘 들어온다. 모노레일 당일권으로 시내를 2바퀴

# 세계의 장수국을 찾아서

돌아보니 시드니에 대해 친밀감이 느껴졌다.

시드니의 변화가는 조지 거리와 피트 거리이다. 이곳에서는 세계 일류상점과 레스토랑, 카페, 호텔 등이 널려있다.

주말이 되면 가족단위로 쇼핑을 즐기는 사람들이 많다. 가정적인 호주인들은 퇴근 후 곧장 집으로 가기 때문에 저녁 무렵부터 도심은 한산해진다. 일요일 시드니 항구 앞바다에는 요트나 윈드서핑, 수상스키 등을 즐기는 시민들로 만원이다. 해변마다 일광욕을 즐기는 사람도 많다.

호주 원주민 말로 "아름다운

물을 바라본다"라는 뜻을 가진 '타롱가' 동물원에서는 진기한 동물들이 많다. 유칼리 나무에 매달려 앙증맞게 움직이는 코알라는 살아있는 작은 곰인형같다. 일생의 대부분을 유칼리 나무 위에서 사는 동물로 물을 전혀 먹지 않는 신기한 면을 가지고 있다. 대신 수분은 유칼리 나뭇잎과 줄기에서 섭취한다.

기이한 일이지만 호

주에는 사자와 호랑이 같은 맹수류가 없다. 대신 다른 대륙에서는 거의 멸종된 동물들을 많이 서식하고 있다.



▲ 양(羊)의 숫자가 사람보다 많은 호주는 양모산업이 기간산업이다.

대표적인 것이 캥거루이다. 유대류에 속하며 새끼를 배 주머니에서 키우는 모성애가 강한 동물이다.

다링 하버 곁에 있는 시드니 수족관은 참으로 흥미로운 곳이었다. 이곳에선 성인 남자보다도 큰 상어를 바로 눈앞에서 볼 수 있다.

부산하게 바다 위를 오가는 선박들, 오페라하우스의 기하학적인 건물조형, 시드니 수족관의 거대한 상어, 드넓은 녹색공원과 질푸른 바다 등 시드니의 매력은 참으로 많다. 이런 좋은 환경 속에서 살면서 건강관리만 잘 하면 누구나 장수할 것처럼 느껴졌다. [7]



▲ 깨끗한 자연환경은 심신의 피로를 씻어준다.

글·사진 / 허 용 선 (여행 칼럼니스트)