

●  
Challenge Zone

Health people

글\_조범자 아시아경제 기자,  
편집실  
사진\_아시아경제 DB,  
CJ엔터테인먼트 제공



## 하지원의 연기 에너지 건강한 몸에서 출발

작품을 할 때마다 폭풍 성장을 하고 작품 수가 늘어날 때마다 대중에게 더 큰 신뢰감을 준다면, 배우로서 가장 행복한 일이 아닐까. 영화 '코리아'를 끝내고 다음 스텝을 준비하는 하지원은 그런 배우다. 스크린과 안방극장을 넘나들며 톱배우로서 비교적 다작을 하는 편임에도 불구하고 늘 작품이 끝날 때마다 전작보다 더 귀한 찬사를 듣고 더 큰 사랑을 받는다.

## 몸이 건강하면 내 몸이 웃어요~

먼저 하지원의 건강 비결이 궁금했다. 그녀는 '시크릿가든'에서는 액션배우 길라임이 되어 와이어를 탔고 영화 '7광구'에서는 여전사였다. 스쿠버, 바이크, 수영, 복싱 등 운동을 통해 연기를 위한 몸을 만든 그녀이기에 그렇다.

실제로 하지원은 지치지 않는 연기 에너지 비결을 '건강한 몸!'으로 꼽는다. "몸이 건강하면 내 몸이 웃는다는 게 느껴져요. 컨디션이 좋으면 제 의지와 상관없이 막 웃음이 나오. 운동을 많이 해서 예전보다 더 건강해졌고 성격도 긍정적으로 변했어요. 영화 '7광구'를 준비하면서 필라테스, 웨이트트레이닝, 수영, 테니스, 골프, 스킨스쿠버 등을 했거든요. 무리가 갈 때도 있긴 한데 다 너무 재미있어요."

하지원은 방송을 통해 운동 예찬론을 보이기도 한다. 그녀는 방송 인터뷰를 통해서도 "적당한 근육은 젊음의 비결이에요."라며 "근육운동은 여성분들이 더 많이 해줘야 해요. 저는 작품 때문에 과도한 근육을 가졌지만, 적당한 근육운동은 젊음을 유지해주죠."라고 말한 바 있다.

건강을 위해 꼭 챙겨 먹는 것은 있을까. 하지원은 좋아하는 음식을 먹는다. "좋아하는 음식요? 고기, 과일, 채소, 커피, 매운 떡볶이. 우울할 땐 매운 떡볶이가 진리죠."라고 시원스레 말하는 그녀다.

## 혹독한 트레이닝, 현정화 싱크로율 100%

영화 '코리아'는 1991년 결성되었던 사상 최초 남북 단일 탁구팀의 실화를 영화화한 작품이다. 하지원은 현정화 역으로 열연한다. 영화를 위해 하지원은 혹독한 트레이닝을 거쳤으며, 이를 통해 선수 시절 현정화와 싱크로율 100% 그 이상의 모습을 보여줬다.

맡는 역마다 완벽한 연기를 보이는 하지원의 연기는 어떻게 다져진 것일까? "어렸을 때는 저 사람(배우)들은 우리랑 다른 사람인 줄 알았어요. 사실 동경을 갖고 있었죠. 하지만 제 성격이 워낙 내성적이어서 아무한테도 말 안 하고 혼자 꿈만 꾸고 있었는데, 고등학교 때 담임선생님이 사진모델 작업이 있는데 학생 중 한 명만 추천해달라는 제의에 저를 뽑아주셨죠. 그리고 그 사진을 우연히 한 매니저가 보고 여기까지 오게 된 거예요. 배우 하면서 많이 활발해진 편이에요. 작품 속에서 저는 실제의 나보다 더 대담하고 멋져요. 그래서 재밌어요. 새롭고 설레고 신나요." 그래서 그녀의 연기는 아낌이 없다. 하지원을 지워내고 영화 속 탁구선수 현정화가 되고 드라마 속 복조선 특수부대 교관도 되고, 여전사도 된다. 그런 그녀, 몸 쓰는 연기가 두렵지는 않을까?

"두려워요, 사실. 다칠까 봐. 다치면 촬영 못 하잖아요. 근데 카메라가 돌아가면 다칠 수도 있다는 걸 까먹으니까 그게 좀 문제인 거 같아요. 그래도 예전보다는 많이 정신 차렸어요. 옛날엔 정신줄 놓고 몸을 안 아꼈거든요. 다쳐도 병원도 안 갔어요. 그런데 그게 좋은 것만은 아니더라고요. 이젠 조금 과한 액션을 했다고 생각하면 얼른 가서 경락도 받고 병원도 가고 그래요. 그러면 확실히 몸이 덜 상하더라고요."

그래서일까, 하지원의 연기는 완벽하다. 완벽한 연기자, 하지원. 그녀가 다음에는 어떤 캐릭터의 모습을 완벽하게 보여줄지, 항상 기대된다.



실제로 하지원은 지치지 않는 연기 에너지 비결을 '건강한 몸!'으로 꼽는다. "몸이 건강하면 내 몸이 웃는다는 게 느껴져요. 컨디션이 좋으면 제 의지와 상관없이 막 웃음이 나오. 운동을 많이 해서 예전보다 더 건강해졌고 성격도 긍정적으로 변했어요."