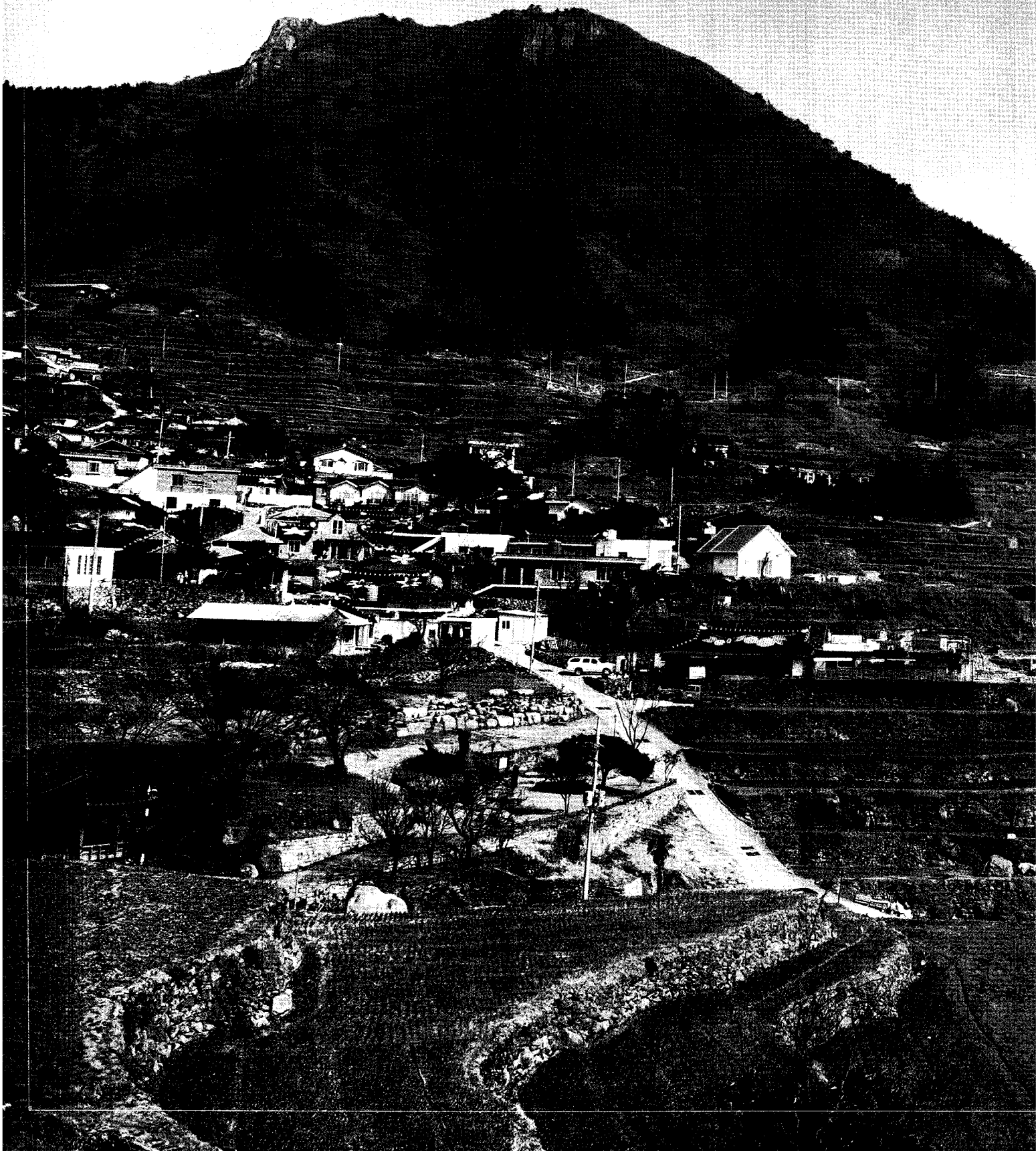


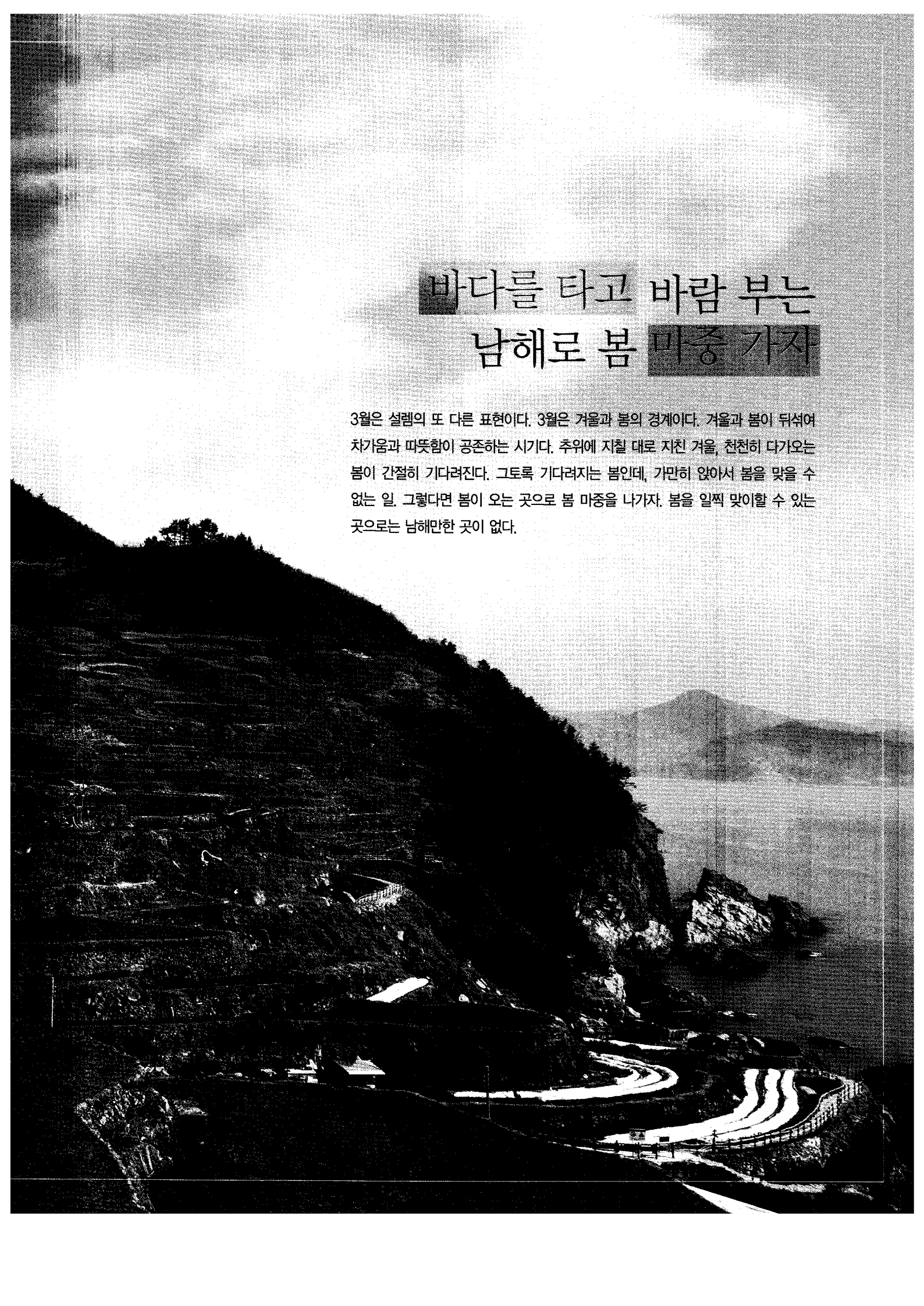
지혜 깊어지는 건강 > 지도 밖에서 만나는 건강

글 편집실 사진 안영준·조용준 기자



# 바다를 타고 바람 부는 남해로 봄 마중 가지

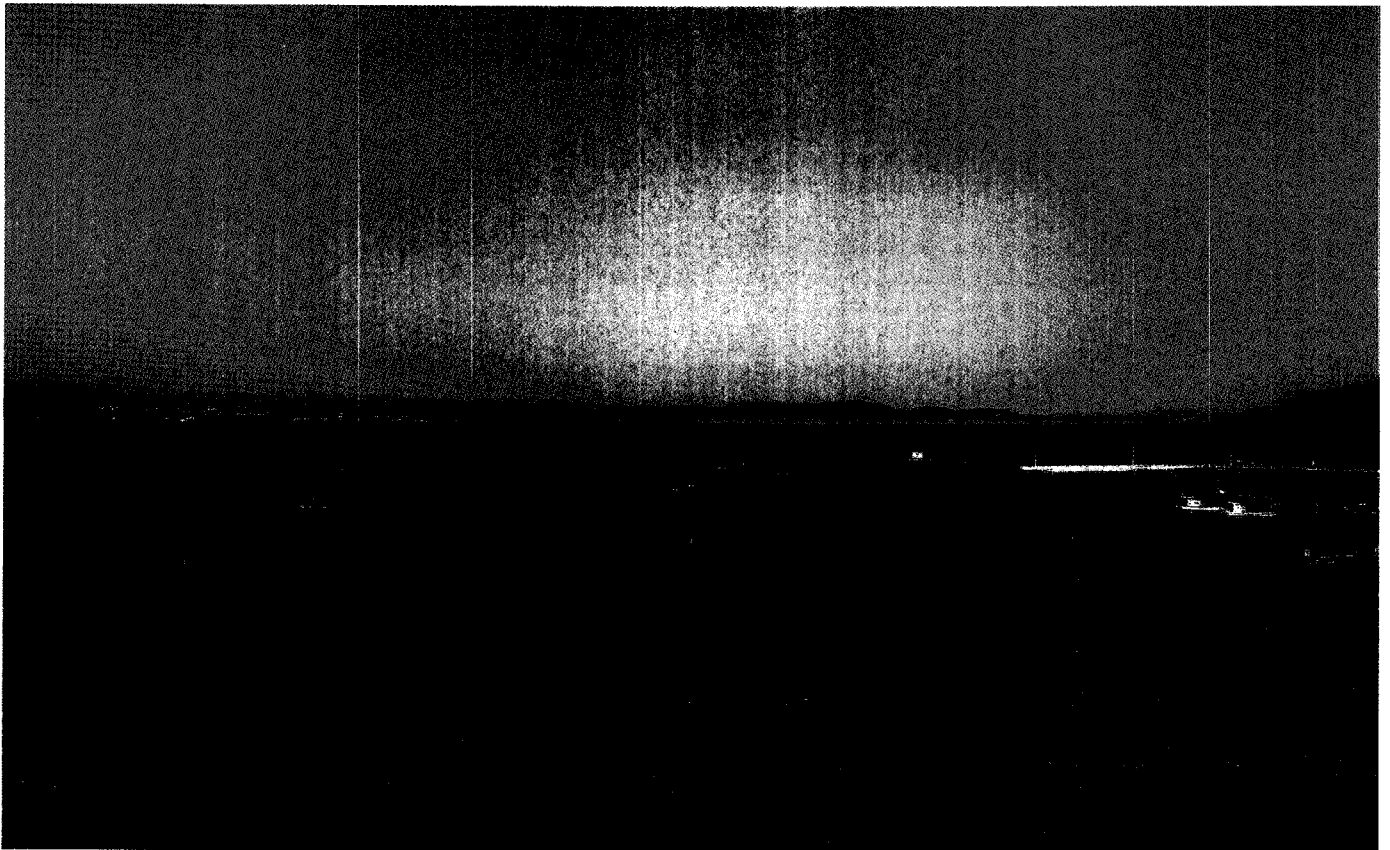
3월은 설렘의 또 다른 표현이다. 3월은 겨울과 봄의 경계이다. 겨울과 봄이 뒤섞여 차가움과 따뜻함이 공존하는 시기다. 추위에 지칠 대로 지친 겨울, 천천히 다가오는 봄이 간절히 기다려진다. 그토록 기다려지는 봄인데, 가만히 앉아서 봄을 맞을 수 없는 일. 그렇다면 봄이 오는 곳으로 봄 마중을 나가자. 봄을 일찍 맞이할 수 있는 곳으로는 남해만한 곳이 없다.



'남해 하면 하늘과 경계가 모호하리만큼 푸른 남해바다를 생각했지, 남해군을 생각하는 사람은 많지 않다. 경상남도 남해군은 1973년 남해대교가 생기기 전까지 연락선을 이용해야만 갈 수 있던 곳으로 마음의 거리 역시 멀기만 했다. 남해대교가 개통되고 점차 남해군의 교통이 개선되어 지금은 서울에서 약 4시간 정도 차를 타고 달리면 남해에 닿는다. 진주에서 남해대교를 건너거나, 삼천포에서 창선대교를 건너 남해 땅으로 들어서면 남해를 굽이굽이 돌아가는 1024번 도로를 만날 수 있다.

### 거친 땅, 층층이 삶이 터전으로 일군 다랭이 마을

남해에서 가장 유명한 곳으로 손꼽히는 곳은 가천다랭이 마을이다. 다랭이란 '층층으로 된 좁고 긴 논배미'라는 뜻이다. 다랭이 마을에 도착하는 순간, 이 마을이 왜 다랭이 마을인지 한눈에 확인된다. 45도 경사 비탈 108계단 그곳에 층층이 논이 자리하고 있다. 가천은 앞으로는 바다를 향한 절벽이, 뒤로는 돌산이 버티고 있어 이곳 사람들은 산비탈을 깎고 축석을 쌓아 계단식 논을 일굴 수밖에 없었다. 산허리를 잘라 평지를 만든 마을 사람들의 억척스러움과 고생이 눈에 보이는 듯하다. 이 논을 만들기 위해 일일이 돌들을 손으로 들어내 담을 쌓았고, 바닥에 진흙을 발라 물 빠짐을 막았다. 돌 땅을 옥토로 만들기 위해 남해 사람들은 여수까지 배를 끌고 가서 여수 사람들의 분노를 가져다가 거름으로 썼다고 한다. 다랭이논 속에는 자연을 극복하고 끈질긴 삶을 이어나간 눈물겨운 남해 사람들의 의지가 담겨 있다.



남해는 최남단에 위치해 썩과 시금치 등의 봄나물이 가장 먼저 고개를 내민다.



마을 인구의 90% 이상이 조상대로 살아온 마을이다.



다랭이란 '충충으로 된 좁고 긴 논배미' 라는 뜻이다.

지금 다랭이논은 마늘밭이다. 남해는 최남단에 위치해 썩과 시금치 등의 봄나물이 가장 먼저 고개를 내민다. 추수철만 빼면 다랭이논은 언제나 푸름을 자랑한다. 푸른 다랭이논은 파란 바다를 향해 밀으로, 밀으로 내려간다. 가장 가까이 바다가 있지만, 항구나 배 한 척이 없는 마을은 마늘과 벼가 주 소득 작물이다. 아직도 농사일에 소와 쟁기가 필수인 마을이며, 마을 인구의 90% 이상이 조상대로 살아오는 사람들이라 네 집, 내 집 없이 식사시간에 앉은 곳이 바로 밥 먹는 장소로 인정이 살아 있는 마을이다.

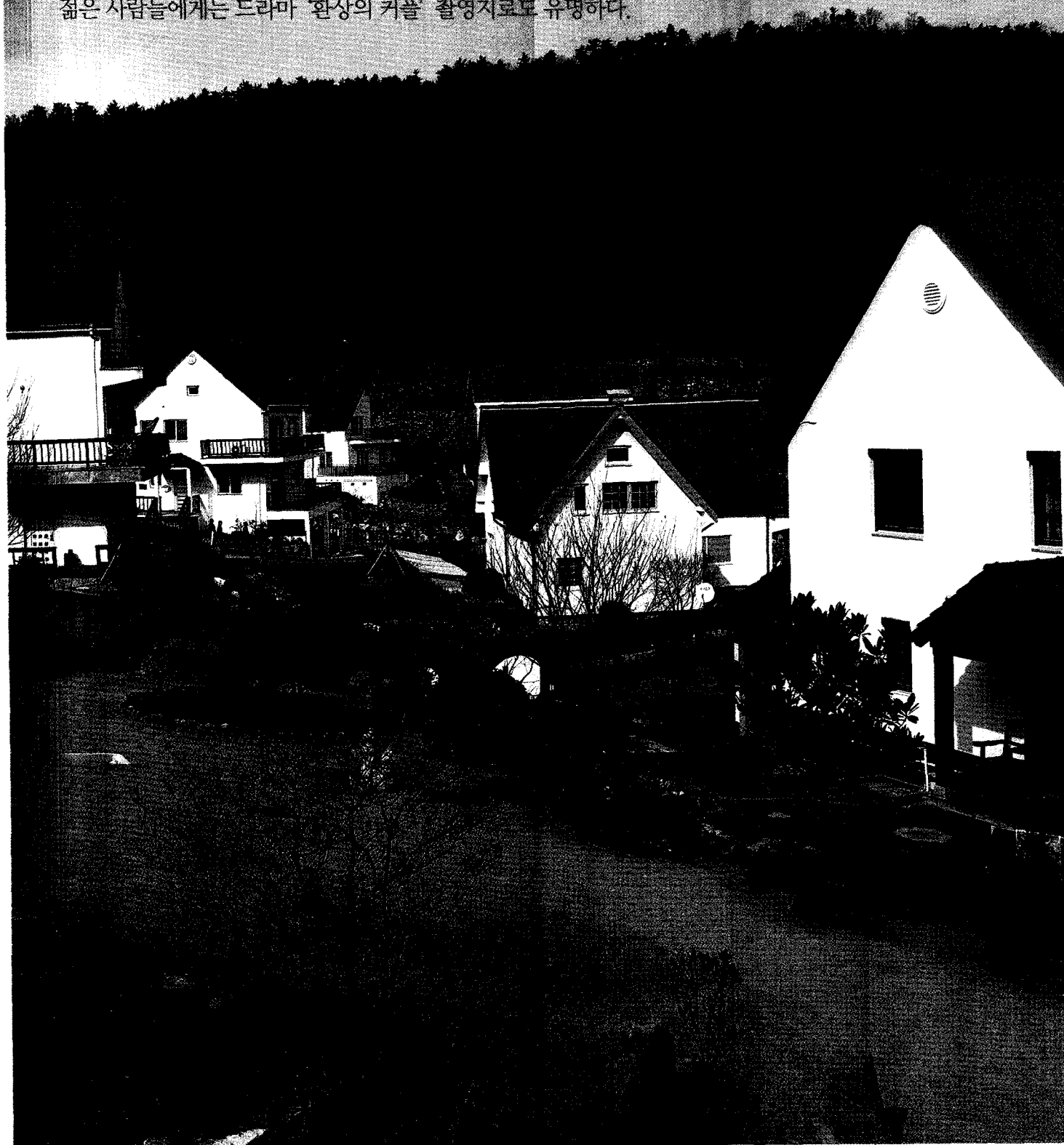
다랭이 마을에서는 집도 급경사에 짓다 보니 담이 마을 골목과 붙어 있거나 담과 길이 구분 안 될 정도로 낮다. 생계의 공간인 논이 바다를 향하듯 생활의 공간인 집도 바다를 향한다. 바다로 가는 길에는 남자 성기와 임신한 여자 성기를 닮은 바위가 있다. 소원을 빌면 들어준다는 암수 미륵이다. 전설에 따르면 영조 27년 이 고을 현령의 꿈에 한 노인이 나타나서는, 내가 이곳에 묻혔으니 나를 꺼내 달라고 하는 말에 꿈에서 깨고, 다음날 그곳을 파 보았더니 거대한 남근석과 임신한 여자의 모습을 닮은 바위가 함께 나타났다고 한다. 이런 독특한 형상 때문인지 아이를 낳지 못하는 이들에겐 득남의 효험이 있다고 알려지기도 했는데, 남해 사람들은 암바위가 품은 아이가 세상에 태어나면 미륵이 될 것이라는 믿음으로 매년 음력 10월 이곳에서 풍요와 마을의 안녕을 기원하는 제를 올리기도 한다. 어찌면 척박한 환경에서 가난과 싸울 수밖에 없었던 다랭이 마을 사람들의 소망이 모여 암수 미륵을 만들었으리라.

지금 다랭이논은 마늘밭이다. 남해는 최남단에 위치해 썩과 시금치 등의 봄나물이 가장 먼저 고개를 내민다. 추수철만 빼면 다랭이논은 언제나 푸름을 자랑한다. 푸른 다랭이논은 파란 바다를 향해 밀으로, 밀으로 내려간다. 가장 가까이 바다가 있지만, 항구나 배 한 척이 없는 마을은 마늘과 벼가 주 소득 작물이다.



봄이 되면 남해를 찾는 관광객의 발길이 끊이지 않는다.

남해의 또 다른 볼거리로 자리 잡은 독일마을은  
1960년대에 산업역군으로 독일에 파견되었던  
독일거주 교포들의 정착생활 지원을 위해 조성된 마을이다.  
젊은 사람들에게는 드라마 '환상의 커플' 촬영지로도 유명하다.



## 바다 그윽한 경치를 살피는 설흘산

남해에서 가장 높은 산은 해발 786m의 망운산이다. 망운산 정상에 오르면 시야는 동서남북 거칠 것이 없다. 서북쪽으로 지리산 천왕봉에서 광양의 백운산까지 내륙의 산봉우리들이 병풍처럼 펼쳐진다.

가천 다랭이 마을 뒤편에 솟은 설흘산의 풍경도 만만치 않다. 설흘산은 해발 482m로 망운산보다 낮지만, 정상에서 바라보는 풍경은 황홀하다.

‘설흘산 봉수대’는 400여 년 전에 일어난 임진왜란 시 사용된 것으로 추정된다. 남해안 왜구의 침입을 금산 봉수대와 사천, 전남 등에 연락하기 위한 봉수대로 전해 오고 있다. 이곳에 서면 앵강만과 남해 바다가 보이고, 한려수도의 아기자기한 작은 섬들도 조망할 수 있다.

## 남해 속 세계, 독일마을

남해의 또 다른 볼거리로 자리 잡은 독일마을은 1960년대에 산업역군으로 독일에 파견되었던 독일거주 교포들의 정착생활 지원을 위해 조성된 마을이다. 젊은 사람들에게는 드라마 ‘환상의 커플’ 촬영지로도 유명한 독일마을은 마치 유럽의 작은 마을을 통째로 옮겨 놓은 것 같은 모습을 하고 있다. 독일식 집과 정원으로 꾸며진 독일마을에는 독일 교포들이 생활하고 있다. 독일마을에서 운영하는 민박시설은 관광객으로부터 인기가 많다.

독일마을은 아침 일출과 저녁 일몰로도 유명하다. 독일마을은 정동향을 바라보고 있어 매일 아침 특별한 일출을 맞이할 수 있다. 해뜨기 전 검은색부터 주황색, 빨간색, 노란색, 초록색, 파란색……. 태양의 위치에 따라 시시각각 변하는 바다를 바라보는 것만으로 시간은 빨리 흐른다. **MEDICheck**

건강한 마을,  
남해로 가보자.



### 남해 가는 길

경부고속도로를 이용, 회덕분기점 지나 판암IC에서 대전-통영 간 고속도로 진입해서 가다가 진주 IC에서 남해고속도로를 이용, 하동 진교IC에서 남해방향으로 20분 정도 가면 남해대교다. 사천에서 창선대교를 건너는 방법도 있다.

### 남해 건강식

남해대로 아래 노랑 앞바다에는 횡집이 많다. 물살 세기로 유명한 이곳에서 잡은 생선은 육질이 단단하고 맛이 일품이다.

또한, 마늘은 남해 특산물로 해풍을 먹고 자란 마늘은 알이 굵고 맛이 좋다. 마늘에는 게르마늄이 함유되어 있는데, 이 게르마늄은 생체 방어 기구 활성화 물질인 인테페론 생성을 돕는 물질로서 체내에서 이물질들을 집어삼키는 대식세포나 자연방어세포를 활성화해 암세포 등을 억제하거나 공격하게 한다.

### 볼거리

남해 금강산이라 불리는 금산(681m)과 보리암을 빼놓을 수 없다. 유일한 산악공원으로 기암괴석들로 뒤덮인 38경이 절경이다. 이 밖에도 미국마을, 나비생태공원 등 볼거리로 가득하다.