

## 70세 헤은이 "우울감 심해 병원까지 가"

등록 2026.03.28 09:18:51



[서울=뉴시스] 가수 헤은이가 우울감을 털어냈다. (사진=유튜브 '어쨌든 헤은이' 캡처) 2026.03.28. photo@newsis.com

\*재판매 및 DB 금지

[서울=뉴시스]전재경 기자 = 가수 헤은이가 우울감을 털어냈다.

헤은이는 최근 유튜브 채널 '어쨌든 헤은이'에 공개된 영상에서 오랜만에 외출에 나선 근황을 전하며 "병원 가는 거 빼고는 3주 만에 나왔다"며 "제가 요즘 좀 우울하다. 좀 심할 정도여서 병원에 갔었다"고 말했다.

이어 "나이가 들고 계절이 바뀔 때 그런 우울감이 올 수 있다고 하더라"며 "작가가 너무 집에만 있으면 안 된다고 해서 한강에 나왔는데, 나오길 잘했다"고 덧붙였다.

헤은이는 "나의 화려했던 시간들이 지금까지도 이어졌다면 너무 감사하고 행복한 일이겠지만, 점점 작아지는 모습을 연습해야

한다"며 "받아들일 건 받아들이고 후배들에게 내 화려했던 시간을 돌려줘야 한다. 그런데 제일 힘든 건 마음이 안 늙는다는 것"이라고 털어놨다.

과거 전성기 시절 자신의 모습에 대한 속내도 밝혔다. 그는 "지금 내가 한창 예뻐던 시절의 모습을 욕심내면 나쁜 사람"이라며 "옛날 내 영상이나 내가 나온 프로그램들을 일부러 안 본다"고 말했다.

그러면서도 팬들을 향한 애정과 고마움도 전했다. 헤은이는 "언제나 팬들에게 사랑받고 싶고, 더 많이 받고 싶은 욕심이 나는 건 어쩔 수 없다"며 "제 채널을 봐주시는 분들은 헤은이라는 사람을 사랑하고 응원해 주시니까 이렇게 할 수 있는 것 아니겠느냐"고 했다.

이날 한강 외출로 위안을 얻었다는 그는 "우울감이 전혀 없는 사람은 없다고 생각한다"며 "그걸 어떻게 이겨내느냐가 중요한데, 이렇게 좋은 공기를 마시며 나오는 것도 좋고, 친구들끼리 나와 앉아 있는 모습을 보며 평화로움과 행복을 대리만족하는 것도 필요하다"고 말했다.

©공감언론 뉴시스 for3647@newsis.com

Copyright © NEWSIS.COM, 무단 전재 및 재배포 금지