

이효리, 요가원 운영 고충 "수강생 아우르기 쉽지 않아"

등록 2026.05.11 17:35:00



[서울=뉴시스] 이효리(오른쪽). (사진=유튜브 채널 '아 요가' 캡처) 2026.05.11. photo@newsis.com

*재판매 및 DB 금지

[서울=뉴시스]전재경 기자 = 가수 이효리가 요가원을 운영하며 느낀 생각을 밝혔다.

지난 10일 유튜브 채널 '아 요가'에는 '효리 말고 아난다, 요가쌤들의 속마음은요'라는 제목의 영상이 공개됐다.

영상에서 이효리는 친한 요가 강사들과 만나 요가 수업과 지도 방식에 대해 이야기를 나눴다.

이효리는 자신이 진행하는 요가 수업에 대해 "날씨가 분위기, 어떤 사람이 오는가에 따라 다르니까 감응하면서 수업을 하는 것 같다"고 말했다.

이어 "분위기에 감응하면서 하다 보니까 지금까지 똑같은 수업은 한 번도 해본 적이 없다"며 "요가가 처음인 사람이 오면 그때 또 티칭을 바꾼다. 어떨 때는 완전 초심자에 맞추기도 한다"고 설명했다.

수강생을 아우르는 일이 쉽지 않겠다는 말에는 "쉽지 않다"며 "그게 내 수련인 것 같다"고 답했다.

이효리는 요가 지도자로서의 어려움도 털어냈다. 그는 "자세를 유지하라고 하는 선생님의 마음이 정말 어렵고 힘들다"며 "힘들어하는 모습을 보면 빨리 돌아오게 해주고 싶다"고 말했다.

이어 "아파해야 성장한다는 건 우리가 경험해봤으니까 알지만, 아프도록 내버려두는 마음이 너무 어렵다"며 "3분 하라고 해놓고 2분 안에 돌아오라고 한 적이 많다"고 했다.

이효리는 현재 서울 서대문구에서 요가원을 운영 중이다.

©공감언론 뉴시스 for3647@newsis.com

Copyright © NEWSIS.COM, 무단 전재 및 재배포 금지