

それでも、
わたしらしく。

キム・ユウン

西野明奈／訳



かんき出版



日々、諦めることが増えていくとしても
「自分」らしい姿だけは失くさないことを願って。



「それでも、わたしらしく」

はじめに

ソウル市内のある大学で講演をしたときに、こんな質問がありました。
「どう生きるのが豊かな人生でしょうか？」

人間関係、就職、日常生活での悩みといった問題にはすぐ返答が思い浮かぶのに、その質問に対する答えはなかなか思いつきませんでした。

しばらく思い悩んだ末、いつか振り返ったときにあまり後悔しない人生が豊かな人生だと思っています、と答えました。

家に帰ってからも、翌日原稿を書いている間、回答が不十分だった気がして、何週間も一人で考えていました。考え続けて季節も変わるころにようやく、ある程度納得のいく答えが出ました。

「自分らしく生きること」

当たり前すぎるかもしれませんが、もっとも難しいことのひとつです。美しいかと思えば遠ざかったり、難しいかと思えばふいに優しくなったりするこの世界で、必ずすべきことがあるとしたら、もっとも自分らしい姿を見つけ出すことでしょう。

この先、未練が残ることもあるでしょう。ただ、精一杯自分らしく生きれば、後悔は減ると思うのです。

楽しいだけではない世界で、あなたにはいまも、そしてこの先も後悔してほしくないし、幸せになつてほしい。

いつもあなたらしく生きられるよう応援しています。常に心のどこかに留めておいてください。

「それでも、わたしらしく」

キム・ユウン

はじめに

6

01

あなたが今日、もっと幸せになるよう願って。

01	あなたはいま、どの季節を過ごしていますか。	16
02	重要なのはスピードではなく、あなたの幸せだから	20
03	会いたいという言葉の代わりに	24
04	苛立ちをなだめる方法	27
05	そうやって、心に花畑ができた。	31
06	人生にも休止符が必要だ	34
07	いつか、どこかで、もし。	37
08	たったひとつの鎮痛剤	38
09	「そんなときはちよつと休むんです」	42
10	幸せの準備	48
11	流れる水のように	50

02

それでも、元気に過ごしているか気がかりです。

12 ♪ いつも変わらず大好きなクリームへ 53

13 ♪ あなたの財産 57

14 ♪ 日常に影がささないように 59

15 ♪ 1×1≡1 62

16 ♪ どんなにつまらないことでもかまわない 65

17 ♪ 母の幸せ 70

18 ♪ きつと、一生恋しく思うだろう。 72

19 ♪ あなたが元気になりますように 78

20 ♪ 何事にも時間が必要であるように 80

21 ♪ 理由なき応援 81

22 ♪ 少しくらい時間がかかってもいい 84

23 ♪ 進んでいくすべての道で 86

24 ♪ 晴れた日が似合うあなたへ 88

25 ♪ 悩む過程が跡になって残るとき 90

26 ♪ 塗り重ねた時間 92

27	〽 何もしたくない日は	96
28	〽 「そっか、まあそんなこともあるよね」	98
29	〽 想像の中の不安はフィクションでしかないんだ	100
30	〽 心に残る跡	104
31	〽 気をつかわない練習	106
32	〽 どうせ過ぎゆく苦しみだから	110
33	〽 あなたの今日が気がかりです。	113
34	〽 いい人生、いい人。	114
35	〽 平凡な一日	122
36	〽 今日を生き抜き明日に打ち勝つ	124
37	〽 特別なもの	128
38	〽 いつも幸せでいられるか / いつか幸せになれるだろうか	130
39	〽 静かな慰めを、落ち着いた気持ち。	131
40	〽 次の一歩	134
41	〽 勇気のかけらをいくつか、願いをスプーンで数杯。	138
42	〽 初めての人生だから	140
43	〽 不眠症	142
44	〽 少し柔軟で断固たる人生	144

安定した関係を築くのは、相変わらず難しい。

45	♡ いい人にしか出会わないわけではないのなら	148
46	♡ 頼ったり、期待したりしないこと。	152
47	♡ 心が傷つきやすいのなら	153
48	♡ 縁ある人へ	156
49	♡ 大切な縁だったということ	159
50	♡ 親しくなれない間柄	164
51	♡ 言葉に傷つかないように	166
52	♡ 選んだら楽なことについて	169
53	♡ 悲しいけれど、大丈夫	174
54	♡ 夫婦の世界	175
55	♡ わたしの日常に染まってくれてありがとう	180
56	♡ 言葉の雰囲気	182
57	♡ 幸せになるべき人	185
58	♡ 合わない人	188
59	♡ ありがたい友人へ	193
60	♡ そんなものだと思って生きる	196

04

それでも、わたしらしく。

68	♡ 「自分」を変えるという失敗	222
69	♡ 心残りは胸に秘めて	226
70	♡ ばやけた自分に	228
71	♡ 次の一步を信じる気持ち	231
72	♡ わたしの中の宇宙	236
73	♡ いまよりもいい人になるために	240
74	♡ 他人をあまり意識しないように	244
75	♡ ゆっくりだけど、だからこそしっかりと。	246

61	♡ もうひとつの人間関係	198
62	♡ こだわって生きなくてもいい	201
63	♡ 遅すぎた言葉、遅すぎた心。	204
64	♡ 花が散るのを惜しむのは	208
65	♡ 思いやりという無関心	210
66	♡ ただ流れるままに	213
67	♡ あなたが元気なら、わたしも元気です。	218

76	〽 自己肯定感を守るために	249
77	〽 自分を失いかけているとき	254
78	〽 人生の切り取り線	258
79	〽 自分を見渡す練習	263
80	〽 父にそっくり	267
81	〽 とめとない応援	270
82	〽 自分を失わないように	274
83	〽 自分だけの役割	276
84	〽 順風	278
85	〽 幸せ探し	280
86	〽 「わたし」	283
87	〽 ゆっくりだけど、最後まで。	284
88	〽 それでも、わたしらしく	288
	それでも自分らしく、花咲くあなたへ	291
	日本語版刊行に寄せて	

01

あなたが今日、
もっと幸せになるよう願って。

당신이 오늘
더 행복해지길 바라면서.

あなたはいま、

どの季節を過ごしていますか。

咲きはじめより散りゆくさまを見るほうが好きだ。風に舞い散る桜、日が暮れゆく空、赤く色づいて落ちるもみじの葉のようなものに、より情感をそそられる。華々しいスタートよりも輝かしい締めの方が難しいものだ。それを大胆にやってのけるを見て、こんなふうに生きてみたいと思った。

わたしはそれほどまめな性格ではない。人生における重要度で優先順位をつけたのちに上位のいくつかに集中し、残りは諦めるスタイル。ものごとを手早くこなせるほうでもないので、仕事を終えるのもどちらかというと遅い。だから、びったりのタイミングで華やかに花を咲かせる桜の木になったこともないし、ちょうどいい時期に美しく色づくもみじの木にもなれなかった。他よりも遅く開花する桜であり、もうすぐ冬というころによく焦って葉を赤く染めるもみじだった。

あなたが今日、
もっと幸せになるよう願って。

でも立ち止まりはしなかった。変わりゆく季節を懸命に生き抜き、少し遅くても自分ができる最善を尽くし、役割を果たした。そんなふうに過ごしていたら、かなり頑丈な木になっていた。鬱蒼^{うつそう}とまではいかなくても、夏になったらそこその大きな日陰をつくれる木になれたと感じた。この先の時間をもう少し大胆に経験し終えたら、いつかわたしも大木になれるのではないかという希望を抱いている。

成長のスピードは人それぞれだ。わたしのように遅くても粘り強い人もいるだろうし、逆に早く効率的に進む人もいるだろう。それぞれのスタイルで春を迎え、夏を送り、秋を抜けて、冬を過ごす。

あなたがいま、どの季節を過ごしているか気がかりだ。暖かな春の日差しの下にいるのか、暑い夏の真ただ中にいるのか、涼しい秋の入口にいるのか、冷たい冬の風に吹かれているのか。どの季節であっても、それもまたあなたという木が華々しく成長する過程だと思う。無駄な時間なんてない。いつもどおりの日々が少しずつ、さらに素敵な人にしてくれる。風が吹いても簡単にぐらつかないくらい頑丈で、ひどく暑い日差しに干からびて

しわくちゃにならないくらい強靱な人が、まさにあなただ。華々しいほどに青々とした木になる、あなただ。