



シャンソン歌手クミコ

# 本当の私

Life is best when it is authentic

「本当の私」と出会うとき、人は人生を生きる  
人は誰も「本当の自分」と出会うことを、深いところで求めている

- ✳ 自分に大切な何かをなくすことで、人は自らの魂までも失ったと感じる
- ✳ それらが無くなるとき、共に織り込まれていた自分の魂も失ったと人は錯覚する

## 私の考えている「私」とは

- ✳ 私の過去、私の将来、私の経験、私の業績、私の能力、私の仲間、私の家族、私の思い
- ✳ 私の持ち物、私の服、私の肩書き、私の会社、私の車、私の趣味、私の国家、私の宗教

## 本当の「私」

- ✳ 自分を取り巻く全てのものが無くなったところに存在する何か
- ✳ かたちあるものが無くなったとき、織り込まれていた自分の魂も一緒に失われた「わけではない」と知ること

## 「本当の自分」を見つけるために

- ✳ 私が私と思っていた全てのものが、幻想であると認めること
- ✳ 私のやろうとしていること、やってきたことが、どのような源から生まれているのかを、たどってみること

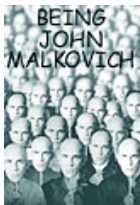
## 内に潜む「恐れ」

- ✳ 「この私」が消滅することの恐れ
- ✳ しかし、この「恐れ」が私を導いてくれるガイドだと知ること

## 「恐れ」の正体

- ✳ 私を形の中に見るとき、導きは「恐れ」のかたちとなって、私たちに教えてくれる
- ✳ 私が私を「かたち」の中に見ている限り、どこまで行っても「恐れ」は存在するものと知らせる、そのやり方で
- ✳ この「恐れ」は、「本当の自分」に出会うまで存在する
- ✳ 恐れていると感じるとき、それは「本当の自分」との出会いの第一歩と知ること

## < 事例 >



映画「マルコヴィッチの穴」  
他人になりたいと思ったことはありませんか。  
なれます、たったの 200ドルで！しかも俳優ジョン・マルコヴィッチに

映画「ビューティフル・マインド」  
現実だと思っていたことが、実は幻想だった



作家 柳 美里 35 歳  
私の闇で、誰かの闇を照らしたい

シャンソン歌手 クミコ  
「本当の自分」出会う 歌「最後の抱擁」

