

自己理解

理解しようとしたものは、
あとから整えられてしまう。

整わなかったものだけが、
内側に残っている。

人は自分を理解したいと思いつながら、
本当は、
これ以上迷わなくて済む場所を探している。

価値観とは答えではなく、
引き返せなかった選択の痕跡として、
内側に沈んでいる。

自己理解とは、
性格診断の結果でもなければ、
「私はこういう人です」と言い切るための言葉でもない。

強みや弱みを整理することでも、
過去を合理的に説明することでもない。

それらはすべて、
すでに通過した航路をあとから整頓する作業にすぎない。

整えられた地図の中に、
そのときの揺らぎは残らない。

人は、理解したつもりになることで安心する。
けれどその安心は、
まだ見たくないものを静かに遠ざける。

価値観とは、選択の積み重ねによって
いつの間にか形成された、内側の航路である。

何を選び、何を選ばなかったのか。
どの言葉に頷き、どの違和感を無視できなかったのか。

その一つひとつが、
自覚されないまま舵の角度を決めてきた。

自己理解とは、
その航路を「正解だった」と確認することではない。

むしろ、
なぜその方向へ進まずにはいられなかったのか、
という理由に触れることに近い。

理由は、論理よりも先にある。

説明できなかった選択、
周囲に理解されなかった決断、
それでも引き返せなかった瞬間。

そこに、価値観の核が沈んでいる。

自己理解が深まると、
人は確信を持つようになるわけではない。

むしろ、
迷いを急いで終わらせなくなる。

何が起きているのかわからないまま、
立ち止まる時間が増える。

けれどその遅さは、
内側で起きていることを
置き去りにしないためのものでもある。

価値観の航路は、固定された地図ではない。
理解が進むほど、
線はむしろ揺らぎを含みはじめる。

それでも消えない傾きだけが、
また同じ方向へ向かわせる。

迷いと理解は、対立しない。

理解とは、
迷いが消えることではなく、
消えないまま進んでしまう自分の傾きを、
そのまま引き受けることでもある。

切り捨てなかった揺らぎの方に、
航路は、あとから現れる。

Edition — 価値観の航路
別景：自己理解

著者：美学思想家 古川玲奈
発行：Raffiné
2026