

Running high

第10期 朴 廷玟

Running High とは、通常 30 分以上走ることによって得られる幸せな気持ちのことを指す。マラソンのように、長いランニングで体も精神も辛い状況の中でも、ある程度の基準に達すると、逆にランニングに酔うことによって、幸せな気持ちになる。この酔いの状態は、クスリをやった時と似たような状態とも言われている。私は Running High を、ここ 2 年間の小野ゼミの活動を通じて経験した。確かに、ゼミ活動はランニングではないが、「長いランニングで体も精神も辛い状況の中でも、ある程度の基準に達すると、逆に幸せな気持ちになる」という同じ経験ができたからである。大



10 期マケ論チーム（著者は左から 1 番目）

学 3 年からのゼミ活動は、何事も私の想像を超えるものばかりであった。ほぼ毎日学校に行き、毎回、優秀な同期とグループワークを行い、やっとの思いで作上げた結果物を発表した後も、また新たなグループワークが始まる。終わりが見えないランニングをやっているような気がした。そして、ゼミ以外の活動も続けたいと思っていた私は、アルバイトも英語関連のグループもやり続けたため、結局、体も精神も疲れてしまい、弱ってしまった。しかし、ゼミ活動が辛い記憶しかなかったかという点、それはまた違う。私のゼミ活動における Running High が得られる 30 分以上のコースは、何かの結果物（発表や文書）を出すまでの過程であった。それを終えた後は、それまでの大変だった記憶は消えて、達成感とは違う、言葉に表現できないほどの幸せを感じられたのである。特に、周りの優秀な同期や先輩に比べ、いつも何一つ自分でできなくて自己嫌悪に陥っていた私が、結果物に少しでも貢献できたと思えた日は、最高の「Running High」を感じる事ができた。きっと、大変な過程があったからこそ得られた最高の幸せだったに違いない。卒業して社会に出ると、この学生時代が甘く思えるほど、大変なのかもしれない。だが、小野ゼミ活動を通じて、「Running High」を味わうことができた私は、今までの経験を活かして、諦めずに頑張ることができると思っています。この幸せな気持ちを経験することができたのは、同期である 10 期を含め、先輩の方々、大学院生の方々、および後輩のおかげであり、何より、いつも親身になって相談に乗ってくださり、ご指導して下さった小野晃典先生のおかげである。心から深い感謝の意を述べたい。