

# Ha Tae Wan

*Koester  
elk moment*

Het Koreaanse geheim  
voor een waardevol leven

Uit het Koreaans vertaald door  
Mattho Mandersloot en Thyrze van Onna



*Verhalen over de meest sprankelende momenten*

---

*die me helpen meer lief te hebben*

---

*en gelukkiger te zijn*

---



## Hoeveel gevoel zit er in elk moment?

Er zijn ineens al vijf jaar voorbijgegaan sinds de oorspronkelijke versie van *Koester elk moment* voor het eerst verscheen. Het aantal verstreken jaren is nog op één hand te tellen, maar de wereld waarin wij leven is al zo vaak veranderd dat het niet meer bij te houden is. Met al die veranderingen kwam het in me op dat ik dit boek ook een kleine verandering cadeau wilde doen. In plaats van zijn oude, afgedragen omhulsel wilde ik het in een schoon, nieuw jasje steken, en zo kwam de publicatie van deze herziene editie tot stand.

Om aan de herziene editie te werken haalde ik voor het eerst in een vreselijk lange tijd dit boek uit mijn kast tevoorschijn. En met een hele zachte, kalme stem las ik de titel hardop voor. Het is maar een stapel papier – niet iets dat ademt of leeft – en toch wilde ik dit boek bedanken voor alles wat het de afgelopen vijf jaar heeft bereikt. Dit boek nam deel aan de liefde van vele mensen, gaf mensen levenskracht, en stelpde, zij het wat onbeholpen, het bloeden van vele harten, dus het voelde alsof dit boek en zijn

inhoud een beloning verdienen. En de vraag hoe ik dat moest aanpakken beantwoordde ik uiteindelijk met: ‘Het nogmaals aan veel mensen laten lezen.’

Toen ik dit boek begon te schrijven was ik er heilig van overtuigd dat het grootste deel van mijn leven uit liefde moest bestaan (en dat ben ik eigenlijk nog steeds). Ik wist namelijk zeker dat alles wat ik met liefde behandelde en met liefde tegemoet trad mijn voorkeur zou krijgen, en dat die voorkeur de basis van mijn leven zou vormen en er richting aan zou geven. Maar na verloop van tijd, toen ik merkte dat ik als een hoekige steen door de stroming werd meegesleurd, begon ik me af te vragen of deze liefde waar ik zo rotsvast in geloofde de werkelijkheid wel de baas kon blijven.

Bestaat er geen sprookjesachtige liefde meer in deze wereld? Is de buitengewoon overvloedige liefde een leugen geworden? En aangezien ik alles heb verdrongen in mijn streven naar liefde, ben ik dan het foute antwoord op een verkeerde vraag? De ene na de andere twijfel zorgde voor een gevoel van verlies en dat schijnbaar onoverkomelijke verlies gaf me op zijn beurt een machteloos gevoel. Maar dat gevoel van verlies duurde niet lang. Want ik zag en ervaarde weer de liefde die ik met blind vertrouwen bleef volgen. De liefde zag er exact hetzelfde uit als voorheen. Zoals de blauwe lucht die schuilgaat achter een donkere wolk, zo stond de liefde openlijk verscholen achter de pijn van de realiteit en de innerlijke chaos. De liefde was nooit veranderd. Bizar genoeg bleek ik degene die was veranderd en die de liefde zonder reden haatte en veroordeelde.

Daar begon de herziene editie van dit boek. Het liefst wilde ik alle teksten redigeren en van betere zinnen voorzien, maar ik besloot ze onaangetast te laten, als mijn beeld van het leven en de liefde zoals ik die in mijn jongere jaren had ervaren. Omdat ik had geprobeerd er geen specifieke gebeurtenissen of tijdsgebonden belevenissen in te verwerken, nam ik mij voor me niet te schamen, ook al waren sommige zinnen naïef en onvolwassen. Zoals ik eerder heb gezegd, wil ik dit boek slechts nogmaals aan de wereld tonen, aangevuld met enkele nieuwe teksten over de liefde nu ik die opnieuw heb ervaren. Zoals ik een onbeschrijfelijk gevoel van voldoening had toen ik mijn verloren gewaande liefde opnieuw vond, zo hoop ik ook dat andermans onderdrukte gevoelens en bedaarde romantiek door dit boek gered kunnen worden.

Ook nu, vijf jaar later, hoop ik dat dit boek stilletjes weet door te dringen tot alle gevoelens en alle harten van deze wereld.

En nog altijd zullen we  
soms vol liefde, soms pijnlijk ontroerend,  
soms met een onoverwinnelijke zinloosheid

ons leven blijven leven.

Ha Tae Wan  
maart 2023



Voor iedereen die vaak  
piekerend wakker ligt

# DEEL 1

---

Laat al je zorgen even los

◇ Jij bent op alle momenten jou geweest

Ik hoop dat je gelukkig bent,  
ik hoop dat je maar weinig hoeft te huilen,

ik hoop dat je genoeg kunt ontspannen,  
ik hoop dat je gelukkig bent in de liefde,

en ik hoop dat je niet meer instort.





Vergeet nooit  
dat jij op elk moment jezelf was.

Want onbewust ben je door die momenten  
keer op keer sterker geworden  
en heb je je voldoende toegerust  
om gelukkig te zijn.





## Een beetje rust voor jou

Ik ben met grotere, beheertere passen gaan lopen.  
Ik heb geleerd hoe ik niet weemoedig word  
van de ondergaande zon,  
en diep in- en uitgeademd bij het onophoudelijk passeren  
van het groen langs het raam van de bus.  
Enkel door mijn dag met een beetje rust te vernissen  
voelt het alsof ik het leven enorm verrijk.

Op de een of andere manier vervult een onverklaarbare hoop  
mij onophoudelijk van doelloze kriebels  
en maakt dat ik me intens dankbaar voel  
voor de mensen om me heen.

Misschien is dat wel  
waarom we op reis gaan.

Het asfalt op een onbekende plek  
wekt niet de gebruikelijke troosteloosheid in me op,  
maar comfort, alsof ik op een grasveld lig.  
De rust die altijd te hoog gegrepen leek,  
is voor het eerst alom aanwezig op een vakantie zonder plannen.

Misschien kan ik mezelf  
op vakantie  
pas echt in de ogen kijken.

We moeten onze ogen niet sluiten,  
omdat we bang zijn te worden verblind.  
Want als het felle zonlicht dimt, tovert de weidse omgeving  
een glimlach op je gezicht.

Misschien dat onze reis  
op dat moment begint.





## Echt, je hebt het goed gedaan

Heb geen spijt van je keuze.

Op dat moment was die keuze  
het beste wat je kon doen,  
en daarmee de beste keuze.

Echt, ik weet zeker dat je er goed aan hebt gedaan.

## Hoe je oprecht van jezelf houdt

Klamp je niet te veel vast  
aan de dingen waar je nu mee zit.

Zeg niet te veel dingen  
die je niet oprecht meent.

Geef uiting aan je dankbaarheid voor de mensen  
die je op waarde schatten.

Dat is hoe je oprecht van jezelf houdt.





## ◇ Zogenaamd graag alleen

Ik ben altijd zo geweest.

Ik weet in elke situatie de juiste woorden te vinden en weet hoe ik anderen op de eerste plaats zet. Soms ben ik heel persoonlijk, en heel soms egoïstisch, maar ik ben niet iemand die anderen zomaar een mes in de rug steekt. In het begin treden veel mensen mij daardoor met een glimlach tegemoet. En ze prijzen me dat ik een goed mens ben. Ik hoor die complimenten graag, dus ik probeer mijn goede intenties altijd te laten zien.

Maar daar blijft het bij.

Ik heb tientallen, honderden keren andermans ups en downs in de armen gesloten, waardoor ze diep in mijn hart op en neer bleven stuiteren. En hoewel ik zulke schommelingen kan verlichten, spelen ze mij soms ook parten.

Een zware somberheid en mijn gewoonlijke lichtheid  
wisselden elkaar veel te vaak af.

Ik wist hoe ik andermans pijn kon omarmen,  
maar niet hoe ik mezelf kon troosten.

De mensen die mij zo kenden, die zich aangetrokken voelden  
tot mijn onbezonnen en onvolwassen energie, keerden me  
binnen de kortste keren de rug toe. Dat is de reden dat ik voor  
mijn leeftijd absurd weinig mensen om me heen heb. Misschien  
hebben de mensen die ik vertrouw me al lang en breed uit hun  
hart gewist.

Ik dacht dat ik een van de besten ter wereld was  
in doen alsof  
ik graag alleen ben.  
Daarom heb ik dat altijd gedaan.

Zo verloor ik mensen routinematig, bijna plichtmatig. Maar die  
fout zal ik niet meer herhalen. Want inmiddels weet ik min of  
meer wie ik niet door mijn vingers mag laten glippen en hoe ik  
hen moet liefhebben.





## Alles komt goed

Je doet simpelweg je best  
met alles wat je te doen staat.

De frequente tegenslagen die je te verduren krijgt,  
gebeuren enkel om te worden opgevolgd

door goede dingen  
die je een groter geluk brengen.

Het is oké, want alles komt sowieso goed.



Laat de seizoenen ons omhelzen  
en ons verdriet en de onvermijdelijke stilte  
naast elkaar begraven.

En tel stilletjes de goede dingen  
die nog komen gaan.

Laten we hopen dat kleine lichtpuntjes samensmelten  
tot groter geluk  
doordat we ons uiterste best doen.





## Iemand liefhebben

Mijn huidige leven, je weet wel,  
dat 'huidige leven' dat ik zo haatte, is inmiddels een stuk mooier.

Want in de vroege ochtend, wanneer iedereen ligt te slapen  
en ik het raam opengooi om de nachtlucht in me op te nemen,  
wanneer ik een nummer opzet om iets beter te kunnen slapen,  
tot aan de dromen die mijn wereld vullen terwijl ik slaap, is alles  
doordrenkt van jouw verrukkelijke geur. Dus, wat ik bedoel te  
zeggen, is: ik leid eindelijk een gelukkig leven, een leven waar ik  
blij om ben.

En al deze zinnen  
zijn pas compleet wanneer ze beginnen  
met de woorden 'dankzij jou'.



Ik zou willen, denk ik nu, dat ik eerder had geweten dat liefhebben

– iemand worden die van iemand houdt – voor zo'n verrukt gevoel zou zorgen. Zolang jij op dat moment die liefde in ontvangst had genomen.

De ochtendbries is lang niet zo verfrissend geweest. Het moment waarop ik zeg dat ik van de geur van de ochtend hou, en jij daarmee instemt en opgewonden van alles begint te vertellen, zit vol liefde.

Tegenwoordig voel ik me net een astronoom, want ik kijk graag naar de sterrenhemel rond dit tijdstip. Waarom weet ik niet precies, maar zo ontdek ik dingen die 'gewoon', echt op een heel gewone manier, mooi zijn en dingen die sprankelen. Vroeger was ik enorm in de war, maar het lijkt erop dat ik dankzij jou een helderder persoon aan het worden ben en uit gewoonte op zoek blijf gaan naar zulke dingen. Onbewust, bedoel ik dan.



Dank je wel dat je dag na dag mijn ochtend omringt.  
Je bent zo mooi wanneer die dankbaarheid je doet glimlachen.  
Je speelt nu ook mooi piano 's ochtends. Gezien de lenteachtige  
melodieën die je laat klinken.

Het is misschien moeilijk, maar ik heb besloten dat ik moet  
nadenken over de dingen die ik op dit moment niet mooi vind.  
Geluk is niet langer een luxe voor mij. De persoon die ik meer  
dan wat dan ook mis. Weet je, ook vandaag vind ik jou zoveel  
mooier dan alle schoonheid om me heen.

Sterker nog,  
ook vandaag ben jij onfeilbaar mooi.  
Mooier dan wat dan ook.



## Liefhebben als een kind

Ik wil niet volwassen worden  
als het gaat om de liefde.

Ik wil mopperen tot ik er moe van ben,  
en ik wil mijn rusteloosheid niet verstoppen.

Dus,  
ik wil  
in de liefde  
net een roekeloos kind zijn.





## Jij bent de enige

Als jij de opzettelijk kwetsende woorden  
van iemand die helemaal niet weet wie jij bent

op een heel diepe plek wegstopt,  
dan ben jij uiteindelijk de enige die uit elkaar valt.

Dus alsjeblieft,  
val niet uit elkaar.  
Raak niet gekwetst.

# Je hoeft alleen te bloeien

Alle paden die je neemt zijn de lente,  
alles wat je ziet is warm,  
en alles wat je doet is licht.

In dat alles  
hoef je  
alleen  
te bloeien  
als een bloem.





# Een vreemde dag

Er zijn van die dagen  
waarop je in iemands armen in huilen wilt uitbarsten.





Maar het stomme is,  
op zulke dagen  
is er niemand in de buurt.

Echt nooit.



## Over de auteur

Ha Tae Wan (Changwon, 1996) is de auteur van vijf boeken. *Koester elk moment* is een enorme bestseller in Zuid-Korea. Het was te zien in K-drama *What's Wrong with Secretary Kim* (ook in Nederland te zien op Netflix) en een van de leden van de bekende K-popgroep SHINee noemde het als zijn favoriete boek. Er werden inmiddels wereldwijd meer dan een miljoen exemplaren van verkocht. Op zijn Instagram-pagina (@letterwoan) heeft Ha Tae Wan ruim 300.000 volgers.