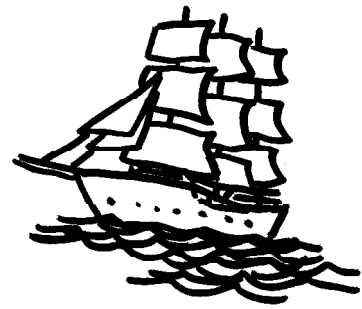


今月のテーマ

書物とどう友



え・浅妻健司

読書は 自己成長の指針

書

物には小説、歴史、経済、
学術等、様々な種類があり

ます。私たちはそこから多くの知識や教養を得て、生活に役立てることが出来ます。

掃除、整理整頓が苦手なNさんはある日、同僚が持っていた掃除の本を借りて、そこで紹介されていた掃除の方法を実践しました。それは「ありがとう」と言いながら浴室を掃除することです。

最初は何気なく「ありがとう」と口ずさみながら、浴室を掃除していたNさん。掃除を続けていく中で、不思議にも次第に頬が緩んでいくのを感じました。その後も浴室に「ありがとう」と言いながら掃除を続けていると、ますますきれいになっていく様がうれしくなりました。そして、これからも浴室をしっかりと掃除しようという思いを持つようになりました。

さらに、Nさんはその本に書かれていた空気の入替えを行いました。閉めきった部屋にはマイナス・エネルギーが溜まりやすいことを知ったからです。

浴室の窓を開けて、代わりに新鮮な空気が外から浴室内に入るようにとの思いで換気をしました。

浴室内の空気を入れ替えただけでなく、Nさんは清々しい気持ちになり、続けて隣の部屋の床まで掃除したのでした。

一冊の本との出会いによって、それまで考えたこともない方法を知ったNさん。掃除によって浴室がきれいになるとうれしさが込み上げてきて、さらに大切にしようという思いを持つようになったと言います。

読書には新たな知識を得、心を豊かにするという効用があります。加えて、本から知ったことを実際に行動に移すことで、本当の意味で本に書かれている内容の良さがわかってくるのです。

実践に移す読み方は、次のようなことが挙げられるでしょう。

- ① 純粹倫理に照らして読む。
- ② 今、自分が置かれた状況と対比しながら読む。
- ③ 自分に足りない部分は何か、それを補うには、どう動けばよ

いのかを考えながら読む。

④ 気づきを大切にし、忘れないように記録を取る。

倫理研究所の創立者である丸山敏雄は、実践して初めて倫理であり、頭に浮かんだだけならば、それは実行を伴わない雑念と選ぶところが無い」と説いています。(『実験倫理学大系』)

縁あって、手に取った一冊です。その本から得た知識は実際の生活の中で生かしてこそ、自らが成長する手助けとなり、生活向上の一助となります。

さらに、実践した後にもう一度本を開けば、感動や理解の度合いは、前に読んだ時よりもきつと深まっているに違いありません。感動が意欲を湧き立たせ、より深まった理解によって実践は加速します。その時、私たちの生活は一段と向上していることでしょう。

読書の秋となりました。本から学んだことを実践し、仕事や生活に生かして、自己成長の指針となる読書を楽しんでみてはいかがでしょうか。