

名教スタッフ版

よめよめぐらんどプリ

名前

平野 貴義

★読んだ本について書いてみよう。

付 日	12 月
5 日	

ページ数	92
ページ	

①本の題名

鏡の法則

②本の作者

野口 嘉則

③私のおすすめの本を、紹介します。

鏡を見たら髪が乱れていた。そんなとき、みなさんならどうしますか？ 鏡に手を伸ばしますか？ うくん：そんなわけありませんね。自分の頭に手を伸ばして、髪を整えますね。そうすれば、自然に鏡の中の自分の髪も直すことができます。

本のタイトルにある「鏡の法則」というのは、「自分の人生に起こる現実、自分の心の中を映し出した鏡のようなもの」という法則です。だから、「自分の心の中の原因を解決すれば、人生に起こる問題も自然に解決することができる。」というのです。

この本に登場するのは、息子のことで悩んでいる母親です。彼女は、その悩みをコンサルタントの矢口氏に相談します。そこで矢口氏は、その問題を解決するためのシンプルな法則を教えました。それが「鏡の法則」です。彼女は、いくつかのステップを実践することで、息子の悩みを解決するだけでなく、長年許せなかった父親とも和解することができました。本の内容については、もっと詳しく紹介したいのですが、詳しいことは本を読んだときのお楽しみです。

とにかく、この法則を受け入れることで、人生に起こるどんな問題も解決することができるということなんです。うくん：現実、この本のようにはいくつかないこともあるかも。私も：現実、この本のように知っておくと思います。

私たちは、何か問題が起きたときや、人生がうまくいかないときに、その原因が他にあると考えてしまいがちです。ただ、自

分の心の中を変えることをしないで、状況が変わってくれることばかり期待しても、なかなか思い通りにはいきません。大切なことは、自分自身に原因がないか？ を考えてみる。ことだということ。この本から学びました。また、どんなときも感謝の気持ちを忘れず、人に優しく生きていくことが大切だということもこの本を読んで改めて感じました。

また、家族や周りの人との関係についても深く考えさせられます。自分は、ちゃんと親孝行できているだろうか？ 親や周りの人に感謝の言葉をかけているだろうか？ といった身近な人との関係についても、見つめ直さなければいけません。人間関係で悩んでいる方には、ぜひ読んでもらいたい一冊です。

「鏡の法則」というのは、この本だけでなく、他の本でも紹介されています。例えば「13歳からの生き方哲学」という本の一部でも、この法則が紹介されています。その点、この本は、「鏡の法則」だけに絞って、具体的にわかりやすく説明してあるので、詳しく知りたい人にはお勧めの一冊です。また、コミック版も出ているため、小学生から大人まで幅広く読むことができます。第1回「読ませ大賞」ノンフィクション部門賞と、2006年「年間ベストセラー第1位」も受賞しています。もう読むしかありませんね。

わが、読をしてみたいわ。