



# 相談室だより



みなさん、こんにちは。段々と秋を感じる季節になりましたね。寒暖差もある時期ですので、体調に気を付けて過ごしてくださいね！秋はスポーツの秋、食欲の秋など、色んな〇〇の秋がありますが、皆さんはどんな秋になりそうでしょうか。今回は読書の秋というテーマで心をテーマにしたおすすめの本を紹介したいと思います。

## ○ 河合隼雄著 こころの処方箋

河合隼雄先生は日本の心理学を切り開いた第一人者です。中でも『こころの処方箋』はベストセラーになった本となります。私は高校生の頃、この本に出会いました。読んでみると本に書かれている内容と同じような経験をしたことがある人は多いのではないかと思います。エッセイのような本のため、1つの章を数ページで読み終えることができます。自分の気になる内容からも読めますし、ユーモアある先生なので語りが軽くて読んでいてずっと入ってきます。私自身、今でもそっと手に取る本です。



5分に1回は人を笑わせるような方だったと言われています！



(河合隼雄先生の写真：一般財団法人 河合隼雄財団より こころの処方箋の写真：新潮社より)

先日、別の河合先生の本を手に取り、改めて素敵な先生だなと思いました。その一節を載せたいと思います。

河合隼雄というのがこの世に生まれてきた。せつかく生まれてきたからには大切にしたい。他の人たちがうごとにしる、ともかく本人が感じたり考えたりしたからにはそれを大切にしたいと生まれてきた甲斐がないと思うのです。まちがったことやばかげたこともよくやるにしろ、だからといって全否定してしまったり、外から「正しい」ことを押し付けたりしては、生きている意味がない。ともかく一応は、河合隼雄という人間の考えや感情を大切にしたいこうというわけです。

『河合隼雄 その多様な世界』 岩波書店 1992年 より

この一節の捉え方は人それぞれかと思いますが、私としてはどこまでもその人個人を大切にしたい姿勢を表した言葉だと思っています。「河合隼雄」という部分を自分の名前に当てはめて読んでみてもいいかもしれません。自分を大切に、そしてお会いする他者もその人個人として尊重することを河合先生は思っていたのではないかと思います。ぜひ、みなさんも素敵な本や素敵な秋に出会ってくださいね！

## <2学期の相談室開設予定日>

11月1日(金)、22日(金)、29日(金)

12月6日(金)、13日(金)

