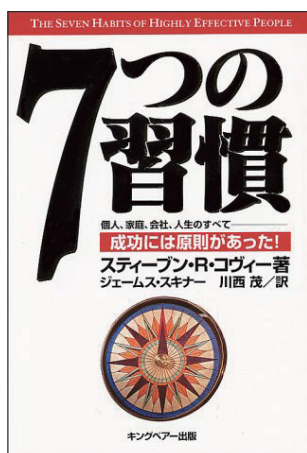


■私の役に立った本

穴戸 厚のおすすめ
東京工業大学資源化学研究所 准教授



分野：自己啓発、ビジネス
書籍名：7つの習慣
著者名：スティーブン・R・コヴィー著、
ジェームス・スキナー、川西茂 訳
出版社：キングベアー出版
出版年：1996年
価格：2,376円
※本書は絶版。後継本あり
(完訳 7つの習慣 人格主義
の回復)

Amazonのベストセラーランキングを眺めると、小説や健康関連書籍に加えて自己啓発書が必ず上位に入っています。自己啓発は時代を超えて人々の興味を引くことが窺えます。自己啓発書とは、人間の能力向上や成功のための手段を説く書籍です。本書は、発売されてから26年経ちますが、世界で読まれている代表的な自己啓発書です。Amazonによれば販売部数は世界で1,000万部以上とのことです。研修などでも広く用いられているためご存知の方も多岐にわたるかもしれません。とくに、最重要事項を優先する時間管理術やWin-Winの考え方は本書の有名な部分です。ざっと読むだけでも、やるべきことを多く抱えて日々忙しい私たちに、スキルとしての有益な「7つの習慣」を教えてください。

もう少しじっくり読むと、高分子研究に割く時間やじっくり考える時間をより多く作るための方法のみならず、無用なイライラを減らし心の安定を図るための気づきを

与えてくれます。興味深いのは、つまるところ自身の内側に焦点を当て、自然の法則に従うように訴えている点です。目指す価値観は日本的な価値観を内包しています。

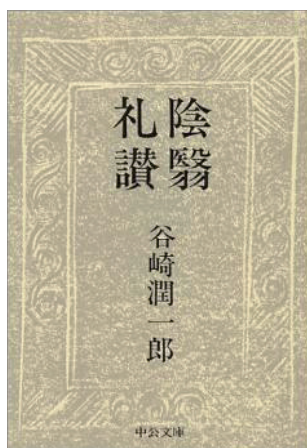
自己啓発書にいったい興味がない方にも、ご一読をお勧めします。グローバル化が進む中、日本においてもあらゆる組織が欧米の価値観の影響を受けた変革を求められています。本書が示すのは、良くも悪くも欧米の価値観に基づく一つの優れた価値観です。変革の根底にある価値観を理解する上でも大変有用ではないでしょうか。

個人的には「理解してから理解される」が地味ですが大変役に立っています。不要な問題が少し減り、健康になり、買い物でおまけをしてもらうことが増えました。



■若手に読んでもらいたい本

仁木洋子のおすすめ
空間演出デザイナー



分野：文学・随筆
書籍名：陰翳礼讃(いんえいらいさん)
著者名：谷崎潤一郎
出版社：中公文庫
出版年：1995年改版
価格：514円(税込)

デザイナーや建築家の愛読書と言えば、谷崎潤一郎の「陰翳礼讃」があげられます。海外でも、最も読まれている日本の翻訳本の一つでしょう。一見「高分子」とは縁がないとお思いになるかもしれませんが、会誌デザインを担当している筆者が、編集委員会で目にかかる高分子の先生方は、デザインの話にとっても興味をおもちなのでご紹介いたします。

「陰翳礼讃」は谷崎が1933年(昭和8年)に書いたもので、文明の享受や明るさを得たことによって失われていく「日本人の美意識」について格調高い文章をつづり嘆いている随筆です。すでに80年の時が過ぎ、さらに現代は、オフィスや住宅で可能な限り部屋を明るくし、夜を昼に変えてしまうほどになり、必要以上の明るい世界と引き換えに、「日本の陰翳の美」のすばらしい体験ができなくなっています。

「あれを塗り物の菓子器に入れて、肌の色が辛うじて見分けられる暗がりへ沈めると、ひ

としお瞑想的になる。人はあの冷たく滑かなものを口中にふくむ時、あたかも室内の暗黒が一箇の甘い塊になって舌の先で融けるのを感じ、ほんとうはそう旨くない羊羹でも、味に異様な深みが添わるように思う」

これは羊羹について書かれたものですが、ほかにも、屏風や蒔絵になぜ金が多く使われているのかなど、住宅や寺院などの建築、照明、和紙、食べ物、お椀などの食器、化粧、能や歌舞伎など、実にさまざまな例をあげて語っています。単に「暗い」ではなく、陰のなかの「光」の微細な変化を美としてとらえ、日常生活で忘れてしまいがちな「日本人の心」を再発見できる、デザイナーでなくとも心魅かれる本でしょう。私はメールアドレスやミドルネームに「LUNA」を使っていますが、デザインも「陰翳の美」や「日本人のDNA」を大切に表現したいと思っています。

