
竹澤 みどり (たけざわ みどり)



【書名】ローマ人の物語(1)～(43)

【著者】塩野七生

【発行】新潮文庫

古代ローマの一千年にわたる興亡を描いた歴史小説です。国が興る時期にはワクワクして、国が絶頂期にある時には安心して、一方で次にくる衰退への不安をどこかで感じつつ、衰退を止められなくなっていく時期には、無力感、本当に諸行無常なんだなと寂しさを感じながら読みました。一千年という長い期間の1つの国の流れをその時代に生きた人から見ていくことで、時代の流れとは、国とは、指導者とは、そこに暮らす国民とは、ひいては人とは、など様々なことを感じ、考えさせられます。文庫版は全43巻ですが、単行本は全15巻です。

塩野氏は、この他にもイタリアを中心としたヨーロッパの歴史小説を多く書いています。私はそのほとんどを読みましたが、どれもとても面白くワクワクしながら読みました。ローマ人の物語は43巻ととても長いので、1～数巻で完結するもの(例えば、『チェーザレ・ボルジアあるいは優雅なる冷酷』『海の都の物語1～3』など、お薦めです)を読んでみてから、『ローマ人の物語』に手をつけてみるのもいいかもしれません。

【書名】田辺聖子の小倉百人一首

【著者】田辺聖子

【発行】角川文庫

百人一首をよむと、昔も今も人が感じていること、考えていることは大きくは変わらないのだなと感じ、人間に対する親しみが増す気がします。好みはあるかと思いますが、私は田辺氏の古典の口語訳が好きで、この他『田辺聖子の古典まんだら』『新源氏物語』なども読んでいます。どれもとても読みやすく、古典を読むなら田辺氏の口語訳がお薦めです。

【書名】 ころろが晴れるノート

【著者】 大野裕

【発行】 創元社

人はだれでも困難にぶつかって思い悩んだり、ストレスからいろいろなことが少しずつしんどくなったりすることがあります。そのようなときに自分の中で何が起きているのかを主に認知面から理解し、検討し、対処していくための練習帳になっています。心理療法の一つである認知療法の視点から書かれていますが、心理学を勉強したことのない人にも簡単に理解し実践できるよう、わかりやすく書かれています。少ししんどいなという時、自分のストレス対処力を上げたいなと思った時、将来に向けて生き抜く力をさらにつけたいなと思った時など、一度読んでみると参考になると思います。