

自宅での読書のたのしみ

これは自宅で自分の本を読んだり、昔読んだ本を読みなおしたりするときの「秘訣」を紹介するものです。

リラックスして読んでみてください。

※これらは慶應義塾大学 SFC 井庭崇研究室×株式会社有隣堂が制作した『Life with Reading 読書の秘訣カード 創造的読書のパターン・ランゲージ』から一部引用したものです。このたびご承諾をいただき紹介するものです。

【読書のコツ】

ラフに読む

本を読むときに最初から最後まで読もうとすると、途中で挫折したり、読み切れる自信がないために読み始めることもできないことがしばしばあると思います。

そんなときにおすすめなのが文章の流れをおおまかにつかみながら、重要そうな文章や箇所を拾い上げるように読み進めます。細かい所にこだわらず、自分が大切だと感じる部分に注目しましょう。必要な部分は後から再読することができます。

まずはラフに読みながら本全体の内容をつかんでみましょう。

自分なりの書き込み

読書をしていると、様々な気づきや感動を得ることがあると思います。しかし、そのような発見は瞬間的なものなので、つかみ損ねてしまったり、時間が経つと忘れてしまったりするものです。

そこで、本を読むときには鉛筆やペンを持つようにし、重要だと感じたところに線を引いたり、考えたことを余白に書きこんでみるようにしましょう。

読んでいるときに自分の思考の跡を本に残すことで、考えを整理して深めながら読み進めることができます。また、読み返したときに自分が重要だと思った箇所を見つけやすくなったり、自分の考えの変化に気付いたりするようになります。

※くれぐれも図書館の本には書き込みはしないでください。

好きな読み方

座って静かに本を読んでいると、同じ姿勢で疲れたり、眠くなったりして、はかどらないことがありますよね。集中できる読み方は、人によって、あるいは、その時々状況によって違います。

そこで、姿勢や環境を変えてみることで、自分が心地よいスタイルで読んでみましょう。座って読むばかりではなく、立ちながら読んだり、横になって読んだり、音楽を聴きながら読んだり。いろいろな読み方のスタイルを自分のものにするすることで、本を読む場所が増えていきます。

本との先約

日々の生活のなかで、本を読む時間がなかなか取れない方は多いかもしれません。読もうと思ってる本があっても他の予定に押されて後回しになることも。

そこで、本を読む時間を自分のスケジュールに組み込み、手帳にも明記してみましょう。他のやることと同様に、本との先約をすることで、本を読む時間が確保できるようになります。

【読書の楽しみ方】

本への愛情

本には、そこに書かれている内容だけでなく、物としての魅力もあります。ページの質感や紙の匂い、重みなど、様々な感覚を通じて得られる楽しみがあるのです。そうした楽しみから、本を好きになっていくことがあります。

さらに、好みのブックカバーやしおりで彩ると、おしゃれをさせたその本に、よりいっそう愛情がわいてきます。すると、本を手取るたびに、ちょっぴり幸せな気持ちになれるのではないのでしょうか。

こだわりの発見

本のづくり手は、ときに想像を超えてづくり込みをしています。あえて違う読み方でルビ（ふりがな）をふったり、装丁など本のデザインまで著者が手がけていたり。そんな、さりげないけれど奥深いこだわりに気付いたときには、思わず感嘆してしまいます。

「ここまでするか！」と思わせる、づくり手のこだわりを見つけると、づくり手への尊敬が増し、その本を持っていることへの喜びもより大きくなります。

とっておきの場所

自分が持っている本の中で、特にお気に入りの本がでてくるものです。初めて買った本、恩師からもらった本、好きな作者のサイン本など。

そんな特別な本は、置く場所も特別に演出してみてもいいでしょう。部屋のインテリアとして飾ってみたり、本棚で目立つ場所に置いたり。好きな本が普段から目につきやすい場所に置いてあると、また幸せな気持ちになります。

本のある生活

本は、先人たちが時間をかけて生み出したものを、私たちのもとに届けてくれます。私たちは自分の生活を送りながらも、本を通じて、遠く離れた時代や全くことなる世界に触れることができます。それは、本という形で残され、届けられてきたからこそその出会いではないでしょうか。

そうして考えると、今自分がその本を手に行っていることは、ちょっとした奇跡と言えるでしょう。そうした奇跡を味わうことが、「本のある生活」の喜びだと思うのです。