

## ■心のコリは読んでほぐせ BOOKクリニック

読者の皆さんからのお悩みを募集。心やすく効く本を処方します。  
今月は、新刊『四つ話のクローバー』が話題の水野敬也先生にご相談しました。



今月の  
担当医

## 水野敬也先生

1976年、愛知県生まれ。慶應義塾大学経済学部を卒業。処女作『ウケる技術』(共著/新潮文庫)がベストセラーに。2007年発表の『夢をかなえるゾウ』(飛田良樹/新潮社)は190万部を超え、ドラマ化もされた。他に『雨の日も、晴れ男』(文春文庫)、『美女と野獣』の野獣になる方法(文春文庫)、『大金屋』(小学館)などの著書がある。



### 『四つ話のクローバー』

水野敬也 著  
文響社/¥1500

人生で成功するための法則を教えてくれるという、謎めいた大企業の会長。彼の許を訪ねた男が会長の意外な素顔と驚きの法則を知る。第一話「深沢会長の秘密」。第二話「ハッピーコロシウム」は、どう生きたら幸せになれるのかを議論するテレビのバトル番組が舞台。本当の幸せを手にする生き方とは？ 4つの物語が、幸せになるためのヒントを教えてくれる、傑作短編集。

今月の  
処方箋

このページでは皆さんのお悩みと相談してみたい作家さんを募集しています。  
withのHP (<http://withonline.jp>)内の  
Webアンケートコーナーまでお寄せください!

友人知人に「ダメ出し」  
をしてもらっては？

「自分のイメージ違って、自分自身と他人とでは、絶対に違います。だから自分を客観視することが必要。僕は、自分や自分の仕事を客観視するために、よく人からダメ出しをしてもらっています。本を出す、読んだ仕事関係者は、とりあえずほめてくれる。でも、知りたいのは本音です。なので、『ぶっちゃけ、どこがダメでしたか？ 僕、DMなどで、きびしい意見が本当に好きなんですよ』と、ダメ出しを相手から引き出すんです。きびしい意見も受けとめ、ではどうしようかと考えることが、新しい自分との出会いや成長にもつながると思うんです」

### 今月のお悩み

#### 自分が他人の目にどう映っているのかわからず不安です

私は自分が姐御肌だと思っていました。ところが友人に「甘えたがりの妹キャラだよ」と言われてびっくり。他人から見た印象は、自分が思っていたのかなり違うようで不安です。周囲の目に自分がどのように映っているのか、どうすればわかりますか？(東京都・23歳・会社員)

人生で一番大事なものは  
共感 なんです

新刊『四つ話のクローバー』には、幸福になるための秘訣のつまった4つのエピソードが登場。第二話「ハッピーコロシウム」では、幸せになるためには？ というテーマのもと、競技場で議論対決が行われる。決勝に残った2人には、世間の自分に対するネガティブな声を、どう受けとめるかという課題が与えられた。

「2人ともネガティブな評価を受け入れ、自分を見直すきっかけにしたり、次の仕事へのヒントにしたり。やはり、自分を客観視するところから、新しい何かが生まれるんです」

第三話は『見えない学校』。突然、幽霊になってしまった主人公の前に現れた天使は、「共感 さえ身につければ、何度人生を繰り返しても不幸にならない」と語る。

「人生でもっとも大事なのは、相手の気持ちがあわかる、ということ。人間関係って、突き詰ると、共感なんです。だから、どんな人を見ても『大変そうだな』と思うといいですよ。すると、相手の気持ちや立場が見えてきて、嫌いな人でも許せたり、応援したくなったりします」

『夢をかなえるゾウ』に代表される水野さんの著書には、幸せになるための考え方が明快に描かれる。

「いつも『物語をおもしろく展開させつつ、人生において役に立つ考え方や知恵などを、しっかり伝えたい』と思いつながら書いているんです」

スーッと効く  
一文

一見遠ざけたくなるような言葉の中に、  
実は宝が埋まっていた(本文より)

## New Book Selection

アツ〜い夏にぴったりのスイーツ



涼しくなれるで賞

### お家でいただく、ごちそうかき氷

石附浩太郎 著  
メディアファクトリー/¥1050

テレビの影響でアツ〜い夏になりそうな今年。おうちで気軽に作れる、絶品かき氷はいかがですか？ 教えてくれるのは、独創的なシロップのかき氷が大人気の名店「苺庵」の店主・石附浩太郎さん。苺庵オリジナルのシロップや練乳の作り方はもちろん、アレンジレシピも満載！今年の夏は、かき氷器をフル活用しましょう！

1人分の食事でも美味しく健康的に♪



満腹になるで賞

### 『自炊女子の使い切りレシピ』

柴田真希 監修  
主婦の友社/¥680

一人暮らしだと、買った食材をなかなか使い切れないのが悩みのタネ。そんな冷蔵庫に残りがちな食材「食パン・牛乳・豆腐・卵・ハム」を使ったお手軽メニューを、なんと139品もご紹介！ 使う食材はコンビニでも手に入るものを中心とし、鍋一つや電子レンジで作れるレシピを厳選しました。これで自炊が楽しくなる！

シリーズ第三弾は、スペインが舞台!



ドキドキするで賞

### 『アンダルシア』

真保裕一 著  
講談社/¥1680

映画、ドラマにもなった「外交官・黒田康作シリーズ」の新作が登場。アンドラ公国で殺人事件がおき、SOSを受けた外務省邦人保護担当の黒田はアンドラへと飛ぶ。やがて事件はスペイン、フランスの警察をも巻き込み、黒田も事件の裏に潜む陰謀に巻き込まれていく。読み出したら止まらない究極のエンタテインメント小説!

“お金の知恵”を学んで賢く生きる!



不安がなくなるで賞

### 『誰も教えてくれないお金の話』

うだひろえ 著  
サンクチュアリ出版/¥1365

なかなか貯まらない貯金、どれに入ろうか悩む保険、結婚後や出産後にかかる費用……身近な問題なのに、どうしたらいいのかわからないお金の話を、この一冊がすべて解決! 節約・貯蓄術も、コミックエッセイなら楽しく読めるはず。なにがあるかわからない人生だから、今から「お金の知恵」をつけて、賢く生きましょう。