

# 菅野仁著 『愛の本 他者との つながり を持つあなたへ』 (PHP 研究所)

菅野仁著、2004年12月06日刊、PHP 研究所。絵 / たなか鮎子。

自分なりに納得のいく生き方を探ろうとすると、自分一人だけに頼ろうとすれば、どうしても行き詰まってしまう。わたしたちの「生」は、周りの人と気持ちが通じたり、自分の考えや行動が他者や社会に認められることによって、より広がりや深さを持つようになるからだ。

本書では、わたしたちが他者や社会をどのように考え、どう関わっていけばほんとうに「幸福」になれるのかを、やさしい語り口で説く。「私にとってのほんとう」を見つけ、「つながり」の中で自分を活かすためのゆるやかな処方箋。

## 目次

プロローグ 「つながり」への揺れる想い

[1] 幸福のかたちって？

[2] 「本当の私」から「私にとっての〈ほんとう〉」へ

[3] 自分以外の人間を「他者」とみるわけ

[4] よそよそしい「社会」を自分にどう馴染ませようか？

[5] 「繊細な心」をちょっと鍛える

[6] 「つながり」の中で自分を活かすためには

エピローグ ささやかながら愛について

## 書評

・ 福嶋聡氏 (ジュンク堂池袋本店副店長)