

悩める人へ

元気になる50のヒント

鳥取の竹内さん 夢かない初著書

変わるためにはありのままを受け入れ、自分を知ること。鳥取市在住の竹内郁深さんが、初の著書「変わらなくてもいい」を出版した。短所として捉えがちな個々の性格と、どう向き合えばいいかをアドバイスする自己啓発本。視点を交えるだけで、日々を元気に過ごすヒントが散りばめられた一冊として注目を集めそうだ。

竹内さんは鹿兒島県出身。6歳のとき鳥取市に移り住み、岡山大学学部卒業後、帰鳥。現在は同市の学習塾・伝習館鳥取駅南教室の室長を務める。

書くことが好きで、小学1年生からずっと作家になることを夢見てきた。「自分の本を出す」という目標を貫くため、仕事の傍ら作家の藤本義一さんが主宰するプロの作家養成スクール(大阪)に通い、物事を客観的に

見る目を養った。本書には「嫉妬する」「人に流される」など、シーン別に50の「お悩み」が登場。仕事柄、生徒や保護者からさまざまな相談を受ける中、「助言する前に相手を容認するのが先」と学んだ経験が生かされているという。「自分と他人を比べるのではなく、違いとして認めること。自分の新たな一面に気付いたときには自己分析ができてい

て、その人は「変わった」ことになる」。読み進めるうちに、問題解決の糸口が見つかる仕掛けだ。全国のさまざまなコンテストに応募すること10年。ことごとく落選し、自信を失いかけていた昨年秋、出版社から突如執筆依頼が舞い込み、長年の夢が実を結んだ竹内さん。「今まで生きていて

いことがなかったと思っている人、孤独に苦しむ人に寄り添う本であってほしい」。作家として第一歩を踏み出した今、強くそう願っている。文芸社発行。四六判、100ページ、1155円。全国の主要書店ほか、宮脇書店鳥取店などで発売中。(石河純)

