

「読書離れ」という言葉を耳にしたことがある人も多いでしょう。

文化庁が実施した令和五年度の「国語に関する世論調査」によると、一カ月に一冊も本（雑誌や漫画を除いた電子書籍を含む）を読まない人が、六割を超えています。さらに、「読書量が減っているか」という問いに対しては、約七割の人が「減っている」と回答しており、読書離れの実態が浮き彫りになっています。

読書量が減っている理由として、同調査では「情報機器（携帯電話、スマートフォン、タブレット、パソコン、ゲーム機等）に時間を取られる」が約四割を占めていました。スマートフォンひとつで世界中の情報にアクセスできる時代だからこそ、少しでも「読書」の時間を大切にしたいものです。

読書は、単に知識を得るための行為ではなく、自分の心を整える時間でもあります。ページをめくりながら、著者の人生や考え方に触れたり、自分自身を見つめ直したりすることができます。

また、一冊の本との出会いが、人の生き方を変えることもあります。「こんな考え方もあるのか」「こんな風に人を感じるのか」と気づくことで、考え方に柔軟性が生まれ、心の偏りが和らぐこともあるのです。

Aさんはある時、友人から一冊の本を勧められました。それは、棋士・升田幸三の著書『名人に香車を引いた男』という本です。将棋の世界には興味がなかったものの、試しに読み進めてみました。



忙しい時ほど読書を 心に灯る小さな習慣

升田幸三は、十三歳の頃に書き置きを残して実家を出ます。そこには、「名人に香車を引いて勝つ」という決意が込められていました。「香車を引く」とは、強い相手にハンディキャップを与える、つまり自分が不利な条件で勝負するという意味です。実力上位の相手に挑むため、普通なら「そんなの無理だ」と笑われてしまうような話です。しかし彼は、その「無理」を本気で信じ、努力を重ねました。やがて名人・大山康晴に香車を引いて勝利します。さらに、升田は定石にとらわれない棋士でもありました。周囲から「そんな手はありえない」と言われても、自分を信じて打ち続けるのです。

Aさんは読了後、自分ができる範囲のことしかやらず、努力が必要なことには挑戦してこなかったことを反省しました。

そして、「無理だ」と思ってもやってみる」「自分の信念を大切に」「負けても逃げない」。そんな姿勢を本から学び、今でもその教えを胸に刻み仕事に取り組んでいます。読書は、特別な行為ではありません。毎日の小さな習慣として続けることが大切です。例えば、一日十分でもいいので、寝る前や朝の静かな時間に数ページだけ読む。それだけでも、心の栄養になります。

ページをめくるたびに、自分が知らなかった感情や考え方に出会い、自分の中に新たな視点や世界が広がっていきます。

忙しい毎日だからこそ、本を開いてみましょう。そこには、皆さんの心を照らす小さな灯が、きっと待っています。