

発散するのよという。

ツボ押しでは、▷みぞおちとへその中間に位置する部分を人さし指で軽く押す▷うなじの生え際、首のくぼみの両側にある太い外側を親指で強く押す一方法を紹介している。

短 評

「ラテンの秘伝書」

風樹茂著／東洋経済新報社（1470円）

「ウツな気分を吹き飛ばすなら、やっぱりラテンだぜ!」。本書の帯に、そんな言葉が躍っている。日本から見てちょうど地球の裏側にあるラテンの国。そこは「貧富の差、機会の不平等、インフレ、高い失業率、政治腐敗・汚職、凶悪犯罪などが多発する矛盾渦巻く社会」だ。しかし、人々はめげない。そこで楽しく生きるノウハウを身につけているからだ。そんな彼らの知恵を、肩の凝らない読み物風にマンガチックなイラスト入りで紹介している。

そのうちの 하나가、「解雇、倒産ぐらいで驚くな」。解雇や倒産など「どこにでもあるありふれた普通の出来事。何かダメになったら、他の何かがある。一度や二度、三度失敗しても次がある」とあくまでもポジティブだ。

「あなたの魅力を限界まで引き出す技術」

五十嵐かほる著／明日香出版社（1470円）

『人は見た目が9割』という本が売れているが、本書も副題で「あなたは外見で損をいませんか?」とメッセージを発している。それほど、人は見た目によって印象が大きく変わるということだろう。イメージコンサルタントの著者が、主にビジネスマン向けに、服装の着こなしや立ち振る舞いなど「今より10倍人を引きつける」ノウハウを紹介しているのが本書だ。

例えば、話をするときのスピード。それは「心拍数に比例」するという。ドキドキした状態で話せばかなり早口となって明瞭性に欠け、内容が聞き取りにくくなることから相手にストレスを与えてしまう。これに対し、「ゆっくりとしたスピードで話すと、『癒やし系』という印象を与えることができ、周りもおだやかな気持ちで耳を傾ける」という。