

毎日 セミナー通信

第87号

発行
毎日セミナー
東京都新宿区
大久保 3-14-4

怠惰は何でもことを難しくするが、
勤勉はすべてをたやすくする。
世界史担当・柚留木 芳徳

頂上目指し最後の努力を

合否を決めるのは気持ち

校長 平松 貞実

六月の「セミナー通信」で受験勉強を白馬登山に例えて説明したのを覚えているだろうか。勉強もそろそろ最後の急坂である。最後は一番つらいもの。そこで諦めては頂上には立てない。歯を食い縛って、「今」頑張ってほしい。

何事にもコツ

仕事でも競技でもコツ（やり方）がある。それを身に付けてくると、出来ないと思っていたことが簡単に出来たりする。コツは先輩から教わるが、教われば出来るというものではない。やっっているうちに自分で身に着けるものである。私が教わったコツの例を紹介しよう。

神社などの石段を登るとき「前に出した足で登ろうとせずその足に体重移動しながら立ちあがると楽に登れる」と

いうもの。その通りであった。スキーを始めたとき「左に曲がろうとしたら右に体重をかける」という。人間の本能は曲がる方へ体を倒すがそれに逆らうとおもしろいように曲がれる。

陸上競技では足の動きが悪くなつた選手にコーチは「手を振れ」という。動かなくなつた足に頭で指示しても動かないが、頭で手を振らせると足も自然と動く。

勉強にもコツはある。私は、本を読むときは線を引く、覚えるときは手で書いて覚えた。古い勉強法だが参考にしてももらいたい。また、セミナーの先輩から教わつてももらいたい。

脳を鍛えよ

人間は体力が勝負であるとは誰でもわかる。それは身体を使ってやる場合だ。脳力

勝負もあるのだが、それはあまり考えない。能力勝負（頭がいいわるい）と思つていからではないか。大学の授業で「テイノウは低脳ではなく低能と書く、人間の脳は実にすばらしくまた個人差はほとんどない」と教わつた。成績に優劣があるのは事実だが、それは脳を働かせているかいないかによるのである。脳の機能には差はほとんどない。試験で高得点をとるには、多く覚えることも大切だが、脳が働くように鍛えることも大切である。問題を解く、テキストを読むとは、覚えると同時に脳を鍛えることでもある。

エネルギーは有限

スポーツ選手が競技にのぞむ、受験生が試験を受ける、そのときベストの状態でのぞむのは常識だろう。大切なものは真のベストの状態でのぞむことだ。

食べると眠くなる人がいる。それは胃が食物を消化するのにエネルギーを使うため脳を休ませるのである。胃も脳も働くときはエネルギーを使う。エネルギーを補給しないで脳を働かせるわけにはいかないが、脳と胃を同時に働かせるのは至難である。だから、何時、何を食べるか、を考えるとイケない。縁起をかついでトンカツは古い。

かつて甲子園を沸かせた斎藤と田中がプロ野球に揃つた二人とも名投手ではあるが、今年に限つていえば田中の勝ちである。それを4年前に予測した人もいた。なぜか。斎藤は甲子園から宿舎に戻ると新兵器酸素カプセルで疲労を回復させていた。だから田中の方が伸びるだろう。たかが甲子園でも先端機器を使用する時代、試験にどうのぞむか、科学的な自己管理をしてほしい。試験中に全エネルギーが脳で使われるように。

「合格」と「不合格」とは紙一重である。それを分かつたのは合格したい気持ちの強さだ。春に目指した頂上を強い気持ちできわめてほしい。

日本は急峻な谷を流れ下る清流が多く舟下りの名所が各地にある。舟下りは水流が多過ぎても少な過ぎても運休になるから用心だ。この秋京都の保津川下りへ行つた。トロッコ列車で谷を見下ろしながら上流に行きその川を舟で下る。列車から谷底を見ると水が少ない。舟下りが心配されたがたまに舟が下つて行き運休ではない。実際に下つてみてその訳がわかつた。自然な川のように見せながら舟が下る道筋に水が集まるように川の中にたくみに堤が造られている。おおげさに言えば舟はウォーターシュートを下つているようなもので、川全体の水が少なくても川下りが可能なのだ。川を下りながら受験勉強を連想した。何をどう勉強するか自分で考えるよりも決まりきつた勉強をする方が得策なのが受験勉強だが、それは棹と櫂で激流を乗り切るのではなく決められた流れを行く保津川の川下りのようなものだ。

お知らせ

後期皆勤精勤表彰式

12月22日(木) 昼休み

冬休み(自習に来て下さい)

12月29日(木)～1月4日(水)

直前期講習 期々 期

1月7日(木)