

# やましたの「<sup>いっさつ</sup>今月の逸冊」

僕が本を読む理由は、考え方・価値観を広げるため。自分の知識や知恵なんてちっぽけなものだ。広げるためには、ある程度情報のインプットが必要だ。それには本が一番投資対効果が高い。たかが1500円程度の投資で、10数倍の価値を得ることがある。それはお金だけではなく、これからの生き方として、人生の糧となる。だから僕は今日も本を読む。



## 最新脳科学が教える 高校生の勉強法 / 池谷 裕二 (著) ¥972

-Amazonより内容紹介-

本書ではこれまで経験則に基づいて語られてきた様々な勉強法について、脳科学の裏づけをもってその真偽を厳然と判定していく。そのために、まず、一般的な記憶の正体を明らかにし、記憶のメカニズムを説明する。そのあとで、高校生のみなさんにとって、中学生までとはまったく異なる「記憶力を鍛える方法」についてアドバイスをします。

## ◎教育がつけばつくほど、ますます好奇心が強くなる

冒頭の言葉は、思想家ルソーの言葉です。この言葉は深いですね。好奇心が先か、教育が先か?! ルソーは教育と言っています。物事を深く知れば知るほど、自分の知識の浅さにビックリします。それは知らぬが仏ではありませんが、**知れば知るほど勉強が必要になってくるということです**。これはある一つのことを深く勉強していたら出会うことです。卑近な例ですが、僕も税理士試験の勉強をしていて、これは体験しました。勉強をすればするほど、実務をやるのが怖くなります(笑) 皆さまには笑い事ではありませんね。。。 (汗)

しかし、この経験を一度味わっておくのと、知らないとはかなりの差があるでしょう。だから、一つの事を一度深掘りして勉強するのは、一生において大切なことだと思います。僕は学生時代にほとんど勉強したことが無いので、このような本に出会ってれば、もっと違う人生だったかも知れません^^; ← 言い訳です。。。

最近脳科学などの分野も発達していますので、**”脳の使い方“を知っていて勉強すれば、かなり効率的に勉強が出来るでしょう**。例えば「脳は忘れるものだ」とあらかじめ分かっていたら、試験勉強をして忘れたとしても、自分を責めることはないでしょう。「あー、脳って忘れるんだっ! 忘れたから、もう一度記憶しよう。」と考えればいいだけです。

本の最後の方に出てくる「方法記憶」は圧巻ですね!**方法記憶とは、知識記憶や経験記憶などの「頭で覚える記憶」ではなく、「カラダで覚える記憶」と例えると分かりやすいでしょう**。自転車を一度乗れてしまえば、5年や10年経っても忘れることはありませんよね?! これを著者の池谷さんは、“九九”で実践されています。

例えば、 $6 \times 8 = 48$  ですね。僕は「ロクハ、シジューハチ」と語呂合わせ的に頭に記憶しています。しかし、池谷さんは、「 $60 - 12 = 48$ 」または、「 $40 + 8 = 48$ 」と計算するみたいです。これってどういう意味ですか?^^; この計算方法が分かる方は、私に手ほどきを宜しくお願いします! これこそ方法記憶なんです!!

だから何事も記憶ではなく、カラダで覚える=方法を覚える意識が必要です。それが、大人の勉強方法です。「勉強の秋」です。皆さんも、もう一度大人の勉強法で、新しいものの勉強をしてはいかがでしょうか? 子供時代よりも、役に立つ勉強になることでしょう。