

オプション教材ゼニゴケ 暗唱長文集



●暗唱の手順 1 日分

・ 1 日目は、まず、**1**の文章を30回音読します。最初の数回はゆっくり正確に「てにをは」などを間違えないように読みます。

正確に読めるようになったら、ある程度早口で棒読みで、句読点などであまり息継ぎをせずに読んでいきます。

イスにきちんと座って読むと読みにくい場合は、歩き回りながら読んでもかまいません。

お母さんやお父さんは、読み方の注意などは一切せずにただ優しく褒めるだけにしてください。

15回ぐらいでもう空で言えるようになることが多いと思いますが、できるだけ30回続けて読んでください。

なぜ回数を決めて繰り返すかという、と、「覚えられたらよい」という目標でやっていると、暗唱の教材が難しくなったときに、「難しいからできなくなった」ということになりがちだからです。「決まった回数を繰り返す」という目標でやっていると、難しい教材になっても同じように暗唱ができます。

30回音読しても暗唱できない場合は、もう10回音読してください。

これでその**1**の文章が暗唱できるようになります。

それでもできない場合は、暗唱の自習はいったん終了してかまいません。また機会を見てやっていきましょう。

●暗唱が難しいときは

暗唱のような短い時間の学習は、夕方にやろうとすると忘れてしまうことがあります。また、毎日同じようにやらないとできるようになりません。できるだけ、朝ご飯の前などに、家族のいる中でやるようにしましょう。

そして、暗唱を毎日やるのが難しい場合は、暗唱の自習はせずに、読書の方に力を入れていってください。

●暗唱の手順 1 週間分

- ・ 1 日目に、**1**の文章を暗唱できるようにします。
- ・ 2 日目は、**2**の文章だけを同じように30回音読し、暗唱できるようにしておきます。
- ・ 3 日目は、**3**の文章だけを同じように30回音読し、暗唱できるようにしておきます。
- ・ 4 日めは、**1**、**2**、**3**の全部通して、10回音読します。すぐに暗唱できなくてもかまいません。
- ・ 5 日めも同じように、**1**、**2**、**3**の全部通して、10回音読します。
- ・ 6 日めも同じように、**1**、**2**、**3**の全部通して、10回音読します。
- ・ 7 日めも同じように、**1**、**2**、**3**の全部通して、10回音読します。すると、**1**から**3**の全部の文章が暗唱できるようになります。

●暗唱の手順 1 か月分

- ・ 1 週目に、**1**から**3**の文章を暗唱できるようにします。
- ・ 2 週目は、もう**1**から**3**はやらずに、今度は**4**から**6**の文章を暗唱します。
- ・ 3 週目は、同じように、**7**から**9**の文章を暗唱します。
- ・ 4 週目は、**1**から**9**の文章を全部通して、毎日4回ずつ音読します。
- ・ すると、1 か月で**1**から**9**の文章が暗唱できるようになります。

●暗唱の活用

・ 暗唱のコツをつかむと、自分の好きな本の1部を暗唱したり、英語の教科書を暗唱したりできるようになります。また、覚えるつもりがなくても、物事が頭に入りやすくなります。

●こんなやり方もあります

暗唱が続けにくいときは、こんな方法もあります。（1）お母さんが読むのを聞かせてあげて親子で一緒に暗唱する、（2）子供が自分の声をICレコーダに吹き込みそれを聴く。いろいろ工夫してみてください。

1 近時、大学教師の悩みの種は、授業中の私語の多さである。私はいつも最初の講義のとき、「オシャベリはいけない」と学生たちに厳しい態度を示してから講義に入ることにしている。

2 問題は私語ばかりではない。昨年あたりから、教室に新現象が起こり始めた。四月、いつものように私語禁止を言い渡してから講義に入った。学生たちは静かに聞いている。今年の学生は質がよいのかと、私はうれしくなった。3 が、ふと見ると、前から三分の一あたりのところで、机上に英語の教科書と辞書を広げている者がいる。ちなみに私の授業は「西洋精神史」であって、英語ではない。だから、彼女の行為は「内職」である。

4 授業中の内職は、別に新しい現象ではない。だが、内職は教室の後ろのほうで、机の下でこっそりとやるから内職というのである。前のほうで、しかも机の上で堂々とやる内職は初めて見た。つまり、彼女には、自分が悪いことをしているという意識がまったくないのである。

5 こういう学生を叱るのは実に骨が折れる。「なぜ悪いのか」をわからせるのがひと苦労なのだ。もともと内職が悪いことだとは毛頭思っていないから、注意すると、ただポカンとして私の顔を見つめる。6 彼女らはおそらく、小学校でも、中学校でも、高校でも、また家庭でも、そうしたことで注意されたことがないのであろう。

同じことはアクビについても言える。授業中にアクビをするなど言くと、学生たちは不思議な顔をする。「生まれて初めてアクビを注意されました」と言わんばかりである。

7 こんなことは昔なら一言、「礼儀を重んじなさい」と言えば済んだ。それがいまは通じない。「いけないこと」を一つひとつ示し、「なぜいけないのか」を丁寧に説明しなければならぬのである。原理原則に従う行動様式、思考様式を持っていないから、原理を示しても無駄なのだ。

8 評論家やジャーナリストは、こういうタイプの人間を「指示待ち人間」「マニユアル世代」などと名付けるが、現象だけしか見ない、皮相なとらえ方である。彼らは単に、指示を待たなければ、マニユアルがなければ行動できないというのではなく、抽象的な原理に従って行動することができないのである。9 つまり、自分の中に行動の原理原則がないのだ。いわば、自分の中心に背骨がないようなものである。それゆえ、本質を見るならば、こういう型の人間はざっくり「背骨のない人間」「無脊椎人間」とでも呼ぶべきなのである。10

行動の原理原則の中でいちばん大切なのが「善悪」の原理である。そして、これを教えるのは主として父親の役割である。母親は、個々の行為について「よい」「悪い」を注意するが、父親は、そもそも世の中にはして「よい」ことと「悪い」ことがあるのだという原理を教えるのである。

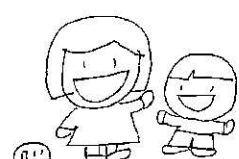
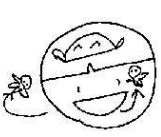
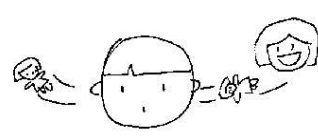
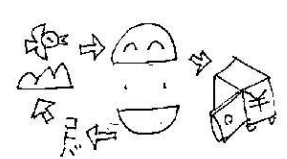
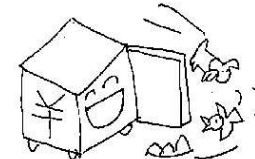
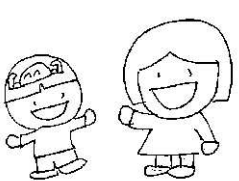
ところが、いまは父が父の役割を果たしていない。その結果、善悪の感覚のない人間が成長してしまう。たとえ「よい」「悪い」の区別を教えられたとしても、その基準はせいぜい「他人に迷惑をかけない」「他人を傷つけない」という程度だから、礼儀やマナー、あるいはその行為が「美しい」か「醜い」か、「他人に不快感を与えない」かどうかという視点が欠落してしまう。だから、遅刻も内職もアクビも居眠りも、すべて「悪くない」ということになってしまい、たまたま注意を受けると意外だという顔をするのであろう。

33 32 31 30 29 28 27 26 25 24 23 22 21 20 19 18 17 16 15 14 13 12 11 10 09 08 07 06 05 04 03 02 01

66 65 64 63 62 61 60 59 58 57 56 55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40 39 38 37 36 35 34

暗唱の仕方



暗唱の意義	 子「どうして、暗唱するの」 母「あーん、しよれはね」 「……」	 自分の音読した声が耳に入ると、	 脳が、「これはのどと耳の両方から来ているから大事な言葉だ」と思う。
 だから自分の言っていないことは、右から左に抜けることも多い。 母「勉強してるの？」	 同じ言葉をくりかえしている と、言葉がイメージとなって 脳の金庫に保管される。	 しかも、イメージは、いくら つめこんでも大丈夫。 「パクパク」	 母「そして、脳が丈夫になるのよ」 子「そうなのう」

●暗唱のコツ

暗唱のコツは、ただ回数をくりかえして音読することだけです。
最初は正確に読み、慣れてきたら、できるだけ早口で滑らかに音読した方が早く暗唱できるようになります。
暗唱をする時間を、朝ご飯前の10分間などと毎日ほぼ確実にできる時間帯に決めておきましょう。
暗唱は覚えることが目的ではありません。文章を自分の体の一部となるようにすることが目的です。歌を歌う練習をするつもりで暗唱していきましょう。

■暗唱すると

●1、頭がよくなる

思考力の骨組みとなる語彙や考え方が自分のものになるからです。

●2、作文がうまくなる

語彙や文のリズム感などの表現力が自分のものになるからです。

●3、勉強ができるようになる

複雑なものを覚えることが苦にならなくなるからです。

■暗唱の成果はどんなところに

●江戸時代の寺子屋教育の基本は暗唱

寺子屋教育の基本は、百字の文章を百回読むことでした。この勉強法によって日本は当時世界一の識字率を達成していました。
(江戸時代の日本の識字率70?80%、同時代のヨーロッパの先進国の識字率20~30%)

●ノーベル賞の湯川秀樹も小1から暗唱

湯川秀樹と3人の兄弟は、それぞれ5、6歳から四書五経の素読をさせられました。そして、全員が学者になりました。
そのときの勉強法は、論語を漢字のまま意味もわからないまま音読し暗唱するという方法でした。
(芳樹(兄、冶金学者、東大教授)、茂樹(兄、歴史学者、京大教授)、環樹(弟、中国文学者、京大名誉教授))
しかし、湯川秀樹は後年、素読は役に立ったが、読めないし意味も分からない文章を読むのは苦痛だったと述べています。

●暗唱を生かした著名人

暗唱を自分の実際の勉強に生かした著名人には次のような人がいます。

- 貝原益軒（1630-1714）……81歳のときに著した「和俗童子訓」で四書五経を毎日百字百回暗唱するという勉強法を提唱しました。益軒の影響は日本全国々に及び、江戸時代の日本の教育の大きな方向を決定しました。暗唱は子供だけでなく、大人にとっても価値があると述べています。
- 塙保己一（1746-1821）……盲目でありながら当時日本全国に散らばっていた600冊以上の学術書を編纂するという偉業を成し遂げました。その伝記は、ヘレン・ケラーにも大きな影響を与えました。18歳のとき般若心経を毎日100回1000日間暗唱するという誓いを立て実行しました。また、晩年まで折に触れて暗唱をしていました。
- シュリーマン（1822-1890）……独学で十ヶ国語以上をマスターしトロイアの都を発掘しました。そのときの勉強法が、外国語を辞書にも文法書にも頼らず大声で音読し暗唱するという方法でした。生まれつき弱かった記憶力が、この勉強法で改善したと述べています。
- 本多静六（1866-1952）……林学博士。暗唱の勉強法で東京農林学校（今の東大農学部）を首席で卒業しミュンヘン大学経済学博士号を取得しました。大学1年生のとき数学で赤点を取りましたが、一念発起し数学も丸ごと暗唱するという方法で学年トップになりました。子供時代、家の仕事を手伝いながら文章を暗唱するという勉強法をしていました。大学には作文の点数がよくて合格できたと述べています。
- 野口悠紀雄（1940-）……経済学者。自身の中学高校時代の経験から英語の勉強法として音読暗唱を提唱しています。高校時代、英語は教科書をただ音読するだけで好成績を維持し東大工学部に合格しました。しかし、そのように単純な方法なのに実践する人が少ないと述べています。

■ 暗唱の例

●長文の見本

2週の1日目30回

2週の2日目30回

2週の3日目30回

2週の4日目10回

2週の5日目10回

2週の6日目10回

2週の7日目10回

1週の1日目30回

1週の2日目30回

1週の3日目30回

1週の4日目10回

1週の5日目10回

1週の6日目10回

1週の7日目10回

3週の1日目30回

3週の2日目30回

3週の3日目30回

3週の4日目10回

3週の5日目10回

3週の6日目10回

3週の7日目10回

4週の1日目4回

4週の2日目4回

4週の3日目4回

4週の4日目4回

4週の5日目4回

4週の6日目4回

4週の7日目4回

読まなくてよい

暗唱用長文 きょうりゅうのたまご (小1・小2)

1 鶏の卵をいじめる。……

2 鶏の卵をいじめる。……

3 鶏の卵をいじめる。……

4 鶏の卵をいじめる。……

5 鶏の卵をいじめる。……

6 鶏の卵をいじめる。……

7 鶏の卵をいじめる。……

8 鶏の卵をいじめる。……

9 鶏の卵をいじめる。……

10 鶏の卵をいじめる。……

● 1 週目の読み方

文の出だしに **1・2・3・4・5・6・7・8・9・0** という番号がふつてあります。
1 週間 7 日間、長文の暗唱をする場合、**1** が 1 日目の 1 0 0 字、**2** が 2 日めの 1 0 0 字、**3** が 3 日目の 1 0 0 字です。
そして、4 日目、5 日目、6 日目、7 日目は、**1・2・3** の 3 0 0 字を通して暗唱します。

● 2 週目、3 週目、4 週目の読み方

同じようにして、2 週目は、**4・5・6** を暗唱します。3 週目は、**7・8・9** を暗唱します。
そして、4 週目は、**1・2・3・4・5・6・7・8・9** の 9 0 0 字を通して暗唱します。**0** から先は暗唱しません。

● まず 1 週目の 1 日目

1 の 1 0 0 字を 3 0 回音読します。

た

1

「ロッキング」「ドズーン」と大きな音がして、市民会館が壊れていくのが、教室からよく見えます。

休み時間に、六組の先生と生徒が廊下へ出て、「生霊を見てました。ばくたの先生も、ばくたの」端に廊下へ出てみまし

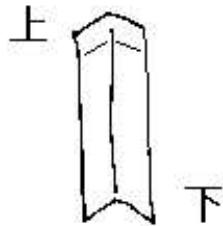
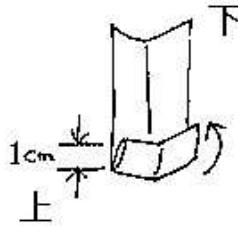
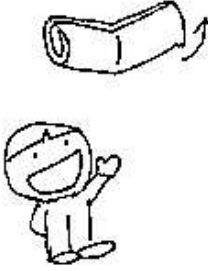
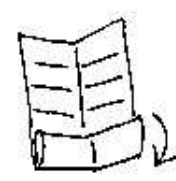
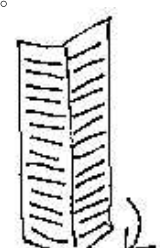
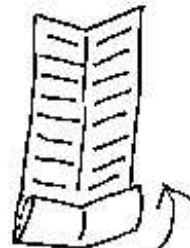
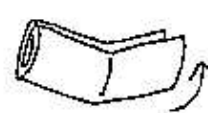
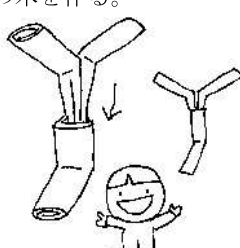
● 紙を折って数える暗唱法

紙を折って数えるお t、3 0 回の音読がやりやすくなります。
A 4 サイズの紙を次のように切ります。

1 日目	2 日目	3 日目	4 日目
			5 日目
			6 日目
			7 日目

● 30回読むとき

1日目の4分の1のサイズの紙を図のように折って、1回目の暗唱に使います。

1日目	1000字の暗唱用は、長い方の紙を縦に谷折に二つに折る。そのあと上から山折りに折る。 	1センチぐらいに折っていく。 	15回ぐらいで全部折たためる。 	1000字を1回読むたびに1回ずつ開いていく。 
	全部開いたら15回読んだことになる。これで約5分。 	続けて読みながら、今度は折りたたんでいく。 	全部折りたたんだら、30回読んだことになる。これで約10分。これを大枝と呼ぶ。 	3日間3本の大枝をY字型に組み合わせて暗唱の木を作る。 

● 1週目の2日目、3日目

2日目には2の長文を同じように30回音読します。3日目には3の長文を同じように30回音読します。

2そのうちに、四組の先生も生徒も出てきて、廊下の意は、人ごみでいっぱいになりました。

「クリーンカーが、太い針金のロープに大きな石を小さくけて、一回振ってから、「ドッカーン。」と、市民会館の建物にぶつける

「ガラガラガラッ。」

と、市民会館が落ちてきます。

3「ドッカーン。」「ガラガラガラッ。」「ドッカーン。」「ガラガラガラッ。」市民会館が、ぼろぼろに壊れていきます。今度は、あの大きな石を、「ドッスーン。」と、一から落としてます。すると、コンクリートのかなりが小さく砕けます。

● 1週目の4日目

4日目には、1・2・3の3000字を通して10回暗唱します。

1「ドッカーン。」「ドッスーン。」と大きな音を立て、市民会館が壊れていくのが、教室から見えません。

休み時間に、六組の先生と生徒が廊下へ出て、「一生懸命見ていました。ぼくたちの先生も、ぼくたちと一緒に廊下へ出てみましたが、そのうちに、四組の先生も生徒も出てきて、廊下の意は、人ごみでいっぱいになりました。

「クリーンカーが、太い針金のロープに大きな石を小さくけて、一回振ってから、「ドッカーン。」と、市民会館の建物にぶつける

「ガラガラガラッ。」

と、市民会館が落ちてきます。

2「ドッカーン。」「ガラガラガラッ。」「ドッカーン。」「ガラガラガラッ。」市民会館が、ぼろぼろに壊れていきます。今度は、あの大きな石を、「ドッスーン。」と、一から落としてます。すると、コンクリートのかなりが小さく砕けます。

● 10 回読むとき

300字を読むときには、4日目の16分の1のサイズの紙を図のように折って数えます。

	4日目からは、300字暗唱用の小さい方の紙を折る。	1センチぐらいに折っていく。	5回ぐらいで全部折りたためる。	300字を1回読むたびに1回ずつ開いていく。
全部開いたら5回読んだことになる。これで約5分。	続けて読みながら、今度は折りたたんでいく。	全部折りたたんだら、300字を10回読んだことになる。これで約10分。これを小枝と呼ぶ。	4日間4本の小枝を、大枝の先にY字型にさす。	1週間で暗唱の木が1本できる。

● 2週目、3週目の暗唱

1週目に**1・2・3**の300字を暗唱できるようにしたあと、2週目には、同じように**4・5・6**を暗唱します。そのとき、**1・2・3**はもう暗唱しません。
3週目には、同じように**7・8・9**を暗唱します。そのとき、**1・2・3・4・5・6**はもう暗唱しません。いずれも、300字がすらすら暗唱できるようになったら、イメージ化で出だしの言葉を覚えておきましょう。

● 4週目の暗唱

4週目には、**1・2・3・4・5・6・7・8・9**の全部で900字を通して毎日4回暗唱します。
4回読むときは、指を折って数えます。
4回読んだら、暗唱の木を2本ほどきます。（そうすると、また次の月に使えます）

暗唱フォンの作り方

周囲が騒がしいときは、暗唱フォンを作って自分の声をしっかり聞きましょう。

●暗唱フォンシングル型 A4の紙を1枚用意します。	1枚を二つに折ります。	二つに折った線を基準に三つに折ります。	裏返してまた三つに折ります。
片側の端を箱を作るように折り立ててホッチキスで止めます。	両側の端を同じように止めて長い箱を作ります。	箱の真ん中あたりを折って120度ぐらいの角度にしてホッチキスで止めてできあがり。	

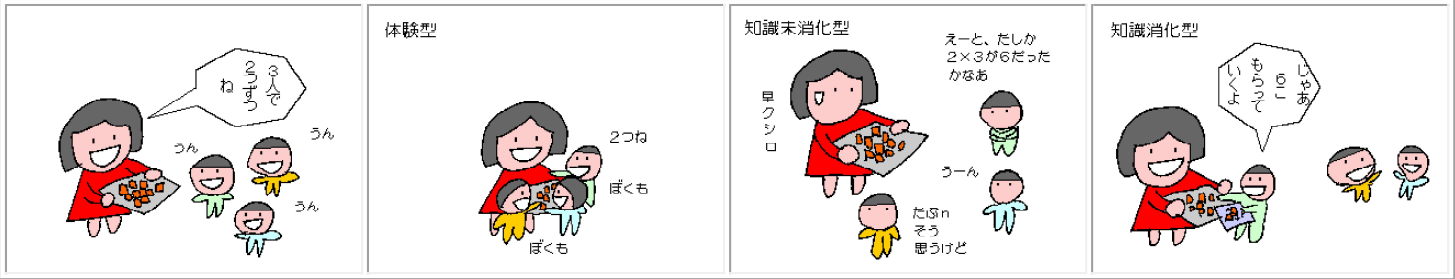
●思考力を育てる暗唱

記憶や反復や音読や暗唱が、理解や思考と相反するという考えを持つ人がいます。例えば、丸暗記という言葉には、自分で考えない、表面的な知識だけ、というニュアンスがあります。暗唱も、この丸暗記と同じようなものだと考えている人もいます。

しかし、記憶が、思考に対して弊害になるのは、その記憶が徹底していないときです。つまり生兵法の記憶、一夜漬けの記憶のときに記憶が弊害になるのです。消化され自分のものになった記憶は、思考を深める役割があります。

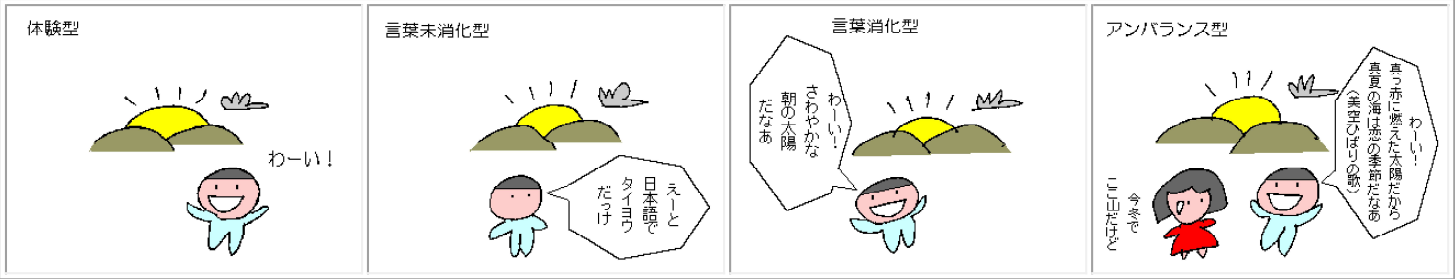
例えば、九九というものを考えてみるとわかるように、ほとんどの人は、九九を消化しているので記憶による弊害というものを感ぜません。しかし、九九を覚えていてるときは、九九を使うことによって実感よりも劣る面が出ていたこともあったのです。

お菓子を分ける （九九もうろ覚えのときは、体験のブレーキとなることがあります）



同様に、言葉も、覚えかけのときの言葉は、実感よりも劣る面があります。未消化の言葉によって、体験がかえって浅くなる時期があるのです。しかし、言葉が消化されたあとは、体験は言葉によって深くなります。

さわやかな朝 （言葉は体験の内容を豊かにしますが、体験が不足していると言葉が先行してしまうこともあります）



暗唱は、言葉による物の見方感じ方考え方を蓄積することです。

しかしもちろん、暗唱以外にも、言葉を蓄積する方法はあります。例えば、たくさん話を聞くこと、たくさん本を読むことです。多くの話を聞いたり多くの本を読んだりすることによって同じ文章に触れる機会を増やすことができます。つまり、同じ文章や同じ文脈に何度も触れることによって、理解するための言葉が表現するための言葉になっていくのです。

この表現語彙と理解語彙には、大きな違いがあります。例えば、英語を読む力を10とすると、ほとんどの人の英語を書く力は1程度のはずです。誰でも名作を読んで感動することができますが、同じような名作を書ける人はほとんどいません。理解語彙のレベルと表現語彙のレベルは大きく異なるのです。

消化された表現語彙を蓄積する方法として、日本人は暗唱というやり方があることを知っていました。九九、百人一首、いろはガルト、素読などは、日本人が開発した教育の方法でした。

しかし、この百人一首などに見られるような記憶反復の伝統は、戦後急速に失われ、それまでの記憶や反復の学習に取って代わったものは理解と思考の教育でした。ところが、理解と思考の教育は、一斉指導と結びついていたために教える側の負担が大きく基礎学力の低下を生み出しました。その学力低下を補うものとして、公文式や百ます計算のような記憶反復の方法が登場したのです。しかし、新しい記憶反復の方法は歴史が浅かったために、その方法が万能であるかのような行き過ぎも生み出しました。

この記憶反復の方法と理解思考の方法を統合するのが、読書、作文、暗唱を結びつけた学習です。

暗唱の本当の目的は、記憶ではありません。勉強を進めるための目安として覚えることを目標にしていますが、覚えることそのものは決して重要なことではありません。記憶力を高めることや記憶量を増やすことは、暗唱の副産物にすぎません。

この記憶の副産物に関して、世間では、暗記や暗唱を役立つ知識や文化的な伝統に結びつけようとする傾向があります。例えば、「〇〇の首都は□□」というような知識を増やすような暗記や、平家物語や枕草子の一部を覚えるような暗唱です。

暗唱を表現語彙として役立てようとするのであれば、自分がこれから書く作文に結びつくような現代文の事実文、説明文、意見文を中心に暗唱していく必要があります。

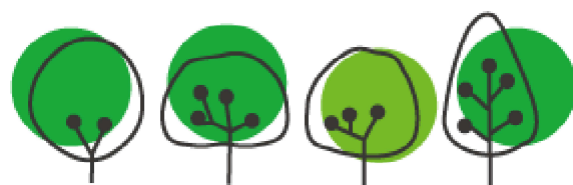
暗唱の真の目的は、反復練習によって物事を把握する力をつけることです。塙保己一が般若心経約300字を毎日100回ずつ1000日間暗唱し、しかも晩年にいたるまで折に触れて暗唱を続けたということを見てもわかるように、宗教的な面を抜きにすれば、これは決して単なる記憶の練習だったわけではありません。将来この暗唱の仕組みが脳科学的に解明されるようになると思いますが、当面は暗唱の目的は、記憶よりも理解や思考の方にあると考えておくことが大事です。事実、大人の人が暗唱を始めると、記憶力がよくなるということよりも、発想が豊かになるという感覚を持つことが多いと思います。

ただし、どの学習にもバランスは必要です。言語と経験の間にもバランスというものがあります。ルソーは、子供時代に本を読みすぎて自分が言語先行型の人間になったことへの反省から、自然教育の「エミール」を著しました。体験が伴わない時期に言語を吸収しすぎると、やはりバランスが崩れる場合があります。もちろん体験ばかり広がって言語が伴わない生活はあまり人間的とは言えませんが、言語が経験よりも大きくなることもやはり人間的な成長とは言えません。

言葉の森の暗唱の自習は1日10分程度ですから、このようなアンバランスを生み出す心配はありませんが、日常生活の心がけとして、言語的な学習と並行して家の手伝いや自然との触れ合いなど経験の時間を増やしていくことは大事です。

●暗唱に関するQ&A

- Q** 学校での音読の宿題と重なるので、子供が嫌がってしまいます。
- A** 学校の宿題は夕方の家庭学習の時間にやり、言葉の森の自習は早朝にやるようにしてください。時間が離れていれば負担に感じません。
- Q** 低学年なので、100字でも読むのにすごく時間がかかります。
- A** 時間はかかってもかまいません。気長に決めた回数だけ音読してください。
- Q** 決められた回数まで音読しても覚えられません。
- A** 覚えることが目的ではありません。決められた回数だけ音読できればそれでよしとしてください。
- Q** 「している」を「してる」などと間違っ自分なりに読んでいます。
- A** 注意のしすぎにならない程度に、ときどき正しい読み方を教えてあげてください。
- Q** 声を出さずに読んでいます。
- A** 声を出した方が頭に残りやすいと教えてあげてください。自分にだけ聞こえる小さい声でかまいません。
- Q** ふざけて早口で読んでいます。
- A** ふざけるのも早口も一向にかまいません。楽しく読んでください。
- Q** 子供にとって意味がわからない難しい言葉があります。
- A** 何度も読んでいうちに子供自身から質問が出てきますから、そのときはお父さんやお母さんが手短かに教えてあげてください。自分で辞書を引いて調べさせるという考え方もありますが、暗唱の定着を目的としているときはできるだけほかの作業はさせない方が続けやすくなります。
- Q** つっかえながら読むので、とても近くで聞いてもらえません。
- A** そういうときこそ、読み終えたときに、「じょうずに読めるようになってきたね」と褒めてあげてください。
- Q** 数回読むと簡単に覚えてしまうので、それ以上続けて読む気になりません。
- A** 覚えることが目的ではありません。スポーツの準備運動で行うランニングと同じものでくりかえすことで体力がついてきます。
- Q** 長いので、とても覚えられるようになるという気がしません。
- A** 歌を覚えるのと同じです。かなり長い歌詞でも歌なら自然に覚えてしまいます。
- Q** 暗記よりも考える力が大事だと聞いたことがあります。
- A** 弊害があるのは、中途半端な暗記や低レベルの暗記です。本格的な暗唱は考える力を高めます。
- Q** 暗唱だけして、課題の長文の音読をしていません。
- A** できれば、毎週の課題の長文を中心に長文を1編音読し、そのあと暗唱の長文で暗唱をしてください。しかし、両方できない場合は、とりあえず暗唱だけをしっかりとできるようにしてください。
- Q** 録音したものを聴く形で、暗唱の代わりにになりますか。
- A** ある程度はなります。しかし、録音には機器や準備が必要ですが、音読には不要です。また、自分で声に出したものの方が定着しやすくなります。
- Q** 1日のうちに朝、昼、晩と何回も暗唱をして、先に進みたいのですが。
- A** いい心がけです。どんどんやってください。ただし、何かを新しく始めたとき子供は飛ばしすぎる傾向がありますから、親の方でコントロールしてあげてください。
- Q** 英語や社会や古文で暗唱の宿題がありますが、同じようにできますか。
- A** 同じやり方で簡単にできます。
- Q** 寝る前に覚えた方が記憶に残ると聞きました。
- A** 寝る前に覚えた方が定着します。しかし、大事なのは毎日の継続です。生活の中で毎日確保できる時間帯でやってください。その意味で朝食前の時間帯をすすめています。
- Q** 文章が長くなると、最初に覚えたものを忘れてしまいます。
- A** イメージ記憶を使えば忘れにくくなります。
- Q** 1回覚えた900字の文章は、ずっと覚えていた方がいいのですか。
- A** 自分の好きな文章であればそうしてください。しかし、普通は、次の900字の文章を覚えるときは、前の文章はもう忘れてかまいません。
- Q** 暗唱を親の私もやってみたいのですが。
- A** 大人では、更に発想が豊かになるという効果があります。しかし、子供と一緒に始めると親が先に挫折したときに説得力がなくなりますから、続けられる自信がつくまではひとりでやってください。



1 私たちはよくテイストという言葉を使います。好みといったような意味ですが、世間一般の言い方に従えば「センス」という言葉に近い意味に使っています。センスとは何かといえ「違いを見分ける才能」だと思います。

2 AとB、二つの選択肢があるとき、見た目はまったく変わらないう。あるいはどうみてもAのほうがよさそうにみえる。そういうときでも背後に潜む微妙な違いのようなものを感じて、「Bがいい」というのがセンスです。いずれにしろ極上のセンスが常識的であることはめったにありません。

3 あるいはカンといわれるもの。これもセンスの一つです。勝負力のある人は勝負センスがいい。いずれにしろ科学者はテイストがよくないと、なかなかよい業績が上げられません。「科学者の成否はテイストで決まる」という人もいます。

4 私自身は、自分が「テイストがいい」と胸を張っているほどの自信はありませんが、ときにわれながら「いいのではないか」とうぬぼれることもあります。パスツール研究所とツバ競り合いをしていたときのことです。

5 こちらがまだ遺伝子の解説に着手もできないのに、パスツールがすでに八割がた終わるところまで進んでいたことは前述しました。あのとき実はもつとすごいことになっていたのです。

6 パリからドイツに飛んだ私はハイデルベルク大学の友人を訪ね、話を聞いてみると、パスツールだけではなくアメリカのハーバード大学でも同じテーマでやっていることがわかりました。おまけに「うちもやってるよ」とハイデルベルクの友人にもいわれました。**7** 進み具合を探してみると、私たちよりはるかに進んでいる様子。パスツール、ハーバード、ハイデルベルクと並んだら、この世界では横綱、大関クラス。こっちは十両からや々と幕内に上がったくらいなのです。

8 こうなると、もう絶望的です。そういう状況下で中西重忠先生に出会い、先生の協力を得たのですが、そのときのことをもう少し詳しく話しますと、中西先生は私の知らないあることを教えてくれたのです。

9 「実は遺伝子暗号というのは九分九厘読めても、最後でつまづくところがあるんですよ。それにいまさらパスツールがヒトだからって、こっちがサルでやっただけなんです。絶対あきらめないでやるべきです。なんなら私の研究室で……」ということだったのです。**0**

問題はこの瞬間です。このとき私が「そういつていたただくのはうれしいのですが、ここは潔く撤退して……」と断っていたら、それおしまいでした。私はそのときどう思ったか。いま考えると不思議ですが、中西先生の応援を得たことで「天の味方がついた。これで勝つた！」と直感したのでした。冷静に考えれば、不利なはずの選択肢をそのとき選んでいたことになりました。そして私は大急ぎで帰国し、それまでいくらやってもダメだったヒト・レニン遺伝子の取り出しに成功しました。これは中西研究室のおかげでした。

そうなるとみんなの目の色が違ってきます。筑波から京都に移った大学院生たちは下宿にも帰らず、昼夜兼行で研究に没頭。一種の興奮状態のなかで、三カ月で一挙に暗号を読み切ってしまったのです。

世界初のヒト・レニンの遺伝子暗号解説は、大学院生の不眠不休の努力とハイデルベルクの酒場で私が九九%の負け戦を「勝った！」と思ったことにあるのです。遺伝子ONの世界が火事場のバカ力のように出てきた例といえるでしょう。

33 32 31 30 29 28 27 26 25 24 23 22 21 20 19 18 17 16 15 14 13 12 11 10 09 08 07 06 05 04 03 02 01

66 65 64 63 62 61 60 59 58 57 56 55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40 39 38 37 36 35 34

1 情報処理能力。

これはまず、コンピュータのことを考えてください。コンピュータはいま、日進月歩しています。たとえばA、B、C、Dというふうにたくさんさんの情報があったとします。

2 古いコンピュータは、Bの情報は処理できるけれども、AやCやDの情報は処理できないとします。時間もかかる。でも新しいコンピュータで情報処理能力が高まれば、メモリーも大きいし、クリックすることもできる。AもBもCもDも、処理してしまいます。

3 病気というのも、結局、一つの情報にしか過ぎません。そうすると、古くて情報処理能力の低いコンピュータは、病気があってもその病気を情報処理することができないので、病気を解決することができません。

4 ところが、新しいコンピュータ、情報処理能力の高いコンピュータは、AもBもCもDも、山積みする問題を一瞬のうちに情報処理してしまいます。病気という情報が処理されて、病気がなくなってくるわけです。

5 この情報処理能力が高い低いというのは、その人の病気に対する態度だけを見るのではなくて、その人がほかの人に対してどういう態度をとっているのか——ということが非常に大事になってきます。

6 つまり、自分のことだけを大事にするとか、好き嫌いが非常にはっきりしているとか、この人だったら好きだけど、この人だったら嫌い……。これも結局、情報処理能力が非常に限られているということになります。

7 この情報処理能力がうまくいかない一つの原因は、生まれたときの「三つ子の魂」という、小さいときの育て方によって変わってきます。小さいころに、お父さんとお母さんの一〇〇%の愛情と、自分が愛されているという気持ちを持って育っていない人は、このコンピュータの情報処理能力が低いまま、大人になってくるわけです。

8 お父さんが非常に怖い人で、いつもその顔をうかがいながら大きくなってきたというケースでは、その人の心は、そこで傷ついたまま、大きくなくなつてこないのです。体は大きくなってくるけれども、心が大きくなつてきません。

33 32 31 30 29 28 27 26 25 24 23 22 21 20 19 18 17 16 15 14 13 12 11 10 09 08 07 06 05 04 03 02 01

9 情報処理能力が大きくなつてこないで、こういう人たちが病気

になったときに、それを自然に情報処理する能力がなくなつてきます。病気という情報体を処理できなくなってくるのです。**0** これは病気だけではなくて、たとえばその人の家庭が非常に不幸ばかりであるとか、あるいは事故を起こしやすいとか、あるいは何をやってもうまくいかないとか、そういうものにも通じてくるわけです。

病気とは、簡単にいえば、その人の情報処理能力の低さがそこで浮き彫りにされてくる——ということです。だから、その情報処理能力を高めてあげるといふ治療をすると、病気だけではなくて、ほかのことも処理できるようになってきます。

心の歪みを治すということは、これによって引き起こされる肉体的病気を治すことになりましたが、あまりにも肉体的症状にこだわる方にはこうお話しします。

「私は、肉体的な病気というものにはあまり興味がありません。私が興味があるのは、その病気を通して、あなた自身の生活や人生をもつと楽しくする、幸せにすることです。それが私の治療なので、ここが痛い、あつちが悪い、という話は興味がないのです。だつてあなたは、あなた自身の肉体的病気だけを治したとしても、それだけで本当に幸せになれますか？」と。

私は、病気を通して、その人の人生がより豊かになるという形の治療を心がけています。病気を通して、患者さんとそのほかの人々の人生を豊かにするというチャンス差し上げる、そういう治療を目指しているのです。

肉体的な病気治しは本当に通過点にすぎないのです。

66 65 64 63 62 61 60 59 58 57 56 55 54 53 52 51 50 49 48 47 46 45 44 43 42 41 40 39 38 37 36 35 34