

年の始めに

—大切なことは、ノートにメモをする習慣を身につけよう—

開倫塾

塾長 林 明夫

1. はじめに

年の始めには、何か新しいことをしようと思える方が多いと思います。

そこで、今回の「開倫塾ニュース」では、大切と思われることを「ノート」にメモしておくことを考えます。

2. 必ずペンとメモを用意して、本を読んだり、ものを考えたりすること

(1)ものを考える時に、ただボーッと思いをめぐらせるのも楽しいでしょうが、ペンとノートを用意することをおすすめします。

ノートは使い終わっていないものを利用してもいいし、新しいものを買って求めてもいい。もし買うときは折角だから、ふんばつして、できるだけ立派なノート、一生使えるようなお気に入りのノートを手に入れることをおすすめする。

(2)「考えを文字にして書き出すと、自動的にその考えに集中することができます。一つの考えを書きながら、頭の中で別のことを考えることはできません。ですから、紙とえんぴつは、集中力を高める上で非常に重要な道具であると言えます。

集中しようと思うとき、必ず手にえんぴつを持って考える習慣を身につけて下さい。考えが浮かんだらすぐ書き出します。考えがまとまっていなくても、とにかく書いてみます。考えを言葉にして書いているうちに、自然と頭が働き、思考がだんだん整理されてくるはずですよ。

思いついたことを箇条書きにしておけば、勘違いや間違い、矛盾した考えがないか、一目で確認することができます。」*

(3)「本を開くときは、必ずペンかえんぴつを手にする事です。重要な言葉や節を読んだら、赤で傍線を引いて下さい。ひらめきを与えるような言葉があったら、紙に書き写して見て下さい。そうすることによって3倍もよく覚えられますよ。

後日、赤線を引いたところだけを読むと、効果倍増です。また、エッセンスを紙に書き取ってあれば、それをポケットに入れて読み返すことができるでしょう。」**

(4)人の話を聞いているときも、同様です。大事な言葉は、メモをしておき、一日の終わりや、まとまった時間がとれたときに大事なことを書き残しておくための「ノート」に、書き写しておくことをおすすめします。

(5)新聞記事も、赤線を引きながら読み、本当に大事と思われるところは、切り抜いたり、このような「ノート」に書き写しておくことをおすすめします。

3. おわりに

大事なことを「メモ」しておく特別なノートを年の始めに1冊つくり、何年も、いや何十年も大切に書き続けることをおすすめします。繰り返し読み返すことで、それらが皆さんの血や肉となり、「人格の基礎」になります。

これをお読みの保護者の皆様も、新年から、このような「ノート」をおつくりになられることをおすすめします。

(注) * オグマンデーノ編著「成功大学」経営合理化協会刊 349 ページより引用

** 同書 9～10 ページより引用