受験勉強は自分との勝負

―眠る時間以外は、「一所懸命」の精神で打ち込もう―

開倫塾
塾長　林明夫

Q：受験勉強は自分との勝負とはどのようなことですか。受験勉強の競争相手は、同じ学校を受験する人ではないのですか。

A：(林明夫。以下省略)受験勉強の表面上の競争相手は、同じ学校を受験する人ではありません。なぜならば、同じ学校を受験する人たちも実力は皆さんとほぼ同じで、少しは差があるかも知れませんが、そんなに大きな差があるわけではありません。受験までに残された日数は全く同じです。つまり、同じ学校を受験するくらいですから、学力もそれほどの差はなくほぼ同じ。その上、受験までに残された日数も全く同じですから、受験勉強は自分自身との闘い、勝負と言えます。

Q：自分自身との勝負ですか。言われてみればそんな気もしなくはありません。それではお聞きしますが、この勝負に勝つにはどうしたらよいのですか。

A：何ごとも被害者意識で「イヤイヤ」やっていたのでは、本気になれず、よい結果は出ません。受験は失敗すると言えます。そこで、何のために受験勉強をするのか、その意味・意義をはっきり自覚することが大事です。

Q：では、受験勉強は何のためにするのですか。

A：受験勉強は、それまでの学習内容を隅から隅まで十分に「理解」し、「理解」した内容をすべて正確に「定着」させ、進学先の学校で「活用」するためにするものだと私は思います。

例えば、高校入試であれば、小学校・中学校の 9 年間の学習内容をすべて隅から隅まで十分に「理解」して、その「理解」した内容をすべて正確に「定着」させた上で、希望高校での勉強に役立てるために行うものです。

小学校・中学校の 9 年間に学校で学んだことはすべて、社会に出て役に立つ基礎学力となります。今まであやふやであった小学校・中学校で習った知識を、受験勉強を通して 100 ％確実に「理解」し「定着」させることは、社会に出てからもすべて役に立ちます。

これは、大学入試でも全く同じです。大学センター試験で出題される内容はすべて高校での学習内容ですので、大学入試の勉強をよいチャンスと考え、高校での学習内容を総復習して確実に身に付けてから大学進学を果たすことが、高校卒業者として大切です。小学校・中学校での学力は、社会で生きる上では最低限のものであり、高校や大学、大学院、専門学校、専修学校での勉強は、社会の中で「選択肢をもった生き方」をする上で大切なものと私は考えます。

Ｑ：何ですか、その「選択肢をもった生き方」とは。

Ａ：人間にとって何が幸せかと言えば、自分自身の理想の生き方を追い求めることができることだと考えます。あまりにも欲張ることは無理が生じるので避けた方がよいとは思いますが、ある程度の選択肢（いくつかのものの中から自分に合ったものを選択できる、選べる）のある方が、もしかしたら「幸せ」なのではないかと私は思います。

例えば、偏差値が低ければ、合格できる学校は限られます。成績がよくなければ、資格試験には合格できません。知識や技術がなければ、就きたい仕事にも就けません。あまり無理をするとストレスがたまりよくありませんが、頑張れるときには頑張って、自己責任・自助努力で実力を備え、「選択肢のある人生」を目指すのも素晴らしい生き方であると私は考えます。

Ｑ：受験の合格の秘訣は何ですか。

Ａ：何のために受験勉強をしているのか、自分の人生における受験勉強の意味を自分で自覚することが第一。

私が先ほど述べたことを何回もよく読み直し、受験勉強の「意味付け」を自分自身で行って下さい。あとは、「一所懸命」つまり「一つの所で命を懸けるくらい熱心に」、夜の睡眠時間を除くすべての時間を受験勉強に費やすことです。

Ｑ：最後に一言どうぞ。

Ａ：夜は必ず七時間位は睡眠を取って下さい。20 ～ 30 分の昼寝も非常に有効です。朝は早く起きて、ご飯ないしパン、コーンフレークを食べること。炭水化物を摂取しないと頭が回転しませんから、朝食抜きは厳禁です。便秘になると勉強が手につかないので、食物繊維を含んだ野菜を毎日必ず食べること。

受験勉強ができるのは、家族のおかげです。家族には感謝の心を忘れずに。「勉強しろ」と言われたくらいでケンカをしたりふてくされたりすることのないように、くれぐれも「自制心」と「自律心」をもった行動を。一日に一つくらいは楽しいこともして、頑張っている自分にご褒美を。

＊悩みがあったら、一人で悩んでいないで、学校や開倫塾の先生に遠慮なく相談して下さいね。