

第6章 自動記憶勉強法の使い方事例

一例をご紹介したい。こういう事は楽しい。真実を掘り起こしたり、未知の世界を知るの
最高にゾクゾクする。

《大学受験英語の力を補完的に底上げする場合》

※英語の力がゼロの場合にゼロから引き上げる方法ではありません。

- ① 自分の志望大学に必要な単語数のレベルを、合格体験記を買ってきて調べる
- ② 最大公約数的な単語数を把握する
- ③ 合格体験記から間違いの無さそうな英単語帳を複数冊選び自動記憶処理する
- ④ 熟語も同様に自動記憶処理する
- ⑤ 文法・語法問題も必要な場合には、解答の解説部分をカンタンな問題形式にして
吹き込み自動記憶処理する

《法律系資格試験の場合》

- ① 合格体験記を買い、合格プランを分析する
- ② 法律用語をリストアップして、自動記憶処理する
- ③ 法律用語集が無い場合は、その分野の一问一答を買い、解答の方を用語集として使い、自動記憶処理する
- ④ 基本書を読む（場合によっては速読を部分的に使う）
- ⑤ 過去問を処理
- ⑥ 過去問も自動記憶処理する場合は全て加工する
- ⑦ 合格体験記を参考にして問題集を購入し自動記憶処理する（記憶術、速読等を連動させた方がいい場合はそうする）
- ⑧ 予備校のテキスト、レジュメ等がある場合は同様に処理する

※漫画の乱読が有効な場合は、そうします。

《歴史等暗記科目の場合》

- ① 合格体験記を買い、合格プランを分析する
- ② 漫画を買ってきて乱読する
- ③ 一问一答を買ってきて、自動記憶処理する
- ④ 記憶術や速読を使う方がいい場合は、自動記憶処理に連動させる
基本書を速読する
- ⑤ 過去問を解く
- ⑥ 足りない部分がある場合は仮説を立て新しい問題集を購入
- ⑦ 記憶術処理する
- ⑧ 記憶術処理する

※記述式問題の暗記の場合は、一问一答の答えの方を吹き込み内容をイメージ想起する形で自動記憶処理する事。

《理科系の場合》

- ① 合格体験記を買い、合格プランを分析する
- ② 漫画を買ってきて乱読する。(漫画がある場合)
- ③ 一問一答を買ってきて、自動記憶処理する
- ④ 記憶術や速読を使う方がいい場合は、自動記憶処理に連動させる
- ⑤ 教科書と講義型参考書を速読する
- ⑥ 過去問を解く
- ⑦ 足りない部分がある場合は仮説を立て新しい問題集を購入
- ⑧ 記憶術処理する

※一問一答以外にも教科書の最後の用語索引を使って自動記憶処理する方法もあります。

《数学系・公認会計士・税理士試験の場合》

- ① 合格体験記を買い、合格プランを分析する
- ② 問題を普通に解く
- ③ すぐに分からなかったら答えを見て、解法の流れを記憶する
- ④ この時に分からなかった部分を赤ペンでノートに記入して問題を解く
- ⑤ 分からなかった部分と詰まった部分を自動記憶処理する
- ⑥ 問題のパターンを増やし、自分のできない場所をストックする
- ⑦ 全て自動記憶処理する

※この時に自動記憶処理し易いようにノートに番号を振っておく事。

※記憶の性質から、数学系は自動記憶処理だけは向いていません。

自動記憶勉強法の メリットを最大にする

この本は、改訂版だ。前回の出版から約1年が経った。この1年間で、分かった事がある。うまくこの自動記憶勉強法を使いこなす事ができず、勘違いを起こしてしまっている人がいるという事だ。

効果が半減する理由は明白。自動記憶勉強法を、魔法のように考えている為だ。

非常に重要な事は、この世界中のあらゆる学習法は、単発で使っても、効果は半減してしまうという事。例えば本書で紹介している記憶術も、速読も単発で使った場合、どのような資格試験であろうと、入試の対策であろうとそこまで有効に機能しない。

その理由は、人間の頭の中の情報の流れにある。例えば、文章を丸ごと思い出す作業の時、例えば、単に文章を聞いて理解する時、例えば、単発の単語が、特定の単語から想起できればいい時、例えば、数学の図形問題のように図をイメージしなければならぬ時、例えば、法律の学習のように、特定の物事の仕組みから、特定の言葉を想起しなければならぬ時、それぞれについて最適な出し方がある。最適な覚え方があるという事だ。

私が運営する日本で初めての記憶専門の塾、記憶塾では、総合的なサポートを行っている。記憶のノウハウを教えるだけの塾ではない。結果を出す為の塾である。例えば中途半端に優秀な学生は、今は優秀ではない学生に劣るという事を聞いた事がないだろうか。その理由は、自分が優秀であるというセルフイメージが、悪い方に働き勝手な判断をする為だ。(もう自分はこの分野のことはマスターしている)(このやり方は間違っている)という風に、しっかりと根拠も無く判断してしまう。人間が成長して結果を出す為の、3つの最重要のファクター、《効率》《判断》《やる気》の3点について総合的にサポートするのがこの記憶塾。

今は環太平洋大学の教授として、柔道の指導をしているオリンピック金メダリストの古賀選手は、『金メダルを取る事ができる人とできない人の違いは何ですか』という質問に対して、こう答えている。『それは、素直な人です。』古賀教授は、優秀な人ですとは、一言も言っていない。最初の優秀さなど取るに足らない要素なのである。この素直さというのは、指導される側の一つの【判断】。この文章を読んでいる瞬間にも、多くの【判断】がある。この判断を変える事がすなわち読者にとって極めて有効なアプローチであると、今は確信している。

こんなたとえ話をしてみよう。

ある所に、すばらしく切れる刀剣を作る事ができる年老いた刀鍛冶の職人がいました。名刀を作る事で有名なその職人の元に、多くの侍が訪れました。刀を売って欲しかったからです。しかしその職人はどんな侍にでも刀は売りませんでした。その職人は昔優秀な侍でした。だからよく分かっていたのです。どんなに切れ味が鋭い刀であっても、その刀に合った使い方をしなければ全く切れないという事を……。

ある日いつもよりたくさんの侍がこの職人の元を訪れました。理由は將軍家専属の指南役として、剣術家を選ぶ為の大会が開かれる為でした。この大会で勝ち、將軍家の剣術指南役となる為に多くの侍がこの地方を訪れていたのです。

最初に職人の元を訪れた侍はこう言いました。

侍『オレは腕には自信があるんだ。とにかく一番切れる刀をくれ。そうすりゃおれが優勝だ。』

職人『そうですね、それでは、この刀はどうですか。この刀の使い方には注意があつて……』

侍『いいんだ。余計な事は言うな。とにかく切れる刀をくれればそれでいいんだよ。俺は刀の事は分かっている。オレはな、柳生の息子だぞ、柳生様はな、天下第一の道場だ、わっはっは、お主に刀の使い方なぞ教えられるものか。この刀だな。もらっていくぞ。釣りはいらん。柳生だからな。わっはっは』

強引に刀を持って行ってしまいました。そして、試し切りをする為に、竹を切りました。しかし思うように切れません。

侍『なんだこの刀は、切れんじゃないか。噂はウンだな。おーいこの刀鍛冶は駄目だ。柳生の息子が言うんだ間違いない。まったくくだらん刀を買わせやがって』

不満をもらし、その場を去りました。

次に職人の元を訪れたのは若い武士でした。元々有名な武士の息子であり、家柄が良かったからかもしれません。礼儀正しく礼をして職人から刀を受け取り、職人から刀の使い方注意点をよく聞き、刀を買っていききました。

この若い武士も、竹の試し切りをしました。最初はうまくいきませんでした。職人に教わった注意点を守り、続けているとこの刀の切れ味のするどさに気づき、この切れ味がまぎれもなく本物である事を理解しました。ところが試し切りを続けている内に、ある事に気づきました。この刀でうまく切ろうとすると、どうしても剣を振る時の動作が大きくなってしまい、対戦をする時に大きなスキを作らなければならないという事に気づいたのです。

『なんだこの刀は……やたら切れると思ったたら、実戦で使えないじゃないか……確かに切れるが実戦では使い物にはならない。ハッハッハ。噂というのは、間違いではないが、案外こういうところに落とし穴があるものよ。』

不満をもらし、その場を去りました。

次に職人の元を訪れたのは、ビクビクした弱そうな侍でした。仕える主人がいらないのかひどくみずほらしい身なりの若者でした。この若い武士は必死でした。職人から注意点を教わると、聞かなくてもいいような事まで教えてもらい、他の人の何倍も老人から注意点を教わると深々と礼をして、刀を買っていきました。

この若者も竹で刀の試し切りをしました。最初はまったくうまくいきませんでした。職人に教わった注意点を守り、続けているとこの刀の切れ味のするどさに気づき、この切れ味がまぎれもなく本物である事を理解しました。そしてやはり同じように、試し切りを続けている内に、ある事に気づきました。この刀でうまく切ろうとすると、どうしても剣を振る時の動作が大きくなってしまい、対戦をする時に大きなスキを作らなければならないという事に気づいたのです。

若者は職人の元に戻り、分からない点を質問しました。すると職人は言いました。『刀を使うおうとして刀に使われるから実戦で使えなくなるんじゃないよ。ところで大きく体勢を崩してもいい時というのはどんな時かな?』

若者は職人に稽古をつけてもらうように頼みました。すると若者の剣の腕は悪く、とても大会で優勝できるようなものではありませんでした。若者は言いました。『もうボクには無理です』すると職人は言いました。『今は無理でも来年は無理ではないな』若者は最初の教え以外の教えを職人から学びました。多くの人は、職人にいい刀を求めました。魔法のような刀を望んだのです。しかし本当に魔法の刀を得たのは、刀の目的を理解した者でした。刀が目的になった者は使いこなす事ができませんでしたが、刀の目的に必要なものをそろえた者は、刀を使いこなす事ができたのです。

そして次の年の大会で若者は優勝しました。

ここまで読んだ方はもう理解しているはずだ。この物語の刀とは、勉強方法の例え。私の元には日本中から勉強方法を学ぶ人が集まっている。弁護士、公認会計士、税理士、難関大学の為の試験を受験する人が、集まっている。私は全ての人に望む結果を得て欲しいと考えているので、切れ味の鋭い刀を出す事だけはしない。

そこで改訂版では、新しく私が塾生に伝えている内容を掲載した。参考にしてみてほしい。勉強方法が目的化する事を防ぎ、本来の目的を達成する為に目の前にある問題を解決するという事が一体どういうことなのか、一緒に学ぼう。

◆◆◆難関試験の受験生が損をしている◆◆◆

ある日弊社に電話がかかってきた。事務員さんから、牛山に問い合わせがあるという事で、受話器を取った。

牛山 はい、もしもお電話代わりました。

東大法科大学院生 あの、牛山様でしょうか？ 司法試験を受験するのですが、本を見て、お電話させていただきました。

牛山 何かお困りの事がありましたか？

東大法科大学院生 今東京大学の法科大学院に通ってしまして、司法試験に落ちてしまったのですが、サポートをお願いできないかと思ひまして。

牛山 東大の法科大学院に進学されていて、将来弁護士になるんですね。優秀ですね。私の方で記憶作りに関して個別指導も可能ですが、東京大学の大学院に通われているなら、ちょっと難しい事があるかな。

東大法科大学院生 分かります。私が合格したとしても、東京大学の法科大学院に通っているくらい優秀だということで、合格しても当たり前と周囲に思われてしまうことですね

牛山 ………………

(違っただけだなあ)

ところで、読者の方は、何か気づいたでしょうか？ もう一つ事例を見てみよう。

ある日弊社に電話がかかってきた。事務員さんから、牛山に問い合わせがあるという事で、受話器を取った。

牛山 はい、もしもお電話代わりました。

慶應義塾大学法学部受験生 あの、HPを見て電話をさせてもらったのですが、慶應クラスという慶應大学専用の受験クラスがありますよね？

牛山 ええ、ありますね。

慶應義塾大学法学部受験生 慶法は地歴が難しいんですが、どういう風に対策をしてくれるので

しようか？ 私は今東進の一問一答をやリ、それから〇〇をやリ、〇〇をやリ……という風にやっています。

牛山 そうですか。ちょっと問題が……

(ここで話をささぎられる)

慶應義塾大学法学部受験生 慶法はですね、……(まくしたてる) 慶商はですね、(まくしたてる)……慶文はですね……(まくしてたてる)

牛山 ……………

ここでさんざんこの受験生は自分の受験が成功するにはどうすればいいのか、どこの子備校がいいのか、どう勉強すればいいのかを一通り話しくした。私はこれを黙って聞いていた。聞けば聞くほど、判断基準が間違っており、それでは合格しないという内容ばかり。

(もう電話切ろうかな)

牛山 あのね、ちょっといいかな。ところで、今回の受験はがんばったけど、少し残念な結果になったわけだけど、結局地歴の科目で合格するには、どうすればいいのか？

慶應義塾大学法学部受験生 覚えればいいと思います。

牛山 そうだよ。そうすると難関試験というのは、何が難関試験たらしめているんだろうね？何が難しいんだろう？

慶應義塾大学法学部受験生 覚えられない……えーと、忘れるからでしょうか？

牛山 そうだね。正確に言うくと、多くの事を覚える事ができない事に、本質的には、難しさがあるんだよ。

慶應義塾大学法学部受験生 そうだと思います。

牛山 そうしたら、慶應大学の法学部に一番合格させる事ができるサポートって何だろう？

慶應義塾大学法学部受験生 たくさん覚える事を可能にするサポートでしょうか？

牛山 『そうなるよね。この会社は**それに日本一強い会社で世界一を目指している会社なんです。**』

ここで初めて彼はあつと、何かに気づいたようだった。それまでは慶應義塾の法学部という、私立大学最難関、私立大学の最高峰、偏差値で言えば東大以上だとか、法律を学ぶんだという空気に酔っていたのである。かわいそうに、慢心は判断能力を鈍らせ、単純すぎる分析もできなくなる。一般的には、経歴が良ければいいほど、固定観念で物事を見る。例えば、慶應の法学部に合格するには、記憶項目数に換算するとどれくらいかの記憶項目を確保すればいいのかということも考えずに、慶應法と、〇〇大学だったら上とか下という風に序列付けをしてみたり、頼まれて

もないのに、何かを教えようとしたり、自分が特別な存在に思えてきたり、偏差値が低い大学の人よりも自分が優秀で賢いに決まっていると思ってみたり始める。そこには専門性であるとか、人の多面的な能力、感情を理解したり、円滑にコミュニケーションを行うような感情メインの判断能力、思考能力なども、人生経験も何もなく、二元的に学力というめがねのみで人を見て、その指標で判断を加えていく。いわゆる学力評価基準絶対論を自分の中に持っているわけだ。私は学力を否定しないし、学力がある人を優遇する社会の仕組みがあってもいいと思っている。あなたが大切にしているものをつまらないものだと言っているわけではないという事は理解してほしい。学力と特定の分野の判断能力は少しも正比例しないという事を言っているのである。

例えば、センター試験の配点やセンター試験の問題傾向、頻出分野は、その問題を作っている人が一番詳しいに決まっており、東京大学の法学部出身者ではない。技術の習得や高速学習の学習スキル、記憶の理論や、どうやって大量の記憶を作るかも同じである。

牛山 あのね、君がやっている学習方法だと総合計の記憶項目数が15万項目くらいで合格できるという事になるよ。それに対して、せいぜい慶應の法学部なら1万8千項目くらいの記憶項目数で合格できる。

彼はカコモンベースの学習計画を組んでいた。私、牛山は数万項目記憶して慶應のSFCに合格しており、例えば慶應の法学部でもその記憶項目数を地歴に流すだけで当然合格できる自信がある。学習計画を柔軟に組めば、6〜7万項目くらいはさらに記憶できる自信もある。そもそも半年で数万項目を記憶したのである。これは積み木のように記憶を積み上げる方法ではなく、学習対象を圧縮記憶する高速学習のメソッドを駆使することによってである。このような記憶方法を法律の分野でも見事に体現したのが、当社のHPにも出ている山越先生で、彼は東京大学の大学院に進学しても少しもこのような先入観と固定観念による判断ミスや思考ミスを起こさなかった。変な固定観念や先入観を持たない事自体が極めて優秀なのだ。

私は全国の高等学校で小論文の外部講師もしており、小論文指導ではダントツの成果を出してきた。『小論文技術習得講義』(エール出版社) 長年の指導経験から言える事は、頭が良い人とは、頭が柔らかい人のことだということである。

要するに、自分の実力と、目標のギャップは何なのかを正確に読み取り、それを要素ごとに考える事ができるかどうか。ここが大事だ。

中高一貫校に通っていて、今までの積み重ねがあるから、なんとか東京大学に合格できるという学生も多いはずだ。だからこのまま地道にやっていけば、勉強の効率は良くななくても、それなりにゴリゴリやる事で力技で、不合格になっても浪人してから1日中勉強してなんとか東大に合格するとか、さらに1年(合計2回)浪人して、東京大学の経済学部合格するとか、そういう

人も多い。それでもいいかもしれない。

わたしからの提案は、どうせ2年浪人してさらに8000時間の勉強を2年間するくらいなら、最初からそこそ優秀だったのであれば、そこから一気に力をつけて、ごぼう抜きして現役合格するのはどうかということ。東大の法学部でも、東大の医学部でも、どちらにしても、記憶作業が大変であることに変わりはない。

司法試験についても同様で、司法試験が難しい試験であり、受験生は困難を経験していることにも私は配慮したい。しかし、そのことに酔ってしまったり、あるいはきちんとして物事を見る事ができなくなると、その時には本人が一番損をしまい、自分のプライドを優先したが為に、3回受験に失敗し、受験資格を生涯失い、一生涯あこがれていた弁護士になれなくなってしまったという人も私は見てきた。大変残念である。法科大学院に通った2年間と3年間の受験勉強が取り戻しのできないものになってしまったのである。それに対して、この本でも紹介した山越先生は本書のエッセンスを極めて細かい部分まで素直に自分に吸収し、私が提供している速読のメソッドをマスターし、当社の英語の学習理論などを隅々まで自分なりに分析し、それを見事法律の勉強に応用し、合格している。

例えば、先ほどの子の場合、読者の方はどこに勉強方法の問題があるか気づいただろうか？

最大の問題は、学習スキルを利用する事を最初から考えていない事。この時点で学習効率が4分の1以下になる。その次に問題なのは、一問一答から勉強し始めている事だ。なぜこの一問一答から学習に入るのが問題なのか？ その理由は、一問一答という問題集は、記憶対象に到達するまでのスピードが一番遅い編集方針になっている為だ。一問一答は最後に使い、頻出事項の記憶漏れを使う為だけに使う方がいい。一問一答は、想起することによって記憶する問題集である。ところが人間というのは、想起しなくても記憶を維持できるし、想起せずに高速処理していくからこそ大量の記憶を構築できるのである。この子の話をいろいろと聞いてみると、問題を覚えるには反復するしかないから……ということを話の途中で言っていた。ところが、問題を覚えるには反復するしかないかと言ったらそんな事はない。この本の読者の方はすでに気づいていると思うが、エピソード記憶という高次の記憶に昇華させる事ができれば反復回数は極端に少なくても記憶に残す事ができる。記憶術はそのいい例なのである。

私は能力だとか、頭の良さとか、優秀さという意味では東大の法学部を卒業して最高裁判所の裁判官には負けるだろう。大変優秀な人がそういう仕事をしている。しかし、誰かに記憶をさせたり、記憶量のMAXを引き上げたり、速読を身に付けさせたり、英語の力を短期間で引き上げるといふスキルアップに関しては世界で誰にも負けない自信がある。それが私の専門分野だからだ。

きれいな花を買ったかったら花屋を30年やっているおじさんに聞くのがいい。星の事は天文学

者に聞くのがいい。サッカーの事はサッカー選手が詳しい。数学については数学を専門に勉強している人間が強いし、書道の事は書道家が詳しい。

ではなぜ受験のことになった途端に、〇〇予備校だとか、東大生だと思うのか？ その理由は何もその構成要素や変化を起こすポイントについて深く柔軟に考えていないからである。東大生だって外国語大学の受験生に簡単に英語力で負ける事や、理数系の科目では医学生に負ける事もあることも、思いが至らない。そうやって損をするのだ。

太学受験の地歴、英語で カコモンに出ているものを覚えこむ意味の無さ

大学受験のサポートをしていると、ある早稲田志望の子が、地歴は1冊これと決めたものをやります。と私に話した。その時にその子は一浪しており、次こそは合格したいと、私に相談してきました。その時に私が言った言葉は

『それじゃ落ちるよ』

というもの。なぜなのか？ その問題集の問題収録数を調べてもらうと、4500項目だった。だから落ちるのである。4500項目を覚えて早稲田の地歴で80点を超える点数が取れるか？ 恐らくは難しいだろう。ちなみにだいたい覚えたといい時点でカコモンをやってもらうと、60点

弱とのこと。やっぱりなというのが私の感想だった。合格最低点に足りていないのである。その時の彼の判断は、過去問題をやり、そこで出ていた問題を問題集に書き込めば完璧な1冊の問題集ができるというものだった。ところが、過去問題に出ているからと言って、英単語や問題を覚えていたらきりが無い。覚える項目数は英語や地歴を含めて15万項目くらいになるだろう。彼は試験の特性を知らなかったのである。

私は小論文の問題を作る事があるので、試験の問題がどういう風に作られているのか、その裏側も、問題作成者の心理もよく分かっている。試験というものは、学力を測るのが至上命題である。したがって、その試験問題を作る教授が、例えば誰も解けないような問題ばかりを作ってしまったら、みんなが30点になるような難問ばかりの問題を作ったら、それは教授（問題作成者）がバカで無能ですよと世間に公表しているようなものであり、そして同時に大学の同僚からも白い目で見られて軽蔑されてしまうだろう。

試験はそもそもなぜあるのか？ それは優秀な生徒が欲しいからである。したがって難関試験でも平均点は50点とか、60点、それ以下くらいにしておいて、きちんと学力がある人と学力が無い人を選別できるように作らなければならないという使命があるのである。

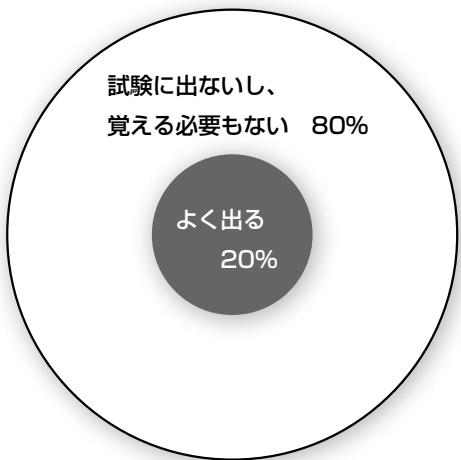
ここを知らないと、そもそも全く覚える必要の無い膨大な量の残りの80%も覚えなければなら

なくなってしまう。当然ながら、そんなところは正解しなくても試験は合格できるように作られているのである。カコモンからデータを引っ張ってはいけない。カコモンから作られたデータベースに価値があるのは、その共通項目をデータ化しているからであって、非共通項目などをデータ化しようものなら、その数は数十万項目になるだろう。この仕組みが分かれば、大学教授が問題を作る際に、参照するデータから、問題を引っ張らなければならないという事が分かるはずだ。

逆に言えば、市販の問題集に収録されている以外のよく分からない難問も少しは入れないと、全員が100点になってしまふ為、絶対に誰も分らない単語を入れたり、絶対に誰も分らないような日本史の問題を教授は試験問題を作る際に入れなければならない。こんな問題を覚えていたら、勉強に必用な範囲は際限なく広がってしまう。

私がアドバイスしたこの子は、今年早稲田大学に合格した。

私は、少なくともあと2冊、問題集を覚えるようにアドバイスしたのである。



技術習得の専門家は記憶作りの専門家

ちなみに、ここまでいろいろと事例を交えて、プライドと引き換えに損をする人の話をしてきたが、私は基本的にバカである。世の中には、記憶力が抜群に良くて一度見たら忘れないとか、数学が天才能でできるといふ人がいるが、私はもともと3人兄弟の中で一番悪かった。悪がきだったし、小さい頃はテストの点数も良くなかった。だからこそ凡人でも天才を追い抜く学習スキルに没頭するようになったのである。

ちなみに私がどれくらいアホだったかと言うエピソードを紹介しよう。私の兄二人が地元の難関エリート高校に進学し、私も同じように当然同じ高校に進学すると考えていた。ところがどうやら中学3年生の時に進路指導の先生と相談すると少し成績が足りないらしい。いちかばちか、受験するかどうか私は悩んだ。ところが私は、滑り止めの私立高校を受験する経済的余裕が当時無かった為、その難関エリート高校1本で受験しようか迷っていた。

ある進路相談の日、私は真面目な顔で先生に言った。

『先生、俺アニキが二人とも〇〇高校に行ったから、俺も〇〇高校受験します！』

そうしたら、進路相談の先生は、ゆっくり私を見て落ち着いた声で言った。

『牛山……高校浪人なんて、シャレにならないぞ。』

次の瞬間、私は即答していた。

『はい。ランクを落として、〇〇高校に行きます！』

これくらいアホだったのである。かくして私は無事に？ 極めて平凡な公立高校に進学した。今でもあの時私を論してくれた先生には感謝している。高校浪人なんて、本当にシャレにならない。

優秀な諸君へ

とまあ、ここまで牛山のアホっぷりをさらけだしてきたわけだが、こんな私でも誰にも負けな
いのは、専門分野の技術習得支援である。速読や、記憶術、記憶術を超える効果的な記憶法、高
速学習などの学習スキル支援では誰にも負けない。

東京大学を受験するから……ではなく、東大を受験するからこそ、もっと確実にその夢を実現
してほしいと考えているし、医学部を受験するから……ではなく、医学部を受験するからこそ、
その夢を確実にかなえてほしい。

さて、ここで少し前の部分で私が書いていた問題とは何の事なのか、おさらいしてみよう。

牛山 何かお困りの事がありましたか？

東大法科大学院生 今東京大学の法科大学院に通ってしまって、司法試験に落ちてしまったので
すが、サポートをお願いできないかと思ひまして。

牛山 東大の法科大学院に進学されていて、将来弁護士になるんですね。優秀ですね。私の方
で記憶作りに関して個別指導も可能ですが、東京大学の大学院に通われているなら、ちょっと難
しい事があるかな。

東大法科大学院生 分かります。私が合格したとしても、東京大学の法科大学院に通っているく
らい優秀だということで、合格しても当たり前と周囲に思われてしまうことですね。

牛山 ……………

(違うんだけどなあ)

彼は完全に勘違いしていたが、こういう勘違い、つまりプライドが高すぎたり、自分が受験す
る試験は別物だとか、格が違うとか、質が違うとか、無関係だとか、固定観念が強すぎる傾向に
ある事が問題なのである。その思考に素直さが加わりにくく、指導が指導にならない事が多い。
つまり、救おうにも救いにくいのが、こういう人であり、このバリアーを取る事が学習スキル指
導では大変なのだ。自分の中で真実とは違う判断を下し、自己完結する事が多い。したがって高

学歴である為に自分以上に高学歴かキャリアがある指導者に恵まれる機会がないとなかなか素直になれない。優秀な事が逆にあだになってしまいうケースが多い。そして真っ先に高学歴詐欺師たちのカモになってしまうのもこういう子たちなのである。

せっかく優秀な頭脳なら、きちんと柔軟に思考してさらに優秀になってほしい。その為にやることは二つだけだ。

- 1 柔軟に考える
- 2 心構えを変える

この二つを変えるだけで、優秀な人は超優秀になれるのである。

中卒の太富豪に感じたこと

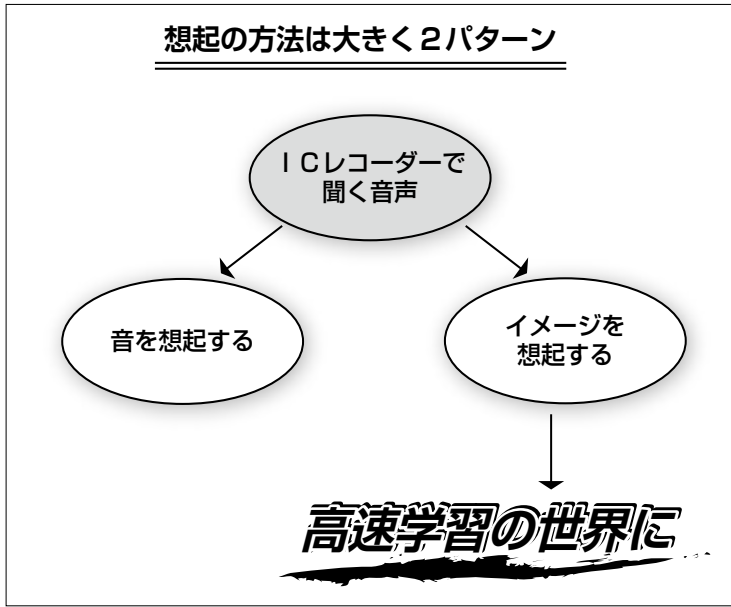
私の知り合いでインドネシアに太富豪がいる。総資産数千億というその太富豪は、なんと中卒で、昔は暴走族の長という筋金入りの元ヤンキー。その時の暴走族は大阪で1800人というからどれくらいの大物かすぐに想像できるはずだ。会社を20社以上経営していると、当然だが東大の法学部を卒業したような人物もたくさん雇用している。

この中卒の太富豪に会って話をする、実はかなり頭がいい。やわらかい発想をするのである。学歴が下手にあって知識ばかりの人よりもはるかに正確に思考して未来を予測したり、考える力を持っている。その最大の秘訣は学歴が無いからだ。彼は自分の頭脳を過信する事はない。だから

からこそ何十人という知識人を彼が手のひらで転がし、それを結集させ、知恵を生み、ビジネスができる。彼は星のことが気になったら天文学者に電話をかけ、教育のビジネスについて知りたくなったらアメリカの友人や学者に電話をかける。詳しい人に聞くから失敗しないのである。

自動記憶勉強法と記述式試験の組み合わせ方

自動記憶勉強法は、記述式の試験にはあまり強くない。例えば論述式の試験とか、数学である。しかし、ここであんだ……となる必要は全く無いのはここまで述べてきた通りである。例えば今年も実際にあった出来事だが、こういう間違った判断を早い段階で、一人で行う事で、慶應大学の経済学部に着いてしまった子がいる。彼は何か分からなかったり、あれ？ うまくいかない……と感じた時に、塾に入っていたにも関わらず、すぐに連絡してこず、メソッドに問題があると考えていた。そうではない事に気づいたのは、12月で、心の底からそのことを反省したのは、合格発表が終わった2月下旬だった。しかし、失った時はもう取り戻せない。彼は滑り止めの大学に進学した。何度も強調するが、一つの学習法が全てにおいて優れているなどという事は絶対にありえない。いかなる手段もメリットとデメリットが存在する。だからこそ様々な記憶の理論を頼りに、学習対象によって勉強方法を柔軟に変えていく必要があるのである。彼はきっと何度も男泣きに泣いたはずだ。1年間努力して毎日勉強をして、小論文も真面目に何度も提出していた。しかし、私が慶應の経済出身ではないからという彼の判断が、正確な判断力を彼から奪っ



いし、水を飲むからご飯を食べる必要は無いなどということもない。

記述式の試験対策は基本的に記憶術か速読かに任せる方がいい。本当に大量に記憶すべき事があり、その範囲が本格的に広く、確実に合格する事を狙うなら、速読で処理できるレベルまで、学習対象を記憶し、そこまで範囲が広がらないけれどもとりあえず記述に対応できる形にしたいという場合は記憶術がいい。ただし、記憶術は理数系科目にはほとんど使えない。

自動記憶勉強法を記述試験に使う場合は、記憶のひっかかりを一つ思い出すことだけに集中してほしい。例えば記述式の論文試験でも、何かの問いに

てしまったのだ。私は小論文の最難関試験に合格しているから、小論文だけは素直に学ぼう、でも記憶科目は別だ……というのが彼の判断だったのかもしれない。そうではないかもしれないが、どこかにそういう納得していない部分が電話の個別指導でちらほら見えた。

当たり前だが、私はこの仕事を専門としている為、学習理論に関しては詳しい。そうでなかったら、すぐに会社の看板を下ろし、廃業してしまった方がましである。弁理士試験合格者が出ているのも何よりの証拠で弊社のHPは合格報告で溢れている。

自動記憶勉強法を使ったら知識が単発で入るとか、記憶術を使ったら理解がなくなるから、こういう方法は使うのがばかばかしい……という主張は、ご飯を食べたからと言って、油分がしっかり補給されないのだから、ご飯(お米)はくだらない食べ物で食べる必要は無い……という主張と同じである。そんなバカな事があるはずがない。水分を補給しても栄養素が十分に入っているわけではないから、人間は水分を補給しなくてもよい。

というようなわけの分からない主張と同じである。もちろん、そんなバカな事があるはずがない。ご飯も、水も、人間にとって大切な効果的な生きる為の食べ物、飲み物なのだから、偏り過ぎないように摂取するのがいいに決まっている。これと同じで、様々な学習方法も、それが効果的なら積極的に取り入れるべきで、ご飯を食べるから水は飲まなくてもいいということはな

対して頭の中に想起するのは、同時にではない。キーワードを10個思い出したいなら、その10個を思い出す為の、最初のイメージを思い出せるように自動記憶勉強法の音声編集するのは一つの手である。

そしてその一つのイメージから、記憶術を使い、10個のキーワードを連結してしまう。そうすれば、自動記憶勉強法は記憶術と連携した形で高速学習の一手段として使用する事も可能なのだ。

自動記憶勉強法の最大の弱点は視覚情報をヒントにした勉強にある。このような視覚情報をヒントにした科目は、数学の図形問題や、漢字である。これらは机に向かって勉強するのが望ましい科目だ。

大論述問題を自動化する場合は分解せよ

基本的に論述問題だからとか、英作文があるからとか、法律の論文試験があるから……という風に考えるべきではない。それよりも、そういう困難が伴う部分があるからこそ、効率化させたり、記憶量のMAXを引き上げる施策や確実に覚えきるプランが必要になるのだ。

慶應大学の経済学部は英作文があるからとか、論述問題があるから……と言っていた子で、私から記憶のメソッドを受けなかった子は落ちてしまい、私のアドバイスを守った子は慶應の経済

に合格した。

論述問題と言えどもそれは単発知識の集合に過ぎない。論述問題特有の、論述問題がある場合は、それを分解するのは一つの手である。私からの一つのオスズメの方法は、最初は普通に記憶のテクニクを使わずに覚えこみ、(想起しながら覚えこみ)それを速読で何度も繰り返し見るという学習プランだ。

これはよくある勘違いだが、覚えこみの際に想起をしなくては記憶できないからといって、復習の際にも常に想起をしないと学習効果がないかといったら、そんな事はない。ただし、このようになちよつと変わった学習プランを実行する場合、3ヶ月以上の勉強期間がある事を前提としている。ここには詳しく書くスペースがないが、人間は時間で記憶対象を覚えるのではなく、期間で記憶対象を覚えていると表現できる側面がある。

◇◇自動記憶勉強法Q&A◇◇

前回の自動記憶勉強法の出版後問い合わせをいただいた。同じような疑問を持つ人がいるかもしれないので、ここでお伝えしておきたい。単に答えるだけではポイントが伝わらないかもしれない為、重要なポイントを「注意点」として、掲載した。ぜひ参考にしてほしい。

質問 どうしても力が入ってしまうのですが、**どういう風に考えたらいいのでしょうか？**

答え

《注意点1 肩の力を抜く》

自動記憶勉強法の特徴は身体への負担が少ない事です。何かをがんばりながらこの自動記憶勉強法を使う場合でも、そうではなくリラックスしてたくさん記憶したい場合でも、肩に力を入れて、がんばる事は止めてください。あまりいい結果につながりません。とにかく聞く事に全精力を集中するようなやり方は、間違っているとは言いませんが、この学習方法のメリットを享受できていない事になります。半分意識を傾けるような形で、リラックスして聞く事が大切です。フグググ…：フグググ…：と力を入れてがんばって、できません…：というような類のもの

ではないという事です。

もしやりにくい人がいるのであれば、それは相当なにかとつびょうしもないことを自分で考えてありえない事をしようとしているはずです。そもそも、日常生活の何気ない家族や知人との会話で、その内容をすっかり忘れてしまうという人はいません。つまり誰でもできるという事です。ところが、できないという人がごく稀にいますという事はこのような日常の会話に耳を傾けるといごく自然な何十年間と行ってきた行為以外の特別な聞き方を自分で開発しているのかあるいは、思い込みによってしようとしているということではないかと思えます。

とにかく肩の力を抜いて、好きな事をして記憶したい場合は好きな事をする事に半分意識を集中してください。

質問 音声を聞いている時にすぐ集中してしまつと他の事ができなくなる事があるのですが、**どうしたらいいのでしょうか？**

答え

《注意点2 意識を半分音に集中させる》

自動記憶勉強法で重要なポイントの1つに、意識のかけ方があります。完全に音声に意識を集中させると他の事ができなくなります。そこで半分だけ意識を傾けるような感覚が必要です。感覚云々という事を言い始めるとたんに難しいものに感じるかもしれないかもしれませんが、あまり難しく考えなくてください。厳密に考える必要はありません。車の運転をしながら音楽を聞くのと同じです。通学中に音楽を聞いている学生もいるかと思いますが、それと同じです。

質問 自分がまだ覚えていない部分が通り過ぎてしまつのですが……。

答え

《**注意点3** 自分が覚えていない所が通り過ぎても気にしない》

自動記憶勉強法で音声を聞いていると、自分が覚えていない所を音声が読み上げる形になると思います。この時に覚えていないものが読み上げられる事にあせる必要はありません。手元のテキストなどを見てゆつくりと覚えていかなかった箇所を確認してください。そして（覚えておこうかな）という軽い気持ちで確認したら、再度音声に耳を傾けるといふ風にしてください。自分がまだ覚えていない所が通り過ぎても気にする必要は全くありません。

質問 どれくらいの時間聞いたらいいでしょうか？ どんどん先に進みたい衝動に駆られてし

まいます。

答え

《**注意点4** 一定の時間は聞き続ける》

自動記憶勉強法は、過剰気味に繰り返すという面倒な作業を手軽に機械にやってもらうところにメリットがあります。もしある程度頭に記憶事項がなじんでもそこからさらに数分間程度余分に繰り返してください。感覚的な時間に頼ると、この繰り返しが十分になりませんので、あらかじめタイマーなどを用意して勉強をします。

質問 答えの方も吹き込んだらいいのでしょうか？

答え

《**注意点5** 不要なものは吹き込まない》

自動記憶勉強法では、音声を吹き込みますが、この時に自分が思い出す対象を吹き込んでしまふ人がいます。これは絶対にしないでください。記憶に残りにくくなります。例えば英単語の場合に英単語の意味を吹き込まないということです。自分が思い出す際のヒントの部分だけを吹き

込みます。

◆◆自動記憶勉強法インタビュー◆◆

自動記憶勉強法をどのように使っているのかの塾生に対するインタビューを行った。自動記憶勉強法の使い方は十人十色。ぜひ参考にしてみてください。

牛山 自動記憶勉強法をどういう風に使っていますか？

生徒 Y 基本的な勉強とは別に使っています。やっぱりどうしても浪人生なんで勉強時間がたくさんあるんですね。1日の内に16時間は自由になる時間があります。これを全部勉強に当てるのはさすがにきついで、勉強の気分ではない時に自動記憶勉強法を使うようにしています。

生徒 C 僕は歴史の暗記に使っています。歴史が苦手だったんですけど、今では得意科目に変わりました。最初は少しとつきにくかったんですけど、ICレコーダーの使い方慣れたら、だいたいいけるようになりました。

生徒 N 私は数学に使っています。数学で間違った問題を集めておいて、そのポイントを吹き込むようにしています。

牛山 本を読んで、自動記憶勉強法を使う上で困った事はありませんでしたか？

生徒 Y 最初は吹き込みにとまどいました。ここでつまづかなくてよかったと思いましたね。最初に想像していた記憶の感覚とぜんぜん違うんで、最初はちょっと半信半疑のところもあったんですよ。あとどういう風に単に聞く勉強と違うのかもやってみるまではわかりませんでした。うまく説明できないんですけど、ぜんぜん違いますね。今ではこの方法が無いとたくさんの暗記は嫌です(笑)

生徒 N 私は分からないところは電気屋さんに聞きました(笑)

生徒 C 細かく書かれていたんで、後は自分で考える事が大切だと思いました。お年寄りには、ちょっと機械の扱いで分からないところがあるかもしれないけど、そのままはどうしても使えないところがあるんで、その時その時でちょっととした工夫は必要ですね。

牛山 自動記憶勉強法を使ってよかった事はどんな事ですか？

生徒 Y 自動記憶勉強法を使って良かった事は、暗記科目が怖くなくなったことです。

生徒 C 暗記が楽になった事！

生徒 N 疲れている時でもやるうって思える事です。今までは部活で疲れて帰ったら、そのままご飯を食べて寝ちゃうっていう事が多かったんですけど、今は変わりました。あんまり勉強だからって力んでやらなくてもいいっていう事が分かったんで、気軽に勉強できるようになりました。

◇◇よくある自動記憶勉強法に関する勘違い◇◇

《勘違いその1》

間くといつ勉強は、新しくない

このような勘違いは一度も自動記憶勉強法を実行した事が無い人が持つものだ。例えば、レコーディングダイエットというダイエット方法が日本では流行したが、あのダイエットは、なぜ流行

したのであるのか？ 記録するという方法は、何も新しくない方法である。記録するのは新しくないのでレコーディングダイエットは新しくないと結論付ける人は、物事の表面のみを見ている。レコーディングダイエットは、確かに記録するだけだが、自分の行動を客観的に見る事によって行動修正を行い易くし、行動を制限する可能性を引き上げる手法をシステムチックにまとめてわかり易く紹介した事に価値があるダイエットであり、記録するのが新しいかどうか、ポイントではない。これと全く同様の勘違いが起こっているのが自動記憶勉強法である。自動記憶勉強法は、人間の記憶の特性から逆算した結果必然的に合理性を追求すればたどりつく記憶方法であり、その価値は、レコーディングダイエットと同様に人間の欲求の構造上障壁となる学習の実効率を引き上げる事であったり、脳内での情報処理過程を変更する事にある。これらは、まだ実行していない人や違う方法で試した人がたどりつく勘違いだ。

《勘違いその2》

単発で使えばなんでも解決するもの

自動記憶勉強法は、全体の学習プランの中で戦略的に使うべきものだ。もちろん単発で使っても問題はないが、難関試験のように範囲が広い場合は、全て自動記憶で対処すると、全体の効率が下がってしまう。

《勘違いその3》

英語等の語学の勉強と同様に考えている（音声からイメージを想起する）

特定の音声からイメージを想起すると、物事のつながりを覚えていく事は別である。英語の勉強をする時に音声を聞いているのと、物事のつながりを覚えていく事は、頭の中の情報処理過程が違う。

《勘違いその4》

吹き込んだ音声を垂れ流しにするものだ

吹き込んだ音声を垂れ流しにしても頭には残らない（正確にはほとんど残らない）。短期的に記憶に保持できる容量というものが人間にはある。だから授業を受けてもその内容を全て私たちは記憶していないわけだ。多くの事を覚えるには、短期的に記憶に残す事ができる量に沿ってシステマチックにベルトコンベアーに載せるように記憶を処理する必要がある。

《勘違いその5》

たいてい効果が無い

おそらくはこれは最も大きな誤解だろう。自動記憶勉強法は、学習マニアではない人にとって恐ろしく効果的な学習方法だ。日本ではまだまだ多くの事を頭にしまいこんでいけばその人は優秀という評価が得られる国だ（世界規模で見た場合は完全に時代遅れだが……）。自動記憶勉強

法は完全に記憶の原理に叶っている為、多くの事を記憶する場合に最も効果的な方法の1つだ。この自動記憶勉強法は、記憶するべき量によっても価値が変わってくる。

300項目程度の少ない暗記にはあまり威力がないので中間テストの為に勉強するのに、直前にこの勉強方法で勉強する……というのはそこまで効果的ではない。しかし、5000、10000、20000項目と記憶する場合はこの記憶方法のメリットを痛感する事になるだろう。なぜならばこれらの量の記憶を確保するには最低5ヶ月程の学習と過剰気味な復習が不可欠だからである。この過剰気味な復習という部分が極めて重要だ。

覚える量が少ない場合は復習の回数が少なくても、頭にしまいこむ事ができる。しかし多くの事を覚える際には、新しい事を覚えている最中に今まで学習した事を忘れる為に、過剰気味な復習が必要になるのである。数万項目の記憶事項を頭に完全に入れるには、重要なポイントだ。

目の前の事を少し覚える事ができるからといって、30000項目の記憶を誰でも成し遂げる事ができるかと言えば、そうではない。少しの事を覚える事ができるという事は多くのことをきちんと覚える事ができるという事とイコールではないという事だ。ここはよく勘違いされているところなので強調しておきたい。

理由はカンタンだ。忘れるからである。私たちが分厚い本の中身を暗記するように求められた時に不可能だと感じるのは、経験的に忘れる事を思い出しているからだ。

では一体どうすればいいのだろうか？ その答えの1つが自動記憶勉強法なのである。今まで数万項目ほどの記憶なんてムリに決まっているという悩みを抱えていた人に使っていただきた

い。ちなみに本の内容をそのまま吹き込むと頭の中の情報の流れが記憶の為には不適切なものになり、反復回数に比例して無駄な学習時間の量が爆発的に膨らむ為に結果として得る事ができる暗記量は激減する事を付け加えておきたい。なぜこんな事が起きるのか？ 人間の脳の記憶システム向けに学習が最適化されていないからである。脳の海馬が情報を吸収するのに最適な状態に情報を加工する必要があるというわけだ。

◇◇5つの勘違いを掲載した理由◇◇

人が抱えている問題を解決する際に、全ての側面から新しい事が必要であるというのは一種の先入観である。難関試験合格には今抱えている問題を解決するだけでいいという事がよくある。他人を批判する事は簡単だが、褒める事は難しい。この自動記憶勉強法も当初私が予想していた通り、批判にさらされた事があった。そのほとんど全てが、根拠の無いものと単なる誤解と勘違いである。私が拝金主義の精神から本書を執筆しているとか、自動記憶勉強法以外の情報を掲載しているとか、今まで本で出版された内容と同じであるという批判は、一部のものに關しては業務妨害や侮辱罪にあたる事実無根、且つ悪質なものもあり、法的手段をとらざるを得ないものもあった。そもそも私は難病を経験している人間であり、その意味では死に方を決めている。おそらくは死ぬ事以上に苦しい状態を経験しているという事だ。死に方を決めているという事は生き方を決めているという事である。死ぬまでに自分がいつ何をして、墓に入るのかを決めている。本書は死ぬまでにやっておきたい事の1つだ。自然の摂理や死に対する畏敬の念は私の価値観形成に大きく関与しており、拝金主義等の享樂的な生き方と私は無縁である。何の興味も無い。

私は記憶塾という塾を運営している。この塾を頼り、自分の将来を変えたいと望む、多くの若者が集っている。現実に今学習ではなく生活に困窮し、家庭で十分な教育資金を得られなかった人達が自力で自分の人生を変える為に奮闘しようとする際に、このような誤解に基づく誤った情報で元で、本書を手にする事ができないというケースがあったようだ。残念でならない。私がここにページ数をわざわざ割き、誤解の無いように理由を掲載するのは、このような人が増えない為である。私が電話で話をした時に、もっと早くこの本を読んでいればとか、弟が病気でなんとかしても医師になりたいがお金が無かったとか、日中の仕事が大変で、とても勉強などできなかったという人がたくさんいた。こういう人は本書を必要としているのである。

この事は、私が直接電話やメールで相談を受け付ける中で明らかになった。十分な恵まれた環境で育ったエリートと呼ばれる人がこのような人達のチャンスを間接的にであつても踏みにじるような事が一体どうして許されるだろうか。

ところで自動記憶勉強法の価値とは一体どのようなものであろうか。もし1日に15時間の勉強

を5年間続ける事ができれば誰でも多くの人が不可能だと言う様な難関試験に合格できるとしても、多くの人はそれができない。なぜだろうか？ここに問題があるのだ。勉強法の本の価値はこの類の問題を解決する事にある。役に立たない新しい何かを紹介することではないと私は考えている。砂漠で喉が渇き死にそうな人に対して、新しい最新のCPUを積んだパソコンを差し出して意味はない。

本来価値とは多面的なものだ。全ての側面の価値が最高になるような書物も電話相談サービスも、授業もこの世にはありえない。それぞれの媒体や、サービスごとに、提供できる価値の比重が違う。この事を十分に踏まえて、中学生や高校生という若いこれからたくさんの将来がある世代に、私は本書を読んで欲しいと願い、本という媒体が持つ特徴を意識して執筆している。多くの人が勉強に関して抱えている問題の1つを解決するのが本書の目的である。全てを解決できないわけではない。あなたが今はムリだと思っている難関試験の合格や、大量に記憶しなければならぬ事を解決する手段の1つである。

すでに勉強関連の書物は、数十冊は読んでいるという勉強熱心な大人の方には、既知の情報も詰め込まなければならなかった事を申し訳なく思っている。聡明な方なら、情報発信者は常に読者にとって必要不可欠な情報を盛り込まなければならない特別な事情がある事をご理解いただけるはずだ。

私はこのように考えているが、自動記憶勉強法はいろいろと誤解が多い。念の為によくある誤解をご紹介します次第である。

最後に、映画《不都合な真実》でも紹介されている有名な言葉をご紹介します。終わりたい

問題は無知ではない。知っているという思い込みである

〜マーク・トゥウェイン〜

- ♣ 自動記憶勉強法はメリットを最大化する必要がある。
- ♣ 勉強方法以外の部分が大切
- ♣ 自動記憶勉強法が目的化すると、使いこなせない
- ♣ 慢心が成長を阻む
- ♣ 学習時間×効率＝結果
- ♣ 問題は無知ではなく、知っているという思い込み

旧版の第6章を読みたい方は インターネットへパソコンでアクセス！

この度の改訂版では紙面の都合でどうしても紹介できなかった旧版の第6章の内容をインターネットで公開している。興味がある人はぜひ読んでみてほしい。人間は、自分の意思の通りに生きているようで本当はそうではない理由をわかり易く紹介している。この内容を知らなければ決して自分の思い通りに行動する事はできない。

この事を本書の最初の部分で、潜在意識の操り人形と書いた。

私としては最も重要な内容の一つだったが、以前の読者には喜んでもらえない人もいたので、泣く泣くこの部分を削除した。

<http://skilladviser.com/>

(このページの一番下に、無料情報というリンクがあります。↓自動記憶勉強法の旧書籍内容をクリックしてパスワード usiyamaを入力して読んでください。)

旧第6章 本当の自動化

- 人は自分で行動を決定しているようで実はそうではない
- 行動の仕組みを利用して、自分をコントロールする