

## 京都府立園部高等学校 2 年生 宮杉匠さん

和訳

「新インナーゲーム 心で勝つ！集中の科学」の本の紹介をありがとうございました！

私は日本語訳でこの本を読みました。読んだ後、この本に紹介されていたスキルを大学受験に活かしたいと思いました。

日本の大学は、アメリカの大学とは異なります。アメリカの大学は、日本と違い、入るよりも卒業する方が難しいと聞きました。けれども、日本の大学はアメリカとは逆で、入学する方が難しいです。また、大学入試では、試験の内容が2つあり、その中にリーディングがあります。

直近では、80分で6172単語の英文を読ませ、1分間で150単語の英文を読み解き、更に問題を解くこと、とされています。

試しにやってみましたが、集中力が途切れてしまいました。その後、「新インナーゲーム 心で勝つ！集中の科学」の本が良い、と聞きました。図書館にあったので借りて読んでみました。思ったことは、試験でどうやったらセルフ2を引き出せるのか？ということです。

もう一度その本を読みました。そしてひとつのアイデアが浮かびました。それは、文の終止符（ピリオド）に辿り着く毎に、つまり、1文を読む度に勉強机を軽くタップしたり、ノックしてみよう、というものです。

本の中に、飛んでくるテニスボールの縫い目を見ることやバウンド音は集中力を高める、と書いてありました。確かに私のアイデアは、英文の読み方に変化をもたらしました。

日本人にとって、英語は全体を通して見ると長く書かれている印象を受けます。しかし、たった一文だけを読むことで、その長さを感じることを防げます。この方法を取ることで“長い”という印象を短い文の集まりとして捉えることができました。

大学入試で私たちのレベルが決まるわけではありません。なぜなら、そもそも世界にそうしたレベル分けがないからです。

ただ、私は自分の夢を叶えたいので今は勉強します。

幸運にも、私にはあと1年、入試まで時間があります。まずは、自分のセルフ1を見つけ、セルフ2の答えを頼っていきたいと思います。

私は人生に影響する大切なことに気づくことができました。ビルさん、このような機会を与えてくれてありがとうございます。

2024年1月26日

宮杉匠