

## 本当に全力でスピードを出したとき、必ず記憶喪失になる。

嘘のような本当の話を、1つ告白します。

あなたを笑わせようと思って書いているわけではないのですが、笑い話に聞こえることでしょう。

実は、私は本を書き終えた直後、何を書いたか、あまり記憶がありません。

本を書き終えたとき、嬉しくなって校正担当のシホさんに「新しい本、書き終えたよ」と電話で報告します。

「何ていうタイトルなの？」と聞かれ、私はこう答えることがあります。

「ええと……、なんだったかな、忘れた」

嘘のような話ですが、実話です。

嬉しい感情は残っているのですが、内容があまりはつきり思い出せないのです。

書き終えて、自分で書いた文章を見直していると「そういえばこういうことを書いていたなあ」と思い出します。

ネタだから書いているのではありません。

嘘のような本当の話です。

あなたにも当てはまる「たとえ」を出せば、わかりやすいことでしょう。

学生時代、50メートル走がありましたよね。

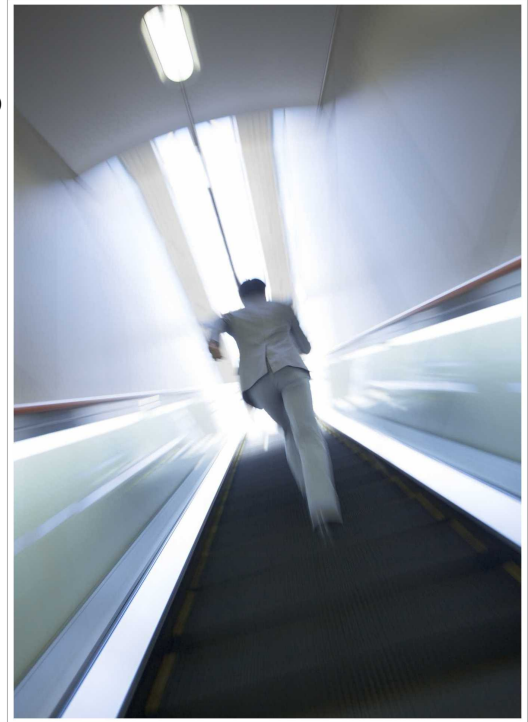
一生懸命に全力で50メートルを走っているときの記憶は、ほとんどないはずですが。

まったくないとは言いませんが、大変記憶が薄くなりますね。

全力で、一生懸命、集中しているときは、ほとんど記憶喪失に近い状態になります。

走ることにそのものに集中していると、走っているときの記憶がなくなります。

これと同じ状態なのです。



一生懸命に全力で集中してスピードを出して執筆していると、記憶がほとんどなくなります。

書くことそのものにすべての気が集中して、周りが見えなくなり、書いているときの記憶があまりないのです。

書き終えて、ほっと一息ついて振り返ったときに「こんなこと書いていたんだ」と自分でも驚くのです。

だから書き終えた直後、何を書いたのか自分でもよく忘れていきます。

私は「これでいい」と思っています。

自分が集中できている証拠だし、このくらいになるほど集中しているのだから、満足しています。

むしろ記憶があるほうが、おかしい話です。

記憶がないほど一生懸命に走った50メートル走は、全力を出し切った証拠です。

同じように、自分が何を書いたか思い出せないほどの状態は、それだけ全力を出し切ったと言う証拠です。

私はいつしか「記憶があるか、ないか」を基準に、自分の集中力を測るようになりました。

本当に全力でスピードを出せば、必ず記憶がなくなります。

**あなたがスピードを本当に出し切っているかどうかを確かめるために「記憶があるかないか」で判断すればいいのです。**

記憶がなければ、集中していたということです。

全力だったということなのです。

## スピードのある人になる方法 その23

**記憶がなくなるくらい、スピードを出す。**