

## Special Essay

## 「一万時間の法則」

医学部長 内村直尚

私は若い頃から時々推理小説を読むことはありましたが、特に作家にこだわることはありませんでした。ところが、三年前に母校である明善大同窓会の当番の年に実行委員長として明善の先輩で作家の帚木蓬生先生にインタビューをしたのがきっかけで、先生の作品を読みだしました。実は帚木先生とは御縁があり、実家が小郡で数百メートルしか離れておらず、小・中・高校と後輩にあたり、私が高校の頃、九州大学医学部の学生だった先生に家庭教師をしてもらっていました。その後先生は精神科医となられ、約一〇年前に再会して時々お会いしていたのですが、失礼にも作品を読んでいませんでした。一九七九年に「白い夏の墓標」で直木賞候補になられ、「三たびの海峡」、「閉鎖病棟」、「逃亡」などの作品でも数多くの賞を受賞されておられます。私たちがインタビューする前の年に御自身が白血病で半年入院生活を送られたときに、その病室に原稿用紙と資料を持ち込まれ、「自分の死」を意識し、子どもたちへの「遺言」として「ソルハ」を書き上げられました。「ソルハ」はダリ語で「平和」という意味で、戦禍のアフガニスタンで暮らす少女の成長を描いた物語です。母や友人を亡くし、外出することや勉強することさえ禁じられた少女が希望を捨てずに現実に向かう姿を通して、平和や自由、学べることの素晴らしさを考え、命の尊さを知り、自分の夢に向かってあきらめずに努力し続けることの意義を子どもたちへ伝えたいという思いが強く伝わってきます。先生はこの作品で二〇一一年に第六〇回小学館児童出版文化賞を受賞されましたが、その受賞式に招待され、祝辞を述べさせて頂く機会を与えて頂きました。この本を書き上げられるのに七年の歳月をかけて資料集めや取材をなさっておられ、通常の報道では知ることでできないアフガニスタンの現状を知ることもでき、ぜひ親子で読んでもらいたいと思います。

この本の中で「一万時間の法則」の話がでてきます。毎日三時間、一週間に二十一時

間、一年におよそ一〇〇〇時間、一〇年間で一万時間、一つのことに打ち込めば、必ずその道では一流になれるというものです。一流になろうと思うならばそれだけの努力が必要であり、短い時間で形としてみえる結果を求めてしまいがちな私たちへの警鐘なのかもしれません。志を持つなら、そのような覚悟を持って人生を歩み続けなさいというメッセージとして私は心に刻んでいます。実際、帚木先生は昼は精神科医としてクリニックで診療をされておられ、作家としては朝四時に起きて六時までの二時間原稿用紙に向かって、三〇分に一枚、一日に四枚書き上げ、一年間で約一五〇〇枚になり、一冊の本になることを四十年近く繰り返し続けてこられたそうです。実は私も大学院生の頃、恩師に同じような意味のことを言われ、約三〇年間続けていることがあります。まだ一流にはほど遠い状況です。教授を退職するまでの残り九年間、一流になれるかもしれないという夢を持って今後も続けていきたいと思っています。皆さんもぜひこの「一万時間の法則」を実行してみてください。

