

「不易」と「流行」 誠実・克己・忠恕

～「脳」が求める生き方とは・・・①～

潜在能力。一度は耳にしたことのある言葉ですよ。ただ、「その意味は？」って聞かれると説明しにくい、掴みがたい部分がありますね。

しかし、脳神経外科医で脳科学をスポーツの分野に活用した林 成之さんはこうおっしゃっています・・・
「潜在能力は誰もが持つ才能であり、それを高めることはできる。」と。では・・・どうそ・・・

脳神経外科医の私は救命の仕事と平行して脳科学の研究を始めました。

脳は、いくつかの“本能”を持っています。中でも強い影響力を持つものがこの5つです。

「生きたい」・「知りたい」・「仲間になりたい」・
「伝えたい」・「自分を守りたい」

これらの本能を生かせば人は素晴らしい力を発揮できます。が、なかなかそうはいきません。

なぜなら5つめの「自分を守りたい」という自己保存の本能が往々に“悪さ”を働くからです。嘘をつく、失敗を隠す、言い訳をする。

これらは何かに取り組む際にも目標を小さくさせるため、潜在能力を発揮する機会を奪う最も厄介な存在と言えます。

これを克服するためには脳の特別な仕組みを理解する必要があります。

その仕組みとは、脳で情報が処理される4段階のプロセスです。

まず、目に入った情報は後頭・頭頂葉で認識されます。これが第1段階です。次にその情報は第2段階「A10神経群」に到達します。このA10神経群は、危機感を司る「扁桃核」好き嫌いを司る「即坐核」などがあり、第1段階で目に入った情報に気持ち動き、第2段階で「好き・嫌い」「面白そう・つまらなさそう」といった感情が生まれていきます。

ここで生まれる感情が曲者です。A10神経群で「嫌い・つまらない」というマイナスのレッテルを貼られた情報は第3段階の「前頭葉」の機能（理解・判断・思考・発想・記憶）が十分に働かなくなっています。」マイナスの感情は脳の連動、深い思考を阻んでしまうのです。

そのため、ここで「報酬神経群」を動かすことが必要になってきます。この神経群は自分への報酬を認識すると動くのですが・・・何事にも興味を持って取り組むことが大事です。そうすることで潜在能力である発想が大きく進化し、記憶が深く刻まれ、独自の思考、そして“心”が生じてきます。これが第4段階です。

ここに至ると、独創的な発想や神業と呼ばれる技術、高い理性など脳が心の働きを伴うより高次元の働きに入り、潜在能力が高まるのです。ここまでの4段階は1つの連合体として機能しているため、

私は、「**ダイナミック・センターコア**」と名付けました。

「致知」八月号 特集「さらに前進」（致知出版社）より

プラス思考・ポジティブシンキング・何事にも興味を持つ・・・いいのはわかっているけど・・・

「常に持ち続ける」というのは・・・ということが多いのではないのでしょうか

次号では、林先生の言う、潜在能力を発揮するための「**ダイナミック・センターコア**」に近づく具体的な例などを紹介したいと思います。楽しみに・・・

原点に従って全力投球し、すべての脳を使う

ダイナミックセンターコア
(海馬回、基底核、脳梁……)

