

# 「不易」と「流行」 誠実・克己・忠恕

## ～「脳」が求める生き方とは・・・②～

前号の続きです。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・・・  
「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。」とおっしゃっています・・・では、どうぞ・・・

自己保存の本能とは、「現状維持を求める心。」と言い換えることができるでしょう。特に前述の第3段階で、脳が挑戦することで得られる報酬よりも失敗への恐怖などに支配されると、文字通り「現状維持は衰退の始まり」に陥ってしまいます。

ただ、人間誰も失敗はあります。大切なのは失敗しても止まらず、前に進み続けることでしょう。

その意味で「さらに前進」、この言葉は脳の仕組みからして大変面白い示唆に富んだ命題といえます。

では、実際に脳の本能と向き合って「さらに前進」、潜在能力を発揮するにはどうすればよいか。

・・・後にカーリング女子日本代表が競技中に使って流行語にもなりましたからご存じの方も多いでしょう。「私はチームメイトと話すときには必ず・・・『そうだね』と言ってから話さない。」と伝えました。

既に説明したように脳には「生きたい」「知りたい」「仲間になりたい」という本能があります。この本能を生かすのです。後から何を言うかに関係なく・・・『そうだね』と同調して会話を始める。すると話す側は否定されることへの恐怖がなくなり、聞く側も相手の言うことに興味をもち、受け止めるようになります。自ずとお互いの潜在能力が引き出されるのです。



これを日常会話に活かすなら、『面白そうだね』『楽しそうだね』とポジティブな言葉を使いながら話すとよいでしょう。このように脳が持つ美しい本能、潜在能力を引き出すように育むことを私は「育脳」と呼んでいます。

・・・一方で、潜在能力には不思議な弱点があることも知っておかなければなりません。その一つが、「ゴール」や「終わり」を意識すると途端に消えてしまうということです。終わりを意識した瞬間、それまで脳と運動系の神経回路をフル稼働させていた能力が引っ込みます。また、脳が勝手にゴールまでの間合いを計って体の動きをコントロールし始めます。すごい潜在能力のあるプレイヤーが、「ゴール・終わり」を意識すると普通のプレイヤーになってしまうわけです。

・・・同じ理由で、脳には「悔しい」「勝ちたい」のような言葉を使うことで潜在能力が消えていくという特徴があります。これらの言葉の共通点は何だと思いませんか？

それは・・・相手を貶（おとし）める意味が含まれている。そして・・・負けを意識しているということです。負けを意識すると、自己保存の本能から潜在能力を発揮できなくなります。ですから、相手は打倒すべき存在ではなく、自分を高めてくれる大事な存在と考える。負けたときは「自分を負かしてくれてありがとう。これで成長できる。」と捉えることが潜在能力を消さずに成長できるコツといえます。

これは仕事でも人生でも大切な心得でしょう。

「致知」八月号 特集「さらに前進」（致知出版社）より

スポーツで、よく劇的な・・・ドラマチックな逆転劇が見られることがあります・・・

それは・・・勝っている側が・・・「勝ち」や「終わり」を意識する。

一方負けている側は・・・「負け」や「終わり」を意識することなく、諦めることなく潜在能力を発揮し続けたことが原因なのかもしれませんね。

『そうだね』『面白そうだね』『楽しそうだね』・・・このような言葉・・・意識して使ってみませんか？