

脳を成長させて思い通りに生きる方法

1月12日（祝）、国際TAW協会一色真宇会長の『自分革命』（角川フォレスト刊）の出版記念講演会が東京千代田区アルカディア市ヶ谷で開かれました。講演会は仙台、大阪、広島、熊本の各地でも同様に開催されました。ここでは、東京での講演会の模様をお伝えします。



満席となった東京での講演会



壇上に立つ国際TAW協会一色真宇会長



になり、脳の中で障害が取れるから、それほどエネルギーを掛けずとも多くのことができるようになる」と語りました。

その方法として、1つ目は、言動に注意して自分を修正すること。「え～でも～」と言いたくなったら、それは子どもの脳が言っているの、大人の脳がすかさず「やれ！」と命令するとい。脳をコントロールしている潜在意識のスピードは速いので、速いペースで指示を出すと、感情が動く前に行動できるようになると話しました。

2つ目として、周囲の人の言動から自分を修正する方法。「人は鏡の法則」で、会社で良く遅刻する人がいるなら、それは自分の脳の中に遅刻する回路があるから。子どもの自分をイメージして、遅刻を止めるように躰け、遅刻する回路を取り除くと、相手は遅刻しなくなり、自分の能力も上がるというお話でした。

今からできること、寝ている時にすること

練習問題として7つのケースを解いたのちに、今日からできることとして、①子どもっぽい話し方をやめる ②大人の言葉遣いにする ③遊びを50%減らすことを提案しました。

「すぐにまた、『え～でも～』と言いたくなりますよね。それは子どもの脳ですから甘やかしてはダメ。子どもの自分がちゃんと働いているイメージをすると、子どもの脳が発達しはじめます」

頭と身体は別物なので、寝ている間も子どもの自分が走っているイメージ、働いているイメージをすると子どもの脳が成長して、元気で生産性のある自分になれると語りました。

最後に熱い質疑応答があり、講演会は終了しました。

各地の会場でも盛り上がりました！



仙台の講演会



大阪の講演会



熊本の講演会



広島の講演会

脳が子どものままだと問題が起きる

1月の連休最終日、遠方からの参加も含めて、初めての参加者とTAWの受講生で会場は満席となりました。冒頭、一色会長は『自分革命』は心理療法の内容と間違われるが、この本では、「私たちの脳の成長は止まっている」と問題提起をし、思い通りに生きるために、「脳を成長させる方法」を説いたと語りました。

長年、親から世話されて、大人になっても依存心が抜けず、問題が起こると人のせいにして被害者意識を持つのは脳が子どものままだから。脳が未発達では問題が起きて当たり前として、子どもの脳と大人の脳の思考の違いを解説しました。さらに、子どもの脳が良く使う言葉を上げて、自己判断できると述べました。

昨年、「ありのままの姿を見せる」という歌が流行ったが、赤ちゃんの時が本当の自分とでもいいたいのか、「天真爛漫な私をそのまま受け入れて」では成長は望めず、自分をダメにする。「ありのままはカラオケだけで終わりにして欲しいですね」と語り、会場の笑いを誘いました。

【子どもと大人の脳（思考）の違い】

子どもの脳…遊びたい。かまってほしい。甘えたい。ラクが大好き。楽しいことだけしたい。目先のことしか考えられない。自分は大切な存在だから働かなくていい。

大人の脳…やりがいのある仕事をしたい。プレッシャーと責任のある仕事に価値がある。生産する。達成感を求める。褒めてもらう必要がない。自己完結。長期的にモノが考えられる。人生の意味が分かっている。自分は大切な存在だから働く。社会に貢献するのが当たり前。

【子どもの脳の言葉】

「え～でも～」 「どうして私がやらなければいけないの」 「疲れたからイヤ」 「ちょっと聞いてよ～」 「どうせ～」 「やっぱり」

子どもの脳を大人の脳へと成長させる方法

脳を成長させるには、依存心を捨てて自己完結を目指すこと。人のせいにしなくなると、感情のコントローができるよう