

脳が変わる生き方（人はどこまでも成長できる）

茂木 健一郎 PHP

- * 知能指数ではとても人の知性を扱えない
- * 人は遺伝子で決まるのではない！ 人生の中で出会った人々、感動、本などのめぐり合い、いろんな局面・分野に飛び込め！
- * 脳の学びは「可能無限」脳の働きを変える一番良い方法は感動！
感動の大きさ・深さで人の器は決まる！
- * 強い人ほど表面は柔らかく揺れ動く、成長を続ける
- * 知恵は一生磨くことができる！
更に人格が輝いていたら自然と人が寄ってくる
- * 西欧人の叡智は自分の欠点をユーモラスに表現する
- * 自己批判は自分を高めるために必要なこと、本当に強い人は刃を見せない
- * 知恵や叡智と交換できる価値は他にない
- * 脳の個性は本人には分らない、発見が人生！
- * 他人という鏡は沢山あった方が鍛えられる！
- * 自分と共鳴できる人と出会ったなら極めて稀であり本当に幸せ！
- * ある分野で優れた業績を残す人は幅広い教養がある
～多様性が創造性に結びつく
- * ドーパミンという報酬物資は難しいことを達成することで出てくる！
- * 根拠のない自信を持つ！ 他人と比較しない！ 劣等感を持たない！
- * 負担をかけることが脳の喜びになると気づいた人は伸びる！
- * 脳の快樂原理にどれ位、精通しているかで人生の勝負は決まる！
- * インターネットには全ての情報があり、もう大学はいらない
- * この世の中で一番美しいものは人の心の中にある！
- * 一番の楽しみはユニークな個性を見つけること！
- * 失敗は自分の個性が分るチャンスだ！
- * いろんな人の意見を聞く・交換する、最後は自分で決める！
- * 天才一人の知恵より100人の知恵（ネット時代は簡単に集まる）が勝る！
- * 他人と向き合うとき、どれ位自分という楽器を鳴らせるか違いの真剣勝負！
- * 他人の事は本当にわからない・・・決めつけない事！
- * 他人は未知だからこそ魅力的！
- * 自分の人生を何らかの目的で規制しない！
～空を行く雲の如く、流れる水の如く

- * おばさん、おじさんは年齢の問題ではない！垂れ流しで発言する人だ！
自分の思ったことの中で何を言うべきか真剣に吟味して云う・云わない
を峻別出来る人は何歳になっても「おじさん！おばさん！」ではない！
- * 落語の下から目線で笑いは起こる、情けない！ ダサい！ 頭が悪い！
上手くいかない！ そこに笑いがあり！ 奇跡的なことが起こる！
- * 空白がないことは脳にとって危険状態！
- * 自分はこうだと決めつけなければ、脳はいつまでも発展をつづけられる！
相手も決めつけなければ人間関係も改善！
- * 重要な決断を迫られたら2秒で決める！
直観・判断はコンピューターでも不可、体を動かすことで磨かれる！
- * 最後の最後は答えがないということがどれ位わかっているかで人生は変る
- * 自分を決めつけない！人生は何が起こるか分らないという偶有性を楽しむ
このことが分っていれば人生は大丈夫！
- * 全力でやっとならぬところに難易度を設定すると、一番ドーパミンが
出て人間的に成長できる！ そういうことを繰り返していると、人間は非常
に遠いところへ行ける！
- * いくつになっても砂場で遊んでいたときのドキドキ感と同じ感覚を持ち続
けること！
- * 自分の容姿や才能はその欠点を受け入れたとき、初めて人生は宝物をくれる
- * 故郷と和解できたら、そしてそれはいつも変わらず自分の中にあると気づい
たら人生は宝物に恵まれる！
- * 大事な問題ほど正解はない！
- * 他人の気持ちが分る為には総合的な意味での学力が必要だ！
- * 心を読み取るといふことは共感する能力以上の何かなのです！
ポーカーフェイスの時も他人の心を読み取れる！
- * 総合的な学力は想像力を豊かにする！このことは人の心を読み取ることに
も結び付いている！
- * 学問をする究極の目的は他人の心が分ること！
- * 如何に生きるかを教えてくれる学問こそ本当の学問であり、人の心が分ると
いうことは本当の学問であると
- * 人は名誉も富も財産もいらぬ、一人の人格者がいたら、その人のところに
みんな集まってくる、自然の内に・・・