

60. 創造力は「深くつろぎ」から生まれてくる

「仕事」と「創造力」とは、矛盾した関係と心得るべし。

創造力について、まず第一に理解したいのは、私たちの頭脳に 140 億の細胞があり、そこには、ゆり起こし、利用し、解放されることを待っている巨大な能力が眠っているということです。ランド博士はそれをみごとに刺激してみせたわけですが、これは注目すべき事例といえるでしょう。

次に理解したいのは、創造性は「深くつろぎ」に関係しているとい、ことです。心理的にリラックスした状態でないと、創造力はうまく発揮されません。たとえば「仕事」という言葉には、責任とか義務などの感覚があり、圧力を含む緊張感がつきまとっています。その意味で「仕事」がもつプレッシャーと創造力は、矛盾した関係にあることを知っておくのは無駄ではないでしょう。

三番目は、自分の中に眠る潜在能力を信じることです。そこで「できる」「可能だ」という言葉を自らに言い聞かせ、創造性の助けとなる精神的風土を脳内につくることです。そうすると前述したメンタル・ブロックがとり除かれ、創造的な脳細胞をいきいきと働かせることができるのです。

創造力の存在を、しっかりと自覚する

「できる」「可能だ」

のんびり Z z z……

「アッ、そうだ！ ああやればいいのだ！」

創造力は「仕事」とはちょっと違った脳を働かせるといいんだよ。

マーフィー言葉

悪いジンクスは、あなたが自分でこしらえた心の障害物です。

きこ書房

マーフィー「お金」と「幸せ」の法則 ジョセフ・マーフィー・インスティテュート編