

この時代に大切なのは

アナログ的なインプットとアウトプット



KUNIO SAKAI

酒井 邦嘉

東京大学大学院総合文化研究科教授。言語脳科学および脳機能イメージングを専門に、幅広い分野で研究を行っている。著書に「科学という考え方」（中公新書）など多数。

多すぎる情報をもたらす 脳のデジタル化を防ぐ

「読む」ということは、たんに視覚的に脳に入力するのではなく、足りない情報を想像力で補い、「自分の言葉」に置き換えていくプロセスです。

そして、可視化されていないインプットは少ないほど脳の想像力が高まります。「行間を読む」という表現がありますが、あれはまさにこの想像力の働きをさしているのです。

一方、アウトプットの場合、その情報量が多いほど脳は想像力を高めま

す。たとえば直筆の手紙を書くとき

は、自然に相手の気持ちを思いやるため、メールよりも情報量が多くなり、顔を合わせての会話ではさらに情報量が多くなる。すなわち「読書」と「会話」を楽しむことが脳の創造的な能力を引き出すベストな方法だと言えるのです。

インプットとアウトプットが高める想像力ーしかし、ウェブでの情報検索やSNSなどデータが多すぎたり、頻度が多すぎると、情報過多で集中力が散漫になり、私たちは目の

前のことにしか頭が回らなくなりま

す。そうした場合に習慣的に浸かっているうち、やがては脳自体ひたすら

素早く反応するだけのデジタル脳へと変化し、「考えるより検索」と表面的な情報に右往左往することになりかねません。



『脳を創る読書
なぜ「紙の本」が人にとって必要なのか』
酒井邦嘉 著 実業の日本社

書籍・新聞・印刷などに印刷された「文字」が脳に与える効果とは？ デジタルとアナログそれぞれのメディアについて、あるべき使い方を脳科学の立場からあらためて検証する刺激的な一冊。



「アナログ」を使いこなせば あなたの潜在能力が開花する!?

日常的にアナログを使いこなしていると、いつの間にか思わぬ能力がアップ!
いずれも日々の業務で大いに役立つものばかりです。

直感力

研ぎ澄まされた感性を生かし
重要な局面で、ひらめきを呼ぶ!

たとえばどんな本が、いまの自分に必要なか…ネットで検索せずに自らの嗅覚を頼りに本屋に行ってみる。こんな訓練が、いざという時にサッとひらめく体質を育むのです。

共感力

相手との距離感を上手く測って、
思わぬインターアクションを生む!

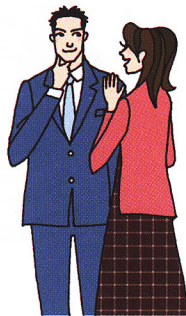
手書きのメッセージや会話を楽しむ余裕は、自然と相手の気持ちを思いやる習慣につながるもの。相手とのやり取りの機微を熟知しているのもアナログに親しむメリットです。



主体力

直接体験からのインプットで
自ら思考するクセが身に付く!

主体力とは自分の目で、耳で確かめた体験から宿るもの。たとえば好きな音楽のライブに行き、演奏を楽しむ。こうしたアナログの体験が自ら考え・行動する原動力になるのです。



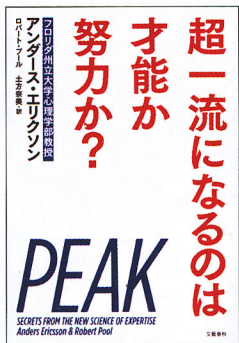
COLUMN



「クロノスの時間」は万人に共通のデジタル的な時間。一方、「カイロスの時間」とは、何かに夢中になっているとあっという間に感じられ、退屈だと長く感じられるなど、ヒトの感覚的な時間の概念。仕事のできるビジネスパーソンにアナログ時計愛好家が多いのも、そんな「カイロスの時間」の「伸び縮み」が、少なからず仕事に活用できると潜在的に心得ているからかもしれません。

「カイロスの時間」を
使いこなす!?

できるビジネスパーソンは



酒井邦嘉さん

(東京大学教授)

おすすめ
ポイント

“ 手軽なWEB頼みでは、仕事も学習も中途半端になりがち。じっくり「限界的練習」を継続すれば、あなたにもできる! という内容に励まされます。”

『超一流になるのは才能か努力か?』

アンダーズ・エリクソン、ロバート・プール 著 / 土方奈美 訳
文藝春秋 1,998円(税込)

スマホとのにらめっこでは、10年後に生き残れない?

超一流への鉄則とは、自分の能力を少しだけ超えた負荷をかける「限界的練習」を年単位でじっくり続けること。アナログ的で回り道に思える集中と継続が、脳の隠された力を引き出すという説は説得力があります。「才能がない」と諦めている人にこそ読んでほしい本です。

嶋浩一郎さん

(博報堂ケトルCEO)

おすすめ
ポイント

“ デジタル技術は人間味を帯びるほど、接しやすくなるのかも。テクノロジーとアナログ力との最強コラボをめざす著者の姿勢に共感します。”

『テクニウム テクノロジーはどこへ向かうのか?』

ケヴィン・ケリー 著 / 服部桂 訳
みず書房 4,860円(税込)

ハッピーな未来へ、デジタル技術との付き合い方

「Allに仕事を奪われる?」との不安に対し、雑誌「Wired」の創刊編集長である著者はあくまで前向きです。すべての技術には負の側面があっても人間に寄り沿って進化するもの。デジタル技術とアナログ力が調和する未来の姿には、大いに勇気づけられます。

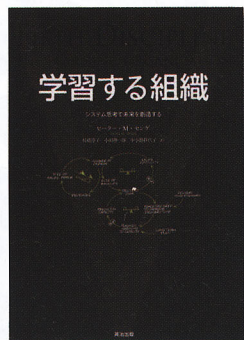


守屋智敬さん

(モリヤコンサルティング代表)

おすすめ
ポイント

“ 個人の能力を効果的に伸ばし続けることが、組織の成長を支えます。その根源にある「人の心理」を学び、互いの関係性を高めるための良書。”



『学習する組織 システム思考で未来を創造する』

ピーター・M・センゲ 著 / 枝廣淳子、小田理一郎、中小路佳代子 訳
英治出版 3,780円(税込)

心の通ったシステムを! アナログ力が組織を変える

これからの企業はデータと効率重視だけのデジタル思考ではとても生き残りません。硬直化したシステムを柔軟に進化させるカギは個人とチームの「学習能力」にあり—そう主張する本書には、組織におけるアナログ思考の大切さを考えるヒントが詰まっています。