

毎朝の日課としてジムに通っています。筋トレやランニングをしながら、英『エコノミスト』誌のオーディオ版をiPhoneで聞いています。当初は好きに飲み食いしながら体形を維持するために始めたのですが、思わぬ効果があることに気付きました。ずっ

私の ビジネス 日記帳

と気にはなっていますが、仕事や机上ではなかなか思いつけない言葉やアイデアが、トレーニングの最中に「昇華」して頭の中に浮かんでくるものが多々あるのです。

トレーニングで体に負荷をかけながら、母国語ではない言語を聴解することで左脳にも負荷を与える。これによって空い

毎朝のジム通い 上田谷真一

ている右脳が活性化する作用につながっているのかなと、自分では勝手に思っています。

天才肌といわれる音楽家、ヴォルフガング・アマデウス・モーツァルトは、作曲の際に隣で妻に詩の朗読をさせていたというエピソードを聞いたことがあります。天才と比べるのはおこがましい限りですが、凡人にも「発想を飛ばす」上で効果があるようです。

ファクションビジネスは「感性と論理」で「右脳と左脳」の両方が大事です。左脳で熟考したものを、右脳で開放するように生み出す感覚です。私は物事を判断する時に、最終的には直感を重視しています。ただし、その前に脳が干切れるほど、考え悩むというプロセスを経ることが大前提です。が…。

(TSIホールディングス社長)