

改訂新版

聴覚刺激で 頭の回転が 驚くほど速くなる

なぜ、こんな簡単な方法に
気がつかなかったのか

田中孝顕

1 脳は使わないとダメになる——はいよういじゆく 廃用萎縮の恐ろしさ

このわれわれすべての人間が所有している無限の財産——潜在脳力をうまく取り出し、有効に活用するためにはどうしたらよいのか。

第一、そんな方法があるのか。われわれの祖先は、「足し算」からスタートし「掛け算」を発明するまでに、実に数百年もの歳月を費やしている。一口に脳力の有効活用などと言っても、まさに「言うは易く、行うは難し」を地でいく話になりかねない。

そこで以下に「潜在脳力の開発」をメインテーマに、大脳生理学の立場にたつて、私たちの脳の構造とはいかなるものか、何が私たちに人間としての知恵を与えているのかの概略を、しばらく検証していくことにしよう。

「灯台もと暗し」の譬えどおり、大脳は私たちのもつとも身近にあるにもかかわらず、案外その実態がよく知られていない世界なのだ。ちょうど、この譬えのように大きな誤解を宿していることもありうる（灯台が観音崎や犬吠崎などにある灯台のことではなくて、実際は昔の日本間を静かに照らすあぶら火の灯り台のことであることは意外と知られていない）。

私たちの人間の脳には実に一四〇億個ものニューロン（脳神経細胞、またそこからのびている

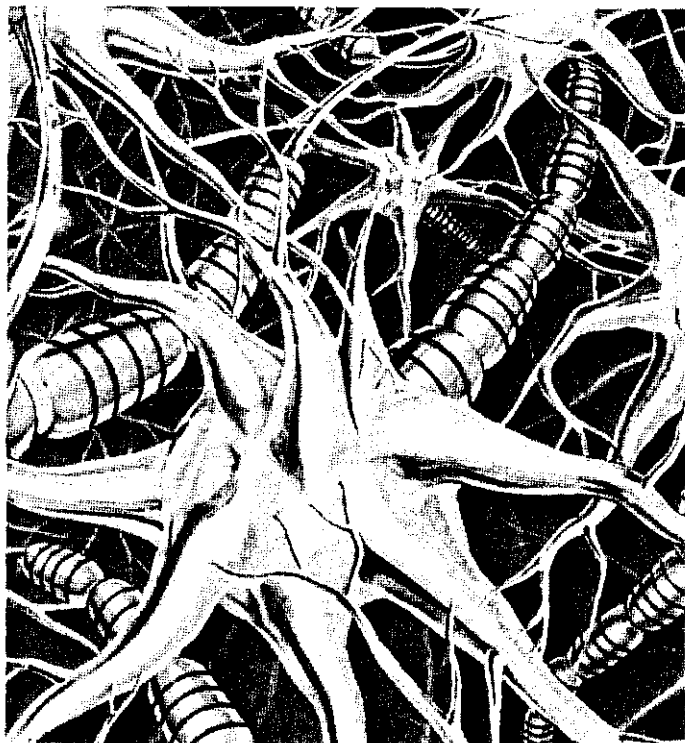
軸索、及び樹状突起の総称）がぎっしりつまっている。ところが驚いたことに、このニューロンの数は、生まれたての赤ちゃんも、過酷な受験戦争を経てきた二〇歳の青年も同数なのである。つまり、人間の脳のニューロンの総数は、生まれてから二〇歳になるまでは減ることもない。しかし「成人式を迎えた日あたりから、毎日一〇万個以上のニューロンが脳の中で死んでいく」というデータが出ている。

さらに、筋肉を長く使っていないとやせ細るのと同様に、脳もひんぱんに使用していないとニューロンも働きを失って役立たずになってしまう（廃用萎縮）というダブルパンチに見舞われる危険性もある。したがって、八〇歳になっても計算上は七〇パーセントのニューロンが残っている、などと安心してばかりはいられない。

ここに脳力開発のヒントが一つ発見できる。すなわち、常に頭を使いつづけて、脳細胞をたえず活動させておく、これが頭脳の明晰さを保つうえでの重要なポイントになる、ということだ。

このようにすると脳細胞の減少は、他の手段で十分にカバーできることになる。他の手段というのは一つひとつのニューロンの持つ終末ボタン（これは他のニューロンと結びついて一つの情報単位を作り上げるための、いわば手のようなもので、一つの脳細胞が、この手を一〇個から三万個程度持っている。この終末ボタンが他のニューロンの細胞体や樹状突起とつながっている所をシナプス接合といい、その部分をシナプス《ボタンのスナップと兄弟語である》と呼んでい

脳神経細胞の情報伝達



いくつか見えるイモ状のものが脳神経細胞(細胞体)。根のようなもののうち、もっとも太く、長い一本の突起を軸索(じくさく)といい、他の短い突起を樹状突起(じゅじょうとっき)という(脳神経細胞と軸索および樹状突起を合わせてニューロンと呼ぶ)。この軸索は一つの脳細胞に一つあるが、末端は分枝している。軸索の突起の先端はシナプスと呼ばれ、他の脳神経細胞(あるいは、他の細胞の樹状突起)と結合して、一つの情報系を作る。軸索の長さは1メートルを超えるものもある。樹状突起の長さは図では長く見えるが、これは大きく拡大したためで、実寸に戻すと、わずか1ミリ程度である。一つのニューロンは、他のニューロンと多くて数千カ所でシナプス接合している。このシナプス接合は、無限といってよいほど新しく作り出すことができる。

る)を介して他のニューロンへの接合を増大させることである。これは脳を効率よく使い続けることによって可能となる。

このようにすると、脳細胞が減っていても、シナプスの接合は逆に増えることになる。つまりネットワークがびつりと形成されるというわけだ(ちなみに、脳全体では普通の場合でも一〇兆を超すシナプス接合が認められている)。

また何かの目的のためにネットワーク化された脳細胞は、廃用萎縮の対象とはなりにくいことがわかってゐる。私どもが「大脳に成功回路を形成させよう」というのは、この意味でも有益なことなのだ。

「人の一生はすべて勉強なり」の格言は、大脳生理学的にみても紛れもない真理なのである。そしてそれゆえに、勉強は楽しいものでなければならぬのだ。

2 問題は「できるかできないか」ではなく「やるかやらないか」だ

人間は、ほんの一部の天才を除けば、あとはドングリのせいぐらべである。もちろん、頭が良いといわれている人もゐる。しかし、その人の他の面は、他の人より劣っているところが必ずある。そのようなプラスとマイナスを精算してしまうと、結局皆同じ程度の脳力の持ち主というこ

とになってしまうのだ。

したがって、端的に（たんてき）いえば、人間は「できるか、できないかではなく、やるか、やらないかで優劣（ゆうりゃく）ができてしまう」といってよい。

人間は、表面的にはどうであれ、心の底では誰でも「成功したい」と思っているものである。これはあなたの脳が発する自己実現の欲求（ききう）の叫び（きこ）なのだ。成功すると気分が良いのは、脳がそれを求めている証拠なのである。

本を読んで眠くなるのは、脳が、「そんな本はつまらないから読むのをやめてくれ」と自分から頭の中のスイッチを消してしまったからで、とても面白い本なら、よほどのことがない限り脳もそんなジャケンなことはしないものである。

3 脳に自分の願望を刻み込ませろ

脳細胞は、他の脳細胞と連絡を保つためのシナプスを一〇個から三万個程度持っていることはすでに述べたが、このシナプスの単位で数えると、あなたの脳の中で形成しうるネットワーク数は約一〇兆となる。日本中の電話回線（テレフォネットワーク）でさえ一千万回線にも充たないのだから、この約一〇兆という回線は天文学的数字である。これがあなたに与えられた、自

然からの宝物だ。

しかし、あなたはこれまで、この宝物をあなたの思うがまま磨きあげ、何らかの新しい脳力を得たことがあっただろうか。たとえば実行力、創造力、表現力、判断力、洞察力、企画力、先見力など脳力は数限りなく区別けができる。他人への愛（この場合、恋愛のことではない。他人を助けよう、という類の愛である。）

もちろん、あつたにちがいない。しかし、それはあなたがどのような状態のときだったであろうか。多分、普段の状態、つまり適度の緊張やストレスにさらされているとき（脳波でいうとベータ波の出ているとき）であつたであろう。

また、いわゆる信念の力に関する数々の本を読んで、自分もそうなりたい、と思つたことがあるのではないだろうか。確かにこれらの本にはタメになる話題がたくさん載っている。

あなたがそれらの本を読むと、高揚感があなたの心を満たすこともあるだろう。しかし大抵はそこまで終わってしまうのが落ちである。なぜなのか。これらの本は映画でいえば『007』と同じなのだ。

そこでは、ジェームズ・ボンドがあなたの望みを見事に叶えてくれるのである。あなたはジェームズ・ボンドと一体となる。この一体感は映画が終わつてもしばらくは続くものである。しかし、やがてその感じも薄れ、元のあなたに戻っていく。

あなたを力づけるそれらの本も全く同じ性格のものなのだ。読むことは決して無駄にはならないが、問題はそれによって、本当にあなたは変わったか、ということなのである。

また、たとえばセミナーや講演で、あなたは自分自身の脳力の偉大さを知る。そして、感激する。しかし、セミナーや講演が終わってしまえばこれも元の木阿弥である。

これは止むを得ないことなのだ。普通の精神状態のときには、心の扉は完全に閉じきってしまっている。このようなときに、たとえばあなたが「自分には無限の脳力があるのだ」と自分の脳に言い聞かせようとして叫んだとしよう。

そうすると、その叫び声は閉じられたあなたの心の壁にぶつかって、扉からは次のような反響音がきわめて明瞭に聞こえてくるにちがいない。「お前は何を馬鹿なことを言っているんだ」。

願望実現の第一歩は、あなたの脳にあなたの願望を効率よく刻み込ませることなのだ。

その第一歩がこのような状態だったら、あなたはいつまでたっても足踏みしていなければならぬことになる。

では、何かうまい方法によって、心の扉を自在に開ける状態に持っていけないものだろうか。これは以前からの多くの人の願いであった。そして、今では最新の脳生理学と電子工学が、その夢のような願いを実現してくれるのである。

4 願望実現へとあなたを導く四人の道士

当研究所のファイルに、バイオフィードバックという装置に関する一昔前の記事の切り抜きがある。昭和五十一年六月七日付のこの朝日新聞朝刊には、「心頭滅却の境地を生みだす……脳波の状態を知る装置考案」とある。以下はその記事の抜粋である。

頭の後ろから出る脳波と額の筋肉から出る弱い電気を測り、その大きさを音に変えて両耳で聞きながら自分で自分の精神を落ち着かせ、ストレスを解消する装置が開発された。六日、東京都千代田区紀尾井町の上智大学で開かれた第四回バイオフィードバック研究会で通産省工業技術院、製品科学研究所が発表した。

電極に塩水をぬって、ベルトで頭と額に固定し、両耳にイヤホンをつけてスイッチ

「心頭滅却」の境地を生みだす

脳波の状態を知る装置考案

不眠症などの治療にも期待

【東京六日電】通産省工業技術院、製品科学研究所は、脳波と額の筋肉の電気活動を音に変換して、自分で自分の精神を落ち着かせ、ストレスを解消する装置を開発したと発表した。この装置は、頭と額に電極を固定し、両耳にイヤホンをつけて、スイッチで音を聞きながら、自分の精神をコントロールする。この装置は、不眠症などの治療にも期待されている。

をいれれば準備OKだ。携帯用で誰でも手軽に使え、訓練しだいでは簡単に「心頭滅却」の境地に近づけることが、半年間の実験で明らかになった。(中略)

最初は目をつぶる。つぶったまま目玉を少し上にあげて静かにしていると、そのうちに右の耳に心地よいチャイムの音が響く。これがアルファ波が出た証拠。チャイムはすぐに消えるが、心を落ち着けるとまた音が出る。こうしてチャイムが鳴り続ける状態になればかなりアルファ波が出たことになる。(中略)

この装置で何度も訓練すると、そのうちに目をあけてもチャイムの音が響くようになる。高僧に一步近づいたのだ。

自由自在にアルファ波を出せる自信がつけば、もうこの装置は使わなくてよい。その人は、心の安定が必要なきにいつでも落ち着ける幸福な人なのだ。(後略)

この装置が国産第一号である。私は米国製を一台購入したが、初期のものなんでもそうであるように、長いコードが顔の前をブラブラしたり、頭が塩水でベトベトしたりでとても扱いづらかった。また、機能は十分に果たしていたが、ただ現在のようにテープレコーダと連動できないのが難点であった。

だが、いまでは当時とは比べようがないほど、電子工学は進歩し、装置も初期のものに比べる

と隔世^{かくせ}の感がある。

バイオフィードバック（今日私どもではサイコフィードバックと呼んでいる。以下必要に応じてこの用語を用いる）というのは、一言でいうとセンサー（感知器）を用いて、体や心の中の生理的・心理的变化をキャッチして増幅^{ぞうぷく}し、普通では感知できない（したがって利用できない）情報を感知できるようにして、それをその人に戻してやることである。

たとえば、今あなたが自分では気がつかないが、イライラしているとする。しかし、サイコフィードバック装置からは、イライラしていることを示す高い音や、ベータ波と呼ばれる脳波が出ていることを示す信号が発せられるのである。

そこであなたはその情報をもとに、音を低くしようとしたりしているうちに、実際に低くするコツをおぼえるようになる。音が低いということは心が落ち着いている、という信号だから、あなたは普通ならコントロールできないイライラをコントロールしたことになる。

このサイコフィードバック装置は、さまざまに応用がきき、心身症の治療やリハビリテーション、教育、潜在脳力の開発、そして願望実現にも活用できるのである。

もつとも、潜在脳力の開発や願望実現に関しては、サイコフィードバック装置だけあってもあまり意味はない（同様にアルファ波だけ出したところで願望実現に関してはあまり意味はない。

このことは私の別の本でも何度も強調しているのだが、お手紙などで「アルファ波で願望が実現

するなんて素晴らしい」というメッセージをしばしばいただく。このような場合は、「もう一度よく読んで下さい」というしかない。ちやうどコンピュータのように、装置本体だけあってもソフトウェアがなければどうしようもないのだ。

しかし、ここではこの装置により脳波コントロールが可能になった、ということを知っておいていただきたい。これは革新的なことなのである。

ニューヨーク州立大学のカーリンズ教授はその著書『バイオフィードバック』で次のように述べている。

『バイオフィードバックがわれわれにもたらしてくれたのはいったいなんだろう。バイオフィードバック装置を用いることは、子供がバランスを保つのをひとたび習得しさえすれば捨て去られる子供用自転車補助車輪に似ているといえよう。

ヨガの行者はおよそ数年かかって脳波のコントロールを学ぶ。しかし、バイオフィードバックでは平均的な人でほんの数時間あれば脳波コントロールが可能なのである』(Marvin Karins & Lewis, M. Andrews: Biofeedback, J. B. Lippincott Company, New York, 1972.)

昔、黒澤明監督の「七人の侍」^{さむらい}という映画があった。とある寒村^{かんそん}を定期的に襲う野武士の集団に対抗するため、村の長老は、力になりそうな侍を一人一人集めていく。

私がこれから述べる、全く新しい科学的手法に基づく願望実現（この言葉はすべて「潜在脳力

の開発」あるいは「自己実現」という用語に置き換えても差し支えない」にも、この役に立つ侍が七人とはいわず四人必要なのである。そして、その第一番目が（ここでは「道士」^{じゆうし}）¹¹人を導き教える仙人¹¹にたとえることにする）『脳波バイオフィードバック』なのだ。これが一番目の道士ということになる。

●一番目の道士の嘆き

一番目の道士の嘆きとは、次のようなものである。この装置を購入した人びとの多くが、平均して五日間で早くも押し入れにしまい込んでしまう、という事実である。この装置をお持ちでない皆さんには理解出来ないこともかも知れないが、これほど、革命的発見と評価されている装置がなぜそうなってしまうのだろうか。

この謎は、日本におけるかつてのパソコン利用者の歴史を見ればすぐ解ける。今日では、パソコンの機能は一昔前の大型コンピュータ以上の力を持っている。パソコン本体というハードウェアは立派である。しかし、それを動かすソフトウェアがなかった。この現実には泣かされて、いかに多くのパソコン購入者が馬鹿をみてきたことだろうか。

同じことが今日のバイオフィードバック装置にもいえるのだ。ソフトウェアといえば、強いというなら使用法を述べたテープ一巻か、ソフトウェアらしきものがオプションで二巻とか四巻つ

(アプリケーション・ソフト)を常備している。これほどシステム化されたものは全世界を見回しても、私どもだけしかないのが一つの誇りである。



藤木 健夫
日本医科大学教授
(脳波研究・医師)

アルファ波は多忙な現代人が瞑想に至る近道でもある。もちろん、アルファ波を出しただけではリラックスを得られる程度で終わってしまう。バイオフィードバック装置というハードウェアだけを用いる人達の多くが失望するのはそのためである。

「SSPSシステム」はその点、独自に開発したサイコフィードバック装置と共に、日本で他に全く類をみない独創的で充実した「自己実現」のためのソフトウェアを用い、またアルファ波を、SSPSシステムを完璧に使いこなすための、一つの手段として位置付けて、アルファ支配の概念を確立した。これによってこそアルファ波はその効果を十二分に発揮するのであり、このシステムが様々な分野の人々から高い評価を受けているゆえんであろう。

〔SSPSブロッシャーより引用〕

けたものしかないのが現状なのである。これではいかに素晴らしい装置でも役立たない。そこで誤解されないように私は脳波バイオフィードバック装置を改良し、より進化したサイコフィードバック装置を完成させたのである。

そしてこのサイコフィードバック装置のソフトウェアの開発をむしろ主眼としてきた。その結果、今日では二〇〇〇巻を超えるソフトウェア

そして、このような研究開発の過程で、私どもはこれらのシステムを次のように位置づけた。

つまり、サイコフィードバック装置自体はハードウェアではない、という認識である。ハードウェアは実はあなたの大脳そのものである。そのハードウェアを最大限に活用するためのものがサイコフィードバック装置と呼ばれるならば、その装置はファームウェアであると位置づけなければならない。ファームウェアには、コンピュータを結びつける仲人役（なぐさど）という意味合いを授けている。

このようにして、今では、大脳が受け入れる状態になったときだけソフトウェアであるテープが回転し、気が散るとテープがストップする仕組みの脳波サイコフィードバック装置が有効に利用されるようになった。

松下電器傘下の松下視聴覚教育研究財団が行った実験では、脳波バイオフィードバック装置に英語のテープをセットして学習させたところ、一〇〇点満点の試験で、平均して五〇点も成績が向上している。

そして、あなたが外国語の会話カセット等を持っているなら、後述するアルファ支配を身に付けた上で、サイコフィードバック装置とそれらのテープを組み合わせると、より早く語学力を身につけることが可能なことを試（ため）してみたい。

もちろん、外国語の会話に限らず、自己開発用のテープでも何でも利用が可能である。

なお、同種の脳波バイオフィードバック装置は心身症やストレスのコントロールにも、大きな力を発揮する。医療機関では、保険の点数が低いのでなかなか普及しないが、国立の大学病院などではかなり普及している。

5 ニーチェは、瞑想は何ものをも生み出さない、と言った

達磨大師^{だるまだいし}は、きわめて長期にわたり座禅に熱中したので、足が衰えて座りつばなしの状態になってしまった、という伝説があり、そのなごりかどうか夜店でみかけるダルマ人形はみんなコロコロしている。その当時、サイコフィードバック装置があつたら、達磨大師も後世になつて人形にされずに済んだかも知れない。

もっとも、ここで断っておかなければならないことがある。拙著『脳力革命』でも述べたように、私どものシステムは、インスタントに禅の悟り^{きと}を得ようとするものではない。というより、もともとそんなことはできるはずがない。

禅瞑想をやつていても、必ず悟れる^{きと}というものではないし、また瞑想ぬきで悟ることもありうるのである（これは西洋ではコンバージョン（回心）と呼ばれている）。

禅と唯一共通している部分は「瞑想」だが、私どものシステムはこの「瞑想」時に頻繁^{ひんぱん}に出る

I

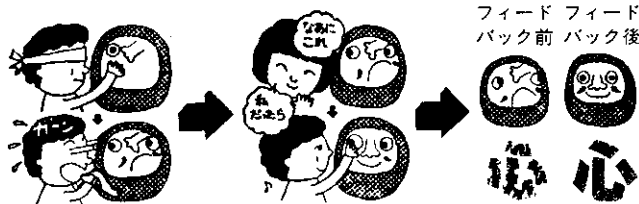
私たちは物を見ることができないと、自分の行動をうまくコントロールすることができない。

II

しかし、物を見ることができると、私たちは自分の行動をうまくコントロールすることができる。

III

同様に、私たちは、心の中をのぞくことができる、自分の心身をうまくコントロールすることができるのである。



©COPYRIGHT 1988 SSI BRAIN ACTIVATION INSTITUTES. TANAKA TAKA-AKI

「アルファ波」を活用する目的で作られたものである。アルファ波が瞑想波とも呼ばれる由縁である。

サイコフィードバック技法は、あなたのおでこにセンサーをつけて、直接あなたの脳波をキャッチし、アルファ波が出ると、あなたに色や音などで知らせるようにできている。そうすると、何回かの訓練で、自然に、「あつ、いまアルファ波が出ているな」ということがわかるようになる。

これを何回か続けて訓練すると、やがてアルファ波を継続して出すことができるようになるのである。ただし、何度も強調しなければならぬが、アルファ波だけ出したところであまり意味はないのだ。近時、よくみかけるアルファ波に関する一部の啓蒙書には、この点について

大きな間違いがある。

肝心なことは、アルファ波を継続して出して、それをどう料理するか、なのである。

願望実現の第一歩は、このアルファ波を一定のレベルで継続して出すことであり、なおかつ十分な身体のリラックスが伴う状態にあなた自身をすることである。これを私は「アルファ支配」と呼んでいる。このアルファ支配が第二の道士である。

6 鮮明なイメージネーション——シネマテイクス映像化技法

医学博士の藤岡喜愛教授は、「人が結婚してすぐ生活設計をたて、貯蓄にはげんだりするのは、眼にみえないどころか、へ将来できるのがどんな子供、どんな家庭かもわからないけれども、そうしたものを含む将来の家庭のためである。心の中にあるその家庭のありさまは、夢の中の姿にも似て、かなりとりとめのないものだが、それはへ将来へのイメージの一つである。そのイメージが現在の行動を指導し規定している」(『イメージと人間……精神人類学の視野』)と述べている。

人間はイメージで生きているといっても過言ではない。過去のイメージ、現在のイメージ、将来のイメージ、相手のイメージ、自分のイメージ、社会のイメージ、他国のイメージ、イメージだらけ

である。「いやな感じ」とよくいうが、これも要するに「いやなイメージ」といつているに等しい。しかし、これらのたくさんのイメージがあっても混乱をおこさないのは、大部分が潜在意識のもとで、表面に浮き上がらないからなのだ。

さて、これらのイメージによって、その人のパースナリティへ人となりへは形成されている。自分はだめな人間だ、というイメージを持った人のパースナリティは、他人からみても「どうもこの男には責任をもたせられない」というように必ずとらえられてしまう。

孟子はこの点について、非常に明解に断じている。すなわち「それ人の必ず自ら悔りて、然る後に人これを侮る」。

つまり、人はまず自分で自分を卑下することによって、これを見た他人もその人を侮るようになる、というわけである。

経済学者のケネス・E・ボウルディングも言うように「行動はイメージに依存している」のである。たとえば、自己卑下の行動は自分の心の中の自我が、自分はつまらない人間だというイメージを持っているから、というわけである。

7 願望設定はあなた自身の人生のスプリングボードだ

願望の種類は、無限といってよいほどある。そして、もちろんのことだが映像化したところで意味のない願望というものもある。たとえば、スーパーマンになりたい、といった類の人間の潜在能力すら超越している願望。また、社会の仕組みを無視した願望。五〇歳の日本人男性が、たとえばアメリカの大統領になりたい、などという願望はこの類である（これをドロップ・アウトと呼んでいることはすでに述べた）。

他人に害悪を与える願望も好ましいものではない。日本の歴史でいえばつい最近のことになるが、いわゆる超能力で人を害することを禁ずる法律がちゃんとあった。明治三年に施行された『新律綱領』がそれで、次のように定められていた。

「凡魔魅^{おまえんみ}を行ひ荷書^{ふしよ}を造り呪詛^{じゆま}して人を殺さんと欲する者は各謀殺^{それぞれぼうさつ}を以て論ず^{もつ}」

なにやら恐ろしい言葉が羅列されているが、一つ一つの意味は大体想像がつくであろう。謀殺とは、計画的に人を殺すことであるから、これは罪が重い。しかし、このようなことは今日では「不能犯」とされ、もともと犯罪行為とはみなされないから、もちろん軽犯罪法にも引っかけられないのである。

さて、あなたの願望はドロップ・アウトを除き、あなたがアルファ支配のもとで真剣に映像化し、そしてルールに従って自己コントロールしながら行動していけば必ず実現するものである。一例をあげよう。いずれも「願望実現」「脳力開発」の具体例で、すべてはSSPS-V₂システムの使用者が実現させたものだ。この中であなたに当てはまるものがあつたらチェックしてみ、幾つあるか数えてみるとよいだろう。

願望・目標一覧表

これだけは、と思う願望を実現させたい。
売上を倍増させたい。
ツイている人間になりたい。
自信がもりもりわいてくるようにしたい。
先見力や判断力を高めたい。
瞑想で深い悟りを得たい。
自己改造したい。
家庭環境をよりよいものにしたい。
仕事への強い意欲を燃え立たせたい。
精神的な疲労を解消させたい。
訪問恐怖をなくしたい。
リーダーシップの脳力を身につけたい。

家を建てたい。
扁頭痛がおきなくなるようにしたい。
肩こりをなくしたい。
いつでも冷静でいられるようにしたい。
表現力や忍耐力を身につけたい。
心のこだわりをなくしたい。
確固とした信念を確立したい。
悪癖をなくしたい。
あるがままの自分を見る目を鍛えたい。
時間管理をうまくしたい。
乗物酔いにならないようにしたい。
心身症を自分の力で克服したい。

ヒラメキがどんどんわくようになりたい。

人間関係を改善したい。

インスピレーションがわくようになりたい。

クヨクヨしなくなるようにしたい。

ストレスをコントロールできるようにしたい。

気の弱さを克服したい。

やせたい。

性的不調を改善したい。

新しいノウハウを導入したい。

ヤル気のある社員を育てたい。

競争力の強い社員に育てたい。

古いトップの考えを一新させたい。

幹部社員の教育を徹底したい。

支店網を全国に充実させたい。

新しい市場を開拓したい。

社屋を新しくしたい。

効果的な会議を進めたい。

会社の方針を明確にしたい。

効率のよい経営に転換したい。

会社の古い因習を排除したい。

会社のイメージを高めたい。

売れる新製品を生み出したい。

海外に市場を広げたい。

優秀な人材を育てたい。

会社の組織を活性化したい。

趣味を広げたい。

皆の前で楽に話せるようになりたい。

偏食をなくしたい。

三日坊主から解放されたい。

他人から尊敬されるようになりたい。

カンやヒラメキの脳力を高めたい。

企業の特徴を生かしてベンチャー・ビジネスを考えたい。

店舗を持って自営したい。

電話でのやりとりに自信をつけたい。

部下の統率と指導に自信をつけたい。

重要書類の要点を確実に記憶したい。

飛行機を買って自分で操縦したい。

演説の原稿を暗記したい。

頭の良い子供が欲しい。

センスを磨いてベスト・ドレッサーになりたい。

ハワイや有名なリゾート地に豪華な別荘を持ちたい。

豪華な世界一周旅行をしたい。

豊かな人間性を養いたい。

頼りがいのある人間になりたい。

疑い深い性格を改善したい。

短気な性格を改善したい。

樂觀的な人生観を持ちたい。

臆病な性格を改善したい。

自信に満ちた態度を持ち続けたい。

得意先を拡大して売上を増大したい。
会社の経営危機を脱したい。
良き部下（社員）を育てたい。
良き後継者に巡り合いたい。
狙っている会社を買収したい。
店を沢山増やして、大きな利益を獲得したい。
子供に会社を継がせたい。
会社の業績をのばしたい。
司法書士の資格を取得したい。
弁護士の資格を獲得したい。
弁理士の資格を獲得したい。
英検1級を獲得したい。
理想の島（土地）を買ってホテルを経営したい。
豪華なクルーザーを買って、世界中を航海したい。
広い心を持ちたい。
相手の立場を理解できる人間になりたい。
人の話を聞ける心を養いたい。
持病を直して健康な暮らしをしたい。
タバコや酒をやめたい。
世界的な発明をしたい。
物事の判断を的確にしたい。
仕事の手際をよくしたい。
一生をかけるライフ・ワークを持ちたい。
自分自身の嫌いな面（性格）を直したい。
心のエネルギーを充電したい。

「大物」と呼ばれるようにになりたい。
冷静な判断ができるようにしたい。
落ちついた性格にしたい。
第一印象を良くしたい。
誰にも好かれる人になりたい。
充実した老後を送りたい。
教員の資格を取得したい。
国家公務員の試験に合格したい。
交際上手な人間になりたい。
レポート等の文章や文字を上手に書きたい。
時間を有効にいかしたい。
演説や説得がうまくなりたい。
物事を的確に相手に伝えたい。
企画書を上手にまとめたい。
外国語の会話を速くマスターしたい。
ゴルフを早く上達させたい。
魅力的な表情や仕種を身につけたい。
説得力のある話し方をマスターしたい。
論理的な組立ができるようにしたい。
書きもののスピードを速くしたい。
社交界で活躍したい。
名前と業績を後世に残したい。
業界、学会で有名になりたい。
病弱な身体を治して長生きしたい。
米取引で巨万の富を手にかきたい。

愛情に恵まれた自分を実感したい。
日々の充実感をかみしめたい。
人生の幸福感到浸りたい。
たまっているストレスを放出したい。
スツキリした解放感を味わいたい。
不安感、怒り、焦燥感を鎮めたい。
思い切った気分転換をしたい。
高価な美術品を手に入れたい。
長年狙っていた品物を手に入れたい。
家族に不自由のない暮らしを約束したい。
自分の趣味や技能を生かして有名になりたい。
芸能人になって華やかに暮らしたい。
政治家になって天下国家を論じたい。
大金持ちになりたい。
有名人になりたい。
会社を造って社長になりたい。
早く昇進したい。
欲しい車を手に入れたい。
理想の住まいを獲得したい。

財産を安全に増やしたい。
売れっ子小説家になりたい。
自分の監督で自由な映画をつくりたい。
憧れの外国で優雅な生活をしたい。
人生の良き友を得たい。
憧れの人格者と懇意になりたい。
本を出版したい。
人も羨む、理想の恋人を獲得したい。
一流会社社に就職したい。
一流大学に入りたい。
学業の成績を良くしたい。
スポーツトレーニングが苦でなくなりたい。
打率を高くしたい。
スポーツ大会で成績をあげたい。
ヤル気と脳力向上で各種の資格取得を可能にしたい。
自分の趣味や技能を活かして有名になりたい。
人格的にも素晴らしい子供に育てたい。
芥川賞作家になりたい。
深いリラックス感覚を得たい。

これらの願望のほとんどはまだ簡単なほうである。あなたは、自分の願望はちよつと無理なのではないか、などと心配する必要はない。多くの人は私どもから見るとあまりにも低すぎる願望を持っていて、それでもその達成をハナから半分あきらめている、という例が多いのである。

ところが、同じ化学変化でも、腐敗と醗酵^{はっこう}とは大違いだ。窮して腐ってしまったては、変にこそなるが、それはここという「変」のことではない。醗酵してこそ初めて正しい「変」が生じ、それがあなたを含めた環境を変えることによって、結局は道が開けるのだ。

たとえば、今までどうしても大勢の前で話ができなかった人が、自分の目標を達成するにはもはやその方法しかない、と窮したとき、初めて心構えに変化が生じる。その結果、大勢の視線は眼中になくなり、人びとがカボチャにしか見えなくなる。

そうやって初めて大勢の前で話すことが可能となり、彼の目標は達成される、というわけだ。

多くの人は、願望はあっても、自分自身が「窮」せず、したがって、「変」じないため、そこで窮（この窮はいわば腐敗のほうの窮だ。端的にいえば「クサッてしまう」わけである）してしまふ。これでは順序はメチャクチャ（「不窮↓不変↓窮」となって行きづまってしまふ）だから、達成できるものでもできなくなってしまうのである。

ここで、これまで述べてきたことを要約してみよう。

どうしたら「変」じられるかといえば、まず初めに「窮」することが必要だ。そして、この「窮」は、背水の陣を布くことによってもたらされるが、SSPSのセミナーあるいはSSPSⅠⅡシステムのソフトウェアの一つであるDAT（特定願望の達成誘導システム）を利用し、自ら思い極めることによって可能である。

アルファ支配の元での映像化技法は、それを継続するうちに、すべてを焼き焦がすような強烈なビリーディング（信念）が生じてくる。ウィリアム・ブレイクは「あることがこれこれこういうものであるとしっかり信じると、そのことがそのとおりのものになる」と言ったが、そのためにはどうしたらよいのか、というのがSSPS-V₂システムなのである。

8 窮して変じながら願望を実現化する

●成功に至るための「化学変化」

願望をもっているが、いつこうに達成しないという人の共通点は、「変」が見られない。ではなぜ「変」が見られないのか。

それはもうおわかりのとおり、窮していかないからに他ならない。窮には二つの意味がある。一つは「困窮」、もう一つは「限界に至ること」（アルバート・マグヌスのいう「過剰なレベルに達した情念」もこれと同じ意味合いをもっている）である。

いずれにしても、「もうこれしかない！」という状態になるか、そういう状態に自らするかによつて「窮」の状態は創り出せる。そうするとたとえていえば「化学変化」が生じて、そこから「変」が生まれ出る。

“変”はこのように願望実現に大きな力を発揮するが、もう一つ大きな力を持っている。それは、ある意味では、“変”自体が願望実現そのものであるということだ。

願望実現は、それに至る小さな願望実現の集大成といってもいいだろう。一つひとつ敵をつぶしていつて、最後にたどり着くところが願望実現の勲章なのだ。

しかし、その勲章を手にした者が、しばしば虚しさを感じるのはなぜか。彼は勲章を入手するまでの道程、すなわち“変”を回顧して、その道程にこそ充実に満ちあふれた時であったと思う。“変”は、ある意味ですでにその結果、つまり成功を先取りしているといえる。この“変”がもう少し心の深部で起こると自己拡大あるいは価値感の変化が生ずることがある。そうすると、今までめざしていた願望が、たわいのない小さなものに見え、より崇高な目標を見出し、あるいはまるで正反対のものに価値を見出し、それを達成することとなる。

斎藤道三（室町末期の武将。一四九四―一五五六）はある時期、本気で油商人となって大成しようと考えていたらしいが、その目標をほとんど達したかに見えたとき、心に何か“窮”するところがあり、“変”じて一国の城主に変身してしまった。

また、コケティッシュな女性を見そめて熱烈な片想いの末、結婚という目標を達成しようとして夢中になっていた男が、ついに“窮”して“変”じ、今までの弱気がフツと消えて、いよいよ“通”ずるか、というところでその女性にいや気がさし、写真も手紙も焼きすてしまったとい

う実話がウィリアム・ジェイムズの『宗教的経験の諸相』（岩波書店刊）の中に出てくる。

この場合、彼の心の中で生じた「変」は、これまで彼の目の前に立ちふさがっていた巨大な目標を、一挙にスポンと「無」にしてしまったのである。この例は失敗例だろうか。いや、彼は、多少寄り道をして本来の自己実現を果たしたのである。これは一般的な例ではないが「変」はこのような人間の可能性を拡大することもあるのだ。

バターになりたがっていたミルクが、なかなかバターになれず、「窮」して「変」じ、チーズになった。もう一つのミルクは同様にバターになりたがったが、ヨーグルトになった。「変」じた後、チーズはチーズであることに満足し、ヨーグルトはヨーグルトであることに満足したに違いない。

なぜなら、チーズにとって「変」ずる前のことは「無」でしかない。「変」じてしまえば、それ以前のことは無価値となるからだ。同様にヨーグルトも「変」ずる前のことは「無」でしかない。

ここでは「比較」の問題は生じない。この部分は少し分かりにくいかもしれないので具体的な例をあげてみよう。某大企業の社長、Xさんは酒を飲むと泣き上戸じょうことなつて、周囲の見境みさかいもなくワンワンと泣く、というクセをもっているとする。酒に含まれる脂肪族炭化水素しぼうぞくたんかすいそ水酸基置換体みさんきせいかんたいが彼の脳活動のバランスを崩させ、脳が「窮」してしまった結果である。しかしXさんは、酒を飲

まないときは、社員にも厳しいバリバリのやり手社長として知られている。

さてこの例の場合、酒を飲んで「変」じてしまっているXさんにとって、「変」ずる前のことは、完全に忘れ去っている。つまり「無」なのだ。同様にAさんに対して熱烈な恋愛感情を抱いているBさんが、翌日、何かの衝動でCさんに熱が移ってしまった場合、Bさんにとっては、もはやCさんに対する想いがすべてであって、Aさんは眼中になくなる。

つまりAさんはこの場合、Bさんにとっては「無」となる。総理大臣になるという願望も、人によっては「変」じた後、黒幕(?)になることによって、その願望の実現を見るのである。

なお、この「窮・変・通」の詳細は拙著『自分を思いどおりに動かす』や、『脳力革命』にわかりやすく述べておいた。

まぎれもなく脳は、実際に経験したことで、明瞭に頭の中でシネマテイクしたことで区別がつかない仕組みになっている。前者も後者も同じ経験として、心にとどまる。

とはいえ、成功を映像化シネマテイクスするだけで満足してはいけない。あくまで現実の成果に結びつかなければ、自覚夢以外の何ものでもなくなってしまう。

そして、真の成功とは、そのような明確な成功に至るまでの特定の「映像」を心にとどめながら、窮して変じつつ、それを現実化しようとする行動それ自体に含まれているのだ。だが、それはもちろん、輝やかなしい勲章を手にする道に通ずる最善の手段でもある。

「兄弟でロバをひいていたら、無駄なことをする、といわれたので、兄が乗ることにした。しばらくして行き違った人から、あの兄は年少者に対する愛情がないと非難されたので、遠慮する弟を無理に馬上に押し上げたら、礼儀を知らない弟だと、また人から叱られた。それではと、二人で仲良く乗ったら、こんどは動物虐待だと騒がれたので、二人でロバをかついで帰ってきた。」

さて、この兄弟はなぜ、このような無駄なほねおりを続けなければならなかったのだろう。

答えは簡単だ。この兄弟はロバを利用するのか、ロバを愛するのか、礼儀を守ることが主とするのか、年少者をいたわることを主とするのか、要するに目的が確立していなかったのである。目的（目標）さえ確立しておけば、このように個々の状況判断において右往左往することはなくなる。

あなたの人生、事業も同様である。人生は右往左往している程長くはない。

9 私はいくして目標／願望を実現した

◆冷静に行動できるようになり、会社経営にも大きなプラスが…

会社経営 藤田曜示

SSPシステムの中のテープを聴いていると、心が平穏になります。

以前から、自分の心をコントロールできないものだろうかと思っていて、座禅とか瞑想とかいろいろやってみたことがあります。

しかし、なかなか長続きしませんでした。やっぱり、心の状態、つまりアルファ波が出ているかどうかが目に見えないものですから、どうしても時間を浪費しているような気になってくるわけです。

その点、サイコフィードバック装置を使えば、誰でも心の状態というものを確認しながら瞑想できますから、漠然と瞑想するよりは格段に効率がいいと思っています。

『脳力革命』の本に「サイコフィードバック装置がなければ、ちょうど目隠しをしてピッチングの練習をするようなもので、なかなかストライク（瞑想波）を出すことができないのである。サイコフィードバックはこの目隠しを取り去る役割を持っている」と書いてありましたが、まさ

にその通りだと思えます。

冒頭にも述べましたが、SSPシステムを聴くようになって、本当に自分の心をコントロールすることができるようになり、心の落着きを得られるようになりました。

前は細かいことを気にして、心配しすぎる傾向があつて、寝る前にいろいろとよくよ考えたりすることがありました。人間関係においても、以前はすぐカッとなることがあり、人を知らずに傷つけていたこともありましたが、システムを聴くようになってから、そういうことがなくなりました。

心が落ち着いてきたことと関係がありますが、冷静に物事が見られるようになりました。現在コンピュータ関係の会社を経営していますが、このSSPシステムは仕事の面でもたいへんプラスになっています。

今後はSSPシステムでさらに脳力を開発し、自分のもっている潜在脳力を発揮できるようにしたいと考えています。

◆性格が一八〇度変わってしまった

会社員 小林明富

一分間に文庫本が一冊ぐらい読めるようになるという、速読に通っていました。

速読をやるにはどうしてもアルファ波が出せなくてはだめなんです。そのために、週一回、呼吸法などを習いに行くんですが、そこにはアルファ波を検出する機械が一台しかなくて、なかなか利用できません。

何かアルファ波のことがわかる本はないものだろうか、本屋で調べていたら、『あなたの人生自由自在』という本に出会ったわけです。

SSPシステムを聴いて三カ月ぐらいしてから、自分の性格がガラッと一八〇度変わりました。今だから言えるんですが、それまでの僕の性格は暗くて、何事にも消極的でした。

たとえば、人に時間を聞くと、普通なら、自然に「今、何時ですか」と口から出ますよね。僕の場合は、口に出す前に心の中でまず「聞けど」と一回決心しなければ聞けなかったんです。それぐらい消極的というか内向的でした。

会社でも部とか課が違うと、顔は知っていても名前はわからないから、言葉を交わすことは全然ありません。しかし、それがエレベーターの中でも気軽に世間話ができるようになりました。掃除のおばちゃんやタバコ屋のおばちゃんにも話しかけることができるようになりました。人としやべるのが全然苦痛じゃなく、むしろ楽になりました。

この間も学生時代の友人と久しぶりに会ったら、「別人のようだ」と僕の変わりようにびっくりしていました。

女性に声をかけることなど、昔なら考えられなかったけど、それも変わりました。今は何をしても楽しくて、寝るのが惜しいくらいです。

以前、翻訳家になろうと思っていたこともあって、電車の中で英字新聞なんかを広げることがあります。そんなとき、外人がそばに来るとドキドキしたものです。ところが最近、外人から話しかけられるのを待っているような変わりようです。性格を変えするという最初の目標は達成されました。これからも様々な自分の脳力を伸ばすために使いたいと思っています。速読も簡単にマスターできそうです。

◆SSPSシステムで集中力がつき、会計士試験にパス

I・T（匿名希望）

私は昨年、念願だった公認会計士試験に最終的にパスして、現在は会計士事務所を開いているものです。

思えば商学部の学生時代から会計士を夢見続けて、卒業後もさまざまな事務所の書生となつて、二次試験に合格してから七年目でパス、自分でもここまでよくやってきたな、と思わざるを得ません。もちろん、途中で何度もうけそうになつたことがあります。三八歳となつてもまだ親がかり（書生の給与など微々たるものです）で受験勉強をつづけるというのは、かなりの精神

的負担で、「どうせいくら勉強しても三次試験は受かりっこない」と、基本書を破り捨てたことさえあるのです。

しかし、もう一度トライしてみよう。それでダメならやめようと、一昨年、自らSSPSシステムを購入して、三次試験への再挑戦をはじめました。サイコフィードバック装置を用いて、脳波をアルファ支配に自己制御しながら行うとこの自己実現、潜在脳力開発技法については、前々から心理学を専攻していた大学時代の友人などから聞いて興味を持っていたのですが、親からの仕送りの金でそれを買う気にはとてもなれなかったのです。そこで六、七、八の三カ月間深夜警備のアルバイトをして、自ら稼いだ金でSSPSシステムを購入しました。

SSPSシステムをはじめて変化した点は、集中力がついたことはもちろんですが、目標達成のためのやるべきことがはっきりわかるようになりました。おそらく、SSPSシステムで潜在意識に刻み込まれた願望が、それを達成できるよう、知らず知らずのうちに私の考え方、行動を目標に導いていたのだと思います。自分の中に、自分を励ますもう一人の自分がいる——そんな感じがするのです。

それと、このシステムをやると記憶力もよくなるし、カンも働くことがはっきりしました。たとえば、重要な定義を暗記するときも以前とは比べものにならないほどスムーズに頭に入ってきて、わけなく憶えられるのです。

よく「記憶力の悪い人などはいない。人間はそもそもすばらしい記憶力を持っている。しかしその引き出し方を知らないから記憶力が悪いなどと思い込む」といわれますが、SSPSシステムを利用して、本当にその通りだと思えるようになりました。

また、これを使いはじめ、精神的にもリラックスできるようになり、あがり症だった私にとって、受験場での絶好のトランキライザーになってくれたこともたしかです。

そんなこんなで、私は晴れて公認会計士になることができたわけですが、これからは一日も早く自分の事務所を充実させる、という一点にシネマティクスをしばって、SSPSシステムを続行していくつもりです。この分では、予定より早く自分の夢が実現できるのではないか、そんな気がして今からその日を楽しみにしているところです。

◆一カ月でドイツ語がペラペラ

ビジネスマン 三橋峰雄

私は今の会社に入社するとき、大学でドイツ語を第二外国語として選んでいた関係で、ドイツ語はしゃべれるか、ときかれたので、しゃべれます、と断言してしまった。しかし私はドイツ語で知っているのは、実はデュー、デル、デン、デュー、という、名詞の頭に付く四つの冠詞だけで、あとはさっぱりわからなかった。

しかし面接でそう答えたのには訳があつた。以前、大映の永田社長だったか、入社するときに、外国語は全くだめなのに、出来る、といって入社し、そういつたからにはがむしやらにやらざるを得ないから、とにかく頑張つて、とうとうその外国語をものにした、という体験談を読んだ記憶があつたためである。

しかし、私の場合、まさか入社して四十日ほど（内示があつたのは入社して十日目だった）で西ドイツに役員の通訳として出張を命じられるとは思つてもいなかったので、すっかりあわててしまった。友達は喜劇だと言つて笑つたが、私はそれどころではない。

まず私が考えたのは、どういう病気にかかつて、行かずに済むか、という算段をすることだった。前の会社の上司とうまくいかず、もう四十に近かつたがやむにやまれず、女房の反対を押して切つて今の会社に再就職した以上、また辞めます、というわけには絶対いかなかった。

しかし、あと三十日しかない。足が地に着かない、というのはどういう感じなのか、私はこの時よくわかつた。結局、適当な病気が見つからないので、やれるだけやつてみよう、書店に行つて、ドイツ語の会話の本をあれこれ物色した。このとき、ドイツ語四週間という本を見つけたときには天にも登る気持ちだったことを今でもおぼえている。

ところが、この本は文法が中心で、四週間たつても相手としゃべるまでにはいかないことが、家に帰つてペラペラめくつていくうちにわかつてきた。私はすっかり絶望してしまつたが、何も

しないわけにはいかない。再び書店に出かけて、今度は、すぐしゃべれるドイツ語旅行会話テープなどというのを買ってみた。さっそく、家に帰ってテープレコーダーできいてみたが、これを三十日のうちにおぼえられるのか、と考えたらまた絶望感が私を襲った。

そのとき、兄が電話で、外国語を短期間で習得するサジェストペディアという方法がブルガリアで開発されて、驚異的な効果を上げていることを教えてくれた。本も出ているというので、探しに探して、やっと産業能率大学から出ている『全脳学習……サジェストペディア入門』という翻訳本を探し当てた。このとき、既にあと二十五日という執行猶予期間しかなかった。ほとんど斜め読みという感じでこの本を読んで行くと、このサジェストペディアという方法で、一日三時間半の学習で四週間で二千語を記憶した、という記事がのっていた。

そこでいろいろ問い合わせると、まだ日本では実験的にしかこの方法は行われていないということだった。何度も絶望しているのに、そんなものだろう程度の感じしか受けなかったが、この本の最後の所にサジェストペディアはアルファ波を利用しているようなことが書かれてあった。

そのとき、少し前にアルファ波がどうのこうの、という広告が電車の広告にあったことを思い出し、やっとエス・エス・アイという社名を思い出すことが出来た。すぐ一〇四番で調べてもらったら、SSI能力活性研究所というのがそれであることがわかり、さっそく電話したところ、SSPSシステムという潜在能力を開発する教材があつて、語学にも応用出来ることがわ

かった。そこですぐ購入して、とにかく最低限必要な部分を急いで吸収して、この前買った旅行会話テープを付属のサイコフィードバック装置に入れて聞くことにした。

SSIからもらった資料には客観的なデータがたくさん載っていたので、すべてをこれにかけると決意をして、毎日、夜と朝の合計四時間をドイツ語会話のアルファ学習に当てた。

このサイコフィードバック装置は、アルファ波が出るとドイツ語のテープが回転し、気が散るとストップする仕組みになっていて、実に便利だった。そして、実際海綿が水を吸収するように、ドイツ語が頭の中に入っていたのには、われながらびっくりした。

こうして二十三日間、ぶっ続けでドイツ語会話に取り組んだら、何とかドイツ人が話すスピードと同じくらいと思えるスピードで基本的な語句は話せるようになった。単語もちょうど千五百語覚えることができた。こうして、四日間のドイツ行きは何とか可もなく不可もなくやりこなすことができた。

しかし、私にとってプラスになったのは、このあと、がぜんドイツ語をマスターすることにやる気がでたことだ。まずリンガフォンのドイツ語コースのカセットをサイコフィードバック装置を利用して五週間で全部やり遂げてしまった。次にフランス語のコースを二カ月でマスターしてしまった。フランス語は特に学んでどうするといった目的がなく、ただやる気だけで取り組んだので少し時間がかかってしまったが、それでも超スピードで覚えることが出来たと思う。

また、SSPSシステムのテープを平行してやっているうちに、これまで立てた願望（まだそれほど大きなものではないが）はすべて実現したのだ。

あとがき

人はなぜ成功しなければいけないのか。「成功なんて、どうでもいいではないか」と言う人もいる。よく聞きだしてみると、成功を非常に狭い意味でとらえていることがある。高い地位につくこと、金持ちになること、成功とはそういうことだと思っていないのだ。

これは止むを得ないことかも知れない。高度成長期以前では、成功はほとんどそのような意味合いでしかとらえられていなかったのである。そして、今もその名残りをとどめている。

しかし、本来、成功とは「欲求の充足」「願望の充足」ということであり、人間にとって最も望ましいのは、「自己実現の願望」を持つことであろう。あなたはその脳力の多くを、「潜在能力」としてあなた自身も気付かずに所有しているのである。

これはちやうど庭に一〇〇億円の宝物が埋まっているのに、気付かずに放置しているのと同じことだ。花咲か爺さんには白いポチがいて、ここ掘れワンワン、と言って宝のありかを教えてくれた。本書はそういう意味で白いポチと同じ役目を果たすものである。

しかし、実際に掘るのは花咲か爺さんと同様、あなた自身である。

欲張りじいさん（この例の場合は「欲なしじいさん」と言ったほうがよいだろう）に相当する

のは、「半信半疑」という、ある人にとってはとてもありがたい言葉だ。

ある人というのは、成功に向かって断固として突き進んでいる人のことである。ではなぜ「ありがたいのか?」。当然のことだが万人が万人成功を確信して行動を起こす、などということはありませんからである。

人の性格は様々である。プロローグにも書いたように、大自然というのは、よくしたもので、このような混乱が生じないようにできているようだ。「突き進む人」によって、これほどラッキーな環境はない。

さて、半信半疑の欲なしじいさんの寝言はいつも決まっている。「願望が思い通りに達成される方法があるなんて考えられない。どうせなら、願望が実現されなかった例も書くべきではないか」

「願望実現」ということに関して、これまでのイメージを拭いきれない人にとっては、このような質問も止むをえないことかもしれない。私はこの点について次のように考えている。

たとえば、あなたがたがどこかの観光地にドライブ旅行をしようとしている、としよう。その場所が、たとえば山田温泉だったとする。ところが、いざ出発というときにあなたは「本当に山田温泉に行くことができるだろうか。もしかしたら、山田温泉に着くこと自体ありえないんじゃないだろうか」などと考えるだろうか。

あなたがノイローゼにかかっていない限り、まずこのような考えは浮かんでこないはずだ。なぜだろう。

山田温泉に行こうとすること自体、強いていえば、これも実現へ向けての願望設定以外の何ものでもない。しかし、あなたは山田温泉で湯に浸かっている（Ⅱ願望実現）であろうことに何の疑いも持たないだろう。文字どおりこの場合、願望を設定したときにそれはすでに実現しているのだ。

このような例はあなた自身、日常的に経験しているのである。だが、それをあえて願望設定とおりの願望の実現であるとは気付かないだろう。その理由は「実現が容易」だからである。

では、なぜ実現が容易なのだろうか。それは、その願望設定と実現のプロセスの中に既に「願望実現のプログラム」がセットされているからに他ならない。

そのプログラムとは何か。ドライブ計画を立てるくらいだから、あなたは車の運転方法を熟知している。また目的地へ行くルートも地図で知っている。これらがそのプログラムの中身である。この二つが欠けていたら、あなたは確かに、目的地に本当につけるかどうか半信半疑になるしかない。願望実現のノウハウというのは、ここでいう運転技術（交通規則）と地図と同じなのだ。

「願望が実現しなかった例」として、途中で車が橋から落ちるか、目的地の温泉旅館が火事で灰

と化すか、また大地震がおきて道路が寸断されるか、これ以外に何万例でも列挙できるだろう。あなたは、このような例を目にすることがあなた自身で何か新しい事を起こそうとする糧になると思うだろうか。

とはいえ、糧になる失敗例というものの中にはない。そこで、私は本書において「失敗の原因」を整理し詳しく述べておいた。もちろんこれ以外にも、決断のミス、判断のミス等々が考えられるが、それらはSSP-S-V₂システムを実践する中で、普通ならそのようなミスを犯したであろうが、そうせずに済むこともある。

それでもやはりミスを犯してしまうことがある。だがミスをしない人間、あるいは全くミスをせずに大願望を達成した人間など、世界のどこにもいないことを想起すべきであろう。最も重要なことはそのようなミスを乗り越え乗り越えして、大願を成就することにあるのだ。

最後に特筆すべきことは、成功した人に共通する特徴は、成功ということに対する素直さを持つているということである。成功を疑っては、「もし、神様がいるのなら、私の願いを叶えてください」という祈りと同様、叶うものも叶わなくなってしまうだろう。

ところで、SSP-S-V₂システムには「願望実現／目標必達チャート」という記入式マニュアルがついている。

思考と行動の接点はこのチャートにあると言っても過言ではないだろう。SSP-S-V₂システ

ムとは、このチャートにあなたが様々な願望や目標を記入し、そして記入しただけではなく、行動を起こさせ、そして実現に至らしめるために存在する。

このチャートをご覧になって、あなたは願望や目標というものが、二種類あることに気がつくかも知れない。チャートの表紙に記入すべきもの、それが第一の願望／目標である。今の会社を「世界一の大企業にする」というのが、あなたにとつてそこに書き入れるべき願望／目標かもしれない。これを「結果願望」（結果目標）という。

多くの人びとはこの「結果願望」を立てるだけにとどまるため、遂には単なる夢で終わってしまふことになるのだ。夢で終わらせないためにはどうしたらよいか。

チャートをめくって、願望／目標の細分化のところを見ていただきたい。大きな願望が細かく砕かれて記入されるようになっていくが、ここに記入された願望（あるいは目標）は「実行願望」（実行目標）と呼ばれるものである。この「実行願望」を欠いた「結果願望」は車輪のない自動車と同じなのだ。この場合、「結果願望」は、いつまでたつても実現されることはない。

そういうわけで「実行願望」は文字どおり「夢のかけ橋」の役割を果たすものといえる。だが、そこまで記入しても、あなたに「ヤル気」が欠けていたら何にもならない。それだけではない。先見力も決断力も集中力も「結果願望」の実現には不可欠である。

このように書くと、では一体どこから手をつけたらよいのか、と思われる方もいるだろう。し

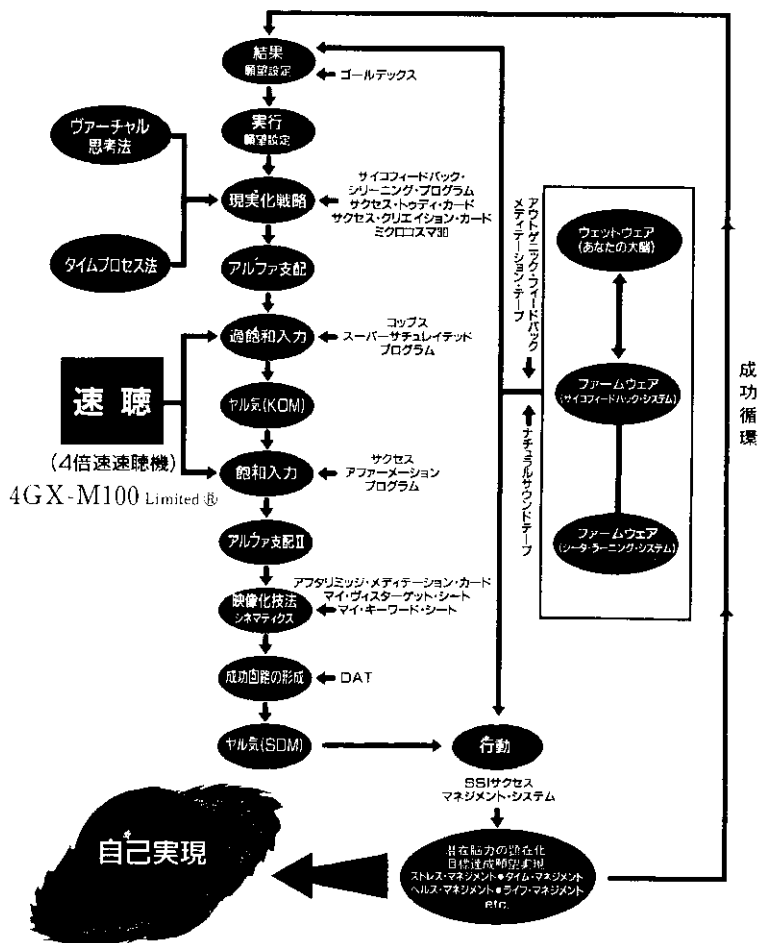
かし彼らの様々な“成功要素”は一本の線で結ぶことができるのだ。それを示すのがSSPS—
V₂システムそのものなのである。

SSI脳力活性研究所長

田中孝顕



SSPS-V₂システムの構造



SSPS-V₂システム構成表

ウェット ウェア

- あなた自身の脳
140億の素子を持つ、この世で最も精巧な「システム」。十分に活用しない手はない。

ファーム ウェア

- サイコフィードバック・システム1セット
KLAUS3000PF
脳波がアルファ波になるとテープデッキが動きだし、気が散るとストップするシステムであるため短期間にアルファ支配になれる。
- シータ・ラーニング・システム（オプション）1セット
呼吸をフィードバックし、覚醒シータ支配に導くシステム
- 速聴機（オプション）1セット
スーパーリスニング・システム4GX-M100 Limited
特殊技術でテープ速度を通常の4倍の速さまで再生することができる。
- アウトゲニック・フィードバック・メディテーション・

ソフト ウェア

- テープシステム [AFT] 6巻
アルファ支配の要素の1つ「深いリラクセス状態」を体得するソフト。
- ナチュラルサウンドテープ [NST] 4巻
波、川、森、せせらぎ、など数種の自然音を用いて深いリラクセスを得るソフト。
- 願望実現シネマティクス・ユニットテープ [DAT] 1巻
願望や目標をアルファ支配でこのユニットに組み込み、実現に向かわせるソフト。
- サイコフィードバック・シリニング・プログラム (PSP) 10巻
心の躍動とゆとりを起こさせ、大脳に成功回路を形成させるソフト。
- コップス・スーパーサチュレイテッド・プログラム [KSP] 24巻
プラスの言葉を大脳に次々と吸収させる（過飽和入力）学習。
- サクセス・アフターメーション・プログラム [SAP] 20巻
過飽和入力で引き起こされた強い意欲を、願望実現、目標達成まで持続させる。

ツール

- SSPSマニュアル 1セット ●PSPマニュアル 1セット
- KSPマニュアル 2セット ●SAPマニュアル 1セット
- ゴールデックス [システム手帳] 1セット
自己実現に必要なフィードバックを豊富に備えたオリジナル手帳。
- 目標優先順位決定チャート3枚
数多くある目標や願望を同時に達成優先順位に並べかえるシート。
- サイコフィードバック・シリニング・データ・シート6枚
AFTの結果を記入し、日々の進捗状況を把握できるシート。
- アフターメーション・カード30種1セット
あなたを奮い立たせる言葉を体系的に各カードに印刷。
- アブタリミッジ・メディテーション・カード7種1セット
頭の中に明確なシネマティクスを同時に形成する事ができるカード。
- マイ・キーワード・シート1セット
目標・願望を言葉（キーワード）にするシート。
- 30年カレンダー（マイクロソマ30）1セット
30年間が一覧できるカレンダー。約30年間の願望・目標が記入できる。
- マイ・ウィスターゲット・シート1セット
目標・願望を映像化 [シネマティクス] するシート。
- サクセス・トゥデイ・カード1セット
1日単位のスケジュール管理カード
- サクセス・クリエイション・カード1セット
既成概念・固定観念にとらわれず、発想、アイディアを高めるカード。
- カウンセリングカード1年間
- 定期発行誌1年間
- SSPSセミナー

フォロー システム

著作権に関する表示

この小冊子は、著作権に関する各条約および著作権法により保護されています。

著作権者の許可なく複製、コピーをすることを禁じます。

COPYRIGHT © 1993・1996 田中孝顕

著作権者 田中孝顕

発行元 SSI脳力活性研究所

発行日 1993年10月30日 第108刷

改訂版 1996年7月18日 第1刷