

【注: 本ファイルの内容は、北岡泰典の新メルマガ「**Recursive Ascension** リカーシヴ・アセンション (永遠の自己超越...)」(<https://saipon.jp/h/arg121/>) の配信号から抜粋されたテキストになっています。】

=====

【件名】【RA1】永久に0円

こんにちは、北岡泰典です。

今日からあなたに、「人生の可能性を使い切り」
成功と幸福に直結する極秘のトリガーを
『完全に無料』でお伝えさせていただきます。

なんだか怪しいテーマに感じるかもしれませんが
至って真面目に書いているので
ぜひ読み進めてください。

先に特典をどうぞ：

読者から北岡に鋭い10の質問：

https://youtu.be/tiLcebKd_h8

=====

Recursive Ascension

リカーシヴ・アセンション (永遠の自己超越...)

=====

現在私は世界トップ企業創業者たちのマインドと
同格以上の思考レベルを持つ唯一の日本人です。
(これから私の教えで量産しますが...)

つまりは「GAFAM」や「イーロン・マスク」の

成功法則や考え方が手に取るように分かる
ということです。

時価総額でいうと 1 0 0 兆円～5 0 0 兆円
総資産でいうと 1 0 兆円～6 0 兆円の世界ですね。

(私と 5 分話せばそれにも納得してもらえるかと。)

周りの方いわく北岡泰典は、

ある日突然現れて...
目の前の人間をわずか数分で改革し
(しかも永遠に成長を続ける思考革命を...)

さらには今まで夢にも描いていなかった
高次元な目標やビジョンを達成してはまた次へと
躍進が止まらなくなるような
(まさに永遠の自己超越)

人間改革の天才だと評価してくれます。

(私がどんな人物か？をまだ
わかっていない方は先に特典をご覧ください。)

=====

Recursive Ascension

リカーシヴ・アセンション (永遠の自己超越...)

=====

私のコンサルティングは
現在もの凄く...高いです。

『2 時間の zoom コンサル＝2 5 0 万円』
という金額を頂いています。

(年内には 2 時間で 6 0 0 万円に値上げ予定です。)

1000万でも2000万円でも払うから
一番弟子にしてくれ

と言ってくれる人もいたり、
(東証プライム上場企業の創業者など)

何かに怯えたり、自分の限界を悟ったり、
幸せになれない見えない壁にこれ以上人生を
ジャマされたくないです

と **SOS** の連絡が毎日のように届きます。

私は日頃は自分の脳ミソのアップデートに
全神経を注ぎたいので、

こういう風に言っていたいでも現在、

「既存の生徒さんからの紹介」
「特別な案内リンクからの応募」

のどちらか以外の入り口は用意していないため
なかなか力になれずにいたのですが

このメルマガでは毎日のようにあなたに
メールで話しかけることができるので

たくさん得られるものを
吸収して欲しいなと思っています。

実際にこのメールでは経営者向けに
今後上位で売上高100兆円、
時価総額1000兆円になる
未来の資本主義において

「日本発祥」で世界1位を獲る企業文化、

イノベーション、組織論を構築する

『メタ心理学』についても解説していきますし、

それ以外にも...

(配信を予定している内容...)

=====

- ・「お金」という概念を逸脱し
「自由な幸せ」手にする精神ノウハウ
- ・タイムマシン **Business** 手法
- ・富の秘密と億万長者の教え
- ・何が起ころうとも一切同時ない
「絶対的不動心」の会得法
- ・人生の可能性を使い切って
どんな希望も叶う運気の寄せ方
- ・美女を好き放題“アレ”する手順
- ・20歳若く見られる東洋西洋ミックス医学
- ・GAFAM 創業者やイーロン マスクの脳内解剖
- ・なぜ GAFAM はすべて西海岸発祥なのか？
- ・150億個の脳神経細胞を全て
コントロールする科学的アプローチ
- ・常に既存の殻（リミッター）から
外に出て、限界を超えるメソッド
- ・意識と無意識の間のラポール欠如を
逆手にとる覚醒法
- ・経営や人生において最高のパフォーマンスを
常に出す「ゾーン」の入り方
- ・シリコンバレー文化の源泉とは？
- ・葛藤のない人生を送るたった1つの秘密
- ・自身の天命を知る10分間の自問自答集
- ・魅了と浪漫を合わせ持った
カリスマ力のある指導者になる人間改革法
- ・目標とする人物を3年で追い抜く思考術
- ・刺激と反応の間に存在するスペースをコントロールし
世界最速でアイデアを実現する反射法
- ・日本最高峰の左右脳交流型学習

- ・「知識 → インプット」ではなく、
「知識→体が覚える」にすべきなワケ
- ・ ChatGPT に尊敬される人間になる 5つのポイント
- ・ シンギュラリティ後に
ボロ儲けするイノベーターになる 3つのトリガー
- ・ ブルースリーが恐れる
「1つの蹴りを1万回続ける奴」とは？
- ・ リーダー（社長）がいなくて10兆円、
日本に成功事例がない「ティール組織」の解説
- ・ 戦後80年間の GHQ 体制の洗脳から抜け出し
日本人の器を超える方法
- ・ ほとんどの心理的問題は
扁桃核の暴走が原因である秘密を暴露
- ・ 神がどのように人間の脳を作りたもうたか
を明示化した fMRI
- ・ 瞑想と催眠の違いについて
- ・ 悟りとは何か？
- ・ 現象界での裕福さ vs 精神世界での裕福さ
- ・ 生まれる前の自分の顔と死んだ後の顔は同じ？
- ・ 認識的拡張主義者とはどういう人？
- ・ 「メタ」である「絶対的観照者」とは？
- ・ 「神の三大定義」：
究極のメタ／究極の柔軟性／究極の自己同一化解除
- ・ 他人とのコミュニケーションで
常にマウントが取れる魔法
- ・ 業界で TOP になるアーキテクチャ思考法
- ・ 二元論を超えた非二元論と一元論の違い
- ・ 世界中から応援されるカリスマ性の目醒め方
- ・ 「記憶力を37倍」にする脳ミソの情報処理革命
- ・ 絶好調を“意図的に呼び起こす”
継続的な「ゾーン」状態アクセス法
- ・ 日本に蔓延するイノベーションもどきではなく、
時価総額1兆円～の「真のイノベーション」獲得法
- ・ 自由自在に「ゾーン（フロー）状態」に自由自在に
入れるようになり恒常的にピークパフォーマンスを
発揮する方法

- ・ 1年以内に「3000億円」を集める
資本主義100年の原理原則
- ・ 人生の幸福を1ミクロンも逃さない心理術

...etc

=====

これらは氷山の一角です。

など、お金、人間関係、健康にまつわる
世界中から集めた最新のノウハウを
徹底的に公開していきます。

もちろん内容の核になるのは私が
世界を飛び回り50年研究を続けてきた
「NLP」と

NLP を現場に落とし込んで
最大の効果を達成できる
北岡の独自開発メソッド「メタ心理学」です。

『人生そのものが好転』する話ばかりで
本当に『世界を代表する起業家』に直結する
『思考法（ノウハウ）』も話していきます。

「人生が劇的に幸福に変わるノウハウ」

も出し惜しみなく配信予定です。

（大袈裟に感じるかもしれませんが、本当に。）

そして、もちろん0円です。

このメルマガ自体、
いずれは有料にしていくつもりですが
すでに登録頂いているあなたは
『永遠』に無料で送らせて頂きます。

『読むだけで自然に日本の上位0.01%に入れる』
(経済・精神・幸福度が...)

そんなニュースマガジンです。

読んで得する事はあっても
損する事は無いと思います。

=====

毎日『夜18時』頃に、
【RA〇〇】～～(タイトル)～～の件名

=====

でメールをお送りさせていただきますので
是非明日以降も読んでくれると嬉しく思います。

では、今回のメールはこの辺で...
最後まで読んでいただきありがとうございました。

北岡泰典

=====

【件名】【RA2】"ニンゲン"になる方法

こんにちは、北岡です。

あなたは自分を信じていますか？
自分の才能が誇らしいですか？
自分以上に幸せな人間はいないと言えますか？

今日のメールを読むと
幸せになる方法と
自分が愛おしくてたまらなくなる

そんなきっかけに出会えます。

私は自分のことが大好きです。
今この瞬間に死んでもいいと思えるくらい
幸せ者だと思っています。

私は「メタ心理学（NLP）」という学問を通して

『人間があらゆる支配から解放されて
自由な幸せを手にする科学的アプローチ』

『日本から世界トップを獲る起業家や
イノベーターを生み出すマインドセット』

を教えながら日々を過ごしています。
※このどちらかを求めている人は必ず役に立ちます。

限界だと諦めていたリミッターを外し
青天井に自分のロマンや夢を叶え続けるための
必要なステップを全て伝授しています。

ちなみに、

Google

Apple

Facebook

Amazon

Microsoft

などのアメリカ最強企業はもちろんのこと、

イーロン・マスク

スティーブ・ジョブズ

マーク・ザッカーバーグ

ラタン・タタ

など現在は大富豪で天才実と呼ばれる人達も
NLP の心得を持ち、極みに達している人物です。

NLP とは天才を大天才に化けさせる学問ですが、
あなたに秘めた天才を引き出すのも
NLP なので安心してください。

私はこの NLP を英国滞在中の 1988 年に
共同創始者ジョン・グリーンダー氏から
直接直伝を受けた後、30 年以上、
学習、実践、教授を続けてきました。

イギリスのウィンストンチャーチルの親族、
リチャードブランソンのパトロンなどの
貴族や、某王女などの王国から、

世界各国の **CEO** たちにも
指導をさせていただいた後に

日本に帰国して知った「国内仕様の **NLP**」
のレベルの低さには腰を抜かしました。

そこでやっと私は、

- ・日本人の幸福度が先進国でダントツ底辺のワケ
- ・日本で世界に注目される技術や事業がない理由
- ・日本人が小心的でカリスマ性や魅力が薄い根拠

などを悟りました。

そんな状況を打破すべく、
NLP を日本人のマインドに落とし込み

最大の効果を発揮できるようにした
独自メソッドが『メタ心理学』です。

これ以降のメールでは **NLP** ではなく
基本的に「メタ心理学」と話します。
(「メタ心理学は、商標登録済みです。)

1975年に米国西海岸で創始された **NLP** は、
それ以前の長期的なセッションが必要だった
カウンセリング、コーチング等の欠点を克服し、

たった1回のセッションで、
クライアントの極度の心理的問題を
解決することを可能にしました。

この事は1975年のベトナム戦争終結と共に、
トラウマや **PTSD** を抱えたベトナム帰還兵が
大量に米国に帰国し始めていて、

長期ワークではなく、
「短時間療法」が求められていた、
という時代背景を反映していました。

一点、象徴的な話があります。

あるワークショップで **NLP** 共同創始者が、
30年間エレベータ恐怖症をもっていた女性の
パニック症候群をたった20分で解消しました。

（これは、「フォビアキュア」という
私のワークでも達成可能になります。）

その後この女性は会場から外に出て
廊下の先のエレベータまで行って
ワークの効果を確かめるように言われました。

ただ2時間待っても
女性は会場に戻ってこなかったので、
心配になって様子を見に行ったら、彼女は

「30年間乗れなかったエレベータが
こんなに楽しいものと知らなかった！！」

と大はしゃぎで、ずっと
上に行ったり下に行ったりすることを
繰り返していました。

すなわちメタ心理学は、
国内であれ、サハラ砂漠であれ、南極であれ、

とにかく一定の形をした
金属製の箱に入ったとたん

間違いなく首尾一貫して、
ある一定の同じ行動、思考パターンを、

寸分も変わらずに、何十年にもわたって
発揮し続けられるということです。

野球で言うと、以前のイチロー選手が、
米国の条件の異なるどの球場に行っても、
年間 200 本以上のヒットが打てた

「首尾一貫した天才性」

とまったく変わらない、
と結論づけられています。

もし仮にあなたが人生上、
葛藤をもち続けていて
「満ち足りた人生を生きる」
ことができていないとしたら、

その原因は、上述のエレベータ恐怖症の女性が
もっていたような同じ行動、思考パターンを、

「無意識的に、永遠に繰り返してきていた」

ことにあります。

メタ心理学はずっと、この無意識的に
「繰り返してきていた行動、思考パターン」を
イチロー選手のような「成功パターン」に
変換することができます。

私自身も、1988年に学び始めた
NLP（メタ心理学）を通じて、

生後4ヶ月で罹った脳性麻痺の後遺症のため
5歳と10歳の時に入所した養護施設で
長年抱えていた「精神的蟻地獄」からの
脱出が可能になりました。

ただし、以上の話は
「メタ心理学」の場合であって、

1975年当時の
NLP 共同創始者が達成していた偉業を、
国内の NLP の先生等が達成できているか
これは、かなり疑わしいです。

アメリカ西海岸で生まれた
NLP の実践者のマインドセットは、

その後同じく西海岸発祥の 1990 年代以降の

“GAFAM ”
(Google、Apple、Facebook、Amazon、Microsoft)

の創業者のマインドセットである事も発見しました。

このマインドセットは端的に言うと、

「通常は現実と思われているものを
仮想現実化できる能力」

と密接に関連しています。

このような西海岸文化の歴史のない日本人でも、
ごく短時間でこのマインドセットを
インストールできるようにしたのが、

私が2年前に独自開発した
「メタ心理学」です。

メタ心理学ワークは、常にドーパミン等の
脳内快楽物質を分泌して、ワクワク感をもって
NLP ワークを永続できるので

下記のようなことが実現します。

- ・葛藤を克服して、内的一貫性を達成する
- ・自己変容を続けることができる
- ・経済的な心配がなくなり、楽しんで稼げる
- ・人生が楽しくてしかたない
- ・試行錯誤のノウハウを全面活用できる
- ・変化のビッフォア／アフターの差分が取れる
- ・行動を自由にコントロールできる
- ・見る前に跳べる
- ・失敗から学んで、未知の領域に行ける
- ・外部に対して自己主張できる
- ・評論家を超えたリアルな経験を重視する
- ・自分自身を正当に愛せる

...etc

さらにメタ心理学ワークの受講者は、
「現実を仮想現実化」することで、
以下のことが可能になります。

- ・ピークパフォーマンスを邪魔する
「ボトルネック」を特定して解消できる

このことにより自分自身に制限をかけている
「リミッター」を外すことができるようになります。

言い換えれば、
同じことが永遠に繰り返される『マトリックス』
からの脱出が可能になります。

- ・脳の OS をアップグレードして、
GAFA の創業者のマインドセットを
身につけることができるようになります。

このことによりどんな課題にも対処できて、

何が起こってもドーパミン等脳内快楽物質を分泌し、
ハッピーでいられるようになります。

・「ゾーン（フロー）状態」に自由自在に入れて
今までの「思考のループ」から解放される。

このことにより、
イノベーションを起こせるようになり、
同時に自身の本来の天命を知って
ライフワークとして、実現する事ができます。

このようなメタ心理学をメインに
今後このメールではあなたを想って
送っていきたいと思います。

ちなみにメール冒頭の問いかけに戻りますが、

私は大の幸せ者です。

『教育とは教育する側こそ
最も教育されている。』

と常々考えています。

人生永遠に誰かを教育し続けたい、
"人の鏡"を継続し続けるのが
メタ心理学を教える私の活動です。

あなたはまだ自身の
強みや武器が見つかっていなくて

自分の才能を知らず、
ゾーンに入った状態の
自分を見ていないと思います。

私はメタ心理学を通して覚醒した状態こそ

人間の本来のポテンシャルであり
美しさだと思っています。

つまりほとんどの人間はまだ
成長前の赤ちゃんのような状態です。

今はまだ不安や葛藤がたくさんあって同然です。
これからあなたの可能性を全てを開きます。

そしてニンゲンになりましょう。

その先で輝きに満ちたビジョンが待っています。

今日はここまでです。
また明日の【RA3】でお会いしましょう。

北岡泰典

=====

【件名】【RA3】洗脳と不都合な真実

こんにちは、北岡です。

先日21才の起業家に
面白い質問をいただきました。

「北岡さん、世界最高峰の起業家に
なる方法を教えてください！」

とのことでこのトピックは、
個人的に興味深いと思いました。

それを達成するためには
「洗脳」を解かないといけません。

今日の内容は何かしらの
「夢やビジョン」がある方には
マストの話なのでぜひ読んでください。

まずは以下、
「不都合な真実」を
4つ言及します。

【①戦後80年間の呪い：】

今、私のこのメッセージを読まれている方は、
シリコンバレー文化あるいはそれから派生した
「GAFAM文化」の源泉が何か知っていますか？

私は国内のIT関係者ですら、ほとんど誰も
この質問に答えられないという事を耳にしました。
彼らは自社のエンジニアあるいは幹部を

シリコンバレーに長期派遣して、

シリコンバレー文化を
「モデリング」しようと
しているということですが、

目に見えるシリコンバレー経営者の
日々の生活と動向を観察しても、
いっさいその文化の源泉がわからない、
という状況らしいです。

私は20年間の欧米滞在の後、千人単位の人々に
NLP を教えたが、おしなべて日本人は、

「現象界の出来事の源泉や原理原則を探らない」

ことに、驚愕しました。

たとえば NLP 業界で、ある先生のもとで学ぶ場合、
その先生がどこで誰から何を学んできたか？
を知ろうともせずに、

あたかも誰が教えても、
同じ NLP を学べると思い込んでいるようです。

たとえばその先生の質がかなり悪い場合でも
生徒さんは騙され続けている事にすら気付かず
私はその様子を目の当たりにしました。

このような状況は、日本の学校教育のせいですが
実はその学校教育は1945年に終わった
世界大戦後の GHQ 体制に基づいてきていますが、

現代人の誰も80年間の間
GHQ に洗脳され続けていることに
気づかされてさえいないようです。

以上の話は、冒頭の

「シリコンバレー文化あるいはその派生物の
「GAFAM 文化」の源泉が何か、知っていますか?」

の問いとも関係しています。

戦後 80 年間の GHQ 体制のせいで、現象界の
出来事の源泉や原理原則を探ろうとしないように
訓練（洗脳）されているので答えられないのです。

日本人には答えられないこの問いの答えは、

60 年代の

ヒッピー文化、
カウンターカルチャー（対抗文化）

にあるというものです。

そしてこれは、欧米では高齢者の世代だけでなく、
親から文化的伝統について教えられている
若い世代の人々も知っている「常識」です。

この常識を知らない日本人が、

「GAFAM を超えるマインドセット」や
「イノベーションを起こす思考」を

もてるわけがありません。なので...

「世界最高峰の起業家になりたい」と思ったら、

まず 60 年代の
ヒッピー文化、カウンターカルチャーが
何であったか？

を深く研究してください。

これは単なるサジェスションではなく、
「必須課題」です。

もちろん、メタ心理学では
避けては通れない話なので
メタ心理学を通して学ぶこともできます。

【②GAFAM の起源】

さて、そのヒッピー文化、
カウンターカルチャー (対抗文化)ですが、

2001年の帰国後、若い世代のほとんど誰もが
これらの言葉を誰からも聞いたことがないという

世界的に言って「著しく時代錯誤」の事実を知って、
私は腰を抜かしました。

60年代の西海岸
(サンフランシスコのヘイトアシュベリー地区)

で誕生したヒッピー文化は、
反戦運動の趣きを強くもっていました。

そのため1975年のベトナム戦争終結の年に、
ヒッピー文化は「終焉」しましたが、その後、

1980年頃から「西海岸文化」
(これは、私自身の表現です)

として発展、醸成、成熟していった、

1990年代の終わりに
GAFAM を生み出すことになりました。

実はベトナム戦争が終結し、
ヒッピー文化が終焉した1975年に、

UCSC (カルフォルニア大学サンタクルーズ) で
NLP が誕生しているのは偶然ではなく、

1980年頃から1990年代終わりにかけて
発展、醸成、成熟していった西海岸文化に
多大な影響を与えている事は容易に想像できます。

国内で上記の私の主張がこれまで
「抹殺」される傾向のあった度合いと、

日本で GAFAM やイーロンクラスのイノベーターが
いっさい生まれえない度合いは、
「正確に正比例」していると思います。

なぜ私が上記のことを
自信をもって主張できるかというと、

西海岸文化が
1980年頃～1990年代にかけて

成長、発展、醸成、成熟していった時期と
ちょうど重なる1981年から2001年の間、

私は欧米に滞在し、西海岸にも通算 1 年間滞在し、
その間「世界中が西海岸文化に席卷されていた」
ことを、つぶさに見て体感していたからです。

たとえばですが私は IT 業家等に
多大な影響を与えている著名な欧米の
コンサルタント、ベストセラー作家、マーケター

の多くは、西海岸文化の洗礼を
受けてきていると思っています。

一例ではありますが、
そのようなVIP マーケターの一人に、

ジョーヴィタリー (Joe Vitale)
という方がいます。

この方は私のインド人師匠の弟子で、
1983年頃西海岸オレゴンのコミュニティに
滞在していました。

私自身も、1983年と1985年の
春から秋にかけてにコミュニティにいたので、
「モール (ショッピングセンター)」で、

私が通りを歩いている時ヴィタリー氏と会って、
「ハロー」といった挨拶を交わして、
「ハグ」した可能性が高いと思っています。

【③団塊の世代の功罪】

なぜ欧米では60年前の「ヒッピー文化」の
(あるいは、1980年以降の「西海岸文化」)

伝統が連綿と受け継がられて
語り継がれてきているのに、

日本では「ヒッピー文化」は死語で、
「ヒ」の字も語られないのかというと、私は、

「団塊の世代の功罪」に、
その大きな原因があると思っています。

このことについては以下の
「歴史を動かす米大学反戦デモ」の記事で、
解説されていますので、読んでみてください。

<https://www.mag2.com/p/news/598267>

さらに言うと、実は国内でも、60年代に、
「ヒッピー文化」が導入されようとしていましたが、

当時は「反体制的」な要素の濃いこの文化と
学生運動とが密接に関係していました。

要は、日本の学生運動家たちは、
(団塊の世代が中心)

1969年1月の東大安田講堂事件で、
完全敗北を経験しました。

安田講堂事件とは、東大の安田講堂に
立て籠った全共闘の学生たちが
機動隊の放水車の放水を浴び、
降伏して逮捕されることによって、(それ以前は、
日本に革命が起こるかもしれないと思わせていた)

日本の学生運動の敗北を
実質的に決定づけた事件でした。

作家の故三島由紀夫によると、
三島がある時会って話をした、安田講堂事件の
際機動隊の指揮を取っていた現場トップの幹部が、

三島に「実はあれは何がなんでもやりすぎでした」
と告白したくらい、警察の威信をかけた
「命運を決した戦い」だったようです。

私はこれにより団塊の世代の人々は、
それまでの自分の行動を、

「若気の至り」と思うようになり

自分の子供や孫に
何も伝えなくなったと考えています。

この挫折を経験した団塊の世代の人々は、
80年代に「エコノミックアニマル」として
世界中に名を轟かせましたが、

これも90年代終わりの
「バブルの終焉」とともに、
「二度目の挫折」を味わうことになりました。

このことについてはだいぶ前に、
あるテレビの番組で、元プロ野球選手で
元参議院議員の江本孟紀氏（団塊の世代）が、

団塊の世代の自己矛盾は、その前の世代が
軍国主義から民主主義に一夜で転向したことを
見てしまったためだったのではないかと

といった議論がされているときに、

「団塊の世代は確かに『言行不一致』だった。
彼らは今後退職してから死ぬまでに
10年から20年の余生の人生があるが、

その間に何らかの『落とし前』を
取ってもらう必要がある」

という意味のことを発言されていました。
歴史の話が長くなりました。
（大切なのでまた続きを解説します。）

私は日本人が西海岸文化の **GAFAM** レベルの
イノベーションを達成させる
「令和の大革命」を引き起こせると考えていて、

その実現には、団塊の世代の方々との

「タッグを組ませて」いただくことが
必須になるのではないかと考えています。

すなわち団塊の世代の方々は、
1969年の革命において「極めて無念な思い」
をされたとは思いますが、

私はいわば「一匹狼」的な
「自称『残党メンバー』」として

そのレガシーを1981年から20年間、
海外で一途に愚鈍に継承し、実践し続けました。

そして、2001年に帰国した後、とうとう、
「ヒッピー文化の21世紀の落とし子たち」である
”

GAFAM の創業者等の頭の中を
「完全再現」する方法を
発見・独自開発しました。

”

つまり GAFAM 創業者級の
日本人イノベータを創出するという
「令和の一大革命」が、可能になったのです。

もちろん私は、
上述のように独自では何もできない
と考えています。

私には過去40年間の
「西海岸文化圏人の頭の中を知り尽くした」

哲学的...精神世界的...心理学的...臨床的な
実践的ノウハウがあります。

一方で、団塊の世代の方々は、
国内の政治経済と経営事情に通じていて、
長年にわたる知見と実践的な経験があります。

若き古き日の熱き情熱を今なお、
心のどこかに秘められているとも思います。

これらの我々の測りきれない
価値のあるリソース同士が
シナジー的に相互統合されたら、

このような（政治的ではなく、精神的な）
「令和の一大革命」も夢ではありません。

【④大麻文化】

国内では仮にヒッピー文化のことを
知っている方々がいたとしても、
「完全に過去のもの」と思っているケースが
ほぼすべてだと思います。

ただその見方は間違っていて、
ヒッピー文化の伝統が60年代から現在まで
脈々と受け継がれてきている
決定的な証拠が一つあります。

実はヒッピー文化の権化的な象徴は
『大麻』で60年代のヒッピーは、
大麻の合法化を訴えていました。

国内では非合法の大麻については、米国では
50州のうち34州が医療目的での利用を、
24州が娯楽目的での利用を合法化しています。

これはヒッピー文化の伝統が
脈々と受け継がれてきていることでしか、
説明はつきません。

ちなみに私は、昨年
スティーヴン コトラー &
ジェイミー ウィール著の

『ZONE』という書籍を読みましたが

西海岸の成功した起業家たちは、
ドラッグを含む「ゾーン、フロー状態」
を活用して、

ドーパミン、エンドルフィン等の
脳内快楽物質を自由に分泌させて、
圧倒的な結果を出していることが
解説されています。

もちろん国内では大麻等は非合法ですが、
メタ心理学は、非合法の手段に頼らなくても、
NLP 的なメンタルトレーニングだけで、

同様に、「ゾーン、フロー状態」にアクセスし、
脳内快楽物質を自由に分泌させることができる

「ドラッグフリー」メソッドとして
開発しました。

「不都合な真実」はまだまだあります。

制限された偏った情報だけを
与え続けられる小さな箱の中で生活している
今の日本人にとって

脱・洗脳の最短ルートは
「メタ心理学」です。

昨日メールの最後に
「夢はありますか？」と
聞いたと思います。

私にまだ送っていなくても構いませんが、
偏った小さな箱の中で生活していると聞いて
その壮大なビジョンが叶う未来が見えますか？

日本人は「夢を持つ」こと自体が
難しい生物だと最近感じています。

もし夢がまだないなら
自身の器を超えた可能性とチャンスを掴み

人生の使命や夢を今後のメタ心理学を通して
見つけて欲しいですし、
(見つかります。)

もし今、夢や展望はあるけど
それが成される未来が鮮明ではないという方も
今後の私がメールなどでお送りする

「日本人が才能を開花させる環境」

を通して圧倒的なチャンスを掴んでください。

今日はここまでです。
本日もありがとうございました。

北岡泰典

=====

【件名】【RA4】幸せのコントロール

こんにちは、北岡です。

"ゼロから幸せになる方法"

を教えます。

(実践的メソッドを後半に書いています。)

まず長文ですが、

私の人生について語らせてください。

私は生後4ヶ月の時に「脳性麻痺」に罹りました。

この時に40度以上の高熱を出し、

白目をむいた状態が3日間続きました。

小児科の医者は

「この子は助からないだろう」

と言ったのですが、

念のために髄液を抜く処置が取られて

結果的に脳がやられる事は避けられましたが

左半身不随の後遺症が残りました。

私は幼稚園児の5歳と10歳の時に、

2度別々の養護施設に入所しました。

いずれの施設でも「幼児性愛」的な

トラウマ的体験をたくさんもち、

その後普通校に戻った後は社会的不適合者で、

10代、20代を通じて絶対抜けられない

「精神的蟻地獄」にいました。

私は小学校4年から6年までいた施設で、
身体障害児と知的障害児との
合同クラスで学んだので、

まともな授業はほとんど受けていませんが、
中学入学時から普通校に通い出して
英語や数学等に関しては、

クラスでもトップクラスの成績でした。

どうも私は、
「サバイバルのための処世術」として、

子供の時に「加速学習法」なるものを、
試行錯誤しながら独自に見つけ出し、
身につけていたようです。

実は、32歳の時に共同創始者の
ジョン・グリンダー氏の **NLP** に出会ったのですが、

私が人生をかけて「我流」で身につけていた
「経験則的な学習法」の「ほぼそのもの」が
NLP によって「見える化」されていたことに
気づき、驚きました。

「抜けられない『精神的蟻地獄』」は、
高校、浪人時代、大学時代を通じて継続し、
大学卒業後アフリカ北岸のサハラ砂漠で、

「このような蟻地獄から脱出するには、
『悟り、解脱』の道しかない」と思い、

特定のインド人導師に
弟子入りすることを決意し、
サハラ砂漠で仏語通訳として稼いだお金で、

1983年に渡米して、
西海岸のオレゴンにいた
導師に弟子入りしました。

1983年と1985年に、通算1年間
滞在したオレゴンの導師の道場では、
7ヶ月間の心理療法コースに参加したりして、

「セラピー、瞑想」漬けの
日々の修行を続けました。

実際に「クンダリーニ覚醒」を経験し、
「悟りの一瞥」をもつことができました。

ただこれらの経験は、あくまでも一時的で、
たとえば日本に帰国した途端に
また元の自分に戻ってしまう、
ということの繰り返しでした。

この時点では、
「此岸（現象界）から彼岸（神的意識）を見た」
形での悟りでしかありませんでした。

その後私は
「枠から出た状態を24時間継続させる方法」
を模索し始めました。

その後私は、
日英のハーフの女性との結婚を機に、
1985年に英国に渡りました。

NLP 創始者のグリンダー氏が開講した

「個人的天才になるための必要条件：」
“どンドン下に重なっていく亀”

というワークショップに参加して、

NLP が...

「枠から出た『悟り』等の状態を
24時間継続させる方法論」

であることを知りました。
（「彼岸から此岸を見た」形での悟りが可能）

この時点から、
絶対抜けられないと思えた『精神的蟻地獄』
が実は、幼児期に築き上げ、

その後無意識化された
プログラミング群にすぎず、

「元々始めから実体のない妄想」であったこと
を認識し始め、2001年の帰国時までには、
蟻地獄からの完全脱出に成功しました。

その後、NLPの自己適用を続けて帰国した後、
12年間 NLP 資格認定ビジネスに従事し
個人セッション業に従事してきました。

その過程の中で、NLPで真の意味で
「化ける」ためには、

NLP や GAFAM の創業者等を生み出した
「西海岸文化圏人」のマインドセットを
身につけておく必要があることが判明し、
2年前に、「メタ心理学」を創始しました。

以上が、私の人生ですが上記の
「精神的蟻地獄」にいた時、

私は物心ついた4歳から、
その地獄からの完全脱出を可能にしてくれた
NLPに出会うまでの28年間、

「実際の自分とあるべき自分のギャップ」に
苛まされ続けていて、

そのマトリックスから
外に出ることは絶対不可能だと
四六時中思い続けてました。

この過程の中で、私は自分の師匠に
「すべてを明け渡す」ことが必要で、

いわば、

「それ以前の自分は死んで、
再度新しい自分として生き返った」

という経験をもちました。

歴史的に GAFAM レベルの
人材を生み出した
欧米直伝の NLP と

イノベータをいっさい輩出できていない
国内の NLP の違いは、

国内の生徒も先生も NLP を学ぶ前に、
上記の私のような「生きるか死ぬか」の
試行錯誤と模索をしているかしていないか、
にあると思っています。

なのでもしあなたが、

「いつ死んでもいいと
思えるくらいの幸せを手にしたい」

「絶対的な不動心を手にした」

とっていて、

必死にメソッドを求めていたとしたら、
私はあなたに、

これまで「生きるか死ぬか」の
試行錯誤と模索をされてきましたか、
という自問をしていただきたいです。

その答えが「Yes」であれば、メタ心理学は、
あなたを GAFAM の創業者級の人材に
変容させる条件が整っていますし

いつ死んでもいいくらいに幸せになれる
という条件も整ってきます。

私の師匠は、

「幸せと不幸を超えたものが至福である」

と言いましたが、

メタ心理学を学べば、現象界で起こっている
「永遠の二元論のシーソーゲーム」
を獲得できるようになります。

※ 24時間ドーパミンを
分泌し続ける「至福の世界」

解説が長くなりましたが、
ここからが本題です。

=====

「幸せと不幸を超えた至福」の
実践的なノウハウを今日は紹介します。

=====

NLP には、葛藤を克服する
「信念体系統合」というワークがあります。

「幸せと不幸」を止揚統合して、
「至福」に至るためにも活用できます。

これは通常では普遍紙を使って、
実際にフロアを歩きながら行うワークです。

まず「M」と書いた付箋紙の上に立ちます。

これは
「メタポジション（観察者）」
の立場です。

自分の左前方に、
「N」と書いた付箋紙を置き、

自分の右前方に、
「P」と書いた付箋紙を置きます。

「N」は「ネガティブ」を
「P」は「ポジティブ」を意味します。

「M」のスポットから、

「N」の付箋紙上に
葛藤の否定的な要素を想像して、

「P」の付箋紙上に
葛藤の肯定的な要素を想像します。

「M」から移動して、
「N」のスポットで、
否定的な要素を体感します。

「M」に戻った後、移動して、
「P」のスポットで、
肯定的な要素を体感します。

「M」に戻った後、「N」にもう一度に立ち、
そのスポットから否定的な要素をもちながら、
中央の現在のスポットまでゆっくりと歩みます。

中央のスポットまで来たら、
「M」に戻ります。

「M」から移動して、「P」にもう一度立ち、
肯定的な要素をもちながら、

中央の現在のスポットまで
ゆっくりと歩みます。

この時点で否定的な要素と肯定的な要素が
中央の現在のスポットで融合されます。

2つの要素が融合されたことを体感した後、
統合された新しい要素をもちながら、

中央のスポットから「P」まで
ゆっくりと歩き、
内的体験を確認します。

以上が「信念体系統合」ワークの手順ですが、
これによって、
「任意の葛藤の二要素が止揚統合され、
新しい自分になります。

（「幸せと不幸」の場合は「至福」が得られます）

メタ心理学では、
「信念体系統合」ワークの進化版として、
「Meta Meta Work」が開発されています。

NLP の「信念体系統合」では、現象界内での

「任意の葛藤の二要素が止揚統合」

が達成されますが、

メタ心理學の「Meta Meta Work」では、
「現象界」と「神的意識」の間の
止揚統合が可能になっています。

そしてこのことによって、
徐々に意識が覚醒していき、

最終的には神になる
「永遠の再帰的アセンション」
(リカーシヴアセンション)

の実現が可能になっています。
今日はここまでです。
今この方法を試してもいいですし、

ドン底から精神離脱し幸せになる方法がある、

そして心が安定すると全てが上手くいくので
今からでも人生はどうにでもなるということを
覚えていただけたら一旦はそれで OK です。

また明日のテーマでお会いしましょう！

北岡泰典

=====

=====

【件名】【RA5】必然のトリリオン

こんにちは、北岡です。

私にはたくさんの目標があります。
その野望の1つが...

「日本版 PayPal マフィア」を創ることです。

PayPal マフィアとは、
PayPal という決済システム会社の
創業期に関わっていた社員や創業者たちで、

そのメンバーの多くが
その後シリコンバレーのテック業界で
大きな影響力を持つようになりました。

その代表となる人物が、

イーロン・マスク（総資産51兆円）

です。

他にも、

ピーター・ティール（2兆4300億円）

リード・ホフマン（3600億円）

マックス・レヴチン（2250億円）

デビッド・サックス（2550億円）

ルーク・ノーズェック（2250億円）

キース・ラボイ（243億円）

ローエル・ボサ（464億円）

などのメンバーです。

以前、GAFAM などの
アメリカ巨大企業が揃いも揃って
「西海岸発祥」という事実は

「たまたま」なんてことはありえなくて

それには深い理由と共通点がある
というお話をメールで書きました。

PayPal マフィアも同じで、
彼らが後に成功しだしたのが
たまたまなんてことは、

電源を入れたばかりの電子レンジが
モナリザを描き出すよりもありえなくて

これには世界的な大成功を収める
いわば最高峰の「マインドセット」を
みんなが持っていたという部分にあります。

これはつまり大成功者だけが知っている
「成功の暗号」のようなものが
存在する裏付けであり

偶然ではなく
意図して「何兆円」という企業を誕生させる
『方法論』があるという事実です。

そんな必然的なトリリオン（兆）、
つまりは最高峰マインドセットを
日本人向けに落とし込んで
実践できるようにした

「メタ心理学」の力を使えば、

日本版 PayPal マフィアを再現できると
私は確信しています。

現在私は表立ってコンサルをしておらず、

- ・ 幸せになりたい
- ・ 苦から抜け出したい
- ・ 圧倒的な資産家になりたい
- ・ 世界を凌駕する最強企業を創りたい

という想いに直接サポートをする機会を
設けられずにいたのですが、

そろそろ...

「大成功者を生み出す教育がしたい」

と私の本能が喋り出しました。

ただし世界の常識に疎い日本人の方々が、
私が40年かけて発見してきた
「心理学的真理」を

にわかに信じられないのは当然ですし、
左右脳交流型の研究を根拠にして、

私は

「世界トップの企業経営者に最も近い日本人」
であると言っても「眉唾物」にしか
聞こえないと思います。

私は、

「最高峰の起業家たちを
育て上げれるノウハウ」

あるいは

「西海岸文化を持った
TOP 実業家たちの思考上のノウハウ」

をメタ心理学の枠内でどの日本人でも
モデリングできるように、「明示化」と
「見える化」することに成功しましたが、

ただ一点、この「偉業」は2001年に帰国後、
12年間国内のNLP業界で教えている時に、

「いかにして日本人の人々が
NLPをもってしても天才になり損ねているか」
を目の当たりに見て、

私が知っている
西海岸文化圏人のマインドセットと、

帰国後知るようになった
日本人のマインドセットの
比較ができていなければ、達成できていません。

つまりは日本で
PayPal マフィアメンバーのような大成功を
「根拠付き」で再現できる環境は

北岡のセッション以外にはないということです。
アピールです（笑）。

最近の私の研究の対象は、
スティーヴンコトラー共著の
『ZONE』です。

この本でコトラーは、
トップの経営者やスポーツ選手は

「ゾーン、フロー状態」に
自由自在に入れるノウハウをもっていて、

経営者の生産性は、
通常意識より3倍上がる、
という報告をしています。

興味深いのは、イーロン・マスクや
Google の創始者のラリー・ページや
サーゲイ・ブリンは、

ネバダ州の砂漠で開催される
「バーニングマン」というイベントに
毎年参加しているということです。

この参加者主導型の野外イベントは、
一時的な街を築き、アート、音楽、
そして共同生活を楽しみ、
会期のハイライトは、
中央の「ザ・マン」と呼ばれる
木製人形を燃やす儀式になっています。

これは、日本の地方の祭りのような
集団トランスを引き起こすイベントで

イーロン・マスクは、

「バーニングマンに参加しない人は、
シリコンバレーの住人とは呼べない」

とまで言っているようです。

日本の経営者の方々も、勘のいい方々は、

「GAFAM 創業者やイーロン・マスクなどの

イノベーション力は、『ゾーン・フロー状態』
などの変性意識へのアクセスから生まれている」

という欧米では常識的な洞察を、
遅ればせながら、もち始めているようです。

ということであれば、
ゾーン・フロー状態、変性意識、イノベーションの、
私異端だと思っていた領域が、

徐々に国内でも
主流になり始めたということですが、

これらは私のまさに
「十八番」、「昔取った杵柄」
そのものと言える世界です。

私はメタ心理学者として、
今後国内で「本場直伝の NLP」を伝授することで、

「絶対的不動心」や
「カリスマ性」や
「人を惹きつける指導力」

をもったイノベータを多数育成し

「日本版 PayPal マフィア」
を実現しようと考えています。
現在このレベルを伝授できる日本人は、
「北岡しかしない」と言いきれます。

さてそんな
「日本版ペイパルマフィア」
を 1 つの企画として起こそうと思います。

詳細は明日のメールでまた伝えますが、

「必ず日本中から尊敬されて
世界から注目される起業家になりたい！」

という経営者の野心家ももちろんですが、

まだ経営者とかではないけど

「自分の中のブレーキを壊して
幸せになりたい、豊かになりたい」

と切実に思う方にも
とてつもなく役立つ内容ですので
ぜひ明日の案内を受け取ってください。

それでは、また明日のメールで
お会いしましょう。

北岡泰典

=====

=====

【件名】【RA6】天才を創る九箇条

こんにちは、北岡です。

私はメタ心理学の教育者が
私以外にも必要だと考えています。

貴方とはこうして知り合えてメールを通して
ノウハウをお伝えできていますが、

日本の閉塞的な状況を打破するためには
私1人ではなかなか国内の問題全体を救うことは
現実的にはできません。

つまりは高レベルな **NLP** やメタ心理学を
人に教育できる人間を育てる必要があります。

いまだに **NLP** は国内で「主流」に
なっていないと思いますし、

国内の **NLP** 実践家の多くは、
NLP を単なる他人の操作や

「成功哲学」のためのツールとして
教えているのが現実です。

NLP は、私が若年時の頃のように
「絶対脱出不可能な蟻地獄」に
入り込んでいるような人間にも、

「覚醒」、「自由奔放」、「天才」といった
キーワードに表される真の自己変革を

達成させてくれる革命的方法論です。

これは **NLP** を学び始めた 20 年前から
首尾一貫して維持してきました。

いわば、自分自身の奥底に
すでにもっているが眠っている

「青空」（純粹覚醒または悟りの世界）
を覆っているすべての「白い雲」を
取り除く最高の方法論がメタ心理学です。

そのような「崇高」な形で、
NLP を教えることができる人材が
多く日本にも輩出されてくることが、

この国をさらに発展、活性化させ、
さらに国際化するための最重要課題です。

もし私がメタ心理学の
最高教育機関を作るとしたら、
その教育機関で教育者として育成される人には

以下に記する
北岡式「**NLP** 教育者の心得九ヶ条」
を常に念頭においてほしいと思います。

私自身 1988 年に、
ジョン・グリンダー氏を通じて初めて
NLP に出会ったとき以来、

この 9 つの心得すべてを肝に銘じながら、
NLP を学び、かつ教えてきています。

実は、この心得を完璧に実践できるまでの
「修行」が過去の私には必要で、

そのために英国で 7 年にわたる毎日の
NLP 演習の自己適用を続け、

このことが私が 90 年代に
帰国することも可能だったところを

NLP を教えるために日本に戻ってくるのが
2002 年まで遅れた
最大の理由にもなっています。

私から情報を得る貴方には
この九箇条を伝えたいなと思いましたので
ぜひ読んでください。

私の以下の心得九ヶ条の中に
こめられた強い思いが、国内の NLP 市場の
内外に大きく広まる事を心から願っています。

=====

【北岡式「NLP 教育者の心得九ヶ条」：】

=====

【その 1：】

人は世界を直接変えることができず、
自分自身の世界地図を変えることを通じて、
間接的に世界を変える事ができるだけである
(地図は土地ではない)

それゆえ、完全な自己変革を達成することを
常に念頭におきながら、決して
安易に他人を変えようとしないこと。

【その 2：】

自己変革は過去の「思考の癖」の放棄・再学習を
継続的に続けることによってしか

達成することはできない。

それゆえ、決して **NLP** テクニックの
継続的・恒久的な自己適用を怠らないこと。

【その３：】

真の **NLP** は、人心操作のためではなく
自分の内面性の質を向上させるために
存在している。

それゆえ、自分自身と **NLP** 学習者の
両方の中に、

「覚醒」、「自己変容」、「自立」が
生み出されるように常に努力すること。

【その４：】

NLP では、人々は皆すでに
潜在的には天才である一方で、

行動・思考上の制約はすべて
その人が持っている世界地図の中にあるので、

仮にある人と同じ世界地図を自分がもてば、
自分もその人と同じ行動をする
ということが提唱されている。

それゆえ、
他人が行動上・思考上の失敗を犯しても、
自分も同じ立場になれば
同じ失敗するだろうという立場から、

自分自身と他人に対して
寛容さをもつようにすること。

【その５：】

NLP は自分と相手の
目的の刷り合わせが重要。

決して自分の目的を相手に押し付ける
(= 悪意のある操作) ことなく、

常に自分と他人の両方の目的を
高次元で刷り合わせして、

その高レベルの目的に
自分とその人が進む (= 誠実な影響)
ことだけを考えるようにすること。

【その６：】

真の NLP は、左脳の論理と右脳の直感を
超えたものである。

それゆえ、NLP を教えるときは、
NLP 学習者に右脳の体験を
伝えられるだけでなく、

同時にどのように NLP の効果があるのか
の左脳的な説明もできる能力も
身につけておくこと。

【その７：】

真の NLP は、「語れる」だけでなく、
「実際に行える」必要がある。

それゆえ、NLP を教えるときは、
自分ができることとできないことの
区別ができていて、

かつ自分が達成できないことについては
口を閉ざすようにしておくこと。

【その８：】

NLP の最大の教えは、
「ボックスの外に出る」ことである。

それゆえ NLP を教えるときは、
常に、自分自身が今までもってきている

世界地図、・アイデンティティを
いつでもどこでも相対化して、
「一時放棄」する能力を身につけること。

【その９：】

NLP は、特定の人生上の目的を
達成するための最高の方法論であるが、

個々人にその目的そのものを
もたらせることはできない。

それゆえ、NLP を実践するときは、
まず最初に自分自身の人生の目的が
何であるかを明確に見定めておくこと。

以上、九箇条でした。

私は常に九箇条を念頭に置いて
貴方が既存のボックスから逸脱し

「秘めた天才」を
無数に開花させる教育をしています。

北岡泰典

=====

=====

【件名】【RA7】恐怖を消すテクニック

こんにちは、北岡です。

『NLP 個人編集テクニック』
について伝授します。

先日メルマガ読者の方から
LINE でこのような質問をいただきました。

「いったいどこまで・どのように
NLP を学べば、NLP の全体像が
見えるのですか？」

とのことですが。

すなわち、原書にしろ翻訳書にしろ、
NLP の本を読んだり、

「メタ心理学」を勉強する場合
2つの大きな問題が発生すると思われます。

1つ目は、NLP には多岐に渡る理論
(モデル) が存在します。

これらのモデルはざっと頭に浮かぶだけで、
『表出体系』に続き、

(『Representational Systems』の私訳です。
現在国内で使われている『代表体系』は
私は誤訳だと思います。理由は別途触れます)

『NLP 諸前提』、
『アンカーリング』
『眼球動作パターン』
『知覚ポジション』
『カリブレーション』
『メタモデル』
『4T』
『チャंक』
『TOTE』
『メタプログラム』
『タイムライン』
『リフレーミング』
『サブモダリティ』
『心身論理レベル』 etc...

などを挙げるすることができます。

NLP のモデルの場合、
ほぼ必ずと言っていいほど、

それらのモデルを実生活に
「落とし込む」ために各モデルに即した
特定の NLP 演習テクニックが考案されていて、

対応する各モデルと演習が
それぞれ一対の理論と実践的手段を
構成しています。

たとえどれだけ NLP 本を読んでも、
対応する演習を経験しないまま

これらの理論だけを体感経験として
実証的に理解することは、
もちろん不可能です。

また 2 番目の問題として、

たとえばジョン・グリンダーと
リチャード・バンドラー著の、

『王子さまになったカエル』
(現在の邦訳タイトルは
『あなたを変える神経言語プログラミング』)

の内容は、この2人の **NLP** 共同創始者が
開講したワークショップの内容を
編集転記したのですが、

NLP あるいは少なくとも
ゲシュタルトセラピー風のワークショップに
実際に参加した経験がないかぎり、

書かれている内容を頭ではなく
体で理解することは不可能です。

上記の2つの問題は、

「**NLP** は理解するのが難しい」

という **NLP** に対する一般的な意見が生まれる
大きな要因になっているとも思われますが、

これら 2つの問題を解決し、
しかも上記の

「いったいどこまで・どのように
NLP を学べば、**NLP** の全体像が
見えるのですか？」

という質問の答えにもなるのが、

NLP トレーナーから一連の
NLP 個人編集演習テクニックを学び、

実際に体験してみることであると言えます。

すなわち、これらの
NLP 個人編集演習テクニックを

実際に体験することによって、
NLP が単なる頭の体操的な、
左脳志向の理論群ではなくて、

実際には、上述のようなモデルのすべてが
互いに有機的に、ダイナミックに、

そしてホーリスティックに（全体的に）
関連し合っていることが体感として
わかるようになります。

この時点で初めて
「NLP の体系としての全体像」
が見えるようになるのであり、

さらに、なぜこれらのモデルがそもそも
NLP 体系に導入されるようになったのかが
わかるようになります。

比喻を使って言うと、
NLP の各モデルは大都市の地下鉄の各駅と
その周辺地域のようなものですが、

各駅の周辺地域を
フィールドワークとして
実際に現地で検証し、

駅と駅を結び付けている
「地上部分」を歩き回れば回るほど、

ある駅と他の駅が地上ではどのように

「有機的に」つながっているのかが
ますます実証的に認識できるようになり、

最後には、地下鉄の駅の地上レベルでの
ネットワークの全体像が
見えるようにもなります。

同じことが、
NLP のモデルについても言えます。

ここで、左脳知識として
いくら地下鉄の各駅の詳細を
個別に研究し続けても

地下鉄のネットワークの
全体像が見えることはありえないので、

もし仮に **NLP** の全体像を、
最初はどれだけおぼろげであったとしても、
掴みたいと思うのであれば

左脳志向の紙面上の **NLP** に関する知識を
過剰に収集するかわりに、

私の **NLP** を現場レベルで落とし込み、
さらには **NLP** を超えるマインドテクニク
「メタ心理学」を学んでいただきたいです。

もちろんこのメルマガを通じて、貴方に
実際の **NLP** 個人編集演習テクニクを
体験していただくことは、

そもそもまったく不可能なので、
このメール上で **NLP** 演習テクニクの
実際の体験を強く推奨すること自体に、
解消不能な矛盾が存在しています。

私がここでやっていることは、
私の指を使って貴方に月を指し示している
ようなもので、

実際に月が見えるように
皆さんに私の指のはるか先を見るという
実証的な作業を個々人でする必要があります、

この作業を自分で行わないかぎり、
私の指が指し示しているものを見るのは
絶対に不可能です。

(ちなみに悲しいことに、中には自分で
夜空を見上げて月を見ようとするかわりに、
私の指を見つめ続けて、

この指が月であると錯覚される方も
いる可能性は否定できないと思います。

この問題はベイツンの
『論理タイピングエラー』とも関連します。)

以上のことを前提にして、
NLP 個人編集演習テクニックの説明と、
(反復になるかもしれませんが)

そのメカニズムと効果について
言及したいと思います。

NLP の『個人編集』テクニックとは、
1980 代後半にジョン・グリーンダーと
ジュディス・ディロージャが開講した一連の

『個人的な天才のための必須条件』
ワークショップで使われていた用語ですが、

「個人の既存の行動・思考パターンを編集し
自分が求める行動・思考パターンを作り出す」

ためのテクニックという意味です。

個人編集テクニックは
広範な演習を含んでいますが、

中でも、

『メタミラー』
『共鳴パターン』
『ディズニー創造性ストラテジー』
『信念体系統合』
『心身論理レベル統合』
『卓越サークル』
『タイムライン』
『アンカー統合』
『姿勢編集』
『チャート編集』

等が特記できます。

これらのテクニックのうち最初の5つは、
私が最高の NLP テクニック考案者と思う
ロバート・ディルツの考案です。

これらの列挙されたテクニックは、
示されている定義の明示的な意味での
『個人編集』テクニックですが、

このメールの冒頭に言及されている
モデルのうち、

個人編集テクニックとしては
挙げられていないものがあります。

これらは、

『アンカーリング』
『眼球動作パターン』
『知覚ポジション』
『カリブレーション』
『メタモデル』
『4T』
『チャンク』
『TOTE』
『メタプログラム』
『リフレーミング』
『サブモダリティ』

ですが、

実はこれらに対応する演習テクニックも、
演習実践者の個人的な行動・思考パターンを
少なからず変えるという意味では、

これらのテクニックも含めて、
NLP テクニックはすべて、

広義の意味で、
個人編集テクニックであると
定義することも可能です。

ただ、これらの広義の意味での
個人編集テクニックのうち、
『TOTE』だけは特別な意味をもっています。

すなわちこのモデルは、
狭義と広義の定義に基づいた
NLP 個人編集テクニックすべての
理論的背景になっている重要なモデルです。

『TOTE』は、
「テスト - オペレート - テスト - エグジット」
の略語で、

人間の脳を含めてすべての
自己調整システムが満足の行く形に
機能するために必ず経るプロセス
または原則を意味します。

このモデルの基本的なメカニズムは、
以下に示されています。

このプロセスの最も簡単な例の1つは、
ある人が聞いているラジオの音量を
調節したいと思うときに示されます。

すなわち、現在のラジオの音量が
その人にとってあまりにも低い
(またはあまりにも高い) 場合、

つまりは必要な音量に関するその人の
基準と一致しない場合、
(テスト段階)

その人は音量をコントロールするラジオの
ノブに手を伸ばして、調節します。
(オペレート段階)

このオペレート段階は、
その人が音量に満足して、
快適にラジオを聞けるようになるまで、

すなわち音量がその人の基準に一致して、
その人がソファに深く腰を落して、
リラックスしてラジオの音楽を聞き始めるまで
(エグジット段階) 続きます。

ここで、ラジオの音量の調節は
ただ 1 回で終わる場合もありますし、

または、その人が受け取る
フィードバック（音量）が
その人の基準を満たすまで、

何度か繰り返される必要が
あるかも知れません。

以上のプロセスが

「テスト - オペレート - テスト - エグジット」

です。

この TOTE のモデルは、
NLP 個人編集テクニックの
基礎をなしていますが、

個人編集のメカニズムは、
以下に示されています。

すなわち、ある入力データ
（人間の五感の知覚データ）が

人間の脳に入ると、
「現在の精神状態（テスト）」に対して、
その入力データが「アンカー」
（NLP で重要なモデルで、
パブロフの『条件反射』に近いモデルです）

となって過去からの手段が
無意識的に現在の状態に適用される
（オペレート）メカニズムが示されています。

例としては、非常に幸福感に満ちて
街を歩いていると（テスト・現在の状態）、

ふと目にしたある男性の目つき
（アンカーリング）によって、

突然子供の頃同じ目つきをした
自分の父親にひどく怒られたことを
瞬時に、無意識的に思い出して
（オペレート・自動的に選択された手段）

意味もわからないまま気分が悪くなる
（エグジット・行動）といった
事例が挙げられます。

このアンカーリングのプロセスは、
通常すべて無意識的に起こるので

日常生活においてこのプロセスは
さまざまな形態を取りながら
極めて高い頻繁に起こっています。

よって私たちは、普通、自分の求めている
行動・思考パターンを意識的に変えることは
ほとんどできませんが、

幸いにもメタ心理学では、
個人編集テクニック演習を行うことによって、
同じ **TOTE** のプロセスを使って、

自分の求めている
行動・思考パターンを、

自分の本当に求めている個人的な
行動・思考パターンに

編集し直すことができるようになりました。

すなわち、

NLP 個人編集テクニック演習を行うと、

同じ入力知覚データが

脳に入ってきたとしても、

求める目的状態に照し合せた

現在の状態（テスト）に合わせて

必要な手段、すなわち個人編集用に

意識的に選択した手段を適用できるので

（オペレート）、

結果として起こる行動（エグジット）

も今までの無意識的、習慣的な、

望まない行動ではなく、

自分が本当に望む行動を生み出すことが

できるようになります。

このことを、

上の例を引き続いて使いながら説明すると、

たとえ同じ男性の目つき（アンカーリング）

が入力知覚データとして脳に入ってきたとしても、

自分が求める目的状態（テスト）が

わかっているかぎり、

そのような目つきを見ても

動じなかった過去の特定の状況の自分を

意識的に思い出すことで、

その目つきを見てもことさら

子供のときの父親の怒りを
思い出す必要はないと自分自身を説得し
(オペレート)

幸福感を持ち続ける (エグジット)
ことが可能になります。

以上が TOTE の観点からの
NLP 個人編集テクニックの
メカニズムの説明ですが、

このメルマガで何度も示唆してきているように、
このような NLP 個人編集テクニックについての
モデル (理論) は、

実際の個人編集テクニック演習を
行わないかぎり、
実証的な価値は何もありません。

また、私は TOTE のモデルを、
ケンブリッジ大学卒の数学者に
説明したことがあります、

極めて懐疑的なこの数学者は

「TOTE が本当にモデルとして
有効かどうか考えてみたい」

と言いました。

約半年後に、彼は私の元に戻ってきて、

「やはりどこからどう考えも、
このモデルの有効性は否定できない」

という彼の結論を私に伝えました。

私自身の経験では、
NLP 個人編集テクニックの美しさは、

これらのテクニックの実践者が、
克服または超越したい過去の

否定的な経験を『リフレーム』
(NLP では、ほぼ
『発想の転換』と等しい用語です)

することができる、

すなわち、異なった状況にいても
似た経験を何度も繰り返すことを
強制していた心身パターンを変更して、

同じ状況にいても
新しい内的経験を生み出せるように
なるという点にあります。

この新しい経験はその後、将来アクセスして、
さらにリフレームすることができる
「参照機構」になります。

参照機構にアクセスして、
それを編集して、さらに新しい参照機構を
生み出すこのサイクルは、

永久に何度も同じ無意識の、
自分が望まない行動・思考パターンを
繰り返すのとは正反対な「好循環」または

「肯定的フィードバックループ」を
永久に続けることを可能にさせてくれます。

上記の個人編集テクニックがもつ
効果のメカニズムは、

コンピュータのワープロソフトの比喻で
説明するとよく理解できるかもしれません。

たとえば、書き終えたテキストは、
ハードディスク上にファイルとして
保存することができます。

普通の人々に起こることは、言ってみれば、
子供時代に起った自分自身の経験を
「保存」した後、

同じ未編集のファイルに何度も
「アクセス」して、
同じ退屈なテキストを読んで（経験して）、

同じファイルをそのままハードディスクに
保存し戻すプロセスを何度も繰り返して続ける、
といったようなことです。

通常私たちには、この退屈な
同じテキスト以外の新しいテキストを
コンピュータのモニター上に継続して、

恒久的に表示させるための
手立てがありません。

いわば、死ぬまで同じ
陳腐なテキストを表示し続ける
運命にあります。

しかしその一方で、
NLP 個人編集テクニックにより、

私たちは、
そのようなファイルにアクセスした後、
子供時代に起こったことではなくて、

今ここで起こっていることを
反映するような形にそのファイルを編集して、

その新たに編集したファイルを
ハードディスクに保存することが
できるようになります。

もちろん、私たちは後で、
この新たに保存されたファイルにアクセスし、
再度編集することができます。

このプロセスは、
私たちが自分自身に満足するまで、

いつまでもこの
「好循環」を継続していくことが可能です。

実に美しいノウハウだと思い、
紹介しました。

私の各セッションで受講可能ですし、
少し前に案内した

「メタ心理ファミリー」でも
学ぶことができます。

今日も貴方の人生が
「好循環」に回るようにと
念をこめてメールを書きました。

北岡泰典

=====

【件名】【RA8】 心理的問題はほとんど扁桃核の暴走

こんにちは、北岡です。

私は元々友人が少ない方だったのですが、
今では世界中に100人ほど親友がいます。

幸福や成功を実現した人は、
100%会話の達人で
対人においての心理の達人です。

- ・理想の異性を簡単にトリコにする会話術
- ・商談相手の選択肢を「YES一択」にする
- ・誰とでも「親友」になる対人メソッド

を知りたいという方は、
今日の内容をインプットし
実践レベルまで磨けば可能になります。

対人コミュニケーション能力を
向上させるために重要なテクニックは、

『ラポール』を形成する能力です。

ラポールがあれば、
自分と相手の間に宿頼関係が生まれ、

自分がどのようなことを言っても
相手に受け入れられる可能性が高くなり、

また、相手からより高質のパフォーマンスを引き出せることにもなります。

『ラポール』とは『関係』を意味する
『Rapport』というフランス語が語源で

『あの人は何となく波長・バイブが合う』
という表現の『波長・バイブ』が、
その意味をよく表しています。

一般的に人々は、
同様な世界についてのモデルを共有する人々と
さらに頻繁にラポールを経験します。

ラポール形成能力は、
通常先天的に獲得された能力だと
思われていますが、

NLP がラポールの形成のし方がうまい人々を
『モデリング』した結果として、

明快なラポール形成法の手順が
発見されました。

ラポール確立の手順は、
主に『ペーシング』と『リーディング』の
2つの部分に分かれています。

「ペーシング」は、
コミュニケーション相手の内的地図（マップ）
にマッチングするために、

その人の主な言語パターンと
非言語の行動パターンを使って、
その人にフィードバックし返すプロセスです。

このためには相手の
語彙と行動をピックアップして、

自分自身の語彙と行動にそれに合わせる
柔軟性を持つことが必要となります。

ペーシングしているときは、
相手の立場に自分の身を置いて、

その人の内的地図を
経験しようとしていることになります。

たとえば、ラポールの形成方法の1つは、
相手が使っている言語パターンに耳を傾け、

その人の言語の一部をマッチさせながら
一種の『積極的傾聴』をおこなうことです。

ある人が
「私はこの問題に
深く入り込む必要があると感じます。」
と言った場合は、

「ええ、私はあなたがこの問題を
把握する必要があると
感じていることがよくわかります。」

と答えることができます。

この場合は、相手が触覚体系（K）関連の
言葉を使っているので、同様に触覚体系の
言葉を使って言い返しています。

さらに眼球動作パターンにより、

コミュニケーション相手が最も頻繁に使う

表出体系（優先出体系）が
わかっている場合は、

自分の表現をその人の内的地図に
合わせるように変えることによって、
その人とペーシングすることが可能です。

たとえば、
「私はあなたを理解します」
という中立の表現は、

「あなたのイメージしていることが私にも見えます」
（相手の優先表出体系が視覚体系である場合）

「あなたの言っていることに私も共鳴できます」
（優先表出体系が聴覚体系である場合）

「あなたが力点を置いていることが私にもしっかりと感じられます」
（優先表出体系が触覚体系である場合）

という風に言い換えることが可能です。

なお、ペーシングの基本的 1 形態として
『ミラーリング』があります。

ミラーリングは特に相手の
身体的行動パターンを
反映し返す過程のことです。

ミラーリングの例には、

- ・他の人と同様な姿勢で座る
- ・その人と同じ仕草をする
- ・同様な声の抑揚とテンポで話す

などがあります。

一方で「リーディング」は、
自分自身の言語と行動のパターンを
目的に応じて微妙に変えることによって、

相手を自分の行動または
思考プロセスに誘導しようとすることです。

ペーシングとリーディングの基本的原則は、
ある人の内的地図を

まずマッチング、認知したあと
拡張することによって、

その人に対して徐々に
自分の行動または世界観の変化を
紹介することです。

たとえば人々に、
新しい概念を紹介しているとき、

まず馴染んだ概念から始めて、
その後に新しい概念に移ることが
最善な方法です。

最も効果的な指導者は、
まず他の人々の内的地図を理解し尊重でき、

これらの他の人々の世界観を
自分自身のビジョンに統合できる
柔軟性をもった人々です。

言い換えれば、効果的な指導力には、
リーディング力だけでなく
効果的な『ペーシング力』も必要となります。

NLP では「カリブレーション」は、

進行中のコミュニケーションで
相手の反応を読み取る方法のことです。

コミュニケートのうまい人は、
相手の内的反応について
先入観や思い込みを持つかわりに、

進行中の状況で、
相手の微かな内的反応を
読み取ることができる人です。

たとえばある生徒が
自分の「混乱」したフィーリングについて
喋るたびに、

眉をしかめ、肩の筋肉を緊張させ、
歯を軽く噛み締めることに
教師が気づいたとします。

後で教師が、同じ生徒が授業中に
これらの同じシグナルを示していることを
観察した場合は、教師はその時点で生徒が

「混乱」を経験しているという
証拠を得たことになり、

これに対して適切に対応することができます。

これらの種類の観察ができるように
知覚技能を磨くことが、

対人コミュニケーションにおいて
極めて重要な要素になります。

以上が、対人コミュニケーションの
向上法についてでした。

なお、冒頭の

—————

- ・理想の異性を簡単にトリコにする会話術
- ・商談相手の選択肢を「YES 一択」にする
- ・誰とでも「親友」になる対人メソッド

—————

のテーマについては、

対人コミュニケーション向上法を習得した後、
NLP で最初に開発されたテクニックの
「メタモデル」と「NLP の父」の

ミルトン H. エリクソンを
モデリングして生まれたテクニックの
「ミルトンモデル」を学習・実践したら、

これらの目的をより確実に
達成することができるようになります。

メタモデルは、トランスに入っている相手を
覚醒させる方法で、

ミルトンモデルは、覚醒している相手を
トランスに入れる方法です。

通常ラポールや催眠は、

「直線的にただただ深く...深く...誘導すればいい」
と考えられていますが、

そうではなく、

「覚醒させてトランスに入れた」あと
「トランスから覚醒させる」ことを繰り返す
「ジグザグ法」が、

もっとも催眠効果を発揮します。

たとえばエリクソンが、
ある女性に深い催眠にかけていて、

その女性の右腕に「カタレブシー（硬直）」が
起こっていた時、

よりによってその女性を覚醒させた記録映像が、
ネットで閲覧できます。

もちろん、女性は目覚めて
自分の腕が硬直していることに驚きます。

この時エリクソンは、

「今あなたは目覚めて、自分の腕に
硬直があることを知って、
非常に驚きました。

しかし、そのことによってあなたは、
ますます深い催眠の中に入っていきます。」

という催眠誘導をおこないました。

この「そのことによって」については、
メタモデルでは、「因果関係」は
存在しないとされていますが、

逆転メタモデルであるミルトンモデルでは、
この「メタモデル離反」があえて効果的に
活用されていて、

この女性がさらに深いトランスに
入っていくことを促しています。

私自身の NLP 認定上級コースでは、
顔の筋肉の無表情化、皮膚の色の変化、
まばたきと唾のみこみの変化その他の

「トランスに入っている徴候」を
検知させる演習があり、

相手がトランスに入っていたら、
メタモデルで覚醒させ、

覚醒していたらミルトンモデルで
トランスに入れる、

という非常に高度な催眠技法を
学ばせました。

メタモデル、ミルトンモデル、トランス徴候の
検知の詳細については、

また別のところで、
解説させていただきます。

北岡泰典

=====

=====

【件名】【RA9】 5分で幸福ドーパミンで満たす方法

こんにちは、北岡です。

今日はイヤな感情を消し去り
幸せな感情で心を潤わす

NLP やメタ心理学の
「実践的ノウハウ」を紹介します。

『コアフィーリング』と言います。

メタ心理学の「コアフィーリング」演習は、
NLP 共同創始者のリチャード バンドラーの
発見に基づいています。

バンドラーによれば、
何か嫌なことを体験している時は、
その否定的な感覚の源があって、

通常その源の感覚は体の中心部の
胸またはお腹あたりにあります。

(人によっては頭部にあったり、体の
右側もしくは左側にあることもあります)

NLP 的には、「サブモダリティ」という
テクニックがあります。

これは、「従属要素」と訳されていて、

視覚的には...

イメージの大きさ・カラーか白黒か
動き・明るさ・位置・コントラストなど

聴覚的には...

音量・音色・ピッチ
速度、聴こえる位置など

触覚的には...

重さ・温度・湿度・触感など

が、列挙できます。

NLP では、否定的な体験の
各サブモダリティを単独的に変えるだけで、

劇的な内的変化が達成される
ということが証明されています。

実は、バンドラーが発見した
コアフィーリングのサブモダリティ

(この場合は特に、
視覚的および触覚的サブモダリティ)

を変更する事も大きな効果を発揮しますが、

バンドラーは、コアフィーリングに
回転があることを知って

(もともと回転がない場合は、
意識的に回転をつけることもできます)、

その回転を逆回しにすれば、
否定的な感覚が一挙に
肯定的になることを発見しました。

これは驚異的な発見だと思っています。

以下の動画は脳神経細胞群に
どのような電気化学的信号が
発火しているかを CG 化した動画です。

<https://youtu.be/9uRZGzl2U4Y>

このように「内的催眠現実」の世界では、
象徴的な回転があると見るができます。

この脳神経細胞群の象徴的な回転と
否定的な体験とが相互関連していて、

コアフィーリングの回転を逆転することで、
脳神経細胞群の象徴的な回転が逆転され、
否定的な体験が肯定的に変わることができる、

という説明が可能になります。

つまり、コアフィーリングが
ある回転をしている時は、

否定的な脳内伝達物質しか
分泌されない一方で、

コアフィーリングの回転を逆回しにすれば、
ドーパミン、エンドルフィン等の

肯定的な脳内伝達物質しか分泌されない、
ということになります。

ドランヴァロ・メルキゼデク著の
『フラワー・オブ・ライフ』で、
「マカバ瞑想」について語られていて、

瞑想家は男性エネルギーと女性エネルギーを
逆転させるための瞑想を
長年に渡って続けている、ということです。

この場合、「帰納法的な試行錯誤」の
プロセスが永遠と続き、

求める結果が実際に
得られるかどうかわからない、
という状況があると思われていますが、

バンドラーによれば、そのような帰納法的な
プロセスをバイパスして、初めから、

試行錯誤の目的である「回転を逆転する」
という結果を「演繹法的に達成」できる、
ということになります。

これにより、マカバ瞑想の実践の大部分が
回避される可能性もあります。

以下に、「コアフィーリング」の
ワーク手順を記します。

=====

コアフィーリング演習手順：

=====

【1】

状況がうまくいかなかったときの
いやな体験を思い出します。

【2】

周辺部のフィーリングの元は体の中の
「コア フィーリング」の部分から
派生していることを確かめてください。

【3】

そのフィーリングの場所・温度・方向・重さ
（場合によっては色などの視覚的要素も）
に注意を払います。

【4】

そのフィーリングの回転に注意を払って、
同じ回転を強めてください。
その後逆回転させてみてください。

【5】

手順4で発見したことを比較します。

これにて全ての人間が
「幸福ドーパミン」を
発生させることが可能になります。

もし上記手順が分からなかったり
質問したいことがあれば公式 LINE など
お問い合わせください。

今日もありがとうございました。

北岡泰典

=====

=====

【件名】【RA10】緊張とお別れする儀式

こんにちは、北岡です。

読者からこのような質問が来ました。

―――

私は人前でプレゼンをしたり
大物を相手に商談をする機会が
非常に多いのですが

どうしても話す前は嗚咽するほど緊張し、
話している時も震えが止まりません。
人前で緊張しない方法を教えてください...
―――

とのことで、この問題は
典型的な悩みの1つかと思いますが、

メタ心理学の
「無意識活性化ワーク」で
解決できます。

NLP 共同創始者のジョン・グリーンダー氏は、
2000年くらいから、

従来の「OLD コード NLP」には
限界性があるという理由から
「NEW コード NLP」を提唱し始めました。

グリーンダー氏によれば、
「OLD コード NLP」の限界性は、

以下のようなものでした。

【1】

「OLD コード NLP」では、アンカリング（条件反射）されるのは行動だけなので、

「不幸せなロボット」が「幸せなロボット」になるだけで、自動性は同じである。

【2】

「OLD コード NLP」では、問題と解決法の論理レベルの整合性が取れない時がある。

毒蜘蛛を見てパニックする場合の解決法がリラックスする、になると毒蜘蛛の前でリラックスする非常に危険な状態になる。

【3】

「OLD コード NLP」では、なりたい自分を意識的に決めて、無意識の関与がないので、

実際になりたい自分になっても、
「本当に求めるものではなかった」という
「購入者の後悔」が発生する能性がある。

上記のような「OLD コード NLP」の
限界性を克服する新メソッドとして、
グリンダー氏は

「NEW コード NLP」を開発しました。

「NEW コード NLP」の特徴は、
以下の通りです。

【1】

「NEW コード NLP」では、アンカリング

（条件反射）されるのは行動ではなく、
行動を生み出す「状態」であり、

現場で状態から生み出される行動群は、
毎回異なるので、自由な人間になる。

【2】

「NEW コード NLP」では、
問題の解決法の特定には、
無意識の関与があるので、

問題と解決法の「論理レベル」の
整合性が取れやすい。

【3】

「NEW コード NLP」では、なりたい自分の
特定には無意識が大きく関与するので、

実際になりたい自分になった時、
「購入者の後悔」は起こりづらい。

上記の「OLD コード NLP」の
限界性を克服した「NEW コード NLP」では、

いくつかの「NEW コード NLP ゲーム」
が開発されています。

その1つに「アルファベットゲーム」
があります。

これは「人前で緊張をしない自分になる」
というゴールに最適なワークの1つです。

以下に、演習手順を記します。

=====

NEW コード NLP フォーマット

=====

【1】

第三ポジション（観察者の視点）から、
変化・影響させたいと思う一定の行動を
経験する任意の状況を選択します。

【2】

この想像した状況と、その状況で
変化・影響させたいと思う行動を行っている
自分自身についてのイメージと音を

物理的にある場所に置いた後、
何も変えようとはしないまま、
自分自身のイメージのポジション
（第一ポジション）に踏み入り、

単に自分をカリブレート（観察）します。
これはまたコーチがクライアントの該当の

状況への状態反応を
カリブレートする機会です。

【3】

（第一ポジションで）ゲームをプレーします。
すなわちコンテンツフリーの
高パフォーマンス状態に入ります。

（アルファベット ゲーム、NASA ゲーム等）

15分間プレーして、ゲーム内の
パフォーマンスの基盤となっている回路を
完全に活性化させます。

【4】

ゲームの終了時

（15分後または回路が完全に活性化した時点）

で、（第一ポジションの）プレイヤーは、

躊躇なしに、またもっとも重要なこととして、
意識的に自分の経験にいっさい影響を
与えようとは試みずに、

手順2が起こった物理的スペース、
すなわち何かを変えたいと思って

想像した状況を置いた床の上の
物理的スペースに戻ります。

手順3には変数があることに
注目してください。

この変数は、
手順3でプレイヤーが行うゲーム内容です。

NEW コード フォーマットの応用で、
非常に重要になるのは、
以下のような原則です。

「ゲーム中のプレイヤーの状態の質により、
変化を引き起こしたいと思った状況に
プレイヤーが戻ったときにその人が
経験する変化の質が決まる。」

=====

NEW コード NLP ゲーム例

アルファベット ゲーム

=====

ここで、高パフォーマンス状態の
基盤となる回路を活性化する目的で、

NEW コードの手順3で使用される種類の
ゲームの例を紹介します。

このゲームでは、英語の
アルファベットの最初の
25文字からなるチャートが使われます。

これらの文字は、
以下のように、1列に5文字、
計5列になるように配列されます。

A B C D E
L R T T L
F G H I J
R R T R T
K L M N O
L R T L R
P Q R S T
L T L L T
U V W X Y
L L T R T

25の各アルファベットの下には、

「R」、「L」、「T」

のいずれかの文字が置かれています。

(「RはRight、右」、「LはLeft、左」、
「TはTogether、両方」を意味します。)

プレイヤーは、リラックスして
(体に過度の身体的緊張がなく)、

バランスが取れ、柔軟な姿勢をとって、
自分の前の（壁などに）垂直に貼られている
チャートから約1 mの場所に立ちます。

プレイヤーにとっては、
3つの基本的条件があります。

1つ目の条件として、プレイヤーは、
A から始めて、アルファベットの各文字を
声を出して発音し、

同時に発音しているアルファベットの
下にある文字が示している側の
腕を上挙げます。

サンプルのチャートの場合、
A の文字を発音する際には、
左手を60 cm ほど上に挙げ、

その後、その手をプレイヤーの脇腹の
通常のリラックスした位置に戻します。

プレイヤーは、この作業をチャートの最後の
Y の文字まで続けます。

プレイヤーとコーチの両方がプレイヤーが
該当の文字を発音すると同時にその下にある
文字が示す動作を行うというゲームを

正確に行っていると満足できるまで
この過程を数回繰り返します。

この全過程は、示唆されている動作を
実際に行うのに必要な体の緊張だけを
伴って行われるものとします。

2つ目の条件として、プレイヤーは
1番目の条件通りのことを再度行います。

ただし今回は、プレイヤーは、チャートの
最後の Y の文字から始め、

逆向きに各アルファベットを発音して、
最後に A の文字で終わります。

言い換えれば、1回目と2回目の違いは、
プレイヤーが発音する文字の順番が
逆向きであるということです。

コーチは、たえずプレイヤーの
身体的特徴を監視して、

ゲームが最適な身体的特徴・調整・バランス
優雅さ・最小限の努力・リズム等をともなって
行われていることを確認します。

プレイヤーは、最初の2つの条件に関して、
2分ずつ費やします。

3つ目の条件は、
最初の2つの条件と同様ですが、
1つ追加要素があります。

すなわち、プレイヤーは、
チャートの最後から最初に向かって
逆向きにアルファベットの各文字を

声を出して発音すると同時に
そのアルファベットの下の文字が示唆する
動作を行います、

この際さらに、

文字が示唆する側とは反対側の足を挙げます。

すなわち、上記のチャートの A の文字を
発音する際、

プレイヤーは下の文字が示唆する
指示にしたがって左手を挙げ、
同時に右足を挙げます。

T の文字の場合は、
軽くジャンプする必要があります。

プレイヤーは、この 2 番目の条件を
約 10 分間行います。

プレイヤーは、通常、3 番目の条件を
数分行った状態で、体の一部がジンジンする
といった神経系の活性化症状を報告します。

これは、高パフォーマンス状態の活性化の
一部として予想されることです。

ちなみに、どのような特定のチャートも、
約半時間くらいは有効ですが、それ以降は、

無意識がチャートの配列を
大部分記憶してしまうので、

プレイヤーの神経系を刺激するという
適切な挑戦課題としては
機能できなくなります。

コーチの役割の重要性は、
いくら強調しても強調し切れません。

コーチは、プレイヤーの身体的特徴

（すなわち、状態）の監視者として機能し、

ゲームの間、最適な身体的特徴を発揮できるよう
固執する（パターン中断、状態分離等）
主要な責任を有しています。

示唆された動作の実行に関してプレイヤーの
パフォーマンスも監視しますが、この監視は
二義的な重要性しかありません。

このコーチの役割の重要性の強調は、
上に述べた下記の原則と首尾一貫しています。

「ゲーム中のプレイヤーの状態の質により、
変化を引き起こしたいと思った状況に

プレイヤーが戻ったときに
その人が経験する変化の質が決まる。」

プレイヤーは、
NEW コード変化フォーマットの手順4に
（躊躇なく、状態分離を決して行わないで）

直接移って、活性化された
高パフォーマンス状態を手順1で

選択した変化の状況を
決定する刺激と関連づけます。

当初プレイヤーの中に
リソースの欠けた状態を
引き起こしたまさにその刺激は、

次回プレイヤーがその特定の状況または

類似した刺激のある状況に入るたびに、

ゲーム中に達成された
高パフォーマンス状態が

自動的に再活性化されるように
効果を発揮するダイナミックな
アンカーとして機能するようになります。

以上が、「NEW コード NLP ゲーム」の
説明でしたが、メタ心理学では、
「NEW コード NLP」ワークを実践しません。

これは、たとえば、メタ心理学の
「ピークエクスペリエンス体感ワーク」等では、
「『NEW コード NLP』では、

『アンカリング (条件反射)』されるのは
行動ではなく、行動を生み出す『状態』で、

現場で、状態から生み出される行動群は、
毎回異なるので、自由な人間になる。」

と同じ効果が発揮できるように
なっているからです。

北岡泰典

=====

=====

【件名】【RA 1 1】憑依とフュージョンの極意

こんにちは、北岡です。

最近は、毎日 1 8 時に決まって
メールを送っているのに

こんばんはではなくて
こんにちはと言っていることに
少し違和感を感じてきましたが

親愛なる読者のあなたには
今後も明るく日中の挨拶でいきます。

さて今回の内容を学ぶと
自分がモデリングしたい対象の人の
「憑依モデリング」が可能になります。

つまりは、
憧れの人物になる事ができます。

また、他の人への
「感情移入」や「共感力」が
圧倒的に上昇し、

人身掌握やラポール形成にも役立ちます。

さらに、人々は皆同じで、
幼児期に確立したプログラミング群のせいで、

異なる思考と行動をしているにすぎない、
ということが実感できるようになります。

では、それを可能にする

『知覚ポジション変更』

&

『メタミラー』

について解説と実践テクニックを
紹介していこうと思います。

NLP では「一人称」・「二人称」・「三人称」を

それぞれ、

「第一知覚ポジション」

「第二知覚ポジション」

「第三知覚ポジション」

と呼びます。

通常オフラインワークでは、
フロアにそれぞれ、

第一、第二、第三ポジションに対応する
三枚の「付箋紙」を置き、

さらにこれら3つのポジションを
俯瞰する4つ目のポジションの
「メタ（観察者）」の付箋紙を置きます。

ワーク実践者は、これら4つの付箋紙の
ポジションを実際に行き来することによって、

極めて柔軟な複数の視点を
もつことができるようになります。

NLP では、

「実体はない、あるのは知覚ポジションだけ。」
と、言われることもあります。

要は我々は、外界（現実と思われているもの）
を変えることはできませんが、

それに対する見方・視点であれば、
知覚ポジション変更などの演習で、
いくらでも変えることができます。

この場合...

「半分空のボトル」という
否定的現実が

「半分満たされているボトル」という
肯定的現実に変わりえます。

また、オフラインワークで付箋紙を使って、
各ポジションを歩き回る際に

たとえば第二ポジションにいる場合は、
相手の人に関する「プチ憑依現象」が
起こっているのを、

たとえイメージワークであったとしても、
該当の人の内的情報を、

ある程度まで正確に
獲得できるようになっている点が、
本ワークの最大の特徴の一つです。

NLP には、「知覚ポジション変更」の
「上級バージョン」として

「メタミラーワーク」があります。

これは、「知覚ポジション変更」ワーク中に、
「第一ポジションと第三ポジションの
自分を相互に置き換える」

という離れ技ですが、
私はこのワークの効果は絶大だと思っています。

「メタミラー」の演習手順は、
本メルマガでは非公開とします。

なお、私は、2020年のコロナ禍以来、
Zoom 個人セッションを
500回以上開講してきましたが、

その経験から、NLP・メタ心理学を問わず、

オフラインワークでできることは、ほぼすべて、
オンラインでできることを発見してきました。

この場合、1つだけ条件があって、それは
「海馬を勘違いさせること」です。

では、以下に「知覚ポジション変更」
のワーク手順を記します。

=====

「知覚ポジション変更」演習手順

=====

【1】

2人1組の各演習グループになって、
A と B の役割を決めます。

【2】

A が『エクスプローラ (演習参加者)』になり、
B は A の手順遂行を支援する

『ガイド役』になります。

【3】

A は自分が助言者または後援者と見なす人と
自分との関係について考えます。

【4】

A は、その人が今ここに今いて、
その人を今見ていると想像しながら、
自分自身を第一ポジションに完全に置きます。

第一人称の言い方を使って、その人と、
その人についての自分のフィーリングを
表現します。

【5】

次に A は、第一ポジションにいる自分自身を
見ている相手の立場になったように想像します。

相手になったかのように、
その人の観点、信念を経験します。

この観点から（第一ポジションの自分を指す際）
第二人称の言い方を使って、

第一ポジションにいる自分と
第二ポジションの相手についての
自分のフィーリングを表現します。

【6】

次に A は、自分自身と相手が対話している
映画を見ているように、自分自身とその人の
間の関係を観察します。
自分自身と相手の観点・信念・感情について
経験することに注目します。

【7】

A は、この視点にとどまって、
第一ポジションの自分自身の信念について

自分が知っていることだけに
焦点を合わせます。

【8】

A は、この第三ポジション視点にとどまり、
『映画』の中の2人を知らないかのように、
対話を見ます。

【9】

A は、第一から第三までのポジションを
何度か行き来して、
内的経験の変化に注目してみます。

【10】

A と B の役割を交替します。

以上が実際の手順解説でした。
また明日お会いしましょう。

日に日に貴方の人間レベルとステージが
上昇していることを祈ります。

北岡泰典

=====

【件名】【RA 1 2】重要な判断で葛藤を無くす改革

こんにちは、北岡です。

読者から

2 択や 3 択で悩む決断に、
自信を持って決め切る方法

について教えてほしい
とのことでしたので話します。

通常 2 択で悩む場合は、
「葛藤克服ワーク」として、

NLP では、「信念体系統合」ワーク、

メタ心理学では、同ワークの進化バージョン
としての「Meta Meta Work」があります。

この質問は以下の 2 つの意味で、
興味深いです。

1 :

この質問の前提に、
「2 択で悩む決断に、自信を持って決め切る」
ことができるという

「All or Nothing」の意味合いが
あるように思えますが、

NLP や特にその進化バージョンの

メタ心理学では、2つの葛藤の要素を
「正／反」と見なし、

その2つを止揚統合した、1つレベルが上の
「合」の次元に行くことができ、

この統合レベルでは、「正も、反も含んだ」、
二元論を超えた、より整合性のある
「決断」が可能になります。

最近、神経科学の研究を通じて、
私は「非活性化脳神経細胞回路」という
概念を発見しました。

このモデルは、神経科学者の
クリストフ・コッホが
『The Feeling of Life Itself』で提唱した

「不活性化大脳皮質 vs 非活性化大脳皮質」
に基づいています。

たとえば飛行機に搭乗した際、
客室乗務員が安全ベルトや救命道具の
装着のし方や緊急脱出出口の場所について

説明や案内をすることで、乗客は頭の中で
「リハーサル」しながら、それまでは

活性化されていなかった脳神経細胞回路
(= 不活性化脳神経細胞回路) を
活性化できます (= 活性化脳神経細胞回路)。

その後は、リハーサルの内容は忘れますが
(= 非活性化脳神経細胞回路)、

飛行機事故が起こって、非常事態になったら、
その乗客は非活性化されていた

脳神経細胞回路を再び
無意識的に再活性化することで、
飛行機から脱出することができます。

ここで明らかなことは、
活性化したことのない脳神経細胞回路は

再活性化することはできない、
という厳然たる事実です。

飛行機事故の際、飛行機から脱出するために
必要な脳神経細胞回路を活性化した上で
非活性化していた乗客がその回路を再活性化し、

脱出出口に向かっていった時にその脇で、
その回路を活性化していなかった別の乗客が
「安全ベルトの外し方がわからない」と叫び、

その後、機内で死亡した、
という報告もあるようです。

この「非活性化脳神経細胞回路」のモデルを、
この質問に適用すると、
葛藤の二つの要素とも、

(メンタル リハーサル等を
通じて「活性化」した上で)
「非活性化」することができる、

ということが言えます。

つまり該当の要素を必要な時に
活性化することができるが、

非活性化時には意識的にはその要素に
固執していなくて、拘り也没有せん。

NLP・メタ心理学では、一旦非活性化した
葛藤の2つの要素を止揚統合することが
可能になっています。

NLP・メタ心理学では、一旦非活性化した
葛藤の2つの要素を止揚統合することが
可能になっています。

たとえば、以下に記されている
「信念体系統合」の演習手順にて
【4】と【5】の手順では、

葛藤の2つの要素が「活性化」された後、
【6】の手順で活性化された要素を
「非活性化」した上で、【8】の手順で、

非活性化された2つの要素を
止揚統合しています。

このようにして葛藤の2つの要素が
止揚統合されると、

意識的にはリラックスしていることができ、
いつその要素を活性化するかは、
無意識が勝手に決めてくれるので、

意識の側のストレスがなくてかつ、
これは、

意識と無意識の間に...

『ラポールが形成されている状態』

になります。

すなわち、

葛藤の2つの要素のいずれが
意識化される場合でも、
それが実行に移されても、移されなくても、

どちらをも受け入れることができる
「余裕のある自分」
を発見することができます。

この「葛藤の2つの要素を止揚統合した視点」
をもつことができれば、

人生は、極めて豊かになり、
何が起ころうとも受容できる人間になります。

この精神状態は、仏陀の「中庸」の
状態とも言えるでしょうし、

「草は一人でに生える」の「悟りの境地」
とも言えます。

以上のことが、メタ心理学を通じて、
実現可能になっています。

2：

この質問では、「3択で悩む決断」の
言及がありますが、

葛藤とは常に2つの要素の二元論なので、
「3択」の場合は、実は葛藤ではない
という事実です。

このことについて、NLP 共同創始者の
ジョン・グリンダー氏は、
以下の名言を吐いています。

「人間は、本来複数の選択肢を取れる状況で、

選択肢が1つしかない場合は、
どんづまりである。

選択肢が2つの場合は、
葛藤に陥る。

選択肢が3つの場合は、

AとBの葛藤があればCに抜けることができ、
AとCの葛藤があればBに抜けることができ、
BとCの葛藤があればAに抜けることができる。

なので人間は3つ以上の選択肢をもったとき、
初めて自由になる。」

ということですが、かりにもし
「3択で悩む」場合であったとしても、

上記の「非活性化脳神経細胞回路」モデルの
適用は可能で、

「3つの要素のいずれが意識化される場合でも、
それが実行に移されても、移されなくても、

どちらをも受け入れることができる
『余裕のある自分』を発見する」

ことができるので、

「人生は、極めて豊かになり、
何が起こっても受容できる人間になります」

以下に、NLPの
「信念体系統合」ワーク手順を記します。

進化版であるメタ心理学の
「Meta Meta Work」の手順は、

実際にセッションを
受けていただけたら幸いです。

=====

「信念体系統合」演習手順

=====

【1】

3人で1組の各演習グループになって、
A・B・Cの役割を決めます。

【2】

Aが『エクスプローラ (演習参加者)』になり、
BはAの手順遂行を支援する『ガイド役』
になります。Cはオブザーバーになります。

【3】

Aは、自分の前に左を過去、中央を現在、
右を未来とした一本の線を想像します。
この線は「タイムライン」と呼ばれます。

【4】

Aは、タイムラインの左端 (過去) に立ち、
そのスポットで問題となっている
信念について考えます。

【5】

Aは、元のスポット (メタ ポジション) に戻り
今度は、タイムラインの右端 (未来) に立ち、
そのスポットで自分がもちたいと思う
信念について考えます。

【6】

A は、メタポジションに戻って今度は、
もう一度タイムラインの左端（過去）に立ち
そのスポットから、

問題となっている信念をもったまま
中央の現在のスポットまで
ゆっくりと歩みます。

【7】

A は、中央のスポットまで来たら、
メタポジションに戻ります。

【8】

A は、次に再度タイムラインの
右端（未来）に立ち、自分がもちたいと思う

信念をもったまま中央の現在のスポットまで
ゆっくりと歩みます。

（この時点で問題となっている信念と
自分がもちたいと思う信念が中央の
現在のスポットで融合されます。）

【9】

A は、統合された2つの信念をもって、
中央のスポットから右端（未来）の

スポットまでゆっくりと歩き、
内的体験を確認します。

【10】

A・B・C の役割を順繰りに変わります。

以上のワークで

2 択や 3 択で悩む決断に、
自信を持って決め切る方法

や

重要な判断を適切に
安定したメンタルで決断できる

という人間に覚醒していきます。

今後も表面的な知識だけではなく
貴方が実際にその場で進化できる
具体的ノウハウも提供していきます。

北岡泰典

=====

【件名】【RA13】ゾーンとフローをキープ

こんにちは、北岡です。

『ゾーン』や『フロー』って
聞いた事がありますか？

『ゾーン』とは、
自分のピークパフォーマンスが
発揮できる変性意識状態のことです。

『フロー』とは、
チャレンジとスキルのバランスが
ちょうど良い状態の事です。

フローに入ると超快感です。

毎日が楽しく刺激的でワクワクしますし
結果もついてきます。

私からゾーンやフローを学んだ方々は
常に自分をこの状態に置くように
気をつけていて

今までとは比べ物にならないほどの
『人生の快感』と『圧倒的な成功』
を連続させています。

人間の心理や肉体などは神秘的ですので
すべて科学的に表現するのは無理だと
思っています。

ですが1つの目安にすると自分の
やるべき事が見えてきます。

あなたは今、

ゾーン状態ですか？

フロー状態ですか？

常にゾーン（フロー）状態を
キープして下さい。

今日は、『ゾーン（フロー）』に
常にアクセスする方法について話します。

通常、『ゾーン（フロー）』状態は、
定期的な瞑想の実践を通じてでも
アクセスできますが、

個人的には、その状態は、
「NEW コード NLP ゲーム」や

メタ心理学の

「ピーク エクスペリエンス体感ワーク」

等によって得られる精神状態と
極めて近い、と考えています。

別のメルマガで、

「NEW コード NLP ゲーム」の一例として、
「アルファベットゲーム」を
紹介させていただきましたが、

NEW コード NLP で言う
「ノウ ナッシング ステート
（何も知らない状態。ゾーン状態に近いです）」

を生み出す「NASA ゲーム」を、
本メルマガで紹介させていただきます。

(NASA ゲームは、
NASA で実際に実践されたワークです。)

なお、『ゾーン (フロー)』状態は、
通常は一過性で、永続化することは
難しいですが、

人生上、頻繁にその状態に
アクセスすることで、
永続化も徐々にしやすくなっていきます。

また、『ゾーン (フロー)』状態にいる時に、
その状態をアンカーリングすること
をお勧めします。

※アンカーリングとは人間版条件反射、
パブロフ犬と調べると分かり易いです。

やり方は、その状態にいる時に、

視覚的には何らかのイメージ、

聴覚的には何らかの声、音あるいは音楽、

触覚的には、たとえば特定の
「印 (ムドラ。特定の手の形)」を
シグナルとして決めておくと、

通常的生活時に、
その3つのシグナルを再現すれば、

かなりの度合いで、
『ゾーン (フロー)』状態が
再現されやすくなります。

ちなみに

私は以前に資格認定コース開講中に、
「私はいつもゾーン状態で講義しています」
と言っていたのですが、

いみじくも、
それを証明する事件が起きました。

コースの「卒業打ち上げ会」に、
受講者のお一人が「猫耳」と呼ばれている
「バイオフィードバック装置」をもってきて、

「北岡先生、このヘアバンドをつけてください」
と言いました。

これは、猫耳の動き方で装着している人が
ゾーン状態（ α 波状態）にいるのか、

覚醒状態（ β 派状態）にいるのか、等が
わかる装置でした。

この受講者の方は私が常々、
本当のことを言っているのか、
確かめようとしたらしいです。

ところが、私がその装置をつけたとたん、
ゾーン状態を示す猫耳の動きになったので、

私が嘘を言っていなかったことが証明され、
受講者は全員びっくりしました。

この「ゾーン状態にいる北岡泰典」の動画が、
以下で閲覧可能です。

<https://youtu.be/UZUCHp6xbPY>

さて、それでは『ゾーン（フロー）』状態に
アクセスできる

「NASA ゲーム」のワークの手順です。

=====

NEW コード NLP ゲーム例【NASA ゲーム】

=====

【1】

プレイヤーとコーチの 2 人で
グループになります。

【2】

プレイヤーは、壁等の表面から 1 m くらいの
場所に立ちます。

この際、リッラクスして、
油断のない状態を保ちながら目と同じ高さの
想像上のスポットを見つめます。

【3】

条件 1（2 分間）：

プレイヤーは、「左」と声に出して言った後、
目をスポットから 60 cm ほど左の場所に
動かしてから中央に目を戻します。

次に、「右」と言った後、目を 60 cm ほど
右の場所に動かしてから中央に目を戻します。

次に、「上」と言った後、目を 60 cm ほど
上の場所に動かしてから中央に目を戻します。

次に、「下」と言った後、目を 60 cm ほど
下の場所に動かしてから中央に目を戻します。

この「左、右、上、下」が
1つのサイクルになります。

頭は静止させて、
目だけを動かすことに
注意してください。

さらに、コーチはいつものように、
プレイヤーの身体的特徴の監視人の役を
果たす責任があります。

コーチは、プレイヤーの体に
過度な緊張があれば、プレイヤーを中断して、
状態分離（体の揺すり）を求めます。

また、プレイヤーが指示
（まず言葉を言った後に目を動かす）
に従っていることを確認します。

【4】

条件2（2分間）：

条件1と同じですが、一点、
プレイヤーが「左、右、上、下」と言い

目を動かすサイクルを行っている間、
コーチが算数の計算問題を出す
という点が付け加えられます。

計算問題は、始めは「 $2 + 7$ 」など
非常に簡単なものにして、

ゲームの進行とともに
だんだん難しいものにします。
コーチは、油断なくいて
（常にカリブレートして）

計算問題がプレイヤーにとって
難しくなりすぎて、

その体の緊張が高まった場合は、
計算問題の難度を下げるようにします。

コーチは、プレイヤーが
「左、右、上、下」と言い、

目を動かす各サイクルごとに
1 つの問題を与えます。

各サイクルの終わりに

(プレイヤーが「下」と言った後、
目を下の場所に動かしてから
中央に目を戻したとき)、

プレイヤーは、
算数の計算問題の答えを言います。

(特に日本の教育制度を考えると)、
ゲームの開始前に、計算問題への答えが

正しいものかどうかは重要ではないことを
示唆する必要があります。

重要なことは、計算を行うという活動が、
被支配的脳半球を活性化するという点です。

計算を行う際、プレイヤーが
使うことができる方法が2つあります。

1 つがサイクルの間コーチの声を記録して、
サイクルの後に、コーチの声を再生して、
意識的に計算を行い、答えを出す。

もう1つが答えを推測する。

すなわち、無意識に計算を任せて、
意識的な計算をしないで、
無意識が思いつく答えを言う。

この2番目の方法が、
プレイヤーが使うものです。

正しい答えを出す必要があるという
強迫観念から解放されることが大切なので、

プレイヤーが意識的に計算していることに
コーチが気づいたときは、

以降5回のサイクルで
間違った答えを出すようにプレイヤーに
伝えてください。

これにより、パターン中断が
効果的になされます。

無意識的に推測しているプレイヤーの場合、
通常は初めのうちの答えは間違っていますが、
そのうち、正しいものになり始めます。

ここでも、正しい答えかどうか
ゲームの重要要素ではありません。

【5】

条件3（最低10分間）：

条件2と同じですが、一点、
サイクルの間はコーチは通常の実行責任

（プレイヤーの身体的特徴を監視し、
プレイヤーが指示通りに
行っていることを確認する）

を果たしながら、同時にゲームに
「雑音」を導入する点が付け加えられます。

ゲームに雑音を導入するということは、
各サイクル中にプレイヤーの背中を押したり、
腕を引っ張ったり、

異質な音（飛行機の音や犬のほえる音等）
をたてたり、

プレイヤーの周辺視野で

手ですばやい動きをしたりして、プ
レイヤーの注意をそらせることを
コーチが行うということです。

これらの騒音はすべて、プレイヤーが計算を
行うために使う必要がある情報
（算数の計算問題）と注意をそらせる

その他すべての情報とを
プレイヤーが区別するよう
強制するように考案されています。

算数の計算問題を出す場合と同様に、
コーチは、完全にカリブレートしながら、

騒音をゆっくりと、やさしく、
スムーズに導入すべきで、
騒音がプレイヤーの体に
緊張を作り出していないことを
確認する必要があります。

このような緊張が検知されたら、
コーチは導入している騒音の量を
減らすべきだというサインになります。

以上がゾーン（フロー）状態に入るための具体的ワークの一例でした。

メタ心理学の1番のテーマでもある

「既存のボックスから逸脱し、
全てが望み通りの大天才になる」

というビジョンは、
私のセッションを受ければ間違い無く

達成されますがその人間覚醒への
具体的なステップの1つです。

メルマガは0円で情報収集ができますが
もし今この瞬間に覚醒と大成功をしたい
と思ってくれる場合は

ぜひ私と近い距離でセッションを
受けにきていただけたらと
思っています。

興味のある方は、下部の

【北岡をパートナーにする：】
<https://saipon.jp/h/zyb462/>

から問い合わせください。

北岡泰典

=====

【件名】【RA14】日本で最も世界レベルの男

こんにちは、北岡です。

メールの2ヶ月目も
よろしくお願いいたします。

『日本で最も世界最高峰のマインドを
装着しているのは「私だ」』

と胸を張って言っている北岡ですが、
先日このような質問をもらいました。

=====

「なぜ北岡さんは、シリコンバレーや
GAFAM 文化を生み出した西海岸文化
について第一人者と言えるのですか？」

=====

とのことでした。

(北岡への質問や相談は
メールか公式 **LINE** にて)

メルマガの他の号でも
述べてきているように、
日本人のほとんど誰も、

現在で **SNS** などの分野で
世界を席卷している

GAFAM

(Google、Apple、Facebook、
Amazon、Microsoft)

を生み出した「シリコンバレー文化」
の源泉を知りません。

シリコンバレー文化の源泉が、
60年代の「ヒッピー文化」にあることは、

世界的な常識ですが、国内では
「ヒッピー文化」は「死語」になっています。

というか、むしろ、
そもそもヒッピー文化については、

「Tシャツとジーンズ」以外は、
まともに国内に紹介されてきていません。

このことについては、
天外伺朗氏が、
(SONYでAIBOを開発した
土井氏のペンネーム)

脳科学者の茂木健一郎氏との
講談社ブルーバックス

『意識は科学で解き明かせるか』
(2000年)での対談で

「日本の社会の大きな問題点は、
カウンターカルチャーを
経験していないことです」

と語っています。

（「カウンターカルチャー（対抗文化）」は、
「ヒッピー文化」とほぼ同じ意味合いがあります）

反戦色の強かったヒッピー文化は、
1975年のベトナム戦争終結の年に、
「終焉」しました。

ただし、その後
1980年頃からヒッピー文化や

カウンターカルチャー（対抗文化）等を
含んだ「西海岸文化」として
発展、醸成、成熟していった、

1990年代の終わりに
GAFAMを生み出すことになりました。

実は、ベトナム戦争が終結し、
ヒッピー文化が終焉した1975年に
UCSC（カルフォルニア大学サンタクルーズ校
）で **NLP** が誕生しているのは、

偶然ではなく、
1980年頃から1990年代終わりにかけて

発展、醸成、成熟していった
西海岸文化に多大な影響を与えました。

私自身は、生後4ヶ月の時に罹った
脳性麻痺の後遺症から5歳と10歳の時に
入所した養護施設で

重度のトラウマ経験をもち、
その後社会復帰ができずに
「精神的蟻地獄」の中で生き続け、

大学時代に、

日本を脱出することを決めました。

25歳で大学を卒業すると同時に、
仏語通訳の仕事で北アフリカの
サハラ砂漠に行き、

通算3年間砂漠に滞在しました。

広大な砂漠と二千年前のローマ遺跡等を見て
瞑想することで、自分の矮小な自己を超えた
「大いなる自己」を感じたりしました。

その後、「悟り」を開くことで
蟻地獄から抜けたいと思い、

あるインド人導師に弟子入りしたいと
思ったのですが、

この方はインドを離れ、
西海岸のオレゴン州の
コミュニンに住んでいたので、

1983年にオレゴンに行き、
そこで弟子入りしました。

このコミュニンには
1985年にも滞在しました。

コミュニンでは、「国際瞑想大学」で
通算7ヶ月（1700時間）の
心理療法コースを受講しました。

このセラピー経験および瞑想の修行で
「一時的な悟り」を
体験することができましたが、
その状態を「恒常化」できたのは、
英国で出会った「グリンダ式-NLP」

を学んだ後でした。

私は、1985年に英国に住み始め、
2001年に帰国するまで
15年間滞在しました。

それに先立って、通算でサハラ砂漠に3年、
米国に1年、フランスに1年住みました。

(2001年の帰国の主な理由は、私のように
「蟻地獄」の中で苦しんでいる方々を、

私が脱出に成功した奇跡的メソッドを
伝授することで、全員救済したいという
強い思いがあったからです。

このビジョンについては、
いい意味においても、悪い意味においても、
「今なお、道半ば」です 笑)

上述したように、
最初に **NLP** に出会ったのは、

共同創始者のジョングリンダー氏が
1988年の春に英国で3日間の
ワークショップを開講した時でした。

私はこの時に **NLP** の効果に衝撃を受け、
同年の夏と1989年の夏に

西海岸の **UCSC** のキャンパスで
開講されたグリンダー氏の
資格認定コースに参加しました。

この時に私は何らかの方法で
粹（私の場合は蟻地獄）から出た経験が
一度でもあれば、

その状態を **NLP** で恒常化させることができるという確信をもちました。

以来、三十数年間 **NLP** を
習得・実践・教授してきました。

以上が、私の 1981 年から 2001 年までの
「内的な試行錯誤と成長と発展」の
経緯でしたが、

この 20 年間の「個人的な成長」の過程と、
1975 年にヒッピー文化が終わった後、

発展、醸成、成熟していった西海岸文化の
20 年間の「社会規模の成長」の過程が、
時期的にみごとに符合している事実、

我ながら、改めて驚いています。

私は以上のような「西海岸文化の成長と発展」
をここまで直に体験し、血肉化した日本人は
他にいないだろう、という意味で、

「シリコンバレー・**GAFAM** 文化を
生み出した西海岸文化に
最も近い日本人」であると自負しています。

以上のことについて特記すべきことが、
三点ばかりあります。

1)

確かに、私が実際に西海岸に住んだのは、
通算で 1 年半くらいですが、ただ、

15年間住んだ英国で、
西海岸文化的パラダイムおよび
生活様式が欧米中に
蔓延していることを肌で感じ続けました。

2)

上記で、1975年に西海岸で誕生した **NLP** が
「1980年頃から1990年代終わり
にかけて発展、醸成、成熟していった
西海岸文化に多大な影響を与えました」

と指摘しましたが、私は1960年代に
セラピーの世界的メッカだった
カリフォルニア州ビッグサーの

「エサレン研究所」が推進した
「人間性回復運動」がさまざまな経緯を経て、

1975年に **NLP** を誕生させて、その **NLP** が、
その後シリコンバレー文化あるいは
GAFAM 文化として花を咲かせた

西海岸文化圏人のマインドセット形成のための
心理学的支柱になった、と考えてきています。

実際、コーチングで最も有名な
アンソニーロビンズが **GAFAM** 創業者等に
決定的影響を与えたであろう、と聞いても、

業界人なら誰でも「さもありなん」
と思うと思いますが、実はロビンズは、
元々はグリンダー氏の弟子でした。

3)

2006年に世界的ベストセラーになった
『ザ・シークレット』の中で、
著者のロンダ・バーンは、

世界的に影響のある自己啓発の先生として
24名の名前を挙げています。

私はこれらの教師が、
1980年頃から1990年代終わり
にかけての西海岸文化圏人の
内面的発展と成長に
影響を与えていたと見ています。

この24名の中には、
著名な精神世界の先生・マーケター・
コーチ等がありますが、

そのようなVIPマーケターの1人として、
ジョーヴィタリー (Joe Vitale)
という方がいます。

この方は、私のインド人師匠の弟子で、
1983年頃西海岸オレゴンの
コミュニンに滞在していた、と聞いています。

私自身も、1983年と1985年の
春から秋にかけてにコミュニンにいたので、

ショッピングセンターで
私が通りを歩いている時、
ヴィタリー氏と会って、
「ハロー」といった挨拶を交わして、
「ハグ」した可能性が高い、
と思っています。

以上のように、1980年頃から1990年代
終わりにかけて発展、成長していき、

最終的にGAFAMを生み出した
西海岸文化については、
国内ではいっさい知られていない

「西海岸発祥のセラピー・NLP・
自己啓発系の歴史と背景」

があったのですが、

その歴史と背景に、
私自身がちょうどその20年間の時期に、

欧米で実際に触れ、
体感し、実践した事実をもって、
私は...

「シリコンバレー・GAFAM文化を
生み出した西海岸文化
についての第一人者」である

と申しています。

日本で私以上にこの分野を
再現できる方はいません。

企業経営者、起業家の方ももちろんですが
日本人であれば全員を導くことができるので

今後のメールやセッションもぜひ
インプットを楽しんでください。

北岡泰典

=====

【件名】【RA15】成功率30倍UPの度胸スイッチ

こんにちは、北岡です。

先日、

「失敗する光景を先に思い浮かべてしまい
いざという時に一歩を踏み出せない」

という相談をいただきました。

今日は、懸念や不安点ばかり考えてしまい、
物事を進められない人の解決法を話します。

メタ心理学の元になっている NLP は、
「コンテンツフリー（内容とは無関係）」
のメソッドで、

問題の内容を扱わずに、
その問題を生み出している「プロセス」
（思考パターン、プログラミング、文脈など）

を扱い、それを変えることで、
問題の内容が自然と
解決できるようになっています。

なのでこの該当の問題も、
たとえば、NLP の

「アンカーリング」
「知覚ポジション変更」
「共鳴パターン」
「ディズニー創造性ストラテジー」
「心身論理レベル統合」

「卓越サークル」
「NLP 諸前提」
「サブモダリティ」

といったどの NLP のワークを通じても、
解決可能になっています。

当然、私が独自開発したメタ心理学の
各ワークを通じても、解決可能です。

このことは、アイシュタインが

「問題は問題と同じレベルの思考では
解決できない。1つ上のレベルの
思考によってしか解決されない」

と言ったことに関連しています。

この場合、

「どんな状況にも対応できる
商品群をもっています」

と言う保険外交員が
胡散臭いと思われるような
印象をもたれるかもしれません。

本メルマガでは、
該当の問題を解決するために、

上記の NLP ワークのうち、
比較的簡単な二つのワーク、
「卓越サークル」の
ワークの手順を紹介させていただきます。

=====

「卓越サークル」ワーク

=====

これは変性意識（ゾーン）を
作り出す NLP ワークです。

このワークは、その実践者が
アンカーやアンフィニッシュドビジネス
（未解決の問題）のような

無意識的な要因によって
コントロールされるかわりに、

外部行動と心的活動の両方を含めた
自分の行動を引き起こしている
心的パターンを変えることにより、

自分の日常生活で
本当にほしいものを
手に入れることができるように

自分の精神状態を
コントロールすることが可能になるという
一連の NLP 演習の一つです。

卓越性サークルテクニックを
実践している際に、

実践者は、「ゾーン」と呼ばれる
一種の変性意識に入ります。

以下が、演習手順です。

【1】

2人で1組の各演習グループになって、
A と B の役割を決めます。

【2】

Aが『エクスプローラ（演習参加者）』
になり、BはAの手順遂行を支援する
『ガイド役』になります。

【3】

A は、もっと頻繁に経験したい
ポジティブな状態（創造的な状態など）
を選びます。

【4】

A は、その状態を完全に経験した
特定の過去の時点を選びます。

【5】

A は、自分の目の前のフロアに
サークルを想像します。

（このとき、その状態に関連付ける特定の
カラー、サイン、またはその他の視覚的な
シグナルか音を選ぶこともできます。）

【6】

A は、準備ができたなら
そのサークルに踏み入ります。

（カラー、サイン、音を選んだ場合は、
そのシグナルも想像します。）

その状態と完全にアソシエート（同化）
しながらその経験を再現します。
自分自身の目で見て、自分自身の耳で聞いて、
感覚・呼吸パターン等を自分で感じてください。

【7】

A は、その状態に関連付けられた明白、微妙な
思考および行動パターンをチェックします。

注意の焦点を自分の内側に合わせて、
内的表出、その要素、呼吸パターン、
筋肉緊張等に気を付けてください。

【 8 】

A は、すべての表出内容...

イメージ・音・フィーリング・動き・臭い・味
を含む、

状態に関連付けられた表出の各要素...

カラー・動き・明るさなどを強調して、

ポジティブな状態の経験を
強化するように努めます。

【 9 】

A は、サークルから踏み出て、
体をシェークします。

【 1 0 】

A は、再度サークルに入りどれだけ短時間に、
どれだけ完全にその状態に再アクセスできるか
に注意を払って、

『卓越性サークル』をテストします。

【 1 1 】

A は、該当の状態に容易にクリーンに
アクセスできるようになるまで
手順【 3 】から 【 9 】までの
段階を繰り返します。

【 1 2 】

A は、体をシェークして、
『オブザーバ』のポジションに戻ります。

この後、自分の目の前に
該当のポジティブな状態を
もちこみたいと思うネガティブな経験用に

もう一つのサークルを選びます。

【13】

Aは、その新しいサークルの中に入って、
ネガティブな経験とアソシエートしながら
完全に再現します。

【14】

Aは、ネガティブな経験サークルから出て、
オブザーバ ポジションに戻ります。

【15】

Aは、最初のポジティブな
卓越性サークルに入って、

そのサークルで経験できる
リソース・ポジティブさすべてをもったまま、

2番目のネガティブなサークルに
ゆっくりと入ります。

【16】

Aは、2番目のサークルで
最初に経験したことに
どのような変化が起こるかに注目します。

【17】

AとBの役割を交替します。
以上のワークにて

『いざという時に
胸を張ってチャレンジできる』

という自分に
生まれ変わることができます。

この状態での成功率は
もちろん飛躍的に上昇します。

課題や目標に対して挑むときの

「メンタル」の在り方が向上し
数値にすると

『成功確率30倍アップ』

くらいの効果になります。

当然ですが、
超絶優秀な各業界のエリートは
(一流スポーツ選手、大社長、名医 etc...)

肝心な勝負事の前メンタルの整え方や
気持ちの置き方、モードの入りが
やはり常人とは違います。

これは本人の素質で自然と
会得されている場合もありますが、

NLP・メタ心理学を通して習得した
技の場合もあり、

言い換えれば誰もが

勝負に挑むメンタルに入る
スイッチを持てる

ということになります。

北岡泰典

=====

【件名】【RA16】ディズニー創造性ストラテジー

こんにちは、北岡です。

世界的に大成功を連続させている
ディズニー映画を貴方でも作ることが
できるようになるメソッド

について話します。

NLP 共同開発者の
ロバートディルツは、

ウォルトディズニーが
どのように創造的なアニメーションを
制作したかをモデル化し、

誰でもそのプロセスを習得できるように、
学習可能な1つの
NLP ワークとして明示化しました。

ディズニーは
アニメーション制作時に、
3つの部屋を順に移動した、

とされています。

それらの部屋は、

「夢家」
「現実家」
「批評家」

の部屋で、各部屋に入った時、
各ペルソナになりきって、
その視点からしか

制作中のアニメーションについて
考えませんでした。

各部屋の各ペルソナを
「アンカーリング」するために、

3種類の異なる葉巻を吸いながら、
各部屋で、思索を続けたと言われています。

NLP では、各部屋の代わりに、
3つの付箋紙をフロアに置いて、

その各付箋紙の上に立つことで、
「夢想家」、「現実家」、「批評家」の
立場になりきることは可能です。

NLP では、このような天才が
どのようにして天才でありえたかを、

学習可能な一式の手順として
モデリング（明示化）したケースが
多くあります。

以下に、

『ディズニー創造性ストラテジー』
のワーク手順を記します。

=====

「ディズニー創造性ストラテジー」
演習手順

=====

【1】

2人で1組の各演習グループになって、
A と B の役割を決めます。

【2】

A が『エクスプローラ (演習参加者)』になり、
B は A を誘導する『ガイド役』になります。

【3】

A は、床の上に三角形のスペースを想像し、
3つのアングル部分にマーカー
(たとえば、Post It) を置きます。

その中央部に自分の
問題状況のスポットを想像します。

【4】

A は、その 3つのアングル部分に、
それぞれ夢想家、現実家、批評家の
自分を想像します。

【5】

A は、まず夢想家のスポットに入り、
夢想家の立場から中央の問題状況にいる
自分に向かって助言をします。

このとき、両者の間での対話を想像します。

【6】

A は、次に、現実家のスポットに入り、

現実家の立場から
中央の問題状況にいる自分に向かって
助言をします。

このとき、両者の間での対話を想像します。

【7】

A は、次に、批評家のスポットに入り、
批評家の立場から中央の問題状況にいる
自分に向かって助言をします。

このとき、両者の間での対話を想像します。

【8】

A は、必要に応じて、
中央の問題状況にいる自分が
満足した解答を得られるまで、

手順 【5】～ 【7】を繰り返します。

【9】

A は、中央の問題状況にいる自分が
満足した解答を得られたら、

3つのポジションを
「背負った」まま真中のスポットに入り、

どのように経験が変化するか確認します。

【10】

A は、三角形の外に出て、
元のスポット（メタ ポジション）に戻り、

計4つのスポットで起こったことを
回顧的に観察、再検討します。

【11】

A と B の役割を交替します。

北岡泰典

=====

【件名】【RA17】理想の人物に弟子入りするメソッド

こんにちは、北岡です。

昨日のメールでは、
「メンターへの考え方」を話しました。

今日は人生において問題解決のための
リソースが不足しているときに、

3人のメンター（指導助言者）
からの助言を受けれるような
明示的なツールを紹介します。

これら3人のメンターは、
存命中の方でも、
亡くなった方でも大丈夫です。

また直接面識があってもなくても、
大丈夫です。

通常、付箋紙を使ってフロアで、
このワークを行う場合、

3人の各メンターを象徴する
各付箋紙の上に立つだけで、

そのメンターを、ある程度以上、
「憑依モデリング」が
できるようになっています。

自分が尊敬する 3 人のメンターから
「直接」 アドバイスを受け、

その 3 人のエネルギーを
自分の中に入れることができるこのワークは、
極めて効果が高くなっています。

以下に、『共鳴パターン』の
ワーク手順を記します。

=====

「共鳴パターン」 演習手順

=====

【1】

3 人で 1 組の各演習グループになって、
A ・ B ・ C の役割を決めます。

【2】

A が『エクスプローラ (演習参加者)』になり、
B は A の手順遂行を支援する
『ガイド役』になります。
C はオブザーバになります。

【3】

A は、自分の問題状況を
床の任意のスポット上に想像します。

【4】

A は、そのスポットの
約 1m 後方に 3 つのスポットを想像します。

【5】

A は、人生における
3 人のメンターを選びます。
メンターは、生存者でも、

すでに亡くなっている方でも、
想像上の方でもかまいません。

【6】

A は、手順【4】で設定した
3 つのスポットそれぞれに
この 3 人のメンターを想像し、

- 1 番目のスポットに入って
- 1 番目のメンターと同一化します。

このとき、A は前方の問題状況にある
自分に向かってこのメンターの立場から
助言を与えます。

【7】

A は、次に 2 番目のスポットに入って
2 番目のメンターと同一化します。

このとき、A は
前方の問題状況にある自分に向かって
このメンターの立場から助言を与えます。

【8】

A は、最後に 3 番目のスポットに入って
3 番目のメンターと同一化します。

このとき、A は
前方の問題状況にある自分に向かって
このメンターの立場から助言を与えます。

【9】

A は元のスポット（メタ ポジション）に戻り、
再び、手順【4】で設定した
1 番目のスポットに入って、
1 番目のメンターと同一化します。

その後、そのメンターと同一化したまま、

2 番目のスポットに入って、

2 番目のメンターと同一化します。

その後、1 番目と 2 番目のメンターと

同一化したまま、3 番目のスポットに入って、

3 番目のメンターと同一化します。

【10】

A は次に、1 番目と 2 番目と 3 番目のメンターと

同一化したまま、一歩前に踏み出して、

手順 【3】の問題状況スポットの

真後のスポットに入ります。

【11】

A は、このスポットから

3 人のメンターを「背負った」まま、

問題状況スポットに踏み入り、

その体験がどのように変化するか

を確認します。

【12】

A と B の役割を交替します。

北岡泰典

=====

【件名】【RA18】NLP 諸前提

こんにちは、北岡です。

昨日のメールは見てくれましたか？

まだ見ていない方は

【RA38】を先に読んでいただいた方が

私の日頃のメールに対する気持ちが
よりわかっていただけたと思います。

さてこれまでのメールで
様々な実践的ワークを案内しましたが

ひとまずはこれが最後の
NLP ワークになります。

=====

『NLP 諸前提』について

=====

NLP は、一式の世界についての
モデルを提示しますが、

これらは「NLP の諸前提」
と呼ばれています。

その一部を以下に紹介します。

1)

地図は土地そのものではない。

2)

コミュニケーションしないではいけない。

3)

すべての行動は

コミュニケーションメッセージである。

4)

コミュニケーションの意味は、

相手から得る反応である。

5)

コミュニケーションには失敗はなく、

ただ結果だけがある。

6)

皆、自分自身の

ユニークな世界についての

モデルに住んでいる。

7)

人々は、世界と状況についての

ユニークなモデルを条件として、

常に自分に可能な最善の選択を行う。

8)

人々は、望む変革を達成するのに

必要な手段すべてを

すでにもちあわせている。

9)

クリーンで、オープンな

知覚感覚経路に代用できるものはない。

10) 自分が直面する抵抗は、

コミュニケーターとして自分には柔軟性が

欠如していることを意味する。

行っていることがうまく行かないなら。
他のことを試みることに。

1 1)

人々の間のやりとりで、
最も柔軟で多様な行動を示せる人が

そのやり取りの結果を
コントロールすることができる。

1 2)

個人の内的または外的行動の価値と適切さが
問題にされることがあっても、
その存在価値は常に肯定的に評価される。

ユークリッド幾何学には、
「公理」と「定理」がありますが、

「三角形の内角の和は 180 度である」

「二点間を結ぶ最短距離は
二点間を結ぶ直線である」

「平行線は絶対交わらない」

といった公理は、
証明することが不可能です。

定理は、公理に基づいて
証明することができます。

ということは、あれだけ審美的な
ユークリッド幾何学は、

「空中楼閣」が、
いつ崩れてもおかしくない「支柱」の上に
構築されていることになります。

同じように、**NLP** は上記の前提が
必ずしも真であるとは主張しませんが、

その世界についてのモデルに従う人々は
自分が本当に達成したいものを
さらに容易に達成することが可能になる

という意味において、
これらの前提は極めて
パワフルであることが判明します。

NLP の「**NLP 諸前提**」というワークは、
我々が「現実」だと思っているものには、

実は、諸々の「前提」が隠されていて、
その前提を変えれば、

いとも簡単に内的現実を
変えることができるようになっていきます。

以下に、「**NLP 諸前提**」ワークの手順を記します。

=====

「**NLP 諸前提**」

=====

本演習は、特定の状況、
問題に関して **NLP 前提**を
適用する演習です。

NLP 前提は、私たちが自分の経験を見て、
その知覚を変えるフィルターです。
それらは、
試しに被ってみる帽子のようなもので、

役に立つときは
被り続けることができますし、

役に立たないときは、
他の帽子を被ることができます。
変化とは、
特定の文脈で潜在的な手段を顕在化するか、

または適当な手段を適用することで、
ある個人の世界地図を
豊かにすることによってもたらされます。

1)

人々は、常に自分が知覚する
最善の選択を行っている。

2)

もし世界の他の人にできたら
それは自分にも可能だ。

3)

地図は土地ではない。

4)

エネルギーは、
注目が払われるところに流れる。

5)

失敗はない。あるのは
外界からのフィードバックだけ。

6)

どの行動にも必ず肯定的な意図がある。

=====

NLP 諸前提演習手順：

=====

3 人で 1 組の各演習グループになって、
A、B、C の役割を決めます。

A が『エクスプローラ (演習参加者)』になり、
B は A の手順遂行を支援する
『ガイド役』になります。

C はオブザーバになります。

まず、問題の文脈用のスペースを決めます。

その後、問題状況の周りに、
各前提に対応する一連の
スポットを配置します。

【1】

文脈スペースに入って、
症状・問題の状態と、症状・問題が起こる
文脈にアクセスして、アンカーを作ります。

【2】

「身体をシェークして」スペースから出て、
「メタ ポジション」に行きます。

【3】

前提スポットの一つに入って、
そのアイデアとアソシエートします。

それが真実であったときのことを思い出すか、
または、

「あたかも真実であるかのように (act as if)」
振る舞います。

問題スポットにいる自分自身を、
この前提のフィルタを通して観察します。

他の前提すべてに関して、
同じことをします。

【4】

各前提に完全にアクセスします。

センター スポットに戻って、
前提が「あたかも真実であるかのように」
振る舞い、

その前提を文脈スペースに追加します。

(この時点でガイドは、
エクスプローラの肩を触って、
アンカーを確立します。)

【5】

サークルすべてを回って、
各前提をアクセス、統合します。

【6】

メタポジションに戻って
問題状態を観察します。

-何かが変わりましたか？

【7】

問題スペースに踏み入れます。

-何に気づきますか？

本日はこれまでです。

北岡泰典

=====
=====

【件名】【RA19】NLPの限界性

こんにちは、北岡です。

「NLPの限界性」を語るに際しては、

まずNLPは、

『カウンターカルチャー
(対抗文化)・ヒッピー文化』

の申し子として生まれているという事実

を念頭に入れて置く必要があります。

すなわち、国内では、

「カウンターカルチャー」は死語のようですが

カウンターカルチャーを知らずして

「まともなNLP」を教えることは、

そもそも不可能なので、

日本人が教えるNLPのほぼすべては、

『本場』の、本物のNLPではなく、

『ガラパゴス諸島化』した、フェイクのNLP」

であることが、そもそも論として、

「国内のNLPの限界性」である

ということを指摘しておきたいと思いました。

この本質的な国内のNLPの限界性は、

カウンターカルチャーについて

左脳の知識さえない

NLP の教師側の問題であると同時に、

NLP を生み出すに至った背景となっている、
カウンターカルチャーが全盛だった

60年代、70年代の
「前 NLP 的」方法論である

瞑想・催眠・セラピー・
化学的変性意識・アイソレーションタンク等を

ほとんど実際に経験したことがないまま
NLP を学びに来る生徒側の問題でもあります。

すなわち、確かに NLP は極めてキレのいい
「自己および他者の変容」を助けるツール
ではありますが、

その真の歴史的・文化的・心理学的・哲学的な
価値は、「前 NLP 的」方法論を使って

ありとあらゆる試行錯誤をしている人々
「だけ」が評価できるもので、

この場合は目から鱗が落ちる
発見の連続となりますが、

「思考停止状態」の人が
「最高のショートカット法」を学んでも、

「ああ、そんなものなんだ」
で終わって、そのすごさは
体感できないと思います。

「コロンブスの卵」では、
コロンブスが、生卵と茹卵の
「簡単な」見分け方を、

何時間も思案し続けて
正解がわからずにいて、

「頭を使いを使い切った『後』」に
答えられませんか「降参」した
コロンブスの友人たちに伝えたからこそ

価値があったのであって、
そもそも初めからいっさい
考えることもしていないトピックについて

貴重な「近道」の方法を教わっても、
その「アンビリーバブル性（奇跡性）」は、
いっさい伝わらないと思います。

以上のことは、歴史的観点から見た、
国内の **NLP** の限界性ですが、他にも、

私自身の過去15年間1500人以上の
「ケーススタディ」からわかった、
NLP を学ぶにあたっての限界性として、

主に以下の2点が挙げられます。

1) 「個人的な体験のレベルの **NLP** の限界性」

まず私は、過去の資格コース等において、
口酸っぱく、

「**NLP** は屋根に登るための梯子、
川を渡るための舟、のような『単なる方法論』で、
NLP の『アンカーリング』を使って、

ある特定の状態を『ショートカット』として、
自分の中で即時的に再現することが可能ですが、
自分の中にアンカーリングの対象となるべき

『参照機構（実際の経験）』がなければ、
そもそもアンカーリングで引き出すことが
できないので、

その参照機構は、瞑想・催眠・
セラピー・化学的変性意識・断食・滝打ち・
座禅・その他で、NLPの『外』で、

自分自身で体験して、
まず作っておいてください」

と伝えてきています。

ちなみに、私の過去30年間の最大テーマは、

「現象界を超えた『悟り』の世界を NLP
(特に、アンカーリング) で

24時間86400秒
継続的に、『脳内麻薬状態』
として、体験し続けることができないか」

というものでした。

個人的には、この「最大の人間意識の実験」に
これまで成功してきていると、
今報告することができますが、

問題は、そういう「悟りの世界」あるいは
「神的意識」の参照機構がない人は、
どうしたらいいか、ということでした。

この問題については、
私は2015年の夏に、

悟りの参照機構がない人でも
あるマントラを唱え続けるだけで、

自分がどんどん純粋な神的意識に
近づいていくという方法論に
出会いました。

これは、ロバートシャインフェルドの
「ザプロセス」という方法論です。

この方法論とメカニズムについては、
私は、別途、

「レモンの味を知らなくても
レモンの味を創出できる方法論」

という書き下ろしエッセイで
完全解説しています。

ちなみに、本エッセイを執筆した後、
2年前に私が開発したメタ心理学では

「リカーシヴ・アセンション
(永遠の再帰的自自己変容)」
が可能になっています。

これは、ロバートシャインフェルドの
「ザプロセス」をさらに進化させた方法論です。

2)

「NLPの現場への落とし込み方についての
実用性レベルでの限界性」

たしか上記の

「レモンの味を知らなくても

レモンの味を創出できる方法論」

を執筆した頃に、

私は個人セッションのクライアントで、

「**NLP** の現場への落とし込み方がわかりません」

という複数の方に出会いました。

私自身、1988年に **NLP** を学び始める前に、

瞑想・催眠・セラピー・化学的変性意識・

その他で試行錯誤をしまくっていたので、

歴史的に欧米人（特に、米国の西海岸文化圏人）

がどのようにして「現代西洋心理療法」が

NLP に進化していったか、についての

「全脳的知識」があったので、

私自身は **NLP** を現場に落とし込む

（「現実に応用する」）ことについて、

まったく違和感も、問題ありませんでしたが、

そういう歴史を経てきていない日本人が

NLP を現場に落とし込む際に

「致命的な問題」があることがわかりました。

この致命的な問題については、

簡単に要約すると、

「**NLP** を現場に落とし込むために

必要な二大条件」

は以下ようになります。

i) 現実を仮想現実化できていること

ii) 「扁桃体」を快にして、演習の自己適用を
楽しくて楽しくてたまらなく思うこと

このうち、

「i) 現実を仮想現実化できていること」

については、欧米では、

カウンターカルチャーの文化が

今なお綿々と続いてきていて、

さまざまな形で、特に大多数の若者は

「意識の拡張の実験」をしているので、

また、ニュートン／デカルトの還元主義を超えた

量子力学的な考え方が

社会全般にわたって

かなり広く普及しているので、

一般論的に、

西洋の NLP 学習者は、

あたりまえのように

「いわゆる現実と呼ばれているものは

相対的なもので、自分の物の見方一つで、

どうにでも変えられる」

という「現実の仮想現実化」

ができています。

その一方で、

「意識の拡張の実験」をしたこともなく、

量子力学的な考え方にも

それほど馴染んでいない日本人は、

「(自分が勤めている会社を含んだ)
現実というものが厳然と存在している」
という枠組みの中で生きているようで、

このようなパラダイムの持ち主は、
「厳然たる現実**は** NLP のような単なる
『頭の体操』のツールでは変わるわけではない」

という「潜在意識的な確信」
に「汚染」されているようです。

実は、この
「現実の仮想現実化」ができない問題を
克服するために、

私は「現実という名の **RPG** ゲーム」
という演習を独自開発しています。

ちなみに、「現実を仮想現実する」ことと、
「チョイスポイント (選択点)」というコンセプトは
密接に関係しています。

「チョイスポイント」は、
人生上あるいは認識論的考察上、

私がもっとも重要と
見なしている **NLP** モデルです。

「チョイスポイント」とは、
ある時点で、人は子供の頃は、

本来は多くの選択肢をもっていて、
柔軟に動けたはずなのに、

大人になる過程で、
それらの選択肢がすべて落ちて、

たった1つの行動パターン
しか取れなくなっている、

という意味のことです。

なお、「チョイスポイント」に基づいて、
私が独自開発した「RPG ゲーム」の
メカニズムは、

欧米で NLP を学び始める人々が、
すでに無意識的に、

「ごくごく当たり前に行っている」
ことなので、欧米人に「RPG ゲーム」を教えたら、
おそらく、

「お前あほか。なぜこんな皆当たり前
やっていることを、そもそも演習として
明示化しなければならないのか?」

という反応をもらう可能性があります。

裏を返せば、国内では人々は、
本来の NLP 学習に関してそれくらい
「基本中の基本中の基本」も理解せずに

NLP 演習を行っている、という
「恐ろしい状況」であるということになります。

国内の NLP 業界の中から
「大化けする人（天才）」が輩出されてきていない
最大の理由はここにある、

と私は考えてきています。

「ii）『扁桃腺』を快にして、

演習の自己適用を楽しくて
楽しくてたまらなく思うこと」

については、
スポーツコンサルタントの西田文郎氏が、
「人々が天才になるのは、『古い脳』の一部である
扁桃体が快になりまくっているので、

どんな努力をしても努力とも思わず、
自然に切磋琢磨するからで、

また、天才になる人は、
成功状態にすでになりきっている
という大いなる勘違いをしている人である」

一方で、

「扁桃体が快になっていない人は、
どんな努力も苦痛と思うので、『新しい脳』である
大脳皮質（特に、前頭葉）が『努力が必要だ』

とわかっていても、人生目標を立てても、
『古い脳』が納得していないので、
結局は、三日坊主に終わる」

という意味の主張をしているのを知ったとき、
日本人で（そして欧米人で）

NLP の自己適用が続けられないことの
最大のメカニズムがここで
「完全に解明」されている、と思いました。

それ以来、私は、
この西田氏のアイデアの元になっていると思われる
「扁桃体の世界的権威である」

ジョゼフルドーを始めとする
複数の神経科学者を研究してきていて、

現在、この「いかにすれば扁桃体が快になるか」
の問題を解決しえる演習を
独自開発してきているところです。

以上が、「歴史」、「個人」、「実用性」の
観点から考察した、見方によっては

「かなり悲観的」な「国内の NLP」の限界性ですが、
もしこれらの限界性を生み出している条件が
クリアされるならば、

NLP の学習効果は
「奇跡的」なものになることは
間違いありません。

北岡泰典

=====

=====

【件名】【RA 2 0】人生とは扁桃体と前頭葉の対話

こんにちは、北岡です。

私は、2 0 1 2 年に
最後の NLP 資格コースを
開講した後は、

主に業界外の個人セッションの分野で
活動してきていますが、

その過程の中で、
「なぜ国内の NLP 学習者のほとんどが
『大化け』しないのか？」という

大命題のメカニズムを
「完全解明」することに
すでに成功しています。

このエッセイ執筆後、2 0 2 0 年に、
もう一度だけクローズド環境で
資格コースを開講しました。

これが、
私の最後開催のコースになっています。

すなわち、
「なぜ国内の NLP 学習者が
『大化け』しないのか？」

の命題の私の答えは、
要約すれば学習者に

以下の前提条件が整っていないからです。

- 1) 自分の人生上の
「大いなる勘違い」の「目的」の
確定ができていること
- 2) 現実を仮想現実化できていること
- 3) 扁桃体を快にして
演習等の自己適用
(修行・練習)ができること

この三大条件のうち、
「現実を仮想現実化できていること」
については、

数年前に、「現実という名の **RPG** ゲーム」
という演習を独自開発することに成功し、

この条件が満たせていない
学習者が条件を満たすように
支援することができます。

また、

「扁桃体を快にして演習等の
自己適用（修行・練習）ができること」

については、

該当の命題の答えを見つけるために
試行錯誤・模索していた数年前、

私は、ある国内の
著名なスポーツ心理学コーチが

「扁桃体を快にして修行・練習をすれば、
誰でも『天才』になれる」
と主張していることを知り、
この思索家の本の大半を
読みこんでみましたが、

この方の主張は、
私が子供の頃試行錯誤の末
無意識的に身につけた

「メタ学習ストラテジー」
そのものを完全に明示化していることを知り、
驚愕しました。

ただ残念ながら、
この方が書いた数多くの
廉価版の書籍を読んでも、

15000円の高価本（2冊）を読んでも、
参考書籍目録も索引も
まったく掲載されていないので、

この方の「主張の根拠」が
いったいどこからきているのか
わからないままだったのですが、

数年前に、ある日本語の本の中で、
「扁桃体の世界的権威」の
米人神経科学者の名前が

「注」として掲載されているのを
たまたま発見をして、それ以来、

この学者（神経科学者ジョゼフルドゥー）の
書籍とその末尾にある書籍目録を
参考にしながら、

自分なりに最先端の神経科学の
研究をしてきていて、

その中で、現代神経科学者たちは
とんでもない発見をしてきている
ことを知りました。

「現代神経科学者たちの『とんでもない』発見」
については、思うに、純粋な

「ソフトウェアツール」である **NLP** が誕生して、
40年以上が経っているわけですが、私はこの間、

ソフトの面では **NLP** 以上の
研究結果と実績を達成している
学問は生まれていない、

というスタンスは
いまだに崩していないですが（笑）、

ただ、最近の神経科学関連の書籍を読んでいると、
この40年間に生まれた

「**fMRI**（機能的磁気共鳴断層撮影）」
（開発したのは日本人の方のようです）

を始めとする脳機能に関する
ハードウェア面の研究は、
極めて著しい成果を収めてきているようです。

これらの神経科学者たちは原則的に、
「脳機能が意識を作り出す」という
「神秘学、隠秘学的立場」とは真逆にある

唯物論者であるように思われますが、
しかし、その中でも「数少ない学者」は、

唯心論者である神秘学・隠秘学の研究家が

「あぐらをかいて、
うかうかしてられないような」

とんでもない発見と主張を
してきているようです。

私が見るところ、
このことが可能になっている
背景としては、

西洋で60年代から脈々と続いてきている
「カウンターカルチャー」の歴史の中で、

「意識の拡張の実験」をしまくった
新しい世代の人々が

『『ポスト』化学的変性意識』の
研究のツールとして、

神経科学等の研究分野を選び、
その上で、「向こうの世界（神的意識）」を見た後

「こちらの世界（現象界）」に戻ってきて、
改めて人間の脳とは何かを
マッピングし始めている、

ということが指摘できると思います。

少なくともそのようにでも考えないと、
単なる「左脳の唯物論者」では
提唱できないような

『神的意識』・『神秘の世界』を、
脳機能の一部である

『ニューロン』や『シナプス』等の観点からの

論理的なマッピングに
成功している神経科学者の
存在を説明できないと思います。

ジョゼフルドゥーの本の中で、
実に興味深い兎の実験結果について
読みました。

兎に、よく似た2つの音を
聞き分けるように訓練した後、

一方の音とともに電気ショックを与えて、
「条件反射」を確立させ、
もう一方はショックを与えませんでした。

この兎は、一方の音だけに
条件反射反応を示すようになったわけですが、

その後、「聴覚的大脳皮質」を除去したら、
兎は再び、二つの音を聞き分けられなくなった、
ということです。

つまり、よく似た音を聞き分けるような
「識別区分機能」は、

大脳皮質にあるということが
発見されました。

もっと興味深いことに、
「聴覚的大脳皮質」を除去されたこの兎は、
当初の二つの音の両方に対して、

後天的に学習した電気ショックの
条件反射反応を示すようになった

ということです。

この実験の意味合いには、

1) 条件反射を起こしている器官は、
大脳皮をバイパス（迂回）している、

2) 扁桃体は、
「アバウトな識別区分」しかできず、
（ビートルズとオアシスのような）

「微妙な識別区分」は、
大脳皮質にしかできない、
等があります。

すなわち扁桃体は、
盲腸のように、

人間の生命体としての
「過去の進化の『負』の遺産」
として見なされるべき形で、

なぜ今なお存続しているのかと言うと、
兎は（そして人間も）、

「小枝を蛇と誤認識」しても、
特に何も起こらないが、
「蛇を小枝と誤認識」したら、

即蛇に食べられて、
生命体が死滅してしまうので、
実際のところは、

「多少の誤認識があっても、
サバイバルのために必須の器官」
として、扁桃体が

「進化の『正』の遺産」として
存続してきている、

という極めて興味深い結論が
導き出されます。

該当の神経科学者は、
大脳皮質の本来の機能として、

1) 扁桃体の反応を上書きできることと

2) 大脳皮質は、「適切な反応」を
引き起こすことができず、いかに

「不適切な反応」を引き起こさないか、
の目的のためにある、
という極めて洞察に富んだ指摘もしています。

以上の議論は、おそらく精神病を含む、
すべての心理学的問題の根幹となる
原因を究明していると、

今、考えています。

ちなみに、最近あるヨガの先生から、

「扁桃体の同じ反応が90秒以上続いた場合、
扁桃体が暴走している、と見なしていい」

という指摘を受けました。

この指摘は、私は洞察に富んでいて、
妥当性があるとは思いますが、

この妥当性は、「普通の社会生活」が
営めなくなるいわゆる

「神経症」・「精神疾患」と呼ばれている
ケースにとどまっています。

極めて厳密に言うと、

「どれだけ短いコンマ何秒であれ、
思考があること自体、即、それは
『扁桃体の暴走』と見なさざるを得ない」

と、私は、極論したいと思います。

(ちなみにこの極論は、
私が30年以上研究してきている

古今東西の「悟りを開いた人々」の教えと、
何ら矛盾していません)。

このことについては、人間は通常、
ある「無意識からのメッセージ」の元が

扁桃体にあるのか前頭葉にあるのか
区別できていないので、

仮に「扁桃体が暴走」した場合、
それを前頭葉の側が
モデリング（模倣）してしまうので、

「前頭葉の暴走」が始まるのではないか、
そして、このメカニズムが、

現代人の抱えている
「マインド（思考）の暴走」に
つながっているのでは、
と思うようになりました。
ということで、

「ある『無意識からのメッセージ』
の元が扁桃体にあるのか前頭葉にあるのか区別」

することが、以上のすべての問題の
「肝中の肝」となると思います。

以上が、私自身の最新の発見と主張ですが、
本紙の内容に基づいて、
私は、最近、以下の格言を作りました。

＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝
「人生とは、扁桃体と前頭葉の対話である。」
＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝

この意味合いは通常、
扁桃体と前頭葉の間には
「対立」があるので、

葛藤から抜けきれないことで、
「自己啓発難民状態」が生まれていますが、

この二者間の「対話」を始め、
継続できるようになれば、

徐々に扁桃体と前頭葉の間で
「ダンス」をすることも可能になり、

最終的には、真の成功哲学者（解脱者）
になることができる、というものです。

最近の私の独自開発の演習は、
扁桃体と前頭葉の間の対話とダンスを
可能にすることを目指しています。

北岡泰典

=====

=====

【件名】【RA 2 1】主観的体験のヒミツ

こんにちは、北岡です。

「人間の主観的体験」、言い換えると
人間の意識とは何か？

というテーマは極めて興味深く重要で、
なおかつ最終的な答えを見つけることは
不可能なようにも思えます。

最近読んだ『脳と心のしくみ』（池谷裕二著）
に以下のような文章があります。

「自我や意識は、物質ではなく、
精神的な活動であることが
問題を難しくしています。

つまり物理的実体ではないわけです。
たとえば、スピードとは何かを調べるために、
クルマを分解する人はいるでしょうか？

どんなにクルマを分解しても、
スピードについてまったくわかりません。

なぜなら、スピードとはクルマが走っている
『状態』だからです。ですから物質である
クルマを分解しても

スピードという概念は出てきません。
自我や意識もこれと同じようなもので、

物質である脳をどれだけ細かく観察しても、
一向にわかるものではないのです。」

「意識によって、自分が制御している
という考えは、完全に勘違いです。

人間にはたくさんの自己が同居し、
常に複数の事柄を並行して処理しています。

しかも、ほとんどの事柄は意識にのぼらずに、
無意識に処理されています。

さまざまなことを同時にやっている
『多重人格的な私』が自我を持つためには、
『自分は1人しかいない』と

意識上で勘違いすることが
重要のかもしれませんが。」

これらの引用についての私の感想は、
以下の通りです。

1)

池谷氏はいわゆる脳機能学者ですが、
同氏の脳機能を研究する目的は、

自我や意識が何であるかを
解明することではなく、

実体のない自我について
知りたいと思うように
プログラミングされている

脳の願望を生み出す
神経メカニズムの解明にある、
ということです。

ちなみに、この立場は、
最近私が研究してきている
欧米の神経科学者の立場に近いと思います。

2)

池谷氏のように、

「さまざまなことを同時にやっている
『多重人格的な私』が自我を持つためには、
『自分は1人しかいない』と意識上で勘違い」

するのであれば、
文字通り「すべての現実 is 仮想現実」
ということになります。

なぜならば、「現実を認識」しているはずの
「実体がある」と思い込んでいる
「自我」そのものが、

もともと幻想（フェイク）
であるわけですから。

3)

では、何が現実かというと、私が過去
30年以上にわたって研究してきている
印哲の学者シャンカラチャリヤが言うように、

「絶対なるもの・真なるものは、不変である。
唯一不変なものは、誕生も死滅もすることなく、
現象界の後ろに鎮座ましましていて、

ただただ永遠に現象界を見続けている
『純粹観照者』である」

ということにならざるを得ないかと思います。

4)

「人生とは、扁桃体と前頭葉の対話である」
のメルマガで、以下のように
書かせていただきました。

「最近の欧米の神経科学者たちは、原則的に、
『脳機能が意識を作り出す』という
『神秘学、隠秘学的立場』とは真逆にある

唯物論者であるように思われますが、
しかし、その中でも、『数少ない学者』は、
唯心論者である神秘学、隠秘学の研究家が

『あぐらをかいて、
うかうかしてられないような』

とんでもない発見と主張を
してきているようです。

私が見るところ、このことが
可能になっている背景としては、

西洋では60年代から脈々と続いてきている
『カウンターカルチャー』の歴史の中で、

『意識の拡張の実験』をしまくった
新しい世代の人々が

『「ポスト」化学的変性意識』の
研究のツールとして、神経科学等の
研究分野を選び、その上で、

『向こうの世界（神的意識）』を見た後
『こちらの世界（現象界）』に戻ってきて、

改めて人間の脳とは何かを
マッピングし始めている、
ということが指摘できると思います。」

私は池谷氏についてはコメントできませんが、
現在、私が研究してきている欧米の
「『ポスト』化学的変性意識」の研究家で、

「唯心論者である神秘学、隠秘学の研究家が
あぐらをかいて、うかうかしてられない
とんでもない発見と主張をしてきている」

神経科学者は、「間違いなく」現象界を超越した
「純粹観照者」が何であるか

体験的に全脳的に知っている人々だと、
私は思っています。

思うに、すでに半世紀の歴史のある
カウンターカルチャーの影響を受け、

「化学的変性意識を実験しまくっている」若者が、
欧米を中心に何千万人、何億人単位で
存在してきていますが

このような実験を通じて、「しらふ」(笑)の
「唯心論者である神秘学、・隠秘学の研究家が

『あぐらをかいて、うかうかしてられない』
とんでもない体験を「神の国」でして、

現象界に戻ってきた後、スマートな考え方をする、
極めて頭脳が優秀な逸材のグループが、

仮に、社会的名声と地位があり、
極めて高報酬で、かつ、意識とは何かを

ピンポイント的に研究できる
神経科学の分野を生業として選び、

極めてハイレベルな意識の研究家として、
職業的に脳機能を研究してきているとしても、

論理的にまったく合点がいくと思いました。

5)

脳機能を研究する場合、「脳が意識を作り出す」
という唯物論的な立場を取るのか、あるいは、

「意識が脳を作り出す」という
唯心論的な立場を取るのかは、

各主張者の
「実際の現実的（すなわち、幻想的）体験」
に基づいているので、

どちらの立場が正しいかの
最終的な結論を出すことは、

未来永劫にわたって
不可能であるように思います。

（最終的な結論は、
肉体が死んだときにわかるはずです）

ただ、「現実がどのようなになっているか」
についてのモデル（あるいは仮説）を
提唱することは可能で、

また、該当のモデルが実用的・経験的に
どれだけ適切に機能するか、についての
「客観的」な議論をすることも可能です。
ということで、私が興味深いと思った

「主観的体験のモデル」を、
本紙上で2つ紹介させていただきます。

一つ目は、以下に示された
「グリンダー式主観的体験モデル」です。

https://www.kitaoka.co/img/jg_model.gif

ジョングリンダー氏は、
「外界」に何があるのか、

あるいは、そもそも外界が
存在するのか否かについては、

いっさい口を噤む「不可知論者」です。

（この外界は、シャンカラチャリヤに言わせたら、

「目で見えず、耳で聞こえず、肌で触れず、
口で味わえず、鼻で嗅ぐことができない
『五感を超えた』何か」です）

一方で、同氏は、
いわゆる外界から入ってくる
インパルス（入力）が

人間の神経系統において、
「変換に次ぐ変換に次ぐ変換」を
経て生み出される

FA（最初にアクセスできる主観的世界）
については、

ありとあらゆることを語ることができる、
という立場を取っていて、実際、

1988年に初めて私が
同氏の英国でのワークに参加したとき、

私は、この「元イエズス会の論客」の、
見事としか形容不可能な

「左脳の自由自在な使い方」をする
認識論的な議論には、文字通り
「舌を巻き」、それ以来、
同氏に師事してきています。

ちなみに、FA は、
「主観的体験・世界地図・仮想現実、
モニタ、その他」

と言い換えることができます。

グリンダー氏は、入力の変換の連続部分を
「F1 (フィルター1)」と定義していて、

FA の後に起こる主観的操作を
「F2 (フィルター2)」と定義しています。

たとえば胃が痛い場合、
これは失恋の痛みだと解釈することや、

橋の設計士がデザイン時に
視覚的に橋の一部を取り出して、

上下逆さにして、
別の場所に移したりする場合が
例として挙げられます。

NLP のサブモダリティの変更も含まれます。
この「グリンダー式主観的体験モデル」
については、

2つの興味深いコメントがあります。

a)

グリンダー氏は、
F1 の部分の解明はほぼ不可能で、
もしそれができたらノーベル賞ものだ、

とおっしゃっていましたが、
現在私が研究している欧米の
神経科学者の研究こそ、

この F1 のメカニズムを
解明する試みではないか、
と考えています。

b)

このグリンダー氏のモデルを
過去の資格コースで紹介したとき、

あるコース参加者が、
「F2 は意識的操作だと思いますが、
この部分を操作すると、目に見える
口頭レベルでの表層構造を触ることで

クライアントの目に見えない
無意識レベルの深層構造を変える
『メタモデル』テクニックと同じ意味合いで、

無意識的操作の部分である
F1 を変えることにはなりませんか?」

という極めて興味深い質問をしました。

私の答えは、「それは充分ありえます」
というものでしたが、現在私は、

F2 の意識的操作を変えることは
「脳内の神経細胞のシナプスの発火の仕方」
を変えることに他ならず、

このため、
このシナプスの発火の仕方の変更は、

脳内の
「意識化されることのない
無意識的な神経細胞の発火の仕方」

にも必然的に波及しうる、
と考えています。

このことは、私は、
体験的に深く確信していますが、

過去 15 年間の
国内の NLP 講義の経験から言って、

「一度も現象界を超えたことのない人」
あるいは

「瞑想、催眠を含む前 NLP 的方法論を
いっさい試したことのない人」
がこの違いに気づくことは、

機能的に不可能なようにも思います。)

ちなみに、私が通っている整体師に
以上に関連したことを伝えたら、

「最近、神経科学の発見は著しく、
脳卒中等で可逆性がないと思われていた

シナプスレベルでの機能的問題についても

克服できる可能性が発見されつつある」

ということでしたので、私も、

「これから私も本格的に神経科学の
研究を続けたいですが、その中で、

自分の麻痺した左手の機能回復も
不可能ではないでしょうし、もしそうならば、

私の心理学としての **NLP** の体験的知識と
ノウハウはかなりのものなので、

逆に、事故・病気・高齢等による
脳機能障害を治癒しようとしている
研究者たちに

私は多大な貢献が
できることになるでしょう」
とお伝えさせていただきました。

私が興味深いと思った2つ目の
「主観的体験のモデル」は、

数年前から私が研究している
仏人神経科学者の
スタニスラスドゥアンヌが提唱する

「広域神経細胞処理空間」
というモデルです。

「広域神経細胞処理空間」は、
脳内全体で同期しながら発火した

脳神経細胞群
(この細胞群は「脳網」と呼ばれているようです)

が「意識を生み出す」場所で、

この「空間」に関連した
神経細胞群には以下の5つがあるようです。

- a) 脳内全体の「脳網」レベルで神経細胞が
同期して発火することで生み出される「意識的思考」
- b) 充分意識化される可能性がありつつも、
他の意識的思考が処理されているので、
「広域神経細胞処理空間」までたどり着いていない「前意識的刺激」
- c) fMRI 等によって、実際に脳の一部の神経細胞で
知覚されていることが確認されているにもかかわらず、
脳網レベルでの神経細胞の発火までは引き起こされず、
意識化されることがない「サブリミナル刺激」
- d) 「広域神経細胞処理空間」上で
意識的にコントロールすることが不可能な「分断された処理機能」
(例としては、脳幹がコントロールしている呼吸機能があります。
この分断処理機能は、元々とは異なる機能様式である
胸の上下運動によって初めて意識化することが可能です)
- e) 神経細胞の情報が複雑な発火パターンの中に隠れている「暗号化された刺激」

このうち、e) については
さらなる説明が必要かと思いますが、

最近の神経科学の発見によれば、
たとえば、「クリントン大統領」の
顔だけに対して反応する

神経細胞が存在することが
発見されているようです

(この特定の神経細胞は、クリントン大統領の
写真だけにではなく、「クリントン」という
言葉にも反応するらしいです！)

さらに、ここからは

私自身の理解になってしまいますが、

たとえばですが、

顔の輪郭だけに反応する神経細胞、
表情だけに反応する神経細胞、
声の抑揚だけに反応する神経細胞

その他無数の「専門的機能に特化」した
神経細胞が存在していて、

それらの集合的な無意識的な
演算操作の結果でしか、

人は「私の目の前にいるのは誰それさんだ」
という意識的認識をもてないようです。

私なりにこのことをさらに敷衍して言うと、
NLP の「サブモダリティ」ワークは

まさしくこれらの「専門的機能に特化」した
神経細胞がもっている固有の情報を
扱っているということになります。

この意味で、人間の脳を
ホログラフィーであると見なした上で

サブモダリティを発見した
NLP 共同創始者のリチャードバンドラーの、

現代神経科学が生まれる
何十年も前にもった直感的洞察は、

実に見事で、
偉大なものであると言わざるをえません。

この意味においても、私には、
40年前に創始されたソフトの心理学である
NLP のこれまでの発見と、

最近の fMRI 等を通じた、
ハードの科学である神経科学の
画期的な発見には、矛盾はなく、

今後、両者の間に
相乗的効果的な相互の影響がありえることを、
私なりに明示化していきたいと
思っているところです。

長くなりましたが今回は以上です。

北岡泰典

=====
=====

【RA 2 2】魔法の解明

【RA：北岡、魔術の構造を解明する？】

こんにちは、北岡です。

最近のメルマガで私は、

唯心論者である神秘学・隠秘学の研究家が
『あぐらをかいて、うかうかしてられないような』
とんでもない発見と主張をしてくている

2 人の神経科学者
(ジョゼフドゥーとスタニスラスドゥアンヌ)
の発見を報告させていただきましたが、

私は、現在、3 人目の
「神秘学的な志向性」があると思われる
神経科学者を研究してきました。

この学者は、2 0 0 0 年に
ノーベル生理学・医学賞を受賞した
オーストリア系米国人で、

アメフラシ（ウミウシ）という動物の
細胞生物学的な観点からの
ニューロンに関する実験を行い、

その後、遺伝工学の技術を取り入れた
細胞培養実験を通じて、

条件反射的な短期記憶が、

反復学習をすることで、

どのように長期記憶としての
恒久的学習パターンとして定着するかの
細胞生物学的なメカニズムを解明しました

(簡単に言うと、短期記憶はシナプス内の
「化学的反応」のプロセスにしかすぎない一方、

長期記憶は、その化学的反応が
ニューロンの細胞核にも影響を与える
「構造的変化」のプロセスであることが
発見されました)

ちなみに、
この学者がノーベル賞を受賞したのは、

遺伝工学の技術を取り入れ始めた
研究段階でこの新発見をする「以前」の
細胞生物学的な研究段階での

同氏の研究業績に対してでしたが、
私は、個人的には、

後期の研究段階におけるこの発見は、

同氏がノーベル賞を
再受賞してもいいくらいの価値があるのでは、
と思っています。

(これまでに、ノーベル賞を二度受賞した人は、
キュリー夫人を始め、三人いるようです。)

ということで、私は現在、
スタニスラスドゥアンヌの

「脳内全体の『脳網』レベルで
局所的な神経細胞が同期して発火することで
生み出される『意識的思考』」

についてのモデルと、
本エッセイで紹介している
神経科学者が解明した

「条件反射的な短期記憶が、
反復学習をすることで、どのように

長期記憶としての
恒久的学習パターンとして定着するか」

の細胞生物学的・遺伝工学的メカニズムには
共通点があると思っています。

その共通点は、

「一部のニューロン（ニューロン内のシナプス群）
の局所的な変化反応の脳全体(脳網) への
『フラクタル』的な拡散発散」

にありますが、私はこのことは、
「一つの事象に関する(すなわち、局所的な)
『アンカーリング』による条件反射的な行動変容が、

どのようにして、
恒常的な(すなわち、脳全体の)
行動パターンの変容につながるか」

に関する **NLP** における「経験則的」な
モデルを、神経科学・細胞生物学・遺伝工学的な
メカニズムとして、

説明することにつながる、

と現在考えています。

私の神経科学的研究は、
つい近年始まったばかりですが、

すでに、上記のような

「神経科学と NLP のマッピング」が
一部可能になっています。

今後も、さらに神経科学的研究を続けて、
このマッピングを完璧化することが、

私のこれからの
「メタ心理学」としての
ライフワークの課題になると思っています。

今後の私の研究結果を乞うご期待ください。

以上の文章を書いた後も、
私の「無意識ちゃん」は、

「神経科学と NLP のマッピング」を
続けてきていますが(笑)、

編集後記的に追記したいことが
2点あります。

1つ目としては、おそらく
「魔術の構造の解明」
にもつながるかもしれない、

とんでもないが、しかし
ごく単純なことを発見しました。

すなわち、上に、

「一部のニューロン（あるいは、ニューロン内のシナプス群）
の局所的な変化反応の脳全体(脳網) への
『フラクタル』的な拡散発散」が起こることで、

「一つの事象に関する(すなわち、局所的な)
『アンカーリング』による条件反射的な行動変容[が]

恒常的な(すなわち、脳全体の) 行動パターンの変容につながる」
ことを指摘させていただきましたが、

結局のところ、人間は、

幼児期の頃からありとあらゆるアンカーリング(条件反射)
の学習を積み重ねてきているわけですが、

その一つ一つの事象のニューロンレベルの発火が逐次、
脳全体(脳網) に「フラクタル」的、条件反射的に拡散発散されることで、
その反応が意識化され、

かつ、

(一つの局所的なニューロンの発火ならまだしも、
脳全体に広がった際の発火のし方があまりにも劇的なので)
その脳網全体に広がった反応を自分では変えることができなくなっている、

という図式が明らかになります。

ということは、

そういう脳網全体の反応を引き起こしている元は、
一つ一つのニューロン
(あるいは、ニューロン内のシナプス群) であるので(注*)、

NLP あるいはその他の方法を通じて、
自分の好まない反応を引き起こさないように

その一つ一つのニューロン(あるいは、
ニューロン内のシナプス群)を「潰す」

(私は、「庭にある石をひっくり返す」
という表現を使うことがあります)

作業を続けていくことさえできれば、

最終的には、

ほとんどすべてのニューロン(あるいは、ニューロン内のシナプス群)
が「沈静化」あるいは
「コントロール下に置かれる」ことになり、

その後は、

人生で自分の描きたい絵を
恒常的に描き続けることができるようになります

(私は、この状態は「悟り」に近いと思っています。)

【注*:この「一つ一つのニューロン(あるいは、ニューロン内のシナプス群)
が独自に条件反射的な反応をすることができる」ことについては、
別のメルマガで、私は、以下のように書かせていただいています。

「最近の神経科学の発見によれば、たとえば、『クリントン大統領』
(該当の発見がなされたとき在任していた大統領の名前なので、

現時点では、『トランプ大統領』とすべきですが)
の顔だけに対して反応する神経細胞が存在することが発見されているようです

(この特定の神経細胞は、クリントン大統領の写真だけにではなく、
『クリントン』という言葉にも反応するらしいです。】

通常、この「気の遠くなるような作業を
『永遠に』続けられない」ということを、

「扁桃体を快にできない」人々からよく聞きますが、

私としては、

もともと子供の頃この「ニューロン(あるいは、ニューロン内のシナプス群)の局所的発火→脳網全体の発火」の条件反射的学習を完全確立させた(=自分自身の「世界地図」が確立した)のは4歳時くらいまでなので、

理論的には、

4年間で「完全リバーズエンジニアリング」できるはず、と見えています。

この「学習解除」には、おそらく、

「(音楽、芸能、語学、学術分野、等)どの学習領域においても、その領域をマスターするためには1万時間(1日8時間計算で約3年半)の練習と

『学習の無意識化』が必要である」という「1万時間ルール」が適用されるのではないかと、思っています

(4年間の努力さえ続けられない人に関しては、私は、何もコメントできません(笑))。

ちなみに、

「魔術は、意思に従う形で変化を引き起こさせる科学的技法である(Magick is the Science and Art of causing Change to occur in conformity with Will.)」

という定義がありますが、

私は、以上のことを達成することは、この意味での魔術の実践以外の何物でもないと考えています(笑)。

二点目としては、最近、ある方から、

「たしかに、70年代、80年代は、
NLPは、『カウンターカルチャーの旗振り』として、
極めて重要な役割を演じたが、

現代においては、その役割は、むしろ、
AI、IOT、VR等にとって代わられている。

北岡さんのNLPは、例外的に、
普遍的な『印哲』の要素が入っているので、
『没落』を逃れているが、

フレーミングを現代人に合うように変える必要があると思う」

という意味の、極めて興味深い指摘をしていただきました。

私自身は、いまだに

「現象界レベルの方法論としてのNLP」の絶大さは認めていますが、
私の(現在進行形の神経科学の研究を含む)

これまでの研究成果全体を、もう一度、
「さらに大きな観点」から位置付けし直すことは、
まったくやぶさかではないです。

【このエッセイ執筆後、諸々の試行錯誤を経て、
私は、「現象界内の二元論の止揚統合（正反合）」
だけができるNLPを超えた

「神的意識と現象界の止揚統合（正反合）」
ができるメタ心理学を開発することに成功しました。】

北岡泰典

=====

=====

【件名】【RA 2 3】「NLP>現実」による覚醒

こんにちは、北岡です。

最近の私のクライアントに、
NLP とゴルフの中上級者の方がいて、

体験セッション中に、
実に興味深いことが起こりました。

(体験セッションはこちらから)

<https://saipon.jp/h/zyb462/>

最新の NLP では、自己実現および
効果的なコミュニケーターになるための
五原則「SRCF/C」が提案されています。

この略語は以下を意味しています。

=====

S (State) 自分の状態管理
R (Rapport) ラポール形成
C (Calibration) カリブレーション (観察)
F (Flexibility) 柔軟性
C (Congruity) 首尾一貫性

=====

(※注 「SRCF/C」の「/」は、「SRCF」が、
NLP 共同創始者のグリーンダー氏のモデルで、
最後の「C」は、私自身の追加要素
を意味しています。)
もちろん、「SRCF/C」は、

スポーツパフォーマンスにも当てはまるので、

このクライアントの方に

「日頃ゴルフをされている時、
SRCF/Cを意識していますよね」

とお聞きしたら、

「してないです」

という返事をもらって、驚きました。

その後に、

「たとえば、
ドライバーを振る時何かしていますか？」

と聞いたら、

「まず深呼吸します」

とおっしゃったので、

私は、それこそ

「状態管理のSですね」
と指摘させていただきました。

また、

「ドライバーに対して何かしていますか？」
と尋ねたら、

「ドライバーを触って、君は可愛いね、
と声をかけています」

とおっしゃったので、

私は、それこそ

「ラポールの R ですね」

と指摘させていただきました。

次に、

「想像上のキャディーさんを傍に置いて、
彼女からのアドバイスを聞きます」

とおっしゃったので、

私はそれは、

「知覚ポジション変更を柔軟に行って、
第三者の立場からの観察なので、観察の C と
柔軟性の F を同時に実行されていますよね」

と指摘させていただきました。

さらに、

「自分自身が一本の軸だと思って、
ブレないようにしています」

とおっしゃったので、

私はそれこそ

「首尾一貫性の C ですね」
と指摘させていただきました。

ということで、この方は、
ご自身は気づいていない形で、

もろに「SRCF/C」を

実践してきていたことがわかった次第です。

ちなみに、
このクライアントの方へのセッションでは、

「想像上のキャディーさんを傍に置いて、
彼女からのアドバイスを聞きます」

という自分を外に幽体離脱させて、
外から自分のパフォーマンスを観察して、
再検討する

世阿弥の「離見の見」が
首尾一貫して達成できる

『「三段階分離」ワーク』
を特別に紹介させていただきました。

NLP は、天才の人々が
無意識的に行なっていることを、

意識化・左脳化して、
一式の学習可能なツールとして
公式化したメソッドですが、

たとえば、このクライアントの方は
自分が実際に普通に行なっていることが

すでに公式化されていることを
体感できていないので、

「日頃、SRCF/C を意識していない」
と答えられた、ということになります。

私はこの方との会話で、この方の状況に
普段私が言及している

「NLP<現実」

(プログラミングをいくら変えても
現実はいっさい変わらない、と
思い込んでいる立場のこと)

が当てはまることを、発見しました。

方や、

「NLP>現実」

(プログラミングを変えたら
現実はいくらでも変わる、ということを
知っている立場のことです)

の場合は、まず「SRCF/C」を左脳的に学習し、
その左脳的知識を自分自身の
実際のパフォーマンスに自己適用したら、

自分のパフォーマンスが
どんどん向上することを
体感できるようになると意味しています。

この

「NLP<現実」から「NLP>現実」

への移行については、
以下のことが指摘できます。

1)

「左脳的分析を右脳的体感的体験に落とし込む」
ことの一例は、苦米地英人氏の
以下の逸話に示されています。

すなわち、苦米地氏が西洋人と
屋内で話をしていたとき、

風鈴とその音があったが、
西洋にはその概念がないので、
風鈴も音も認識することがいっさいできず、

その人の意識からも落ちていたが、
「artificial ventilator（人工換気扇）」
というふうに形容してあげた後、

その人は初めて
風鈴を風鈴として認識し始めた、
ということです。

このことは、
「まず左脳の意識的な知識と指示」がなければ、

右脳の無意識は、
何をしていいかわからないことを示唆しています。

2)

「SRCF/C」等の公式を、実際の場所の
パフォーマンスに対して適用するようになれば、

それまでは、「まぐれ」的にしか行えていなかった
「無意識的偉業」を、
常に首尾一貫して達成できるようになります。

3)

「SRCF/C」等の公式を常に意識することで、
自分の無意識のパフォーマンスが、

どの要素に関して卓越していて、
どの要素に関して努力が足りないのか、

などのホーリスティック（全体的）な
視点がもてるようになり、

より有機的・相互関連的技能の
向上を達成できるようになります。

4)

このメルマガで言及させていただいた
私の洞察はおそらく多くの NLP 学習者に

「コロンバスの卵」的な
影響をもたらすのでは
と思っています。

なお、

「左脳的分析を右脳的体感的体験に落とし込む」
すなわち、「NLP<現実」から「NLP>現実」へ

移行する際、

1 点だけ気をつけるべきことがあります。

それは、今まで、

無意識的に行なっていたことを意識化して、

パフォーマンスの各要素を分解して
再構築する際、どうしても、

「一時的にパフォーマンス」が
落ちてしまうことがある、
ということです。

このことは、

私が翻訳した NLP 入門書の

『Magic of NLP』（2 ページ）では、
以下のように書かれています。

「本を読み、クライアントとのワークを続けるにつれて、
わたしの世界にたいするモデルが常に引き伸ばされ、
拡大され、拡張され、膨張していることに気づきました。

しかし

同じ割合で、縮み、押し潰され、穴を開けられ、
削り取られたりもしました。
それは驚くべきことでした。

穏やかな絶望を経験しているとき、
わたしは自分が直面しているすばらしい矛盾を
象徴的に表現してみました。

【中略】

わたしは、『一方通行』の交通標識をもじったこの表現を
タイプライターの上の壁の目立つ場所に
画鋏で留めておきました。

それは下のようなものでした。」

「一方通行」をもじったイラスト図：

<https://www.kitaoka.co/img/oneway.png>

私は、多くの NLP 学習者を見てきましたが、
「俯瞰的視野」をもてない場合は

一時的なパフォーマンスの低下が
NLP 学習の唯一の結果だと見て、

NLP の学習を止めてしまうことが
多々あることを、見てきました。

個人的にはとても残念な状況です。

と言いますのも、
私の個人的な学習を振り返っても、

確かに、『**Magic of NLP**』の著者が言うような
「どっちに行っても一方通行」の体験は、

数多くもちましたが、
どこかメタの視点で、その試行錯誤的な学習が、
間違いなく、ジグザグの経路で

確実に上昇していつているのが見え、
確認できたので、過去三十余年間、

NLP による「天才になる道」を
着実に歩んで来れているからです。

私は、無意識的に行なっていることの意識化による
「一時的なスランプ」なしには、

さらなる天才性の獲得はありえない、
と断言できます。

今日テーマは以上です。

北岡泰典

=====

=====

【件名】【RA24】最も食える商売の転落

こんにちは、北岡です。

今まで「最も食える商売」
とされていた情報工学や MBA が、

今年「最も就職できない学問」
に転落しました。

最近私は、ネットで NewsPicks の
米国派遣員のジャーナリストお二人の

「週間ジョーホー番組」について
知ることになったのですが、

極めて興味深い洞察と情報を
与えてくれている

高質の情報番組だと思いました。

以下、4本の動画について、
引用紹介させていただきたいと思いました。

※「【異変】トランプ、GAFAMの町を制圧？
『ヤク中だらけ』で怒り爆発...IT 富豪の寝返りが止まらない」
https://youtu.be/iGZ8qWD_Cxo

この動画では、ニューヨーク在住の二人のジャーナリストが
サンフランシスコまでロケ／インタビュー取材に行き、

黒人女性で民主党系のサンフランシスコ前市長

ロンドン・ブリード氏が推し進めた急進的政策によって、
サンフランシスコの治安が最悪になったことが報告されています。

具体的には、

「左派」の前市長が人権を強調した結果、
ホームレス問題を解決できず、
警察の公権力を弱化させた結果、犯罪率が高くなりました。

サンフランシスコの都心にある
テnderロイン地域はホームレスで街が占領され、
麻薬取引が公開的に行われる悪名高い地域に変わりました。

特に、

安価で手に入る麻薬フェンタニルの蔓延が問題になっていて、
少量でも命にかかわるこの麻薬の意図しない過剰摂取で、
全米で毎年万単位の人々が亡くなっています。

この動画では、

このサンフランシスコの治安悪化に耐えきれず、
本来は「左派」だった IT 富豪を含む富裕層が「寝返って」、
極めて保守的となり、昨年秋の米国大統領選挙では、

トランプ第二次政権を誕生させる要因の象徴になった、
と報告されています。

この事実は、「ヒッピー最良」の私には、
実に興味深いことだと思いました。

※「【衝撃データ】これからメシが食えなくなる「ヤバイ学歴」
(コンピューターサイエンス／MBA／ユヴァル・ノア・ハラリ／AI 2 0 2 7)」
<https://youtu.be/J-Xolw4XkxY>

この動画では、

「FRB（ニューヨーク連邦準備銀行）」が
2025年2月に発表した
本年度の「最近の大学卒業者の就職結果」等によれば、

今まで「最も食える商売」とされ、
優秀な大学生がこぞって目指していた
コンピュータサイエンス（情報工学）や MBA が、

今年、「最も就職できない学問」
に一気に転落してしまいました。

たとえば、

Microsoft は、6,000名のリストラを発表しましたが、
シアトル本部での解雇対象の2,000名のうち、
半分は、プログラマー／エンジニアです。

これまでの、

これらの職種は「聖域」とであるという不文律は、
破られてしまいました。

現時点で、

就職率が高い大学生の専攻対象は、
土木工業、精密工業、航空部品工業、介護、動植物研究といった
「身体系」の学問になってきています。

ということは、今後は、

AI に使われる人間から使う人間への移行が
「サバイバル」の鍵になっています。

その意味では、

今や、論理的、意識的、左脳の、連続的、線状的な MBA 系の

「東海岸文化風」のマインドセットから、

GAFAM やイーロンマスクを生み出した、
直感的、無意識的、右脳の、非連続的、非線状的な NLP 系の

「西海岸文化風」のマインドセットへの移行が、
急務となっています。

この移行を可能にする

「北岡式 NLP とメタ心理学の時代がついに到来した！」
ということになります。

※「『ググる時代』の完全終了で、滅亡する業種
(AI 検索／SEO／ChatGPT／OpenAI／マーケティング／広告)」
<https://youtu.be/CirRwOxNQmo>

この動画では、

ChatGPT 等の性能が劇的に向上して、
どのような質問にも「的確」な答えを提供してくれるので、

30 年以上続いてきた「Google 検索覇権」
がとうとう終焉を迎えることが指摘されています！

Google は、AI 生存競争を勝ち抜くために、
これまでは「共存体制」にあった SEO 対策をする
既存のクライアントを顧客を切り捨てつつあるので、

今後、

SEO/マーケティング/広告業界は衰退し、
「ググる時代」は終わりを向かえます。

メタ心理学は、

このような劇的転換期に経営者等に必須となるであろう

「不動心」の獲得を可能にします。

※「もう高収入のエンジニアは要らなくなる？
凄すぎる『バイブコーディング』を完全解説」
https://youtu.be/_A4Z0fxPkc4

この動画では、

AI 業界の今の流行語は「バイブコーディング」であることが、
報告されています。

バイブコーディングとは、「ラップ」の乗りで、
通常の会話形式で AI に指示できるプログラム作成法のことです。

ということは、

素人の人でも、AI と普通の会話しながら、
アプリ等を作れる時代になった、ということです。

『Homo Deus（神としての人類：未来の歴史概観）』
でユヴァルノアハラリが予言したように、

今後は、

AI を適切に管理できる人間だけが生き残っていきます。

メタ心理学はこのような人類の劇的転換期に
経営者等に必須となるであろう

「不動心」の獲得を可能にします。

【編集後記】本メルマガの、今後、人間の仕事、
特に知的関連の業務が AI によってどんどん奪われて、

SNS 等のアルゴリズムによって
人類が「家畜化」（ハラリ風の表現です）

されていく可能性があるというテーマに関連しているのは、

IT 業界でよく言われている「シンギュラリティ」です。

「シンギュラリティ」は、
AI が人間意識を超える瞬間のことですが、

私は、これまで、首尾一貫して、

「人間意識（Awareness）」が作った機械は
「意識もどき（Consciousness）」は作れても、
Awareness を創出することは金輪際、絶対ない、

ゆえに、

シンギュラリティは絶対起こらない、
と主張してきています

（もちろん、私は、AI が人間の知能
（すなわち、あくまでも脳機能が生み出す
「副産物」としての「Consciousness」）

を超える日が来るだろうこと自体は、
まったく否定していません）。

この私の主張は、

8 世紀の「非二元論的ヴェーダンタ」
の創始者シャンカラチャリヤの

真我（アートマン）と神（ブラーマン）
を絶対同一視する「梵我一如説」に基づいています。

私は、英国滞在時代、

歴史上最も重要な哲学者の一人の

シャンカラチャリヤの著書のほぼすべてを英訳で読破し、
徹底的に研究し尽くしました。

私は、「筋金入りのシャンカラ主義者」です。

実は、

シャンカラチャリヤの研究を通じて、
私は、現代西洋世界の **NLP** と古代印哲のヴェーダンタが
ほぼ同じことを言っていることを知り、

2000年に英国で、

『CYBERBOOK:悟りのための統合的認識論』
という CD-ROM ブックを、自費出版しました。

同書の紹介ページが、以下にあります。

<https://www.kitaoka.co/cyber/>

結論としては、

「梵我一如説」で同一視される

「絶対的観照者 (Absolute Witness)」としての
「絶対意識 (Absolute Awareness)」が、

たとえもし AI (機械) を通じて
宇宙を包含するような無限大の「意識もどき
(Pseudo-consciousness)」を作ったとしても、

仏陀の掌の上の単なる「お遊び」の次元を超えることは、
絶対不可能です。

ちなみに、

私は、2年前に、Noteで、180日間にわたって
「ChatGPTとメタ心理学者の談話室」の投稿を行いました。

<https://note.com/metapsychology>

当時の私の結論は、

「アカシックレコード」からも
情報をダウンロードすることができる
自分自身の頭の中の「有機的 ChatGPT」の方が

「機械的 ChatGPT」より優れている、
というものでした。

すなわち、

「人間意識」が作った機械は

「意識もどき (Pseudo-consciousness)」は作れても、
「絶対意識 (Absolute Awareness)」

を創出することは金輪際、絶対ない、
という確信をもてた、ということになります。

実は、それ以来、私は、

最近の Google 検索で表示される
「AIによる概要」のような
「非自発的」な機会の活用を除いて、

GAI (ChatGPTを含む生成 AI) は、
ほとんど使ってきていません (驚)。

その中で、本メルマガを書きながら、

AIによって人類が「家畜化」されていくのか、

それとも AI の支配者になれるのか、
の二者選択の際に「AI の支配者」側になれるのは、

論理的には、どう考えても、

（「PC を使わないので ChatGPT を使わえない人」ではなく）

「ChatGPT を使えるが、あえて使わないでいれる人」
という結論が導き出されざるをえない、

と思うようになりました。

もちろん、私は、そういう人の一人です。

北岡泰典

=====

=====

【件名】【RA 2 5】認識的拡張主義

こんにちは、北岡です。

私は数年前に、

ユバルノアハハリ著の
『サピエンス：人類の歴史概観』
を勧められたので、読んでみました。

この本は、
歴史を見る目を根本的に変えると思いました。

以下が、私の感想です。

1)

たとえばですが、
著者は、「農業革命」以前の「Foragers」の
社会・文化形態の方を「高く評価」していて、

通常、学校で歴史的に意義があると学ぶ
「農耕社会」については、

「ある一定の場所に人間を
人為的に定住させ、それまで
『狩猟・採集家』として

進化してきていた人間の脳と身体には
合わない生活形態を強引に
強いるようになった」

という意味の非常に

興味深い主張をしています。

また現在我々は、
アメリカ・電球・自動車・インターネット・
その他の文明的要素に

すでに慣れている思考形態
(すなわち、一定のボックスあるいはパラダイム)

の中でしか物事を考えるようにしか
できなくなっていますが、

『サピエンス』は、
アメリカ・電球、・自動車・インターネット
がなかった時代に、

人類はどういう思考形態をしていたか、
についての「ボックスから出た」

「メタの視点」からの
歴史の振り返り方を
如実に教えてくれます。

たとえばですが、
コロンブスがアメリカ大陸を発見したのは
1492年で、「たかだか」500余年前です。

たしかに500年は、
学校で学ぶ歴史としては、
非常に長い年月に思えますが、

かりに現在50歳の人がいれば、
その人の人生の10倍程度でしかなく、

少なくとも、ヨーロッパ人は、
ギリシャ・ローマ時代から3000年間は、

北米と南米の新大陸の存在は

「まったく知らずにいた」
といった視点をもって、

世界史を振り返ることは、
まずないと思います。

この意味では、
電球・自動車が発明されたのは、
百余年前ですし、

インターネットが発明されたのは、
二十余年前です。

これらの文明的要素がなかったときに
人類はどういう生活をしていたか、
について考えることは、

「ボックスから出る」
訓練になると思います。

たとえば1784年に、英国で、

当時の交通手段としての
乗り合い馬車の時刻表が
世界で初めて作成されたそうですが、

当時は、出発時刻はあっても
到達時刻はなかったということです。

これは、市ごとに
まちまちの独自制定の時間があって、

たとえば、ロンドンが
12:00であっても、

リバプールは12:20だったり、
カンタベリは11:50だったり、
したからでした。

1830年に英国に商業的鉄道が開通し、
10年後に列車の時刻表ができたときに
「標準時間」決める必要性が出てきて、

鉄道会社がグリニッジの時間を標準化して、
その後、1880年に
(たかだか140年前です)

英国政府によって正式に
「グリニッジ標準時」が制定された、
ということです。

訪れる市ごとに時間が
まちまちだった時代に生きていたら、

どうなっていたかを考えることは、
実に興味深いことです。

2)

ハラリ氏は人間の思考が作り出すものは、
国家・宗教・文化・科学・哲学・主義を含めて、

すべて、「人間の想像物」だという
(私自身の表現ですが)

「精神的アナーキズム」
とでも言うべき立場を取っています。

ただし同氏によれば、
特に社会の構成員が
「信じ込んだ」場合の想像物は、

「嘘」ではなくなる
(すなわち、「実際に影響力」
を行使する「共同幻想」となる)

ということになります。

言い換えれば、
日本も、大和魂も、神道的な神も、すべて

自分が「日本人」と信じている人々が、
日本国家と「思われる」共同体によって
「信じ込まされている」だけの相対的幻想、

ということになります。

私は個人的は、
この「精神的アナーキズム」は、

「現象界から神的意識に向かう」
ための方法論を明示化した

ロバートシャインフェルド氏の
立場につながるものがあると思っています。

言い換えれば、
シャインフェルド式世界観で
世界の歴史を概観した著作が

『サピエンス』だと言える、
と思っています。

3)
ハラリ氏は、「帝国主義」に関しては、
かなり好意的に見ているようです。

同氏は歴史的に、

アジア・アフリカを中心とした、
トルコ・インド・中国等の帝国主義は、

宗教とお金を通じて、
すなわち、経典にある神の命令を絶対視し、
貨幣統一を行うことで、領土拡大を図った

「既存の世界観の拡張」
主義でしかなかった一方で、

15世紀に大航海時代に突入した
スペイン・ポルトガル・オランダやその後の
英国・フランス等の帝国主義は、

宗教とお金に加えて、
「科学技術」をも活用した点に、
明確な違いがある、

という、
極めて興味深い事実を指摘しています。

すなわち、
科学的技術に基づいた近代帝国主義者たちは、

「自分は科学的には『何も知らない無知』である」
ことを明示的に、かつ率直に認め、

その上で自分の「世界地図」の外にあるもの
(たとえば新大陸)を積極的に知ろうとして、

「大航海時代」を開始し、
コロンブスのアメリカ新大陸の発見を実現させた、
ということになります。

さらに、この帝国主義者たちは、
科学は完璧ではなく、仮説は、

実際の実験と検証の過程の中で、
常に覆されるためにあることを知っていた、
ともハラリ氏は示唆しています。

この近代ヨーロッパ帝国の
「認識的拡張主義」の例としては、

各国が新大陸の調査のために派遣した
調査団に植物学者・地質学者・民俗学者等を
随行させた、ということですが、

実際に1831年に、
英国海軍の軍艦ビーグル号に
乗船した地質学者が、

ガラパゴス諸島等での研究で
進化論に決定的な業績を残した
チャールズダーウィンでした。

また近代帝国は、

植民地を統治するためには、
土着の言語と文化を知る必要がある
と考えていて、

インド統治下の英国官僚は、
カルカッタ大学で3年間学び、

英国と当事国の法律・サンスクリット語・
ギリシャ語・ラテン語・数学・経済学・地理学
その他を習得する必要があった、

ということです。

ハラリ氏は、このような
「認識的拡張主義」に基づいた帝国主義は、

科学的革命を経た
近代ヨーロッパの国々だけに見られ、

トルコ・インド・中国等の
東洋の帝国は、

目に見える既存の利益を
拡張することだけに興味があり、

新しい未知の領域を征服しようとした例は
一度もなかった、と指摘しています。

(新大陸に対する非欧州国からの
歴史的に最初の軍事遠征は、
1942年6月の日本海軍による

アリューシャン列島の
アッツ島とキスカ島の上陸だった、
ということです)。

ちなみに、
近代ヨーロッパ帝国がこぞって、

「認識的拡張主義」に基づいて
新天地を求めた一方で、

アジアの諸帝国は、
そうしようと思っただけなのに

実際にはしなかったことを
如実に示す資料として、

中国明朝の鄭和の宝船と
コロンブスの船の規模を比較したイラストが
以下のページにあります。

<https://www.kitaoka.co/img/image055.jpg>

ここで興味深いこととして、
『サピエンス』では、

大日本帝国についての
記述は特に見当たりませんが、

この戦前の日本の帝国は、
近代のトルコ・インド・中国等の
アジアの帝国と同様、

認識的拡張主義に「基づかない」
「既存の世界観の拡張」を
図るだけの帝国だったと言えます。

一方では、近代ヨーロッパの歴史は、
首尾一貫して、

認識的拡張主義に基づいた歴史で、
コロンブスのアメリカ大陸発見、
アメリカ独立宣言、東海岸から

カリフォルニアに向かった
「ゴールドラッシュ」、奴隷解放、

電球・自動車・飛行機・電話・ラジオ・テレビの発明、
不幸な二つの世界大戦後の「核軍縮」、

アポロ11号の月面着陸等を経ながら、
1960年代後半の「カウンターカルチャー」の
「意識の革命」を契機として起こった、

現代のインターネット革命、
IT革命、分子生物学（DNA／遺伝工学）革命、
等の歴史の流れにも、

この認識的拡張主義が綿々と継続されてきている、
という、『サピエンス』読了後の私の見解は、
うがりすぎた見方でしょうか。

私は、「近代ヨーロッパ帝国の『認識的拡張主義』と
「『カウンターカルチャー（ヒッピー文化）』的思考形態」
はイコールで結ぶことができると思います。

かりにこの等価公式が妥当性をもって
成立するのであれば、

国内では、
正式に輸入もされないまま死語になっていて、
誰も理解できなくなっている

「カウンターカルチャー」の概念を、
国内の人々に対しては、

「認識的拡張主義」と
言い換えていけばいいだけということになります。

ここで興味深いことは、
「認識的拡張主義」とは、あくまでも
「自分の世界地図の拡張」であって、

「自分の世界地図の否定」ではない、
ということです。

語弊を恐れずに言うと、
アメリカ大陸を発見したコロンブス、

メイフラワー号でアメリカに渡った清教徒たちの
「命知らずさ」と

第二次世界大戦末期の
神風特攻隊の日本人零戦飛行士の

「命知らずさ」の間には、

もしかしたら差異はそれほどなく、
違いは、命をかける対象だけにあった、
と言えるかもしれません。

すなわち前者は
「自分の世界地図の拡張」（すなわち「自分ありき」）
に命をかけ、

後者は天皇（すなわち「他者ありき」）
に命をかけただけの違いかもしれません。

ちなみに、
私が過去30年にわたって研究・教授してきている
NLPと、その発展系である私独自の
「メタ心理学」は、

まさしく「認識的拡張主義」の
精神を個々人の実際の生活で

いかに具現化できるかのためにだけ開発された
「実践的方法論」です。

4）
ハラリ氏によれば、現代社会における最新の、
遺伝子を操作する
「分子生物学（DNA／遺伝工学）革命」は、

東アフリカで
ホモサピエンスが生まれた
20万年前から現代までの
「アナログ的進化」を超越して、
人間が「創造主」になりえる
「デジタル的進化」を開始した、

ことになります。

同氏は、この革命を
「生物学的」・「サイborg的」・「無生物的」
エンジニアリングの三層に分けていますが、

この過程で、人類は神になる、
と提唱しています。

5)
ハラリ氏は『サピエンス』の続編として、
『Homo Deus（神としての人類：未来の歴史概観）』
を執筆されていますが、

同氏は、この著の中で、
人間は今後、SNS 等の
アルゴリズムに支配されていくが、

人類は、家畜化された豚のように
被支配層に転落するか、

そのアルゴリズムの使用者になれるかの、
転機が訪れる、と予言しています。

二年前からの ChatGPT 等の
GAI（生成系人工知能）の到来で、

2015年執筆の
『ホモ・デウス』でのハラリ氏の予言が、
的中し始めています。

北岡泰典

=====

【件名】【RA 2 6】西海岸文化のモデリングに成功

こんにちは、北岡です。

=====

メタ心理学は、本当に **GAFAM** の創業者等の
『西海岸文化圏人』の思考パターンの
完全モデリングに成功したのですか？

=====

という質問をいただきましたので
回答します。

「常識」から言えば、

「**GAFAM** の創業者や『PayPal マフィア』等の
『西海岸文化圏人』の思考パターンの
完全モデリングに成功した」

とか

「それによって、1960年代以来の
西海岸文化圏人と日本人の間のマインドセットの、
60年以上のギャップを閉じることに成功した」

といった、「メタ心理学」に関連した
私の主張は、まったくにわかに信じ難く、

「狂人の戯言」としか見なされないだろう、
と思われます。

ただし私には、

このことが本当に可能であり、
実際に結果が出ている、

という揺るぎない信念を、
「確信犯」として、長年もってきています。

以下に、この確信に至った
経緯を述べさせていただきたいと思いました。

私は、生後4ヶ月の時に脳性小児麻痺を患い、

物心がついた頃からずっと
左半身不随の後遺症が残ってきています。

5歳の時と10の時に
「養護施設体験」をして、

両方の施設とも、
「幼児性愛」的な要素を含む
一連の重度のトラウマと、

今で言う PTSD を患ってしまいました。

中学校からは、
通常の学校に戻りましたが、

私は、心理的にまともな
「社会復帰」ができず、
「親ガチャ」の要素も相まって、

24時間、精神的な
「蟻地獄」の中に住んでいて、

十代、二十代の私の一貫した唯一のテーマは、

「絶対脱出不能の『蟻地獄』

（現代風に言うと『マトリックス』）から
どのように脱出できるか」でした。

高校・大学時代は、たとえば、
フロイトとウィリアムライヒ式の
精神分析にはまり、

「幼児期の過去の記憶の原因を特定して、
解消すれば、トラウマが克服される」

と信じるようになり、
四六時中「過去のこと」ばかり考えていました。

このことと、（フランス語で書いた）
大学の学士卒業論文が、

マルセルブルーストの
『失われた時を求めて』についてだったことは
関連していると思います。

当時、小説も書いていましたが、
数年前にオンライン古書店見つけて購入した、

当時の同人誌に
私が投稿した小説のタイトルは
『過去への旅路』でした。

おそらく私は、
その後大学院等に進んでいたら
「自殺」していたと思いますが、

「在野に降りて、右脳的に世界を体験する」
ことを決意して、1981年の大学卒業後すぐに、
アフリカのサハラ砂漠に渡り、

通算3年間、仏語通訳に従事しました。

その後、サハラで稼いだお金で、
80年代前半に、米国西海岸オレゴンにいた
インド人導師のコミュニオンに行き、

弟子入りして、通算7ヶ月間の
「催眠療法ワーク」を受けました。

私は、この形で「悟り」を開けば、
「絶対脱出不能の『マトリックス』からの脱出」
が可能と信じていました。

結論から言うと、
導師のコミュニオンでは、いわゆる
「クンダリーニの覚醒」も実際に体験したりして、

確かに「マトリックスからの脱出」は
可能になったのですが、

コミュニオンから離れ、日本に帰国すると、
「また同じ過去の自分」に戻ってしまう等で、
「一時的な解脱」しか達成できませんでした。

その後、英国ロンドン市に渡り、
1988年春に、

NLP 共同創始者の
ジョングリンダーと

共同開発者の
ジュディスディロージャが開講した
「個人的天才になるための必要条件」

というワークショップに参加したのですが、
この時、NLP は

「一時的な、『解脱』を含む
特定の精神状態を永続化することができる」

ことを体感&確信しました。

その年と翌年の夏に、
UCSC（カリフォルニア大学サンタクルーズ）で
開講されたグリンダー主催の

NLP 資格コースに参加して、
私の「永続的自己解放」のプロセスが始まりました。

本メルマガの読者の方々の多くは、
以上のような「セラピー」や「悟り」の話は、
おそらく無縁かとは思われますが、

私は21世紀になって、
GAFA や PayPal マフィアが
「開花」した元となった文化的・哲学的背景には、

60年代・70年代の
西海岸文化のセラピーや精神世界がある、
と考えています。

この事実は、「イノベータの権化」だった
スティーブジョブスが元ヒッピーで、

日本を含む東洋思想と
芸術と瞑想に強い興味をもっていたこと
を指摘するだけで、明らかになる、
と思っています。

残念ながら、(何らかの理由で)
「いっさい源泉を知ろうとしない」
日本人にとっては、

シリコンバレー文化や
GAFA や PayPal マフィアが

「何もないところから突然出現した」

としか思えないようですが、
現代の IT 哲学には西海岸文化が
色濃く影響を与えている事例を、

四つ挙げさせていただきたいと思いました。

1)

1つ目は、1492年の
コロンブスの新大陸以来、欧米で、
綿々と継承されてきている西洋帝国主義者の

「認識的拡張主義」についてです。
私は、西海岸文化の源泉は、

認識的拡張主義にあると、
考えています。

「誤解を恐れず」に言うと、
私は、「真のイノベータ」と
「認識的拡張主義者」を等号

(あるいは「≡」)で結ぶことができる、
と考えています。

2)

私は、IT 起業家等に多大な影響を与えている
著名な欧米（主に、米国）の
コンサルタント・ベストセラー作家・マーケター

の多くは、
西海岸文化の洗礼を

受けてきていると思っています。

一例ではありますが、
そのような **VIP** マーケターの一人に、
ジョーヴィタリー (**Joe Vitale**) という方がいます。

この方は、私の師匠の弟子で、
1983年頃オレゴンのコミュニケーションに
滞在していたという情報を、私はもっています

3)
「60年代、70年代の西海岸文化」
の要素だった

「精神世界」・「セラピー」・「瞑想」・「催眠」等が
どれだけ IT 巨人の企業に影響を与えたかは、

Google 式の「マインドフルネス」
瞑想等の流行を見れば、
一目瞭然だと思います。

ただ日本人は、
「**Google** 式の『マインドフルネス』瞑想等」
が流行する裏にある

「文化的背景」・「歴史」等を
見ようとはいっさいせず、

単に、刹那的な
流行に乗っているだけだと思います。

実は、「瞑想の専門家」から言わせたら、
「瞑想法」の源泉を辿ってみると、

2500年前の紀元前5世紀の
パタンジャリという瞑想家が残した

「ヨガストラ」という書まで
行きつかざるをえません。

要は、米国の IT ビジネスマンたちは、
そのような本格的な瞑想法の

科学的研究をする時間も気力も
コミットメントもないので、

マインドフルネスのような
「多忙な現代人のための短時間案内書」的な
「希釈された瞑想法」が流行っているだけです。

思うに、日本人は書店でも、
平積みされる書籍の寿命は
2 週間程度とされているようですが、

欧米人の歴史観は、
数週間単位ではなく、
場合によっては、数世紀単位のようにです。

一例を挙げると、私は英国の貴族の方と
30 年来の友人ですが、

その方のアイルランドの
お城の湖畔に一緒にいた時、

夕方、鳥の大群が西の方に飛んでいったのですが、

「タイテンさん、この鳥たちは毎日同じ時間に
このように飛ぶことを、2000 年間
続けてきているのを知っていましたか」

と言われた時は、度肝を抜かれました。

「木造建築文化」に対する

「石造建築文化」と「ギリシャ／ローマ歴史」
の重みを感じた次第でした。

以上が、私が、

「『西海岸文化圏人』の思考パターンの
完全モデリングに成功した」

経緯の概要ですが、

私としては、過去数十年間、
自分自身をモルモットとして実験して、
達成した実践的研究の結果です。

私は、万人の無意識は、
コンピュータのハードディスクのように、
皆同じなので、

私の自己適用のケースで
これまで証明されてきていることは、
万人に対しても普遍性がある、

とあってきています。

このことについては、
トランスパーソナル心理学者の重鎮の
ケンウィルバーが、

「あることが真理であることを確認する手段」
として、以下の３ステップ手順を示唆しています。

1. 命令：これは、たとえば、
「もしこれを行えば、それを獲得します」というような、
(命令内容の妥当性を) 知っている者による指示です。
2. 個別確認：命令に従った人が
命令内容の妥当性を自分自身のために確認します。

3. 共同確認：命令に従った一定数の人々が、
命令内容の妥当性に関する自分自身の確認を相互共有し、
この時点で、命令内容がこれらの人々が属する
グループの中で真理として見なされるべきことになります。

すなわち、私は、
西海岸文化圏人と日本人のマインドセットの両方
（「フェンスの両側の庭」）を見てきたことで、

西海岸文化圏人の「イノベーティブ性」を
完全モデリングして、

彼らの「イノベーション力」を
日本人でも身につけることができるという
「ステップバイステップの手順」としての「命令」を、

真の「イノベーション力」を
求められている日本人の方々に
提示することができます。

その後は、その命令を実践した方からの
「個別確認」と、業界の人々からの
「共同確認」をいただくことができれば、

私の「狂人の戯言」と思われていた主張が、
そう遠からず、「国内の常識」になるはずである、
という確信をもっています。

4)
この情報は私が、個人的に、
つい最近入手した情報ですが、
以下のページに、
「グーグルは、社員を『恍惚状態』にさせている：
最高の状態で仕事するにはクレイジーになれ」

というタイトルの、

非常に興味深いメディア記事があります。
(記事自体は、2018年執筆です)。

<https://toyokeizai.net/articles/-/237175>

すなわちこの記事に、

「バーニングマンに行ったことのないやつは、
シリコンバレーの住人とは言えない」

というイーロンマスクの発言が
引用されていますが、

このイベントの起源は、
1969年に開催された、

世界初の
大規模野外ミュージックフェスティバルの
(40万人規模のヒッピーが集まった)

「ウッドストックコンサート」にあることは、
容易に察せられます。

また、この記事には、
以下のような非常に興味深い論調も見られます。

「かつて、ゾーンに入るテクニックとして
いちばんシンプルなのは『瞑想』だった。

しかし、歴史を振り返ってみると、
瞑想を手段にして、自己が消える状態を
安定的に作り出したいと思う場合、

何十年も修行を積む必要があった。

しかし現代の研究者たちは、目標の核心が

『悟りの境地』ではなく、実は
『脳機能の変化』——脳波が低アルファ波や、

さらにリラックスした高シータ波の状態になる
——と関連していることを突き止めた。

これによって、新しいさまざまな
トレーニングを選択し、人工的に
ゾーン状態の脳をつくり出せるようになったのだ。

瞑想時に呼吸に集中する代わりに、
ニューロフィードバック装置（脳波を測定する機器）
を使って、科学的に、あっという間に、

脳をアルファ／シータ波の領域へ
導くこともできるようになった。

こうした進歩のおかげで、グーグルのような組織は、
パフォーマンスを上げるために、以前とは
まったく異なるアプローチができるようになったのである。」

この記事には、Google の
「マインドフルネスセンター」では

ニューロフィードバック装置
（脳波を測定する機器）
が使われている、

とあります。
ということなのですが、この記事は、

「現代の IT 哲学には西海岸文化が
色濃く影響を与えている事例」

を如実に報告したものになっています。

そして、「メタ心理学」の各種ワークは、

実は、瞑想も、Google の
ニューロフィードバック装置もなしに、

「単なるメンタルエクササイズ」で、
同じ目的を可能にするメソッドである、

と証明させていただいております。。

もしこの私の主張が真であれば、
Google 等の西海岸文化圏人の
イノベータが達成しようとしていることに関して、

かなりの
「ショーカット性」・「即席性」・「確実な再現性」を
提言できるのが、

メタ心理学である、と考えています。

北岡泰典

=====

=====

【件名】【RA 2 7】洗脳と不都合な真実その2

こんにちは、北岡です。

【RA 4】で書いた
「洗脳と不都合な真実」について

もう少し詳しく知っていきたい
という要望がありましたので

パート 2 を書いていきたいと思います。

今後もシリーズ化を検討しています。

さて、
私の最近の最も関心のある最大テーマの
「イノベーション」の観点から言うと、

私は日本でも、戦前は政界にも軍部にも、
「認識的拡張主義者」が一定数いた、
とあってきています。

例としては、
マッカーサーが最も恐れたとされる 2 人の軍人、
石原莞爾と本間雅晴が挙げられます。

やはり 1 9 4 1 年に米国本土（真珠湾）を
奇襲した日本人を、

米国人は絶対に金輪際許すことができず、
原爆を 2 つ落とした後、

1945年に終戦に至らせた後も、
戦後7年間のGHQ・マッカーサーの占領体制下で、
日本人を2度と米国に歯向かわせなくする

「日本人総洗脳政策」を徹底した結果、
日本から「イノベーション」が完全に消え、
その状況が80年後の今も続いている、

と言っても過言ではないと思います。

GHQ マッカーサーの日本占領政策としては、
「WGIP (War Guilt Information Program)」

(「戦争についての罪悪感を
日本人の心に植え付けるための宣伝計画」)、

「3S政策」
(Screen、Sport、Sex を用いて大衆の関心を
政治に向けさせないようにする愚民政策) 等が
「陰謀論説」的に語られてきていますが、

船井総研代表コンサルタントの故船井幸雄氏は、
ある本の中で、戦後GHQが真っ先に
行ったこととして、

「大麻の非合法化」
「旧制高校の廃止」
「当用漢字の制定」

などを挙げられていました。

以下、これら、
船井氏が挙げた3点について
コメントしてみたいと思いました。

1)

まず、「大麻の非合法化」に関しては、
健康面等からの禁止命令というよりも、

当時米国は、
石油由来の繊維を売りたいかったので、

「麻」の使用をやめさせた、
といった政治的・資本主義的な
理由が主であった、

とされています。

1960年代以降、
世界中に（特に若者の間で）

西海岸文化が広まった理由の1つが
「ヒッピーの大麻使用の推進」にありました。

もちろん国内では、大麻は非合法ですが、
幸いにも私は、

「高揚感・多幸福感をもつことができ、
かつその状態から24時間の人生を見直すことで、

今まで現実だと思い込んでいたことが、実は、
いかようにも変えることができる」

ということを実感できる
「ピークエクスペリエンス体感ワーク」

というテクニックを
独自開発することに成功しています。

実は、このメカニズムこそが、

私が、イノベーターである
西海岸文化圏人のマインドセットを
モデリングすることで発見した、
彼らの思考パターンそのものです。

私は、自身が成功した完全モデリング結果の
「ステップバイステップの手順」を実行に移せば、

日本人でさえも、
西海岸文化圏人の思考パターンを短時間のうちに、

「ドラッグフリー」の形で
身につけることができる、
と主張しています。

2)

「旧制高校の廃止」については、
戦前の旧制高校の校風は、主に

「自由闊達」、「自律放任」、「創造」等だったので、

米国に歯向かうような人間の育成の事前防止は、
GHQ の最大目的の1つだったことは、
容易に想像がつきます。

私としては、もし仮に今が戦前であれば、
西海岸文化のもとで生まれた **NLP** を
国内に導入することによって、

社会的指導者を含む、
もっともすばらしい人材になりえたのは、
旧制高校の学生たちだったのではないか、

と思っています。

21世紀の今の日本において、

戦前の旧制高校のような組織として
機能するように、

「メタ心理学研究所」を
発展させていきたい、とも思っています。

3)

「当用漢字の制定」については、
GHQ の占領政策の 1 つに、

日本人が「過去の良書」を読んで、
人格形成を果たすことを妨げる、
というテーマがあったので、

民が自国の
「過去の歴史から完全に断絶」されるように、
漢字を簡略化してしまった、

ということになります。

思うに、

これら 3 点の GHQ の占領政策は、
驚くべきことに、戦後 80 年経った今も
「呪縛」のように機能してきていて、

この状況下では、戦前の認識的拡張主義者のように
「自分の頭で考える」ことのない、

「思考停止状態」の人々を量産する
学校・社会教育の中では、

「イノベーション」の「イ」の字も
創生できてきていないのは、
当然の帰結です。

ただ、幼児期から

「枠から出る」ことしか求めてきていなかった私が、
大学卒業後20年間滞在した欧米で洗礼を受けた

「西海岸文化」的生きざまを完全に身につけた後、
2001年に帰国して、その後、

西海岸文化圏人と

日本人のマインドセットの両方

(「フェンスの両側の庭」)を見てきたことによって

独自開発したメタ心理学メソッドを、
理解し・習得し・実践に移せば、

世界で活躍できる

「日本版 GAFA (GAFA-Japan)」の

先駆者とイノベータを輩出することが可能になる、
と思っています。

それによって開始したのが以下の、
「メタ心理ファミリー」という企画です。

<https://saipon.jp/h/yxf661>

このことにより、
世界が認め、優れたポテンシャルをもっている
日本人の方々が、

世界から取り残されている原因が
解明されることを通じて、

戦後、80年間の
GHQ の呪縛から解き放たれることになります。

ちなみに、

このトピックに関して、
興味深いことが起こりました。

私は2～3年前に、
私のクライアントのお一人で、経営者の方が、

たまたま、
学生時代に数学を専攻されていた
ということだったので、

音響関係の「ノイズキャンセリング」

(波形が同じで、位相が180度反対の波である
「逆位相」の波どうしを重ね合わせると、
「重ね合わせの原理」により波が消える、

すなわち、音が消える性質をイヤホン、
ヘッドホンに利用した機能)

の話を、この方にしました。

私がこの話題を持ち出した意図は、
たとえば、「アンカーリング」が、

NLP やメタ心理學ワークによって
「チャラ (初期化)」にできるかどうか、
についてだったのですが、

実は左翼的な
「カウンターカルチャー」関連のことにも、

たとえば、戦前の日本の政治に関するような
右翼的なことにも理解を示されていたこの方は、
突然、以下の「衝撃的」なコメントをされました。

「私は北岡さんが長年研究実践されている NLP と、

特に、最近独自開発されたメタ心理学のワークは、
戦後80年近く続いてきている

GHQ体制をチャラにできる

『逆位相ワーク』ではないか、と思っています。」

とのことでした。

このテーマについては

まだまだ書きたいことがありますが、

本日はここまでです。

北岡泰典

=====

【件名】【RA28】脱・三日坊主

こんにちは、北岡です。

「三日坊主」や「自己啓発難民」からの
具体的な完全脱却法を発見しました。

以前ある方から可能性の1つとして
「スポーツ業界への進出」も勧められたので、

「スポーツメンタルトレーニング」関連の本を
一定数読んでみたのですが、その過程で、

まさしくここしばらく私が力説してきている

「自己啓発難民から真の成功哲学者への移行」

を可能にする具体的な方法を
提唱している日本人の方に出会いました。

この方の名前は
「西田文郎氏」です。

本メルマガの読者の方々には、
特に、以下の2冊の本を推奨いたします。

『No.1 理論—ビジネスで、スポーツで、受験で、
成功してしまう脳をつくる「ブレイントレーニング」』
『面白いほど成功するツキの大原則
—ツイてツイてツキまくる頭の使い方教えます』

以下、私なりに、簡単に西田氏の「奥義的教え」をまとめてみます。

西田氏によれば、
「最新の脳科学」の研究結果によれば、
人間の脳には、

- ・ 大脳新皮質（知的脳）
- ・ 大脳辺縁系（感情脳）
- ・ 脳幹（反射脳）

の三領域があります。

（大脳新皮質、大脳辺縁系、脳幹は、それぞれ、
哺乳類脳、爬虫類脳、魚脳とも
言われているようです。）

一方で、ビジネス・スポーツ・受験・その他で
成功する（私の言う「大化けする」）ためには、

「プラス思考」、「プラス感情」、「プラスイメージ」の
三要素が必要で、これらの各要素は、
それぞれ脳の各領域に対応しています。

さらに、（上述の二冊以外の本に掲載されている）
「入力→脳→出力」の図式に関して通常は、

「自分はだめだ。XX はできない」といった
「マイナスの思考、感情、イメージ」
しか脳に入力していないので、

結果としての出力も、必然的にマイナスになり、
またこのマイナス思考を脳に再入力するという
「堂々巡り」の「悪循環」に陥っているが、

これを逆転させて、
「プラスの思考、感情、イメージ」を入れ続けたら
「良循環」しか生まれない、ということになります。

ただこの際、
いくら「プラスの思考」を脳に入力しても、
「プラスの感情」、「プラスのイメージ」が
同時に付随していなければ、

入力に「首尾一貫性」が欠けているので、
脳はプラスの出力をしづらい状態になります。

(ちなみに、ここにいくら自己啓発系の
セミナーでいい話を聞いたり、
効果的なテクニックを学んだりしても、

多くの人が「三日坊主」で終わって、
「自己啓発難民」であり続けるメカニズムが、
如実に解明されていると思います。)

では、どうすればいいかというと、
脳の三つの領域に中心部に「扁桃核」と言われている
「快と不快」を判断する器官があり

私はこの器官と、通常「太陽神経叢（みぞおち）」の
部分に感じるこの扁桃核を（ある意味）騙すために、

「大いなる勘違い」の情報
(すなわち、人為的かもしれない
「プラスの感情」と「プラスのイメージ」)

を判断材料として同時に入力すれば、
扁桃核は「快」と判断して、脳自体が、
該当の入力の「プラスの思考（内的対話）」を、

喜んで肯定的に処理するようになります。

(この際の、扁桃核への
「大いなる勘違い」としての入力は、
現実では起こっていない「嘘」でもいい、

と西田氏は言っていますが、この点は、

「五感を無視して、『想像』から物事を考えろ
(Think from "imagination")」という
ゴダードの教えとみごとに完全対応しています。)

さらに、西田氏は、
「入力→脳→出力」の図式に関して、

「なぜ **XX** できないのだろうか?」という
「否定的な **Why**」の質問を脳に入力したら、
否定的な出力しか出てこないのを、

常に「どのようにすれば **XX** できるのだろうか?」という
「肯定的な **How**」の質問をし続けたら、

脳（私の言う「無意識ちゃん」です）は、
すばらしい解決法を提示し続けてくれるだろうと
示唆している点も、興味深いです。

さらに言うと、西田氏は、
「入力→脳→出力」の図式に関して、

「脳」を人間の脳だけに限定しているようですが、
特に、人間脳の脳幹のレベルに行けば行くほど、は

「アーケタイプ」的な
普遍的な「原初イメージ」と
密接な関連性がある、

という意味においても、

私にはこの「脳」を
「集合的無意識」あるいは
「宇宙全体」と解釈してもいい、と思っています。

以上が、私の西田式メンタルトレーニング法の
簡易解説ですが、詳しくは上記の推奨本2冊を
読んでいただけたら、と思います。

なお、あえて追記すると、
上記の2冊以外の本で、西田氏は、

(NLPを含めた?)メンタルトレーニングの
テクニックについて、以下の意味のことを語っています。

(文章は、私が若干変更編集して、引用しています)。

「心理的トレーニングが効果を発揮するのは、
もともとそれを教えなくてもできているような、
ほんのひと握りの心理的に優秀なクライアント

(=すなわち、「真の成功哲学者」)であり、
ほとんどの一般のクライアント
(=すなわち、「自己啓発難民」)にはあまり効果がない。」

「様々な経験を積んだクライアントは、
メンタルトレーニングの意義を理解できるが、

経験の浅いクライアントは容易に理解できず、
なかなか本気で取り組めない。」

「クライアントを支援するには
人間的成長が不可欠だが、
心理テクニックだけでは

クライアントの
『内面』までは変わらない。」

私のNLPワークが
自己啓発業界で広く理解されなかった原因が、
ここで明示化されているような気がしました(笑)。

要は私のワークは、

「扁桃核を騙して、自分は大化けするのだ、
天下を取るのだ、という
『大いなる勘違い』ができている」方々に向いていた、

ということになります。

ということで、私は、本メルマガの読者の方々には、
これまで紹介させていただいてきている
シャインフェルド、ゴダード、西田氏の教えを

「血肉化」した上で、
私の個人セッションワークを受講されるよう、
強くお勧めします

(というかむしろ、私が西田式モデルを知った以上、
個人セッションで、これらの方々の教えを
血肉化すること自体を、

ステップバイステップ式に
直接伝授させていただくことが可能です)。

【編集後記：本メルマガの執筆後、
私の西田氏の評価は低くなっています。

特に、現在の私は、神経科学の観点から、

同氏の言う「扁桃核を快にする」
は不可能だと思っています。】

本日は以上です。

北岡泰典

=====

=====

【件名】【RA 2 9】天才を持続させる方法

こんにちは、北岡です。

昨日のメルマガの【RA 5 7】で、
私が解説している日本人のVIP 思索家である
西田文郎氏の著書を2冊推薦させていただきましたが、

これらの本を読んだ、
私の個人セッションのクライアントである方から、

「これらの本を読むと、エネルギーがよくなり、
ツキもよくなりますよね。私も突然、
盗難されたと思っていた自転車が戻ってきたり、

壊れたと思った家電製品が
実は壊れていなかったりして、
ツイてきています」

という意味のことをメールで伝えられたので、
以下のように伝えさせていただきました。

「実は、自己啓発難民（ノウハウコレクター）から
『真の成功哲学者（ノウハウ実践者）に移行することは、

そのような日常生活の出来事に
『一喜一憂』することをはるかに超えています。

人生上我々には、
自分の身に何が起こるかわからないので、

『人生上、たとえ他の誰でも
最悪だと思えることが
自分の身に起こっても、

無条件に「自分は運がいい」
と言える自分になっているか？』

が、最大の課題になります。

たとえばですが、乙武洋匡さんのような方は、
自分の身体的条件を『ラッキー』と思え、
ドーパミンが出まくっているらしく、

また、エベレスト級の山を
いくつも制覇した登山家がいる、
ある山で遭難し、

凍傷で手足の指を親指以外すべて失った後も、

『遭難した山を再制覇することに
興奮で身震いしている』

ということらしいのですが、
『真の意味で、ツイていて強運の人』とは、
こういう人のことを言うと思います。)

たとえ日常生活のレベルでいいことが起こっても、
いつかはその逆の悪いことが起こることは必須です。
それが人生です。

いいことをだけを求める一元論は、
実は必ず二元論を前提にしています。

我々が向かうべき方向は、
あくまでも、二元論を超えた世界です。

『真の成功哲学者（ノウハウ実践者）』は、
二元論を超えた世界に生きていて、

二元論のどちらに触れても、
『万事塞翁が馬』の境地で、
一喜一憂しなくなります。

以上のことに関連して言うと、
私の「成功哲学者」としての方法は、
自分の「メキキ力」を信じて、

「最高の方法論」を見つけるまでは、
非常に長い時間の試行錯誤を行います、

一度「これだ」と決めた
「方向性（公式）」が見つかったら、

「猪突猛進」的に、
その公式を現場で落とし込む帰納法的な
「練習問題」の単純作業を永遠と続ける、
というものです。

私はこれまで、「この方法がいい」と思ったケースで、
「外した」ことはないですが、

かりに数年以上無駄な時間と努力になった場合でも、
自分の無意識ちゃんを褒めることができるだけの
「自己容認力」をもっています。

言い換えれば、私が50年以上身につけ、
実行してきている「メタ学習ストラテジー」
のメカニズムが、

メルマガで解説した西田氏によって
完全解明されている、と私は主張しているのであって、

仮にこの主張が妥当であるとしたら、
後は必要とされているのは、
「しのごの言わずに」、この方向に向かって、

「猪突猛進」的に、「愚直に」、
毎日の「帰納法的な『練習問題』の単純作業を永遠と続ける」
ことだけです。

このような究極的な方法論について
「私には物足りない」と言った方もいらっしゃいましたが、

そういう方は、おそらく
マジックの種を明かしてもらっただけで
左脳の知識に満足して、

「自分にもできる」と完全錯誤して、
そこからのマジックの天才になるための
毎日の修行を完全放棄している人だと思われます。

私の友人に過去マジックの
ジュニア世界選手権で優勝された方がいますが、

この方は、いつ会っても、
手にコインもしくはトランプをもっていて、
常に四六時中マジックの練習をしています。

(マジックの種を教えてもらうことは、
スタートラインに立つだけのことであって、
そこからの努力と苦勞がすべてであるという

真理に気づかない人がたくさんいるのは、ど
ういうわけなのでしょうかね？)

私は、人間は本来的には自分の好きな領域を見つけて、
その領域を極めるべきだと思っています。

その領域は、別にコマ回しでも、
ひよこの雄雌の見分け方でも、
昆虫標本でも、逆立ちでも、レゴ職人芸でも、

文字通りなんでもいいと思います。

1つの領域のトップに立ち、
「全システム」が俯瞰できたら、

最近の「新北岡メルマガ」で
紹介・解説させていただいた西田氏が言う

「ドーパミンが出まくっている状態」
に近づくことができると思います。

西田文郎氏は、ある重要書の中で、

「成功するほんの数%の人間と、
それ以外の大半の人間の違いは、

意識上ではコントロールできない
無意識領域の脳が、
物事に肯定的であるか否定的であるか、

ただその一点なのである」と断言しています。

すなわち、NLPは、その
「ほんの数%の人間」の天才性を
モデリングした方法論なので、

もともと無意識領域の脳が
物事に否定的である人々がいくら
NLPを学んでも、「一過性の天才」になれても、

またすぐに元に戻ってしまって
「永続的天才」には絶対なれない、

という「空恐ろしい結論」が
導き出されてしまいます。

なお、蛇足的に付け加えると、
私は、国内で NLP を教え始めた 2001 年以来、

首尾一貫して、

「NLP は、単なる方法論にすぎず、
NLP を通じて達成し続けたい精神状態は、
NLP の学習以前に自分で体験して、
作り上げてください」

と言い続けていて、この言い換えとして、

「NLP 以前に、欧米の人々のように、
催眠・セラピー・瞑想等をやりまくる必要があります」
とも主張してきていましたが、

実は、西田氏の観点から言えば、
私が言いたかったことは、
「やりまくる」こと自体ではなくて、

「『やりまくる』過程の中で、
無意識領域の脳が物事に肯定的になって、

ドーパミンが出まくって、
努力することが楽しくて、

楽しくてし方のないような
自分を作っておく必要がある」
ということになります。

(歴史的に見て、NLP を生み出した西洋の
「カウンターカルチャー」運動の中で、
催眠・セラピー・瞑想（そしてドラッグ）等をやりまくって、

いわば「中毒」になっていた人々が
無数にいましたが、この事実は、

無意識領域の脳が物事に肯定的になって
(=「大いなる勘違いをして」)、
ドーパミンが出まくるようになっていた、

という見方以外に、
説明できないと思います)。

ちなみに私は現在、自分以外の全人類が
「不快」だと思えるような状況でも、

ドーパミンが出まくっていて
「快」と感じられている状態が、

たぶん、「悟り」に近いのでは、
と考え始めています。

(たとえばの話ですが、
2014年の韓国フェリー転覆事故で、

セウォル号の船長は、パニックって、
真っ先に救助されてしまいましたが、

沈み行く船上で、船長が
「俺はついている。これはいいチャンスだ」
とすることができて、

ドーパミンが出まくっている精神状態に
自分をコントロールできるかどうか、
が悟りと関連しているようにも思えます。)

人間は、死ぬ瞬間に、脳内に
「脳汁たらたら (!)」的にドーパミンが出まくっている、
と言われているようですし、

こう見ると、悟りの定義は
かなり簡単になってしまいます（笑）。

なお、西田氏は、上述の重要書で、
「IRA (Instinct Reflex Area、直感反射領域、潜在意識)」
の用語は、自身の造語であることを示唆されていますが、

欧米では、このレベルの書籍に、
必ずと言っていいほど付いている
「参考文献一覧」と「索引」が

この高価豪華本の重要書に付いていないのは、
個人的には「致命的」なことと思います。

（後続く研究者による研究と
著者の主張の検証が著しく阻害されているからです）。

【編集後記：本メルマガの執筆後、
私の西田氏の評価は低くなっています。

特に、現在の私は、神経科学の観点から、

同氏の言う「扁桃核を快にする」
は不可能だと思っています。】

北岡泰典

=====

=====

【件名】【RA30】完全リミッター解除ワークのQ&A①

【RA:「完全リミッター解除：自己啓発難民から成功哲学者へ」ワークFAQ その一】

以前2016年に、私は
「完全リミッター解除：自己啓発難民から成功哲学者へ」
というワークショップを開講しました。

実は私は当時、自分自身を
「究極のリミッター外し師」と呼んでいて、
その名刺も作っていました（笑）。

以下に、「完全リミッター解除」ワークについての、
様々な質問にお答えしようと思いました。

【Q01:】

ワーク名が二転三転していますよね。

【A01:】

そうですね。先号のメルマガで、
「ワーク名については、二転三転しましたが、

現時点では、

『完全リミッター解除：自己啓発難民から成功哲学者へ』
ワークとさせていただきたいと思っています」
とお伝えしましたが、

最終名として、

「完全リミッター解除：成功哲学者になるための必要条件」
とすることにしました。

このことが引き起こす混乱に心から陳謝いたします。
今後のワーク名の再変更はないです。

【Q02：】

「究極のリミッター外し師」を説明してください。

【A02：】

私は、最近、自分自身を「究極のリミッター外し師」と呼んでいて、その名刺も作っています。

この名称の意味は、

「自分自身にかけている意識的・無意識的『制限』を外すことで、
本来の自分に潜在的に存在している『大成功するための脳内回路』

を全開にして、

『真の成功哲学者』、

すなわち、

『自分がいる業界で第一人者』
(ジョングリンダー氏の言う『天才』)

になるように支援するファシリテータ」
という意味です。

私自身、これまで

「Meta Mind Work」、
「DFT（フレーム解除支援テクノロジー）」、
「実践的魂学」

その他のワーク名称を使ってきましたが、

すべて、ワーク参加者の

「(頭の中の) 枠を外す」あるいは
「ボックスから外に出る」

ためのワークということになりますが、

「究極のリミッター外し師」の私が開講する
「完全リミッター解除」ワークも、

同様な目的をもっています。

(注：最近の私のワークには、
「メタ心理学」という名称を使っています。)

【Q03：】

最近の号の「これが本物の NLP だ！」のメルマガに、

「『無意識領域の脳が物事に肯定的』になれば、

通常は苦痛で苦痛でたまらない『練習』
(NLP の演習の自己適用の継続、その他) も、

楽しくて楽しくてたまらなくなる、
という『恐ろしい』結論が導き出されてしまいます」

とありますが、

「練習が楽しくて楽しくてたまらない」
ということは、ありえないと思いますが。

【A03：】

まず、「無意識領域の脳が物事に肯定的になる」
の「無意識領域の脳」は、

西田文郎氏が言う

「IRA (Instinct Reflex Area、直感反射領域、潜在意識)」と等価で、

ブラックボックスとしての **IRA** への入力「扉」となっている、
と今の私が考えている「扁桃体」に、

ネガティブな思考と感情とイメージを入力し続けている人々の
「無意識領域の脳が物事に否定的になる」のは当然で、

この「思考の癖」をもっている人々には、
「練習が楽しくて楽しくてたまらない」というのは、

その世界地図（参照機構）にはないので、
見たことのない外国の地と同じで、単に理解不能だと思います。

逆に、

扁桃体にポジティブな思考と感情とイメージを入力し続けている人々の
「無意識領域の脳が物事に肯定的になる」のは当然で、

この「思考の癖」をもっている人々には、
「練習が楽しくて楽しくてたまらない」以外の可能性はありません。

このことについては、以下の三点を指摘したいと思いました。

1) 私は、1988年に **NLP** を学び始めた「後」に、
自分の英語学習を完璧化しようと思って

（すなわち、「演繹的な公式」を学んだ「後」の
「帰納法的な、毎日のドリル演習の繰り返し」として）、

学研の第三版のアンカー英和辞書の全ページに下線を引いたが、
これは反吐が出るような作業だった、
と私の拙著でも述べさせていただいたことがありました。

たぶん、

このことは信じられていないとも思ったので、
当時の辞書が私の宝として保存されていますので、

その辞書の写真を見ていただきたいと思いました。

写真 URL: <https://www.kitaoka.co/img/dictionary.jpg>

この作業中、辞書に下線を引くという、
糞つまらないルーティン中でも、

西田氏の定義によれば

(もちろん、当時は、
意識的に気づいていたわけではないですが)、

私は、自分の扁桃体に、

「この作業が終われば、達成感がある」
というポジティブ思考と、

「この作業によって、自分は、
欧米人との会話がますます楽しくなって、

欧米人をギャフンと言わせている自分がいて、
気持ちがいい」

といったポジティブなイメージと感情を
継続的に入れ続けていた、
ということになります。

この点については、

西田氏は、自分なりに「成功体験」があれば、
自分の潜在意識にその体験に基づいた
ポジティブな思考とイメージと感情と入力することができるので、

ドーパミンが出ている「やる気の状態」を維持しながら、
成功するために必要な練習を継続できる

（そして結果的に成功体験が実際に何度も再現できる）

が、そういう成功体験がない

（または、ないと思っている）人は、

ネガティブな思考とイメージと感情しか

潜在意識に入力することができないので、

必然的に

（成功するために必要な）練習が

（何のためにやっているのかわからず）

苦しくて苦しくてしかたないので、

必然的に成功しないまままで終わるという、

おそらく万人の永遠のテーマである

「三日坊主」のメカニズムの「完全解明」

とその克服法を提示しています。

2）私は、2001年に国内でNLPを教え始めて以来、

「NLPのアンカーについては、一度書き換えたら、

二度と同じアンカーは発火されないと言われているのに、

なぜ継続的な再プログラミング（アンカーの書き換え）

の自己適用を『永遠のように』続ける必要があるのですか?」

という、

（今思えば、「三日坊主」の自己正当化としか思えない）

「奇跡の魔法の杖を求めている」

人々が来る業界らしい質問を、

何度か受けてきていました。

このことについては、まず、

実際には書き換えるべきプログラミングの数が、
もともと無数

(意識的無意識的、大小、を含んだら、
たぶん数万、数十万単位です)

にあるのに、

それを「単なる一回の『ブリーフセラピー』」で
「根こそぎ変えることができる」と考えること自体無謀で、

誰が見ても不可能なのは、火を見るより明らかです

(ただ、そう主張しないと、
魔法の杖を求めている自己啓発難民の誰も
NLP 業界に来なくなるのも事実である、

と、業界をすでに離れている私には言えます (笑)。

ただし、業界にいたときも、私は、

グリンダー氏に習って
「NLP には、練習、練習、練習あるのみ」
と提唱していたことは、

私のワークに実際に参加した人は、
皆、知っています)。

NLP による自己変革は、本来的には、

「魂の生まれ変わり」に近いものであり

(これは、自分が何十年も信じていた
「アイデンティティの崩壊」も含んでいるからです)、

1日や十数日のNLPワークに参加するだけで
達成されるものではなく、

何年もの練習を通じて、
じっくりと着実に達成されるものです。

3) ちなみに、別のメルマガでも示唆したように、
NLPの創始に関わった米国の少数のトップトレーナーたちは、

元々、

「無意識領域の脳が物事に肯定的」である
「ほんの数%の人間」なので、

どのようにしたら無意識領域の脳が物事に否定的である
「数多くの一般の人々」が肯定的になれるか、の方法論は、

いっさい明示化できてきていません。

これは、歴史的に、
NLP自体が催眠療法、セラピーから生まれているので、

欧米のこの業界には、元々

「苦行のようなセッション受講、ワーク演習の自己適用」
時にドーパミンが出まくって、中毒になっている、

「無意識領域の脳が『セラピー』に肯定的（!!!）」
である人々しか来ていなかったのも、

「どのようにしたら無意識領域の脳が物事に否定的である
『数多くの一般の人々』が肯定的になれるか」ということは、
いっさい考える必要がなかったからです。

以上のように考えないと、私には、

私が12年間見てきた国内のNLP業界の方々が
NLPの演習が苦しくてたまりません、とか、

NLP演習の現実への落とし込み方がわかりません、とか、
また元の自分に戻ってしまいました、とか、

数ヶ月前に終えたコースの内容をすべて忘れました、
とかいった反応を示す人が多かった事実の説明がつきません。

結論としては、まず、

「無意識領域の脳が物事に肯定的」になっていないと、

そもそも、

NLPを学んで天才になれるスタートラインに立てない、
ということになります。

【編集後記:本メルマガの執筆時に

私が解決しきれていなかった諸々の課題について、

解決法を提示する目的で、

2年前に「メタ心理学」を創始しました。

また、本メルマガで言及されている

「完全リミッター解除」ワークで紹介された

「RPGゲーム」が、

メタ心理学メソッドの「端緒」となっています。】

北岡泰典

=====

【件名】【RA3 1】完全リミッター解除ワークの Q&A②

こんにちは、北岡です。

今日でメルマガ登録をさせていただいて
2 か月が経ちましたね。

今までのメルマガを一気見できる
バックナンバーの配布などもしているので
オンラインサロンも検討してください。

では、昨日の続きです。
(まだ見ていない方は既往のメールからお願いします。)

【Q04:】

最近のメルマガには、「正論」が書かれていると思うのですが、
なぜ読者の私の扁桃体が快にならないのでしょうか？

【A04:】

非常に興味深い質問です。

思うに、私の人生を振り返ってみると、

二十代後半に知り合った私の精神的師匠
(バグワンシュリラジニーシ) にしろ、
NLP 創始者のジョングリンダーにしろ、

本メルマガで紹介させていただいている三人の VIP 思索家
(シャインフェルド、ゴダード、西田氏) にしろ、

全員、「常識の破壊者」という点で共通しています。
その意味で、
私は最近のメルマガと企画中のワークを通じて、

「寝る子を起こそう」としていることは、
間違いないと思います。

私自身のケースのことしか語れませんが、
二十代後半まで文字通り「蟻地獄」にいた自分が、

二人の「非常識人」を師とすることで、
奇跡的にそこから脱出することができたわけですが、

私の人生の最大の命題は、

『呪われた二重拘束（悪循環）』
にいる人がいかにして

『療法的二重拘束（螺旋的良循環）』に抜け出せるか」
になっています。

この命題は、私のクライアントの一人が最大の命題です、
と言った『『人間死んだらどうなるのか』
を生きている間に知りたい」よりも、

私には、意味合いが大きいです

（興味深いことに、この命題は、私にとって最大の命題
（つまるところは、「自分は制約されていると信じている人が

いかにして本当は自由であることを悟れるか」
を意味しています）に含まれるかと思います）。

ということで、

自己正当化にしかありませんが、
この方法論を広めるための私のプレゼンのし方も、
「常識的」ではないので、読者の方々も、違和感を感じたり、
扁桃体が不快になったりするのだと思います（笑）。

ある意味、西田氏も、

「不快感が大きければ大きいほど、その後の快感が大きい」
という「振り子の原則」を提唱されているのですが、

若い頃蟻地獄から解脱の道に進むことができた
と主張している「先人」を信じて、

その方法論を身につけて、
同じように「自由」になってください、

と呼びかけることしかできませんね（笑）。

【注：「苦しい蟻地獄からしか成功者は生まれない」
という「振り子の原則」の考え方は、

数年前に私が参加した、
オーストラリアでオンライン開講された
アンソニーロビンズのワークショップで、

ロビンズは、「ディッケンズパターン」
という用語で表現していました。】

（「不快感が大きければ大きいほど、
その後の快感が大きい」についてですが、

興味深いことを思いつきました。

別のメルマガで、

「実際には書き換えるべきプログラミングの数が、
もともと無数

（意識的無意識的、大小、を含んだら、
たぶん数万、数十万単位です）にある」と書きましたが、

我々人間は、

子供のときに「刺激→反応」のプロセスを短絡化・無意識化して、

意識が他のことに注意払えるようにしてきているのですが、

この短絡化・無意識化の数が数万、数十万単位ある、
という意味です。

問題になるのは、
この無数の「プロセスの短絡化・無意識化」は、

子供のときの、
そのときの状況で「無意識領域の脳」
が最善と思った形の短絡化・無意識化だったのですが、

大人になって状況がまったく変わった後は、

本来なら、
もっと適切な短絡化・無意識化に変えるべきところなのに、

通常は、この「再学習」の方法がわからないので、
我々は「蟻地獄」の中にとどまり続けます。

幸いにして、

NLPのような短絡化・無意識化の再学習の方法に出会ったとしても、
完全な自己変容を遂げるまでは、
地道な時間と労力を必要とするので、

通常は「苦しくて苦しくてたまらない」作業となっています。

ただし、

扁桃体を快にさえすれば、
この再学習のプロセスが

「楽しくて楽しくて」しかたなくなります
(私の過去の場合がそうでした)。

つまり、

「(再学習の) 不快感が大きければ大きいほど、
その後の(自己変容した後の) 快感が大きい」
というわけです。)

【Q05:】

「完全リミッター解除ワーク」紹介サイトの
「特別フィードバック」の感想が非常に興味深いのですが、
解説していただけますか。

【A05:】

そうですね。以下に、私なりの解説をしてみます。

a) 「現実という名の RPG ゲーム」

これは、私が独自開発した
「現実を仮想現実 (RPG) 化する」
ことを可能にするテクニックです。

私は、昨年、

「現実という名の RPG ゲーム」
ワークを開講させていただきましたが、

最近、その際に紹介した
「RPG ゲーム」テクニックをさらに簡易にした
「RPG ゲーム簡易バージョン」を開発していて、

今回の「完全リミッター解除」ワークの第一日目の
「成功哲学者になるための必要条件」
ワークで伝授する予定です。

なお、

第一日目の「成功哲学者になるための必要条件」ワークでは、
最近私が紹介してきている
三人の VIP 思索家についての徹底的解説もなされます。

b) 「Meta Meta Work」

これは、最近私が独自開発した、
NLP の演習の成果を現実を持ち込めることを
可能にするテクニックです。

私は、NLP の講義中、

「現象界の事象を『メタ（観照者）』に持ち込まない」
ということで首尾一貫してきていましたが、

これは、

私が信奉しているシャンカラチャリヤ等の
印哲のヴェーダンタ哲学者の

「観照者は最高位の意識の状態である」
という主張に基づいていました。

ただ、

ここ何年か NLP 実践者の演習の
実践のし方をつぶさに見ていて、

さらに、

去年の「RPG ゲーム」を独自開発する過程で、
実は、私自身は、NLP 学習開始当時から、
NLP 演習で変更したプログラミングを
「メタ」の中に持ち込んでいた

（すなわち、現象界の事象を観照者に持ち込むという
「タブー」を犯していた）

ということに気づきました（！）。

もしこれが本当であれば、

「さらに改善した現象界の自分」
が観照者そのものになり、
その観照者が現象界の自分を変えることになるので、

この演習の副題である
「スパイラル弁証法モデル」的成長が可能となり、

かつ西田氏の言うように、

「無意識領域の脳が物に肯定的なっている
『思考の癖』をもっている人々は
『NLP 演習が楽しくて楽しくてたまらなくなる』」

ということにもなります

(そして、まさにこのことが、
過去30年の私に起こってきていることです)。

ただし、このことは、認識論的には、

ヴェーダンタ哲学者の主張に
真正面から抗うこととなるのですが、

幸いにも、私は、
この「認識論的誤謬の正当化」の方法を発見していて、
それを次項のビジュアルプレゼン動画で明示化しています。
個人的には、

この「認識論的誤謬の正当化」を
完全に理解している人でないと、

現象界の事象を観照者に持ち込むことは
「かなり危険な行為」ではないか、
と考えています。

実は、この動画と「Meta Meta Work」演習を、

第二日目の「完全リミッター解除支援」

グループコーチングワークで紹介する予定になっています。

【注:この箇所で言及されている

「スパイラル弁証法モデル」は、

最近の私が提唱している

「永遠の再帰的アセンション

(RA、リカーシブアセンション)」

と同じことを意味しています。

ここでは、明示化されていませんが、

「メタにはグラデュエーションがある」

という発見を、私は、当時すでにしていたことになります。】

c) 「『人間が神になる構造』

をモデリングしたビジュアルプレゼン動画」

これは、隠秘学的に極めて重要な、

私が独自開発した「『人間が神になる構造』

をモデリングしたビジュアルプレゼン」動画モデルです。

内容は、前項 b) を参照してください。

この動画は、通常は、クローズドの限定公開で、

現時点では、特定の方々しか閲覧できません。

d) 「鏡の国のアリス」

最近、私は、「アリス・イン・ワンダーランド 時間の旅」

を IMAX 3D で鑑賞して、

アリスが時間の旅をしている際のビジュアル効果が、

「2001年宇宙の旅」、

「コンタクト」、

「インターステラー」等の

「ワームホール」の場面と似ていて、
感動しましたが、

この映画のアリスが鏡を通り抜けながら
この世とあの世を行き来する構図を参考にモデリングして、

NLP 的演習の枠組みの中で、
現象界、あの世、鏡、メタの間を

自由に行き来できるテクニックを
独自開発しました（！）。

現時点では、このノウハウは、
少人数にしか直伝していません。

また、

奥義性が非常に高いので、
オープンセミナー等の場で、

このワークを紹介することは、
現時点では考えていません。

北岡泰典

＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝
＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝＝

【件名】【RA3 2】完全リミッター解除ワークの Q&A③

こんにちは、北岡です。

以下にあるには、
「完全リミッター解除」ワークショップに関する
「FAQ その3」です。

【Q06：】

最近のメルマガの内容は、
何かとても重要そうなのですが、
充分理解し損ねているので、

もう一度、

同じ説明の繰り返しになってかまいませんので、
「完全リミッター解除」ワークの
全体像と趣旨を簡潔に教えてくださいませんか？

【A06：】

そうですね、では、できるだけ要点を絞って、
かつ、簡潔に箇条書きでお伝えしたいと思います。

1)

資格認定コース業界から離れて、
近年、個人セッションワークに特化する中で、

私は、なぜ、国内の自己啓発/NLP 業界で、

「NLP の演習の自己適用が三日坊主になります」、
「NLP 演習の現実への落とし込み方がわかりません」、

「また元の自分に戻ってしまいました」、
「数ヶ月前に終えたコースの内容をすべて忘れました」

とかいった反応を示す人が多いのか、
の根本的な理由を発見いたしました（！）。

2)

その理由は、ごく簡単に言うと、
以下の二つの条件が満たされて「いない」
からだということが判明しました。

i) 現実を仮想現実化できていること

ii) 「扁桃体」を快にして、
演習の自己適用を楽しくて楽しくてたまらなく思うこと

これらの前提条件が満たされていないと、
そもそも NLP 学習のスタートラインに立てない、

ということが発見された次第です。

(二番目の条件の

「『扁桃体』を快にして、演習の自己適用を
楽しくて楽しくてたまらなく思うこと」

については、ある方に、欧米では、
西田文郎氏の言うような

「まず『自分は No. 1 だ!』と大いなる勘違いをして、
ありとあらゆる『雑音』を聞かされても、

扁桃核が快で、反対の声を聞けば聞くほど、
A10 神経系にドーパミンが出まくって、
やる気がますます出るような人」

が NLP 業界に来ている割合が高いです、と伝えたら、

「これは not normal ですね。

北岡さんが言われている『化ける』ための前提で、

欧米の NLP 学習者は、

not normal な人たちが集まってきているので、

結果が出ているということ、

がさらに腹落ちしてきました。有難うございます」

という返事をいただきました。)

3)

「これらの前提条件が満たされていないと、

そもそも NLP 学習のスタートラインに立てない」

の意味合いは、

NLP はマジックと同じだということです。

すなわち、

NLP は、本場の欧米では

「天才になるためのモデリング法」

として開発されましたが、

マジックの種を理解しただけで

(左脳の知識に) 満足して、

「自分にもできる」と完全錯誤して、

そこからの毎日の修行を完全放棄している人は、

マジック業界の天才になれるはずはありません。

私の友人に過去マジックのジュニア世界選手権で

優勝された方がいますが、

この方は、いつ会っても、
手にコインもしくはトランプをもっていて、
常に四六時中マジックの練習をしています、

マジックの種を教えてもらうことは、
ほんのスタートラインに立つだけのことであって、

そこからの努力と苦勞がすべてであるという
真理に気づかない人がたくさんいるのは、

どういうわけなのでしょう？

4)

私が、上記の二つの条件を
つい最近発見した事実を前にして、

「なぜ最初からこれらのことを
教えてこなかったのですか」

とか、

(ある施術の大先生から言われたのですが)

「北岡さんは、
生徒さんから多額のお金をいただいているので、

その方々を『食べせるようにする』
(=化かせる) 必要があります」

とかいった「批判」があることも理解できますが、
NLP が誕生した欧米では、NLP 業界に来る人々は、

すでにこれらの二つの条件をクリアしている人々で、
これらの条件を満たすように指導する
必要がそもそも存在していないので、

私も **NLP** ピアの日本人に

「まさか、このような
基本中の基本の条件が欠けている」

とは、

資格認定コース開講中は、
正直、よもや「夢にも思いませんでした」。

5)

上記の「i) 現実を仮想現実化できていること」
については、

昨年秋から私が開講してきていた
「**RPG** ゲーム」がテーマになっていますし、

「ii) 『扁桃体』を快にして、
演習の自己適用を楽しくて楽しくて
たまらなく思うこと」については、

西田氏が、同氏の書籍で
「完全解明モデリング」されています。

6)

「完全リミッター解除」ワークでは、まさに、
これらの上記の二つの条件をクリアする演習

(私が最近独自開発してきている演習です)

を紹介します (!)

一日目に紹介する

「**RPG** ゲーム簡易バージョン」演習は、

昨年来から教えていた「**RPG** ゲーム」演習を
さらに実践しやすくした簡易バージョンですが、

これによって、
上記の i) の条件がクリアされますし、

二日目の「**Meta Meta Work**」演習で、
ii) の条件が「原則的」にクリアされます。

二日目には、

私が「秘伝の奥義のビデオ動画」
と考えている動画も公開させていただきます。

7)
このページに書かせていただいている
「**Meta Meta Work**」の解説は、

NLP 学習者にとって、
極めてショッキングな「パラダイムシフト」
となっているかと思います。

と言いますのも、
このページでは、私は、

「NLP 演習で変更したプログラミングを
『メタ』に持ち込むことを通じて、

『さらに改善した現象界の自分』
が観照者そのものになり、

その観照者が現象界の自分を
変えることで可能になる、

「良循環」の螺旋的成長を意味する
『スパイラル弁証法モデル』
的成長さえ経験できれば、

NLP 演習の自己適用が楽しくて楽しくて
たまらなく思えるようになる」

と主張しているからです

(ちなみに、まさにこのことが、
過去30年間の私の NLP 学習に
起こってきていることです)。

【Q07:】

「完全リミッター解除」ワークで紹介されるという

「RPG ゲーム」と「Meta Meta Work」
の位置付けと関係性について語っていただけますか？

【A07:】

まず、「RPG ゲーム」
(正式名は「現実という名の RPG ゲーム」)

と

「Meta Meta Work」
(正式名は「Meta Meta Work:
スパイラル弁証法モデル」)

は、

両方とも私が最近独自開発した演習で、
共同創始者を含む、

欧米の NLP のトレーナーの誰も、
公式化・演習化できてきていなかったテクニックです。

昨年「RPG ゲーム」を開発したとき、
私は、メルマガで

「この演習のメカニズムは、
欧米の NLP 学習者は、ほぼ全員、

すでに無意識的に、
当然のこととしてやっていることで、

『こんなことを明示化する演習』を作ったら、
欧米人に『おまえあほか』と言われる可能性が高い」

という意味のことを書かせていただきました。

実際、数年前に、
ジョングリンドー氏が来日されたとき、

このことについて同氏に質問してみたら、
同氏には

「他の人がどう言うかはわからず、
確かに『おまえあほか』と言う
西洋人もいると思いますが、

(2005年から来日が続けていて、
日本人の状況もよくわかるようになっている)

私自身はあなたに『ブラヴォー (よくやった)』
と言ってあげたいです」

と言われました。

現在の「RPG ゲーム簡易バージョン」は、
当初の演習をミニマルに簡略化したものです。

実は、つい最近、「クローズド」の形で、

NLP をほとんど知らない
「クリエイティブ業界」

の小グループの方々に対して
半日ワークを開講しました

（「NLP 業界での活動停止」後は、
私は個人セッションに特化しますが、

仮にもし私のワークが開講されるとしても、
ほぼすべてこのような業界外の
クローズドのワークになる予定です）

この半日ワークの構成と内容は、意図的に、
「成功哲学者になるための必要条件」
ワークとほぼ同じものにしてみましたが、

私には、私の過去のワークの参加者とは
「まったく異質」の反応を
示しているように見えました

（このことは、
会場の後方でワークを見ていたスタッフも、

「これまでとは異質です」
という確認をしてくれました）

すなわち、

私には、このワーク参加者は、
最後に紹介した
「RPG ゲーム」の演習の後は、

半日ワークで学んだ演習に関して、
ワーク内での自分の変化に驚いている以上に、

ごく自然に日常生活でも適用し続けていける、
と感じているように思えました。

このことについては、参加者の一人は、

「常に、自分の後ろに『メタ』がいる
不思議な感覚があり、

そこから現象界にいる
『この』自分を『操作』している実感がある」

という意味のことをおっしゃっていましたが、
まさにこれが、

「RPG ゲーム」の開発者としての
私が当初意図した演習の目的と効果を
如実に代弁してくれています。

「完全リミッター解除支援」
グループコーチングワークで紹介される
「Meta Meta Work」については、

私が過去15年間のNLP講義の中で首尾一貫して
「やってはいけない」と言っていたこと

(すなわち、「NLP 演習で変更したプログラミングを、
純粹観照者としての『メタ』に持ち込むこと」です)

を、実は私は無意識ではやりまくっていた(!)、

という「空恐ろしい」事実を、
告白する必要があります。

ただ、この問題は、かなり複雑で、

「完全リミッター解除支援」
ワークで紹介する予定の

「『人間が神になる構造』をモデリングした
ビジュアルプレゼン動画」

の内容を理解しないまま、
「現象界の事象をメタに持ち込む」場合は、

単に **NLP** のメカニズムを知らない
「無知の人間の愚行」に終わる、
と思っています。

私自身は、実は、
「**RPG** ゲーム」も「**Meta Meta Work**」も

、欧米の **NLP** 学習者は、ほぼ全員、
無意識的に、当然のこととしてやっていることだ、
と思っています。

では、なぜそれが **NLP** 業界で
明示化されきていなかったかというと、

私は、これらのメカニズムは、
欧米では、私がそうであったように、

1 万時間（あるいは数万時間）以上の
セラピー、瞑想、催眠、**NLP** の
自己適用の試行錯誤をする中で、

実践者が無意識的に学習して、
「帰納法的に徐々に体感的に実感」
していくものなので、

「母国人が母国語を左脳的に分析できない」
のと同じ状態になっているからだと思っています。

一方で、

「『扁桃体』を快にして、演習の自己適用を
楽しくて楽しくてたまらなく思う」

ようになっていなくて、
自己適用が継続できない状態になっていて、

そもそも **NLP** 学習の
スタートラインに立てていない日本人が、

この **NLP** 学習の基本中の基本が
身についていないことは、
実に極めて残念なことだと思います。

これまでは、そういう状況に関して、

私には、明示化すること自体について
欧米人に「おまえあほか」
と言われる可能性が高いメカニズムを

公式化する手立てがなかったので、
「愚痴」しか言えませんでした、

西田氏を通じて、

「『扁桃体』を快にして、演習の自己適用を
楽しくて楽しくてたまらなく思う」

方法論が実際に存在することを知った後は、
NLP 学習のスタートラインに立てていない

日本人の方々に **NLP** を本格的に学ぶための
二条件を身につけるための「演繹的公式」を
明示化できるようになった次第です。

この二条件をクリアさえすれば、
「本物の **NLP** ピア」が

どんどん生まれてくるはずですが、

私の諸々の私的事情から、

「雑草だらけの土地で、
『天才草』が徐々に着実に成長していったって、
最終的に土地そのものが肥沃な土地になるかどうか」

は、その土地に強烈なパワーをもった
新種の種を撒かせいただいた後は、

その土地の「外」から「天才草」の広がり方を
じっくりと静観させていただきたいと
思っているところです。

以上が、

「RPG ゲーム」と「Meta Meta Work」を紹介する
「完全リミッター解除」ワークに関する補足説明です。

北岡泰典

=====
=====

【件名】【RA3 3】完全リミッター解除ワークの Q&A④

こんにちは、北岡です。

以下にあるには、
「完全リミッター解除」ワークショップ
に関する「FAQ その4」です。

【Q08：】

本当の意味で NLP を身につけ、
効果を実感するために必要なこととして、

- 「i) 現実を仮想現実化できていること
- ii) 『扁桃体』を快にして、演習の自己適用を
楽しくて楽しくてたまらなく思うこと」

の二条件を挙げているようですが、
これらについて詳しく解説していただけますか。

【A08：】

一つ目の条件の

「i) 現実を仮想現実化できていること」

と NLP の諸前提の一つの
「地図は土地ではない」の意味を
本当に理解していること、とは等価です。

なぜならば、NLP 的に言って、
および印哲的に言って、

自分の世界地図上（コンピュータのモニタ上）

で起こっていることは、

無条件的に「非現実=幻想（マヤ）」

である一方で、

現実（土地）そのもの

（コンピュータの外で起こっていること）は、

混沌とした「量子のスープ」で成り立っていて、

ありとあらゆる解釈を超えた「何か」だからです。

厳然たる現実があるとは想定されない以上、

「地図は土地ではない」

という前提を本当の意味で理解する、

ということは、

「すべての現実を仮想現実だと実感できること」

を意味します。

「地図は土地ではない」

の前提についてのそれ以外の解釈は、

すべて、希釈された **NLP** の見方です。

さらに、

別の見方から言うと、西田文郎氏は

「メンタルヴィゴラス（vigorous）状態」

を提唱していて、これは、

「まだ現実に起こっていないのに、

あたかも起こっているかのように想像して、

ワクワクして、ドーパミンが出まくっている状態」

で、この状態で練習、演習を行えば、
楽しくて楽しくてかなわない、と言っています。

理解の速い読者の方は、これは、

私が言及してきている
二番目の **VIP** 思索家のゴダードの言う

「五感の世界を完全に無視して、
自分の求める状態を想像で描いて、

その状態について外から考える

(『**think of XX**』) のではなくて、
その状態から物事を考えなさい
(『**think from XX**』)」

という教えのことを言っていることに
気づかれるかと思います。

実は、
西田氏の教えも、ゴダードの教えも、

「すべての現実は、無条件に、仮想現実である」
という前提がなければ、成り立ちえません（！）

結局のところ、

この「大いなる勘違い」が
まず始めにあって、これを、

「入力→ブラックボックス→出力」の
「出力」の部分に設定することができたら、

たとえ五感の「入力」が
どんなものであったとしても、

最終的には全宇宙と繋がっている

「ブラックボックス」の部分の
「自分の潜在意識」が、
ありとあらゆる創造性を発揮して、

結果的に、

自分が望むものが
出力されざるをえなくなります。

ちなみに、
上の四段落に書かれていることが

「Dreams are compelled to be true.
(夢は実現されることを強いられる)」

という英語の諺の意味であり、

また、

ニューソート系
(ナポレオンヒル、ジョゼフマーフィー、
ゴダード、『ザシークレット』等)

の自己啓発的な考え方の
根本的メカニズムであるように思えます。

二番目の条件の

「ii)『扁桃体』を快にして、演習の自己適用を
楽しくて楽しくてたまらなく思うこと」

については、以下のことが言えます。

私は、NLP は、
「入力→ブラックボックス→出力」
の公式に還元できていると思いますが、

この演算には、
おそらくまったく意識は関与できていないはず、
という灯台下暗しの事実が隠されています（！）

もし仮にこの公式を意識的に演算できるのであれば、
人間は、葛藤、後悔、自責、自嘲、自憤等を、
いっさいもたなくてすむはずです（！）

NLP は、
このブラックボックスの中を意識化したり、

意識的に変えたりすることは
「できない」ことがわかった上で、

プログラミング変更を目的とした
さまざまな演習を通じて、

「入力と出力の相関関係」を変える

（すなわち、

「この入力があれば、この出力がある」
あるいは

「こういう状況であれば、
自分は無意識的にこういう行動をする」という

「経験則のノウハウ」の
「飛躍的加速」的な蓄積を「意識的」に行う！）

ための最高の心理学的ツールです。

その「人類最強」のツールを
私は国内で15年間教えてきていたのですが、

いかんせん、

「『経験則のノウハウ』の
『飛躍的加速』的な蓄積」は、

とても一朝一夕にはできず、
生まれたときから無意識的に蓄積されてきている

（おそらく何万とある）経験則の
「バグ」のすべてを修正するのに、

試行錯誤をする必要があり、
一定の「時間がかかる」ことは否定できず、

この「自己編集」の習慣化のノウハウを、
西田文郎氏に出会うまでは、

教えることが私にはできてきていなかった、
というのが「悲しい」実情です。

言い換えれば、これまで、私は、

（主に西洋の）重要な思索家の本を
たくさん読んできていたつもりでしたが、

西田氏の言うような

「通常は不快なことを前にしても、
『扁桃核』を快にすれば、
ドーパミンが出まくって、やる気がますます出る」

というメカニズムの解明に出会ったことは
一度もありませんでしたし、

なぜ私が同氏のこの主張を「奇妙奇天烈」
（そう思っている人々が多い、と聞きました）
と思わなかったかというと、

まさしくこのことが、
幼児期から自らの「身体障害性」のために、
ありとあらゆる試行錯誤の末、

自らの「競争に勝ち抜くためのサバイバル法」
として身につけた、

すべての学習法に適用すると私が信じている
「メタ学習ストラテジー」
のメカニズムを完全に明示化している、

ということが判明したからです。

また、私が15年間
国内でNLPを教えた方々の大多数が

（幼児期に苦勞されていない、
とは言いたくないですが、
とにかく、なんらかの理由で）

このメカニズムを身につけることが
できてきていないので

（たぶん、このことが
「唯一の理由」だとも思われます）、

「三日坊主」のまま終わっている、
という事実が判明した次第です。

ということで、

「おそらく何万とある経験則の
『バグ』のすべてを修正する」
までの演習／練習の自己適用の継続は、

おそらく

「『扁桃体』を快にして、演習の自己適用を
楽しくて楽しくてたまらなく思う」

ようにしておかなければ、

「究極的なサディスト」でないかぎり、
無理だという結論に達します。

【注:このメルマガ以降、私は、

「扁桃体自体を快にすることはできないが、
それまで扁桃体に流れていた電気化学エネルギーを、
別の回路に流すことで、

ドーパミン等の脳内快楽物質を
分泌させることができる」

という立場に変わりました。】

実は、私は、
上記の二つの条件に加えて、
三つ目の条件として、

「テロス（最高位の目的）が設定できていること」
があるのではないか、と思い始めています。

私の CD-ROM ブックの『Cyberbook』の
「成功のための3ステップ手順」のページで、

私は、以下のように
書かせていただいているのですが、

『成功のための3ステップ手順』は、

- (1) 自分の『目的』(何を達成したいか)を確定する、
- (2) 知覚鋭敏性を強化する、
- (3) 柔軟でいる、の3ステップから成り立っています。」

(一般公開されていないこのページを
<https://www.kitaoka.co/cyberbook/jp/succeed.htm>
に特別アップさせていただきました。)

私には、「知覚鋭敏性を強化」できていて、
かつ「柔軟でいる」ことが

「現実を仮想現実化できていること」
に対応しているように見え、

その上で、
目的達成に向かって邁進することが

『扁桃体』を快にして、演習の自己適用を
楽しくて楽しくてたまらなく思うこと」

に対応しているように思えます。

ということで、業界で
「天才／No.1／達人」になるための必要条件は

1) 自分の人生上の「目的」の確定

(これは、コマ回しでも、
ひよこの雄雌の見分け方でも、
昆虫標本でも、逆立ちでも、

レゴ職人芸の達人になる等、
業種は文字通り何でもいいので、
とにかく、差し当たって何かを決めるべきです)

2) 現実を仮想現実化できていること

(「知覚鋭敏性を強化」できていて、
かつ「柔軟でいる」こと)

3) 「扁桃体」を快にして、演習の自己適用を
楽しくて楽しくてたまらなく思うこと

(目的達成に向かって邁進すること)

ということになるのかも、と思いました。

このうち、

1) と 2) はともかく、
一番重要なのは 3) の条件だと思います。

なぜならば、不完全ながらも、

小さなことに関して
「成功のためのスパイラルループ」
さえ回し続けることができれば、

そのうち、

何らかの成功体験をもてるようになるので、
それをもとにポジティブな経験則が
蓄積されるようになり、

それに応じて、1) と 2) についても、
さらにさらに深い体験をもてるようになるからです。

ちなみに、

西田氏は、凡才から天才への移行は、
段階的ではなく、一気だ、と示唆しています。

このプロセスは、あるフラクタル図の描画法

(フラクタル図が描けるソフトウェアが
<http://www.cygnus-software.com/>
からダウンロード可能です)

の公式で、ずっと同じ場所で、
同じような凡庸な変化しか繰り返していないのに、

ある特定の「臨界点」を超えると、
一気に図のデザインが突然四方八方に展開し始めて、

実に興味深い模様が
現れ始めることを思い出させます。

【編集後記：本草稿を読まれたある方から

「目的と目標はどう違いますか？」
という質問を受けました。

たとえば、西田氏は、
これら二つを明確に分けていますが、

私の理解では、目的はより抽象的で、
目標は達成すべき具体的な数字等が関与しています。

私自身は、まずもつべきものは目的
(NLP で言う「アウトカム」) で、

その目的を顕在化させるために

無意識からの支援を得る際は、

具体的な目標（「ゴール」）を設定する必要がある、
と現在考えています。】

北岡泰典