

心を科学する雑誌  アルファサイエンス

# ALPHA SCIENCE

vol.16  
No.1

## 特集 波動について考える

- ご挨拶◆大滝茂男 ..... 2
- 識者・経験者に聞く◆江本 勝氏 ..... 4  
波動の人間学
- 報告◆志賀 一雅 ..... 7  
波動測定オペレーターの脳波観察
- ESSAY◆K.SHIGA .....11
- 解説◆マイトレーナーαXについて .....12
- INFORMATION◆ .....20
- SRP公開セミナー/公演会のご案内◆ .....22
- アルファサイエンス協会のご案内◆ .....23

# ご挨拶

理事長 大滝茂男

## 協会設立の主旨について

この度アルファサイエンス協会理事長の就任にあたり、アルファサイエンス協会設立の主旨と協会の活動方針を明らかにして、会員皆様のご協力をお願いしたいと思います。

アルファサイエンス協会も発足して、今年は三年目を迎えることになりました。来年は二〇〇〇年を迎えるにあたり、今年躍進の年にしたいと思っております。

さて、アルファサイエンス協会は次の二つの目的を持って設立されました。

- 一、人間の本来持っている能力発揮の機能をアルファ脳波を指標にして科学的にとらえ、現代及び未来社会にどう活用して行くかを開発したり究明して、広く世の中に提示すること。
- 二、アルファ脳波の研究と応用を志す個人や団体の活動を支援して、相互に交換と研鑽を図ること。

アルファサイエンス協会は、以上のようにアルファ脳波に関する科学的な根拠に基づいた研究成果を発表し、研鑽する団体として発足したわけです。現在協会は、我が国のアルファ脳波研究の第一人者でもある、脳力開発研究所の所長であり工学博士の志賀一雅氏を会長に迎え、アルファ脳波に関する研究成果を科学的に実証されたものに基づき、活動を展開しております。

今年更には、幼児の能力開発で数々の実績をあげている、七田チャイルドで知られている、日本能力開発研究所から二名の方に、協会の理事に就任していただき、総勢十名の理事で協会の活動を強化して行きたいと考えております。

## 平成十一年度・協会活動方針

平成十一年度は、次の三項目に重点を置いて、活動を推進して行きたいと思っております。

- 一、協会の活動を広く知っていただく活動をする  
アルファサイエンス協会が、アルファ脳波の科学性を普及するための活動をしていることを、多くの方々に知っていただくのが第一であると考え、PR活動に力を入れたいと思います。  
また協会は、営利を考えていない団体ですが、協会の運営費は、個人会員の入会金と団体の賛助会費で運営されております。従って、協会の主旨に賛同頂ける方々や団体の入会を積極的に募って行きたいと考えております。
- 二、協会活動の活性化を図る

協会活動の活性化を図るために、会員相互の交流の場を多く設け、個人会員の方々と賛助会員の方々にも、メリットがあるような活動を推進したいと考えております。このため隔月にアルファサイエンス研究会を開催したり、年数回のイベントを企画して、多くの会員との交流の場を提供して行きます。研究会等の開催につきましては、アルファサイエンス誌やインターネットで逐次、ご案内申し上げますので、奮ってご参加いただきたいと思います。

- 三、アルファ脳波に関する研究開発の提示をする

アルファサイエンス協会として、アルファ脳波の研究開発に関する、最新の情報をアルファサイエンス誌に掲載して行きたいと思っております。そして、会員の皆様にアルファ脳波に関する科学的な見識を高

めて頂きたいと思えます。

また、個人研究等の成果を発表する場として、アルファサイエンス誌やアルファサイエンス研究会を大いに活用して頂きたいと思えます。

## 二十一世紀への展望

あと一年半ほどで二十一世紀を迎えます。

二十一世紀はどんな時代となるのでしょうか。二十一世紀は「知脳化社会」が訪れると予告している学者もいます。「知脳化社会」とは、人間の脳の機能を応用する事業分野が、時代の脚光を浴びるといふ社会の事です。

例えば産業界では、もつと高度な頭脳ロボットを開発したり、ニューロCPUの開発など、人工頭脳を搭載した自動車による無人化運転の開発にも着手しております。また、高齢化社会を迎えるにあたり、医薬品業界では、脳の研究から痴呆症やアルツハイマーの予防薬の開発に、取り組んでいます。

平成9年に科学技術庁は、二百五十億円の予算を組んで、脳の研究開発を国家プロジェクトとして、スタートさせ、現在も継続しております。これらのプロジェクトの中から、従来の私達の常識を覆す研究発表が生まれてくるかも知れません。

アルファサイエンス協会もアルファ脳波の情報発信基地として、学会と産業界を結ぶ役割を着実に果たして行きたいと考えております。



アルファサイエンス協会 研究会のお知らせ 皆様のご参加をお待ちしております。

いずれも 午後1:00~4:00 参加費 正会員 ¥1,500 一般 ¥2,000

期 日	内 容	プレゼンター	会 場
4月17日(土)	最近の精神世界の動向 波動測定と波動転写について	志賀一雅	協会会議室
6月12日(土)	ひらめきはどこから 起業家のひらめき	大滝茂男	食糧会館
8月28日(土)	有能な営業マンの思考と特徴 そのスキルとイメージ	山田征礼	食糧会館
10月9日(土)	自律訓練法の実際 気功との関連において	諏訪 昇	食糧会館
12月11日(土)	パソコン活用講座 データベースの構築	矢沢敦臣	食糧会館
2月19日(土)	未 定		食糧会館

そのために、協会の理事一同も明るい展望を目標にして、協会の役割を果たしてゆく所存です。会員の皆様のご支援とご鞭撻をお願いして、理事長就任の挨拶といたします。

参加のお申し込みは  
アルファサイエンス協会事務局へ

〒161-0033

東京都新宿区下落合 3-17-40

TEL: 03-3565-0374 FAX: 03-3565-0335

# 波動の人間学

(株)I.H.M 代表取締役 江本勝氏

波動測定装置なるものがあり、人の波動や物質の波動が測定できる。しかも、それがいい波動なのか悪い波動なのかが分かるという…。

そのような話を耳にして久しいのですが、いつも気になっていました。ぜひ専門家に直接お会いして実際の話を伺いたい……と思っていましたところ、願いは必ず実現するもの……ということで、非常に示唆に富むお話を伺うことができました。

## 何で私が…

志賀 貴重な時間をいただき恐縮です。かねがね、ぜひお目にかかっていろいろ伺いたいと思っています。のですが、このように実現しまして嬉しく思います。

知人に先生の著書「波動の人間学」(ビジネス社)を渡され、感想を聞かせろと言われて拝読しましたが、どうも私の理解を超えている内容でして…、しかし、大げさな表現ですが、これは二一世紀のサイエンスになる…と思っていましたいろいろ伺いたかったわけです。忌憚のない意見交換ができれば幸いです。どうにか気を悪くされないうください。

そもそも日本にMRA(注1)を紹介されたいきさつからお聞かせください。

江本 もともと私は理系の人間ではありません。MRAの中身や構造については評価できません。

が、私のアメリカにおける仕事仲間であるリー・H・ロレンツェン博士の紹介で、MRAを開発したロナルド・J・ウエインストック氏に会ったとき閃いたわけです。ちょうど一〇年前の一九八九年でした。

この装置は人の体の悪いところを検出することができるし治すこともできるということです。装置そのものはいかにも手作りで体裁も悪く、いささか気の抜ける印象でしたが、同行の仲間が被験者になってテストを受けたところよく当てるわけです。被験者の一人は鍼灸師で、自分の体の状態はよく知っていましたから、とても驚きました。

しかもこの装置で治す実験をしたところ、鍼灸師が思っていた背中の痛みをが、わずか三分位で見事に消えてしまったのです。「これは凄い」という鍼灸師の声を耳にして、私はただちに日本に導入しようと決意しました。

後に、このことが私の人生観、ひいては私の人生そのものに大きな影響を与えることになることは予想だにしませんでした。何でこの私が、こんなことに関わってしまったのだろうか…と考えることもありますが、これも私に与えられた役割、使命だと思いうようになりました。

志賀 MRAを日本に紹介されて一〇年経過したことになりましたが、わずか一〇年で「波動」の概念を多くの人に伝え広げたわけですよ。ご著書「波動時代への序幕」(サンロード社)が引き金になったわけですか？

江本 私自身驚いているのですが、わずか一年ほどの間に六版も重ねることになりました。多くの読者から共感と激励をいただいております。私に大きな自信と使命感を与えてくれます。

私が提起した「波動」というものの存在について、多くの人が共感し、理解を示してくれたわけですから、これには時代背景もあると思います。もし、五



注1：MRA (Magnetic Resonance Analyzer = 共鳴磁気分析器) 江本勝氏が1989年に命名した新しい概念の装置。アメリカのR.J.ウェインストック氏が開発した「バイオセラアナライザー」と同じ機能。人や物質、状態の波動値を定義づけて+21〜-21にランク分けして評価する。

年前に同じ内容の本を出版したとしても初版とまじりだったかも知れません。今の時代は、漠然とではあるが危機感を持ち、新しい発想を求めているのだからと実感させられています。

私が提起した「波動」というものの存在について多くの人が共感し、理解を示してくれたのも一つの要因は、MRAという装置を通じて、具体的な数値で表現しえたということです。「波動」という抽象的な概念が、装置を通して、しかもコンピュータという現代人がもつとも信頼している情報機器を媒介にして論じあえる、ということが多くの人たちに受け入れられたのだと思います。

## 装置を分解したら「回路がない」

志賀 先生の啓蒙活動が実をむすんで、大勢の人が「波動」に関心を持つようになった。そのおかげで本家MRA以外に、LFT、QRS、MIRS…などなど、たくさんさんの装置が出まわりましたよね。ところが、平成九年一月に九段会館で行われた波動

シンポジウム(サトルエネルギー学会の主催)ではいささか波乱含みの報告があつて、それぞれ装置の回路を調べると、波動を測定するような構成になっていない。実は波動を測定するオペレーターの手のひらの皮膚抵抗を巧妙な方法で測っているのだそうですね。この報告を聞いたとき、直感ですが、これはおもしろい展開になりそうだ、ぜひ江本先生にお目にかかりたいと思つたわけです。

つまり、これまでの電気工学の常識では理解できないメカニズムが存在している、ということですよ。 「鱒の頭」を例にすると気を悪くされるでしょうが、占いの水晶玉や箒竹、タロットやアストロロジーなど、なぜ病気をあてたり、それを治したりできるのか、論理的には理解できない部分があります。信奉者も多く、結果において無視できないところが多々あるわけです。これが秋刀魚の頭やガラス玉ではうまくいかないかも知れませんね。

要は、関わった人の心の問題が大切で、信ずれば救われるというメカニズムが働いているわけです。科学的な表現で言い換えれば、ブラシボー効果や心理生理学的なフィードバックメカニズムが働いているわけですが、MRAの場合には、それとは違う何か作用しているような気がするのです。

テレビやコンピュータは回路がつながっていないとまったく動作しませんが、波動測定装置は回路がつながっていないからこそうまく測定できる……というところで興味があるわけです。

江本 前にも申しした通り、私は理系ではないので、電気回路のことはよく分らない。分からないからこそMRAに惚れこめたわけで、なまじ回路の知識があつたら、その場で分析して「電気工学の常識で判断するから契約しなかつたでしょうね。」

その後の研究で分かつたことですが、配線されていない部分がある。電気の特権家たちの常識から考えれば、ここの配線がなければ動作するはずがな





いと言うのです。ところが、配線し忘れたとも思えない。なぜかは説明できませんが、配線されていないからこそうまく動作する、という感じもします。

志賀 ウェインストックさんがMRAを開発するに至った経過を知りたいですね。われわれエレクトロニクスエンジニアの常套手段である演繹的な手法ではなく、閃きと言うか、神のお告げのようなことが働いたのではないのでしょうか？

ところで、MRAを導入されてから、いろいろご苦労があったかと思いますが……どのようにして乗り越えてこられたのですか？

江本 MRAという波動の世界の機器を得て以来、いろいろ実験しながら、私なりの仮説を立てて発表してきました。気がついてみると一〇冊ほどの本になったわけですが、私の仮説や呼びかけに多くの人

が共鳴してくれました。でもふと考えるのですが、何で私の周りいろいろなことが起きるのだろうか……と。申しわけないけれど、私はこのようなジャンルに問する先輩方の著作はほとんど読んでいないし、だからあまり知識がないのに、いろいろなことが起こるのです。強いて私が他の人と違うところは、といいますが、これまでに誰よりも長く波動水を飲みみづづけている、ということですか。こう思ったとき、ピンとひらめくものがありました。「そうだ、自分は何も新しいものを考えているのではなく、自分の中に眠っていた記憶を自覚めさせているだけのことだったんだ」とね。

つまり、ニューサイエンスにしてもニューテックノロジーにしても、本当のところはニューではないんですね。人の存在意義も、神の存在の有無も、すべて私たちの記憶の中にあるに違いないと思っただけです。そして、その記憶は脳の中の神経細胞に秘められているということですよ。

多くの科学者たちは、私たちの脳神経細胞の活性率は3%位だと言っています。だとすれば、ほとんどの神経細胞が眠っていることになります。そして、細胞には水が含まれているわけです。ですから、いい波動の水を飲むことによって、眠っている脳の神経細胞を目覚めさせることができると思うのです。

## 水の結晶で水質を探る

志賀 水と言えば、新宿の工学院大学で行われました、今年のサトルエネルギー学会で報告された水の結晶の話はとても印象的でした。雪の結晶が六角形を基本にしてさまざまな形態を示していることは誰でも知っていますが、水を凍らせて、その結晶の形態を観察するという話は初めてでしたので感銘しました。水の質によって結晶形態がずいぶん違ってくるものなのですね。





江本 ええ、私たちは四年半前から各地の水道水や自然水、あるいは波動処理をした水の結晶的な変化を観察し続けてきました。水をマイナス二〇度で凍らせて、冷感観測室の中で凍らせて、顕微鏡でその氷結晶を撮影するわけです。結晶の形はまことにさまざまで、結晶のパターンというものが水に記憶されている情報の現れだと考えています。

例えば右の写真は、以前の私どものオフィス（東京都品川区）で採取した水道水を凍らせて結晶を試みたものですが、ご覧のようにそれらしきものは何も得られず、醜く凍ったという感じです。残念ながら東京都の水道水だけでなく、全国どこの水道水もきれいな結晶は得られませんでした。

ところが、この水道水に対して何名かの人が「この水がいい水になりますように！」と願いを込めて祈りますと、同じ水なのに左の写真のように美しい結晶が得られたのです。思いが伝わっている証拠です。これほど見事に変化するとは思っていなかったの

で感激しました。いま多くの人のご協力をいただいて、世界各地の水道水や自然水を集め、水の結晶化状態によって水質の判定を行っているところです。近じかその写真集が出版される予定ですが、ことのほか評判で、英語版も出せとの要求があつて、若干発行が遅れますが、きつとお役に立つと思います。

## 水と能力開発

志賀 きれいに結晶化されるような波動水を飲み続けることによって能

力が開発されると言うお考えですか？

江本 能力開発とは結局のところ何だろうと考えるとき、細胞の中の、三〇億もの情報が刻み込まれているDNAのうち、能力発揮にプラスになるような部分をスイッチオンさせる、つまりその部分の覚醒化を図るものだと思います。

波動水は、情報を転写した、分子のクラスターが小さい、マイクログラスターの分子構造を持つものから、これが細胞の蛋白質に作用し、ひいてはその蛋白質が包むところの遺伝子レベルまで働きかける、ということが考えられます。

DNA研究の世界的権威・村上和雄先生のお話によると、人間の設計図であるDNAのうち、ほんの5%くらいしかスイッチがオンになっていないらしいですね。ですから、残りの部分の必要などころをオンにできれば素晴らしい力が発揮できると思うわけです。

志賀 私の知らなかった世界のお話を興味深く伺いました。いろいろありがとうございました。



「波動の人間学」 江本勝著 ビジネス社

「甦る潜在記憶」 江本勝著 PHP研究所

# 対談雑感

雅志賀一

ひらめきのからくり

「波動」についてあちこちで語られ気になっていく。中学校の理科で、光は電磁波の横波、音は空気の粗密波で縦波、ともに波動として扱って教わった。しかし、ここで言う「波動」は光や音ではない。この宇宙の森羅万象のすべては波動でできていて、それが測定できるという。確かに量子力学では素粒子を波動として扱い、波動函数や波動方程式を駆使して現象の解明に成功している。ただ、そこにはいい波動とか悪い波動という概念はなかった。

ところが波動測定器では、測定値がプラスならいい波動、マイナスなら悪い波動なのだという。こうなると、波動という表現は同じでも量子力学のいう波動とはかなり異質のものであり、物質は波動でできていることは事実でも、物質のもつ量子力学的な波動と、波動測定器で測る波動値とは、あまり関係が無いと思われる。それでも、多くの識者たちが波動測定器に興味をもち、測定値による善悪の判定に期待を寄せている。どうしてなのだろうか。

いつもの癖で、アルファ状態で考えていると答が飛び込んでくる。知人から、近くで飲み会をやっているのだから来ないかとの誘いがあり、出向いてみたら、なんと驚いたことに、それは波動測定器に関係した中心的な人たちの集まりであった。

江本勝氏、大島正光氏、中垣洋一氏、吉田太郎氏、濱須光曲氏等など、ぜひご意見を伺いたいと思っていた人たちが目の前で飲んでいる。いささかでき過ぎのお膳立てではあるが、またと無いチャンス

だ。飲むほどに酔うほどに本音と建前、いろいろと意見交換もできた、それが縁でこの対談が実現した。どのような分野であれ先駆者は苦勞する。江本氏も、多くの共感者からの励ましを受け、「波動」の啓蒙活動にエネルギーを注がれているが、疑問の声や批判の声も少なくない。特に私企業での研究活動は研究費の捻出に苦勞し、そのために商品販売に力を入れようとすると、儲け主義、たという反発を招いてままならない。



ところで波動測定器の構造を調べると、オペレーター（測定者）の手のひらの皮膚抵抗を測定している。手のひらは精神性発汗部位で、交感神経の微妙な変化が反映される部位でもある。

科学的に検証できないが、オペレーターのESP（超感覚的知覚力）が情報（波動）をキャッチして交感神経に微妙な変化が起き、皮膚抵抗が変化する。だとすれば、オペレーターがアルファ状態で操作すれば、ESPが強く働き測定値の信頼性はもっと高くなるはずだ。アルファの役立つ分野がまた増えた。

# 波動測定における オペレーターの脳波観察

脳力開発研究所 志賀一雅

はじめに

一昨年の一二月に開かれた波動シンポジウムで、富士技研（株）の田中猛憲氏から、波動測定装置の構造解析と動作方式の報告があり、何を計測しているのか明らかになりました。

要約すれば、波動測定オペレーターの、手のひらの皮膚抵抗を計測しており、それ以外の何ものをも計測する機能はもたない、ということでした。



波動測定装置を使用している多くの愛好家たちはショックだったかも知れませんが、脳機能を研究する立場から見れば、非常に興味あることです。

人の健康状態や、物質とか環境が人の健康に及ぼす影響を「波動」という概念で語ることは、新しいサイエンスの萌芽を思わせませんが、「波動」の定義が明確にされないまま、その値を装置で測れるとなると、サイエンスから逸脱してしまう心配を禁じえません。

ましてや、量子力学でいう「波動」と混同して語られているのをみますと、究極は統合されるにしても、より掘り下げた研究が必要だと思えます。

そこで、波動測定装置がオペレーターの手のひらの皮膚抵抗を計測しているという事実から、測定時のオペレーターの心理・生理的コンディションが、計測結果に強く影響することが予想され、以下に示す実験を試みました。

## 2. 実験の概要

手のひらは精神性の発汗部位で、ほかの皮膚が温熱性の発汗であることと著しく異なり、交感神経の亢進状態と深い関わりがあります。

交感神経の制御中枢は脳であることから、空間に存在する情報を脳が捉え、その微妙な変化が、敏感に交感神経に反映されるメカニズムが予想されます。そこで、波動測定時の脳波観察を試みたわけですが、被験者はめいらくグループ波動医学総合研究所の山梨氏他4名。

測定サンプルは富士技研（株）田中猛憲氏に作成を依頼し、二重盲検法に基づく実験計画で行ないました。脳波測定は、被験者の心理・生理的負担を軽くし、通常の波動測定とほとんど変わらない状態で実施するため、2チャンネルの超小型脳波計（日立超LSIデバイス社製 Mind NAVI）をノートパ



## 二重盲検法によるテストサンプルの波動測定

ホムリーダー めいらくグループ 山梨浩利氏 他4名  
 サンプル作成 富士技研 田中猛憲氏  
 実験立会い 三菱電機 吉田太郎氏

1998年8月25日 脳力開発研究所にて

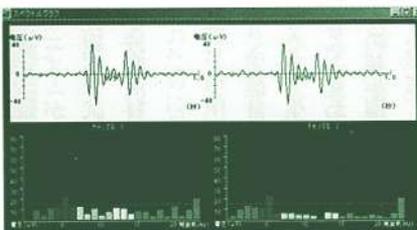
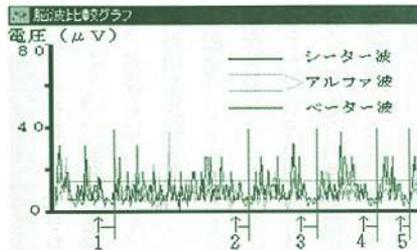
サンプル番号	1回目測定	2回目測定	コントロール	サンプルの内容
1	-16	-15	+5	A
2	-15	-13	+5	A
3	-16	-12	-3	A
4	+4	+2	+4	B
5	+3	+2	-6	B
6	+8	+8	+1	C
7	+3	+2	+4	D
8	+9	+9	+5	C
9	+2	+2	+1	D

サンプルの内容 A. 蒸留水に 1ppm のスミチオン混入  
 B. 蒸留水  
 C. ミネラルウォーター  
 D. ミネラルウォーターに 1ppm のスミチオン混入

ソコンに接続して計測しました。  
 この種の脳波計測では臨床脳波計がよく使われますが、被験者に与える心理生理的負担が大きくて、測定値は正確でも、何を測っているのか分からなくなる人が多いので気をつけなければなりません。

### 3. 実験結果

測定するにあたって、ESP (超感覚的知覚力) が働いているときの脳波と似ていることを期待したのですが、結果はまるで違っていました。ESPでは前頭部の脳波の成分は  $\alpha$  波 (9~10Hz) が優勢で、しかも、左脳と右脳とでシンクロナイズしたときに的中するのが特徴です。



ところが波動測定では、コード設定した段階で  $\alpha$  波が強く観察されるものの、共鳴音から非共鳴音に変わるときにはほとんど  $\alpha$  波は無く、 $\beta$  波も  $\theta$  波も振幅が小さくなります。皮質の活動が抑制されていると思われるのです。上の表は、9個のサンプルを測定した波動値で、サンプルの内容は表の下に示してあります。測定の段階では実験者にも被験者にもサンプルの内容は知らされず、測定の順序もランダムです。ところが、表に示すように測定波動値の再現性も対応性も驚くべき好結果となりました。

### 4. まとめ

二重盲検法の実験での中率が100%であったことは驚異的ですが、同じ測定装置にもかかわらずほかの被験者の的中率が低いという事実から、装置が直接「波動」を測定していないことは明白です。そして右図に見られるように、脳波の振幅が小さくなったときにうまく測定ができるようです。

脳波は、大脳皮質の電気的な活動が反映されているものであり、辺縁系や間脳、脳幹の様子を見ることはできませんが、皮質の部分の電気的活動が低下して、右下図のような右脳と左脳の脳波が共鳴たときにうまく計測できるようです。

# ESSAY

KAZUMASA SHIGA

知人がアメリカで結婚することになり、結婚式と披露宴に招かれた。カリフォルニア州のシリコンバレー、ベルモントの教会で式は行われ、その敷地にあるホールで披露宴も行われた。

シリコンバレーと言えば半導体産業のメッカ。私は、以前に半導体の分野で研究開発の仕事をしていたので、初めてアメリカを訪れたのがシリコンバレーだった。二五年も昔のことになる。その後、何回も仕事で訪れはしたが、アメリカの結婚披露宴に出席するのは初めてだ。お祝いのスピーチを頼まれていたので、いささか荷が重く、気楽な旅行というわけにはいかなかった。

現地に着くと、ふと初めて訪れたときの印象が甦った。シリコンバレーだから、高い山と深い谷で、さぞ風光明媚なところと期待していた。サンフランシスコから列車に乗り、ご丁寧にも下車駅が「マウンテンビュー」だから期待は高まる。ところが車窓の景色は平凡だし、「マウンテンビュー」で下車しても、平地ばかりで山は見えず、谷らしきものもない。地図を見たときに予想はしていたが、いささかがっかりした。オリンピックが開かれたスコッバレーやヘブリーバレーと違い、シリコンバレーは比喩的な表現で、半導体産業の中心的な場所を意味しているのかもしれない。

結婚相手の男性はアメリカ人で、半導体関連の仕事に携わっており、IBMの研究所でかなりの業績をあげた人であることが分かった。だから、すごく親しみを感じて話しが弾んだ。半導体の超LSIのおかげで小型の脳波測定装置ができたこと、人の脳もコンピュータのように電氣的に動作しているから、その様子を脳波で観察できること。そして、アルファ波が優勢な状態で想像すると、想像したことを実現する知恵と意欲と力が湧き出てくること、などなど……。

いささか自慢話になるが、肝心のスピーチはというと、イメージ通りになった。司会者はいないしマイクもない。ざわついた会場で声を張り上げなければならぬ。戸惑いもあったが、そこはアルファの力、何人かがうなずき、笑い、ときに拍手もあったりして、気分上々だった。二人からのお礼のメールに、スピーチ好評でした。とてもおもしろかった……とあり、アルファでイメージすることの効果がいかにそこにも応用できる！といまさらではあるが嬉しくなった。

脳を磨くマイトレナーαX

## 音を聴くだけで

# 潜在脳が活性化する

イントレイン効果のすばらしい力



最近、マイトレナーαXを使用している方からの問い合わせが多く、関心が高まって嬉しく思います。お問合わせの内容は多岐にわたりますが、その中で、動作原理や本当にα波が出るのかという疑問、有効な使い方などについてここで紹介いたします。

脳波をα波やθ波優勢な状態にすることは、健康や能力開発に有効で、禅やヨガなどの瞑想法、気功や自律訓練法などが行われています。合理的な方法としてアメリカで考案されたバイオフィードバック法もあり、エレクトロニクス装置を使って理想的な心身の状態を実現することに成功しています。いずれも、セルフコントロールが主体です。

ところがこれらの方法は、ストレスや疲労などでセルフコントロールできない人や、早く結果を求める人には向きません。そこで考案されたのがマイトレナーαXです。

脳は複雑な働きをしていますから、簡単にα波が優勢な状態にすることはできませんが、音の微妙な変化に対する脳の働きを利用するとα波を強化す

ることが可能です。とはいえ、その特殊な音を聞けば、すぐα波が出るというのではなく、ある程度続けて聴く必要があります。

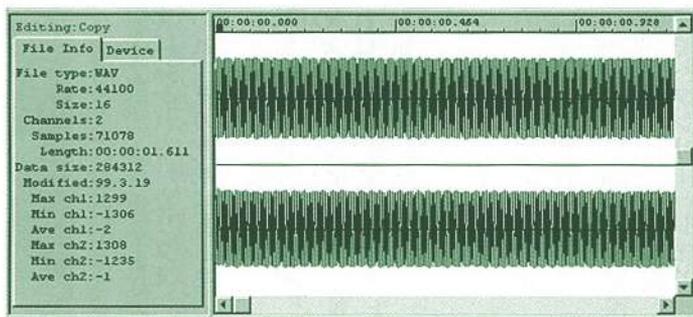
マイトレナーαXから出力される音は、インナーモードとアウターモードの二種類があります。

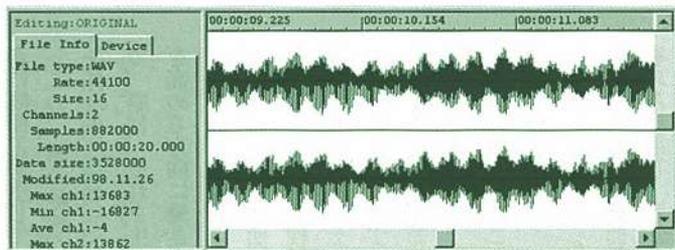
### ◎インナーモードの特徴

左図はインナーモードの波形。上段が右耳で聞く音、下段は左耳で聞く音です。横軸は時間、縦軸は音の強さです。ともに200Hzの正弦波で、それぞれ位相を180度ずらし、α波やθ波の周波数で変調されています。両方とも同じような波形に見えますが、上の波形と下の波形では、毎秒4〜12回の割合で左右に揺らいでいます。

この時間的な揺らぎの音を聞くと、音源の方向を認識する神経回路が働き、毎秒4〜12回の共鳴が起きます。このとき、脳波はその共鳴周波数となりますので、α波やθ波となるのです。

脳波が揺らぎ周波数に共鳴する現象をイントレイン効果と呼びます。マイトレナーαXはこのイントレイン効果を巧みに利用してα波やθ波を誘発させることに成功しました。





## ◎アウターモードの特徴

左図はアウターモードの波形です。音楽や講義・講演などで収録した音声を振幅変調して、音楽や音声を聴きながらα波やθ波が誘発されます。図は、音楽をα波の周波数で振幅変調したときの波形です。

不安やストレスの多い人、心身ともに疲れているときなど、α波やθ波が出にくいときにインナーモードの音を聞いていますと、次第にα波やθ波が出るようになり、疲れも、不安や不満も緩和され、心地よい気分になります。

また、インナーモードの音を聞きながら本を読んだり考えたりしますと、集中力が高まり、読んだことをよく覚えていたり、素晴らしいアイデアのひらめきが湧き出ます。

分かりやすくするために変調(デプス)を強くして、振幅が波打っているように見えますが、実際には変調は浅く、挿らぎ音があまり気にならないように使います。

音楽を聴くのも、ただCDやカセットを再生するより、マイトレナーαXのアウターモードにして聴く方が、はるかにα波やθ波が強くなるのが実験で確かめられています。

マイトレナーαXのインナーモードの音を聞いているときのα波の変化を15ページに示しました。

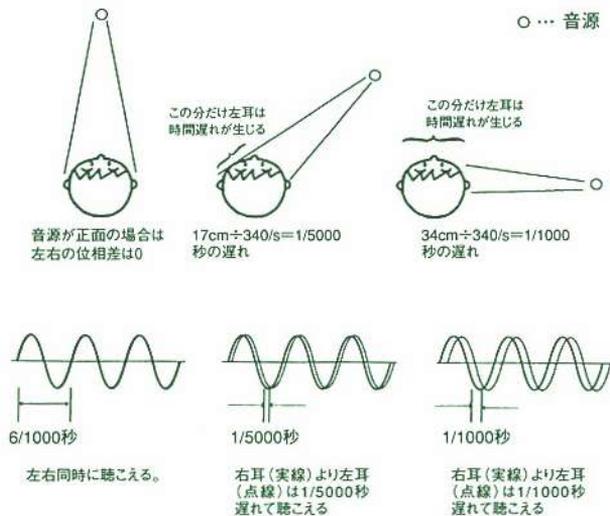
## ◎左右の音の位相差で聴覚神経を刺激

左の図を見てください。音源が正面にある場合、左右の耳に同時に音が入りますから音の時間差はありません。ところが、音源が右の方へ四五度移動しますと、左の耳に入る音は、右の耳に入る音より約1/1000分の1秒遅れます。音源が右の真横にすれば、左の耳に入る音は約1/1000分の1秒ほど遅れます。

私たちの脳は、右の耳に入る音と、左の耳に入る音の時間差で音源の方向を認識しています。わずか約1/1000分の1秒の違いで方向が分かるのですから、脳の働きはすごいと思いませんか？

音の時間差を1000分の1秒にしますと、音は目の前で微妙に揺れ動いていることになります。

私たちは、機械音と肉声音とを微妙に聞き分けることができますが、機械では左右の音の時間差がないのに、肉声では微妙に揺れ動いていて、左右の



音に時間差が生じているからだと考えられます。

この、脳の絶妙な働きをうまく利用しますと、左右の音にわずかな時間差の揺らぎを与えることで、脳は、それを生きた音として認識して、集中力を高める方向に働きます。

いろいろ実験しますと、理由はまだ分かりませんが、わずかな時間差(1000分の1秒)の音を左右の耳に入れ、1秒間に4〜12回の割合で時間差を逆転させますと、その逆転周波数と同じ周波数の脳波が優勢になります。

耳から入る刺激音に引きずられて脳波の周波数が変わりますので、ちょうど客車が機関車に牽引されるのに似ていることから、エントレイン効果と呼ばれています。

マイトレーナーαXのインナーモードは、左右の耳に入る音の時間差を、脳が敏感に検出する機能を巧み利用し、しかもエントレイン効果を効果的に活用しています。

### ◎左右の音の振幅差で聴覚神経を刺激

遠くの音は小さく、近くの音は大きく聞こえます。このことから音源の遠近が分かります。脳は、左右の耳から入る音の時間差だけでなく、音の大きさの違いを検知できる仕組みが備わっています。

この事実を活用して、CD音楽やカセットの音声を振幅変調して脳を刺激することも可能です。これがマイトレーナーαXのアウトターモードです。

お手持ちのCD音楽や講演会で録音したカセットテープの音声に、左右の時間差をつけることは技術的に困難ですので、振幅変調することになりました。

### ◎位相変調と振幅変調ができる装置を開発

ユーザーの立場に立てば、位相変調の効果は魅

力的ですし、CD音楽を聴きながらα波やθ波が強化できる振幅変調も魅力があります。

そこで、一つの装置で両方できないかという要求が当然ながら出てきます。技術的には不可能ではありませんが、製作コストが非常に高くなりますので、価格を安くすることに重点をおいた妥協として、インナーモードとアウトターモードとをスイッチ操作で切り換える構造にしました。

### ◎実際に脳波を測り効果を確かめる

ところで、本当にα波が誘発されるのでしょうか。この疑問に答えるため、二人の被験者にマイトレーナーαXの音を聞いてもらいながら脳波の変化を測定しました。揺らぎの周波数はP3の位置。音量はかすかに聞こえる程度、デプスも揺らぎが気にならない程度に弱くして聴きます。

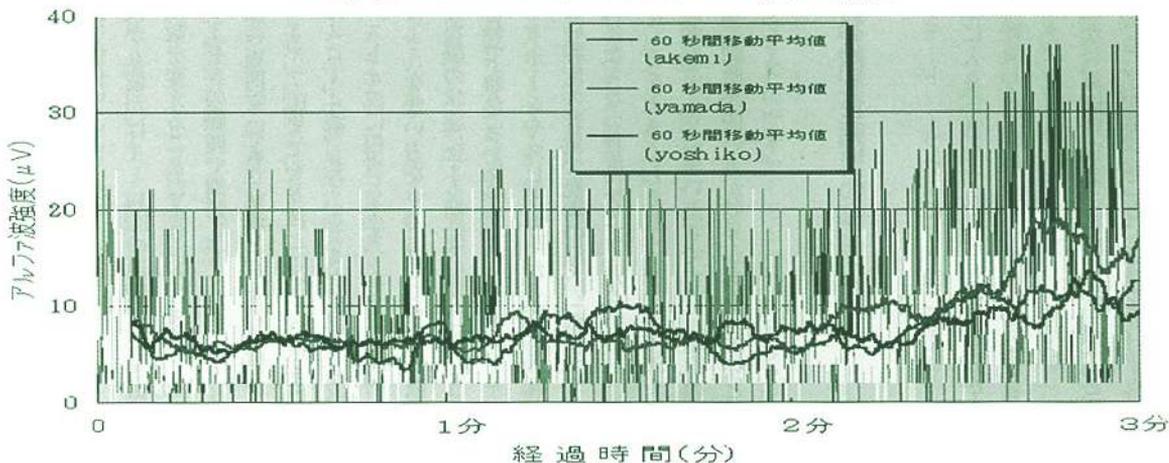
はじめの1〜2分までは変化が観測されませんでした。2分経過してから次第にアルファ波が強くなっているのが分かります。図(15ページ)が複雑になりますから3人のデータにとどめました。若干の個人差があるものの、実験したすべての人に、明らかなα波の増加が観測されました。

比較のため同じ人にβ波で、位相変調のない音(デプス0)を聴いているときのα波の変化を調べてみました。図には示しませんが、時間経過とともにα波の増加は見られず、位相変調効果が優位であることが分かります。

アウトターモードにして、CD音楽による実験も試みましたが、音楽の好みによる被験者間の違いが大きいため評価が困難ですが、同じ被験者で同じ曲の場合には、振幅変調をかけた方が、明らかにα波が増強されました。

この実験でおもしろかったのは、音楽の専門家たちの多くはCDの音楽が嫌い、これは本当の音

マイトレーナー  $\alpha X$ によるアルファ波の増強



でないよと主張するのですが、マイトレーナー  $\alpha X$  のアウトモードを通して聴くと、CDの音楽なのに「いい音だ」と賞賛してくれます。この場合も振幅変調はあまり強くしないで、デプスのダイヤル位

置は真中よりやや弱めにした方が好評でした。何事もそうですが、刺激は弱めの方が集中力は高まり効果が強くなります。刺激や変化が強く激しいと、それらの刺激から身を守る機能が働き、反応が鈍化される傾向にあります。

### ◎耳には聞こえない超高音波音

マイトレーナー  $\alpha X$  の開発には、脳波研究の専門家、エレクトロニクス技術者、音楽家、製造技術者、販売企画の責任者のほかに超能力者も参画しました。そして超能力者から 35.9KHz の超高音を加えなければいけないという強い主張がありました。

耳には聞こえない音ですが、いろいろ調査しますと、超高音が心と体のリラクゼーションに有効であるという研究がありました。超能力者が 35.9KHz に意味があり、少しでも同波数が違っては駄目だと強く主張しますので、コストがかかりますが水晶発振器を備えることにしました。

NHK放送技術研究所の調査によりますと、モングルのホーミーという発声法で、35.9KHz の超高音スペクトルが強く含まれていることが分かりました。ホーミーの歌を聞くと、さまざまに病気が癒されて元気になるということです。

インドネシアの民族楽器の中に 20KHz 以上の音が含まれているものがあり、この楽器の音楽を聴くと、心身ともにリラクセスできるということを、国立教育研究所の研究員が報告しています。

これらの観察事実と、超能力者の強い主張により、マイトレーナー  $\alpha X$  には 35.9KHz の超高音発生回路が組込まれました。

もちろんこのような超高音はヘッドホンで再生できませんが、振動の刺激は本体の水晶発信器から空間に広がるためか、音楽家たちにはきわめて好評でした。

## ◎マイトレナーαXのいろいろな使い方

工夫次第でさまざまな応用が考えられますが、ここでは代表的な使い方について紹介しましょう。

スイッチをアウターモードに切り換えれば、お手持ちのCDオーディオやラジカセのヘッドホン出力信号を入力して、音楽や音声を聴きながらα波やθ波を強化することができます。

α波かθ波かは4～14Hzの連続可変発信器の発信周波数を変えることにより決まります。ダイヤルをP1～P5の範囲で調節してください。

脳波の専門家によりα波とθ波の境界が違いますが、4～7Hzまでをθ波として、P1とします。P2はスローα波、P3～P4がミッドα波、P5がファストα波に相当します。

どのような使い方をしても、α波やθ波が優勢な脳の状態にする補助装置で、主体はあくまでも自分であることを忘れないで下さい。

ヘッドホンやスピーカーから聞く音は、気にならない程度の音量。変調の深さ(デプス)も揺らぎが気にならない程度にしてください。

とかく音を大きくしたり、揺らぎを強くした方が効果があるように思いがちですが、細胞の働きの特徴は、刺激が弱い方が効果があり、強いとプロックしてしまつのです。

## ◎眠れないときは

P1モード インナーモードにします。

寝床に入り、音をそれとなく耳にしなから、大きく深呼吸します。ゆっくり息を吐きながら全身をリラックスさせてください。

眠れない原因はさまざまありますが、とりあえず心配ことや不愉快なことに意識を向けず喜びや満足したことに意識を向けます。

ゆっくり息を吐きながら心と体をリラックスさせ、今日一日の中で、楽しかったこと、嬉しかったことを思い出ししてください。昨日のことや昔のことでも結構です。

もし、悔しかったことや悲しかったことが思い出されてしまったら、あまり深追いせずに、ゆっくり深呼吸して心と体をリラックスさせ、楽しかったことを思い出すようにします。そして、心の中で「これからもきつとこのように楽しく過ごすことができる」と自分自身に言い聞かせます。

寝床の中でこのような意識でいるときに、手のひらが温かく感じるか、おなかの、みぞおちの奥の方が暖かくなっているのかを感じてみてください。

このような過ごし方をしていると途中で寝てしまい、マイトレナーαXは朝まで音を出していますが、弊害は報告されていませんでした。睡眠中の脳波を連続で測定しましたが、健康な睡眠パターンでした。

## ◎朝、目覚めの悪い人は

P2モード インナーモードをお勧めします。

寝床に入り、音を聴きながら大きく深呼吸して心と体をリラックスさせます。

ゆっくり息を吐きながら、手のひらに意識を向け、手のひらが温かく感じるのを味わいます。

おなかにも意識を向け、みぞおちの奥の方が暖かくなっているのを感じてください。

それぞれ三〇秒位が適当です。途中で眠ってしまいますので、眠らないうちに、目頭見慣れた時計をイメージして、その時計の針が朝目覚めたい時刻を指しているのを想像します。そして、心の中で「これは私が目覚める時刻です。この時刻に私は気持ちよく目覚めます」と自分に言い聞かせます。

その後はP1モードにして、「眠れないときは」

と同じようにしてください。望みの時刻に気持ちよく目が醒めるはずですよ。

目が醒めたとき、「眠い！」「もっと寝ていたい！」と思わないことが秘訣です。大きく伸びをして全身を刺激し、「いい気持ち！」「よく寝た！」と思ってください。一週間も続ければ毎朝の目覚めがよくなります。

## ◎仕事や勉強、練習の前後に

P3モード インナーモードでもアウトモードでも構いません。

仕事や勉強・練習前の五〜一〇分間、音を聴きながら、しかし、音には意識を向けず、大きく深呼吸して心と体をリラックスさせます。

このとき、手やおなかの温かさ、額の涼しさを感じるとベストですが、何も感じなくても結構です。これから取りかかる仕事や勉強・練習がうまくできた状態を想像し、そのイメージを描いてしばし満足感に浸っています。仕事や勉強部屋の様子、身近な人の顔、うま〜といったときの波及効果も想像し、そのイメージの中で満足感に浸るといいでしょう。

あまり長い時間ではなく、五〜一〇分位にとどめ、仕事や勉強・練習に没頭してください。

仕事や勉強が終わったら、マイトレナーaXを使い、P3モードで音を聞きながら、今やった仕事や勉強・練習によって成果をあげた状態を想像し、そのイメージを描きながら満足感に浸ります。

マイトレナーaXの音を聞きながら仕事や勉強、練習するのも効果的ですが、前後に聞くだけでも、十分に効果が発揮されます。

## ◎記憶力を高める

P3〜P4モード

インナーモードでもアウトモードでも構いません。本を読むときは音を小さくして、本に意識を集中させます。あるいは、仕事や勉強のときと同じようにしてもいいでしょう。

読み終えたら、再び目を閉じ、深呼吸して心と体をリラックスさせて、心の中で「今読んだ本の内容は完全に記憶しています。必要なときはいつでも読んだ内容を思い出すことができます」と自分に言い聞かせて置いてください。どのくらい覚えているかをすぐに試さない方がいいと思います。必要なときにその内容がふと湧き出てくるのです。

アウトモードで講演の録音テープを聞く場合は音量を上げますが、あまり大きな音にしないことがコツです。音声をききながら、話している内容に関わる状況を想像し、そのイメージを描いているといいでしょう。

## ◎ボケを防ぐ

この問題は多くの方から質問されます。しかし、どのようにしたらボケを防げるか、今後の研究に待たなければなりません。

ボケてしまつてからでは自己改善のモチベーションが働きませんから、セルフコントロールできるうちに対策を講じておく必要があります。いつまでも元気で終生現役の気構えをもち、何をしたいのか、どうありたいのか目標を明確にすることです。

その上で、P3モードにして、目標とおり的人生を過ごしている自分を想像し、そのイメージを描いて、しばし満足感に浸っています。

脳には一五〇億もの神経細胞があると言われてます。その神経細胞が連結して神経回路を形成したときに始めて機能するのです。神経細胞は使わなければどんどん死んでいき、ボケてしまうのです。

自分の人生脚本を描き、メンタルリハーサルを

行つて脳を刺激すれば、神経細胞は死ぬこともなく、したがつてボケが予防できるはずだ。

年配の方はぜひ実験してみても、ボケないことを実証していただければ、後世の人たちに伝えることができる資産となることでしょう。

## ◎ エスパー清田も マイトレーナーαXを愛用

最近テレビや雑誌で再び話題をにぎわしている超能力者、清田益章氏もマイトレーナーαXの愛用者です。どのようなふうに使っているのかを尋ねたところ、次のようなメッセージをもらいました。

僕が超能力を発揮するとき、脳波は必ず $\alpha$ Hzのアルファ波が強く出現しているそうです。このことは多くの研究機関や大学等の実験でも確かめられています。ある一定の精神状態、すなわち深いリラクゼーションを行った後で、より現実に近いイメージを描くことで、超能力現象が起こるのです。

超能力を発揮する時の精神状態を、マイトレーナーαXによって誘導されるのか、僕自身が確かめたところ、変調周期P1とP2の間あたりで感じる事ができたのです。

いくつかのα波誘発装置を確かめてみた僕ですが、正直なところ、この装置がもっとも自然にアルファ波状態を誘導できるものと強く感じたので、身近な友人にも勧めています。



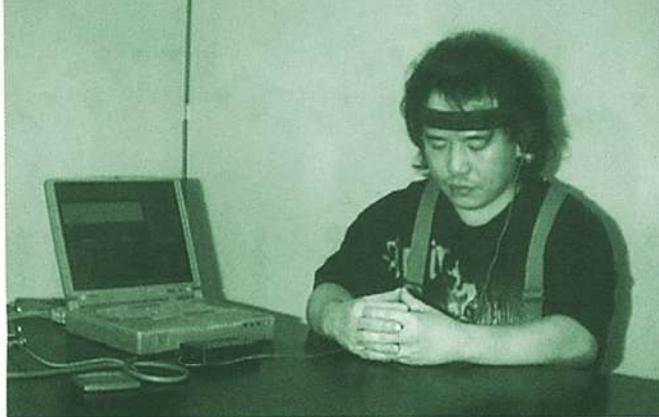
さて、僕個人としては、アルファ波強化としてこの装置を使う必要性はないのですが、趣味として行っている筋力トレーニング時に、マイトレーナーαXを使用しています。

筋肉を極度に緊張させるトレーニングのときは、アルファ波を出しやすい僕といえども、さすがに意識はイライラしてしまいます。こんなとき、この装置を使いながらトレーニングを始めたところ、精神的に安定した状態で集中して行えるため、効率がよい結果が得られると強く感じています。

マイトレーナーαXは周りの環境や自分の状態が、アルファ波を出すのに適さないときでも使用できたり、使用目的は、自分の考えで無限大であると感じています。

アルファ波を出現させることは、心と体にとつて、その可能性を導き出すのに最低必要条件だといころから強く感じています。マイトレーナーαXを使用して、アルファ波を誘導しやすい精神状態をつくりだし、ストレスのない可能性のある自分を創造してみたいかがでしょうか。

清田益章





## 酒造りにマイトレーナーαXが活躍 「酵母が歌う音楽醸造」

千葉県山武郡蓮沼村にある酒造り酒屋「守屋酒造」では、伝統的な酒造りと、新しい試みとして酵母に音楽を聞かせながら醸造して、お酒のでき具合を比較検討しています。

季節には南部杜氏が蔵入りし、新米を磨き、米を洗い、蒸し、麴、醪と、一瞬も気の抜けない酒仕込みを、酒造りの歌を歌いながら行っていた作業の大部分が機械化され、コンピューターで制御されるようになって、極めて合理的ではあるが、どこか気が抜けているようなので、酵母に歌を聞かせながら熟成させているのだそうです。酒蔵ではオペラや室内楽コンサートを開いたり、とにかくユニークな造主の守屋さんです。

ここではマイトレーナーαXが二台活躍しています。一台は南部杜氏の酒造りの歌をアウターモードでP1の変調をかけ、増幅してスピーカーから桶の中の酵母に向けて音を出しています。

他の一台はインナーモードでP1の変調音を増幅して出力しています。このようにして造ったお酒は「萬々才」という名称で販売され、味のよさで好評だそうです。

## マイトレーナーαXで 洋蘭の栽培

川崎市麻生区のKSさんは、趣味で洋蘭を栽培して二〇年になります。

一坪半の温室には、カトレアをはじめ、オンシジウムやバンダ、デンドロビウム、デンファレ、ファレノプシスなど二〇〇種類くらいがところ狭しと並んでいます。

その温室の中に置いてある二台のスピーカーからマイトレーナーαXのインナーモードの音が聞こえてきます。

音を聞かせたときと聞かせないときとの花の咲きかたの違いを科学的に調べているわけではないけれど、なかなかつぼみをつけなかったバンダが一年に二回も咲いたり、元気のなかったカトレアが生き生きとして来たり、温室に入ると、心地のよい音がして、一時間も籠っていたり、とにかく楽しんでマイトレーナーαXを利用して、いるとのことでした。

こんな使い方もあるんですね。



# M A T I O N

## バイオフィードバックシステム。

インターネット <http://www.alphacom.co.jp/bfrac.htm>



### ■マインドナビ (mind NAVI)

■株式会社日立超LSIデバイス製の脳波分析装置。医療目的ではなく健康な人の脳力開発を目的とした、手軽で信頼できるアルファ波測定機です。右脳と左脳が同時に計れる2チャンネルが特徴。

- 測定方式 電極配置 10/20法による単極導出  
左前額部 (Fp1) と右前額部 (Fp2) の2点測定
- 測定周波数範囲 2.5~24Hz ●入力インピーダンス10M $\Omega$
- 最小入力レベル 2.5 $\mu$  Vpp ●信号ノイズ弁別比60db以上
- ハム除去比 50db以上
- 測定結果出力：脳波電力スペクトル
- 周波数分解能：1Hz
- 出力頻度：1回1秒  
(サンプリング周波数128Hz、分解能 8ビットの高速フーリエ変換)
- 脳波電力スペクトル比：全脳波出力電力に対する $\delta$ 波、 $\alpha$ 波、 $\beta$ 波各出力成分の比率 (%)
- 各成分の時間経過表示・各成分の測定時間内平均値
- 寸法・重量 103×21×64mm、130g

価格 ¥165,000-(消費税別) 本体  
¥ 7,000-( // ) パソコン接続ケーブル  
¥ 18,000-( // ) パソコンソフト



### ■ブレインビルダーユニット (Brain Builder Unit)

#### ■本格的な脳波分析システム

パソコンで能力発揮の指標となる脳波、リラックスの指標となる筋電図や手のひらの温度を計測するシステムです。スポーツやビジネスを成功へと導くメンタルトレーニングの支援、脳力開発研究など、幅広い分野で応用が可能です。

#### ■システムの内容

- パソコンのシリアルポートに接続するインターフェイスユニット、センサーバンド、脳波分析用ソフトウェア (Windows 3.1/Windows 95)、ACアダプター、取り扱い説明書
- このシステムはWindows 3.1又はWindows 95が組み込まれているパソコンが必要です。快適に動作させるためには32MB以上のRAM、10MB以上のハードディスクの空き容量が必要です。

#### ■表示内容

脳波波形/周波数スペクトルグラフ/優勢脳波比較グラフ/脳波( $\beta$ 、ファスト $\alpha$ 、ミッド $\alpha$ 、スロー $\alpha$ 、 $\theta$ )強度比較グラフ/観察ウィンドウ (筋電図、皮膚温、電極接触状況)/結果の評価

価格 ¥ 98,000-(消費税別) 本体  
¥18,000-( // ) パソコンソフト

# I N F O R

応援します、あなたのアルファライフ。



## ■マイトレーナαX

■アルファ波やシータ波の周波数で位相変調と振幅変調された音を聴くと、次第に脳波がアルファ波やシータ波が優勢になります。マイトレーナαXはこの事実を利用してアルファ波やシータ波が出るようにしたものです。

勉強や練習など集中力が必要なとき、瞑想や思考など心の落ち着きが必要なとき、マイトレーナαXから聞える音が、集中力の向上や心のリラクセーションに役立ちます。

内部音源を利用してもいいし、お手持ちのCDドライバーやカセットデッキとつなげて、音楽やナレーションを聞くこともできます。

- サイズ：79X116X21mm 重さ：100g
- イナーモード（内部音源を利用する場合）  
内部発信周波数 152Hz 位相変調周波数 4~14Hz
- アウターモード（CDやカセットテープの外部音源を利用）  
振幅変調周波数 4~14Hz

価格 ¥38,800-（消費税別）



## ■アルファテック3 ¥73,000(消費税別)



## ■アルファテック3S ¥58,000(消費税別)

■コンパクトなバイオフィードバック装置。携帯可能で、好きなところでアルファ波強化の練習ができます。アルファ波が出るとすず虫音で知らせます。

- アルファ検出方式：測定周波数8~14Hz
- 測定感度 Lo 7.5 μVpp Hi 15 μVpp
- 表示部：アルファ強度を5段階の緑色LEDバーで表示  
緊張状態を4段階の赤色LEDバーで表示
- 表示方式：測定時間、アルファ波出現の積算時間
- フィードバック信号：スズ虫音、音量2段階変北
- 付属品：センサーバンド、テープレコーダ接続コード  
(アルファテック3)  
ACアダプタ、電池（単3×4本）
- 寸法：120W×135D×35Hmm
- 重量：500g ソフトケース付き

■アルファテック3 は1.5V/3Vのヘッドホンステレオと連動。アルファ波が出ているときにテープレコーダが動作します。

お問い合わせ・資料請求は… 脳力開発研究所 〒161-0033 東京都新宿区下落合3-17-40 TEL.03-3565-0334 FAX.03-3565-0335

\*ご購入は振込用紙をご利用下さい。お急ぎの場合は 富士銀行目白支店1883275（株）脳力開発研究所宛お振込の上電話にてご連絡ください。

# SRP公開セミナー／講演会

このセミナーは、20年間の脳波研究と、5000名を越す自律訓練指導・バイオフィードバック訓練指導の実績に裏づけられています。ミッドアルファ波の強化とイメージを自在に描けるように練習して、仕事や勉強、練習に力が発揮できるようにします。まずベーシックコースに参加して、その上でアドバンスドコースにご参加下さい。インストラクタ養成コースもあります。

## ベーシックコース(6時間)

$\alpha$ 波に関する基本的なことがらを理解し、メンタルトレーニングを通じて実践応用を体験学習します。

1. 心と体の心理生理学(段階的弛緩法)
2. 自我状態の分析(エゴグラム)
3. リラクゼーション練習(自律訓練法)
4. アルファ波強化法(意識と潜在意識の統合)
5. イメージ力強化(左脳と右脳の統合)
6. 脳へプログラミング(目標達成/願望実現法)

## アドバンスドコース(6時間)

$\alpha$ 波や $\theta$ 波が強い脳の状態を理解し、スピリチュアルトレーニングを通じて知覚力や創造力を高めます。

1. アルファ波の作用力(アルファ状態での想像)
2. アルファ波の測定(バイオフィードバック法)
3. 心と体のリズム(健康な睡眠)
4. 夢の活用(レム睡眠の意味)
5. シータ波の作用力(シータ状態での想像)
6. 「気」のコントロール(ハイヤーセルフ)

## インストラクターコース(12時間)

ベーシックコースの内容をさらに深く理解したい方や、インストラクタを目指す方のためのセミナーです。

## セミナーの日程

◆日時(いずれもAM.10:00~PM.5:00)

ベーシックコース	6月26日(土) 大阪
	7月24日(土) 沖縄
	8月7日(土) 大阪
	8月21日(土) 東京
	11月13日(土) 東京
	11月27日(土) 大阪
アドバンスドコース	6月27日(日) 大阪
	7月25日(土) 沖縄
	8月8日(土) 大阪
	8月22日(土) 東京
	11月14日(土) 東京
	11月27日(土) 大阪
インストラクタコース	10月15日(金) 大阪
	~17日(日)

◆参加費

ベーシック/アドバンスド ¥ 33,000  
再受講 ¥ 5,000

◆講演会 6月13日(日) 7月31日(日) 大阪  
7月11日(日) 8月4日(水) 東京

◆講師 志賀一雅

参加のお申し込み/お問い合わせは 株式会社日本脳力開発研究所まで

〒545-0011 大阪市阿部野区昭和町1-6-27 SCAビル  
TEL 06-6626-0710 FAX 06-6626-0714

# アルファサイエンス協会

Alpha Science Association of Japan

1. アルファサイエンス協会は、人間の本来もつ目標達成、願望実現、課題解決への知恵、意欲、力を発揮する脳の機能〔健康維持力、超科学的な作用力を発揮する機能〕を、アルファ脳波を指標にして現象論的に観察し、現代及び近未来社会においてこれらの機能をいかにして回復させるか、開発するかを究明し、広く世の中に提示する。
2. アルファサイエンス協会は、アルファ脳波の研究と応用を志す個人、団体の活動を支援し、協会の趣旨に賛同する全ての者が会員として参加し、真実一路、真実不慮の精神で相互に情報の交換と研鑽を図ることを旨とする。

## ◆目的

- (1) アルファ脳波を指標とした脳力開発法（SRP）の科学的  
研究と応用を広く普及させる。
- (2) SRP公開セミナーの受講者の交流と情報の交換を行う。

## ◆事業

- (1) 脳力開発法の教材の開発
- (2) 脳力開発法の公開セミナー及び研修会の開催
- (3) 脳力開発法の指導ノウハウを確立し普及させる
- (4) 脳力開発法の指導者の養成・検定及び認定
- (5) 脳力開発に関係したイベントを開催
- (6) 機関誌「アルファサイエンス」の発行
- (7) 情報交換のための通信ネットワークの運営
- (8) 関係団体との親睦及び提携

## ◆会員の種類

- (1) 正会員：SRPベーシックセミナーの受講者
- (2) 指導会員：正会員で公認指導員の資格を得た者
- (3) 団体会員：本会の趣旨に賛同し、理事会で承認された団体
- (4) 名誉会員：本会の趣旨に賛同し、理事会で承認された者

## ◆会員の特典

- (1) 正会員：機関誌「アルファサイエンス」送付／協会主催の  
イベントへの優待／SRPアドバンスコース／SRPイン  
ストラクター受講資格取得
- (2) 指導会員：「アルファサイエンス」送付／協会主催研修会  
優待／イベント招待／協会発行物・認定商品割引／指定の  
教材・ツールによるSRPベーシックセミナーの開催

SRPセミナー／講演会の参加申し込み、参加費のお振込みは  
アルファサイエンス協会事務局 〒161-0033 東京都新宿区下落合 3-17-40  
TEL:03-3565-0374 FAX: 03-3565-0335 インターネットホームページ <http://www.alphacom.co.jp>  
富士銀行 目白支店1913387 アルファサイエンス協会

# BACK STAGE

1年ぶりの発行で、いささか恥ずかしく思います。これまでも何回か発行が遅れ、電話や手紙でお叱りをいただいたり、その都度いい訳と、これからはきちんと発行します！ などとおおみえを張りましたが…、反省しています。

アルファサイエンス協会も活動を活発にするための企画を立てました。皆様との接触を密にすることが大切だと考え、隔月に研究会を開くことにしました。

来年の2000年には第3回目のシンポジウムを開催したいと計画中です。皆様のご意見やご要望をお寄せ下さい。

(s)