

# 脳科学から見た『占い』のメカニズム

志賀 一雅 × 島袋 千鶴子 (占い師)



島袋 千鶴子 (しまぶくろ ちづこ)

プロフィール

今後を最も願われる現在多くの著名人が沖縄に繰り返し通う100年以上続いたユタ直系の奥義を知る占い師。幼少時から独学で運命学を勉強し、以来、運命学を日々研究開拓。平成9年に有限会社でいた沖縄を設立後、運命学を本格的に追求、個人の鑑定や病院、企業のコンサルタントとして指導。夫と二女三男の家族。

ついで沖縄ホームページ <http://www.thidaokinawa.co.jp/>

2010年2月に著書「琉球推命」を出版され、現在各界より注目を浴びている100年以上続くユタ直系の奥義を知る占い師、島袋千鶴子さんとの対談です。志賀博士のノウハウに着目して自身はもちろん、沖縄の多くの方にメンタルトレーニングをご紹介いただいている中で、今回MWT認定講座で那覇に訪れた志賀博士と「E-PLUS-αのみの特別対談」ということで、リラックスしたムードの中、実施されたディスカッションを収録させていただきました。「スピリチュアル」と捉えられている事柄の「しくみ」を脳から見るという今回のテーマは非常に興味深い内容です。

## 【パワースポット】のあり方

志賀 実はこちらへお邪魔する前に斎場御嶽(さいじょうご岳)へ行きました。こんもりとした山のジャングルみたいな中に、点々と祈りを捧げる場所があつて線香が残ってましたから、参拝に来る人がいるみたいですね。驚いたのは千鶴子先生の著書「琉球推命」の最初のページの写真が斎場御嶽だったので…あれは世界遺産なのですね。

島袋 そうですね。沖縄にはあちこち「パワースポット」があつて、斎場御嶽はその代表ですね。昔はよくお参りに行きましたが、今は観光で「パワースポット巡り」みたいになっています。でも私は自分にとって一番のパワースポットは自宅だと思っています。おうちで自分の好きな音楽を聴いたり、好きなテレビを観たり、好きな雑誌を読んだりする事が一番のパワーの源だと思います。また「早く家に帰りたいと思わせる環境作り」や「朝一番の太陽を浴びたい」「早く学校に行きたいとか会社に行きたい」と自然に思つてしまふ環境作りをして、同時にメンタルトレーニングをすれば「自分のいる場所全てがパワースポット」になるのではないかと思っています。

島袋 そうですね。いつも自分がやったことに対する評価をして下さる上司や部下がいれば、「また明日も褒められたいな」という感覚みたいになります。でも私は自分にとって一番のパワースポットは自宅だと思っています。おうちで自分の好きな音楽を聴いたり、好きな雑誌を読んだりする事が一番のパワーの源だと思います。また「早く家に帰りたいと思わせる環境作り」や「朝一番の太陽を浴びたい」「早く学校に行きたいとか会社に行きたい」と自然に思つてしまふ環境作りをして、同時にメンタルトレーニングをすれば「自分のいる場所全てがパワースポット」になるのではないかと思っています。

島袋 そうですね。いつも自分がやったことに対する評価をして下さる上司や部下がいれば、「また明日も褒められたいな」という感覚みたいになります。でも私は自分にとって一番のパワースポットは自宅だと思っています。おうちで自分の好きな音楽を聴いたり、好きな雑誌を読んだりする事が一番のパワーの源だと思います。また「早く家に帰りたいと思わせる環境作り」や「朝一番の太陽を浴びたい」「早く学校に行きたいとか会社に行きたい」と自然に思つてしまふ環境作りをして、同時にメンタルトレーニングをすれば「自分のいる場所全てがパワースポット」になるのではないかと思っています。

島袋 でも皆さんのがいつでも沖縄の聖地に行けるわけではないでしょう? (笑)。だから自分の日常の生活の中で、パワースポットが何箇

例えば女の子に好きな男の子ができたら、その子にとつて男の子に会える学校がパワースポットになると、というような。

志賀 なるほど。スピリチュアルなお方からそんな気楽なお話を伺えるとは思つてもいませんでした。(笑) 言われてみれば確かにそうですね。超越的なパワーを追い求めるのではなく、自らの力で居心地のいい生活の環境をつくる。それが自分にとつてのパワースポットになる。

島袋 ジカル的にもいいと思うんですよ。いたんです(笑)。

志賀 何だか私の考えていることや言いたいことがお見通しなのですか?(笑) いま千鶴子先生がお話しされたことを、実は私が話すつもりで来たのですが…先に話されてしまって、何も言うことができなくなってしまいましたよ(笑)。

島袋 でもイプラスジムに通うようになり、志賀先生とお会いして、島袋トレーナーにトレーニングをしてもらっているうちに、「自分の脳を鍛えてメンタルを磨けば、もう毎日自分のいる環境がパワースポットになっていく」という風に思うようになりました。

島袋 メンタル面とファジカル面で突っ込みを入れるつもりでした(笑)。このようなお考えを持たれたのはいつ頃からなのでですか?

島袋 みんな志賀先生が私にしゃべらせているのですよ(笑)。実は自分が風水の先生だから「家を喜んで綺麗にしましょう」と皆さんに伝えているのに、自分自身は

島袋 はい(笑)。特別の処へ行くわけでもなく、特別な道具を備えるのではなく、自分の環境の中でパワースポットを見出せるように、メンタルトレーニングを多くの方に学んだらとても良いと思います。

志賀 何だか読心術をお使いです

志賀 実はこちらへお邪魔する前に斎場御嶽(さいじょうご岳)へ行きました。こんもりとした山のジャングルみたいな中に、点々と祈りを捧げる場所があつて線香が残ってましたから、参拝に来る人がいるみたいですね。驚いたのは千鶴子先生の著書「琉球推命」の最初のページの写真が斎場御嶽だったので…あれは世界遺産なのですね。

島袋 そうですね。沖縄にはあちこち「パワースポット」があつて、斎場御嶽はその代表ですね。昔はよくお参りに行きましたが、今は観光で「パワースポット巡り」みたいになっています。でも私は自分にとって一番のパワースポットは自宅だと思っています。おうちで自分の好きな音楽を聴いたり、好きな雑誌を読んだりする事が一番のパワーの源だと思います。また「早く家に帰りたいと思わせる環境作り」や「朝一番の太陽を浴びたい」「早く学校に行きたいとか会社に行きたい」と自然に思つてしまふ環境作りをして、同時にメンタルトレーニングをすれば「自分のいる場所全てがパワースポット」になるのではないかと思っています。

島袋 でも皆さんのがいつでも沖縄の聖地に行けるわけではないでしょう? (笑)。だから自分の日常の生活の中で、パワースポットが何箇

島袋 それでも皆さんのがいつでも沖縄の聖地に行けるわけではないでしょう? (笑)。だから自分の日常の生活の中で、パワースポットが何箇

か? (笑)。私もそう思っているの

さい。

ですが……素晴らしいお話です  
ね! 千鶴子先生もそうお考えな  
らますます自信が湧き出でてきま  
した。

## 玄関に お茶碗に入れた五円玉?

**志賀** ところで千鶴子先生の著書「琉球推命」の中で「お茶碗に入れた五円玉」のお話がありました。どうしたことなのかお聞かせ下



**島袋** 以前は風水的に「贅沢な物を玄関に置いて磨いていくと良い」いう事で実際にそうしていたんですけども、やっぱり「どこの家でも出来る」ということで、お茶碗と五円玉を置くようになりました。「お茶碗に五円玉を入れて置く」というのはさまざまな言い伝えがあるんですけど、私は分かりやすく理解してもらうために「汚い玄関にお茶碗と五円玉を置く人っていないでしょ!」と言っています。

**志賀** わかります、それはすごく納得がいく。単なる「鰯の頭も信心から」ということではなく理にかなった動機づけがあるんですね。

**島袋** はい。あとはいろんな場所でいろんな方が「お茶碗に五円玉入れたけど何かおもしろくないわ」というか、「ただ置いている」だ

そこに意識を持つてもらえれば「家中をキレイにしたくなつてくる」という事につながります。だから動機づけの一つとしてお伝えしているんですよ。

**志賀** わかります、それはすごく納得がいく。単なる「鰯の頭も信心から」ということではなく理にかなった動機づけがあるんですね。それを現実に実行してもらえば、日常のイライエーションやカリカリしている事を止める事もできるんですね。「一息着く」いう意味でも良いかなと思つたんですね。だからこれも合わせてお伝えしています。

**志賀** わかります、それはすごく納得がいく。単なる「鰯の頭も信心から」ということではなく理にかなった動機づけがあるんですね。それを現実に実行してもらえば、日常のイライエーションやカリカリしている事を止める事もできるんですね。「一息着く」いう意味でも良いかなと思つたんですね。だからこれも合わせてお伝えしています。



**志賀** それで合点がいきました。今までのお話の根底にある条件として「素直な気持ちで、そして肯定的な考え方を持つ」ということも本当に書かれておられますね。

**島袋** それはですね、イプラスジム

や志賀先生の講座で勉強した6年間をですね、全部ここにもらつて書かせていただきました(笑)。なぜかと言つたらですね、どんなに開運の本を書こうが占いの本を書使わない事には開運できないという事が分かったんです。

**志賀** なるほど。  
**島袋** どんなに来年あなたはこういう運勢ですよ、良い運勢ですよって言つたとしても、自分が「まさか」とか「ありえない」という

今までのお話の根底にある条件として「素直な気持ちで、そして肯定的な考え方を持つ」ということも本当に書かれておられますね。

**島袋** 仮に悪いことを言われたとしても「そのようなことは起きない! 私には起きるはずない!」と志賀先生はおっしゃいますよね?(笑) 今でこそ「引き寄せの法則」などという言葉も広まっていますが、志賀先生は30年以上も前から

そういう事を実践し世の中に発信され、多くの方が幸せになつているわけですから「占い師が脳力開發しないっていうのは、なによ? どういうこと?」って感じですよ!

**志賀** (笑)いやいや。

「なんか疲れているみたいですね」



つていうよりは、「思っていたよ  
り体は楽なんですね」と体が疲れ  
いても自然に動かしていったり  
して「だいぶお疲れのようでした  
けど、皮膚の方はキレイだし大丈  
夫そうですね」と褒めるそんなん  
です。

**志賀** お客様のポジティブな意

識を引き出して素直にフィードバ  
ックしてあげる。

**島袋** そうです。すると会社への  
苦情などは全くなく繰り返し来て  
いただけるんですって。「ゆつく  
り休んでくださいね」って言う前  
に、何か一つ褒めてもらえるとよ

り効果が出るよう思います。私

の場合は「千鶴子さん48歳なんで  
すか? 30代にしか見えませんよ」

って言われたときにそう感じま  
した(笑)。そして「これは脳力  
開発」だつて思いました。

**志賀** 確かにそうですね!自分の  
脳の働きとしては都合のいい所、  
悪い所あるじゃないですか、普通

は悪い所を直してよくしましよう  
んですね。

**島袋** エステティシャンにしても  
セラピストにしても施術時に悩み  
ばかりを聞く方がいます。以前工  
業サロンの社長さんに聞いたん  
ですが、そういうエステティシ

ヤンに受けると、もみ返しで苦情  
がくるそうです。「なんとなく昨  
日のエステティシャンは上手じゃ  
なかつたわ」っていう反応らしい  
んですね。

**志賀** お客様のネガティブな意

識を引き出して強調することにな  
りますよね!

**島袋** はい。だけど人気のあるエ  
ステティシャンの方は、「ゆつく  
り休んだ方がいいですよ」とか

生が「最後に30分間ありますので  
一番大切な話をします」と言つて  
始められたのが脳に関するお話で  
した。アロマの先生がより効果を

高めるために脳の構造の勉強をさ  
れていたんですね。だから結局は  
アロマにしても何にしても、人を  
癒すということは「脳を活性化さ  
せ良いメンタルの状況で人と接す  
る」いうことが大きく影響するこ  
とを改めて感じました。

**志賀** 千鶴子先生がそう見てくだ  
さつていたとは、嬉しいですね。  
全くその通りだと思います。

**島袋** ですから私も常にお客さん  
にアドバイスするというよりは、  
自分もくつろいだ気持ちで脳やメ

ンタルに関することを学びながら  
自然にやつていった方がいいとつ  
くづく思いましたね。自分の心と

脳がリラックスしていないと、そ  
もそも悩みのなかつたお客様が

「そういえば……」とか言つて急  
に悩み話を始めだしたりするん  
で千鶴子先生もそうだったんで  
すが、すごくアルファ波が出るじ  
ゃないです。

**島袋** はい。

**志賀** そのアルファ波が強く出る  
人のそばにいると、最初はあまり

出なかつた人も出るようになつて  
くるんですね、良い影響を受ける

というか、それは脳波を計測して  
ちでいる時には、お客様の今まで

の運勢を見て「この時はものす  
ぐく良かったようですね」とお伝

えすると、そのお客様は「この  
時だけですか? この時もじゃない  
ですか?」という前向きな方向の  
話になるんですよね。

**志賀** なるほどね。ポジティブ  
な神経回路が刺激されてますます  
ポジティブになる。

**志賀** 今まで色々な方の占いをさ  
れていた時も、そのパートーンで占  
いをしてもらう人がどんどん明る  
く肯定的な方向に向かっていくと  
いうのが多いんですか?

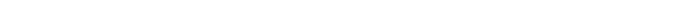
**島袋** ただ全く同じようなケース  
でも私が時間に追われたりして余  
裕がない時は「この時は良かった  
けれど、なんとなくバランスが崩  
れたり、なんとなく幸福感が崩  
れています。すべてお客様にキ  
ャッチされているんだと思います。

だから自分の心に余裕があれば相  
手の心にも余裕を持たせてあげる  
ことが出来るし、すごく自分のメン  
タルの状態は相手に影響しますね。

**志賀** 確かにおっしゃる通りだ  
なつてつくづく思います。色々

**島袋** 確かにおっしゃる通りだ  
なつてつくづく思います。色々

**志賀** 確かにおっしゃる通りだ  
なつてつくづく思います。色々



## 脳波が占いに及ぼす影響

てもらいや！」って言つてたんですよね。運をもらうためには傍に行つて「吐く息を吸え！」とかね（笑）。運の良い人に直接話しさは出来なくとも、傍に居させてもらうだけでもええで、と。

**島袋** なるほど、それはできますよね。

**志賀** 脳波的にいうと、運のいい人はおそらくアルファ波が強く出るでしょう。そうなるとアルファ波が強い人は多くの人のパワースポットになつてゐるのかなと、今日お話を伺いながら思いました。

そのパワーを貰つて家に帰ると、パワーをもらった人が家庭のパワースポットになり、だからそばにいる人たちがみな幸せになつていき、どんどん幸せを広げていくようになるのかなと、千鶴子先生のお話を伺いながら思いました。

**島袋** ありがとうございます。

**志賀** 私はかれこれ35年くらい脳波の研究をしていますが、「脳波の研究をしてよかつたな」とあらためて感じました。この地球のあちこちにパワースポットがあつて、皆はそこに行くけれど、行かなくても自分で身近な環境をパワースポットにすることができますよ！ というのは福音ですね。本当に良い話を伺いました。

## 対談雑感 ◆ 志賀一雅

対談に先立ち、占いをしているときの2人の脳波を計測させていただいた。やはり予想通りに千鶴子先生のアルファ波は強く、私もそこそこ強く出るから、お互のアルファ波が頻繁に共振・共鳴していた。これは持論だが、脳波がアルファ波で共振・共鳴すると、お互の脳と脳との間でQuantum Transport(量子遷移)が起きて情報が共有化される。いわゆる以心伝心、阿吽の呼吸となる。だから私の過去を正確に当てることができる。私が考えていること、感じていることを私に替わって喋ってくれる。だから、量子遷移のメカニズムはまだ解明されてはいないが、占いを志す人はアルファ波の強化が必須だと思う。その上で心も体も魂も健康でなければならない。占いの道具はいろいろあろうが、それらは意識を集中させ自信を高めるためのものであり、主体はあくまでも占い師さんの脳の働きだ。コンピューターがどんなに進歩しても、コンピューターでは占いやカウンセリング、ヒーリングはできないメカニズムが存在しているはず。この対談でお気づきのことと思うが、占い師さんはメンタルトレーナーとカウンセラーとヒーラーの3役を見事に果たされている。ちなみに私のこれからは凄く輝いていくそうだ。この暗示を脳にしっかりとプログラムしておこうと思う。



志賀一雅博士が推奨する「メンタルウェルネストレーニング推進プロジェクト」の各種セミナーは、別紙「セミナー・講座開催インフォメーション」をご案内しております。

## 「ユタ」について

**志賀** もう一つぜひうかがいたか  
つたのですが、沖縄では「ユタ」と呼ばれる方が今でもいらっしゃるんですか？ 千鶴子先生も「ユタ」の血筋を受け継いでおられると聞

**島袋** そうです、ウチのおばあちゃんは「ユタ」なんですね。昔は「ユタ」と「ノロ」がありました、「ノロ」は村の事をするんです。「ユタ」は個人の悩みを聞く人なんです。でも私達は「ノロ」と

**志賀** なるほど。  
**島袋** 例えば予め決められた宿命的なという運勢があるようだった

**島袋** こちらこそ、ありがとうございます。  
**志賀** はい(笑)



(写真右) 有限会社 ていだ沖縄 代表取締役 島袋政治氏

「ユタ」の間なんです。でも昔ウチのお父さんが「ユタ」というのは良くも悪くも人間の感性的なところでしか伝えきれてなくて曖昧という印象があるので、体系的な学問をした方がいいということで「易学を勉強しなさい」って言われたんですよ。

**志賀** そういう事でしたか。  
**島袋** 「ユタ」の家系であるDNAは確かにあるかもしれないけれど、易学を勉強することでも、その内容をちゃんと位置づけ、さらにはみんなに分かりやすいように綺麗にデコレーションするのは学問だよってことだったんですね。

**志賀** 今日は良いお話を聞かせていただきて、ますます勇気がわいてきました！(笑) ありがとうございました。

私は香炉に線香を立てます。それで瞑想をするんです。そして線香のニオイとかで脳を開花させているはずです。

さんも香炉に線香を立てます。そろやっているんですけど、今は脳やメンタルトレーニングに関する事にとてもとても興味があります。何よりもまず実践的であります。何よりもまず実践的であります。何よりもまず実践的であります。

ら、それを開花していくのは何？

# Changin' vision ビジョンは変わる



今号より、日本を代表するビジョントレーニング研究、指導の第一人者内藤貴雄先生のシリーズエッセイ「Changin' vision ~ビジョンは変わる~」をお届けします。

現在、TVなどのメディアにも取り上げられ注目されているビジョントレーニング。しかし実際はまだまだ情報発信は限られており、現在は「知る人ぞ知るトレーニング」という状況でもあります。

このコーナーでは「よりわかりやすく」「より身近に」ビジョントレーニングをご理解いただけるよう、シリーズで内藤貴雄先生からのメッセージをお届けしたいと思います。  
ぜひお楽しみに!

## 1 ビジョンが 知性をつくる

私たちは毎日新しい体験をするたびに情報(知識)の蓄積をおこない、段階的に新しい思考のメカニズムを創っていきます。これが知性あるいは知能の発達につながり、ひいてはそこから「創造性」が生まれます。この蓄積においてビジョンの役割は多大です。私たちが日常の中で関わる作業は、少なく見積もっても八割以上が視覚的な性質のもの。学校で、家庭で、仕事で、そしてスポーツで、ビジョンは私たちをガイドしてくれる重要な情報源となり、ビジョンの働きがこういった思考メカニズムの構築に直接影響を与え、ときには人生を左右する重大な要因ともなるのです。

### 2 からだから くる感覚

私たちは五感を通じて外の世界と交流します。しかし意外と知られていないのが、からだの内側からくる、さらにもうふたつの感覚「体性感覚。平衡感覚」「前庭機能」と、からだの動きや存在の感覚「固有受容」です。あまり感じることさえありませんが、私たちは



### 3 動くことが ビジョンを磨く

従つて、からだの感覚を統合する力に何らかの限界があると、イメージできる対象物にも同じように限界が生じてくることがあるのです。つまりイメージ力は自分の持ち合わせている感覚から引き出

絶えず地球の重力と調和しながら生活しています。普段考える必要すらないような自分が直立しているのか、逆さまか、傾いているのか、動いているのか、止まっているのか、どのくらいのスピードで、どっちへ向かっているのか、あるいは自分に対して周りの物体が動いているのか」といった、からだの動き、位置、向きといった情報が適切に処理されはじめます。特にビジョンと前庭機能と固有受容の3つによる強力な結びつきは幼児の頃のハイハイから始まり、一生を通じて私たちをウラで支えてくれているのです。

内藤 貴雄  
(Doctor of Optometry)



■米国公認オプトメトリスト  
■特別視機能研究所 所長  
■イプラス脳力開発トレーニング協会 副会長  
■イプラスジム学術顧問

日本のビジョントレーニング指導の第一人者  
カリフォルニア大学アーバイン校(UCI)生物医学科を経て、南カリフォルニア・カレッジ・オブ・オプトメトリート入学。同校を83年に卒業。米国で眼科医と並んで国のビジョントレーニングを担当。ドクター・オブ・オプトメトリート(検眼医)の資格。並びにカリフォルニア州開業ライセンス取得。  
帰国後は、視力ではわからない隠れた目の問題で悩む子どもたちや、オリンピック、プロスポーツ選手のビジョントレーニング、ビジョントレーニングを開拓している。

テレビ朝日ニュースステーション特集「心・技・体えて眼」(1994年)、「目が苦しい」と叫ぶ子どもたち」(1995年)での活動が紹介される。日本テレビ「世界一受けたい授業」「エチカの鏡」など多数出演。



からだ全体の感覚を使って学んできたことが「見る力」—ビジョントレーニングに影響するのです。しかし現代人はからだを使って動く機会が減り、また様々なデジタル機器の「恩恵」を受けています。こういったことが、子どもから大人までのイメージ力低下に寄与しているとも言えるのです。しかもイメージ力の低下は記憶力の低下にもつながります。

くるというわけ。目ばかりではなく、からだ全体の感覚を使って学んできたことが「見る力」—ビジョントレーニングに影響するのです。しかし現代人はからだを使つて動く機会が減り、また様々なデジタル機器の「恩恵」を受けています。こういったことが、子どもから大人までのイメージ力低下に寄与しているとも言えるのです。しかもイメージ力の低下は記憶力の低下にもつながります。

## 4 ビジョン トレーニング

ビジョントレーニングを繰り返しおこないビジョンの質を高めることにより、自分と自分を取り巻く外の世界とのスムーズで効率の良い「関係」を構築することが可能となります。それにより、今までよりもっと早く文字の情報を吸収できるようになつたり、より広範囲からの情報を把握したり、距離感を正確に読めるようになつたり、イメージとして描く力をアップさせ理解力を向上したりできます。

過去に既に何度も味わっている物の中にも新しい発見を見つけるよう心掛けましょう。甘みや辛み、苦み、酸っぱさなどの味覚についてもう一度分析してみます。以前体験した時と幾分でも違ひがあるかを感じとつてみます。あるいは今まで自分の嫌いと思っていた味覚(食べ物)を敢えて試し分析してみましょう。きっと新しい発見があるはずです。

ニングは少しユニークな試みですが、五感や体性感覚を磨き、今まで考へてもみなかつた新しい世界が「見えてくる」可能性を秘めています。是非試してみてください。

## 5 七感のチューンアップ



### A 味覚



### B 嗅覚



### C 触覚

生活の中でいつも嗅いでいる身近な臭いの中に、何か新しい発見があるかを分析してみましょう。それらをあたかも初めて臭うようなつもりでも一度嗅いでみます。家のソファや洗面所、床や庭の芝の臭いなども感じとつてみます。あるいは普段臭いを試さない石や金属、あるいはボールペンやパソコン、ゴルフクラブやボールなども嗅いでみます。

いつも触っている物の中に、今まで気づいたことのない新しい発見を見つけてみましょう。手や指を使ってその感触を確かめてみます。使い慣れている器具や道具の感触の中で、新しい発見はないか分析してみましょう。また、今まで触ることなど考えてもみなかつた物も一度触ってみましょう。

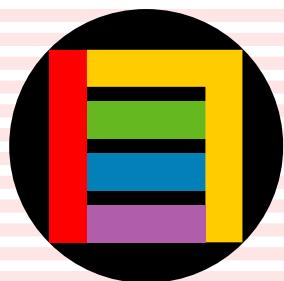


### D 運動感覚

自分のからだの動きを分析してみましょう。からだや腕や足の動きは自分にとってどんな感じを与えてくれるのでしょう。それらについて新しい発見はあるでしょうか? 優雅で軽やかであるか、あるいははざごちなく重たいものでしようか? 効率よく動いていますか? 正確さに欠けたりしていないか、などを感じとつてみます。また、今までやつたことのないダンスやヨーガの動きも試してみましょう。

小学生のお子様のためのイプラスジム新コース

小学1年～6年生のお子様対象



の学校  
by イプラスジム

フランチャイズ

# FC募集中!

お子様のビジョントレーニングを提供する「目の学校」をフランチャイズ化し、より多くの方にご参加いただけるシステムを構築しました。

目の学校コースを単独FC化し「より多くの子どもさんにトレーニングを提供したい」という想いから、現在本年度のモニター契約者を募集しております。

興味をお持ちの方は、ぜひお問い合わせください。

開設までの流れ

応募

説明会面談

物件調査紹介

意思決定

契約

研修

開設準備

開設

まずはお問い合わせだけでも結構です。担当者がイプラスジム・フランチャイズについて説明致します。また開設希望地区などを聞き説明、質疑応答を行い、物件調査、もしくは希望条件に沿った物件、問い合わせ等をご相談の上行います。当社の担当役員との面談で契約の意思の最終確認を行います。(これまでに当社指定の必要書類を提出していただきます。)イプラスジム・フランチャイズ加盟契約を相互に確認しあい締結します。この際、加盟金をお支払いいただきます。その後、研修を受けていただき、イプラスジムシステムの全てを確実に指導し、経営ノウハウを提示します。

お問い合わせ先 イプラスジム総合

0120-441-774

平日 午前9:00～午後5:30

mail : [info@eplus-gym.jp](mailto:info@eplus-gym.jp)

「FC開設説明会」の情報を、別冊の「セミナー案内」に掲載しております。

いつも耳にしているものに今一度耳を傾けてみましょう。しかしその音の中に今まで気にならなかったことがあるか注意を向けてみます。その音質、響き、どんな感じなのかなどについて分析してみます。また、今まで気づいたことのないような音にも耳を傾け、分析してみましょう。ドアを開ける音、掃除機の音、ボールをバットやラケットで打った時、あるいは自分の声にも改めて耳を傾けてみましょう。



## E 聴覚

自分の声を少し変えて喋ってみましょう。もしいつもゆっくり話すほうなら、少し早く喋るよう心掛けてみます。いつも早く喋るほうなら、逆にゆっくり話すように心掛けてみましょう。自分の声について今まで気づかなかつたことに気づくかもしれません?どうやって自分の口が様々な音を発するのか気をつけて観察してみましょう。歌はどうですか?下手だと思っていても一度歌ってみましょう。何か発見があるかもしれません?



## F 話し方

これら各項目に於いて気づいたことを言葉にするのではなく、できれば詳しく紙に書き留めてみましょう。それを続けることにより、毎日の生活の中で無視され、鈍くなってしまっていた感覚の根元に水を与え生き返らせるできます。そしてそれが自分の総合的な感覚の鋭さを磨くことになり、イメージ力アップに必要なバランスの取れた感覚統合に寄与するはずです!

## MWTは時代の最先端を行くトレーニング

長谷川 陽介 様

有限会社エス★アイ 代表取締役  
 若年者就職基礎能力支援事業(Yesプログラム)講師  
 国際健康クラブ代表  
 21世紀の健康を考える会代表



著書:「女性のための自己開発法」  
 共著:「潜在脳活用・願望実現カタログ」

西武池袋線ひばりが丘駅徒歩5分の場所で、英語・パソコン教室を経営されている長谷川先生。落ち着いた雰囲気の街並みに、優しく溶け込むピンクの建物は、その個性を象徴するかのような佇まいです。先生は、とにかく、あらゆることを臆せず実行するタイプの方で、その力強さと包容力から、お会いする度に元気と笑顔をいただいております。

大学4年時に3年間休学をして世界一周旅行に出られ、合計30ヶ国を回られた経験があります。そして、ブラジルでの、ある運命の出会いを通じて「人の役に立つ生き方」を誓い帰国されました。日本に戻られてからも、その好奇心と行動力は衰えることを知らず、真に「誓い」を実践されながら、今日に至っております。

また、長きにわたり様々な講演活動もされていて、現在(2010年7月末)は「ライフデザインセミナー」を開催中です。「人格の形成」「家族の形成」「社会貢献」「自然の美や恵みに感謝する」など、何に価値を置いて生きるべきかが見えにくくなっている時代に、1つ1つの価値観を築き上げ、それらを積み上げることにより、愛のある自分～生きがい～幸福な人生へと繋げるセミナーです。その中で、MWTを活用されているそうですが、理論面からの裏付けとテンポ116のリズム運動が、特に役立っているとの感想をいただきました。来年(2011年)からは、また別のセミナー展開を考えておられるようです。

「MWTは時代の最先端を行くトレーニング。自分がこれまで学んできた様々な分野を結び付け、ひとつつながりにしてくれた。」

実体験に基づく総合的な人間学といった観点から、どんなことにも真摯に柔軟に「生きた哲学」を語られる長谷川先生。もっともっと多くの方に、その思いを伝えていただきたいと切に願います。今後もMWTを活用しながら、ますますのご活躍を期待しております。



## 子育ての現場にも役立つ MWT



笹崎 陽子 様

七田チャイルドアカデミー鳩ヶ谷教室代表



坂本 由美子 様

七田チャイルドアカデミー鳩ヶ谷教室講師

東京から2.0km圏内の鳩ヶ谷教室は、整理整頓が行き届き、暖かな雰囲気が居心地のよい空間でした。現在は英語クラスが非常に人気で、そこを担当されているBJ先生を中心としながら、片付けを徹底されているようです。お子様にとっても良いお手本です。

MWTは形式に拘らず、レッスン内のちょっとした時間に取り入れ、肩の上げ下ろしをよく実践されています。「肩の上げ下ろしが終わると、みんな笑顔で自然と集中し、切り替えにも役立ってます。レッスンモードになっていない生徒さんにも有効ですよ。」また、親御さんにも取り組んでもらったところ、今ではリクエストが出るくらい好評のことです。

通室されている中に、胎内で脳梗塞を患い、特に右手が不自由なお子様がおられます。その方にも、肩の上げ下ろしをレッスン内で取り入れたところ、動かなかった右肩を最近では痛がらずに動かせますと、嬉しいご報告がありました。

自閉や多動のあるお子様は、無意識に力んでいることも多く、MWTをする事で心身のリラックスを得て、レッスンにも効果があると仰られていました。

また、教室に集う方々は横の繋がりも強く、レッスン外の時間に子育ての悩みを分かち合うなど、一体感のある上昇志向が生まれています。事実、教室内での勉強会出席率は高く、今後その中で、保護者向けにMWTを取り入れる予定のことです。

「幸せな人生を歩むためにも、生徒達に伝えたいのはもちろんですが、親の状態は子供の発育に影響を与えます。ですから、親御さんにもご理解いただき、ご自身の心と体の健康増進にも役立てて欲しい。」子供達の幸せを願う気持ちが強く感じられます。

最後に「MWTを受講後、教室内で実践してから、特に生徒数が増えたんですよ」とお話し下さいました。間接的とはいえ、貢献できていれば嬉しいです。これからも、幸せの輪を広げる教室運営にMWTをご活用ください。



# 8月8日(日)開催 MWT 2級認定講座



2010年8月8日、大阪阿倍野区にてメンタルウェルネストレーニング(MWT)2級講座が開催されました。この日は大変暑く、また皆様方大変お忙しい中大勢の受講者の皆様にお集まりいただき開催しました。

今回主任講師をつとめさせていただきました浦谷先生の理論講座からスタートし、途中からは、メンタルウェルネストレーニング(MWT)1級資格認定者であり、特別講師の谷口先生から、メンタルウェルネストレーニング(MWT)の講義をしていただきました。



メンタルヘルス今回非常に特徴的であったのは、全体的にレベルが高かったという事です。この講座においては後半ワークショップがあり、受講者皆様方で輪になって読み上げマニュアルを読んでいく練習の場があるのですが、大変スムーズで聞き取りやすい読み上げでした。ある程度このトレーニングの趣旨やメンタルトレーニングをしていないとそこまでのレベルにはいかないのですが、それをクリアしている事に驚き、レベルや意識の高さに驚かされました。

今年の年末には2級ならびに指導者1級資格認定講座を開催させていただきます。また多くの受講者の皆様方と様々な情報交換を実施しながらより良い講座を開催していこうと思います。宜しくお願ひ申し上げます。



## MWTを通じて その重要性を伝えていきたい

古原 生美子 様

International BodyTalk Association  
International Japan BodyTalk Association  
認定BodyTalkプラクティショナー(CBP)  
EBA認定メンタルウェルネストレーニング指導者1級  
七田チャイルドアカデミー板宿教室講師  
ブザン公認マインドマップアドバイザー

武庫川女子短期大学教育課卒後、現イオン(株)入社21年勤務。その間、販売士、「現場の英雄・売上・販売・陳列・接客・粗利額他」など多数受賞。教育トレーナー・海外商品作り込み商品等参画の商品部・販売課長などを経験。その後七田チャイルドアカデミー・ボディートーク・メンタルウェルネストレーニングと出会い、勤務時代からも含む多くの体験より、人間の自然治癒力を引き上げる為の活動をしている。「BodyTalk」著書の出版予定。



2010年7月25日(日)1級認定者による第1号の「体験セミナー」が、千葉県千葉市で開催されました。私にとっても初めてのことであり、何となく落ち着かない気分。しかし、始まってみれば、ご自身で用意したデータを駆使しつつ、ポイントを押された見事な展開で、今後に期待が膨らむ内容でした。

その後に続けて開催された「ボディートーク説明会」。ボディートークとは、世界37カ国に2,000人以上の施術者がいるエネルギー医療です。古原先生は認定プラクティショナー(施術者)の1人。私も興味津々参加し、セッション(施術)を受けたのですが、見事に(心当たりのある)問題点を指摘されてしまいました。人間ってスゴイですね。

MWTとボディートークの共通点として、人がもともと備えている自然治癒力を高めること、また、MWTで言うところのセルフケアという考え方から、何らかの問題を抱えていたとしても、それを、あえて誰かに話さなくても解決に向かえるという特徴が挙げられます。

昨年(2009)末、精神的に辛い時期があったそうですが、その時MWTが役に立った、知っていて本当に良かったと仰っていました。そう、MWTを続けていれば、自力で問題を乗り越えられるようになるのです。

「意識(心)が変われば、病の未然防止が出来ます。また、それに止まらず、文部科学省～厚生労働省、延いては防衛省まで一緒に取り組むことで、今の日本に欠けている「心・精神」の健康が取り戻され、かつ、医療費削減、事故や犯罪の減少、自殺の抑止へと繋がり、日本経済にも役立てること思います」。そして、「意識を変えることで人生が変わる」— MWTを通じて、その重要性を伝えていきたいと強調されておりました。

これからも引き続き、体験セミナーの開催を予定されているようですので、お近くの方、ご興味をお持ちの方は、ぜひご参加ください。





志賀博士に聞きたい!!

# 現在の脳科学のあり方と 今後の可能性

第1回

志賀 一雅

インタビュアー：モリスン大日

「本日はたくさんの方々から質問を頂きました。（笑）昨今の「脳ブーム」から生じている疑問などについて、志賀博士にコメントをお伺いしEBAの関係者はもちろん、読者の皆様と共にできたらと思います。どうぞよろしくお願いします。

志賀 わかりました、気になる事がたくさんあるという事ですね（笑）。本日は「暴走する脳科学」「脳科学への不安（企業などにおける実施状況）」「暴走する脳科学」23Pより、

ていただきます。これらの本は主に「社会倫理的な側面から行き過ぎた脳科学について警鐘を鳴らす」というような内容です。志賀 予めどちらも拝読いたしました。

志賀 それでは、最初の質問として「脳科学的な分析、実践など」というのは必要なのかなどと思います。

志賀 良い例が原子物理学の研究が進んで質量がエネルギーに変わることで、そこまでは科学のものすごい進歩だと思いますね。それを武器に利用するにあたりアンケートを取つてみたら、「あまりやつて欲しくないとか、好ましくない」とかいう答えが65%』というような記述がございました。志賀

今日は、最先端の脳科学のあり方を問う以下の2冊の本をテキストに、志賀博士にインタビューを行いました。



「暴走する脳科学」  
～哲学・倫理学からの批判的検討～  
(河野哲也著・光文社新書)



「脳科学」の壁  
～脳機能イメージングで何が分かったのか～  
(柳原洋一著・講談社プラスアルファ新書)

現在「脳科学ブーム」ということで、さまざまな脳に関する情報が飛び交っていますが、そのリテラシーも含めて「どこまでが仮説で、どこからが実証を得ているのか？」「実際に脳科学とは今後どのような形で、我々が活用できるのか？」ということを、志賀博士に質問し、お答えいただきました。EBAの活動においても避けては通れない深いテーマに志賀博士から、どのような答えをお伺いできるのでしょうか？「脳力開発に関わる方」必見です！今回からシリーズでお届けします。

博士は長年「脳波バイオフィードバック」を活用した企業、学校への研修に関わってこれましが、その経験から「メントを立場からの主張なんでしょうけど、脳科学・脳研究の実用化に向けての倫理的な問題について書かれていますが、そもそも「科学的な研究」と「科学技術の応用」というのを分けて考える必要があります。

志賀 この本で問題視されているのは、「技術への応用」であつて、「科学的な研究」というのは脳の真実というか、さまざまなしくみを究明するという意味で、大いに取り組むべき課題です。科学的な知見において、いつまでも「脳はブラックボックス」というわけにはいかないから、世界中の学者が研究をし、その成果を技術的にどう応用するかという点で、今度は倫理上の問題が出てくるわけです。そ

こにおいては、ある種の規制とか選別とかいうのは必要なのかなと思います。

E-PLUS-α 14

志賀 そう。でも仮説はあくまでも仮説であつて、検証できなう仮説ですね。

志賀 そう。でも仮説はあくまでも仮説であつて、検証できないと評価しづらいですね。例えば「百マス計算がものすごく得意なんですか？」などとコミュニケーションがダメとか、人の才能はそんなもので評価したらダメだよっていうのが結論としていづれ出てくるので、現時点ではそ

くまでも「技術」の話なので、それは科学の責任ではないんですね。技術的に歯止めをかけたいと思います。

志賀 まず最初に「暴走する脳科学」ですが、これは哲学者の立場からの主張なんでしょうけど、脳科学・脳研究の実用化に向けての倫理的な問題について書かれていますが、そもそも「科学的な研究」と「科学技術の応用」というのを分けて考える必要があります。

志賀 はい

志賀 そうですね。

志賀 企業で脳力開発トレーニングに関する取り組みを実施し、人事考課や採用に使うっていうのはそれは企業の自由だから、

志賀 トやかくは言えないけれど、脳トレのスコアが良いから仕事が出来るかっていうと、それは全く別問題で、まあ一時的には心配で好ましくない状態に見えるかもしれないけれど、放つておけば脳トレの成績で採用したり人事を行つた企業の成績が出なければ、「この方法は良くない」からと止めてしまうだろうし。

志賀 例えば百マス計算がものすごく出来るのは分かるからといって売上が上がる

志賀 はい

志賀 脳の働きは順応したところから別世界を見るから、「違和感が強い」「不安材料」となる事に対し攻撃したくなるよう

志賀 な感覚があるけど、それは人間の脳の特徴だから、脳科学に

志賀 つぶりとつかっている脳科学者の世界観や価値観と哲学的な価値観とは相当違うと思います。

志賀 そもそも違う立場で人間の脳を論ずるからそれ違つてしまふの

志賀 ではないでしょうか。

志賀 以下次号へつづく…