

超能力は、

どんな人にも平等に存在する。

いかにして発現させるか、

それだけの問題だ。

こう断言する斯界の第一人者が、

自らの実践体験をもとにして、

超能力を磨くための

貴重なヒントを伝授！

やり方は簡単。

でも、効果は大きい。

実践すれば、

必ず未知能力を身につけられる！

実用スペシヤル

あなたにもできるスプーン曲げ！ エスパーの極意伝授！！

秋山真人の超能力獲得法

文〓秋山真人 イラストレーション〓まるやまえみ

第1章

これからの時代は 超能力がなければ成功しない!



超能力はだれでも開発できる「常能力」だ

「超能力を雲の上の存在にしてしまっているのは、超能力という言葉自身である」

1970年代、あのスプーン曲げブームを引き起こした超能力少年少女も、すでに30代になった。

新宿の一角で、久しぶりに当時の超能力仲間が集まって語り合う機会があり、その席で飛び出した言葉がこれである。

私もこの言葉には、深くうなずかざるをえなかった。

私の、超能力者と呼ばれつつけた今までの人生のなかで、ひとつだけ確実にいえることは、超能力は、本来、「常能力」であり、だれもがその力のかたわらにいう事実である。

ところが、この20年間、多くのマスメディアは、スプーン曲げや透視、テレパシーといった現象を、

特別で、神秘的、超越的なものと謳いつづけてきた。

いや、マスメディアのせいだけではないかもしれない。こういった力を祭り上げてしまう衝動が、そもそも大衆のなかに内在していたのでは、という気もする。

しかしだ。真の超能力（それに替わる言葉がないのでこう呼ぶしかないのだが）は、だれでも簡単に開発することができる。

まずは、その力が簡単な訓練で開発できるというイメージを持つてほしいのである。

なぜなら、超能力は、発揮しようとする人の、最初のアプローチ時のイメージに沿ってしか働かない、という奇妙な性質があるからだ。ないことを証明したいために実験する、という否定派の前で、超能力現象が起きないのはそのた

めなのだ。

超能力を体験しようと思ったら、だれかに見せるために発揮するのではなく、あくまでもあなた自身の人生をエンジョイするために開発すべきだし、気軽に楽しんでみようというイメージで挑戦すると、超能力は意外に発揮しやすいものなのである。

時代が要求する潜在未知能力の活用

さて、問題はここからである。今までの超能力開発法に至るインパクトであれば、ここまで書き綴ったような、「超能力を肯定的にとらえ、楽しく開発してみよう！」でよかった。

だが、この数年間、社会情勢そのものが、さらに早急な超能力開発を必要とする時代に突入し、あまり悠長なことはいってられないようになってきたようだ。

その理由の第1番目にあげられ

るのが、時代の不透明化である。

20年前であれば、私たちの生活のなかで、暗黙のうちに保証されていた未来像は、かなり幅広いものがあつた。個人のレベルで考えても、たとえば「この大学に入ったら一流企業に就職できる」とか「この企業に就職したから将来が安心」などという発想が、なんとか通用したものである。

ところがだ。今の時代、経済でも科学でも宗教でも、将来的に確





実なものを導き出すには、非常に苦勞するようになってしまっている。特に、先端情報でしのぎを削るビジネスの世界では、先行き不透明時代に対する不安が、ものすごい勢いで拡大しつつある。

時代の不透明化、価値観の多様化、情報過多……。このような時代を生き抜き成功するには、私たちが自身の潜在能力を掘り下げ、現実的に活用していくしか、もはや道は存在しないといっても過言ではない。

人類社会存続の要として、人間能力への投資と再発見が必要とされているのが、今なのである。

事実、ビジネスの現場では、さまざまな形で超能力の研究が進められている。

そこでは、今現在、大きく分けてふたつの方向性がある。

ひとつは、未来予測や、商品開発の現場での発明・発見に、予知能力、透視能力、直感力、ひらめき感受能力を活かしていこうとするもの。これらは今までも行われてきたし、これからさらに活性化するのであるう、オーソドックスな超能力応用の原点である。

さらにもうひとつは、近年、最先端の企業で盛んに行われるようになってきた、消費者の購買衝動の変化と、イメージや心地よい商品づくりに関しての動きだ。

商品内容、つまり製品やメーカー間の技術に差がほとんどなくなってきた現在、他社との差別化は、ほんのわずかな使用感やフィード

グレート・マインドとサイレント・ボイス

ングに負う部分が非常に大きくなってきている。

大衆が、便利さを超えて、さらに心地よい「気」を発している商品 demands はじめているのである。その「気」を解明することが、直接的に利益に響いてくるというわけだ。

すると、当然、デザイナーや商品開発者は、大衆の敏感な「気」の察知能力を満足させうる、いわば大衆以上に「気」の知識や察知

さて、ではここで、私たち個々の問題に立ち返ってみよう。超能力の研究にたずさわるようになってから、私のスローガンは終始一貫して変わっていない。

「どんな人のなかにも、超能力は平等に存在する」

それを表現できるかどうか、実用的に使えるかどうかは、個々のイメージや価値観による。

では、その超能力は、普段、どこにしまわれ、どこで制御されているのか。

近年では、大脳生理学や遺伝子工学、分子生物学などの進歩により、脳や遺伝子の驚くべき機能が次々に解明されるなか、超能力の

能力が要求されてくる。

商品開発の現場でさえこのような状況なのだから、営業や宣伝、企画、マーケティングなどの分野においては、超能力的感性がなければ、もはや生き残ることは不可能である。

ともかく世の中全体が、過去のデータやマニュアルだけでは予測できないし、動かない、動けないという時代に、本格的に突入したというのが現実のようだ。

所在論も華やかになってきた。

超能力は超脳力であり、脳の機能であるとする意見や、利己的な遺伝子が人間をコントロールするために発信しているのが超能力だという説、いやいやホルモンこそ超能力の源だという説もある。

しかし、あなた自身は、脳や遺伝子やホルモンのみに動かされている存在なのだろうか。私は、そういう断定的な合理主義的理論を、限りなく疑問に思う。

人の心は、たしかに体のなかのあらゆる成分の動きのバランスのうえに鎮座しているのだから。しかし、だからといって、脳のみ、ホルモンのみ、遺伝子のみで生き

ているわけではないのだ。

心そのものでさえ、ひとつではない。今、この特集を読んでいないと認識しているあなたの心、これは、顕在意識と呼ばれる心全体のごく一部なのである。さらにその奥には潜在意識があり、そして、人類全体を超時空的につないでいるともいわれている、集合的無意識へと直結している。

つまり、本当のあなたは、巨大で自在な心を持っているのだ。

もっと簡潔にしよう。

あなたのなかには、強力な力と情報と意志を持つ本当のあなた、グレート・マインドが眠っているのだ。それは、人生の局面でときおりサイレント・ボイス（直感の声）をあなたに告げようとする。

虫の知らせやひらめき、カンなどといわれているものは、まさしくサイレント・ボイスなのである。

古来から、宗教的・伝承的分野

においては、サイレント・ボイスに関して、さまざまな比喩的解釈が加えられているが、これは明らかに「神々の声」や「心霊の声」ではなく、「自分自身の声」なのだ。

ただし、この自分自身が、あまりにも高度な情報を有しており、顕在意識の記憶をベースにした思考の限界をはるかに超えるエッセンスをもたらしつつあるため、人類史のなかでは、おりにふれてオカルト（隠されたもの）、ミステイク（秘儀）、ミラクル（不可思議な奇跡）などと評されてきた。私は、これまでに「超能力」なるもの、また、その開発法について、講演やマスメディアを通じてさまざまな角度から論じてきたが、あくまでもこれらの開発法なるものは、真の自分と交信する手段にすぎない。



私たちが人生航路のいたるところで迫られる、ごく通常のな決断事項をも、さらによりよき方向に導くよう、サイレント・ボイスをいかにして顕在意識に明確に伝達するか。

また、別ないい方をすれば「真

の自分——グレート・マインド」と、感情的流動を繰り返す「五感能力——顕在意識の機能」との融合部分を開くことが、最大の命題なのだ。

超能力の開発法や訓練法は、巷で信じられているほど過酷でもなければ、複雑でもない。ましてや特別な資質を持った人だけの「選ばれた能力」でもない。

そして、本来、生活のなかに豊かさや潤いや癒しや、そういうものの一環としてポジティブに活用してこそ、超能力は生きてくる。そのための入り口を、これから読者諸氏とともにひもといてみたいと思う。

超能力開発の近道は、なんといいつつも超能力そのもののイメージをシンプルにとらえ、かつ積極的にやってみることにある。では、おまじかねの実践に移ろう。

マインドゲームでちよびり超能力体験

まずは、超能力というもののイメージに慣れることが大事だ。

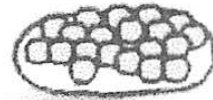
私たちの意識のなかには、超能力に関してさまざまな先入観が、いやというほどインプットされている。そのなかで、特に超能力開発を阻害していると考えられるのは、超能力の神聖化である。

たとえば、超能力はすごいものだ……念力も透視も、オールマイティーでなければ、超能力ではない……超能力は100発100中

だ……。

このような構図は、マスコミやSFの世界で、かなりハッキリした枠組みとしてつくられてしまっている。しかし、現実の超能力は不安定な側面を持っていることが多く、理想像の思い込みが強すぎると、緊張して感情が乱れ、結果的に能力が発揮されなくなる。

まずは当たるとか当たらないとかいうことにこだわらず、ゲームというイメージで臨むことである。



★1円玉の粘着ゲーム

それでは今度は、イメージで物に影響を与えるという、念力系の基礎的ゲームにトライしてみよう。

まず、皿のようなものの上に、1円玉を20枚ぐらい用意してほしい。テレビなどで見た人も多いと思うが、1円玉をイメージすることで、粘着（念着）させてしまう実験である。

成功させるには、いくつかの段階を踏んで行う必要がある。



まず、皿の上の1円玉のなかから、指で触れてみて落ち着く感じがするものを選び、さらにそのうちの1枚を手のひらの上に置いてみる。

右でも左でもかまわない。上向きの手ひらの上で、できれば母指丘と呼ばれる親指の付け根の盛り上がった部分に置くとよいだろう。そうしたら、静かに目を閉じ、1円玉の感触にやや集中しながら、1分ほどそのままの姿勢を保つ。すると1円玉に体温が伝わり、ひんやりとした感覚がうすれていくので、1分すぎたら目をあけ、徐々に手を傾けて、地面と垂直な位置まで持っていくと努力してほしい。リラクセスしてやると、1円玉は垂直状態でも手から落ちないし、うまくいけば、手のひらを下向きにしても、くっついたままでいることもある。

これがクリアできたら、複数枚を横に並べてトライする。さらに2枚を重ねて置き、落ちないように実験してみる。

重ね置きは、最初、なかなかうまくいかないかもしれないが、手でダメだったら、おでこでやってみるのも気分転換になってよいかもしれない。

その場合は、顔を上向きにしておでこに1円玉を載せ、徐々に顔を起こしていく。粘着してしまつと、1円玉が皮膚の一部のような感覚になるから不思議なものだ。



★カードの透視ゲーム

左に5枚のカードが裏返しに置いてある。表に○が書かれているカードが2枚あり、あとの3枚は×印である。

まず、自分なりの自由なやり方で、伏せられたカードの記号をリサーチしてみよう。

左側のかっこ内に○か×の記号を書き込み、ページをめくれば回答がわかる。やってみよう。

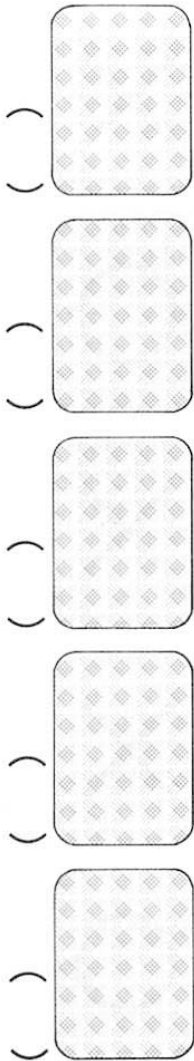
※

この段階では、当たっても当たらなくてもなんらかまわらない。重要なのは、その結果がどうであれ、

超能力なんて簡単に身につくという、なかば強気な信念である。最初は、この信念と、超能力にリラックスして親しむ行動の繰り返しでよいのだ。

要は、生活のなかに、気軽に超能力に親しめる場をつくること。最初は、身のまわりにあるものを使って、飽きない程度の実験を定期的に行っていくに限る。

「場をつくり、定期的に信念をそそげば、超能力が徐々に芽生える」これが、超能力開発の第1のコツである。





★親指ダウジング・ゲーム

では次に、再び感じとる実験に戻る。宝探しゲームなので、あなた以外に隠す人が必要。超能力に興味を持っていそうな人に頼み、役割を交代してやってみよう。

まずは、相手の人に、部屋のどこかに宝（身近にある適当なもの）を隠しておいてもらう。準備ができたなら、あなたは、左右の親指の爪が軽く触れる程度に、両手を合わせてかまえる。図を見ていただくとうわかるが、これは両手を使ったダウジングなのだ。そして、頭のなかで捜すものをリアルにイメージし、見つかるように念じながら、部屋のなかをゆ

っくりと歩きまわる。

そのとき、親指の爪がカクンとずれる場所があったら、宝はその近辺に隠されている。深呼吸でもして気持ちをリラックスさせ、再度、両手をかまえる。

範囲が狭くなったぶん、集中しやすいはずだ。少しずつ場所を移動しているうちに、爪の先が大きく外れるポイントが出てくる。そこが宝の隠し場所だ。

私は、この方法を「爪センサー実験」と呼んでいる。パリエーションもいくつかあり、おもしろい実験ができるので、次に紹介するものも試してみるとよい。



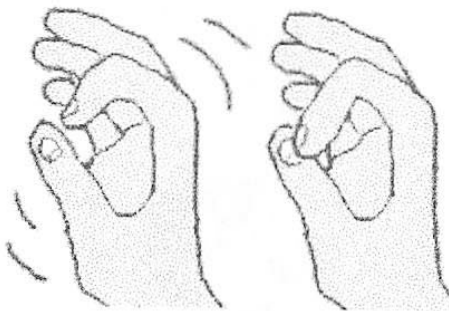
★爪センサーの「気」測定

さて今度は、利き手の親指の爪の付け根部分（三日月の部分）に、人差し指の爪の先端を置く。このとき、人差し指の爪は立てるようにし、親指の爪を軽く押さえる感じにしておく。

この状態で、手を何度か軽く振ってみる。ポイントとしては、人差し指の爪が、かすかにずれる程度に指の力を加減すること。

あまりにも動かないようだったら、人差し指の力を少し抜く。ちよっとずれる程度が、ニュートラルの状態なのだ。その感覚をよく覚えておく。

さて、これで何を行うかというところ、いろいろなものの「気」を感じとるのである。



筋肉の力の入り具合は、潜在意識の感覚に敏感であり、この原理を利用すると、自分にとってよい気を発しているものと、そうでないものがよくわかるようになる。潜在意識でわかっているても、顕在意識に届かなければ、私たちはそれを認識することができない。その仲介役として、肉体の筋肉は有効な働きをしてくれるのだ。ということ、片方の手で測定したい物品を指さし、爪を立てた状態で手を振る。すると、よい気を感じていれば爪は動きにくくなり、逆によい気が感じられない場合、人差し指の爪は親指の爪から外れやすくなる。

慣れてくると、私たちの心と体が、いかにさまざまな気の影響を受けているかが感じられて、とてもおもしろい実験になるだろう。

第2章

ハイレベルの自己が ESP能力を発揮する

グレート・マインドの4つの超能力

いかがだったろうか。ここまでの実験は、超能力と親しむための意識の場づくり、いわばアイドリング段階であった。
では、その少し先、グレート・マインドの機能にさらに深くアク

セスしてみよう。ここからは、本格的な開発法に触れてみたい。
超能力を語るとき、ESPとPKという用語は、ほとんどの人が知る言葉となった。
たしかに超能力には、かんじゆ感受的能



力(ESP)と能動的能力(PK)が存在する。

私たちの研究では、正確にいうと4つの超能力が、グレート・マインドに内在していることがわかっている。

①物質、時間、空間を超えた膨大な情報群を自由に引きだせ、瞬時に検索できる、また記録もできる超時空コンピュータ能力

②自己の運命や現在の健康状態、価値観において、有利なものとは不利なものを正確に測定して見分ける直感センサー能力

③思いやイメージを、環境に投影する念力の発生装置

④これら3つの機能をコントロールする制御能力

8つもあるESP能力のメニュー

ESP能力には、まず8つの性質があることを理解しておこう。
①超視覚Ⅱ透視能力などは、このなかに分類されるものが多いが、超感覚的情報が、視覚のように翻訳されて見える能力である。
②超聴覚Ⅱ超感覚的情報が、音や声で聞こえる能力。たとえば、刀を透視すると、刀そのものは見えないが、金属がぶつかり合う音が聞こえてくるなどというものだ。

マスメディアでは、このなかでも③にかかわるPK能力的なもの、たとえばスプーン曲げや念写などがよく取り上げられて論争になるが、私たちの生活レベルで役に立つことを考えると、実はESP的な感受能力や直感の力が、もっとも実用的である。

気遣い、気配り、気を利かす、気掛かり、気取る、気を散らすなど、気に関係する言葉が多いのは、裏返せば、日常のなかでいかに感受的能力が要求されているか、ということを示著に物語っていると見えるかもしれない。

ではさらに、こうしたESP能力の性質と、日常生活のなかでの高め方を勉強してみよう。

③超嗅覚Ⅱこれも②と同じように、情報を匂いに変換して感じとる能力である。

④超声通Ⅱ古来、口寄せなどといわれたもので、直感情報か口をついて自然に飛び出す能力である。チャネリングといわれるものもこれに近い。

⑤超舌通Ⅱ味で感じる超感覚で、赤い紙を透視したら、いちこのような味がしてきたなどという報告

例がある。

⑥ 脳内感Ⅱ色でも音でもない。超感覚情報、意味として忽然とひらめく能力。

⑦ 動体感Ⅱ体が自然に動くことで超感覚情報を表現する能力。指が自然に動いて自動書記を行うケースなどがある。

⑧ 静体感Ⅱ気の強い人に会うとすぐ体が熱くなったり、ケガ人のそばで同じところが痛くなるなど、体内感覚として情報を察知する力。ESP能力のメニューは、こんなにもたくさんあるのだ。そして、生まれつきの能力が強いかという体質が、人によって微妙に違っ

てくる。

だから、もしあなたが、封筒のなかの写真を透視しようとした場合、写真そのものがどうしても見えなかったとしたら、匂いや味や音などに集中したり、ペンを持って自然に書きたくなる絵に注目してみてもよい。

そこにはなんらかのヒントがあるだろうし、あなたがもともとどのESP能力に強い体質かということがよくわかる。このように、透視といえは映像が見えてくるという思い込みは、この際、なくしたほうがいい。同じESP能力でも、その人その人

超能力のベースとなる天地人瞑想メニュー

1日目～4日目 天地人瞑想をマスターする

リラクゼーションに特に有効なのは、気功を応用した技術である。そのなかでも、外気と呼ばれる、自らの体を取り巻く環境のイメージと一体化することで、短時間にリラックスできる方法がよい。

私が「天地人瞑想」と名づけた気功を、1週間、7日のうち、最初の3日間は、毎日5分ずつ、天地人3つで15分行ってほしい。

一日のメニューは15分。それ以上はやっていただきたくない。な



せなら飽きてしまうからである。そしてこの15分は、夜、寝る前でも、朝でも昼休みでも、時間のあるときにやればよい。

に合った発揮の仕方があるのだ。

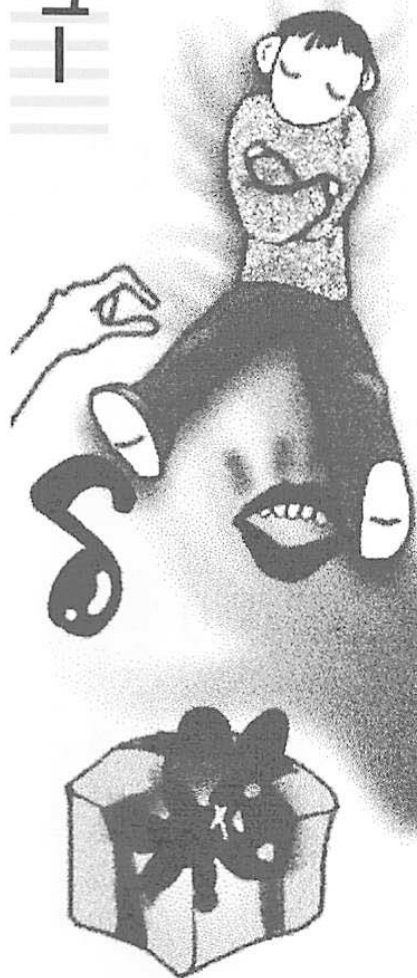
それを踏まえたくて、しかし、あなたがどのような能力の特質を持っているにせよ、そのベースとなる部分を活性化するのは、体と心のバランスのとれたリラクゼーションである。

私は長年の経験から、1週間でこのリラクゼーション感覚を磨く

方法を組み立ててみた。

同時にこれは、ESP能力をめざめさせる、基礎トレーニングも兼ねた内容になっている。1週間、7日のメニューをこなせば、ハイレベルの自己とのコンタクトさえ、できるようになるはずだ。

まずはここからチャレンジしてほしい。



★天の瞑想

順番は、まず天の瞑想からだ。

両足を肩幅と同じ程度に開き、背筋を伸ばして立つ。そして、重い荷物を両手で持ち上げるように、手のひらを上向きにして天に向け、胸を張り、静かに目を閉じて5分。ゆったりと呼吸する。

このとき、宇宙に充滿する強大な気のパワーが、天から、

両手のひらの中心と頭の頂点の3か所を通して、滝のように体のなかに流れ込み、爪先に至るまで満たされていく様を繰り返しイメージする(息を吸うときのみでよい)。繰り返していると、実際に宇宙の外気(天流気という)が、あなたのイメージに呼び込まれて体のなかに入ってくる。すると手のひらがヒリヒリする感じや、背中をそよそよと清涼な風がなでるような感覚を体験できるだろう。

★地の瞑想

これができるなら、次は地である。この大地、地球の気と一体化する瞑想だ。

地の瞑想は、天の瞑想から腕の位置を変えるだけでよい。両腕を体の側面に30度ほど開い



★人の瞑想

さらに3つめが、人の瞑想だ。これは、中国ではラーヤオといわれ、気功のもっとも基本的姿勢であるし、おもしろいことに西洋のダンスの基本形でもあるのだ。

自分がかもつとも落ち着ける足の開き具合に調整し、今度は膝をやや落とし気味にして腰を微妙に前に出し、大木を抱きかかえるように、肩を落として両手を胸の前に出す。このとき、手のひらは内側



た角度でとめ、手のひらをやや外側に向ける。目を閉じ、細く長く静かに呼吸し、息を吸ったときには手のひらの指先、そして、足の裏の土踏まず以外の部分から、大地の気がグーツと頭に向けて流入してくるとイメージする。

息を吐くときには、体のなかの気の濁りやストレスが大地の気で洗い清められて、両手のひらの中央、そして、足の土踏まずから大地に返っていくとイメージする。時間は同じく5分。

に向け、顔は正面を向く。

この姿勢で、余分な力をできるだけ抜いて、息を吸ったときには強い生命力のイメージ、たとえばワシやライオンやアノルド・シュワルツェネッガーなどをちらっと連想する。

そして、息を吐いたときには、体のなかの弱いところ、痛いところ、凝っているところから、不快感が煙のようになって体内を立ち昇り、吐く息とともに体外に出て消えてしまおうとイメージする。

定められた5分もやると、体の関節や腰がカーッと熱くなってくる。こうした熱感が、人の気の特徴である。

どうだろう、スムーズにできたろうか。

これを繰り返し返していると、手のまわりや足首などが、ほの温かい真綿でくるまれているような、かすかな温感を感じはじめる。実はこれが、大地の気、地流気の感じ方なのである。

ちなみに、郊外の山や森を散歩したときに、同じような感覚を体験したら、そこは、大地の気の強いパワースポットである可能性が高い。地の気を感じるに親しんでおけば、意外な発見ができるかもしれないのである。

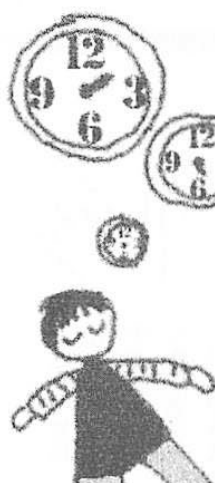
5日目 総仕上げの仰臥法

そして、5日目。今度は、大字に仰向けになって、仰臥法と呼ぶトレーニングを実行する。

これは、リラクセスした身体をつくるための、総仕上げともいうべきものだ。仰臥の姿勢で目を閉じ、足の指先から膝、腰、胸、腕、首と、意識して力を抜

★ひとつを選んで15分

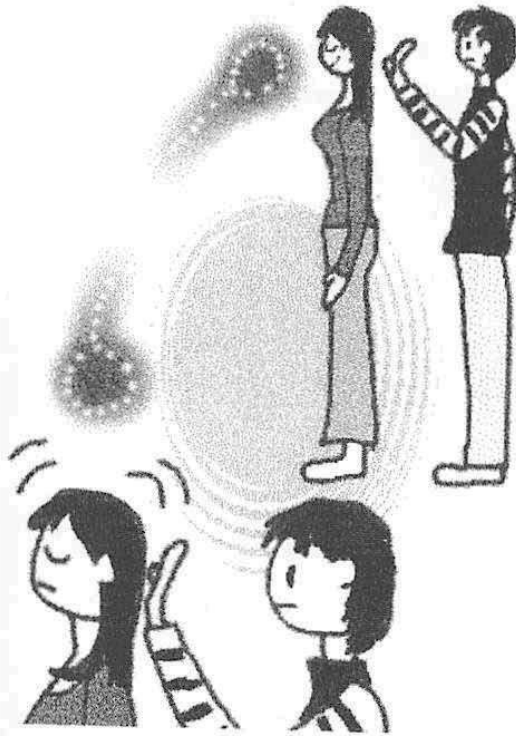
次は4日目のトレーニングであるが、天地人の瞑想のうち、いちばん体の変化を体験できたものをひとつ選んで、それを15分、フルタイムで行う。



いていき、最後には、頬、歯茎、鼻のまわり、耳のまわり、目、頭皮まで、意識して力抜きをする。脱力感、なんとなくイメージできれば十分で、ポーツとしてきたところで、よりリラックスするための連想ゲームを行う。できれば15歳以下のころの、楽しかったこと、はじめての経験でわくわくしたことなどを、次々に連想していくとよいだろう。15分のうち、10分を脱力感の練習に使ったら、残り時間は、イメージによるタイムスリップを心ゆくまで楽しむといい。

6日～7日目 気のコミュニケーション

ベースとなる瞑想のやり方が変わったところで、6日目からは、自らの身体だけでなく、人と自分の身体の気のコミュニケーションに取り組む。テレパシー的な能力養成の基礎となるものだ。



★身体の同調現象

家族や友人など、協力してくれる人を捜し、互いに50センチほど離れて立つ。相手に後ろ向きにな

ってもらう。あなたは、相手の背中をリラックスして眺めながら、相手が男性であれば右手、女性であれば左手をかざす。最初は手のひらの表面に気持ちを集中してみよう。このとき、相手には目を閉じていてもらう。しばらくすると、不思議なことが起こる。相手の体が微妙

に揺らいでくるのだ。

実は、相手の潜在意識があなたのリラックスした気に同調し、体をよりリラックスさせようとしはじめているのである。

私たちはこの反応を同調現象と呼び、こちらの気が相手にアクセスした兆しであると判断している。そこから始めて、あなたの具体的イメージを相手に送るのだ。最初のころは、後ろに引く張るといらいメージが送りやすい。動きにくければ、押したり引いたりイメージを交互に行ってみる。

相手があなたのイメージに沿って動くようになれば完璧だし、動かなかつたとしても、こういったアプローチを行うだけで、能力は活性化しはじめる。

★気のヒーリング

そして、とうとう7日目、最終日である。



気心の知れた人を3人見つけ、5分ずつ、肩や目や背中に手をかざし、気持ちを手のひらに集中する。要するに気を送り、ヒーリングを実施してみるのだ。

相手の感想や、気を送ったときに感じる感覚をよく観察する。手のひらの感覚は、気の送信体であると同時に、受信体でもある。相手の肩凝りが、熱い感じや圧力感として、手のひらで感じとれたりすることもあるはずだ。

消去法のカードESDとトレーニング

ここまでやってみて、気なるものは抽象的すぎ、どうもつまみ感じられない、という方もいるかもしれない。

たしかにこういった生体フィールドとしての気を、感じたり放つたりすることが、体質的に苦手な人もいる。

そういう人は、無理をして練習することは無い。自分が親しみやすいテーマ、たとえば、物の情報を探る透視や直感の鍛練からやっ

★ハートのAを外す

まず、5枚のトランプを用意する。できれば、1枚はハートのAのような特徴的なものとしておき、あとの4枚は黒い数字の札がよいだろう。



すべてを裏返しにして切りませたら、ハートのAではないと思えるものから、1枚ずつ外していくのである。

普通、こうした実験では、ハートのAを当てようとする。確率5分の1の難関。しかし外すのなら、確率5分の4だから

てみることも有効だろう。

私が講演などで勧める方法は、私自身がトレーニングしたものでもあるのだが、トランプを利用した消去法によるESDトレーニングである。

カードの透視などをしようとするときに、多くの人は、最初からむずかしい確率のものに挑戦する。これでは自信をなくすために訓練しているようなものだ。その点、消去法は逆の発想をする。

ら、非常に気が楽だ。気分的に楽ということは、つまりはリラックスできるということである。

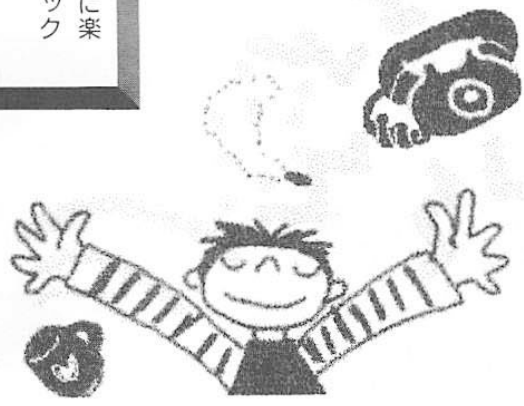
最後までハートを残せたら、次は10枚で挑戦し、その次はトランプ全部を並べて挑戦する。楽なところから、ゲーム感覚で挑戦できる方法なのである。

コツとしては、微妙な感覚の違いに注意すること。

カードを眺めていると、ハートのカードは裏の模様が暗く見えた、というような感じ方から、手をかざしていったら、ハートのところで温かく感じ、あとは冷たく感じたといいもの、さらに、Aのカードから引き寄せられるような吸引力を感じた、などの報告まである。

★応用的な使い方

この練習では、意識的に手のひらをかざして感じてみるという。



物から出る情報を、手のひら感覚でキャッチする方法をマスターすると、日常生活の意外な場面で活用することができたりするからだ。買い物に出かけたときなど、選択に迷ったら、商品に手のひらを近づけて、必要なものを判別したりすることもできる。

私の場合は、アンティークなどを購入するときにこの方法を活用し、その骨董品にどのような念が込められているかを判断したりしている。

私の感じ方では、お墓の副葬品や、怨念の込められたものなどは、手をかざすと切れるような冷たさを感じ、ひどくなると、意味もな

いに悲しくなったり、当事者の感情までが移ってくることもある。

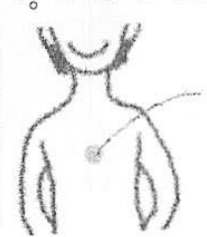
逆に、記念の品や名工の作などでは、持っただけで、手のひらどころか体の芯まで熱くなってわくわくしたり、気持ちのスーッと落ち着いてくるものもある。

無機質な物品にも、製作者やかわった人々のドラマが、しっかり焼き付けられているのだ。

この手のひらセンサーのコツは、手のひらの中央にある「労穴」というツボに気持ちを集めること。もし、このポイントの感じ方がイマイチである場合は、



労穴



膻中

手をかざすとき、お墓の副葬品や、怨念の込められたものなどは、手をかざすと切れるような冷たさを感じ、ひどくなると、意味もな

第3章

環境に思いを投影する PK能力の極意!

これが念力発現の体験的コツだ

ESP能力の対極にあるとされ、マスコミでも研究者の間でも、常に論争の種になるのがこの念力の世界だ。

念力でスプーンを曲げて、だからなんなの、と聞き直ることもできるかもしれない。

しかし、環境をコントロールする念力を、家庭のなかで、身近なところから訓練しようとしたら、スプーン曲げはいちばん手軽な方法であることも事実である。

たぶん、「ムー」の読者であれば、一度はどこかでスプーンをこすった経験があるだろう。

そのとき、曲がったか曲がらなかったか……。問題は、曲がらなかったとき、あなたがどう考えたかということだ。

実は60パーセントの人が、その段階でスプーン曲げそのものを否

定するか、自らの能力の素質を否定してしまうのである。

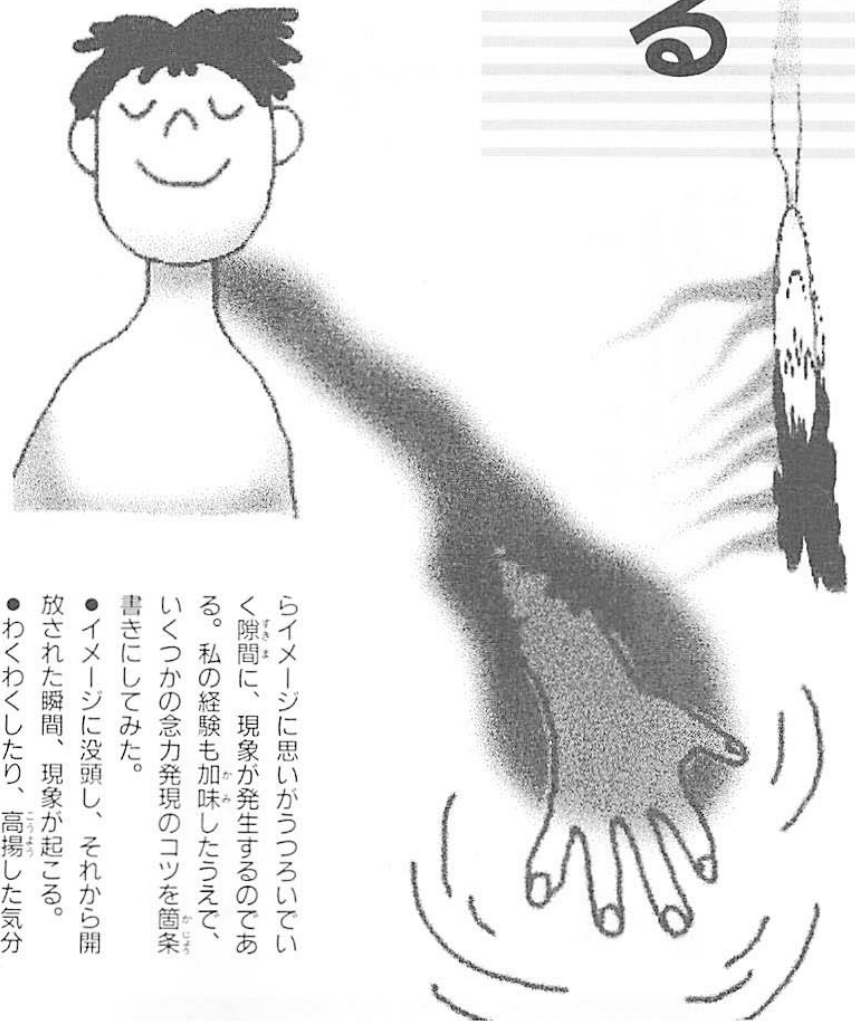
念力は、その現象を頻繁に起こすといわれる物理能力者でさえ、継続的な発現に苦労するシロモノであることは事実だ。

しかし、スプーン曲げは、そのなかでも起こりやすい性質の現象で、要は心理的条件と環境条件を満たしてやればいいのである。

まず、心理的条件から検討してみよう。

念力発現の心理的経過とは、最初に、なし遂げたい目的のイメージをありありと頭に描いて、そのイメージが、まるで現実のもののように感じられるほど信じきっていくことから始まる。

そして、15分ほどじっくりイメージをつくってから、フーツと頭の中をカラにしてリラクセスし、



現象化、つまりスプーンが柔らかい感じになるのを待つ、というパターンがポピュラーである。

ここで、超能力者の念力発現のパターンをさらに細かく見てみると、念力が発現するのは、強烈なリアルイメージに没頭したあと、リラクセスした無の状態に戻ろうとした瞬間に現象化することが判明している。

イメージにこだわり、さらにそこから離れた瞬間や、イメージが

らイメージに思いがうつろいでいく隙間に、現象が発生するのである。私の経験も加味したうえで、いくつかの念力発現のコツを箇条書きにしてみた。

- イメージに没頭し、それから開放された瞬間、現象が起こる。
- わくわくしたり、高揚した気分どときに現象が起こる。
- 現象が起こって当然だと信じきれた直後に現象が起こる。
- イメージからイメージへ、こだわりが移っていく瞬間に現象が起こる。
- 水の近く（テーブルに置かれたコップでもよい）で現象が起きやすい。
- 飽きないペースで、おもしろい実験に次々に挑戦していると、比較的、現象が起こりやすい。

3本比較法のスプーン曲げにトライ

では、実験にトライしてみることにしよう。

自分が、自分自身に念力を証明するのに、頑丈な固いスプーンを使う必要はない。いちばん安い薄手のスプーンを、3本、用意してほしい（同じ形のもの）。

1本目は、まず力で曲げてみる。これは、曲がった感触とフォルムをイメージしやすくする、いわば見本のスプーンである。

それからもう1本のスプーンを手に取り、軽くこすりながら、柔らかいものをイメージする連想ゲームを行うのである。

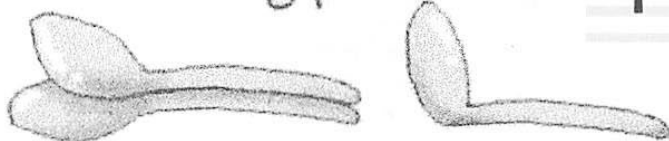
真夏のチヨコレート、溶けてい

くソフトクリーム、熱せられた針金、こんにやく、はんぺん……。なんでもかまわない。思いつくままに15分間、連想ゲームを続けるのである。

そして、終わった

ら、残る1本の未処理のスプーンに、それを重

ね合わせてみる。かなりの人が、重なりにくくなっている、つまり微妙に曲がっているスプーンを観察することができる。



★割り箸びやうしな

曲がるのはスプーンだけではない。さらに別のものにも挑戦してみよう。たとえば、割り箸でやってみるとよい。

まず、割り箸を割って、片方だけを手握って、メンマのようにボイルされて柔らかくなっていく様子をイメージする。できればこれも15分ほどやってみるとよい。

何度かやっていると、割った片割れの箸とぴったり合わなくなってくる。つまり、箸でも曲がるこ

とがあるのだ。

さあ、ここまではどうだっただろうか。重要なのは、できるできないにこだわらず、これはどういう仕組みで……、などという評論家にならないことである。

これは、あなたの

なかにある、本来の自分の力を説得し、引きだすゲームなのだと思うこと。そして、飽きる前に、別なものにもチャレンジすることだ。



形が決め手になるやじろべえ念動

これから紹介する方法は、念動力の開発法として、比較的ポピュラーなものだ。本誌でも類似の方法が何度か取り上げられている。

コップの8分目あたりまで塩水を入れ、その上にセルロイドかガラスの板を乗せる。

そして、消しゴムを置き、針先を上にして消しゴムに突き立てたら、その上にどんな形でもよいから、紙で作った簡単なやじろべえを置いて手をかざしたり、見つめたりして動かすという方法である。

ここまでの説明で、ああ、あれかと思っただ人も多いだろう。しかし、ここで重要なのは、上に乗せる紙のやじろべえの形にあるのだ。不思議なことに、人によって動かしやすいやじろべえの形が異なったりするのである。

たとえば、長方形の紙を中心線で折り曲げたシンブルなものが動かしやすいという人もいれば、ピラミッド形の四角錐状のやじろべえが動かしやすい人もいる。つまり、それぞれに潜在意識が「のりやすい」形があるようなのだ。

私の場合、10代のころは、ピラ



ミッド形のやじろべえがいちばん動かしやすかった。

ところが、ピラミッド・パワーがブームになって、猫もしゃくしもピラミッドという時代がやってきたとき、忽然と動かしにくくなってしまい、今はシンブルなやじろべえで訓練している。

どうも私の潜在意識は、俗化した形でトレーニングすることが、いやになってしまったらしかった。あなたも、あなたが念を込めやすいやじろべえの形を作ってみてみるとういだろう。イルカ形や花弁形、スプーン形などもおもしろいかもしれない。



人生を大きく変える時限設定法

さらに、偶然といわれている情報の流れ、生き物の動き、物の動きのパターンを、意識的にコントロールする方法に向かおう。実験のスケールを大きくしていくのである。

念力を時限爆弾のように「セット」して働かせる方法がある。私は「時限設定法」と呼んでいるのだが、最初は自分の欲得に関係ないものをターゲットにして行うとよいだろう。

この方法には、あらゆる念カトルレーニングに失敗した人がちよつとやってみたら、コンピューターを簡単に狂わせることに成功したなどというケースもある。まず、電池式の安い目覚まし時



計を用意する。そして、目覚ましのベルを2時間後にセットしておき、セットした時間に友だちが電話をかけてくるとか、水槽の金魚が跳ねるとか、その時間にサイコロを振ると5が出るとか、念力で起こすちょっとした現象のイメージを、5〜6分間、できる限り鮮明にイメージする。

あとは何もしない。この時計は、念力を作動させる時限装置だと考えて、あとは放っておくことだ。

私の経験では、念じたあと、ベルが鳴るまで忘れていた、というようなときのほうが、現象は起きやすい。なお、実験に使わないときは、目覚ましは電池を抜いてしまっておいたほうがよい。



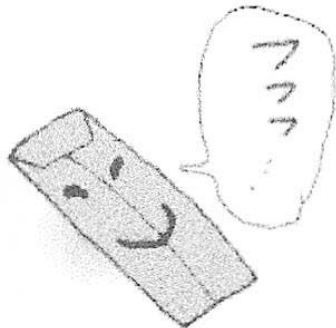
★密封法と組み合わせる秘儀

この時限法は、密封法というのを組み合わせると、人生を大きく変化させる起爆剤ともなりうる。

まず、3年後、あなたがまわりにおいてほしいと思うタイプの人間関係や、最低でもどれだけの財産がほしいか、どんな家に住んでいたいかなどを克明に書きだし、絵などにも描いて、イメージをふくらませる。

できあがったら、封筒に入れて密封してしまう。それを壺でもタンスの奥でもよいからしまひ込み、3年後の同じ日に開封すると決めるのだ。

そうしたら、その3年間は、たとえば、1日に1回は「ああ、幸せだ」とつぶやくとか、人に優しくするとか、簡単に守れそうな命題を、自分自身に課すのである。



3年間、それを厳格に守れたら、念力は最大限に発揮される。

欲望・願望を密封する！時間を区切る！代価となる簡単な行を続ける！あと

は、できるかどうかはグレート・マインドを信じてお任せしてしまおう！日々をまじめに楽しく、なるべくストレスにはまらないように爽快に生きる……。

このプロセスが、実は世界中のあらゆる秘儀に見られる、人生に念力を働かせる方法なのである。

3年なんてやっつけられないという人は、1年でも1か月でもよいのだが、密封した内容を忘れるぐらいの時間を課したほうが現象化しやすいので、それぞれに調整工夫してほしい。

こんな方法で、と馬鹿にする人がいるかもしれない。が、たとえばあなたが小学生のころに書いて、今は忘れていた「将来の夢」などの作文を引っ張りだしてみるとよい。忘れていた内容ほど、現実になっているのを見てびっくりするはずだ。

ちなみに私は、小学生のときの寄せ書きに、将来、心理学者になつて心の仕組みを説明するんだ！と書いてあるのを見て、本当に驚かされた。

ひよつとしたら、人間は、念じたとおりの自分にしかならないのかもしれない。だとすれば、せめてあなたの人生だけは、明るく大きく楽しく、将来の夢のイメージを持っていくべきだろう。

超能力が発揮できる創造的社會をめざして…

さて、超能力開発に関して、あなたの感想はいかかなものだろう。太古の時代にまでさかのぼると、超能力を求める人間は、何億人という数が存在していたにちがいない。しかし、超能力保持者の確信に到達した人は、全体数からいったら、わずかだろう。その比率は、現在も変わっていないかもしれない。なぜか。

私は、この特集の冒頭で、だれのなかにも超能力は存在すると述べたが、それが発揮できない理由には、大きく分けて3つの根本的原因があるように思う。

そのなかでも最大のものは、恐ろしい。超能力は、それ自体が生き物のように私たちの「常識世界」から逃げだそうとし、常に不可思議なポジションにその源を置こうとする傾向がある。

しかし、私たちの信念やイメージに沿って起きるのが超能力の特徴だとすれば、常識から逃げかわる超能力の性質自体が、私たちの望んでいる超能力像なのかもしれないのだ。

つまり、私たちはどこかで超能力が常識となることを恐れ、拒んでいるのではないだろうか。未知の能力への恐れ——これが



超能力を発現させない第一番目の封印なのである。

そして、2番目の封印は、過大な結果を求める焦りである。超能力に期待を寄せる人の多くは、せっかちすぎるほどに目に見える結果を求め、そこでのみ超能力を評価しようとする。

結果を、グレート・マインドの絶大な力にゆだね、信頼するゆとりがなさすぎるのである。

実際に超能力開発にたずさわってみると、私たちの能力にとって

は、結果は常につけないほどあつというまに通りすぎていく通過点で、はじめのイメージ設定や、トレーニングの過程で学ぶことのほうが、はるかに多いのである。

超能力番組をつくっているディレクターは、絵になる超能力現象を撮らないと番組にならない、と口癖のようにいう。その価値観が、ややもするとヤラセという罠に陥

る元凶となる。

しかし、それはテレビのせいではなく、超能力番組の多くの視聴者が、やはり結果のおもしろさ、刹那の技に期待してしまっているからだ。私たちはまず、その精神的ポジションから離れ、超能力と親しむ必要があるように思う。

さて、3つ目の封印だが、それは創造力の欠如である。現状を肯定し、ぬるま湯的に生きている限り、創造力の開放はない。

私たちの文明は、稲作から始めて、「繰り返すだけで生産でき、リスクのない生活」を求めてきた。

しかし、人間の心はどうしてもそこに甘えやすくなり、文明の枠つまり常識を超えた新しい世界を思い描き、創ろうとする創造性をなおざりにしがちである。

わくわくするような創造的未來のイメージにこそ、超能力は自然に、そしてもっとも強力に働こうとするのだ。創造的人間のいる創造的社會が、超能力を育て、活用し、実用化する世界なのである。

そしてそれは、だれかではなく、あなたから始められる世界なのだ。どうか3つの封印を解き放ち、新時代のバイオニアになっていただきたい。

