

セルシネ・セルフ・ディレクション・システム

ライン・アクティベート・コース

速話聴取マニュアル

Version 1.4



セルシネ・エイム研究所

著作／制作
セルシネ・エイム研究所 和田 知浩

本「速話聴取マニュアル」の一部、全部
あるいは改変にかかわらず、無断転用す
ることを禁じます。

2003.2

著者／開発者 和田知浩の経歴

- 1964 島根県生誕。
1985 日本工学院専門学校メカトロニクス科卒業。
1985 中西機械（株）入社。
1987 中西機械（株）退職。
（株）エス・エス・アイ／ＳＳＩ脳力活性研究所入社。
1990 （有）セルシネを設立し代表取締役役に就任。
トレーニング者の脳波を解析し呼吸誘導する能力開発装置「バ
ビスー１」を開発。
ＳＳＩでは、脳波マッピング試験や頭脳を活性化する４倍速「速
聴機」の開発をコーディネートし、トレーニング者への指導及
び効果測定を行う。ＳＳＩサクセスパワーズ（研修事業部）を
立ち上げ、カウンセリングやセミナーを通じて多くの自己実現
をサポートする。セルフコントロールの基本をレクチャーした
ビデオ「成功する自己操縦法」が好評を博す。
2000 （株）エス・エス・アイ退職。
2001 セルシネ・エイム研究所を開設。
2003 ＳＳＤＳ（セルシネ・セルフ・ディレクション・システム）ブレイ
ン・アクティベート・コースを開発。
2004 英国 NLP 学院日本校（現 NLP 日本学院）の運営に参加。
2005 脳機能の見地から、人生成功するためのセルフマネジメントや
能力開発をサポートする新学問「頭脳工学」を体系化し発表。
成功者のモデル「コルパー」プロジェクトを発足。

セルシネ・エイム研究所

はじめに

この度は、**SSDS-BAC**（セルシネ・セルフ・ディレクション・システム・ブレイン・アクティベート・コース）をお買い求めいただき、誠にありがとうございます。

人々が掲げる願望や目標は、正に「十人十色、百人百様」です。あなたが人生に目的を見だし、具体的な願望や目標を設定した時、人生成功のスタートラインに立ったことを意味します。

願望や目標を達成する上で、最も重要なものの一つが、頭脳の働きであることは言うまでもありません。司令塔であるあなたの頭脳が、聡明俊敏に機能するかどうか、「願望実現・目標達成」の成否を左右するのです。

頭脳の活性化を図る手段として、今注目され成果を上げている方法が、高速音声を繰り返し聴くことにより思考速度を加速する「**速話聴取法**」です。難しいトレーニングは一切無く、高速音声をただ繰り返し聴くだけで良いのです。

この「速話聴取マニュアル」は、2つの目的を支援するために開発しました。1つは、「速話聴取理論をしっかりと理解して、頭脳の活性化を効率よく促す」こと。そして、もう1つは、「人生目的に沿った願望や目標を設定することによる、人生目的の貫徹」です。活用方法については、セッション1で詳しく述べていますので、参考にしてください。

あなたが、本コースを有意義に活用され、人生の成功を勝ち取られることを心より願っております。

平成15年2月16日

セルシネ・エイム研究所 代表 和田 知浩

目次

はじめに	1頁
------	----

第1部

SESSION 1

速話聴取マニュアルを使いこなす	4頁
-----------------	----

SESSION 2

頭脳を活性化する“速話聴取法”	10頁
-----------------	-----

SESSION 3

速話聴取時の脳波観察から分かること	15頁
-------------------	-----

SESSION 4

顕在知覚を高める方法	20頁
------------	-----

SESSION 5

潜在知覚を受け取る方法	25頁
-------------	-----

SESSION 6

速話聴取が刺激開発する様々な実効能力	30頁
--------------------	-----

SESSION 7

実効能力の開発に必要な脳内環境	37頁
-----------------	-----

SESSION 8

実効能力を開発する真の鍵	44頁
--------------	-----

SESSION 9

高速思考で意図的人生を享受する	48頁
-----------------	-----

SESSION 10

急速活動の功罪を知って真の成功者になる	54頁
---------------------	-----

目次

第2部

人生成功ワーキングシート

STEP 1. 人生の「目的・使命」を明確にする・・・6枚

STEP 2. 「夢・願望・目標」を設定する・・・10枚

STEP 3. 「夢・願望・目標」を明確にする・・・10枚

STEP 4. 現在の状況を把握する・・・20枚

STEP 5. 行動計画を立てて実行する・・・20枚

STEP 6. 障害を克服する「IFキーワード」・・・20枚

PART 1. 聴取能力チェック表・・・20枚

PART 2. セルシネ・クレペリン検査・・・20枚

PART 3. 潜在意識の情報を書き出す・・・20枚

PART 4. 読取能力チェック表・・・20枚

このマニュアルには、1枚ずつセットされています。
必要に応じて、ストックファイルから補充してご活用ください。
ストック枚数が足りない場合は、コピーを取ってご利用ください。

※ご自身が活用する目的以外にコピーを取ることは、法律で禁じられています。

SESSION 1

速話聴取マニュアルを使いこなす

あなたは今、とてもエキサイティングなステージに立っています。目の前の幕が上がると、今までとは一変した人生ドラマが、あなたの周りで展開され始めるでしょう。頭脳を活性化するということは、同じ場所に居ながら、全く違う世界を生きることを意味するのです。想像してみてください。今よりもっと俊敏な思考と行動を持ったあなた自身を。その時、あなたの思考は、何を捉えて、どんな判断を選び出すでしょうか。そして、あなたの行動や態度は、どのように変化するでしょうか。

この速話聴取マニュアルは、2つの取組で構成されています。

第1部は、あなたが人生目的を貫徹するための、いわばエンジン力を開発することを目的にしています。そして、第2部は、あなたの人生目的を貫徹するための、いわばハンドリング力を開発することを目的にしています。

この2つの取組は、同時にスタートされることをお勧めしています。エンジン力とハンドリング力の両方が開発されてこそ、意図的に生きることを可能にするからです。

能力開発は、目標をしっかりと定めてトレーニングすることが大切です。そして、その目標には、達成期日を予め盛り込むことが大変効果的です。明確な目標であればあるほど、あなたの頭脳はその目標にフォーカスし、達成せずにはおられなくなるのです。

まずは、3週間後の目標を今明確にしてください。この速話聴取マニュアルの習得も、3週間を一つの区切りとしてください。能力開発や習慣形成の定着には、3週間の継続が必要です。これからの3週間は、将来のあなたを占う時間となるでしょう。最高かつ素晴らしい時間を過ごしてく

ださい。

それでは、第1部の取組方法から説明します。
この第1部は、あなたのエンジン力を強化します。
1つのセッションを2日ずつのペースで進めます。速話聴取マニュアルは、全10セッションですから、完了まで最短で20日間を要することになります。各セッション共、最初の聴取は、テキストを見ながら行ってください。再生速度は、黙読が可能な範囲であれば、自由に設定していただいて結構です。そして、2回目以降は、いつでもどこでもトレーニングしてください。聴きたいという気持ちと時間が許す限り、何度でもリピートして、速話聴取刺激をあなたの脳に注ぎ込んでください。
再生速度は、聴き取れるぎりぎりの速度に調整するのが基本ですが、時には、速度を下げてじっくり聴いたり、あるいは、聴き取れないほどの速度に上げてチャレンジするのも良いでしょう。ただし、1つのセッションを2日ずつ進めるペースは必ず守ってください。
もしも、3日以上続けてトレーニングができなかった場合は、何セッションまで進んでいようとも、必ずセッション1に戻って、最初からトレーニングしてください。能力開発を効果的に進めるためには、内容と刺激を一定以上の密度で注がなければならないのです。
速話聴取マニュアルの音声ソフト以外に、ご自分で作成された音声を速話聴取するのも大いに結構です。とにかく、トレーニング期間中は、こまぎれ時間を活用して、できるだけ沢山、速話聴取を実践してください。

また、当初は、会議や商談、勉強など、“事”の直前に速話聴取すると効果的です。時間帯による効果の差は顕著ではありませんが、次のような理由があり、トレーニングの励みと継続性につながります。
例えば、2倍速の聴取をした後、3倍速の聴取を数分間続けます。その後、再度2倍速を聴取すると、初めに聴いた

2倍速よりもずいぶんゆっくりに感じます。同じように、4倍速を聴いて、この時は聴き取れなくても良いのですが、その後、3倍速を聴くと聴き取りやすくなったと感じます。この現象を“ビットギャップ効果”といいます。しかし、残念なことに、この“ビットギャップ効果”は、数分から長くても数時間で消滅してしまいます。夜に速話聴取して聴覚中枢が活性化されても、翌日には元の状態に戻ってしまっていますから、あなたは昨夜のトレーニング成果を、実感することができません。

ところが、“事”の直前に速話聴取しておくで、“ビットギャップ効果”が働いて、いつもより集中力や理解力などが活性化しているために、良い成果を出すことができるのです。ビットギャップ効果を有効に活用して、“事”の直前に頭脳を急速チャージしてください。速話聴取法の効果を改めて実感することができるでしょう。

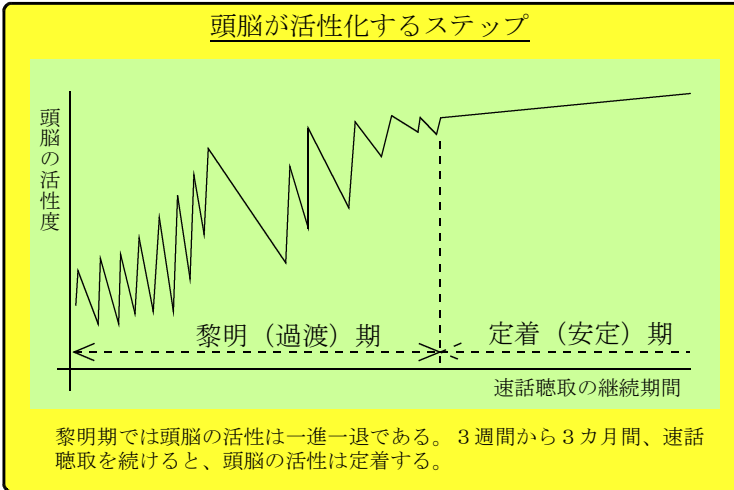
“事”の直前に頭脳を急速チャージしよう。



せっかく頭脳が活性化しても、すぐに元の木阿弥になってしまう期間を黎明期といいます。この時期を辛抱して続けていると。頭脳の活性が安定してきます。いわゆる定着期です。黎明期間は個人差が大きく、だいたい3週間から3カ月程度です。ひとたび頭脳の活性が定着すると、後は速話聴取をさぼってもすぐに頭脳の活性が落ちることはあ

りません。

何事も、黎明期の後に定着期が訪れるのです。黎明期の一進一退の時にどんなトレーニングをするのが、成果を二分するのです。



ちまたには、沢山のコミュニケーションスキルが溢れ、知的好奇心を刺激してくれます。そんな中で、考えすぎのあまり、スキルに囚われて、“今、ここ”のコミュニケーションができなくなっている人達があります。

言葉遣いやボディランゲージなどのスキルばかりに気を取られていると、相手は少なくとも無意識で不自然さを感じ取ってしまいます。スキルの多くは、相手がそのノウハウを知らない場合に有効ですが、相手も知っていると、スキルは鼻につくだけです。

ユニークな心理療法、催眠療法の実践家として知られるミルトン・エリクソンも言っています「もっとも利用すべき

サンプルです

