

ヒラメキ・天才・アイデア・最高パフォーマンス

奇跡の 《地球共鳴波動7.8Hz》 のすべて



工学博士

志賀一雅

能力が全開になるとき、人はなぜ7.8Hzになるのか?!
40年来の調査研究でわかった　すごい!周波数




ヒカルランド

脳波の7.8Hz（ヘルツ）の存在に注目

特殊な能力をお持ちの方の脳の脳波を測定すると、10Hzのミッドアルファ波に加え、「7.8Hz」のスローアルファ波が強く観察されることが共通した特徴です。

7.8Hzはアルファ波とシータ波との境界、つまり起きているときと眠りの境目の脳波ですが、波形の特徴から私はアルファ波に属すると考えます。





脳波に7.8Hzが強く含まれると、

なぜかは分かりませんが、涙が出てしまいます。


鳥が寄ってきたり、クジラの親子が寄ってくる、

病気が快方に向かう、

必要な情報がつかめる、

エネルギーを取り込める、

などなどの不思議な現象が、盛んに起こります。



これは、脳幹という、

脳の奥の方にある、たくさんの神経回路が

共鳴していることに起因するのではないかと思われます。

そして、この生理的な共鳴が、

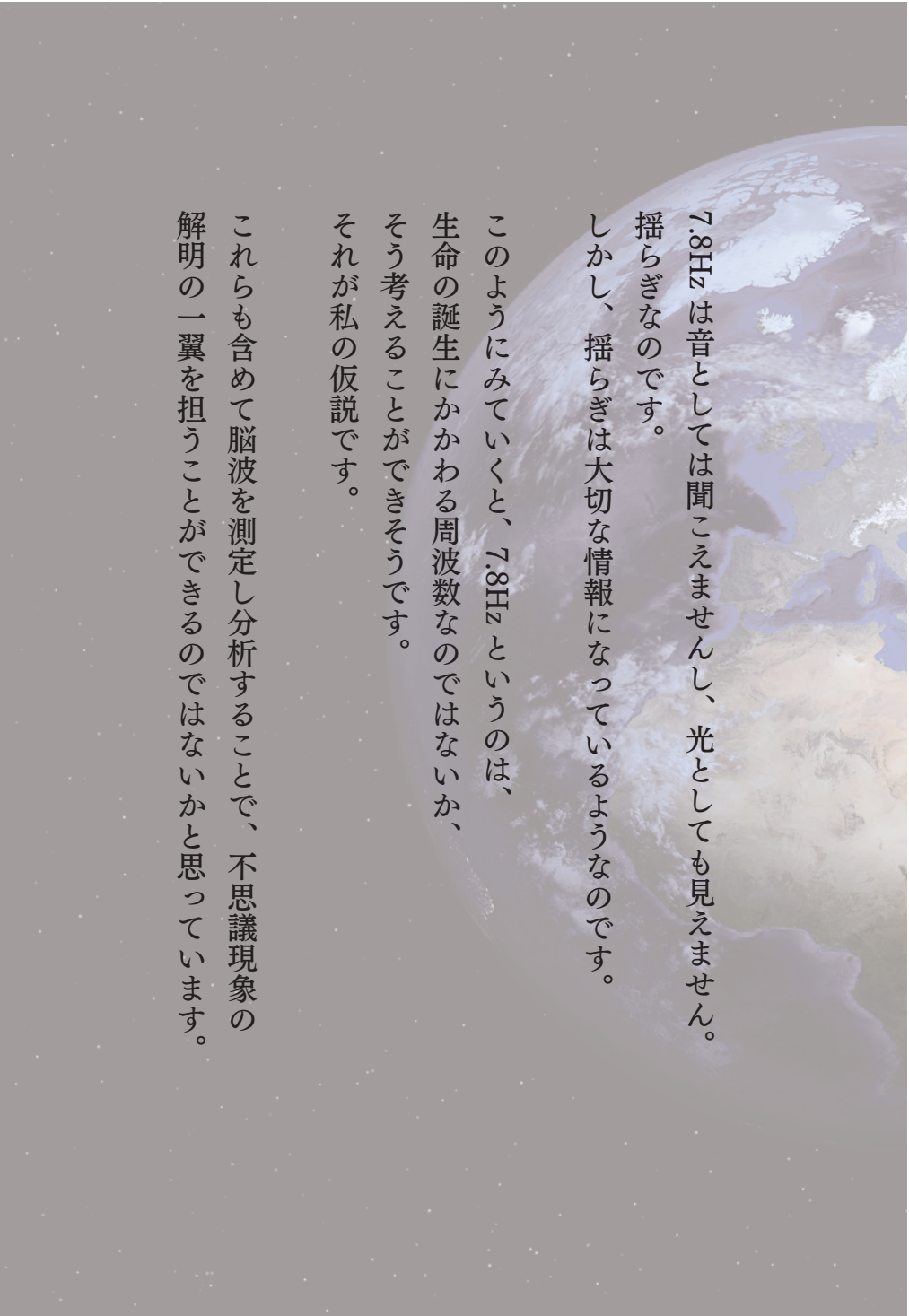
全身の細胞を喜ばせる刺激になっているのではないかとの
仮説を立てています。

地球を取り囲む電離層も7.8Hz

このように計測を重ねていくと、不思議な現象と言われるものが、あまりにも「7.8Hz」でつながり過ぎていきます。

どうやらこの「7.8Hz」が鍵になる周波数だと思われませんが、実は地球を取り囲むバンアレン帯の電離層が「8Hz」のプラズマ振動を起こしているという事実を知ったのです。

つまり私たちは系統発生的にも個体発生的にも、この7.8Hzの電磁波の「揺らぎ」の中で誕生し、成長し、進化してきたということです。



7.8Hzは音としては聞こえませんし、光としても見えません。
揺らぎなのです。

しかし、揺らぎは大切な情報になっているようなのです。

このようにみていくと、7.8Hzとこうのは、

生命の誕生にかかわる周波数なのではないか、

そう考えることができそうです。

それが私の仮説です。

これらも含めて脳波を測定し分析することで、不思議現象の
解明の一翼を担うことができるのではないかと思っています。

瞑想は7.8Hzになること

瞑想の何がいいのかと言いますと、

「脳波が高い周波数から、低い周波数へ変わる」ということなのです。

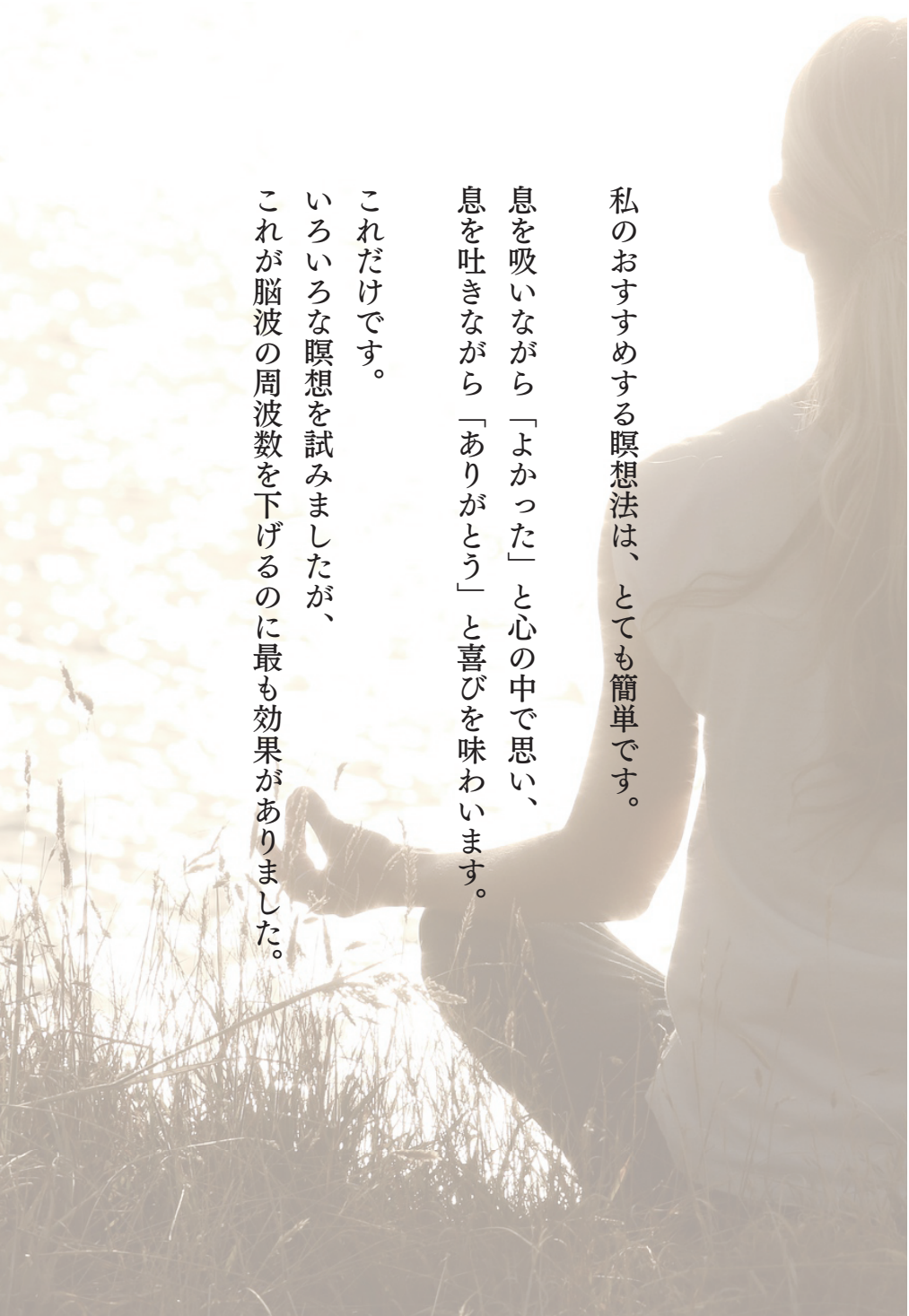
しかし、あまりに低い周波数になると眠ってしまいますし、

眠ると瞑想ではなくなってしまう。

寝てはいいないけれども、しかし考えてもいない状態に留まる。

これが7.8Hzくらいの脳波に留まるということであり、

瞑想の目指すところなのです。



私のおすすめする瞑想法は、とても簡単です。

息を吸いながら「よかった」と心の中で思い、
息を吐きながら「ありがとう」と喜びを味わいます。

これだけです。

いろいろな瞑想を試みましたが、
これが脳波の周波数を下げるのに最も効果がありました。

はじめに

私たちの体は電気信号でコントロールされています。これは、ドイツ人精神科医ハンス・ベルガー (Hans Berger) が、電気ウナギが強い電気を出して外敵から身を守ることに着目し、ひよつとして人間も電気を出すかも知れないと思ったことから脳波を発見したそうです (1924年)。この事実は、彼がドイツの医師であったために、医学的研究と応用に向けられました。

しかし、最近の AI (人工知能 Artificial Intelligence) 技術の目覚ましい進歩にみるように、医学的な研究ではなく、工学的な研究成果に負うところがたくさんあります。これはつまり、悪い状態を治すのではなく、いい状態をもっと伸ばそうという視点に立っているということです。

私も工学部で育ちましたので、性能のいい脳の働きの興味がありました。幸

い社会的に信頼されている松下電器（現パナソニック）の研究所にいましたので、多くの協力者に恵まれました。

将棋の永世棋聖・米長邦雄よねながくにお氏のヒラメキの脳波、記憶力世界一・友寄英哲ともよりひであき氏の記憶回想中の脳波、新体道創始者・青木宏之ひろゆき氏の遠当て中の脳波、ヨガの達人・成瀬雅春なるせまさはる氏の瞑想中の脳波、エスパー清田益章ますあき氏のスプーン曲げ中の脳波、嵩山少林寺の最高師範・秦西平しんせいへい氏の気功治療における脳波、野球の小久保裕紀こくぼひろき氏が会心のホームランを打った瞬間を回想したときの脳波、シュトゥットガルトで行われた世界陸上競技選手権で金メダルを獲得したマラソンの浅利純子選手の脳波……などなど、能力が秀でた大勢の人の脳波を測ってきました。

もちろん、このような能力者といえども、苦手なことや調子の悪いときもありません。ですが、このときがむしろチャンスであり、脳波的な特徴をつかみ、メンタルトレーニングを介して、挽回ぼんかいに成功した例もたくさんあります。

これらの事実は、すでに何冊かの本で公開していますが、共通していたことは、メンタルトレーニングを通じて10Hzのミッドアルファ波を強めることで

した。

このことは今でも正しいと思っていますが、かねがね気になっていたことがあります。それは10Hzのミッドアルファ波とともに、7.8Hzのローアルファ波を伴っている場合があることです。

そのようなときは神がかったことが起きるのです。野球の女神がほほ笑んでいるとか、天から声が聞こえたとか、体が後ろから押されて楽に走れたとか、夢でお告げをもらったとか……。これらは客観性に乏しくて記録にはなりません。でも本人達は真剣にそう表現します。

いずれにしても、脳の中の情報処理ですから、7.8Hzのローアルファ波がかかわっているのかも知れません。というわけで被験者の対象を広げてチャネラーさんや占い師、遠隔治療を行っている方にご協力いただいで、脳波を測らせていただきました。

そして、できるだけ偏見や先入観を排除したものを本書にまとめてみました。多方面からのご批判をいただければ幸いです。

はじめに

平成
30年
2月

志賀一雅

第1章

はじめに 8

アルファ波は集中の脳波

世界の常識を塗り替えた志賀式アルファ波革命

脳波に関心を持ったきっかけは『エグゼクティブESP』 20

欲しい脳波計が日本にない……自ら脳波計を作る 24

脳波とは 26

医療用臨床脳波計と志賀式ニューロフィードバック装置の大きな違い 31

第2章

- 瞑想中の脳波を測定して脳波計の違いをみる 35
- 能力が高い人の脳波を次々に測定していく 39
- 見えてきたアルファ波の姿 医療の常識と大きく違う働き 42
- 二つの課題を託されて新たな研究へ 47
- 松下電器の脳波フィードバック装置を開発 49
- 独立、そしてアメリカで認められた独自の脳波研究 51

人間と地球は脳波でつながる 見えてきたいのちの周波数7.8Hz

- 超能力と呼ばれる現象と脳波の関係性に着目する 54
- 脳波の区分と心身の密接な関係 57
- 脳波のキーポイント① アルファ波3種類の質と集中 61

脳波のキーポイント② 2点間のコヒーレント 67

脳波研究の最新結果 7.8Hzの登場 74

指笛を吹くと鳥が寄ってくる ロスアンジェルス在住のメミグレースさんの脳波
聴く人の目から勝手に涙が出る、親子クジラが寄って来る—— 77

オペラ歌手柏田ほづみさんの脳波 81

7.8Hzに注目！ 84

クジラの親子や鳥が寄ってくる歌声の秘密 85

脳波7.8Hzとビブラートの深い関係 88

能の謡 能楽師・井上和幸氏の脳波 90

自動書記 中田良恵先生の脳波 94

スプーンを触れずに曲げるエスパー 清田益章さんの脳波 97

手当療法 もりやまはじめさんの脳波 101

不食を続ける秋山佳胤さんの脳波 103

高山少林寺の最高師範 秦西平先生の脳波 110

インド占星術と手相鑑定の大冢 バブルジの脳波 114

- 物質化現象を起こす司祭 アチャンの脳波 117
- 人と地球の共鳴 γ .8Hzとシューマン共振 128
- γ .8Hz解明への期待 132
- タオの世界観にみる宇宙エネルギーと脳波の関係 133
- 日本人のコミュニケーションは γ .8Hz 137
- 睡眠中の脳波 139
- 夢とアカシックレコードと γ .8Hz 143
- ひらめきの γ .8Hzは自然に訪れている 147
- 施術中に起きていることが視覚化されるアルファテック7のユニークさ
いのちを生む 穏やかな世界 γ .8Hzと少子化問題 152

よりよく脳を使う 脳波研究の応用と未来

正確にシンプルに進化してきたメソッド「メンタル・ウェルネス・トレーニング」
156

脳の働きを最も邪魔するものは何？
159

志賀式アルファ波瞑想MWT その具体的な方法
161

瞑想時間、脳波的にはどのくらい？
168

集団で瞑想したときの脳波的効能
170

脳が前向きに働く！ アンガーマネージメントを超える思考法
172

脳の性質は「だまされたい」
177

10Hzと7.8Hzはどちらも大切
182

不自然な刺激は脳が混乱する
183

CDの音と生音の比較実験からわかった CDの思いがけない効果
185

「気」の実体を見つけない
188

「よかった、ありがとう」の効用を実感したサイモン療法
190

7.8ENがパッと出れば、解決策は天から授かる
197

7.8ENは悟りの境地か
199

7.8ENを多くの人と研究したい
201

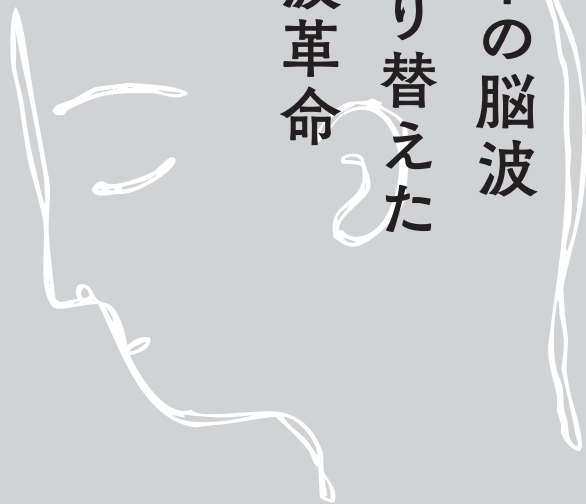
あとがき
204

カバーデザイン 櫻井浩(@design)
カバー・章扉イラスト 井塚剛
校正 麦秋アートセンター

本文仮名書体 蒼穹仮名(キャップス)

第 1 章

アルファ波は集中の脳波
世界の常識を塗り替えた
志賀式アルファ波革命



脳波に関心を持ったきっかけは『エグゼクティブESP』

私は、これまで脳波研究を長くやってきたのですが、もともとは大学で工学を専攻しました。脳波という体の反応ですから、医学や生理学、あるいは心理学出身と思われるかも知れませんが、そのいずれでもなくエンジニアリングの勉強をしてきました。ですから、大学卒業後には企業の中の研究部門を目指し、松下電器（現パナソニック）に就職しました。

当時の私の研究テーマは、半導体の物性物理やその応用の集積回路（LSI）の開発でした。皆さんがお使いのパソコンのCPUや、携帯電話機のLSIなどにつながるものを開発していたんですね。もっとも、それは今から40年以上も前ですから、その当時は「3本足の魔術師」と言われていたトランジスターを扱っていたのですが……。

思い起こせば1973年のことです。アメリカのフィラデルフィアで、国際半導体学会という固体電子の学術総会がありました。私は松下電器の社員として学会で発表するチャンスに恵まれ、発表しに行くことになりました。

このとき私は「生涯ずっと、半導体やエレクトロニクスの技術者でいよう」と心に決めて学会へ臨んだのですが、実はこの国際的な学会に参加したのが、つまずきの最初なのです（笑）。

1973年頃、アメリカでは「脳波・アルファ波」が大ブームになっていて、フィラデルフィアの街の書店にも「脳波・アルファ波」の本が並んでいました。学会のついでに書店に立ち寄った私は、店内で目についた「脳波・アルファ波」の本を手に取りました。

私が取ったのは『Executive ESP (エグゼクティブESP)』という本でした。日本語にすると「経営者の勘」というような意味です。

ESPとは、Extrasensory Perceptionの省略形で、訳すと「超感覚的知覚」で

すが、内容は「透視」や「念力」などと呼ばれているものも含まれていました。会社の経営というのは、それがどういった事業内容でも、結局は経営を行う人[〃]で、ほぼ決まってしまうところがありますが、この本は全米の中でもすごく売り上げの上がった会社やヒット商品を出している会社の「エグゼクティブ（経営層）」にあたる人を対象に、経営者の意思決定がどのように働いているかを調査したものでした。

調査は、オーストランダー&シュローダーという二人の女性ジャーナリストが行い、その結果をニュージャージー工科大学の二人の教授、ダグラス・ディーンとジョン・ミハラスキーが分析しています。

パラパラと本をめくってみると、英語があまり得意ではないために、内容について詳しくは分からなかったのですが、脳波についてや、「脳がアルファ波の状態になるトレーニングすると、すごくアイデアが出たり、意欲が出る」といったことが、たくさん書いてありました。

当時の私は、半導体の研究をするのに、いろいろなアイデアが必要でした。

なぜなら、研究をスムーズに進めるのにいくら考えても、どうしたら良いのか分からないことがたくさんあったからです。

ですから、この本に書かれている内容が研究に役立つ可能性があるし、ふとしたひらめきを得て研究がスムーズにできるのならば、それに越したことはないと思います、記念にもなるので購入することにしたのでした。

ホテルに戻り、さっそく買った本を読みはじめました。読みはじめてすぐに胸が高まったのを覚えています。そして読み進むうちに、次第に「脳波はおもしろそうだ」と感じてしまったのです。

これが脳波を研究するきっかけです。

そして日本に帰り、半導体の研究を進めるかたわら、まわりには内緒で脳波の調査をはじめました。ところが、当時の日本には脳波を研究するためにふさわしい測定装置が、まったく見当たりませんでした。もちろん病院で使う臨床脳波計はありましたが、高価ですし、性能的にも満足できるものではありません

んでした。

さらに日本でのこの分野の研究活動は、アメリカのような活発さはまったく見られずに停滞していましたので、アメリカのバイオフィードバック学会に入会しました。

欲しい脳波計が日本にない……自ら脳波計を作る

脳波を調査するためには、実際に脳波を測る必要がありますが、この脳波を測る機器を脳波計といいます。

脳波計というのは、脳内の電氣的な情報処理を外から電気信号の形で計測できるようにした装置のことです。健康診断でよく測られるものに、心臓の電気信号を測る心電図（心電計）がありますが、脳波計はその脳バージョンです。

この脳波計を手に入れようといろいろと調べてみると、日本には、臨床脳波、つまりお医者さんが使うための脳波計しかないことが分かりました。

お医者さんが何のために脳波計を使うのかというと、脳の中に「異常」があるかどうか診断するためです。つまり医療用の脳波計というのは、脳の機能を調べて通常の働きと差異がないかどうかを見つけるために作られている機器なのです。

しかし、私が測定しなかったのは、脳の「全体の働き」です。中でも特に、能力や脳の機能が秀でている人の特徴パターンを抽出して研究したからです。つまり私が欲しかったのは、医療用の脳波計とは目的がまったく違う脳波計だったのです。

さらに、脳波計は医療器具ですから、大型で、かつ大変高価なものでした。松下電器の研究所では、とても買ってもらえないような価格でした。

このような事情から「しょうがない、自分で作るか」という感じで、自分で

脳波測定装置を作ることになりました。

もつとも、私はエレクトロニクス装置を作るのは得意ですから、自分の理想の構成で、すごくいい脳波計測システムを作りました。

幸い研究所には周波数分析装置がありましたから、この装置と組み合わせて脳波の周波数スペクトルをリアルタイムに自動的に表示できるようにしました。さらに被験者が能力を自由に発揮できるように、被験者の都合のいい環境に測定装置を持ち込まなければなりませんので、小型軽量で可搬の構造も必須です。もちろん、これらの条件を反映させた脳波計※を作りました。

※現在は、脳波計ではなくニューロフィードバック装置と呼んでいます。

脳波とは

ここで少し専門的な話になりますが、脳波と脳波計のしくみについて説明していきます。

脳の中では「神経インパルス」という電気的な信号が、コンピュータ内部のように飛び回っています。その電気信号を「脳波」という形で外側からとらえ、視覚化しています。

脳波は、周波数で表されます。

周波数というのは「1秒間に何回振動しているか」を数値で表したものです。たとえば、室内の電灯は、1秒間に50回振動しますから、50Hz（ヘルツ）と表します。関西では60Hzですよね。

電気は目に見えないので振動しているとは思えないでしょうが、オシログラフ（電気信号の波形を観測する装置）で信号をキャッチし、それを波として表示すると、たとえば横軸が1秒なら50回の振動波として表示されます。

脳波の場合は、1秒に4〜26程度の振動ですから、電灯に使われる電気より、かなりゆっくりしています。脳波の周波数が低いというのは、電気振動が

ゆっくりだということです。

臨床に使われる脳波計では、ペンレコーダで書き込まれますから、あとで分析することになります。書き込まれたグラフで1秒の幅に山が10個あったら10Hzとなります。

また脳波は、「振幅の小さい複雑な波形」と、「振幅の大きな調和振動波」が重なり合っています。これがグラフに書き込まれますから、よほど熟練しないと判断を間違えます。

後述しますが、研究当初、私は脳波に関してまったく経験がありませんでしたから、グラフを見ただけでは判断ができませんでした。ですから、波形分析は、はじめから工学的な手法に徹しました。このことが後に非常に幸いし、私が作った脳波計（ニューロフィードバック装置）は、誰が測定しても同じ結果が出るわけです。

脳波や心電図を電気信号で測ることができるということは、つまり人間の体

は、微弱な電気信号でコントロールされているということです。

頭部表皮に電極をつけて、入力インピーダンス（電圧と電流の比から算出する抵抗値）の高い増幅器に導入すると、入力部分に換算して10～100 μ V（マイクロボルト）程度の生体信号を観察できます。

実際には生体信号より空間ノイズの方が一千倍ほど大きいのですが、差動増幅器の特徴を生かして、生体信号だけを抽出することができます。

筋電図（EMG 筋肉の電気信号）は介在する神経細胞の数が少なく、ほぼ神経インパルスの形ですから、周波数成分は500～1000Hzであり、周期性がみられません。

これに対して、脳波（EEG）は介在する神経回路が循環回路を含めて膨大で、周期性も目立ち、周波数は4～26Hzと低くなります。

また、脳波には、脳の内的要因で変化する自発反応と、外的刺激による誘発反応とがありますが、誘発反応は自発的な活動に影響されていることが報告さ

れています。

もう少し分かりやすく言いますと、「どう思うか、どう感じるか」は自発反応、「外部からの音や、光の刺激を受けて影響された場合」は誘発反応です。

これまでの多くの研究報告によりますと、脳波においての誘発反応は非常に小さく、ほとんどが自発反応とされています。

つまり、どう思うか、どう感じるかが脳波に強く影響を与えているというところです。ですから同じ外的な刺激を与えても、人によって脳波の応答は異なり、大きな個人差が生じます。

その自発的活動による脳波は、開眼時に後頭部から振幅の強い8〜10Hzの波が測定され、後頭部アルファ波と呼ばれています。

ほかに、周波数によって、ベータ波、デルタ波、シータ波の状態に分けられます。これらは世界的な約束事として決められています。