

の う じ ゅ つ

# 能術

無料プレゼント  
体験版

自分の世界の創り方を学ぶ

生きる知恵  
できる技能  
今役立つ能術



## はじめに

---

「頑張っているのに思い通りにならない」

誰しものが持つ苦しみです。

人の心や行動を自分が思うように変えることはできません。過ぎてしまった出来事を、変えることもできません。

他人と過去を変えることはできません。

しかし、自分と未来を変えることはできます。

能術は貴方と未来を変える気付きの第一歩になる、生きるための今役立つ知恵、できる技術です。

知恵は技能であり、技能は知恵です。

この冊子で能術の世界を体験してください。

## 大変化の時代に生き残るための能術

---

昨今、時代の流れが大きく変化していく中で、私達を取り巻く社会にもさまざまな変化が訪れました。

「今まで通り」が通用しない、「大変化の時代」の到来です。

日本的終身雇用制度が崩壊した今、大企業への転職に限らず、副業、投資、自立による起業など、さまざまなシーンにおいて、自分の根本的な人間成長や能力のアップを伴わなければ、目先を変えただけで同じことの繰り返しになってしまうのです。

厳しい話ですが、「大変化の時代」において、「今まで通りコツコツと頑張れば、確実に人生の階段をのぼっていける」という、戦後の教育制度の延長線の努力は意味をなさなくなりました。

実際に、漠然と「このままではいけない」という不安を抱え、資格取得やキャリアアップ、キャリアチェンジのための転職、あるいは副業、起業を目指している方も多いのではないのでしょうか。

今まで当たり前であり、当然と思っていたことを、一度思い切ってリセットして学び直し、実践することが必要な時代の到来です。

しかし幼児教育から大学教育までの20年以上を白紙に戻し、学び直すのは、たやすいことではありません。

多くの方は、「学び直してどうすればいいの？なにから手を付ければいいの？なにを学べばいいの？」と立ち尽くしてしまうでしょう。

そこで私達が提案するのが「能術」です。

「能術」とは能力開発術の略で、貴方自身の中に眠っている無限の可能性を引き出し、不可能だと思い込んでいた可能性を実現に引き寄せる「知恵」と「技能」であり、セルフコーチングのテクニックです。

能術を学び、能術を通して、自分の目の前にあることに今までとは違う考え方と行動で、真摯に柔軟に、諦めず取り組んでください。

なぜなら、社会に出てから時間が経てば経つほど、身に着けた知識や経験からの思い込み、習慣を変えるには、当然ある一定の時間がかかるからです。

能術はすぐに答えに結び付くものではありません。しかし、しっかりと能術のプロセスを学び、日々実践し、習慣化することで、生きることの根本姿勢が徐々に、しかし確実に変わります。

能術は決して新しい考え方ではありません。先人達、過去の偉人達が残したさまざまな物の考え方や生き方の知恵を、現代に生きる私達が実践しやすいように整理したものです。最新の量子物理学、量子生物学、量子脳科学、深層心理学の他、歴史や考古学などの学説や成果も取り入れ、現代社会において最適化しました。

つまり、すでになにかを成し遂げた多くの人達が、実践し、結果を出してきた、実績がある方法でもあります。

習慣的に実践し、時代の大きな変化に翻弄される前に正しく変える知恵が能術です。

人間は良くも悪くも、「習慣的に実践しているもの」になります。悪い習慣を続ければより悪い方向へ、良い習慣を続ければより良い方向へ、人生は進みます。

そこで、学び直しをする際に、今まで正しいと信じていた物を一度、素直な気持ちで手放し、能術を習慣的に実践してみましょう。

能術は人間にとってこの「手放す」ということが一番難しく、苦勞するとわかっているからこそ、逆に多くの方にとって学ぶ意義があるとわかっています。

しかし、貴方が能術を学ぶ中で自分を大変化させられれば、必ずこれから訪れる「今までの常識」が通用しない大変化の時代を乗り越えて結果・成果を引き寄せる力が身に付くはずです。

## 能術とは貴方に一体なにをもたらすのか

---

能術は「大変化の時代」を生き抜くための知恵と技能の結晶です。能術を身につけることによって、さまざまな悩みから解放されたり、自分には不可能だと思っていた可能性を引き出したり、結果・成果を引き寄せることができるようになります。

能術によって得られる効果・効能は、決して特別な力ではありません。脳は90%が意識して使われていないということをご存じでしょうか。この90%から引き出された力が、不可能を可能にします。

人間には意識している世界と、無意識の世界が存在しています。無意識の世界は、意識している世界の何倍ものボリュームがあり、「私にはできない」「常識的に考えたら無理な話だ」と思うことを可能にするだけの、大きなリソースが眠っています。

しかし、普段の私達は「常識」という言葉で自分自身の可能性を縛り付け、制限を加えて、無意識の世界にある可能性を引き出せない状態を自ら作っています。

「火事場の馬鹿力」という言葉を知っている人も多いでしょう。有事の際に自分を押しえ付けていた常識や当たり前の枷を取り払い、無意識の力を引き出して、とてつもない能力を発揮することを言います。それは瞬発的な偶然の力ではなく、貴方自身の中にある力であり、現代教育の中で押しえ込まれて「自分にはできない」と思い込まされているに過ぎない可能性でもあります。

能術では、無意識の力をいざという時に無我夢中で出すのではなく、安定して自分の意思で引き出し、自分の力や可能性を伸ばすための知恵として教えています。

能術は一朝一夕で簡単に身に付き、大きな効果を得られるものではありません。しかし、毎日続けることで習慣になれば、必ず貴方の人生を大きく変化させるでしょう。

## 習慣化を助けるハビットトラッカー

---

現代人はとても多忙です。そのため、「習慣を身につけよう！」と思い立っても、どうしても続かないというケースは少なくありません。

決心が弱いせいだ、自分の意志が足りないのだと自分を責めてしまう人もいるでしょう。しかし、多忙で疲れ切っていると、一人きりでは難しいこともあります。

そんなとき、自分を自分の伴走者とする方法があります。それが「セルフコーチング」と「ハビットトラッカー」です。

ハビットトラッカーは、自分が習慣化すると決めたことを「できたか」「できなかったか」というシンプルな二択で記録するツールです。

もっともシンプルなハビットトラッカーはカレンダーです。カレンダーに○×を付けていくだけで、「最近できていないから、今日こそはやろう！」と奮い立ったり、「いいペースで続けられている、今日も頑張ろう」とやる気が湧いてくるでしょう。

ハビットトラッカーによって自分の頑張りを可視化することで、自分自身を励まし、褒め、時に叱りながら進めることができます。

しかし、ハビットトラッカーとセルフコーチングだけでは、どうしても進めなくなることもあります。「自分はこれだけ積み上げてきたけれど、これでいいのだろうか」「他の人たちはどんな努力をしているんだろう？」と不安になることは、決して悪いことでも、不自然なことでもありません。

人間は社会性を持つ生き物ですから、自分自身で褒める以上に、誰かが一緒に伴走してくれることでより活力が湧いてくることは、ごく自然なことです。

そこで、私たち能術セルフコーチングラボでは、習慣化を助ける特製「能術ハビットトラッカー」と、フィードバックサービスを提供しています。

記録が付けやすく、より自分の努力を可視化できる能術ハビットトラッカーを利用することで、今まで以上にセルフコーチングがしやすくなるだ

けでなく、フィードバックサービスを利用すれば貴方が日々重ねている努力に対してさまざまな提案やフィードバックを行います。

どうしても達成したい目標がある時。絶対に習慣化したい事がある時。

一人で走り切るには不安な時。

やり遂げた喜びを、能術セルフコーチングラボと共有しましょう。

能術ハビットトラッカーのダウンロードやフィードバックサービスのお申し込みについては、以下の URL から詳細をご覧ください。



<https://noujutsu.imatococo.com/njht>

## 9割の人がわかっていない人生を変える能術の基本

---

能術では9割の人が「わかっている」と思いながら、本当は「わかっていない」以下の9つの項目について段階別に解説しています。

- ① 知っていることと、本当にわかっていること、できることは違う
- ② 目的と目標が即答できないと手に入る物事は少ない
- ③ 人は良くも悪くも「習慣的に実践しているもの」になる
- ④ 人生は徹底的に突き詰めることによってどんどん良くなる
- ⑤ 間違った方向の努力は人生の迷い人になるだけ —道理—
- ⑥ 学ぶことの目的は正しい方向に働く感性を磨くことにある
- ⑦ この現実世界は見えない力(無意識の世界)によって成り立っている
- ⑧ 人生を変えるコツは見えない力を使い熟す事と行動にある
- ⑨ 人生は物事に対する考え方がすべて、ただし考えることは重労働だ



## 能術基本五則

---

能術の数々の知恵の中から重要なのが、能術基本五則です。  
今回、体験版を申し込まれた方だけに能術基本五則を大要として、ご提供させていただきます。

能術基本五則をよく認識し、深く理解し、肚に落としながら誠実に取り組み、たとえ時間はかかったとしても当然のように成果結果につながり始めます。

能術基本五則の詳しい内容は[今後キンドルにて出版予定の電子書籍](#)の中で詳しく説明しています。キンドル版が公開されましたら、是非お読み頂ければと思います。

### 能術基本五則

第一則 「目に見えるものは目に見えないものからできている」という法則

第二則 「認識」という法則

第三則 「物事に対する考え方がすべて」という法則

第四則 「苦しみと癒し」という法則

第五則 「自立」という法則

## さいごに

---

ここまでお読み頂きありがとうございました。  
能術について、概要の説明をさせて頂きましたが、いかがだったでしょうか？

知っていることと、本当にわかっていること、できることは違うという、自分の認識を変えることから自分を変える第一歩となります。

未来を変える気付きの第一歩になる、生きるための今役立つ知恵、できる技術である能術を実践していただければ、幸いです。

別途メールにて能術の本編や書籍や特別キャンペーンなどご紹介させていただきます。

皆さんからの申し込みをお待ちしております。

能術  Self-Coaching Lab.

能術 無料体験 V0.1

発行 株式会社テクノウェイブ  
能術セルフコーチングラボ株式会社

※無断転載を禁ず