

この文書を読み、プロセスを実行することには、菜園的に考えてのケース面でのリスクはある。どのような橋にせよ、外在化後の内在化に伴う頭痛その他の体調不良の可能性はある。今の俺にはUCPが抜群に効くのだが、最初からそううまく行ったのではなかった。

精神病理的なリスクは小さいと思う。俺の義理の弟は精神科医だが、彼の目から見ても、俺の状態に悪化は見られないようだ。精神科医に信を置いているのではないが、彼らが俺に特に異常なところを見つけられないのは良いことだと思う。

社会的なリスクとしては、最小の橋の実践がそなたと教会との不仲を決定的にするリスクは大きい。

人生に関するリスクとしては、今のそなたの活動が何か強い思いに支えられていて、その思いの源がエングラムその他チャージを帯びた出来事であったら、チャージの解消後、その活動を維持できなくなるリスクはある。だが、これほどの橋にもあり得ることで、橋の実践はしばしば離婚や離職などにつながる。

最大のリスクは、世界観のリスクだと思う。マルクスは人が変わるにはまず社会を変える必要があると考えた。マルクスに関する好悪感情がどうあれ、社会を変えることをまず考えるのが政治家の資質の一部ではあるはずだ。ところが、菜園では、社会を変えなくてもそれぞれの人が変わればそれでいいし、人が変わればまあ社会も変わるだろうと考える傾向が強い。たぶん、これは菜園人がなかなか政治家になれない理由の一つだ。

ブリッジ 最小の橋

最小の橋は一つのセッションに丸ごと収まる小さなものだ。このような橋の第一の美德は、簡単に持ち運べることだ。そして、もう一つの美德は、すべてのプロセスが一般化されたものなので、時間さえかければ、精神を扱う医療機関や他の宗教の管理下にはないあらゆるケースに対して有効だということだ。その代わり、^{オーディティング}聴聞にはとても時間がかかる。実生活で具体的な変化が目立つようになるまで、20か年を要するかもしれない。

しかし、この最小の橋で最終的に到達可能なレベルは、技術全集第XIV巻と開業クラスXIIの発言から推察するに、教会の橋で2016年8月末現在に公開されている部分よりもさらに上になる。最小の橋は小さいが、著しく不完全な橋ではない。

目次

構築に関する方法論	2
実践に際しての基本姿勢	3
プロセス	3
メーター	3
リード	3
FP	4
ES	4
EP	4
汎用クリアリングプロセス (UCP)	4
L&Nエラーの修正	5
前処理	6
欠乏処理	6

問題処理.....	6
GPM処理.....	7
クリアーコグ.....	7
BT処理.....	8
BT処理開始後のリードの扱い.....	8
一瞥消去.....	9
GPM処理II.....	9
良い兆候.....	9
橋の拡張.....	9
モデルセッション.....	10
最初のモデルセッション.....	10
基本的な前処理のモデルセッション.....	10
問題を扱うモデルセッション.....	11
GPMを扱うモデルセッション.....	11
前処理のモデルセッション.....	11
BTを扱うモデルセッション.....	12
全てのプロセスを含むモデルセッション.....	12
上級モデルセッション.....	12
最上級モデルセッション.....	13
覚え書き.....	13
ケースの全体像.....	13
L&Nの歴史.....	14
L・ロン・幅度と自由領域.....	14
幅度の最晩年.....	15
ピンチテストからわかること.....	16
ピアノケース.....	16
R3RとR3RA.....	16
ケースと人格.....	17
L's.....	17
自由領域のブリッジ.....	17
GPM処理の概要.....	18
1日あたりのセッションの回数.....	19

構築に関する方法論

ソロで行えるプロセスだけを用いる。ただし、デュアルでそれらのプロセスを実行することも可能だ。

基本的に、幅度に由来するプロセスを使う。それ以外のものが必要になったら、幅度のものよりさらに一般的なもののだけを付け加える。

対象を絞り込まない。L&Nを避ける。扱う出来事をあらかじめ指定することも避ける。特定の人物がアイテムとして出てきたら、必ず一般化する。

実践に際しての基本姿勢

1960年前半ごろまでに、まともな訓練を受けた聴聞士ならば、セッション中に一言も語らなくても、PCにケースゲインをもたらすことができる。単純な方法も、聴聞士の技能次第で、大きな効果をもたらす。現代の教会の聴聞士の多くは、聴くということがまずできていないから、一言も語らない聴聞で成果を上げるのは難しい。

教会には未熟な聴聞士の失敗を修正するための手法が数多くある。一方、最小の橋では、単純な方法を繰り返し実践し、熟練度の高さで大きな効果を上げることを志向するので、頻繁な修正を予定しない。

最高の写真家が撮った写真については、修正の仕事は不要であろう。

プロセス

メーター

メーターを使う技能をすでに持っているならば、メーターを使ってもいい。しかし、最小の橋をソロで実行するならば、メーターは必須ではない。メーターを積極的に用いようとしないことには、技術的な理由がある。

メーターに関する教会の科学には、明らかにな誤りが一つある。感度の設定だ。缶を握る強さを変化させたときに測定される体全体の電気抵抗の変化は、ケースの状態と何の関係もない。缶を強く握れば、針の振れ幅は大きくなる。手が大きければ、針の振れ幅は大きくなる。メーター上のリードを使うならば、リードの中長期的集計に基づいて、感度設定を行うべきだ。コマンドの半数でリードまたはFNが見られる感度が最適だろう。

また、加齢の伴う神経伝達速度の変化も無視できない。高齢者のリードはタイミングが遅くなるが、これにも個人差もある。メーターを使うのがうまい聴聞士は、そういう個人間の微妙な違いに合わせて時間認識を無意識に調整できる特別な才能の持ち主なのだ。だから、メーターのこの使用法は万人に勧められることではない。

一方、メーターでは、リードを用いず、TA（体の電気抵抗の測定単位）の変化を測定することでも、チャージの有無の判定などが可能だ。^{preclear}被聴聞者に何かについて話してもらい、TAの値が下がれば、話題は処理すべき対象だ。TAの値が上がるならば、話題そのものは処理すべき対象ではないが、それに関係した何かが処理すべき対象であることが多い。この場合、感度は4と8の間のちょうど真ん中に設定するのが良いだろう。TAによる判定ならば、才能を必要としない。

リード

メーター上でのリードは、プロセスがその時点で処理できるチャージが存在することを示す針の動きで、通常は右向きだ。小さなフォール（sF）、フォール（F）、大きなフォール（LF）、大きなフォールとTAの下落（LFBD）に加えて、フローティングニードル（FN）が左に振れている間の一時停止（CFN）とロケットリード（RR）も含まれ、通常、コマンドを言い終えた瞬間に起こる。前処理では、コマンドを言い終えた時点より少し前に起こってもリードとする。

TAを用いる場合、TAが下がるのがリードに相当する。明確な基準はないが、最小でも0.05TAくらいはほしいところだ。この文書ではそういうTAの下落も「リード」と呼ぶ。

#3 Where might you be? (あなたはどこにいたことがありえそうですか?)

#4 Compare that with where we are. (そことあなたが今いるところを比べてください)

手順: loop(#1 → loop(#2) → FP → #3 → loop(#4) → FP) → FP

#1で被聴聞者はこれまでいたことがある場所や状況を想起する。英語の「where」は「場所」だけではない。#1ではすぐ浮かんできた答えを扱うべきで、もちろん、それはチャージのある過去の出来事に関係しているかもしれないし、特にそうではないかもしれない。そして、#2で被聴聞者はその場所や状況を現在の場所や状況と比較する。#2を何度か繰り返すのは、UCPの考案者と俺の協議の結果だ。

#3で被聴聞者はこれからいることになるかもしれない場所や状況を想像する。ここでは非現実的な答えも除外されていない。#4の扱いは#2の扱いと同様だ。念のために言うと、「FP」は「flat point」のことで、「3回行って変化が見られなかった」を意味する。

ソロではもちろん「you」を「I」に変更する。熟練したソロ聴聞において、このプロセスでは、コマンドを自らに与えるということを意識せず、ただ手順を実行する。

最小の橋においては、UCPは主に内在化を処理するために用いる。

内在化というのは、肉体に対して外在化した後で肉体に戻ってくることだ。ベイランス(借用された他者の人格)とはほとんど関係がない。

人は肉体が死ぬと必ず外在化する。だから、健康に生きているときでも、外在化すると、過去の肉体の死を再刺激してしまうことがある。過去の肉体の死は非常に多いので、再刺激された状態のままに肉体に戻ってしまうと、肉体側に頭痛などが起こる。緊張性の頭痛のほとんどは内在化と関係がある。

UCPは内在化の瞬間そのものに触れずとも、状態を緩和し、再刺激を和らげる。だから、内在化の瞬間を突き止める必要はない。これは、教会での終わりなき内在化の終わりのランダウンと同様だ。

L&Nエラーの修正

生活の中でもふとしたことでL&Nが始まってしまうことがある。

コマンドや何かのきっかけでチャージがあるものを含んでアイテムを列挙し、最もチャージがあるアイテムがまだ見つからないのに放置された状態が、典型的なL&Nエラーである。例えば、ストレスを感じているのに、その本当の原因がどれなのかかわからないで悩んでいる、というのはL&Nエラーになっている可能性が高い。学生なら、以前は得意科目だったのが、今では苦手科目になっているものがある、その原因がわからずに悩んでいるのもL&Nエラーになっている可能性がある。「自分探し」をしている人もL&Nエラーが起こっている人が多いと思う。「アイデンティティの危機」なんてのもそう。

GPM処理をこなせるのであれば、L&Nエラーを修正することができる。

L&Nエラーを修正するには、コマンドに応じて列挙されるアイテムを1つに絞り込もうとせず、それぞれからチャージを取り除くのが一番良い。アイテムからチャージを取り除くには、リードがなくなるか、チャージの解放が起こるまで、必要に応じてボタンを押しながら、それを呼称すればいい。例としては次のようになるが、途中で大きなチャージの解放が起これば、修正はそこで完了する。メーターを使っていれば、修正が終わったときに、FNが現れるはずである。

「誰または何がナマズを捕まえたいか?」^R → 「漁師」^R → 「漁師」^R「漁師」^R「漁師」 → 「漁師に関して、何かの抑圧?」^R → 「漁師」^R「漁師」 → 「漁師に関して、何かの否定?」^R → 「漁師」 → 「漁師に関して、

何かの抑圧？」 → 「漁師に関して、何かの否定？」 → 「誰または何がナマズを捕まえたいか？」 → FNあるいはリードなし

前処理

セッションの妨げになる再刺激を一時的に取り除くのが前処理の目的だ。^{ルードメント}

#0 頭痛 → UCP → セッション終了

#1 「内在化に伴う困難？」¹R → UCP → セッション終了

#2 「L&Nに伴う困難？」^R → L&Nエラーの修正、または、ES [→UCP]

#3 「気分を害した？」^R → ES

#4 「現在の問題？」^R → セッションを終了し、問題をなんとかする。そして別の日にセッションを予定する

#5 「見逃された隠し事？」^R → 時点、内容、見つけそうになった人、その人の行動を突き止める。見つけそうになった人は複数存在するかもしれない。 → ES

前処理がうまくいかないときや、聴聞が全体的にうまくいかないときには、聴聞を1ヵ月休む。最小の橋はケースに坑道を掘るのではなく、ケースを擂鉢状に削るものなので、修正はすべて休むことによっても可能になる。

外在化の後で肉体に戻ってくるのが内在化だ。内在化に伴って、様々なチャージが再刺激されることがある。教会でも、内在化に伴う困難は終わらな^{The End of Endless Int Rundown}き内在化の終わりのランダウンでも想起で処理される。頭痛があり、病気によるものでなければ、ほぼ確実に内在化と関係しているので、リードを確認せずにUCPを行い、そこでセッションを終了する。

L&Nに伴う困難では、必要に応じて、より以前の出来事にさかのぼる。この処理がうまくいかなかったら、UCPを行う。

#3の処理では、出来事を再体験するのではなく、ただ、過去に起こったことを意識するだけだ。

欠乏処理

欠乏の処理がクリアーコグにつながることはほとんどないが、長く続ければ、実生活では有益になると思う。

処理の対象は一般化かつ具体化するほうがいい。

#1 「欠乏がありますか？」^R → 処理の対象を得る

#2 「<対象>を浪費する方法を教えてください」

手順: #1 → loop(#2) → FP

問題処理

これはちょっと菜園を学んだ人なら大抵は知っているけれど、意外にもあまり使われていないプロセスだ。

#1 「問題がありますか？」^R

#2 「その問題について嘘をついてください」^R

どちらかにリードがあれば有効だ。

¹ この質問を「生きることに困難はありますか？」に置き換えてはいけな^い。より広い意味での内在化は、あらゆる内在化だ。例えば、ある宇宙に閉じ込められたのも内在化だ。

手順: #1 → loop(#2) → FP

GPM処理

ソロのセッションを250回以上こなしたら、GPM処理もできるようになっていると思う。「GPM」は「goal problem mass」の頭文字で、これはゴールの追及の過程で幾多の生涯を経て蓄積された巨大なチャージの塊を意味している。この文書では、幅度が考案したGPM処理のうち、もっとも単純な「無人島版」を用いる。

「ゴール」は何らかの目的、「ターミナル」はそれを追求する存在、「反ターミナル」はターミナルに対抗する存在である。

- #1 「ゴールを見つけてください？」^R
- #2 リードがある最初のゴールを見つける。
- #3 「誰または何が<ゴール>したがるでしょうか？」^R
- #4 リードがある最初のターミナルを見つける。
- #5 「<ターミナル>」(ターミナルを言う)
- #6 「誰または何が<ターミナル>に反対したがるでしょうか？」^R
- #7 リードがある最初の反ターミナルを見つける
- #8 「<反ターミナル>」(反ターミナルを言う)
- #9 「誰または何が<ゴール>したがるでしょうか？」
- #10 リードがある最初のターミナルを見つける。
- #11 「<ターミナル>」(ターミナルを呼称する)
- #12 「誰または何が<ターミナル>に反対したがるでしょうか？」
- #13 リードがある最初の反ターミナルを見つける
- #14 「<反ターミナル>」(反ターミナルを呼称する)

手順: #1 → [#2 → #3 → #4 → loop(#5) → アイテムにリードがなくなる → #6 → #7 → loop(#8) → アイテムにリードがなくなる → loop{#9 → #10 → loop(#11) → アイテムにリードがなくなる → #12 → #13 → loop(#14) → アイテムにリードがなくなる}] → EP

各GPM処理のEPはかなりの量のチャージの解放または消去だ。FPと違い、EPにはコグ、安堵感、解放感などを伴う。

EPの前にアイテムやリードが尽きてしまったら、反対側のアイテムでリードがあるものを探す。ターミナルを探しているうまくいかなければ、反ターミナルの側に移ってみる。逆も同じだ。

それでもだめならば、前処理を行い、プロセスに戻る。

それでもだめならば、UCPを行い、セッションを終える。その後、1か月の休みを取り、ゴールのリードを再確認する。リードがあればそのゴールについてプロセスを続ける。

同じゴールを処理する回数に制限はない。

クリアーコグ

クリアーを作るには、一般に、大姉を実行するかいくつかのGPMを処理する必要がある。そして、処理対象に前世の出来事を含めなければならない。だが、実際には、オブジェクティブズおよびそれより上のどのグレードでも、クリアーになる人がいる。— ^{blow by inspection} 警消去があるからだ。問題はイングラムであるとは限らないが、イングラムは問題の一

種だ。オバートはイングラムであるとは限らないが、イングラムの多くはいずれかのフローのオバートだ。ARCブレークはイングラムであるとは限らないが、イングラムはARCブレークの種類だ。サービスファクシミリのほとんどはイングラムに直結している。一瞥消去が起こる人は、低いグレードで扱う対象として、イングラムの鎖を消去する。言い換えれば、彼らにとって、低いグレードは大姉になることがある。クリアーコグはきちんとした大姉聴聞で生じることが多いが、実は、時間の軌跡上扱う範囲に制限を設けなければ、どのようなプロセスにおいても、日常生活においても、クリアーコグが生じることがある。

かなりの数の人々は、クリアーコグが生じれば、それだとわかる。しかし、既にクリアーになった人に認知してもらうことが望ましい。

運悪く誰かからクリアーコグがどういうものなのかあらかじめ聞いてしまった人については、客観的にクリアーかどうかを判断する手段がない。だが、聴聞を続けていくと、自分自身が納得できる本物のクリアーコグが生じると思う。

聴聞を受ける前に最初からクリアーだった人には、当然、聴聞中に新たにクリアーコグが生じることはない。だが、「どうしてあなたは自らがクリアーだと思うんですか？」という質問に対し、クリアーコグと同じ内容を含む返答ができるはずだ。

BT処理

ほとんどの人のテレパシーが他の人に届かないのは、BT群にさえぎられているからだ。だが、BTに対しては、テレパシーが届く。

BTは体の内部、表面、周囲にいる他の魂だ。彼らは通常休眠状態にあるが、テレパシーを用いて聴聞を施すことができる。BT処理での聴聞は概念的なテレパシーを用いて行われるが、あまり感情を込めてはいけぬ。

本来、BT処理は極めて単純なもので、うまくいかない場合に備えて幅度は様々な手法を用意したが、むしろ、単純なまま使い、手順の習熟で効果を狙うほうがいい。

#1 BTを見つける。メーターを使っていれば、反応があるはずだ。

#2 「あなたは何ですか？」

#3 「それになる前に、あなたは何でしたか？」

#4 BTが去っていなければ、BTに対してUCPの#1と#2を用いる。

手順: { #1 → #2 → loop(#3) → #4 } → EP

それぞれのBTの処理のEPは、そのBTがいなくなることだ。

うまくいかなければ、前処理を行い、プロセスに戻る。前処理のリードはBTから生じていることもある。

それでもだめならば、UCPを行い、セッションを終える。その後、1カ月の休みを取り、件のBTがまだ存在するかどうかを再確認する。存在していれば、そのBTについてBT処理を続ける。

BT処理の最終現象は、魂の本来の知覚の回復だ。これを人生に対して起因になった状態と考えても間違いではない。ほとんどの人にとって、そこに到達するには、長い長い時間がかかる。

BT処理開始後のリードの扱い

BT処理開始後には、前処理からGPM処理まで、すべてのリードについて、自分のケースでのリードなのか、BTのケースでのリードなのかを意識する必要がある。リードがあるのに、自分自身に該当するチャージなどがまったく見つからなければ、BTからのリードだ。

前処理では対象をBTとすることもある。BTからのリードを扱うのは前処理とBT処理に限られたことで、他のプロセスではBTからのリードを扱わない。BTへの前処理はもちろんテレパシーを用いる。

一瞥消去

ケースの状態が極めて良好であれば、GPMやBTをちらりと見ただけで消去や解消するということも起こる。

GPMに関して一瞥消去が起こるようになれば、ケースレベルは新旧OT VIIIをおそらく超えている。

GPM処理II

GPMを一瞥消去できるようになった場合に、GPM処理をGPM処理IIと入れ替える。

#1 「ゴールを見つけてください？」^R

#2 「そのゴールが生じたのはいつですか？」

#3 「その直前に何がありましたか？」

これでうまくいかない場合には、通常のGPM処理を行う。

良い兆候

面白い人になろうとしていたら、うまく行っていない。他の人のことを面白いと思っていれば、うまく行っている。これはトーンスケールを眺めればわかるはず。

すごいコグのようなが出てくるときには、うまく行っていないことが多い。「そういえばいつの間にかそんなことに悩まなくなっていた」とか、「実は最初から簡単なことだった」みたいコグが出てくるときにはうまく行っていることが多い。能力が向上するにつれて、それまで抱えていた問題は小さくなっていく。だから、うまく行っている時のコグは、たいてい、表現の上では地味なものだ。すごいコグも無意味ではないが、そういうのが連続していれば、能力の向上の割に、扱っているプロセスが強すぎる。

解決すべきことが次々に見つかれば、うまく行っていない。解決しなくてもいいことが多くなれば、うまく行っている。例えば、年収が300万円の人にとって、1000万円の負債は大きな問題だが、年収が3000万円になれば、焦る必要がなくなる。年収が3億円になれば、借金をほとんど気にしなくなる。

「いい人」と思われていればうまく行っていない。「いいかげんな人」と思われていれば、うまく行っているかもしれない。そなたに孤独な人生を送ってきた彼女がいるとする。その彼女が最小の橋を実践し、聴聞が効果を発揮すれば、彼女は数多くの友人に囲まれ、そなたとのデートをキャンセルすることもちよちよあるようになるかもしれない。

自分より若い人に説教をしていればうまく行っていない。自分より若い人から学んでいればうまく行っている。なぜならば、面白い人になろうとしていたら、うまく行っていないからだ。他の人のことを面白いと思っていれば、うまく行っている。

橋の拡張

コグにコグを重ねようとしてはいけない。自分のセッションの中に気が付いたことに基づいて、新しいプロセスを考案してはいけない。ケースにはプロセスの効果を妨げようとする様々な性質がある。新しいプロセスを考案する場合、参考にすべきなのは他者のセッションや意見だ。

モデルセッションに何かを付け加えたいとなった場合、その時点から、少なくとも3カ月は待つほうがいい。PCが自分でケースを何とかできるのであれば、最初から聴聞を行う必要もない。PCはケースに対して弱い存在だ。ケース監督がPCの要望に即応すると、PCがセッションをコントロールすることになり、ケースの軽減を妨げる。最小の橋を拡張

しようとする、実践者はPCと聴聞士だけでなく、ケース監督も兼ねる。そのため、自分自身の要望に即応することを避ける知恵を必要とするようになる。

モデルセッション

いずれのモデルセッションも、実行前に人形をPCに見立て、自らは聴聞士役を演じることで、様々な状況への対処を練習をすべきである。優れた聴聞士はコーチがない時も練習を積んでいる。ソロ聴聞士にも、通常の聴聞氏としての練習が有益で、ケースの状態次第では不可欠ともなる。

実際のセッション中には手順をメモした紙片などを使ってもよい。

実践に際して、良い兆候が出ているかどうかには注意してほしい。良い兆候が一つも見られないのならば、何か不手際や間違いがあるか、あるいは、ケースレベルに対して強すぎるプロセスを実行している。大げさなコグが何度も続くようであれば、1ヵ月間、休むか前処理のモデルセッションだけを行うのがいい。

ソロプロセスに必要な時間はプロセスごとに異なる。GPMを扱うようになれば、1つのGPMの処理に何日かかることもあるだろう。そういう場合には、FPで各セッションを終え、複数のセッションでプロセスを完了することになる。

1日のセッション時間は人それぞれだが、生活が全体的にうまくいき、なおかつ、セッションに興味を持ち続けられるように、量を時々替えならば、調整していくといいたいだろう。

最初のモデルセッション

Step 1 「これはセッションです！」（ソロでは声に出す必要がないが、ためらいのない意図を持ってセッションを始めるべきだ。今後、「TITS」と表記する。）

Step 2 UCP → FP

Step 3 「セッションを終わります！」（ソロでは声に出す必要がないが、ためらいのない意図を持ってセッションを終えるべきだ。今後、「EOS」と表記する。）

最初のモデルセッションを1日1回、合計20回行えば、コマンドの実行とFPの感覚を十分につかむことができるだろう。

UCPにも一時的なオーバーランはある。だから、UCPだけのモデルセッションを行っている間も、1日に1回行うのが良い。

想像上の出来事であっても、実際の出来事に関係したりすることが多いので、特に区別しようとする必要はない。

UCPは出来事そのものを大姉的に扱うのではなく、過去と現在、未来と現在を、FPまで比較するものだ。初期段階でUCPに期待されるのは、チャージの消去ではなく、一時解放だ。

基本的な前処理のモデルセッション

Step 0 頭痛その他の体調不良がない日を選ぶ

Step 1 TITS

Step 2 前処理

Step 3 EOS

これは新OT Iを小さくしたようなものだが、UCPによる内在化処理も含まれる。

リードはメーターを使って確認してもいいし、呼吸などの体の反応を使ってもいい。ただし、体の反応を使う場合、技術全集第1巻のPABなどを少しずつでも読んでいくことが望ましい。いずれの方法でもよいが、リードの感覚をしっかりとつかまなければならない。ボタンもちゃんと使わねばならない。

リードがなく、何もせずに終わることもたびたびある。

このモデルセッションも1日1回、合計20回行えばよいだろう。

問題を扱うモデルセッション

Step 1 TITS

Step 2 前処理

Step 3 欠乏処理

Step 4 問題処理

Step 5 EOS

低いグレードをぎゅっと小さく圧縮したモデルセッションだ。

リードがなく、何もせずに終わることもたびたびある。

目安として、これを250回行う。欠乏処理や問題処理は、時折、コグや安堵感を伴ったEPに達する。このEPの感覚をつかんでおくことが、次のモデルセッションにはどうしても必要になる。

GPMを扱うモデルセッション

Step 1 TITS

Step 2 前処理

Step 3 欠乏処理

Step 4 問題処理

Step 5 GPM処理

Step 6 EOS

幅度の「無人島に流れ着いた場合にやるべきこと」に、前処理、欠乏処理、問題処理を加えたもの。

たいていはそうだと思うが、まだクリアでなければ、これを1日1回行う。ただし、途中で大きなコグが出たら、また聴聞をやりたくなるまで、好きなだけ休みを取っていい。

クリカーコグが生じたら、このモデルセッションは終了する。

クリアコグは誰かに認知してもらったほうがいいのかもわからないが、自分でそれに確信が持てればそれでもいい。

前処理のモデルセッション

最小の橋の実践の前にすでにクリアである人は、問題を扱うモデルセッションの次に、GPMを扱うモデルセッションを省き、この前処理のモデルセッションに移る。

Step 1 TITS

Step 2 前処理

Step 3 EOS

この段階では、少なくとも1年間、これだけを行ってほしい。気が向いたときに1日1回行えばいい。毎日行う必要はない。

クリアーは非クリアーに比べて感情的に正しいことが多い。もともと持っている知力や行動力には個人差があり、クリアーより有能な非クリアーはいくらでもいる。しかし、明確な目標を設定できれば、正しい判断に良好な感情が伴う確率は、クリアーのほうが圧倒的に高い。この特質を生かすことに慣れるために、クリアーはしばらく実生活でいろいろ試すべきなのだ。

ここで、もう橋は不要だと思えるならば、実践をそこでやめてしまっても構わない。

BTを扱うモデルセッション

Step 1 TITS

Step 2 前処理

Step 3 欠乏処理

Step 4 問題処理

Step 5 BT処理

Step 6 EOS

BT処理が効果を発揮していれば、良い兆候は確実に現れる。BT処理はじわじわとそなたの存在を大きくし、そなたに対して人生をじわじわと小さくしていく。

BT処理を始めた後は、リードの扱いに気を付けること。

このモデルセッションを始めた後に、良い兆候が持続し、その間にOT能力の発現のようなこと——つまり、念動、BTではなく人に対する精神感応、他者の肉体の一時的乗っ取りなど——が1回でもあったら、次のモデルセッションに進む。

全てのプロセスを含むモデルセッション

Step 1 TITS

Step 2 前処理

Step 3 欠乏処理

Step 4 問題処理

Step 5 GPM処理

Step 6 BT処理

Step 7 EOS

この段階は特に穏やかにケースを扱う必要があるようだ。理論的根拠はないが、この段階には突然の転落が多いことを、菜園の歴史は示している。

前処理以外で、リードがある何かを一つ処理したら、セッションをそこで終える。GPM処理でリードがあれば、GPMを一つ処理したら、そこでセッションを終える。

人生で成功を掴み、なおかつ、日々穏やかに過ごせているならば、それがおそらくこの段階のEPなのだろう。

上級モデルセッション

俺自身はまだこの段階に到達していない。

Step 1 TITS

Step 2 前処理

Step 3 欠乏処理

Step 4 問題処理

Step 5 GPM処理II

Step 6 EOS

大きなコグが生じたら、セッションを終える。そうでなければ、リードがあるステップをすべて実行する。

BTは無数に存在する。だが、BTをいつでも一瞥解消できれば、もうBT処理を行う必要はない。

幅度の理論が正しければ、ここで扱うGPMはインプラントと無関係のものばかりになっているに違いない。

最上級モデルセッション

Step 1 TITS

Step 2 チャージが残っている出来事を見つけ、必要なら、その出来事の直前に起こったことを突き止める。

Step 3 EOS

もはやリードのチェックもいらぬ。

生活の中で、新しく生じるチャージの量を消えていくチャージの量が圧倒的に上回れば、聴聞も必要がなくなる。

覚え書き

ケースの全体像

ケースの全体像はこんな感じだ。

表層

↑

各種再刺激

インプラントGPMケース

BTケース

当人のGPMケース

↓

深層

各種再刺激は前処理、低いグレード、ダイアネティクスである程度軽減されもするが、なくなる。

インプラントGPMケースは大姉やR6EWからCCで消去される。ヴェイランスなどアイデンティティーに関するケースの大部分もこれで解決する。

インプラントGPMケースが消去されると、BTケースが見えてくるので、まずはそれを処理しなければならないが、この時点でも、各種再刺激は存在し続けている。

BTケースがある程度軽くなると、当人のGPMケースが見えてくる。幅度の晩年もこの状態だったらしく、彼がBTだと信じた何かに対して叫んでいたが、ケースの状態は悪化し続けた。一般的なGPM処理が廃止され、ブリッジから取り除かれたのは間違いだったと思う。

BTケースが見えている状態で、再びダイアネティクスを行うのは至難の業だ。扱っている出来事が当人のものか、BTのものか、わからなくなることが多い。クリアーに対してダイアネティクスを使わない理由でもある。

だが、準OTはいずれ当人のBTもGPMも一瞥解消や一瞥消去ができるようになると思われる。

L&Nの歴史

L&Nを使うことは聴聞において近道の発見につながるが、危険な行為でもある。

L&NはPCがコマンドにこたえて列挙したいくつかのアイテムの中から、ケース部分の要となっているアイテムを選択することで、聴聞にかかる時間を大幅に削減することを狙う手法だ。

L&Nという手法の確立に向かう流れは、最初、「あなたのゴールは何ですか？」のようなコマンドに対し、アイテムをPCに列挙させることから始まった。アイテムを一つ一つを処理していた時代もあったが、チャージを取るに足りないほど軽い場合もあるので、まずはアイテムから表面的なチャージを取り除くことが考案された。その時に使われるようになったのがプレプチェックだ。

A「あなたのゴールは何ですか？」

P「ナマズをとることです」

A「わかりました。ナマズをとることについて、何かがサプレスされましたか？ ナマズをとることについて、インバリデートされましたか？ ナマズをとることについて、注意深くなっていることがありますか？ ナマズをとることについて、言いそびれたことがありますか？ ナマズをとることについて、ノットイズされたことがありますか？ ナマズをとることについて、プロテストされたことがありますか？ ナマズをとることについて、提案されたことがありますか？ ナマズをとることについて、エバリュエートされたことがありますか？ ナマズをとることについて、間違いがありますか？」

リードのあったプレプチェックボタンについて、PCは答えるように促され、これはプレプチェックボタンがリードしなくなるまで続けられた。その後、再び「ナマズをとること」が読み上げられ、リードがなければ棄却され、リードがあればゴールとして処理された。

歳月が流れ、リスト全体に並んだアイテムを読み上げ、最後までリードが残ったものを選択すればよいことが分かったため、プレプチェックは一時期ほとんど使われなくなった。要のアイテムは読み上げられれば必ずリードが発生する。サプレスやインバリデートなどのボタンは必要がない。教会では、今でも、グレードIVのL&Nにてサービスファクシミリではないアイテムが残ってしまった場合に、そこからチャージを取り除き、再びL&Nを継続するために用いられるが、これは例外的な使い方だ。

リストは長くなることもあり、ワークシート数十枚に及ぶことさえあった。

『L&Nの法則』として菜園教会のオーディターが暗記させられているものの内容は、多くの誤りを含んでいる。

L・ロン・幅度と自由領域

自由領域の人間として、時折繰り返し言及せねばと思うことがいくつかあり、その一つが菜園人の規律だ。

15. To stress the freedom to use Scientology as a philosophy in all its applications and variations in the humanities.

16. To insist upon standard and unvaried Scientology as an applied activity in ethics, processing and administration in Scientology organizations.

「the freedom to use Scientology as a philosophy」→ 俺たちには宗教ではなく哲学として菜園を使う自由がある。

「all its applications and variations」→ 教会で現在使われているプロセスだけでなく、全ての使い方および変更が認められている。

「standard and unvaried Scientology as an applied activity in ethics, processing and administration in Scientology organizations」→ 菜園オーグでは、倫理、聴聞、運営において、規範的で変更のない菜園を使わなければならない。

自由領域は幅度や菜園を裏切っていない。自由領域は菜園人の規律で予期されている存在なのだ。今度は、KSWシリーズを見てみよう。

KSW #1のRemimeo指定は、もともと、かなり限定的だった。

Remimeo
Sthill Students
Assoc/Org Sec Hat
HCO Sec Hat
Case Sup Hat
Ds of P Hat
Ds of T Hat
Staff Member Hat
Missions

KSW #5Rでも、

Remimeo
Applies to All SHs and Academies
HGCs
Mission

となっている。そなたが教会に通っているものでなければ、本来、そなたはKSWシリーズの適用外になる。もちろん、現在の教会が菜園人の規律に従うかどうか、俺に確信があるのではない。

幅度の最晩年

検死報告には、幅度の体に 向精神薬ヒドロキシジン(ヴィスタリル) の痕跡があったと記されている。彼自身はブリッジをうまく渡れなかったのだ。

当然、このことは、菜園教会が提供しているブリッジについて、俺たちに疑念を抱かせる。

[ケースの全体像](#)を振り返ってみてほしい。幅度が最晩年に行っていたとされているのは、BTケースの処理らしい。しかし、ケースの中核ともいえる部分は、当人のGPM(actual GPMs) なのだ。実際、様々なエングラムやインプラントGPMをNEDで処理し終えた後も、前処理にはリードがある。BTケースの処理に入っても、やっぱり前処理にはリードがある。前処理にリードがあるということは、GPMケースが残っていることを意味する。

新OT IIIから新OT VIIまで、ほとんどの聴聞はBTケースを扱うものになり、低いグレードやGPMはきちんとした処理を受けない。GPMを一般的に処理するプロセスが使われなくなったことで、準OTはバイパスされたチャージを以前より抱えやすくなったのだと思われる。幅度もそういう気の毒な準OTの一人だったのかもしれない。

準OTのアドバンスプログラムには、ソロでもいいので、低いグレードを時折組み込んだほうがいい。

ピンチテストからわかること

ピンチテストでは、皮膚をつまむ力が強すぎると反応が小さくなる。適度な強さで、ほんの一瞬つまむと、LFBDが出る。

だから、メーターを使う場合にはある程度反応がある出来事を扱う。ティックもチャージの存在を示しているが、ティックしか出ない場合、チャージが大きすぎることもあるので、その時点では出来事を扱わない。

チャージが大きすぎる出来事をうまく避けながら、ケースレベルに応じた出来事をうまく選択して扱えるようになるのが、SHSBCの眼目の一つでもあった。この話は生徒の帽子に出てくるが、時に疑問を持つ生徒がいるので、年季の入ったコース監督は手製の資料集を用意していたりする。

ピアノラケース

ピアノラケースあるいはワイドオープンケースと呼ばれるタイプのPCがいる。俺もその一人だ。ARC SWでOT IIで扱うはずのケース要素が見えたりするのがピアノラケースだ。逆に、記憶の中で最初のうちは知覚が著しく遮断されているケースもある。

ピアノラケースと遮断ケースを比べると、実は、菜園から実生活上での変化を得やすいのは後者だ。

遮断ケースだと、セッション中にしょっちゅう眠り込んでしまうこともあるけれど、グレード0が終わったら、本当にコミュニケーションの達人になり、営業で稼いで20歳でポルシェ911に乗っていたりする。あるいは、オブジェティブズが終わった後、醜悪なる容姿にもかかわらず、富豪の美しい妻を口説き落として倫理課送りになってしまうなんてのも、遮断ケースに多い。

ピアノラケースはいったん過去の生涯を一つでも開くと、その後は、聴聞中のどんな質問にもほぼ即答する。グレードはすいすい進むし、修正アクション中の大姉セッション2回でクリアになってしまったりする。でも、ピアノラケースはPCの中で特に不幸な人々で、実に長い間、実生活上ではほとんど何の変化も起こらない。ピアノラケースに関する研究は不十分で、少なくとも教会には、はっきりとした打開策がない。

俺は教会を去り、ソロを続けて21年目になる去年から、昔のコグが時間差で実生活に反映され始めた。かつて、彼女はいたりしたけど、友人はいなかった。今は雪原を転がる雪玉のように友人が増えていく。視力はクリアになっても上がらなかったが、今はちょっとだけ上がっている。妹はもう矯正しても自動車の運転もできないほどの近視持ちだが、俺は同様の遺伝子を持ちながら大丈夫だ。かつては人工知能を駆使しても相場で利益を上げるのが難しかったが、今は移動平均とストキャスティクスだけで楽に利益が上がる。

ピアノラケースでは時間がかかるけれど、橋のある程度のところまでたどり着けば、ピアノラケースも遮断ケースも得られる結果の違いは小さくなっていく。

憶測だが、遮断ケースは当人のケースが重く、BTケースが軽い人だろう。一方、ピアノラケースは当人のケースが軽く、BTケースが重いようだ。両方が重い人に俺自身は会ったことがない。ここにも謎が残っている。

R3RとR3RA

規範的ダイアネティクス(R3R) の手順から:

If you run a lock, secondary or engram through TWICE and it does not erase, you ask for an earlier similar incident related to the somatic being handled.

新時代ダイアネティクス(R3RA) の手順から:

An auditor should never solidify a pc's bank by putting him through an incident TWICE, when by observation of the TA it is clear that the incident has gone more solid by the end of the FIRST run through.

手順本体ではここが最大の違いだ。規範的大姉では出来事を少なくとも2回通して再体験させるが、新時代大姉では、1回目でTAが上昇すれば、2回目を行うのではなく、より以前の似たような出来事を探す。TAが上昇しているにもかかわらず、2回目をやってしまうと、バンクが固くなる(solidify a pc's bank)。

ケースと人格

インプラントGPMケース、BTケース、当人のGPMケースのそれぞれの重さが、人格や個性の形成に深く関与している。

- ・ インプラントGPMケースが重い人：行動力が強く、分析力が弱い。クリアになっていく段階ですこぶる有能になる。
- ・ BTケースが重い人：行動力が弱く、分析力が強い。準OTレベルの後半あたりでようやく実生活に変化が始める。
- ・ 当人のGPMケースが重い人：行動力と分析力を備え、人を引き付ける英傑型の人だが、ある時、唐突に自己破壊的な行動を始めることもある。たぶん、幅度はこのタイプの人だった。

インプラントGPMケースが重い人には、人生と社会を理解するためのフレームワークを持つことが役に立つ。

BTケースが重い人には、コミュニケーションの技術を磨くことが役に立つ。

当人のGPMケースが重い人には、たぶん、若き日の自分自身から学ぶことが役に立つ。幅度は人を自由にするために菜園を創始したのだから、シーオーグなど作ってはいけなかった。彼は自身が決めたオーディターの規律や菜園人の規律にもっと忠実であるべきだった。

L's

L'sに関するHCOBを読んだところ、L&Nが使われている。

L'sは新OT XIIあたりまでのレベルから派生したものだと言われている。L'sには一般的なGPM処理の一部が含まれているから、やはり、一般的なGPM処理は新OT VIIIより上のレベルに移されたのだろう。

技術全集を1970年の終わりまで読破すれば、もう、新OT XIIまでのことはおおよそ分かっていることになると思う。

自由領域のブリッジ

算盤はあまり良い習い事ではない。四則演算が極めて高い子にとって、中学生くらいまでの数学では、四則演算の力技で解ける問題が多い。だから、数学力を養うべき用意された問題が、算盤が得意な子にとって、数学の資質の向上に寄与しないのだ。

中途半端な運動能力は、かえって当人を不幸にする。アメリカでは、NBAの選手だったのにホームレスに転落する人がいる。日本だと、元Jリーグ選手で、パチンコ屋の下働きをしている人もいるだろう。運動能力が高かったため、他の能力があまり伸びなかったのだ。

菜園の橋でも同じことが起こる。

教会の橋では、細かくレベルが区切られていて、人は遅かれ早かれどれかのレベルでいずれかの能力に大きな向上を経験する。すると、その能力に大きく依存して生きようになり、それ以外の能力をあまり使わなくなる。クラスXIIの聴聞士は聴聞にあまりにも向いているので、他のことがあまりに不得意になってしまうのだ。

旗陸基地のふわりと優しいクラスXIIの方々が、全方位に能力を発揮する邪悪な英傑型に立ち向かえるはずもない。

自由領域のあるいくつかの橋には、特定の能力の突出ではなく、全体的な能力の向上を目指すべく組み立てられているものが多い。

自由領域の簡略な多くの橋は、教会の大掛かりな橋とは違う利点を有していて、教会菜園人とは異なる種類の強さを実践者にもたらす。

GPM処理の概要

聴聞で最初に処理することになるのは、時間軸上で最も遅く発生したターミナルだ。ゴールが「大金を稼ぐ」なら、「貧乏派遣社員」のようなものが大金を稼ぎたいターミナルとして出てくるだろう。ゴールが「美を理解する」なら、「音痴のおっさん」かもしれない。

「誰または何が美を理解したがるでしょうか？」 → 「音痴のおっさん」
「音痴のおっさん」「音痴のおっさん」「音痴のおっさん」……リードがなくなるまで
「誰または何が音痴のおっさんに反対したがるでしょうか？」……「のど自慢審査員」
「のど自慢審査員」「のど自慢審査員」「のど自慢審査員」……リードがなくあるまで
↓
(中略)
↓
「誰または何が美を理解したがるでしょうか？」 → 「宮廷音楽家」
「宮廷音楽家」「宮廷音楽家」「宮廷音楽家」……リードがなくなるまで
「誰または何が宮廷音楽家に反対したがるでしょうか？」 → 「宮廷商人」
「宮廷商人」「宮廷商人」「宮廷商人」……リードがなくなるまで
↓
(中略)
↓
「誰または何が美を理解したがるでしょうか？」 → 「天才音楽家」
「天才音楽家」「天才音楽家」「天才音楽家」……リードがなくなるまで
「誰または何が天才音楽家に反対したがるでしょうか？」 → 「中隊長」
「中隊長」「中隊長」「中隊長」……リードがなくなるまで

ただし、ターミナルも反ターミナルも遠い過去のものだし、最小の端ではL&Nを持ちないので、ペアがきれいな順序に並ぶとは限らない。

GPM処理では出来事を直接積極的に扱おうとはしない。しかし、浮上してきた出来事からチャージが取り除かれれば、それはそれで良いことだ。

1日あたりのセッションの回数

最初のモデルセッションを行っている間は、1日1回だ。FPつまりチャージが軽く解放されたポイントをしっかりと把握できるようにするための訓練の意味合いも大きい。

基本的な前処理のモデルセッションでも、やはり1日1回だ。

その次の問題を扱うモデルセッションには1日あたりの回数制限は特にない。

そなたの進む道に幸運と幸福を

Old Timer 2018/10/22