

【ATC 道標⑤】

今日は、アークテックコム(株)にて技術書類の作成を行っています豊原 信です。

Tel : 050-6864-6201
Fax : 050-6864-6202
E-mail : m.toyohara@arcteccom.jp

メンタルシミュレーションで心に余裕を

今日は弊社の「道標」の続きと「応援メッセージ」の紹介を致します。

見えてくるまで考え抜く

私たちが仕事をしていく上では、その結果が見えてくるというような心理状態にまで達していなければなりません。

最初は夢や願望であったものが、真剣にこうして、ああしてと何度も何度も調査をし、作業を行いながら、頭のなかでメンタルシミュレーションを繰り返していると、ついには夢と現実との境がなくなり、まだやってもいないことまでもが、あたかもやれたかのように感じられ、次第にやれるという自信が生まれてきます。これが「見える」という自己催眠の状態です。

こうした「見える」状態になるまで深く考え抜いていかなければ、前例のない仕事

や、創造的な仕事、いくつもの壁が立ちはだかっているような困難な仕事をやり遂げることはできません。

IBM の創業者は、自分の描いた夢の中で実際に実践していったそうです。夢と違うことをひとつひとつ克服していったのでしょう。さらに稲盛和夫の話も参考になります。

研究を開始するにあたっては、まず、開発の過程を思い描きます。例えば、こういう原料を使い、こういう薬品を添加して、こういう装置を用いて、などとあらゆるプロセスを考えていきます。それを私は「シミュレーション」と言っているのですが、その際、頭の中で起こり得る問題をすべて考え尽くすのです。

会社が大きくなってからは、研究者たちに「ある会社から、こういう仕様のものでつくれないか」と言われている。すぐに研究を始めてくれ。それはこういうふうにする

ればできるはずだから、それをヒントにして、後は自分たちで考えてやってくれ」と研究を託すようになりました。

しかし、そのまま人任せにして放っておくのではなく、私は自分でも頭の中でその研究テーマを常に考えていました。実際に実験はしていませんが、頭の中で実験を繰り返していたのです。

そうやって来る日も来る日も自分の頭の中でシミュレーションを繰り返していると、そのうちにあたかも実験が成功したかのように思えてきて、完成した製品の姿までもが頭の中に明確に浮かび上がってきます。これが「見える」という状態です。

自分で研究開発を手がけているわけでもないのに、頭の中で繰り返しシミュレーションを行うことによって、完成品の姿が克明に見えてくる。それが、「見えてくるまで考える」ということなのですが、

結果が「白黒」で見える程度ではまだ不十分であり、「カラー」でありありと見えてこなければ考え抜いたことにはなりません。そこまで徹底的に考え抜けば、研究開発にとどまらず、事業であっても、必ず成功するはずなのです。

調査をし、作業を行いながら克明にイメージして描くことを習い性にしないとイケません。

成功するまであきらめない

『必ず成功する』という強い思いが必要です。その思いが強烈な熱意と執念や信念になってきます。何をやっても成功しない人には、強い思いが無いので、創意工夫する努力が弱いのです。消極的な考え方に成り体裁のいい理由をつけ、自分を慰め、すぐあきらめてしまうのです。

一例として、何かを成し遂げたいときにはどうするか、狩猟民族が獲物を捕らえるときのよ様な考え方も参考になります。獲物の足跡を見つけると、槍1本を持って何日も何日も追いつけ、どんなに雨風が吹こうと、強敵が現れようと、その住処を見つけ、捕まえるまでは決してあきらめないというような遣り方です。この方法には幾つかのポイントがあると思います。

家族を飢えから救うために、槍1本を携えて狩りに出かけ、獲物である獣の足跡を目敏く見つけては、どのくらい前に獲物がそこを通ったのかを推察し、追跡する。動物は移動の合間に必ず休息を取りますから、そこまで追っていき、ついには槍で仕留める。ポイントは獲物が休息を取り、寝ているところまでひたすら追っていくことです。その粘りがあれば、必ず目標は達成できるはずだと思います。

成功するには、目標達成に向かってポイントを掴み粘って、粘って最後まであきらめずにやり抜くということが必要です。

心に余裕を持つ準備

すべてのことに対して「成功するまであきらめない」という姿勢で取り組んでいきましょう。成功するまであきらめず、どこまでも粘り、全部成功させるといわけです。

しかし、この前提として重要なのは、『必ず成功させる』という強い思いが必要です。あの楽観的に構想し、悲観的に計画することを徹底して行い、『どこからでも攻めてこい』と心の余裕を持って、思うことが必要です。

先ほど例に挙げた狩猟民族の場合でも同じです。例えば、家族を当面養っていくために小型

の獲物でも捕りに行こうと、何も準備をせず出かけたとします。飲まず食わずではせいぜい1日か1日半くらいしか体力が続きませんから、獲物の足跡を見つけても結局追いつけないまま、自分の村に戻らざるを得なくなるでしょう。しかし、例えば水筒と、以前捕った獲物の干し肉などを腰にぶら下げていれば、それを飲み食いしながら3日も4日でも獲物の足跡を追いかけていくことができます。ごく最近の足跡をたどっていけば、獲物も不眠不休で動いているわけではありませんから、必ず身体を休める処にまでたどり着けるはずで、つまり、3、4日分の飲食物という、執拗に獲物を追いかけていくための余裕があれば、必ず目的は達せられるのです。

成功するためには、このように「あきらめない」という「思い」と、心に余裕をもたらす準備が肝心です。

※2026年06月号に続きます。

今月の応援メッセージ

未経験を限りなくゼロにする

人は経験したことしか冷静に

対応できないと言われていました。それを少しでも可能にする方法が「メンタルシミュレーション」です。稲盛和夫の「見えてくるまで考える」、「楽観的に構想し、悲観的に計画し、楽観的に実践する」という考え方から学びましたが、意義をよりよく知るために調べると実例が沢山出てきました。

先ず第二次世界大戦の連合軍のノルマンディー上陸作戦です。失敗するケースを徹底的に検討し、成功条件が少ないと何度も計画を作り直した結果「We died many times on the map」という言葉が公式に記録された。

次に「我、事においては後悔せず」の言葉を残した剣豪の宮本武蔵です。試合前に相手と何度も戦った。相手の構えを創造し、相手の性格を読み、自分が揺らぐ場面を想定した。思考の中で検討をし尽くし、既に勝負が決まった心境で臨んだと思えます。

そして NASA の月面着陸訓練でした。宇宙飛行士は地上で何百回も訓練を行いました。それでもアポロ 13 号の爆発事故が起こりましたが、「Accidents will happen - but never for the first time」と言ったように、過去に頭の中で検討した経験済みの事故であったようです。

このような先人のメンタルシミュレーションから学ぶことは、思考実験で楽観的に頭の中で未来の理想像を何度も経験し、次にメンタルシミュレーションで失敗した時の最悪の状況を認識し、自分達の感情が崩壊する閾値を知る。そして、それが起こる可能性を徹底して潰す検討をする。これは可成りハードルの高い内容です。

そこで現在は AI があります。これを上手く使えないかと調べて見ますと、人間は思考を何遍も繰り返す作業には疲れて途中でやめてしまう傾向があります。克己力や信念が弱いと言わそうですが、更に失敗する状態を突き詰めて何度も考えるのも苦手です。これを補ってくれる装置が AI です。疲れず、忸度せず、何度でもやり直す参謀が 1 人増えたのと同じです。

メンタルシミュレーションの精度を上げより失敗しない戦略を構築できる時代に成ったのかなと思います。しかし最後に戦略を判断し断行するのは人間です。そのための人格を高める必要もあります。

豊原 信