

## 〈図書紹介〉

K・ウィルバー著／吉福伸逸・菅靖彦訳

『意識のスペクトル―①意識の進化』

『意識のスペクトル―②意識の深化』

(春秋社)

竹内啓 二

一、トランスパーソナル心理学とは

本書の著者ケン・ウィルバーはトランスパーソナル心理学(超個心理学)の代表的理論家である。トランスパーソナル心理学とはいったいどのような心理学であろうか。

西洋の心理学の主な潮流として、人間の病理的側面を重視するフロイトの精神分析と人間の生物機械的側面に目を向けたワトソンとスキナーの行動主義があげられる。トランスパーソナル心理学は、これら二つの潮流から直接発展してきたものではない。トランスパーソナル心理学の源を心理学に限って探れば、これら二つの潮流の外で行なわれてきた、ユング、ウィリアム・ジェームズ、リチャード・

バック、アブラハム・マスロー、ロベルト・アサジオリなどの活動に行き着く。なかでも人間性心理学を提唱したアブラハム・マスローの遺志を継ぎ、形成されたのがトランスパーソナル心理学である。トランスパーソナル心理学は、自我意識を超えた、我々の心のなかにあるより包括的、より普遍的な意識をとり扱う心理学である。

トランスパーソナル心理学は、単に心理学の動向から生まれてきたものではない。一九六〇年代から七〇年代にかけて、アメリカ国内で盛んになった体験的セラピーを一つの土壌として、さまざまな学問分野や社会の動きのなかを、個を超えた意識体験に基づく考え方や方向性が現れてきた。これは、ニュー・エイジ・ムーブメントとして知られている。この運動に影響された心理学がトランスパーソナル心理学である。(上巻、訳者のあとがき参照)

トランスパーソナル心理学は、直接あるいは間接的に意識の非日常的、神秘的、「超個的」状態を認知し、理解し、さらに実現することである。それゆえ、積極的に宗教とか精神的伝統の知恵に耳を傾け、悟りの心理学ともいえる方向性をもっている。また、超個的な意識状態を意識的に発生させるための行法をそなえ、純粹な理念的な学問の存立

そのものの基盤をゆるがす潮流ともなる。(C+Fコミニケーションズ編著『パラダイム・ブック』日本実業出版社、二四七頁参照)

## 二、スペクトルモデル誕生の経緯

ウィルバーが本書で提唱しているスペクトル・モデルは、トランスパーソナル心理学の基盤となるものである。ウィルバーがスペクトル・モデルを提唱するに至った道筋は、彼がデューク大学一年に在籍中、たまたま目に触れた老子の『道德経』の冒頭の次の一文に始まった。

道の道、可きは常の道に非ず

名の名ずく可きは、常の名に非ず

名無きは、天地の始めにして

名有るは、万物の母なり

老子の『道德経』に出会うまでのウィルバーは、科学を愛する青年であった。ところがこの出会いにより、彼の世界観は根底から揺らぎはじめた。彼は憑かれたように、東西の偉大な書物を読みあさった。彼は自らの人生の意味を回復しようという内的欲求につき動かされていたのである。さまざまな学説や教説に接して、彼は混乱に陥った。そ

界には肉体の眼を、概念抽象世界には理知の眼を、超越的世界には般若の眼を、というウィルバーの言葉からも明らかのように、このスペクトル論はいかなる世界観も排除しない。(上巻、訳者あとがき、三三九頁参照)

本書の主張はウィルバー自身が次のようにまとめている。意識は多次元的である、あるいは多くのレベルからなっている。心理学、心理療法、宗教のおもだった学派や宗派は、それぞれ異なったレベルに力点を置いている。したがって、これらの学派や宗派は互いに対立しているわけではなく相補的であり、それぞれのアプローチはそれ自体のレベルに着目している限りおおむね正しく、妥当なものである。こうして、意識に対するおもなアプローチの真の統合が実現可能となる。この統合は選択的なものではなく、フロイト、ユング、マスロー、メイ、バーン、その他著名な心理学者はもちろん、仏陀からクリシユナムルティに至る偉大なる聖者の洞察にも同等の価値を置くものである。シュオンの指摘するように、心理学の根を、枝を少しも傷つけることなく、形而上学の豊かな土壌に根づかせるのである。本書を読み進むうちに、自我、超自我、イドばかりか、全有機体や超個的自己、

して、矛盾した学説や教説を整理してみたい、と思うようになった。そこで矛盾を整理するための理論的土台として、部分真理の立場を考え出した。つまり、「われわれが直面しているのは、いくつかの虚偽にまじった一つの真理ではなく、いくつかの部分真理なのだ。よって、それらをいかに折り合わせるかが最高の課題となる」という立場である。

このような立場の正しさを彼は単に思弁によって確信したのではなかった。座禅の修行とゲシュタルト・セラピーの体験を通して、人間の意識が、個人的領域と超個的領域に分けられうる事実気づいたのである。(下巻、訳者のあとがき参照)

## 三、スペクトル論の包括性

本書は、トランスパーソナル心理学の枠組全体を包括する代表作である。本書のなかで意識を比喩的にスペクトルと捉えるという形で提示されているパラダイムは、きわめて包括的で全方位的なものである。仏教の唯識、チベット密教の意識観、ヒンドゥー教ヴェーダーンタ学派の鞘(コージャ)論、スーフィーの心理学などを統合し、量子力学などの現代科学の考え方も一貫性を保っている。物質世

そして、最後にそれらすべてを支える源、宇宙意識のしかるべき位置づけが、明らかになるはずである。(序文 十頁)

## 四、意識の「進化」と「深化」

本書の上巻のサブタイトルは「意識の進化(Evolution)」となっている。ここではリアリティそのものである根源意識が、分断され、より断片的な存在様式に自己同一化していく過程を追っている。

下巻は、「意識の深化(Involution)」というサブタイトルがついていて、矮少な自我の根源意識への回帰に焦点をあてている。

それでは上巻から内容を章を追って紹介していこう。

第一章では、意識はスペクトルにたとえることができる。と主張し、洋の東西のさまざまな心理療法の学派は、それぞれ異なったスペクトルのレベルに主眼を置いていることを述べている。

第二章では、「二つの知の様式」について述べている。知の様式には西洋科学が代表する象徴的、推論的、二元論的な第一の様式と、東洋神秘主義に説かれるような、直接的

無媒介的、非二元的な第二の様式があるという。そして、ウィルバーが「心」のレベルと名づけ、「リアリティ」と呼ぶ、ありのままの世界、根源的存在領域を知るには、第二の知の様式に因らなければならぬと述べている。

こうして知の二つの様式を述べたあとで、第三章では、第二の知、すなわち非二元的な知というものがリアリティであり、リアリティの「内容」自体を意味すると述べる。言いかえると、「リアリティとは一つの意識のレベルである」という結論である。

次に、第四章で、このように意識はリアリティであり、リアリティが非二元的なものであるので、意識は客体に対面する相対的な主体ではなく、主体と客体という二元性を超越する絶対的主体性であると言及する。

さて絶対的主体性ないし心は一般的に無限かつ永遠なるものとして説明されるが、無限とは隔たりのないことであり、永遠とは無時間性なのである。すなわち、「現在の瞬間はすべての時間を包括し、そのため、それ自体、時間をもたない、過去も未来もない」(一五七頁)のである。

第五章において、ウィルバーは意識スペクトルの生成過程を説明している。それは、無限なるものと一つである、唯

心」の永遠の基盤に始まり、実際に、自分自身を身体にとられていながら身体から隔離され、分離、疎外された自我と信じるに至るまでの意識の全生成過程である。その過程をウィルバーは次のように述べている。

現実には、存在するものは唯心のみである。それは、「全包括的」、非二元的、あらゆる時間的事象の無時間的な基盤「混乱なき融合」、「関係はあるが二元性なき」リアリティである。これは、われわれが第一の意識のレベル、心のレベルと名づけてきたものである。ところが、マージャー、つまり二元論的思考のプロセスを通して、われわれは二元性ないし区分という幻想を導入し、「一つの世界から二つの世界を作り出す」。こういった区分は、実在するものではなく見かけのものにすぎないが、人間は万事においてそれらが実在するかのようにふるまう。このようにして欺かれた人間は、主体対客体、自己対非自己、あるいは単に有機体対環境といった最初の原初的な二元論に執着する。この時点で、人間は万物との宇宙的アイデンティティへと移行し、第二の主要なレベルである実存のレベルを生み出す。すなわち、自らの有機体と自己同一化するのである。

上昇する螺旋のごとく、二元性による人間の断片化は

さらにつづき、ほとんどの人が自らの有機体全体と同一化していることさえ感じなくなる。われわれは「わたしは身体だ」とはいわず、「わたしは身体をもっている」という。そして、身体を「もつ」この「わたし」のことを、自らの自己ないし自我と呼ぶ。この時点で、人間のアイデンティティは自らの有機体全体から自我へと移行し、第三の主要な意識レベルである自我のレベルを生み出す。この二元的螺旋をさらに押し進め、人間は好ましくない自分の自我の諸局面を否認しようとさえする。自分自身の望ましくない面を意識内に取り入れることを拒否するのである。ふたたび、人間のアイデンティティは移行し、今回は、自我のある局面へと移って、われわれが影と呼ぶ次のスペクトルのレベルを生み出す。(一六八—一六九頁)

意識の進化にまつわるレベルや帯域を列挙すると次のようになる。

- (1) 心のレベル
- (2) 超個的帯域
- (3) 実存のレベル

(4) 生物社会的帯域

(5) 自我のレベル

(6) 哲学的帯域

(7) 影のレベル

第六章でこのような七段階の意識のスペクトルをウィルバーは、アドヴァイタ(不二元)・ヴェーダーンタ心理学の説く五つの鞘(コーシャ)、仏教心理学の八識、禪の六祖慧能の心理学的洞察、チベット仏教などの伝統的意識スペクトルと比較し、基本的に一致していることを示す。

下巻「意識の深化」では、「進化」という形でアイデンティティを徐々にせばめていった人間が、ふたたび本来の幅広いアイデンティティを取り戻す治癒と深化の道を論じている。

サイコセラピー(心理療法)という、精神的な不調や病気の治療がおもな目的であると考えられてきたが、近年、人間性心理学やトランスパーソナル心理学から、意識の創造的な面を拡大しようとするサイコセラピーも生まれている。ウィルバーの「意識のスペクトルをモデル」にすれば、多様なサイコセラピーのなかに隠された秩序を見出すことができるかもしれない。

第七章「影の統合」では、人間精神の意識的側面と無意識的側面の亀裂を統合し、より幅広いアイデンティティを獲得しようとするサイコセラピーを説明している。

第八章では、「偉大なるフィルター」としての生物社会的帯域の誤用に着目したセラピーについて述べる。

第九章では、実存のレベルのセラピーについて説明する。このレベルのセラピーは精神と身体の分離の統合を目指す。

第十章では、「あいまいな領域」としての超個的帯域のサイコセラピーについて説明している。

最後に、第十一章で、「つねにすでにあるもの」としての「心」のレベルのサイコセラピーについて語っている。この心のレベルは、便宜上、スペクトルの最深レベルとされているが、それは何か到達するような特定のレベルではない。むしろ「全包括的であるにもかかわらず次元をもたないリアリティ」であり、隠れているものでもなく、われわれがたまたま現在もっているレベルそのものである。

本書以外のウィルバーの著書で訳出されているのは、『アートマン・プロジェクト』（春秋社）、『無境界』（平河出版）、『構造としての神』（青土社）、『エデンから』（講談社）、『眼には眼を』（青土社）などである。