ケン・ウィルバーの意識の進化論

望月幸義

目次

一、序
二、意識のスペクトル
三、治療
(一) ペルソナのレベル
(二) 心と身体のレベル
(三) 心のレベル
四、統一意識
五、科学方法論について

一、序

人類の進化も人間の意識の進化も、結局は神（統一意識、超意識、アートマン……）に至る道であるとする、ケン・ウィルバーの考え方は、新しい時代の方向を示すものといえる。ニューエイジ・サイエンスの精神的方面の動きは、人間の精神的成長を扱うものであり、さまざまな動きがあるが、その一つの中心となるものがトランス・パーソナル心理学（超個心理学）である。この心理学の一人の理論的支柱がケン・ウイルバーである。

ケン・ウィルバーは、一九四九年　オクラホマ州に生まれ、デューク大学及びネブラスカ大学で自然科学一般、

特に物理学、化学、生物学、医学、数学などを研究した。大学時代に、老子の『道徳経』に出会い、世界観が揺らぎ、東西の偉大な書物を読みあさった。好んで読んだ著者としては、F・パールズ、ユング、M・ボス、サルトル、N・O・ブラウン、エックハルト、禅の思想家、ヴェーダーンタ哲学者、クーマラスワミ、ムネ・ゲノン、F・シュオン、フロイト、フェレンツィ、O・ランク、M・クラインなどであった。

これらの学者、思想家の著作を読みあさったが、それぞれ互いに対立することが多く、ウイルバーは精神的に混乱するばかりであった。しかし、ある時、ウイルバーは「フロイトであれ、仏陀であれ、世に天才といわれる人たちが、単なる虚像や思い違いからなる教義をでっちあげることなどありえようか？　いや、そんなことなどありえない、とすれば、そういった矛盾を整理する何らかの理論的土台が必要になる」と考え、部分真理のという考えにたどりついた。そうして、次のような法則を立てた。「個人的基盤をもつ理論が個人的領域について語るもの、あるいは超個的基盤をもつ理論が超個的領域について語るもの、そういったものはそれぞれ妥当なものとして受け入れられる。しかし、お互いが他の領域について語る場合は、警戒しなければならない。」

このアイデアを発展させたものが、ウイルバーの中心思想である「意識のスペクトル論」である。ウイルバーの強みは、自ら実践している点である。つまり、彼は坐禅の修行を行うとともに、ゲシュタルト・セピラーの体験もしているのである。

一九七七年には、学際誌『レ・ヴィジョン』を創刊した。以後、トランスパーソナル心理学の理論書を次々と発表した。現在は出版社シャンバラのあどばいざーであり、ネバダ州に家を構え、カリフォルニア州ミルバレーに住んでいる。

著作としては以下のものがある。

『意識のスペクトル』（一）　（春秋社）　一九七七（翻訳一九八五）　（A）（引用の場合）
『意識のスペクトル』（二）　（春秋社）　（B）
『無境界』　（平河出版）　一九七九（一九八六）　（C）
『アートマン・プロジェクト』　（春秋社）　一九八〇（一九八六）　（D）
『エデンから』　（講談社）　一九八一（一九八六）　（E）
『眼には眼を』　（青土社）　一九八三（一九八七）　（F）
『空像としての世界』編　（青土社）　一九八二（一九八四）
『構造としての神』　（青土社）　一九八二（一九八四）
『意識の変容』　（春秋社）
『構造、段階、自己』　（執筆中）
『量子の問題』　（工作社　近刊）

二、意識のスペクトル

ケン・ウイルバーによれば、意識は多次元的であるという。その次元を大きく分ければ、統一意識のレベル、超個意識のレベル、ケンタウロス（全有機体）のレベル、自我のレベル、ペルソナ（仮面）のレベルである。

これらのレベルは、自己が自己を同一化している主体の意識のレベルによって分けられる。すべての対立（二元性、境界）を超越したレベルである統一意識以外においては、自己は非自己を抑圧ないし投影している。その結果、自己と非自己との間に境界（対立）が生じているとする。つまり、意識のスペクトルの各レベルは特定の

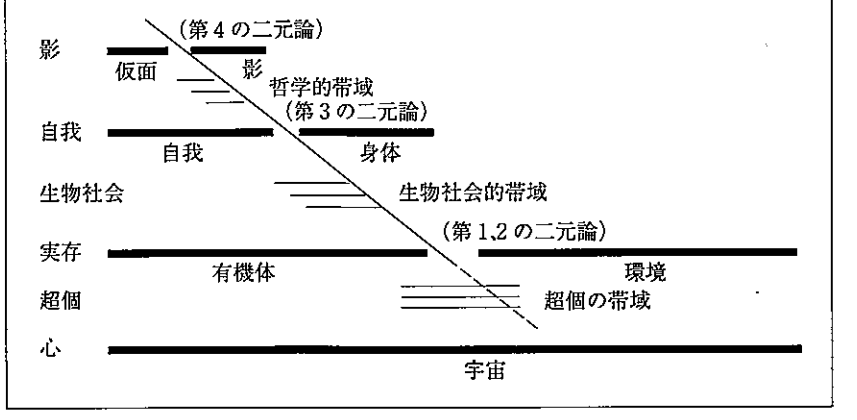
二元論――抑圧・投影によって生み出される。そして、各種の精神療法や精神向上のテクニックあるいは宗教の各派は各レベルの対立（問題、症状）を解決するのに有効であるとする。つまり、さまざまな学派や宗派は互いに相補的であるという。この関係を示したものが、次の図である。

ウイルバーによれば、西洋のアプローチは、ペルソナと影の統合、自我と身体の統合を扱うものが多く、東洋のアプローチは自我の超越、解脱、悟りなどの超個の領域に拘わるものが多いという。

統一意識ないし至高のアイデンティティがすべての人間の本性であるが、われわれ人間は次々とさまざまな境界を受け入れて、本性に背いてしまう。自己の魂に境界を設けることによって、魂の苦悩、葛藤が生じる。

この境界は、自我の成長とともに狭められていく。胎児から乳幼児時代には自己と非自己である環境世界とは未分化であった。つまり、胎児は最初自己を非自己から、主体を客体から、身体を環境から区別することができない。それが、対象を知覚し、言葉を覚えていくにつれて、自己と環境世界は分離され、有機体全体

図　意識のスペクトル



と環境の対立、二元論が生じる。つまり、自己を対象から区別することによって、自己はその対象を超越し、それに働きかけることができるようになる。

更に、自我の成長とともに、自己と身体は区分され、精神を自己と同一視し、身体を自己の下位のもの、自己の外のものと意識するようになる。更に成長するにつれて、自我の中での分化が生じ、自我のうちで良いと思われる部分を自己として意識し、いやな部分、禁じられた本能的部分が抑圧されるようになる。これがペルソナと影の対立である。今日多くの人々がもっている意識のレベルはペルソナのレベルであるといってよいだろう。

ウイルバーによれば、最も根本的な二元論（原初の二元論）は自己と非自己の二元論であるという。彼は、第一の二元論（自己と非自己）と第二の二元論（全有機体と環境）、第三の二元論（自我と身体）、第四の二元論（仮面と影）としている。この他にも、以下のようなさまざまな二元論がある。時間、空間、善悪、真偽、内と外、生と死など。ウイルバーは二元論を強化するものとして、言葉、イメージ、地図、思想、法則などを挙げている。自己と他者の境界は不安感を、過去と未来の区分は懸念を、主体と客体の区分は物欲を生み出すという。葛藤、不安、苦しみ、苦悩などは、われわれが勝手にでっちあげるもろもろの境界によって生み出されるものである。ところがすべての二元論は錯覚であるという。境界の内と外は同じものの異なった側面である。例えば、おう（凹）ととつ（凸）は同じものの二つの見方である。又、ゲシュタルト理論がいうように、図と地は相互に関連しており、地のない図は存在せず、図は地の影響を受けているのである。

ケン・ウイルバーによれば、「問題はわれわれがつねに境界を実在するものとして扱い、その境界によってつくりあげられた対立を操作しようとするところにある。境界そのものの存在に疑問をさしはさもうとは絶対にしないのだ」

自己と非自己の原初の二元論が、見るものを見られるものから、主体を客体から切り離すことにより、空間を生み出すという。又、人間がもっぱら有機体に同一化するやいなや存在と無――生と死の問題が生み出される。生と死の二元論は時間を生み出すことになるという。

生に執着すればする程、死が恐ろしくなる。ひとたび死を自覚したとき、これに対処すべき方法は二つしかなかった。一つは死を否定し抑圧してしまうこと、もう一つは宇宙の全領域のなかに死をとり込んでしまうことである。死の恐怖が時間感覚を生んでいる。明日という時間のなかに自らを投影して死を回避するのである。死から逃亡して未来を求めてしまうために瞬間が過ぎ去ってしまう。この意味で、われわれの抱えている問題はすべて時間の問題である。過去と未来、この二つがわれわれを苦しみという手かせにつないでいる。その結果、現在は過去と未来によってサンドイッチの状態にされ、あらゆる側から制限されてしまう。

人間は死からの逃走に駆り立てられる。この死からの逃走そのものが自我と呼ばれる理想化されたイメージの創造に帰着する。自我が単なる肉体が約束してくれない何か、すなわち永遠の死の回避を人間に約束してくれるかのように思われるからだ。死の抑圧の手段は言語である。言語は二元論の典型的強化者である。結局、何かが意味を担うとき、つまり、それ自体を超えて何かを指し示すとき、世界は必然的に指し示すものと指し示されるもの、少なくとも二つの断片に分断されるのだ。そして、これこそ、世界が世界自体から分離され、ひいては自己欺まんに陥るもう一つの例にほかならない。

三、治療法

各種の二元論から脱却する方法、つまり、意識のレベルを高める方法は次のようになる。

① 境界が幻想であることをしっかりと理解すること。幻想を根絶することはできないが、幻想そのものを理解し、それを看破することによって境界は崩壊する。

② 二元論（対立）を克服し、対立する相手のものを自己のものとして受け入れること。このことは、苦しみを自己のものとすること、非自己を自己とすることとされる。例えば、各境界がさまざまな形態での死からの逃避であるとすれば、各レベルでの死を受け入れることによって、そのレベルを超越することができる。クリシュナムルティは「わたしが苦しみを外部にあるものとして扱っている限り・・・・わたしはそれと関係をもってしまう」（B二二〇）という。

③ 主体と考えている自己と脱同一化すること。偽りの主体を意識化することによって、この主体が真の主体でないことが分かるのである。これは「わたし」の本性をたずねるという言葉によっても表現されている。わたしとは何かを尋ねていくことによって、脱同一化が可能となる。この脱同一化について、アサジオリは「われわれは自己が同一化するすべてのものによって支配される。翻って脱同一化するすべてのものをわれわれは支配管理することができる」と述べている。

ケン・ウイルバーはこのことを次のように説明している。

① あるより高次の構造が意識内に浮上し、

② 自己はその上位構造にみずからの存在を同一化し、

③ やがて次のさらに上位の構造が浮上し、

④ 自己は下位構造と脱同一化して、本質的なアイデンティティをその上位構造へと移行させ、

⑤ それによって意識は下位構造を超越し、

⑥　上位レベルからその下位構造に働きかけられるようになり、
⑦　その結果、先行する全レベルが意識のなかに統合される。
また、新しく現れる上位構造は、より複雑で、より組織化され、より統一されたものであることもわかった――進化は、あらゆる点で究極的な「統一性」のみが存在するところまで継続し、そこに至ったとき、進化の推進力は底をついて、意識は「光輝」の内に、全「世界流」としての完全なる解放を得るのである。」（F一七二）
このような治療法をスペクトルの各レベルについて、もう少し付言しておこう。

(一)、ペルソナのレベル

われわれは、われわれ自身のものであり、自分の一部である多くのものを分離し、疎外し、遺棄してきている。つまり、われわれは魂の特定の側面を自らのものとして認めることを拒絶している。これらの抑制された自己の諸側面は影と呼ばれる。このように影の部分を自己と認めない自己はまやかしの自己概念であり、ペルソナと呼ばれる。パールズによれば、「投影とは、実際には自分自身の人格に属しているにもかかわらず、そのようには体験されない気質、態度、感情あるいは行動の一部である。」
このレベルでの治療は影を自己のものと認めることである。このことは自分の関心や興奮との接触を回復することであるとされる。換言すれば、ペルソナと影を再統合することである。つまり、自分自身が影を生み出しているのであるから、自分の影を愛し、受け入れることである。自分自身が愛されなければならない敵なのである。その意味で、このセラピーは自分の生に対して責任を負うことであるともいえる。
ウイルバーは「他人や世界に属すると思っていたものは何であれ、一つの投影にほかならない、という受け入れ難い前提から出発することを提案したい」と述べている。更に、彼は、比ゆ的に、自分がつねられているのではなく、自分が自分をつねっているのであるから、自分がつねることを止めれば、苦悩はなくなるという。ペルソナと影を再統合することができれば、自我全体の高次の統合を確立することができるのである。

(二)、心と身体のレベル

このレベルのセラピーは心と身体が調和した全有機体となることである。換言すれば、有機体の全局面にアイデンティティを広げることである。この全有機体をウイルバーはケンタウロスと呼ぶ。ケンタウロスとは、獣の身体と人間の心をもち、完全な一体境にある大いなる神話的存在である。
自我としての人間は随意で統制可能な行動だけに同一化し、社会的にタブーとされている強烈な感情や感覚がきわめて生き生きとした形態で身体に住んでいるために、われわれは身体を取り戻すことを恐怖する。そして究極的には、身体が回避されるのは、それが死の住居だからである。われわれは自らの身体を「外の対象」ないし「下にある対象」として投影している。一般に、肉体は罪の源泉と考えられているのである。
心と身体の統合をめざすセラピーは、「身体」の方から働きかけるアプローチとして身体的実存主義と心の方からアプローチする知的実存主義がある。例えば、ハタ・ヨーガはつねに身体の覚せいや身体と精神の統一に焦点を当てている。又、ロルフィングは、われわれが身体を再統合、再所有することによって身体的喜びを得るようになることを目差している。この知的アプローチと身体的アプローチを統合するものが双極的実存主義と呼ばれるもので、A・ローエンが創始した生体エネルギー法（バイオ・エナジェティクス）がその代表である。このレベルを目指したセラピーがもたらすもっとも重要な結果は、すみずみまでいきわたる微細な自覚の変化である。

上記のほかに、このレベルの治療に属するものとしては、ポラリティ療法、感覚の覚せい、ゲシュタルト・セラピー、ロゴセラピー、人間性心理学全般などがある。

(三)、心のレベル

心のレベルは二つに分けられる。一つは超個のレベルであり、もう一つは統一意識である。両者は極めて密接に関係しているが、厳密には分けられるものとされる。つまり、トランス・パーソナルな体験はある意味で統一意識に似ているが、両者を混同してはならない。

超個的自己とは、個人性を超越し、慣習的空間と時間を超えた世界に結びつけるものである。トランスパーソナルな体験は、自己と非自己の境界が有機体の皮膚の境界を超えて拡大することである。このレベルは外的には証明できない。その理由は、宇宙の中には、心の外にあって心を証明、対象化、測定できる場所は存在しないからである。

ウイルバーによれば、心のレベルとは、ユングのいう集合的無意識、元型を実感することであるという。つまり、元型に触れることは、実際に自己を超越し、自らの内奥に超越者を暗示するものや指示するものを見い出し始めることに等しい。元型のふえんの訓練を真剣に実践した人は、口をそろえて自らの基本的な存在感に深く影響を及ぼすばく大なエネルギーと力の源泉に触れたような気がすると証言している。

ユングによれば、「神秘家とは、集合的無意識のプロセスをとりわけ生々しく体験する人々である。神秘体験とは元型の体験なのである」(B一三六)あらゆる超個的帯域のセラピーと行法の主な目的は超個的自己を何らかの形で再発見することにある。ここでも、脱同一化することが中心となる。このことが可能になるのは、いかなる

苦悩も自分の本当の自己を構成していないことを理解したときである。

心のレベルに到達するには、最終的に事実の研究を断念し、事実にならなければならないという。このレベルにおいては、あらゆる二元論は消滅することになる。つまり、環境の中の全対象を自分自身を扱うように扱うようになる。そこで、ウイルバーは、聖書の有名な言葉は、「自分自身を愛するように隣人を愛せ」ということを意味するのではなく、「隣人を自分自身として愛せ」という意味なのであるという。

このレベルに到達すれば、自己はもはや他と対立して、そのうちの一つと同一化することがないため、全要素が調和的に機能し、それら全体と親しみ、それらの間には、対立を生むような境界は存在せず、戦いも存在しなくなる。

このレベルのセラピーないし行法には、ユング派の分析、タントラ、超越めい想、サイコシンセーシス、プロゴフ・ダイアログ、マントラめい想などがある。

なお、ウイルバーはこの心のレベル(超個と統一意識)を更に細かく微細(サトル)領域と元因(コーザル)領域に分け、さらにそれぞれを二つに分けている。この四つについて簡単にみておこう。

下位微細(サトル、第六のチャクラ) これは意識の星気的および霊的諸平面からなっている。意識がみずからを心と身体からさらに分化させることによって粗い身心の通常の諸能力を、ある仕方で超越することができ、それゆえ、世界と有機体に対して、通常の心にとってはまったく信じられず、途方もないと映るような仕方で働きかけることができる、ということである。

上位微細(第七のチャクラ) これは高い宗教的直観や霊感の領域である。それは、すべての心的形式の超越を具現し、その頂点においては、心・自己・世界・身体を超え、それらに先行するものの直観を顕わにする。

下位元因（コーザル）　ここにおいては、神意識の頂点を表す意識の状態において啓示される人は神性のうちに神性として融合する。

上位元因　ここにおいては、あらゆる形式は極めてラディカルに超越されるので、それらはもはや意識において現われたり上昇したりする必要がなくなる。これは、無形の意識、無境界の存在への全面的、完全な超越である。ここでは自己は神性へと融合する。

四、統一意識

統一意識の実現は人間の最大の願望である。統一意識は、対立の統一であり、無境界の自覚である。この統一意識は、歴史上さまざまな呼び方をされてきた。いくつかの例を上げれば、神、仏（仏性）、アートマン、霊、真の自己、リアリティ、ニルヴァーナ、モクシヤ、解放、解脱、覚せい、悟り、究極的全体性、道、意識などである。

統一意識あるいはリアリティとは、われわれが心と名付けた非二元的な意識のレベルから現れるものである。エックハルトは「神の内にあるすべてのものは一つであり、それについては何も語れない」と述べている。又、柴山全慶老師は「絶対に対象化も概念化もできないこの絶対的主体性は、時間と空間の限界に縛られない。生死の支配を受けない」という。

このレベルを体現した人々の合意によれば、人は「仏」になるのではなく、ただ自分がすでに「仏」であることを発見あるいは想い起こすのである。ウイルバーは、自己の体験に基づいて、次のようにこのレベルに統一する方法について述べている。「精神的変容を実現するには何年ものめい想修行、黙想修行が必要だし、道徳的・肉

体的純化も必要だし、生き仏のような人に直接出会うことも、あるいはそれによって助けられることも必要だし、黙想の目を直接開くことも必要です。」（F三三六）

自分と他者が一つであることを知れば、生きる不安感は消える。又、生命体と非生命体が一つであることを知れば、死の恐怖は遠のいていく。仏教の最終的ねらいは、永遠なる現在に目覚めることであり、これが悟りであるという。

究極のリアリティ（統一意識）へ至る方法として、ウイルバーが中心的に考えているのはめい想である。めい想とは進化である。ゆえにそれは意識のレベルを上る変容である。又、めい想は超越を補助する持続的手段であるという。めい想の特徴としては、超時間的な無時間性、愛、無回避、無執着、全的受容、主客合一などが挙げられる。

この境地に到達した人たちは、一部の予言者、聖人、哲人、シャーマンなどである。又、この領域に属するセラピーないし行法としては、大乗仏教、タオイズム、ヴェーダーンダ、ヒンドゥー教、スーフィズム、ある種のキリスト教神秘主義が挙げられる。

統一意識は言葉では説明できないものであり、体得するものであるとされるが、その実践をしていない筆者にとっては未知のものである。従って、いろいろと言葉を並べることは空しい。そこで、このレベルのセラピーとしてまず要請されることは、一にも二にも自らめい想を実践することである。それにしても、私には次の言葉が印象深く残っている。今、「それ」を見い出すのでなければ、「それ」はいつまでたってもまったく見い出せないだろう。

五、科学方法論について

最後に、ウイルバーの科学方法論について簡単に紹介しておく。彼によれば、知識には三つの種類があるという。それは①感覚的知識、②象徴的知識、③黙想的知識である。これは肉の目、心の目、黙想の目とも呼ばれる。従来のいわゆる自然科学は①の感覚的知識を扱うものであり、人文科学や社会科学などは解釈を通して②の象徴的知識を扱うものである。③の黙想的知識は、めい想や黙想の実践を通じて得るものである。この三つの知識はそれぞれの領域において、合意が得られるものであるが、一つの領域の方法をもって他の領域を説明しようとすると誤りが生ずるとされる。これはカテゴリー・エラーと呼ばれる。

ウイルバーは、それぞれの領域において、より確実妥当な知識を得るためには、次のような共通の基準があるとする。「要約すれば、すべての有効な知識――いかなる領域に属するものも――は、最も基本的なところで以下のような基本的要素から成り立っていることを提起している。

① 介助的ないし指示的要素　これは、単純なものも複雑なものも、内的なものも外的なものも含めて一連の指図をさし、かならず「もしこれを知りたければこれをせよ」というかたちをとる。

② 啓発的ないし認識的要素　指示的要素より喚起された特定の知識の眼をもって啓発的に見る（理解する）こと。自己啓発的であると同時に、次の可能性を開く。

③ 共同体的要素　これは、同じ眼を用いる他の人々とその啓発的理解を実際に共有された認識が他の人々の同意を得られれば、それが真の理解の共同体的ないし合意的な証明となる。」（F六二）

問題は、黙想的知識の確実性についてであろう。この点、ウイルバーは次のように述べている。「たとえ黙想的

知識が言語を絶したものだとしても、それは私的なものではない。それは共有された認識だ。禅の真髄は次のように表現される。「教外別伝（すなわち、師から弟子に伝授されるもの）、不立文字（心の眼）、見性（黙想の眼による）成仏」。それは黙想の眼によって直接的に見ることであり、その眼にとってはありありと公的なものであるため師から弟子へと伝達することができる。神の知識は黙想の眼にとって、幾何学が心の眼にとってそうであり、雨が物理的な眼にとってそうであるのと同じく公的なものなのだ。そして訓練された黙想の眼は、肉の眼が一個の岩石の存在を証明できるのとまったく同じ確かさと同じ公共性をもって、神の存在を証明することができる。」（F六六―六七）

「この最終的な最上位の証明は、究極的には神ないし仏性ないし道（タオ）の証明にほかならない。が、それは経験主義的証明ではないし、合理的―哲学的証明でもなく、黙想的証明である。聖アウグスティヌスは説いた。「この生におけるわれわれの仕事はハートの眼の健康を回復し、それによって神を見ることである」と。その眼を回復するということはその眼を訓練することであり、それによって〝救済につながる〟知識への資格を得ることである。」（F六六）