

## 状態を変える能力

もしあなたが自分の現状を認識し、それが現下の状況に対処するのにふさわしくないことを充分に理解すれば、自分がたまたま適切な状態になるまで行動を控えるべく心がけることができるだろう。これが利用可能な状態についての悟りの二番目の特質である。この特質のもっと能動的な形は、あなたが今いる状況にとつてどの状態が最適かを知り、そしてどのようにして今の不適切な状態を終わらせて、最適な状態を引き起こしたらいいかを知ることであろう。

## 現在の状態の知識を変性状態の知識で修正する

利用可能な状態の次元での悟りの三番目の特質は、あなたが今いる状態に現われるものとしてのあなたの基本的性質についてできるかぎり明晰な理解を持つだけでなく、また、その知識が、いかに明晰で説得力があるように思われようと、他の諸状態で入手できる知識によって補足される必要がある部分的な見解にすぎないという認識を、少なくともある程度持つということである。かくして、特定のどの状態における知識および行動も、他の意識状態で得られた知識によつて調節されなければならぬ。

たとえば、私が激昂状態にあるとする。で、敵対者に対して優位な立場に立つとき、私の状態からすれば、相手を完全に打ちのめしたいと思うことは至極当然でもっともなことである。さらに、その相手を打ちのめすことを楽しむことも私は知っている。それは私の人生で最大の楽しみの一つとな

るだろう！これは、激昂状態につきものの理屈である。

打ちのめしたいという私の衝動に対する抑制が働くかもしれない。たとえば、私の超自我スーパーエゴの感情的条件づけによってそれが阻止されるかもしれない。そのような抑制は社会的な観点からは望ましいかもしれないが、しかしそれは相対的に悟りを欠いた状態の抑制となる。超自我は他人による条件づけによってわれわれの中にあるのであって、自分自身の選択の結果ではないからである。この点については、後の章で詳しく検討する。

現実的な抑制が起こるとしたら、それは多分合意的意識の知識から、自分が考えている破壊的行為の結果に対する怖れを想起することによってであろう。これに対して、もし私が激昂状態にある間に、敵対者に対して親近感を持つことができたか、または持ったことがある状態、さらには相手に同情を感じることができたか、その気持ちを持つことができた状態を思い出すなら、もつと悟った抑制が働くかもしれない。すると私は自分の意志（それが充分強く発達していると仮定してであるが。この点についても後で詳しく考察する）を行使して激昂状態を終わらせ、いくつかの意識状態を横断して、現われ、知られているものとしての私の価値を仮定すれば、より適切な状態——私のより深層の自己にとつてより適切だと判断される状態——に入ることだろう。もし私が激昂状態を自在に、思いのままに終わらせることができなくても、少なくともその激昂に基いて思いきり行動することは避けることができるであろう。

この利用可能な状態についての悟りをさらに例証するため、あなたはとても慈悲深い状態にいるのだが、しかし激昂している人を相手にしていると仮定してみよう。あなたは相手の激昂状態を利用できるかもしれないのである。それが怒った人に対処するための最適な状態だと思うならば、自分自身

を怒らせる誘導テクニック<sup>(3)</sup>として、相手の怒りに対する本能的な感情的反応を利用することもできるのだ。あるいは、たとえあなた自身は怒りという変性状態に入らなくても、怒っている相手をよりよく理解するために、怒っているというのがどんな状態だったかについての個人的な記憶を呼び起こして、それを使うこともできる。かくして、この利用可能な状態についての悟りの故に、より効果的な仕方、慈悲深く行動することができるようになる。

自分がどんな状態にいるかを認識し、かつ他の諸状態からの適切な知識を利用するこの能力は、望んだ時それらの他の状態に入る能力を持つていことと同様に、その時自分がいる特定の状態を超越する意識——基本的気づき——のある側面を示している。この特質が持つ性質はきわめて興味深く、それを理解し開発することが本書の主眼の一つである。

### 基本的性質と後天的性質を識別する

利用可能な状態についての、悟りの次元の四番目の特質は、複数の意識状態に接近することによって、われわれの基本的な性質と後天的な性質をより明確に識別できるようになる、ということである。われわれの後天的性質の条件づけと適合化——文化適応——の大部分は、合意的意識の中で、あるいは、普通、合意的意識から接近されるなんらかの感情的な状態の中で起こったものである。文化適応の過程の一部は、文化適応の後天的な特徴は、実は、自然なことだとわれわれに確信させるように働くので、われわれが合意的意識にいる時にこれらの物事を見分けることは非常に困難になりうる。時々、なんらかの変性状態の中に（それに固有の違った感情や思考機能とともに）いると、あたか

も自分自身を外側から見るとかのような、別の見方を授かることがある。その時、合意的意識あるいはなんらかの感情的な状態を持つ条件づけられ、制限された性質がわかるかもしれない。この種の洞察は、他の状態における条件づけを解消するのに充分かもしれないし、あるいは、少なくとも障害となっている条件づけに対する集中的な働きかけの基盤となるかもしれない。

### 潜在的に可能な特質対すでに発達した特質

利用可能な状態についての悟りの次元の五番目の特質は、あなたの様々な能力のいくつかは現在はまだ潜在的に可能なだけで、開発を要するという事実を含む、あなたの諸能力についての現実的な評価を伴う。ある特定の状態で体験される思考・感情・行動様式を、その状態で確固とした、利用可能なものにするには、あるいはあなたがその能力のいずれかあるいは全てを、合意的意識のようにな何か他の状態に移行させることを覚えるには、かなりの作業を要するであろう。

たとえば、瞑想状態での大いなる慈悲心の体験は合意的意識へと持ち越されるように思われ、誰かがあなたを侮辱するまで、自分が非常に悟った存在のようにあなたに感じさせられない。で、侮辱されるやいなや、慈悲心はただちに怒りに取って代わられる。すでに発達した現実と潜在可能性とのこの種の識別は、変性状態への過度の執着があり、その結果自分が思い描いていた諸々の特質が自身の水久的かつ機能的な部分になったと信じ込みたくなくなるような場合には特に重要である。

以上、悟りの特質のいくつかを見てきたので、苦しみを減ずるといって、その主たる効用に戻ることにしてしよう。

## 悟りは苦しみを減ずる

われわれの苦しみの多くは無用である。苦しみは、われわれ人間の能力の、悟りを欠いた、聡明ならざる使い方によって、知らず知らずのうちに引き起こされる。われわれは外界およびみずからの深層にある欲望や性質を誤って知覚し、自分が置かれている状況の現実と反する仕方で行動し、それによって不満足な結果を被る。状態内の悟りはわれわれを世界およびわれわれ自身についてのより現実的な知覚に導き、その結果われわれは、多くの無用な苦しみを除去することができる、より効果的な行動に携わることができるようになる。

西洋の心理学ではあまり認識されていないけれども、われわれの苦しみの多くの側面は、種々の変性状態、とりわけ感情的な状態、ならびに合意的意識の中で、および／またはそれらの状態・意識から、起こる。われわれは感情のことを合意的意識の一部と考える。これは、普通、弱い感情には言えるが、激しい感情には言えない。われわれは、合意的意識についての理解でもって、激しい感情の結末を処理しようと試みるが、うまくいかないことが多い。それは、これらの激しい感情を支配している原理は感情によって誘発された変性状態のそれであって、合意的意識のそれではないからである。変性状態の性質を理解することによって、われわれはそれらの状態における苦しみを軽減できる。

ある特定の状態での苦しみの治療法は、しばしばその状態に特定のなのである。他の状態に適した治療法を適用しようとする企ては、結果として欲求不満とさらなる苦しみをもたらす。たとえば、恐怖がある人の中に変性状態を誘発し、その結果不適応行動を起こさせるかもしれない。この恐怖の原因を突き止めるため、彼は何時間もセラピストと一緒に過ごす。しかし、セラピストと過ごす時間は合

意的意識の中にあり、一方、恐怖の核心は、恐れおののきという変性状態においてのみ充分に接近できる体験のうちにある。それゆえ、セラピーは部分的にしか有効でないと判明する。

変性状態によって提示されるわれわれの自己についての代替的な見方は、われわれの日常的自己の否定的・肯定的側面の双方への——他のやり方ではおそらく不可能な——働きかけを可能にする。多分もっとも重要なことは、合意的意識では利用できない価値と知の模様をじかに体験することによって、合意的意識の「特定の知識」では決してなしえない仕方です、われわれを変容させることができるということであろう。われわれは皆一体であるという合一体験は、合意的意識にいるわれわれのほとんどにとつては単なる抽象概念であるが、しかし変性状態でそれを体験した人々にとつては直接体験なのだ。宇宙は意味に満ちているという直接知から来る苦しみからの救済は、他のどのような特定問題志向的な救済よりもはるかに意味深いのである。

### われわれの悟りを欠いた現実

私はここで、人間の可能性についてのかなり壮大な見取図を描いた。悟った人間は、難なく利用できる多数の意識状態を持っている。人生のどんな状況に直面しても、その状態で利用できる全ての方策を用いて、その時の自分の意識状態の中でそれを聡明に評価する。これには、現下の状況が一つあるいはそれ以上の変性状態の見地からは違ったふうに見えるかもしれないという記憶が含まれ、それが現下の状況における評価や行動を聡明に調節してくれるのだ。事実その人は、ある特定の変性状態に入ったほうがその状況をよりよく処理できるだろうと見込み、かくして迅速に意識状態を変えるこ

とによって新たに入手した精神的・感情的・直観的道具を利用して、より効果的にその状況に対処するのである。

われわれはどれほどしばしばそのようにするだろうか？ 一般的には、われわれは合意的意識の中で、あるいは意識的な選択によって引き起こされたのではない、なんらかの感情的な状態の中で、人生に出会う。一般的には、われわれは、その状態をできるかぎり効果的には使わない——われわれは、その時点でそのことに気づくよりはむしろ、後になってそれを知るのである。そして、しばしば、後で悔むことになり、結局は自分自身や他の人々に不必要な苦しみをもたらすことをしたり言ったりするのだ。精神／<sup>スピリチュアル</sup>霊的な言い方をすれば、われわれは自分本来の十全なる力、真実、純粹さを喪失してしまったのだ。神の恩寵からある種の墮落を味わったが故に、われわれは狭い、制約された、不幸な仕方で人生を送っているのである。

もしわれわれがもつと悟っていたら、事態はもつと違ったものになりえたであろう。なぜわれわれはかくもみずからの可能性を使いきらずにいるのだろうか？ われわれの「墮落した」状態の性質とはどんなものなのか？ 本書のパート2では、なぜわれわれが悟りの代りにトランス状態にあるのか、その理由を検討する。

### 【原註】

(1) タート『意識の諸状態』(C. Tart, *States of Consciousness* (El Cerrito, Calif.: Psychological Processes, 1983; originally

published 1975)。

- (2) タート「意識の諸状態」p. 58.
- (3) おだやかな感情はさまざまな状態内で起こりうるが、しかし強度がある臨界点を超えると、恣意的な感情的状態——感情が始まった時のそれとは異なる状態——へと意識が再編成される。
- (4) もし意識の諸状態のより専門的かつ厳密な定義、ならびに第一章中の話題のいくつかに興味があるなら、拙著「意識の諸状態」が役に立つであろう。
- (5) 本書を通じて、私が一般的な例の中で「彼」または、時々「彼女」という言葉を用いる時は、男性と女性の両方を含めているつもりである。
- (6) タート「意識の諸状態」。
- (7) 変性状態誘導の一般的原则については、タート「意識の諸状態」を参照のこと。



# パート2 問題点

## 第二章 神と現実

現実以外にいかなる神も存在しない。

それ以外のどこかに神を捜し求めることは、  
墮落した行為である。<sup>(1)</sup>

### 【原注】

(1) (神話的?) サルムンク教団に帰せられる口伝の教え。

## 第三章 自動化

人間は機械である。

— G・I・グルジェフ

グルジェフが言ったもつとも狼狽させる侮辱的な意見の一つは、「人間は機械である」というものである。機械は、倦むことなくばかばかしい仕事を繰り返している、騒々しくて汚い、愚かな物体である。誰かにコントロールされ、結局は故障して解体されてしまう。絶対に、私はそんなものではない！

この考えはほとんどの人々にとってとても気に障るものなので、彼らは、自分たちが機械のようだとか、まして機械そのものだなどと言われると、激しく否定する。これは心理学的な観点から見ると非常に興味深い。人間が機械だという意見がもし本当にナンセンスなら、なぜそんなに狼狽させるのだろうか？ 人々が強く否定することは、しばしば、彼らにとって一片の真実を含んでいる——そう深層心理学はわれわれに教えてきた。残念ながら、グルジェフは正しかった。実際的な目的のために、われわれが認めそこなっている無数の点でわれわれはたしかに、機械である。われわれは狼狽してしかるべきなのだ。

アカデミックな心理学もまた人間を機械とみなしているが、その考えをグルジェフがしたほど大胆に述べることは滅多にない。心理学の入門課程では、心理学の目標は人間行動の理解——行動の予測と制御によって確認される理解——である、と学生は型どおり教えられる。原理的には、もしある人の遺伝的・生物的構造の全てと、個人史における全ての心理的出来事がわかれば、その人は完全に予測できるはずである。次のように言うことが可能なのだ。「スミス氏は、個人史における出来事X、Y、Zによって修正される、タイプ242の一般的心理履歴を持つ、生物的タイプ1376である。それ故、タイプAの人が「例のプロジェクトはどうなっているのか?」とスミス氏に聞くと、条件M、N、Qの下で彼は顔を赤らめ、「うまくいっています」と答え、そして十二秒間、湖でボートをこぐ空想にふけるであろう」。これが、まさに起こるであろうことである。

そのような高度の予測可能性からは、当然ながら、完全な制御が生じるであろう。あなたは、自分が望む反応を生み出すために必要な環境を設定しさえすればよくなる。

われわれはかくも機械的で、予測可能で、制御可能だという考えがわれわれを狼狽させるという事実——それが、アカデミックな心理学者たちがそのことを明快に詳しく説明しない理由の一つなのである。もしあなたが誰かに「あなたは機械にすぎない」と告げたら、いかにしてその人から支援や敬意を得ることが出来るだろう? 実際、もしあなたも機械だったら、いかにして自分を敬うことができるだろう? 社会生物学についての当今の論争の多くは、この学問分野がわれわれの機械的な性質をあまりにもよく知っていることに由来する。グルジェフは、通常の機械的な社会的支援を求めていなかった。機械であることを超越するためのワークを始めるための機会が得られるよう、人々にわざとショックを与えたかったのである。アカデミックな心理学は、覚醒し、そして機械性を超越する可

能性を認めていないので、みずからに對しても他に對しても、人間性を奪うその哲學的土台を和らげるのである。

われわれは、機械を研究することによって、自分自身について学ぶことができる。しかしながら、自分の機械的な性質を研究し、それを充分認識することによって、他のいかなる機械も踏み出しえない一歩を踏み出すことが可能になる。われわれは純正に人間的になり、機械同様の性質および運命を乗り越えることができるのである。

機械としての自分を研究するという考えはとても役立つ。他のあらゆる陳述と同様、「人間は機械である」という主張は単なる類比であるが、しかしそれは、もし真剣に取り組まれれば、われわれに關するユニークな見地を提供してくれるのだ。しかしながら、最近まで、この方法を充分活用するには技術的な限界があった。通常の機械は、複雑なものでさえ、人間の生命と比べるとあまりにも明白に機械的で、限定されており、無能なので、われわれが自分自身を機械に映し出して見る能力は限られている。多分、なんらかの非常に厳格な習慣との類似を見ることはできるだろうが、しかしわれわれは機械よりはずっと知的で精巧だと感じるのである。灌漑用ポンプが回転し、運河から水路に水を注ぎ込んでいるのを観察していると、おそらくわれわれの人生のいくつかの部分との類似点を見つけることができるだろう。たとえば、われわれの何人かは機の一方の端で次々と書類の束を受け取り、もう一方の端に押し出す。しかし、私はこの機械よりずっと精巧にできているので、この類比はあまり役に立たないと信じる。それとも、役に立つのだろうか？

## 自動運転

人間は機械であるというグルジェフの考えについての最善の紹介の仕方についての自分の関心のことで、私は自分の霊的な師の一人に相談をもちかけた。われわれは次のような会話を交わした。

師 それで、チャーリー、あなたの問題というのは何ですか？

私 グルジェフのいくつかの観念を紹介する際に、機械の類比をうまく活かすにはどうしたらいいか考えているんです。

師 なるほど、あなたが私の所にやって来たのは、グルジェフのいくつかの観念を紹介する際に、機械の類比をうまく活かすにはどうしたらいいか考えているからなのですね？

私 そうなんです。

師 本当ですか？

私 それが当面の最大の関心事なんです。

師 それで、何が問題だと思われるのですか？

私 読者がのっけから希望をくじかれて、本当に価値があることを学ぼうとしなくなるのではないかと心配しているんです。

師 いくつかの箇所から、読者がのっけから希望をくじかれて、本当に価値があることを学ぼうとしなくなるのではないかと心配しているのですか？

私 この本を書き始めてからずっとなんです。グルジェフはなかなか手厳しいんです。

師 では、そのことはあなたに何を示唆しているのでしょうか？

私 多分、辛辣な部分の調子を和らげたほうがいいんじゃないかと。

師 なにか自信がなさそうですね。

私 ええ、人々と分かち合わなければならぬとても大切なことがあるんですが、人々の興味を失わせて、彼らの学ぶ機会をふいにしたくないんです。

師 それでは、あなたは人々の興味を失わせて、彼らの学ぶ機会をふいにしたくないというのですね？

私 そのとおりです。

師 わかりました。

私 どうしたらよいでしょうか？

師 なぜあなたは尋ねるのですか？

私 私は指針を求めているのです。

師 指針を求めることは当然のことだと思っっているのですか？

私の師は、特に人間的なものとわれわれが考えている特質のいくつかを例証している。彼女は私の関心のはっきりと表立った内容によりはむしろ、この件についての私の動機づけと感情に関心を示したのである。それは、私が何人かの偉大な師に見出してきた特質でもある。

さて、この私の「霊的な師」はまた、力強いがしかしやささか不快な教訓を与えている。私の師の名前はエリザと言い、「彼女」はあるコンピューター・プログラムである。巨大コンピューターの中

で働いている高度なプログラムではなく、私のパソコンの中で働いている小さなプログラムなのである。踏んだり蹴つたりの目にあわせて申し訳ないのだが、エリザをプログラムに書き込んだのは、とりわけ心理療法サイコセラピーのような微妙な分野において、人間の知性をコンピューターでシミュレートしようとする企てが不適切であることを例証するための、からかい半分のコメントとしてである。しかしながら、プログラムはその設計者が予想した以上にうまく働いた。で、今や、何人かの人々はコンピューター「セラピスト」たちが気に入っており、彼らとの対話から恩恵を受けていると言っている。人間の知性のより高い到達点は、確かに、いかなるコンピューター・シミュレーションも超えているが、しかし通常の知性に言えることの多くはそうではない。

人は知性的で意識的に行動しているように見えるかもしれないが、しかし彼は機械的に「自動運転」しているのかもしれないのである。自分は本当に意識的であると思いつることによって、彼は真の意識の可能性をブロックしてしまうのである。だからこそ、人間は機械であると言うことでゲルジェフが意味したことを理解することが非常に重要なのである。

人間の不幸のほとんど全ては、われわれの人生が自動的で機械的な事柄になっているという事実起因している、とゲルジェフは絶えず強調した。あなた（あなたの行動、思考、感情）は、原因——所望の行動の起こし手——ではなく、諸々の外的・歴史的な原因の結果なのである。この事実のどこがぞつとさせるかという、われわれは機械である必要はないのだが、にもかかわらず、実際には、実に多くの時間、機械でいるということである。

機械であるとは何を意味するのだろうか？ いかにしてわれわれは自動的、機械的になるのだろうか？ この考えにアプローチするため、有用な仕事をこなす機械を設計することにしよう。まず非常に融通



性のない——すなわち機械的な——機械から始めて、より知性的な機械をめざして努力していくことにする。われわれの機械に知性のさまざまな側面を加えていくにつれて、知性とは何なのかがよく良く理解できるようになり、かつ、ゲルジェフが指摘する、われわれが通常の多くの社会的基準によって正常だと認められるには、あいにく、いかなる真の意識も必要としないというポイントもわかるようになる。この分析は長く、魅力的で、不愉快であるが、しかし最後には、機械であることを超えるための土台を築いてくれるだろうと私は期待している。

### 非常に融通性のない機械

われわれが倉庫にいると想像してほしい。ベルトコンベヤーに乗って、同じサイズの四角い箱が建物の中に入ってくる。それらの箱は全て等間隔に置かれ、ベルトに乗って同じ方向に向かう。なんらかの理由で、われわれはベルトの終点で、到着する箱をかえ降ろす人を雇うことを望まない。箱を一つずつ降ろして、それをもう一つのベルト——箱を格納庫に送り込んでいくアウトプット・ベルト——に乗せる機械が欲しいのである。

われわれが必要としているのは一種のクレーンで、(1) 一对のグリッパー（取っ手）を下に降ろし、(2) インプット・ベルト上の箱をつかむようにグリッパーを締め、(3) グリッパーを持ち上げ、(4) ちょうどアウトプット・ベルトコンベヤーの上に行くようにグリッパーを移動させ、(5) グリッパーを降ろし、(6) それからグリッパーを開いて箱をアウトプット・ベルトコンベヤーに乗せ、運ばれて行くようにするものである。それから、われわれのこの機械は(7) グリッパーを持ち上げ、(8) 再びインプット・

ベルトまでクレーンを移動させ、(9)次の箱が到着するまで一定時間待機する。それから、その九ステップ移送サイクルを繰り返さなければならない。われわれはこれを「第一世代クレーン」と呼ぶことにしよう。

この第一世代クレーンは有用な作業をこなしてくれる。が、困ったことに、それはまた、その状況で起こりうる変化に対処するための機械的知性を持っていないので、しばしば誤作動しがちである。われわれのクレーンは、その場で何が起ころうと、完全に固定したサイクルで作動し続ける。箱と箱の間の間隔がラインの上手の何かによって乱され、長くなりすぎたり、短くなりすぎたりしたとしてみよう。するとグリッパは空をつかみ、アウトプット・ベルトの上に何も移送しなくなり、その間、箱は次々とインプット・ベルトの終端から落下してしまう。

### 感知的知性

われわれのクレーンに少々の「感知的知性 [sensory intelligence]」を追加し、その環境を感知させ、感知の結果に応じて挙動を制御するようにさせることができる。たとえば、移送サイクルを何度も機械的に繰り返す代りに、インプット・ベルトコンベヤーの上にグリッパを下ろす時点をそのサイクルの開始点と定義し、インプット・ベルトコンベヤーの上方の待機位置に戻る時点を終点と定義することにしよう。終点でクレーンは停止し、新しい開始信号を待つことになる。

インプット・ベルトコンベヤーの終点に感知用スイッチを取り付ければ、われわれは初歩的な感知的知性の端緒を手にするようになる。われわれの装置に、生命が進化させなければならなかった最初