

## 態度

蚊の幻覚は、催眠的に一つの態度——いらだたしさの知覚——を創り出す例である。一匹の蚊がブーンといひながら飛んできて、被験者の首の上にとまり、彼をかもうとしていると催眠術師は暗示をかけ、被験者はこの蚊が嫌いなので、ビシャと叩くことができるかと強調した。催眠術にかけられた多くの被験者たちは、いらだたしく感じたことに応えて、その蚊を叩くであろう。何人かは実際に蚊の音を聞くであろう。われわれは、暗示されたいらだたしさと筋肉の反応に集中し、幻覚それ自体についての考慮は後回しにするであろう。われわれの基本的現象はこうである——手がかりに感応して、人はいらだたしさを表わし、実際には存在しない「危険」に反応する。いかにしばしば人は他の誰かが傷つけられた不快な事件についての新聞記事を読み、それから狼狽させられるだろうか？ あなたは、他の町での殺人事件について読み、ぎよつとし、それから、それが自分に起きはしないだろうかと心配する。その心配はあなたにとっての夕方をだいなしにしてしまいかねない。

他のどこかで起こった危険について読み、それから、自分を危険に陥れるかもしれない、自分自身の人生における相似点について現実に考えることができることは、人間に恵まれたもつとも偉大な能力の一つ（操作的思考）である。あなたは心的レベルで自分の世界をシミュレートし、条件を変え、それから自分の内的なシミュレーションの中で何が起こるかを見、そして何をすべきかについての結論を引き出す——いずれも、物質界で自分の身体を危険にさらすことなく。あなたは、それから、危険を減ずるための適切な措置を講ずることができる。多分、あなたのアパートのドアにもつと良い鍵を取り付けるか、または、夜帰宅する途中、薄暗い路は通り抜けないようにすることに決める。

しかしこの場合、なぜおびえの感情を持つのだろうか？ ことに、あなたが新聞で殺人事件について読むのは、これでおそらく千回目なのだから。あなたは、ずっと以前、自分の人生をきちんと整理したので、もはや無用な危険は明らかにないのである。ともあれ、遠く離れた町での殺人の話があなたをおびえさせることを知っているのに、なぜあなたはそれらを読み続けるのだろうか？

遠くで起こった危険で悲劇的な事件があなたをおびえさせるだろうと、文化的催眠術師が、なんらかの仕方では、あなたに暗示をかけてきたのである。それは催眠後の暗示に似ている。多分、それは子どもっぽい単純な模倣によって起こったのだ。あなたの叔母さんがその種の話を読み、それらにおびえさせられた——あなたは彼女をまねたのである。彼女は、成人、優れた知識を備えたあの神様のような存在の一人ではなかっただろうか？ もしその話彼女をおびえさせたのなら、それがあなたをおびえさせるのはあたりまえだ！ あなたがこのようにおびえさせられた時はいつでも、文化的催眠術師の一人——たとえば、あなたの母親——があなたを慰めただろうか？ さてあなたは、もう一つのあの無意識的等式を持っている。「おびえを感じる」ママが愛してくれる！」しかも、幼少期のわれわれのほとんどを支配するため、恐怖心がわざわざ使われたのである。「悪い子だと、おばけがつかまえるよ！」これはさらなる等式に帰着する可能性がある。「僕はおっかない、だから良い子になる」ママが愛してくれる」。

この種の自動化し、条件づけられた反応は、他者への心からの共感能力を歪め、妨げる。同様に、条件づけられた仕方ではよりはむしろ心から、自分の死すべき運命と脆さを経験することが大切である。

## 二次的利得

心理療法家たちは、表立ったレベルでは明らかに不幸な感情や行動が、隠れた、通常は無意識的な利益を持っている時に起こる、「二次的利得」として知られている現象を研究してきた。隠れた利益は、しばしば、一見して不愉快で不適切な経験をきわめてやりがいのあるものにする。二次的利得は、経験や行動に非常に強い影響を及ぼす可能性がある。

自分の生徒たちに、ぞつとさせるような、不快できつい課題を実行させることは容易だが、しかし彼らの苦しみを放棄させることはほとんど不可能だ、ということを経験した。私は自分の学生たちに関して同じことを観察してきた。何か不快なことに率先して取り組んでみますか？ はい。五分間、愉快に、自分自身にやさしくして過ごしてください。絶対いやです！

文化的催眠術師は、多くの反応とその結果として起こる行動を、さまざまに刺激に結びつけてきた。これらの多くは、客観的な観察者なら想像上の危険についての懸念として特徴づける結合である。われわれは、現実にはいないたくさんの蚊に悩まされる。文化というものは、なぜあなたをなんらかの仕方では不安定にしておくことを望むのだろうか？ なぜなら、その時にはあなたは、身を守るために文化を必要とし、したがってまさかあなたが文化を疑ったり、効果的な仕方ですらに反逆したりしないだろうからである。

## 歪められた知覚

蚊の幻覚、甘さと酸っぱさの味覚効果、幻聴で聞こえる声は、世界についての知覚を劇的に変性させ、感覚の欠如をはっきりした感覚に取って替える、催眠的暗示の例である。蚊はいないし、被験者の口には何も入れられなかったし、誰もインターホン越しに話しかけてはいなかった。けれども、蚊の音が聞こえ、その存在が感じられ、甘さと酸っぱさが味わわれ、質問する声がしたのである。

心理学者たちは、錯覚 *illusion* と幻覚 *hallucination* とを区別する。錯覚とは、あなたの環境内の現実の物理的刺激の歪められた知覚である。幻覚とは、何も本当は存在していない時に、なんらかの知覚をそっくり創り出すことである。もしあなたが照明の薄暗い部屋に入って行って、コート掛けに掛かっているコートを、一時的に、暗闇に潜んでいる男と見間違えたら、それは錯覚である。もしその同じ存在していない（残りのわれわれに関するかぎり）男が、充分に照明された人気がないホールにあなたと一緒に入って来たら、それは幻覚である。われわれは、錯覚と幻覚を世界についてのシミュレーションの連続体上の極点とみなすことができる。錯覚においてはシミュレーションは感覚的刺激で始まるが、そのシミュレーションは非常に貧弱な表象である。幻覚という他の極端においては、いかなる外的な刺激もなしに、シミュレーションのプロセスがなんらかの知覚、内的なシミュレーションを生み出す。

前述の三つの催眠的現象は幻覚である。幻覚は合意的トランスの中で起こることもありうるが、しかしそれは、普通、狂気と呼ばれるほど異常なことだと（合意的トランスの中にいる他の人々によって）みなされる。他方、錯覚はいつでも起こるし、常に錯覚として認識されるわけではない。もしそ

れらが外界のちよつとした歪曲であれば、あるいは、同じく合意的トランスの中にいる、あなたが尊敬する他の人々（偉い、「正常な」人々）が同様の錯覚を持つ時には、誰もそれが錯覚だとは思わない——われわれは皆、自分が現実に触れていると信じているのである。

一見愛想のよい普通の青年が、突然、大量殺人者であることが発覚するという、おなじみの新聞記事のことを考えてみるとよい。あんなに好青年だったのに、と近所の人々は皆ショックを受ける。彼は猫をかぶるのがそんなに得意だったのだろうか？ おそらくかなりそれが得意だったに違いないのだが、しかし、柄に合わない「奇妙な」振る舞いをしたことが何度となくあつたに違いない。われわれの感覚的、知覚的資質は、適切に機能する時には、とてつもなく敏感である。どういうわけで近所の人たちはそうした奇妙な事例のどれも発見することができなかったのだろうか？

後知恵で、近所の人たちは、その青年が言ったり、したりした奇妙なことを、多分、思い出し始めるだろう。彼らは、それらのことが起こった時にそれらを知覚していたのだが、しかし彼らはそれらを「知らなかった」のである。それらは期待にそぐわなかったので、知覚されなかったのである。つまり、それらは、われわれの心が創り出した外的現実のシミュレーションに少しも含められなかったのだ。われわれの文化はかなり友好的なものであり、われわれは人々のことを「親切」だと知覚することを好む。若干の疑い深いタイプの人はこれらの奇妙なことに気づいたかもしれないのだが、しかし大多数は、礼儀正しい、慎しみ深い知覚の仕方（*knowing*）に倣ったのだ。われわれの知覚は解釈である——われわれは（とよりよりはむしろ、われわれの自動的な習慣は）、自分のまわりの膨大な印象のかたまりの中から、自分の期待にすつきり合うものだけを選び出すのである。

もちろん、多くの人は自分の知覚を逆の仕方（*knowing*）で歪曲する。彼らは、全く邪気のない行動の奥に邪悪

な含みを見る。現実についての彼らの自動化したシミュレーションは、状況の肯定的な側面の代りに否定的な側面を強調する。事実、グルジェフ・システムにおける偽りの人格の基本類型の一つは、他人の行動の中に絶えずそのような邪悪な可能性を見る。

### 夢と白昼夢

催眠においては、被験者は暗示を受けて「夢を見る」であろう。しばしば、催眠術師は夢の中身を指定することができる。多くの被験者にとっては、催眠による夢は鮮明な空想として経験される。何人かにとっては、多くの点で、夜間の夢とちょうど同じくらい鮮明で現実的である。詳細な情報をお望みの読者は、催眠による夢に関する私の批評論文を参照していただきたい。

われわれの西洋文化は、夜間の夢の中身に影響を与えるという試みはほとんどしないが、しかし夢のことを、ほとんど思い出す労を取るに値せず、明らかに真に受けるに値しない些細なこととして扱うよう、多くの人（だが、全ての人ではない）に教えることは確かである。実は、白昼夢と空想の性質と中身に影響を与えることに、ずっと多くの努力が払われてきたのだ。

たとえば、あなたが最後に霊界を旅する白昼夢を見たのはいつだっただろうか？ もしあったとしても、それはずっと昔のことだ、とわれわれのほとんどは答えざるをえないであろう。若干の人は「昨日です」と言うであろうが、その若干の人たちも、そのようなことを人前で論じたりすることは滅多にない。彼らは、「正常な」人々はそのようなことについて白昼夢を見ることにはなっていないことを知っている。お金、セックス、権力、血沸き肉踊る冒険、この世界での旅行——これらの全ては、

西洋人が白昼夢に耽るのにふさわしい話題なのであるが、気味の悪い代物ではないのだ。われわれの夢および白昼夢の本身は、普通、合意的現実の規範を非常によく反映する。事実、われわれが夢および白昼夢に見る「禁じられた」ことのほとんどは、文化に知られている。賢明な文化は、内蔵された安全弁——緊張のはけ口として広く利用されている、公（おびやか）には禁止されているもの——を持つている。これらを単に「白昼夢」として片づけることができるということは、それらを用いることへのわれわれの怖れを弱めてくれる。

### 人格の変化

催眠における年齢退行効果と、合意的トランスにおける複数の自己または副人格の現象とは、密接な相似関係にある。五歳だった時のあなたのようにすることは、現在のあなたの人格とは異なる人格のようであることである。一定の状況の中でわれわれは一定の役を演じるだけでなく、その役と同一化し、その副人格を蘇らせるのである。その変化は自動的で、その状況にふさわしい要求によって誘発される。複数の自己という現象は非常に浸透しており、重要なので、後程私はそれに一章をさくつもりである。

### 知覚の消失

アンモニアへの嗅覚消失や三つの箱についての負の幻覚（存在するものが知覚されない）実際には箱

が三つあるのに、被験者には「一つしか見えない」といった催眠現象は、極端な知覚消失の例である。あなたの視野に何かが物理的に存在しているのだが、あなたはそれを知覚しないのである。もつとも単純な場合には、あなたはただ何かに気づかないだけである。世界についてのあなたのシミュレーションは少々ぼやけているのである。そのもつとも発達した形態においては、あなたは遮敵物（箱）を知覚しそこなうだけでなく、あなたの知覚野フィールドになんの空隙もないように、適切な認知物を積極的に幻視する。真に優れた催眠の被験者は、たとえば、三個目の箱がある場所になんの空隙あるいは「ほんやりしたスポット」も知覚しない。テーブル表面の、実際には三個目の箱がある部分を覆っている物が本当に何もない場合にそうするであろうように、彼はその部分にテーブル表面の木目を見るのである。

同様にわれわれは、合意的トランスの中で、文化的催眠術師が「われわれには見えない」と暗示してきたあらゆる種類の物を見そこなう。人類学の文献で報告された特に劇的な例は、大型カヌーより大きな船のことも白人のことも一度も見なかった南太平洋諸島民に関するものである。キヤップテン・クックが初めて島の湾内に入港した時、船が島民たちの目の前にあったにもかかわらず、彼らには少しもそれが見えている様子がなかった。船から陸地に向けて小さなボートが発した時、それは直ちに発見され、それがどこからともなく出てきたように見えたので、島民たちは驚きあわてた。クックの船と同じくらい大きなボートという考えは、島民たちには想像でできなかったのである。ボートは全て一定の寸法範囲内にあったので、彼らは最初、負の幻覚に陥ったのだと思われる。われわれがこの考えを個人的に適用することは難しい。何かがわれわれの目の前にあるのだが、しかし知覚されないということがいかにしてありうるだろう？ 大量殺人者のことを思い出してみよう。後知恵で、いくつかの奇妙なちよつとした行動——人々に彼の危険性に対する覚醒を促すことが



できたであろう行動——があつたのではないだろうか？

嗅覚消失におけるそのような、臭いに対する無感覚は興味深い現象である。われわれの文化では、動物は優れた嗅覚を持っており、一方、人間においては嗅覚がかなり退化していると信じられている。けれども、人間の嗅覚は非常に敏感な感覚であり、われわれが実感しているよりもはるかにそのものである。最近の研究で、人間は強力な効果を有する化合物、フェロモン、を出すということがわかつた。たとえば、寮で一緒に暮らしている女性たちは、数カ月後には生理の時期が同時に来るようになる。母親たちは、汚れた衣服についた少量の汗の臭いによつて、家族の衣類からよそ者のそれを識別することができる。

この文化的タブーをなんとか破つてきた多くの人々は、臭いによつて人々の感情的状態についての何かを告げることができると主張する。さらなる例として、何人かの精神科医たちは、精神分裂病患者は特徴的な「奇妙な臭い」を持っているので精神分裂病と診断できる、と長い間主張してきた。これが本当であるかぎり（そして私自身の経験はそれを支持する）、他の人々がどう感じているのか（「やあ、元気がいい？」）に実際に関心があれば、なぜわれわれは彼らの脇の下の臭いがかがらないのだろうか？なぜ、決まりきつたように、臭いを偽るような薬品を脇の下に塗るのだろうか？

一つの文化として、われわれは、特に合意的トランス誘導のプロセスそれ自体に関心があるわけではない。われわれは「教育」に非常に関心を持っているが、しかし教育と呼ばれているもののうちのどれくらい多くがもつぱら合意的トランス誘導かには、ほとんど気づいていない。われわれの関心は、「信頼できる、正常な」人間——適切な外界の状況が到来する時、自動的に適切なことを経験し、そして行ふ、文化的に催眠状態にいる被験者たち——を生み出すことにある。正常な人々がAを

見る時、彼らは「自然に」Bを感じ、Cを行う。これは、普通の手順で催眠術にかけられた被験者に、彼がXを聞くまたは見る時は、彼はYを経験し、Zを行うという暗示を与えるのに比べられる。

### 誘導は続く

われわれは、合意的トランス誘導がもつとも集中する時期としての幼少期に焦点を当ててきたが、われわれが成人だからといって、誘導プロセスが終わったと考えてはならない。

合意的トランスは、絶えず強化され深められていく。この努力のいくつかは、製品を売るためのテレビ広告や、あるいは、今日ではそれとほとんど似たり寄ったり、候補者と綱領プラットフォームを売るための政治活動に見られるように、意識的なものである。正しいメッセージがわれわれをその製品を欲しがる方向に操作するであろうほど充分に、われわれの連想と条件づけが似かよっているという事実、宣伝広告は基づいている。いくつかの広告に見られる合理的思考に訴える手法もまた操作的である。ある種の人々は自分が合理的だと信じる必要があるので、広告主たちは彼らにその信念を強化する材料を提供しつつ、彼らを操作して製品を購入させるようにする。

合意的トランスを強化することをめざした努力の多くは、意図的でも意識的でもない。それはただ機械的に起こる。自動化し、条件づけられた仕方でああなたが反応し、うまく切り抜けるか、または報われる都度、合意的トランスが強化される。われわれの社会的相互作用の多くはこの効果を持つ。私が正常に振る舞い、あなたが正常に振る舞うことによって、正常でいるというわれわれの習慣が少しだけ強固になる。正常な行動の不愉快な結末は、もしわれわれが目覚めようとしているのであれば大

きな天恵でありうるが、しかしわれわれは、自分を目覚めさせるために、不愉快な環境のちょうど好都合な組み合わせに偶然陥ることを当てることはできない。そのうえ、文化は、人生がうまくいっていない時でさえ、物事をあまり深く疑わないよう、われわれを条件づける。なぜならそれは、そのうち何もかも好転するだろうという希望を与えるからである。後で触れるように、合意的トランスの中で心地よく眠るようという間断のない暗示の効力を消すための継続的な努力が必要とされることはもちろん、このトランスがどのようにして発達したのかを理解し、それから目覚めるための努力が必要とされる。

われわれの各々は、深いトランス、合意的意識、生気の部分的な停止状態、茫然自失状態、最高のレベルで機能できない状態の中にいる。自動化し、条件づけられた知覚、思考、感情、行動パターンがわれわれの人生を支配している。人生のあまりに多くの期間、われわれは進化した選別クレীন同様なのだ。聡明で意識的のように見えるが、しかしそれは全て自動化したプログラムなのである。これらの自動化し、条件づけられたパターンの多くはかつては適応していたのかもしれないが、しかしそれらはもはやうまく機能していない。事実、それらはわれわれをだめにするかもしれない。われわれは集団的狂気の中で暮らし、また、それに寄与しているのである。

「しかし、私は自分がトランスに陥っているように感じない！」と、あなたが言うのも無理はない。もちろん、そう感じないのである。われわれは、トランスのことを何か異常なこと、日常的な状態を普通のこと、と思いついでいる。本章でしてきたように、トランス状態について推論することによって、および／またはトランスから抜け出した状態、目覚めた状態がどのようなかを経験することによってしか、われわれは自分がトランス状態にいることを実感できないのである。次の数章で、

引き続き、合意的トランスに関する心理学的データを検証することにするが、しかし結局は、合意的トランスという概念に直接的、経験的な現実感を与えてくれる、より大いなる目覚めの瞬間を生み出す方法について論じるつもりである。

### 【原注】

(1) 合意的トランス誘導プロセスはおそらく誕生以前に始まる。母親の身体の神経化学的バランスが、いくつかの場合に感情的状態を反映して、(妊娠三ヶ月後の)胎児に影響を及ぼすかもしれない。最近の研究は、子宮内で言語音が非常によく聞こえることを示しており、したがって、文化の言語構造だけでなく、叫び声、興奮、等々によって反映される感情的状態の種類が胎児になんらかの影響を及ぼすのかもしれない。

(2) 時々、通常の催眠において被験者は無意識的に彼の幼少期の態度を催眠術師に投影することがある。これは、第九章で論じられた、催眠の転移の次元である。それは、被験者の現実を改変し、彼の態度をコントロールする催眠術師の能力を明らかに高める。

(3) 説者は、この、およびその他の例の中で私の白人・中産階級の条件づけが出ていることに注目されるであろう。単純にするため、本章では米国における階級的、人種的、民族的、下位文化的相違を私は無視する。

(4) 現実についてのわれわれのシミュレーションの半ば恣意的な特質の興味深い例として、私はかつて、異なった仕方で個人的間隔をシミュレートするため、数人の才能に恵まれた催眠術被験者を訓練したことがある。催眠術にかけられている間に彼らに考えを説明した後、彼らがそれを、彼らにとつて特に意味深いならかの仕方で感じるかまたは知覚できるように暗示をかけた。この感じ／知覚は、彼らが合意的意識に戻った時に彼らと共に留まるであろうから、それから彼らに、ノートブックを携えていつもの目を過ごし、個人的間隔について

の観察を重ねるようにしてもらうことにした。

結果はきわめて興味深いものであった。何人かの被験者は個人的間隔を実際の接感として体験し、他の何人かはそれを彼らのまわりのかすかな光または濃霧として体験した。暗黙のもの、自動化した無意識のものが、「直接的な感覚的」体験になったのである。それはもちろん感覚的体験ではなかったのだが、しかし今やそのようにシミュレートされ、それがその内面的現実になったのである。

- (5) 無意識的等式のこの、および以前の例は極度に単純化されているが、しかし無意識の心はしばしば文字どおり、極度に単純化された仕方でも働く。

- (6) ここでは、心霊的または直観的に集められた情報を伝えるそのような、一定の現実性を持っているかもしれない、いわゆる幻覚は扱わない。

- (7) C. Tart (ed.), *Transpersonal Psychologies* (El Cerrito, Calif.: Psychological Processes, 1983)に収められた "J. Lilly and J. Hart, "The Arica Training"を参照。

- (8) C. Tart, "The Hypnotic Dream: Methodological Problems and a Review of the Literature," *Psychological Bulletin* 63: 87-99.

## 第十一章 同一化

あなたの誕生日が何月何日か思い浮かべていただきたい。われわれはそれをM日と呼ぶことにする。私の誕生日は四月二十九日である。さて、以下の二番目の文中の「M日」のところにあなたの誕生日を思い浮かべつつ、次の二つの文を声を出して読んでいただきたい。

四月二十九日に生まれた者は弱虫だ。

M日に生まれた者は弱虫だ。

この二つの文を読んでどうお感じになるだろうか？

もしあなたがほとんどの人と同様なら、私の誕生日に生まれた人々に関する最初の文は単なる情報にすぎないであろう——多分強い断定ではあるが、しかし「アラスカ、フェアバンクスの現在の気温は三十九度である」といった類いのものと基本的に同じ種類の情報である。単なるデータにすぎないのである。が、あなたの誕生日に生まれた人々（あなた！）についての同じ文の場合は事情が違ってくる。「私が弱虫だなどとこの誰が言っているのだ？」

「アイデンティティ感覚」サブシステム

数年前、通常の状態での通常の機能を含む、変性意識状態の性質を分析するにあたって、意識の成

分またはサブシステムの一つを、「アイデンティティ感覚 sense of identity」サブシステムと私は名づけた。

アイデンティティ感覚サブシステムの主な機能は、経験の一定の側面、意識内の一定の情報に「これは私だ」的特質を付加し、それによってエゴ感覚を創り出すことである。思うに、「これは私だ！」的特質を何に付加すべきかについての判断基準を組み込んだ、半永続的な構造が存在する。……「これは私だ！」的特質が付加される情報はどれも相当な効能を獲得し、したがって強い情動を喚起するか、さもなければ注意／気づきのエネルギーを制御する。私があなたに「あなたが知らないある人物——ジョンソンという人——の顔は醜く、不快を催させる」と言っても、この情報は多分あなたにとってはあまり重要ではないだろう。が、もし私が「あなたの顔は醜く、不快を催させる」とあなたに言ったら、話が違ってくる！……なんらかの状況下では、そのような発言は、より攻撃的な行動の口火を切り、それに対してあなたは自己防衛を望むかもしれないが、しかししばしば、そのような批評はせいぜい同様な言葉の応酬の口火を切る程度である。けれどもあなたはこれらの言葉に、あたかも実際の身体的な攻撃に対するかのように反応する。情報にエゴ特質を加えることは、その情報が意識システム全体によって扱われる仕方を根本的に変えてしまうのである。

同一化のプロセスは、その根底にある構造の究極的な性質にかかわらず、人生に影響を及ぼすもつとも重要なものの一つである。それは、あなた自身のことを、ありうるあなたという存在のうちのほんの小部分として定義（限定）するプロセスである。「これは私だ！」的特質が付加される同一化の

対象——事物、人々、主義主張、概念、等々——の特定の性質や特質には、さしあたり、あまり関心を払うことなく、このプロセスを考察してみよう。

### 同一化の浸透

さしあたり、同一化の対象にあまり関心を払う必要がないという一つの理由は、このプロセスが非常に強力で広く浸透しているので、人はどんなものとも同一化することができると私はうすうす感じているからである。あなたの名前、あなたの身体、あなたの所有物、あなたの家族、あなたの仕事、あなたの仕事で使う道具、あなたのコミュニティー、「主義主張」、国、人類、惑星、宇宙、神、あなたの指の爪、新聞記事に出てくる犠牲者……人が同一化してきたもののリストは際限がない。

いったんある対象が同一化されると、単なる事物あるいは単なる情報にすぎない対象や観念と比べて、それは優先的な注意と大きく増強された心理的力を獲得する。私は、「私！」あるいは「私に！」について書くことによって、われわれにこのことを思い出させるであろう。この増強された力は、同一化した対象に容易に留められた注意の量によって与えられる力に限られるかもしれないが、しかしそれは、意識のないし無意識的に、基本的な生物的自己保存感情と連結することによって、さらに増強されるかもしれない。たとえば、言葉による侮辱は、あなたのうちのあなたが現在同一化している部分を脅かすが、しかし何らかの基本的な不安の故に、これがさらにあなたの身体の生存本能を活発にさせ、あたかも実際の身体的攻撃があるかのようにアドレナリンが流れ始め、そして今やあなたは、この脅威に対処するために当てられる大量のエネルギーを持つに至る。同一化の対象に対す



る脅威は「私！」に対する脅威なのである。

### 実際の例証

ワークシヨップで同一化を例証を示するため、私は時々、床の真ん中に紙袋を置く。けれども、その袋にはなんら特別なものはない。空のダンボール箱でもいっこうにさしつかえないのだ。私はそれから、ワークシヨップの参加者たちに、その袋をじっと見つめ、それに注意を留め、その袋と同一化するよう努め、そのことを「私のものだ！」と考え、その袋を愛し、参加者たちが自分自身の世話をすると同じ仕方ですべての世話をしよう求める。これは、なんら複雑な催眠誘導でも瞑想手順でもない。私はただこれについてさりげなく話し、一分間に二、三回、指示を繰り返すだけである。参加者たちは、普通は不随意的な同一化のプロセスに、なんらかの随意的な支配を及ぼすよう求められ続けるのである。

突然、私は袋のところまで歩いて行き、袋を踏みつける！ 思わず、あえぎ声が出る。人々は飛び上がる。彼らの表情は急激な感情の昂進を示す。時々、彼らは私の残忍さに文句を言う。私が袋を踏みつぶした時、身体に肉体的な痛みを感じた、と多くの人が報告する。多くの人は、あたかも私が彼らの体をぶったかのようなシヨックを感じる。が、彼らは的を射ているのだ。何かにアイデンティティ感覚を与え、それによってわれわれの個人的力の一部を譲り渡すのは至極簡単なのである。

いくつものものは他のものより同一化しやすい。あなたの感覚（「私はかゆい」）と身体は生まれつきのものである。思考や感情（「私はまずそのことを考えた」「私は落ち込んでいる」）もまた同一化し

やすい。なぜならわれわれは、一般に、自分の思考を削り出しているのは自分の手柄だと思っており、そしてわれわれの感情は明らかに自分に起こるからである。われわれは、特に、自分の名前と同一化する。

一般意味論（言葉や記号を厳密に用いて人間関係を改善しようとする言語・教育理論——訳注）の創始者であるコルジブスキーは、地図は実際の土地ではない、と絶えず警告した。私は心理学者としてそれに同意するが、しかし、多くの時間、人々は土地より地図のほうを好むように思われる、と付言しておくなければならない！ あなたの望みが何であれ、土地——外界——を扱うよりはむしろ、地図——現実についての内的シミュレーション——を作ることのほうが、しばしば容易なのである。

### 名前が私を傷つける

古い童謡を覚えておられるだろうか？

棒や石は私の骨身を傷つける。

でも、名前は決して私を傷つけない！

私をこうも呼んでね、ああも呼んでね。

でもあなたは自分のことを汚いネズミと呼ぶのよ！

成人としてのわれわれは、この詩が道義心を高めることを意図したものはあるが、しかし明らか

に嘘であることがわかる。われわれのほとんどは、棒や石やその他の身体的な攻撃であまりしばしば傷つくことはないが、しかし、どれだけしばしば他の人がわれわれを呼ぶ名前によって傷つくだろう？ 人々が言うこと、あるいは言いそこなうことによつて？ われわれは、多種多様な概念や事物と同一化し、そして一般にそれらは名前を持つている。そこでわれわれは、名前に対する攻撃によつて心理的に傷つけられる可能性があるのである。

その成員たちが秘密の名前を持つ「原始的な」文化について、われわれは皆本で読んだことがある。これらの「原始人」たちはおそらくあまりにも愚かなため、敵対的な人々に自分の秘密の名前を知られたら、自分たちが魔術的な攻撃にさらされるであろうと考えるのだ。それは迷信なのだろうか、それともわれわれが持つているものよりずっと心理的なこじつけなのだろうか？

## 同一化の利点

われわれは、普通、親、教養のある人、良き聞き手、政治活動家、あるいはコミュニティーの中心的存在など、われわれが同一化する社会的に定められたいくつかの役割を持つている。われわれはまた、一般に、他の人とも同一化する。私の配偶者への侮辱は私に対する侮辱である、などなど。われわれが役割モデル、ヒーローおよびヒロインだと考えている人と同一化することもまた、よくあることである。これらの「ヒーロー」や「ヒロイン」はまた、因襲的な社会的な意味で敗者である場合もありうる。前章での二次的利得に関する議論を思い出していただきたい。

文化的催眠術師の観点からは、同一化は、少なくとも合意的トランスの中にいる人が社会的に是認