

にする。これを一、二分続けた後、注意を緩め、音楽が終わるまで数分間、ふらりとリラックスした状態に入り、ただそこに留まる。

音楽が終わったなら、ゆっくりと起き上がる。リラックスした状態から急に跳び上がると、めまいがする可能性があるからである。再び、自己観察と自己想起を実践し始める。生きなさい！

身体で音楽を聞くための以上の順序が有用な唯一のものだというわけではなく、したがって自由に違う順序で試みていただきたい。ただ身体全体を含めるようにすること。

このエクササイズに関するより詳細な手引きが欲しいという人々のために、私は適切な音楽と指示を録音したカセットテープを作製している。このテープについての情報は四八九頁を参照のこと。

朝の好感エクササイズ

これは、第十八章で紹介した朝のエクササイズを変更したものである。だいたい一週間に一度行うとよい。この「朝の好感エクササイズ」を実行することに対してあなたが持つ抵抗に気づくこととはわりわけ有用である。

朝のエクササイズを始める直前に、「私は自分が好きだ」と思うようにする。少しだけそれを感じてみる。あなたの顔に小さな微笑みを浮かべてみる。

さて、朝のエクササイズの正規のステップの間中ずっと、その小さな微笑みを浮かべ続ける。あなたの身体の各部分を感じながら、感情を込めてそれらに微笑みかける。ミュージカル・ボディーのエクササイズの場合と同じように、無理やりそうしようとしていたり、やりすぎたりしてはならない。おおげ

さにせず、ただ穏やかに身体的および感情的に微笑み、穏やかに好感を抱くようにする。

われわれの実に多くは自分自身へのあまりにもわずかな好感しか持っていないので、意図的に自身に注意を集中させ、意識的に自分自身を好きになるためにほんの数分間を費やすことが、実際には大仕事になりうるのであるが、しかし、少なくとも少しだけ——で、結局はたくさん——自分自身のことを好きなることは、誰もが持っている能力の範囲内にあるのである。

朝の好感エクササイズとミュージカル・ボディーのエクササイズのとちらも、あなたが自分自身を単に好きになる代りに、自分自身を愛するよう要求することによって、さらに強力なものになりうる。けれども、それはあまりにも多くの抵抗を引き起こすかもしれないので、その場合はただ自分を好きでいるだけにとどめるようにする。あなたがこのエクササイズを自分自身を愛することとして実践できるようにすれば、あなたはあなた自身および他の人々への慈悲心を発達させる道を順調にたどり始めるであろう。

あなた自身および他の人々への慈悲心を発達させることは、偽りの人格は死ななければならぬという考えを正しく理解するために不可欠なのである。

【原注】

- (一) T. Gyuso (the Dalai Lama), *Kindness, Clarity, and Insight* (Ithaca, N.Y.: Snow Lion Publications, 1984).

第二十四章 靈的な道を選択する

もし、瑣末な興味や重要でもない目的の輪の中で空回りしている普通人の生活の恐ろしさを余すところなく理解できたら、そして彼らが何を失いつつあるかを理解できたら、自分にとって重大なことはただ一つ——この普遍的な法則から逃れること、自由になること——しかありえないことがわかるだろう。死を宣告された囚人である人間にとって、何が重大だろう？ ただ一つ、いかにして自己を救うか、いかにして逃げるか、これ以外に重要なことなど何一つない。

— G・I・グルジエフ¹

われわれが日常を超えた心理的・靈的な道の探求に関心を持つようになる、われわれのいろいろな質問に対する答えを持っているかもしれない知識への道があるかもしれない、あるいはそのような知識を持った教師や模範となる人がいるかもしれないと想定することは自然である。自分たちより以前にその道をたどった人々から役に立つ援助を得られるだろうと期待するのである。

探求を始めると、あちこちに無数の道や教師が存在していることがわかるのだが、しかしそれら（彼ら）の多くは互いに矛盾しあっていたり、あるいは合点がいかないように思われる。誰が真理を

持っているのだろうか？ 彼らは皆、われわれが知る必要がある全ての真理を持っているのだろうか？ いくつかの道は真理の幾分かを持っているが、その重要な部分を欠いているのではないだろうか？ 何人かの教師たちは、真理についての彼らの知識に危険な誤りを混入させてはいないだろうか？ 真理に対する誤りの割合がぎりぎりどれくらいまでだったなら、道または教師を従うに値するものとして容認しうるのだろうか？ どの道が最良なのだろうか？ なおいつそう重要なことは、どの道が私にとって最良なのだろうか？

日常生活では、われわれは同様の日常的な疑問に対して、しばしば、かなり確かな答えを得ることができる。たとえば、もし私が電気工による修理を必要としているなら、国家免許証を持った電気工を雇うことができ、多分、彼または彼女は私が頼んだ仕事をこなすのに充分なだけの、最低限の能力を持っていると私は確信してしかるべきである。もし私がコンピューターのプログラミングを習得したければ、州立大学の講座を履修することができ、その講座を教えるために大学に雇われているどの人も自分が教えていることをわかっていると私は確信してしかるべきである。最良のものは入手できないかもしれないが、しかし基本的な能力は得られるだろう。もし新しい洗濯機を買いたいと思ったら、私は「消費者レポート」を読み、さまざまな機種^{はかり}の長所と短所についての客観的な評価を比較し、それらを私のニーズに照らして秤^{はかり}にかけ、そしてどの機種を購入すべきかについての賢明な判断を下すことができる。

「霊的マーケット」もそのようであってくれたらいいのだが！ 霊的な教師にとつての基本的な能力レベルを保証してくれる認可当局はどこにあるのだろうか？ 客観的な試験をした後、次のような報告を載せてくれる「霊的消费者レポート」はどこにあるのだろうか？

外向的な気質で人格特性がA、B、Q、Tの求道者には、禪瞑想が悟りに向けての急速な進歩をもたらす。しかし、人格特性がC、Rの求道者には、禪瞑想は明らかに不向きである。人格特性Cの求道者は、新しいゲシュタルト・スーフィズムを研究すべきである。あいにく、人格特性Rの人には満足のいくいかなる靈的な道もまだ発見されていないので、今生においては芸術的な職業に就くほうが良いであろう。

より開化した科学が靈的な道のためになしうることの一つは、なにか「靈的消费者レポート」のようなものを開発することであろうと私は思う。それは、何世代にもわたる研究者たちにとっての一大プロジェクトであるが、しかし多くの人々の特徴を評価し、彼らをさまざまな靈的な道に携わらせ、それからどのような種類の人にとどのような種類の結末が起こったかを見つめることは可能であろう。それは答えの一部にすぎないが、しかし助けになるであろう。

選択の基本

たとえばあなたが靈的な事柄に関する本を読んでいるだけの場合でも、多くの中から最良のものを選ぶことは現実的な問題である。あなたが真面目に実践する覚悟をしている時には、それはなおのこと重要である。われわれは矛盾した要求を抱えており、多くの道は暗黙のうちにあるいは公然と他の道を劣っているとみなしており、そして案内のために頼りにすべき客観的な権威は存在しない。知的な人はどうすることができのだろうか？

まず第一に、靈的な道を選択することは単に言葉の上の、理知的な知性の問題ではなく、それはま

たわれわれの感情と本能の問題でもある、ということをわれわれは認識しなければならない。われわれは三つの脳の全てを使わなければならないのである。われわれの文化の中のほとんどの個人の場合、理知的な知性は高度に発達させられてきたが、しかし本能と感情はなほだしく無視され、しばしばその機能が抑圧され、歪められてきた。すでに見てきたように、われわれの本能と感情のこの機能の歪曲が今度は理知的な機能を歪めてしまうので、多くの「合理性」は実際には合理化になっている。そこで、靈的な道の選択へのわれわれのアプローチの一部は、われわれの感情のおよび身体的な性質を理解し、成熟させるための継続的な努力に基づくべきである。

一例として、おそらくは独特だと思われる問題をおおひ隠すために、他の人々より優れていると感じつけられた理由の一つは、私自身の中の劣等感をおおひ隠すために、他の人々より優れていると感じたいという未熟な欲求を持っていたことであつた。それは私の問題であつて、必ずしもそれらのさまざまな道のどれかに固有のものではなかつたのである。けれども、まわりには、元々の靈的な起動力との接触を失い、そうした未熟な感情に迎合している教師やシステムが存在している。自己認識を絶えず増やしていくことが不可欠なのである。なぜ私はある特定の道や教師に関心を持つのだろうか？

第二に、知性はわれわれの現在の限界を認識し、謙虚になることを求める。私は、自分がさまざまな靈的な道および教師の現実的な特質を評価することができると思つたが、その一方で、それは本当であるにはあまりにも誇大すぎるということを知っている。私およびあなたは、一方の極端であるベテナーの何人かを確かにそれと認めることができ、また時には、より高い観念や行為を（知的および／または感情のおよび／または本能的に）認めることもできる。そのように、われわれは選択に最善を尽くすことができるが、しかし時々間違いを犯すであろう。もしわれわれが自分の間違いから学

ぶならば、後悔する客観的な理由をほとんど持たない。

第三に、靈的な道を選択は、——たとえその選択が知的であるばかりか感情的であるとしても——「合理的」な選択以上のものに依拠することが望ましいであろう。第二十章でわれわれは、われわれを導いてくれる内なるコンパスに類似した「磁力センター」についてグルジェフが述べていると記した。この類比は、われわれの中の本質的な何か——真理を見出した時にそれを真理だと認めることができる、われわれの本質^{ユージェフ}あるいはわれわれの自己のうちより高次の側面からの何か——をさざしている。このように、真に高次の教えは合理性を超えて訴えるある種の力を持っているであろう。

しかしながら、磁力センターという観念は、神秘的で感情的に訴えるものは常に高次の教えにちがいないという考えに堕しやすいため、危険な考えである。非合理的なもの（超合理的なもの）に注意を払うべきであるが、しかしそれは非合理的なものおよび誤ったものと容易に混同される可能性があるのである。それゆえ、自己を探究すること、どのように自分の心のメカニズムが働くか、それがどんな錯覚を抱いているか、さらにそうした錯覚とわれわれが持つかもしれない無合理的だが妥当な直観をどのように識別したらいいかを厳密に覚える必要があるのである。

私は、靈的な成長に関心があるばかりでなく、プラグマチストであり、また科学者であつて、何かをめぐる全ての言説や理論にかかわらず、その何かの実際の結果がどうなるかを知りたいと思つている。私がある靈的なシステムあるいは教師に出会う時、私は自分が知つておられると思つておられることを参考にし、また、以前に間違えたことを思い出し、将来おそれなくもつと間違えるであろうということをお念頭に入れつつ、自分の精神、自分の心、および自分の本能で「聞き」、そして評価すべく努める。で、もし私があるシステムまたは教師から学ぶことができ、掛かり合うことによつて自分自身または

他の人々に役立つことができると判断したら、私はそれに掛かり合うようにするのである。

グルジェフの観念は時代遅れか？

G・I・グルジェフは、東洋の教師たちから得た知識と知恵を同時代の西洋人たちに適した形に初めて体系的に翻訳すべく試みた人々の一人である。彼は、ある文化には有効かもしれない心理的および霊的な知識体系が、他の文化においては適切に働かないかもしれないということをわきまえていたので、自分の知識を効果的に伝えるであろう種々の教え方を試してみた。同様に、われわれの文化の中の何人かにとっては有効な道であるものが、他の人々には有効ではないかもしれない。それが特定のグルジェフ派のグループの道であろうと他のどんな道であろうと、「この道が唯一の道だ」と信じている人々には私は我慢がならない。グルジェフの観念が非常に有用であることを私が見出したことは確かであり、さもなければ本書を執筆することはなかったであろう。しかしあなたは、あなたにとって有効な一つあるいは複数の道を見つけなければならぬ。

私は、どの道が優れているかについてのさまざまな主張をよく知っている。これらの中には、グルジェフの観念は有用ではあったが、しかし今や時代遅れだという（アイドリズ・シャー経出の）スティーの主張が含まれている。これに反対する考えがあり、シャーの「スティーの物語は有用ではあるがしかし限界がある」という思いを何人かのグルジェフ信奉者たちが抱いている。アリカ・トレニングの創始者オスカー・イチャーゾは、アリカ・トレニングはグルジェフとスティーズ双方の背後にあった秘教スクールに由来しており、両者に取って代わるものであるとおそらく主張しているよ

うである。

私は、グルジェフ、シャーおよびイチャーゾの教えに大きな敬意を抱いている。これらのシステム
の全ては、私にも私の友人たちにも大いに価値があったのである。私は、たとえば「ダーヴィツシュ
たちの物語 Tales of the Dervishes」など、シャーの一連の教訓物語の本をいつも推薦している。けれ
ども、私は「靈的免許授与当局」の住所を知らないで、誰が本当に正当な資格証明書を持っていて
誰が持っていないのかを調べることはできない。また、これらのシステムの「客観的な」評価を下
し、一つあるいはいくつかを「一番のお買得品」と定める「靈的消费者レポート」が発行されている
かどうか突きとめることもできなかった！ 限りある存在として私は、これらの全て（および他の多
くのシステム）は、多分、少なくとも何人かの人々に与えるべき何かを持っているとだけ結論づける
ことができ、そしてふさわしい人が自分にふさわしい道に掛かり合うことを望んでいる。

私はいくつかの靈的伝統を研究してきたが、本書はグルジェフの思想に焦点を当てている。なぜグ
ルジェフなのか？ なぜなら、彼は東洋の靈的な観念と実践を有用な形式に整える天才だったからで
ある。西洋文化に対する彼の影響は、たいていは舞台裏ではあるが、はなはだ大きく、当今の靈的
な関心への道を開くのを助けてきた。心理的および靈的な観念に関する彼の基本的な系統的記述は今
もなお最良のものの一つであり、他の伝統ではしばしば触れられていない重要な分野に及んでいる。

グルジェフの観念はあなたに合っているか？

もしあなたが本書をここまで読んでこられたなら、あなたはおそらくグルジェフの観念のいくつか

についての私の理解がかなり興味深いことに気づき、多分もつと先に進みたいと思われるであろう。前述のアドバイスは、第四の道のグループを含むどんな靈的グループに係り合う場合にも当てはまるが、グルジェフの観念についてのいくつかの特定の注意事項を検討してみることによろ。

まず初めに、本書の冒頭の訓戒（「序文」 xxi頁）——ここに書かれている観念を信じてはならない。それらを試しなさい。自分にとって本物かどうかを吟味しなさい、という——を思い出していただきたい。もちろん、これは容易ではない。それらのいくつかは直接観察し、難なく試験してその価値を判断することができる。他のいくつかは長々としたワークと観察の結果としてのみ価値を判断することができ、で、そうするための集中力と注意力を強化しなければならない。他のいくつかは、なんらかの無意識的理由のため、受け入れられるかまたは拒絶されるであろう。いくつかの観念は、ある種の「実験的な信頼」によって受け入れられるかまたは拒絶されなければならないであろう。一時的、実験的な信頼に基づいて物事を受け入れることは、時おり忘れずに再チェックするようにするべき、結構である。あなたが信頼に基づいて受け入れた何かが、今も試験に耐えうるだろうか？

このことは、これらの観念と実践をあなたがどこまで自分自身で試し、利用することができるだろうかという、重要な問題を提起する。第二十一章で論じたグループワークと教師とのワークの重要性に関する事柄を考慮するなら、もしあなたがこれらの観念と共にずっと先まで歩みたいと思うならば、グループに参加して教師を見つける必要があるのではないだろうか？

その答えはイエスだと私は信じているのだが、しかし私はそれを認める気にならない。私は書物や独りきりでの熟考から学ぶことを好み、また、他の人々に関わることへの懸念の全てを解消したわけではないので、グループを必要とするという考えにはいささか抵抗を感じるのである。私は、理論的

には、自力でこれらの観念と共に非常に先まで進むのに充分なほど明敏で観察力のある個人を想像することができるとは、実際には、われわれは他の人々との相互作用によって非常に強く影響されるので、グループや教師と一緒にワークすることで受ける援助、刺激、欲求不満、および挑戦を必要とするのである。われわれはそれから大きな力と利益を得る。また、第二十二章で論じたように、われわれは自分自身を日常生活の危険とは異なる危険にさらすことになるが、しかし得られる利益は危険を冒すのに充分に値する可能性がある。

第四の道のグループ

グルジェフは紛れもなく天才であり、われわれよりはるかに目覚めた人間であった。もし彼が現在生きていたら、私は彼を師として受け入れるべく努め（さだめし）人格上の多くの衝突があることだろうが！、彼の指示を受けているグループで学びたいと思うだろう。

ある新しい系列の活動を始めた天才が死ぬと、避けがたいように思われる社会的プロセスが起こる。彼の許にいた学習者や弟子たちは、彼の活動を継続する必要を強く感じる。普通、しばらくの間は——時にはほんの数日間、時には数年間——これらの学習者たちの間には調和があり、そしてそれから、特に創始者が後継者をはっきり指名しなかった場合に、分裂が始まる。すると、元々の活動について二つまたはそれ以上の分派が出現するようになる。最良の場合は、各分派が、自分たちは活動のある側面を得意としていると、謙虚に、どちらかと言えば客観的に主張する。最悪の場合は、各分派が、自分たちだけが創始者の教えの真髄を保持しており、他のグループはせいぜい何も知らない模

傲者であり、無責任なベテン師であると主張する。さまざまな分派が教義をめぐる反目しあい、お互いを無視し、相手のしていることをけなし、訴えたりしあうかもしれない。

グルジェフが一九四九年に他界した時、彼は教えを受けた全員によって受け入れられる仕方では誰かを後継者として指名しなかった。現在彼の教えに関心のある人は、その教えを受け継いでいると称する多くのグループがあり、そのどれもが正統性を主張していることを知るであろう。いくつかのグループは、彼の最古参の弟子たちの何人かがそのメンバーだったという理由で、グルジェフとの連続性を指摘するであろう。他のいくつかのグループは、グルジェフから受けた秘密裏の承認について語り、自分たちより古参の弟子たちは、なるほど長期間グルジェフと共に学んだことは確かだが、しかしこの分派の創始者のように本当に理解し、発達を遂げはしなかったと主張するであろう。いくつかは、グルジェフとも彼の高弟たちの誰とも一緒に学んだことはないのだが、しかしグルジェフから靈感を受けていると、時には比喩的に、時には文字通り主張する。

さらに困ったことには、グルジェフの観念は容易に権威主義的な解釈に利用されやすく、それらの解釈に基づいた活動を（もともと悪い意味での）カルトに転じさせ、カリスマ的な指導者に大きな力を与えかねない。以前論じたグループワークにまつわる問題のいくつか——とりわけ転移を伴う問題——は、ここでも当てはまるのである。これらの指導者の何人かは自分の発達レベルについて思い違いをしているのだが、しかし他人に影響を与えることに非常に長けているのである。何人かは、献身的な信奉者たちから得られる奉仕やお金が目当ての単なるベテン師にすぎない。

では、どうしたらいいのだろうか？

グルジェフの観念を教えるいずれかのグループに掛かり合うことは危険である。ベテン師によって

操られているかもしれないし、実際の教えの効果など全然ない単なる社交グループかもしれないし、メンバーたちを傷つける病理的な集団力学によつてすっかり墮落しているかもしれない。また、それは効果的なグループかもしれない。本書で紹介したものはるかに凌ぐ技法はしばしば非常に強力であり、あなたの抵抗にもかかわらず、変化を強いるかもしれない。すなわち、それは効果があるが故に危険でありうるのだ。あなたの抵抗にもかかわらず、あなたは無理やり成長させられてしまうのである。

グルジェフ派のそれであれ他のそれであれ、なんらかの真剣な霊的探求に掛かり合わないこともまた危険である。日常生活は安全ではない。日常的なものにしがみつき、なんの疑問も呈さず、何も変えようとしないことも安全ではないのだ。軍拡競争、精神病についての数字、人口過剰問題、汚染、自殺率、精神安定剤を常用しなければ暮らしていけない膨大な数の人々に思いを馳せてみればよい。日常生活は安全ではないのだ。そして日常生活は、ある一定のポイントを過ぎると、それ以上の充分な意味を与えてはくれない。われわれは自己実現、霊的な成長を探し求めねばならない。さもなければ、生きながらの空しい死を味わわなければならない。

世界には、多くのグルジェフ志向グループだけでなく、霊的発達をめざすその他さまざまなグループがある。どれが良く、どれが悪く、どれがどうでもよいグループかを外から請け合つて言うことはできない。いくつかは広告を出すので、見つけやすい。いくつかは決して広告を出さないで、見つけるには知恵を絞らなければならない。グループの見つけ方については、補遺Bで論じておいた。

あちこち捜しまわつて、多くの霊的な道を見てみることはきわめて適切である。道X、Y、Zについての本を読み、道Cの週末ワークショップを試し、道Qの数カ月間の日曜瞑想を実践し、道Pに掛

かり合っている人々と親しくし、そしてどんな感じを受けるか見てみるとよい。これらの道の一つは、あなたの中の生きいきした何かに訴えかけるだろうか？

一つを選択する

けれども、ある時点に至ったら、これを少しあれを少しというふうに混ぜこぜにすることはもはや不適切である。ほとんどの道はあなたがそれに注ぎ込むエネルギーの量に正比例してあなたに効果を及ぼすであろうから、あなたは本腰を入れて一つに集中し、それに大量のエネルギーを注がなければならなくなるであろう。もしある道をずっと遠くまで行きたいなら、一度にいくつかの方向に進むことはできない。

そういうわけで、グルジェフ派のグループだろうと禅のグループだろうと、その他どんなグループだろうと、あなたの心に訴える道の一つ選ぶようにする。そして、自分の選択は相対的な無知と合意的トランスの中でなされているのだが、しかしそれで構わないのだという事実を受け入れる。自分がいる所から選ばなければならぬのである。あなたは、今あるものとしてのあなたに対してないうる最善の選択をしているのだと認める。が、自分は変わるかもしれない、新しい事実が明らかになるかもしれない、現実とは変化であり、だからこの瞬間での自分の真摯な、最善の選択が将来は最善の選択ではなくなるかもしれないということもまた認めるようにする。自分がしている選択にエネルギーを注ぐことができるように、それを信じるようにするが、しかし自分の信念を実験の一部として受け入れるようにする。

全ての真正の実験は評価を受け、新しいレベルの知識に帰着する。自分が選んだ道に時間をかけ、専心していただきたいが、しかしそれを始めるにあたり、自分の選択を実験とすることについて自身と契約を結ぶことを強くお勧めする。われわれの記憶はかなり誤りに陥りやすいので、以下のような契約書を作成しておくことよい。それはあなたが最善を尽くすための確約であるが、しかしお終いに自分の実験を評価するという確約と共に、あなたを特定の期間的確約に限定する（最初の道には六カ月で充分かもしれないし、どんな道でも二年で充分である）ものである。

靈的確約書

私、—— は、自分の現在の限界を超えて可能な最高限度めざして成長したいと望んでいる。自分の性質および可能性を私が理解することができるかぎりでは、自分が精進してめざしたい目標および自分が本当に尊重しているのは以下のことである。

（自分の重要な目標及び価値を記入する）

私は自分自身を変えなければならぬが、その一方で、現在の私よりも右の目標達成に長じている誰かからの教えと指導から益することができ、またこれらの目標の達成への社会的支援を与えてくれるグループの一員であることから益することができるといふことを認識している。自分の目標を達成するのを助けるため、私は、限定期間—— の間（時間確約）——（教師名）および彼／彼女

のグループ——（グループ名）と共に学ぶことを確約する。

この確約期間中、たとえ自分に与えられる指示が自分の期待に反するようと思われるようと、あるいは自分の抵抗を引き起こそうと、私はできるだけ自分の多くを、与えられたことを学び、理解すること、および他の人々を助けることに捧げることにする。私は自分自身または他の人々に害を及ぼさないという大まかな限度内でこれを実行することにする。なぜなら、自分が得るものは自分が与えるものに比例すると理解しているからである。

また、この時点での自分の不完全な理解の結果、自分にとって実は最善ではない、またはある時間の間だけ有用かもしれない、あるいは自分や他の人々に有害な要素を含んでいるかもしれない、そういう道、グループあるいは教師を選んでしまったかもしれないことを私は認める。したがって、私の誠心誠意の掛かり合いは実験的性質のものである。この実験がたとえどのような結末に至ろうと、正直にそれを評価することによって私はそれから学ぶつもりである。

一つの道に没頭するあまり、自分の展望を見失い、自分の目標を忘れてしまうかもしれないということ、私は認める。それゆえ、この確約実験を評価するため、右に指定された確約期間の終りにグループと教師の許から去り、少なくとも二カ月間独りであることによって、グループの直接的な影響と思考習慣を減じるようにさせ、それから、右に挙げた目標と価値に照らして実験を評価してみるつもりである。

私はこの約束を忘れるかもしれないので、この契約書の写しを、私の親友の——に封印した封筒に入れて渡してあり、彼女は彼女は、確約期間の終りに、——たとえわれわれがもはや友だち同士ではなくなっていると、私にそれを引き渡すと約束してくれている。

この確約期間の終りには、私はおそらく変わってしまったであろう。右に挙げた目標および価値を仮定した場合、私はこの変化を気に入るのであるか？ グループと教師は私の目標達成を助けてくれているだろうか、それとも妨げているだろうか？ 私のより初期の目標と価値のいくつかは重要ではないか、または心得違いだったということがわかるであろうか？ これは私のより深い自己の真正の知覚であろうか、それとも単に私が一緒にいたグループと教師好みの流儀にすぎないであろうか？ 私は予期せぬ仕方でも変わってしまったのだろうか？ 私はこの予期せぬ変化を増進したいだろうか、あるいははしたくないだろうか？ 私は、ワークをした結果、前よりましな人間になっているだろうか、それとも「特殊な」グループの一員だということだけで優越感を感じているだけであろうか？ 私がどう変化したかについて、グループに属していない旧友たちから有用なフィードバック（反応、意見、感想）が得られないだろうか？（あなたが投入した時間を正当化するために、あなたが向上したと彼らに言わせるため彼らに圧力をかけないよう気をつけること）。私は前より同胞を助けることができるようになっただろうか？ 私は同胞をグループ内の友人たちより劣っているとみなすことによつて、自分を彼らから遠ざけてしまうようになっていないだろうか？

これらおよび同様の疑問について長々と熟考した後でもなお、私はその教師とグループと一緒にいたいだろうか、それとも違う教師とグループを見つきたいだろうか？ もし私がこの道が続きたい、あるいは別の道を始めたいなら、私はこれと同様の別の契約を自分自身と結ぶつもりである。

私の旅の間、宇宙の最高の諸力が私を助け、導いてくれるよう私は乞い願う。

悟りの可能性、そして人生をもっと意義深く、効果的で、愛情深く、平和なものにしてくれるであ

ろう、広範囲の理解と能力を検討することによって、われわれは本書を始めた。われわれが置かれている状況の現実からして、われわれは悟りを妨げている障害物に焦点を当ててみた。それらはたくさんあるが、克服したいものではない。合意的トランスから目覚めることは容易ではなく、それを企てることには確かに危険があるが、しかしあなた自身および他の人々にとつての報いは非常に大きい。その努力は払いがいがあることをあなたが見出し、そして光を見つけられんことを私は望んでいる。あなたの発見の旅に幸あらんことを！

【原注】

- (1) ウスベンスキーの「奇蹟を求めて」p. 364に引用されているもの。
- (2) I. Shah, *The Suffs* (New York: Doubleday, 1964).
- (3) Tart, *Transpersonal Psychologies* に収められた Lilly and Hart の論文を参照のこと。

第二十五章 現実と神

現実以外にいかなる神も存在しない。

どこか他の所に神を捜し求めることは、
墮落した行為である。