

日本トランスパーソナル心理学／精神医学会（第17回学術大会）
日本トランスパーソナル学会（第12回大会）

合同大会

未来をつなぐ

トランスパーソナル

原点・課題・展望

プログラム・抄録集

2016年11月26日（土）、27日（日）

相模女子大学 7号館

Japan Association for Transpersonal Psychology/Psychiatry(JATP)

Japan Transpersonal Association(JTA)

ごあいさつ

米国でトランスパーソナル運動が誕生して半世紀、日本トランスパーソナル学会が誕生して22年、日本トランスパーソナル心理学／精神医学会が誕生して18年が過ぎました。

時代は変化し、人々の生活や心も大きく変化しました。トランスパーソナルは明るい夢や希望を与える思想ですが、それはどれほど実現したのでしょうか？ いつまでも夢を追いかけるだけの、絵に描いた餅だったのでしょうか？

今日は、世界中のいたるところで厳しい現実を突きつけられています。そこから目をそらすことは許されません。ロマンティックな夢に、簡単には人々が酔わない時代です。

トランスパーソナルが一時代の流行に過ぎないものであったなら、早晚、淘汰されるでしょう。しかし、時代に左右されない真実があれば、これからも残るでしょう。

なにが時代を貫く普遍的な真実か、感傷を離れてしっかりと見極め、峻別するべき時が来ているように思います。

この頃、どうも息苦しい。いじめは無くならず、SNSで発言すれば炎上し、週刊誌は有名タレントを激しくバッシングし、ニュースを見れば、弱者に対する暴力的な事件が相次いでいます。こんな状況が続けば、人々は、他者からの攻撃を恐れて自由な発言をすることを自粛し、感性のおもむくままに自分自身を表現することをやめるようになるでしょう。このままでは、人々の間のつながり感が失われ、個々が自分の利益のみを追求するとともに格差が極限にまで拡大し、強い者だけが生き残り弱者は見捨てられる世の中になってしまうかもしれません。

これは、トランスパーソナル学がめざしたものと全く逆の方向です。

だからこそ、今、日本トランスパーソナル心理学/精神医学会と日本トランスパーソナル学会が共同で学会大会を開くことには、大きな意義があると思います。今回の大会が、人と人との、あるいは人と自然とのつながり感を思い起こさせ、多様性を尊重し弱者を見捨てずお互いに助け合う世の中を実現するための一助になれば幸いです。

日本トランスパーソナル心理学／精神医学会
会長・大会長 石川 勇一

日本トランスパーソナル学会
事務局長・大会長 向後 善之

合同大会実行委員会

JATP 大会長：石川 勇一 実行委員長：合田 秀行

JTA 大会長：向後 善之 実行委員長：笠置 浩史

目次

ごあいさつ	1
大会参加にあたってのお願い	2
会場アクセス・案内図	3
大会スケジュール	5
分科会・講演・シンポジウム	7
研究発表	23

大会参加にあたってのお願い

受付について

- 26日（土）に受付を済ませた方は、27日（日）の受付は不要です。

名札について

- 大会期間中は**名札をご着用**ください。参加証の代わりとなります。

懇親会について

- 会場：7号館1階ラウンジ
- 予約の方のみご参加いただけます。
- 会場では名札をご着用ください。**名札が参加証**となります。

分科会・研究発表について

- どの演題にもご参加いただけます。事前申込みは不要です。
- 途中で会場を移動することができます。移動はお静かにお願いいたします。

その他

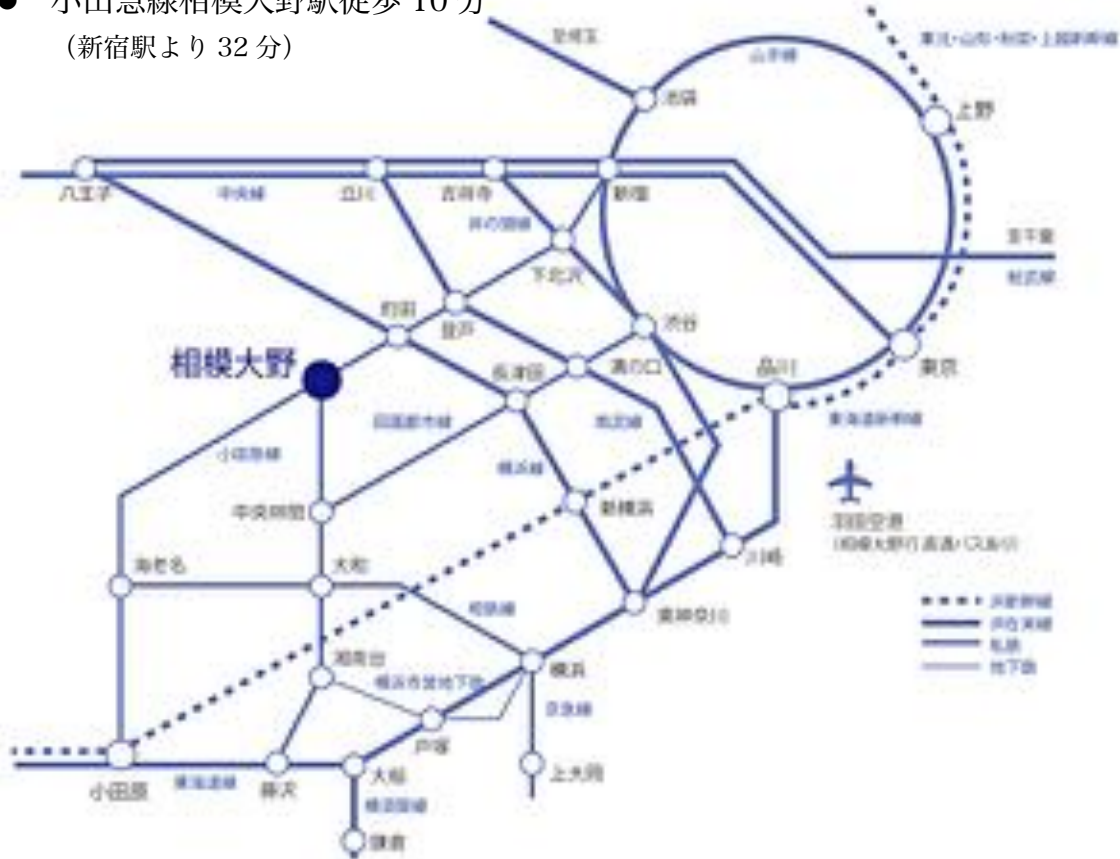
- 1階ロビーにて書籍を販売しております。ご利用ください。

ゴミは必ずお持ち帰りください

会場アクセス

相模女子大学

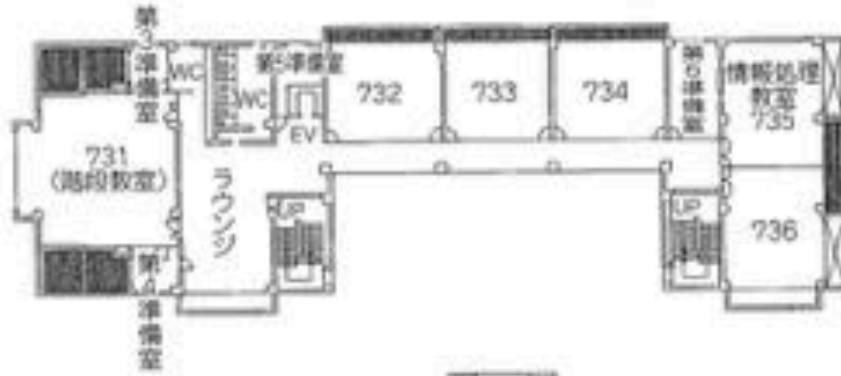
- 住所：神奈川県相模原市南区文京 2-1-1
- <http://www.sagami-wu.ac.jp/access/>
- 小田急線相模大野駅徒歩 10 分
(新宿駅より 32 分)



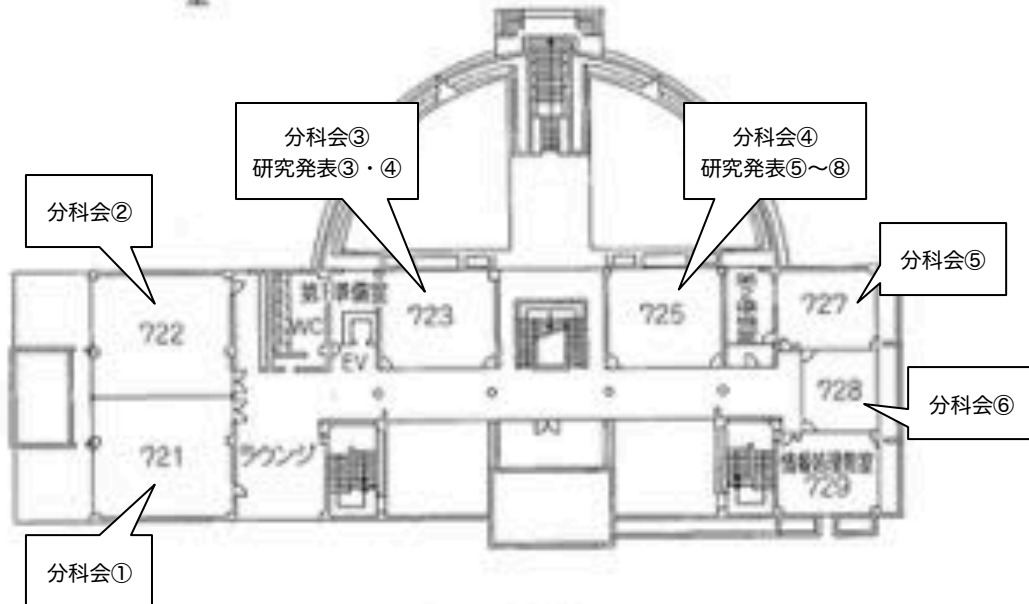
- ・ 相模大野駅中央改札を出て右手、北口へ。
- ・ 北口正面（左斜め前）のエスカレーターを降り、伊勢丹まで続くアーケード「コリド一通り」を200mほど直進します。
- ・ 伊勢丹正面にある2階へつながるエスカレーターを上がります。
- ・ 伊勢丹入口前を左に曲がり直進します。階段を降り、「女子大通り」を5分ほど直進します。

7号館**

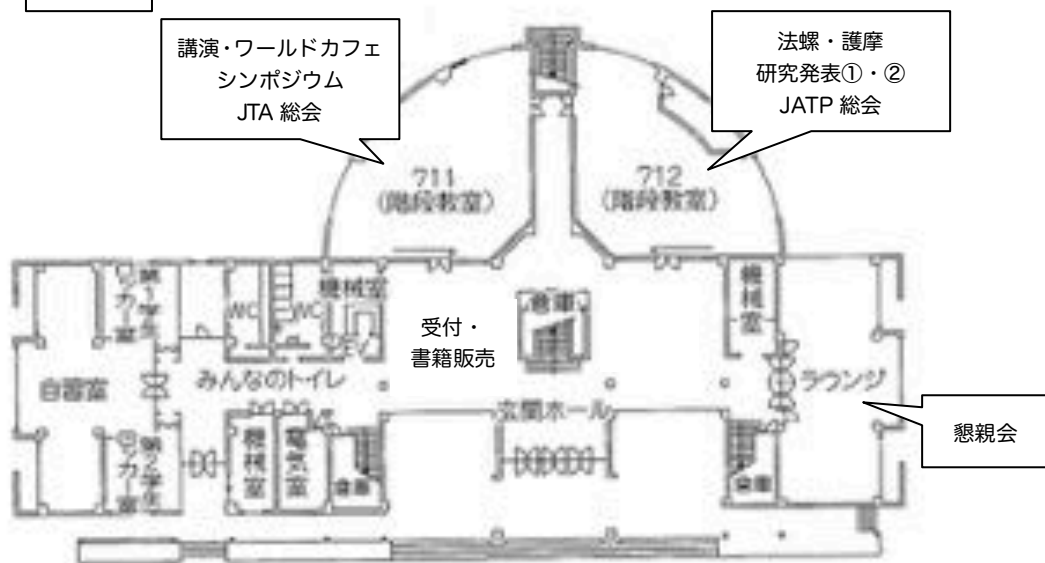
3 階



2 階



1 階



**JATP/JTA 合同大会 未来をつなぐトランスパーソナル：原点・課題・展望
大会スケジュール**

2016 年 11 月 26 日 (土)

13:00 開場、受付開始

【1階 712】

13:30 開会挨拶 石川 勇一 (JTAP 大会長、相模女子大学教授)

13:35 法螺・護摩 立石 光正 師 (修験者) *開始までに会場にご入場下さい。

14:20 《JATPプロデュース》分科会

①**721** 「スピリチュアリティ教育の可能性を探る」

村上祐介 (プール学院大学講師)

②**722** 「紛争解決とスピリチュアリティ」

吉村季利子 (大阪大学大学院招聘研究員)、松本孚 (元相模女子大学教授)

③**723** 「自然とスピリチュアリティ」

濁川孝志 (立教大学教授)

④**725** 「スポーツ・芸術における『ゾーン』の事例検討：仏教の瞑想との比較」

志岐幸子 (関西大学准教授)、石川勇一 (相模女子大学教授)

⑤**727** 「禅と心理療法を巡る懇談会」

塚崎直樹 (つかさき医院)

⑥**728** 「自己実現する人間からトランスパーソナル自己の実現に向けて：心理療法の意味と役割」

土沼雅子 (文教大学名誉教授)

【1階 711】

16:30 《JTAプロデュース》講演「トランスパーソナルの原点と展望」

菅 靖彦 (翻訳家)

17:30 ワールドカフェ ファシリテーター：中野 民夫 (東京工業大学教授)

18:45 懇親会 (事前予約された方のみ)

会場：7号館1階 ラウンジ

20:30 閉会

2016 年 11 月 27 日 (日)

9:30 受付開始

10:00 研究発表

	10:00	10:30	11:00	11:30
712	座長：諸富 祥彦			
	①沼田 和子 フラクタル心理学のインナーチャイルド療法	②ティム・マククリーン／高岡 よし子 二元論を超えるために～バイロン・ケイティ・ワークの可能性		
723	座長：木下 典湖			
	③向後 善之 統合的発達プロセス仮説	④小林 規江 寓話『セレンディッポ』の3人の王子にみる入れ子構造の臨床心理学的検討		
725	座長：巻口 勇一郎		座長：松村 憲	
	⑤蒲生 諒太 大規模講義におけるソマティクス実習	⑥奇二 正彦 自然体験と人のスピリチュアルな価値観形成との関係	⑦甲田 烈 「妖怪の存在論」に関する理論的考察	⑧黒崎 碧 被虐待者が未来指向型の思考プロセスを会得する方法論

【1階 712】

13:00 日本トランスパーソナル心理学／精神医学会 総会

【1階 711】

13:30 《合同プロデュース》シンポジウム

「未来をつなぐトランスパーソナル：原点・課題・展望」

司会： 諸富 祥彦（明治大学教授）

シンポジスト：鈴木 規夫（インテグラル・ジャパン代表）

松村 憲（インサイト・プラクシス代表）

石川 勇一（相模女子大学教授）

合田 秀行（日本大学教授）

17:00 閉会挨拶 向後 善之（JTA 大会長、カリフォルニア臨床心理大学院准教授）

17:05 日本トランスパーソナル学会 総会

17:30 終了

「法螺・護摩」

立石 光正 師（修験者）

護摩とは、梵焼(ぼんしょう)すなわち御護摩の火をもって
我々の一切の罪穢を焼きつくして祈願を成就する儀



安全のため、途中入場はご遠慮いただきます。
護摩の開始までに会場にご入場下さい。

プロフィール

修験道行者。山学道。青年時代に国内外を旅して霊的体験。修験道総本山金峯山寺にて五年間修行。百日回峰行（大峯）などの修行を重ね下山（現在も熊野に住む）。

金峯山鍛流三好清快入道法螺御流初代講師として十三年間指導。平成二十三年、修験道の粹にはまらない自然道の修行の場「山学道」を開設。「一般社団法人実践修験道ワーク協会」を設立し、世界中から訪れる修行に志す人を指導。昭和 31 年生。

① 「スピリチュアリティ教育の可能性を探る」

会場：721

村上 祐介（プール学院大学講師）

プール学院大学教育学部教育学科講師 兼 関西大学非常勤講師。

愛媛大学教育学部、関西大学大学院心理学研究科（博士課程前期課程・後期課程）、鳴門教育大学予防教育科学センター研究員を経て、現職。

② 「紛争解決とスピリチュアリティ」

会場：722

松本 孚（元相模女子大学教授）

1947年生まれ。元相模女子大学人間社会学部教授。コンフリクト転換トレーナー。総合人間学、人間科学、人間行動学、健康学、メンタルヘルス、カウンセリング、平和学、非暴力トレーニング、コンフリクト解決法、コミュニティ心理学、生活学、トランスパーソナル学、野口整体、「よさ」研究などを多角的かつ実践的に研究し、統合しようと試みている。

吉村 季利子（大阪大学大学院招聘研究員）

立命館大学文学部人文学科哲学・思想コース卒業、大阪大学大学院国際公共政策研究科博士後期課程単位取得退学。同特任研究員を経て、現職。テーマは、紛争と市民社会。紛争下の社会心理と政治的意思決定過程に着目し、紛争解決・紛争予防につながる市民社会活動を分析する。

③ 「自然とスピリチュアリティ」

会場：723

濁川 孝志（立教大学教授）

1954年10月22日生まれ

現職：立教大学コミュニティ福祉学研究科 博士（医学）

研究領域：トランスパーソナル心理学、心身ウエルネス論、野外環境論

スピリチュアルな発想に根差した、健康な人の生き方を研究している。自然の中で遊ぶのが趣味で、アウトドアスポーツを世界中のフィールドで楽しんでいる。そのような活動を通じ、現在では自然環境の保全も重要な研究テーマとなっている。

④ 「スポーツ・芸術における『ゾーン』の事例検討：仏教の瞑想との比較」

会場：725

志岐 幸子（関西大学准教授）

早稲田大学人間科学部スポーツ科学科卒業。同大学大学院同研究科修了、博士号(人間科学)取得。スポーツ番組等で司会・コメンテーターを務めた。関西大学准教授。感性研究を主とする。

石川 勇一（相模女子大学教授）

早稲田大学人間科学部卒業。同大学大学院同研究科修了。現在、日本トランスパーソナル心理学／精神医学会会長、相模女子大学教授、法喜楽庵代表、臨床心理士、行者（修験道・初期仏教）。

⑤ 「禅と心理療法」

会場：727

塚崎 直樹（つかさき医院）

1973 年金沢大学医学部卒業

京都大学医学部付属病院精神科を経て、1980 年京都博愛会病院

1998 年つかさき医院

⑥ 「自己実現する人間からトランスパーソナル自己の実現に向けて：

心理療法の意味と役割」

会場：728

土沼 雅子（文教大学名誉教授）

文教大学教授を経て退職。現在文教大学名誉教授。臨床心理士。臨床歴は精神科病院、クリニック、学生相談、開業など 45 年。7 年前に曹洞宗にて在家得度し、釈迦牟尼仏の 82 代目仏弟子となる。現在はこころの相談室 (Time-Space Spirit) 主宰し、カウンセリング、ワークショップ、SV など行っている。著書に「人間性の深層」(創元社)、「カウンセラーのためのアサーション」(金子書房)、「自分らしい感情表現」(日本精神技術研究所)、「つらい気持ちをため込まない 50 の方法」(すばる舎)、「ドリーム・ダイアリー」(金剛出版) など。

スピリチュアリティ教育の可能性を探る

村上 祐介

プール学院大学教育学部

キーワード：教育・人生の意味・コンパッション・超越性・人間科学

0.分科会のテーマ

高等教育領域におけるスピリチュアリティ教育に焦点を当てる。脳神経科学や進化論、ダークサイドといった観点から実証研究の知見を提示しつつ、今後、わが国の高等教育でスピリチュアリティをいかに扱い得るかについてディスカッションを行う場としたい。

1.高等教育とスピリチュアリティ

2000年代にかけて、延べ11万人を超すアメリカの大学生を対象に、スピリチュアリティと心理社会的発達や学業面との関連が調査された(Astin et al., 2011)。例えば、「スピリチュアルな探求」得点の向上は、知的な自尊心やリーダーシップ能力へ肯定的な影響を及ぼす反面、大学満足度の低下に関連していた。また、「地球市民」得点の向上は、進学への関心を高め、奉仕活動の履修は成績評価指標(GPA)に肯定的な影響をもたらしていた。

2.スピリチュアリティ教育とエビデンス

我が国においても、スピリチュアリティ教育のあり方が議論され(尾崎他, 2004; 中川, 2005)、実践面では、講義を通して「大きな問い」を考える頻度が増加した大学生は、将来に役立つことが学んでいるという感覚が向上することが明らかになっているが(村上, 2015b)、より体系的なプログラムの実施や介入効果の科学的な検討は管見ながら行われていない。

ここで重要になるのは、介入内容の精査や効果検証における「エビデンス」の問題である。

「生きる意味」に焦点をあて一例を挙げれば、意味の「保有」と「探求」の高低の組み合わせにより精神的健康に差が生じ(Dezzutter et al., 2014)、意味を付与するモノを収めた写真を準備することで保有は高まることが明らかになっている(Steger et al., 2014)。また、進化論的文脈では、意味を求める心性は、外界の現象に何らかの意図の存在を帰属する、ヒトの心の働きの副産物であり、それ故にテロリズム等の破壊的な意味生成と結びつく危険性も指摘されている(Bering, 2011 鈴木訳 2012)。

3.スピリチュアリティ教育の実現に向けて

スピリチュアリティ教育は、グローバルな観点から現実社会の課題を発見し、より良い生き方を考え実行する力の基盤を形成し得る。その実現にあたり、科学と宗教的伝統の双方に健全に開かれた態度やリテラシーを、体験的・共創造的に涵養するアプローチが必要であろう。

主な引用文献

Astin, A., et al. (2011). *Cultivating the spirit: How college can enhance students' inner lives*. San Francisco, CA: Jossey-Bass.

Bering, J. M. (2011). *The belief instinct: The psychology of souls, destiny, and the meaning of life*. New York, NY: W. W. Norton & Company.

(ベリング, J. M. 鈴木 光太郎 (訳) (2012) . ヒトはなぜ神を信じるのか—信仰する本能—化学同人)

紛争解決とスピリチュアリティ

松本 孚¹⁾ 吉村 季利子²⁾

1) 元相模女子大学 2) 大阪大学大学院国際公共政策研究科

キーワード：全体的靈的平和・平和と靈性・解決困難な紛争・市民社会・イスラエル

戦争は人の心の中で生まれるものであるから、人の心の中に平和のとりでを築かなければならない。
—ユネスコ憲章前文

「戦争の世紀」となった20世紀に代わり、「平和の世紀」を目指した21世紀は、テロや内戦が頻発し、いまや「紛争の世紀」となりつつある。これまで政治学の分野では、紛争解決や和平交渉にあたり、国家および紛争当事者への物理的衝突を極力回避するため、権益の分割や利害対立の緩和など、妥協点を模索する政策や規範の提示が為されてきた。一方、社会心理学等の分野からは、外交政策に頼る平和の脆弱性が指摘され、維持可能な平和構築や恒久的な紛争解決には、長い年月を視野に入れた、教育的・心理的・宗教的アプローチの必要性が説かれてきた。冒頭のユネスコ憲章前文の宣言文は、まさに心の内側から、平和への道を促すものであるといえよう。しかしながら、紛争当事国における国民の心理は複雑で、単純に平和を希求しているとは限らない。事実、長期紛争下の社会心理は、イデオロギーや愛国心、歴史的背景などの要因が絡み合い、彼らが求める「平和」の定義すら困難な状況にある。

そこで本分科会では、前半で靈性と平和の関係について先行研究を中心にトレースするとともに、新しい平和目標としての「全体的靈的平和(ホリスティック・スピリチュアル・ピース)」の定義を明確にする。そのプロセスで、暴力や戦争に対する靈的(スピリチュアル)アプローチの理論的・実践的有効性について検討する。

後半部分ではイスラエル／パレスチナ紛争を事例に、紛争の問題点を明らかにし、社会心理学が提示する「解決困難な紛争(Intractable Conflict)」概念から、長期紛争社会で「紛争支持」の民意がどのように形成されていくのか、イスラエルの社会心理を概観する。さらに、イスラエル国内の市民社会活動から、自民族中心主義と平和的共生、ナショナリズムと民主主義、伝統的宗教とスピリチュアリティを融和し、内省的平和から外発的平和を導く活動について、分析を試みる。

2016年9月現在、世界では67ヶ国、727の団体が紛争に参加している。スピリチュアルな実践や活動は、紛争下の社会を平和的志向へと転換する機動力となり得るのか。国際紛争の解決を視野に、参加者全員で「全体的靈的平和」の実現の道を考えていきたい。

参考文献：

松本孚(2016)「「全体的靈的平和」(ホリスティック・スピリチュアル・ピース)」概念の提唱』『トランスパーソナル心理学／精神医学』15:1, 23-42

McLaughlin, Corinne and Gordon Davidson (1994) *Spiritual Politics: Changing the World from the Inside Out*. Findhorn Press.

Hanh, Thich Nhat (2004) *Peace Being Here: Palestinians and Israelis Listening to Each Other*. Parallax Press.

自然とスピリチュアリティ

濁川 孝志

立教大学コミュニティ福祉学研究所

キーワード：自然・スピリチュアリティ

現在の日本は、医療や公衆衛生の進歩によって伝染病や乳児死亡率が大幅に減少した結果、世界一の長寿国となった。しかし一方で世相に目を向けると、青少年犯罪の凶悪化、ニート、引きこもり、3万人を越える自殺者など“心の病”が関連すると思えないような社会問題が多発している。そして、これらの状況を生み出す背景には、人間の“心の問題”があることが指摘されている。

大石・安川・濁川(2008)は、こうした心の問題の多くはスピリチュアリティの喪失と関連があることを指摘し、現代社会では人々のスピリチュアルな価値観の醸成が求められているとしている。一方、地球温暖化に象徴される自然環境の悪化は今や世界的な関心事であり、解決されるべき最重要課題の一つに違いない。この問題に対し濁川(2009)は、環境問題の改善には個人の価値観の在り方が大きく影響することを指摘し、その上で、スピリチュアルな価値観の涵養が問題解決への糸口になる可能性を指摘してきた。

では、スピリチュアルな価値観を醸成するには如何なる方法があるのだろうか。一般にスピ

リチュアルな価値観を涵養するためには、宗教や教育などの手段が考えられてきた(大石ら, 2007; 濁川・大石・上田・カール・飯田, 2011)。更に、ヨガや気功、瞑想などある種の“行”がスピリチュアルな感性を養うという知見もある。また近年、森林などの豊かな自然環境に身を置くことで個人のスピリチュアリティが涵養される可能性も示唆されている(今西, 2008; 濁川・遠藤・満石, 2012)。事実濁川は、大学生に対するスピリチュアリティ涵養の教育が、自然環境の中で行われるとき、よりその効果が高いことを見出している(濁川ら: 2012)。また奇二らの研究(2015: 未発表)によれば、4泊5日の自然体験が大学生のスピリチュアルな感性を醸成する可能性がある事が示唆されている。そして、そもそもスピリチュアリティの定義や構成概念の重要な要素として、多くの研究者が“自然”を挙げている。

これら自然とスピリチュアリティの関連性を示唆するいくつかの知見を前提に、本分科会では種々の観点から「自然とスピリチュアリティの関わり」「自然の持つスピリチュアリティ醸成の可能性」などについて議論を深めたい。

スポーツ・芸術における「ゾーン」の事例検討 —— 仏教の瞑想との比較 ——

志岐 幸子¹⁾ 石川 勇一²⁾

1) 関西大学 2) 相模女子大学

キーワード：スポーツ・芸術・感性・ゾーン・仏教

1. はじめに

昨今のスポーツ界では、神がかり的なパフォーマンスを発揮した選手たちの状態を「ゾーンに入っていた」と表現することが少なくない。スポーツの現場では、ゾーン状態を追求するトレーニングの一環として、座禅や瞑想等が取り入れられるケースがあり、ゾーン状態と東洋思想との関連が窺える。

2. スポーツと芸術におけるゾーン体験

スポーツ及び芸術におけるトップパフォーマーたちの「感性」と「ゾーン」に関する志岐の先行研究(2008・2012・2013)では、多くの点で両者に共通性が見出されている。その内容には、従来の科学的視点では説明困難なものも含まれるものの、東洋思想的観点や感性によって捉えると、霊性に関わるトランスパーソナルな経験であることが理解される(志岐、2016)。

3. 初期仏教の瞑想との比較

初期仏教において瞑想は九段階に分けられている(九次第定)。すなわち初禅、第二禅、第三禅、第四禅の四色禅定、空無辺処定、識無辺処定、無所有処定、非想非非想処定の四無色禅定、さらには心が完全に滅した滅尽定の想受滅である。しかし、仏教においては、このような禅定によってのみ悟りが開けるのではない。禅定を基礎としつつ、身受心法の四念処を観察する観行を修め、法(ダンマ)を感得すること

によって、解脱に至るとされる。解脱の定義は明確で、貪瞋痴などのあらゆる煩惱および潜在的煩惱が完全に滅尽することである。

スポーツや芸術におけるゾーン体験は、極度に意識が集中された一種の瞑想体験ということができ、煩惱のない境地を一時的に垣間見る可能性があり、それを契機として仏道修行の道に入る人もいる。ただし、ゾーン体験によって解脱に至ることは不可能であると思われる。

本ワークショップでは、まずスポーツと芸術におけるゾーン体験について紹介し、仏教的観点から検討を行う予定である。

引用・参考文献

- 志岐幸子(2008)「岡田武史監督と考えた『スポーツと感性』」日本経済新聞出版社
- 志岐幸子(2012)「ゾーンの法則：至福の時を手に入れる14ヶ条」祥伝社
- 志岐幸子(2013)「トップパフォーマー達の『ゾーン体験』に見る『感性』の再考」『人工知能学会誌』28(6)、862-871
- 志岐幸子(2016)「トップアスリートの『ゾーン体験』の心理的深さと『ゾーン』のレベルに関する研究：『十牛図』の観点から禅の修行段階との比較検討」『身体運動文化論改』15、155-201
- 石川勇一(2016)『新・臨床心理学事典：心の諸問題・治療と修養法・霊性』コスモス・ライブラリー

禅と心理療法

塚崎 直樹

つかさき医院

キーワード：禅・変性意識・魔境・心理療法

過去に「禅と心理療法」を巡って、分科会を設定してきた。参加者の自由な報告と意見交換を内容としてきたが、参加者が限られていたため、今回はテーマを設定して、より多くの方に参加していただけるように、計画してみた。

今回とりあげたいのは「魔境」についてである。「魔境」は禅の修行中に現れる現象で、座禅中に現れる不安、焦燥、眠気、倦怠感などを初めとして、知覚過敏、錯覚、幻聴、幻視、妄想様の体験など多彩にわたる。時には、意識変容、興奮、錯乱状態となることもある。「魔境」という名の通り、悪魔の働きのように恐怖をもたらす体験であれば、それを回避しようとする努力も生まれるが、「魔境」には神や仏が現れる体験もあれば、歓喜の状態もありうる。万能感から、「悟った！」という確信に至る場合もある。禅では、座禅中のあらゆる体験を「魔境」として取り合わない。そのような対処に納得が行かず、座禅をやめてしまう場合もある。江戸時代に臨済宗中興の白隠禅師も、一時は師匠のもとを離れたことがあるほどである。

「魔境」は修行の最初の段階では生じない。修行が進んで、ある程度の変性意識状態となるのが、「魔境」の前提である。「魔境」が現れると言うことは、修行が進んでいる証拠であるが、更に先があるという意味でもある。「魔境」が穏やかなものである場合、その自覚も可能だが、その体験が激しいものであると、自覚や制御が困難となる。適切な指導者の介入が必要と

なる。このことは、心理療法を学ぶためには適切な指導者を必要とすることと対応する。修行が更に進むと、「魔境」は現れなくなるが、「自分には魔境があらわれなくなったのだから、修行が進んでいるのだ」と考えることそのものが、「魔境」の一種である場合もあるので、この段階を指導者なしで、乗り切ることができないだろう。

仏教では「魔境」は古くは『首楞嚴經』に詳しく、『天台小止観』に要点の要約があるなど、禅に限られているものではない。日本の禅では夢窓国師の『夢中問答集』に詳しい。最近のものでは大森曹玄の『参禅入門』に記載がある。いずれも「魔境」を修行の途中段階として評価している。

「魔境」は禅の修行過程のみならず、あらゆる冥想や修行に見られるものである。気功で「偏差」と呼ばれている現象は、「魔境」と同様のもと考えられる。「魔境」を積極的に評価する、修行方法もあるらしい。指導者の適切な対応を伴うなら、そのような方法がすべて誤りだというべきでは無いだろう。種々の瞑想法、修行法によって、「魔境」や「偏差」への対処はことなるであろう。そのような体験について、報告交流し、その理解が深まる場となることを期待したい。

自己実現する人間からトランスパーソナル自己の実現に向けて ——心理療法の意味と役割——

土沼 雅子

文教大学名誉教授

こころの相談室 (Time-Space Spirit) 主催

I はじめに

いわゆる至高体験や、自己超越体験、仏教でいうところの見性体験などが人格に与える影響が大きいことは言うまでもない。しかし、それを誇って慢心すると本末転倒である。悟りたいという目的意識から坐禅をするのも只管打坐とは相いれない。自己超越体験によって自己の根源やあらゆる世界と一つであることを体験し、それによってそれまでの生き方全体が変化しても、やはり日々の人間の惑・業・苦は尽きない。それはパーソナルな課題となる。そこでさまざまな心理療法を使うことによってスピリチュアルな成長を促すことができる。

II マズローの自己実現者

マズロー (1908~1970) の主要概念は「自己実現」であり、多くの人々は自己実現傾向を有していると考えられる。自己実現者の特徴 15 の中に至高体験をしているということがあげられている。この場合の至高体験の内容は宗教体験 (無我、悟り)、神秘体験 (啓示、回心、靈感)、創造性体験 (洞察、ひらめき、直感)、愛情体験 (献身、利他、信頼、出会い)、美的体験 (感動、共鳴、讚美) などすべてを包括したものである。

これらの体験はカウンセリングやセラピーの中でもあらわれてくることである。

興味深いのは、マズローが晩年、自己実現する人間を2種類に分類したことである。ひとつは健康であるが超越的体験を持たない人であり、もうひ

とつは超越的体験が極めて重要でそれが生き方の中心になっている人である。どちらが優れているということはなく、それぞれの個性を活かして仕事や使命が果たされているようである。

III トランスパーソナル自己の実現

ひとは自我による自己実現だけでは行き詰る。真の自己が無であり、空であり、永遠のいのちで満たされている、自分も大いなるもの (神) に生かされ愛され、受容されているということを知る時、真の自尊感情と自己受容ができる。そして死の不安や恐怖からも解放され喜びにさえなる。他者も自分も森羅万象、すべてが唯一なるものの世界である。主客不二、自他一如である。

このような、自我を超え、大いなるものとのつながりであり、その一部であるという自己を筆者はトランスパーソナル自己と名付けた (1966)。人間の成長仮説からトランスパーソナル自己の実現をとりあえず生きることの究極の目標と考えた。いずれは目標さえなくなるものであるが。

IV 心理療法の意味と役割

目標に近づくためには瞑想や坐禅もよいが、まずは個人の未解決な問題や心の傷や、影の部分と対決し、癒すことが必要である。他者を理解し、出会うことも必要である。夢やアーツを利用することも有効である。利己心をすて責任に目覚めることが重要である。当日はさまざまなエクササイズを体験していただこうと考えている

トランスパーソナルの原点と展望

菅 靖彦

今回、私に与えられたテーマはトランスパーソナルの原点と展望ということですが、私はたまたま日本トランスパーソナル学会の設立メンバーに加わり、その後の学会の活動にも深く関わってきましたので、日本におけるトランスパーソナル・ムーブメントがどのようにしてはじまったかを中心に話したいと思います。

まず、日本におけるトランスパーソナル・ムーブメントを語る上で、この人なくして語れない方がいます。吉福伸逸さんです。残念ながら三年前に亡くなってしまいましたが、彼はムーブメントの先頭に立ち、牽引してくれました。彼がどのような経緯で、日本においてトランスパーソナルの潮流を紹介するようになったかをお話しします。

吉福さんは、1977年に、活動の母体となるC+Fコミュニケーションズを設立しました。60年代に起こったアメリカのニューエイジ運動を基盤として生まれてきた新しい自然観、人間観に注目し、その関連著作の翻訳・執筆・企画編集、ワークショップなどを行うための組織です。その主な分野としてニューサイエンス、ディープ・エコロジー、ホリスティック医学、そしてトランスパーソナル心理学があったわけです。

1970年代の末から80年代にかけて、翻訳ができる人たちにかたっぱしから声をかけて、上述の分野の本を集中的に翻訳出版しました。その中にトランスパーソナル心理学の主要な著作であるケン・ウィルバーの『意識のスペクトル』や『アートマン・プロジェクト』、スタニスラフ・グロフの『自己発見の冒険』や『脳を超えて』も含まれていました。本屋の棚を獲得することを目指していたのです。

その一方で、ホロトロピック・セラピーを主とするワークショップもはじめました。ですから、C+Fコミュニケーションズの設立がムーブメントの実質的なはじまりと考えてもいいと思います。

トランスパーソナルという言葉を広く社会に知らしめる役割を果たしたのが、1985年の4月に京都の国際会議場で6日間にわたって開催された国際ト

プロフィール

トランスパーソナル関連の書籍の翻訳チームに参加、ケン・ウィルバーやスタニスラフ・グロフの本の翻訳にあたる。日本トランスパーソナル学会の設立に尽力。

ランスパーソナル会議でした。その会議についての詳細も紹介するつもりです。同時にアメリカでのトランスパーソナルの潮流についても触れます。

日本トランスパーソナル学会は精神科医の安藤治さんの呼びかけで、1996年4月に発足しました。発足に至るまでの経緯や、当時のメディアの反応なども紹介します。

日本トランスパーソナル学会は1996年の五月、南伊豆国民休暇村において第1回大会を開催しました。「境界を超える対話」というテーマの下、河合隼雄、見田宗介、鎌田東二、宮迫千鶴、上田紀行（敬称は略させていただきます）といった方々に講演をしていただきました。また、ミュージシャンの喜多郎によるパフォーマンスも行われました。

1997年の五月に、同じ南伊豆国民休暇村において第二回大会が開催されました。テーマは「魂の源流と未来」です。作家の日野啓三、映画監督の龍村仁、樋口和彦、星川淳といった人たちに講演をしていただきました。またアイヌ語学校を主宰している山道康子にもお話していただきました。

第三回大会は1998年の五月に東京の日本教育会館において開催されました。この大会では国際トランスパーソナル学会の会長であるスタニスラフ・グロフをお招きして、講演とホロトロピック・ワークショップをしていただきました。また山折哲雄を交えて「魂の航海術」というシンポジウムを行いました。

第三回大会以降は諸富祥彦さんを会長にたて、新たな体制の下で学会の活動が行われるようになりました。

トランスパーソナルの展望に関して、現在、私がお話できるのは、老いと死の迎え方についてです。ただ単に健康で長生きできればいいということではなく、人生の終末期の過ごし方を考える上で、トランスパーソナルの視点はますます社会的に重要になっていくのではないかと思います。

ワールドカフェ

中野 民夫

東京工業大学リベラルアーツ研究教育院教授

キーワード：ワークショップ、ワールドカフェ、相互作用、交流

参加者同士で相互に話し合っただけ交流をはかる時間をもちたいと思います。大人数でも全員が対話に参加できる画期的な手法として広がっている「ワールドカフェ」のやり方を応用し、4～5人の小グループでの対話を2回ほど席替えしながら積み重ねる場をファシリテートさせていただきます。

せっかく全国から多様な方々が集うので、今回何が印象的で何を学んだのか、そもそもどんなきっかけでトランスパーソナル的なことに興味を持ち、今何に関心があるのか、そして学会への期待や提案など、適切な問いを設定し率直に話し合えるひとときになればと思います。

私はここ数年、大学教育の現場で、学生同士の対話を重視した参加型授業を試み、受動的な学びでは生まれにくい学ぶ意欲や主体性を育もうと奮闘してきました。数百人の大教室でも、クジで席を決めて小グループを作るなど、様々な工夫を重ね、大きな手応えを感じています。東工大では、今春からの大学改革の中で「人としての教養」(リベラルアーツ)を重視するようになり、新入生全員が少人数クラスに分かれて対話し学び合うグループワークも始まっています。「教える」より「学び合う」場を創ろう！と積み重ねてきた場づくりの経験が、皆さんの出会いと学びのお役に立てばうれしいです。

プロフィール

東京大学文学部卒。広告会社勤務時代に休職しカリフォルニア統合学研究所(CHIS)に留学し組織変革やワークショップを学ぶ。復職後も、人と人・自然・自分自身をつなぎ直すワークショップを実践。同志社大学を経て2015年から現職。主著『ワークショップ』『みんなの楽しい修行』

日本トランスパーソナル心理学／精神医学会
日本トランスパーソナル学会
合同プロデュース シンポジウム
「未来をつなぐトランスパーソナル：原点・課題・展望」

司会

諸富 祥彦

(明治大学教授・JTA 会長)

シンポジスト

鈴木 規夫 (インテグラル・ジャパン代表・JTA 理事)

2004年に California Institute of Integral Studies を卒業 (専攻は Humanities with concentration in East/West Psychology)。合衆国の思想家ケン・ウィルバーの提唱するインテグラル理論を基盤として、個人・組織・社会の成長と変革を促進するための方法の探求にとりくんでいる。Integral Japan 代表。

松村 憲 (一般社団法人日本プロセスワークセンター・JTA 常任理事)

大阪大学大学院博士前期課程修了。臨床心理士。認定プロセスワーカー。一般社団法人日本プロセスワークセンター理事。主に教育領域での心理臨床経験を積む。その間、ヨガ、マインドフルネス瞑想に取り組み、身体性もテーマとする中、米国プロセスワーク研究所でディプロマ資格を取得。現在はフィールドをビジネス領域から貧困支援まで広めつつ、プロセスワークを生きる実践を続けている。

石川 勇一 (相模女子大学教授・JATP 会長・JTA 理事)

早稲田大学人間科学部卒・同大学院同研究課卒。臨床心理士。相模女子大学人間社会学部人間心理学科教授。行者 (修験道、ネオ・シャーマニズム、初期仏教)。法喜楽庵・法喜楽堂代表 (心理療法、瞑想会、瞑想リトリート、山巡礼ワークショップ等実施)。日本トランスパーソナル心理学／精神医学会会長

合田 秀行 (日本大学教授・JATP 副会長)

日本大学大学院満期退学後、出版社・(財)東方研究会を経て、現在、日本大学文理学部哲学科教授。インド仏教の唯識思想を主たる研究領域とするとともに、幅広く東洋的な身体観、修行による身心の変容に関心を抱いている。日本印度学仏教学会理事、日本ソマティック心理学協会事務局長。

トランスパーソナル思想の課題：インテグラル理論の視点から

鈴木 規夫

インテグラル・ジャパン

キーワード：ケン・ウィルバー インテグラル理論

1995年の Sex, Ecology, Spirituality (邦訳『進化の構造』) を契機として、それまでトランスパーソナル運動の中心的存在のひとりと活躍したケン・ウィルバー (Ken Wilber・1949～) は、本格的に「トランスパーソナル批判」をはじめ、それを超克する新たな思想的・理論的な枠組としてインテグラル理論といわれる独自の思想・理論を提唱しはじめた。以降、これまで20年にわたり、Integral Institute を中心にして多数の関係者を巻き込んで活動を展開しているが(例：書籍や研究誌の出版・イベントの開催・企業組織や自治体にたいするコンサルティング)、ここにきてインテグラル・コミュニティは思想運動として深刻な行きづまりを経験しているように診うけられる。そこには、これまでにもたびたび指摘されてきたように、共同体そのものが圧倒的な存在感をもつカリスマ型のリーダーにより牽引されてきたことにくわえて、インテグラル理論にたいして批判的な意見を持つ関係者との対話に消極的であったことの弊害が少なからぬ影響をあたえているように思われる。ただし、それ以上に重要なのは、同時代の集合的な課題や問題にたいして積極的に関与していこうとする当初の意図が、実際には、同時代の重要な利害関係者と友好的な関係性を構築・維持することを必須の条件であると解釈された結果、社会にたいする真に批判的な分析やアプローチをすることを関係者に困難にしていることにあるように思われる。そのために、同時代の状況がどれほど病理化しようとも、その根本的な問題を指摘することに躊躇せざるをえないという状況に陥ってしまっているように思われるのだ。本発表では、発足20年を迎えたインテグラル・コミュニティが現在直面しているこうした課題について、これまでにその内部関係者として関わってきた者の視点から省察したい。

プロセスワークの来し方行く末： トランスパーソナルの未来

松村 憲

一般社団法人 日本プロセスワークセンター

キーワード：プロセスワーク アーノルド・ミンデル トランスパーソナル

今回のシンポジウムにおいては、トランスパーソナルの過去、現在、未来についての視点を、私が専門とするトランスパーソナル心理療法の一つ、プロセスワーク（プロセス指向心理学）の過去、現在、未来に照らし合わせながら考察してみたい。

プロセスワークは、トランスパーソナル心理学の一つの源流とも言えるユング心理学に端を発しており、深層心理学に身体性を持ち込み、さらには社会や世界にある課題を直接扱うようになり、昏睡状態のような意識状態に対してもアプローチを発展させてきた。創始者のミンデルはトランスパーソナル心理学に勢いがある頃に、カルフォルニアのエサレン研究所の研究者をしていたこともあるなど、この潮流とは深いつながりを持っている。

プロセスワークの考えからすると、プロセスとはタオ（道）のような大いなる流れであり、それを自覚して従うことが求められる。プロセスワークの現在は、未来への発展（または衰退？）に向けて大きな岐路（エッジ）に突き当たっているようにも思われる。このエッジの先に現れようとしている2次プロセス（タオ）は何であろう？ トランスパーソナル心理学の来し方行く末とも照らしつつ、皆様と議論を深められるのを楽しみにしている。

トランスパーソナル運動の意義と課題 ～心理臨床実践と初期仏教修行の視点から～

石川 勇一

相模女子大学人間社会学部人間心理学科

キーワード：トランスパーソナル運動・偽りの霊性・初期仏教・ダンマ

1950年代にヒッピーたちが東洋の霊的伝統の知と実践を西洋社会にもち帰り、それがトリガーとなって1960年代に米国でトランスパーソナル運動が勃興し、トランスパーソナル学会が設立された。1980年代になるとその関連書物が邦訳され、1990年代後半には日本トランスパーソナル学会と日本トランスパーソナル心理学／精神医学会が設立された。トランスパーソナル運動の歴史はすでに半世紀を超え、そろそろその歩みを冷静に反省するに相応しい時期に来ている。

私自身は、臨床心理学を学ぶ学生だった1990年代に、ケン・ウィルバーの『意識のスペクトル』『アートマン・プロジェクト』『進化の構造』『万物の歴史』などを読み、文字通り世界観が大きく拡大され、心躍ったことを今でも鮮明に覚えている。ウィルバーを通して、足下にある東洋の霊的伝統の奥深さに眼が開かれた。

トランスパーソナル運動のもつ他に見られない長所はいくつもある。無限大の視野の広さ、タブーをもたずに統合的に捉えるおおらかさ、非日常的体験を病理の烙印を押しただけではない大きな枠組み、専門主義に堕さない学際性、そしてなにより究極の悟りを探求できる学問であることである。これらのよい特徴に助けられ、私はトランスパーソナル運動の中でのびのびと自己探求することができたし、その土壌で育てられたと思っている。そういう意味で、私は恩返しをしたいと願っているし、このような運動・学問が維持・発展することは好ましいことであると思う。そのためにトランスパーソナル運動の課題を洗い出し、今後の発展のためにいくつかの課題を提示したい。

第一は、私の専門である心理臨床の実践からみえてくる課題である。通常の援助施設では理解され難いトランスパーソナルな課題や問題を抱えるクライアントが相談室を訪れてくる一方で、霊性を装いながら実際にはプレパーソナル段階の問題や偏ったパーソナリティのクライアントもいる。いわゆる「スピリチュアル」な情報が自己欺瞞や現実逃避、病的なナルシズムの道具になっている現状がある。トランスパーソナルを主題とする学会は「偽りの霊性」を正す役割が求められる。

第二は、私が長年の探求の果てに辿り着いた、揺るぎないよりどころである初期仏教のダンマ(Dhamma 理法)から見出される課題である。トランスパーソナル運動は、大きな枠組みとして抽象的な夢と希望を与えるが、それが果たしてどれだけ具体的な証拠をとめない、実践して確認可能なものであるのかが大きな課題であり、弱点でもある。一方、ゴータマ・ブッダの直説は、本格的に日本に伝わったのはごく最近であるが、悟りとは何か、どのような段階があるのか、どのような修行法があるのかということについて、曖昧さがなく、明快であり、修行によって自ら確かめることができ、すでに二千五百年の歴史をまったく変節することなく上座部仏教において伝承されてきた。ブッダのダンマに照らしてトランスパーソナル運動の自己反省を行ってみたい。

トランスパーソナル心理学と東洋思想

合田 秀行

日本大学文理学部教授

キーワード：仏教 瞑想 修行論

本シンポジウムの性格から、私なりにトランスパーソナル心理学との関わりを辿りつつ、今後の展望について述べたい。私は、一貫してインド仏教における唯識思想を主たる研究領域として現在に至り、トランスパーソナル心理学の研究を中心としてきたわけではありません。ただし、恩師である仏教学者・玉城康四郎（1915-1999）は、1985年に京都で開催された第9回トランスパーソナル国際学会で発言し、その内容は『宇宙意識への接近』（春秋社、1986）にも収録されていますし、恩師と吉福伸逸郎氏との対話を大学院生時代に直接拝聴したことなどが、この分野との出会いでした。とりわけ、初期のケン・ウィルバーの著作を中心に着目してきましたが、まさにトランスパーソナル心理学からの東洋思想へのアプローチがもたらした知見は、多くの示唆をもたらし、文献学では十分に解明し切れない修行のあり方の実情に対して、多角的な考察を可能にしました。この潮流は今日の瞑想研究の先駆的な役割を果たしてきました。最近のマインドフルネスの急速な普及などの動向は刮目すべきですが、さまざまな瞑想的な身体技法が抱えるリスクに関しても、周知させなければなりません。このような現況も踏まえつつ、トランスパーソナル心理学が、将来に向けて果たすべき役割とその可能性に関して、私見を述べたいと思います。

フラクタル心理学のインナーチャイルド療法 脳の働きからみる、一元論を応用した心理療法

沼田 和子

一般社団法人 フラクタル心理学協会

キーワード：フラクタル心理学・一元・インナーチャイルド・大脳辺縁系・大脳新皮質

1. はじめに

「思考が現実化する」とは、心と現象の関係を示している言葉だが、フラクタル心理学ではさらに「思考が現実化する。100%例外なく！」としている。一元論に基づく事で例外を作らず、効果的な心理療法の提供を可能にしている。

2. 思考と脳の回路について

まず、フラクタル心理学では現実と思考の定義を定めている。現実とは直接五感で感じられるものであり、思考とは顕在意識と潜在意識をすべて含めたものをいう。

カリフォルニア大学ロサンゼルス校の精神科医シーゲル博士によるとマインドとはエネルギーと情報の流れの統合で、主に脳のエネルギーや情報統制としている。同様に、フラクタル心理学でも潜在意識はエネルギーとみており、脳の機能に重ね合わせる事で心と現象の関係を明確にしている。

脳はニューロンと呼ばれる神経細胞で主に形成している。カリフォルニア大学アーバイン校神経生物学のコーエンコーリー博士は、一時間でニューロンが作成すると発表している。東京大学薬学部の池谷博士は、ニューロンの上限は決まっていて生涯変わる事はないという。これは、成長過程で形成したニューロンを生涯にわたり保持しているのではなく、新旧のニューロンが入れ替わり変化し続けていると言える。別の言葉にすると、ニューロンの結合、つまり

脳の回路は成長とともに、自分に必要なものを獲得し変化させた結果の集合体である。フラクタル心理学ではこれを思考と仮定している。

3. ストレスと感情調整の二つの回路

ストレスがパフォーマンスに影響を与える事は認知されており、厚生労働省も平成26年から事業者に対して「ストレスチェック制度」を義務化し労働者のパフォーマンスの低下防止に努めている。

多くの原因は、脳内の感情を司る部位、大脳辺縁系の活動が活性化しすぎる事があげられる。これは幼少期に培った脳の回路が影響し感情調整の二つの回路の不適切な使用によるものだ。二つの回路とは、理性的な判断に基づく認知回路と闘争・逃走の判断に基づく感情回路である。それぞれ大脳辺縁系の三つの部位、外部からの嗅覚以外の刺激を中継する視床、記憶を司る海馬、闘争・逃走の反応をする扁桃体を連携させる回路となる。

認知回路 (図1 黒い矢印の回路)

大脳辺縁系 (視床→海馬) →大脳新皮質→大脳辺縁系 (扁桃体)

感情回路 (図1 白い矢印の回路)

大脳辺縁系 (視床→扁桃体)

ストレスでパフォーマンスが低下する場合は、トラウマが原因としている幼少期に培った感情回路を過度に活性化している事が多い。

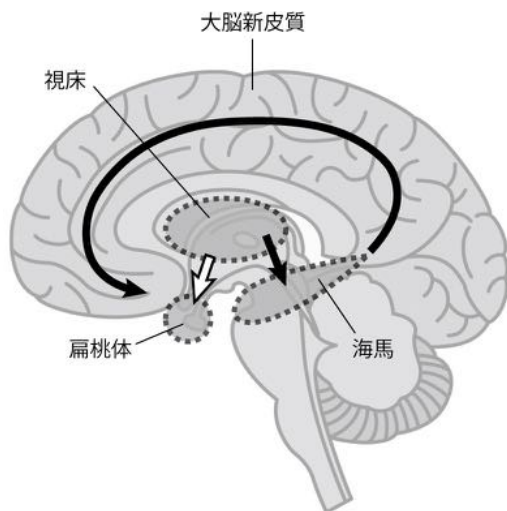


図1 感情調整の二つの回路

フラクタル心理学では改善策として心理療法、主に、インナーチャイルド療法を提供している。

4. インナーチャイルド療法

トラウマを改善するには幼少期に培った感情調整の回路に直接はたらきかける事が効果的だ。ニューロンが流動的に変化するように、記憶を司る部位の脳の回路も流動的で、思い出す記憶そのものが変化していく性質を持っている。フラクタル心理学ではニューロンの性質を活かして、インナーチャイルド療法を用いて感情回路から認知回路に移行する事を促している。手順は、感情回路でトラウマだと認識している記憶を、時間的空間的に広げる事で理性的に実際にはトラウマではなかったと再認識することで、認知回路に移行できる。

- ① 現在の感情と同じ感情を感じたトラウマの原因と思われる幼児期にもどる。(感情回路を特定する)
- ② その感情を大人の自分が慰める。(感情回路の活性を抑える)
- ③ 出来事の前にもどり、トラウマの原因と思われる相手の中に入る。(感情回路と認知回路を結ぶ)

- ④ トラウマの原因と思われる記憶に、成熟した新しい認識を見つけ出す。(認知回路へ移行する)

このようにインナーチャイルド療法を用いて、自分の脳の回路を変更する事で、トラウマを解消し改善する。

5. フラクタル心理学の一元論

フラクタル心理学では、現実を自分の脳の回路、つまり思考を投影したものだとは仮定している。自分の脳の回路を変化させる事で、現実も連動して変化していく。つまり、自分の脳の回路を意図的に変化させる事で、能動的に現実を作り出し、そのためにトラウマと認識していた記憶ですらも変更が可能となる。フラクタル心理学は「思考が現実化する、100%例外なく！」の理論に基づきインナーチャイルド療法を提供している。

参考文献

- Cohen-Cory, S. (2002). The Developing Synapse: Construction and Modulation of Synaptic Structures and Circuits. *Science*, 298 (5594).770-776.
- Siegel, D.J. (2002). The developing mind: How relationships and the brain interact to shape who we are. New York, NY: Guilford Press.
- 厚生労働省労働基準局安全衛生部労働衛生課産業保健支援室(2016).労働安全衛生法に基づくストレスチェック制度実施マニュアル改訂版.東京.
- 「ニュートン別冊 「心」はどこにあるのか 脳と心 脳の最新科学,そして心との関係」(2010). p.112-115.ニュートンプレス
- 沼田和子(2015). フラクタル心理学のインナーチャイルド療法～アメリカの心理カウンセリング事情とフラクタル心理学の特長～.東京.株式会社アクエリアス・ナビ

二元論を超えるために～バイロン・ケイティ・ワークの可能性

ティム・マククリーン¹⁾、高岡よし子²⁾

1) 有限会社シープラスエフ研究所 2) 有限会社シープラスエフ研究所

キーワード：自己成長・探求・ビリーフ／二元論／自我を超える

【目的】

二元論的思考の限界は、さまざまな社会問題や環境問題、紛争、人間関係の葛藤などに取り組む上で、益々自明の理となってきた。本研究発表においては、二元論的発想を超えた在り方とはどのようなものか、そして具体的にどのようにしたら二元論的思考を超えて新しい可能性を生み出したり、創造的な問題解決ができるのかを、世界的に大きな注目を集めているバイロン・ケイティ・ワークを通じて探求する。

【対象と方法】

バイロン・ケイティ・ワークは、アメリカ人女性、バイロン・ケイティが、自らの鬱の体験をきっかけに生み出した手法である。ストレスや苦しみをもたらしめている特定のビリーフに対し、下記のような4つの質問を投げかけ、「置き換え」を行う。それぞれの問いを、瞑想のように心の内に深く問いかけ、答えが浮上してくるのを待つ。「答えは本人の中にある」というのが、基本的な考えである。

シンプルな方法でありながら、自分が信じている考えを解きほぐし、その考えからの「脱同一化」をシンプルかつパワフルに促す、非常に効果的な手法である。重要なことは、「考えを変えるためのものではない」ということである。ただ探求すればいいのである。

ワークのもっとも基本となる手順の概略は、下記の通りである。

取り組むビリーフの例：彼女は私を大切にしてい

ない。(特定の状況---場所、時間など---を思い浮かべることが重要である。)

〔4つの質問〕

- 1.それは本当でしょうか？<はい/いいえ>
- 2.その考えが本当であると、絶対言い切れますか？<はい/いいえ>
- 3.その考えを信じる時、あなたはどのように反応しますか？---気持ちや体の感じはどうでしょうか？相手にどう接しますか？
- 4.その考えがなければ、あなたはどうなりますか？---どう感じますか？相手のことがどう見えますか？

〔置き換え〕

*それぞれの置き換えを行う度に、真実味のある例を3つずつ上げる。

(1)「内容を反対」に置き換える---彼女は私を大切にしている。(真実味のある例：話を最後まで聞いてくれた。)

(2)「相手に対して」置き換える---私は彼女を大切にしていない。(真実味のある例：彼女に対して、よそよそしい態度を取っている。話を最後まで聞いてくれたことに目を向けていない。)

(3)「自分自身のこと」に置き換える---私は私を大切にしていない。(真実味のある例：「彼女が

私を大切にしていない」と考える度に、自分の心を傷つけている。)

以上が基本の手順であるが、バイロン・ケイティ・ワークのフル・セッションにおいては、ジャッジメント・ワークシートというものを使っていくつかのビリーフに取り組み、深い気づきや解放的な体験を促す。

オープンマインドで探求する意欲があれば、誰でもバイロン・ケイティ・ワークを実践することができる。自己成長やビジネス、コーチング、ボディワーク、教育、囚人の社会復帰プログラム、アラブ人とユダヤ人の間の葛藤解決など、さまざまな分野で活用され、多大な成果を上げている。目の前の具体的な問題解決のみならず、継続的な自己成長の実践方法としても活用されているのである。

このワークは心理療法ではなく、「探求の方法」であるものの、ビリーフからの解放に大きな効果を発揮するため、多くの心理療法家にも取り入れられている。また、医療関係では、「ワーク」の代わりに、IBSR(Inquiry Based Stress Reduction=探求をベースとしたストレス・リダクション)」という名称で、癌患者の不安軽減などに役立て、生活の質を高めている。さらにワークは、死の恐れに取り組む上でも、グリーフワークでの活用においても、大きな力となっている。

【結果】

これまでの多くの事例から、ワークの効果として、下記のようなものが挙げられる。

- ・ストレスから解放され、継続的に取り組むことでさらに人生全般において、不安や恐れ、怒りが軽減する。
- ・対人関係において、相手に対する見方が変わり、関係が改善し、新しいつながりが生まれる。

・思考がクリアになり、よりよい選択ができ、主体的・効果的な行動につながる。

・「被害者」から解放され、エネルギーにあふれる。

・現実をありのままに愛する力を育てることで、心の平和が継続する。

【考察】

世界においては、無数のビリーフが蔓延し、多くの混乱や苦しみを招いている。ビリーフとの同一化が強固なものであればあるほど、自分の考えは正当化され、相手に対する攻撃も正当化される。

ビリーフからの脱同一化のプロセスにより、自分の中にスペースが生まれ、そこから湧いてくる生命の流れや創造性を感じることができると。

【結語】

「正しいvs間違っている」といった二元論に陥りやすい構造をもつ自我を、私たちは「含みつつも超える」必要がある。これは私たちが取り組むべき最優先課題とさえ言える。

バイロン・ケイティ・ワークは、こうした自我との同一化を、「探求」を通じて解放し、ビリーフによって曇っていた視野を明るくしてくれる。

瞬間瞬間を新鮮な体験としてとらえ、オープンマインドでクリアにあるがままの現実を受けとめつつ、主体的に対応することができる---これがバイロン・ケイティ・ワークのねらいとするところである。

これかあれかではなく、二元論を超えて関わる。ワークは、生き方である。そして恐れから解放された、クリアな意識からくる態度や行動こそが、社会のさまざまな問題や課題を解決する上で、真の力となるのである。

統合的発達プロセス仮説

向後 善之

アライアント国際大学カリフォルニア臨床心理大学院

ハートコンシェルジュ株式会社

キーワード： 発達理論、精神力動、自己心理学、トランスパーソナル心理学、スピリチュアルエマージェンシー

【概要】

この研究で提案される発達プロセスは、子どもは無条件の幸福の中に居る訳ではなく、“Authentic（純粋で認知が歪んでいない）”なわけでもなく、実は、かなり初期からペルソナを作り、そのペルソナと自己との矛盾に葛藤し、古いペルソナを脱ぎ捨て新たなペルソナをかぶるということを繰り返すという仮説を基にしている。そのペルソナを青年期以降捨て始め、その過程で自己一致した自分に近づいて行くという発達プロセスである。この統合的発達プロセス仮説は、精神力動的な発達理論、トランスパーソナル心理学の諸理論、自己心理学の統合を試みたものである。

【発達の段階】

「統合的発達プロセス仮説」に従って、以下に人の一生を追ってみる。

- ①胎児期：平和な世界で暮らしている。自分は全存在、すなわち宇宙であると感じているだろう。「自分を愛したい」という原初自己愛が既に存在する。
- ②出産前後：突如、平穏な世界は終わり、いきなり奈落の底に落とされる経験をする。平和な世界は一度は壊れたが、再生するのだということを認識する。

- ③共生期：0-1歳。自己と他者は区別できない。母と子は、心理的な場（間主観的な場）を共有している。原初自己愛から、ミラーリング欲求と好奇心が生まれる。ミラーリングは「他者から無条件に愛されたい」、理想化は「到底の誰かを理想化し、その人のようになりたい」という欲求¹⁾である。
- ④分離個体化期：1-2歳。子どもには、自己感が芽生え、母親と自分は別の個体であるということを理解しはじめる。ミラーリング欲求と好奇心の戦いの時期である。
- ⑤再接近期：2-3歳。子どもは、別の個体である家族と個対個の関係を結びはじめる。
- ⑥家族ペルソナ期：3-11歳。3歳にして子どもは、時間の概念を得る。連続した自分を意識するようになるが、同時に未来を憂い過去を後悔することも覚える。子どもは、家族（主に親）に承認されるために、家族の一員としてのペルソナ「家族ペルソナ」を身につけ始める。好奇心から理想化欲求とツインシップ欲求¹⁾が生まれる。
- ⑦思春期混乱期：11歳-15歳。身体の発達、身体的性差の明確化、性意識の芽生え、脳の構造変化（抽象的概念を理解するようになる）などが急激に起こってくるので、大混乱に陥る時期である。また、この時期は、学校及び生徒仲間などから受け入れられ

るための「友人ペルソナ」が強固になってくるため、「家族ペルソナ」との葛藤が起こる。

⑧友人ペルソナ期：15-18歳。「家族ペルソナ」は後退し、主に同世代に受け入れられようとする「友人ペルソナ」が主になる。

⑨青年期：18-20代。学校を卒業し社会に属するに従って、社会に受け入れられるための「社会ペルソナ」を身につける時期。学校から卒業したが、社会に参加するのを拒むモラトリアムなどが起こる。基本的な自我構造が出来上がる。自我は、好奇心・基本的な3つの欲求、そしてペルソナが作る構造である。

⑩社会ペルソナ期：20-40代。社会（会社、団体の上司・同僚・部下、取引先など）との関わりから生まれる「社会ペルソナ」が主となる時期。この間、多くの場合、結婚、出産というイベントが起こるので、「親ペルソナ」も生じる。

⑪中年期：30代後半-50代。ミッドライフクライシス（中年の危機）と呼ばれる時期。それまで、自分だけ→家族→学校→社会というように、発達の外に向かっていった（外化）⁽²⁾。しかし、多くの人は、30代後半～50代のいずれかの時期に、これまで身につけてきた「家族ペルソナ」「学校ペルソナ」「社会ペルソナ」「親ペルソナ」などがいずれも代用満足であることに気づきはじめる。内化のプロセス（自己探求）が始まる。非自我極への再会-混乱-統合。

⑫死への準備期：50代以降。肉体的衰えと共に、人は、いやおうなしに、死を意識し始める。老いを受け入れることにより、それ以前に特定のペルソナに固執していた人たちもペルソナを維持することを諦めるようになる。

⑬臨死期：死が近づいてきた時期。この時期が、精神的成長の最後のチャンスとなる。来るべき死を受け入れることにより、残ったペルソナを捨てることができる可能性がある。

【4つの精神構造と第3の目】

吉福伸逸は、人間の精神的構造を、「Power of Brain（あたまの力）」、「Power of Emotion（情緒・情動の力）」、「Power of Being（存在の力）」、「Power of Becoming（関係性）」の、4つに分類している²⁾。

「Power of Brain」は、考える力であり、「Power of Emotion」は、感情や感覚の力であり、「Power of Being」は、その人の存在そのものが持つ力であり、「Power of Becoming」は、他者との関係によって生じる力である。

生まれた直後には、ほとんど「Power of Emotion」と「Power of Being」しかないのだが、他者の存在により「Power of Becoming」が育っていくと同時に、「Power of Brain」により物事を論理的に見ていこうとし始める。

「Power of Being」は、アイデンティティが破壊され再構築されることによって強くなる。そして、そこから、自らの精神力動を俯瞰的に見つめる「第3の目」、すなわち、「Power of Being」の中にありながら、「Power of Brain」、「Power of Emotion」、「Power of Becoming」を静かに見つめる存在が育っていく。

「第3の目」は、自分をAuthenticに見つめる目である。青年期以降の発達において、健全な「第3の目」の存在が必要不可欠である。

参考文献

(1) コフォート, H. (1995) 自己の治癒 みすず書房

(2) 向後善之、新海正彦、ウォン・ウィンツァン、新倉佳久子 (2015) 吉福伸逸の言葉 コスモス・ライブラリー

寓話『セレンディッポの3人の王子』にみる入れ子構造の臨床心理学的 検討-「セレンディピティ」との関連について-

小林 規江

明治大学大学院 文学研究科 臨床人間学専攻 臨床心理学専修

キーワード：入れ子構造・寓話『セレンディッポの3人の王子』・セレンディピティ

【目的】

「セレンディピティ」という言葉は、イギリス人の作家ホレイス・ウォルポールによる造語である。この造語は彼が寓話『セレンディッポの3人の王子』（以下、本寓話と略記）の童話的要素を読んで得たものであり、その定義は曖昧である。しかし、概念としては共通理解がされているようで、「偶然とその人の才気によって、探してもいなかったものを発見すること」というものらしい。自然科学の分野においては、レントゲンが全く関係ない研究をしていたら偶然にも放射能を含む物質を発見したというエピソードが有名である。

本発表では、セレンディピティ概念を検討するために、その造語を産んだ寓話の考察を行う。本寓話の特徴として、紋中紋（フランス語ではミザナビームと言ひ、それは「深淵の状態にすること」を意味する）という様々な芸術作品に見られる入れ子構造を挙げることにする。

本寓話の入れ子構造という特徴を知った時に思い出されたのが、ある時期に頻回に見ていた、起きても起きても夢の中、という入れ子構造をとる夢であった。科学的な説明は他分野に譲るとして、入れ子構造を手掛かりとしてセレンディピティ体験を読み取れないか、という疑問に対する臨床心理学的な一定の見解に辿り着くことが本研究の目論見である。

【本寓話の構造とあらすじ】

本寓話は、ジャファール皇帝が息子である3人の王子たちが国を受け継ぐのにふさわしいか判断するために、わざと追放する形で冒険に出す。その冒頭で、王子たちはラクダに逃げられたラクダひきに出会う。彼らはラクダが歩いた跡しか見ていないのだが、その特徴を見事に言い当てる。あまりに正確な特徴だったので逆にラクダを盗んだと勘違いされて帝国の裁判にかけられ牢屋に入れられる。しかし、ラクダが自ら主人のもとに帰ってきたので王子たちの誤解は解ける。王子たちの洞察力に感嘆したバフラム皇帝は、彼らを手厚くもてなす。そして、帝国の平和を保っていたが盗まれてしまった正義の鏡を取り戻してもらうよう依頼する。王子たちは引き受けて早速旅に出る。その間、バフラム皇帝は楽器の演奏がとても得意なディリランマという女奴隷に恋をする。2人で狩りに出かけた際、ディリランマに無理難題を課せられるも、見事な弓矢の腕前と機転で解決する。しかしその解決方法をズルとみなされると、愛する気持ちが怒りに負けて、一瞬にしてディリランマを獣のいる森に捨ててしまう。我に返った皇帝はひどく後悔し、病に伏してしまう。一方で、王子たちは盗まれた正義の鏡を見事に取り戻して旅から帰還する。そして、王子たちは病の皇帝に対して、月曜日から日曜日まで7つの各宮殿で語り部による物語を聴いて過ごすことを提案する。

ここまでが「はじまりの話」が大枠の入れ子物語である。次いで、各曜日の物語に入る。

「月曜日の話」は、動物に乗り移る魔術で帝国を治めていた皇帝が重臣に裏切られて鹿やオウムに変えられる。しかしそのオウムが街で出くわすトラブルを解決する。一方で、偽皇帝であることと真の皇帝を妃が見抜いており、2人の知恵で皇帝は無事自分の身体に戻る。

「火曜日の話」では、王と妃の弓矢の勝負で王が負け、その悔しさに獣のいる森に妃を捨てる。殺してしまったと勘違いした王は病になるが、妃は猿回しの養女となって生きていた。そして猿回しの笑いによって王の健康を取り戻し、王と妃は仲直りする。

「水曜日の話」では、領主に命じられて金細工師が与えられた黄金の量をごまかして獅子像を制作する。それが仲間によってバラされて、塔に閉じ込められが、妻を身代わりにして塔から脱出する。仲間裏切られ妻を裏切った金細工師だが、最後は領主の仲介によって両者とも和解を果たす。

「木曜日の話」では、王子が父王の妃を奪ったと濡れ衣を着せられて、追放される。しかし、王子は旅人から伝授された魔術を使って濡れ衣を着せた妃と大臣を懲らしめ、無実を晴らす。

「金曜日の話」では、王が渋々娶った4人の妃を、嘘を見抜くと笑い出す像によって、真の妃を確かめる。

「土曜日の話」では、幼なじみの2人が悪どい王によって引き離されるが、魔術や夢のお告げで切り抜けて、再会する。

「日曜日の話」では、バフラーム皇帝に出会う前の過去と現在のディランマが語られる。それに気づいた皇帝は生きていたディランマと再会し、仲直りを果たして物語が終わる。

【入れ子構造について】

ロシアの民芸品であるマトリョーシカのように、「はじまりの話」に出てくる状況と同じ形で同じ属性となっているものを検討した。その結果、様々な

パターンで入れ子構造を捉えられることがわかったが、本研究では4つの入れ子構造を抽出し検討した。それは、①中心となる人物（皇帝や王）②そのペアあるいは対立する人物（妃）③中心人物を裏切る人物（大臣）④魔術、である。すると、①に対して、②が真実を映し出す鏡となるような役割を取っていることを見出した。また、①に対して③が裏切ると同時に、③自身をも裏切ることで、笑いが生じ問題の解決につながることを見出した。どれにも関連しない④は、緩衝材となることを見出した。

【入れ子構造と「セレンディピティ」】

以上のようなパターンの入れ子構造と「セレンディピティ」の関連においては次のようなことが考えられる。すなわち、「セレンディピティ」は登場人物による鋭い表情の読み取りや微妙な察知といった、何気ない仕草をも含めた一連の流れの中にある、ということである。また、魔術は人の力の及ばないものを意味し、そう言ったことにも関連しているのかもしれない。

つまり、入れ子構造と「セレンディピティ」の関連については、明示されている物語からだけでは把握されなかった。しかし、臨床心理学的には、中井(2004)が漠然とした雰囲気になんかを感じることやある手がかりを慎重に辿ってみることの重要性について言及している。明示されている物語と、そこに暗示されるものを組み合わせていくことが関連性を見出すには必要と思われる。

【結語】

入れ子構造とセレンディピティの関連を十分論じるまでに至らなかった。しかし、これらの関連を広く意外性として捉え、今後も引き続き臨床実践と調査によって検討していくことが課題である。

【引用文献】

中井久夫(2004).『兆候・記憶・外傷』みすず書房 pp. 27.
徳橋曜 完訳(2007).『原典完訳 寓話 セレンディッポの三人の王子』角川学芸出版

大規模講義におけるソマティクス実習 —私立大学での事例とその検討—

蒲生 諒太

京都大学大学院教育学研究科

キーワード：気功・太極拳・瞑想・大学教育・ソマティクス

【問題設定】

1990年代の大学設置基準大綱化以降、学際的な学部が設置されるようになった。その中にはトランスパーソナルやソマティクス研究をベースにした学部・コースもあり、ワークショップ等の体験を重視したプログラムを実施している(林編、2007や南山大学[監]、2010)。

このような体験重視の大学教育は、近年、日本の学校教育で強調される「アクティブ・ラーニング」の方向性と一致するものと考えられる(溝上、2014)。

現在、大学教育では大規模講義でいかにアクティブ・ラーニングを達成できるかという問題が議論されている。ワークショップ等の体験を重視した学習活動と大規模講義は相性が悪いと考えられるが、一方向的な座学では意識変容や身体感覚への理解が難しいと考えられる。

報告者は今年度、私立K大学において、2つの大規模講義を担当した。K大学の当該学部はスポーツ系の学部であり、ソマティクスやトランスパーソナルに関連した研究者を有している。

【目的】

本研究では報告者が実施した私立K大学での大規模講義におけるソマティクス実習をもとに、受講生が多い授業においてどのように体験重視の学習活動が行えるのか、その経過と学生の学習成果をもとに検討する。

【実践の概要】

「身体文化と健康」は受講生300人程度の1年生向けの大規模授業であり(他年生も受講可能)、学部の専門基礎を担う授業である。

1年生が多く、ソマティクスや身体論はおろか、大学での学びの姿勢や方法の習得もなされていない様子であった。

教室は机と椅子が固定された教室で、スライドの前面投影と天井からのモニター投影で授業を進めた。学習者はほとんど毎回、授業の終わり20-15分で授業内容の要約にあたるレポートを作成し、毎回、フィードバックを受けた。授業の前半10回は「身体文化と健康」をテーマにした講義で、残りの5回は講義と関連していくつかの実習を行った。学習者は最終講でこの授業で学んだこと、自分が変化したことをレポートに書いた。

「身心相関論」は受講生100人程度の4年生以上のみが受講できる授業である。

発展的な授業であるものの、授業中の聴き取りによれば、単位不足でこの授業しか時間割の都合上取れない受講生も一定いたようである。

こちらも教室も机と椅子が固定された教室で、スライドの前面投影と天井からのモニター投影で授業を進めた。前半の授業ではプリントとスライドをもとにした講義を、後半の授業では授業のテーマとなる「身心相関」を理解するために、東洋のソマティクスである「気功」と「太極拳」の実習を行った。学習者は実習期間中、実習を通してどのような体験をしたのかと

いうテーマでレポートを書き、フィードバックを受けた。さらに最終講でこの授業で学んだこと、自分が変化したことをレポートに書いた。

【結果】

(1) 「身体文化と健康」について

11回目の終盤に認知行動療法の説明と関連付けて、5分程度で簡単な「瞑想」を行った。12回目でソマティクスの紹介を行ったが、紹介と関連付けて「アレクサンダー・テクニク」、「ロルフイング」の解説書から簡単なワークを行った。「気功」の実習として「背骨揺らし」を行った。それぞれ5分程度で行った。すべて椅子に座って行える実習である。

レポートとして「アレクサンダー・テクニク」と「気功」の感想を聞いたが、「気功」の感想のほうがより詳細に記述されていた。ただし、断続的にワークを実施したため、まとまりがなく、意識変容や身体感覚の理解もうまくできていない傾向があった。

そのため、13回目の前半で「数息観」をベースにした「誘導瞑想」を行った。終了後、多くの受講生に意識変容があったことが、観察やレポートの記述から読み取れた。最終講でのレポートでも「瞑想体験」がこの授業で強い印象を受講生に与えていたことが理解された。

(2) 「身心相関論」

4回目まで「気功」や「太極拳」についての講義を行うが受講生の反応が悪かった。理由としては「ソマティクス」や「瞑想」の体験をほとんどの受講生がしてこなかったため、理解が進んでいないのではないかとということが、受講生の聴き取りから考えられた。

5回目で、「自律訓練法」、「軟酥の法」等の各種ワークを実施し、意識変容と身体感覚の理解を導入とした。その後、9回目以降、「気功」と「太極拳」のワークを実施したが、他人の目を気にしてワークに集中できないという傾向が発見され、毎回、「アイスブレイク」のワーク

が冒頭実施された。9回目と10回目は「気功」の功法を実習し、10回目にして私語などほとんどなく、全受講生が集中してワークに取り組んだものの11回目では私語が多発するなど、ワークの実施は困難になった。調査すると、受講生の3分の1が入れ替わり、25%が9回目以降始めて参加であったことが明らかになった。

13回目、14回目は「太極拳」の「発勁」、「化勁」、「聴勁」という3つの要素を理解するために簡単なワークを実施した。それぞれ隣り合ったペア同士で行なうワークであったが、「発勁」のワークでは女性受講者が壁に飛ぶなど、目に見える効果があった。

(3) 指導上のポイント

実践期間の間で受講生の反応を見ながら、指導上のポイントをまとめた。

基本的に動かない椅子と机という「制約の中での実施の可能性」は大規模講義ならではの問題として大前提として存在した。

その上でまずは「体験の関連性」に注意を向ける必要があった。Aという体験があるからBという体験を体系的に理解できるという考えである。次に「わかりやすさ」を重視する必要があった。たとえば、単に「深呼吸」や「口を開ける」ことという日常的な行為だけでは初学者としては動機づけが起きにくく、大規模講義ということもあり実習に参加しない受講生が散見された。

これらと関連して「体験と理解のブリッジング」という点に注意した。つまり、その「体験」を通じてどのような「理解」を促すのか、とくに講義内容とどのように関連付けさせるかという点である。

他方で大規模講義の欠点を補うために「机間指導」も重要であった。また、重要な留意点としては、受講生とファシリテータ（講師）と一定の近さを演出し、信頼関係を構築する必要もあった。その中で学習習慣を作る必要もあった。

自然体験と人のスピリチュアルな価値観形成との関係

奇二 正彦

立教大学大学院コミュニティ福祉学研究科

キーワード：自然体験・スピリチュアリティ

【目的】

戦後、経済的・物質的に豊かになった日本だが、自殺、孤独死、ひきこもりなど、心の健康に関わる社会問題は多い。問題を生み出す背景は、コミュニティの崩壊、経済格差、将来に対する不安など様々な原因が考えられるが、スピリチュアリティの低下も原因の一つと考えられる(大石・安川・濁川,2008)。このような問題点の指摘は、下妻(2001)、野口・松島(2004)が言うような物質至上主義的な社会における全人的QOL(totalQOL)の希求、つまり従来のQOLの要素として考えられてきた身体面、心理面、機能面、社会面のほかに、「生きがい」や「信念」などスピリチュアルな側面も含めた、総合的な生活の質の向上を志向する動きと言える(大石他,2007)。

先行研究においては、自然豊かな環境と都市環境で、スピリチュアリティに関する授業を行い、被験者である学生に量的調査を行なったところ、前者の方がスピリチュアリティ涵養の効果に顕著な結果がみられた(濁川,遠藤,満石,2012)。そこで、今研究では自然豊かな環境において自然体験型の授業を行い、実施前と後で個人のスピリチュアリティに関する意識に

変化があるかどうか検証することを目的とする。

【対象と方法】

被験者は大学生38人、授業の実施場所は、生態系の頂点であるツキノワグマやイヌワシなどが生息できる、新潟県魚沼群にある奥只見湖と周辺の森林で、5日間に渡って、カヌー、登山、キャンプ、天体観測、動植物観察などを行った。学生には、授業の前と後に、

①PIL:The Purpose in life test、②JYS:Japanese Youth Spirituality Rating Scale、③GHQ12: general health questionnaire 12、④死生観尺度: View of Life-and-death Scaleを実施し、スピリチュアリティの傾向を比較した。

【結果】

結果、4つの量的調査全てにおいて、有意な差が見られた。図-1~4に示す。

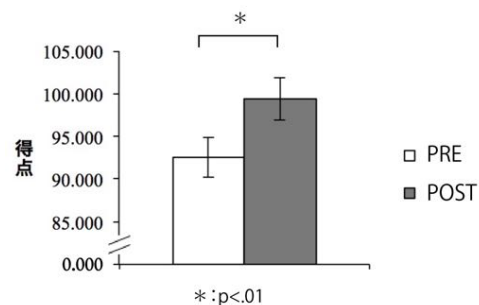


図-1:自然体験の前後における生きがい(PIL)

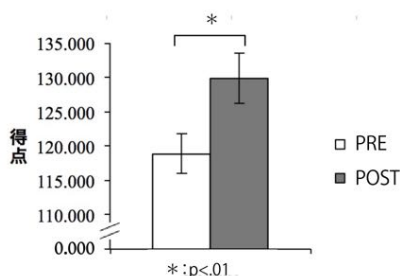


図-2:自然体験の前後におけるスピリチュアリティ(JYS)

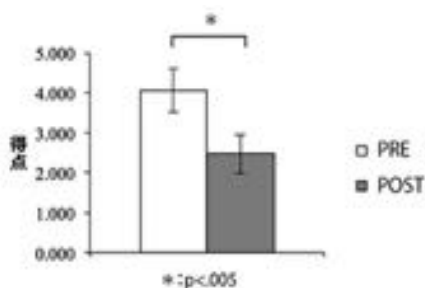


図-3:自然体験の前後における精神的健康度(GHQ12)

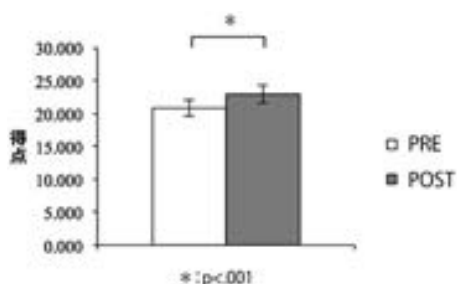


図-4:自然体験の前後における死生観

【考察】

4つのすべてのアンケートにおいて、自然体験授業に参加すると、参加者のスピリチュアリティの傾向に効果があることが明らかになった。

【結語】

今調査において、自然豊かな場所で5日間あまりの自然体験授業を実施することは、人のスピ

リチュアリティの醸成と関係するという結果を得ることができた。現在、コントロール群をとるため、競技系スポーツ選手を対象とした合宿形式の授業3つにおいて、同じ量的調査を行い分析を進めている。また、今後は、人の過去の自然体験の多寡と、スピリチュアリティの醸成との関係といった量的調査や、すでに社会的に確固とした立場を持ち、スピリチュアルなメッセージを発している著名人にインタビューを行い、その人がスピリチュアルな気づきに至った要因と、自然体験とに関係性があるのか、といった質的調査も行なっていきたい。

【引用文献】

- 大石和男・安川通雄・濁川孝志 (2008) 『死生観に関する教育による生きがい感の向上 -飯田史彦による「生きがい論」の応用事例-』トランスパーソナル心理学/精神医学 8,p44-50
- 下妻晃二郎 (2001) 「疾患特異的尺度「がん」」池上直己・福原俊一・下妻晃二郎・池田俊也 (編) 『臨床のための QOL 評価ハンドブック』医学書院
- 野口海・松島英介 (2004) 『がん患者のスピリチュアリティ (Spirituality)』臨床精神医学 33,pp567-572
- 大石和男・安川通雄・濁川孝志・飯田史彦 (2007) 『大学生における生きがい感と死生観の関係』健康心理学研 20(2),pp1-9
- 濁川孝志・遠藤伸太郎・満石寿 (2012) 『自然環境がスピリチュアルな講義の効果に及ぼす影響』トランスパーソナル心理学/精神医学 vol.12 No1

「妖怪の存在論」に関する理論的考察

甲田 烈

東洋大学井上円了研究センター

キーワード：妖怪・存在論・関心相関性・リアリティ

【目的】

本研究の目的は、妖怪の实在を基礎づけるひとつの理論モデルを立ち上げることにある。しかし、「实在の擁護」といっても、それはただちに通俗的なオカルト的証明を意味しない。そうではなく、より正確には、妖怪を伝承し、かつ体験しているものの体験の成立の構造に即して、存在論的にその与えられかたについて説明してみることである。

【対象と方法】

近代の妖怪研究は、明治の仏教哲学者・井上円了によって切り開かれた。円了の目的は真の不思議である「真怪」という真理の探究であったが、そのさいに「妖怪」を異常かつ不思議な現象と定義し、網羅的なその分類として物理学や心理学で解釈可能な仮のあやかしである物怪や心怪という仮怪と、人間の認知の錯誤として生ずる偽怪や誤怪、そして直接知としての真怪を区分した。こうした円了の営為はきわめて哲学的なものであったが、後世に継承されたとは言い難い(香川, 2011)。柳田のアプローチは哲学的なものではなく、また鎌田東二はカミ・ヒト・モノのつながりを探る目的を持つ「妖怪」の存在論は、そのまま人間の「意識論」へと隣接している(鎌田, 1983, p.183)と問題提起をおこない、神話のスサノヲノミコト、平田篤胤、大本教の「金神」、中島敦などを博捜しているが、異形の元基としての神を問うという構想にとどまっている。また、永井晋はフランスの現象学を手引きとしつつ、本居宣長の「神」

の定義や折口信夫・柳田の研究を組み込みつつ、妖怪が存在する/しないとされた判断が下される以前の、妖怪が現象として現れる次元に身を置く現象学的還元を遂行し、不可視の生の過程として妖怪の現象学を提起しているが(永井, 2007)、その後の展開は見られない。

だが、2010年代に入り、論況には変化があらわれている。廣田龍平は「妖怪の、一つではない複数の存在論」において、現代の妖怪研究者たちが妖怪について「超自然性」と「非实在性」という暗黙の存在論的前提を持っていたことを指摘し、それが伝承者の存在論と齟齬をきたすことから、複数の存在論に研究者が開かれるモデルの構築を提唱している(廣田, 2014)。さらに、同様に「存在論」という観点を軸とし乍らも、北米先住民における精霊(spirit)のありかたについて、新たな捉えなおしを提唱する人類学における存在論的転回(ontological turn)という諸動向もみられる。妖怪研究は、井上円了以来、ふたたび哲学的考察を必要としているように思われる。

筆者は以前、妖怪研究における諸学問・諸信念の対立を超克するという関心から、構造構成主義を中核の原理とした「関心相関的妖怪論」を定式化した(甲田, 2009)。本稿では、これらの先行研究や筆者の研究を踏まえつつ、一步を進めて、伝承者や体験者にとっての妖怪のリアリティにせまりうる妖怪論の構築をしていく。まず、現代の民俗学と文化人類学における「存在論」という問いの射程とその問題点を、柳田が妖怪研究の著作で告白しているある体験に

遡りつつ検証する。そして、筆者のメタ理論を簡略に紹介しながら再考し、妖怪の存在論の基本的観点を定める。さらにそれらを踏まえて、妖怪の存在論を考察するための基本的枠組みを提示する。

【結果】

これまで述べてきたように、現在の妖怪研究は大きな転換点にあるように思われる。

それは当該領域において研究者たちが無自覚に抱いていた諸前提に対する問い直しを契機とした存在論的転回と呼べるものであり、本稿はまず分析哲学における存在論的コミットメントを基軸とした問いなおしや、人類学における存在論的転回に孕まれる相対主義的な限界について指摘してきた。そのうえで、構造構成主義を継承元とした関心相関的妖怪論について再考し、妖怪研究における信念対立の解明を相対主義に陥らずに現象学的思考によって行ない、伝承者・体験者の生きる世界に即した妖怪の存在論の理論モデルを提示したのであった。これらの作業により、「妖怪の实在」を問う存在論の準備作業は整ったと言えよう。

【考察】

この「妖怪の存在論」の理論モデルは、研究者による妖怪の超自然性や非実在性という存在論的前提を解体し、かつ同時に哲学的な相対主義を禁じ手にしたと同時に、これまでの諸研究の成果をも柔軟に活用可能なフレームワークとしての意義があると思われる。しかし、この理論モデルにはまだ限界や不十分な点があることも否めない。まず、「カミ」「モノ」「タマ」「コト」といった「妖怪」を意味づける操作的概念については、民俗学や文化人類学、思想史に基づいたより詳細な考察が必要であろう。また本研究では、「妖怪」の具体的な現象様態について、ほとんど取り上げることができなかった。「妖怪の存在論」モデルは、伝承者・

体験者における妖怪現象の経験がいかに構成されているかを解明するためのものである。したがって、個々の妖怪種目(妖怪現象の名称)に即した解明や、経験のありかたに着目したこれまでと異なる分類案といったものの作成も、原理的には可能とするものである。しかしながら、その具体的な作業は行なうことはできなかった。これらは今後の課題となるであろう。

【結語】

妖怪研究は豊穡な領域であり、諸学の成果を領域横断的に活かすことが必須となる。しかもそれは認識論上の相対主義にとどまってはならない。そうしたとき、研究者は自ら伝承者・体験者の生きた世界に参入し、存在論的な媒介者となるであろう。それは少しおおげさな言葉でいえば、シャーマンの役割に近いかもしれない。自らも変容しつつ、反転する世界の媒介となること。それは、研究が単なる知的営為ではなく、身体をともなった実践知でもあることを意味する。

【引用文献】

- 廣田龍平(2014). 妖怪の、一つではない複数の存在論: 妖怪研究の存在論的前提に関する批判的検討, 現代民俗学研究, 6. pp. 113-128
- 香川雅信(2011). 妖怪の思想史, 小松和彦編(2011). 妖怪学の基礎知識, 角川学芸出版, pp. 33-58.
- 鎌田東二(1985). 神界のフィールドワーク: 霊学と民俗学の生成, 創林社.
- 甲田烈(2009). 関心相関的妖怪論による妖怪学における信念対立の解消: 当該領域の総合的な研究方法論の構築に向けて, 西條剛央・京極真・池田清彦編(2009). 構造構成主義研究3: なぜいま医療でメタ理論なのか, pp. 137-158.
- 永井晋(2007). 現象学の転回: 「顕現しないもの」に向けて, 知泉書館.

被虐待者が未来志向型の思考プロセスを会得する方法論

黒崎 碧

ZERO総合戦略研究所

キーワード：虐待・思考プロセス・未来志向・思春期・スピリチュアリティ

【目的】

小児虐待が、現代の日本において、独立した疾患、または、養育者の犯罪として、世間の注目を浴びるようになってからは、まだ日が浅い。

児童相談所の他に、社会保障審議会児童部会、子ども虐待による死亡事例等の検証専門委員会なども設置されているが、改善の傾向は見られない。名古屋市にある中央児童相談所のベテラン指導員の職員への取材からも、実際の行政では、いわゆる手拔きの支援しか行なわれていないのが実情である。

本発表では、先行研究でよく見られるような養育者側の立場ではなく、虐待を受けた被害者の立場から、被虐待児症候群に関する新たな研究や支援のうち、これまで明らかにされてこなかった被虐待者が抱える問題点と彼らの思考形成プロセスに、一石を投じる。

【対象と方法】

本発表での対象は、全員女性であり、それぞれ23歳、24歳、35歳の3名を取り上げるものとする(2016年8月現在)。性別間の差異もあるため、男性研究協力者については、本発表では採用しないこととする。

方法は、23歳、35歳の女性とは基本的に対面方式を採用し、1時間から数時間に亘る面談を通して、カウンセリングとコーチングを実施した。23歳女性は消息不明、35歳女性は自営業である。

24歳女性は遠隔地に在住しているため、メールと電話を採用した。仕事は、伝統文化業界の本社従業員である。

【結果】

23歳女性は、母親の長年のうつ病歴、父親のアルコール依存、実弟の自閉症といった家族構成であり、本人もアスペルガー症候群を疑われていた。女性はその後、アスペルガー症候群については医療機関を受診していないが、コミュニケーション場面において問題を抱えていた。引きこもりを続けていたため、異性と接触する機会がなく、近づいてきた男性に依存するようになった。その男性が使用している疑いのある違法薬物に、この女性も手を出してしまったため、その後のカウンセリングは行なわないこととした。現時点では消息不明である。未来への絶望感が強く、思考プロセスの改善の余地はなかった。

35歳女性は、幼少期から同年齢の子どもたちと好むものが異なり、幼児期から芸術的才能に恵まれ、児童期からは学業的にも秀でていたため、両親の劣等感を刺激してしまっていた。そのために虐待が長期化していたが、この女性は活躍する環境が幅広かったことと、祖父母からの養子縁組の話があったことも理解しており、援助なしに、強い未来志向を持っていた。しかし、思考プロセスにおけるポジティブさとネガティブさの波が激しく、情緒不安定に陥ること

が多かったため、生きる目標を明確にすることで、現在の地位を維持しようと努力している。

24歳女性は、両親からの心理的虐待が思春期頃から始まり、思考プロセスが混乱してしまった。目先のことが考えられなくなり、未来への希望を失い、ただ今を優柔不断に生きることしか出来なくなっている。スピリチュアリティな支援に頼り、思考を整理するとともに、カウンセリングを実施する中で、ゴール地点からの逆算方式を提案し、思考プロセスを正常に戻そうと試みている段階である。

【考察】

幼少期に虐待を受けて育った者は、その被害経験の記憶が鮮明に残っている場合が多い。年齢を重ねても、どのような発達段階を迎えても、被害の記憶が歪曲されることが少ない。なかでも、思春期、青年期、成人期の3つの連続した成長過程において、被虐待の記憶の美化や薄れといったものは生じないことが推察された。

加害者となる可能性のある人物は、養育者よりもより、親族や、成長していく過程で出会う人々も含まれるため、かなり幅広いのが現状であると思われる。

虐待被害を経験した者は、その後の成長過程において記憶が薄れることは稀であり、このことによって思考プロセスが著しく極端になってしまうことも少なくないと考えられる。

被虐待者は、年齢を重ねるにつれて、自らが虐待被害者との認識を得た時点から、加害者への被害感情が高まっていく場合は多い。そのため、それと同時に怨恨の念も高まっていくのであろう。

今を生きることに一生懸命になっている場合、過去と今に縛られ過ぎてしまい、前向きに未来を考える余裕すら無くなってしまうのだと思われる。彼女らは、未来志向型の思考プロセスの形成がなされる機会に恵まれなかったため、思考そのものに、何らかの歪みが生じたままと推察される。

児童期を過ぎて、思春期に突入した若年者については、多くの人々が抱える思春期特有の葛藤に加えて、被虐待の異常さに気付く者と気付かない者がいる。その異常さに気付く者の中には、牧会カウンセリングなどのスピリチュアリティな支援を受けた経験を持つ者が多い傾向にある。その結果、自己の内面と対話し、他者との違いや自身を取り巻く環境に納得できる場合もあるだろう。これは、青年期の若者、ひいては成人となった者でも同様であると考えられる。

スピリチュアリティな支援を受けずに、被虐待の異常さに気付かない若年層に共通する点は、成人になっても自己否定感情が強い点、未来志向型の思考プロセスを持たずにいる点、この2点が顕著であることが大きな問題である。

宗教系団体を母体とした医療機関では、明確かつ国際的にも認められたスピリチュアルな支援が提供可能であるが、そのような設立背景を持たない医療機関では少ないため、事実上、皆無と言って良い状態にある。かといって、いくらスピリチュアリティの重要性を説いたところで、怪しげな宗教団体への加入を勧めることは決して行なってはならない。そうである以上は、支援の有無にかかわらず、いかに未来志向型の思考プロセスを身につけさせるかを考えていくことが鍵となるであろうと推察された。

【結語】

思考プロセスと未来志向型が合致することにより、精神的な安定が得られる。そのための方法をより具体的に、かつ、早急に確立することが被虐待者への支援として求められる。

【参考文献】

- [1]黒崎碧, 比較生活文化研究, 第18号, 81-92ページ, 2012.
- [2]桃井真理子 編, 小児虐待 医学的対応マニュアル - 医療現場で子どもを守るために -, 真興交易(株)医書出版部, 2006

日本トランスパーソナル心理学／精神医学会
日本トランスパーソナル学会
合同大会実行委員会

[発行] 2016年11月26日

[発行所] 〒101-8301 東京都千代田区神田駿河台 1-1
明治大学文学部 14号館 6階 B611 諸富研究室
日本トランスパーソナル学会事務局
Email: info@transpersonal.jp