

1 章

インテグラル・トランスフォーマティブ・プラクティス — 参与的見方 —

Integral Transformative Practice: A Participatory Perspective

ホルヘ・フェレール

(カリフォルニア統合学研究所)

(2009年度立命館大学客員教授)

監訳 中川 吉晴

(立命館大学)

訳 村上 祐介

(関西大学大学院心理学研究科博士前期課程)

木村 理眞

(コミュニケーション教育／英語・国際理解教育)

要 約

現代の西洋ではサイコスピリチュアル（心理的・霊的）なプラクティス（修行、実践）は、ほとんどの場合、マインド（精神）とハート（感情）の成長を重視し、人間の経験の身体的および本能的側面を軽んじる傾向にあり、そのため、好ましくない症状もさまざまに生じている。一方、マイケル・マーフィーとケン・ウィルバーはそれぞれ、「インテグラル・トランスフォーマティブ・プラクティス（統合的で変容的な実践）」（Integral Transformative Practice 以下 ITPと略）の方法を提示するうえで、すぐれた貢献をなしてきた。彼らの提案のなかには、サイコスピリチュアルな修練だけでなく、身体的な実践もふくまれている。しかし、彼らの示した処方箋でさえ、現代の西洋の特徴であるマインド中心の成長モデルを脱してはいない。というのも、

彼らの処方箋では、すでにあるプラクティスを各人のマインドが選びとり、それにコミットすることを求めているからである。ここで必要なのは、人間のすべての次元が統合的な成長に共創造的 (co-creatively) に参与 (participate) するようなアプローチである。そのための一つの可能な方策として、ここで筆者は、スペインのアルバレダとロメロが編みだしたITPのプログラムを紹介する。彼らのいう「ホリスティック・インテグレーション」では、グループ・リトリートにおいて「相互的身体瞑想」をおこなうことが中心となっている。この瞑想のなかでは、実践者のあいだで観想的な身体接触がおこなわれる。その接触をとおして、人間のあらゆる次元に宿る創造的な潜在力に到達していこうとするのである。

はじめに

スピリチュアルな混乱に陥っている今日、トランスパーソナルの専門家やスピリチュアルな教師たちのあいだでは、人間には「統合的な成長」(integral growth) が重要だという共通認識が芽生えている。統合的な成長とは、人間のすべての次元 (身体、本能、ハート、マインド、意識) を統合し、完全に身体化されたスピリチュアルな生へと発達していくプロセスを意味する¹⁾。こうした共通認識が生まれている背景には、偏った発達は多くの弊害を生みだすという自覚がある。この弊害に関して、ほんの数例をあげておくと、スピリチュアルなバイパス (迂回) の問題 (Welwood, 2000)、スピリチュアルな物質主義とナルシシズム (Caplan, 1999 ; Lesser, 1999)、攻撃的なスピリチュアリティとスピリチュアルな防衛の問題 (Battista, 1996)、グル弟子関係における倫理のおよびサイコセクシャルな問題 (Butler, 1990 ; Kornfield, 1975 ; Kripal, 1999)、スピリチュアルな体験を統合することの難しさ (Bragdon, 1990 ; Grof & Grof, 1989)、そして、身体から生命力を奪うこと、および原初的な性エネルギーの抑制 (Romero & Albareda, 2001) などがある。

心身の統合にしっかりと根ざした、統合されたスピリチュアルな生という

1) たとえば以下を参照。Leonard and Murphy (1995), Murphy (1993), Rothberg (1996, 1999), Welwood (2000), and Wilber (2000a, 2001)

考え方は、世界の宗教的文献のなかにも見られる。たとえば、シュリ・オーロビンドのいう総合ヨーガや、キリスト教でいわれる受肉という現象などである。しかしながら、現代の西洋文化のなかには、人間の生のなかでこの潜在的可能性を実現させるための効果的な実践を探究し、発達させようという試みは、多くは存在していない。もっとはっきりと言えば、身体や、本能、性、感情の世界の成熟については、さしたる関心が向けられていないのだ。スピリチュアルな道の実践者のあいだで、このような真に統合的な成長が開花していく例は稀であるようにみえる。この分野の著者たちが指摘しているように、どんな伝統のスピリチュアルな指導者や教師でさえ、偏った発達を示している。たとえば、認知とスピリチュアルな機能の面では大変すぐれていても、倫理的な面では因習的であったり、対人関係や感情面や性的行動の面では機能不全だったりすることがある (Feuerstein, 1991 ; Kripal, 2002 ; Wilber, 2001)。発達がこのようにバランスを欠いていると、真剣に取り組んでいるスピリチュアルな努力の多くが、身体や性や感情のレベルで生じる葛藤や傷によって損なわれてしまう。スピリチュアルな探究者は、あまにもしばしば、自分の抱くスピリチュアルな理想と、自分のなかの本能的、性的、感情的な欲求とのあいだの緊張に悩まされる。そして、誠実な意識的な意図をもっていても、無意識の衝動パターンや習癖にくり返し陥ってしまうのである。

さらに、サイコスピリチュアル (心理的・霊的) な発達が偏っている場合には、人間の開花だけではなく、スピリチュアルな認識力にもマイナスの影響を及ぼしかねない。別の機会にも指摘しておいたが、過去や現在の多くのスピリチュアルなヴィジョンは、ある程度、乖離した知の産物であると言えるだろう。この乖離した知というのは、主として、微細な超越的意識に感情的あるいは精神的 (メンタル) なかたちで接することで生じるものであり、その反面、生命的で内在的なスピリチュアルな源 (vital and immanent spiritual sources) には根ざしていないのである (Ferrer, 2002)。たとえば、身体も世界も究極的には幻想である (あるいは低次元で、不純で、スピリチュアルな解放にとって障害になる) といったスピリチュアルなヴィジョンが

あるが、このような見方を導いた存在の状態のなかでは、おそらく、自己感覚はおもに微細な意識エネルギーとの同一化から生じるか、あるいは、まったくその同一化からのみ生じているのである。それゆえ、このような見方は、身体と内在的なスピリチュアルな生からは根こぎにされたままである。こうした実存のあり方からすれば、身体も世界も究極的には幻想で欠陥のあるものだということは、理解可能であるし、また避けがたいものであろう。しかし、私たちの身体的世界や生命世界が、スピリチュアルな生に参与するように招き入れられ、それによって、私たちのアイデンティティ感覚が超越的意識だけでなく、内在的なスピリチュアル・エネルギーにまで広がっていくなら、身体と世界は「聖なるものの現れ（聖体示現）」（ヒエロファニー）となるであろう——つまり、人間と宇宙のスピリチュアルな進化にとって決定的に重要な、神聖なるリアリティとなるであろう。

「ハートのチャクラから上」だけをスピリチュアリティとみなす傾向の背後には、非常に多くの歴史的、文脈的な要因があり、これらを吟味することは、この論文の目的を越えている。しかし、ここで一つだけ、その根底にある理由として考えられるものにふれておきたい。ロメロとアルバレダ (Romero & Albareda, 2001) が西洋文化の文脈のなかで指摘しているように、人間の原初的な次元——身体、本能、性、および感情のいくつかの面——を抑制することは、ある時点では必要なことだったのかもしれないのである。それによって、人間のハートや意識のさまざまな価値が出現し、成熟していくことができたのである。さらに言うと、この抑制は不可欠だったのかもしれない。なぜなら、まだ発生したばかりで比較的脆弱であった自己意識とその諸価値が、かつて本能的な衝動エネルギーが有していた強力な存在のなかに、ふたたび吸収されてしまうのを阻止する必要があるからである。宗教的な伝統の文脈では、これは、人間のある種の性質がスピリチュアルな意味では他の性質よりも「正しく」健全だという、広く浸透した考えと結びついているであろう。たとえば、平静さは激情にまさり、超越は感覚的な身体経験にまさり、貞操は性的放縦にまさる、といったことである。しかし、現代の特徴となっているのは、これらすべての人間の潜在可能性を再度、統合的

につなが合わせることができるようになってきている、ということである。言い換えれば、これまで自己反省的な意識と、ハートの微細な次元を発達させてきたので、これらの価値を維持したまま、人間の本性のなかの原初的で本能的な次元を再評価し、それを完全に身体化されたスピリチュアルな生のなかに統合していく時期がおとずれていると思われるのである²⁾。

しかし、「完全に」身体化されたスピリチュアルな生をおくるとは、いったいどういう意味なのであろうか。私たちの存在のさまざまな次元にある多くの欲求、欲望、力動、理解を調和的に統合することなど、はたして本当に可能なのだろうか。身体、本能、ハート、マインド、魂——これらの声や知恵を自分のなかに緊張や分離を生みだすことなく育んでいくことなど、本当にできるのだろうか。そして、おそらくもっとも重要な点であるが、私たちのうちにある多くの声を誠実に尊重する、真に統合的なスピリチュアルな道をいかにして敷き、歩いていくことができるのだろうか。言いかえるなら、これらの次元の性質をたんに尊重するだけでなく、スピリチュアルな生への創造的な参与を促進しながら、それらの次元が成熟していくことを、いかにして育むことができるのだろうか。

これらの複雑な問いを探究していくために、この論文では、まず「インテグラル・トランスフォーマティブ・プラクティス」(Integral Transformative Practice, ITPと略記)の現代の諸提案をいくつか簡潔に見ていくことから

2) おそらく、この可能性は、多くの宗教的伝統に対して現在すすめられている見直しの作業とつながっている。たとえば、マシュー・フォックス (Fox, 1988) の「キリスト教にとってのクリエーション・スピリチュアリティ」、マイケル・ラーナー (Lerner, 1994, 2000) の「ユダヤ教の再生と解放のスピリチュアリティ」、ドナルド・ロスバーク (Rothberg, 1998) の「社会にかかわる仏教」などの見解がある。これらの人をふくむ多くのスピリチュアル・リーダーや著者たちは、自分たちの伝統の再構築を提案し、そのなかで、これまで抑制され、抑圧され、禁じられてさへきた人間の諸次元 (たとえば、女性と女性的価値の役割、身体の承認、官能的な欲求、親密な関係性、性の多様性など) を統合しようとしている。統合的なスピリチュアルな生を原初的な潜在力や本能的生に根づかせることの重要性は、マイケル・ウォッシュバーン (Washburn, 1995) の「トランスパーソナルな発達の螺旋モデル」においても、またハリダス・チョードリイ (Chaudhuri) によるシュリ・オーロピンドの統合ヨーガの再考においても、中心的な意味をもっている (Shirazi, 2001)。

じめたい。つぎに、統合的な成長に関する参与的見方について、その概要を示す。これは、ITPの諸提案を補完し、拡大するものとなるであろう。そして最後に、ラモン・V・アルバレダとマリナ・T・ロメロが開発した統合的アプローチである「ホリスティック・インテグレーション」を紹介する。そこには、現代の西洋社会で統合的な生を発達させようとしている人たちを悩ませている諸問題を、実践的に解決するヒントがみられるかもしれない。そして本論文のむすびとして、「受肉した実践」(incarnational praxis)としてのITPについて若干の考察を付しておきたい。

インテグラル・トランスフォーマティブ・プラクティス(ITP) ——現代の諸提案

インテグラル・トランスフォーマティブ・プラクティス (ITP) の現代の提案としては、おもなものが3つある (Murphy, 1993 ; Leonard & Murphy, 1995 ; Wilber, 2000a, 2000b)。これらは重なる点も多いのだが、それぞれ順に見ていくことにする。

ITPの第一の提案は、マイケル・マーフィーのものである。彼はシュリ・オーロビンドのいう統合的ヴィジョンとヨーガの総合という点に触発され、リチャード・プライスとともに、1962年にエサレン研究所を設立し、エサレンでは、全人的成長をうながすことを目的とした。厳密な調査のもとに書かれた『身体の未来』(*The Future of the Body*)のなかで、マーフィー (Murphy, 1993) は、ITPが人類の進化にとっていかに重要かという点について説得力のある議論をしているだけでなく、ITPの基本原理や潜在的な利点について、かつてない広範な議論を展開している。

マーフィーは、伝統的なトランスフォーマティブ・プラクティス (変容のための修行) に見られる欠点を4つあげている。すなわち、個人の習性が強化されること、限定的な信念が永続化されること、バランスのよい成長が阻止されること、特定の経験にのみ焦点が当てられることである。そのうえでマーフィーは、より統合的な発達を促進するために使うことのできるエクササイズ、技法、プラクティスの幅広い一覧をつくりだしている。そのいくつ

かをあげておくと、身体的な自覚と自己統制のための、センサリー・アウェアネスやフェルデンクライス・メソッド。生命力を活性化するための、深部サイコセラピー、アスレチック・トレーニング、および身体的な修行。愛を育むための、共感的なヴィジュアライゼーション（観想イメージ法）、相互的自己開示、自己吟味。精神的認知のための、サイコセラピー、哲学的内省、哲学研究、神話、アート・ワーク、宗教的シンボル。個性化と自己感覚のための、気づきの瞑想、神秘的状態の鍛練、カルマ・ヨーガなどである。（このリストは、マーフィーが示した、人間のさまざまな属性とプラクティスの代表的な一部の例にすぎない。この範囲がどの程度まで広がるのかを正しく見きわめるには、彼の著書を読むことをおすすめする。）

つぎにマーフィーは、統合的な発達には欠かせないと考えられる5つの相互に関連する徳と特性——すなわち、正直、創造力、勇気、バランス、回復力——について述べている。そのなかで「いかなる徳や能力であれ、それを育めば、ひとつ以上の創造的な属性を育むことになる」（p.579）ということを強調している。最後に、いろいろと重要な指摘があるなかで、彼は、これらのプラクティスは実践者一人ひとりの独自な性向に合致しなければならないということを強く主張し、それゆえ「誰にでも普遍的に適用でき、厳密に選びぬかれた技法をそなえた唯一の〈正しい〉インテグラル・プラクティスなどというものは存在しない」（p.579）と述べている。

『われらに与えられたる生』（*The Life We Are Given*）のなかで、マーフィーはジョージ・レオナード——「ヒューマン・ポテンシャル・ムーブメント」のもう一人のパイオニア——と一緒にITPを定義して（Leonard & Murphy, 1995）、ITPとは、個人およびグループの「身体、マインド、ハート、魂のなかにポジティブな変化を生みだす、複合的で一貫性のある一連の活動」（p.12）のことであると述べる。レオナードとマーフィーの考案したITPは、以下の活動を組み合わせたものである。すなわち、エアロビクス、低動物性脂肪の食事、メンターとコミュニティのサポート、ポジティブなアフアーメーション（肯定的な内的宣言）、そしてもっとも重要なものとして「ITPカタ」（ITP Kata）と呼ばれるエクササイズを定期的におこなうことがある。この

ITPカタは、ハタ・ヨーガ、武術、現代の身体エクササイズなどを取り入れ、バランシングとセンタリングのムーブメントからはじまる。つぎに、変容をうながすイメージをおこなう（これは、身体の健康、ハートを開くこと、創造性など、各実践者が自分で選んだ資質を高めるためにイメージ力を意図的に用いることである）。そして最後に瞑想の時間がとられ、自己観察と観想的な祈りが組み合わされる。ITPカタは40分ほどで完了するものだが、個人のニーズや希望によって時間を伸ばしてもよい。

レオナードとマーフィーのITPプログラムは、ギリシアの原則である「アンタコロウシア」(antakolouthia) すなわち「徳の相互含有」をふくんでいる。その原則によれば、身体、感情、精神など、どんなレベルにおいても、あるスキルを磨いていくことは、他のレベルにもよい影響をおよぼすのである。このようなトレーニングの領域横断的な相乗効果（シナジー）は、ITPの核心的な原則のひとつである。人間のすべての次元に相互依存の関係があるため、精神や感情や身体各レベルのプラクティスは有機体全体にインパクトをおよぼすと考えられる。マーフィーによれば、ITPの究極的目標は「統合的な変容」あるいは「統合的な悟り」(integral enlightenment) である。すなわち「私たちのすべての属性、すべての多様な能力、そして潜在的な神性が、すべての部分のなかで花開くこと」(Cohen, 1999, p.90) である。

さらに最近では、ケン・ウィルバー (Wilber, 2000a, 2000b, 2001) もITPについて考察をしている。ウィルバーは、ハワード・ガードナー (Gardner, 1983/1993) の多重知能の理論を引きあいにして、さまざまな発達のライン——認知、道徳性、情緒、セクシュアリティ、自己同一性など——は比較的、自律的なものであると指摘する。それが意味するのは、人によって、あるラインは非常に発達し、別のラインはあまり発達していない、ということである。「この研究にしたがえば、ある人は、(認知のような) ある発達ラインでは比較的高いレベルに、(道徳性のような) 他のラインでは中程度のレベルに、(スピリチュアリティのような) 他のラインではいまだ低いレベルにいることがある」(2001, p.259) と彼は述べている。

ウィルバー (Wilber, 2000a, 2000b) はITPという呼び方を、レオナードと

マーフィーの統合的なプログラムに対してだけでなく、人間のすべての次元を開発するものであれば、どんなプラクティスに対しても用いている。また、ウィルバーは、これらのプラクティスの成果は、絶対的な悟りの達成などと混同されるべきではないと付け加えている。興味深いことに、ウィルバーはITPを、彼が人間の生の究極的な目標と考える「非二元的な悟り」や「ワン・テイスト」(One Taste)へ至るための「促進要因」とみなしている。ウィルバー (Wilber, 2000b) は、リチャード・ベーカー老師の口調を借りて、悟りは偶然の出来事であり、これらのプラクティスが悟りを引き起こすことはできないが、悟りへと至りやすくすることはできると述べている。「ITPの背後にある考えはシンプルである。すなわち、より〈偶発的な〉の状態に開かれようとするなかで、人間の心身のより多くの次元がはたらき、神聖なものが浸透しやすくなり、それゆえ人は偶発的な悟りを得やすくなるのである」(p.39)。

ウィルバー (Wilber, 2000b) は、人間の基本的な次元をはたらかせるプラクティスについて、彼自身の一覧を提示している。このために、彼はまず6つの柱を描いている。それらは、身体、感情-性(プラナーナや気)、精神もしくは心理、観想もしくは瞑想、コミュニティ、そして自然である。つぎに彼は、それぞれの次元を訓練するさまざまなプラクティスを示している。身体次元に対しては、エアロビクス、ウェイト・リフティング、健康的な食事。プラナーナに対しては、ヨーガ、気功、太極拳。心理次元に対しては、心理療法、イメージ法、アファーマーメーション。観想的次元に対しては、坐禅、ヴィパッサナー、センタリングを導く祈り。コミュニティの次元に対しては、地域サービス、思いやりのあるケア、他者への積極的関与。自然の次元に対しては、リサイクル、ハイキング、自然の祭りである。ウィルバー (Wilber, 2000b) は「ITPの考えはシンプルである。6つの柱のそれぞれから、少なくとも一つのプラクティスを選び、それらを同時におこなうのである。多くの次元でプラクティスをおこなうほど、それらはますます効果的になり、偶発性に関われた一つの大きな魂になる」(p.39)と述べている。最後にウィルバー (Wilber, 2000b) は適切にも、読者に対して以下のように警告して

いる。すなわち、ITPは、エゴの支配をもたらす自己愛的なゲームに陥るだけでなく、プラクティスを「取りあげて選ぶ」という点は「私たちの文化に非常に広まっている」スピリチュアルな「カフェテリア」へと簡単に墮落してしまうおそれがある、と (p.126)。

要約すると、現代のITPプログラムは、今日の西洋社会のなかで利用できる多くの身体的、心理的、そしてスピリチュアルな訓練法から選ばれたプラクティスや技法の折衷によって成り立っている。これらのプログラムをとおして、実践者は自分たちのさまざまな特性をはたらかせるために、自分に個別化された統合的なトレーニングを考案する。代表的な提案者たちによれば、ITPは究極的に「統合的な悟り」(マーフィー)をもたらしたり、「非二元的なワン・テイスト」(ウィルバー)の出現を最大限うながしたりするのである。

統合的成長についての参与的な見方

この節では、統合的な成長について、すでに述べた現代の諸提案を補い、拡張するような考察をおこなう。すでに見たとおり、現代のさまざまなITPプログラムは、西洋と東洋の伝統や流派から取り入れられた技法や実践を組み合わせて成り立っている。筆者は、ウィルバー (Wilber, 2006) が言うように、これではスピリチュアリティの「カフェテリア・モデル」(上述)に陥ってしまうという警告に同意する。さらにここでは、現代の西洋社会のなかで統合的な生を発展させていこうとする試みそのもののなかに、もっと微妙で、潜在的にはもっと有害な落とし穴がふくまれているということを指摘したい。

手短かに言えば、ITPのプログラムは、「精神的 (メンタル)」な面が考案した統合的訓練になってしまうのである。つまり、実践者のマインドが、自分の身体、セクシュアリティ、ハート、意識を発達させるのに一番よいと思えるプラクティスや技法を決定してしまうのである。しかし、これは理解できることでもある。結局のところ、現代西洋の教育は、ほとんど排他的とまで言えるほどに、合理的なマインドと、その認知機能の発達にのみ焦点をあわ

せており、人間のその他の次元の成熟にはほとんど注意が向けられていない（Gardner, 1983/1993；Hocking, Haskell & Linds, 2001；Miller, 1991を参照）。その結果、私たちの文化では大部分の人たちが、大人になるころには、かなり成熟した精神的機能をもっているものの、身体や本能や感情の世界はほとんど発達しないままになっているのである。西洋の生活様式にみられる極端な「認知中心主義」（cognicentrism）を考えれば、統合的成長が精神面によってのみ方向づけられるということは、ほとんど避けがたいことのようにみえる³⁾。

しかしながら、認知中心主義のいちばん悲劇的なところは、それが悪循環に陥り、それ自体を正当化してしまう点にあると考えられる。つまり、現代の教育では、身体や本能やハートが自律的に成熟するための空間がつくりだされていないので、これらの世界は、精神に導かれたり、外側から導かれたりしなければ、進化の道に参加することができないのである。しかし問題は、それらが精神に導かれたり、外側から導かれたりしているかぎり、人間のこれらの次元は自律的に成熟することができない、ということである。そして、精神や外部からの方向づけを求める気持ちが永続的に正当化されることになる。

この状況をさらに複雑にするのは、マインド中心の教育や生活が何世代もつづき、それに身体や本能、性、情熱などのコントロールや抑制がつけ加わってくると、これらの非言語的な世界はたんに未発達というだけでなく、しばしば傷つき歪んだものになり、退行的傾向があらわすようになる、ということである。したがって、そのような個人がこれらの非言語的世界に導かれていくと、ふつう最初に出くわすのが葛藤や恐れや混乱の層であり、そのた

3) 私が「認知中心主義」という言葉を用いるとき、それは現代の西洋世界のなかで、合理的で分析的なマインド（およびそれに結びついた道具的理性とアリストテレス的論理）が他の知の様式に対して有している特権的な地位のことを指している。ここで他の様式というのは、身体的、性・生命的、感情的、美的、想像的、ヴィジョン的、直観的、観想的な知のことである。それゆえ、私は決して、マインド以外の次元が「認知的」でないと言っているのではない。すなわち、これらの次元が知識をとらえたり、その形成に創造的に参与したりできない、と言っているのではない。

め、かえって、これらの世界が健全に進化するためには精神によって制御される必要があるという深い思い込みが永続化されることになる。しかしながら、通常ここで見落とされているのは、この層の下にある本質的な原初的知性である。もしそこにふれることができれば、その葛藤の根を癒すことができるだけでなく、これらの世界の成熟と進化をその内側から促進することができる。

そこで必要となるのは、マインドが適していると考える発達原則や力動にしたがうことではなく、人間のこれらの次元が、それら自身の発達の原則や力動にもとづいて癒され、成熟することのできるような空間をつくり出すことである。私たちの身体、本能、性、ハートが自律的に成熟することを許されるとき、それらははじめてマインドと同じテーブルにつき、真に統合的な発達とスピリチュアルな生を共創造（co-create）することができる。発達論的に言えば、統合のまえに、人間のこれらの次元は分化されなければならないのである。これらの点を念頭におきながら、つぎに、「統合的な成長」の暫定的な定義を述べ、「統合的プラクティス」と「統合的トレーニング」を区別しておく必要について述べていきたい。統合的プラクティスと統合的トレーニングは、統合的な成長における二つの本質的な要素であるが、それぞれ独自のものである。

「統合的な成長」とは、身体、本能、ハート、マインド、意識という人間のすべての次元が、人間の多次元的な生成に対し、同等の立場で協同して共創造的に参与する発達プロセスである。このプロセスには二つの基本的要素がふくまれると考えられる。それが統合的プラクティスと統合的トレーニングである。

「統合的プラクティス」は、人間のすべての次元の自律的成熟を促進するもので、それらが独自の知性をあらわし、調和的に統合され、発達プロセスに共創造的に参与するように準備する。統合的プラクティスは、すべてのレベルにおける新しい潜在力と質と能力を「生みだし」、「引き出す」のである。

「統合的トレーニング」とは、人間のすべての次元をそれぞれの発達の原則と力動にもとづいて訓練することである。統合的トレーニングは、統合的

プラクティスから生じてきた、あらゆるレベルの潜在力と質と能力を「鍛錬」して「強化」する。

統合的プラクティスと統合的トレーニングの区別は重要である。ある意味で、現代のITPのいろいろなプログラムは、すでにある技能の「トレーニング」や「鍛錬」をより重視しているように思われ、新しい質や能力があらわれてくる条件づくりには、あまり関心が払われていない。しかし、そうした質や能力のいくつかは、その人独自のものである。トレーニングだけを頼りにしようとすることは、西洋の教育における「男性的」パラダイムと軌を一にしている。西洋の教育というのは、技能の習得と、精神による学習の方向づけに基礎を置いている。したがって、統合的成長がおもに統合的トレーニングに基礎を置くならば、精神が人間のその他の次元を植民地化し、統合的成長のプロセスを精神が指揮することは、ほとんど避けがなくなる。うまくいけば、精神が構成したITPプログラムは、個人の統合的な健康を促進するかもしれない。この統合的な健康は、ふつう統合的な成長や変容と重なりあうものだが、それらと決して混同されるべきではない。精神が人間のその他の次元を管理することは、悪くすれば、それらの次元の真の声や、知性や智慧を押し殺したり、押し流したりすることになる。それは長期的にみれば、統合的な健康に対して取り返しのつかない結果をもたらしかねない。したがって、意図的なトレーニングは大切ではあるが、基本的に重要なのは、「女性的」な空間をつくりだすことによって、それを補完することである。女性的な空間のなかでは、私たちの内にひそんでいる無限の潜在力が、身体をとおしてあらわれてくる。

さらに、独自の潜在力の自然な展開や力動的発達が押し流されてしまわないように、統合的プラクティスが統合的トレーニングに先行しておこなわれる必要がある。大半のサイコスピリチュアルなプラクティスや技法は、人間の経験と成長を特定の方向に形づくったり導いたりするという意味で、意図的なものである（たとえば、Fenton, 1995を参照）。しかしながら、たしかに多くの点で有益である反面、身体や本能や感情の諸世界が成熟するまえに意図的なプラクティスをおこなうことは、それらの次元のもっとも独自の潜

在力の発現を妨げるだけでなく、多くの傷や葛藤をそのまま放置することになってしまうかもしれないのである。そこで、統合的トレーニングのプログラムが計画されるまえに、身体や本能や感情の諸世界は、それら自身の発達原則にしたがって、癒しと発芽と成熟のプロセスに入る必要がある。そうでなければ、長い目で見たとき、統合的プログラムは、生命力を欠き、停滞し、葛藤をふくみ、真の創造性を欠いたサイコスピリチュアルな生を導いてしまうことにもなる。

一例をあげて、私がここで示そうとしている区別を明らかにしてみたい。ハタ・ヨーガからエアロビクス、ウェイト・リフティングにいたるまで、身体の開発を目的とするプラクティスや技法が数多く存在する。明らかに、これらのプラクティスは価値のあるものとなりえるし、発達の節目にある多くの人たちの健康や成長を効果的に促進することができる。しかしながら、これらの技法をとおしてのみ身体を開発していくなら、それらがマインドによって選ばれたり、外的基準（たとえば、身体的位置、姿勢、動き、外観など）によって規定されていると、身体の自律的な知性の発現が阻止されてしまうおそれがある。言いかえると、これらのプラクティスは、身体の最適な発達にとっていっそう自然で、生命力にみちた位置や動きや姿勢を、身体そのものが生みだしていくことを妨げてしまうかもしれないのである。たとえば、筋肉が衰えている場合におこなうには適切とされているものの、ウェイト・リフティングは、身体のパライドを高め、エネルギーの鎧をつくりだしてしまい、その鎧のために、身体が生命エネルギーと意識エネルギーの両方の流れにふれることを妨げてしまうのである。

真の身体的成長を促進するためには、身体にふれ、その時々の状態や欲求を知り、それ自身のプラクティスや能力が生まれるための空間をつくること——いわば、それ自身のヨーガを考案すること——が決定的に重要である。ソバツスキー（Sovatsky, 1994）がヨーガを「性愛のアート」（ars erotica）として解釈しているように、ヨーガの姿勢（アーサナ）は最初まず、身体とその生命エネルギーのなかから自然にあらわれでたものである。ソバツスキーは「内的な知に導かれて、プラーナは、身体が必要とするまさにそのとお

りに身体を動かす」(p.96)と述べている⁴⁾。実際、レオナードとマーフィー(Leonard & Murphy, 1995)は「身体のなか、つまり脈動、呼吸のリズム、関節の曲げ伸ばしのなかには深遠な叡知がある」(p.145)と強調している。そしてさらに、私は以下の点を付け加えたい。すなわち、身体が生命エネルギーと意識エネルギーに開かれるとき、身体はそれ自身のリズム、習性、姿勢、動き、そしてカリスマ的な儀礼を見いだすことができるのである。

要約すると、このプロセスは、4つの大まかな連続した段階として描かれる。すなわち、(a) 身体の現在の状態とつながること、(b) その欲求、声、創造的な衝動へ耳を傾けること、(c) 欲求や声や創造的な衝動に応えるプラクティスを発展させたり選択したりすることとおして、身体の癒しや成熟をうながすこと、(d) 身体発達のダイナミックスにしたがって、発生してきたスキルや能力をトレーニングすることである。人間のそのほかの次元の発達に対しても、それぞれの特徴に応じたちがいはあるにせよ、同じことが言える。

ここで二つの重要な点を明らかにしておかなくてはならない。第一に、このアプローチを、自我的なマインドがプロセスをコントロールする自己中心的な統合的プラクティスからはっきりと区別する必要がある。それとは対照的に、このアプローチは、マインドに対し、その自我的なコントロールを謙虚に手放してもらうように要求する。そのためには、まずマインドに他の次元の成熟の手助けをしてもらい、つぎに、マインドがみずからを開いて他の次元から学べるようにする。マインドがそのプライドを手放したとき、正確なプラクティスが徐々に内側から出現してくる。

第二に、言うまでもなく、この統合的なアプローチは、既存のプラクティスを役立たずで、時代遅れのものにしてしまうわけではない。それどころか、ひとたび身体、本能、ハートが成熟し、それらと通じ合えるようになると、それらは既に確立された修練の方法を用いるように、ほぼ確実に求めてくるのである。伝統的にこれらの次元の開発は、例外的に優れた人たちによって

4) 興味深いことに、ソバツスキー(Sovatsky, 1994)は、いくつかのヨーガのテキストで、840,000ものヨーガの姿勢が記されていると報告している。

考案された外的な基準に依っていた（そして、しばしば何世代にもわたって精練されてきた）のであるが、私がここで言いたいのは、いまや多くの人たちが、自分の統合的な成長に対し、より創造的に関与していく用意ができているということである。いずれにせよ出発点となるのは、精神が何らかのプラクティスを、身体や、セクシュアリティ、ハート、意識に押しつけるということではない。なぜなら、マインドは、そのプラクティスが最高で、もっとも有益であるという考えを、何らかの仕方では採用しているにすぎないからである。創造性を宿した生は、私たちのなかに存在している。それは知性をもった生命のダイナミズムであり、私たちが完全な人間になる過程にひそみ、その内部から出現し、全体を調和的にとりまとめるものである（Heron, 1998を参照）。

この節を終えるにあたって、統合的な成長について、3つの相互に関連する指導原則をあげておく。

（１）統合的な成長は人間のすべての次元によって共創造される。統合的な成長の真のプロセスは、マインドだけで方向づけられることはなく、身体、本能、ハート、マインド、意識という、人間のすべての次元の協同的参与と創造的な力から生じる。

（２）統合的な成長はもっとも生命的な潜在力に根ざし、そのなかから展開する。人間のさまざまな次元が成熟し、発達の道に共創造的に参与するとき、統合的な成長は有機的に内側から展開する。私たちのもっとも独自の潜在力に根ざした真に統合的な成長は、他者によってすでに歩まれた道をたどることはめったにない。また、外的基準によって方向づけられることもない。外側からもたらされた道標は、旅の分岐点で重要な参考になるかもしれないが、私たちのもっとも独自の資質の発現へと向かう道筋は、外側から方向づけられない。

（３）統合的な成長は女性性と男性性のバランスを保つ。統合的な成長は、技能の「エクササイズ」や「トレーニング」といった男性的な要素を、内側から新しい資質や能力を「生みだす」女性的な要素と結びつけ

る。成長のプロセスを、個人のもっとも生命的な潜在力のなかにうまく根づくようにするには、女性性の次元が男性性の次元に先行して生じる必要がある。

新たな統合のプラクティス アルバレダとロメロの「ホリスティック・インテグレーション」

この節では、ラモン・V・アルバレダとマリナ・T・ロメロがつくりだした「ホリスティック・インテグレーション」(Holistic Integration) について紹介をしたい。それは、前節で確認された落とし穴を回避すると同時に、現代の他のさまざまな提案を補完し拡張するような、革新的な統合的アプローチの一例として紹介される。

もともとスペインで発展した、このホリスティック・インテグレーションは統合的な成長やヒーリングへのアプローチであり、これは既存のプラクティスや技法にはもとづいていない⁵⁾。ホリスティック・インテグレーションは、30年以上にわたるプラクティスにもとづく探究から生まれ、ヒーリングやサイコスピリチュアルな過程にあった数百人の経験にも助けられている。ロメロとアルバレダ (Romero & Albareda, 2001) によれば、その主たる目的は、自然な条件をつくりだし、個人の統合的な進化の道を各自が定められるようにすることである。そのさい個人は、サイコスピリチュアルなモデルや理念によって知らぬ間に押し付けられた潜在的な制約から解放されている⁶⁾。

5) 2000年以降、このアプローチは、アメリカ合衆国でも、以下の機関で導入されている。サンフランシスコのカリフォルニア統合学研究所 (CIIS)、パロアルトのトランスパーソナル心理学研究所、ビッグサーのエサレン研究所、そしてサンフランシスコのベイエリア地区で、統合的な成長の促進にかかわっているいくつかのグループ。

6) 体験に根ざした知がワークから徐々に出現してくるわけだが (Albareda & Romero, 1990, 1999; Romero & Albareda, 2001)、ホリスティック・インテグレーションは実際、イデオロギーや形而上学の重荷を持ち込むことなく提供される。おそらく、このワークが無宗派的な特徴をもっているために、多様な心理的、社会的、文化的、霊的な志向性をもつ人たちに訴えかける力をもっているのであろう。アルバレダとロメロによれば、そうした人たちはたいいてい、新たな創造的活力の感覚を、個人の生活や職業、コミュニティや伝統のなかへもたらすのである。

さらに、このワークをとおして、実践者はプロセスを自分で制御するようになり、そのなかで、存在の異なる次元——身体、本能、ハート、マインド、意識——は自律的に成熟し、徐々に統合される。のちに説明するように、この目標は、単純だが強力なプラクティスをとおして追求される。そのプラクティスは、人間のこれらの次元を、生命エネルギーと意識のエネルギーの双方の本質へ向けて開いていこうとするものである。ロメロとアルバレダ(2001)は、これらの次元がこうしたエネルギーに結びつくとき、新しいエネルギーの軸が出現すると言う。その軸とは、外的な基準や理念によってではなく、内面から人の進化を導き促進するものである。しかしながら、ワークの全般的な構造を説明するまえに、以下の点について少し説明しておくことが重要であろう。つまり、生命的・原初的世界とセクシュアリティは、一般的にみても真の創造的な統合的成長のなかで中心的な位置を占めているが、とりわけホリスティック・インテグレーションにおいてはそうなのである⁷⁾。

ロメロとアルバレダ(2001)は、超越的な意識のエネルギーのほかに、宇宙には、内在的(immanent)なスピリチュアルな源、すなわち「闇のエネルギー」(dark energy)が存在していると言う。ここで使われる形容詞の「ダーク」(dark)は、否定的な意味あいをもつものではなく、たんにすべての可能性がまだ未分化であるがために、意識の「光」によって見ることでできないエネルギー状態のことを指している。闇のエネルギーは、顕現されたもののうちに存在する固有なスピリチュアルな生命であり、さらに、すべてのレベルの真の革新と創造性の源となるスピリチュアルな生命であると考えられる(cf. Heron, 1998)。言いかえるなら、闇のエネルギーはスピリチュアルな「プリマ・マテリア」(第一素材)である。すなわち、それは変容の状態にあるスピリチュアルなエネルギーであり、いまだ実現されてはいないが、潜在力や可能性でみたまわっている。ロメロとアルバレダがつけ加えて言うには、人間の現実において、このエネルギーは、身体や性や本能の組織原

7) 生命的な原初的エネルギーとして理解されるセクシュアリティへ特別に焦点をあてているため、このワークは「ホリスティック・セクシュアリティ」としても知られている。

理であるだけでなく、生命力や自然な知恵の感覚の源である。著者たちによれば、意識のエネルギーと闇のエネルギーは究極的には同じエネルギーなのだが、異なる状態にあると考えられている。闇のエネルギーが濃密で、無形で、未分化であるのに対して、意識のエネルギーは微細で、明るく、無限に分化したものである。

このような区別には、スピリチュアルなプラクティス（修行）や創造性に関して、重要な意味がある。たとえば、それは私たちを、伝統的なスピリチュアリティの「単極的」（monopolar）な見方から解放してくれる。この見方では、スピリチュアリティは、もっぱら私たちの現在の瞬間の直接体験と、微細ないし超越的なスピリチュアルな意識との交わりから出現するものと理解されている（Heron, 1998を参照）。この文脈において、スピリチュアルなプラクティスは、そのようなもっとも重要なリアリティに到達することか（「上昇」の道）、あるいは、スピリチュアルなエネルギーを大地へと降ろし、人間の性質や世界を変貌させること（「下降」の道）をめざしている。このような「単極」的な理解の問題点は、第二のスピリチュアルな極の存在、すなわち闇のエネルギーの存在を無視していることである。この極が取り入れられると、自発的で創造的なスピリチュアルな展開が内面から呼び起こされることになる。以下、闇のエネルギーの創造的な可能性について、もう少し詳しく見ておく。

私は別のところで、人間のスピリチュアリティは「参与的」（participatory）なものであると論じた。それは以下のことを意味する。つまり、人間のスピリチュアリティは、（a）人間のすべての次元（身体、本能、ハート、マインド、意識）が積極的に参与することから、また（b）ダイナミックで未確定なスピリチュアルなパワー、すなわち「神秘」と共創造的に相互作用することから生じるのである（Ferrer, 2001, 2002）。ここで私は、参与の二つの次元が密接に絡み合っていることを強調したい。言いかえるなら、人間のより多くの次元がスピリチュアルな知に積極的に参与すればするほど、生はより創造的でスピリチュアルなものになるのである。この点で、マインドと意識が超越的な覚醒意識に自然に結びつくかけ橋となるのと同様に、身体と生命

的・原初的エネルギーが内在的なスピリチュアルな生との自然なかけ橋になることを、区別して知っておくことは重要である（身体、ハート、マインドが葛藤やブロックから解放されるとき、これらの二つのエネルギー〔意識と生命〕が自然と出会う場所が人間のハートである）。これが重要だというのは、つぎの理由からである。マインドや意識をとおして、私たちは微細なスピリチュアル・エネルギーに到達しようとする傾向がある。そうしたスピリチュアル・エネルギーは、歴史のなかですでに発現しており、より固定化した形式や力動のなかにあらわれている（たとえば、独特の宇宙論的モチーフ、元型的な配置、神秘的なヴィジョンや状態など）⁸⁾。これに対して、生命的・原初的世界とつながると、闇のエネルギーとその生成力に到達することが可能になるのである。

端的に言って、身体と生命的・原初的エネルギーに結びつくことは、真正で創造的な統合的スピリチュアリティにとって必要不可欠なことなのである。一方では「真正である」ために、統合的でスピリチュアルな成長は、もっとも生命的な潜在力に根ざす必要がある——そうした潜在力は、私たちが唯一無二の存在にするものであり、原初的エネルギーのいちばん深いレベルに蓄積されている。他方では「創造的である」ために、統合的な成長は、生成状態にあるスピリチュアルな力との相互作用から生じる必要があり、それは生命エネルギーの身体化をとおして自然に到達される。

セクシュアリティの重要性について、ロメロとアルバレダ（Romero & Albareda, 2001）は、つぎのように述べている。「セクシュアリティは、潜在的に、闇のエネルギーが人間の現実のなかで組織化され、創造的に発達するための最初の土壌〔のひとつ〕である。そのため非常に重要なのは、セクシュアリティが、自然な進化の原理に根ざした「開かれた」土壌であることである。それは恐怖や葛藤にもとづいたり、マインドや文化やスピリチュアルなイデオロギーに指揮された人工的な要求に従ったりしてはならない」

8) たとえば、最近の意識研究が明らかにしたところでは、人間の意識は、それまで見聞きしたことさえない特定の宗教的世界に属する霊的洞察や、秘教的シンボル、神話的モチーフ、宇宙論に到達するだけでなく、それらを理解することも可能であるという。

(p.13)。西洋の歴史全体をつうじて、原初的で性的なエネルギーの全般的な抑制があったために、葛藤や傷や恐怖の蓄積された層が、〔表層の〕現代的自己と、〔深層の〕闇のエネルギーの本質とのあいだに存在している。個人の力動に加え、この蓄積された層にほとんど普遍的にみられる要素は、有機体に埋め込まれた「恥」である。

「有機的な恥」(organic shame)は、心理的な恥とは明確に区別されるべきである(心理的な恥なしでも存在しえるものである)。有機的な恥は、身体内の無意識的エネルギーの収縮をとおしてあらわれる。その収縮は、私たちの内側にある闇のエネルギーの流れや、創造的な力をブロックする。それゆえ統合的な成長のプロセスのなかで基本的に重要なことは、この葛藤を引き起こす滞りを癒し、闇のエネルギーの創造的な要素と再びつながることである。身体に埋め込まれた恥が一掃されるとき(そして、ハートが争いから、マインドがプライドから解放されるとき)、この闇のエネルギーは自然に流れだし、私たちのうちで懐胎する。そして、身体やハートのなかで変容のプロセスをへて、最終的には「神秘」に根ざしそれと一致した知によってマインドを照らしだす。歴史的・文化的な状況に左右されるというだけでなく、「神秘」自体のもつダイナミックな本質のために、この知は決して完結することなく、つねに進化していく(Ferrer, 2002)。

多くの要因がはたらいていることは明らかなのだが、それでも、セクシュアリティとスピリチュアルな創造性とのあいだのつながりは、以下のいくつかの事柄の理由を明らかにするであろう。(a) 人間のスピリチュアリティと神秘主義がほとんど「保守的」でありつづけてきたのはなぜか。つまり、異端の神秘主義者は例外であるが、ほとんどの神秘主義者は、受容されてきた教義と規範的な聖典に確固として従ってきたのである(たとえばKatz, 1983を参照)。(b) 多くのスピリチュアルな伝統が厳格に性行動を規制し、性的エネルギーや性的欲望の創造的な探究をしばしば抑圧し、禁止さえしたのはなぜか(たとえばCohen, 1994; Faure, 1998; Feuerstein, 1998; Wade, 近刊; Weiser-Hanks, 2000を参照)。もちろん私がここで言いたいのは、宗教上の伝統が意図的に性的活動を規制し制限して、スピリチュアルな創造性を

妨げ、教義を現状のまま保持しようとした、ということではない。私が知るかぎりでは、諸伝統のなかで、そのような〔セクシュアリティとスピリチュアルな創造性とのあいだの意図的な〕関連がつくりだされた痕跡は見当たらなかったし、すべての証拠は他の社会的、文化的、道徳的、教義的な要因を示しているようにみえる（たとえばBrown, 1988; Parrinder, 1980を参照）。そうではなく、私が言いたいのは、セクシュアリティに対する社会的・倫理的な規制は、何世紀にもわたる多くの伝統のなかで、予期せぬかたちで、人間のスピリチュアルな創造性を衰退させてきたかもしれない、ということである。冒頭でも述べたように、過去にはこのような性の抑制が必要だったのかもしれないが、現在ではますます多くの人が、より創造的な、スピリチュアルな生の関与を受け入れる用意ができています、というのが私の見解である。

ワークの構造

ホリスティック・インテグレーションは多くのかたちをとりうるが、一般的には、ともにワークをすることにしたグループで、一週間の集中的なリトリートをおこなうか、あるいは、6、7ヶ月のサイクルをとおしてワークをおこなう。サイクルのかたちをとるときには、以下のようなになる。月に一度、週末に集まり、こうした集まりのあいだにはスーパーバイズされたワークをすすめる、そして終結のための一週間の集中的なリトリートをおこなう。ワークから自然に生まれるグループの形態やコミュニティの次元がどんなものであれ、ホリスティック・インテグレーションは、グループのダイナミクスには第一義的な焦点をあてない(必要であれば、とりあげられる)。それは、グループの文脈のなかでおこなわれる個人のワークとして、よりよく理解されるものである。

本質的に、ホリスティック・インテグレーションは、以下の4つの要素ないしプロセスから構成される。(a) 相互的身体瞑想、(b) 多次的な観想的プラクティス、(c) 個別化された統合的プラクティス、(c) 日常生活のなかでの統合的なワークである。これら4つのプロセスは、ある程度、この順番で展開していく傾向にあるが、忘れないでいただきたいのは、それらはし

ばしば重なり合うだけでなく、この進展は個人間でいちじるしく異なるということである。

1. 相互的身体瞑想

タントラの技法という顕著な例外はあるものの、伝統的な瞑想技法は個人でおこなわれるものであり、他の実践者との身体接触を伴うものではなかった⁹⁾。ホリスティック・インテグレーションによる主要な改善点のひとつは、しっかりと構造化され、相手に敬意を払う設定のなかで、他者との「接触」によって展開するような多様な瞑想的実践をとりあげていることである。

「相互的身体瞑想」(interactive embodied meditations)はワークの出発点である。この瞑想のなかで、実践者たちは協同して、人間の身体のさまざまなエネルギー・センター間の瞑想的な接触をためしてみる。各センターが対応する身体の一部は、以下のとおりである。まず「ボディ」センターに対応する身体の一部は、以下のとおりである。まず「ボディ」センターに対応し、支持と受容を提供する物理的構造としての足と脚、「生命センター」や「本能」に対応する下腹部や骨盤周辺、「ハート」や「感情」に対応する胸・背中・腕・手、「マインド」と「意識」に対応する頭と額である¹⁰⁾。これらのセンターに関する豊かな情報を、これらのセンターから最大限に出現させるために、それぞれのプラクティスのなかで二つの明確に異なる役割が立てられる。すなわち、接触を開始し、発展させる「やり手」の役と、接触を受け入れる

9) しかしながら、ホリスティック・インテグレーションは、タントラやネオ・タントラのプラクティスとは区別される必要がある。それらのなかでは、性的エネルギーが人間の意識を、拡大された状態や、超越的な状態、あるいは超人間的ですらある状態にまで飛躍させるための燃料としてしばしば用いられる。それに加え、本文中で以下に示す理由から、ホリスティック・インテグレーションは、実践者間の性的な交わりを回避するものである。

10) アルバレダとロメロは、身体これらの部位と、人間のさまざまな属性とのあいだに厳密な対応関係があると主張しているわけではない。人間は多次元的な統一体であり、それゆえどの属性も、有機体のどこにおいてでもあらわれる可能性がある。しかしながら、アルバレダとロメロがくり返し述べているように、特定の身体領域への継続的な接触が特定の体験の世界への到達をうながす傾向があるということは、このワークをおこなった圧倒的多数のなかで、無視できない事実としてある。

「受け手」の役である。同じプラクティスでも、受けもつ役割によって、その体験が劇的に変化しうるため（それゆえ異なるデータをもたらすため）、実践者はたいてい両方の役割をとって自分たちの体験をさぐることで、探究のプロセスを開始する。また、どちらの役割をとっていても、実践者は、プラクティスをおこなっているあいだの自分の体験に対して、何も意図をもたない、開かれた受容的な態度を維持するように促される。これは、マインドフルネス瞑想をとおして高められるような態度である。

これらのプラクティスの一般的な目標は、実践者にさまざまな次元（身体、生命・性、ハート、マインド、意識）の深いエネルギー状態を識別できるようにし、同時にそれら相互の統合や分離を果たせるようにすることである。言いかえるなら、それらのプラクティスは、構造的でエネルギー的な組織についての「体験的なX線撮影」を提供し、それを統合的な成長のための基礎として役立てられるようにするのである。

この文脈において、身体的接触は不可欠なものであると考えられている。なぜなら、アルバレダとロメロは、身体を、人間の残りの諸次元の深層レベルへといたる自然な扉とみなしているからである。彼らの考えでは、人間の発達のかなで、それらは連続的に出現するため、つまり、身体から本能が、本能からハートが、ハートからマインドがあらわれるため、各次元はそれに先行する次元に根をおろすことによって成長するのである。この発達上の連続性は、階層性と混同されるべきではない。階層のなかでは、時間的により後に出てきた次元のほうが、早期に出てきたものよりも、必然的に、より高次で、より進化しており、より統合的なものであると見なされてしまう。ホリスティック・インテグレーションの原則のひとつは、とくに成熟をとげたような場合には、人間のすべての次元が個人および集団の健康や成長や進化にとって等しく価値あるものとなる、ということである。生物学的な有機体は、妊娠後に出てくる最初の次元であるが、アルバレダとロメロは、たんに身体だけでなく本能やハートやマインドの深層エネルギーの潜在力や性質へ達するために、人間の身体に取り組むことが不可欠だと考えている。レオナードとマーフィー（Leonard & Murphy, 1995）は同様のことを述べている。

「身体、マインド、ハート、魂は、人間の本質の同等の発現である。しかし、人間の変化の根本を考えると、身体ほど効果的な教師はいない」(p.145)。

一例として、ハートとマインド/意識間のつながりを探究するプラクティスについて考えてみよう。やり手の側の人がこのプラクティスのなかでできることは、彼/彼女の額と、受け手側の人の背中もしくは胸のセンターとの瞑想的な接触である。マインド/意識とハートの、エネルギー・センター間の持続的な身体接触は、両方の実践者にとって重要なサイコスピリチュアルな洞察を、いくつももたらすことができる。しかしながら、ホリスティック・インテグレーションの文脈において¹¹⁾、アルバレダとロメロは以下のように述べている。すなわち、この一見すると単純な接触は、最初、受け手側がハートの本質的なエネルギー状態へと達することを助ける。ついで、やり手と受け手がともに、彼らの感情とマインド/意識のつながりの質について体験的に学ぶことを助ける（たとえば、分化/未分化、統合/分離、調和/闘争、明白/混乱、自律/依存といった両極端の現実によって）。体験の比較をとおしてより正確な情報を得るために、人は同様のプラクティスをくり返し何度もおこなったり、また異なる条件（たとえば、異なる人や性別、片方の役割のみ、時間の延長、異なる場面設定など）のもとでおこなったりすることができる。

さきへすすむまえに、ここで二つのポイントを強調しておく必要がある。まず、これらのプラクティスは、関係性のダイナミックスを調べるために用いることもできるが、ホリスティック・インテグレーションのなかでは、個

11) ワークがおこなわれる文脈の重要性は、いくら強調しても足りないほどである。ホリスティック・インテグレーションはエコロジカルなアプローチをとっていて、こうした観想的プラクティスにとって適切な条件を生みだすために、多くの要素を組み入れている。それゆえ、それらの要素のもつ変容力は、ワークのなかで用いられる慎重につくられた文脈によって大部分影響される。適切な「構造と場面」がなければ、プラクティスのほとんどは実りないものになるだけでなく、混乱や問題を引き起こすおそれがある。文脈によって提供される構造と安全性があり、それとともに、マインドフルネス、必要な境界、漸進的な統合といった点が重視されているため、ホリスティック・インテグレーションは、1960年代に発展した大半の相互的な集団的探究とは明確に異なるものである。

人間ではなく、個人内の事象に関して用いられるのが一般的である。言いかえるなら、いわば合意の上で結ばれた「契約」のなかで、実践者は互いに対して衛星や鏡として機能し、自分自身の潜在力や、ダイナミックスや、エネルギーの状態を知ろうとするのである¹²⁾。そのさい相互的身体瞑想は、どんなものであれ意図的な身体接触をとまなうヒーリングやエナジーワークやボディワークと明確に区別されなくてはならない。これが実際に意味するのは、受け手かやり手かにかかわらず、実践者はプラクティスのあいだ自分自身の体験にマインドフルになっているように試み、パートナーの側の体験に関しては、いかなる興味や意図もできるかぎり手放すということである。自分自身の体験へと焦点を向けることは、必要ならいつでもプラクティスを中断することによっても促進される。このことの例は、身体的な収縮や恐怖や混乱を示すケースのなかに見られるかもしれない。こうしたケースでは、実践者はそれを深く探究したり建設的に処理したりする用意ができていないかもしれない。受け手が必要であればプラクティスを中断すると知っていれば、やり手の側は、受け手の体験に関して心を乱されることなく、活動を進展させることができる。同様に、必要であればやり手側がプラクティスをやめるということを知っていれば、受け手の側は、やり手の体験に関して心を乱されることなく、活動を受けとめることができる¹³⁾。

第二に、相互的身体瞑想は、人間の体験を特定の方向で形づくることを目的とした技法と混同されるべきではない。たしかにどんな人間の行動においても何らかの意図が働くことは避けられないし、無為、只管打坐、坐禅のよ

12) この個人内の探究の強調は、プロセスの最初の段階ではとくに重要である。実践者たちが各自のエネルギーの性質や、必要とされる境界を徐々に明確に知ってくるにつれて、プラクティスは、相互性や、対人間のダイナミックスや、関係的スピリチュアリティを探究するためにも用いることができるようになる。

13) もちろん、どこでプラクティスをとめるべきかを知り、いつでもやめられる状態にしておくことは、すぐにできることではない。プラクティスをとめることが参加者にとってとくに困難である場合、さらにひとつの領域を探究しワークをつづける必要があるとみなされる。この場合、実践者は特別に計画されたプラクティスを実行し、表現や境界設定に対する自分の能力を識別したり強めたりするように励まされる。

うな無意図的なプラクティスでさえも、スピリチュアルな大望のなかで生じる（詳しい議論は、Faure, 1993；Loy, 1988；Shaw, 1989；Slingerland, 2000を参照）。しかしながら、実際の成果から判断して、アルバレダとロメロは、こうした身体瞑想は「接触の仕組み」（structures of contact）として、よりよく理解されると考えている。この接触の仕組みは、人間のさまざまな次元の深いエネルギー状態に対する直接的な知覚をうながし、同時に、それらの分離や統合についての知覚をうながす。

2. 多次元的な観想的プラクティス

相互的身体瞑想を導入したのち、アルバレダとロメロは、身体的、本能的、感情的、心理的、そしてスピリチュアルな諸次元の（より集中し、より繊細な）意図的な探究や変容をうながす観想的プラクティスを提案する。これらのプラクティスの多くもまた、やり手と受け手の役をとって、他の実践者との相互的な身体接触のもとでおこなわれる。どちらの役をとろうとも、実践者は一瞬一瞬の体験に対して、開かれた存在や、無意図的な受動性や、無条件の受容といった観想的な態度を高めるのである。

これらの多次元的なプラクティスの仕組みは多岐にわたるが、大半は以下のような目的にそって方向づけられる。(a) 人間のすべての次元（身体、本能、ハート、マインド、自己意識）の分化、成熟、統合、(b) これらの次元を、内在と超越、これら両面のスピリチュアルなエネルギーにより多く浸透させること、(c) すべての次元における男性性（やり手）と女性性（受け手）の能力の分化、成熟、統合、(d) これらの次元の深いエネルギー層に蓄積された傷や葛藤や乖離の癒しと変容、(e) これらの次元の内から新たな能力や素質や潜在力が自然に発現するための空間の創造、(f) それらの出現してくる能力や素質や潜在力を発展させる訓練、(g) マインド/ボディ、セクシュアリティ/スピリチュアリティ、男性性/女性性、個人/コミュニティ、強さ/やさしさなどの両極的現実の統合。

紙幅の都合で、ここではこれらすべての目標について論ずることはできないが、これらのプラクティスの二つの特徴的な要素について簡単にふれてお

くことは重要であろう。第一の特徴は、人間の諸次元および両極的現実における分化と統合についてである。アルバレダとロメロは、人間のさまざまな次元（身体、本能、ハート、マインド、意識）と、両極的現実（男性性/女性性、セクシュアリティ/スピリチュアリティ、個人/コミュニティ等）は、分化と統合のプロセスをとって成熟すると考えている。彼らが言うには、このプロセスは、統合された各次元や両極的現実を強化するだけでなく、新たな人間の質を生み出すのである。たとえば、強さとやさしさが統合される時、取り入れられたやさしさは攻撃性を防ぐので、強さは完全な強さになり、取り入れられた強さは脆弱さを防ぐので、やさしさは完全なやさしさになる。そして、これらの統合は、情熱的な謙虚さや、おだやかな本能のような、いくつかの新しい質をもたらすのである。マスターズ（Masters, 2000）によって記述された「ハートのある怒り」は「率直な怒りの表出と慈悲とがマインドフルに共存する」（p.34）状態であるが、これは、本能と、分断されていないハートと、意識が統合されることから生まれた新たな質の一例とみなされる。

第二の特徴は、原初的な性的エネルギーへの特別な注目である。真の創造的な統合的成長にとって中心的な意味をもつことから、多くの観想的なプラクティスが原初的な性的次元を探究し、必要であれば変容させることに焦点をあてている。ウォッシュバーン（Washburn, 1995, 印刷中）によれば、「基盤」（Ground）すなわち生命の根源的な源のもつ力——アルバレダとロメロの言葉では「闇のエネルギー」——は、幼少期の早い段階で、原初の抑圧を受けているという。この抑圧は、前エディプス期の解消と、分化した精神的自我の出現を可能にするものである。その利点にもかかわらず、原初の抑圧は「全エネルギーや、完全に生き活きとした身体や、想像的な創造性や、基盤に根ざすことなどの喪失」（印刷中）を引き起こすだけでなく、「基盤」の力を、性のシステムや身体の性器・下腹部領域に閉じ込めてしまうのである。ウォッシュバーン（1995）は、「基盤の力を本能的な組織に制限してしまうなかで」、原初の抑圧は「本能をスピリットにいたる通路に変えてしまう」（p.199）と述べている。ウォッシュバーンにとって、真のスピリチュアルな復興は、この

最初に抑圧された原初的なエネルギーがふたたび覚醒され、徐々に、本能とスピリチュアルな次元のより高次な統合のなかに同化されるときのみ起こりうるのである。

この原初的なエネルギーは強大で、実際には圧倒的ですからあり、また、たいていそこには傷や葛藤の層が積み重ねられているため、アルバレダとロメロは、基本的にこの再覚醒は非常にゆるやかで、慎重な仕方で行き、エネルギーの適切な同化を可能にするようなものでなくてはならないと考えている。このことは、このレベルに焦点をあてたホリスティック・インテグレーションのプラクティスがなぜ通常の性的行動をふくまないのか、ということ部分を部分的に示している。性的行動というのは、ほとんどの人にとって、統合できるよりも多くのエネルギーを活性化することになるだけでなく、伝記的で文化的な連想を呼び起こし、このエネルギーの内奥の本質につながることを妨げる傾向がある。このことを考慮して、アルバレダとロメロは、独自の観想的な身体的プラクティスを開発したのである。それは安全で敬意にみちた環境のなかで、実践者が原初的なエネルギーをゆっくりと再覚醒し、徐々にそれを統合してゆけるようにするものである。これらのプラクティスは、身体、ハート、マインド、意識へのこのエネルギーの同化を徐々にすすめ、創造的な変容をうながそうとする——プラクティスのいくつかは、生命センターに焦点をあてたり、もっとも原初的な感覚である味覚や嗅覚にかかわるものである。この文脈において、このようなワークのなかでは、「体験」（たとえば、体験内容やエネルギーへの直接的な到達）と「同化」（たとえば、瞑想、自然散策、ムーブメント、ダンス、表現アート、言語化、日記などをおとした体験の懐胎と変容）が交互に起こることに、とくに力点が置かれているということ、ここで付言しておきたい。

これらの原初的で観想的なプラクティスの目的は多様であり、あとで見えていくように、プロセスのなかで個別化（個人別になる）していくが、こうしたプラクティスは、そもそも以下のことのためにつくられている。すなわち、身体を、からだに埋め込まれた有機的な恥から解放すること。エネルギーの層に溜め込まれた多くの苦痛や葛藤や抑制の癒しと変容。原初的なエネルギ

ーが身体や、ハート、マインド、意識のなかをもっと流動的に流れるようにすること。生命的・原初的エネルギーと意識エネルギーを結び合わせることに。原初的なエネルギーの「男性面」（やり手側）と「女性面」（受け手側）を開拓すること（これら両面はジェンダーや性的指向性に関係なく、健康で創造的な人生に不可欠であると考えられている）。そして、原初的なエネルギーの活性化、懐胎、創造的な変容をはかり、身体、感情、心理、スピリチュアリティの諸レベルに新たな質と潜在力をもたらすことである。

基本的な瞑想に関しては、実践者は、条件、パートナー、役割、実施時間の長さ、場所などを同一にしたままにしてプラクティスをおこなったり、それらを変えたりすることができる。そうする目的は、より正確な結果を得たり、体験をつうじた対比をおこなったり、新しい可能性や質を訓練したり、ある次元や可能性の活性化や分化や成熟を促進したりするためである。可能であれば、これらのプラクティスの多くは自然のなかでおこなわれるのがよい。その場合のワークは、自然の癒しの力や、変容の助けとなる源とのふれあいのなかで展開するようにつくられた観想的プラクティスを用いるとよい。

3. 個別化された統合のプラクティス

どの個人もある点では他者と似ている反面、他の点では非常に異なっているため、ホリスティック・インテグレーションは、共通のプラクティスと個別化されたプラクティスの両方をふくんでいる。プロセスのある時点で、実践者は、まずはファシリテーターの導きにそって、つぎには完全に自分の手で、自分自身の個別化されたプラクティスをつくりはじめる。個人個人の統合的な成長がはじまるのは、実践者たちが自分の現在の限界と潜在的可能性について明確な気づきをもち、そこから自分自身の個人的な統合の道に踏み込むときである。アルバレダとロメロによれば、個別化されたプラクティスは本質的なものである。というのも、実践者はそれをとおしてのみ、彼らの存在のもっとも深い領域に到達することができ、統合のプロセスを生命レベルの独自の潜在力のなかに根づかせることができるからである。

基本的に強調すべき点は、ファシリテーターは個人的プラクティスの案に実践上のアドバイスをするかもしれないが、統合的な成長のプロセスは本来、実践者自身の多次元的な経験によって決められるということである。言いかえるなら、プラクティスの特定のかたちは、なんであれ先行するプラクティスのなかで、身体的、エネルギー的、感情的、精神的、靈的に生じたすべてのことによって（たとえば、困難や緊張、欲動や衝動、混乱や疑問、洞察やインスピレーション、ヴィジョンやスピリチュアルな開放、等によって）、有機的に影響を受け、つくりだされるのである。これこそ、統合的な成長が、あらかじめ決めることのできない道をとおして進展していく理由である。そのような道は、かかわる個人の数におうじて多くの形と方向をとる。

このプロセスにおける内なる導きの力動を描きだすために、ロメロとアルバレダ(Romero & Albareda, 2001)は、以下のようなイメージを用いている。

私たちが二つの磁石に面していて、適度な距離を保っていると想像してみてほしい。他の力が存在しなければ、そこにできた磁場は、同一の線をとってその場に入るいかなる金属性の物質も分類する。

さて、一つの磁石は闇のエネルギーで、もう片方の磁石は意識のエネルギーだと想像してみてほしい。この状況は、個人の内部に新たなエネルギーの動きを生み出す。その動きはちょうど磁場が金属性の物質に影響を与えるように、個人に影響する。本質的に、個人は内側から新たな秩序へと駆り立てられる。このような影響のもとで、いくつかの要因にしたがって、個人はつぎの二種類の体験をする。第一に、個人は分離を体験する。ここでは、たとえば、葛藤、妨害、苦闘、恐怖、空虚な穴などのように、両方のエネルギーの結びつきを排除したり妨げたりする個人の構造やエネルギーの傾向が明らかになる。この場合、個人はこれらの要素に気づき、それらにかかわり、変えていくことができる。強調しておかなくてはならないのは、このプロセスのすすんでいく方向は、外部から示されるものでも、すでに学習されたスキーマによって与えられるものでもないということである。むしろ、その方向性は、闇のエネル

ギーと意識のエネルギーの結びつきによって生まれた新しいエネルギーの軸から自然とあらわれてくる。

第二に、個人は、闇のエネルギーと意識のエネルギーのあいだの、妨げのないつながりを体験することができる。そのような体験は、とても難しく不可能に思えるときでさえ、内的な参照点になり、〔個人の〕道を導いてくれる。それはまた、個人の原初的な世界とスピリチュアルな世界の意味深い復興と和解をもたらす経験となるであろう。どちらの種類の経験も、〔統合的な〕道を発展させるためには必要である。(p.10)

アルバレダとロメロによれば、ホリスティック・インテグレーションのほとんどのプラクティスは、体験内容（たとえば、エネルギーのブロック、深い感情、心理的洞察など）の有機的な出現をうながす構造とみなされるという。いったんプラクティスのさまざまな条件が明確に確立されれば——構造、瞑想的接触の種類、参加する人、役割、境界、時間などが確立されれば——実践者はその意図や期待を手放し、現在にとどまり、オープンになって自分の体験を受け入れるのである。おそらく体験の内容の出現にとってひとつの主要な触媒となるのは、意識と他の深いエネルギー・センターとのあいだの接触を、身体をとおしてもつことであろう。アルバレダとロメロは、人間の意識には、身体や本能や感情といった諸次元のエネルギー的な種子をやどす能力があると考えている。それが内なる新たな生命の妊娠、懐妊、誕生というプロセスを引き起こす。それらの経験のなかで、このプロセスは、互いに排斥しあわない、二つの異なる結果をもたらす。一方で、それは、これらの〔身体や本能や感情の〕世界のうちに新しい質や能力や潜在力を生み出すことができ（「女性的」段階）、それらのいくつかは、意図的な発達や、練成や、訓練や、共同体における正当化を要することで、その人に十分に根づく（「男性的」段階）。他方で、おそらくもっと顕著な点として、意識はこれらの世界の本質を深く懐胎できるため、それらの世界はその人の意識的なスピリチュアルな志向性と結びつき、統合的な進化のなかで自発的かつ創造的にともに作用するのである（Romero & Albareda, 2001を参照）。

4. 日常生活における統合的なワーク

ホリスティック・インテグレーションが6、7ヶ月のサイクルでおこなわれるとき、実践者は、月に一度の集まりのあいだにも、そのプラクティスをつづけていくように勧められる。それは、彼らのプロセスを強め、それが日常生活のなかへ統合されることを促進するためである。コミュニティの次元は社会的ネットワークから自然に発生する。そうした社会的ネットワークは、さまざまな社会的な集まりや集団活動をつうじて意図的に開拓することができる。支えとなるコミュニティの存在と、個人の変容を日常生活のなかに統合することの重要性は、ともにホリスティック・インテグレーションにとって中心的な意味をもつことである。

日常生活の創造的な変容に加えて、もっと焦点のはっきりした創造的プロジェクト——教育、芸術、知的活動、ヒーリング、共同体形成、組織、エコロジー、宗教などのプロジェクト——は、実践者のプロセスを導いたり、あるいは、そのプロセスが頂点に達したとき自然に出現したりする。ここ数十年のあいだに、ホリスティック・インテグレーションから出現してきた社会的、文化的なプロジェクトは数多くある。ここでは簡単にいくつかの例をあげておくだけにしたい。たとえば、女性の囚人への教育プロジェクト、多様な大学院のコース、スペインのカナリア諸島における政府のオルタナティブな政治的・社会的プロジェクト、移民女性の統合のプロジェクト、人と動物の交わりをふくむ革新的なセラピーの数々、宗教コミュニティ内の若者への教育プロジェクト、「命の歓迎」と呼ばれる子どもの誕生への制度的で組織的なアプローチ、いくつかのオルタナティヴなコミュニティおよびエコロジー・プロジェクト。そして、多彩な芸術プロジェクト、展覧会、ショー（彫刻、写真、絵、視覚芸術、造形芸術、音楽、漫画）がある。これには2002年にサンフランシスコの「芸術に生きる女性のためのブラバ劇場」で催された「エロスとスピリット—内面からの進化」と呼ばれるダンス・パフォーマンスもふくまれる。

結 論

現代のさまざまなITPの提案は、西洋社会のなかで統合的なスピリチュアリティを探究し育んでいくための重要な努力であると考えられる。統合的なスピリチュアリティは、偏った発達のもたらす緊張や矛盾から解放されているだけでなく、人間のすべての属性の成熟と統合に基礎をおくものである。しかしながら、この論文で私は、ITPに潜在的にふくまれる二つの落とし穴を確認してきた。つまり、もしも個人の身体や本能や感情の世界が未発達な場合、精神的（メンタル）な部分を中心に考えられたITPのプログラムは、精神によるそれらの世界の植民地化を永続化し、それらの自律的な成熟を妨げ、逆説的なことに、多次的で共創造的な統合的成長の可能性そのものを損なうことになるかもしれないのである。また、現代西洋の生や教育には過剰なまでの男性面の強調がみられるが、すでにあるプラクティスや技法を用いて人間の諸次元を修練し訓練することを強調してみても、それらの次元にそなわっている女性的な質や潜在力の自然な発現を妨げることになるかもしれないのである。

ここで必要とされているのは、現代のITPの諸提案を、参与的なアプローチによって補完することである。このアプローチは（a）人間のすべての次元がそれら自身の発達のダイナミックスに従って自律的に成熟することを促し、（b）人間のさまざまな属性をバランスよくはたらかせながら、新たな質や内的潜在力が生じてくるための空間を創造するものである。そうするなかで、真の統合的な成長が展開していく可能性がある。統合的な成長とは、もっとも生命的な潜在力に根ざすとともに、人間のすべての次元によって共創造されるものである。

統合的な成長に関する参与的視点を例示するために、私は、ラモン・V・アルバレダとマリナ・T・ロメロによって創出された統合的なアプローチである「ホリスティック・インテグレーション」をとりあげた。このワークのなかで、実践者はまず、自分の身体、本能、感情、精神、意識の諸世界の現在の状態にふれることを学ぶ。つぎに、それらの成熟と活性化と統合を促進

するためのプラクティスを考案する。いくつかの革新的な、身体を介した相互的な観想的プラクティスをとおして、実践者は生命エネルギーの創造的な力にふれ、徐々にそれを意識のエネルギーと結びあわせていくことを試みる。こうした両者の結びつきは、その個人のなかでエネルギーの軸を生みだすと言われるが、それが統合的な成長を内側から方向づけるのである。たとえば、個別化された統合のプラクティスの形式や構造は、実践者の身体、生命、感情、精神、意識の経験から生まれる。これらのプラクティスの実際の効果を測定する体系的な研究は、たしかに必要なことである¹⁴⁾。しかし、多次元的で自然発生的な、統合的な成長の進展は、ITPにひそむ自我による支配という危険をまぬがれることができる。この自我の支配については、ウィルバー（Wilber, 2000b）によって正しく指摘されている。独自の発達の道筋を生みだすことに加え、このプロセスは、個人、文化、社会、エコロジーなどの領域の創造的なプロジェクトをとおして、日常生活と世界の変容をともない、またそうした変容のなかで最高の帰結をみるのである。

結論として、私は以下のことを強調しておきたい。すなわち、参与的な視点から見て、ITPは、禅におけるような非二元性の悟りだけでなく、その他スピリチュアルな意味で重要な自己と世界の生成を最良のものにできるかもしれないのである。それらのなかには、すでに世界の観想的な伝統によって語られてきたものもあるし、さらに創造的な取り組みを要するような新たな質をもったものもある。いずれにせよ私は、ITPは「受肉したスピリチュアルな実践」の現代的な探究とみなされると考えている。つまり、それらが促進しているのは、身体を有する個人と世界の創造的な変容や、物質のスピリチュアル化や、スピリットの感覚へのグラウンディング、究極的には、天と地の統一ということなのである。人間が徐々に超越的かつ内在的なスピリチ

14) カリフォルニア、ビバリー・ヒルズのサラマンダー財団（www.salamanderfund.org）の援助を受けておこなわれている調査では、ホリスティック・インテグレーションのもつ癒しと変容の効果ばかりでなく、創造性や愛や利他性の発達に対する影響についても調べられている。この調査にふくまれる研究は、質的な方法や質問紙、生理学的・生体電位の測定であり、これらをつうじて、個人の生活に対するワークの影響や、コミュニティに対する影響の可能性が継続的に調べられている。

ユアルなエネルギーを身体化する——いわば二重の受肉をする——につれ、人は、スピリチュアルな変容と進化が起きている最先端の場所が、ほかならぬこの具体的な物理的現実にあることに気づくのである。そして地球は徐々に、身体化された天国へと変化していくのかもしれない。そこはおそらく宇宙のなかにあって、存在者が、身体化された愛を、あらゆるかたちで表明し受けとれるようになれる独特の場所となることだろう。

REFERENCES

- ALBAREDA, R. V. & ROMERO, M. T. (1990). *Nacidos de la tierra: Sexualidad, origen del ser humano*. Barcelona: Hogar del Libro.
- ALBAREDA, R. V. & ROMERO, M. T. (1999). Sexualidad transpersonal y transcendente. In M. Almendro (Ed.), *La conciencia transpersonal* (pp. 218–42). Barcelona: Kairós.
- BATTISTA, J. R. (1996). Offensive spirituality and spiritual defenses. In B. W. Scotton, A. B. Chinen, & J. R. Battista (Eds.), *Textbook of transpersonal psychiatry and psychology* (pp. 250–60). New York: Basic Books.
- BRAGDON, E. (1990). *The call for spiritual emergency: From personal crisis to personal transformation*. San Francisco: Harper & Row.
- BROWN, P. (1988). *The body and society: Men, women, and sexual renunciation in early Christianity*. New York: Columbia University Press.
- BUTLER, K. (1990). Encountering the shadow in Buddhist America. *Common Boundary*, 18(3), 15–22.
- CAPLAN, M. (1999). *Halfway up the mountain: The error of premature claims to enlightenment*. Prescott, AZ: Hohm Press.
- COHEN, A. (1999, Spring/Summer). Integrating the Big Bang: An interview with Michael Murphy. *What is Enlightenment*, 15, 82–96, 156–159.
- COHEN, S. J. (1994). *The holy letter: A study of Jewish sexual morality*. Fort Lee, NJ: Jason Aronson.
- FAURE, B. (1993). *Chan insights and oversights: An epistemological critique of the Chan tradition*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- FAURE, B. (1998). *The red thread: Buddhist approaches to sexuality*. Princeton, NJ: Princeton University Press.
- FENTON, J. Y. (1995). Mystical experience as a bridge for cross-cultural philosophy of religion: A critique. In T. Dean (Ed.), *Religious pluralism and truth: Essays on cross-cultural philosophy of religion*, 189–204. Albany, NY: SUNY Press.
- FERRER, J. N. (2001). Towards a participatory vision of human spirituality. *ReVision*, 24(2), 15–26.
- FERRER, J. N. (2002). *Revisioning transpersonal theory: A participatory vision of human spirituality*. Albany, NY: SUNY Press.

- FERRER, J. N. (forthcoming). The consciousness research of Stanislav Grof: A participatory perspective. In R. Tarnas (Ed.), *Festschrift for Stanislav Grof*.
- FEUERSTEIN, G. (1991). The shadow of the enlightened guru. In C. Zweig & J. Abrams (Eds.), *Meeting the shadow: The hidden power of the dark side of human nature* (pp. 148–50). New York: Jeremy Tarcher/Perigee.
- FEUERSTEIN, G. (1998). *The Yoga tradition: Its history, literature, philosophy, and practice*. Prescott, AZ: Hohm Press.
- FOX, M. (1988). *The coming of the cosmic Christ*. San Francisco: Harper & Row.
- GARDNER, H. (1983/1993). *Frames of mind: The theory of multiple intelligences*. New York: Basic Books.
- GROF, S. (1988). *The adventure of self-discovery: Dimensions of consciousness and new perspectives in psychotherapy and inner exploration*. Albany, NY: SUNY Press.
- GROF, S. (1998). *The cosmic game: Explorations of the frontiers of human consciousness*. Albany, NY: SUNY Press.
- GROF, S. & GROF, C. (Eds.). (1989). *Spiritual emergency: When personal transformation becomes a crisis*. Los Angeles, CA.: J. P. Tarcher.
- HERON, J. (1998). *Sacred science: Person-centered inquiry into the spiritual and the subtle*. Roos-on-Wye, United Kingdom: PCCS Books.
- HOCKING, B., HASKELL, J. & LINDS, W. (2001). *Unfolding bodymind: Exploring possibility through education*. Rutland, VT: Foundation for Educational Renewal.
- KATZ, S. T. (1983). The ‘conservative’ character of mysticism. In S. T. Katz (Ed.), *Mysticism and religious traditions* (pp. 3–60). New York: Oxford University Press.
- KORNFIELD, J. (1975). Sex and lives of the gurus. *Yoga Journal*.
- KRIPAL, J. J. (1999). Inside-out, outside-in: Existential place and academic practice in the study of North American guru-traditions. *Religious Studies Review*, 25(3), 233–38.
- KRIPAL, J. J. (2002). Debating the mystical as ethical: An Indological map. In G. W. Barnard & J. J. Kripal (Eds.), *Crossing boundaries: Essays on the ethical status of mysticism* (pp. 15–69). New York: Seven Bridges Press.
- LEONARD, G. & MURPHY, M. (1995). *The life we are given: A long-term program for realizing the potential of our body, mind, heart, and soul*. New York: Jeremy P. Tarcher/Putnam.
- LERNER, M. (1994). *Jewish renewal: A path of healing and transformation*. New York: HarperPerennial.
- LERNER, M. (2000). *Spirit matters*. Charlottesville, VA: Hampton Roads.
- LESSER, E. (1999). *The new American spirituality: A seeker's guide*. New York: Random House.
- LOY, D. (1988). *Nonduality: A study in comparative philosophy*. Atlantic Highlands, NJ: Humanities Press.
- MASTERS, R. A. (2000). Compassionate wrath: Transpersonal approaches to anger. *The Journal of Transpersonal Psychology*, 32(1), 31–51.
- MILLER, R. (Ed.). (1991). *New directions in education: Selections from Holistic Education Review*. Brandon, VT: Holistic Education Press.
- MURPHY, M. (1993). *The future of the body: Explorations into the further evolution of human nature*. New York: Jeremy P. Tarcher/Perigee.
- PARRINDER, G. (1980). *Sexual morality in the world's religions*. Oxford, England: Oneworld.
- ROMERO, M. T. & ALBAREDA, R. V. (2001). *Born on Earth: Sexuality, spirituality, and human*

- evolution. *ReVision*, 24(2), 5–14.
- ROTHBERG, D. (1996). How straight is the spiritual path? Conversations with Buddhist teachers Joseph Goldstein, Jack Kornfield, and Michelle McDonald-Smith. *ReVision*, 19(1), 25–40.
- ROTHBERG, D. (1998). Responding to the cries of the world: Socially engaged Buddhism in North America. In C. S. Prebish & K. K. Tanaka (Eds.), *The faces of Buddhism in America* (pp. 266–86). Berkeley: University of California Press.
- ROTHBERG, D. (1999). Transpersonal issues at the millennium. *Journal of Transpersonal Psychology*, 31(1), 41–67.
- SHAW, M. C. (1989). *The paradox of intention: Giving up the attempt in order to reach it*. American Academy of Religion Studies in Religion, 48. Atlanta, GA: Scholars Press.
- SHIRAZI, B. (2001). Integral psychology: Metaphors and processes of integral transformation. In M. Cornelissen (Ed.), *Consciousness and its transformation* (pp. 29–53). Pondicherry, India: Sri Aurobindo International Center of Education.
- SLINGERLAND, E. (2000). Effortless action: The Chinese spiritual ideal of wu-wei. *Journal of the American Academy of Religion*, 68(2), 293–328.
- SOVATSKY, S. (1994). *Passions of innocence: Tantric celibacy and the mysteries of eros*. Rochester, VT: Destiny Books.
- WADE, J. (forthcoming). *Transcendent sex: When lovemaking opens the veil*. New York: Simon & Schuster.
- WASHBURN, M. (1995). *The ego and the dynamic ground: A transpersonal theory of human development* (2nd ed.). Albany, NY: SUNY Press.
- WASHBURN, M. (in press). *Embodied spirituality in a sacred world*. Albany, NY: SUNY Press.
- WEISER-HANKS, M. E. (2000). *Christianity and sexuality in the early modern world: Regulating desire, reforming practice*. Florence, KY: Routledge.
- WELWOOD, J. (2000). *Towards a psychology of awakening: Buddhism, psychotherapy, and the path of personal and spiritual transformation*. Boston: Shambhala.
- WHITE, D. G. (Ed.). (2000). *Tantra in practice*. Princeton: Princeton University Press.
- WILBER, K. (2000a). *A theory of everything: An integral theory for business, politics, science, and spirituality*. Boston: Shambhala.
- WILBER, K. (2000b, Fall/Winter). Integral transformative practice: In this world or out of it? *What is Enlightenment*, 18, 34–39, 126–27, 130–31.
- WILBER, K. (2001). *The eye of spirit: An integral vision for a world gone slightly mad*. (Rev. ed.). Boston: Shambhala.

原著

- Jorge N. Ferrer, Integral transformative practice: A participatory perspective, *The Journal of Transpersonal Psychology*, 2003, Vol. 35, No. 1, 21–42.