

# プロセスワークと臨死の心理学

## ——量子論的世界観を踏まえて——

石井 登

帝京短期大学 生活科学科

### 【抄録】

本稿は米国の心理学者であるミンデル（Arnold Mindell）の「プロセス指向心理学」とその背景にある世界観に触れつつ、その視点から「臨死体験」という現象を見直す試みである。さらに彼の世界観や臨死体験者の体験報告が、現代物理学の量子論と親近性が深いことを論じる。

ミンデルは、ユング派分析家として治療を行う中で、夢で見たイメージが身体の症状や動きと関連していることを気づいた。これにより、夢だけでなく、身体的な違和感や病気も「深層心理からのメッセージ」として扱うようになった。身体症状を身体の見「夢」ととらえて、身体に夢と同じ象徴的なパターンをもった「プロセス」が起こること、またその「プロセス」の意味に気づくことが重要だと考えた。また、その夢や身体症状といった「プロセス」を作り出している根源を「ドリームボディ」と呼んだ。

さらに「ドリームボディ」という考え方は「ドリーミング」というとらえ方に深化した。「ドリーミング」は広大な無意識領域とされ、それはもはや身体症状だけではなく、私たちが人生で出会うさまざまな問題さえもが「ドリーミング」からの呼びかけであり、私たちの心理的成長を促す契機となるという。

「臨死体験」という論点から言えば、第一に、ミンデルのプロセスワークによるパーソナリティの成長と臨死体験者の事後の意識変容とは、本質的に同じ方向に向けての精神的な成長である。第二に、両者の精神的成長の方向が共通であるなら、その背景にある要因にも共通性が想定できる。すなわち、夢やそれに対応する病気や身体症状、さらには人生の様々な苦難は、「ドリーミング」からのメッセージであり、臨死状態および「臨死体験」においてその呼びかけがより高まると考えられる。第三に、そのような仕方でも深層次元（ドリーミング）と「今ここ」とが結びつき通じ合っているなら、たとえ肉体的に臨死状態になくとも、深層次元（ドリーミング）ないしは「あの世」をのぞき見るという意味での「臨死体験」をする人々がいたとしても何ら不思議はない。むしろそのような前提にたつてこそ、死に瀕しての「臨死体験」も臨死なき「臨死体験」も、同じ本質をもつ体験として無理なく理解できるだろう。

この一見荒唐無稽と見られがちな考え方は、現代の量子論的世界観からすれば無視できない説得力をもつ。現代の代表的な物理学者の中には、量子論的な世界観にたつてホログラフィックな宇宙論を展開するものもいる。ミンデル自身も自分の心理学を量子物理学と関係づけて論じている。「ドリーミング」からの呼びかけや、臨死体験者の体験に見られる多くの共通要素（独特の時空体験やパノラマ的人生回顧など）の現象は、現代物理学のホログラフィックな宇宙論や物理学者 D. ボームのいう内在秩序と外在秩序との関係で理解が深められる。それは近代科学的な、つまり唯物的な世界観に深刻な疑問を投げかける議論となるであろう。

**【キーワード】** アーノルド・ミンデル, プロセス指向心理学, プロセスワーク, ドリームボディ, ドリーミング, 臨死体験, 量子論的世界観, ホログラフィック宇宙論

### I. はじめに

本稿は米国の心理学者であるアーノルド・ミンデル（Arnold Mindell, 1940年 - 2024年）の「プロセス指向心理学」（プロセスワーク）とそ

の背景にある世界観を論じ、その視点から「臨死体験」という現象を見直す試みである。その際、唯物的な世界観に立脚する近代科学の限界が自ずから明らかになるだろう。それに替わるものとして量子論的世界観が提示される。

筆者の研究テーマの一つは、人間の心理的成長とは何かという問いをいわゆる覚醒体験（禅仏教でいう「悟り」）との関連で解明することであった<sup>1)</sup>。その関連で筆者は「臨死体験」という特異な体験にも深い関心をもつようになった<sup>2)</sup>。臨死体験者の多くは、その体験後に劇的な心理的成長を遂げることが膨大なデータから明らかにされているからだ。その成長の方向は、人間性心理学やトランスパーソナル心理学が明らかにした心理的成長の方向と軌を一にする。とすれば、臨死体験者はその体験後になぜそのような心理的成長を遂げるのかという問いが生じる。臨死体験者が語る体験は、様々なバリエーションを含みつつも多くの共通点をもっているが、物質科学の立場からは、それらはすべて死に直面し混乱した脳が引き起こす幻覚にすぎないという解釈がなされている。つまり「臨死体験＝脳内現象」とする説だ。

しかし「臨死体験」には、脳内幻覚説からはどうしてもうまく説明できないいくつかの現象がある。たとえば盲目の臨死体験者がその体験中に見たという現実の光景が、何人かの証言によって裏付けられるような場合である<sup>3)</sup>。そして、筆者がもっとも重要だと思うのが、臨死体験者の心理的成長という事実なのである。幻覚を見たに過ぎない人間が、なぜそのような劇的な成長、ときに悟りとも言えるような飛躍的な成長を遂げるのか。脳内幻覚説には、そのような成長のメカニズムを説明できる説得力のある理論がない。いかなる脳内幻覚説もこの点をうまく説明できないのだ。拙著『臨死体験研究読本』<sup>2)</sup>は、この問題をテーマの一つとしながら、脳内現象説の限界を明らかにする試みであった。

## II. ミンデル心理学とその発展段階

アーノルド・ミンデルは、アメリカ合衆国マサチューセッツ工科大学の大学院で理論物理学を学び、追ってスイスのチューリッヒ工科大学で学んだ。さらにチューリッヒにあるユング研究所で分析心理学を学んで、ユング派分析家となった。その後、身体症状は夢に反映されており、その逆もまた真であることを発見して「ドリームボディ・ワーク」を提唱するようになり、さらにそれを発展させて「プロセス指向心理学」と呼ばれる一分野を創始し、世界的に注目され

るようになった。注目される理由の一つは、「プロセス指向心理学」が単なる心理学にとどまらず、彼が専門的に学んだ現代物理学や量子力学の立場から一定の理論づけがなされている点である。

ミンデルは、ユング派分析家として患者の治療を行う中で、夢で見たイメージが身体の症状や動きと関連していることに気づいた。これにより、夢だけでなく、身体的な違和感や病気も「深層心理からのメッセージ」として扱うようになった。身体症状を身体の見「夢」ととらえて、身体に夢と同じ象徴的なパターンをもった「プロセス」が起こること、またその「プロセス」の意味に気づくことが大事であると考えた。また、その夢や身体症状といった「プロセス」を作り出している根源を「ドリームボディ」と呼んだ。

彼は、身体と夢とを同じ本流から流れ出た支流と考えて、その関連性に注目する。身体の症状も夢と同じように無意識からの創造的な発現であり、それゆえあらゆる夢は何らかの形で身体の状態とつながっている。夢に意味があるように身体に起こっていることにも意味がある。病気には夢と同様に重要なメッセージが含まれているのだ。ドリームボディにおける夢と身体との関係は、一方が原因で他方が結果というよりも、たがいに鏡のように相互に反映しあう関係である。夢と身体症状は、お互いに分身であり根元は同じと考え、その共通の根元を夢と身体が一体になった「ドリームボディ」（つまり夢＝身体）と名づけたのである。

身体症状は医者が治療すべき病理現象にとどまるものではない。それはたんに生理的、病理的な疾患である以上に、深い意味や目的をもっている。それゆえミンデルは、夢と身体的症状の背後にある意味とともに重視し、その意味を探る。プロセス指向心理学は、このドリームボディに付き添い、その本来のプロセスが展開するのを手助けする。それがドリームボディ・ワークであり、プロセス・ワークである。身体症状と夢との関係や、それらの深い意味が解き明かされると、それが重要な気付きとなり、人は自らの存在の中心に近づき、全体性を回復していく。それは人間としての成長を意味し、臨死体験者の多くが精神的に成長し、人格を変容させるという事実と深いところで通じ合っている。

ミンデルの思想は、「ドリームボディ」、「ドリーミング」、「ドリームランド」、「エターナル・ボディ（永遠の身体）」など、一連の用語のバリエーションや変遷とともに深まりを見せていく。

ここでミンデルの心理学の発展段階を四期に分けてかんたんに見ておこう。

まず第一期は、「プロセスワーク」が誕生した1970年前半代である。ユング心理学の訓練を受けた分析家として、夢分析を研究していたミンデルは、夢のイメージが身体の症状や動きとして現れることを発見し、それを「ドリームボディ」という概念で表現した。そして、夢のイメージと身体症状を関連づけて無意識のメッセージを探る「プロセスワーク」あるいは「ドリームボディ・ワーク」いう方法で実践を積み重ねていった。

第二期は1970年代後半～1980年代である。この頃ミンデルは、ドリームボディが夢と身体に反映し合い共鳴し合うだけでなく、人間関係やグループのダイナミクスにも反映していることを見出した。そして対象を個人療法だけでなく夫婦、カップル、家族、グループにまで拡大し、その心理学を「プロセス指向心理学」と呼ぶようになった。また、初期の「ドリームボディ」の概念を深化させ、内面のプロセスが常に変化し続ける状態である「ドリーミング」としてとらえなおし、夢だけでなく日常の中にも無意識のプロセスが現れると考えるようになった。夢や無意識の内容が、絶えず流動し、意識との相互作用の中で変容していくプロセスが「ドリーミング」である。

第三期は1980年代後半から1990年代である。この頃ミンデルは個人の心理だけでなく、集団や社会全体のプロセスにも焦点を当て始め、対立や紛争を変容させる方法論「ワールドワーク」を展開した。特に、紛争や権力構造に注目し、対立するグループの間で意識を深め、対話を促す「ワールドワーク」を発展させた。また、「ディープ・デモクラシー」という概念を提唱し、表面的な政治的民主主義だけでなく、すべての意見や感情が尊重される状態を重視した。個人だけでなく、集団の中に潜む無意識の力や対立の根源を掘り下げ、すべての声が尊重される深い民主主義のあり方を模索するアプローチである。

第四期は2000年代以降、最晩年に至るまでの時代である（2024没）。2000年代に入ると、もともと物理学を専門に学んだミンデルは、とくに量子力学の概念を大幅に取り入れ、さらにスピリチュアルな視点をより深く取り入れるようになった。彼の思想は、従来の心理学の枠組みを超えた統合的なアプローチへと発展した。とくに「エターナル・ボディ（永遠の身体）」という概念は、彼の晩年の思想において重要な役割を担い、時間や物理的な制約を超えた意識の側面を指している。この概念は、彼のプロセス指向心理学の発展の中で、初期の「ドリームボディ」や中期の「ドリーミング」といった概念とも関連し、それらをさらに深めた面もあると言えよう。

通常物理的な身体は、生物学的な制約を受け、時間とともに変化し、最終的には死を迎える。これに対して「永遠の身体」は、そのような制約を超え、時間の流れの中で変わらず存在し続ける。それは、過去・現在・未来のあらゆる時間軸を超えて存在する自己の一部であり、超時間な性質を持つという。ミンデルは、量子物理学の「非局在性」の考え方を意識に適用し、意識が時間・空間に限定されずに広がる可能性を示唆したのである。

## II. 症例からの考察

以上に述べただけでは、ミンデルのプロセス指向心理学がどういうものなのか具体的なイメージがつかめないと思うので、ここでいくつかの症例を示したうえで論を進めたい。

### 《症例1：爆発したい男》

最初は、ミンデルがドリームボディという考え方に基づく独自の心理学を誕生させるきっかけとなった症例である<sup>4)</sup>。

あるときミンデルは、胃がんで死にかけている中年の男性を病院に見舞った。男性は、病院のベッドで苦痛にうめいていた。腫瘍が耐えられないほど痛むという患者にミンデルは、「すでに手術も不成功だったのだから何か新しいことを試してみないか」ともちかけ、同意した彼に「痛みをもっと感じるように」と促した。これはミンデルがプロセスワークで用いる重要な方法のひとつで「増幅」と呼ばれるものだ。痛みな

ら痛みというプロセスが可能なかぎり十分に展開し、そのなかに隠されているメッセージが現れるように促すことだ。

男性は「痛みは胃の中から飛び出そうとでもしているようだ」と即座に反応したが、「でもそれに手を貸せば痛みはひどくなりそうだ」ともいった。彼は、おなかを突き出し、押したり圧迫したりしながら、まるで自分が爆発するかのように感じるといった。その痛みの絶頂で彼は突然叫んだ、「僕は爆発したい。今まで爆発することができなかつたんだ。」そしてミンデルに、「僕は爆発する必要があるから手伝ってもらえるか」と頼んだという。彼は気づいたのだ、自分の問題は、自分自身を十分に表現することがなかつたこと、表現したとしても十分ではなかつたことに。

この気づきの時点で、彼のプロセスワークは終わった。彼は気分がずっと楽になった。しかもその後、死の淵から抜け出して快方に向かい、ついに退院したのである。退院後ミンデルはこの患者に何度も会ったが、そのたびに彼は爆発した。自分から泣きわめき、どなり、絶叫したのだ。彼は自分の病を通して自分が本当はどうすべきか気づいたのである。

この患者は入院する直前にある夢を見ていた。それは自分が不治の病にかかって、それを治せるのは爆弾のようなものによってだという夢であった。その話を聞いた瞬間ミンデルは、彼の癌と夢の中の爆弾は同じだと悟ったという。表現したいという彼の欲求が、出口を見出せず、身体には癌として、夢の中では爆弾として現れたのだ。この時ミンデルは、「同時に夢でもあり身体でもあるドリームボディというべき存在」があると確信した。その後ミンデルは、何百人もの患者と出会って、身体症状のプロセスが夢に反映されていないケースはひとつもなかつたと言う。

このがん患者の場合は、自分を十分に表現できないという長年の心の問題が身体化されて彼を追い詰め、腫瘍の形をとって彼に執拗に訴えかけていたのだ。それは爆弾の夢としても表現され、彼の生き方に働きかけていた。ミンデルとのワークでは、ひどい痛みをさらに増幅するような動きを患者にとってもらうことで、それが爆発となった。爆発の夢と疾患が一体となって、本来のプロセスとして十分に展開した結果、

彼は大きな気づきを得て、自分を十分に表現できるようになった。彼はその後2・3年延命し、自分を十分に表現することを学んだのちに、この世を去ったという。

## 《症例2：空を飛んだ少女》

もうひとつ症例をとりあげよう。背中の腫瘍が急速に大きくなっていく少女の例である<sup>5)</sup>。彼女は死にかけており、まわりの人々に別れを告げる準備も出来ていたという。主治医は何度も手術をしたがどうにもならず、深く同情しつつもすでに匙を投げていた。そして彼女に何かしてあげられることはないかとミンデルに依頼が来たという。

その少女はミンデルに会うと、夢の話をした。それは「近づくことが非常に危険な湖のまわりに張り巡らされているフェンスをはずしてしまった」という夢であった。その夢の話のあと彼女は、床に横たわり空を飛びたいと言った。腫瘍で背中が弱っていたので矯正器具をつけていたが、それを外して飛びたいというのだ。ミンデルはそれを外すのが心配で主治医に電話した。主治医は、彼女は最悪の状態で、はずしてもそれ以上悪いことは起こらないから望むようにしてあげてほしいと答えた。

矯正器具を取り外すと、彼女はうつぶせになって両手を動かして飛ぶまねをはじめた。彼女は「先生、あたし飛んでるのよ、とても楽しいわ」といって笑った。ミンデルも同じように手を動かして一緒に飛んだ。彼女は歓声をあげ、「私と先生は雲を超えようとしているのよ」といった。二人でしばらくそんな風に飛び回ったあと彼女はいった、「ねえ、あたしもう降りていかないわ」。ミンデルが「どうして?」と聞き返すと、「なぜってあたし、ほかの全部のお星さまのまわりを飛びたいんですもの」

以下はミンデルの言葉をそのまま引用したい。

「私は心底ぎょっとして、もし飛んでいってしまったら、死んでしまうかもしれないと考えた。にもかかわらず私は、彼女のプロセスが本当のところどんなものであるかを見届けたかった。彼女にとっては、飛び去ることが正しいことなのかも知れない——私に一体何がわかるというのだろう。私は彼女に、ほかの惑星のところに飛び去るにしろ、地上に降りるにしろ、自

分で決めなければならないといった。だが彼女は、ほかの惑星に行ってしまうというのである。『あたしは、別世界に行くの。変わったお星さまのあるきれいなところなのよ』といった。

そして決定的な瞬間がやってきた。私は、彼女にそうしなければならないのなら、それを実行に移すように告げた。彼女は、『飛び』去って行こうとし始めた。すると突然、私の方を振り向いて泣き出した。彼女は、一緒に『飛んだ』のは、私たちだけだから、私と一緒になければ行きたくないというのだ。私たちは一緒に泣き、そして、お互いを抱きしめた。

『あなたと一緒にいるためだけ、ちょっとの間下に降りるわ』と彼女はいった。私は、自分にとって必要と感じたことをするようにといった。彼女は、まだ一緒に遊ぶことができるように、しばらくの間地上に戻ってきて、ほかの惑星に行くのは、準備ができてからにしたいという。<sup>6)</sup>

彼女の夢は「近づくことが非常に危険な湖のまわりに張り巡らされているフェンスをはずしてしまった」というものであった。それは、背中を守るために付けていた矯正器具を外して自由に空を飛ぶことを暗示しているようにも見える。あるいは生と死の境界にあったフェンスをはずし、異世界へと飛び立つという心の解放を意味していたかもしれない。いずれにせよ彼女は、フェンスをはずし、危険な湖へも自由に行けるようになった。彼女は腫瘍のためにいつでもこの世を離れる準備は出来ていたけれど、最後のフェンスをはずすことによって完全な「明け渡し」ができたのかも知れない。そして自由に空を飛んだのだ。しかしだからこそ、本当の旅立ちの瞬間に、この世に生きる決断のための力を得たのかも知れない。ミンデルともうしばらくこの世で遊ぶために。

驚くべきことにその後、彼女は急速に快方へ向かい、まもなく腫瘍すら消え失せたという。

この事例を、とても信じられないと思う人も多いだろう。しかしミンデルの著作の中には、彼自らが取り組んだ症例でこれに類するような病気の治癒の例は数多く見いだされる。

以上二つの症例からも身体症状と夢とはたがいに反映しあい、共鳴しあっているという主張の意味が理解できるだろう。身体の症状も夢と

同じように無意識からの創造的な発現であり、夢に意味があるように身体に起こっていることにも意味がある。病気には夢と同様に重要なメッセージが含まれている。その夢や身体症状といった「プロセス」を作り出している根源がドリームボディである。

ドリームボディの発見によって、「ドリーム」ワークと「ボディ」ワークは相互交換的なものになったとミンデルはいう。夢のワークを始めると、それが例外なく身体の問題に切り替わり、その逆にもなることが幾度となく確認できたという。そしてドリームボディは、この人生において成長し、発展しようとしている自分の一部であり、深い智慧の発信者なのだ。それが身体を通して発信されたときには症状となり、夢を通して発信されたときには夢のイメージとなる。

以上の症例からも明らかなように、ミンデルは様々な病いや身体症状を無意味なものとはとらえない。それらはパーソナリティをより成長させ、全体的なものにする可能性を秘めている。身体症状と夢との関係や、それらの深い意味が洞察されると、それが気づきとなって、自らのアイデンティを拡大させることが可能になるのだ。

先に挙げた胃がん患者の事例でいえば、自分を十分に表現できないという長年の心の問題が身体化されて彼を追い詰め、腫瘍の形をとっていた。ミンデルとのワークで、そのひどい痛みをさらに増幅するような動きをとることで、それが爆発として表現され、疾患と爆発の夢とが一体となって、本来のプロセスとして十分に展開することとなった。その結果、患者は大きな気づきを得て、自分を十分に表現できるようになった。つまり、自分のドリームボディを知り、自らの症状をより深く体験し展開させることが、自分が自分となり全体性を回復することにつながっていったのだ。

ミンデルはいう次のように言う、「自分のドリームボディへの気づきが少なければ少ないほど、あるいは身体が要求しているように自分を変えることを避け続ければ続けるほど、ドリームボディは執拗になってくる。人が重病にかかり、そのメッセージに注意を払わざるを得なくなるまで、執拗に続く。逆にもしそのメッセージを受け取り、自分の人生に統合するなら、成長が始まる。病も癒されるかもしれない。たと

え慢性的な症状が消えなくとも、それは全体性の回復や自己一致につながるのだ<sup>7)</sup>。

症状は、身体のなかに潜む「夢」であり、精神的な目覚めへの貴重な呼びかけである。その意味で身体症状は、宇宙からの電話にたとえることも出来るだろう。着信音があり、そのメッセージが受け取られることを待っているのだ。その着信音は、自分のアイデンティティを変化させるまで執拗に続く。一時的に音が止まったと思われることがあっても、やがて再開し、アイデンティティが拡大され新たに生まれ変わるまで、音を大きくしてなり続ける<sup>8)</sup>。

### Ⅲ. ドリーミングと臨死体験

ミンデルの心理学の発展を追いながら確認したように彼のドリームボディという考え方はドリーミングというとらえ方に深化していった。すでにドリームボディ自体が個人的なものとしてだけでなく集合的なドリームボディの一部として理解されなければならないと彼は考えていた。人が一緒にいるとき、カップルや家族、グループや集団のドリームボディを作り出すというのだ。こうした集合的なドリームボディの存在は、私たちがより大きな存在の反映であることを意味する。

ドリーミングにおいては、夢や無意識の内容が、絶えず流動し、意識との相互作用の中で変容していくプロセスに焦点が当てられるが、さらに人間の背後に個人の枠組みを超えたドリーミングと呼ばれる広大な無意識領域があり、そこからの働きかけが個々のドリームボディとなり、身体に夢や病気を引き起こすのだというとらえ方もなされる。

そのようにとらえなおされたドリームボディは「ドリーミングボディ」とも言われる。それはもはや身体症状だけではなく、私たちが抱える様々な問題、たとえば「人間関係の問題、家族やグループ間の紛争、子どもや成人の抱える問題、愛の破局、中年期のうつ状態、老後の問題」などの背景にも隠れている。もはや身体の問題だけではなく、私たちが人生で出会うさまざまな問題がドリーミングからの呼びかけであり、私たちが古い自己を洗い流し新たに生まれ変わるように、たえず挑戦をしかけているのだ<sup>9)</sup>。

ミンデルは、多くのドリームボディ・ワーク

を積み重ねるなかで、その結果としてのパーソナリティの成長を確認していった。その成長は、「アイデンティティの拡大」、「全体性の回復」、「自己一致」、「新たな生まれ変わり」、「古い自己の洗い流し」、「小さな自己から大きな自己へ」等々とも表現された。

筆者は前述の『臨死体験研究読本』において「臨死体験」者の事後の心理変化を以下の項目から詳述した（第二章「様々な意識変容」、第三章「宇宙意識の目覚め」参照）。それらは（一）「死への恐怖の減少」、（二）「死後の世界への確信」、（三）「人生に対する態度の変化」、（四）「あるがままの自他を受容する能力の拡大」、（五）「生きる目的の自覚」、（六）「愛、思いやり、寛容さの増大」、（七）「物質的欲望から霊的・精神的関心へ」、（八）「宇宙の全一性という感覚および宇宙との一体感（覚醒＝悟り）」の八項目である。これらの変化は、これまでに臨死体験について調査された様々なデータや統計学的な研究からも明確に確認できるものだ<sup>10)</sup>。

ここではその詳細を繰り返すことはできないが、これらの変化の中の多くは、ミンデルの様々な症例における意識変容と重なり合う。たとえば、「臨死体験」者の事後変化に見られる「あるがままの自他を受容する能力の拡大」は、ミンデルの言う「全体性の回復」という言葉で置き換えることも可能だろう。自己の受容は、「自己一致」とも表現できる。その結果としての「アイデンティティの拡大」は他者の受容につながる。「宇宙意識への目覚め」は、究極の「アイデンティティの拡大」ともいえるだろう。さらに前述書の第6章「成長と自己超越」では、臨死体験者の意識変容を人間性心理学やトランスパーソナル心理学でいう「自己」構造の変容や「自己超越」という視点からとらえなおした。それらを踏まえるとき、ミンデルのドリームボディ・ワークによるパーソナリティの成長と臨死体験者の意識変容が、本質的に同じ方向に向けての成長であることが確認できる（『研究読本』第六章「成長と自己超越」参照）。

実はミンデルは、かなり早い時期からいくつかの著作のなかで「臨死体験」にも言及している。「臨死体験」のみを主題として扱うことはなかったが、この現象に言及することはしばしば

あった。さまざまな病気や身体症状、さらに人生のさまざまな苦難は、ドリーミングボディからの呼びかけであり、挑戦であったが、臨死および「臨死体験」においてその呼びかけはひときわ高まるというのである。ミンデルは次のようにいう、「ドリームボディの意識は、臨死においてももっとも劇的に高まる。生身の体を失う恐れにより、ドリームボディのスピリットは、自らを今までになく強烈に表現せざるを得なくなるのである。多くの場合死の恐怖は人々が強制されないかぎり考慮することのないドリームボディに無自覚であることからくる。」<sup>11)</sup>

つまり病気も人生のさまざまな困難も、そして臨死状態も「臨死体験」も、ドリームボディないしドリーミングボディからの呼びかけという意味では一貫しているのだ。とするなら、私たちは生きていく全過程においてさえも、日常的な現実を超えた次元から何らかの呼びかけ、あるいはメッセージを絶えず受け取っているとと言えるのではないか。その呼びかけに気づき、それを真摯にうけとめることによってパーソナリティの成長や、「古い自己」を超えての全体性の回復が得られる。「臨死体験」によって体験者が精神的に成長するのと同じ意味で、人生の過程で出会うさまざまな困難からの呼びかけによっても、私たちは古い自己から脱皮し得るのである。ドリーミングからの呼びかけと、それに応じることで成長という意味において、夢、病気、人生の様々な問題、そして「臨死体験」は同じ意味をもっているのだ。

#### IV. 臨死なき「臨死体験」

さて近代に生まれた科学は、ある強固な「世界観」の上に成り立っているといえよう。それは、この世界の基礎は「物質」であって、それが物理・化学的に相互に作用しあうことによって複雑な生物も、そして意識や精神さえも生まれてきたとの見方である。これは、すべて物質の相互作用によって説明できるとする「物質還元主義」、「要素還元主義」の立場ともいえる。私たちの意識やこころも、脳の神経細胞という物質が起こす化学的・電気的な相互作用によって生じるという唯物論が、その「世界観」の基盤になっているのだ。にもかかわらず、科学が唯物論的な立場から、意識の本質や発生のメカ

ニズムを明確に説明できていないのも確かなのだ。

この唯物的で「科学的」な世界観は、疑うことのできない「真実」として、ある種の「教義」のように、いまだに広く受け入れられているといえよう。しかし、このような近代科学的な世界観は、すでに量子物理学など科学の最先端で、その内側から切り崩されつつある。この点については、本稿の後半で触れることになる（VI. 「臨死体験とホログラフィー理論」）。

いずれにせよ、「臨死体験」についても、このような「物質還元主義」の立場から、その現象の一切は、死に瀕して混乱した脳の神経細胞が生み出した幻覚、妄想の類だとする考え方が科学的な見方としては一般的だろう。それは、「臨死体験」の内容を脳の生理や病理に還元して説明しようとする「還元主義」の立場であり、「脳内現象」説である。この説では、脳の活動が止まれば、すべては夢や幻のように消えていくと考え、「臨死体験」は脳が描く幻覚以上の何も語ってはいない、まして死後の生について何も証明してはいないとみなされる。現代日本人の「常識」も、このような「科学的世界観」をもとにしている場合が多いので、「臨死体験」について同じような見方をする人が多い。

一方で、「臨死体験」は「物質還元主義」や「脳内現象」説では説明できず、それ以上のたいせつなメッセージを含んでいるという見方もあり、筆者もそのような立場で本稿を書いている。そのような立場のなかで一番ポピュラーなのは「死後の生」仮説とでも呼ぶべきもので、「臨死体験」は何かしら死後の世界をかいま見た体験だと考える。しかし、「臨死体験」を、単純に死「後」の世界を示唆する現象とする見方も、最先端の科学からは疑問を投げかけられる可能性がある。つまり直線的な時間のなかで生と死をとらえる素朴な見方への疑問である。

「臨死体験」にかんしてそのような素朴な見方からはうまく説明出来ない現象がある。実は、臨死状態にはなかったにもかかわらずいわゆる「臨死体験」をした人々は、無視できないほどの数（国際臨死研究学会の調査で「臨死体験者」の三七パーセント）にのぼっている。それらは、実際に死に瀕した人々の「臨死体験」とパターンの上で類似しているか、ほとんど全く同じである。しかも体験後の生理的・精神的な変化（事

後効果)の面でも違いはない。

この事実を全体としてどのように理解すべきか。まず、「臨死体験」が幻覚に過ぎないという立場からは、臨死なき「臨死体験」という事実はあまり意味をなさないだろう。臨死状態にあるとなかろうと、さまざまな理由で幻覚を見ることがあるのであり、そこになんの不思議もないからだ。

一方、「臨死体験」が何かしら死後の世界をかいま見た体験だとする立場からすると、臨死なき「臨死体験」の存在は、大変やっかいな問題となる。臨床的に死んだと判定された人やそれにかぎりなく近い状態だった人が「臨死体験」をしてこそ、「臨死体験」が死「後」の世界をかいま見た体験だと主張できるわけだ。だが、まったく死の危険性がなかった人までが「臨死体験」をするとなると、死んでもいず、まして臨死状態でもないのになぜ死「後」の世界をかいま見ることができるのかという疑問が生まれ、「臨死体験」＝「生きている脳が作り出す幻覚」だとする主張に好材料を与えることになるからだ。

しかしそのよう前提にとらわれずに発想を転換するなら、まったく別の視点が開かれる。ミンデルの長年にわたる実践と研究は、そうした別の視点から臨死なき「臨死体験」を理解することの妥当性を、強力に示唆するのだ。

私たちはこの肉体をもって空間と時間に制約された物質的次元、つまり「この世」に生きているが、しかしもし誰もがこの肉体的、物質的な制約を超えた別の次元、つまり「あの世」に開かれているとしたらどうか。そしてさまざまな身体症状や人間関係の諸問題を通して、「あの世」からの呼びかけを受け、パーソナリティの成長を促されているのだとすれば。

ミンデルは、人間の背後にドリーミングと呼ばれる広大な無意識領域があり、そこからの働きかけが個々のドリームボディとなり、身体に夢や病気を引き起こすのだと考え、その発想からプロセスワークを生み出し、多くの成果をあげた。さらに私たちは、夢や病気に限らず人生のどの瞬間においても、深層次元から呼びかけを受け取り続けている。その呼びかけに応じ、隠された本来のプロセスが展開されることで人は成長する。そうした形で深層次元つまり「あの世」は、「今ここ」において日常的次元と結びついているともいえるのだ。

彼は、アポリジニーの表現を借りてドリーミングを、月の暗い部分にたとえる。明るく輝く半月をよく見れば、それと一体となって静かにゆらめく暗い部分を見ることができると、多くの人々はその暗い部分を見逃している。明るい部分にのみ焦点を当てることで、暗い部分を無視し、存在しないと思いついでしまう。しかし月が全体であるには暗い部分も不可欠なのだ。同じように日常的現実にはしか焦点を当てなければ、ドリーミングは無視される。それは、人生の半分を見逃すのと同じなのだ。ドリーミングの力はまさに「今ここ」に存在していて、さまざまな微細な仕方で私たちに呼びかけ、気づきをもとめている<sup>12)</sup>。半月の暗い部分は、ドリーミングの比喩であると同時に「あの世」の比喩として理解することも可能だろう。

## V. コーマワーク

先にミンデルの心理学の発展段階を四期に分けて紹介したが、その第三期に属する1989年に彼は、“Coma: Key to Awakening” (邦訳『昏睡状態の人と対話する』2002年)を発表し、昏睡状態や植物状態など一見コミュニケーションが困難な状態にある人々とのコミュニケーションの可能性について「コーマワーク (Coma Work)」（昏睡状態の人とのワーク）を通して探求した成果を報告した。コーマワークにおいて重要なのは、患者が昏睡状態でも内的な「プロセス」が進行しているという前提だ。ミンデルは、身体的な反応がほとんどないような患者でも心の中で様々なプロセスが起きていると考え、昏睡状態にある人々と、たとえば呼吸や眉の動きなど様々な微細な身体的サインを通して「非言語的」に接するワークを行い、驚くべき成果をあげたのである。

ミンデルは、この本の出版以前のおよそ20年間は、「臨死体験」について本格的に触れることは控えていたというが、コーマワークを含め、死の過程にある人とのワークは、彼がとりくむ心理療法の比較的多くを占めていたのである。しかし、人生の終末期におけるプロセスにあまりに衝撃を受け、感動し、言葉にならぬほど驚いていたため、疑いに満ちた反応を受けることを恐れ、そうした体験を記すことができずいたという<sup>13)</sup>。

彼がこの本の出版に踏み切ったのは、ピーター（仮名）という中年男性の症例に出会ったことが大きかったようだ。実際、二部構成のこの本の第一部は、その大半がピーターとのワークの報告に費やされている。ここでは、そのプロセスのかなめになる部分のみをかんたん介绍了した。

### 《症例3：ピーターとのコアワーク》

ミンデルがピーターのことを知ったのは、彼の家族が「ピーターは白血病で、あと一日二日しか生きられない。援助してほしい」と電話で訴えてきたときだった。病院に行くとピーターは最悪の状態ではないにせよ、肉体的にはかなり衰弱して見えた。が、意識はしっかりしているようだった。ピーターは妻のサンディと表面的にはよい関係に見えたが、実はかなりの心理的な問題を抱えており、その関係を修復することを望んでいた。彼は夢を見ないたちだったがミンデルとのワークを通して夢の大切さを知り、それ以来、意味深い夢を見るようになり、夢に魅了された。ミンデルに、見た夢を報告しつつ自分を語るようになり、これまでにない解放感を味わい、それが生きる意志の支えとなったという。

たとえば彼は風で揺れて壊れそうになっている橋の支柱をよじ登り、橋を渡って対岸の安全な場所に座る夢を見た。橋は一般に異世界（死の世界）とのブリッジとも解釈されるが、人生の無意識の流れを変容させ、より豊かな生き方へとつながる潜在能力とも解釈される。それは彼の変容を暗示する夢でもあった。

もう一つの夢は滝の夢であった。自然のままの滝の上まで登っていき、そこから「奥深い森の中のあたたかくて静謐な水の中に落下していく」、それを何度も繰り返すという。ミンデルに、その落下する感覚を感じ取るように促され、瞑想の結果、「自然のままの滝が死にゆくことへの恐怖であること」を告げた。さらにミンデルに、その恐怖の感覚に入り込んで震えてみるように勧められると、ベッドの中で震えてパニック状態になったり、リラックスし眠ったようになりたりを交互に繰り返した。やがて日常意識に戻った彼は、ようやく静かな水の中にたどり着いたと言った。「自らの死の恐怖に寄り添うことは、滝に入るような感じだ」と彼は説明した。こう

して恐怖とリラックスを何度も繰り返したのち、彼は60時間ぶりの眠りに入った。不眠、そして高熱と震えが死への恐怖と関係していた。数時間後に目覚めた彼は、熱が下がり容態もよくなっていた。

数日後にミンデルが訪れた時、ピーターは酸素マスクを着け昏睡状態にあった。しかしミンデルは、激しい呼吸音と息の乱れが外的世界に対するピーターの主要なシグナルであることを感じ取った。それは肉体の不調の結果であると同時に彼とのコミュニケーションの唯一の方法であった。ミンデルはピーターの身体に手を添えて彼の呼吸に合わせてそっと押したり放したりした。そして彼の呼吸に合わせてそっと話しかけた、「自分の中に何か起ころうとそのプロセスを信じよう。今体験していることをそのまま感じて、それと一緒に動いてごらん。そうすると向かうべきところに運ばれていくはずだよ。」ミンデルは、ピーターの激しい音を伴う不規則な呼吸と微かな眉の動きが彼の語りかけと関連しているように感じたという。

やがて定期的に行われるモルヒネ注射の時間が近づいたが、ミンデルはピーターとの最小限の非言語的なやりとりを通じて、彼にモルヒネ注射は必要ないと感じていた。医師は不承不承、注射を30分だけ待つことに同意した。

夜中の3時30分になっていた。ミンデルは疲労のため家に帰って何時間か睡眠をとりたいと思った。それでピーターの呼吸に合わせて、もしミンデルがここに留まることを望むなら、はっきりとしたシグナルを送るようにと話しかけた。すると今まで昏睡状態にあった彼は、突然むっくりと起き上がり、ミンデルに視線を向けると再びベッドに横たわったのである。それは、ミンデルがここにいて欲しいという合図であると同時に、自分は注射など必要ないという合図でもあった。

その後まもなくピーターは昏睡状態から脱し始めた。ミンデルとその妻エイミー、そしてピーターの妻サンディは、彼の肺の音に合わせて声をだし続けた。するとピーターもその声に合わせて似たような声を発し、それどころか声に合わせてまるで指揮者のように腕を動かし始めたのだ。こうしてうめき声やうなり声の音楽は明け方まで数時間つづいた。その間彼らは神秘的な祝祭のような不思議な雰囲気にも包まれていた。

そしてやがてピーターは、愛情を込めてサンディを抱きしめ、二人は泣きながら互いの愛情を確かめ合った。

その日の午前中にピーターはもう酸素マスクを必要としなくなっていた。肺炎の症状も消え音も立てなくなった。体温と血圧も平常に戻っていた。ミンデルは、ピーターのために買ってきたおもちゃの毛皮の小さなネズミを彼に渡した。するとピーターは、入って来た看護婦にそのネズミを使って話しかけた。「看護婦さん、僕は君に挨拶のキスをしたいんだ。恥ずかしがらずに僕を受け止めて。愛を恐れなくて。」

それからピーターの小さなネズミは、出会う人誰にも、親戚、看護婦さん、医師たちにも、進み出て愛に満ちた挨拶を交わした。そしてとうとうピーターは、ネズミを脇において、彼の部屋を訪れる人々を抱きしめ始めた。彼の部屋は優しさを必要としたり、疲れ果てた人々にとっての癒しの場となったという。

ピーターは、妻サンディに振り向き、二人は抱きしめ合った。その時、二人の間にあった心理的葛藤は完全に解消されていた。サンディは「これまでの人生で今がいちばん美しい時よ」と言い、ピーターは「これが人生の意味なんだ」と応じた。ピーターは型にはまった「大人」としてのアイデンティティから解放され、汚れなき愛に満ちた聖なる子供となっていた。ミンデルは言う、「彼は一人の人を愛し、抱きしめると同時に世界を愛し、抱きしめていた」と。翌日、ミンデルと妻エイミーは、彼の死を知らされた<sup>14)</sup>。

ピーターは、滝の夢に象徴されるように死の恐怖と戦いながら一方で死のプロセスを受け入れることを学んでいった。それは「古い自己」に滅んで、アイデンティティを世界に広げ、世界を抱きしめることを意味していた。彼にとって白血病はドリーミングからの強烈な呼びかけでありメッセージであった。その呼びかけに応じてプロセスが展開し、「小さな自己」は洗い流され、世界そのものを抱擁する「自己」へと生まれ変わったのだ。

彼は、人生の最後に「大いなる自己」に目覚めたのだとも言える。それは、ドリームボディの背後に隠れている「永遠の身体」でもあり、通常の夢も身体症状もすべてこの「大いなる自己」のある側面なのだ。これこそが私たちの英

知の中心であり、個人的な人格の背後に隠された、より高次の存在、「永遠の自己」なのである。

臨死状態や昏睡状態から帰還した人も、「臨死体験」をした人も、かなりの場合より人間的かつ意識的になり、人々やその他の生き物と同一化することができるようになる。ピーターの最後は、ある臨死体験者の次のような言葉を思い出させる、「町を歩くのもいままでとは全く違った感じなんです。前は、自分の小さな世界に閉じこもって、こまごましたつまらないことに心を煩わせながら歩いていたものです。今、町を歩くときには、まるで人間愛の真っ只中にいるような気がするんです。出会う人みんなと知り合いになりたいし、もし本当に知り合ったら、きっとその人たちを好きになることだろうと思います<sup>15)</sup>。臨死体験者の中には、このような感情の変化を語るものが実に多い。(『研究読本』第二章「様々な意識変容」参照)

さて、ここまでに臨死なき「臨死体験」をどう理解するかという観点を視野に入れながらミンデルの「プロセス指向心理学」を語ってきた。ここで筆者の論点をまとめたい。

第一に、ミンデルのプロセスワークによるパーソナリティの成長と臨死体験者の事後の意識変容とは、本質的に同じ方向に向けての精神的な成長であるということ。つまりそれらとともに「アイデンティティの拡大」や「自己受容」と表現されるような成長であるということ。

第二に、両者の精神的成長の方向が共通であるなら、その背景にある要因にも共通性が想定できること。すなわち、夢やそれに対応する病気や身体症状、さらには人生の様々な苦難は、ドリームボディやより深層の次元からのメッセージであり、臨死状態および「臨死体験」においてその呼びかけがより高まると考えられる。私たちは生きていく過程で日常的な現実を超えた次元から何らかの呼びかけを絶えず受け取っている。その呼びかけに応じて、隠された本来のプロセスが展開されるなら自己の全体性が回復される。それは「臨死体験」において最も強烈で劇的な形で現れる。そのような形で深層の次元（「あの世」）と、日常的な次元（「この世」）とは、「今ここ」において通じ合っていると言える。ここで「あの世」という言葉が使われていることに驚く読者もあると思うが、その意味す

るところは、すぐ後で現代量子論の視点から論じられる。

第三に、そのような仕方では「あの世」と「この世」が結びつき通じ合っているなら、たとえ肉体的に臨死状態になくとも、「あの世」をのぞき見るという意味での「臨死体験」をする人々がいたとしても何ら不思議はないということ。むしろそのような前提にたつてこそ、死に瀕しての「臨死体験」も臨死なき「臨死体験」も、同じ本質をもつ体験として無理なく理解できるだろう。臨死体験の研究は、たんに死後の世界の実在を証明できるかどうかというような問題の枠組みを超えたものになる。それは生と死という常識的な区分の世界を超えた、より深い次元の世界に私たちの視野を広げるかもしれない。

## VI. 臨死体験とホログラフィー理論

### 1. ミンデルと量子物理学

さて臨死なき「臨死体験」という視点からミンデルを語るうえで、以上の論点に加えてもう一つ重要な論点がある。すでに予告した通り、それは量子物理学との関係である。先に紹介したミンデルの発展段階では第四期、2000年代に入ると、もともと物理学を専門に学んだ彼は、とくに量子物理学の概念を大幅に取り入れ、時間や空間の制約を超える「超空間」、「非局在性」などの概念を用いて自らのプロセスワーク理論を語るようになった。とくに「非局在性」の考え方を意識に適用し、「永遠の身体」という視点から意識が時間・空間に限定されずに広がる可能性を示唆したのである。

ミンデルの思想は、「ドリームボディ」の発見から始まり、プロセスワークの実践を通して「ドリーミング」、「ドリーミングボディ」などの概念により広げられ、深められていった。「永遠の身体」もその実践のなかで行きついた概念だろう。一方で物理学の専門家でもあったミンデルは、それらを量子物理学の視点からも裏付けていったのだ<sup>16)</sup>。

先に述べたような「あの世」と「この世」が結びつき通じ合っているという世界像は、唯物論的な近代科学の観点からは荒唐無稽と思われるかもしれない。ところが現代物理学の視点から見ると、その印象はがらりと変わる。量子物理学の視点から「臨死体験」やミンデルの思想を

見直すと、そこには驚くほどの親近性が見出されるのだ。以下、その親近性を量子物理学の側から論を進めて探っていきたい。

先に、唯物論的な科学的な世界観は、量子物理学など科学の最先端ではその内側から切り崩されつつあると書いた。量子物理学の発見によれば、物質をどんどん小さな単位へと分解して電子や陽子のレベルにいたると物質の様相を失ってしまう。確かに電子は小さな粒子のような動きもするが、文字通り体積をもたないのだ。電子の幅を計ろうとしても不可能であり、それは私たちがふつうに考える「物質」ではない（ただし電子の「空間的広がり」や「波動関数による確率分布」は存在する）。しかも電子は粒子としても波動としても現れる。電子は波動であるが、孤立した状態になると粒子のようにふるまうのだともいえる。

私たちを取り囲む「物質」というものは、本来は存在しない、より正確には古典的な実体としての物質像は成り立たない。ものを「個体」と感じたり「硬い」と感じたりする日常的な感覚は、量子物理学のミクロの視点から見れば錯覚にすぎない。私たちの体やその周囲を取り巻く世界は、すべて原子によって構成され、それはさらに電子、陽子、中性子という素粒子によって構成されている。そして素粒子の実態は、エネルギーの振動であり、波動である（より正確に言えば、素粒子は波動性を持ち、エネルギーと運動量に応じた波長を持つ）。これが現在の最先端科学が解き明かす事実であり、それは宇宙で起こるすべての現象に当てはまる。私たちが個体だと思っている「物質」の実態は、すべてエネルギーであり、波動である。

量子とは、粒子と波の性質をあわせ持った、極小物質やエネルギーの単位をいい、原子そのものや、それを構成する電子・中性子・陽子はその代表だ。このような極微の世界では、私たちの身の回りにある物理法則（ニュートン力学や電磁気学）は通用せず、「量子力学」という不思議な法則に従う。

私たちの常識的な世界観は、多かれ少なかれニュートン力学を基盤にした物質科学的な世界観がもとになっているとあってよい。だから「臨死体験」の話を目にしても、脳という物質が死に直面して起こす一種の混濁した化学反応として理解したくなる。しかし量子物理学という最

先端科学の世界では、こうした古典的な「物質還元主義」が通用しない。「臨死体験」を脳内の化学過程に還元して説明する「脳内現象」説は、その前提を崩されることになる。

## 2. ホログラムと「内在秩序」論

すでに見たようにすべての素粒子は波動でもある。また空間は、光やその他の電磁波であふれており、それらの波動は常に互いに交錯しあい干渉しあっている。つまりこれは、私たちが現実のなかで接するするものは、物質もふくめてすべて波動とその干渉パターンで成り立っていることを意味する。この世界全体に、ある種のアホグラフィックな性質を読みとることができるのだ。

ホログラム構造とはなにか。映画『スター・ウォーズ』の主人公の冒険は、ロボットから一筋の光線が発せられ、レイア姫の三次元映像が小さく浮かび上がるシーンから始まる。この映像こそがレーザー光の力を借りて作られた立体映像「ホログラム」だ。ホログラム技術とは、「波動干渉」という現象を利用して情報を記録する技術のことである。位相を変えた波動同士が互いに干渉するとき生まれる「干渉縞」を記録することで高密度の情報記録を可能にする。

たとえば水面の少し離れた場所で小石を二つ落とせば、落とす場所を中心に広がる二つの波の輪が互いに交じりあい複雑な干渉パターンが生まれていく、それが「干渉縞」だ。波状の現象であれば何であれ干渉パターンはできるが、とくにレーザー光は同質性が高い。ホログラム技術はレーザー光の発明があったからこそ可能になったという。

ホログラムでは、単一のレーザー光線が二本に分割され、一方の光線が対象物体（たとえばリンゴ）に当てられる。その反射光が、もう一方の光線とぶつけられてできた干渉パターンがフィルムに記録される。記録された画像は、もとのリンゴの姿をまったく残さない複雑な干渉パターンのようなものだが、そこに光源が当てられると、もとのリンゴの三次元映像が何もない空間に出現するのだ。

ホログラムが不思議なのは、この画像フィルムをいくつか切り刻み、そのひとつに光源を当てただけでも、もとのリンゴの立体像が浮かびあがるということだ。ただし切りとられた部

分が小さくなるほど像の鮮明度は落ちていく。にもかかわらず、どの切りとられた部分にも、全体情報がそっくり含まれている。

ロンドン大学の理論物理学教授であったデヴィッド・ボームが語る「内在秩序（織り込まれた秩序）」論は、従来の「科学」の常識を覆す量子力学を基礎にした新しい世界観を提示する壮大な試みだ<sup>17)</sup>。

ボームは、従来の科学理論では量子物理学の世界で出会う不可思議な現象のすべてを説明できないことに長年不満を持ちつづけた。そしてついに宇宙をホログラフィックな構造として理解するという着想を得た。彼は、その探求の過程で、宇宙はまちがいなくホログラフィックな原理によって働いており、それ自体が一種の巨大なホログラムであるという確信を深めていった。

彼によれば、現実に見えているこの世界の背後に全体を統合する秩序が隠されており、どんなに小さな個々の部分の中にもそれが「織り込まれ」ているという。それは、ホログラフィックな画像フィルムのどんな小さな部分にも、撮影されたリンゴの全体像が含まれているのと似ている。ホログラムの「部分画像に全体情報が含まれる」という性質は、ボームの「部分に全体が織り込まれている」という思想と深く響き合うのだ。目に見えない暗黙の内在秩序が宇宙全体に織り込まれており、目に見える世界はその隠された秩序の投影された姿であるという。

電子は粒子としても波動としても現れる。波動としての電子は、粒子としてはあり得ない性質を示す。二本の細い切れ目が入った障害物に向けて電子を当てると、同時に両方の切れ目を通過する。波動としての電子どうしがぶつかり、干渉パターンさえ生まれるという。これらの性質はすべての素粒子に共通している。さらに驚くべきは、量子が粒子として存在するのは、私たちが観察しているときだけだと見なさざるを得ない証拠が存在することだ。実験結果によれば、観察されない状態では電子はつねに波動であることが示されるという。このように量子レベルには、私たちの常識的な理解を拒否するような現象が多い。

もう一つだけ例を挙げよう。表面上はまったく関係ないはずの素粒子どうしのあいだに、き

わめて不可解な相互の結びつき（「相互結合性」）が存在するというのだ。それどころかボームの発見によれば、ふたつの粒子が互いの行動を「知っている」だけではなく、膨大な粒子の海のなかで、個々の粒子が他の何兆もの粒子の行動を「知っている」かのように行動していたのだ。つまり、複数の粒子が、空間的に離れていても瞬時に相関を示すような「非局所的なつながり」を持つというのだ。

量子力学で発見されたこれらの不可思議な現象を説明するのに、ボームは量子下レベルにある「場（フィールド）」の存在を想定し、その場を「量子ポテンシャル」と名づけた。

従来の物質科学では、全体システムのある状態を、たんに個々の部分の相互作用の結果として理解する（要素還元主義）。しかし、量子ポテンシャルの考え方によれば、各部分の動きは実は全体が決めている。電子がバラバラに散乱しないのは、量子ポテンシャルの作用を通じてシステム全体がまとまった動きをしていくからであり、その活動は生き物のなかで機能している各部分が作り出す一体性に近いという。

量子ポテンシャルという場はあらゆる空間に浸透しているため、あらゆる素粒子は空間的距離に関係なく互いに結びついている（「非局在性」）。ボームの世界像によれば、個々の素粒子が別々に空間のなかを飛びまわっているのではなく、すべてが巨大な網の目の一端であり、さまざまな現象が起きている全体的な空間の不可分な一部なのである。

ボームは、私たちの日常的な現実のすべては実はホログラフィックな映像のような一種の「像」であり、その奥にはさらに深い存在の秩序が隠されているという。それは、私たちが知覚する現実の世界よりもはるかに広大で、より根源的な次元なのである。その関係は、ホログラフィックな画像フィルムがホログラムを生み出すのと似ている。すべての物質やこの現実世界は、この根源的な次元からホログラムのように映しだされた像なのだ。ボームはこの根源的な次元を「内在秩序（織り込まれた秩序）」と呼び、私たちが知覚する「現実」の世界を「外在秩序」と呼ぶ。

この二つの秩序の関係をテレビ画像と電波の比喻で説明しよう。テレビ電波をこの隠された

次元＝「織り込まれた秩序」にたとえるのだ。テレビの画像が放送局のカメラで撮影されると、送信アンテナで電磁波となって放射され、電磁界という形で空間をひろがっていき、家庭の受信アンテナにとらえられる。

家庭で見ている画像を現実のこの世界と考え、空間にひろがる電磁界を隠された次元＝「内在秩序（織り込まれた秩序）」と考えるのだ。「織り込まれた秩序」は目に見えない。しかし次元を変えて確実に存在する。ちょうど電磁界が目に見えなくとも、たとえば飛行機が飛ぶとテレビの画面が乱れるように。

テレビ画面上のすべての人や物や木々や建物は、空間の電磁界のどこか特定の場所に対応して存在するのではなく、電磁界の全体の中に混然となって織り込まれている（「非局在性」）。それは、宇宙に現象するすべてがひとつに溶け合っただけでなく、「織り込まれた秩序」のなかに存在するのと同じである。私たちが知覚する「現実」の世界は、その隠された次元の投影された姿（画像）だというのだ。

さて、現実に見えているこの世界の背後に全体を統合する秩序が隠されており、すべての物質やこの現実世界は、「内在秩序（織り込まれた秩序）」としての根源的な次元からホログラムのように映しだされた像なのだというボームの世界像が、ミンデルの思想ときわめて親和性が高いことは容易に見て取れるだろう。事実ミンデルは、「ドリームボディ」を発見した初期の段階から、その流動性や律動性が、現代物理学のいう「場（フィールド）」に対応するものと考えていた。そしてアインシュタインの「（量子物理学でいう）場が唯一のリアリティなのである」という見方に共感する<sup>18)</sup>。

ミンデルは、「ドリームボディ」の発見後、プロセスワークの実践を通して「ドリーミング」、「ドリーミングボディ」、「ドリームランド」など、その概念を発展させてきた。そして身体の深層で起こっているドリーミングの次元は、身体に内在する、宇宙とつながった知性（「沈黙の力」）であり、量子的次元であるともいうのだ。ドリーミングの次元は「非局在的かつ非時間的であり、あなたの日常的現実におけるすべてと結びついている」とミンデルはいう<sup>19)</sup>。

彼のいう「永遠の身体」もまた、量子物理学

の「非局在性」の考え方を意識に適用し、意識が時間・空間に限定されずに広がる可能性を示唆したものといえよう。それは、過去・現在・未来のあらゆる時間軸を超えて存在する自己の一部であり、超時間な性質を持つという。

ボームも、その「内在秩序（織り込まれた秩序）」論において宇宙に現象するすべてがひとつに溶け合うそのレベルには直線的な時間はないと述べる。織り込まれた領域では、連続的に進行する時間は存在しない。現実には知覚される世界を超えた「織り込まれた秩序」に存在する根源的な全一性（ワンネス）においては時間も空間も一体になっていると主張する<sup>20)</sup>。ミンデルは、この分割不可能な全体性を「ドリーミングという概念の別の形」と言えろとし、両者に同じ内実を見ている<sup>21)</sup>。

臨死体験研究に初めて科学的、統計的方法を導入したケネス・リングも、ホログラフィー宇宙論が「臨死体験」を理解するための科学的土台としてもっとも有力ではないかと主張している。ホログラフィーでは全体の情報が各部分に含まれており、情報が非局在的に存在する。リングは、多くの臨死体験者が報告する宇宙との一体感が、すべてがひとつに溶け合っ織り込まれているとするホログラフィックな世界像と類似すると指摘した。また、「臨死体験」中に体験者が自己の人生全体を一瞬で振り返る「人生回顧」や、通常の時間・空間を超越した感覚を持つことが、ホログラフィーの「非局在性」という性質と呼応していると考えた。さらに、多くの臨死体験者が報告する圧倒的な光の体験は、物質的・肉体的な次元の感覚に制約されない量子的次元での知覚体験だろう推測した。つまりリングは「臨死体験」を単なる脳内現象ではなく、宇宙の根源的な構造や意識の本質に関わる現象としてとらえたのである<sup>22)</sup>。

### 3. 臨死体験とホログラフィックな宇宙

お気づきのよう、こうした最先端科学の仮説は、臨死体験者たちがその体験を語る言葉と多くの部分で重なり合うように見える。ボームの語るようなホログラフィックな宇宙論の立場に立つと、「臨死体験」に関連するさまざまな現象をより深く、統一的に説明できるようだ。

とくに際立つのは、臨死体験者たちが繰り返

し述べる以下のような報告だ。「その世界では、時間も違うものに感じられました。私はすべての瞬間を、同時に感じていたのです。つまり、過去、現在、未来の自分が関係するあらゆることを、同時に認識していました。」（アニータ・ムアジャーニ<sup>23)</sup>

「この領域全体が時間の外側にあったと思われれます」「時間と空間は、私たちをこの惑星につなぎとめる幻影です」（ベバリー・ブロードスキー<sup>24)</sup>「ここには過去現在未来という時間の流れもない、たとえるならば、すべては現在である」（『研究読本』第三章：高木善之）などに見られるような時間についての言及だ。もし臨死体験者たちが語る世界が、ボームのいう「内在秩序（織り込まれた秩序）」の世界、このホログラフィックな宇宙におけるより根源的な世界のことだったら、時間についてのこうした言及があったとしても何ら不思議ではない。

さらに「臨死体験」の研究者たちを悩ます大きな問題、臨死なき「臨死体験」についても、最先端科学に基づいた仮説によって説明が可能となる。ボームのいう隠された次元、「内在秩序」の世界は、ちょうど空間にひろがる電磁界のように「量子ポテンシャル」という場としてあらゆる空間に浸透しているからだ。もし異次元の世界が肉体的な死の後に来るとは限らず、ちょうどボームの理論のように「この世界のすべての場所、すべての時間」に織り込まれてあるなら、臨死状態になかった者が臨死状態にあった者と同じようにこの次元に接触し、「臨死体験」をしたとしてもなんら不思議ではない。それは必ずしも死「後」に行く世界とは言えないからだ。誰もが、今この瞬間にこの場所でじつは隠された次元につながっており、それを体験する可能性を秘めているといえるのだ。

「臨死体験」が、もっともホログラフィックな様相を示すのは「人生回顧」においてだろう。多くの臨死体験者が、自分の全生涯を、その場に居合わせたかのように信じられないほど生き生きと立体映像として体験したと語る。しかもそれは時間を超越したかのように一瞬の間になされたという。各場面の情報量も莫大で、自分が親切にしたり、傷つけたり人々の気持ちまでじかに体験する。体験の全体と細部とが同時に理解される感じで、まさにホログラフィックな体験なのだ。

臨死体験者のなかには、光の領域において突如としてすべての知識が自分に流れ込むのを感じた報告するものも多い。「いま私は、あらゆる知識と一切の愛によって満たされていたのです」と語ったベバリー・ブロードスキー<sup>25)</sup>、あの世(光の世界)は全体意識の世界であるとし、「全体意識には過去現在未来のすべての出来事、すべての記憶がある。過去の記憶、現在の出来事だけでなく未来の記憶もある。たとえるならば、私はスーパーコンピュータに接続されたパソコンのように、知りたいことは何でも知ることができる」と語った高木善之(『研究読本』第三章)などである。もし隠され次元には、一切の情報と叡智がホログラフィックなかたちで保存されているのが事実なら、これもなんら不思議ではない。ホログラムの性質上、どのような小さな部分も一切の情報を包み込んでいるのだから。ただし残念ながら再び「この世」に戻るとそこで得た知識は忘れ去られるという。

アインシュタインは時間と空間は別々にあるのではなく、なめらかにつながっており、彼が「時空連続体」とよんだ大きな全体の一部であると述べた。一般相対性理論のなかでのアインシュタインのこの考えを、ボームはさらに大きく前進させた。宇宙に存在するすべてが、ひとつの連続体の一部であるというのだ。私たちの「現実世界」では別々に映っていても、あらゆるものは切れ目のない網のようにつながっており、最終的には内在秩序や外在秩序さえも互いにひとつに混じり合ってしまうのだ。これも臨死体験者たちが直観的に感じとり、感嘆して発した数々の言葉と響き合う。前述したように拙著『臨死体験研究読本』の中で臨死体験者の意識変化を八項目に整理して検討したが、その(八)「宇宙の全一性という感覚および宇宙との一体感」がこれにあたる。たとえば「私たちはみんな、ひとつの大きな宇宙の一部だってことを、死んでいる間に教わりました」、「私は今、森や花や小鳥を見て、『あれは私だ、私の一部だ』と語っています」<sup>26)</sup>など。

以上、臨死なき「臨死体験」をどう理解するかという視点も含めて、ミンデルの「プロセス指向心理学」の展開と現代の量子物理学の知見を関連づけながら語ってきた。臨死体験者がのぞき見るのは、いわゆる「死後」の世界ではない。

彼らが体験したのはこの物質の世界よりもさらに深い次元、より根源的な次元なのだ。つまり次元が違うだけであり、その次元に「今ここ」で接しうる可能性を秘めている。古今の偉大な瞑想者たちは、瞑想になかで体験したその根源的な次元を語ってきたのだとも言える。ミンデルもそうした次元からの呼びかけを最大限に生かすことによって、人は精神的に成長し、その全体性が回復されると考えた。

さらに本稿では、臨死体験者が語る体験内容を「内在秩序(織り込まれた秩序)」という隠された次元でのホログラフィックな体験として理解することも可能であることを論じた。これらの理論は、現代の量子物理学の知見を基礎にしてはいるが、もちろんあくまでも仮説にすぎない。しかしこうした仮説が最先端の科学者たちによって真剣に議論されているのも確かな事実だ。

筆者が主張したかったことのひとつは、古典的な物理学の「物質還元主義」の立場から、いわゆる「臨死体験」を死に瀕して混乱した脳の神経細胞が生み出した幻覚、妄想の類だとする見方がいかに一面的であるかということだ。そうした見方にのみ固執することで探求の幅が極端に狭められてしまう。そうした狭い見方にとらわれず、より広い視野からミンデルのプロセスワークや「臨死体験」および臨死なき「臨死体験」を見るのが可能であることを示したかったのである。古典的な近代科学の世界観、唯物的な世界観から自由になれば、そこにはより柔軟で、深く豊かな世界観への道が開けるだろう。

#### 【文献】

- 1) 石井登(2022) 日本文化と「悟り」(1) — 「成長」から「悟り」へ・人間性心理学の視点から — 帝京短期大学紀要 No.23 85-97 参照
- 2) 石井登(2002) 臨死体験研究読本 — 脳内幻覚説を徹底検証 アルファポリス 参照  
※以下、本書の引用・参照は本文中に(『研究読本』第〇章)などと略記する。

《注1》本稿は、本書の改訂版に付加する新原稿として用意されたが、出版社の事情で改訂版出版が中止となり、本紀要への掲載に切り替えたものである。よって一般読者向けの記述が含まれた構成となっている。

- 《注2》本稿で「臨死体験」と「」付きで表記されるのは、この用語がたんに瀕死の体験を意味するのではなく、いわゆる体外離脱やトンネル通過体験、人格的な光との出会い、パノラマ的な人生回顧など、共通の要素をもつ特異な体験を指すからである。
- 3) Ring.K (1999) “Mindsight” William James Center for Consciousness Studies 参照
  - 4) アーノルド・ミンデル (1994) ドリームボディ・ワーク 春秋社 22-24
  - 5) 前掲4) 29-31
  - 6) 前掲4) 30-31
  - 7) 前掲4) 132
  - 8) アーノルド・ミンデル (1994) シャーマンズボディ コスモス・ライブラリー 参照  
同上 (2002) 身体症状に「宇宙の声」を聞く 日本教文社 参照
  - 9) 前掲8) アーノルド・ミンデル (1994) 19
  - 10) ここに挙げた8項目は筆者自身の観点から整理したものだが、体験者に見られるこれらの変化そのものは多くの研究者の、厳密な統計学的調査を含む研究に基づくものである。その主な研究は以下の通りである。  
Ring.K (1984) “Heading Toward Omega”  
William Morrow and Company  
Ring.K (2000) “Lessons from the Light”  
Moment Point Press  
セイボム・M (1986) 「あの世」からの帰還  
日本教文社
  - 11) 前掲4) 223
  - 12) アーノルド・ミンデル (2001) 24時間の明晰夢 春秋社 5
  - 13) アーノルド・ミンデル (2002) 昏睡状態の人と対話する・プロセス指向心理学の新たな試み 日本放送出版協会 23
  - 14) 前掲13) 33-90
  - 15) ムーディ・Jr・R・A (1990) 光の彼方に  
TBS ブリタニカ 61
  - 16) アーノルド・ミンデル (2002) 身体症状に「宇宙の声」を聴く 日本教文社 参照
  - 17) D・ボーム (2005) 全体性と内臓秩序 青土社
  - 18) アーノルド・ミンデル (2002) ドリームボディ 誠信書房 21
  - 19) 前掲12) 125
  - 20) K・ウィルバー編 (1984) 空像としての世界  
V章・包み込み 青土社 94-189 参照
  - 21) 前掲12) 12
  - 22) ケネス・リング (1981) いまわのきわに見る死の世界 講談社 250-293 参照
  - 23) アニータ・ムアジャーニ (2013) 喜びから人生を生きる・臨死体験が教えてくれたこと  
ナチュラルスピリット 108
  - 24) Ring.K (2000) “Lessons from the Light”  
Moment Point Press 298
  - 25) 前掲書24) 299
  - 26) 前掲書15) 62

# Process Work and Near-Death Psychology

—Based on a Quantum Worldview—

Noboru ISHII

Department of Living Science, Teikyo Junior College

---

## **[abstract]**

This paper examines the "process-oriented psychology" of American psychologist Arnold Mindell and the worldview underlying it, attempting to reexamine the phenomenon of "near-death experiences" from this perspective. It also discusses how his worldview has a deep affinity with quantum theory in modern physics.

In his work as a Jungian analyst, Mindell realized that dream images were associated with bodily symptoms and movements. This led him to treat not only dreams, but also physical discomfort and illness as "messages from the deep psyche." He considered physical symptoms to be "dreams" seen by the body, and believed that it was important to recognize the "processes" occurring in the body that follow the same symbolic patterns as dreams, and to recognize the meaning of these "processes." He also referred to the source that creates these "processes," such as dreams and physical symptoms, as the "dreambody."

The concept of the "dreambody" further expanded into the concept of "Dreaming." The "Dreaming" is considered a vast realm of the unconscious, and it is no longer limited to physical symptoms; even the various problems we encounter in life are said to be calls from the "Dreaming" and serve as opportunities for our psychological growth.

From the perspective of "near-death experiences," the personality growth achieved through Mindell's Process Work and the transformation of consciousness experienced by NDErs are essentially spiritual growth directed in the same direction. Given this, it is possible to assume that the underlying factors in both share commonalities. That is, dreams, their corresponding illnesses, and the various hardships in life are messages from the "Dreaming," and these calls are intensified in the near-death state. If the deeper dimension (Dreaming) and the "here and now" are connected and communicated in this way, it is not surprising that some people, even those not physically near-death, have "near-death experiences" in the sense of peering into the deeper dimension (Dreaming) or the "other world."

While this idea may seem absurd at first glance, it has compelling force when being examined in the modern quantum worldview. Some leading contemporary physicists have developed holographic cosmologies based on a quantum worldview. Some leading contemporary physicists have developed holographic cosmologies based on a quantum worldview. Mindell himself discusses his psychology in relation to quantum physics. David Bohm, a leading contemporary physicist, also develops his own holographic cosmology in "Wholeness and Implicate Order." Phenomena such as those called "Dreaming" and many common elements found in the experiences of NDErs (such as unique space-time experiences and panoramic life review) can be understood in relation to the holographic cosmology of modern physics. This argument casts serious doubt on the materialistic modern scientific worldview.

**[Key words]** Arnold Mindell, process-oriented psychology, dreambody, Dreaming, near-death experiences, quantum worldview, holographic cosmology