

最初に知っておいてほしいこと

「いま人類全体が、大きな意識の変容の波を迎えつつある」

このことは、多くの識者（K・ウイルバー、F・ラルー、C・グレイブス、R・キーガン、天外伺朗など）が説いています。

本書はその変容の過程にある方、もしくはその入り口付近まで来ている方を対象に書いています。

もしあなたが、いまの貨幣経済を軸とした社会が、激しく競争をあおり、利益や成長ばかりを追い求め、ギスギスしていることに少し疲れているのなら。

あるいは、もし、いまの社会の中で、働くことのほんとうの意味や意義、または「働くこと」と「収入を得ること」のバランスに違和感を覚え、新しい価値観を見出したとお思いなら。

もし、「ないものⅡ買う」という、これまでの消費者の心理に疑問を抱き、自らが生産したり、新しい流通方法そのものに関心をお持ちだったりしたなら。

そして、もし、既存の教育体制や現場の在り方に疑問を感じ、もつと学ぶことの根本や根幹に触れたい、知識を得ることの喜びを感じたいと思っているとすれば、それは**意識の変容の準備ができている表れ**だと思います。

人類はマンモスを追っていたころから、ステップ状に次々と意識を進化させてきた（たとえば宗教に対する依存が残っていた中世から、独立した自我を獲得した近代へなど）、というのが定説になっておりますが、今回の変容はそのなかでも、とりわけ大きなステップになります。

識者たちは、それぞれに、このステップが大きいことを表現しています（たとえば、C・グレイブスは個々のステップとは別に、“ティア1Ⅱ生存のレベル”から“ティア2Ⅱ存在のレベル”への変容と表現）。

そのなかで本書は、特に「**自己否定感**」に着目しました。なぜなら、これまでの何回もの意識の進化のなかで、今回初めて「自己否定感」から解放されるからです。

「人類社会は、過去数千年間にわたって“自己否定感”に秘かに支配されてきました。しかしながら、いままさに、人類はそこから卒業しようとしています」

では一体、「自己否定感」とは何なのでしょう？

「自己否定感」に関しては、多くの著作があり、すでに語りつくされている感があります。しかしながら、それらはすべて「あなたの自己否定感により、こんな問題が生じますよ」と、ネガティブな面ばかりを強調しております。

たとえば、「あなたの心には、こんなゴミがこびりついていますよ、それを取り除けば楽になりますよ」という感じですよ。「自己否定感」は邪魔なもので、あつてはならないもので、ゴミみたいなもので、簡単に取り除けますよ……というメッセージが多いでしょう。

人は「自己否定感」の反作用として、必ず「私は正しい」という鎧をまといまいます。「私は正しい」を通そうとすると、どうしても「あんたが悪い」、「あんたが間違っている」という信念が出てきます。それが、あらゆる人間関係のトラブルや紛争の源になっているのです。

2

それ以外にも、あなたがいま体験している「不本意な現実」の源流をたどっていくと、間違いなく「自己否定感」に行きつきます。

そのことから、「自己否定感」さえなくせばあなたの人生は楽になりますよ、と多くの指導者が説き、それを伝えるセミナーが盛んです。しかしながら、私の眼にはこれらは少し理解が浅いように見えます。

はっきりいって、「自己否定感」はゴミではありません。**あなたの人格を構成する重要な一要素**なのです。だから、簡単につまんで捨てるわけにはいきませんし、取り除いたつもりでも、表面のほこりを払ったくらいで、さっぱりなくなっていないません。

「自己肯定感」を高めるためのセミナーを受けた人が、「ああ、自分は、また自己否定をしてしまった！」と、自己否定している自分を否定する、という「自己否定の無限ループ」に入って落ち込んでいるのをよく見かけます。

「自己否定感」が数千年にわたって人類社会の底辺にこびりついている、ということ
は世の中では知られておらず、セミナー講師たちもまったく理解できていないでしょう。だから、簡単に逃れられると思うのですが、それは大間違いなのです。

じつは、誰も知らない、この驚くべき人類社会の秘密は、私自身もごく最近、認識したばかりなのです。いまから少しずつ、その秘密を紐解いていきましょう。

まず人間は、「自己否定感」を刺激されたときに最もエネルギーを発揮する生き物だということをご理解ください。

「このままでは駄目だ！」

「何とかしなければ……！」

という想いから奮い立って、能力が上がったり、成果が出たりするのです。

「自己否定感」というのは、世の中ではとんでもない悪役にされていますが、じつは**努力、頑張り、向上意欲**などの源泉でもあるのです。第5章で詳しくお伝えしますが、人々はそうとは気づかず「自己否定感」と、それに基づく「怖れと不安」を刺激して、学校でも家庭でも子どもを頑張らせ、会社では社員に奮闘させています。落第の恐怖を見せて勉強させる、能力に優劣をつけて競わせる、などというのがその典型ですが、そこまで行かなくても競争や評価により「自己否定感」は刺激されます。

少し大きな構図でお話すると、いままで経済が大きく成長し、文明が素晴らしく3発展してきたベースも「自己否定感」だったともいえます。つまり私たちがいま、おいしい食事をし、レジャーを楽しみ、豊かな生活をして近代文明を謳歌できているのは、先人たちが「自己否定感」から必死に頑張ってきたお陰です。

人類は、過去何千年にわたって、そうとは気づかずに「自己否定感」を社会の推進力に使ってきました。

いまの社会というのは、努力、頑張り、向上意欲などを、限りなくポジティブな美德として伸ばそうとしますが、そのために「**怖れと不安**」を刺激します。そうすると、限りなくネガティブとみなされている「自己否定感」が自動的に強化され、膨れ上がってしまうという、とんでもない矛盾をはらんでいるのです。これは、いままであまり世の中では知られていません。

だから、いくら「自己否定感」をなくそうと努力をしても、「自己肯定感」を高めるセミナーを受けても、人々の「自己否定感」が自然に癒されて解消することはあまり期待できません。**片手で火に水をかけて消火しようとしても、もう一方の手で火に油を注いでいるようなものだからです。**

「自己否定感」は誰にとっても重苦しく、嫌なものなので、人は反射的に回避行動に

走ります。回避行動には「克服型」と「逃避型」があります。

もし、「自己否定感」の強力なエネルギーを「戦いのエネルギー」に昇華できると、社会的成功につながる可能性があります。ハングリー精神がボクサーを強くする、などがその典型で、これが「克服型」の回避行動です。忠、どんなに社会的に成功しても「自己否定感」は一向になくなりません。

いま世の中で「自己否定感」が高いと思われる人たちは、むしろこのパターンが多いでしょう。

「自己否定感」が弱いと、あるいは上手に「戦いのエネルギー」に昇華できないと、いまの競争社会の中で戦ってのし上がるためのエネルギーが不足して、人は不活性になります。これが「頭皮型」の回避行動です。不活性が嵩じて引きこもり、うつ、不登校などになると、今度は家族や社会に受け入れてもらえないために本格的に「自己否定感」が強化されてしまいます。

自殺率が高いので、日本人は欧米人に比べて「自己否定感」が強いのではないかとよくいわれます。「頭皮型」は「克服型」に比べて、むしろ進化した人類が多いでしょう。戦うことが要求される、いまの競争社会の中では進化した人類は生きにくいはずです。その意味では、日本人は「自己否定感」が強いのではなく、むしろ進化した人類が多いのではないのでしょうか。

人類社会は、このような矛盾を含んだまま、何千年というスパンで「自己否定感」をベースにして文明を発展させてきました。いままでもあまり指摘した人は多くなかったと思いますが、これが社会の基本構造だったのです。

ところがいま、その構造が揺らいでいます！

人類全体に、ひとつの意識の変容の大きな波が押し寄せてきており、「自己否定感」を推進力とする社会から脱却して、「**無条件の愛**」がベースの社会へ移行しようとしております。

この意識の変容の大きな波は、前記のような多くの研究者が指摘していましたが、最初に企業経営の分野で大きな話題になりました。

ベストセラーになった『**ティール組織**』（英治出版）のサブタイトルで、著者のF・ラルーは「**the Next Stage of Human Consciousness(人類の意識の次のステージ)**」という言葉を使い、人類の意識が変容した結果、彼が「**ティール**」と名づけた新しい

組織運営が出現した、と説きました。

変容した結果の意識レベルも、彼は同じ「ティール」という言葉で呼んでいます。

私も、この意識の変容の波には早くから気づいており、「ディープ・グラウンディング」という言葉をつくってそれを説いてきました（拙著『教育の完全自由化宣言』飛鳥新社、『非常識経営の夜明け』講談社）。

この時点では、ほとんど世の中には理解されませんでした。右記『ティール組織』が普及したことから、ラルーの主張を下敷きにして「**実存的変容**」という学術用語を、そのまま剥き出しに使って1冊にまとめました（『実存的変容…人類が目覚め、ティールの時代が来る』内外出版）。

この「実存的変容」というのが、まさに何千年ぶりかで人類が「自己否定感」から脱却していく変容なのです。それに伴い、社会の常識はほとんど180度ひっくり返ります。その新しい時代をラルーに敬意を表して「ティール時代」と呼ぶことにしました。

第1章から第5章までは、いま、私たちが「当たり前」と思っている営みの背景に、5いかに「自己否定感」が横たわり、私たちがその影響を受けているかを紐解いております。いまの社会の底流に「自己否定感」が脈々と流れているという驚くべき事実をまずご理解いただき、味わってください。

第6章は、私自身の体験談です。偉そうに本を書いている天外伺朗でも、天下のソニーのCEOに上り詰めた人でも、「自己否定感」から「不都合な現実」をつくり出している、という衝撃の告白です。おそらくいままで、こういう視点で物事をとらえてきた人はいなかったと思います。

第7章から第10章までは、一転して「実存的変容」を経て「自己否定感」が減った人の生きざま、もしくはその過程について、私自身の体験も含めて述べています。これらの記述から、来るべき「ティール時代」の様子がおぼろげながら浮かび上がってくるでしょう。第11章は一転して、「実存的変容」を遂げた人が多く生まれる日本が、世界の中でどういう役割を担っていくか、という話題です。

少子高齢化が進む日本ですが、決して悲観する必要はなく、むしろ世界平和をリードしていくことになるという希望あふれる予測です。

この人類全体の大きな変容の全貌に関しては、とても限られた紙面では記述できませんが、巻末の「参考書籍一覧」(P203)にそれぞれ詳述しておりますので、ご参照ください。

「自己否定感」という厄介な存在が、あなたひとりの問題ではなく、何千年と続いてきた社会全体の病理なのだとしたこと、その社会がいま、大きな変容を迎えようとしていることをまずご理解いただきたいと思えます。

さらには、あなたが、なぜ「不本意な現実」に直面しているのか、そこからどうしたら脱出できるかを知っていただき、新しい「テイル時代」を喜びと共に迎えるお手伝いができたら幸いです。

そして、この変容は世界のなかで日本が最も進んでいること、それが世界平和につながるという希望の光を、ともに育てていただきたいと思います。

著者

【目次】 新・意識の進化論 「自己否定感」 怖れと不安からの解放

まえがき 最初に知っておいてほしいこと

第1章 社会の上層部の人ほど「自己否定感」は強い？

戦いのエネルギーになった感情

成功哲学がもたらした精神構造

進化した人類が現れはじめた

第2章 キリスト教の「原罪」と人類共通のもの

「食べてはいけない」を破った罪

ユングが説いた深層心理とは？

バーストラウマと自己否定感

仏教が表現する8つの苦しみ

人間が生まれながらに持っているもの

第3章 心の奥底に巣くうモンスターたち

深層意識に潜むモンスター

ほとんどの人が支配されている現実

「真我」と「無分別智」について

私たちがかけている色眼鏡の正体

「シャドローのモンスター」とは何か？

第4章 あらゆる争いの源にあるもの

嫌な人と向き合うときの3つの型

「シャドローの投影」がもたらすもの

「自己否定感」が強い人のパターン

なぜ、いつも天敵が現れてしまうのか？

第5章 「恐れと不安」を刺激する社会

能力で人を評価する社会

評価の目から「恐れと不安」が生まれる

「自己否定感」が強かった私の体験

第6章 大企業で起きた「シャドローの投影」

改革かぶれマネジメント

私が大企業で体験したこと

とうとう社内中がうつ病になった！

徹底的に破壊されたフロー経営

「天敵」はこうして誕生した

一か月以上続いたCEOとのメール合戦

シャドローのモンスターが「天敵を生み出した

第7章 天外が講演中に泣いた日

情動が影響する身体と性格

「情動の蓋」が開くと起る」と

泣くことで見えた2つのフェーズ

第8章 「蝶」が飛んでいる「安心・安全の場」

蝶の存在が示している」と

「存在」が問われる時代へ

統合とは自分の本性をさらすということ

これから必要視される「場」の条件

第9章 「怖れ」がなくなると計画や目標もいらない？

事業計画も予算もない会社

「人は評価しない！」という考え方

事業計画を立てないのが新しい経営

なぜ私たちは計画や目標をつくるのか？

第10章 人類の目覚め

「無条件の受容」から生まれたもの

「誤魔化せ」と言うからこそ

「泥棒でも信頼する」という心境

常識が180度ひっくり返るとき

「真我」のエネルギーが向かうところ

第11章 これからの日本が進む道

出産が世界平和につながる！？

「安産のコツ」と「フロー」の条件

イロコイ連邦の貢献

日本が最先端を走っている理由

「意識の進化」という希望

むすび

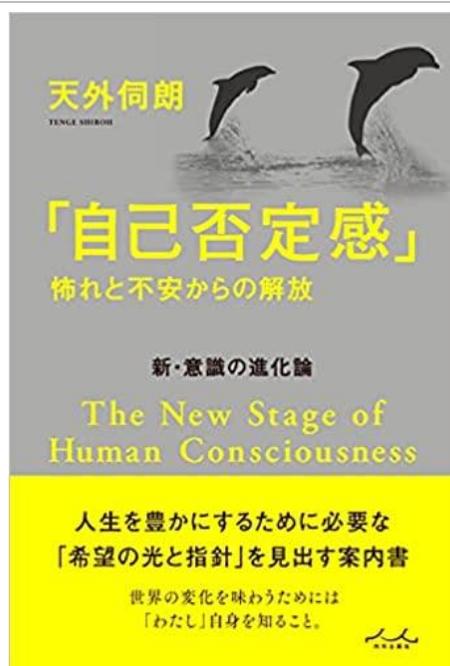
巻末資料1… 人間の意識の成長・発達のサイクル

巻末資料2… 「実存的変容」天外伺朗著より

巻末資料3… 「実存的変容」が深まった人の特徴

参考書籍一覧

本文注釈一覧



新・意識の進化論

「自己否定感」

怖れと不安からの解放

天外伺朗著

内外出版社 (2021/6/30)



自己否定感 天外

検索

お近くの書店や、ネット書店等で
ぜひお手にとってみてください。

人類が、重要な意識の変容の波を迎えつつある今、
この本が、ひとりでも多くの方に届けばと願っております。

この「まえがき」の、SNSやメルマガなどでのシェア、
周りの方々へのご紹介を歓迎いたします。

天外伺朗