意識レベルとその解釈　（ホーキンズ著『パワーかフォースか』より、抜粋、修正）

意識レベル		感情	視点	注釈/現象例
700–1000	悟り	表現不可能	純粋な意識	
600	平和	至福	完全	欠陥の無い充足。完全なる調和
540	喜び	静穏	完成	すべてとの一体感
500	愛	崇拝	恩恵	すべてに対する無償の愛
400	理性	理解	意義	本質のみへの関心
350	受容	許し	円満	他者の完全なる容認
310	意欲	楽天的	希望	純粋な内発的モチベーション
250	中立	信頼	満足	自他の境界の不明瞭化
200	勇気	肯定	実行可能	現状打開、努力
175	プライド	嘲笑	要求	他者からの認知・称賛要求
150	怒り	憎しみ	敵対	嫉妬、ねたみ、競争
125	欲望	切望	失望	情動的、集中力の不足、依存
100	恐怖	心配	怯え	不安、欠乏感、攻撃的態度
75	深い悲しみ	後悔	悲劇	無力感、自信喪失
50	無感動	絶望感	絶望	自己喪失
30	罪悪感	非難	悪	自己の存在否定 情緒不安、抑圧
20	恥	屈辱	悲惨	自己の存在否定（極度） 情緒不安（極度）

どのような意識を持つかによって、その人の感情が決定されるとともに、その人の人間関係や出来事の状態が決まります。また、社会現象もすべて、その社会を構成する人々の意識の平均値がその状態を決めます。
上表は、その「意識」のエネルギーレベルを表したものです。
２００以上の意識を、「パワー」とよび、その意識を持つ者は、自他に良い結果をもたらし、２００未満の意識を、「フォース」とよび、自他に悪い結果をもたらすことがあります。
人の意識はさまざまに変化しすべてのことに影響しますが、自分の意識がどのようなものであるかを客観的に観測し管理している人は少ないのではないでしょうか。

意識は上述したようにすべての現象の原因であり、「意識」のレベルどおりの現象が肉体面（健康面）、精神面、人間関係面、事象面に結果として創造されます。つまり、意識を野放しにしておくことは予測できない現象に振りまわされることになります。
人生を望むものにするためには、自分の意識を客観的に観察しコントロールすることが重要です。

さまざまな人生の経験を通して心と精神を鍛錬し、意識を上位の意識レベルに昇華させていくことが、その個人にとっても社会にとっても豊かで調和のとれた状態を導くことになります。
次ページより、それぞれの意識レベルの解釈を『パワーかフォースか』より抜粋し、原文にかなり飛躍的な抽象表現の箇所がありましたので修正、加筆しました。

ご自分や周りの人々の良き人生ために参考になれば幸いです。
人は人を外面の状況（学歴、地位、貧富、外見、能力など）で判断しがちですが、人間の価値は、本来、その人の意識の状態により判断されるべきものだと思います。
人はさまざまな意識を持ち一定の意識を持ち続けるわけではありませんが、どの意識レベルに一番焦点が当たっているか？　が重要です。
なぜなら、その意識レベルがその人や周りの人の幸福度合いを暗示するからです。
幸福かどうかが、外面の状況以上に、重要なことです。

エネルギーレベル（意識レベル）　【２０】　恥

[人生の視点]　悲惨
[感情]　　屈辱
[プロセス]　　排除

「恥」のレベルは死に最も近いものです。なぜなら、恥があるからこそ意識的に自殺がえらばれるか人生を維持していこうとする手段を選択しないからです。

このレベルでは避けられたはずの事故死がよくあります。私たちは皆「面目を失うこと」、つまり信用をなくすことや「失脚」の苦しみについて何らかの形で知っています。

恥をかくと人の目につかないようにと祈りながら頭をたれてそっと遠くへ去るでしょう。歴史的に見ても「追放」は恥に付随しているものです。原始社会において追放は死ぬことと同じだったのです。

性的虐待によって人生の早い時期から「恥」の意識が植え付けられると、心理的セラピーによって解決されない限り生涯にわたって性格は歪んだままです。

また、「恥」に基づいている人は、完全主義者で偏狭な性質を持っているので、カッとなりやすくまた我慢することができません。

「恥」は性格全体のレベルを引き下げることから、恥だけではなく、ほかのネガティブな感情によって傷つけられやすい結果を招くので、愚かな自負心や怒り、罪の意識をしばしば起こさせます。

一覧表に戻る

重要：【200】未満の意識の対処方①

【200】未満の意識にとどまることは、その人の将来にとって好ましいものではありません。しかし、【200】未満の意識を、拒絶したり、抑え込んだり、無視したりしてはいけません。余計に、その意識にエネルギーを与えます。【200】未満の意識を感じたら、その意識を客観的に観察してください。そして、その意識が生まれる原因になった「信念（思いこみ）」を探ってください。一般的に「信念」というものは、好意的に受け取られているようですが、良き人生を創造するために書き換えが必要な「信念」もあります。
例えば、「他者に迷惑をかけてはいけない」とか、「努力しなければいけない」とか「いつも明るく元気でいなければいけない」・・・などの「信念（思いこみ）」を、人は意識的に、もしくは無意識に心の奥に持っています。一見、これらの信念は正しいようにみえますが、長い人生において、人に迷惑をかけざるを得ないときだってありますし、いつも努力できるわけでもありません。ときには心が沈んで明るくふるまえないことだってあります。そんなとき、上記の「信念（思いこみ）」があると、「自分はダメな人間だ」という「恥」や「罪悪感」といった【200】未満の意識が生まれます。つまり、【200】未満の意識は、自分にとって書き換えが必要な「信念（思いこみ）」が心にありますよ、という「サイン」です。その「サイン」を感じたら、その原因となった「信念」を探しだして、以下のように柔軟なものに書き換えてください。

●「他者に迷惑をかけてはいけない」　→　「なるべく他者に迷惑をかけないようにしたほうが良いが、迷惑をかけてしまうことだってある。そんなときは、心から頭を下げれば（感謝／謝罪すれば）よい。」
●「努力しなければいけない」　→　「努力は成長するために必要なときもあるけど、努力できないときだってあるし、努力しなくたって結果がでるときもある。同じことをするなら、努力するより楽しんでやった方がよい。」
●「いつも明るく元気でいなければいけない」　→　「明るく元気な方が良いが、心が沈むときだってある。そんなときは、無理に明るくしなくたっていい。ありのままの自分に素直なほうがよい。」

心理学では、このような人間の意識に影響する「信念」を「フレーム（骨格）」といい、信念を書き換えることを「リフレーミング」といいます。人間は、知らず知らずのうちに「フレーム」を心の中に創ってしまいますが、人生をよりよく生きるためには、良い影響を及ぼさない「フレーム」を「リフレーミング」することが大切であると、心理学者たちは提唱しています。
まずは、【200】未満の意識が生まれた時、その原因になる「信念（思いこみ）」を探し、出来る限り柔軟なものに書き換えることを習慣にしてください。「信念（思いこみ）」は自分で創りだしたものですから、自分で書き換えることができます。このような行為の体系を心理学ではＮＬＰ（Neuro-Linguistic Programming:神経言語プログラミング）といいます。興味があれば、ＮＬＰに関する関連図書をお読みください。よりよい「意識」を持つための参考になると思います。

エネルギーレベル（意識レベル）　【３０】　罪悪感

[人生の視点]　悪
[感情]　　避難
[プロセス]　破壊

　私たちの社会で、人を操ったりするためによく使われるのが、「罪悪感」です。それはさまざまな感情に現れます。自責の念、自己批判、マゾヒズム、それから犠牲心など。

　無意識の罪悪感は、心身症や事故、さらには自殺行為を招くことがあります。

　多くの人々が生涯にわたって罪と闘いながら生きるか、もしくは、罪を道徳的にも不道徳的にもとらずに、罪を全面的に否定しながら、あってはならないものだと、それから逃避しようとします。どのような形であれ、罪悪感にとらわれてしまうと、結果として「罪」の意識に支配されてしまいます。それは、自分だけでなく、誰に対しても「許さない」という態度を引き起こします。

　罪悪感は、ときに激怒という感情を引き起こします。「殺人」、「暴力」は、その状態をよく表しています。

　また、刑罰制度は、この「罪悪感」の現れでもあります。

一覧表に戻る

重要：【200】未満の意識の対処方②

【200】未満の意識が悪いものであるという判断はいけません。意識は、どんなものであろうと意味があるものです。ただし、意識が現実の世界に反映されるという普遍的なルールが存在することを念頭におき、【200】以上の意識になるべくとどまるよう心掛ければよいのです。

この「罪悪感」という意識も、人間が自我を発達させる際、自由意思という本能を超えた行動原理を獲得するために同時に構築された意識です。肉食動物が獲物を捕獲し食べるという行為は、本能として自己を存続させるという自然のものであるため、「罪悪感」という意識はありませんし、それを持つ必要もないわけです。本来、人間も生物として生きるという範疇でとどまっていれば、「罪悪感」という意識を獲得する必要が無かったのですが、自由意思という行動原理を獲得したがゆえ、自己を存続させるという本能を超えた欲望を追求するようになり、それを制限するために「罪悪感」という意識が自動的に芽生えてしまったのです。
我欲を追求すること自体は悪いことではありません。どんどん豊かさや幸せを求めればよいのです。しかし、飢えを満たす以上の我欲のために他の生命を侵害することは、生命としてやってはいけないことです。

つまり、「罪悪感」は他や自然に対する侵害を制限するための意識です。この「罪悪感」がなければ、戦争、殺人、暴力や破壊など、他者や自然を侵害する行為を抑えることができません。

このような存続目的以上の他者や自然への侵害に対する「罪悪感」は、なくてはならないものです。
ただし、前ページで述べたような、「・・・すべき」「・・・でないといけない」というような凝り固まった信念（思いこみ）から生み出される「罪悪感」は不要です。

どんな「罪悪感」にしろ、抑えたり、拒絶したりしすぎると、本文のとおり、破壊的な行為として、そのエネルギーを発散させようとしますので、「罪悪感」の存在を認め、観察し解放しましょう。
「罪悪感」を、信頼できる人に話したり、書き出したり、客観的に心の中で観察したりして、そのエネルギーは解放してください。いつの間にか、その意識は消えます。

人間は、人生を自由に創造し、さまざまなことを自由に経験できます。単に生命を維持し、種を存続させるためだけに人間は生きているのではありません。さまざまなことを経験し、それに伴う意識を経験するために、人間はこの世に生れてきたのです。つまり、すべての意識は、人間として存在する以上、必然的に経験するものなのです。そうなるように、そうできるように望んで自我は発達したのです。
ですから【200】未満の意識であろうとも、その意識を認めて感じる必要があるのです。すべての意識を経験したいと望んで人間として生まれたのですから。
すべての意識は、抑え込んだり、無視したり、拒絶して、一次的に消し去っても、必ず、何かのきっかけで、エネルギーを増して浮かび上がってきます。もともと、感じたいと思って自分で発生させた意識ですから当たり前です。意識の存在を認めて感じてあげれば、その意識は存在意義がなくなり、エネルギーを弱め、暴走しなくなります。

エネルギーレベル（意識レベル）　【５０】　無感動

[人生の視点]　絶望
[感情]　　絶望感
[プロセス]　　放棄

　このレベルは失望、絶望といったことが特徴として挙げられます。世界や未来は灰色に見えるでしょう。「哀れ」という感情がその人の人生の中心となります。

　無感動は希望を失った状態です。その犠牲者は物質的にだけでなく、あらゆることに対する喪失・欠乏状態で、生きるエネルギーにも欠けてしまいます。その結果、外部の援助者からの精神的エネルギーが供給されないかぎり、最悪の場合は自殺による死を招くこともあります。

　生きる意志がなければ刺激に対して反応もなく、彼らの目はものを追うことをやめて、提供された食物を飲み込む十分なエネルギーさえ残らずに、絶望がその人を支配します。

　どんな名医が最新の医療処置を施しても、この「無感動」の意識に支配され、生きる希望を失った人を助けることができません。救うことができるのは唯一、「愛」とか「喜び」という、心から発する高次の意識（精神エネルギー）だけです。

一覧表に戻る

エネルギーレベル（意識レベル）　【７５】　深い悲しみ

[人生の視点]　悲劇
[感情]　後悔
[プロセス]　落胆

　このレベルは悲しさ、損失、依存に関係しています。人はだれでも一時期このレベルを経験しますが、この意識に支配されてしまうと、人は絶えまなく続く後悔の中で、うつ病のような生活を送ってしまいます。これは、過去に関する悲しみや後悔の意識です。

　この意識が続くと、ときとして、仕事や友人、家族、チャンスといったものを失い、健康も同じように失うことがあります。

　人生の早い時期に大きな悲しみを経験すると、成長するにつれて「人生とは悲しみだ」という境地にとらわれるようになります。何を見ても、何をやっても、悲しみの意識に支配されるときがあります。

　この「深い悲しみ」の意識では、愛する人や物や環境などを失うことが、「愛」つまりは「生命のエネルギー」そのものを失うことだと勘違いします。このレベルでは、そのような感情的な損失が、深刻なうつ病や、死の引き金となるときがあります。

一覧表に戻る

エネルギーレベル（意識レベル）　【１００】　恐怖

[人生の視点]　怯える
[感情]　　心配
[プロセス]　　引っ込み

　【１００】のレベルになると、エネルギーが出てきます。危険に対して恐怖を抱くことは、それ未満のレベルよりは、多少は健全だということです。

　世界のほとんどは恐怖に支配されています。それが多くの人間の止むことの無い行動の源泉となっています。敵に対する恐怖、欠乏に対する恐怖、老いや死に対する恐怖、拒否されることに対する恐怖など、数多くの社会的恐怖が、ほとんどの人々の生活における基本的な動機づけとなっています。

　この意識レベルから見ると、世間は罠と脅威の危険でいっぱいに見えます。

　また、「恐怖」に基づく政策は、共産主義国家や独裁国家が市民をコントロールするため、好んで用いるものです。

　そして「恐怖」に基づく「不安」は、おもに経済を巧みに操る道具になります。メディアと広告は、市場占有率を増加させるために「恐怖」を用いることがよくあります。

　「恐怖」がもつ増殖的な性質は、人間の「想像力」と同様に限界がありません。人間がいったん「恐怖」に取り付かれると、世の中の出来事すべてが、ありもしない「恐怖」の対象となります。

　それはさまざまな形で現れます。たとえば、関係を失うことの「怯え」は「嫉妬」となり、生きていくために必要なものが手に入らないかもしれないという「不安」は、他者に対する「攻撃的態度」や「憎悪」となります。また、それは伝染性のあるものなので、社会全体に蔓延することにもなりえるのです。

　恐怖は個人の成長を制限し、自他の間の根強い境界を創りだします。

　「恐怖」より上の意識レベルに上昇するためにはエネルギーを要するので、「恐怖」に抑圧されている人は、助けなくしてより高いレベルに達することができません。したがって、恐怖に取りつかれている人は、そこから解放されたいがために、権力者や有名人に異常なほど惹かれ、それらの権威や力と接点を持つことが、その人のステータスになります。さらに、「恐怖」を払拭するために、そのことを他者に吹聴したがります。また、自らも権威主義の奴隷になり、権力、地位、年収、学歴や家柄などの表面的な状態を重視しすぎるあまり、「心でつながった人間関係」を軽視する傾向があります。

一覧表に戻る

エネルギーレベル（意識レベル）　【１２５】　欲望

[人生の視点]　失望
[感情]　　切望
[プロセス]　　奴隷状態

　さらにもっと多くのエネルギーが、このレベルで出てきます。「欲望」は、経済も含めて人間の活動の広い領域を動機づけます。広告業者は、私たちの「欲望」をニーズに結びつけるようプログラムしながら、衝動的に操作します。

　「欲望」は、目標を達成するために努力をするようにと、私たちを動かします。お金や名声、権力を得ることに関わる欲望が、恐怖のレベルから抜け出した多くの人々の最優先の動機となります。

　また欲望は、強固なレベルになると、欲望を満たすこと自体が、「幸せになる」という人生の目的そのものよりも重要になってしまうこともあります。

　「欲望」は、たえず何かの目標に向かう意識エネルギーなので、飽きることを知りません。したがってひとつ満足を得ても、他の満たされていない渇望に取り替えられてしまいます。例えばビジネスで成功し多大な富を得た者は、さらに莫大な富を手に入れることや、社会的名声を得ることに、取りつかれる傾向があります。

　明らかに、「欲望」は「無感動」や「深い悲しみ」よりも、エネルギーの高い状態にあります。それは「得る」ためには、まず「欲しい」というエネルギーがなければいけないからです。欲することは、それ未満のレベルよりも成長への道に私たちをスタートしやすくしてくれます。したがって、「欲望」は、より高いレベルの意識への飛込台となるのです。

一覧表に戻る

エネルギーレベル（意識レベル）　【１５０】　怒り

[人生の視点]　敵対
[感情]　　憎しみ
[プロセス]　攻撃

「怒り」は、創造と破壊のどちらにも通じることができます。

「無感動」と「深い悲しみ」から抜け出て「恐怖」を乗り越えると、「欲望」という意識が出てきます。「欲望」はフラストレーション（欲求不満）に通じていて、続いて「怒り」に通じます。したがって、演繹的に考えれば、「怒り」は圧迫から自由へと猛烈な勢いで向かうテコとなるかもしれません。社会的な「不公平」、「罪のない者への処罰」、「不正」などに対する怒りは、社会構造に変化をもたらす大きな社会運動を生んできました。

しかし「怒り」は恨みや復讐心を表すので、爆発しやすく危険でもあります。怒りが習慣となっている人々は、わずかなことにも敏感になり、「不公平なこと」や「不正」や「欠陥」などを探し集めたり、喧嘩早かったり、もめごとやクレーム好きになり、訴訟を頻繁に起こす人までいます。

怒りは簡単に憎しみへと移行し、憎しみは、他者も巻き込んで、人生のすべての領域に破壊的な影響を及ぼします。

一覧表に戻る

エネルギーレベル（意識レベル）　【１７０】　プライド

[人生の視点]　要求
[感情]　　嘲笑
[プロセス]　　得意

　プライドは現代人の大方が求めているレベルです。下方のエネルギーフィールドに比べると、このレベルに達するにつれて、人間はポジティブになります。自尊心が涌いてくると、【１７０】未満のレベルで経験したすべての苦痛は和らぎます。プライドという意識は自らの格好の良さを知っているので、人生というステージでそれを見せびらかそうとします。

　一般にプライドはプラスに評価されていて、社会的にも奨励されるのですが、意識レベルのチャートから見ると、【２００】という臨界点のレベルより下のレベルであり、まだネガティブな状態といえるでしょう。なぜなら、プライドが、他に良い影響を与えるものではなく、個人的な優越感に過ぎないものだからです。

　プライドという意識は、外部の状況に依存しているので、受身的であり、傷つきやすいものです。外部の条件次第で、突然、低いレベルに戻ります。プライドによりふくれあがった自我（エゴ）は攻撃に弱いものです。これは、「プライド」を失うことへの恐怖心から最も低い意識のレベルである「恥」に逆戻りさせられることもあるので、良いレベルとは言えません。

　プライドは、他者と自分を区別するので派閥争いを招き、結果的に高い代償を払う事にもなります。人はプライドのために死ぬこともあります。軍隊は「愛国心」と呼ばれるプライドのために、いまだに殺しあうことを定期的に行っています。中東と欧米間の宗教戦争や、狂信的なテロリズムなど、すべての争いは、社会が支払うプライドという意識の代償です。

　プライドのマイナス面は、「傲慢さ」と「否認」です。これらはその人の成長を妨げます。なぜなら、プライドの意識を強く持つ人は、その人の感情的な問題や性格上の欠陥を認めることができず、自分は正しいと信じるために、自分の欠陥を修正することを否認してしまうからです。また、その感情的な問題や性格上の欠陥に対する罪悪感を無意識に感じているため、否定的な感情をもたらした出来事に対して、同意・共感を他者に求め、罪悪感を癒そうとします。しかし、この行為は一時的には効果がありますが、本質的な解決につながりません。

　プライドの隠された本質は、「傲慢さ」と「否認」です。プライドに代わる本物のパワーを得るためには、プライドは、非常に大きな障害になります。

一覧表に戻る

エネルギーレベル（意識レベル）　【２００】　勇気

[人生の視点]　実行可能
[感情]　肯定
[プロセス]　能力

【２００】レベルにおいて初めて、「フォース」から「パワー」へと展開します。

これは、人生や社会に対して、ポジティブか、それともネガティブな影響を与えるのかを識別できる臨界点です。

「勇気」のレベルにおいて、「パワー」が到来します。したがって、さまざまな能力が産まれるレベルであり、探求力、達成力、忍耐力、決断力のゾーンです。「勇気」より低いレベルでは、世の中は絶望的であったり、悲しいものであったり、恐ろしかったり、もしくはいらだたしく見えます。しかし、「勇気」のレベルでは、人生は面白く挑戦的でもあり、刺激的に見えるのです。

「勇気」は新しいものを試みながら、人生の変化に、挑戦的に立ち向かう意欲を意味します。能力が与えられるこのレベルでは、人は、人生のさまざまな障害に対処できるようになり、また人生のチャンスをうまく生かすことができます。

例えば【２００】では、新しい仕事の技術を学ぶエネルギーを得ることができます。成長することや学びは、達成可能な目標となります。恐怖や性格の欠点に直面しても、そんなことにも負けずに成長できる能力があります。不安に対して、【２００】未満の段階では無力ですが、「勇気」の意識レベルでは、不安を打ち負かすパワーがあります。

このレベルにおける人々は、自分たちが得るのと同じくらい多くのエネルギーを社会に返します。達成しようとする目的自体が社会に対するポジティブな影響を及ぼし、自他のためになり、また自尊心にもつながるので、次第に自己の意識レベルは高く強くなり、生産的な生き方が始まります。

人類の集合意識レベルは、何世紀にもわたって【１９０】に留まり続けましたが、この１０年間（２００２年の時点）にほんの少しですが【２０７】というレベルにジャンプしたことは、興味深いことです。

一覧表に戻る

集合意識レベルは、「パワーかフォース」の本文に算出の式は記載されていませんが以下のようです。（単純な平均値ではありません。）つまり、集合意識レベルが２０７といってもほとんどの人は２００以下となります。

~~$$E = \sqrt{\frac{\sum_{i=1}^{n} ei^2}{n}}$$~~　~~E:集合意識レベル　e：個々の意識レベル~~

$$E = \log \frac{\sum_{i=1}^{n} 10^{ei}}{n}$$　E:集合意識レベル ei:個々の意識レベル(i=1,2,3,,,,n)

エネルギーレベル（意識レベル）　【２５０】　中立

[人生の視点]　満足
[感情]　　信頼
[プロセス]　　解放

「中立」と呼ばれるレベルに達すると、低いレベルから解放されるので、エネルギーは非常にポジティブになります。

【２５０】未満では、意識はものごとを二つに分けて見る傾向があり、白黒で分けることができない複雑で多因性の社会問題に対しても、どちらかに固執する姿勢をとります。

しかしそのような姿勢を取れば、二極性（対立）が生じて反対や分裂を作ってしまいます。

障害や、人のエネルギーを消耗させる対立を超えると、「中立」の状態となります。ここでは柔軟さがあり、批判的にならないので、現実的な評価ができるようになります。「中立」であることは、結果にはあまりこだわらないことを意味します。自分の思いどおりにならないことに対する苛立ち（いらだち）は、ほとんど経験しなくなります。

「中立」のレベルでは、「さて、この方法がうまくいかないなら、また別の方法でも探そう」と言うことができます。これは、内なる自信の始まりを意味します。自分のパワーが実感できると、人は簡単におじけづいたりしませんし、他人に認めてもらう必要もありません。周期的に満ち潮と引き潮がある人生において、基本的に【２５０】のレベルの意識をもちながら自然体でいられます。

「中立」の人たちには、幸福感があります。このレベルでは、この世で生きる自信が現れます。このレベルの人たちは、対立や競争に関心がないので、批判的な態度をすることも、他人をコントロールすることもありません。そのため、一緒にいると快適なため、周囲の人たちも安心し、良好な人間関係を築くことができます。

「中立」の人たちは、対立や依存や欠乏などの感覚が薄れるため、他者や出来事によって、感情を乱されることがありません。

一覧表に戻る

エネルギーレベル（意識レベル）　【３１０】　意欲

[人生の視点]　希望
[感情]　　楽天的
[プロセス]　　意図

　ここでいう「意欲」とは、ある社会的に有意義なことを、どうしても、やりたくてたまらないという「純粋な内発的モチベーション」のことを指します。

　非常にポジティブなこのエネルギーのレベルは、これからさらに上のレベルへの入口であると考えられます。

　「中立」のレベルでは仕事は適切に行われますが、「意欲」のレベルでは仕事はうまく進み、すべてのプロジェクトが成功するのは当たり前のことになります。

　成長はここで急速に早まります。なぜならこのレベルの人々は、周りから求められて進歩するからです。「意欲」とは、人生に対する内面の葛藤に打ち勝って、前向きに生きることを意味します。

　測定が【２００】未満の人々は、閉鎖的な傾向がありますが、【３１０】のレベルになると、心が開かれるため、ときに素晴らしいひらめきが現れます。

　このレベルでは、だれにでも好意を持って接する人間になるので、社会的にも経済的にも成功は自動的についてきます。

　「意欲」の意識レベルの人は、失業などの危機的な状況にも煩わされません。彼らは、危機的な状況を自らの力で克服し、自分で天職を作り出すことさえします。彼らは誰に対しても協力的で、社会のよき貢献者になります。また、心の内面の問題にも前向きになるので、人生の学びに対する大きな障害はありません。

　このレベルの人は、自己尊厳の気持ちが高く、周りからの認知や感謝、見返りといったポジティブなフィードバックによって、さらにパワーは強化されます。「意欲」は他者の求めに共感し、敏感に反応します。意欲ある人々は、社会を築く貢献者です。逆境から立ち直り、経験から学び、自己修正できる能力があります。プライドを手離したので、彼らは自分の欠点を知り、他者から学ぶ謙虚さも持ち合わせています。「意欲」のレベルでは、人々は非常に優れた学習能力を持ち、社会のために大きなパワーを発揮し始めます。

一覧表に戻る

エネルギーレベル（意識レベル）　【３５０】　受容

[人生の視点]　円満
[感情]　　許し
[プロセス]　超越

　意識のこのレベルでは、自分がすべての原因であり、自分自身が自分の人生の創造者であると理解し始め、大きな意識の変容（昇華）が起きます。「自分がすべての根源である」という意識を持つことは、このレベルに進化した人に特有なものであり、生命のエネルギーと調和をもって生きることができるという能力が生まれます。

　【２００】未満のレベルにおけるすべての人間は、ささいな出来事で無力になる傾向があり、主体的でなく、無意識に自分を環境の犠牲者であるとみなしています。この認識は、幸福の源や問題の原因が、「自分以外」にあるという信念からおきます。

　幸せの源は自分の内にあるという気づきから、自分自身が本来持っているパワーを取り戻す飛躍的成長が、このレベルで完成します。

　さらに進化した段階では、自分を幸福にする要因は「自分以外」には何もなく、そして「愛」は他者から与えられたり、奪ったりするものではなく、自分の内面より創造されるものであるということに気づきます。

　このレベルを受身と誤解してはいけません。受身は無関心の徴候ですが、「受容」とは、周期的に満ち潮と引き潮がある人生を、あるがままに受け入れることです。「受容」には感情的な穏やかさがあり、そして、人生の良い時も悪い時も、それぞれの状況からさまざまなことを学び、人間や物事に対する視野を大きく拡大させます。

　人はこの状態で、歪みも誤解もなく、ものごとを曇りなき眼（まなこ）で見る事ができます。経験の内容は拡大されるので、個々の事象のつながりをみることができ始めるのです。「受容」は、バランス、割合、適切さに焦点をあて、【２００】未満の意識から生まれる無駄な努力をしなくなります。

　「受容」のレベルにある人は、正しいか間違いかを決めることには関心はなく、その問題の解決策を見つけだすことにのみ関心があります。障害に対して不快に感じたり、うろたえたりしません。また、長期目標を短期目標より優先し、自己鍛錬と物事に精通することが際立ってきます。

　「受容」のレベルでは、争いや対立によって二極化することはありません。他の人たちも自分と同じような権利があると理解しているので、平等さを尊重します。

　また、このレベルにおいては社会的な二極化（戦争、抗争、対立、批判、論争など）の現象は、問題解決への一段階として生じているのだと、理解し始めます。したがって、すべての人や事象に対する区別、否認、善悪や正誤などの判断をすることが無くなります。

　「受容」のレベルでは、平等とは、多様性を許し、受け入れるものであるという理解があります。

一覧表に戻る

エネルギーレベル（意識レベル）　【４００】　理性

[人生の視点]　意義
[感情]　　理解
[プロセス]　　抽象

　低いレベルの感情を超越できると、知性と合理性が現れてきます。理性は、複雑で大量なデータを扱うことができ、また迅速に正しい決定をすることができます。関係の複雑さや、深さのレベル、微妙な違いを識別し、理解することができます。

　そして、抽象的な概念（コンセプト）を活用する方が、具体的な解決手段よりも重要だと分かってきます。また、さまざまな科学や思想に対する理解力や読解力、さらには、インスピレーションを概念化し言語化する能力が、著しく増大します。

　このレベルでは知識と教育が「財産」として追加されます。理解と情報は達成のメインツールとなり、その状態から、【４００】レベルであることが証明されます。

　このレベルの短所は、概念や理論についつい夢中になり、「木を見て森を見ず」の状態になってしまうことです。つまり現象そのものや、それが示す意味の違いを厳密に識別することにとらわれたり、「客観的な世界（外界）」と「主観的な世界（内面）」の間の、目に見えない因果関係を、正しく理解することを制限してしまいます。

　このレベルでは結局、基本的なポイントを逃してしまいます。理性を働かせること自体が「最終ゴール」になる傾向があります。「理性」には限界があり、物事の本質や複雑な問題の真髄を見抜く力はありません。

　「理性」だけでは真実を見いだすことはできません。理性は莫大な量のデータに裏付けを生み出しますが、そのデータと実際に起きる現象との間の矛盾を解決する能力に欠けます。「理性」は、論理的な方法論によって支配されている機械的（非人間的）な世界では高い効果がありますが、人間および人間関係の問題を解決する能力はありません。

　ハーバード大学などのＭＢＡ（経営学修士）取得者が、価値観が異なる複数の人間が介在するビジネスにおいて、必ずしも成果をあげるとは限らないという現象も、この「理性」の限界を示しています。

　また、「理性」は、人の意識が、より高いレベルへ進化することに対して最も大きな障害になります。

一覧表に戻る

エネルギーレベル（意識レベル）　【５００】　愛

[人生の視点]　恩恵
[感情]　　崇敬
[プロセス]　　啓示

　一般的な社会で定義される「愛」は、ここでいう「愛」とは違うものです。一般的に「愛」と呼ばれているものは、肉体的な魅力、所有欲や嗜好など、目新しさが交わった激しい感情的な状態をいいます。それはとても壊れやすくて、また変わりやすく、満ちては引く潮のようなものです。

　ひとたびフラストレーション（欲求不満）が起きると、「一般的な愛」は仮面を外し、それが本来持っていた怒りや依存関係が明らかになることがよくあります。「一般的な愛」が、落胆や失望や憎悪に変わることは、よくあることです。しかし、それは、ここでいう「愛」ではなくセンチメンタリズム（感傷的愛・依存的愛）のことです。そのような「一般的な愛」はここでいう本当の愛ではなく、「プライド」や「欲望」や「恐怖」という意識から生じた、単なる「感情」でしかありません。

　【５００】レベルでの、内面から創造される無条件かつ永久的な「愛」は、どんなことがあっても揺るぎません。なぜなら、その源泉が、まったく外部の事象に起因していないからです。

　「愛」は心の持ち方です。それはすべてのものを、許し、養うサポート的なあり方です。「愛」を発するのは、理性からでも頭からでもありません。「愛」はハートから発します。その動機の純粋さゆえに、他の人たちの意識エネルギーをも引き上げます。「愛」はかなり大きなパワーを持っています。

　このレベルに達すると、物事の本質を識別する能力が優れてきます。問題の真髄が関心の中心となります。理性（逐次的な論理思考）を使わずとも、問題の全体像を瞬時に認識する能力が生まれます。

　特に時間とプロセスに対してのとらえ方が、それ未満のレベルより大きく拡大します。「理性」は細部だけを扱いますが、「愛」は全体を扱います。この能力は、よく直観に関係しているとみなされています。その理由は、連続して現れる事象を頭の中で逐次的に解読するのではなく、事象が示すパターンとか象徴などを、全体の関係性として、瞬間に、一意に把握するからです。直観によって把握される理解は、一見、抽象的なものだとみなされていますが、実際にはかなり具体的なものです。

　「愛」は立場にとらわれないし、区別をしないので、その結果、グローバルに広がります。どんな境界もそこにはもはや存在しないので、「他と一つになる」ことが可能です。したがって「愛」は包括的であり、「自分」という意識の範囲が、自己を超えて拡大していきます。

　「愛」は生きることのすばらしさに焦点を合わせて、ポジティブさを増大させます。そして、ネガティブなものを、攻撃することよりも、それを認め解放することによって、溶かし消滅させます。

一覧表に戻る

エネルギーレベル（意識レベル）　【５４０】　喜び

[人生の視点]　完成
[感情]　　静隠
[プロセス]　(神)変身

「愛」がますます無条件になるにつれて、あなたの内側から喜びがわき出ることを経験するでしょう。これは、何かの原因で起こるようなものではなく、一瞬一瞬の中に、感じられるものです。

【５４０】以上のレベルは、高度な精神の探求者の領域です。この意識レベルの人には、長引く逆境に直面しながらも、卓越した忍耐力で積極的な態度を根強く持つという特徴があります。

この状態の印は「慈愛」です。このレベルに達すると、他の人々にはっきりとした影響を与えます。このレベルに達した人たちは、相手の目をじっと見つめるだけで、人々を愛と喜びの意識に導きます。

【５４０】という高いレベルから見る世界は、創造の完全さと絶妙な美しさで輝いています。さまざまなことが共時性（シンクロニシティ）をもって自然に起きます。そして、存在するすべてのものが、宇宙精神の表現であることがわかります。その人の意識は、普遍的で創造的な宇宙精神に溶け込み、宇宙精神の創造力を時として発揮します。それを人々は「奇跡」と呼びます。

「喜び」の意識レベルにある人は、何か自分よりもっと偉大な存在が身近に感じられて、その存在のパワーによって、通常の感覚以外の意識（高次の変性意識：外部の現象からではなく、心の中心から「至福」とか「喜び」がとめどなくあふれる感覚、歓喜の意識状態）を感じる現象が起こり始めます。

このレベルにおける人の他者に対する責任感は、低いレベルで示される責任感とは異なった質のものです。特定の人間のためにではなく、むしろ生命そのもののために、創造の源である「意識」を使いたいという願望があります。この多くの命を同時に愛することができる能力は、愛が深まれば深まるほど、自分の「愛する能力」の領域を拡大することになります。

一覧表に戻る

エネルギーレベル（意識レベル）　【６００】　平和

[人生の視点]　完全
[感情]　　至福
[プロセス]　　啓蒙

　この意識レベルは、「自己実現」「超越」「宇宙精神との一体化」「絶対の幸福」と呼ばれる状態です。非常に希な経験で、１０００万人に一人しか到達しません。

　この状態に達すると、主観（内面）と客観（外界）の区別がなくなり、そして知覚には、どんなものに対しても、特別な焦点はありません。

　ある人は、スピリチュアルな指導者となります。人類の改善のために匿名で活躍する人もいます。また、彼らの専門領域で偉大な天才となり、それぞれの分野で偉大な社会貢献をする人たちも生まれます。これらの人々には神々しさが満ちており、このレベルの意識は、一般によく知られている宗教を超越し、すべての宗教が由来する純粋な精神へと変わっていきます。

　【６００】以上のレベルでは、時間と空間がスローモーションのように感じられると、しばしば報告されています。また、じっと固定しているものは何もなく、すべては生き生きと輝いて観えます。その状態は絶え間なく続き、このうえなくすばらしい進化のダンス（コズミックダンス）が繰り広げられるようになり、そこで感じる物事の存在意義とその根源に対する気づきは、圧倒的なものとなります。

　このすさまじい気づきは理屈では説明できないので、脳は思考することをやめ、永遠の静寂さが訪れます。つまりこの意識のレベルに達した人は、知覚するすべてのものに溶けて、調和し、一体化した感覚を持ちます。そして、無限のパワーの存在によって、すべてがすべてにつながり融和し、優しさに満ちあふれているのですが、その意識は、岩のようにしっかりとしています。

　優れた芸術品、音楽や建築は、【６００】～【７００】の間で測定されます。それらは一時的ではありますが、私たちの意識を高いレベルに運ぶことができて、どこにいてもインスピレーションと永遠を感じさせてくれます。

一覧表に戻る

エネルギーレベル（意識レベル）　【７００】～【１０００】　エンライトメント（悟り）

[人生の視点]　is（存在そのもの）
[感情]　表現不可能
[プロセス]　純粋な意識

　このレベルは、歴史上の偉大な人々のレベルであり、これは、昔から人類を従えてきた「スピリチュアルな思想」を創造した人々のレベルでもあります。その存在すべてが「宇宙精神」につながっていて、時に、彼らも宇宙精神（神、創造主）と同一視されます。

　これは強力なスピリット（魂）のレベルです。これらの存在は、人類のすべてに影響を及ぼす意識のエネルギーを発散します。このレベルでは、自他が分離せず、自己の意識とすべてのものが一体化します。自我を超越した大いなる自己（Self：真我、ハイヤーセルフ）を無限に感じるのです。さらに、自らが模範となって自我を超越することで、他者にも貢献することになります。これは人間の範囲における意識の進化の頂点を示します。

　偉大な教えは、人類のすべての意識レベルを上げます。そのようなヴィジョンを「天の恵み・恩恵・グレース」と呼び、定義のしようがない、また言語では表現できない、無限の平和が、その人の意識の中に訪れます。

　気づきのこのレベルでは、存在に対する感覚は、すべての時間と個性を超越するものです。「私」という肉体的な認識は、もはや存在しないので、自分という存在の運命に全く関心を持ちません。肉体とは、他者と心を通してコミュニケーションする「道具」にすぎないという感覚を持ちます。個という小さい自己（self：自我、エゴ）は、大いなる自己（Self：真我、ハイヤーセルフ）に回帰し融合します。これは二元性（善と悪、自分と他人など、本来１つのもの２つに分ける考え方）がまったく存在しないレベルであり、あるいは完全なるワンネスのレベルです。意識が局部に集中することはなく、意識は至るところにあまねく存在します。

一覧表に戻る

さて、いかがでしたか。

本資料でご紹介した意識のレベルは、キネシオロジーテストで測定できます。
現時点の自分の意識レベルが測定できます。
（テスト方法は、ネットで検索してみてください。）

ぜひ、本資料の基となった『パワーかフォースか』をお読みください。
また、『投影された宇宙』（マイケル・タルボット著）、『奇跡のコース』（ヘレン・シャックマン著）、『マトリックス・エナジェテックス』（リチャード・バートレット著）も参考になるかと思います。

皆様の健康、豊かさ、幸福に、お役に立つ内容のものだと思います。

一覧表に戻る