
目次

- 3581. アメリカ西海岸のカフェで友人に会う夢
- 3582. 不思議なエレベーターに乗る夢
- 3583. 日記の意義について
- 3584. 小さなものを積み重ねていく大切さ
- 3585. ゆっくりと咀嚼していくことの大切さ
- 3586. 実践の最適な量を見出す大切さ
- 3587. アボカドが教えてくれたインテグラル理論的な変化の原則
- 3588. ある英語表現にまつわる夢
- 3589. 私利的・利他的を超えた営み
- 3590. 近視眼的な現代人とくつろぐことの重要さ
- 3591. 不思議なカバン売り場の夢
- 3592. 不思議な屋根裏部屋と意識が身体から抜け出る夢
- 3593. 桃源郷の溪流を下る夢
- 3594. 現代社会に失われし円環
- 3595. 年の終わりに向かって
- 3596. 2018年最後の土曜日の朝
- 3597. オランダ人の激しい年越し
- 3598. チェバの定理と直接体験の重要さを示唆する夢
- 3599. 一つの音・一つの生命
- 3600. ケン・ウィルバーの書籍の監訳の開始

3581. アメリカ西海岸のカフェで友人に会う夢

クリスマスが終わり、また平穏な日常がやってきた。今朝は六時に起床し、六時半から一日の活動を始めた。

ここ最近のフローニゲンは、気温そのものは例年に比べて随分と高いのだが、体感温度はとても低く感じる。部屋の中のヒーターをつけっぱなしにしても、特に朝に寒さを感じる。毎晩浴槽に浸かるようにしていることもあってか、夜はそれほど寒くないのだが、朝は体温そのものが低いために、より寒さを感じるのかもしれない。いずれにせよ、これからますます寒さが厳しくなってくるであろうから、寒さ対策には気をつけていこうと思う。

今朝方もまた夢を見ていた。今朝の夢は少し記憶が薄れつつあるので、早速書き留めておくことにしたい。

夢の中で私は、アメリカの西海岸のどこかの都市にいた。おそらくそれは、カリフォルニア州の北部のどこかの街だと思う。その街のスタバに私はいて、そこで本を読んでいた。店内の混み具合は中程度であり、席に座れないほどでもなく、客が少ないと感じさせるものでもなかった。

この店の店内は広く、開放的な作りになっていた。私は注文カウンターに近い、二人用の対面する形の席に腰掛けた。店内の入口の方が見える側の席に腰掛け、右手に見える大きな窓ガラスから、道行く人たちの姿を眺めていた。どうやら私は友人を待っているようだった。

その友人が到着するまでにもう少し時間がかかると思ったため、私は先に注文をすることにした。注文カウンターに行くと、一人の小柄な男性がいた。よくよく見ると、彼は私の知り合いであった。彼は早口に何か英語を述べた。

最初の方の言葉が聞き取りづらかったが、それを気にすることもなく、私はアイスコーヒーを注文した。コーヒーが氷で薄まるのを好まないことと、冷たすぎる飲み物は飲まないようにしているため、いつもアイスコーヒーを注文する際は氷なしをお願いしているのだが、その時は氷なしをお願いすることを忘れてしまった。氷が大量に入ったアイスコーヒーがすぐに出された時、「しまったな」と思った。レジ係の女性がそのアイスコーヒーは500円だと言う。ほぼ氷しか入っていないコーヒーが500円す

るというのはずいぶん割高だなと私は思った。私はしぶしぶ会計を済ませ、ミルクが置かれている場所に行き、そこでハチミツをアイスコーヒーの中に大量に入れた。

席に戻ってコーヒーを飲み始めると、すぐに飲み干せてしまうことに気づいた。「この分だと、友人が来るよりも前に一杯目のコーヒーを飲み干してしまいそうだ」と私は思った。しばらくすると、私の友人がやってきた。彼は、私の小中高時代の友人であり、国籍は日本人だ。

彼はアメリカの西海岸にすっかり溶け込んだようであり、この街をとっても気に入っているようである。席に座り、お互いの近況について話を始めた。すると、彼の様子が少しおかしく、どうやら彼はここに来る前にマリファナを吸っていたらしいことに気づいた。カリフォルニア州においてマリファナは確か医者への許可が下り、医療目的であれば合法だが、それ以外では違法だったはずである。

彼の意識は浮遊感があり、私の話を理解してはいるものの、私の質問に対して回答が少々ぎこちない。それでも質問を続けてみると、何かの実験でマリファナを吸うことになったのだと言う。

私は西海岸の大学院に留学していた時に、精神薬理学についてもその基礎を学んでいたため、マリファナがもたらす効果・影響について彼に説明をすることにした。私が話した内容の全てではないが、重要な点については彼も理解したようだ。すると、彼はまだ意識が正常に戻っていないにもかかわらず、店の外に出て行こうとした。私はそれを止めようとしたが、彼が店の外に一步出た瞬間に、彼は消えてしまった。

彼のことが心配であったが、私はもう一度自分の席に行き、本の続きを読もうと思った。テーブルを見ると、氷が溶けてほぼ冷水だけになったグラスがそこにあった。私はもうアイスコーヒーは頼まないと思っていたのだが、注文カウンターの知り合いとまた目が合っしまい、なぜだか二杯目のアイスコーヒーを氷ありで注文してしまった。そこで夢の場面が変わった。フローニンゲン:2018/12/26 (水)06:55

No.1514: A Streetlamp on a Cold Night

Now today is approaching the end, so I'll go to bed in a little bit. I can see a light of a streetlamp on a cold night. Groningen, 21:26, Wednesday, 12/26/2018

時刻は午前七時を迎えようとしている。辺りは闇に包まれており、とても静かだ。

今朝方の夢について先ほど書き留めていたが、実際にはその他にもあと一つ二つほど夢を見ていたように思う。それらの夢については残念ながらもう記憶にない。また、先ほど書き留めた夢に関しても、もう少し細かな描写があったように思う。確か、カフェの中で友人と話をしている時に、哲学者のザカリー・スタインがやってきて、私たちに話しかけたのを覚えている。

彼も精神薬理学や人間の意識について造詣が深いため、マリファナを吸って浮遊感を漂わせている私の友人を見て、「やれやれ」といった表情を見せ、彼に笑顔で何か助言をしていたのを覚えている。また、カフェの中で、アフリカ系アメリカ人の親子と立ち話をしていたのも覚えている。その親子は母と女の子であり、私はその子の母と気さくに何かを話していた。友人が去った後に、カフェでもう一杯アイスコーヒーを飲むことにした私は、その後、カフェを後にしようと思った時に、そのカフェが突然エレベーターに変わったのを今思い出した。

そのエレベーターの中には、見知らぬ日本人が三名ほどいた。私はエレベーターの右側に立っており、壁の押しボタンの近くにいた。あとの三名は全員左側に立っている。私たちはどうやら下の階に行こうとしているらしく、私がエレベーターに乗った瞬間には上に行く表示が出ており、このエレベーターに乗って大丈夫だろうか？と一瞬思ったが、私が乗った瞬間に表示が下行きになった。そこでその三名が乗り込んできた、というのが事の始まりである。

私は彼ら三人に、「このエレベーターは下に行きますが大丈夫ですか？」と確認した。すると彼らは、「大丈夫です」と述べた。エレベーターのドアを閉めて下に行こうとした瞬間に、一人の男性がエレベーターの前に現れたため、慌てて「開く」のボタンを押して、その方をエレベーターに乗せた。その方は息を切らせながら、「ありがとうございます」と私たちにお礼を述べた。

エレベーターのボタンを再び閉めようとする、実はこのエレベーターは不思議な作りになっていることに気づいた。どうやら目の前の空間そのものも上下動するらしく、その先の空間も同様に上下動するようになっていた。つまり、目の前の空間がエレベーターのボックスのように仕切られており、それが向こう側にいくつも連なっており、さらにはそれら全てが連動した動きをするようになっていた。

しかも、それら全てを一括してコントロールすることができるのは、私の右横の壁に設置されているボタンだった。

一人の男性が慌ててこのエレベーターに乗ってきた後に、ドアを閉めたところ、同じような形で二人の男性がこのエレベーターに乗ろうとしている姿が見えた。すると、最初からこのエレベーターに乗っていた三人のうち、一人の女性が「またですか」というような表情を浮かべていた。

私は、エレベーターに乗せるのは今回の二人で最後にしようと思った。二人をエレベーターに乗せると、彼らもまた息切れをしながら、私たちにお礼を述べた。

いざ下の階に向けてドアを閉めると、またしても遠くから何人かの人たちが走ってこちらのエレベーターに向かってきたが、もうドアをほぼ閉めてしまっていたこともあり、私たちはそのまま下に向かっていった。彼らも乗せてあげたかったが、このエレベーターに乗らずとも、彼らがいた空間もまた下に移動するのだから問題ないだろう、と自分を納得させたところで夢から覚めた。フローニンゲン：

2018/12/26(水)07:16

No.1515: A Relaxing Morning

I was thinking about the importance of living in a relaxing way. I determined to spend everyday in a relaxed atmosphere. Groningen, 11:11, Thursday, 12/27/2018

3583. 日記の意義について

時刻は午前11時半を迎えた。もう少しで昼食どきとなる。

今日は午前中に、協働者の方々とオンラインミーティングを行っていた。本日のミーティングでは、日記を執筆する意義とその継続方法に関する話題が取り上げられ、再度日記の持つ意義と執筆を継続していく方法について考えさせられた。そこで話された内容についてここで細かく書き留めることはしないが、まさに今このようにして日記を書き留めているように、自分にとって、ないしは自分の人生にとって、日記は不可避な、かつ代替の利かない存在になっているように思う。自己発見や自己涵養を含めて、日記は色々なものを私たちにもたらしてくれる。

一昨日から、再び過去の日記を編集し始めており、今日もそれに従事する。改めて、過去の日記が今の自分に励ましをもたらすことに驚かされている。さらには、過去の日記を読み返すことによって、当時の自分から学ばされることもある。

過去の自分から今の自分が学んでいるというのは面白い話である。そのみならず、確かに今の自分は過去の自分よりも何かしらの点において成長しているようであり、「あの時の自分はもうここにはいない」という感覚になることもある。「あの時の自分はそういうところにいたのか」と、当時の自分の成長段階について振り返ることもある。こうした諸々の気づきをもたらしてくれるのが日記であり、ここからさらに自己及び人生を深めてくれるのが日記の持つ力だと思う。

今日、過去の日記の編集をしていく際には、40本ほどの編集を行いたい。当面は、毎日40本ほどの編集を行っていく。これをできれば一月の最初の週まで毎日行いたい。そこからはペースを落としてもいいだろう。というのも、過去の日記をデータとして保存する際に、編集がしやすいように工夫をし始めたのが、ちょうど400本ほど後の日記であるからだ。

今朝のフローニンゲンは霧が立ち込めていたが、今はそれが晴れている。ただし、今日は一日中曇りのようだ。そうした天気にあって、妙に安らぎを覚えている自分がいることに気づく。この安らぎはどこから来たのだろうか？

おそらく、今日という一日がまた充実したものになるという確信から来ているのかもしれない。あるいは、充実感を生み出す大きなエネルギーと自分が一体となっていることが、そうした安らぎをもたらしてくれているのかもしれない。

午後からは日記の編集に力を入れ、クリスマスの日に届いたラヴェルの楽譜を参考にして作曲実践も行う。新しい年を迎えてしばらくするまでは、今年一年間を振り返る意味でも、過去の日記を編集していくことに焦点を当てていく。年末年始をそのように過ごすことができれば、来年もまた充実した年になるに違いない。フローニンゲン:2018/12/26(水) 11:38

No.1516: A Dance of Environmental Affordance

Today has been foggy and cloudy all day long.

I want to dance a humorous dance based on the affordance by this weather. Groningen, 15:58,
Thursday, 12/27/2018

3584. 小さなものを積み重ねていく大切さ

時刻は午後の五時を迎えつつある。この時間のフローニンゲンにはほぼ真っ暗になっている。かろうじて空がダークブルーの色を残しているが、もう夜の世界が外に広がっていると言って問題ないだろう。

今日はこれまでのところ、二曲ほど曲を作った。これから、ラヴェルに範を求めてもう一曲作ろうと思う。作曲実践に加えて、今日も過去の日記の編集を積極的に進めていった。着実にその編集作業が進み、今日は協働プロジェクトに関するミーティングが二時間ほど午前中にあつたが、それを含めても、今日予定していた分量の日記の編集を終えることができそうだ。

先ほど日記を読み返していると、20年前の自分の英文執筆能力に関する言及があつた。小学校六年生か中学校一年生の時に、自分が書くことのできた文章はほんの数単語をつなげたようなものに過ぎなかったように思う。それが今となつては、科学論文を執筆するほどまでに英語を用いて文章を執筆できるようになっていることについて言及があつた。これは日本語の文章執筆についても同じであり、さらには作曲についても当てはまることだろう。つまり、文章の執筆にせよ、創造活動にせよ、始まりはとても小さなものなのである。重要なことは、今自分に書ける範囲の文章を継続して書くということと、今自分に作れる範囲の曲を作っていくことなのだと思う。

とにかく小さなものを生み出していくことを続けていけば、いつかより大きなものを自由自在に創造していくことができるだろう。この創造の喜びは、自分が日々毎日を生きていく上で欠かせないものとなった。

今日は結局、一日中薄い雲が空を覆っており、太陽の光を見ることができなかつた。どこか霧がかかっているような一日だった。

一昨日にアボカドを食べ始めてから、驚いたことに、すぐさまその効果が肌に現れた。特に、手荒れの症状の改善につながっていることに驚いている。アボカドの栄養価が高いことは先日日記に

書き留めていたが、その効能がこうもわかりやすく自分の身体に現れてくることに驚く。ここから改めて思うのは、食べ物は本当に馬鹿にならないということである。日々何を食べるのかは、身体及び心に大きな影響を与える。食の大切さを改めて思った。

今日はこれから作曲実践を行う。就寝前に時間を作り、作曲理論のまとめノートを少しばかり読み返しておきたい。先日、理論を学んでいる最中に、自分が作るメロディーの中に含まれている変な響きをする音の正体がわかってきたという体験をした。曲を作る中では、もちろん特殊な響きをする音をうまく組み入れていくことが重要だが、メロディーの流れを崩してしまうような明らかにおかしな音はできるだけ排除していく必要がある。

これまでも曲を作りながらそうした音に出会うたびに、それがなぜ発生しているのかを考えていたが、理論的な観点がない状態ではそれを自分で考えることが難しかった。今、ようやくその理由が見え始めているため、今後はよりその理由を自分の言葉で説明できるようにしていきたい。そうした鍛錬を積み重ねるほどに、明確な意図を持って特殊な響きの音を曲中に入れていくことが可能になるだろうし、おかしな音が混入している際にはそれをうまく取り除いていくことができるだろう。今から行う作曲実践でもまた一つ新たな学びを得たい。フローニンゲン:2018/12/26(水) 16:58

3585. ゆっくりと咀嚼していくことの大切さ

今朝はいつもより随分と遅く午前八時に起床した。一度午前七時に目を覚ましたが、もう少し睡眠が必要だと思ったので、さらにもう一時間眠ることにした。起床してみると、普段は真っ暗闇の世界が広がっているのだが、闇が少々落ち着き、空がダークブルーになっていた。現在の時刻は午前八時半を迎え、まだ辺りは薄暗いが、ゆっくりと明るくなる方向へ向かっている。

ここ数日間は雨は降っていないのだが、曇りがちの日が続き、太陽の光を浴びることがあまりできていない。今日から五日間連続して曇りのようであり、もう少しこうした天気が続くようだ。

今朝の起床時間が遅かったのは、昨夜寝る時間が遅かったからでは決してない。昨日もいつものように、午後十時前に就寝の準備をし始め、十時頃に寝室に向かった。ただし、ここ数日間過去の日記をかなり大量に編集しており、一日に編集する許容量を超える形で編集を行っていたことが睡眠に影響を与えてしまっていたのかもしれないと思った。毎日40本ほどの日記を読み返して編集作

業を行っていたが、それはどうしてもパソコン上で行う必要があり、必然的にパソコンを眺める時間が増えてしまっていたことが見えない疲労感を生み出していたのかもしれない。

今日からは編集の量を半分にし、毎日20本ほど編集するようにしたい。それを継続させていくようにする。そうすれば、パソコンから離れ、読書に充てる時間も増えるだろう。そうして生まれた時間を活用して、今日は音楽理論に関する書籍とエリオット・アイズナーの教育哲学に関する書籍を読み進めていきたい。明日以降には、ゴッホの手紙を読み進めたり、欧州で巡った様々な美術館で購入した画集などを眺めるようなゆとりを生活に取り入れたい。

昨日ふと、教育哲学者のパウロ・フレイレが現代の教育を「銀行型教育」と批判していたことについて考えていた。その言葉が意味することはシンプルであり、現代の教育は情報を詰め込むことを学習者に強制しており、情報を自らの体験に紐付けて咀嚼するような余地はなく、まるで銀行預金にカネが蓄積していくように、単に情報が学習者の内側に蓄積する様子を表すものである。この言葉を思い出しながら、私たちは目には見えない情報に関しては、つつい無理に詰め込もうとする悪しき傾向があるのかもしれないと考えていた。例えば、物質としての食べ物を食べ切れないほど人に強制することはほとんどないが、それが情報だとしてつつい無理に詰め込むことをしてしまう。

食べ切れない食べ物を食べようとした時、消化不良が起こると同様に、情報に関しても咀嚼許容量を越えれば、たちまち消化不良を起こしてしまう。そうしたことを考えながら、自分自身の日々の生活の有り様について振り返っていた。

誰も1トンの食べ物を一日で食べ切ることはできないが、一日に数キロを分けて食べていくことならできる。それを一年間継続させていくと、一年で1トン近くの食べ物を食べていることになる。知識や技術との向き合い方も同様のものにしていくことが大切だ。一回で多くのことを取り入れようとするのではなく、少しずつ知識や技術と向き合っていくようにする。

向き合う際にそれを咀嚼していくことが何より大切なのであり、咀嚼できない量と向き合わないようにする。もしかすると、数日前から始めている過去の日記の編集は、自分の咀嚼許容量を超えていたのかもしれないと思う。過去の日記を読み返す中で新たな気づきや発見が起こっていたことを考えると、編集作業も間違いなく咀嚼を要求するものである。昨夜の睡眠時間が長く、何らかの休息を

自分に要求していたことを考えると、それは咀嚼に必要な休息であるように思え、それゆえに、今日からは咀嚼できる最適な量の日記を編集していくようにする。フローニンゲン:2018/12/27(木)
08:53

No.1517: A Dance on a Cold Night

It looks like as if darkness were dancing. Finding out brightness in the dark, I'll go to bed in a little bit. Groningen, 21:12, Thursday, 12/27/2018

3586. 実践の最適な量を見出す大切さ

つい今しがた、今日一日分のコーヒーを入れ始めた。コーヒーメーカーが懸命に働く姿が見える。その動きに合わせて、コーヒーのよい香りが書斎の方に漂ってくる。

先ほど、咀嚼許容量について考えながら、ゆっくりと対象と向き合い、その経験を咀嚼していくことの大切さを書き留めていた。日記を書き終え、保存先のフォルダに文章を移そうとした時、ちょうど昨日の最後の日記のタイトルが、「小さなものを積み重ねていく大切さ」となっていた。

昨夜の段階でも、やはり昨日の日記の編集が過度だったことを自覚していたようだ。厳密には、私は一昨日の夜の段階で薄々それに気づいていた。過去の日記の編集作業も読書や作曲と同様に、没入感をもたらすものであることは間違いない。しかし、他の実践と同様に、やはりそれに従事する時間には限度があるように思う。

没入状態が継続している限りにおいては、おそらく人間は一切の疲労感を感じないのだろう。その際に脳から分泌される物資は、私たちに疲労感を感じさせず、むしろ逆に快楽を感じさせるようになっているように思う。だが、仮に没入感からひとたび離れると、それまでの行為に快楽を感じることは難しくなり、その状態のまま実践を継続していると、必然的に疲労感を生み出してしまうことになりかねないのだと思う。

過去の日記を久しぶりに編集し始めた私にとって、その咀嚼許容量、ないしは疲労感を感じさせず没入感が持続する最適な量を見極めることがまだ難しかったのだと思う。例えば、現在において日記の執筆であれば、最適量は毎日4本から5本ぐらいの記事を書くことであり、6本まではかろうじて

許容量に収まる。ただし、7本を超え、一日に10,000字近く日記を書くことになると、それは許容量を少々越えてしまっている感覚がある。そのため、普段は4本から5本程度の日記を書くことに留め、時折6本ほど書くことがあるような状況だ。

作曲に関しても同様に、一日に3曲から4曲作曲することが現在の私の最適な量であり、2曲だと物足りず、逆に5曲だと作りすぎの感じがする。こうした自分にとっての最適な量は、実践を通じて見出していく必要があり、実践の段階においてそれが変化することにも注目する必要があるだろう。

日記や作曲に関しても、例えば数年前においては今のような量を毎日生み出すことは不可能であり、自分なりに最適な量を実践を通じて発見していったというプロセスがある。ここでも、発達や学習における個別性という現象が見られる。

今後の人生において、また新しい実践に従事し始めることは当然あるだろうし、その際には最適な実践量を見極めながら、徐々に実践量を増やしていくことが賢明だ。また、既存の実践がより深まっていく過程の中で、実践量の見直しを迫られることもあるだろう。とにかく、無理のない範囲で毎日着実に実践を積み重ねていくことが大切である。ここ数日間の体験を通じて、また自分なりに小さなものを積み重ねていくことの大切さとその方法がより明確なものになったように思う。フローニンゲン：2018/12/27(木)09:11

No.1518: Mercifulness in the Early Morning

I had a couple of memorable dreams last night. At this moment, I'm feeling mercifulness in the early morning. Groningen, 09:36, Friday, 12/28/2018

3587. アボカドが教えてくれたインテグラル理論的な変化の原則

時刻は午前九時を回り、書斎の窓から見える景色は随分と明るくなった。明るくなったとはいえ、空には薄い雲が覆われており、朝日を拝むことはできない。それどころか、今はフローニンゲンの街全体に白い霧が覆っている。幾分幻想的な雰囲気を持つ外の世界を眺めながら、もう少し日記を書き留めてから一日の活動を本格的に始めたい。

ここ数日間アボカドを食べてみたところ、それが私の肌にもたらす効果を疑うことはできなくなった。この三日アボカドを食べ続けてみると、手荒れが確実に回復の方向に向かっていることに気づいた。数日前にスーパーでアボカドを見かけたときに、無性にそれが食べたくなかったのは、まさに身体がアボカドの栄養を欲していたからだろう。ここでも先ほどの日記で書き留めたように、アボカドを食べ過ぎることは望ましくない。

アボカドを食べることに関しても、文字どおり、自分にとっての最適な量がある。厳密にはグラム単位で自分にとっての最適な量を算出することができるのだろうが、現段階では一般的な量、つまりアボカド半分を毎日食べることが最適な量に思える。最適な量を守りながらそれを継続して食べてみると、アボカドは皮膚や粘液の強化に有効な成分が多く含まれているという調査結果の通り、その効果を実感する。今日の天気は優れないが、雨は降らないので、昼食前に近所のスーパーに行き、他の食料と合わせてアボカドを必ず購入したいと思う。

今、「他の食料」と述べたが、食べ物の組み合わせによってその効果が変わる現象も大変興味深い。食には本当に謎なことが多い。食べ物の組み合わせによって発揮される効果には本当に未知なことが多く、それには改めて驚かされる。身体そのものがダイナミックシステムであり、おそらく食べ物の栄養素もダイナミックシステムとして機能しており、複数の食べ物間での相互作用と、それが身体と相互作用することによって、実に様々な効果を生み出すのだと思う。

今のところ、アボカドと何を組み合わせることが自分の身体にとって望ましいのかはわからない。しかし、夕食時に今食べているものとアボカドの組み合わせは悪くなく、それゆえに、手荒れが確実に回復の方向に向かっているのだと思う。興味深いことに、いくら良質のハンドクリームを塗っても限界があり、手に刺激を与えないようにすることをいくら心がけていても限界があった。ひとたびアボカドを食べることによって、内側から改善に向けた試みをしてみると、手荒れがみるみるうちに回復の方向に向かっていることは驚く。

これは私の身体という外的現象に対する話のみならず、私の心を含めた、内的現象においても当てはまる話だと思う。つまり、何らかの変化を生み出す際には、外からの働きかけだけでは不十分であり、内からの働きかけが必要である、ということである。これは当たり前のように思えるかもしれないが、私たちはついついその点を忘れがちだと思う。あくまでも、内と外からの両方の働きかけが重

要なのであり、内からだけでもダメであり、外からだけでもダメなのだ。インテグラル理論の発想にあるように、内と外、できれば四象限的にアプローチをすることが変化を生み出すカギを握る。そのことを教えてくれたのがアボカドの存在であった。

キッチンで乾燥させているアボカドの種が愛おしく見える。フローニンゲン:2018/12/27(木)09:28

No.1519: A Lonely Walk

It is already somewhat dark, though it is still 3:30 PM. Before stark darkness comes, I'll go for a walk to go to a cheese store. Groningen, 15:43, Friday, 12/28/2018

3588. ある英語表現にまつわる夢

昨夜は合計で10時間ほど寝たこともあり、今日の心身の状態は極めて良好であり、活動に向けたエネルギーで溢れている。とはいえ、繰り返しになるが、活動の許容量を超えない範囲で無理のない形で今日の活動に従事していく。

気がつけば、今日はまだ日記しか書いておらず、気がつけばこれでもう4つ目の日記となる。時刻はまだ午前九時半だというのに。

今朝方見ていた夢についてまだ振り返っておらず、今から少し振り返っておきたい。今朝方も印象に残る夢を見ていたのだが、記憶が断片的なものになりつつある。

夢の中で私は、実際に通っていた中学校の教室の中にいた。どうやら、今から教室の掃除が始まるようであり、生徒たちは皆、自分の机を教室の後ろに運んでいた。なぜだかわからないのだが、私の机を友人が運ぼうとしている様子を見て、私はそれを止めようと思った。確かに私の机を運んでくれるのは有り難いが、机の中には大事な洋書が何冊も入っており、机の持ち方によってはそれが地面に落ちてしまう可能性があったからだ。

私は友人にお礼を述べ、自分の机は自分で教室の後ろに運ぶことにした。すると、教室の前のドアから、中学校二年生の時に国語を担当していた先生が入ってきた。今から掃除ではなく、国語の授業を始めると先生は言う。生徒たちは一瞬戸惑いの表情を浮かべたが、再度自分たちの机を元の

位置に戻し、授業の開始に備えた。何事もなかったかのように授業が始まり、先生は授業の最初に冗談の混じった小話を始めた。私はその先生の授業をいつも面白いと思っており、その小話も面白かった。

その後、先生は数人の生徒に色々と質問を投げかけた。質問の内容は忘れたが、先生の質問に対してある生徒は、「それは、“That’s fantastic”でしょうか？」と答えた。その答えに先生は満足そうな表情を浮かべて、「その通り！」と述べた。しかし私は、確かに“That’s fantastic”という英語の表現は決して間違いではないのだが、実際に米国で生活する中でアメリカ人がその表現を述べていることは極めて少なかったことについて考えていた。

繰り返すが、その表現は決して間違いではなく、現代でもそれは使用されうる表現である。だが、それはかなり誇張表現と述べたらいいだろうか。よほど素晴らしいと思うような出来事に遭遇しない限り、“That’s fantastic”という表現をアメリカ人が口から出すことはないように思っていた。確か、一度私がその表現をアメリカ人の友人に述べたとき、その友人は反射的に、「それは大袈裟だよ」というような笑顔を浮かべていた。

私はその点がやはり気になっており、挙手をしてその点を先生に指摘した。先ほどまでは面白おかしく授業をしていた先生の表情が一変し、真剣な顔で私の指摘に対して意見を述べ始めた。そこからは先生の意見に対して、私は冷静に反論を積み重ねていたのだが、あるところからどうも反論することが馬鹿馬鹿しく思えてしまい、教室を後にしようと思った。その前に、先生のところに行き、顔を思いっきり殴ったところで夢から覚めた。

夢から覚めた瞬間に、先生の顔面を殴ったのと同様に、枕を思いっきり殴っている自分がいた。今朝はその他にも印象に残る夢を見ていたのだが、それらについてはもう思い出すことができない。一日の活動の中で、何かをきっかけにして思い出すことができれば、断片的でもいいので書き留めておこうと思う。フローニンゲン:2018/12/27(木)09:48

3589. 私利的・利他的を超えた営み

—頭の中で発見できることは、必ず宇宙にも当てはまるだろう—アーノルド・ショーンバーグ

数日前にふと、自分が日々の生活を通じて発見した些細な気づきを共有していくことの大切さについて考えていた。作曲家のショーンバーグが指摘するように、私たちが自らの内側で見出した事柄は、必ず宇宙にも当てはまることなのだと思う。というよりも、私たちの内面世界が一つの宇宙であり、それは他者の内面の宇宙と繋がっており、さらにはそうした内面宇宙は外面宇宙と不可分の関係にあるのだから、ショーンバーグが述べていることはますます正しいように思えてくる。

知識と経験をこの世界に共有していくこと。それらを自分の内側で溜め込むことほど無駄なことはない。知識と経験を蓄積し、咀嚼する過程の中で私たちの発達が起こるのであるから、それを蓄積していくことは大切である。だが、間違っってはならないのは、知識と経験をこの世界に共有することなく、自らの内側に留めておくことは無益であるということだ。

自分の人生は他者の人生と共にあるということを最近よく実感する。それは欧州の地で日々生活を営みながら、日常のふとした何気ない事柄に従事している時に感じることもあれば、日本企業との協働プロジェクトに従事している時に感じることもある。いずれにせよ、今の私は、他者の人生は自分の人生であり、自分の人生が他者の人生に溶け込み、他者の人生が自分の人生に溶け込んでいることに気づいているようだ。仮にそれに気付けないのであれば、社会的な生き物としての人間の存在の本質を見出していないからだろう。

つい先ほどまで日記の編集をしていた。朝一番には作曲実践も行っていた。日々綴られる日記、そして毎日作る曲は、確かに自分のために行っているように思える。というよりも、日記を綴り、日々曲を作ることが自分の人生そのものに他ならなくなっているのであるから、自分のためにそれらを行っているというもどこか変だ。それらもう完全に自分の人生の一部になり、それらに従事することが自分の人生をさらに深め、また一步新たな場所に自分を連れて行ってくれる。そうしたことを考えると、日記や曲に関してはこの世界へ何かを共有するという意識は一見すると希薄に見える。

しかし私は間違いなく、自分宛に、そして自分以外の誰かに向けて手紙を書くように日記を執筆し、作曲をしているのだと思う。この感覚を正確に記述するのは難しい。ただし言えることは、日々の日記の執筆や作曲実践が、私利的でも利他的でもなく、自己と他者の双方を包摂した次元で両者に向けてなされていることに気づき始めている。今日もそうした活動に愚直に取り組んでいく。フローニンゲン:2018/12/27(木) 12:09

3590. 近視眼的な現代人とくつろぐことの重要性

時刻は午後の七時半を迎えた。つい先ほど夕食を摂り終え、就寝に向けて本日の最後の活動に従事していく。結局ここ一週間近く、スクリャービンの曲をずっと聴いている。今もスクリャービンのピアノ曲が書斎に鳴り響いている。スクリャービンの曲に対して、離れようにも離れたくない妙な気分を覚える。もう数日間ほどスクリャービンの曲を聴き続け、納得したところで他の作曲家の曲に移ろうと思う。

今日は午後に、モーツァルトの変奏曲に範を求めて作曲実践を行った。改めて、モーツァルトの遊び心に感銘を受け、同時にモーツァルトが持っていたリズム感に驚かされた。

夕食時に聴いていた音楽理論のポッドキャストは、ちょうど楽譜を初見で読み解くことをテーマにしたものだった。モーツァルトの楽譜を眺めていてもいつも興味深く思うのは、その独特なリズムにある。それは即、モーツァルトの固有のメロディー観にもつながってくる。明日もモーツァルトに範を求めようから、その時にはモーツァルトが持っていたリズム感に迫っていくために、分析的な視点を持ち、同時に自分の感性を積極的にオープンなものにする形でモーツァルトの曲に触れようと思う。

今朝は非常にゆっくりとした起床であり、その後もくつろいだ形で一日の活動を進めていった。改めて、肩肘を張らずにリラックスして生きることの大切さを実感した。日々を絶えずくつろぎの中で過ごしていくこと。それをこれからも忘れないようにしたい。

どうも現代人は力を入れすぎた生き方をしているように思えて仕方ない。力を入れすぎることによって、自己及び自己を取り巻くものに対して近視眼的になっているのだと思う。日々の生活をくつろいだ形で過ごすことができていないから、常に諸々の対象と同一化してしまい、本質を見失ってしまうのだ。

冷静にふと自己を省みるゆとりや、自分が当たり前だと思っている諸々の事柄を改めて冷静に見るゆとりが必要だろう。日々私たちが躍起になっていることを改めて冷静に眺めると、それらが随分と馬鹿げたものであることに気づくだろう。例えば、一度冷静になり、今から500年後の人類の視点に立ってみれば、現代人がお金のために躍起になって働いていることがおかしいと気づくだろう。もう

その時代には現代のような形でお金が存在していない可能性が高く、多くの人たちがそろそろカネの虚構性に気づいているだろう。そんな彼らの視点に立てば、カネの虚構性に盲目的であり、毎日あくせくとカネのために働いている現代人を見て、滑稽だと思いに違いない。

その他にも例えば、500年後の人類から見れば、「経営戦略」なる野蛮な言葉が企業社会にあったらしいことを知って驚くだろう。彼らの視点から見れば、現代の企業が躍起になって立案しようとする経営戦略なるものが、今から500年前ほど前の戦国時代に行われていた国取り戦略ほどの野蛮さ、ないしそうした戦略を立てなければならぬ企業社会の未熟さと、それを実際に立てることに対して何ら違和感を覚えない人々の未熟さに気づくだろう。

人々は結局狂気の中にいるのだ。くつろぐことを知らず、虚構の対象物を追いかけることに対してあまりにも躍起になりすぎている。今自分が躍起になっていることに対して、さらには自分が盲目的に邁進していることに対して一瞬でもいいから立ち止まることができたら、自分が従事してきたことの滑稽さに気づくと思うのだが。フローニンゲン:2018/12/27(木)20:00

3591. 不思議なカバン売り場の夢

昨日は午前八時に起床したが、今朝は普段と同じように午前六時頃に起床し、六時半から一日の活動を始めた。

今年も残すところあと少しである。オランダも12/31と1/1は休日のようにであり、その時期は店が閉まってしまうだろうから、それまでの時期に食料の買い足しを済ませておきたいと思う。

今朝方も印象深い夢をいくつか見ていた。夢の中で私は、外国の見知らぬ場所で生活をしていた。生活を始めて間もないためか、その辺りの地理には明るくない。どうやらその街は学園都市のようである。街の道路は広々としており、道路脇には南国を思わせるような植物が植えられている。そうした光景を眺めながら、私は街を歩いていた。

するとあるところで知り合いに出会った。厳密には、お互いに知り合いのはずなのだが、私はその人の名前を知らない。私はその人に、ショッピングモールへの行き方を尋ねた。するとその人は携

帯を取り出し、地図を確認しながら、ここから一番近いショッピングモールの中でお勧めの場所を見つけようとしてくれた。

名前のわからない知り合い:「ここからですと、このショッピングモールがいいと思いますよ」

その方が示したショッピングモールの名前を見ると、それはフランス語が含まれたものだった。

私:「ありがとうございます。ここからはどのくらいの距離ですか？」

名前のわからない知り合い:「ええっと・・・ああ、歩いて10分もかかってしまいますね」

私:「歩いて10分はかなり近いですよ(笑)。ちょっとそこに行ってみますね」

私は「歩いて10分」というのはかなり近いと考えていたのだが、どういうわけかその人はその距離を遠いと思っていたようだった。私はその方にお礼を述べ、そのショッピングモールへ向かった。案の定、そのショッピングモールへはすぐに着いた。到着して、私はすぐさまカバン売り場に向かった。

カバン売り場に到着すると、なんとそこではカバンのみならず、数多くの古書が置かれていた。というよりも、メインはカバンではなく、古書であるかのように、その場のスペースを古書が占めていた。私はカバンを選ぶ前に古書の方に目が行き、古書の吟味を始めた。すると、私の左隣に誰かやってきた。見ると、またしても名前のわからない知り合いだった。

先ほどの方も含めてその方の名前もわからず、私にとっては初対面のように思えるのだが、その人は知り合いであるかのような雰囲気を出しているため、知り合いとして接しざるをえないという不思議な関係がそこにあった。

名前のわからない別の知り合い:「こんにちは。カバンを選ばれているのですか？」

私:「ええ、その目的でここに来たのですが、古書の方に目がいつてしまって(笑)」

名前のわからない別の知り合い:「ここの古書は充実しているので無理もないですよ。あっ、あそこにあるリュックサックはあなたがお持ちのものと同じじゃないですか？」

私:「えっ? ああ、そうですね。まったく同じもののようです」

名前のわからない別の知り合い:「グレーにゴールドは映えますね。あのリュックサックは確かフランス製なんですよ」

私:「そうでしたか、それは知りませんでした」

その方の指摘を受けて初めて、その売場に自分が今持っているリュックと同じものが売られてることに気づいた。売場に置かれているそのリュックを眺めると、まばゆいぐらいにゴールドの部分が光っていた。また私は、これまで使っていたリュックがフランス製のものだとは知らなかった。その方の話を聞いて、改めて自分のリュックを眺めてみると、別に新しいものを購入する必要などないのではないかと思った。そのため、私はもうリュックサックを購入することはやめて、古書の吟味を続けることにした。

先ほどの棚から離れ、別の棚に移動してみると、そこにはアメリカの思想家であるケン・ウィルバーの書籍が数多く置かれていた。中には日本語の翻訳書も混じっていた。私はウィルバーの全集を手に取り、それをパラパラと眺めてみた。すると、自分が持っている書籍と同じものが全集に収められているはずなのだが、全集を作るにあたって少し改訂があったようだ、ということに気づいた。それを知って、もう一度全集を買い直すかどうかを考えているところで夢の場面が変わった。フローニンゲン:2018/12/28(金)07:00

No.1520: A Dark-night Woodpecker

It looks as if a dark-night woodpecker were knocking on a door of the end of today. I suppose that a new day will exist behind the door. Groningen, 21:32, Friday, 12/28/2018

3592. 不思議な屋根裏部屋と意識が身体から抜け出る夢

時刻は午前七時を迎えた。ここ最近、気温そのものは低くないはずなのだが、身に沁みるような寒さを感じられる日々が続いている。週間天気予報を確認すると、どうやら年明け以降から気温そのものもぐっと冷え込むようだ。

先ほど今朝方の夢について振り返っていたが、実は深夜二時前に一度目を覚ます直前にも、一つ印象に残る夢を見ていた。目を覚ました瞬間に、その夢を要約するキーワードのようなものがいくつか思い浮かび、それを明確に思い浮かべることができたがゆえに、起床後もその夢について覚えているだろうと思っていたら、もう完全に忘れてしまっている。

目を覚ました時に、それらのキーワードを枕元の裏紙にメモしておこうかと思ったが、結局それをしなかった。夢から覚めた瞬間の意識は、どこか自分の意思が薄弱であり、うまくコントロールすることができないのだが、今後はできるだけ深夜に夢から覚めた時には、その夢を表すキーワードをメモしておきたい。興味深いのは、起床直前に見た夢は、それが仮に複数あったとしても、上書きされずに記憶に残っていることが多いということである。深夜に見る夢は、起床直前に見る夢によって上書きされてしまう可能性があるため、今後はやはり深夜に見た夢は枕元の裏紙にメモしておこうと思う。

今朝方見ていた別の夢について。夢の中で私は、一軒家の屋根裏部屋のような場所にいた。そこにはかつて私が塾で講師をしていた時に一緒に働いていた講師の男性がいた。彼は私よりもひとまわり年上である。

屋根裏部屋の中には、小さな机が置かれており、そこに四人の小学生がいて、二人は男の子、もう二人は女の子であった。私は算数の授業をこれからしようと思っていたのだが、そこにいた講師の男性が「算数の前に漢字のテストをさせてくれ」と私に述べた。漢字のテストをすることは気乗りしなかったが、目の前の四人の子供たちに漢字テストの問題用紙を配った。問題を眺めてみると、自分でも書けないような漢字が多く出題されており、少々驚いた。

また、小学生に漢字を無理やり詰め込ませるのはとても害悪のように思えた。そのため私は四人の生徒に、「漢字テストは適当に切り上げて、算数を楽しく学ぼう」と述べた。すると彼らは喜んだ表情を見せて、文字通り、適当に漢字テストに回答し始めた。彼らは少々はしゃぎながら問題に回答していたため、私たちがいる屋根裏部屋の隣の屋根裏部屋から、再び講師の方がこちらの部屋に入ってきて、幾分怒った表情をしながら、「自分が彼らに漢字テストをやらせようか？」と私に向かって述べた。私は、「大丈夫ですよ。自分がやります」と答え、生徒たちには漢字テストに一応回答してもらい、そこから算数の授業を始めようとした。その瞬間に、私は自分ではない何者かになった。屋根

裏部屋を見渡すと、先ほどまでいた生徒がいなくなっており、隣の屋根裏部屋にいた講師の方もいなくなっている。もうそこには私を除いて誰もいなかった。

だが、静まり返った屋根裏部屋に佇んでいると、人の気配がすることに気づいた。「この屋根裏部屋にはあと一人誰かがいる」と私は思った。私はその人物を探すために、屋根裏部屋をくまなく探索し始めた。至る所をあれこれ探したが、その人物を見つけることができない。そこで最後に行き着いたのが、屋根裏部屋と隣の屋根裏部屋をつなぐ廊下の上にある、正方形の収納スペースだった。私はその扉をそっと開けてみた。一見すると、そこには誰もいないように思えた。

見ると、布団のようなものがそのスペースに詰められていた。しかし私は、そこに人がいることに気づいており、暗闇の中に隠れているその人物の背中に向かって吹き矢をびゅつと吹いた。すると、吹き矢がその人物の腰あたりに刺さり、その人物が暗闇から転げ落ちるようにして姿を現した。見ると、それは若い青年であった。

彼がここで何をしていたのかを聞こうとした瞬間に、彼は中学生に入りたてぐらいの見た目に変化してしまった。とりあえず、先ほどいた屋根裏部屋に連れて行って、そこで彼の話を聞こうと思った。小さなテーブルを挟んで向こう側に彼が座り、いざ彼と話をしようとした瞬間に、自分ではない何者かとして先ほどからそこにいた自分の意識がその身体から抜け出ていった。先ほどまで自分の意識があった身体の中には別の人物の意識が宿っており、同時に私の意識はいかなる身体に属していないながらも、そこでの光景を眺めることが引き続きできた。

私の意識が抜け出た後にその身体に入り込んだ別の意識は、検察官のように振る舞い始めた。実際には彼は検察官ではなく、単に検察官を装っているだけである。手元には取り調べ用の書類があり、あたかも自分がちゃんとした検察官であるかのようにあれこれ振舞っている。なぜだか私は、彼の記憶を読み取ることも可能であり、彼の記憶を覗いてみると、彼の上司のような存在から検察官を装うように指示され、その立ち居振る舞いについて指導を受けていた光景が見えた。今、まさに彼はその指導通りのことを行っている。

取り調べを受けている中学生の男の子からしたら、その人物のことを本当に検察官だと信じてしまうと思うのだが、私から見ると、かなり嘘くさい芝居がそこでなされていると思った。その検察官もどき

の人物は、書類の最後のページをめくり、英語ではない外国語で書かれた文言を眺めていた。この取り調べは、確かに厳粛な雰囲気のもとに行われていたが、その中学生に対して詰問するようなものではなかった。しかも、取り調べが終わりに向かうにつれて、雰囲気はどんどんと和やかなものになっていることに気づいた。

すると、検察官を装っていた人物がトランプを取り出し、「ポーカーでもやろう」と中学生の男の子に持ちかけた。それに対して、男の子は「ポーカーのルールがわからないので、ババ抜きがしたい」と述べた。すると、検察官を装っていた男性は、「残念ながら、このトランプにはジョーカーがないんだ」と述べた。なんのゲームが始まるのか定かではなかったが、トランプの山を二つに分け、片方の山を中学生の男の子が、そして残りの山を検察官もどきの男性が切り始めた時、私は再びその検察官もどきの男性の身体の中に入り、再び自分の意識がそこにあった。

屋根裏部屋には穏やかな太陽の光が差しており、その男の子と私がトランプを無言で切っていると、夢の場面が変わった。フローニンゲン:2018/12/28(金)07:43

No.1521: A Solemn Morning

The sky in the early morning changed from dark blue to light purple. Although the sky looks dreamy, the environment has a solemn atmosphere. Groningen, 08:42, Saturday, 12/29/2018

3593. 桃源郷の溪流を下る夢

時刻は午前八時に近づいてきた。依然として、外の世界は闇に包まれている。今日は金曜日であるから、この時間であれば、こうした暗闇の中でも通勤や通学をする人たちの姿を見ることができるかと思ったが、人の姿をあまり見かけることはなかった。オランダもすっかりと年末の休息の雰囲気が漂う。

先ほどまで、今朝方に見ていた夢について振り返りをしていた。夢を見て、それを書き留めることが治癒や変容の効果を持ち得ることについては以前言及していたと思う。自分がよく見る夢について改めて考えてみると、この歳になっても、幼少期や小中学校時代の出来事と関係した夢を頻繁に見ていることに気づく。それらの夢を振り返り、夢日記を綴ることは、積み残しになっている過去の

発達課題と向き合う機会となり、さらには当時の何らかのことがきっかけになって生じた心の傷を癒すことにもつながっているのだということが見えてくる。夢日記を書く意義は、そうした積み残された発達課題と向き合うことや過去の心の傷を癒すことにもあるようだ。夢日記を綴ることが、一つの重要なシャドーワークだと言われる所以はそこにあるだろう。

実は今朝方は、最後にもう一つ印象深い夢を見ていた。この夢も自分にとって示唆に富むものであり、忘れがたい夢の一つであった。

夢の中で私は、おそらく日本のどこかの片田舎の町にある畑道を歩いていた。私は一人でその畑道を歩いていたわけではなく、小中学校時代の友人と一緒に歩いていた。その畑道をさらにまっすぐ進んでいくと、小高い山があり、今から私たちはその山を登ることになっていた。山に近づいていけばいくほどに、その畑道は傾斜を持つようになった。

緩やかな傾斜を持つようになった畑道を歩いていると、自分の靴紐がほどけかかっていることに気づいた。そのため、私はその場で立ち止まり、靴紐を結びなおそうとした。すると、一緒に歩いていたうちの一人の友人(SN)がその場で立ち止まってくれ、私が靴紐を結び直すのを待ってくれた。私はその場にかがみ込み、靴紐を結び直しながら、その場で少し彼と話をしていた。

私:「あれっ、今気づいたけど、今日は右足の方だけ靴下を履いてないみたい」

友人:「えっ、自分はいつも靴下を履いてないよ(笑)」

友人は笑顔でそのように述べた。今から登山をするというような場合であっても、その友人はお構いなしといった様子で、素足で靴を履いているようだった。

靴紐を結び直した私は、待ってくれていたその友人にお礼を述べ、再び畑道を歩き始めた。前方に見える緑豊かな山を眺めていると、とても清々しい気持ちになった。しばらくして山道に入ると、そこは思ったよりも険しい道だった。というよりも、普通の姿勢で歩くことができず、傾斜面を手を用いながら登っていく必要があった。私は随分と疲弊してしまったのだが、なぜかその時に突然、「好きなことに好きなだけ従事する」という言葉が脳裏に浮かんだ。その言葉が私に活力を与えてくれたようであり、そこから何とか傾斜面を登って行った。

すると前方に、小さな小川が見えた。その小川は、山頂から山の麓まで流れているらしかった。私はその小川に身を投げ入れたい気持ちに駆られたが、前に行く友人たちが、「それは偽物の小川だ」と私に警告してきた。前に行く友人たちは続けて、「あそこに見えるのが本物の桃源郷だよ」と向こう側を指先ながら述べた。

見るとそこには、美しい川が流れていた。どうやら私たちは、その川を見るためにこんな険しい山道を歩いてきたようだった。さらに述べると、私たちはその美しい川を山頂から山の麓まで下っていくことを目的にしているようだった。

私は最後の力を振り絞りながら、途中で何本も流れている偽物の小川を横目に、目的の桃源郷に向かった。そして、無事にそこに辿り着いた瞬間には、大きな喜びと安堵感があつた。

一緒に畑道を歩き、山道を登ってきた友人の全員がそこに無事に辿り着けた。今から私たちが行うのは、桃源郷を美しく流れている川に身を投げ入れ、山の山頂から麓まで流れていくことだけである。早速友人の一人が溪流下りを始めた。川に身を投げ入れた瞬間に、その友人は歓喜の雄叫びを上げ、早い川の流れと一緒に一気に川を下って行った。そこから次々と友人たちが川に身を投げ入れ、溪流下りを始めた。私はしばらく桃源郷の景色を眺め、十分に景色を味わったと思った後に、川に身を投げ入れた。

先ほど友人が歓喜の雄叫びを上げていたことが納得できるかのように、山の麓に向けて川を下って行くのは爽快感に満ちていた。川を下る速度がどんどん増せば増すほど、他では味わったことのない興奮がそこにあつた。時間を忘れるほどに川下りに夢中になっていると、前方に山の麓が見えた。そこには、金沢の城下町を彷彿とさせる美しい街並みが広がっていた。フローニンゲン:2018/12/28 (金)08:21

No.1522: Brightness of a Light Rain

It started to drizzle in the afternoon, and it is still raining. Raindrops on the window are emitting cold brightness. Groningen, 15:31, Saturday, 12/29/2018

今日も相変わらず鬱蒼とした曇り空の天気である。雨雲はないのだが、空一面が薄い雲の膜で覆われており、太陽の光は一切入ってこないような天候である。そうした天候がもう何日も続いている。

先ほど乾燥機から洗濯物を取り出している最中に、ふと空を眺めた時、そのわびしい曇り空に思わず笑いが込み上げてきた。こうした抑うつ的な気候の中で、自分のライフワークを人知れず前に進めていくこと。それは自分が望んでいたことであり、日々いかなる環境においても自らのライフワークに取り組むことができていることを改めて幸運に思う。

先ほど、教育哲学者のエリオット・アイズナーの書籍“The Kind of Schools We Need: Personal Essays (1998)”を昨夜に引き続き読み進めていた。芸術教育に対するアイズナーの洞察溢れる数多くの指摘に触発され、書籍の余白に書き込みをする量が自ずと増えた。午後からも本書の続きを読み、今日中に一読目を終えたいと思う。

先ほどふと、文化(culture)というのは、その語源が示唆するように、本来は私たちが耕してくれるはずのものだが、今の現代社会の文化はそうした役割を果たせず、機能不全に陥っているのではないかと考えていた。より厳密には、文化は文化内の人々の精神を耕し、同時に人々は文化を耕していくという円環があるはずだが、今の私には現代社会にそうした円環を見出すことができない。文化は私たちが蝕み、私たちが文化を蝕んでいるという負の円環しか見えない。そうした状況はとても嘆かわしい。

改めて、今朝方見た一連の夢について思い出している。とりわけ、今朝方見た最後の夢について思いを巡らせている。あの夢が示唆していたことは、究極的には、山を降りること、つまり天上界ではなく、この現実世界で活動することの意義を伝えたものであったように思える。一方で、山を登っていく意義そのもの、さらには山を登った先に広がっていた桃源郷の美しさも伝えてくれるような夢だった。桃源郷に辿り着くまでに見た、数々の偽物の川もまた印象に残っている。現代社会には、あのような幻想的な誘惑が数多く存在している。そうした誘惑に飲み込まれないように私を救ってく

れたのは、先を歩く友人の存在であった。先を歩く友人は、自分がこれから歩く道を過去に歩いたことのある先人を象徴していたのかもしれない。

自分の道を歩くのは自分だけしかいない。だが、似たような道であれば、過去幾人もの人がそうした道を通ったことがあるだろう。まさに、人間の発達には固有性があり、同時に普遍性があるというのはそういうことだ。

桃源郷に到着し、山の山頂から麓に流れていく大きな川に飛び込み、その流れに身を任せていくことのなんとも言えない爽快感を忘れることができない。さらには、山の麓に着く直前に見た、城下町の景色を忘れることができない。どんなに現代社会が病んでいたとしても、地上にはあのように美しい場所が残っている。現代を生きる私たちがなすべきことは、現代の病理を乗り越え、あのように美しい地上の世界を取り戻すこと、あるいは再創造していくことなのではないだろうか。フローニンゲン:2018/12/28(金)11:26

3595. 年の終わりに向かって

時刻は午後七時半を過ぎ、今日も一日が終わりに向かっている。今日も探究活動と創造活動に打ち込む一日だった。

芸術教育哲学に関する探究、作曲理論の探究、日記の執筆と作曲実践、そして日本企業との協働プロジェクトなど、日々の取り組みは非常にシンプルだが、それらが着実に進行していく様子を眺めることができる。

今日は午後四時あたりに、行きつけのチーズ屋に足を運んだ。その時間帯でも辺りはすでに薄暗く、また、肌寒かった。寒さもあったため、スポーツウェアを着て、ランニングがてら走ってチーズ屋に向かった。その道中、これまで気がつかなかったが、いつも通っている道沿いに一軒の家があり、部屋の様子が外から見えた。その一室は四方が本棚に囲まれており、本棚の中には学術書がびっしりと並べられていた。それを見て、その家の住人は、もしかしたら在野の研究者なのかもしれないと思った。その家の住人の姿は見えなかったが、そう思った時、どこことなく共感の念が湧いてきた。

チーズ屋に到着すると、いつものようにナッツ類とチーズを購入した。ここ最近では店主の女性のみならず、一人の若い女性も店で働いている姿をよく見かけていた。今日もその若い女性がいた。目当てのものを購入し、店を後にしようとした時に、二人から「良いお年を」と声をかけてもらった。それに対して、私も同じ言葉を二人にかけた。対面で「良いお年を」と述べるのは、二人に対してが最初で最後だと思う。

チーズ屋からの帰り道、どこかで爆竹が鳴る音がした。実は数日前からこうした音が聞こえており、先ほどは花火の音がした。これはオランダの年越しの祝い方なのだろうか。昨夜は近所の家の中から爆竹が聞こえたように思え、何かの爆発かと思ってしまった。それぐらいに強烈な音であり、心臓に悪いように思えた。こうした光景は、静かなフローニンゲンには珍しい。一昨年や昨年の年末にはこうしたことはなかったように思う。

いやそういえば、過去二年の年末は日本に帰っていたから、厳密にはオランダの年越しの様子はわからない。今年は初めてオランダで年末年始を迎えることになったため、オランダ国民がどのように年越しと新年を祝うのかを観察してみたいと思う。

今日はこれからモーツァルトに範を求めて作曲実践を行う。継続的な模倣と模倣からの絶え間ない学びを続けていく。過去の偉大な作曲家に範を求める際には、常に自分なりの一工夫を加え、それが自分の作曲語法の確立につながっていくようにする。作曲実践が早めに終わったら、そのまま音楽理論の学習を行う。

音楽についてより真剣に学びたいという思いが日増しに強くなる。引き続き音楽理論を学んでいき、日々ほんの少しでいいから新たな分析の観点を得て、それを作曲実践の中に活かしていくようにする。いつも自分に言い聞かせているが、作曲に関しては実践が最も重要であり、それに劣らず理論を学習することが重要だ。実践を意識した理論の学習は、音楽的な感性を涵養し、作曲の幅と深さを広げてくれる。今夜もそれを念頭に置いて作曲実践と理論の学習を行いたい。フローニンゲン:2018/12/28(金)19:56

3596. 2018年最後の土曜日の朝

今朝は六時に起床し、六時半から一日の活動を始めた。今日から2018年最後の土日が始まった。

六時半を迎えた現在、辺りはいつものように静まりかえっている。暗闇にぼつりと浮かぶ街灯の光だけが見える。

今日は昼から夕方にかけて雨が降るようだが、こうした抑鬱的な天気も今日で最後となり、明日からは一週間ほど、太陽の姿を拝める日々が続く。2018年の終わりと2019年の始まりを良い天気で迎えることができるのはとても喜ばしい。

昨夜は九時半過ぎに就寝の準備をし、早めに就寝したこともあってか、いつも以上に快眠であった。一日の探究活動や創造活動を十分に行ったら、そこからさらに何か活動に従事するのではなく、早めに就寝するように今後も心がけていきたい。

今日もまず、早朝にバッハの四声のコラールに範を求めて作曲実践を行う。その際に、短調の曲を作るようにし、ナポリの和音を活用してみようと思う。ナポリの和音とは端的には、短調におけるII^m-5の和音の根音が半音下に変化したものを指す。まずはこの最も一般的な定義のナポリの和音を活用してみようと思う。特に、II-Vのコード進行の時に積極的に活用してみる予定だ。

早朝の作曲実践が終われば、連日行っているように、過去の日記を編集していく。分量は、今日も20本にしようと思う。現在、未編集の日記が1800ほど溜まってしまっており、日々新たな日記が追加されていくため簡単ではないが、毎日少しずつ過去の日記を編集することによって、未編集のものをなくしていきたいと思う。編集のペースは上述の通り、毎日20本にする。その二倍の40本を編集していた時と比べてみると、20本のペースの編集であれば疲労感もなく、むしろ程よい没入感の中で編集が進んで行く。さらには、読書や作曲実践を含めた、他の活動に充てる時間も取れるため、これからもできるだけ毎日20本ずつ日記を編集していくことにする。

日記の編集をある程度行ったところで、休憩がてら作曲理論に関する学習を行う。以前に作ったまとめノートを読み返す際に、様々な和音、さらには様々なコード進行に着目していこうと思う。

昨日も書き留めていたように、とにかく作曲に必要なとなる理論を広く・深く学んでいく。より厳密には、直接的に作曲に必要なとなる理論のみならず、楽曲分析の観点を得るための理論も学んでいく必要がある。現在、書齋の中にはすでになんかの理論書が存在しているので、まずはそれらを繰り返す

読み返すことにしたい。楽曲分析の観点を身につけ、日々過去の作曲家の楽譜を分析し、作曲に有益な発見事項を絶えず得ていくようにする。

こうした理論の学習と並行して、今日の読書では、ゴッホの手紙を読んでいきたいと思う。全六巻の“Vincent van Gogh – The Letters: The Complete Illustrated and Annotated Edition (2009)”は、どの巻もボリュームがあり、結局まだ一巻ですらも読み通していなかった。画家として、さらには思想家としてのゴッホの生涯を辿りながら、今日も充実した一日としたい。フローニンゲン:2018/12/29 (土)06:54

No.1523: A River in Shangri-La

Last night, I had a dream in which I went down a river in Shangri-La. I can't forget the serene beauty of the river. Groningen, 21:04, Saturday, 12/29/2018

3597. オランダ人の激しい年越し

静けさに包まれているフローニンゲンの早朝。今日は2018年最後の土曜日であるが、今年一年間の他の土曜日と変わらない姿が目の前に広がっている。ただし、本年最後の土曜日であるということを感じる自分の気持ちが混じっているため、今この瞬間に感じる事柄は幾分特別なものとも言えるかもしれない。

目の前の通りを一台の車が静かに走り去った。今年一年は、そのように静かに過ぎ去ったようにも思えるし、どこか激しく過ぎ去ったようにも思える。いずれにせよ、今年一年もまた自らの肥やしとなるような期間であり、また一歩人生が深まっていくような年であった。来年の夏からどこで何をしているのかはまだ定かではないが、来年もまた充実した年になるだろう。

昨夜の日記に書き留めていたように、昨日も就寝前に爆竹音が近くで鳴っていた。あれは一体何の音なのだろうか。それは夜の時間に一度鳴り、その後時間をおいてまた鳴るということが三、四回ほど繰り返される。クリスマスまではこうした爆竹音が聞こえることはなく、ほんのここ数日前からそれが始まったことがやはり不可思議であり、たった今、少し調べてみた。すると、「花火に爆竹、オランダの年末年始は大騒ぎ」というタイトルの記事を筆頭に、オランダの年明けが尋常じゃないではな

いことを示す記事を多く見つけた。どうやらここ最近の爆竹音は年越しに向けた前祝いだったようである。

日本のように静かに年越しをする文化とは異なり、オランダは盛大にそれを祝うようだ。夜の十時には就寝している自分にとっては、大晦日の深夜12時に花火が盛大に打ち上げられることは少々迷惑だが、オランダの文化を尊重してその日は我慢しようと思う。

さらに調べてみると、盛大に打ち上げられる花火は市が実施するものではなく、なんと一般市民が勝手に街中で打ち上げるようだ。花火や爆竹の取り扱いはオランダでは自由になっており、ニューイヤーのカウントダウン終了後に、街の至る所で花火を打ち上げ、爆竹を鳴らすそうだ。その激しさは、大やけどをしてしまう人がいたり、間違っ指を吹き飛ばしてしまう人がいたり、最悪のケースは死者も出るぐらいとのことである。オランダで生活をして三年目になるが、まさかこのような形でオランダ人が年越しを祝うとは知らなかった。

花火や爆竹で年越しを祝った翌日、日本では初詣として神社にお参りにいくような感覚で、オランダ人は極寒の中、「寒中ダイブ」というものを行うそうだ。それはオランダの正月の名物行事のようであり、オランダという国を象徴するオレンジ色の帽子をかぶった国民たちが水着を着て、極寒の海に入っていくという行事らしい……。

もちろん全てのオランダ人がこれを行うわけではなく、ハーグの海岸に毎年1万人ほど集い、その行事が実施され、テレビ中継されるとのことである。日本で言えば、ニューイヤー駅伝や大学駅伝のようなものだろうか。いずれにせよ、オランダ人の年越しと新年の祝い方には圧倒されてしまう。

改めて調べてみることによって、ここ最近の夜の謎が解けて良かったと思う。フローニンゲンの大晦日と元旦がどのような雰囲気にも包まれるのかを少しばかり楽しみにしている自分がある。フローニンゲン:2018/12/29(土)07:22

No.1524: Morning Celebration

The last Sunday in 2018 came. The outside world seems to be full of celebration. Groningen, 08:51, Sunday, 12/30/2018

3598. チェバの定理と直接体験の重要性を示唆する夢

つい今しがた、今日一日分のコーヒーを作り始めた。コーヒーが出来上がるまでの時間を使って、今朝方の夢について書き留めておきたい。

夢の中で私は、現在住んでいるフローニンゲンの駅前にいた。駅の前には一本の道路があり、河川を挟んでその向こうには美術館がある。

私は道路の上に立っており、道端で行なわれている音楽の演奏に耳を傾けていた。驚いたことに、そこで歌手として歌っていたのは、高校二年生の時にお世話になっていた数学の男性の先生だった。最初先生は、幾分恥ずかしそうに歌を歌っていた。最初は先生の声に合致するような音の高さで歌が歌われておらず、幾分歌いづらそうにしていた。

するとすぐに先生は、自分の声に合致するような音の高さを見つけ始め、最適な高さが見つかり、水を得た魚のように堂々と歌を歌い始めた。先生の歌を聴いていると、突然私は実際に通っていた高校の教室の中にいた。見ると、先ほどフローニンゲンの路上で歌を歌っていた先生が教壇に立っており、私の周りには当時のクラスメートたちがいた。先生は黒板に図を描き、生徒たちに質問をしてきた。

先生:「この図で示されとる、ここの部分のことを英語でなんて言うかわかるかいのう？」(標準語:(この図で示されている、ここの部分のことを英語でなんて言うかわかる?))

先生は黒板を指差しながら、そのように述べた。教室は静まり返っており、どうやら誰もその問いに答えられないようだった。私もその部分が示す英単語がとっさに出てこず、少し黙っていた。というよりも、そもそも周りの生徒たちは、それを日本語で何て言うかさえわからないようであった。そのため、私は挙手をして発言をした。

私:「その部分を英語でなんていうか忘れてしまったのですが、内分点だと思います」

先生:「その通り！」

私:「よくよくその図を見ると、2:1ないしは3:2の関係になっているように思うのですが、メネラウスの定理か何かでしょうか？」

先生:「メネラウス・・・？」

私:「あっ、違いますね。それはチェバの定理です！」

先生:「そう、これはチェバの定理を説明した図やね」

先生がそのように述べると、突然先生が中国系アメリカ人の物理の先生に変化した。というよりも、夢の場面が大きく変わり、教室とクラスメートは同じなのだが、先生だけが異なっている教室に私は瞬間移動したようだった。

そこでは物理の授業が英語でなされており、先生が黒板に問題を提示すると、生徒はまたしても全員黙っていた。そこでも私が挙手をし、黒板まで行ってその問題を解こうとした。解法がわかっていたから挙手をしたのではなく、黒板まで行ってその場で問題を考えればよいという考えで黒板にたどり着いた。問題を見ると、一瞬で解法が閃かなかったが、先生は、問題の図に線を引こうとする私の手伝いをしてくれた。それによって、私は解法を閃いた。解法を黒板に書いている最中に私は、学習における直接体験の重要性を実感していた。そこで夢から覚めた。フローニンゲン:2018/12/29 (土)07:51

No.1525: A Frozen Pterosaur

Now it is 3:30PM. A cold world continues to exist in front of my eyes. Groningen, 15:45, Sunday, 12/30/2018

3599. 一つの音・一つの生命

つい今しがた昼食を摂り終えた。これから午後の活動に入る。もう一時間ほど今日の取り組みに従事したら、一旦いつものように20分ほど仮眠を取ろうと思う。今日は早朝に、ダークブルーの空が薄紫色に変化する光景を見た。時間としてはとても短かったが、空が幻想的な雰囲気にも包まれていた。

薄紫色の空から今度は、薄い灰色の雲が空を覆い、辺りは瞬く間に厳粛な雰囲気を持つようになった。今もそのような雰囲気が続いており、これから夕方にかけて小雨が降るようだ。

先ほど昼食を摂りながら、人は一人で生まれ、一人でこの世を去っていくことについて思いを馳せていた。その様子は、どこか一つの音が現れ、その音が消えていく様子を想起させた。

午前中に作曲実践をしている時に、人の人生の始まりと終わりは音楽の始まりと終わりに似ているように思えた。一つの音は、それが生まれてから最後の瞬間に至るまで、多様な音と触れ合う。それが音としての人生だ。これは人間の人生にも当てはまる事柄だと思う。

一つの音も完全なまでに孤独のうちに人生を始め、そして人生を終えていくが、人生の最中には常に多様な音という他者がその人生に寄り添っている。一つの音が輝くためには、他の音が必要であり、他の音との関係性ないしは交流が不可欠となる。そのようなことを考えていると、本当に一人の人間と一つの音はそっくりだと思う。

午前中には作曲理論の学習も行っていた。その時に学習していたのは和音についてであった。改めて和音の学習をしてみると、実に奥深いテーマであることに気づき、和音の研究に多大な面白さを見出した。三つの音、ないし四つの音を組み合わせると音を鳴らすとき、一つの音を半音変化させるだけでここまで響きが違うのかに驚く。

一つの音を半音変化させると、他の音とのダイナミズムが変化し、まるっきり違う質感の音を生み出すことは本当に興味深い。これは人と人とが生み出す相互作用に似ている。

人は誰と一緒にいるのかによって発揮される力、さらには協働で生み出すものがまるっきり異なってくる。それと全く同じことが和音にも当てはまる。様々な和音の音色を聴き比べてみると、それぞれの和音が持つ色や形、そして喚起する感情が異なるのは本当に興味深い。

実験として色々な和音を作り、それを一つずつ聴いていると、「これはいい音だね」と思わずつぶやいている自分がいた。一つの音に愛着を持てるような自分が生まれていることに気づく。一つの音に愛着を持ってそれを聴いてみると、一つの音にも固有の命があるかのようだ。これからは、一つ一つの音に生命を見出していきたいと思う。すべての音に命を見出し、一つの有機的な生命として曲

を生み出すにはまだまだ道のりは長いが、午前中の体験は今後に向けた貴重な一歩だと言えるだろう。

一音成仏。一音即多音。一音即一生命。それらの言葉が自分の内側から滲み出す。フローニンゲン:2018/12/29(土)12:55

3600. ケン・ウィルバーの書籍の監訳の開始

時刻は午後の七時半を迎えた。天気予報の通り、午後から小雨が降り始め、今もまだ少し雨が降っているようだ。

早朝の日記で書き留めたように、ここ数日間夜に鳴り響いていた爆竹音の正体が分かり、今はもう不可思議な気持ちはない。先ほども数回ほど、どこかで爆竹を鳴らす音が聞こえた。大晦日まであと二日ほどあるため、少々気の早い年越し祝いである。

今日は夕方に、監訳を務めている書籍のレビューを始めた。翻訳者の知人の方が大変素晴らしい翻訳をしてくれているため、こちらの方でコメントをすることはほとんどないように思えるほどだ。先日、編集者の方と話し合い、監訳の方向性を固めていくことにした。今回の翻訳書の読者が実務家であることを考え、彼らの理解が進むようにするためには、どのように本書を編集していくのが良いかを話し合った。

今回監訳をしているのは、アメリカの思想家ケン・ウィルバーの書籍であり、本書との出会いは今からもう九年ほど前になる。本書と出会った際に、ウィルバーのインテグラル理論に大きな感銘を受け、インテグラル理論を体系的に学ぶことのできるジョン・エフ・ケネディ大学(JFKU)に留学することになった。本書はまさに、留学のきっかけとなった書籍である。そうしたことも踏まえると、本書は大変思い入れのある書籍である。また、今回翻訳を務めてくださった方とは、当時私がおの方の勉強会に参加して以来の付き合いがあり、今回一緒になってウィルバーの書籍を世に送り出せることはとても感慨深い。

本日は夕方に、序文のレビューを行った。明日は第一章のレビューを行っていこうと思う。その際に、編集者の方に話をしたように、まずは私の方で各章末にコラムを執筆する案を採用してみようと思う。

本書は、実際にJFKUのインテグラル理論の基礎コースで取り上げられていた課題文献の一つであり、当時の授業の様子や、JFKU時代に積極的に参加していた米国のインテグラルコミュニティーの活動を思い出しながら、読者である実務家の方にとって有益なコラムを執筆していきたいと思う。ただし、私のコラムが本文の流れを遮ってしまつては本末転倒なので、章末にコラムを執筆するよりも、巻末にまとめて解説を入れた方が良さそうだと判断したらそのようにする。とりあえずは、各章の理解をより促すような内容、そして次の章への橋渡しをするような内容のコラムを執筆して行こうと思う。

レビューの締め切りは、来年の一月末であり、時間的には余裕がある。とりあえずはこの年末年始に、毎日一章ずつレビューを行い、レビューした文章を寝かせ、締め切り前にもう一度レビューをしたいと思う。フローニンゲン:2018/12/29(土) 19:55