

---

# 発達理論の学び舎

Back Number: Vol 258

Website: 「[発達理論の学び舎](#)」

---



---

## 目次

- 5141. 辻邦生先生が残した『パリの手記』より
- 5142. 年末年始を過ごす場所の検討
- 5143. ヨーロッパの年越し:今朝方の夢
- 5144. 通り雨去りし輝く世界:三鷹市のフィッシャー幼稚園での記憶
- 5145. 魂の具現化としての夢中になれるもの
- 5146. 自然の中での生活～シベリウスとグリーグの邸宅を思い出しながら
- 5147. 自由かつ自然な創造に向けて:覚醒と睡眠の反転と交差
- 5148. 悠久の流れと生命力の湧出:夢日記と今朝方の夢について
- 5149. ご近所さんについて:今朝方の夢の続き
- 5150. 友人の日記が教えてくれた大切なこと～存在と影
- 5151. 人生にもたらされる贈り物:裸の街路樹が教えてくれたこと
- 5152. 今朝方の夢の続き
- 5153. シトシトと降る夜の雨音を聞きながら
- 5154. 魂の原風景としてのイチヨウの木～幼稚園時代の記憶から
- 5155. ジャズピアノ:自己の物語を育むこと～幼稚園時代の活動より
- 5156. 本日のボルダリングを終えて～ヨガへの回帰の可能性
- 5157. 【ヴェネチア旅行記】出発の朝に
- 5158. 【ヴェネチア旅行記】今朝方の夢
- 5159. 【ヴェネチア旅行記】死への入念な準備としての日々
- 5160. 【ヴェネチア旅行記】永遠の旅路の中で

---

#### 5141. 辻邦生先生が残した『パリの手記』より

今朝は5時過ぎに起床した。近頃はもう、最高気温は10度を下回り、最低気温は0度に近づいている。特に起床直後に気温が最も低くなっている。そんな中、目覚めた自分を優しく迎えてくれるのは小鳥たちだ。これまでの経験上、朝の3時台に起床すると、自分の方が小鳥たちよりも早く目覚める形になるのだが、5時ぐらいに起床すると、小鳥たちが美しい鳴き声を上げながら自分を出迎えてくれる。それは開始の祝福だろうか。

自分の人生がまた新たな一日を迎えたことに対する祝福。そして私はまた新たな自己として誕生したということに対する祝福。そんな意味合いも含まれているのではないかと思う。

昨夜は就寝前に、辻邦生先生が書き残した日記を読んでいた。実際のところ、その日記は日中から作曲実践の合間合間に読み進めていた。以前言及したことのある『パリの手記』というこの5巻にわたる膨大な日記には、いつも大きな励ましを得る。オランダで学術探究を始めた頃、確かにその時はあまり日本語の書籍を読む時間を取ることができなかつたし、日本語を読む気力すら沸かないことの方が多かった。しかし私は時折、辻先生のこの日記を食い入るように読むことがあった。この日記が書かれたパリ留学時代の辻先生とちょうどオランダで留学を始めた私の年齢は重なる。そうしたこともまた、この日記を読む上での一つのきっかけとなり、この日記に自分を惹きつけるものの一つになっていたように思う。

昨日もこの日記を読みながら、小説家としての辻先生のあり方は、すでにパリ留学時代の頃からあったのだということに改めて気づいた。より正確に言えば、パリ留学時代にその萌芽があり、小説家としてのあり方がその時期に堅牢に確立されたのだと感じた。

昨夜ちょうど私が目を通して第4巻が執筆されたのは、1959年であった。今から60年前である。しかも不思議なことに、60年前にこの日記を書いた辻先生と2019年における今の私の年齢は完全に合致するのである。それは1960年に書かれた最終巻についても同じである。60年前に書かれた日記を手にとった私は、おもむろに日記が収められているケースと共に日記を撫でた。何かが自分をそうさせた。



---

60年も前である。自分のことを一切知らない人が書いた日記になぜこうも心が動かされるのか。窓の外に広がる闇が浸食してきそうな薄暗い書斎の中で、私はこの日記との縁に対して感慨深い気持ちになっていた。

辻先生はパリの留学からこの世を去るまで絶えず描き続けた。書くことの意義は、この一連の日記の中に刻み込まれている。そして、書きながらにして人生を深め、人生を謳歌していく道も示されているように思う。

辻先生にとって、書くことがもたらす喜びと充実感、そして究極的な美とはいかなるものなのか、それを小説作品を通じて表現するというのはどういうことなのか、そうしたことの方向性というのはもうこの頃に芽生えていたのである。自分は果たして書くことを通じて、それらの自分なりの方向性を見出しているだろうか。日々の瞬間瞬間を生きること、そして日記の執筆や作曲の意義とそれらに伴う喜びと充実感。美なるものと幸福など。

書くことそのものと書くことを通じて深めたいことが無数にある。早朝起床してまず思うのはそうしたことであり、今日も背筋を正して自分の取り組みと向き合っていく。フローニンゲン:2019/11/6(水)

06:30

#### 5142. 年末年始を過ごす場所の検討

もう冬のような気温が訪れているフローニンゲン。週間的予報を見ると、明日は夜に雨が降るようだが、それ以外の日は晴れのようだ。幸いにも、今日だけでなく、ヴェネチア旅行前日や当日は晴れのようである。旅行の前日にはボルダリングジムに行って全身を動かし、心身の調整を図りたい。旅行の当日は晴れとのことであり、フローニンゲン駅まで歩くのは清々しいだろう。

当初の予定通り、当日は午前10時ぐらいの列車に乗って、列車に揺られながら窓の外の景色を眺めたり、車中で日記を執筆したり作曲をしたりしながら過ごしたいと思う。それはいつも旅に出かける時の列車の中で行っていることなのだが、そうした同じことを通じて新たなものが生み出されることを興味深く思う。今回の旅を通じて生み出される新たな言葉や音との出会いを楽しみにしている。きっとそれらは、今回の旅がなければこの世に産み落とされてくることのなかったものたちなのだ。

---

フローニンゲン駅を10時ぐらいに出発すれば、スキポール空港には昼過ぎに到着できるだろう。そしたらすぐにセキュリティを通過し、ラウンジに向かいたい。今回はヴェネチアへの旅行であり、イタリアはEU圏内なのでパスポートコントロールもなく、行きも帰りも楽だろう。空港ラウンジは、いつも使うラウンジであり、そこで2時間か2時間半ぐらいの時間をゆったり過ごそうと思う。ちょうど昼時であるため、サラダをいただき、毎回旅行の際に楽しみにしているエスプレッソを片手に日記を執筆したり、作曲をしたりする。

いつでもどこでも日記を書き、作曲をすること。それはもうあえて書くことでもないのだが、いついかなる場所でも絶えず自分の言葉と音を生み出すことをやめはしない。とにかくこれを継続していくこと。一生涯にわたってそれを継続していくことが、自分にとって何よりも大切である。

ヴェネチア旅行はそれとして大いに楽しみたいと思うが、気がつけば来月はもう12月であり、今年最後の年となる。年末年始の過ごし方についてそろそろ考えておいた方が良さそうだ。

昨年私は初めてオランダで年越しを迎えた。いつもは大抵日本で年越しを祝っているのだが、去年からはもう年末年始に日本に帰ることをやめた。オランダの年越しは、想像以上に騒々しく、静かに年越しをしたいと思っている私にとっては、年末年始にオランダにいることはあまり望ましくない。そうしたことから、今年はマルタ共和国で年末年始を過ごそうと以前から考えていたのだが、マルタ共和国の年越しについても近々調べておいた方が良さそうである。そこでも花火などで盛大に年越しを祝うようであれば、静かな年越しをする国の辺境な場所で年を越そうかと思っている。

フィンランドがどのような形で年越しを祝うのか定かではないが、例えばフィンランドの北部の自然の中の静かなロッジがホテルで年末年始を過ごすのも良さそうだと考えている。暖炉のあるようなロッジかホテルで、外に広がる白銀世界を眺めながらゆったりと過ごしたいという思い。あわよくばオーロラが見えるかもしれないということに期待する自分。そうしたことを含めて、そろそろ年末年始にどこで過ごすかを決めていこうと思う。フローニンゲン:2019/11/6(水)06:51

#### 5143. ヨーロッパの年越し:今朝方の夢

先ほどの日記を書き終えた後、今年の年末年始を過ごす候補先であるマルタ共和国の年越しについて調べていた。ついでに、フィンランドの年越しについても調べてみた。すると、どうやらヨーロッ

---

---

パの国々はどこも共通なのか、マルタ共和国もフィンランドも年越しに花火を打ち上げるらしい。大晦日の日も普段と何も変わらずに午後10時前に就寝し、元旦もいつもと同じ時間に起床したいと思っている私にとっては、大晦日の夜の12時まで—下手をするとそこからさらに数時間ほど—花火が上がるのは好ましくない。静かな年越しをするという意味では、ひよっとすると日本が一番なのかもしれないと改めて思う。とは言え、昨年からはもう年末年始に日本に帰らないことにしているため、欧州内で静かに年を越せる場所を自分で発見しようと思う。

マルタ共和国やフィンランドも、場所を選べば静かな形で年を越せるかもしれない。どちらの国においても、盛大な花火が上がるのは大きな街であるから、そうした街を避ければいいのかも。例えばフィンランドでは、普段は民間人が花火を上げることは許可されていないようなのだが、大晦日の日だけはそれが特別に許可されているようであり、そうなってくると、民間人が多く集まるような街は本当に避けた方が良さそうである。

マルタ共和国ではなく、仮にフィンランドで年を越すことにしたら、やはり自然の中のロッジか何かに宿泊し、そこで静かに年を越すようにしようかと考えている。冬でも暖かいマルタ共和国で年を越すのか、雪の降り積もるフィンランドの自然の中で年を越すのか、もう少し吟味してみようと思う。

それでは今朝方の夢を振り返り、そこから早朝の作曲実践に取り掛かりたい。夢の中で私は、瀬戸内海のように波の穏やかな海の中にいた。その海は、本来は綺麗であると知っていたのだが、なぜかその時には海の中の視界が悪く、海中がほとんど見えないような状態であった。私は海中に潜りながら泳ぐことを少しばかり楽しんでいた。

すると、どこからともなく人の声が聞こえてきた。それは近くで泳いでいる人の声なのか、浜辺にいる人の声なのかわからない。その声に耳を傾けると、「この海は人間の目には見ることができないもので溢れている」とのことだった。人間の目には見えないが、海洋生物であれば見える世界がそこに広がっているということ。その点にまた海の奥深さと偉大さを感じた。

そこで夢の場面が変わり、次の夢の中では、私は学校の体育館のような場所にいた。そこは体育館のはずなのだが、なぜかそこではサッカーの試合が行われていた。フットサルではなく、大きなコートで行われるサッカーの試合がそこでなされていたのである。どうやら私もその試合に参加している

---

ようであり、ポジションは右のサイドバックだった。そのポジションは自分にとって不慣れではあったが、相手が私の陣地に攻めてくることはほとんどなかった。

私はまるで観戦者のように、その試合に参加しており、こちらのチームの左サイドを務める二人の韓国人の息の合ったコンビプレーは見事であり、前半早々に2点ほど奪った。2点目を奪った時、チームは歓喜に沸いていたが、私は特に強い喜びの感情を抱くわけでもなく、試合の再開に向けて静かに自分の陣地に戻っていった。すると突然、目の前のサッカーコートがバスケットコートに変わった。場所は相変わらず同じ体育館である。そこでは高校の体育の授業が行われており、バスケの試合が行われていた。

中学校時代にはバスケ部のキャプテンを務めていた私にとって、バスケは今でも好きなスポーツの一つであり、高校時代も休み時間にはよくバスケをしていた。そんな私であったから、体育の授業でもバスケを楽しんでいたのだが、試合の途中でなぜか自分が交代させられることになった。最初私は、「交代？えっ、自分が？」という驚きがあった。自分の意思で誰かと交代することはあっても、人に交代を命じられたことはそれまでなく、まさか人に命じられて交代させられるとは思ってもいなかったのである。

私はまだ試合に出なかったのだが、とりあえず交代をして、コート脇に退いた。だが、コート脇から試合を眺めれば眺めるだけ、試合に出たいという気持ちを抑えることができず、体がうずき出した。そうした衝動を抑えるために、コートの反対側にゆっくり歩いて移動することにした。するとそこには、試合に出られない友人たちが何人か集まっていた。彼らの姿を見た時、自分が交代を命じられたのは、試合に出られない選手の気持ちを、当事者になることによって理解させることにあったのかもしれないと思ったのである。そう思った時、試合に出られないこともまた大きな学びであり、試合を外から見ている最中にも様々な学びがあることに気づいた。そうした気づきを得た瞬間に、小中学校時代の友人であり、かつ中学校時代のバスケ部の仲間であった友人の一人(KM)が、豪快なダンクシュートを決めた。

彼の身長は現実世界よりも随分と高くなっており、ジャンプ力も相当に高くなっていて、その次のプレーでは、彼は10mほどジャンプをしながら体を回転させてボールを拾い、まるでそれは空中サーカスのようであった。彼の派手なプレーをコート脇で目の当たりにした私は、またしても試合に出た

---

い気持ちで一杯であったが、その気持ちはやり場のないものであった。しばらくすると試合が終わり、体育の授業が終わった。その次の授業に向けてみんな移動を始めたが、私は体を動かさず、次の授業に出ることを放棄して、バスケの練習を一人でただひたすら行うことにした。フローニンゲン:2019/11/6(水)07:50

#### 5144. 通り雨去りし輝く世界:三鷹市のフィッシャー幼稚園での記憶

先ほど、通り雨が数分間ほど降った。遠くの空は晴れていて、それは美しく輝く涙のようだった。輝く涙のような雨を見ながら、ふと、幼稚園時代のことを思い出した。私はよく小中学校時代のことについて思い出すことがあるのだが、どういうわけか幼稚園時代についてはあまり思い出す習慣がなかった。確かに、それはもう遠い記憶になっているからかもしれないが、自分の魂を形成する上で幼稚園時代はとても重要な時期だったように思う。

私は父の転勤の都合上、東京の吉祥寺の幼稚園から三鷹の幼稚園に移った。当時の私からしてみれば、単に隣の市に引っ越ただけでも大きな出来事だったように思う。当時の私は、どこか遠いところに来てしまったという感覚があったのを覚えている。それは別に否定的なものでも肯定的なものでもなく、純粹に随分と遠い場所に移り住むことになったという感覚があったのである。吉祥寺と三鷹が目と鼻の先にあると知ったのは、実は大人になってからであり、大学時代は吉祥寺や三鷹から近い国立市に住んでいたのだが、その時でさえも二つの市があそこまで近いとは思っていなかった。

先ほど、三鷹でお世話になっていたフィッシャー幼稚園が今もあるか調べていた。それは今もあった。特にうちはキリスト教などの特定の宗教を信仰しているわけではないが、その幼稚園はキリスト教に基づいた保育を行っていた。実際に、教会で祈ったり、聖書を読んだり、賛美歌を歌っていた記憶がある。

特に印象に残っているのは、聖書を読んでいたことかもしれない。聖書を読む時間は私にとって、友達たちとふざける格好の時間であり、教会でおそらく牧師さんのような人が聖書を読んでいる最中は、教会の一番後ろの席で友達たちとよくふざけていたのを覚えている。



---

ちょうど四日前には、教会と幼稚園でバザーが開催されていたようだ。このバザーに関しても、なんとなく記憶にある。また、よく取っていたダンゴムシがいた場所などについても記憶にあり、幼稚園の写真を眺めていると、とても懐かしくなった。

この幼稚園が大切にしている三つのことを読んでみると、何かその通りに自分は育ててもらったように感じられた。それらは順に、「イエス・キリストを通して示される神の愛の中で園児が育まれる保育」「神様によって使命を与えられた教師が園児ひとりひとりの個性を受けとめ愛する保育」「幼稚園で過ごすことが喜びとなるように日々の積み重ねを大切に、見守る保育」である。

小学校一年生から高校までお世話になった先生の名前と顔は全て覚えているのだが、残念ながら幼稚園の先生に関しては記憶にない。しかし、愛情を持って育ててもらったということだけは確かな記憶と実感と共に今ここにある。幼稚園や保育園の先生は、もしかしたら子供たちが大人になったら忘れられてしまう存在なのかもしれないが、そうであったとしても、紛れもなく一人一人の子供たちの魂の土台を形成し、大きく育てていくための極めて大切な存在なのだということを改めて思っていた。

通り雨が上がった世界は、聖なる世界のように輝いていた。多くの小鳥たちが讃美歌を歌うかのよう  
に空に向かって鳴き声を上げている。

自分の中の奥底に仕舞い込まれていた物語が、今徐々に紐解かれていることを感じる。人間の成熟過程とは、つまるところ「思い出すこと」であり、「遠くから中心に還ること」なのだということを思う。

今度またいつか東京を訪れることがあったら、三鷹のフィッシャー幼稚園に足を運んでみたいと思う。  
フローニンゲン:2019/11/6(水)13:00

#### 5145. 魂の具現化としての夢中になれるもの

時刻は午後の7時を迎えた。今日もゆっくりと一日が終わりに近づいている。今日の終わりは、ヴェネチア旅行への近接を意味する。ヴェネチア旅行に旅立つまであと3日程となった。

---

夕方、ヴェネチア旅行に向けて最後の買い物をしようと思った。街の中心部のオーガニックスーパーに到着すると、ドアに張り紙がしてあり、それはオランダ語で書かれていたため、よく意味がわからなかった。ドアの前に立つと、いつものようにドアが開き、店内には店員を含め、客もいたため、休みの知らせをしているわけではないことがわかった。かろうじてわかるオランダ語の単語から類推するに、銀行のカードが使えないということなのだろうかと推測したらまさにその通りだった。店員の女性曰く、レジが故障してしまい、今週末まではカードが使えないとのことであり、現金のみ対応しているとのことだった。

いつも買い物に出かけるときは、家の鍵とカード一枚だけを持って出かけるため、あいにく現金は一銭もなく、何も買わずにスーパーを後にすることになった。明日と明後日の夕食用のジャガイモをとりあえず購入したかったため、街の中心部の市場に行ってみると、市場はやっていなかった。水曜日は市場は休みであったか。仕方ないので、帰宅途中に近所のスーパーに立ち寄り、そこでジャガイモを購入した。オーガニックのものだと二日分のジャガイモの分量が多いため、今日はオーガニックではないものを購入することになった。

帰り際、散歩しながらぼんやりと考え事をしていた。軽いジョギングやウォーキングをする時はいつも自分の内側の何かが刺激されるのか、書斎にいる時には思いつかないことがふと思いつく時がある。もう少し正確に言えば、書斎にいるときの学習や実践が煮詰まり、それが濾過されることによってふと結晶が湧き出てくる瞬間に立ち会えるのが、軽いジョギングやウォーキング中だと言ったほうがいだろうか。

赤レンガの家々の前の道に敷かれた落ち葉の絨毯を眺めていると、夢中になれるものというのは、自らの魂が具現化されたものなのではないか、あるいは魂がこの世界へ投影されたものなのではないかと思ったのである。夢中になれる対象がなんであれ、それは自己の魂をありありと映すものなのである。そのような気づきが芽生えた。

そうした夢中になれるものへ没入し、一体化することを通じて、私たちは自己の魂を省みることができる。魂の現れとしての対象を通じて、魂そのものを内省していく。その過程で魂は深まっていくのではないだろうか。

---

自分にとって、魂が具現化された実践はなんであろうか。それはもう明確なものになっている。後はその実践を愚直に継続していくこと。これに尽きる。そうした実践に没頭・没入することによって、魂を省みながらにして魂を育んでいく。

夢中になれるものを見つけ、それを大切にすることの尊さの本当の意味が見えてきた。夢中になれるものを見つけるというのは、自己の魂の発見だったのである。そしてそれを大切にして夢中になり続けるというのは、魂と一体化して人生を生きていくことだったのである。それが魂と一致した生き方なのだろう。

自分の魂との寸分違わぬ一致。それが究極の自己一致なのかもしれない。そうした自己一致の中で明日からまた人生を歩んで行こう。フローニンゲン:2019/11/6(水) 19:25

#### 5146. 自然の中での生活～シベリウスとグリーグの邸宅を思い出しながら

時刻は午前7時半を迎えた。今日は非常にゆったりとした起床をし、目覚めてみると、空がダークブルーに変わり始めていた。

起床してすぐに耳に飛び込んできたのは、雨が降る音であった。だがそれはどうやら私の錯覚のようであり、実際には雨が降っておらず、昨夜に降った雨に濡れた道路の上を走る車の音が、雨が降っているかのように錯覚させたようだった。とは言え今日は、午後から夜にかけて雨が降るようだ。

フローニンゲンの気温はますます低くなっており、最高気温は8度前後であり、最低気温は0度に達しようとしている。ここ最近改めて訪れたいと思っているフィンランドは、フローニンゲンよりも気温が低く、例えばヘルシンキは最低気温がマイナス2度となり、今日は雪マークが付されている。

世界には様々な街があり、そこは気温も含めて様々な表情を持つ。昨夜もぼんやりと、今後はより一層現在の生活を前に推し進めていこうと思った。より極端化させると述べてもいいかもしれない。自分の取り組みにより集中できる環境の中に身を置くこと、そして自ら環境を整えていくこと。そうしたことを行っていく。自分の取り組みに本当の意味で集中できるのは、やはり街の中での生活ではないことが見えてきている。

---

シベリウスのアイノラの邸宅やグリーグのベルゲンの邸宅を思い出す。彼らが生活していたような場所で自分も創造活動に取り組みたいと思う。シベリウスの家は湖の近くにあり、森がすぐ背後にあるような場所にある。サウナ専用の小屋があって、そこに立ち寄ると、木造できたサウナ部屋のなんとも言えない香りが立ち込めてきたのを覚えている。冬の厳しいアイノラの地で、シベリウスはこのサウナに入って体を温めていた姿がありありと想像できた。

グリーグの邸宅もまた思い出深い。そこは海を眺めることのできる岬の上に建っていて、シベリウスの邸宅周辺と同様に、緑も豊かであった。グリーグの邸宅で特に感銘を受けたのは、グリーグは自宅とは別に作曲小屋を作っており、そこで毎日作曲をしていたようだった。その小屋からは海を見渡すことができる。自分もいつかそうした場所で生活をし、毎日の創造活動に営みたい。理想は、海と山あるいは森が近くにあつて、大空を眺められるような場所で日々の生活を営みたい。そうした場所で、粛々坦々と自分の取り組みを前に進めていく。

オランダでの生活は、将来そうした場所で生活をする事の尊さを教えてくれたのだと思う。そうした場所で生活をする日に向けて、今日も自分にできる取り組みを、自分のできる範囲で前に進めていく。焦らず、ゆっくと着実に、それは絶えずここにありながらにしてどこかに向かっているだろう。  
フローニンゲン:2019/11/7(木)07:55

#### 5147. 自由かつ自然な創造に向けて:覚醒と睡眠の反転と交差

昨夜もまた、日記を書くかのように曲を作りたいという思いが湧き上がっていた。実際には、言葉を紡ぎ出すよりもさらに自由で、かつ自然な形で音を生み出したいと思っていた。

言葉よりも雄弁に音を通じて語っていくこと。自分の人生というこの物語を音を通じて日々語り、新たな物語を紡ぎ出していくこと。それを今よりもずっと自由に、ずっと自然に行いたい。そのための学習と実践を惜しまない。

ここ最近では、実践に力を入れるのと並行して、先日の一時帰国の際に購入した何冊かの理論書を読み進めている。これらの書籍は、少なくとも5回以上は繰り返し読んでいきたい。5回でも少ない気がする。最低限10回ほどは読みたいところだ。理論書を通じて学んだ一つ一つの項目を、すぐさま



---

実践で試してみて、それを血肉化するということが続いている。これを続けていこう。そして、同じ項目については形を変えて何度も実際に曲を作るという形で身体知にしていこう。

偉大な画家が無意識に筆を動かせるように、無意識で音を生み出せるようになっていく。偉大な画家が自由かつ自然に一本の線を引くのと同じように、自由かつ自然に一つの音、ないしは一つの旋律を生み出していく。

昨日の日記で書き留めていたように、魂の具現化としての夢中になれるものに存在を委ね、夢中になれるものへの没入を通じて毎日を生きていくこと。その中には真善美の全てがありそうなのだ。さらにはそこに、徳のようなものも芽生える可能性を見出している。

夢中になれるものと一体になることは、究極の自己一致である。自分が感銘を受ける人たちは、いつもそのように生を形取り、夢中になれるものへの没入と共に毎日を生きていた。そうした日を今日も送っていこう。そうした日々をこれからも送っていこう。それが自分の人生を十全に生きることなのだから。

昨夜就寝前に、ふと妙な考えが立ち現れた。それは、覚醒している間は何かが眠っていて、眠っている間は何かが覚醒しているのではないか、という考えだ。そうした何かは多分に存在していそうである。

私たちが覚醒している最中に眠っているもの、逆に私たちが眠っている最中に覚醒しているもの。それは果たしてなんだろうか。それは自分自身で見つける必要があるだろう。私には、なんとなくそれがなんなのかが見え始めている。さらに、覚醒している状態をある種の睡眠状態と捉え、眠っている状態をある種の覚醒状態と反転して捉えてみると、何が見えてくるだろうか、ということも考えていた。きっとそこに大切な何かがある。そうした大切な何か、つまりこの人生において人間として深く十分に生きるために必要な何かが見え始めている。

今この日記を書いている自分は眠っているのだろうか。ある意味ではそうだろう。そして眠っているのであれば、それはまた別の意味では何かの内側で覚醒しているのだ。覚醒と睡眠の交差する世界の中で、今日の瞬間瞬間を生きていく。フローニンゲン:2019/11/7(木)08:11

毎日が淡々と水のように流れていく。自分にできることは、そうした水の流れのような時間の進行に逆らうのではなく、そうした流れそのものと一体になることである。きっと今日も、気がつけば昼になり、気がつけば夕方を迎え、気がつけば夜を迎える。そしていつの間にか明日になっているだろう。

明日はヴェネチア旅行に出かける前日である。ヴェネチア旅行に出かける当日もまた自然な形でやってくるだろう。こうして淡々と進む日常を眺めていると、絶えず流れているこの人生に改めて驚かされる。それは大きな驚きではなく、小さな驚きであり、驚きというよりもむしろ畏怖の念だと言っていいかもしれない。

おそらく、私個人の内側に流れているものは有限でありながら、そうした流れを生んでいるさらに大きな流れは悠久なものなのだと思う。自分はそうした悠久さに生かされているのだということ。それを思うと、心は穏やかになり、同時に自分の内側から何か途轍もなく大きなエネルギーが湧いてくる。生命力の湧出。それは即、創造力の湧出でもある。

今朝方の夢についてまだ何も書き留めていなかったのだから、今日もいつもと同じように夢を書き留めておきたい。先日実家に帰った時、私が夢を鮮明に覚えていることに対して母が驚いていたのを思い出す。母からしてみれば、私が鮮明に夢を覚えていることが不思議なようであり、夢を綴る最中に私が何か脚色をしているのではないかと思うほどだそう。そんな母に対し、夢日記を続けていれば続けるだけ、夢の想起力が高まることを伝えた。

実はこの夢日記は、脚色どころか、描写を削除しているぐらいなのだ。つまり、覚えている範囲のことを全て書き留めているわけでは決してなく、自分が文字として書き留めることが躊躇われるような情景や出来事については書かないようにしている。それでは夢日記を綴る真の意味が損なわれてしまうと言われてしまいそうだが、そうかもしれない。だがそこに対しても工夫を施しており、書ける範囲のことを描写することを通じて、その記述を読み返せば、自分だけがその削除した情景や出来事を間接的に想起できるようにしている。もちろんこうした工夫も毎行行えるわけではなく、見た夢を自分の中だけで仕舞うことも当然ある。そうしたことはあっていいのだと思う。

---

今朝方見ていた最初の夢は、現在フローニンゲンで住んでいる隣のオランダ人家族が現れるものだった。現在の家の両隣は、とても親切な人たちが住んでいる。よく宅配便を預かってもらっていたり、お世話にもなっている。右隣のニコさんとは近所のスーパーや街の中心部の銀行でも鉢合わせになることがあり、そうした場所で挨拶を交わす間柄である。もう一方に住んでいる家族は、まだ若い夫婦であり、小さな子供がいる。

夢の中では、その夫婦が登場した。美人の奥さんと可愛い子供が家の外に出て、どこかに出かけようとしていた。私もちょうど外出の予定があり、家の扉から外に出たところだったので、そこで挨拶をした。奥さんは青いドレスのような服を着ていて、背中部分が空いていた。奥さんとその子供と少し会話をしたところで、旦那さんも家から出てきて、彼にも挨拶をした。三人は幸せそうな表情でどこかに向かって行った。そのような夢の場面があったのを覚えている。フローニンゲン:2019/11/7  
(木)08:34

#### 5149. ご近所さんについて:今朝方の夢の続き

書斎の窓から外をぼんやりと眺めていると、2階の住人が出かけた音が聞こえてきた。おそらく仕事に出かけたのだろう。彼は一時期家にこもっている時期があり、職を失っていたのだろうかと少し心配をしていた。もちろん在宅で行える仕事をしていた可能性もあるが、今このように毎朝仕事に出かけていく姿を見ることができているのは喜ばしい。

1階に住む男性も毎朝仕事に出かけ、夕方の5時ぐらいに戻ってくる。1階に住む男性も、2階に住む男性も、家を出る時間と帰宅する時間が大体同じであることから、彼らはどこかに仕事に出かけているのだと思う。2階の住人が仕事を失ったのではないかと心配していた私は、ふと仕事に出かけることのない自分に気づき、思わず笑った。仕事をしに行くために出かけていくことなどもう何年も前から無くなっている。強いて言えば、毎日の仕事場はこの書斎であるから、寝室から書斎への移動が仕事をしに行くためのお出かけに該当するだろうか。

それにしても、4階に住む友人のピアニストは、毎日淡々と音楽院に通い、自分の取り組みを日々深めている。その姿には感銘を受ける。彼女とはここ最近話をしていないが、また近々近況を伺ってみたいと思う。今年は古楽器の習得に向けて精進をしているようで、午前と午後、あるいは夕

---

方にレッスンがある日は、音楽院に行って帰って来て、また夕方に音楽院に出かけていくということを行っている。一度外出して自宅に戻り、再度外出することは私にとってはとても億劫なのだが、彼女にとってはそれは苦ではないのかもしれない。

ご近所さんについてあれこれ書き留めていると、今朝方の夢の続きをまだ書いていないことに気づいた。それらを書き留め、早朝の作曲実践を始めていこう。

夢の中で私は、小中学校時代を過ごした社宅の中にいた。私の部屋には大きな学習機があり、それはとても綺麗に整理されていた。子供用の学習機ではなく、大人が使ってもいいような、木製のしっかりとした机だった。そこは私の部屋のはずだったのだが、なぜか父のデスクトップが私の机の上に置かれていた。すると父が私の部屋にやって来て、ファイナンスに関して教えて欲しいと述べた。

父が理解できないファイナンス用語に対して、それをまずはネットで一緒に調べてみようかと提案した。そしてパソコンを立ち上げてみると、なんとパソコンがウィルスに感染してしまったのか、奇妙な表示が現れた。厳密には、それはウィルスに感染したというよりも、誰かが父のパソコンにハッキングをしたようだった。パソコンをほぼ乗っ取られてしまった形となり、こちらでは操作が難しかったが、父が「お前は誰だ？」というようなメッセージを画面に打ち込んだところで、パソコンが急にシャットダウンした。その後、そのパソコンの電源がつくことはなかった。

父はそのパソコンは会社のものだと述べており、このような形で故障してしまったことを嘆いていた。一方私は至って冷静であり、会社のパソコンなら全く問題ないのではないかと思い、新しいパソコンを会社から支給してもらえばいいのではないかと父に伝えた。それに対して父は、そういう問題ではないというようなことを述べ、パソコンの復旧に向けて右往左往していた。

そこで母が部屋にやって来て、父に向かって「あのことを洋平に伝えたの？」と述べた。私は「あのこと」というのが何か気になった。父は、「いや、まだ…。これから伝えようと思っていたところ」と小さな声で呟いた。そこで父はゆっくりと口を開き始め、亡くなった祖父の話をし始めた。端的には、祖父が父にとって義理の父であり、本当の父ではないという話であった。私は最初その話を信じる事が



---

できなかった。父は涙ながら、本当の父ではない祖父が父に対してしてくれた様々な事柄について話をしてくれた。そこで夢の場面が変わった。

夢の中の私は、「義理の父」という言葉の意味が最初よくわかっていなかった。義理の父というのは本来、配偶者側の父のことを指すのだと思うが、夢の中の父の言い間違えだったのかもしれない。いずれにせよ、現実世界においては、祖父は父の本当の父なのだが、なぜか夢の中では本当の父ではないということが判明し、夢の中の私は少し困惑をしていたのを覚えている。フローニンゲン:2019/11/7(木)09:02

### 5150. 友人の日記が教えてくれた大切なこと～存在と影

先ほどまで日記を書いていた自分がまたしても筆を取り、今こうして何かを書こうとしている。書くという行為の中に没入し、書くことを通じて十全に生きようとする魂が自分の内側に内在している。いやそれは内在していると言うよりも、外側に現れようとしているがゆえに外在していると言えるかもしれないし、そもそも内在も外在も超えて、超越的に存在していると言えるかもしれない。いずれにせよ、魂は書くことを求めており、書くことを通じてその生命力が増す。

言葉を通じて、音を通じて書くということ。本当にただひたすらにそれを通じて毎日を生きていこう。

つい先ほど、ハーグに住む友人の日記を読んでいた。私は毎朝、友人の日記を読むことを楽しみにしている。日記を読むと、その出だしに月に関する興味深いことが書かれていた。実は私も、ちょうど同じ日の夕方に月を眺めていた。それは買い物から自宅に戻る最中のことだった。

友人の日記をそのまま引用させてもらおうと、「南西の空に、ちょうど真ん中にまっすぐ線を引き、その左側半分が欠けたような月が光っている。月には地球の影が写っているために形が変わって見えると習ったはずだが、あんなにもまっすぐに片側が見えなくなるというのは今でも不思議だ。見えなだけでそこにはある。そこは、何もない闇なのではなく、影のつくり出す闇なのだ。そう思った瞬間ふと、どちらの闇の方が怖いだろうかという考えが浮かんだ」と書かれていた。私もまさに同じ日の夕方にその半月を見ていた。

---

友人の日記の中にある、「見えないだけでそこにある何か」「影の作り出す闇」という言葉が大変興味深く思った。というのも、先ほどまで振り返っていた夢の世界というのは、まさにそうした言葉で象徴されるような世界だと思ったからである。

夢の世界には、私たちの覚醒意識では見えないもので溢れている。見えないものだらけなのだ。本来存在しているはずのものが見えなくなってしまうのは、夢を生み出している私たちの心が持つ影が闇を作り出してからなのではないか、そのようなことを友人の日記を読みながら考えていた。

本来丸く存在しているはずの一つの月の半分が、まるで全く存在していないかのように見えてしまうことへの驚き。友人の日記のおかげで、そうした驚きを今になっては持つが、半月を眺めていたあの日の私にはそうした驚きはなかった。その時の私は、純粋な驚きを得ることができず、おそらくそれは自分の狭い認識の枠組みの中に閉じこもっていたからであろう。そうした認識の枠組みの一つ一つを検証し、解体し、生の世界を直接把握できるような眼や感覚を養っていこう。それは多分に詩人が持つ眼や感覚であり、優れた画家や作曲家が持つ眼や感覚なのかもしれない。

今この瞬間にも、本来存在しているはずのものが私たちの眼には見えなくなってしまう、あるいは感じられなくなってしまうものがたくさんあるはずだ。それこそ最近の日記で書き留めた、夢中になれるものしかり、生きがいしかり、自分の魂しかりである。ひよっとすると、現代人の多くは、自分たちの人生すら見失っているのではないだろうか。自らの人生、自らの存在、自分の魂、そして夢中になれるもの。さらには、真善美、神や仏、そして悪魔までも、私たちはしっかりと自らの眼でそれらを捉えていく必要があるのではないかと思う。なぜなら、それらは全ていついかなる時にもこの世界に存在しているからだ。フローニンゲン:2019/11/7(木)09:39

#### 5151. 人生にもたらされる贈り物:裸の街路樹が教えてくれたこと

書斎の窓越しに、赤レンガの家々が見える。そこには煙突が付けられていて、煙突から白い煙がモクモクと立ち込めている。笑ってしまうのは、赤レンガの家々の屋根に、最近ソーラーパネルが取り付けられ、それが不恰好であることだ。絵画が生活と密着したオランダ人であれば、ソーラーパネル

---

にも何か絵を描いて欲しいところだ。あるいはそれができないなら、やはり元の赤レンガの家々の屋根を見たい。

今日もまた、見事な寂寥感が滲み出す世界が眼前に広がっている。寂寥感、そして物寂しげな風景と親友になれたこと。それがオランダで生活を始めた最大の恩恵だと言えるかもしれない。

もうこの土地で暮らし始めて4年目になる。今後も長きにわたってこの土地で暮らしていこうと思っている自分にとっては、まだ4年と言えるかもしれない。そして何より、然るべき時が来たら、私はこの土地を離れ、もっと冬が厳しく、より寂寥感と生命力に溢れた土地に引っ越すことを考えているのだから、この土地が醸し出す寂寥感と親友になれないはずはないのだ。

数羽の白い鳥たちが、追いかけてっこをしながら楽しげに空を飛翔していった。想像の世界の中では、もはや自分は彼らであり、鳥なのだ。自由に大空を飛翔する鳥なのだ。

起床してすぐに寝室の窓を換気のために開けた時、家のすぐ下に植えられている木が赤々と紅葉している姿に恍惚感を覚えた。もう随分と裸の木々が多くなっている近頃にあつて、こうした赤々と紅葉した木を見れることは幸運であった。

書くつもりがなかったことが、つらつらと書き綴られていく。それは人生そのものように思える。人生が私たちに届けてくれるものは、多分にそうしたものなのではないだろうか。つまり、こちらの意図を完全に超えていて、それは堰を切った流れのように様々なものを私たちに送り届けてくれるのだ。

小鳥たちの鳴き声がとても優しい。彼らの鳴き声もまた、この人生への贈り物である。

口笛のような鳴き声を出す鳥がいる。それは本当に人間の口笛のようだ。

一階から何か物音が聞こえた。どうやら郵便物が届けられたらしい。誰に宛てられたものだろうか。それもまた誰かから誰かへの贈り物なのだ。それが直筆の手紙であれば、さぞかし嬉しい贈り物だろう。

---

微風にしなる木々の枝。そして風に微動だにしない木々の幹。そのような枝と幹を私たちは持っているだろうか。日々を生きる中で何があっても微動だにしない幹と、全てのことにに対して感動で揺れる枝を持っているだろうか。

目の前の木々はもう裸だ。私たち人間もまた、本来は裸であり、あのようにしなる枝と不動の幹を持った生き物ではなかったか。いつから私たち現代人は、正気のない機械のような物質に成り果ててしまったのだろうか。下手をすると、機械の方がより正気に溢れている。いずれは人間の心に限りなく近いものを持つ機械も現れてくるだろう。そうなれば、生气も覇気も感じられない人間たちはいかなる存在に墮していくのだろうか。

人間性の回復。そして、人間性の涵養。それにつながるような極小の取り組みを毎日行なっていこう。自分にできるのはそれしかない。

書斎の窓辺に飾られた水晶玉とそれを置く鉢物の土台がうっすらと輝いている。フローニンゲン：  
2019/11/7(木) 10:00

#### 5152. 今朝方の夢の続き

結局また日記の執筆に戻って来てしまった。今日はそれだけ何かを言葉として表現しようとする力が働いているのかもしれない。

今朝方の夢の続きを書き留め、言葉になろうとしているものを全て言葉に仕切ってから作曲を楽しんでいこうと思う。そこではまた、音になろうとしているものを形にしていくことになるだろう。

夢の中で私は、サッカーの大きな大会に向けて準備をしていた。それはW杯のような世界大会であったが、名称が少しばかり異なるようだった。私は日本代表の選手としてその大会に参加することになっており、大会に向けた合宿に参加していた。その合宿には、実際のサッカー日本代表の選手が何人もいて、私は歳の近いある有名な選手(KH)と会話を楽しんでいた。

午前の練習を終えた後、私たち選手は合宿所に戻り、その大きな和室でくつろいでいた。どうやら私たちはその和室で寝食を共にしているようだった。ある選手が家族の写真を他の選手たちに見



---

せていた。その写真には、幸せそうな表情を浮かべる家族が収められていた。選手たちのたわいのない会話で溢れる和室には、どことなく幸福感に包まれた雰囲気広がっていた。そんな時、ふと私は、そういえば今日はまだ日記を何一つ執筆していないことに気づいた。

これから午後に試合があり、試合後は日記を執筆する時間がないと思われたため、今からちょっと日記を綴っておこうと思った。だが、試合まであまり時間がないことがわかり、試合後になんとか時間を作って今日の振り返りをするような日記を書くことにした。そのようなことを考えていると、試合の時刻がすぐにやって来た。今から合宿所を離れ、試合会場に向かう。そこで入念にウォーミングアップをして試合に臨む。そのような流れがその先に待っていた。

試合会場に到着してみると、そこには大きな運河が流れており、運河の上を進む一艘の大きなボートを見つけた。見るとボートの上には、学ランを羽織った男性たちがたくさんいて、低い声で何か応援歌を熱唱していた。どうやらその応援歌は、私たち選手に向けられたものようだった。ボートが運河をかける橋の下で止まり、応援団長らしき人物が、橋の上の私たちに向けて大声でエールを送り始めた。そのエールを受けて私たちは、これから行われる試合の大切さを思った。

スタジアムに到着すると、そこには一台のバスが止まっており、そのバスからは、合宿に参加できなかった同じチームの選手たちが降りて来て、そこでチームに合流することになった。なぜかそこに、一人だけヘッドフォンをつけた選手がいた。その選手に近寄ってみると、それは高校一年と三年の時に同じクラスだった、野球部に所属していた友人だった。彼は周りから自分を遮断するようにヘッドフォンから流れる音楽を聞いているようだった。私は一応彼に一声かけた。だが、彼は小さくうなづいただけであり、引き続きヘッドフォンをしたまま音楽を聞いていた。

彼と別れた後、私はスタジアムの中に入り、ウォーミングアップに向けて着替えをしようと思った。ロッカールームに立ち寄る前に、トイレに行っておこうと思い、近くにあったトイレに入ろうとしたところ、ちょうどトイレの脇にあるフットサルコートで試合が行われていた。アルゼンチンを代表する二つのサッカーチームがそこでフットサルの試合をしていたのである。両チームはライバル関係にあり、この二つのチームが試合をするときは、いつも大変な熱気に包まれる。そのフットサルの試合もまたそうであった。

---

今日はこれから国同士がぶつかり合うサッカーの試合があるから、フットサルの方にはそれほど観客がいないだろうと思われた。実際にあまり観客がいなかったのだが、なぜかそこに日本人の熱狂的なサポーターがいて、彼は大きな声を張り上げながら片方のチームを応援していた。

白熱するフットサルの試合を少しばかり観戦したところで、私はトイレに向かった。トイレに入ると、用を足す場所が一つしかなかったが、それは大きく横に広がっており、数名で用を足すことができた。右端で用を足し始めたところ、突然シャワーのような水が用を流す壁から出て来た。私はそれに驚き、その水がかからないように左に移動した。すると、トイレの入り口から二人の外国人がやって来て、一人は杖をついた老人だった。フローニンゲン:2019/11/7(木)10:46

### 5153. シトシトと降る夜の雨音を聞きながら

時刻は午後7時を迎えた。今、天気予報の通り、雨が降っている。この雨はもうしばらく降るようだ。

今日もゆったりとした気持ちで夕食を味わっていた。毎日同じものを夕食に食べているのだが、今日もまた一つ一つの食材の味に感激してしまった。ジャガイモ一つ取ってみてもそれはとても愛おしい。夕食を食べることに並行して、ベジブロスを鍋で煮ていた。野菜クズとリンゴのヘタを使って作るベジブロスをいつも味噌汁のベースにしている。明日の夜と、ヴェネチア旅行出発の朝に飲むベジブロスを作り終えた。

旅行前にすることといえば、ヴェネチアの空港からホテルまでのバスの路線図を調べ、再度宿泊先にメールで目安の到着時間を伝えておく。そのリマインドは明日の夜に行おうと思う。合わせて、明後日の朝にフローニンゲン駅を出発する時刻についても調べておこう。ヴェネチア空港からホテルまでのバスの路線図と、フローニンゲンの出発時刻については今日中に調べてしまおうと思う。

今日もまたとても充実した一日だった。一日が創造活動とそれに類する学習によって成り立っていた。具体的には、日記を執筆し、作曲をし、作曲理論に関する理論書を読み進めていた。毎日本当にそれらのことしかしていない。それでいいのだと思う。この生活をより極端化していく必要がある。極端化し、それを押し進めていく必要がある。もはやそれが推し進められないぐらいに自然なものになっているのだが、まるであの世でもそれらのことに従事できるぐらいにまでそれを推し進めていく。

---

一生涯、命を懸けて取り組むこと。それが「一生懸命」という言葉の本来の意味だろう。その言葉が意味する通りの姿勢でこれからも日々を生きていく。明日もまたそうであるし、明後日のヴェネチア旅行の日でもそうだ。

午後に仮眠を取ろうとしているときに、言葉で絵を描き、言葉で音楽を奏でるかのように言葉を用いて日記を書いていこうと思った。言い換えると、毎日の日記の執筆は、絵画の制作と同じものであり、作曲と同じものであることに気づいたのである。逆に毎日行なっている作曲実践は、やはり日記の執筆と同じものだったのだ。言葉が音になり、音が言葉になる。今の自分にとってはそのような認識で言葉と音を捉え、日記と作曲を行っている。

もうしばらくシトシトとした雨が降り続くだろう。明日は幸いにも晴れとのことであるから、午後からボルダリングジムに行き、全身を大いに動かして来たい。それにより、魂により弾みがもたらされ、明日以降の創造活動がさらに実りのあるものになるだろう。フローニンゲン:2019/11/7(木) 19:15

#### 5154. 魂の原風景としてのイチヨウの木～幼稚園時代の記憶から

時刻は午前5時を迎えた。深き闇の世界の中で、一羽の小鳥がさえずっている。その他の小鳥たちはまだ寝ているのだろうか。彼らの声はまだ聞こえず、一話の小鳥だけが鳴き声を上げている。自分もまた一人でこの日記を綴っている。

ここ最近はめっきり冷え込んできたフローニンゲンだが、今日は快晴に恵まれるため、午後からボルダリングジムに行き、ひと運動してこよう。ジムまでの5kmの道を軽くジョギングすることもまた、自分にとっては大切な運動だ。

いよいよ明日はヴェネチアへ旅に出る。明日はゆったりと午前9時過ぎ頃に自宅を出発し、ゆっくりと中央駅まで歩いていく。列車の出発時刻は09:48であり、スキポール空港には12:18に到着する。その時間に空港に着けば、ボーディングが始まる15時までラウンジでゆったりとした時間を過ごせるだろう。

---

ここ数日間は印象に残る夢を見ていたが、今朝方はあまり印象に残る夢を見ていなかった。今記憶を辿っているのだが、なかなか思い出せない。起床してすぐに手元のメモに夢について何も書き留めていなかったことから、今朝方は印象に残る夢を見ていなかったことがわかる。ぼんやりと覚えていることがあるとすれば、小中学校時代の女性友達の一人(AS)と会話をしていたことぐらいだろうか。

昨日の日記で書き留めた通り、夢の中にあって覚醒しているもの、覚醒の最中にあって眠っているものについて考えている。おそらくはそれに付け加えて、睡眠中も覚醒中も絶えず目覚めている何かを探ることもまた大切だろう。

そうしたことを考えていると、昨夜の就寝前に、夢中になれるものは魂の具現化されたものであるという考えに対して、また新しい考えが芽生えた。「夢中」という言葉が夢の中を指すのであれば、夢中になる形で具現化される魂は、夢の中に色濃く顕現するものなのではないかと思ったのである。枕元に置いたメモにそのような走り書きがなされていた。

夢というのは魂の現れなのかもしれない。魂の運動した痕跡なのかもしれない。

一昨日の夜に母にメールをして、吉祥寺に住んでいた頃に通っていた幼稚園の名前について尋ねた。三鷹に住んでいた時の幼稚園の名前は覚えていたのだが、吉祥寺の幼稚園の名前は忘れてしまっていたのである。昨日、母からの返信メールが届いた。メールを開くと、吉祥寺で自分が通っていた幼稚園の名前は、「武蔵野市中央幼稚園」だと分かった。早速その場所と幼稚園について調べてみた。場所に関しては、成蹊大学の近くであり、母や父と大学内のキャンパスを時折散歩していた記憶がある。調べてみて分かったが、三鷹の幼稚園と同様に、この幼稚園もまたキリスト教の精神に基づいて運営されているようだった。

それを知ってふと、自分が三鷹で通っていた幼稚園は特殊なのだと思っていたが、ひょっとすると幼稚園というのはそもそもドイツの教育哲学者フリードリヒ・フレーベルが発案したものであり、彼もまたキリスト教を信奉していたのではないかと思われるため、日本の多くの幼稚園がキリスト教の精神に基づいていても何ら不思議はないと思った。



---

そのようなことを思いながら幼稚園の写真を眺めていると、中央幼稚園を象徴するイチョウの木に目が止まった。校庭には20本もイチョウの木があるそうだ。それを眺めていると、秋にイチョウの葉で埋め尽くされた校庭を思い出す。これはフローニンゲンの街に限ったことではないが、私は秋の季節に街中を歩いていてイチョウの木に出くわすと、どうも懐かしさを感じてしまう。それは、幼稚園時代の体験と記憶があったからなのかもしれないと思った。

ここ数年間を振り返ってみると、今から五年前に一年ほど住んでいた府中の街、観光で訪れたハーグ、そして現在住んでいるフローニンゲンの街でイチョウの木の前で足を止めていたことを覚えている。イチョウの木は、自分の魂にとっての原風景を象徴するものなのかもしれない。

そういえば、幼稚園時代に、秋の季節になると、父と銀杏を拾いに行き、ベランダでそれを干して、火で炙って食べていたような記憶がある。イチョウの木に自分が何か感慨深さを感じるのは、幼稚園時代の体験と記憶があるからなのだろう。ぜひとも、イチョウの木をモチーフにした曲を作ってみたいという思いが静かに現れる。フローニンゲン:2019/11/8(金)05:35

#### 5155. ジャズピアノ: 自己の物語を育むこと～幼稚園時代の活動より

朝の雰囲気にふさわしいジャズピアノ曲を書斎に流している。これまで私は、ジャズピアノを聴くことはほとんどなかったのだが、食わず嫌いをせずにジャズの世界に触れてみることによって、音楽的感性の幅がより広がるのではないかと思う。クラシックの世界にはない独特の響きがジャズの世界にはあり、二つの世界は共に一つの音楽宇宙にありながらも、どこか別の惑星のようで面白い。静かなジャズピアノの音に包まれながら、これから昼にかけて、自分の取り組みを前に進めていこうと思う。

それにしても、今日は本当に天気がいい。雲ひとつない快晴である。

現在の時刻は午前10時であり、朝日がとてもほのかであり、優しく輝いている。まるで朝日が紅葉しているかのようだ。

先ほど窓の外を眺めていると、自分の物語を自覚的に育んでいくことが、その人固有の発達の道を歩むことに他ならないという考えが芽生えた。それは以前から思っていたことではあるが、一つの明

---

確な考えとして先ほど自分にぶつかってきたのである。多くの人は結局のところ、他人の物語を知ること躍起になるか、社会が築き上げた大きな物語に無自覚なままに従うかのどちらかの形で日々を生きている傾向が強く、自分の物語にはてんで無自覚なのではないか。自分がいかなる存在であるかを内省していないだけでなく、自らの物語が何であるのかに対しても無自覚なのである。

昨日、私が吉祥寺に住んでいた頃に通っていた幼稚園について調べていた。母から幼稚園の名前を教えてもらったことにより、その調査が可能になった。幼稚園でどのような保育が行われているのかを調べてみたところ、そこで「リズム遊び」というものが行われていることに気づいた。私が通っていた頃にもこうした遊びがあったのかは定かではないが、もしあったのであれば、今の自分の作曲実践に少なからぬ影響を与えているように思えた。

リズム遊びについての説明として、「世界が音に満ちていて、音の美しさ・楽しさに気づいてほしいと思っています。耳を澄ましてまわりに響いている音を良く聴き、季節感や行事などを盛り込んだ音楽ゲームをしたり、動物になりきって動いたり、絵本の世界に入り込んで遊びます」ということが書かれていた。世界が音に満ち溢れているということ、そしてそうした遍満する音は美しく、それを何らかの方法を通じて表現することの中に楽しさがあるということ。本当にその通りである。

説明の最後の箇所に、「絵本の世界に入り込む」というのも面白いと思った。そこでは絵本の物語世界に没入しながらも、そこでの遊びを通じて、独自の物語を育むことにつながっているのではないかと思われた。単純に絵本の物語の中で生きるのではなく、それを通じて自らの物語を育んでいくということ。それは子供の発達にとって重要であり、この話は大人の発達においても大切な事柄が内包されている。フローニンゲン:2019/11/8(金)10:16

#### 5156. 本日のボルダリングを終えて～ヨガへの回帰の可能性

時刻は午後6時半を迎えようとしている。つい今し方、夕食を摂り終えた。

今日はボルダリングジムに行き、少し早めに戻ってくることができたので、夕食もいつもより少し早めに済ませた。ジムまでの往復の道を軽くジョギングし、ボルダリングで全身を動かすことによって、今日の夕食は一段と旨く感じられた。改めて、日本の誇る発酵食品である味噌の味の深さに驚かされ

---

る。今日は味噌を茹でたジャガイモにつけて食べてみた。以前試した時にこれが美味しいことはわかっていたのだが、いつもはパンプキンパウダー、マカパウダーを少々ふりかけ、その上に少し醤油をかける形で食べている。今日は運動をして塩分を欲していたのか、少しそこに味噌を足して食べてみたのである。それが実に美味であった。

前回ボルダリングをした時は、作曲実践の調子があまり良くなく、一方でボルダリングの調子が良かった。本日はその逆だったように思う。本日ジムを訪れてみると、またしても課題が大幅に変更されていた。それはおそらく、ここ最近フローニンゲンのボルダリングジムの人気が高まり、どんどんと人がやってきて、彼らを飽きさせないための工夫だろうか。

それはそれで理解はできるのだが、前回かろうじて登れた課題を今日は復習したいと思っていたところ、それらの課題が全て張り替えられてしまっていて残念だった。子供たちがボルダリングを楽しめるように、小・中学生向けの体験会のようなものが本日開かれていた。前回ジムに行った曜日は違うのだが、前回もまたそのような体験会がなされていた。子供たちがボルダリングを楽しむことは大いに推奨されるのだが、時に彼らのマナーがあまりよろしくなく、心を落ち着けて課題に向き合いたいこちらとしてはそれが少し残念だった。学校の授業の一環ということはないだろうが、インストラクターあるいは付き添いの大人が二人おり、1時間ほどしたらみんな帰っていった。

休日の午後も人が多く、平日の午後もかなり人が増えてきた今になって、ボルダリングを静かに楽しむのは少し難しくなってきたのかもしれない。私としては、ボルダリングを単に身体を動かすスポーツのような形で取り組みたくはなく、自分の内側と向き合うことを必ず行いたいため、今後のボルダリングとの付き合い方を少々考えさせられるきっかけとなった。

とりあえず10回のパスがあと1回ほど残っているため、ヴェネチア旅行から帰ってきた次の週にもう一度ジムに行ってみるつもりだが、その後はどうするか考えたいところだ。せっかくボルダリングは長く続けられそうだと思っていたのに、思わぬ形で水を差されてしまった感がある。次回は試しにもう一度休日の午後にジムに足を運んでみて、どれくらいの人がいるのかを確かめたい。あるいは、ジムのスタッフの話によると、確か火曜日の午後が一番人がいないということだったので、次回は火曜日に行ってみるのも悪くない。

---

次回どれだけ集中してボルダリングに取り組めるかによって、身体実践の再考を図りたい。帰り際、ボルダリングに代わる身体実践としてふと浮上してきたのが、ヨガだった。ヨガは毎朝行っているのだが、よりアーサナの数を増やし、強度を高める形のヨガを再び行って行こうかと思ったのである。雨や雪の時はボルダリングジムに行けないのだが、ヨガであれば自宅で行うことができる。しかも自宅であれば、静かな環境の中、呼吸に意識を当て、身体をゆっくりと動かしながら自己に向き合うことができる。

毎朝のヨガに加えて、2日か3日に1回ほど、強度を高めたヨガの実践を午後に行ってみることを検討してみよう。時にゆったりとしたピアノ曲などをかけながら、シュタイナー教育のオイリュトミーのような身体芸術的なヨガを試してみるのもいいだろう。フローニンゲン:2019/11/8(金)18:51

### 5157.【ヴェネチア旅行記】出発の朝に

ヴェネチア旅行当日の朝を迎えた。今朝は午前4時に起床し、現在時刻は午前5時を迎えようとしている。今日は旅行の日であるから、起床してすぐに浴槽に浸かった。外界の気温は低く、現在の気温は1度とのことである。自宅を出発する9時頃も2〜3度までしか気温が上がらないため、早朝に体を十分に温めておこうと思った。朝に浴槽に浸かると体の基礎体温が上がるのか、冬の時期に旅行に出かけていく際には、自宅からフローニンゲン駅までの道のりがとても暖かく感じられる。駅に到着する時には、時折暑さを感じてしまうぐらいだ。

いずれにせよ、今日は暖かい格好をしてヴェネチアに向かおうと思う。ヴェネチアとフローニンゲンでは気温差があるが、ヴェネチアも随分と秋が深まっていることが天気予報からわかる。現地ではマフラーや手袋はまだそれほど必要ではないかも知れないが、行きと帰りのフローニンゲンがいかに寒いため、それらを持っていき、冬用のジャケットを着て行こうと思う。

今この瞬間の自分を取り巻く静寂さに思わず息を呑む。まるで宇宙空間にいるかのような無音世界が広がっていて、自然と自分の内側に意識を向かわせる何かがここにある。そうした静けさの中で、いつもと同じような時間を過ごし、ヴェネチアに向けた出発の時を迎えたい。

フローニンゲン駅からスキポール空港まで向かう列車の中では、いつものように日記を執筆したり、作曲実践を行う。今回の旅にも作曲用の参考文献を持っていく。ここ数日間は、楽譜を参考にしな

---

---

がら曲を作っているのではなく、理論書の譜例を元に曲を作っている。今回のヴェネチア滞在中もそのような形で曲を作っていこうと考えているため、今回は楽譜を持参しない。少し前には、イタリアを代表する作曲家、例えばクレメンティの楽譜を持って行こうかと思っていたが、それはやめにした。あくまでも自分の内側から湧き上がるものを曲の形にして行こうと思ったのである。それに、現在読み進めている理論書の内容や技術を習得することを優先していきたいと思っていたからでもある。

理論書に加えて持っていくものとしては、書見台を挙げるができる。前回日本に一時帰国した際に、父が小さめの良い書見台を持っていたので、それを譲ってもらおうと思ったら、新しいものを購入してくれた。現在書齋で使っている書見台は少し大きいので、旅に持っていくには少しかさばっていたので、今回の旅からは父に買ってもらった書見台を持っていくことにする。これであれば、空港のラウンジで広げていても全く問題にならない。さすがに列車のテーブルにはパソコンしか置くことができないが、それでも列車の中でも作曲実践をしようと思う。文字通り、いつでもどこでも言葉と音を通じて書くということ。それが自分にとっての人生なのである。

自宅を出発するまであと4時間ほどあるので、もう少し日記を書き留めたり、作曲実践をしたりして過ごしたい。旅の準備はもうほぼ完成しているため、出発までのゆったりとした時間を楽しもう。フローニンゲン:2019/11/9(土)05:05

### 5158. 【ヴェネチア旅行記】今朝方の夢

昨日はボルダリングジムに行き、ボルダリングを行ったこともあり、快眠が取れた。心身の状態はすこぶる良く、旅を十分に楽しめる心身がここにある。

昨夜書き留めていた通り、ヴェネチア旅行から帰ってきた後にもう一度ボルダリングジムに行き、今後ボルダリングとどのように付き合っていくのかを考えたい。今のジムはとても開放的で、スペースも広いのだが、それでもここ最近の人気ぶりのせいか、平日の午後ですらかなりの人がいる。また、平日のいくつかの曜日に開催されている小中学生向けの体験会あるいはワークショップと重なってしまうと、彼らのはしゃぎ声などによって、なかなか自分の内側に集中してボルダリングを行うことが難しい。そうしたことから、再来週にもう一度ジムに行き、その辺りの環境面を確認したいと思う。その



---

結果次第ではボルダリングから少し離れるかもしれない。その代わりに、ヨガを毎朝だけではなく、より強度を上げ、時間もさらに伸ばした形で週に2、3回ほどヨガに取り組みたいと考えている。ヨガに回帰し、ヨガを再び真剣に取り組む日は近いかもしれない。

昨日から、夕食を作る最中に、シュタイナー教育のポッドキャスト“Waldorfy”を聴き始めた。これまでは、“Music Student 101”を料理の際に聴いていたのだが、それが携帯からうまく再生されなくなってしまい、昨日からはシュタイナー教育に関する上記のポッドキャストを聴き始めることにした。これはかなり興味深いコンテンツであり、しばらくこのポッドキャストを聴いて行こうと思う。旅行中にはあまり聴かないであろうが、旅から帰ってきて料理を作る際には、一連のコンテンツを聴き、シュタイナー教育について理解を深めていきたい。

私の中では、依然としてシュタイナー教育に対する関心は高い。この教育には、やはり自分を捉えてやまない何かがあるのだと思う。それが何かの輪郭はすでに見えているが、その輪郭をより鮮明にするために、シュタイナー教育の探究は今後も細々と進めて行こうと思う。

早朝の作曲実践に従事するために、今朝方の夢について簡単に振り返っておきたい。ヴェネチア旅行に向けた出発の朝に見た夢は下記のようなものであった。

夢の中で私は、最初のキャリアで務めていた会社のオフィスの中にいた。そのオフィスは今も昔も変わっておらず、広々としたスペースを持っていた。フロアの一角にある共同スペースで、私はある女性の上司と一緒に仕事をしていた。すると突然、フロアの天井がガラスのように透明になり、オフィス上空の空を眺めることができるようになった。そこには青空が広がっていて、遠方に飛行機が飛ぶ姿が見えた。

すると、私の意識は自分の肉体を離れ、日本の様々な観光名所を高速に移動していた。その過程の中で、私の隣に座っていた上司が、それらの観光名所について解説をしてくれていた。その方の姿も見えず、上司の意識が私の意識に語りかけるような形で、その解説がなされていた。上司の解説を聞いていると、日本には実に様々な観光名所があることを改めて知り、感銘を受けた。特に関東地方には自分がまだまだ知らない名所があることを知ったのである。

---

解説が終わりに向かっている際に、千葉かどこかの海が見えた。海岸沿いに立派な岩の塔が何本もある風景が見えた。またどこかの県の中の村の中に、可愛らしいお地蔵さんがたくさん置かれている光景も見えた。そこで夢の場面が変わった。

次の夢の場面では、私は両親と大学時代の友人数名と、どこかに外食しに出かけていた。レストランがたくさん並ぶビルの一つのフロアに私たちはいて、これからどのレストランでご飯を食べるかを話し合っていた。ちょうど良さそうな店をすぐに見つけ、私はそこに入ることを提案した。すると、両親は最初私の提案に乗り気だったのだが、隣の店の方が自分たちにはいいと述べて、二人は隣の店に入っていった。そこで父が、「精算は一緒にいいから」と述べてくれ、友人と私たちは両親とは違う店に入った。掘りごたつのある席を案内された私たちは、ジャケットを脱ぎ、荷物を床に置いて、掘りごたつの中に入った。そこで友人の一人(TA)が料理を注文しようとしたところで夢の場面が変わった。

最後の夢の場面では、私は小中学校を過ぎた社宅の食卓にいた。ちょうど父が何か麺類の料理を作ってくれている最中だった。私はそれを有り難いと思ったのだが、時計をふと見ると、時刻はすでに夕方4時であり、それを食べてしまうと夕食が食べられなくなることを懸念した。それを父に伝えると、夕食はサラダだけにしたらいいのではないかと提案をされ、その提案に従うことにした。すると、テーブルの一角に腰掛けていた母が、何かを先に食べている姿が見えた。みると、カップ麺の蕎麦だった。

父が作っている麺類は、材料からこだわりがあり、麺も出汁もオーガニックな食材から作られているのだが、母が食べているそれは添加物まみれのものであった。私は母を心配し、「市販のカップ麺は、プラスチックのゴミみたいなものだよ」と述べた。母はそれにドキッとしたようであり、今後はそうしたものはできるだけ食べないようにすると述べた。

そのようなやり取りを母とした後に、料理ができる直前になって父が、料理を食べ終わったら、海岸沿いのゴミ捨て場までゴミを捨てに行ってくれたいと私にお願いをした。それは少し面倒だったが、料理を作ってもらった手前、それを断るわけにはいかず、料理を食べ終わったらゴミ捨てに行こうと思った。フローニンゲン:2019/11/9(土)05:34

時刻は午前9時半を迎えた。ちょうどつい先ほど、スキポール空港行きの列車に乗った。今その列車はプラットフォームで待機してして、出発の時間を待っている。電車にも心があるならば、ひよっとしたら私と同じように出発を心待ちにしているかもしれない。

今日のフローニンゲンは本当に寒い。午前8時半頃に、旅行の前に生ゴミを捨てておこうと思った。ゴミ捨て場に向かう最中の気温は1度であり、1度の世界がここまで寒いことをすっかり忘れていた。そしてここから氷点下の世界になれば、それは1度の世界とはまた別世界となる。

あの凜と張り詰めた寒い季節が近づいてきている。そうした季節の到来に対し、否定的な気持ちは特になく、それが不可避であるがゆえに、その季節の到来を大らかな気持ちで迎えたい。こうした気持ちを、人間存在にとって不可避の死に対しても持ちたいものである。

おそらく、日々は死に向けた準備なのだろう。最近そのようなことを思う。ミヒヤエル・エンデの父であるエドガー・エンデが、夢は死の先取りと述べていたことを思い出す。毎晩夢を見ること、そして覚醒中の諸々の出来事に対する受け取り方は、そっくりそのまま死の受け入れ方の先取りになる。毎日を十全に生きるというのはひよっとすると、死への準備を着々と進めていくことなのかもしれない。十全に生きることは、死に対する入念な準備だったのだ。

この列車の最終地点はデン・ハーグである。始発駅のフローニンゲン駅に待機中のこの列車は、今徐々に乗客で賑わってきた。バイオリンのケースを背負い、スーツケースを引いた男性が列車に乗車してきた。彼はこれからどこかに演奏旅行に出掛けるのだろうか。今私は二人掛けの席に腰掛けていて、今のところは隣にはまだ誰もいない。

これからスキポール空港に行くまでに、どのような人が隣に座るだろうか。もしかしたら誰も座らないかもしれないが、座る人がいれば、その人はどのような思いでどのような場所に向かっているのだろうか。通路を挟んで反対側に座るオランダ人夫婦はとても仲が良さそうだ。先ほどは旦那さんだけが椅子に腰掛けていて、私が通路の反対側に座った時、笑顔で挨拶をしてくれた。

---

テーブルにゴミがあったのでそれを私がそれをゴミ箱に捨てようとしてゴミ箱を探していたところ、各席の足元にあるゴミ箱の位置を教えてくれた。私はお礼を述べ、そういえば、そのような場所にゴミ箱があったなと思い出した。

後10分弱で列車が出発する。今日は土曜日の朝なのだが、意外とこの時間に列車に乗る人が多いことに驚く。これから皆、各人の休日の過ごし方をするのだろう。

オランダ国内へ日帰り旅行に出掛ける人、そして国外に出かけていく人。各人様々な旅がこれから始まろうとしている。そう考えると、この列車は旅列車である。さらに巨視的に考えれば、人生というのは毎日が旅であるとも言えるのだから、この世界は旅人で溢れ、地球は旅人が住う場所だったのだ。

さあ、そろそろ列車が出発する。初めてのイタリア、そしてヴェネチアへ向けて旅人の心が高鳴ってくる。スキポール空港に向けた列車の中:2019/11/9(土)09:42

#### 5160.【ヴェネチア旅行記】永遠の旅路の中で

列車は順調に進行し、今、オランダ中部の都市ズヴォレに向かっている。今日はずつすらとした雲が空にかかっている、それがゆっくり動くと朝日が地上に降り注いでくる。

視線をふと上空に向けると、雲の向こう側にポツカリと浮かぶ満月を見つけた。今日は満月のようにある。闇夜に浮かぶ満月も美しいが、朝に見える満月もまた趣き深い。雲が月の前を覆うと満月は見えなくなり、雲が動くと満月が顔を覗かせる。

数日前の友人の日記で書かれていたように、影で見えなくなっている向こう側の世界を見よう。見えない希望もそうした場所にあるのではないだろうか。

先ほど若いオランダ人男性が私の隣に座り、一駅でどこかの駅で降りて行った。そして今度は、オランダ人の女性が私の横に座っている。今、彼女は新聞を読んでいる。

馬や牛が牧草を美味しそうに食べている。回る風車がそこにある。

---

太陽の光のみならず、月の光が朝の世界に降り注いでいるかのような幾分幻想的な雰囲気広がっている。そこに私たちがいる。牛も馬も風車も、そしてこの列車もまた、そうした幻想的な世界の中に包まれている。

フローニンゲンもそうだったが、ズヴォレ近郊もまた少し霧がかかっている。牧場地帯の小道を通る車の姿がおぼろげながら見えてくる。

スキポール空港まで後1時間半ほどだ。先ほど列車の中で一曲ほど作り、これから二曲目を作っていく。もしかしたら、空港に到着するまでにもう2曲ほど作れるかもしれない。空港に到着したら、すぐさまセキュリティを抜けて、ラウンジでくつろごう。旅先でくつろぐのみならず、ラウンジ、それから旅の最中はくつろぎの中にいよう。そしてそうしたあり方は日常の中でも継続されていく。絶えずくつろぎの中にて、自らの取り組みを静かに深めていく。その進行は、この列車のごとく着実だ。

今、オランダ語でのアナウンスが鳴った。車掌の声はどこか上機嫌であり、それが伝わってくる。土曜日の朝の心地良さ。車掌もまたそれを感じながら自分の仕事をしているのだろう。

列車は今、ズヴォレに到着しようとしている。各々の目的地に連れて行ってくれる列車のような時間の上に乗って、これから私も自分の目的地に向かう。ヴェネチアはまた大切な目的地であり、大切な通過地点でもある。永遠の旅の中で人生がゆっくりとどこかに向かっている。スキポール空港に向けた列車の中:2019/11/9(土)19:45