

---

# 発達理論の学び舎

Back Number: Vol 232

Website: 「[発達理論の学び舎](#)」

---



---

## 目次

- 4621. 水の如く淡々と一編の詩を:超えて含んでいく確かな自分
- 4622. 今朝方の夢
- 4623. 起業家ビザの申請準備
- 4624. 着実に進むビザ申請
- 4625. 開かれた欧州永住への道:オランダ語の国家試験の免除
- 4626. オランダ永住・欧州永住の道が開けて
- 4627. 内外の流れ
- 4628. 今日の流れと明日・明後日の活動計画
- 4629. 今朝方の夢とこれからの創造的休養生活について
- 4630. マルティニ教会でのパイプオルガンコンサートに参加して
- 4631. 六月最後の土曜日の朝に
- 4632. 起業家ビザの申請に向けて:ビジネスプランの作成
- 4633. 起業家ビザと投資について
- 4634. 六月最後の土曜日の終わりに
- 4635. 出版記念オンラインゼミナール開講に向けての準備と起業家ビザ申請に向けての準備
- 4636. オランダ永住権の特徴
- 4637. 能力の成長について考えさせてくれる夢
- 4638. 人間関係の清算から始まる欧州4年目の生活:起業家ビザ申請に向けたビジネスプランの作成完了
- 4639. 七月を迎えた朝に思うこと
- 4640. 脱却と戯れを通じた幸福感を示唆する夢

時刻は午前3時半を迎えようとしている。まだ夜が明けておらず、辺りは真っ暗闇に包まれている。もう少ししたら小鳥たちの鳴き声が聞こえて来るだろう。

今は、フリードリヒ・グルダが演奏するバッハのピアノ曲を聴いている。小鳥たちの鳴き声が聞こえ始めたら、一旦グルダの演奏を止め、小鳥たちの早朝の歌に耳を傾けたい。その後再びグルダの演奏に戻ってきて、今日は一日中バッハを聴くことになるだろう。

今日もまた旺盛な作曲実践を行っていきたい。とにかく小さな作品を数多く作っていくという体験を積み中で学習を進めていき、技術を磨いていく。今の私にとっては、大きな曲を作ることはあまりも負担であり、賢明ではない。それどころか、大きな曲を作ることは、基本的に今後もないのではないかとされる。

文章の執筆に関しても、短い日記を日々淡々と執筆していくことが自分の内的感覚と合致しているのを実感しており、それと同様に、作曲においても、短い曲を淡々と生み出し続けることが自分に合致しているように思う。日記の執筆も作曲も、どちらも共に一編の詩を綴るかのように進めていく。長い文章や大きな曲は必要ではなく、自分に必要なのは、日々を十全に生きた様子を刻む一編の詩のような日記と曲を水の如く淡々と生み出し続けていくことである。

作曲に関しては、とにかく最良の学習教材は楽譜であり、過去の偉大な作曲家たちが残した楽譜を解析的かつ感覚的に捉えていくということをより一層意識して行っていく。作曲理論や音楽理論に関する書籍を読むことはもちろん行っていくが、学習と実践の比率は2:8、あるいは1:9でいいだろう。

自分の性質上、学習の方に重きを置きがちであるため、上記のような比率に沿って実践量を増やしていき、実践から絶えず新しい学びを得ていく。そうした学びこそが自分にとっての最良の学びとなり、学んだ内容が血肉化されていくのはそうした体験を通じた学びであることを忘れないようにする。これからの生活においては、ある時期の本居宣長のように、一旦書物から離れていく。当然ながら書物を全く読まないということではなく、これまでの自分が過剰に書物を読む傾向にあったことを認め、そこから脱却し、実践を通じた自分固有の体験知を得ていくことに移行していく。

---

これまでの自分の専門領域に囚われることなく、新たな実践領域に自己を大きく振る意味でも、作曲実践にのめり込むことは意義があるだろう。そして、そうした意義を云々考えるよりも先に、作曲実践に打ち込んでいる自分がすでに存在しているのである。

発達の原理の一つに「超えて含む」というものがあり、その原理に従えば、既存の専門領域を超えながらにして含んだ後には、きっとこれまで想像したこともなかった専門領域に従事しながら日々を生きている自分がいるだろう。この10年間、成人発達理論やインテグラル理論を探究と実践の軸にしてきた私にとってみれば、そうした超えて含むという発達原理は、私の関心の目を作曲、食、投資という領域へと向けてくれ、これまでは想像できなかったような自己を生み出し始めていることに気づくことができる。ここからの4年間は、また大きな変貌を遂げていく時期に該当するであろうことを予感する朝だ。フローニンゲン:2019/6/27(木)03:49

#### No.2125: A Feeling in the Stillness

I'm immersing myself into the stillness of the early morning. Groningen, 06:08, Thursday, 6/27/2019

#### 4622. 今朝方の夢

時刻は午前4時を迎え、小鳥たちの鳴き声が辺りに響き渡り始めた。パソコンから流れてくるバッハのピアノ曲をいったん止め、ここからしばらくの間は、小鳥たちの鳴き声に耳を傾けながら自分の取り組みに従事したい。

一昨日とは打って変わり、昨日は涼しく、今日もまた肌寒い。今日の最高気温は18度であり、最低気温は12度とのことである。週末の土日は28度近くまで気温が上がるようだが、明日や来週の月曜日以降は、最高気温が20度前後の日が続く。

今朝方の夢についてまだ振り返っていなかったので、振り返りををした後に早朝の作曲実践に取り掛かりたい。夢の中で私は、実際に通っていた小学校のプールの中にいた。そこにいたのは体育の授業の一環かと思ったが、数人の友人しか周りにいなかったため、水泳の自主練をしていたのだと思う。



---

友人たちと私は、リレーの練習をしており、特に受け渡しの練習をしていた。一人の友人が向こうからこちらに向かって泳いでくる姿を私は集中して見つめており、彼が壁にタッチをした瞬間に、スタートを切った。

このリレーでは飛び込みが禁止されていたため、水中で壁を蹴ってスタートをする必要があった。私は、スタートを切るまでは真剣に練習をしようと思っていたのだが、実際に自分が泳ぐ番になると、あまり真剣に泳ぐ気になれず、スタートのみならず、ターンをする際にも雑な動きをした。特にターンをする際に雑な動きが顕著に現れ、壁を蹴る時間をあえてずらし、壁を蹴った後は体をスピンさせながらしばらく泳ぐということを行っていた。それを見た一人の友人は、私が泳ぎ終えた時に注意をしてきた。その友人の顔をよくよく見ると、なぜだかそこにいたのは友人ではなく、以前私が勤めていた塾にいた先輩講師だった。その方は、私の泳ぎに対して随分と不満だったようであり、プールサイドで説教のようなものを始めた。

私は適当に聞き流しておこうと思ったのだが、その方の説教は止むことを知らず、今から場所を変えて話をしようと述べてきた。「これは面倒なことになったな」と私は思いながら、どうやったらその方の説教から逃れられるかを考えている自分がいた。すると、どういうわけかその方は話題を変えて、成人発達理論やインテグラル理論の話をし始めた。それらは自分の専門領域なのだが、その方はそれらの領域について私にレクチャーを始めた。

最初から私は、その方のレクチャーを聞く必要などないと思っていたが、その方が私の発達ラインについて分析し始めたため、それについては話だけ聞いてみようと思った。その方の分析結果においては、私の発達ラインは随分と凸凹であり、かなり歪な発達を遂げているようだった。

その方は私の発達ラインを独断で分析し、「数学のラインのレベルは250だが、認知のラインのレベルの高さはフェイクであり、確かにそれは高いのだが、実質上はもう少し低いことに騙されてはならない」と周りの友人たちに向かって述べていた。その方の分析を聞きながら、数学のラインが飛び抜けて高いことについて質問を試みた。

私:「数学のラインが飛び抜けて高いように思えますが・・・」

塾の先輩講師:「そうだね」

---

私:「実はここ最近、数学の勉強はほとんどしておらず、もっぱら作曲の勉強しかしてないんです。実際に、この間の模試では、数学で満点を取ることはできませんでした」

そのように私が述べると、その方は少し困ったような顔をして、分析の精度があまり高くないことに気づいたようだった。そして、そこで夢から覚めた。

上記の夢については、やはり数学と認知の発達ラインを高く分析されていたことが興味深い。夢に登場した塾の先輩講師の分析はかなり杜撰なものだと知ってはいたが、彼の分析を聞きながら、いろいろと自省を促されたことは確かである。

夢の中の自分が述べているように、数学ではなく作曲の領域に探究と実践をシフトさせていった自分というのは、現実世界の自分に当てはまる現象かと思う。もちろんここでは、数学というのは一つのシンボルであり、それが内包するのは既存の探究領域・実践領域の全てを指すものと思われる。現実世界と夢の世界の双方で、自分の関心領域が確かにシフトし始めているのを実感する。フローニンゲン:2019/6/27(木)04:29

#### No.2126: Magic of a Breeze

A breeze has magic to relax me very deeply. Groningen, 07:08, Thursday, 6/27/2019

### 4623. 起業家ビザの申請準備

時刻は午後の1時半を迎えた。今朝は午前2時半に起床したこともあり、この時間帯までに一体どれほど自分のライフワークに打ち込むことができただろうか。

夕食を早めに摂り、きちんと消化を終えてから早めに寝ることによって早起きが実現され、創造活動に思う存分に打ち込める時間とエネルギーが生み出されていることに有り難さを感じる。気がつけば、今日はすでに6曲ほど曲を作った。一日に執筆する日記の量は、時に多い時では9つに及ぶこともあるが、それは極めて稀であり、大抵は4つから6つぐらいの記事を書いているように思う。

ここ最近では、少しずつ自分なりの作曲語法を見出しつつあり、徐々に多くの曲を作ることができるようになってきた。私の場合は、詩のように短い曲を作ることを心がけているために、一日に複数曲作

---

ることができるのだと思うが、これからもとにかく小さな形を成果物として絶えず残していくことを意識していく。

今日はまだ夕食まで時間があるので、再度作曲実践を行おうと思う。作曲実践を再び行う前に、今日はこれから、起業家ビザの申請書を完成させようと思う。当初の予定では、モスクワ旅行から帰ってきてからそれを行おうと思っていたのだが、旅行が立ち消えになったため、早めに申請書を完成させてしまおうと思った。

昨年には、search year制度を利用するために、同様の申請書を作成しているので、これから1時間ほど集中すれば、起業家ビザの申請書の記入が終わるだろうと想定している。ビザの申請書を本日に完成させることができれば、あとはビジネスプランをワード1〜2枚で作成すればいいだけであり、それは今週末の土日のどちらかで行おうと思う。

今日は曇り空だが、心地良いそよ風がフローニンゲンの街をゆっくりと行進しており、それを見ているだけで落ち着いた気持ちになる。ビザの申請書を作成し終えたら、気分転換として近所の河川敷にジョギングに出かけたい。今日は近所のスーパーに立ち寄る必要がないので、ジョギングの距離を少しばかり伸ばそうと思う。買い物に行くのは明日であり、明日にスーパーに立ち寄る際には、サララップ、玉ねぎ、サツマイモ、リンゴを購入したいと思う。

ジョギングから帰ってから、再び作曲実践を行う。現在、まるでテレビゲームにのめり込むような形で作曲にのめり込んでいる。その背景には、徐々に自分の作曲語法が確立され、自分の内的感覚を、以前よりも自由に表現できるようになってきた楽しさを挙げることができる。また、これまで理論書を通じて概念的に理解していた事柄が、実際の体験を通じて深く理解できるようになってきており、毎回の実践におけるアハ体験が増加していることも理由の一つだろう。

いずれにせよ、作曲の最中にはドーパミンが大量に放出され、創造的快楽を感じながら自分の化身である曲を生み出すことができている。この4年間の休養的創造生活においては、これまで以上に作曲実践に打ち込んでいく。フローニンゲン:2019/6/27(木) 14:00

I suppose that everybody has an intrinsic shine within him or herself, which has existed since ancient times. Groningen, 09:08, Thursday, 6/27/2019

#### 4624. 着実に進むビザ申請

時刻は午後の5時を迎えた。今日は一日を通して曇りであり、薄い雲が空を覆い続けていたため、一日中涼しい気温であった。つい先ほど近所の河川敷にジョギングに出かけ、少しばかり気分転換を図った。これから浴槽に湯を張り、ゆったりと入浴をしてから夕食を味わいたい。

夕食を食べ終えたら、今日はもう一度作曲実践をし、それを終えてから楽譜や画集を気ままに眺める。そして、今日もまた速やかに就寝に向かいたいと思う。

今日は夕方に、起業家ビザの申請に向けて申請書を作成した。合計で20ページほどの申請書に一通り目を通し、現段階で記入できるところは全て記入した。デン・ハーグに住む友人がすでにこのビザを昨年に取得しており、申請プロセスについて細かく教えてもらっていたことから、今回の申請に関してはすでに手順のイメージができていた。私はすでにオランダに3年間ほど住んでおり、今回はビザを新しく取得するというよりも、ビザの変更に該当するらしく、友人が行った手順とは少しばかり異なることがわかったが、提出する書類に関しては同じであった。

先ほど集中して申請書を記入していたこともあり、ジョギングの前に現段階で記入できる全ての項目に対する記入を終えることができた。次のステップとしては、フローニンゲンの商工会議所に行き、そこで事業登録をすることである。そのためのアポイントをオンライン上で行っておく。自宅から商工会議所までは歩いて30分ほどであるため、それほど遠くなく、程よい運動になるだろう。商工会議所に行く前に、今週末にビジネスプランを作成しておこうと思う。

今夜中に早速アポイントを取り、来週のどこかのタイミングで商工会議所で登録を済ませたい。必要な書類としてビジネスプランや住民登録番号が記載された書類を持っていく——いつも携帯している滞在許可証と、念のためパスポートも持参する——。来週中に商工会議所に足を運びたいため、ビジネスプランはやはり今週末には完成させ、それを近所のコピー屋で印刷をしておく。商工会議



---

所で事業登録をすることができたら、今度は街の中心部にあるABN AMROに行き、ビジネスアカウントを作る。

ビジネスアカウントを作成したら、すぐさま最低事業資金として定められている4500ユーロを入金する。それをもって、会計士にビジネスアカウントの口座証明書の作成を依頼する。ビザの申請書にも会計士の情報を記載しなければならない箇所や、サインが必要な箇所があるため、それらについての依頼も行う。

上記の手順を速やかに進めていけば、ビザは比較的早く入手できるのではないかと思う。仮にビザの発行に時間がかかっても、仮滞在許可証をもらえるため、必要な書類を全て提出してしまえば、余計な心配をせずとも引き続きオランダに滞在できそうである。

今回のビザの有効期限は、今年から2年間であり、2年後の更新では5年間ほど延長できるようだ。これからしばらくはオランダで長く生活をしていこうと思われるため、まずは今回の起業家ビザをしっかりと取得することに焦点を当てたい。夕食後、早速フローニンゲンの商工会議所にアポイントを取る。フローニンゲン:2019/6/27(木)17:25

#### No.2128: The Splendid World

Although it is cloudy today, the world looks splendid to me. Groningen, 11:43, Thursday, 6/27/2019

#### 4625. 開かれた欧州永住への道:オランダ語の国家試験の免除

つい今しがた夕食を摂り終えた。今日の夕食もいつものように、ゆっくりと咀嚼し、味わいながら楽しむことができた。毎日同じものを夕食として食べているのだが、全く飽きもせずに夕食を楽しむことができているのは、現在の夕食が今の自分に最良のものであることを示唆しているように思う。また、毎日の探究活動や創造活動と絶えず新たな気持ちで向き合うのと同様に、仮に同じ夕食であったとしても、それを日々新たな気持ちで食していることが飽きを生んでいないのだろう。

今日は夕方に、起業家ビザの取得に向けて申請書の記入をしていた。そこで改めてオランダの永住権に関する情報に目がいった。これまであまり詳しくオランダの永住権の取得要件を見ておらず、

---

---

オランダ語の試験があることや、オランダ語の試験を受けない代わりに投資によって取得する方法があることぐらいしか知っていなかった。いや、もう少し知っていることを挙げるとするならば、永住権を申請するためには少なくとも5年ほどオランダに居住している必要があり、オランダの大学や大学院に学生として所属している期間は半分にカウントされることを知っていた。

私はフローニンゲン大学の大学院に学生として2年間所属していたため、そこにsearch yearの昨年を加えると、今年で3年目の居住期間として計算されるようだ。そうなってくると、今年起業家ビザを申請し、2年後にビザを更新した翌年に永住権の申請を行えるようになる。

起業家ビザの取得に関しては、オランダとの協定の関係上、日本人とアメリカ人は優遇されており、起業家ビザの取得に関するハードルはかなり低い。とはいえ、起業家ビザでオランダに居住する場合には、四半期に一度事業の財務状態を報告する義務があるらしく、それは定期的に自分の事業の状態を確認する上では良いのだろうが、私のように形式上起業家ビザを申請し、事業にはそれほど力を入れないつもりの方にとっては少々面倒な手続きだ。

仮に永住権を取得してしまえば、起業家ビザで居住をする必要がなく、単に個人として年末に確定申告を行えばいいだけとなる。そうした観点から、起業家ビザではなく、ぜひともオランダの永住権を取得したいと常々考えていた。オランダで永住権を獲得するメリットはその他にも、それを取得する際には、合わせて申請が自動的になされる欧州永住権も取得できることである。欧州永住権を取得することができれば、オランダだけではなく、EU圏内の国であればどの国にも自由に居住ができる。

これは居住の選択肢を広げ、居住の自由を確保する上でも、ぜひとも取得したい権利であると以前より考えていた。以前にも言及していたが、この欧州永住権は投資によって取得することのできる国も多く、例えばハンガリーでは、国債を3千万円分ほど購入すれば取得できてしまい、マルタ共和国やポルトガルなどでは、不動産に5千万円から6千万円ほど投資すれば取得できてしまう。もちろん、投資期間中はその国に居住しておく必要があるらしいが、欧州永住権はある程度の投資資金さえあれば取得できてしまうのである。そうは言えど、今の私はハンガリー、マルタ共和国、ポルトガルで生活をするつもりはなく、最も落ち着ける国は今のところオランダであるから、オランダで永住権と欧州永住権の双方を取得するのが最も望ましいと考えている。

---

起業家ビザを今回取得し、一度更新をした翌年には居住期間の要件を満たすことができるのだが、ここで一つ問題なのは、オランダ語の国家試験を通過しなければならないことだ。これまでフローニンゲン大学に所属していた時も英語が主たる言語として用いられており、この3年間に於いてオランダ語を話す機会というのは、スーパーの店員や列車の車掌と話をするぐらいしかなかった。そして今も状況は変わらず、オランダ語を話す機会は限られており、オランダ語を読む機会もさほど多くない。

抽象的な概念ではなく、街に溢れる具象物を指すオランダ語であればもうなんとなくわかるものが多いため、積極的にオランダ語の単語を知っていこうとする意欲もあまり高まらない。今の私はそのような状態なのだが、オランダの永住権を獲得するためのオランダ語の国家試験は、過去問を見る限りなかなか手強そうである。形式はTOEFLに似ており、リーディング、リスニング、ライティング、スピーキングのセクションがある。そしてさらには、オランダ社会の一般常識を問うセクションまであることが厄介だ。

正直なところ、仮に今後オランダで永住することになったとしても、日常が今と大きく変わることはないとは思えず、オランダ語を用いて深くオランダ社会の中に入っていくというよりも、私は完全に異邦人的な孤独性を何よりも大切にしたいと考えている。

そうなってくると、オランダ語の試験を突破するためだけにオランダ語の学習をするという動機はなお一層のこと高まらないというのが正直なところだ。ところがなんと、よくよく調べてみると、オランダ語の試験が免除される要件があることに気づいた。それはオランダの高校以上を卒業するということであり、詳しく見ると、そこには当然ながら大学院も含まれていた。確かに、フローニンゲン大学で取得した最初の修士号は、プログラムが全て英語で提供されており、修了証書にも英語でプログラムが提供された旨の記載がある。

一方で、二つ目の修士号に関しては、それもほぼ全て英語で提供されたものなのだが、プログラムの母体となる学科のその他のプログラムが全てオランダ語で提供されているという都合上、私もオランダ語でプログラムを卒業したことになっており、修了証書にもその旨の記載がなされている。最初に修了証書を受け取った時にもそれに気付く、それは正しくないと思ったため、修正の依頼をしよ

---

うかと思ったが、特に気にすることなくそのままにしていた。なんとそれが功を奏し、永住権取得のために必要なオランダ語の試験の免除要件に該当することになるとは思ってもみなかったことである。

繰り返しになるが、オランダ語の試験を突破することに時間を充てるぐらいなら、自分のライフワークに時間を充てたいと常々思っていた私にとっては、今回の件は本当に嬉しい発見であった。オランダ語の試験の免除の申請は、何やらプログラム修了後からすぐにできるらしく、来月の半ばにはその申請を終わらせておこうと思う。あるいは時間を見つけて、来月の中旬に行ってしまうと思う。フ  
ローニンゲン:2019/6/27(木)19:42

#### No.2129: On a Gracious Afternoon

I feel that the afternoon is gracious. After a break, I'll fill in the application form for my visa.

Groningen, 13:14, Thursday, 6/27/2019

#### 4626. オランダ永住・欧州永住の道が開けて

時刻は午前4時を迎え、小鳥たちの鳴き声が遠方から聞こえ始めた。外の世界が静寂に包まれているためか、遠方の鳴き声でもよく聞こえる。さらには、この時間帯の世界は、どこか音を遠くに運ぶのにふさわしい空間密度を持っているようであり、日中とは違った粒度で小鳥たちの鳴き声が耳に届けられる。今、そのようにして聞こえて来る小鳥たちの鳴き声を堪能している。

じつくりと彼らの鳴き声に耳を傾け、時に目をつむって默想的な意識の中にくつろいでいる。今日もまた静かに一日が始まり、そして充実した一日になるだろう。

今朝はゆつくりと午前3時半に起床した。昨夜の就寝時間は午後10時であり、そこから午前3時半まで睡眠を取ればもう十二分ほどの睡眠が確保されていると感じ、午前3時半に起床することがゆつくりな起床として認識され始めている。

昨日は午前2時半の起床から一日の最後を迎えるまで、実に充実した形で一日を過ごしていた。旺盛な作曲実践と適度な日記の執筆に始まり、起業家ビザの申請書の作成に集中して取り組むことができていた。さらに昨夜は、夕食後に時間的ゆとりがあったので、市民統合プログラムの一環であるオランダ語の試験免除の申請書も早速記入した。わずか2ページほどの申請書であり、社会保

---

---

障番号や氏名を記入し、試験免除の該当要件が何かにチェックを入れるだけの簡単な申請書だった。

今日は午後に、この申請書を近所のコピー屋で印刷し、申請書と合わせて提出する必要がある大学院の修了証書も印刷する。二つの書類は、明日にでも郵送したい。

昨日最も喜びをもたらしてくれたのは、オランダで永住権を獲得するに際してオランダ語の試験が免除される要件を自分が満たしていることだった。これは本当にこれまで気づいておらず、ここでも知識がないということの問題を痛感し、逆に知識があることによる恩恵を強く実感した。

オランダで永住権を取得し、それと合わせて欧州永住権を取得することによって、EU圏内での居住の自由を確保しようと思っていた私にとってみれば、その恩恵は極めて大きい。本来、オランダで永住権を取得するのであれば、やはり市民統合プログラムで要求されているレベルのオランダ語を習得することが望ましいが、それはオランダ社会の中で職を得たり、積極的にオランダ社会の中に入っていこうとする場合に関して該当することであるように思う。

私は日本のみならず、オランダを含めて、どこか特定の社会に強く依存することを好まず、制度的に自己を縛る形で特定の国に帰属することを好まない。そうした態度はオランダ社会に対しても持っており、私がオランダで永住権を取得し、今後の人生における一つの生活拠点として長くこの国で生活しようと思っているのは、この国に帰属し、依存するためではなく、この国が醸し出す固有の落ち着きの中で自らのライフワークに専心するためである。

そうしたことから、オランダ語の試験に向けて勉強するという時間が惜しく、試験に向けた勉強に関して腰が重かった。調べてみると、オランダで生活を始めて3年以内にこの試験に合格しなければならないようであり、仮に私が大学院に所属していなければ、今年中にオランダ語の試験を突破しなければいけなかったようである。

フローニンゲンにやってきた最初の年に、オランダ語の初級コースを修了して以来、そこで獲得されたオランダ語でなんとかこの3年間生活ができていたのだが、永住権取得に向けた試験を突破するには、そのコースで獲得されたレベルでは物足りない。もし、フローニンゲン大学で修士号を取得していなければ、今頃はオランダ語の勉強に追われていたかもしれないと想像する。いずれにせ

---



---

よ、フローニンゲン大学で取得した修士号が、オランダ語で提供された扱いになっており、それが  
修了証書に明記されていることは喜ばしいことであった。実際に正規の永住権を取得するのはまだ  
先だが、オランダ及び欧州に永住する現実味が一気に増したように思う。フローニンゲン:2019/6/  
28(金)04:24

#### No.2130: The Pure and Robust Energy

I'm feeling the pure and robust energy at this moment in the early morning. Groningen, 06:07,  
Friday, 6/28/2019

#### 4627. 内外の流れ

小鳥たちが小躍りを踊っているかのようだ。そのように思わせてくれるような楽しげかつ清らかな鳴き  
声を小鳥たちが上げている。

時刻は午前4時半に近づきつつあり、空がダークブルーに変わり始めている。明明後日からは7月  
を迎えようというのに、フローニンゲンの気温は相変わらず低い。肯定的に述べれば、非常に過ご  
しやすい涼しさであると言える。今日の最高気温は20度であり、最低気温は10度である。今、寝室  
と書斎の窓を開けて換気をしているが、少しばかり肌寒さを感じさせる風が流れ込んできている。

冬の時期は、早朝に換気などできないほどに寒かったが、短い時間でもいいので、起床直後に寝  
室と書斎の換気をするのは、何か肯定的な力をもたらしてくれるように思う。人間の身体に流れる  
血液や気と同様に、部屋という物理的空間にも気が存在しており、それをきちんと巡らせてあげるこ  
とは意外と重要だ。インテグラル理論の観点から言えば、内と外の流れを健全なものにしていくこと  
が重要になるのである。

部屋の空気を入れ替え、気が巡り始めると、不思議と自分の気の巡りも良くなるように感じるのはあ  
ながち嘘ではないだろう。内側と外側は絶えず相互作用をしており、お互いに影響を与え合ってい  
る。自分の身体と部屋の気の流れのみならず、そこからさらに視点を拡張してみれば、この世の中  
にはいろいろと循環させなければならないものが多くあることに気づく。その一つとして、よく言われ  
るように経済的な流れ、つまりカネの流れを健全に循環させていくことの重要性が思いつく。

---

先日読み進めていたウェルネスマネジメントに関する書籍でも言及されていたが、現代社会においては、富は一握りの人間に集中しており、カネは一極集中の様相を呈しており、それはあまり健全な流れを持っていない。カネは富める者のところに流れていき、その流れ以外の場所のカネの流れは停滞している、ないしは淀んでいる。カネの健全な循環に関する問題は、マクロ経済的・ミクロ経済的、さらには金融的にも実に難しい問題だと思う。このテーマについては引き続き探究を行っていく。

先ほど、目覚めの一杯として飲んでいるチアシード入りの小麦若葉ドリンクを飲み終えた。今は大麦若葉ドリンクを飲んでる。このドリンクを作っている最中に再び、オランダの永住権取得に向けたオランダ語の試験について考えていた。今回は本当に偶然かつ幸運にも、この試験の免除要件を自分が満たしていたのだが、この試験を突破するためにどれだけ勉強しなければならなかったのかを少しばかり計算している自分がそこにいた。

それは無駄な計算なのだが、やはりそれ相応に勉強をしなければ、この試験を突破できなかったであろうと思われる。昨日に言及したように、この試験はTOEFLさながらの形式であり、それに加えてオランダ社会の一般常識に関する試験まである。オランダ政府がこの試験を突破するのに3年の猶予を外国人に与えていることから、この試験に合格するのはそれほど簡単なことではないと改めて思う。オランダ永住権を視野に入れてこの国に居住していたはずの私は、3年の準備期間が与えられているということを知ったのは実は昨日のことであり、仮にこの試験の免除要件を満たしていなかったら、ここから一気にオランダ語の学習を進めていかなければならなかったであろう。

仮にオランダ永住権の取得を望んでおり、オランダ語の試験の免除要件に該当していなければ、試験問題の中身をざっと確認し、早めの準備をする必要があるだろう。そのようなことを先ほど考えていた。フローニンゲン:2019/6/28(金)04:46

No.2131: The Self-Effacing Cloudy Sky

It is cloudy today. The sky looks meek and self-effacing. Groningen, 06:50, Friday, 6/28/2019

オランダ永住権の獲得に向けて、オランダ語の試験が免除されたことは、随分と肩の荷を降ろしてくれた。これまで私は、アメリカの大学院に留学するためにTOEFLやGREなどのコンピューターベースの試験を何度も受けてきたが、こうした形式の試験はあまり好きではない。そもそも、試験のために勉強するということに対して学習動機が高まらないようになってきている。当然ながら、そうした試験の先に本来の目的があるのは重々承知なのだが、こうした試験を受験するのは面倒極まりないというのが正直なところだ。

今朝方の日記で言及したように、今日は午後のコピー屋に足を運び、昨夜作成したオランダ語の試験免除に関する申請書と、免除要件に該当することを証明するための大学院の修了証書を印刷する。コピー屋に立ち寄る前に、以前より楽しみにしていたマルティニ教会でのオルガンコンサートに参加する。これはランチコンサートということで時間は短く、これからプロで活躍していこうとする若い音楽家が演奏するものなのだが、以前に参加した時に、マルティニ教会が誇る巨大なパイプオルガンの音色に魅せられ、今日のミニコンサートも非常に楽しみである。コンサートの開始は12:45であるから、念のため余裕をもたせて30分ほど前の12:15に自宅を出発し、散歩を楽しみながらマルティニ教会に向かいたい。

少し前にも、街の中心部にあるルター教会でオルガンコンサートに参加したのだが、やはりマルティニ教会のパイプオルガンは少し次元の違う大きさと力を持っている。今日のコンサートでは、おそらくその点に再び気付かされるだろう。

コンサートに参加し終わったら、その足で近所のコピー屋に行き、そこで必要な書類をコピーする。その後自宅に戻って荷物を置いたら、近所のスーパーに足を運んで、玉ねぎ、サツマイモ、リンゴ、サランラップを購入する。コンサートの参加から買い物までを含めると、自宅に戻ってくるのは3時半か4時前ぐらいであろうか。そこからは再び作曲実践を行いたいと思う。

当初の予定では、『インテグラル理論』の出版記念ゼミナールの事前学習教材として、幾つかまた新たに音声ファイルを今日の午後にでも作成しようと思っていたが、それは明日か明後日に回そうと思う。仮に明日、起業家ビザ申請に必要なビジネスプランを作成するのであれば、音声ファイル

---

の作成は日曜日に回し、仮に明日音声ファイルを作成するのであれば、ビジネスプランは日曜日に回したい。どちらの作成に取り掛かりたいと思うかは、明日の私の気分次第だが、いずれにせよ、それら二つは今週末中に作成しておきたいと思う。今日もまた着実に諸々の物事を前に進めていきたい。フローニンゲン:2019/6/28(金)05:04

#### No.2132: A Calm Breath

Now, I'm receiving a calm breath from the world. Groningen, 07:35, Friday, 6/28/2019

#### 4629. 今朝方の夢とこれからの創造的休養生活について

時刻は午前8時半を迎えた。もう起床してから5時間が経つことに驚く。この時間帯までにどれだけ有意義な時間を過ごすことができていることか。

食生活の抜本的見直しに伴う腸内環境の改善と睡眠の質の向上が相まって、朝の時間を思う存分自分の活動に充てることができている。これまで以上に自分のライフワークに打ち込むために、馴れ合いの人間関係の清算を着実に進めていき、労働収入を限りなくゼロに遡減させていき、資産収入による生活を実現させていく。数年前から蒔いていた種が少しずつ芽を出し始め、今少しずつそうした生活が実現されている。

今日は一日中曇りのようであり、曇り空がおとなしくて控えめに見える。そうした空から静かな一息が舞い降りてきて、世界をくつろがせている。

曇りのために、外側の世界は灰色がかっているのだが、今この瞬間の自分の内側は力強いエネルギーで輝きを放っている。

そういえば、今朝方の夢についてまだ何も振り返っていなかった。もうほとんどその内容を覚えていないのだが、過去に協働していた方と一緒に、成人発達理論に基づいたアセスメントを開発する内容だったように思う。その方はあまり成人発達理論に精通しておらず、アセスメントの開発手順に関して少し筋が悪く、そもそもアセスメントの根幹にある理論について理解が浅いようであった。協働というのは確かにお互いの知識や経験を補完し合いながら進めていく側面もあるが、補完しきれない溝が大きい場合には、協働というのはとても進めにくいものだと感じていた。知識や経験の絶対的

---

---

な差が、協働の質と速度を低下させている場合もよく見受けられる。まさに、夢の中の協働者の方と自分との間で起こっていたことはそれに該当する。

夢から目覚めた時、今後は関わる協働プロジェクトをよく吟味し、少数のプロジェクトに絞って関与していこうという気持ちを新たにした。上述の通り、とにかく自分の人生における時間を無駄にしないようにし、自分の時間を生み出すことを何より優先していく。間違っても自分の時間を削る形で労働収入を増やそうとする愚行を犯してはならない。そのようなことを改めて考えさせてくれる夢であった。

今日はこれから、バッハのコラールに範を求めて作曲実践をする。毎回の作曲実践を通じて、絶えず自己の新たな側面が開示されることに驚きと喜びを見出している。素朴に、新しいものがこうも絶えず生み出されることに驚かされてばかりであり、同時にそこに作曲の究極的な楽しさがあると言えるかもしれない。

作曲は、日々自分が確かに変化していることを映し出す鏡像的役割を果たしてくれている。いやひょっとすると、それは単に自分を映し出す鏡として存在しているのではなく、それそのものが自分だと言えるかもしれない。いずれにせよ、今日もとにかく実践あるのみの精神で作曲実践を行っていく。理論書とのこれからの付き合いは、気の向いた時にそれを眺め読みしていく程度にとどめ、理論のための理論学習に陥らないように気をつけていく。

先日から始まった4年間ほどの創造的休養生活においては、とにかく作曲や投資に関する実践に次ぐ実践を行っていこうと思う。全てを直接体験から学び、そしてそうした学びを新たな直接体験に還元させていく。そうしたサイクルが今後より鮮明に現れてくるだろう。フローニンゲン:2019/6/28 (金)08:45

#### No.2133: Rest of Little Birds

Lovely little birds came to the window of my study right now, and they are resting there. Looking them relaxing, I come to feel peaceful. Groningen, 09:21, Friday, 6/28/2019



時刻は午後の3時を迎えた。今日は天気恵まれており、非常に涼しい夏日和である。

予定通り、昼過ぎに自宅を出発し、フローニンゲンの街のシンボルであるマルティニ教会に行き、そこでパイプオルガンのコンサートに参加した。演奏者はまだ若い駆け出しのオルガニストであり、彼の名前はMatthew Schembriという。

マルティニ教会のランチコンサートは、いつもわずか1ユーロで参加できてしまう。毎回その価格以上の演奏を聴かせてくれることに大変満足しており、今日も例外ではなかった。およそ1時間弱の迫力あるパイプオルガンのコンサートがわずか1ユーロというのは破格の値段だと思う。

正午前に仮眠を取り、目覚めてすぐに自宅を出発したためか、マルティニ教会までの散歩の最中はどこか夢見心地であった。今日は金曜日であるから、街の中心部は賑わっており、活気と平穩さの入り混じるフローニンゲンの中心部の良さがそこに滲み出ている。

太陽が燦然と輝きながらも、長袖を着て歩くのにちょうど良く、街を吹き抜ける風はひんやりとして爽快であった。マルティニ教会までの体験を振り返るとそのように言える。

マルティニ教会に到着すると、ちょうどコンサートの開始5分前であり、非常に良いタイミングでやって来たと思った。ランチコンサートはいつも席に余裕があり、開始5分前でも好きな席に座ることができた。席を確保した私は、改めてマルティニ教会が誇る荘厳なパイプオルガンを下から見上げていた。それは他の教会には入りきらない大きさを持っており、装飾も見事な美しさを持っている。

改めてパイプオルガンを眺めていると、司会者が今日の演奏者と曲目を紹介し、演奏がすぐさま始まった。そこからはもう完全にパイプオルガンの巨大な音の伽藍の世界の中に引き込まれていった。目を閉じればそこに音楽が歓喜するビジョンのようなイメージが渦を巻き、深い瞑想意識に参入する瞬間もあった。目を閉じ、音楽に聞き入りながら、ここ最近考え続けていた人生上の様々なテーマに関する考えが一気に整理されるような瞬間もあった。気がつけば、全7曲1時間弱のコンサートはあっという間に終わった。

---

以前ルター教会のコンサートに参加した時、参加者の夫婦と話をしている時に、フローニンゲン  
オルガンの街であることを教えてもらったことをふと思い出した。これからフローニンゲンでしばらく  
生活をしていく機会を得ることができているのだから、今後もまた折を見て、オルガンコンサートに  
足を運びたいと思う。本日のコンサートで得られた感覚をもとに、今から作曲実践を行いたい。フロー  
ニンゲン:2019/6/28(金)15:35

#### No.2134: A Greeting of the Noon

It is approaching the noon. I can hear a greeting from it. I'll go to a pipe organ concert at the  
Martini church in the afternoon. Groningen, 10:57, Friday, 6/28/2019

#### 4631. 六月最後の土曜日の朝に

6月最後の土曜日がやってきた。今日はゆつくりと午前4時過ぎに起床し、今、時刻は午前5時を迎  
えようとしている。辺りはすでに薄明るくなっており、目の前の街路樹や、通りの反対側の赤レンガ  
の家々の姿がよく見えるようになってきた。そして、どこからともなく小鳥たちの鳴き声が聞こえて来  
る。

6月最後の土曜日が、今、静かに始まりを告げ、平穏さの中でゆつくりと行進を始めようとしている。  
自分にできることは、この行進に合わせて緩やかに前に進んでいくことである。いや、前になど進ま  
なくていい。ただこの行進に合わせてどこかに向かっていくということだけが必要なのであり、それが  
前後左右のどこに進もうが関係はない。重要なのは、こうした動きの流れの中にあることであり、絶  
え間なく変化していくこと、そして変化そのものを対象化しながらその中に没入していくことが大切  
なのだ。

今朝のフローニンゲンはどうやら無風らしい。街路樹の青々とした葉が微動だにせずそこに佇んで  
いる。

午前5時を迎えようとしているフローニンゲンの気温は11度だが、今日はちょうど夕食の午後6時あ  
たりに29度まで気温が上がるようだ。明日も26度まで気温が上がる予報が出ているが、来週の月曜

---

日からは再び20度を下回る日々が続く。来週からは7月を迎えるが、非常に涼しい月の始まりとなるだろう。

昨日に引き続き、今朝方もまた、印象に残る夢を見ていなかった。ここ二日間は、無意識の世界が休息を取っているのだろうか。今朝方の夢について少しだけ覚えていることは、米国の著名な株式投資家と会話をしていたことである。その方の手法は割安株を見つけ、長期的な投資をしていくことに関して定評のあるものだ。

私はその方から、財務諸表を通じて割安株を見つけていく方法について話を聞いていた。それは別に私が聞きたいと思ったことではなかったが、話の流れから親切にその方が私に教えてくれたのである。その方は随分と年配の投資家であり、電子版の有価証券報告書ではなく、紙媒体の有価証券報告書を目の前に出しながら、財務諸表上の何に着目すれば割安株を見つけられることができるのかを丁寧に教えてくれた。

紙媒体の有価証券報告書を二人で眺めていると、前職時代のことを思い出した。前職時代においては、割安株を見つけるという目的ではなく、税務リスクを分析・評価するという目的で、様々な多国籍企業の有価証券報告書を読むという仕事があった。そうしたことを懐かしく思い出していると、夢から静かに覚めた。今朝方の夢について覚えているのはそれぐらいである。

その他にも幾つか小さな夢を見ていたのだが、どうも思い出せない。ここ最近ほぼ毎日、投資に関する何かしらの学習をしており、昨日も例外ではなく、ちょうど昨日にはその投資家の投資手法について調べていたこともあり、その方が夢の中に出てきたのかもしれない。フローニンゲン:2019/6/29(土)05:05

#### No.2135: A Fresh Afternoon in Summer

Today's afternoon was very fresh. I wish tomorrow to be the same as today. Groningen, 16:33,  
Friday, 6/28/2019

時刻は午前5時を迎えた。今、開かれた書斎の窓を通じて聞こえて来る小鳥たちの鳴き声に耳を傾けている。静かに目を閉じて彼らの鳴き声に耳を澄ませてみると、意識が安らかになっていき、そして深みに向かっていくのがわかる。今日も一日を通して小鳥たちの鳴き声に耳を傾けながら、平穏かつ深い意識の中で自らの取り組みに従事していこうと思う。

この時間帯になると、辺りはすっかりと明るくなり、朝日が昇ろうとする空のほのかな色合いがなんとも言えず美しい。今日は雲ひとつない晴天である。

昨日、近所のコピー屋に立ち寄り、オランダ永住権の取得に向けた市民統合プログラムの一環であるオランダ語の試験の免除手続きに関する書類を印刷した。PDF上で記入事項を埋めていたのだが、コピー屋の店主にコピーをしてもらおうと、チェックボックス以外の箇所の記入が全て消えてしまっており、自宅に帰ってから改めて必要な箇所の記入を行った。

幸いにも今回の書類はわずか2ページほどのものであり、記入する事柄が少ないために、さほど時間がかからずに記入を終えた。現在準備中の起業家ビザの申請書類に関しては、今回のものよりも分量が多いため、PDF上で記入を済ませた後には、単に上書き保存をするのではなく、再度PDF化して、コピー屋に印刷をしてもらう時に記入事項が消えないようにしておく工夫が必要だろう。

オランダ語の試験の免除に関する申請書と、免除要件に該当することを証明するための大学院の修了証書を封筒に入れ、今日は午後にでも近所の郵便局に行き、それを郵送しようと思う。

今日の予定について少しばかり書き留めておくと、今日もいつもと変わらずに作曲実践に打ち込んでいく。ようやく、作曲実践にのめり込むという状態が常態化し、一日の多くの時間を作曲実践に充てることが何らおかしいことではなくなった。むしろ、それを行うことが呼吸をするかのような状態になりつつあり、それは歓迎すべき状態だと言える。ここからしばらくは書物から離れ、何か調べ物をする時ぐらいに書物を眺めようと思う。

今の私は、とにかく実践の時期にあり、直接体験を積んでいくことを大切にしたい。そして、そうした体験から絶えず自己に根ざした学びを得ていく。

---

作曲実践に加えて、起業家ビザの申請に向けて必要なビジネスプランを作成しようと思う。ビジネスプランと言っても大げさなものではなく、過去数年間自分がやってきたことを今回事業として改めてオランダ政府に申請するだけである。もちろん、事業内容に付随して、収支予測などを記載する必要があるのだが、それもすでにめどが立っている。商工会議所に登録する屋号も決まり、起業家ビザの申請に向けた準備は着実に進んでいる。

昼前から午後にかけて、ビジネスプランの作成に集中し、今日中にそのドラフトを作成したいと思う。これについても作曲実践と同様に、楽しみながら作成していきたい。フローニンゲン:2019/6/29 (土)05:30

#### No.2136: Robustness and Facetiousness

The quality of today was both robust and facetious. Groningen, 19:40, Friday, 6/28/2019

### 4633. 起業家ビザと投資について

今年からは起業家ビザを取得することによってオランダに滞在することになる。「起業家ビザ」と言うと、どこか身構えてしまう人や、その取得が難しいと思ってしまう人もいるかもしれないが、オランダで日本人がそれを取得するのはそれほど困難なことではない。日蘭の友好協定のおかげもあり、日本人は他の国籍の人たちに比べて、起業家ビザの申請プロセスが楽である。以前はもっと優遇されていたようなのだが、法律が変わり、日本人であっても起業家ビザを申請する形で自らの事業を行う必要性が生じたとのことである。

今回、起業家ビザの申請のためにビジネスプランを作成するが、私は自らの事業をやるためにオランダで生活をしていくわけでは全くない。むしろ、自分の事業に対してのやる気はほとんどない。以前にも言及しているように、とにかくこれから4年間の休養期間においては、労働収入を逡減させていき、限りなくゼロにしていきたいと考えている。もちろん、そうした収入状態だと起業家ビザの更新が難しくなってしまうだろうから、更新条件に見合う最低限の労働収入だけを得ていくようにしたい。

現在は比較的多くの労働収入が得られている状態であり、そこからゆっくりと労働収入を減らしていくのは簡単ではないが、それを試みていく。もちろん、労働収入があることによって、オランダに税



---

金を納めて何かしらの貢献を果たすことができると思われるが、納める税金は労働収入からのものではなく、投資収入からのものにしていきたい。

これまで3年間オランダで生活することができた幸せを思うと、この国には必ず何かしらの恩返しをしていきたいと思う。今のところそれは税金を納めるという形しかないが、今後はオランダ政府が公認する投資案件への投資や、オランダ経済の活性化のための投資を行っていきたいと考えている。

ここからの4年間を休養期間として定めたのは、兎にも角にも自分の時間を作るためであり、労働収入から投資収入へと移行するための準備をするためであった。それは本腰を入れて集中して取り組む必要のあるものであり、実際に投資をしていくということをこれまで以上に重視したい。

他の実践領域と同様に、投資というのも実践をしてみなければ何も得るものがなく、労働収入に依存するという状態から脱却することなどできない。もちろん、私は毎日チャートとにらめっこするような投資家になろうとしているわけではなく、長期的に企業や不動産、あるいは国家に関与するような投資家になっていこうと思っている。ただし、この道においてもプロと素人との間には雲泥の力量差があり、多種多様な投資領域の全てに精通していくというよりも、信頼に足る投資家を見つけ、彼らに投資をするというスタンスの投資家になっていくことが自分にとっては賢明な選択肢のように思える。

確かに投資を通じての学びは多く、そこから得られる発見に喜びを見出すことができるのだが、私にとっては日記を執筆することと作曲こそが自分の人生を真に生きているという感覚をもたらすがゆえに、日々の生活において投資で頭が一杯となっていてはならない。投資対象の選択やその値動きにエネルギーを奪われてはならないのである。

そうしたことから、最終的な資産運用はプロに任せ、彼らが何を行っているのかを理解・判断するリテラシーを獲得していくことを当面の課題とする。彼らが何にどのような方法で投資をしているのかを理解しようとしなければ、それは単なる依存であり、投資から何かを学ぶということが希薄化されてしまうだろう。フローニンゲン:2019/6/29(土)05:57

---

No.2137: A Pleasant Light of the Morning

Bathing in the morning sun, I look forward to today's activities. Groningen, 06:49, Saturday, 6/29/2019

No.2138: A Soft Breeze of the Early Morning

A soft breeze of the early morning is very pleasant. I find blissfulness in it. Groningen, 07:11, Saturday, 6/29/2019

No.2139: The Inside of Delicacy

It is sunny today. Looking at the sky, I'm thinking about the delicacy of the world. Groningen, 08:11, Saturday, 6/29/2019

4634. 六月最後の土曜日の終わりに

6月最後の土曜日が今終わりを迎えようとしている。時刻は午後7時半を迎え、ここから一日が終わりゆくまでの時間をゆっくりと味わいたい。

今、小鳥たちが鳴き声を上げていて、今日という一日を称え、そして祝福しているかのようだ。今日は時間の流れがとても軽やかであり、同時に滑らかでもあった。

午前中を思い出してみると、朝の心地良い光を浴びながら、光そのものに身を委ね、自分のライフワークに邁進していた。絶えず至福さの中にあり、絶えず充実感を感じながら生きている日々が継続していく。この先に、継続の最終地点が待っており、それを通過した先には永遠の世界が待っているように思う。そこに向かうため、そしてその日を迎えるためにも、明日からも今日のように生きて行くのみだ。

ここ数日間は、作曲実践上において何か一線を超えたらしく、これまで以上に多くの曲を作ることに従事することができている。書物を参照しすぎることはやめにしようという誓いが実現されていき、今は書物からできるだけ離れるようにし、とにかく実践を通じた直接体験を積み、その体験を通じて発

---

見と課題を見出すようにしている。また、見出された課題に対しては、自分なりの仮説を持ってそれを乗り越えていこうとする運動が起こっている。

今日も気付けば日記以上に曲を作っており、それは本当に私が理想にしていたことだ。自然言語で表現できないことを、音楽言語を通じて存分に表現していくこと。常に自分の内側には言葉にならないものが運動を続けており、それは絶えず形になろうとして私の表現活動を待っているのだから、それを音という形にし続けることにこれからも従事していきたい。

これから就寝までまだ時間があるので、少なくとも、もう一曲ほど曲を作りたい。書物を読むことよりも日記を執筆することを優先させ、日記を執筆することよりも曲を作ることを優先させていく。その先に、作曲実践が音を通じた日記の執筆となる日がやってくるだろう。

今日は昼過ぎに、近所の郵便局に行き、オランダ永住権の取得に向けた、オランダ語の試験の免除に関する書類一式を郵送した。もちろん、試験が正式に免除されるかどうかはまだわからないのだが、申請書を読む限りでは免除要件を満たしているため、あとは役所から正式な返事を待ちたいと思う。

無事にオランダ語の試験が免除されることになれば、オランダ永住権の取得に向けては、あと2年ほどこの国で生活すればいいだけとなる。オランダ永住権を取得することができれば、ほぼ確実に欧州永住権を取得することができるので、それによって、EU圏外の者にとって移住が難しいとされているフィンランドなどにも移住できる可能性が開かれていく。

将来に対してついつい色々な空想をしてしまうが、今後はオランダを主な拠点にし、フィンランドの自然に近い街やポルトガルのリスボンなどにも滞在拠点を設け、自分が最も落ち着ける場所を季節や気分ごとに点々として暮らしていこうと思う。そのようにして自己及び自らのライフワークを深めていく。フローニンゲン:2019/6/29(土) 19:38

#### No.2140: A Taste of Honey

Time in the morning is gradually passing by. I'm surrendering myself to the flow of time.

Groningen, 09:56, Saturday, 6/29/2019

---

---

#### No.2141: Cheerful Noon

It is cheerful and pleasant at noon. After I compose another piece of music, I'll go shopping at the center of the city. Groningen, 12:02, Saturday, 6/29/2019

#### No.2142: A Light Movement on Saturday Afternoon

The flow of time on Saturday afternoon is light and smooth. Groningen, 13:12, Saturday, 6/29/2019

#### No.2143: Evening Mercy

Groningen in the evening is replete with mercy. Groningen, 20:06, Saturday, 6/29/2019

#### No.2144: Into the Entrance of a Dream World

I'll go to bed shortly. I look forward to my experience in a dream world tonight. Groningen, 20:58, Saturday, 6/29/2019

### 4635. 出版記念オンラインゼミナール開講に向けての準備と起業家ビザ申請に向けての準備

6月最後の日が平穏さの中で始まった。とても穏やかな日曜日の朝が目の前に広がっている。

今日はゆっくりと、4時半過ぎに起床した。食生活の改善による睡眠の質の向上と短眠のおかげもあってか、4時半に起床することは随分遅い起床だと感じるようになった。

今の私にとっては、午前3時から4時までの間に起床することが適正であり、2時半あたりに起床すると少々早い起床だと感じるようになっている。確かに今日は遅めの起床となったが、それでも午前中の創造活動に取り組むには十分な時間がある。そうした時間を大切にして、一つ一つの取り組みを集中して行いたい。具体的には、作曲実践と日記の執筆が主たる活動になる。

一つ一つの曲を作る前に、そして一つ一つの日記を執筆する前に、集中力を高めるための儀式的な実践をしていく。それは徐々に自分の習慣になっており、それを行うことによって、一つ一つの活動への集中力が高まり、実践が自分の身になっているのを実感する。

---

今日は作曲実践や日記の執筆のみならず、起業家ビザの申請に向けて、ビジネスプランのドラフトを完成させておきたい。これに関しては、昨日行うのか今日行うのか迷っていたが、結局昨日はドラフトの作成をするのではなく、来週の金曜日から始まる出版記念オンラインゼミナールに向けての準備をすることにした。

ゼミナールの開講に向けて、事前学習教材として音声ファイルを幾つか作っていった。ゼミナールはまだ開講していないにもかかわらず、受講生の方々がクラウド上の質問Boxを通じて、インテグラル理論や成人発達理論に関する質問を寄せてくださっており、それらの質問に対して、実際のクラスではなく、音声ファイルを通じてできるだけ事前に回答することになっている。こうすることによって、「反転学習」のような効果がある程度確保できるのではないかと期待している。

気がつけば昨日は、9個の音声ファイル(合計68分)を作成していた。実際にゼミナールが始まれば、クラスの中でまた様々な質問が出てくるだろうし、クラスの後にも多くの質問が出てくるだろう。どのような質問が出てくるのか、今から大変楽しみであり、それらの質問に対しては、こちらが答えられる限りのことをクラスの中で答えていき、クラスの中で取り上げることのできなかった質問に関しては、音声ファイルを作成していく。およそ2か月のゼミナール終了後、どれだけの音声ファイルが作成されるのかも楽しみである。

今のところ、すでに25個(合計251分)の音声ファイルを作成している。ゼミナールの開講は来週の金曜日の夜からであり、音声ファイルを作ることは一旦こことまでとし、あとは開催に向けての幾つかのアナウンスをしておきたい。今夜にでも、ゼミナールで用いるZoomのダウンロードの案内と、初回のクラスに向けた準備に関する案内を全員にしておきたい。そうした案内を夜に行う前に、今日の午後からは、ビジネスプランのドラフトを完成させる。ビジネスプランに記載する事柄についてはすでにイメージができていたので、集中して取り組めば、ドラフトの完成にはそれほど時間がかからないだろう。フローニンゲン:2019/6/30(日)05:29

#### No.2145: A Walk of a Gentle Breeze

A pleasant gentle breeze is taking a walk in Groningen. Groningen, 07:32, Sunday, 6/30/2019



穏やかで柔らかいそよ風が、早朝のフローニンゲンの頬を撫でていく。時刻は午前5時半を回り、朝日が赤レンガの家々の屋根を照らし始めている。この時間帯のなんとも言えない落ち着きは、本当に自分の心を平穏なものにしてくれる。またそれは、深い瞑想的な意識状態へといざなってくれる。

今、嬉しい訪問者が現れた。書斎の窓際に一羽の小鳥がやってきて、窓の縁で休んでいる。その姿はとても愛らしく、小鳥の鳴き声に癒されるだけではなく、彼らの容姿からも癒しを得ている自分がいる。

今日は気温にも恵まれ、肌寒くなく、むしろ温かい一日となるようだ。そもそも他の地域においては、7月を迎えようとしているのに肌寒いということがおかしいことかもしれないが、フローニンゲンにおいてはまだまだ肌寒い日が続くのが普通である。実際に明日からの最高気温は20度を下回る日が多く、日中においても肌寒さを感じさせる日が多くあるだろう。

明後日の火曜日は、最高気温が17度とかなり低く、ちょうどその日は商工会議所に足を運び、事業登録を行うことになっている。先日にオンラインで事前予約をし、必要情報を送った。そのフォーマットは全てオランダ語で掲載されていたため、逐一翻訳をかけながら情報を記入していった。

自宅から商工会議所までの距離は歩いて30分ほどであり、アポイントの時間は午後4時からなので、余裕をもたせて、3時半より早く自宅を出発しようと思う。事前情報によると、当日に50ユーロの登録料に合わせて、15ユーロの事業証明書発行料を支払う必要があるらしい。担当者と事業について少しばかり話をし、それらの支払いを済ませたら無事に登録が完了することである。来週中に事業証明書を持ってABN AMRO銀行に行き、ビジネスアカウントを開設してもらおうと思う。そして個人アカウントからビジネスアカウントに事業資金を送り、再度銀行に足を運び、残高証明書を作成してもらおう。

その後、会計士にバランスシートの作成及び申請書上の必要項目への記入を依頼する。ここまでのプロセスを経て、起業家ビザの申請書を実際に移民局へ郵送することができるようになる。早ければ7月の中旬に会計士からの返信を受け、遅くとも7月末までに申請書を移民局へ提出しようと思う。

---

昨日改めてオランダでの永住権について調べていた。永住権を取得すれば文字通り、オランダに無期限に暮らすことが可能になる。またそのみならず、扶養家族がいれば、家族の居住許可を得ることができ、さらには雇用ビザや起業家ビザに付帯されている種々の条件からも解放される。さらに言えば、雇用や起業のみならず、教育や社会扶助を含めて、オランダ市民が利用できるすべてのサービスを制限なしにアクセスできるようになる。端的に言えば、オランダの永住権を取得することは、オランダ国籍保有者とほぼ同様の権利を取得することを意味する。それでは永住権の保有者とオランダ国籍保有者との違いは何かというと、永住権の保有者は国民投票に参加できないことが挙げられる。

もちろん私は、何かしらの形でオランダという国に関与していこうと考えているが、国民投票を通じての関与はほとんど考えていない。そうしたこともあり、オランダ国籍を取得する必要はなく、永住権があれば十分かと思う。そして、今後もEUが存続するという条件付きだが、オランダ永住権を取得すれば、それに合わせてほぼ確実に欧州永住権を取得することができ、EU諸国での居住の自由が確保される。

これまでの3年間を通じて、欧州の様々な国へ旅に出かけ、幾つか居住してみたい場所を見つけることができている。欧州永住権を無事に取得することができたら、欧州内で二つか三つの居住拠点をもち、季節の進行などに合わせてそれらの拠点で落ち着いた生活を送りたいと思う。その日の実現に向けて、今日もまた自分の人生を生きようと思う。フローニンゲン:2019/6/30(日)06:03

#### No.2146: The Euphoric Morning World

This morning is very pleasant, which gives me euphoria. Groningen, 08:49, Sunday, 6/30/2019

#### 4637. 能力の成長について考えさせてくれる夢

時刻は午前6時を回り、黄金色の朝日が赤レンガの家々の屋根を照らし始めた。そよ風が青々とした街路樹の葉を揺らし、その向こう側に朝日に照らされた赤レンガの家々が見える。

今日はこれから作曲実践に取り掛かる。気がつけば、昨日は8曲ほど曲を作っていた。作曲実践を始めてからの1年半において、一日に8曲作ることにはかつてなかったため、昨日は何かまた一つ大き

---

な前進を遂げたように思う。もちろん、無理をして一日の中で多くの曲を作る必要などなく、内側からの促しに従って曲を作っていけばいいのである。

昨日はその促しの頻度が多く、そして実際にその促しに従う形で、内側の感覚を曲という形にしていった自分がいた。今日はどれほどの促しがもたらされるのか不明だが、促しの量の変化にも今後は着目していきたい。おそらく、こうした促しこそが創造性の源であり、それは創造的促しと呼ぶにふさわしいものかと思う。その性質をより深く理解し、創造的促しが絶えずもたらされるようにする工夫や、創造的促しの絶対量を増やすような工夫を見出していきたい。

今日はまだ今朝方の夢について振り返っていなかったので、作曲実践に入る前に夢の振り返りを行っておきたい。夢の中で私は、サッカーグラウンドにいた。グラウンドは芝生ではなく、砂利で作られたものであり、周りの雰囲気から察するに、そこは小学校時代に所属してたサッカークラブの練習場のようであった。そこで私は、友人たちと2チームに分かれて練習試合をしていた。

私のチームは、向かって右から左に攻めていくことになっており、私のポジションは左サイドのミッドフィルダーだった。普段は右のミッドフィルダーのため、左サイドは不慣れなポジションではあったが、右のミッドフィルダーを務めている時に私の相方として右のフォワードを務めていた友人(HO)がその試合においては左のフォワードを務めていたこともあり、私は不慣れなポジションながらも、彼とのコンビネーションプレーによって、試合を楽しみながら行うことができていた。だが、時折私のボールコントロールがおぼつかなくなる時や、私から味方へのパスが若干ズレるような場面があり、そうした光景を見るたびに、自分の技術が落ちていることを知った。

試合が中盤に差し掛かった時、相手選手の浮き球のクリアを味方のディフェンダーがトラップし、前線にいる私に向かってグラウンダーのパスをした。パスを受けた私は、すぐさま反転して、前方に待つフォワードの友人にグラウンダーのパスを送った。すると、その友人はパスを巧みにスルーをし、別の友人(HT)がトラップをせずにダイレクトでシュートを放ち、向かって左側のポストの内側に当たる形でゴールに入った。そこまでは両チーム無得点のまま試合が進行しており、若干相手チームに押されていたので、私たちのチームは先制点を奪ったことを大いに喜んだ。

---

ゴールを決めた友人を祝しに彼のところに向かったところで夢から覚めた。今朝方の夢と同様に、私はサッカーをしている夢を見ることが多いが、ほぼ決まって自分の能力の衰えを感じさせられる。今日の夢もまたそうした瞬間があった。

技術的な側面もそうであるが、何よりも状況判断能力が随分と落ちており、ボールが自分の足元に  
来てから次に何をしようかを考えているような自分が夢の中にいる。仮に人生をサッカーのフィールドに喩え、そこで起こる事柄が人生の様々な出来事であるとしたら、日々の人生において、何かしらの技術や状況判断能力が弱体化している自分がいるのかもしれないと思う。

人間の発達とは、ありとあらゆる能力が向上していくというような単純なものではなく、一つの能力が高まることによって、別の能力が弱体化する可能性は大いにある。まさに一つの能力が一つの生物種に喩えられ、それが他の能力の捕食者として存在している場合には、そうしたトレードオフ関係を見出すことができるだろう。私は日々どのような能力を涵養しようとしており、それに伴ってどのような能力を犠牲にしているのかを考えさせてくれる夢であった。フローニンゲン:2019/6/30(日)06:26

#### No.2147: In a Mellow Flow of Time

I'm feeling blissfulness in a mellow flow of time. I'll engage in my lifework to the full. Groningen, 09:31, Sunday, 6/30/2019

#### No.2148: A Letter from the Celestial World

I'll continue to compose music, receiving a letter from the celestial world and reading it. Groningen, 11:31, Sunday, 6/30/2019

### 4638. 人間関係の清算から始まる欧州4年目の生活: 起業家ビザ申請に向けた ビジネスプランの作成完了

時刻は午後の7時を迎えた。六月最後の日曜日が、今静かに終わりに向かっている。

今日は昨日に引き続き、とても暖かく、夏の脈動を感じさせてくれるような気温であった。午後に近所の河川敷にジョギングに出かけた際には、帰りに少し汗ばむほどであった。明日からは一転して

---

再び肌寒い気温になるようだが、今日よりも幾分気温が低いほうが過ごしやすいであろうから朗報といえは朗報だ。

今日もまろやかな時の流れの中で至福さを感じながら、思う存分に自分のライフワークに従事することができていた。早朝より一貫して、多幸福感を感じながら時間を過ごしていたように思う。

今日の前に輝く夕日を眺めていると、また別種の至福さが内側から込み上げてくる。このように、日々を至福さの中で過ごしていくことをこれからも続けていく。

先ほど夕食を摂っている最中に、改めてこれからの人間関係についてどうするかを考えていた。端的に言えば、既存の人間関係を見直し、一度全て精算することが今の自分に求められているように思う。

この人生において自分が何を行っていくのかを考え、自分の役割を全うするにはどうしたらいいのかを考えてみた場合、これまでの人付き合いを一度断ち切る必要があることに気づく。一見すると冷酷かもしれないが、人間関係における抜本的な精算を実行し、これからは本当に、どのような人と付き合っていくのかを真剣に考えていきたいと思う。間違っても馴れ合いの関係性や、一方が片方に依存するというような関係性を避けなければならない。また、人の時間を無配慮に奪う人たちにも細心の注意が必要である。

人間関係の抜本的な精算により、自分の本来の時間が確保され、自らの取り組みにこれまで以上に邁進できるだろう。また人付き合いを見直すことによって、人生上の変化が間違いなく現れてくるだろう。欧州での4年目の生活の始まりは、人間関係の精算と共に始まる。

今日は幸いにも、予定していた通りに、起業家ビザ申請のためのビジネスプランの作成を終えることができた。時間にして1時間半ほど集中して取り組み、ワード3ページほどのビジネスプランを作った。最初に自分の学歴と職歴を記載し、その後、事業の概要や市場予測、さらには今後2年間の収支予測などを記載していった。このビジネスプランはオランダ語で作る必要がなく、英語で作ることが認められており、これまでも似たような資料を幾度となく作成してきたため、今回のビジネスプランは比較的速やかに作成をすることができた。実際に移民局に提出するまではまだ時間があるので、



---

本日作成したビジネスプランはしばらく寝かせ、提出前に再びレビューを行いたいと思う。フローニンゲン:2019/6/30(日)19:32

No.2149: A Summer Pulse

Today makes me feel a summer pulse. I'll go jogging and shopping from now. Groningen, 13:47, Sunday, 6/30/2019

No.2150: Exotic Summer

An exotic feeling arose from the inside of myself. Groningen, 16:48, Sunday, 6/30/2019

No.2151: A Graceful Moment in the Twilight

I'm enjoying a graceful moment in the twilight now. Groningen, 20:04, Sunday, 6/30/2019

No.2152: A Gatekeeper of a Dark Red Dream

A gatekeeper of a dark red dream was reddish brown. Groningen, 20:50, Sunday, 6/30/2019

4639. 七月を迎えた朝に思うこと

いよいよ今日から新たな月を迎え、7月が始まった。7月最初の日は月曜日であり、今朝はとても爽やかである。一週間の天気予報を確認してみたところ、軒並み晴れマークが続いており、それを見るだけで気分が明るくなる。気温に関しても申し分なく、最高気温はいずれの日も10度後半であり、最低気温は10度前半だ。7月を迎えたフローニンゲンは、本当に清々しく、とても過ごしやすい。気がつけば、フローニンゲンでの生活も4年目を迎えようとしている。

この街で暮らせば暮らすほど、フローニンゲンの落ち着きと快適さを感じる。天候に関しては、確かに冬の時代は厳しい寒さが続くが、夏が涼しいというのが何よりも嬉しい。身体に間違いなく悪影響を与えるであろうクーラーを一切使うことなく夏を過ごすことができるのは、身体の機能を健全に保つ上で何よりも嬉しいことである。

---

フローニンゲンにやってきたことによって、夏という季節に対する印象が大きく変わったように思う。こうした涼しげな夏が存在するということ、そしてそうした爽やかさを感じさせてくれる夏の中に、灼熱の夏とは違った楽しみがいろいろと存在していることに気づかせてくれたのはフローニンゲンだった。7月というのはもう立派な夏であり、フローニンゲンで迎える4回目の夏を満喫しようと思う。

昨日は、起業家ビザの申請に向けてビジネスプランを作成し、無事にそれを完成させることができた。1時間半ほど集中し、それが完成したことによって、今日は自分の創造活動に思う存分打ち込むことができる。ビジネスプランに関しては、一旦文章を寝かせ、移民局に提出する前に再度レビューをし、加筆修正を施しておきたい。本日の計画としては、作曲実践と日記の執筆を主軸にしていく。

午前中に一件ほど、協働プロジェクト関係のオンラインミーティングがある。それを終えて日記を執筆するか、作曲実践をした後に、今日は夕方ではなく、昼前か昼過ぎにジョギングに出かけたい。その帰りに近所のスーパーに立ち寄り、サツマイモとトマトを購入する。サツマイモは夕食時にデザート代わりに食べており、トマトに関しては夜に有機豆腐と一緒に食べるか、昼に味噌汁を飲むときに果物代わりにそれを食べている。サツマイモとトマトが切れてしまったことに加えて、醤油と小麦若葉も切れかかっているため、明日は街の中心部のオーガニックスーパーに行き、そこで醤油と小麦若葉を購入したい。

日々、本当にオーガニック食材にお世話になっており、それがなければ生きていけないと思わせてくれるほどだ。特に、TerraSanaというオランダのオーガニック食品の販売会社にはお世話になっており、そこに投資をしたいと思うほどなのだが、どうやら未上場であり、そこに投資することは難しいようだ。今現在、ヨーロッパの株式市場に上場しているオーガニック食品関連の会社を少しずつ探している。まだ良い会社を見つけられていないのだが、もし発見をしたら、その会社を応援する意味で投資を検討したいと思う。今後はオーガニック食品産業とブロックチェーン産業に焦点を絞って調査をし、近い将来に投資を行っていきたい。フローニンゲン:2019/7/1(月)06:02

#### No.2153: A Dancing Gentle Breeze

A gentle breeze of the early morning is dancing. Looking at the dance, I become elated.

Groningen, 08:06, Monday, 7/1/2019

時刻は午前6時半に近づきつつある。今朝は風がほとんどなく、小鳥たちの鳴き声がより直接的に耳に届けられるような感覚がある。風に運ばれてくる小鳥たちの鳴き声も美しいが、風がない状態で聞こえる小鳥たちの鳴き声もまた美しく、そこには別の美しさがあるように感じる。

今、太陽がぐっと昇り始め、赤レンガの家々の屋根を黄金色に照らし出した。屋根や窓ガラスに反射する朝日は、これもまた小鳥たちの鳴き声の美しさとは別種の美しさを感じさせてくれる。

どうやら風がほとんどないのは地上だけではなく、上空においてもそのようだ。空にぼつりと浮かぶちぎれ雲を眺めていると、その進行はとてもゆっくりである。あの雲のように、今日もゆっくりと自分の取り組みを前に進めていきたいと思う。集中と没入の二つを念頭に置き、自分のライフワークに専心していく。

早朝の作曲実践に取り掛かる前に、今朝方の夢について振り返っておきたい。夢の中で私は、ヨーロッパの見知らぬ街にいた。その街は、それほど経済的な発展を遂げておらず、しかし未開の地でもなく、節度のある発展を遂げてきた街のようだった。そんな街をしばらく歩いていると、私の身体は突然その街のある建物の中にあり、その建物が炎上をし始めるという出来事に遭遇した。

その建物にいた人たちは、不安と恐怖を感じているようであり、右往左往していた。そのため私は、彼らをできるだけ落ち着かせるように言葉掛けをして、避難通路の方向を示し、彼らを迅速に外に出した。全員が建物の外に出たことを確認した後に、いざ私も外に出ようとすると、上の階の床が崩れ落ち、私の目の前の通路を塞いだ。燃え上がる炎を見ながら、どのようにここから脱出するかを考えていると、煙にやられてしまったのか、私はその場に倒れてしまった。床に伏しながらも、必ず脱出する手段があるはずだという考えが私の中にあり、決して生きることを諦めない自分がそこにいた。

次の夢の場面では、ある女性の友人と一軒家のリビングで話をしていた。彼女は女の子の愛犬を連れてきており、私は彼女の愛犬と戯れていた。その犬は小型犬であり、容姿は可愛らしく、どこか実家の愛犬を彷彿とさせた。最初、彼女の愛犬は、部屋の隅っこで寝ていたのだが、私がしばらく遠くからその様子を眺めていると、私の視線に気づいたのか、ある時ふと起き出して、こちらの方に

---

---

嬉しそうに駆け寄ってきた。そこからじゃれ合いが始まった。しばらく彼女の愛犬と遊んでいると、彼女と犬の双方がどこかに消えてしまった。まるで神隠しのようにあり、それは一瞬の出来事であった。

彼女と犬が消えてしまうこととほぼ同時に、実家で飼っている愛犬が部屋に現れた。愛犬は先ほどの犬に負けないほどに、嬉しそうに私の方に駆け寄ってきた。私はすぐさま体をかがめて、愛犬とじゃれ合い始めた。私の顔をペロペロ舐める愛犬はとても愛らしく、こうして愛犬と戯れていることの中に大きな幸せを見出していた。今朝方はそのような夢を見ていた。

火事に関する最初の夢においては、いかなる状態に置かれようが、その状態を達観して冷静に意思決定及び行動をしていこうとする自分の姿が現れているように思う。現在何か苦境に置かれているかというそうではないが、ここ最近考えているように、既存の人間関係から脱却をする必要があると考えている。既存の人間関係の網の目から脱却したその先に、建物の外に該当する新たな世界が開かれているように思う。今日もまた、既存の人間関係を清算するための意識を持ち、その実現に向けた小さな行動を積み重ねていく。

次の夢においては、やはり二匹の犬とじゃれ合い、そこに幸福感を感じていた自分の姿を忘れることができない。起床して2時間弱が経つが、その時の幸福感がまだ自分の内側に残っている。特に愛犬と戯れている時に、多大な幸福感を感じていた。

愛すべき存在との戯れ。仮にこの世界にいる数多くの存在者たちが愛すべき存在となり、それらと戯れることができれば、どれだけ毎日がより幸福なものになるかを思う。フローニンゲン:2019/7/1  
(月)06:44

No.2154: Enjoyable Days

My days are colored by enjoyment. Groningen, 09:00, Monday, 7/1/2019