

---

# 発達理論の学び舎

Back Number: Vol 275

Website: 「[発達理論の学び舎](#)」

---



---

## 目次

- 5481. 音声ファイルの作成とシャーマンの意識
- 5482. 深い治癒の中で
- 5483. 本日を振り返って:読書という瞑想実践
- 5484. 今朝方の夢
- 5485. 時の流れが緩やかな場所の中で
- 5486. クラニオセイクラル・バイオダイナミクスの書籍の到着:時間的制約の超越
- 5487. 今朝方の夢
- 5488. 2460分ほどの音声ファイルの作成を終えて:脳の休息と右脳の活性化
- 5489. 心身の変化と今朝方の夢
- 5490. 仮眠中のビジョン:腸と脳及び身体感覚について
- 5491. 使命と右脳
- 5492. 身体心理学と学習科学の再探究:日々外で体を動かすこと
- 5493. 初雪:絵画的ゲシュタルトの構築に向けて
- 5494. 治癒のひと段落と身体意識の涵養
- 5495. 今朝方の夢
- 5496. 今朝方の夢の続き
- 5497. 形態形成場仮説の実感:「運命」と「使命」
- 5498. 今朝方の夢
- 5499. 意識場へのアクセスと脳が2つある感覚
- 5500. 遠隔ヒーリングの進展と今後の探究について

時刻は午後8時を迎えた。今日も穏やかな時空間の中で、自分の取り組みに没頭するような1日であった。

午後の仮眠中、夢を見ない深い意識状態(コーザル状態)に陥り、そこで何かしらの治癒が行われていることを感じた。治癒はどの身体次元・意識状態でも起こるが、コーザルボディにおけるそれは一段深い治癒のように思える。自分の深層意識の何かが癒され、それが午後の活動の質にすぐさま影響を与えていた。

今日は夕方より、オンラインゼミナールの受講者の方々からいただいている未回答の質問に音声ファイルを通じて回答していた。気がつけば、補助音声教材の総量は2200分を超え、前回のゼミナールの補助教材の2195分を超えた。時間に換算すると、37時間ほど1人で話をしていただけになる。今回の音声教材の話題は前回のそれよりも多岐に渡っており、これまで話をしたことのないようなテーマや実践について話をしてきた。そうしたテーマや実践について話ができることが有り難く、毎回私も楽しみながら音声ファイルを作成していた。

今日も3時間ほど音声ファイルを作っている自分がいた。明日と明後日も同じように音声ファイルを作成していこう。そうすれば、明後日には全ての質問に回答できるだろう。

音声ファイルの作成や読書に加え、今日は8曲ほど短い曲を作った。曲を作る前には脳と意識の状態を整えることを意識し、治癒と変容の作用が曲の中に少しでも滲み出ることを願いながら曲を作った。ここからは、シャーマンのような特殊な意識状態で曲を作っていくことができれば理想かもしれないと考えた。特殊な脳の状態及び特殊な意識の状態の中で曲を作ると、形になった曲には、作り手の脳と意識の状態を疑似体験するような効果が期待できるのではないかと思う。

今日の仮眠中の深い意識状態で治癒が起こったことを実感したように、高次元の意識状態の方が治癒の作用が強いように感じられる。そうしたこともあり、作曲をする際には、絶えず自分の意識状態を整えることを意識していこう。少なくとも深い呼吸と共に呼吸を整え、そこから曲を作っていく。

---

呼吸が整い、脳と意識の状態が整うと、目には見えない抽象化された音楽空間にアクセスしやすくなり、そこで音との深層的な出会いが実現されていく。あとはそこで出会った音を組み合わせたり、音の流れるままに形にしていく。そうした点を明日からの作曲実践ではとりわけ意識していこう。全てはそのような意識のあり方から始まる。フローニンゲン:2020/1/23(木)20:27

## 5482. 深い治癒の中で

時刻は午前7時半を迎えようとしている。先ほど洗濯機を回し、あと1時間ほどしたら乾燥機を回そうと思う。

ここ数日間は、身体が深い休息を求めているのか、就寝中にはコーザルの意識状態が続き、夢を見ないことが多い。厳密には、夢は少々見ているのだが、それを覚えていることが難しい。それほどまでに、夢を見ない深い眠りの意識であるコーザル意識の状態が続いている。この意識状態においては、一段深い治癒が行われており、今の自分は深い治癒を必要としているのかもしれない。身体と精神の二つの次元において、着実に深い治癒が行われているのを実感する。

ここ数日間深い眠りの意識に陥っているのはひょっとすると、寝る前に念入りにクラニオセイクラル・バイオダイナミクスの技法を自分に適用しているからかもしれない。このエネルギーワークによって、サトルボディのみならず、コーザルボディが活性化し、そこから睡眠に移行することによって、睡眠中にも深い治癒が継続しているのかもしれない。今夜も同様に、クラニオセイクラル・バイオダイナミクスの技法を自らに適用し、睡眠の質と時間がどのように変化するかを観察したい。

早いもので今週も週末を迎えた。先週まではオンラインゼミナールがあったため、金曜日と日曜日の正午から1時間半ほどゼミナールのクラスに時間を充てていた。それがもうなくなったことにより、今日からは自分の探究活動と創造活動に時間を充てていこう。

ドイツのアマゾンに注文していたクラニオセイクラル・バイオダイナミクスに関する書籍が、どうやら昨日に1冊ほど到着し、今日もまた1冊あるいは数冊到着するようだ。自宅の呼び鈴がならないように設定しているため、昨夜は書籍を受け取ることができなかった。おそらく、両隣の家のどちらかの人からそれを受け取ってくれているだろう。今日の午後にも書籍を受け取りに訪問したいと思う。

---

上述の通り、今朝方も夢を見ていたのだが、その印象は薄い。激しさのあるような夢でも、歓喜を引き起こすような夢でもなかった。とても穏やかで静かな夢だったように思う。場所も欧州なのか日本なのか区別がつかない。場所でさえも中立的な雰囲気を放っていて、それがどこかを特定することが難しい。起床した瞬間には夢を少しばかり覚えていたのだが、今改めて思い出そうとしても本当に困難だ。無意識の世界が夢を見るよりも、治癒の方に力を発揮していることを感じる。

それではこれから、早朝の作曲実践に取り掛かりたい。いつものように、準備運動がてら転調を含む短い曲を作っていく。その後、昨晚作った原型モデルを活用して一曲作る。

昨夜のモデルはベートーヴェンの曲から作ったものであり、一昨晚に作ったモデルはスクリャービンの曲を基にしたものだ。こうした原型モデルを毎日1つでもいいので作っていく。今夜も少なくとも1つはモデルを作成しよう。そして、そのモデルを繰り返し活用することを通じて、モデルそのものを拡張・発展させていくことも今後は考えていく。今はモデルの力を借りて、音を選択することに集中したい。毎回の作曲実践においては、引き続き、脳と意識の状態を整え、それらの特殊な状態の中で曲を作っていく。それを意識するのは、読書などの他の実践においても同様だ。フローニンゲン：2020/1/24(金)07:38

### 5483. 本日を振り返って: 読書という瞑想実践

今日も1日が充実感と幸福感と共にゆっくりと終わりに向かっていく。毎日が、ただただこうした充実感と幸福感の中で過ぎていくことの有り難さを思う。

今日を振り返ってみると、創造活動や読書に没頭しているような1日であった。それらは毎日行なっていることなのだが、日々そこに新たな発見があり、それが新たな充実感と幸福感の扉を開いていく。いつも私はその扉の前に立っていて、その扉を開けることによって扉の向こうの空間で時を過ごしていく。そしてそこでまた新たな扉を目の前にする。そのような日が明日からも続いていくだろう。

今日はクラニオセイクラル・バイオダイナミクスに関する書籍が2冊ほど届いた。1冊はドイツから、もう1冊はイギリスから届けられた。不在届けとしてもう1冊か数冊ほど書籍が届いていたようなので、明日の午後にでも、届けられた書籍を預かってもらっている郵便局に出向くことにする。

---

今日は昨日に引き続き、オンラインゼミナールの音声教材を作成していた。受講者の方々からいただいている質問に関して、まだ未回答のものが残っており、今日は3つほど回答させていただいた。当初の予定では5つか6つぐらいの質問に回答できるかと思っていたのだが、資産運用に関する質問に対して1時間弱話をしていたため、今日は3つほど回答させていただくことになった。予定では明日までに全ての質問に回答しようと思っていたが、明後日か月曜日あたりまで時間がかかりそうだ。

今日の午前中に読書に集中していると、抽象化された原理原則や理論を書物を通じて学ぶことは、ある種の瞑想実践だということに気づいた。脳や意識の状態が、瞑想で体感されるような状態になっていることのみならず、瞑想中に知覚される情報空間と同等の情報空間にアクセスしている自分が読書中にいることに気づく。

明日以降も、読書は書物が扱う個別具体的な領域における瞑想実践だという意識を持って書物を読んでいこう。こうした意識があるのとないのでは、書物から得られる情報の質と量が随分と違うことに気づく。意識付けというのは面白いものである。

これからバッハのあるコラールを参考にして曲の原型モデルを作る。過去の偉大な作曲家が構築した音楽空間に日々アクセスし、そこから汲み取れるものを全て汲み取っていくような意識を持つ。汲み取れるものを全て汲み取りながら、自分独自の音楽空間を構築していく。

過去の偉大な作曲家の音楽空間も自分の音楽空間も、それらは全て目には見えないものだが、それらはありありと存在していることがわかる。これから参考にするバッハの曲は、まさに今もなおバッハの音楽空間内で生き続けており、そこには固有のエネルギーが存在している。そうしたエネルギーを授かりながら、そしてそのエネルギーを自分の創造活動に活用する形で、自らの音楽空間を少しずつ構築していく。明日もまた作曲実践を含め、楽しみで溢れている。フローニンゲン:2020/1/24(金)20:47

#### 5484. 今朝方の夢

時刻は午前6時半を迎えた。今日もまた新たな1日が始まった。今日という日もまた自分として生きる1日だ。こうした日々が現れては消え、現れては消えを繰り返していく。私は毎朝、この事実直面

---

---

して驚く。新たな1日がやってきたことの驚き。しかもそれを再び自分として生きることができることの驚きがある。

闇からの便り。早朝の闇はいつも自分に何かを語りかけている。静寂さに浸り、闇の声に耳を澄ませてみると、いろいろなことが聞こえてくる。それらは全て、自分にとってとても大切なことである。

ここ数日間は印象に残る夢を見ていなかったが、今朝方は印象に残る夢を見ていた。夢の中で私は、小学校時代に所属していたサッカークラブが使っていたグラウンドにいた。砂利で出来たグラウンドの上を歩くと、当時のことが思い出され、とても懐かしい気分になった。するとそこでタイムトラベルが突然起こり、グラウンドの上には小学校時代のチームメイトたちがたくさんいた。そこから私たちは、ハーフコートのサッカーの試合を始めた。しばらくサッカーを楽しんだのち、いったん休憩を取ることにした。みんな水筒にお茶を入れてきていたらしく、グラウンド脇のフェンスにぶら下げていた水筒を取りに行き、そこで話をしながらお茶を飲んだ。その光景は、当時のものとそっくりだった。

休憩後、今度はせっかくなのでフルコートで試合をしようということになった。すると、グラウンドの半分が闇に包まれ、反対側は太陽の光で満ちていた。

私は右ハーフのポジションで試合に臨んでおり、私が立っている場所は太陽の光で照らされていた。私は明るい場所から、ちょうど闇と光で半々に覆われた相手のゴール前にクロスを上げることを何度か行なっていた。そこで夢の場面が変わった。

次の夢の場面では、私はサッカー日本代表の黄金世代の試合をベンチで観戦していた。その試合は、ワールドユースの決勝であり、どういうわけか、私は監督の横に座って試合を観戦していた。決勝の相手はスペインだったが、なぜだか相手のチームにはブラジル人らしき選手が混じっていた。試合が始まると、日本は前半早々に先制点を奪った。左サイドからのクロスをある選手が見事なボレーシュートでゴールを決めた。しかし、審判はそのゴールを取り消し、結局、それは先制点にはならなかった。そこからはお互いに硬直状態が続き、私はベンチから戦況を見守っていた。相手国のスペインの選手の中には、後に大スターとなる選手がいて、私はその選手の動きを見ていた。しかし、その選手は思ったほどの動きはしておらず、それを不思議に思っている自分がいた。

---

すると、私の横に父がいて、父にその選手の動きが思っていたほどではないことを伝え、2人であれこれと意見交換をしていた。そこで夢の場面が変わった。覚えている範囲の夢は以上のものとなる。今朝方見ていたのはどちらもサッカーに関する夢である。

私の夢にはサッカーやバスケが登場することが多く、それらは自分が親しんできたスポーツであるから、夢に登場するのもおかしくはないのだが、その頻度が高いことに思わず注目してしまう。サッカーやバスケそのものが象徴していること、そしてそれらを夢の中で行なっている自分が象徴していることはなんなのだろうか。フローニンゲン:2020/1/25(土)06:52

#### 5485. 時の流れが緩やかな場所の中で

今朝は少しばかり冷えている。今夜は0度まで気温が下がるそうだ。明日からはまた気温が少し上がり、日中に断続的な雨が降る日が1週間続くとのことである。

早朝のこの時間は、特に書くことを決めないままに筆を取り、その瞬間に出てきた言葉を形にしている。毎日の作曲実践も同様の形で進んでいく。その瞬間に生起する感覚、そしてその感覚がもとになって生まれた言葉や音は、その瞬間における縁起の産物である。今こうして書き綴っている言葉もまた、この瞬間における縁起の産物であり、唯一無二のものである。

2度と同じ言葉や音は生まれないということ。その不思議さに改めて考えを巡らせる。改めて考えると、それは凄いことである。またとない言葉と音がこの世に生まれ落ちるとのこと。それを考えると、自ずから黙り込んでしまう。そして、敬虔な気持ちになる。

今日はどうのような言葉や音が生まれるだろうか。それを楽しみに毎日生きているかのようだ。それを楽しみに1日が始まり、明日の言葉と音を思って1日が終わる。そんな日々が続いている。こうした日々そのものも縁起の産物なのだろう。

先ほど夢について振り返っているときに、タイムトラベルという言葉が出てきた。「タイムトリップ」が正しいのか、「タイムスリップ」が正しいのか迷った結果、「タイムトラベル」という言葉を使うに至った。結論から述べると、それらは全て正しい言葉のようだ。そこから少しばかりタイムトラベルについて調べていると、ヒンドゥー教の『マハーバーラタ』に、ある王様が天界で創造主ブラフマーと出会い、地



---

上に戻ってくると、とんでもない時間が経過していたという神話があることを知った。また、時間の相対性を扱っている仏教の経典『パーリ仏典』には、天上界では時間の流れが人間界よりも遅く、その住人は地上の住人よりも長く生きるという説が展開されているようだ。

年末年始にマルタ共和国を訪れた際に、神話に関する図鑑のような書籍を2冊ほど購入し、それらはまだ読めていない。各国の神話において、時間がどのように扱われているのかには大変興味がある。上述の二大宗教における時間の考え方は大変興味深い。ここ最近読み進めている書籍の考え方をういれば、階層性のある情報場とエネルギー場において、その高い場においては、時間の流れがより緩やかなのかもしれない。さらには、極度に高度な階層においては、もはや時間が流れていないのではないかと推測される。

そうした時間を超越した場について思いを馳せることがここ最近多い。身近な人を例にとってみると、年齢に比べて圧倒的に若い人たちは、ひょっとするとこうした場に知らず知らずアクセスし、その場を通じて生きているのかもしれないと思わされる。

時間の流れが緩やかな場所、そして究極的には時間が流れないような場所がどうやら存在しているようだという考えが色濃くなっていく。自分もまた極度に緩やかな時間の流れを持つ場の中で日々生きているように思う。ここからは、さらに時間の流れが緩やかな場所に自分は向かっていくだろう。もしかすると、時間の流れない場所の中で生きることも起こり得るかもしれない。フローニンゲン:2020/1/25(土)07:16

#### 5486. クラニオセイクラル・バイオダイナミクスの書籍の到着:時間的制約の超越

時刻は午後の9時を迎えた。今日は珍しく、この時間帯に日記を執筆している。

午後に近所の郵便局に不在届けとして届いていた書籍を受け取りに行った。てっきりクラニオセイクラル・バイオダイナミクスの書籍かと思っていたら、届いていたのは“Infinite Mind The Science of Human Vibrations (1989)”だった。そして郵便局から自宅に戻ってきたら、下の階の誰かが私の不在時に4冊の書籍を受け取ってくれていた。それらは“Biodynamic Craniosacral Therapy”のVolume 2からVolume 5だった。これにてこのシリーズの全巻を入手した。5冊を合計すると2500ペー

---

ジグザグの分量になり、これからクラニオセイクラル・バイオダイナミクスを様々な観点から探究していく。

意識状態、身体意識の階層構造、情報場とエネルギー場、トランスパーソナル心理学など、それら5冊の書籍を用いれば幅広い探究が可能になる。実際に、それら5冊の書籍にはそうした領域に関する議論がなされている。

ちょうど先ほど全ての巻をざっと眺めていたところ、Volume 5は赤ちゃんに対してクラニオセイクラル・バイオダイナミクスを施術する理論と実践方法が解説されている。それを読みながら、自分に子供が出来たら、出生児の脳の構造的な歪みを治癒する意味合いも含めて、ぜひ赤ん坊のときにこの手法を施術したいと思った。明日からはこれら5冊に加え、“Foundations in Craniosacral Biodynamics, Volume One: The Breath of Life and Fundamental Skills”も読み進めていく。こちらの書籍については、Volume 2は後日届く予定だ。

オンラインゼミナールが終わって、明日でちょうど1週間になる。ここからは毎日の作曲実践に並行する形で、こうしたヒーリングに関する探究、それに加えてマルタ共和国で購入した神話に関する書籍を通じた神話学の探究、音楽理論に関する探究などを旺盛に行う。

午前中にふと、情報場とエネルギー場において、階層性の高い場所は、時間的制約の影響が弱いのではないかということについてぼんやりと考えていた。階層性が上がると、物理的な次元から離れていき、より微細な構造を持つことになるがゆえに、物理的な時間の制約が弱まるのだろうか。そのようなことを考えていると、それに関係するような質問がオンラインゼミナールの質問Boxに上がっており、それについて午後に回答していた。

時間を超越して生きることはどうやら不可能ではなく、その鍵は情報場とエネルギー場における高い階層性の中で生きることにあるようだ。もちろん、そこはもう物理的な次元ではないので、肉体を持つ私たちは必ず物理的次元の制約を受けるし、肉体に意識が向かっていれば、当然ながら物理次元の時間の制約を受ける。ただし、ひとたび意識が高い階層性の次元で運動を始めれば、そこでの時間的制約は弱まっていく。そして、その階層性が極度に高まってくると、時間の制約はほとんど働かないのではないかとと思われる。

---

手持ちの書籍を通じて情報場とエネルギー場について探究をする際には、このテーマも念頭においておこう。また別途時間については、“The Oxford Handbook of Philosophy of Time (2011)”などの専門書を参考にしたいと思う。フローニンゲン:2020/1/25(土)21:19

#### 5487. 今朝方の夢

今週も早いもので日曜日がやってきた。先週まではオンラインゼミナールが開催されており、ちょうど先週の日曜日に最後のクラスを終えた。そこから1週間経って今日に至る。ここ数日間は午後には音声ファイルを作成していた。それらはどれも、ゼミナールの受講者の方々からいただいた質問に回答するものだ。昨日の段階で、音声ファイルの合計は2400分を超えた。ゼミナールのクラス以外で40時間ほど1人で話をしていたことになる。そこでは確かに1人で話をしていたのだが、それはどこか質問者の方との対話のような形で話をしていたように思う。全ての話は、質問がなければ生まれ得なかったことを考えると、質問をいただいたことがどれほど有り難いことであったかを思う。

昨日にもいくつか音声ファイルを作り、おそらく今日中になんとか全ての質問に回答できるのではないかと思う。明日からは、また本格的に自分の探究分野に関する読書を始めていく。これまでも午前中に少しばかり読書をしていたが、明日からは午後の幾らかの時間を読書に充てていこう。英語空間に広がる知の恩恵に授かる形で探究を進めていく。

今朝方は少しばかり記憶に残る夢を見ていた。夢の中で私は、小中学校時代の友人たちと大きな旅館に宿泊していた。そこには大浴場があり、私たちは早速大浴場に行くことにした。更衣室で着替えをし、いざ大浴場のドアを開けてみると、そこにはすでにたくさんの方がいた。その日は金曜日であり、時刻は夕方だったので、ちょうど一番混む時間帯だったようだ。

多くの人たちが浴槽でくつろいでおり、彼らの大半は私の友人たちだった。体を洗ってから浴槽に入るのはマナーであるが、その時の私は特に体を洗うことなく浴槽の方に向かっていった。そこで何度かお湯を体にかけて、すぐに浴槽に入った。そこで友人たちと少し会話をし、遠くの方の浴槽にシャワーが2台ほどついており、そこで体を洗えることに気づいたので、そこに向かった。洗面台の近くに白い石鹸が一つ落ちており、私はそれを使って体を洗うことにした。すると背後から、私の親友(HS)が声をかけてきた。

---

親友:「その石鹸、あまり綺麗じゃないよ」

私:「えっ、そうなの？」

そのようなやりとりを親友としたのだが、もう私はその石鹸で体を洗い始めていたので、最後までその石鹸で体を洗うことにした。体を洗い終えてからも浴槽でくつろぎ、その後、大浴場から外に出た。すると、女湯の方で入浴を楽しんでいた小中学校時代の女性友達の2人がそこにおいて、彼女たちと少し話をした。ちょうどそこは売店の前であり、その店の向こう側にも売店がいくつか並んでいた。

すると、その売店の男性店員が私に声をかけてきた。見ると、小中学校時代に一番背が高かった友人(YK)がそこにおいて、彼が笑顔で私に店の商品を勧めてきた。どういうわけか、青い香水を私に勧めてきて、それを私の右手の手首に振りかけてきた。そこから友人は、その香水の良さを伝えながら、同時にプロレス技を私にかけようとしてきたので、私は彼に一言伝えてその場を立ち去った。そこで夢の場面が変わった。フローニンゲン:2020/1/26(日)06:50

#### 5488. 2460分ほどの音声ファイルの作成を終えて:脳の休息と右脳の活性化

時刻は午後4時を迎えた。今日のフローニンゲンはとても穏やかな1日であり、今、夕方の優しい太陽光が街に降り注いでいる。

つい先ほど、オンラインゼミナールの受講者の方々からいただいていた全ての質問に音声ファイルを通じて回答し終えた。結局、合計で2460分ほどの分量となった。いただいた一つ一つの質問を改めて思い出してみると、今回のゼミナールのテーマであるインテグラル理論を大きく逸脱するようなものもあり、私としてはそうした質問に回答していくことが楽しみであった。クラスの間だけではなく、質問Boxを通じて多くの方とやり取りをさせていただくことは自分にとっての学びにもなり、それは今日を持って終わりを迎えた。今はその余韻を味わいたい。

明日から、いや今夜からまた心機一転の心持ちで自分の探究を進めていく。イギリスとドイツから続々と届いてくる書籍を読み進めていく。フローニンゲン大学に研究者として所属していた時と比べて書籍や論文を読む絶対量は減ったが、それでいいのだと思う。今は自分の関心の赴くままに、

---

毎日少しずつ探究を深めていく。多くの方との協働や実践を通じて探究を深めていく。旅もまた自分の探究を深めてくれる大切な存在だ。

午後に少しばかり仮眠をし終えてみると、脳全体が休息し、再び活動に向けて動き出す状態になったように感じた。これは毎日の仮眠後にいつも感じることだが、今日はとりわけ脳の休息に対して関心が向かった。仮眠そのものは、まずは右脳を活性化させる働きがあるかもしれない。言語的な活動から離れ、仮眠を取ることによってサトルの意識状態、ときにコーザルの意識状態に入ることによって、右脳が活性化されているのを実感する。そして、脳全体が深い休息と回復を体験する。

今後は脳の活用方法のみならず、休息方法にも関心を持っていこう。今から近所のスーパーにジョギングがてら買い物に行くが、これもまた脳にとって良い休息になるだろう。全身運動を通じて右脳が活性化され、そして脳が休息するに違いない。

脳と意識の状態を整えてから、そして状態が整ったまま実践に従事することが習慣になりつつある。今後は、過去の偉大な音楽家が切り開いた音楽空間により深くアクセスしていくことを意識する。彼らを感じていたであろう脳と意識の状態を感じるようにし、その状態を自らの中に作り上げていく。こうした目には見えないちょっとしたことを大切に実践を継続させていこう。

買い物から帰ってきたら、再び作曲実践をし、夕食後には曲の原型モデルをまた新しく一つ作ろう。今日はベートーヴェンかバッハの曲を参考にモデルを作ろう。それを作り終えたら、クラニオセイクラル・バイオダイナミクスに関する書籍を少々読み、好きな画集を眺めながら就寝に向かっていく。  
フローニンゲン:2020/1/26(日) 16:11

#### 5489. 心身の変化と今朝方の夢

今日から新たな週を迎えた。時刻は午前6時を迎え、静かな闇の世界が辺りを包んでいる。そんな中、いつものように日記を執筆し、その瞬間の自己と向き合っている。

早いもので1月も終わりに近づいており、今週末からは2月となる。来月は予定通り、ベルギーに旅行に出かけようと思う。予定では2月の最終週の金曜日あたりにフローニンゲンを出発し、ベルギーの主要3都市にそれぞれ3日間ぐらい滞在する。年末年始にマルタ共和国とミラノを訪れた時に得

---

られた気づきや発見が、今自分の内側で静かに咀嚼されているのを感じる。それらが真の肥やしとなり、真に自分の血肉になるのはもう少し時間がかかるかもしれないが、その実現に向けた進行は着実だ。ヴェネチアから帰ってきて行った2週間に及ぶ断食によって心身の健康がより一層促進された。特に身体に関して言えば、細胞レベルでの生まれ変わりが文字通り起こり、新たな身体がここにある。

食実践にせよ、断食に実践にせよ、それらを行ってきたことは、きっと治癒と変容支援を行うためだったのだと実感する。治癒と変容支援を行う者の心身の状態の大切さ。それは言わずもがなであろう。

今朝方は少々記憶に残る夢を見ていた。夢の中で私は、サッカー元日本代表のキャプテンを務めていたセンターバックの選手とプライベートな付き合いをしていた。具体的には、その方の自宅に招いていただき、そこで色々と話をしていた。その方はもう選手ではないのだが、相変わらず規則正しい生活を送っており、選手時代とほぼ同様のトレーニングを毎日欠かさず行っているようだった。どのようなトレーニングをして、どのような食事を摂っているのかが気になったので、それについて尋ねてみたところ、今からトレーニングを一緒に行い、一緒に食事をしようということになった。

トレーニングルームに移ろうとした時、ソファにその選手の奥さんが腰掛けていたので、挨拶をした。そこで夢の場面が変わった。その前後の夢についてはもう思い出せない。ここ最近、無意識が落ち着いているのか、あまり夢を思い出すことができない。夢を見ない深い眠りの意識状態が長く続いている印象だ。そこでは深い治癒が行われていることを考えると、これは好ましいことなのかもしれない。ここ最近、毎晩就寝前に自分に対してクラニオセイクラル・バイオダイナミクスの技法を施しており、これによって睡眠中の治癒が促進されているのかもしれない。

昨日から読み始めた“Biodynamic Craniosacral Therapy”のVolume 1を今日も読み進めていく。これはVolume 5まであり、各巻平均して500ページほどあるが、まずは全体をざっと把握するような読み方をしていき、自分の中で知識の全体像を築き上げていく。そうすれば、再読の際にはより理解が深まるだろうし、全2巻の“Foundations in Craniosacral Biodynamics, Volume One: The Breath of Life and Fundamental Skills”に関する理解も深まっていくだろう。こうした読書に並行して、今日も旺盛に創造活動に従事する。予定通り、昨日の段階でオンラインゼミナールの受講者の方々から

---

いただいていた全ての質問に回答することができた。今日からはその分の時間があり、作曲と読書に十分に時間を充てることができるだろう。2月からはまた何か動き出すことになりそうだ。フローニンゲン:2020/1/27(月)06:22

#### 5490. 仮眠中のビジョン:腸と脳及び身体感覚について

つい今し方仮眠から目覚めた。今日の仮眠中も意識がコーザル状態になり、深い休息がそこで実現されていた。仮眠の際には夜の就寝前と同様に、セルフヒーリングのエネルギーワークを行っている。身体が徹底的にリラックスしているために、サトル状態からコーザル状態への移行が速やかに行われているように思える。

先ほどの仮眠中には印象深いビジョンを見ていた。ちょうど意識がコーザルからサトルに戻ってきて、いよいよ目覚める時になってそれが現れた。白い光の洞窟のようなものが知覚され、それは地上からどこまでも地下に向かっていくイメージを持っていた。それを知覚した時、これは自分の無意識の世界からかもしれないと思った。

白い光の洞窟を降りていくとそこに何があるのか。それが気になった私は、サトルの意識状態の中、自らの意識を頼りに洞窟を下へ下へと進んでいった。下に進んでいくに応じて光の強さが増し、しまいには眩しさで何も見えなくなった。そこで仮眠から目覚めた。

今日はこれからクラニオセイクラル・バイオダイナミクスに関する書籍を読み進め、再び作曲実践を行う。午前中に、ヨーガ療法士の知人の日記を読んでいると、脳と腸に関する関係について記述があり、それはすでに知識として持っていたが、改めて脳と腸の関係について関心を持った。

腸の中に存在している巨大な生態系について思いを馳せる。腸はたえず脳に様々なシグナルを発している。私たちが何かしらの感情を持った場合、それは脳から腸に伝播し—あるいは腸が感情を生み出していると言えるものもあるだろう—、その感情は腸から身体全体に影響を及ぼす。腸内細菌は私たちの感情に絶えず関心を払っている。そして、感情のみならず思考にまでも関心を払っている。そう考えると、日々どのような感情や思考を持っているのかが身体の健康に影響を与えるということが自ずから見えてくる。

---

現在、自分の心身がすこぶる健康であるのは、思考や感情が健全なものであり、腸内細菌を喜ばすものであるからかもしれない。そして逆向きの因果も存在しており、腸内環境の健全さが思考や感情に良い影響を与えているように思うのだ。知人の日記を読みながらそのようなことを考えていた。そのようなこと以外にも、四六時中身体感覚を養うことについても考えていた。ここ最近では、作曲実践や読書を行う前、そしてそれらの最中の脳及び意識の状態がとても良いように思う。

それもそのはずで、脳と意識の状態を整えるようにしているからである。それを実現する最も簡単な方法は呼吸を整え、深い呼吸を行うことである。現在はもう四六時中ゆったりとした呼吸が行われている。呼吸のペースが緩やかになったのは米国に渡った9年前ぐらいであるから、もう随分とゆったりとした呼吸で生活をしていることがわかる。ここからはより一層呼吸を緩やかにしていくように心掛けていく。そして脳と意識を特殊な状態にするための呼吸法についても鍛錬を重ねていこう。

そうしたことに並行して、音楽空間や書物の中に展開されている知的空間により深くアクセスできるような身体感覚を養っていく。身体感覚に絶えず気づきの意識を与えていくことがその簡単な鍛錬方法になるだろう。今からコーヒー豆を挽いてコーヒーを入れるが、その時にも自分の身体感覚に意識を向け、コーヒーを飲んでいる最中にも身体感覚に意識を向けてみよう。フローニンゲン：

2020/1/27(月)14:35

#### 5491. 使命と右脳

時刻は午前7時を迎えた。この時間帯はまだ外は暗く、辺りは闇に包まれている。ただし、通勤や通学で行き交う人たちの姿を見かける。

起床直後に部屋を換気し、書斎と浴室のフローアを少しばかり掃除した。そして今に至る。喚起と掃除によって部屋のエネルギーを入れ替え、部屋全体が浄化されたかのようなようである。

今日もまた自分の取り組みに集中していこう。作曲実践や読書を行う前とその最中においては、とりわけ呼吸をゆっくりにし、脳と意識の状態を整えていく。音楽空間と知識空間に深くアクセスし、そこで思考運動を行うための準備としてそれを行う。日中において他の活動に従事している時も、呼吸を意識し、さらには身体感覚に意識を向けていこう。これを継続していけば、それは無意識的な習慣となり、今後の実践と探究をより豊かなものにしてくれるだろう。



---

今日は午前中に1件ほど協働プロジェクトに関するミーティングがある。このプロジェクトはかれこれ1年半継続している。今日は区切りのミーティングであり、できればまたここから継続して協働をさせていただければと思う。

自らの命を奉仕的に使うこと、それが「使命」であるということに昨日気づかされた。日々のありとあらゆる活動を使命的に行っていく。逆に言えば、使命と呼べないものに関しては従事しない。それを徹底する。

物理的次元で生きる自分の有限な時間を考えた時、使命と呼べないことには本当に関わらないようにする。いくら寿命が伸びているこの時代においても、人間の命は今のところ有限なのだから。

今朝方も何かしらの夢を見ていたように思うのだが、起床と共にそれを忘れてしまった。ここ最近では本当に無意識の世界が落ち着いている。また、就寝前のクラニオセイクラル・バイオダイナミクスの実践によって、身体と精神が深い治癒を行っていることも無意識の落ち着きに関係しているだろうか。

昨日と同様に、今日もクラニオセイクラル・バイオダイナミクスに関する書籍を読み進めていく。昨日に、“Biodynamic Craniosacral Therapy”のVolume 1を読み終えたため、今日はこちらの書籍のVolume 2を読み進めていく。昨日読んでいたVolume 1には、ヒーリングに関する興味深い事柄が数多く書かれていた。その中でも、右脳はゲシュタルトを探し求め、生命の全体を探し求める、という記述に立ち止まりしばらく考えていた。

右脳には全体性ないしは統一性を求める性向があるようなのだ。それについては少し前から気づき始めていた。作曲実践やデッサンを通じて、自分の右脳が活性化し始めていることを感じており、それが新しい知的ゲシュタルト及び認識ゲシュタルトを作っていることを実感していたのである。引き続き、右脳の活性化を意識した実践をしていこう。

クラニオセイクラル・バイオダイナミクスの書籍は、この技法が脳に介入することもあってか、脳についての記述が豊富である。今日からもまた一連の読書を通じて、治癒というコンテキストにおける最新の脳科学の知識を獲得していく。本日読み進めるVolume 2にはどのような事柄が書かれているか今から楽しみである。フローニンゲン:2020/1/28(火)07:15

---

先ほど協働プロジェクトに関するオンラインミーティングを終えた。今日は代表の方を交えての半期報告のミーティングだった。半月の一度代表の方と対話をさせていただけることはこちらとしても有り難く、今後の協働に向けてのエネルギーが自分の内側で高まっていくのを感じる。

今日のミーティングでも話題になり、さらにはここ最近の自分の関心テーマでもある身体心理学の探究を再度行っていこうと思う。ちょうど昨日の夕方に、池のある近所の公園の周りをジョギングしている時にも、身体心理学の学び直しを閃いた。それを受けての今日のミーティングであったため、身体心理学をもう一度深く探究する時期に差し掛かっているのだろう。

それに合わせて、今後の協働においては成人発達理論などの発達科学と呼ばれる知見を活用するだけではなく、学習科学の知見を活用していこうという話になった。学習科学というのはまさに私がフローニンゲン大学の2年目に探究していた領域であり、これも何かの縁かと思う。代表の方に勧めたオックスフォード大学出版から出版されている学習科学に関する2冊の書籍については自分も再読をしておこうと思う。

パラパラと小雨が降ってきた。オンラインミーティングを終えた後に近所のスーパーにジョギングがてら買い物に行った際にも小雨が降っていたが、今は雨脚が強くなった。夜にかけて雨が降り、夕方には強い風が伴って雨が降るそうだ。今週1週間は雨が続くということが天気予報からわかっている。とは言え、一日中雨が降るわけではないので、日中に雨が降らない時間を見つけて、軽くジョギングに出かけることを忘れないようにする。

毎日ほぼ必ず外に出かけ、20分でもいいので軽くジョギングしたりウォーキングをしたりすることが日々の自分の心身の健全さを生み出している。とにかく身体を整え、身体意識を涵養していくこと。そのためには外の空気を吸って、大地からエネルギーを得ながら体を動かすことが自分にとって最も望ましい方法である。その効果を日々実感し、それを積み重ねることによって思わぬ大きな効果を生み出しているのだから、今後も毎日少しでも外に出かけて体を動かす。近い将来として、海や森に触れながら、澄んだ空気とエネルギーを享受する形で体を動かしたい。

---

今朝方の夢について起床直後に振り返ろうとしたが、夢を全く覚えていなかった。だが、そこからしばらくしてふと夢の一場面を思い出した。英語の筆記体がものすごく汚い日本人の友人が夢に現れていたのを思い出す。彼の英語を見て、それを読むことができずに苦笑していた自分がいて、私の表情を見て彼は、今後はもう少し綺麗に文字を書くことを宣言していた。その他にも別の友人が夢の中に登場し、彼もそれほど綺麗ではない文字を書いていたように思う。そんな夢の場面があった。フローニンゲン:2020/1/28(火)11:12

### 5493. 初雪:絵画的ゲシュタルトの構築に向けて

「ああ、雪が降ってきた」思わずそう呟いた。それは正午過ぎの出来事だった。記憶にある限り、雪だと認識できる形の初めての雪が今日降った。その時の地上の気温は暖かったが、雲の上の世界の気温は低かったのだろう。

白く舞う雪をぼんやりと眺めながら、しばらくその光景と時間を味わっていた。午後8時を迎えた今はもう雪は降っていない。明日以降も日中は断続的に雨が降るという予報が出ており、雲の上の世界の気温によっては雪になるかもしれない。

先ほど夕食を食べながらふと、画家が描いた絵を見て、画家の身体動作を想像しようと思った。これもまた身体感覚を養う鍛錬の一つであり、同時に絵画作品を味わう一つの方法でもある。同様に、作曲家が譜面に描いた音楽世界を見て、作曲家の身体動作を想像しよう。あるいは、彼らが音楽空間に音楽を表現していった身体運動を想像すると言ったほうがいいのかもわからない。これは作曲領域における自らの身体感覚と技術を高める上で有益であろう。

そこから次に考えていたのは、音の波動や倍音の種類を利用して、身体を構成する70%の水を意図的に色々と振動させる曲を作っていくということである。ヒーリングに結びつく振動数を特定し、理想で言えば、どのような振動が身体のどの部位に働きかけるのかを知り、それを意識して曲を作りたい。もちろん、いかなる音も脳で認知されるのだと思うが、音が働きかけるサトルボディの部位は異なるはずである。まさに、異なるマントラが異なるチャクラに働きかけることからそれが容易に推測される。

---

今夜はこれから、ブラームスとバッハの曲に範を求め、そのリズムのみを取り出した曲の原型モデルを作っていく。その後、楽譜を画集のように眺める楽しさを味わってから就寝する。

音符の並びから絵画的ゲシュタルトをイメージの世界に作り、それを今後の自分の作曲に活かしていく。楽譜を眺めて構築された絵画的ゲシュタルトを自分の曲にそのまま活用してもいいし、既存のゲシュタルトと混合させながら新しい曲を作っていくのもいいだろう。いずれにせよ、今後は楽譜を眺める際には、絶えず絵画的ゲシュタルトを自分の音楽空間に作っていくことを意識していく。また、絵画の画集を眺める際には、そこで文字通り、絵画的ゲシュタルトを自分の内側に構築していく。それを音楽空間内に作ったゲシュタルトと組み合わせることを通じて曲を作ってみよう。

夕方ふと、哲学のいくつかの領域を学ぶことを通じて、自己と世界の新たな様相が見えてくることの面白さと不思議さに改めて気づいた。どうやら近々、哲学書を集中的に読み込んでいく時期がやってきそうだ。とりわけ、可能世界論と心の哲学を中心に哲学書を読んでいきたい。書齋にある書籍の再読をするだけでなく、ケンブリッジ大学出版やオックスフォード大学出版の書籍を中心に、少なくとも下記の21冊を近々購入しようと思う。

1. The Cambridge Handbook of Consciousness
2. The Oxford Handbook of the Self
3. The Oxford Handbook of Philosophy of Time
4. The Oxford Handbook of Philosophy of Mind
5. The Oxford Handbook of Contemporary Phenomenology
6. The Oxford Handbook of Metaphysics
7. The Oxford Handbook of The History of Analytic Philosophy
8. The Oxford Handbook of the Philosophy of Consciousness
9. The Oxford Handbook of Free Will
10. The Cambridge Handbook of Western Mysticism and Esotericism
11. Possible Worlds (Problems of Philosophy)

- 
12. Topics in the Philosophy of Possible Worlds
  13. The World Philosophy Made: From Plato to the Digital Age
  14. Leibniz on Compossibility and Possible Worlds
  15. On the Plurality of Worlds
  16. Naming and Necessity
  17. Routledge Philosophy GuideBook to Kripke and Naming and Necessity
  18. Beyond Rigidity: The Unfinished Semantic Agenda of Naming and Necessity
  19. Papers in Metaphysics Epistemology
  20. Philosophical Papers (Philosophical Papers (Oxford)) 1st Edition by David K. Lewis
  21. Counterfactuals 2nd Edition by David K. Lewis

フローニンゲン:2020/1/28(火)20:09

#### 5494. 治癒のひと段落と身体意識の涵養

初雪から一夜が明けた。今、静寂に包まれた闇がこちらに微笑みかけている。

今朝は午前4時過ぎに起床した。ここ最近ではグロスボディのみならず、サトルボディやコーザルボディ次元での身体が深い休息を取り、治癒が進行していたために、起床する時間はあまり早くなかった。

今朝方4時過ぎに目覚めた時に、治癒がひと段落したことを知った。現在の時刻は午前6時を迎え、起床してからはいつものように呼吸法とヨガを行った。それ以外には、部屋にいた少し大きめの蜘蛛を生きたままま捕まえて窓から外に逃したり、浴室の鏡の汚れに気づいたのでそれを磨いていた。その後、いつものようにパソコンを立ち上げてみると、ソフトウェアのアップデートを要求されたので、それを行って見たところ、今回は大きなアップデートのようであり、随分と時間がかかるようであった。そうしたことから、待ち時間には、これから行う早朝の作曲実践に向けた準備を行っていた。それが終わってもまだアップデートが完了していなかったため、昨日から読み始めていた“Biodynamic Craniosacral Therapy”のVolume 2を読み進め、170ページほど一気に読んだところで

---

ようやくアップデートが完了した。自分自身もここ最近小さな変容を経たようであり、今の目の前にあるアップデートされたパソコンに親近感を覚える。昨年の秋に銀座で購入したこのパソコンと今後も長く付き合っていこう。

昨日に言及していた21冊の哲学書は来月の初旬に注文してしまってもいいかもしれない。今の私は、それほどまでに哲学探究を欲している。

今朝起床してから白湯を飲もうとしていると、パリで3年半もの間集中的に小説探究と思索に耽った辻邦生先生に思いを巡らせた。おそらく、あの3年半の集中的な探究と思索がなければ、小説家としての辻邦生はいなかったのではないかと思う。今の私も、集中的に哲学的探究と思索を行なっていく時期にあるように感じる。それは直感(gut feeling)である。

そういえば昨日、協働中のある方々と話をしているときに、身体感覚について話題になった。その時の話を思い出しながらふと考えていたのは、肚を作り、肚とつながることの大切さ、及び肚から情報を得ることの重要性である。そこからさらに、身体意識を涵養していけば、本来身体情報を得ることができるはずなのだが、現代人はなかなかそれができていないのではないかという問題意識が芽生えた。協働先の会社の人たちにもそうした傾向が見られることがわかっており、それについてフィードバックをしたのが昨日のミーティングでの出来事だった。

自分の命を使って取り組む使命を見つけるためには、そもそも直感的にそれが何かを掴む力が必要であり、その根源には肚があり、身体から情報を受け取る感覚を育ておく必要があるのではないかと考えていた。今日も引き続き、身体意識について考えを巡らし、自分の身体意識を涵養していくことを意識的に行なっていく。

脳と意識の状態に強い関心を示し、呼吸と身体を改めて意識し始めてから日が浅いが、すでに効果を実感している。同時に、普段体を動かさない人のエネルギーの淀みに対して敏感に気付くようになり、そうした人の言葉には力が欠如していることにも気づき始めている。端的には、常日頃から身体を適度に動かし、身体意識を涵養していない人の言葉には負のエネルギーが宿っていることが一目瞭然でわかってしまう。そこには、治癒や変容を促すのとは逆向きのエネルギーが内包され

---

ている。今日も午後にジョギングがてら街の中心部のオーガニックスーパーに出かけるが、それもまた身体意識を涵養する時間と場になるだろう。フローニンゲン:2020/1/29(水)06:16

#### 5495. 今朝方の夢

身体の深い治癒がひと段落したことに伴ってか、今朝方は印象に残る夢をいくつか見ている。それらについて書き留めてから早朝の作曲実践に取り掛かりたい。

夢の中で私は、駅のプラットフォームの上にいる。そのプラットフォームは驚いたことにプールになっていた。より厳密には、列車が走る線路がプールになっており、そこで泳げるようになっていたのである。プラットフォームに到着した時、今から泳ぐ気満々でいたのだが、その施設の係員であるオランダ人の女性が、もう少しで施設の利用ができなくなると笑顔で述べてきた。それを聞いて私はすぐに泳ごうと思って泳ぐ準備を始めた。すると、線路の上を勢い良く2人の男性が泳いでこちらに向かってきた。プラットフォームに上がった2人を見ると、小中高時代の親友だった(SI & YU)。

2人に水の状態と、線路の上を泳ぐことの気持ち良さはいかほどかについて尋ねた。すると、「最高だ」とのことだった。それを聞いて私も早く泳ぎたいと思い、いざ準備をして線路の水に飛び込もうとすると、時刻は午後6時を目前としており、もう泳げない時間になっていた。私は飛び込むことをやめ、少しばかり残念な気持ちになりながらも、また次回にしようと思った。すると、駅の階段から2人の女性がプラットフォームに上がってきた。見ると、小中学校時代の友人だった。彼女たちにもう泳げる時間は終わってしまったことを伝えると、彼女たちも残念な表情を浮かべたが、それは仕方ないとすぐに開き直った。すると、線路の上を水上サーフィンのような形で1人の外国人が通り過ぎていき、線路の上でもサーフィンができるのかと驚きを持って私たちはその様子を眺めていた。そこで夢の場面が変わった。

次の夢の場面では、私は夢を眺める者としてそこにいた。それは、中学生ぐらいのいじめられている女の子のストーリーだった。その女の子は特殊な感性を持っており、目には見えないものを感じる力があつた。特に、目には見えない精霊のようなものを認識する力が傑出しており、彼女は常日頃からそうした精霊たちと交信をしているようだった。

---

学校の他の子供たちはそのようなものが見えるはずはなかったので、他の子供たちはその女の子のことを気味悪がり、いじめをしていた。私はどこかその女の子に共感するものを感じ、彼女のことを見守っていた。

すると、その子が深い森の中に入っていく、そこで精霊たちと交信しながら戯れている場面が現れた。しばらく彼女が精霊たちと楽しげに戯れていると、これまで彼女をいじめていた1人の女の子がその場に姿を現した。どうやらその子は彼女の後をつけていたらしかった。

森のその一角は不思議な空間であり、光り輝く花々とキノコが生えていた。輝く花々とキノコが風に揺られて踊っているようであり、それらも精霊のように私には見えた。後を追ってきた女の子は、彼女がその場で精霊たちと戯れていることに最初驚いたが、どうやらその女の子も実は感受性が強く、精霊を感じるができるようだった。するとその子は、これまで彼女をいじめてきたことについて彼女に謝った。すると2人は笑顔になり、そこからは2人一緒に精霊たちと戯れ始めた。

しばらく楽しい時間が続いたところで、1人の男の子がその場に姿を現した。彼もまた彼女をいじめていた1人である。彼は、彼女の横にいたこれまでいじめを行っていた女の子を見て、「裏切り者」と罵った。そして、他のいじめグループのメンバーに言いつけてやると述べた。すると突然、その男の子はその場に倒れ込んだ。見ると、彼はキノコの胞子を吸い込んでしまい、幻覚症状を患っており、さらには獣の精霊に取り憑かれてしまったようだった。

すると、いじめられていた女の子はすぐに彼のところに駆けつけ、お祓いをし、彼に対してヒーリングを施した。そこで夢の場面が変わった。この夢については特に印象に残っている。2人の女の子が精霊たちと戯れている楽しげな光景、そしてその場の幻想的な雰囲気を知ることはできない。また、いじめられていた女の子に対して共感の念を持っていた自分が夢の中において、彼女はどうも他人ではなく、自分にとって大切な人のように感じられていたことを覚えている。フローニンゲン：

2020/1/29(水)06:45

#### 5496. 今朝方の夢の続き

先ほど2つの夢について書き留めたが、今朝方はその他にもまだ夢を見ていたので、それらについても書き留めておきたい。



---

夢の中で私は、東京の丸の内辺りのオフィスビルの1階にいた。その階にはレストランやカフェがあり、ちょうどあるレストランの前を通りかかった時に、最初のキャリアの時に世話になっていた2人の上司がいた。そのうちの1人は男性の上司であり、もう1人は女性の上司だった。前者の上司は一番世話になっていた方であり、とても尊敬をしていた方だった。後者の上司はとても気さくな方で、その方が結婚退職をされる前に、牡蠣バーに連れて行ってもらったのを覚えている。

レストランの前を通り過ぎようとした時、私は2人のことに気づき、男性の元上司も私のことに気付いていた。女性の元上司は反対方向を向いていたから、私のことには気づいていなかったようである。普通であれば私は2人に挨拶をしに行ったと思うのだが、私は気づかなかった振りをしてその場を後にしようとした。すると、私のことに気付いた男性の元上司が女性の元上司に私がそこにいることを伝え、その女性の元上司は私を呼び止めようとした。

私は、自分の名前が呼ばれていることに気付いていたが、それを無視してオフィスビルの2階に向かって行った。その女性の上司はまだ私の名前を呼び続けており、しまいには私の後を追いかけて始めた。

私は逃げるようにして2階、そして3階へと向かって行った。3階のメガネ屋に隠れようと思ったが、そこだと身を隠すには不適切だと思い、隣の織物屋に入った。そして、なんとか私は上司に気づかれずに上司をやり過ごした。そこから私は、3階のフロアをぶらぶらと歩き、バルコニーのような場所に辿り着いた。先ほどまではオフィスビルだと思っていた場所が、どうやら欧州にある聖堂のように思えたのである。

そのバルコニーには、元同期がそこにいて、彼はタバコをふかしていた。私はその時、透明人間になる技を使っていたので、彼は私のことに気付いていなかったようだったが、私は姿を見せないままに彼に声をかけた。すると彼は驚き、私のことを探していた2人の上司に私がそこにいることを伝えようとしていた。彼はタバコに火をつけたまま、急いで1階に降りて行った。私も彼の後を追うようにして1階に降りて行った。するとそこには、聖堂前の大広場が広がっていた。そこで私は偶然にも、小中高時代の友人(AF)と出会った。出会ったと言っても、その時の私は透明人間であったから、彼は私の存在を察したと言った方が正確だろう。

---

私は透明人間のまま彼に話しかけ、そこから少しばかり話に花が咲いた。広場の中央を見ると、そこでアフリカ人の2人の男性が自転車を漕いでくるくと円を描いており、私たちは彼らに近寄って声をかけた。2人のアフリカ人は笑顔を見せたが、黙っているままだった。すると、私たちの心が繋がりが合い、私たちの日本語が彼らの母国語に自動翻訳される形で心の中で会話を交わしていた。

少しばかり彼らと会話を楽しんでいたところで、ふと広場の端を見ると、そこに小中学校時代の別の友人(SS)がいた。彼の存在に気づいた私は、彼のことを追いかける必要があると直感的に思い、2人のアフリカ人に別れを告げ、私は彼の後を追いかけた。すると、すぐに彼に追いつき、どこに向かっているのかを彼に尋ねた。すると彼は前方を指差し、随分と離れたところにいる別の友人(TM)を追いかけているとのことだった。

そこで彼は大声を出して前方の友人を呼び止めようとし、コーラを飲めば大声が出せるとのことだったので、彼はコーラをカバンから取り出し、コーラを半分ほど一気に飲みした。いざ彼が声を出してみると、それほど大きな声ではなかったが、不思議な振動波が出ており、それは前方の友人に届いた。そして、前方の友人の動きが遅くなったために、私たちはすぐに彼に追いつくことができた。彼は帰宅中とのことであり、せっかくなので彼の家にお邪魔させてもらうことになった。彼に追いついた地点の道路を左折し、そこから突き当たりの曲がり角で右折をしたところに彼の家があった。

彼の家に辿り着いたと思ったとき、私は突然高さ数メートルのところから下に落ちた。着地すると、そこは彼の家の駐車場だったが、玄関と駐車場の落差に私は驚いた。駐車場にはサッカーボールが転がっていて、私はそれを拾おうとしたところ、ボールは自然と駐車場を飛び出し、彼の自宅の前の坂道を転がり落ちて行った。私は転がっていくボールを見た後に、坂道の上の方に視線をやった。

すると、彼の家の隣は、高校時代にサッカー部に所属していた友人の家だった。ちょうどその友人が自宅の前の通りでリフティングの練習をしていたので、遠くから声をかけた。そこで私はハッと、坂道を転がり行って行ったボールの行方が気になった。すると、坂道の下の方から、小中学校時代の親友(YU)が笑顔でボールを抱えて坂道を登ってきた。私はボールが無事だったことにホッと、また親友の彼と再会したことを喜んだ。

---

するとその瞬間、地面が揺れ始め、地震がやってきたことに気付いた。リフティングの練習をしていた友人、そして坂道からやって来た親友と私は、その場にじっとすることにした。すぐに地震は収まったが、近くの家々からあれこれと物が外に飛び出していた。すると、隣の家から猪の親子が外に出てきて、自宅から飛び出してしまった物を拾いにやってきた。

父親らしき猪と、何十頭にもなる小さな猪がその場に姿を現した時には驚いた。父親らしき猪は人間の言葉を話し、日本語で子供たちに指示をして、一緒に物を自宅に運び始めた。手のひらサイズの小さな子どもの猪たちが物を押す姿はとても可愛らしかった。ズルズルとダンボールが小さな猪に引かれていく姿を私は微笑みながら眺めていた。するとそこで夢の場面が変わった。

最後の夢の場面はとても短いものだった。私は一軒家の広い庭にいて、そこでタープを張り、両親と一緒にランチを楽しんでいた。何の記念かは定かでないが、私は父と母に別々の贈り物をした。まずは母に花と和菓子か何かの贈り物をし、父にはお酒と一風変わったフローラルな珍味を贈った。すると、父は大いに喜び、今から一緒にそのお酒を飲もうと述べ、意気揚々と席を立て3人分のグラスを取りに行った。そこで夢から覚めた。

今日は随分と印象に残る夢を見ていたことがわかる。身体の深い治癒がひと段落し、再び自分の無意識が活性化されているようだ。今日もまた、右脳及び自分の無意識を十分に活用する形で創造活動に従事していく。フローニンゲン:2020/1/29(水)07:34

#### 5497. 形態形成場仮説の実感:「運命」と「使命」

時刻は午後の9時を迎えようとしている。今日も創造活動と読書に明け暮れる1日だった。その充実感を言葉で語ることはもはやできない。日々がこのように充実感に包まれながら進行し、その充実感を包むようにして幸福感が日々を包んでいる。

今日は午前中から午後にかけて雨が降っていたが、夕方には晴れ間が顔を覗かし、その時を逃さずに街の中心部にジョギングがてら買い物に出掛けた。その足取りは軽やかであり、日々の適度な運動と自己ヒーリングによって、身体の状態がすこぶる良い状態であることに気づく。

---

午前中に、先日届いた“Infinite Mind The Science of Human Vibrations (1989)”を読みながら、知識や技術はエントロピーが縮小するかのように一つのまとまりとして、つまり新たなゲシュタルト構造として体系化されていくが、個人が獲得した知識や技術はひょっとすると、集合的な無意識空間の中にエントロピー増大的に拡散していくのかもしれない、ということを考えていた。この発想は、ルパート・シェルドレイクの形態形成場仮説を思わせる。

シェルドレイクは、記憶や経験は個人の脳に保存されるのではなく、集合が共有するサーバーのような場所に保存されていると提唱した。すなわち、私たちの脳は受信機として他者の記憶や経験を受け取ることが可能であり、行動パターンの共鳴現象などが起こると提唱したのである。

これまで偉大な作曲家が残した楽譜を読み、科学者や哲学者が残した書物や論文などを読むことを通じて、確かに私はそうした他者の知識や経験を我がものとして受け取っているかのような感覚があった。その感覚を裏付けてくれるのがシェルドレイクの形態形成場仮説であり、これは私の体験データと照らし合わせると、もはや仮説ではないように思える。少なくとも私は、先人たちが積み重ねてきた知識と経験を尊重し、それらが蓄積されている場にアクセスし、それらを自らの実践に活用させてもらうようにする。

買い物からの帰り道、先日終了したオンラインゼミナールについて色々と思いを巡らせていた。今回のゼミナールがあれだけ熱気に包まれていたのはなぜかを考えていたのである。おそらくは、受講者の一人一人が自分の関心に応じて実践を積み重ねていき、そのエネルギーが全体に共有され、一つのエネルギー空間が形成されたのだと思う。今回のゼミナールはグループとして実践共同体となり、そこにはまさに実践場が共有されていた。そうした空間の中に自分もいて、知らず知らず自らの実践も深まっていたという恩恵を授かった。

買い物から帰ってきてからも上述の書籍を読み進めていた。明日は再びクラニオセイクラル・バイオダイナミクスの書籍を読み進めていく。昨日に言及した21冊の哲学書だけではなく、意識状態の研究で有名なチャールズ・タートの仕事をこのあたりで本格的に辿ってみようかと思う。タートが執筆した興味深い書籍を4冊ほど見つけたので、それらを注文しよう。その中には、一昨年の秋にボストンに訪れた際に街の古書店で見つけた書籍もあり、それを購入するのは今なのだを知る。

---

命を運ぶ「運命」が巡っている。私の命はどこに向かって運ばれていく。その過程の中で自らの命を使いながら世界に奉仕することが、「使命」を果たしていくということなのだ。フローニンゲン:

2020/1/29(水)21:04

### 5498. 今朝方の夢

昨日に引き続き、今朝も4時過ぎに起床した。今日は昨日よりも少し遅く、4時半頃の起床となった。今日もまた良質な睡眠を取ることができ、心身の状態はすこぶる良い。今日も創造活動と読書に没頭できそうである。そのためのエネルギーが起床してまだ時間が経っていない今において、すでに沸々と湧き上がっている。

昨日は印象に残る夢をいくつも見ていた。今朝も少々印象に残る夢を見ていたので、それらを書き留めておきたい。夢の中で私は、日本の海沿いの旅館にいた。その旅館はとても大きく、日本人の観光客で賑わっていた。その日は晴れであり、秋を思わせる風が吹いていた。

旅館の中に宴会場があり、そこはだだっ広い畳部屋だった。そこで私は、高校時代のクラスメートかつサッカー部の友人と出会い、立ち話をしていた。何やら今からゲームが行われるらしく、それに参加しないかということだった。そのゲームは、畳部屋の天井に取り付けられた大きなボタンにタッチし、色と音を出すというものだった。数名で1つのチームを作り、対抗戦を行うとのことだったが、その勝敗の基準がいまいちわからなかった。

横を見ると、もうその友人がゲームに参加していて、笑顔で飛び跳ね、天井のボタンにタッチをしていた。そこで時間がスキップし、その友人と私は旅館の駐車場にいて、これからどこかに向かおうとしていた。いや厳密には、旅館から脱出しようとしていたのである。というのも、小中高校時代の親友(HO)が旅館に火を付け、私たちを含めた客全員を旅館に閉じ込めようとしていたからである。

友人と私はすぐさま駐車場に止められていたワゴン車に乗り、旅館を後にしようとした。すると、旅館に火を付けた友人が車の後部座席に乗り込もうとしてきた。ドアを開けた友人を私はなんとか押しつけた。運転席に座っていた友人はそれを確認し、すぐさま車を前に走らせた。すると目の前には、

---

激しいカーブがあり、車は崖から落ちそうになった。なんとか落ちずに持ちこたえ、私たちはそのまま車を走らせた。そこから車は自動運転のような形で進んでいった。

次の夢の場面では、再び日本のどこかの旅館にいた。そこは旅館全体がテーマパークのようになっていた。私は、友人たちと的当てゲームのような出し物をしていた。それはゴルフボールぐらいの大きさのサッカーボールを蹴って的に当てるゲームだった。

2人の友人と店番をしていると、数人のお客がやってきた。見ると、小学校時代に所属していたサッカーチームの1学年上の先輩たちだった。全員、中学校時代のバスケ部の時にもお世話になっていた先輩で、久しぶりの再会をお互いに喜んだ。

早速1人の先輩がゲームをやってみたいとのことだったので、私は的に後ろでスタンバイしようと思った。ところが、どういうわけか、私はボールを蹴る地点と的に間に立ち、先輩が蹴るボールをよける役割を担うことになった。それは誰から言われたものでもなく、それが自然なルールであり、自ずからそこに立っている自分がいた。

いざ先輩がボールを蹴ると、それは私の顔にかすり、そのまま的にあたった。私はよけることを得意としていたようであり、私の顔をかすめたことにより、得点が10倍になった。的にボールを当てた先輩は飛び跳ねて喜び、残りの球を蹴っていった。先輩が全ての球を蹴り終わると、私はその場を離れ、他の出店を見て回ることにした。

旅館の本館には立派な時計塔が立っており、その上の方で修理か何かが行われていた。見ると、高校時代の友人(HH)のように見えたが、ボルダリングの日本代表のエースの選手だった。彼は見事な体の動かし方で、高いところの修理を次々に行っていた。するとそこで私の体は旅館の中に瞬間移動していた。

旅館の宴会場にいた私は、すぐさまその場がやたらに暑いことに気づいた。どうやらそこはサウナのように感じているらしかった。私の横には、2人ぐらいの相撲取りがいて、彼らに話を聞くと、今サウナと化した旅館からの脱出ゲームを行っている最中とのことだった。すると、畳部屋の向こうから1人の相撲取りが天井に頭をぶつけないようにかがみながら、小走りでこちらにやってきた。どうやらこの地点はゴールのようだった。私はどのようなコースになっているのか気になったので、ゴールから

---

---

逆走する形でコースを辿り始めた。すると、天井の高さが異なる部屋がいくつもあり、部屋ごとに暑さも違っていた。

ある大きめの部屋に到着すると、その部屋の隅っこは食堂のカウンターとなっていた。そして部屋の角を見ると、そこに旅館の従業員の女性が座っていて、地元の銘酒を試飲しないかとゲームの参加者たちに勧めていた。私も声を掛けられ、試飲を勧められたが、アルコールは飲まないようにしているので、ほぼ無視のような形でその場を素通りした。

すると突然、目の前にジェットコースターのようなトロッコが現れ、2人の相撲取りがトロッコに乗って絶叫している光景が映し出された。厳密には、進行方向とは逆向きに先輩の相撲取りが座り、後輩の相撲取りは進行方向向きに座っていた。絶叫していたのは先輩の相撲取りであり、後輩は至って冷静にトロッコに乗っていた。

夢を書き出してみると、今朝も随分と夢を見ていたことに気づく。身体の深い治癒がひと段落し、無意識の世界がまた何かに向けて活性化されているようだ。フローニンゲン:2020/1/30(木)06:09

#### 5499. 意識場へのアクセスと脳が2つある感覚

時刻は午前6時を迎えた。ちょうど今から朝の具なしの味噌汁を飲むところである。ベジブロスを出汁にした味噌汁を飲み始めて随分と時間が立つが、早朝に飲むこの味噌汁もまた腸内環境を整えることに一役買っているように思う。

昨日、意識場の中に思考場と感情場があり、それぞれが固有のエネルギーを持っていることに気づいた。そしてそれらの場で行われる思考運動と感情運動は、非在性という特徴を持っており、物理次元の場所に囚われることなく運動を行う。もちろん、物理次元の場所からフィードバックを受けて、思考や感情が影響を受けることはあるが、思考や感情は目には見えないより微細な場で運動を行っているようである。とりわけそこでの思考運動は場に堆積されていく。それは個人の思考場と集合の思考場の双方においてだ。この考え方は、昨日の日記で言及したルパート・シェルドレイクの形態形成場仮説に近い。

---

今日の読書においては、著者及び書籍で引用されている先人たちの思考運動が堆積されている場にアクセスするような感覚を持つ。そして、その場で自分自身が思考運動を行い、より強固な知識を獲得していく。これと同様のことを楽譜や画集に対しても行っていく。作曲家や画家の身体思考運動をイメージし、彼らが目には見えない意識場の中でどのような運動を行っていたのかを想像し、その運動エネルギーを感じながらそれを自分のものにしていく。そこではエネルギーの授受が行われる。そこで得られたエネルギーをもとに自らの探究と創造活動に従事していく。今日はどのような先人の意識場にアクセスできるのか大いに楽しみであり、先人たちが築き上げた集合的な意識場にアクセスすることもまた楽しみだ。

昨夜、自分の脳が2つある感覚がした。右脳と左脳を1つの脳とみなすと2つであり、それぞれを分けるのであれば、右脳が2つ、左脳が2つの、合計4つの脳があるような感覚があった。欧米での8年間の生活を通じて、ほぼ毎日英語空間の書籍や論文を読み続けていたことがそうした感覚を引き起こしたのかもしれない、と起床直後に改めて考えていた。

以前バイリンガルの脳について調査をしていると、バイリンガルの脳はモノリンガルの脳よりも肥大化しており、左右の脳がより活性化されているという研究結果を見たことを思い出す。また、バイリンガルの脳は若さをより保ち、認知症などのリスクも統計的に有意な程度に低かったと記憶している。

左右の脳がそれぞれもう1つずつあるという昨夜の感覚は、その研究結果と関係があるように思える。長年にわたって英語空間に浸り続け、とりわけ英語の書籍や論文を日々読むことでそうした体験が起こったのだと思う。知的活動を行う脳が全体として2つあるような感覚を持って、これからの活動に従事していこう。フローニンゲン:2020/1/30(木)06:35

#### 5500. 遠隔ヒーリングの進展と今後の探究について

気がつけば、今日もこの時間帯になっていた。今、時刻は午後8時半を迎えた。

言葉と音を紡ぎ出すことを通じて日々の時間が進んでいく。その過程の中で、ここ最近は特に身体感覚に意識を向けており、それを涵養していくことに焦点が当り続けている。人間の意識の力は凄まじいものがあり、身体感覚へ意識を向ければ向けるほど、新たな気づきもたらされ、そうした感



---

覚の涵養が実現されていく。私たちの意識は病を作ってしまう恐ろしい力を持つと同時に、治癒を実現させていく偉大な力の双方を持っている。そのようなことを日々実感する。

夕食を摂り終えてからしばらくしたところでメールを確認してみると、母からメールが届いていた。昨日の返信メールの際に、両親と愛犬に対して毎晩遠隔ヒーリングを行っていることを伝えると、愛犬に関してここ最近変化があったようだ。何やら、愛犬にヒーリングが特に効いているみたいであり、食欲が凄いとのことである。食欲が凄いことが果たして良いことなのかはわからないが、何かしらの変化が愛犬の身体に起こっているようだ。

もちろん、この変化を引き起こしたのが私の遠隔ヒーリングだけだとは思えないが、目には見えない意識場を通じた何らかのコミュニケーションが愛犬と私の間で行われているのは確かだろう。実際に、昨夜の就寝前にベッドの上で遠隔ヒーリングを愛犬を想像しながら行っていると、愛犬を撫でている直接的な感覚が手にあった。今夜も遠隔ヒーリングを行っていこう。

両親への遠隔ヒーリングの効果をより強めていくために、脾臓を含め、内臓器官の位置と役割などを調べた。思い起こせば、今から8年前にヨガのインストラクター資格を取得しようとしている最中に解剖学のテキストを読むことが課せられていたが、今は骨格に関する知識よりも、内臓器官や脳内の各部位の位置と働きについて理解を深めたい。とりわけ脳についてより深く知りたいと思い、解剖学的かつ脳神経学的な脳に関する図鑑的な書籍を探してみたところ、良さそうなものが数冊ほど見つかったので、近々それらを購入しようと思う。オランダで今後も長く生活をしていくので、今の自宅に本が増えても問題ないと思うようになり、今年は集中的な読書を行っていこうと思う。

意識とヒーリングに関して博士号を取得しようかと現在考え中であり、博士課程に進学するまでに大量の書籍を読み進めておき、博士課程への進学と同時に博士論文を書き始めることができるぐらいに知識を身につけていこうと思う。

現在の関心領域の広がりによって、情報場とエネルギー場に関する書籍、意識と量子力学に関する書籍、心の哲学に関する書籍、超心理学関係の書籍、意識状態に関する書籍、エネルギーヒーリングに関する書籍を読み進めていく予定だ。それらの書籍に加えて、哲学についてはもう少し他の領域にまで手を広げていき、脳機能と脳神経に関する書籍なども読み進めていく。

---

近々購入予定な書籍はおよそ50冊ぐらいであり、購入予定リストにはさらに50冊ぐらいの書籍がある。そこには音楽理論に関する書籍なども含まれているため、探究領域は多岐にわたるが、今の自分のエネルギー量を考えると、全く手を広げすぎている感覚がせず、むしろまだ探究領域が狭いように感じている。そうしたことから、以前言及していたように、経済思想と経済金融システムの探究にも乗り出していく。その背景には、心身の治癒や予防に関する実践をするだけでなく、病理を生み出している社会文化的・社会システムの側面にも働きかける実践をし、そもそも病理が生まれないような社会の実現に向けて活動していくことを考えていることがある。シュタイナーの経済思想の書籍をそろそろ購入してもいいかもしれない。フローニンゲン:2020/1/30(木)20:57