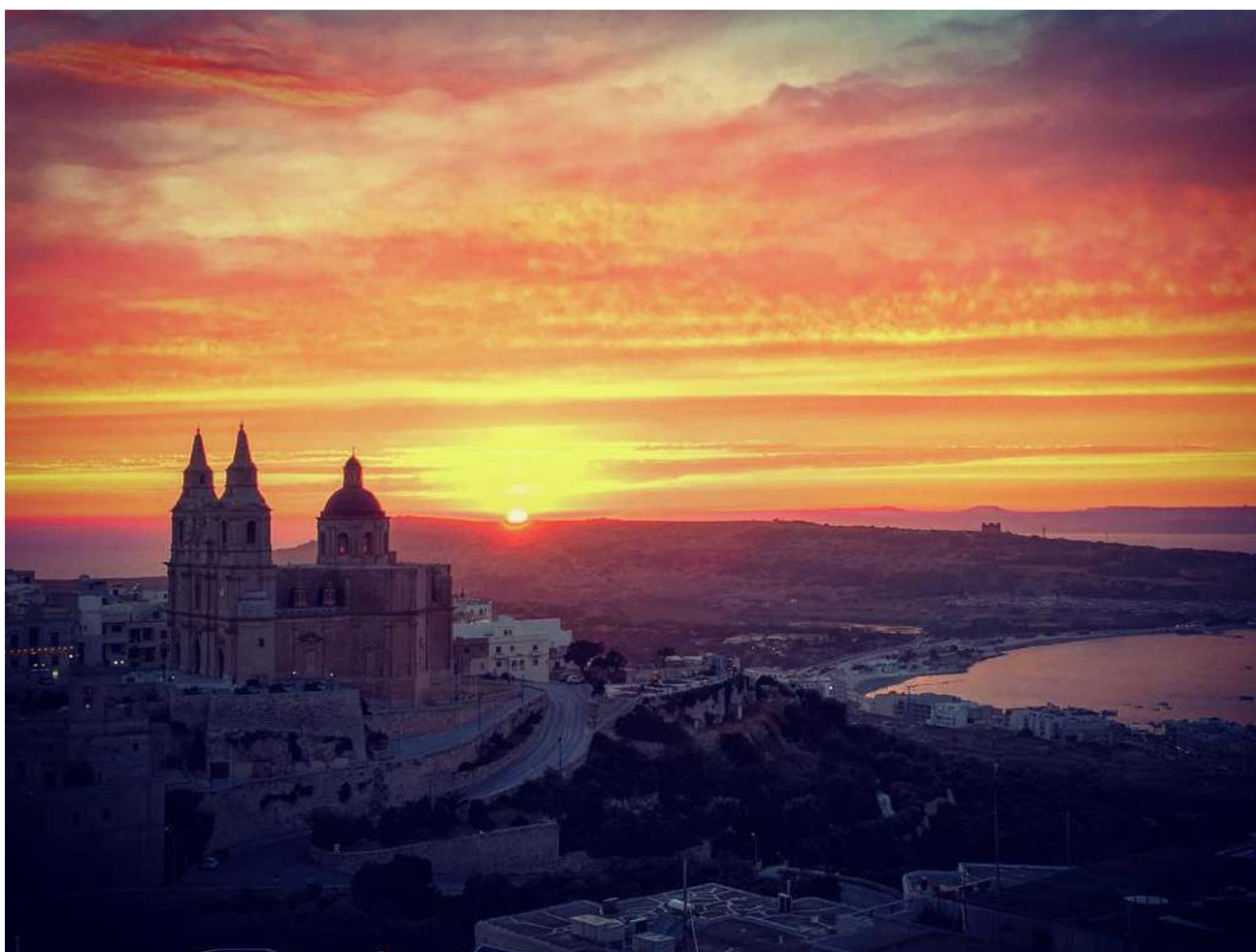

発達理論の学び舎

Back Number: Vol 272

Website: 「[発達理論の学び舎](#)」



目次

- 5421. 【マルタ共和国旅行記】本日の予定と今朝方の夢
- 5422. 【マルタ共和国旅行記】聖パウロ教会美術館で得られた啓治的な気付き
- 5423. 【マルタ共和国旅行記】マルタ出発の朝に
- 5424. 【マルタ共和国旅行記】聖パウロの地下墓地での体験を振り返って
- 5425. 【ミラノ旅行記】ミラノに到着して
- 5426. 【ミラノ旅行記】ミラノのホテルでくつろぎながら
- 5427. 【ミラノ旅行記】ミラノ滞在初日に得られた新たな方向性
- 5428. 【ミラノ旅行記】4箇所の美術館を巡って～自己が爆発になった日
- 5429. 【ミラノ旅行記】ダ・ヴィンチとラファエロに憑依された幸運
- 5430. 【ミラノ旅行記】ミラノ滞在3日目の予定
- 5431. 【ミラノ旅行記】公現祭の朝に～知と創造のエネルギーの恩恵を受けて
- 5432. 【ミラノ旅行記】ミラノが与えてくれた新たな方向性
- 5433. 【ミラノ旅行記】ジョルジョ・デ・キリコが与えてくれたもの
- 5434. 【ミラノ旅行記】治癒と変容が進む旅
- 5435. 【ミラノ旅行記】今朝方の夢:キリコの形而上学的世界
- 5436. 【ミラノ旅行記】コスミック・ヒーリングの実践
- 5437. 【ミラノ旅行記】今回の旅で起こっている超常的な体験
- 5438. 【ミラノ旅行記】ダ・ヴィンチからの贈り物
- 5439. 【ミラノ旅行記】ダ・ヴィンチに関する興味深い事柄
- 5440. 【ミラノ旅行記】ミラノ出発の朝に

結局まだ今日の予定について書き留めていなかった。今日はここ数日とは異なり、湊町を訪れるのではなく、マルタ中央部のイムディーナという場所に行く。ここは城塞都市であり、中世の時代には政治を司っていた場所だったとのことである。

イムディーナには、数多くの美しい建築物が残っており、荘厳な教会や宮殿のみならず、時空を巻き戻してくれるかのような歴史的な通りもある。また、イムディーナと隣接しているラバトという街にも足を運ぶ。ここは古代ローマの名残を残す名地であり、ローマ古代遺物博物館にはぜひ足を運びたい。ラバト地区はキリスト教と大変深い関係にあり、使徒聖パウロがマルタへ布教をしにやってきた時に捕らえられてしまった洞窟がある。そこは現在パウロの洞窟と呼ばれている。

私はキリスト教を信奉しているわけではないが、聖パウロがどのような場所で生活していたのかを感じるため、この聖人が活動の中心地とした場所に足を運んでみよう。洞窟の岩には奇跡を起こす力があつたと言われており、目には見えない巨大なエネルギー空間が今でも残存しているかもしれない。

ホテルの朝食をゆっくり摂り、自室で少し休憩をした後に、午前10時過ぎにホテルを出発する。今調べてみると、まずはラバトに足を運んだ方が良さそうだったので、バスに乗ってラバトに向かう。大抵のバスは小刻みに停車するのだが、ホテルからラバトに向かうバスの中でわずか2回だけ停車する形でラバトに行けるものがあつたので、それに乗る。昨日に引き続き、今日も一箇所だけに留まって時間を過ごすのではなく、いつもよりアクティブな形で複数の場所に足を運びたい。セントジュリアンのホテルに戻ってくるのは夕方になるだろう。

今朝は十分に睡眠を取ることができ、何かしらの夢を見ていたように思う。起床からしばらく時間が経ってしまったこともあり、詳細には思い出すことができない。かろうじて覚えていることと言えば、大洪水に見舞われた街の建物の中において、そこで友人たちと話をしていたことぐらいだろうか。その場面からあれこれ記憶を辿ってみると、夢の中の私はその建物の中で、いかにしてその建物から脱出するかを友人たちと話し合っていた。しばらくして、友人の1人が思い切って建物の部屋の窓から浸水し切った道路に向かって飛び降りようとし始めた。彼の表情は至って冷静であり、別に取り乱して

いるわけでも自暴自棄になっているわけでもなかった。彼の表情を見ると、飛び降りることで助かるという確証が彼にはあるらしく思えた。とは言え、私にしてみれば、15m以上の高さから浸水した道路に向かって飛び降りるのは危険のように思えた。

というのも、水の下に何か障害物がある場合、それに体が打ち付けられてしまうと死に至る可能性があると思ったからである。また、どのように入水するかによって、水に打ち付けられた衝撃によって怪我をってしまったたり、気絶してしまう危険性もあるように思えた。そのようなことを考えていると、友人は飛び降りる準備ができたらしく、すでに体は窓の外に投げ出されていた。そこで友人は少しばかりふざけており、片手を離してバランスをとったり、窓枠に取り付けられていた棒のようなものにぶら下がり懸垂をしていた。

そしていよいよ彼は、道路に向かって飛び降りた。しかもそれは水泳のジャンプ台からの飛び込みのような形ではなく、バク転をするかのように背面的な飛び込みであった。彼が飛び降りた瞬間、私の意識は彼の身体の横にあり続けていた。つまり、彼が窓から着水に至る瞬間までをまるでビデオで録画するかのように見ていたのである。彼が浸水した水に入水した時、水中はとても濁っていたが、彼が飛び込んだことによって白い泡がたくさん生じた。心配していた通り、彼は後頭部を水底の岩か何かにぶつけてしまい気絶をしてしまった。私の眼にはそこまでの一連の流れがとてもスローモーションに映った。気絶をしてしまった彼は、どういうわけかとても幸せそうな恍惚とした表情を浮かべていた。マルタ共和国:2020/1/3(金)06:08

5422.【マルタ共和国旅行記】聖パウロ教会美術館で得られた啓治的な気付き

時刻は午後8時半を過ぎた。今日は朝からマルタ中部の町ラバトに行ってきた。ここは事前の調査通り、サンジュリアン、スリマ、ヴァレットなどの港町と違い独特な雰囲気を持っていた。

今日の観光を通じて自分の内側に流れ込んできたものは膨大かつ多岐に渡っており、それらの一つ一つについてはまた後日書き留めておきたい。その時のために、備忘録がてらいくつかのことを書き留めておく。まず私は、ラバトのバス停に到着した後、聖パウロ教会に向かった。バス停から教会までの道中において、美しい石畳で出来た道がとても印象に残っている。

教会が見えてきた時に左手を見ると、そこに聖パウロ教会美術館があり、私はそちらにまず入った。そこではキリスト教関係の様々な品が見れるのだが、その中でも精密さの極みとでも言えるような幾つかの宝飾品に私の目は釘付けだった。どうやったらここまで細部にまでこだわって形を生み出すことができるのだろうか、というぐらいに精密な作りをしている宝飾品があり、その前で私は、優れた絵画作品に捕らえられるかのような感覚に陥っていた。しばらくその宝飾品を眺めた後に歩みを進めると、イグナティウス・デ・ロヨラの直筆の手紙に辿り着いた。

私はとりわけ直筆の手紙に心を奪われる傾向があり、ロヨラの手紙も例外ではなかった。直筆の持つ手紙の不思議な力。その手紙はもう450年近く前に執筆されたものなのだが、手紙の書き手であるロヨラの魂は不変のように思えた。そのような存在エネルギーが絶えず呼吸をし続けているのが肉筆の手紙の偉大さである。そしてこの美術館で得られた最大の発見は、今から8年前に私がジョン・エフ・ケネディ大学に留学していた際に見た、最も感動的であった夢のシンボルの意味が一気に紐解けたことである。実に8年越しで夢のシンボルの意味が目の前で開かれた時、私は心底驚いてしまい、そして感動した。

その夢については以前にも書き留めたことがある。私の意識が宇宙空間にあって、1羽の白いハトが宇宙空間を飛びながらこちらにやってきて、その後、東西南北から合計で4羽のハトが1点に集まり始め、それら全てのハトがその点で落ち合った時、ビッグバンが発生して、言葉では全く表現することのできない美しさを持つ巨大な青白いエネルギーが一気に放出された夢である。私はそれまでの人生の中で、後にも先にもあれほどまでに美しい光景を見たことがない。夢から覚めた時の私は、感動のあまり大粒の涙を流していた。そのような夢を今から8年前に見ていた。

今日、キリスト教関係の絵画を何気なく眺めていたときに、ある絵の中に白いハトが天空に描かれており、突然にその夢の内容を思い出したのである。以前からキリスト教絵画の作品の中に白いハトがモチーフとして登場することには気付いていた。だが、そのモチーフと8年前に見た夢のつながりについてはこれまでただの一度も考えたことがなかった。

白いハトは、人間と神の和解や調和、そして聖書をもたらしたシンボルとのことである。自分はおそらくこの8年間の中で何か大きな存在と調和し、コトバを大切にす聖書を表すハトのシンボルを夢で見て以降、間違いなく自分のコトバの世界に大きな変容があった。そうそれは、夢の中でビッグバ

ンが持つ爆発的なエネルギーとして宇宙空間に放射された光のように、自分のコトバが言葉として、そして音として溢れ出している今の自分を産んでくれたきっかけとしての夢だったのだ。マルタ共和国:2020/1/3(金)21:10

5423.【マルタ共和国旅行記】マルタ出発の朝に

時刻は午前3時を迎えた。今朝は一度、部屋に入ってきた蚊が耳元で飛んでいる音が聞こえ、深夜12時半に目覚めた。その瞬間に、心身の状態がすこぶる良いことがわかったが、起床するにはさすがに少し早すぎるかと思い、そこで一度コップ一杯水を飲んで再度眠ることにした。次に起床したのが午前2時半であり、そこではもう心身が活動に向けて十分な休息を取っていることがわかったので、そこで起床し、すぐにシャワーを浴びた。

旅先でも食生活を大きく変えていないために、心身の状態が良好なまま維持されていることは喜ばしい。フローニンゲンにいる時と全く同じ食べ物を摂ることはできないが、食物選択の指針は一貫しており、肉魚を一切食べないということと、オーガニックなものを食べるのが徹底されているがゆえに、食が心身に与える影響が良好なままなのだと思う。

今日はいよいよマルタを出発する日だ。やはり4泊5日というのはあっという間であり、もう1日長く滞在したいところだったが、今回はフライトやフローニンゲンに戻ってからのスケジュールの都合上、4泊5日となった。不思議なことに、たった1日滞在日数を伸ばし、5泊6日になると、大抵どの街もじっくりと巡ることができる。もちろん、その街の隅から隅まで見て回れるということでは決してないのだが、少なくとも自分の興味関心に合致した場所なら大抵全て回れてしまう。

今回マルタでまだ訪れることができなかったのは、ゴゾ島と島の西端にある青の洞窟である。今回は人間が作った文明に関する跡地や美術館・博物館を巡るだけになったため、次回マルタに足を運ぶ際にはゴゾ島を訪れたい。この島は本土以上に人口が少なく、自然と静寂に溢れた島なのだろう。自然と静寂を好む私にとっては大変魅力的な場所であり、フィンランドとはまた違う自然と静寂さがあるだろう。仮にフィンランドの自然と静寂さを「静」のものとすると――厳密には「静」で覆われた「動」――、ゴゾ島のそれは「動」――厳密には「動」で覆われた「静」――のものだと言えるかもしれない。私が少なくともこの2箇所に住居の拠点を置きたいというのがどこか納得できる。

今日からはミラノに滞在する。ミラノでの滞在は上述の考え方を受けて、5泊6日とした。マルタからミラノに向かうフライトは12:35のものであり、塔乗開始時間を考慮に入れても適度な時間である。そのおかげもあり、今朝はゆっくりとホテルで朝食を摂り、9時過ぎにサンジュリアンのバス停から空港に向かうバスに乗る。空港に到着したら、すぐにマルタ航空のデスクに行き、そこで搭乗券を発行してもらう。

今回はどういうわけか、行きの際と同様に、ウェブチェックインができない事態に見舞われており、デスクに行って直接発券してもらう必要がある。マルタからミラノへは2時間弱のフライトであり、ミラノ中央駅から目と鼻の先にあるホテルには午後3時過ぎに到着する予定だ。ホテルに到着したら、近くにあるオーガニックスーパーに行き、必要な品を購入する。そのスーパーは、明日の日曜日には休みとのことなので、日曜日分の食糧を購入することを忘れないようにしたい。マルタ共和国：

2020/1/4(土)03:19

5424.【マルタ共和国旅行記】聖パウロの地下墓地での体験を振り返って

今朝方は少しばかり印象的な夢を見ていた。しかしそれはあまり言葉としてここに書き留めておきたいことではない。後々にその夢を振り返ることを考えて、その主題だけ記録しておく、実家に滞在中、母が深夜にマンションから外に出かけていくというものだった。父もその時間帯に外出しており、父の外出を受けて母も外出をしたというものだった。

母の外出に関しては私の方で誤解をしていたらしいのだが、母が深夜に外出して朝早くに帰ってきたことを受けて、家族にも人間としてのそれぞれの人生があることを改めて知った。そのような気づきが得られた夢であり、その夢が示唆することはより深いものであるため、この記録をもとに、また後日静かにこの夢を振り返ろう。

昨日ラバトの街で訪れた聖パウロの地下墓地での体験が忘れられない。そこで見たもの・感じたことを今静かに思い出す。私はあのようなカタコンベに入ったことはこれまで一度もなく、そこは異質な空間であった。地下墓地の空気と静けさ。それらは共に黙想的な意識を引き起こすのに十分過ぎるほどに十分であった。

西暦60年にパウロがその地にやってきて、この地下墓地で布教活動をしていた痕跡が今なお鮮明に残っていた。それは物理的次元のものとしてだけでなく、目には見えない精神的次元のものとしてもそこに残っていた。私は、「このような薄暗い場所で、静寂さに包まれながら瞑想をしていたら、啓蒙体験が得られるのも無理はない」ということを思った。そう思わずにはいられない特殊な環境がそこにはあった。おそらく聖パウロだけではなく、そこで暮らしていた何人かの人たちにも自己を超越した存在を知覚する体験が起こっていたであろうということが容易に想像できた。場の持つ力はやはり大きい。こうした場で瞑想実践をすることは、開眼を促すことにつながるということも確証性があった。

聖パウロが活動していた地下墓地の下には、第二次世界大戦中に使われていたシェルターがあり、そこまた異様な雰囲気を見せていた。地下墓地にせよシェルターにせよ、そこに堆積され続けているものをまるで手に触れるかのようにありありと知覚している自分がいた。そこで祈りを捧げていた人たち、そこで瞑想実践に明け暮れていた人たち、そこで語り合っていた人たち、そうした様々な人たちの存在エネルギーが確かな密度としてそこに充満していた。

私は、聖パウロがまさに布教の言葉を伝えていたであろう洞窟の一角で、目を閉じて当時の様子を想像しながらしばらく瞑想をしていた。その洞窟の壁には奇跡をもたらす力があるというのもどこかうなづけてしまうような空間だった。このカタコンベを訪れることによってもたらされた聖パウロの力ないしはエネルギーを携えて、ここからまた日々の活動に打ち込んでいきたいと思う。マルタ共和国：
2020/1/4(土)03:46

5425.【ミラノ旅行記】ミラノに到着して

時刻は午後7時を迎えた。今私はミラノのホテルにいる。

今朝は予定通りにマルタの国際空港に到着し、そこからラウンジでゆっくりと寛いだ後にフライトに搭乗した。その前に、マルタ航空はなぜかウェブチェックインが事前にできず、カウンターに行っても係員がおらず、しばらく立ち往生する形になった。他の航空会社のカウンターはしっかりと係員がいたのだが、そのあたりにマルタ航空のおおらかさ——「杜撰さ」と明確に述べたほうがいいかもしれ

ない——があった。20分ぐらい待ってようやく係員がカウンターに姿を現し、ようやく搭乗券を発券してもらった。

普段私は欧州の旅行の時には機内に持ち込めるスーツケースだけを持って旅に出かける。実際のところは、昨年の秋に日本に一時帰国した際にも機内持ち込みのスーツケースだけで帰国をした。今回も同様に機内持ち込みのスーツケースだけで旅行に出掛けたのだが、今日はフライトが満席との理由で、スーツケースを預ける形になった。これは私にとって大変面倒である。というのも、機内持ち込みのスーツケースだけを持っていく理由としては、目的地の空港に到着した後に、ベルトコンベアで運ばれてくるスーツケースを受け取るのを待たないようにするためである。せっかくそうした理由で機内に持ち込める大きさのスーツケースを持ってきたのに、その目的が果たせなくなってしまった。

係員の男性は「今日のフライトは満席なので」と述べていたが、実際に搭乗してみると、そんなことはなかった。いくつか空席があり、荷物を預けて損をしたような気がした。それが如実に感じられたのはミラノの空港に到着した時のことだった。

予定時刻を20分ほど遅れて出発したフライトがミラノに到着した時、マルタ航空の荷物がなかなかベルトコンベアで運ばれてこなかった。電光掲示板に一時は搭乗した便の表示が出ていたのだが、しばらくしてそれが消えた。私は少しばかり気がかりになって隣にいたイタリア人の若いカップルに声をかけてみたところ、男性は「マルタ航空だからね(笑)」と笑いながら述べ、荷物が遅れて運ばれてくるのは仕方ないとのことだった。

飛行機の便は20分遅れるは、預けたスーツケースが出てくるのも30分以上かかるわけで、当初の予定が随分と狂ってしまった。確かにマルタ航空のサービスを含め、一連の事柄は若干の不満の感情をもたらしたが、今回マルタに滞在したことによって、そういうお国柄なのだと理解した自分もいた。まさに、若いイタリア人カップルが「マルタだからね」と笑いながら述べたように、これがマルタ流なのだと体験を通じて理解した。

予定よりも結局1時間ほど遅れる形となり、ミラノの空港からミラノ中央駅まで列車に乗って移動しようと思った。ところが、空港内の表示を確認しても、一向に空港駅が見つからなかった。これ以上探

しても埒が明かないと思った私は、近くを通りかかった体格のいい2人の警官に尋ねてみた。すると、この空港には列車の駅はないとのことであった。そんなはずはないと思ったのだが、よくよくPDF化した地図を見てみると、それはシャトルバスのようなようだった。まさにその警官もバスでならミラノ中央駅に行けると述べており、私が乗るべき交通機関はバスであることにその時に気づいた。

最初その2人の警官は体格も良く、腰にはピストルを携えていたため、少々おっかなかったのだが、とても親切に対応をしてくれ、最後は笑顔で別れた。そこから私は地上階に行き、幸運にもちょうどミラノ中央駅行きのシャトルバスがバス停で停車しているところだったので、運転手の男性に念のため行き先を確認し、その場でチケットを購入した。バスに乗って数分後、ミラノ中央駅に向かってバスは発車した。

窓越しにミラノの街を眺めていると、当然ながらマルタとは全く異なる世界がそこに広がっていて、こちらの世界の方が自分にとって慣れ親しんでいる世界であるという感覚があった。やはり現在の私はまだミラノなどの都市型の街に感覚が慣れているのだと改めて理解した。その一方で、今後はこうした大都市における生活からマルタやフィンランドなどで自然と絶えず触れ合うような日々の生活を営んでいこうとする意思が自分の中に明確に存在していることも改めて確認した。ミラノ:2020/1/4(土)19:44

5426.【ミラノ旅行記】ミラノのホテルでくつろぎながら

時刻は午前4時を迎えようとしている。ミラノ滞在2日目静かに始まった。今朝の起床は午前3時であり、起床してすぐに持参したココナッツオイルでオイルプリングを行い、浴槽に湯を張って浸かった。友人のヨガティーチャーが述べていたように、シャワーで済ませてしまうのではなく、入浴によって体全身の血行を良くすることの効能を昨日も実感していた。単純にシャワーよりも保温力があることは言うまでもなく、それよりもむしろ、浴槽に浸かっていると、シャワーでは得られない浮遊感によって深くリラックスでき、深い意識状態に入っていく。浴槽に浸かることはシャワーと比べて、右上象限的にも左上象限的にも肯定的な効果があることを今朝も実感していた。

現在宿泊中のホテルは、ミラノ中央駅から目と鼻の先のところにある。マルタでは3つ星ホテルに宿泊し、ミラノでは4つ星ホテルに宿泊することにした。以前言及したように、3つ星ホテルに関しては、

各国でその質については若干ばらつきがある。今回マルタで宿泊した3つ星ホテルは、外装内装共に綺麗であり、機能としても短期の宿泊には十分であった。ただし、浴槽がないことだけが残念だった。一方、ミラノの4つ星ホテルはやはりさすがである。部屋の広さは申し分なく、作曲実践や読書をするためのデスクの広さも申し分ない。そして何よりも立派な浴槽があることが私を嬉しくさせた。さらに、小さなところで言えば、Wifiの速度がマルタのホテルとは段違いであり、現在旅の最中においてもオンラインゼミナールの補助録音教材を作っており、それをドライブ上にアップする速度がとても早くて助かっている。また、自分の個人的な探究に関してダウンロードする資料がいくつかあり、それらをダウンロードする際にも助かっている。

今日も1日の観光を終えてホテルに戻ってきたら、オンラインゼミナールの受講者の皆さんから寄せられた質問に音声ファイルを通じて回答していく。さらには、いくつか自分の探究項目に関する資料をダウンロードしていく。

今日のミラノの最高気温は11度、最低気温はマイナス1度である。明日からの最高気温は10度を下回り、最低気温はマイナス1度の日が続くが、滞在最終日まで軒並み晴天である。今回の旅行中は持参した折り畳み傘を差すことが一度もなく、本当に天気恵まれている。とてもありがたい限りであり、こうした天気をもたらしてくれている天に感謝の意を捧げたい。

今日から本格的にミラノでの観光を始める。観光に向けて心身の状態はすこぶる良い。その一つの要因として、昨日から味噌を食べ始めたことを挙げるができるかもしれない。ミラノ中央駅の近くにあるオーガニックスーパーで八丁味噌の小瓶が売られており、私はそれを迷うことなく購入した。昨夜はその店で購入した野菜にその味噌を付けながら食べた。マルタに滞在中は味噌を食べることができず、フローニンゲンにいた時とその点において特に変化があった。ミラノはオーガニックスーパーの数が非常に多く、この街の健康志向の高さを伺える—もちろん、そうした店に行く人は住民のうち少数であることに変わりはないだろうが—。ミラノ:2020/1/5(日)04:18

5427.【ミラノ旅行記】ミラノ滞在初日に得られた新たな方向性

昨夜、突然ながらヒーリングの探究により力を入れていこうと思った。これまで人間発達に関する探究と実践に従事する中で、意識の変容のみならず、意識の治癒を通じた身体及び心の治癒には

関心があった。実際に米国で生活をしていた時に、サンフランシスコでヨガのインストラクターの資格を取得したのもその一環であったし、数年前に日本に1年間ほど滞在していた時に臼井レイキやクラニオセイクラル・バイオダイナミクスを学んだのもそうした一環であった。

ミラノに到着した昨夜、ホテルの自室でくつろいでいると、突如としてそれがやってきた。それは冒頭にあるように、これからは本格的にヒーリングの学習と実践をしていくというものだ。

レイキや気功などをとにかく実践をしていくこと。日本に滞在していた時に、知人のセラピストの方が臼井レイキの個人トレーニングを私にしてください、ここにきて改めて学習と実践をしようと思った。理論的な学習は確かに重要かもしれないが、こうしたヒーリングは発達測定や作曲の技術と同様に、とにかく実践がものを言う。幸いにも、ヒーリングのトレーニングは自宅でも、旅先の観光中でも、四六時中場所を選ばずに訓練できる。自宅では気を生成させるトレーニングをすることができるだろうし、旅先での観光中であれば、観光場所から巨大な気を得ることもできるだろう。そうしたトレーニングを昨夜からとにかく意識しようと思った。実際に私は、昨夜ホテルの自室で、ゆっくりとした呼吸法を行いながら、自分の気を練っていくトレーニングをし、それをイメージの世界の中で大きくさせたり、動かしていたりしていた。

今日からはミラノの美術館を数多く巡っていこうと思っており、美術館に充満するエネルギーを自らの気として取り入れていきたい。また、ミラノの街全体が持つエネルギーも自己に取り入れていくことも意識してみる。おそらくこれまでの私も、知らず知らずにそのようなことを旅先で行っていたのだろう。いやそれは旅先だけではなく、普段フローニンゲンで生活をする中で、自宅でも行っていたことであり、外にジョギングやウォーキングをしに出かける際にも行っていたことのように思う。ただし今後はそれをより意識的に行う。意識をするかしないかが技術の向上に雲泥の差をもたらすことを忘れてはならない。とにかく意識的に、しかもそれを日常至る所で四六時中徹底的に行っていく。

もう数時間したら朝食を摂りにホテルのレストランに行くが、そこでもそうしたトレーニングを行っていく。トレーニングにおいては、その場の気の性質を把握すること、肯定的な気が巡っていれば、深くゆったりとした呼吸と共にそれを積極的に自己に取り入れること、否定的な気が巡っていれば、それを自らの気によって浄化させること、当面はそれらを日常の至る所で実践してみる。そもそもこうしたトレーニングを行っていくことの目的について考えてみると、どうやら自己を超えた何者かが、自

分の創造活動の中に治癒と変容の作用の双方を組み入れることを促しているようなのだ。端的には、特に日々作っている音楽の中に自らの気を込めて、それを通じて世界の治癒と変容を行うことを自分に促しているようなのだ。

以前知人の方に、「加藤さんと話をしている気づいたのですが、加藤さんはヒーラーみたいだ」と言われたことがある。その方の言葉を今ふと思い出した。

これからは様々なヒーリング技術について学び、それを日々実践を通じて深めていき、ヒーリングとトランスフォーミングの双方を促す音楽を作ることを通じてこの世界に積極的に関与していく。その実現に向けて、朝に瞑想する時間を再び確保しようかと思う。あるいは、早朝に行うヨガの実践の最中と実践を終える際に瞑想的な意識状態になることをより意識してみよう。また、これから行う早朝の作曲実践においても、曲を作る前に治癒と変容をもたらすエネルギーを生成するにふさわしい意識状態に入ることを意識する。それは目を閉じて、深い呼吸と共に自分の内側で気を練っていくようなイメージを持つ。その際には、地上や天上から巨大なエネルギーを取り入れていくことをイメージしてみよう。

最後に、ミラノからフローニンゲンに戻ってきたら、以前購入した音楽とヒーリングに関する書籍を再読してみようと思う。今突発的に、音楽とヒーリングについて、シュタイナーの思想や意識の形而上学及びトランスパーソナル心理学の観点から本格的に探究してみたいと思った。スイスのドルナッハの精神自由科学大学ではそれをテーマに取り上げたいし、もしかしたらカリフォルニアのパロアルトにあるソフィア大学やサンフランシスコ市内にあるCIISの博士課程でそれをテーマに研究してもいいかと思った。いずれにせよ、それらは今すぐではなく、もう少し自分で探究と実践を深め、今から数年後ぐらいにそうした機関で本格的に探究をしたいと思う。ミラノ:2020/1/5(日)04:42

5428.【ミラノ旅行記】4箇所の美術館を巡って～自己が爆発になった日

時刻は午後の9時を迎えた。今日は午前3時に起床してから今に至るまでに極めて充実した1日だった。過去4年間の中に行ってきた旅の中で最も充実した1日だったように思う。今朝はいつもと同じぐらいに起床し、そこから一度も休みなく、今日はなんと4つの美術館に訪れた。交通機関など

は一切使っておらず、全て歩いてミラノの街を移動し、歩いていた時間は合計で3時間ほどだと思う。

いつも私は、1日に1つの美術館か博物館しか巡らないようにしているのだが、今の私はどこか飢えに飢えた動物のように、あるいは渴きを癒すことを心底望む植物のように何かを吸収しようとしているようなのだ。それが証拠に、今日は4つの美術館を全て同じ強度と密度で何かを吸収しようとする姿勢で巡っていた。

本日訪れる予定だったブレラ絵画館に最初に足を運んだ時、月の初めの日曜日であったため、入館料が無料であり、長蛇の列ができていた。それを見た時、私は今日入館することを諦めた。そのため、最終日に訪れる予定だったスフォルツェスコ城美術館に行ってみたところ、状況が全く同じであり、今日は無料の日でありとんでもない列ができていて泣く泣くここも諦めた。

ホテルを午前9時半前に出発したのはいいものの、10時半近くになってもまだこの美術館にも腰を落ち着けることができていない有り様だった。そこから私はその場で計画を変更し、怒涛の勢いで4つの美術館を巡ったのである。それぞれの美術館で得られた事柄は多岐に渡っており、それらについてはここから数日間をかけてゆっくりと振り返りをしたい。ただ今は、今回の旅を通じて、私の感覚は完全なまでにこれまでとは違う形で開いたということを書き留めておく。

何か閉ざされたものが全開した感じがしており、エネルギーに次ぐエネルギーがとめどなく溢れ出し、もうどうしようもない状態になっている。「爆発の中にある爆発になった」と言ったら最もわかりやすいだろうか。とにかくもう何かは完全にはち切れ、私ははち切れとして存在するようになったのだ。今日から私のはち切れである。

ミラノの街は確かに大都会なのだが、私はこの街の持つ芸術の豊かさに心底敬意を評している。おそらくミラノのみならず、イタリアの各都市に芸術の豊かさが宿っており、イタリア芸術は自分の感性に響くものがあるようなのだ。

自分の奥深くに浸透し、共鳴を呼び起こすものがある。それがあがるゆえに、今日は休憩も仮眠もせず、4つの美術館をノンストップで巡ることができたのだ。朝3時から夜21時を迎えた今に至るまでこのようにして活動を続けていても、現在のこの瞬間において疲労感が微塵もないのは一体どうい

うことなのだろう！それが示唆しているのは、自己が爆発に到れば、それは爆発なのだから疲労感など感じようがないということだろうか。

明日も今日と同じように積極的に美術館と博物館を巡ろうと思う。明日は3カ所ほど巡ろうと思っており、どこかで中休みとしてどこにも観光に出かけないような1日を設けてもいいかもしれない。今日は歩きに歩き、そして自分の存在の内側にあまりに大量に創造エネルギーが流れ込んできたために、今夜はぐっすり眠れそうである。はち切れとしての自己、爆発としての自己は睡眠を取り、明日もまたはち切れとして、爆発としてこの世界で活動し、この世界に関与していく。ミラノ:2020/1/5 (日)21:22

5429.【ミラノ旅行記】ダ・ヴィンチとラファエロに憑依された幸運

端的に述べると、今日の美術館巡りを通じて、ダ・ヴィンチとラファエロの存在エネルギー及び創造エネルギーが自分の内側に流れ込んできた。それはまるで2人の巨匠に憑依されたような感覚だった。

2019年はダ・ヴィンチの没後500年ということであり、ミラノではそれを記念して各美術館がダ・ヴィンチの企画展を行なっている。本日足を運んだ4箇所のうち、3箇所の美術館でダ・ヴィンチの企画展が行われていた。それらが本当にどれも素晴らしかった。

2019年がダ・ヴィンチの没後500年であり、今回の滞在中にそれを祝した企画展にたまたま足を運ぶただけではなく、さらに偶然ながら、2020年はラファエロの没後500年でもあり、今日の最後にはペルマネンテ美術館に行き、ラファエロの特別展示を見てきた。これもまた本当に素晴らしかった。

最初に入った部屋は、通称“Immersive Room”と呼ばれる広い部屋で、四方及び足下が巨大なスクリーンとなっていて、そこにラファエロの名作が見事なクラシック音楽と共に視覚的に様々な工夫が施された形で表示され、それは圧巻であった。私の目は一目だけではなく全身及び存在も—その映像に釘付けとなり、最初から最後まで食い入るようにラファエロの作品を眺めていた。そしてその後、私は初めてヴァーチャルリアリティーを体験した。そこではラファエロの作品を特殊なゴーグルをかけて3Dで見られる器具が置かれており、係員の人にそれを自分の目に設置してもらった。

そして最後の部屋では、通称「拡張リアリティ(augmented reality)」という技術を使った展示がなされており、その技術を通じて、かの有名な『アテナイの学堂』を鑑賞した。拡張リアリティの技術を使った教育については、フローニンゲン大学に在籍していた当時にお世話になっていた指導教官のミヒヤエル・ツシヨル教授の専門であり、ツシヨル教授から学びを得ていたときのことを懐かしく思い出した。この技術はフローニンゲン大学の医学部などでも積極的に使われており、端的には解剖学の授業などで、テキストを開くと、そのページに掲載されている人体の部位が3D的に浮かび上がり、それだけではなく、その部位の解説文章までもが立体的に浮かび上がるような技術だ。そのような技術を通して、『アテナイの学堂』を鑑賞し、この作品に対する理解が深まり、色々と新たな発見があったことは私を興奮させた。

以上が今日最後に訪れたペルマネンテ美術館についての感想である。端的には、それよりも前に訪れた3箇所、いやあえて2つに絞るならば、本日最初に訪れたアンブロジアーナ絵画館において、ダ・ヴィンチが1478年から1518年にいたる40年間の仕事を記録したノートが編纂された「アトランティコ手稿(Atlantico)」と、それが置かれている1609年に開設された図書館(サーラ・フェデリチャーナ図書館:6世紀のシリア語旧約聖書やバイリンガル聖書、カトリックの歴史や起源に関する貴重な資料を所蔵)の一室は本当に圧巻であった。その一室は薄暗く、四方が膨大な蔵書で囲まれ、知的荘厳さに満ち溢れており、これまで感じたことのない知力の気がそこに充満していた。私はそれを全身に浴び、まるでその気が自分の内側に染み込んでいくかのような感覚があった。不思議なことに、自分の脳がうずきだし、手先と足先が暖くなるような感覚があったのである。自分の生命エネルギー及び創造エネルギーとしての気が高まっていくことを確かな感覚として実感していた。

その手稿は、ダ・ヴィンチが残した2000点の署名入りデッサンとそれに注釈がつけられたものであり、1000ページにも及ぶものである。図書館の薄暗く、そして広い室内にそれが檻のようなものに入れられて置かれている姿はただならぬ雰囲気を発していた。真っ赤な装丁で施されたその分厚い手稿は、時の重さに耐え、今もなお血潮を感じさせるものであった。

今回の滞在中には残念ながら、事前予約が必要な『最後の晩餐』だけが所蔵された美術館(完全予約制及び滞在時間は15分限定)には行くことができないのだが、アンブロジアーナ絵画館でその複製を見た。複製からだけでも途轍もないエネルギーを感じる事ができた。本物を見たときには、私はそのエネルギーに卒倒してしまうのではないかと思う。

実はラファエロの『アテナイの学堂』についての巨大なデッサンもアンブロジーアーナ絵画館に所蔵されており、それもまた途轍もないエネルギーを発していた。それを受けた私は、どこか別の世界に逝ってしまいそうになった。このように今日は、ダ・ヴィンチとラファエロから膨大かつ爆発的なエネルギーを授かった。

フローニンゲンの自宅に戻ってからダ・ヴィンチとラファエロについて研究するために、フルカラーの文献を5冊ほど購入し、アンブロジーアーナ絵画館で2冊ダ・ヴィンチ関係の文献を購入してカバンを預けていた場所に戻ったところ、そこにダ・ヴィンチに関する2枚組のDVDがいくつか置かれており、親切な係員の男性がなんと私に無料で一つそれをプレゼントしてくれた。私の手にはダ・ヴィンチ関係の分厚い文献があったから、研究熱心な人だと思ってプレゼントしてくれたのかもしれない。私はその男性にお礼を述べ、ダ・ヴィンチとラファエロに分けてもらったエネルギーと熱気に包まれてミラノの街に再び繰り出した。ミラノ:2020/1/5(日)22:05

5430.【ミラノ旅行記】ミラノ滞在3日目の予定

時刻は午前3時半を過ぎたところである。ミラノ滞在の3日目がゆっくりと始まりを迎えた。

マルタに引き続き、幸いにもミラノの滞在期間中の全ての日が晴天であり、昨日は雲ひとつないような青空がミラノ上空に広がっていた。どうやら今日もそうした天気になるらしい。晴天の恵み。天から与えられたその贈り物を大切にしながら今日1日を過ごしたい。

天気は晴れだが、当然ながらマルタと比べればミラノの気温は低い。今日から3日間の最低気温はマイナス2度とのことである。フローニンゲンで寒さに慣れているためか、そしてミラノでは歩き回って体温が上がっているためか、ミラノの寒さは全くもって大したことがなく感じられる。とりわけ昨日は寒さなど全く気にならず、途中からはマフラーを外して歩いているほどであった。

昨日と同様に、今日も積極的にミラノ観光を楽しむ。昨日は月の最初の日曜日ということもあり、いくつかの美術館は無料で入館できたのだが、それらの美術館はことごとく長蛇の列ができていた。今日は月曜日であるからそうした心配はなさそうである。実際に、昨日最初に訪れたブレラ絵画館の係員に、目の前の異常な長蛇の列について話を伺ったところ、それは無料で入館できる月の最初の日曜日だけに発生する現象とのことだった。

本日は月曜日のため、今日足を運ぶ3つの美術館・博物館はそれほど混まずに入館できると思われる。今日訪れるのは、レオナルド・ダ・ヴィンチ国立科学技術博物館、ミラノ文化博物館(MUDEC)、パラッツォレアーレ美術館の3つである。実は最後のパラッツォレアーレ美術館は昨日に足を運んだのだが、ここでも無料入館が行われているようであり、長蛇の列ができていたので入館をやめた。ここでは、キリコの特別展示が一つの目玉であり、もう一つの目玉は、ニューヨークのグッゲンハイム美術館に関する印象派の画家たちの特別展示だ。それらを本日の最後に鑑賞する。

現在宿泊中のホテルは、部屋の広さや機能を始め、申し分ない。朝食も美味であり、昨日は最初に果物を少々いただき、それが腸に運ばれるのを待ってからサラダやナッツ類を食べ始めた。そしてそこからタンパク質の含まれるチーズなどを食べ、食後にはダブルエスプレッソを2杯いただいた。今日も同様な朝食を摂り、昼食は食べないようにしようと思う。このような形で無駄に多く食べないことによって、旅先でも本当に調子が良い。昨日はそうした状態の良さに加えて、ダ・ヴィンチとラファエロから爆発的な生命エネルギーを受け取ったように思えた。今朝もまだその感覚が残っている。いやむしろ、また新しい生命体として自分がこの場に存在しているように思う。

ホテルでゆっくりと朝食を楽しんだら、今日はまず最初にレオナルド・ダ・ヴィンチ国立科学技術博物館に向かう。ここではダ・ヴィンチの絵画作品を見るというよりも、博物館の名前の通り、ダ・ヴィンチが科学の発展に果たした種々の貢献を、展示物を通して理解したいと思う。

今日も積極的に3カ所ほど観光したいということと、パラッツォレアーレ美術館は月曜日だけ会館が14時半からなので、それを逆算してダ・ヴィンチ博物館には10時頃に到着するようにしたい。ダ・ヴィンチ博物館を訪れた後は、そこからゆっくりと散歩がてらミラノ文化博物館(MUDEC)に向かう。ここでは日本と印象派に関する特別展が開かれており、それを楽しみにしている。ミラノ:2020/1/6
(月)04:12

5431.【ミラノ旅行記】公現祭の朝に～知と創造のエネルギーの恩恵を受けて

今日は“Epiphany”の日とのことである。それが何か知らなかったのを調べてみたところ、公現祭、あるいは顕現日と呼ばれており、イエスキリストの顕現を記念する祝日のようだ。そのおかげもあり、本

日最後に足を運ぶ予定のパラッツォレアーレ美術館の開館時間が変更となり、月曜日でも朝9時半から開いていることがわかった。

昨日は月の初めの日曜日ということでいくつかの美術館が入館を無料にしており、そのために混んでいた。パラッツォレアーレ美術館もそのような事態に見舞われており、祝日の今日はどうなのか気になるところである。2日連続で無料で開館することがあるのかどうか不明のため、本日の最後に足を運んでみて、そこでまた長蛇の列ができていたようであれば、また別の日に足を運びたいと思う。

今回のミラノ滞在は比較的余裕があり、昨日すでに4箇所も美術館・博物館を巡ったこともあり、さらに余裕が増した。明日か明後日には丸々1日休暇の日とし、旅の最中に購入した種々の文献をホテルの自室でゆっくりと読んだり、今週末のオンラインセミナーに向けて音声教材を作成したりしようかと思う。

昨日、アンブロジーアーナ絵画館で見た「アトランティコ手稿」が今も忘れられない。ダ・ヴィンチが長大な時間を通して残したノートの数々が収められたこの分厚い手稿が放っていた独特のエネルギー。それは高密度の創造エネルギーだった。ふと、それと似たようなエネルギーを発していた展示物の数々を大英図書館で見たことを思い出した。あれは2018年の夏のことだった。

そこにはダ・ヴィンチノートをはじめとして、マグナ・カルタ、シェイクスピアの最初の作品集、グーテンベルク聖書、バッハ、モーツァルト、ベートーヴェン、ショパンらの直筆の楽譜があったのを覚えている。それらのそれぞれが固有の存在エネルギーを放っていただけでなく、それらが一つとなって巨大なエネルギーを発していたのをありありと覚えており、目を閉じれば今でもそのエネルギーを体感できるかのようだ。

昨日ミラノの街を歩いているときにふと、私は過去の偉人たちが残した様々な品を間近で見ることを通じて、どうやら彼らの生命エネルギーと創造エネルギーを分け与えてもらっていることを実感した。それは生きることをより力強くし、知的探究と創造を日々前進させることの大きな助けになっている。本当にそれには感謝をしよう。

今日もまた様々な美術館・博物館に足を運ぶが、それらの場所でも特殊な気ないしはエネルギーを分け与えてもらい、それらを日々の創造活動に活かす形でこの世界に還元していこうと思う。今日はどのような質感と量を持ったエネルギーが自分の内側に流れ込んでくるだろうか。その瞬間から自分の血肉に変わっていくそうしたエネルギーとの出会いを大切にしたい。

昨日は、ダ・ヴィンチのみならずラファエロの仕事に大きな感銘を受けた。ラファエロは、ダ・ヴィンチやミケランジェロと並んで、盛期ルネサンスの巨匠の1人に数えられている。ダ・ヴィンチは実に多才であり、数々の革新的な仕事を残していったが、ラファエロはどちらかというと新たなものを生み出すというよりも、過去の優れた傑作をもとに偉大なものを残す才能に恵まれていたようだった。実際にラファエロは、ダ・ヴィンチを始め、ルネサンスの巨匠たちから様々なことを取り入れ、それを自らの内側で咀嚼することを通じて数々の作品を残していった。

大変興味深かったのは、ラファエロは作品を制作する際に、過去に自分が描いた絵を床に置き、それらを組み合わせながら新しい構図を生み出していたことである。そのエピソードを知った時、どこか自分の作曲方法とも似ている点があるなと思い、ラファエロへの共感の念が増した。分野は異なれど、ダ・ヴィンチやラファエロの絵画作品から自分の作曲に取り込むことが何かないかを絶えず考えている自分がいるところを見るにつけ、ラファエロ的な側面が自分にあることを知る。また、作曲において原型モデルをいくつも準備して、それらを用いて新しい曲を生み出している点もラファエロ的だ。ミラノ:2020/1/6(月)04:55

5432.【ミラノ旅行記】ミラノが与えてくれた新たな方向性

ミラノに到着した日に書き留めていた日記にあるように、今後は音楽を通じて治癒と変容をもたらす試みに従事していく。その観点として、気や生命エネルギーについて探究を深めたいという思いが炎のように燃えがってきた。そのマグマのような思いに付随して、突如、あれだけ敬遠していたアカデミックの世界に戻り、博士課程に進学することを再度検討しようと思った。ただし、伝統的な大学院に行くようなことはせず、サンフランシスコ市内にあるCIISやカリフォルニアのパロアルトにあるソフィア大学の博士課程に進学することを検討し始めた。そうした大学の博士課程に進学することは前々から考えとしてあったが、博士論文を書くに値するテーマを見つけることはこれまでできなかった。しかしようやくそのテーマが明確なものになり始めた。

それは上述のテーマである。特に人間の意識と創造性を核に置き、音楽を通じたヒーリングとトランスフォーミングに関して博士論文を執筆したいという思いが湧き上がってきた。そうしたテーマで博士号を取得できる大学は世界にはほとんど存在していないのだが、上記の2つの大学院であればそれは可能だ。実際に調べてみたところ、CIISに関して言えば、オンラインと1年に2回サンフランシスコのキャンパスに足を運んで、合計で3年間で博士号を取得する”Integral and Transpersonal Psychology”というプログラムがある。ウェブサイトを通じてこのプログラムを調べてみたところ、冒頭に、“Healing and Transformation”という文言が書かれており、まさに自分の関心に完全に合致していた。CIISにはもう一つ、“Transformative Studies”という博士プログラムがあり、こちらは最短2年で博士号が取得できる。オランダの永住権と欧州永住権の取得に向けて、オランダ域外に3ヶ月以上滞在できない私にとって、オンラインと年に2回サンフランシスコに行くという組み合わせのプログラムは大変魅力的である。

ジョン・エフ・ケネディ大学に留学をしていた際に、CIISのキャンパスには足を運んだことがあり、あのときにキャンパス見学をしていたことには何か意味があるのかもしれない。そして、今からかれこれ10年ほど前にパロアルトのソフィア大学(旧ITP)にもキャンパス訪問をしており、そちらの博士課程のプログラムも気になるところだ。

以前に友人が、「加藤さんは自分の代わりに特殊な環境下で探究を継続してくれている」と述べていたように、今後も自分の関心領域の探究に邁進していき、その過程で得られた学びを共有していこうと思う。特に博士課程に進学したら、そこでの学びを絶えず日記形式で共有をしていきたい。それに付随して、再び書籍の執筆に意義を見出し始めた自分がある。上記の博士課程に進学する考えは今すぐに実行に移すものではなく、早くても数年後に実現させていきたいものである。今はとりあえず、マインド・ボディ・ソウルに関する治癒と変容の研究を独りで進めていく。

昨日は、そのテーマに関する書籍を調査しており、ナーダヨガやヒーリング音楽のメカニズムに関する興味深い書籍を合計で10冊ほど見つけた。それらの書籍に合わせて、アーノルド・ミンデルやディーパック・チョプラの書籍も読んでいこうかと思う。フローニンゲンに帰ったら、それらの書籍を早速購入したい。再び英語での学術探究に力を入れ始めようとしている自分がここにいる。そこから一旦離れた自分とそこに戻ってきた自分。両者は外見上同じようである、内面上は全く異なる。

自分はまた戻って来たのだ。戻りながらにして新たな場所にやって来たのである。ミラノ:2020/1/6
(月)07:47

5433.【ミラノ旅行記】ジョルジョ・デ・キリコが与えてくれたもの

時刻は午後8時半を迎えた。ミラノ滞在3日目の今日は、昨日に引き続き、非常に充実していた。本日は、レオナルド・ダ・ヴィンチ国立科学技術博物館、ミラノ文化博物館 (MUDEC)、パラッツォレアーレ美術館へ足を運んだ。最初に訪れたレオナルド・ダ・ヴィンチ国立科学技術博物館では、ダ・ヴィンチが発明した科学技術に関する資料が豊富に展示されていただけでなく、宇宙や遺伝子工学などを含め、ダ・ヴィンチとは直接関係のないものも多数展示されており、それらを眺めることも実りが多かった。この博物館は3階建てかつかなりの面積を持っており、全ての展示物を一つ一つ見ていると何時間あっても足りない判断した。そのため私は、まずはダ・ヴィンチに関する展示コーナーに行き、そこでゆっくりと時間を過ごした後に宇宙や遺伝子工学に関する展示物を見た。

2時間弱ほどこの博物館で鑑賞を楽しんだ後に、ミラノ文化博物館へ向かった。ここでは「ジャボニズムと印象主義」という特別展示が開催されており、それを鑑賞するのがここを訪れた目的だった。感銘を受けた品々は数多かったが、中でも見事な錦織が展示されており、その前でしばらく我を忘れて着物と帯に見入っていた。残念ながらこの博物館で売られていたガイドブックはイタリア語のみであり、作品名と画家の名前が不明なのだが、数枚ほどじっくりと鑑賞した作品があった。それらの作品から得られたエネルギーは存在の内側にゆっくりと染み込んでいき、ここでも創造性を司る自分の脳が活発に動き始める感覚があった。この博物館でもじっくりと鑑賞を行い、そこからパラッツォレアーレ美術館へ向かった。その時間はもう昼過ぎだったのだが、辺りは幾分霧に包まれており、気温が尋常ではなく下がっていた。吐く息は白くなり、手先がかじかんでしまいそうだった。

今日は3カ所巡る予定を事前に立てており、最初の博物館がホテルから遠かったこともあり、今日は初めてミラノの地下鉄と路面電車に乗った。私が住んでいるフローニンゲンには路面電車はなく、オランダの他の街には路面電車が通っているところもある。だが私はまだ一度もオランダで路面電車に乗ったことがなく、他国に旅行する際も基本的には全て歩きで移動するため、他国でも路面電車に乗ったことはなかった。路面電車に乗って、ミラノ文化博物館からミラノの街を代表する巨大な建築物であるドゥオーモに向かい、その脇にあるパラッツォレアーレ美術館に行った。ここでは特

に楽しみにしていたジョルジョ・デ・キリコの特別展示とグッゲンハイム美術館に関する特別展示の2つをじっくりと鑑賞した。

詳しくは後日改めて書き留めておきたいが、特にキリコの特別展示には大変感動した。グッゲンハイム美術館に関する特別展示では、ゴッホ、モネ、マネ、ルノワール、ブラック、ピカソ、カンディンスキーなどの錚々たる画家の作品を見ることができたのだが、そのインパクトがかすれてしまうぐらいにキリコの特別展示が良かった。実際に私は、グッゲンハイム美術館に関する特別展示のガイドブックや文献を購入することはなく——イタリア語のものしかなかったことも理由だが——、キリコに関するガイドブックと文献を合わせて2冊ほど購入した。これらもフローニンゲンに帰ってからじっくりと読んでいきたい。

昨日はダ・ヴィンチとラファエロから存在エネルギーと創造エネルギーを分け与えてもらった日であり、今日はキリコからそうしたエネルギーを分け与えてもらった。夢や無意識の世界から絵画の着想を得ていたキリコにあやかって、今夜の夢を通じて自分も創造活動の着想を得よう。今夜は少し早めに就寝し、明日もまた活動的な1日を過ごしたい。充実した旅の日々はまだ続く。ミラノ:2020/1/6 (月)20:52

5434. 【ミラノ旅行記】 治癒と変容が進む旅

時刻は午前5時を迎えた。幸いにもミラノは晴天続きであり、ミラノの地を観光する上ではこれ以上高望みすることのできないほどに天気に恵まれている。とはいえ今は1月の初旬であるから、この地の気温が低いことは確かである。実際に昨日は正午過ぎまで肌を刺すような寒さがあり、指先がかじかんでしまい、自然と鼻水が垂れてくるような気温であった。

当然手袋を持参しているのだが、観光中は携帯の地図を見る事が多く、そのために手袋を外していることが多い。今私が持っている手袋は携帯の画面を操作することができることを売りの一つにしているのだが、実際のところは画面の操作が非常に難しい。そうしたこともあって手袋をしないままに観光する羽目になってしまっている。今日は昨日よりも一段と冷え込んでおり、今の気温はマイナス1度であり、なんとここからまだもう1度ほど気温が下がり、午前8時の段階でピークのマイナス2度となる。ちょうどホテルのレストランで朝食を摂るときに、外の世界はそうした気温に達するらしい。

朝食を摂り終え、9時半を目処にホテルを出発しようと思っているのだが、その時の気温もまだマイナスのままであり、昼過ぎにならないと0度を超えてこないような状況だ。だがこうした気温の低さがあつたとしても、空が晴れであることが私を嬉しくさせる。

ミラノの滞在もとても充実した形で進行していく。今ふと気づいたが、フローニンゲンの自宅を出発したのはちょうど1週間前のことだったのだ。どこかもう1ヶ月以上も自宅から離れているような感覚がある。

1週間前の自分とはもはや別人の自分がここにいる。とりわけ内的感覚とそうした感覚を生み出す存在がまるっきり異なってしまった。そのようなことを感じさせる。旅は本当に自分を変容させてくれるようだ。いや、変容のみならず、そこには何かしらの治癒もある。治癒と変容が両方あつて初めて片方が成立するのかもしれない。治癒は変容にとってなくてはならないものであり、変容は治癒にとってなくてはならないものだったのだ。だからこそ私は、治癒と変容の両方に関心を持っており、それを探究するためにより一層学習と実践をしようと思っているのだろう。

大きな治癒と変容が静かに生起する今回の旅。フローニンゲンの自宅を出発してからのこの1週間の密度の濃さ。その期間において考えたこと、感じたことは多岐に渡っており、それらを通じて自己がどんどん変貌を遂げていく。秩序化された普段の生活を離れて旅に出かけていくことは、確かに時に不便なこともあるのだが、それでも旅が持つ効能は計り知れない。旅が持つ治癒と変容の作用の大きさを考えてみたとき、自然と存在が旅に向けて動き出す。そのような存在として自己があるようだ。

簡単に今日の予定を書き留めておくと、今日は滞在2日目に訪れる予定だったブレラ絵画館に行く。ここはミラノを代表する美術館であり、ナポレオンによって収集された北イタリアのルネッサンス絵画が数百点以上所蔵されている美術館である。とりわけ、ラファエロの名画に関心があり、それを見ることを楽しみにしている。この美術館を堪能した後に、そこから歩いて少しのところにあるスフォルツェスコ城美術館に行く。ここも滞在2日目に訪れたのだが、その日は月の最初の日曜日ということもあり、長蛇の列のために入館できなかった。ここでもダ・ヴィンチの特別展示が行われており、それを楽しみにしている。その他にも、ミケランジェロが死の数日前まで制作していた「ロンダニーニのピエタ」を見ることも楽しみの一つである。

この美術館はその他にもたくさんの所蔵品があり、日曜日に訪れたときにその大きさに圧倒されたため、今日の午後はこの美術館でゆっくりと過ごすことになるだろう。今日はこれらの2カ所だけを訪れ、帰りに近くのオーガニックスーパーに立ち寄って夕食を購入したい。今日もまた治癒と変容が進む1日になるだろう。ミラノ:2020/1/7(火)05:40

5435.【ミラノ旅行記】今朝方の夢:キリコの形而上学的世界

今日はゆっくりと4時半過ぎに起床したこともあり、目覚めた時から心身が全快している感覚があった。昨日も複数の美術館・博物館を巡っていたこともあり、随分と身体を動かした。フローニンゲンの自宅で就寝する際にも横になったらすぐに眠ることができるのだが、旅の最中は入眠の速度はさらに速い。昨夜もほんの一瞬で入眠に至ったように思う。

昨日の朝方にも夢を見ていたのだが、それを書き留めることをしていなかったのもうそれについては忘れてしまっている。今朝方も夢を見て、今朝はそれを書き留めておいた。夢の中では、幼少時代に見ていたテレビアニメのキャラクターの2人が登場していた。それは主人公の息子とその友人であった。2人は共に格闘の才能に溢れており、小さいながらも彼らの格闘能力は非常に高かった。私は2人の様子を彼らが生きている世界の外側から眺めていた。

すると、彼らが運河沿いを歩いているときに、彼らの前方から一体の敵がやってきた。その敵は不死身の存在であり、外見はふくよかで優しそうに見えるのだが、ひとたび戦闘に入ると、とんでもない力を発揮する。2人は確かに格闘の才能があるのだが、その敵に挑むにはまだ早すぎると私は思っていた。ところが彼らは勇敢にもその敵と戦い始めたのである。だが戦闘が始まってみると、力の差が一瞬にして露呈し、2人は体を変化させて敵から身を隠す手段に出た。のほほんとしたその敵は、彼らの変身術に翻弄されたようであり、2人は無事にその場から立ち去ることができた。そこで夢の場面が変わった。

次の夢の場面では、小中学校時代の友達数名と一緒に映画を見ていた。ただしそこは映画館ではなかった。白い壁に囲まれた部屋の中に私たちはいて、壁にかけられた小さいスクリーンに映し出された映画をこれから見ようとしていた。映画が上映され始めると、スクリーンと自分が立っている目

の高さが合っていないと思い、私はその場にしゃがんだ。すると周りの友人たちもおもむろにしゃがみ始めた。

しゃがんでみてすぐに気づいたのだが、お尻の下に何も敷いていないと少し居心地が悪いと思われたので、その部屋の隅っこに置かれていたクッションを取りに行くことにした。私は近くにいた2人の女性友達(AS & HK)にクッションが必要かを尋ね、彼女たちの分までクッションを取ってくることにした。2人にクッションを渡したところで夢から覚めた。今朝方はそのような夢を見ていた。

昨日訪れたキリコの特別展示で改めて気づいたのだが、キリコは無意識の世界を深く探究しており、その世界で知覚されたことを絵画にしていた。無意識からインスピレーションを得て、あのように独特な絵画を制作して行ったのである。キリコの絵は「形而上学的絵画」と呼ばれたりもしている。自然現象の背後にある目には見えない世界を描き出したキリコ。五感で捉えられる現実世界を超えた領域の探究とそこから得られたインスピレーションをもとに絵画を描き続けていったキリコ。

キリコの絵の前に立って彼の作品を見ると、私の脳はいつもと違うように動き出していた。キリコの絵にはデジャブ的な感覚を引き起こす作用があることはよく知られているが、実際に彼の絵を見たときに確かにそれに似た感覚があった。彼の作品が持つ形而上学的な性質がそうした作用を引き起こしているのではないか、そのようなことを彼の作品を前にして考えていた。

キリコはショーペンハウアーやニーチェを青年期に愛しており、そこから古代ギリシャの哲学へと関心を移して行った。実際にキリコの絵には古代ギリシャをモチーフにしたものが数多くある。キリコが描く古代ギリシャをモチーフにした絵を眺めていると、時空を超えて、自分が生まれるよりも遙か昔の人間世界に戻っていくような感覚がもたらされることがある。外見上激しさがある絵においても、絶対的な静けさがそこにある。こうした究極的な静けさをもたらすのはキリコの形而上学的な特性ゆえなのかもしれない。

私も自らの形而上学的な世界の中で静かに今日という日を過ごしていく。そして、そうした形而上学的な世界そのものを開拓していく実践を今日も行い、内なる静けさを深めていく。ミラノ:2020/1/7(火)06:13

—旅は私たちに豊かにしてくれる。もし旅に出る時間的・金銭的余裕がないのであれば、想像力を働かせなければならない—クロード・ドビュッシー

時刻は午後5時を迎えた。ミラノ滞在4日目がゆっくりと終わりに向かっている。今日は2つの美術館に訪れ、今日もまたとても充実した1日だった。旅の1日1日は豊かな時間を提供してくれ、それによって自己そのものが豊かになっていく実感がある。

今朝方ホテルを出発した際に、旅は麻薬のような意識変容作用があるということを思った。私は知らず知らずして、そのような作用を持つ旅をこれまで繰り返してきた。世界の様々な場所に行き、その場所に固有の意識変容作用を得ながら自己が少しずつ変貌を遂げていったのである。

今回のマルタとミラノの旅もまたそれぞれに固有の意識変容作用があり、それは自己の肥やしになっていった。だが私は、旅を自らの肥やしのために行うのではなく、現在過去未来の人々の様々なリアリティを理解し、それをもとにして治癒と変容実践をこの世界に対して行うためにあるということ考えた。そうした旅をこれからも行っていく。

来月末にはベルギーに行こうと思う。以前言及したベルギーの主要3都市のそれぞれに3泊4日ぐらいで滞在する旅をしよう。3月か4月にはギリシャに行こうと思う。その頃はまだフローニンゲンには寒さが残っているが、ギリシャは春の様相を帯びているかもしれない。ワーグナー、ニーチェ、キリコが陶酔したギリシャ文明に触れる時期がようやくやってきた。ギリシャを訪れるのであれば、まずはアテネに足を運んでみよう。アテネで訪れたい場所については少し前にもう調べてしまっている。

昨日見たキリコのある絵を思い返している。キリコが地中海やギリシャ文明を自身の空想世界に思い描いていたように、私は地球を自分の想像世界の中で思い浮かべ、地球全体に対して治癒と変容の働きかけをしているヴィジュアライゼーションの実践を毎日行うようにした。自己を治癒するヴィジュアライゼーションをするのではなく、自己はオープンシステムとして常に周りの他者や環境と相互作用としているのだから、他者や社会を含めた環境全体、しかもそれを一気に拡張して地球全体の治癒をしているヴィジュアライゼーションをしている。自分の気を地球に送っているイメージを持ってそれを行っている。慣れてきたらその対象範囲を地球に限定するのではなく、地球は他の惑星や

銀河と相互作用しているのだから、宇宙全体に対して気を送っているイメージを持ち、宇宙全体の治癒をヴィジュアリゼーションしてみよう。それを「コスミック・ヒーリング」と命名し、朝・昼・晩、慣れてくれば1日の中でふとしたときに何度も行っていこう。ちょうどフローニンゲンの自宅には、ニッサン・インゲル先生と共同制作した絵画のモチーフに地球と宇宙空間が描かれているため、その絵を見ながら自分の気を地球全体と宇宙全体に送っているイメージを持ってみよう。

自分自身の治癒と変容を実現させることに際して、自己という狭い範囲でそれを捉えない。自己の境界線を一気に拡張し、それを溶解させてしまう形で地球全体や宇宙全体に広げていく。地球全体と宇宙全体の治癒と変容を通じて自己の治癒と変容を実現させるという発想を持って、日々絶えずエネルギーワークとしてのヴィジュアリゼーションの実践を行っていく。そのようなことをミラノの街を歩いている最中、さらには美術館にいる間中に考えていた。

意識が拡張し、地球や宇宙と手を取り合っている自己がここにいる。彼らとようやく握手を交わすことができた。諸々のことが始まるのはこれからだ。ミラノ:2020/1/7(火) 17:22

5437.【ミラノ旅行記】今回の旅で起こっている超常的な体験

昨日キリコの特別展示を見ていた時、ある作品の前で立ち止まり、その作品の解説文をメモしている自分がいた。そこには、ホメロスの『オデュッセイア』の主人公であるユリシーズ (Ulysses) が裸で海辺に座っている姿が描かれていた。その時に初めてユリシーズの名前を知り、彼が古代ギリシアの英雄であることを知った。説明文を読んでいると、ユリシーズは海という存在を自らの運命と一体のものであると見ていたことに感銘を受けた。いやそれは「共感」という言葉の方が正しいかもしれない。

先日滞在していたマルタで見た地中海を通じて幼少時代の原風景である瀬戸内海を思い出し、ユリシーズの思いに共感したのである。海という存在及びそのシンボルとそれが喚起する諸々の感覚や感情は、自分にとってまだ何か重要な意味を持っていそうである。

今日は予定通り、ブレラ絵画館とスフォルツェスコ城美術館に足を運んだ。最初に訪れたブレラ絵画館でもキリコの作品を見ることができ、またしてもキリコの絵画作品は私の脳を刺激した。絵画を鑑賞するという体験は、きっと脳に何かしらの影響を与えているに違いない。ミラノに滞在中に訪れ

た美術館では必ず脳がうずき、そうした体験を通じて、絵画が脳に与える影響を確信し始めている。ここからは絵画のみならず、絵画と音楽の鑑賞体験が脳さらには意識に与える影響について探究していこうと思う。特に脳と意識に与える治癒と変容作用が関心事項である。

ブレラ絵画館にはスケールの大きな作品がいくつも並んでおり、それらの作品には圧倒されるものがあった。そこに込められている存在エネルギー及び創造エネルギーは尋常ではない力を持っていた。一度イメージの世界の中で、ブレラ絵画館に所蔵されている全ての作品が発しているエネルギーが一つの巨大なエネルギーとなり、それが一気に自分の内側に流れ込んでくる不思議な感覚があった。実はこれと似たようなことをここ数日間毎日体験している。そうした体験を毎日しているものだから、毎晩就寝する際に目を閉じると、まぶたの裏に鮮やかな光を知覚する体験をしている。

またこれは幾分奇妙に響くかもしれないが、おそらくそうした体験に伴って、個の保存の衝動、つまり自我が自我の存在を守ろうとする衝動が緩み、自我が溶解していく体験をしている。その際には自己意識なるものが極度に希薄化され、自己が誰だかわからなくなる。それに類する体験はこれまで何度もしており、最初に体験したのはアメリカに留学していた時のことだった。その体験については過去の日記で何度も言及している。

最初の体験の時は、それはあまりにも恐怖であったが、今はもうそれに慣れてしまい、そうした体験をすればするだけ、自己の境界線が緩み、そしてそれが拡張されているのを実感する。まさに自我が囚われから解放されつつあるプロセスをその体験は示している。そうした体験に伴って、マルタにやってきてからは幻聴のようなものが聴こえる。それは音楽を聴いているときにやってくるものであり、端的にはその曲の作り手が込めた意味聴き取れるという類の幻聴だ。そのため、決して何か聞こえない音が聞こえてくるというものではない。あえて言うのであれば、作曲家が曲に込めた意味やエネルギーが音楽的な何かとして聴覚に入ってくる感じである。

それら2つの体験をもたらしたのは、もちろん美術館で芸術作品に触れただけではないだろうが、それは間違いなく大きい。美術館に所蔵されている全ての作品が一つの集合的な存在エネルギー及び創造エネルギーとなり、それが自分の内側に流れ込んで来るという体験をしているものだから、やはりその影響は大きいと言わざるを得ないだろう。こうした体験はオカルト的でも何でもなく、インテグラル理論の観点で言えば、ゾーン1の現象学的体験として個人に起こっても何ら不思議ではな

いことである。そして何よりも、こうした体験に類するトランスパーソナル的な体験は、トランスパーソナル心理学の観点から随分と説明が可能である。

今回の旅を総括するのはまだ早い、マルタとミラノではこれまでの旅にないような体験をさせてもらっている。そうした体験を「している」のではなく、そうした体験を「与えてもらっている」のである。そこには必然的な意味があり、それは自己の天命や運命と分かち難く結びついている。もう私は、自分の天命と運命と微塵も離れない形でそれらの中でそれらを通じて毎日を生きているようだ。ミラノ：2020/1/7(火)17:48

5438. 【ミラノ旅行記】ダ・ヴィンチからの贈り物

ダ・ヴィンチの魂のあり様、そして彼の生涯に渡って行われる天命的取り組みは、すでに生誕の時に方向づけられていたのではないかとふと思う。起床して1時間が経った午前3時半にふとそのようなことを思った。

ダ・ヴィンチが生まれたフィレンツェのトスカーナ地方に足を運んでみよう。それもまた突飛な思いつきであるが、ぜひ実現させようと思って、ミラノからもう続けざまにトスカーナ地方に行ってみようかと思った。そこへいく交通手段については全く調べておらず、ホテルの予約などもまだ一切していないのだが、ダ・ヴィンチの生家が自分を引き付けているかのようである。とは言え、明後日には協働プロジェクト関係のオンラインミーティングやオンラインゼミナールのクラスがあり、日曜日にもそれがあるし、来週の月曜日からも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。もちろん、そうしたことは全てオンラインで行えるため、インターネットがつながる環境であれば世界中場所を選ばずどこでも行えてしまう。ただし、フローニンゲンの自宅が最も落ち着ける場所であるから、自宅の書斎でそうした仕事を行うのが最善である。そのため、今回続け様にトスカーナ地方に行くのではなく、また今度ゆっくりとローマやフィレンツェを巡るときにダ・ヴィンチの生家に足を運びたい。

今回のミラノ訪問で最も自分にインスピレーションを与えてくれたのはやはりダ・ヴィンチであった。ダ・ヴィンチと同等にインスピレーションを与えてくれた人物としてラファエロとキリコがいるが、ダ・ヴィンチに与えてもらったものはやはり計り知れない。彼が生まれたトスカーナ地方について調べていると、昨日スフォルツェスコ城美術館で見た展示物の説明書きに納得がいった。それは何かというと、

ダ・ヴィンチは私と同様に自然を深く愛しており、自然から多大なインスピレーションを得ていたようなのだ。ダ・ヴィンチの活躍の場はミラノをはじめとして大都市も多いが、彼の活動の根幹には自然に囲まれた環境で育まれた感性と自然を愛でる気持ちがあったのだと思う。私がダ・ヴィンチに惹かれるのは、おそらく自然を通じて育まれた感性と自然を愛する信仰的な気持ちの深さにあるのだと思われる。

今回、ダ・ヴィンチの没後500年を記念して開催されている様々な特別展示を見てきた。その中で、ダ・ヴィンチの天才性についてここであえて述べることは意味がないかもしれない。ただし、そうした天才性がどうやら彼が育った環境に起因していることはもちろん、自助的なものとしては、ダ・ヴィンチは絶えず書きに書くという実践を行っていたことを挙げるができるかもしれない。まさに、「アトランティコ手稿」に代表されるように、ダ・ヴィンチは膨大な量のノートを書き残していたのである。

ダ・ヴィンチの書きに書いて生涯を過ごしたという在り方もまた自ずと自分に重ねてしまう。ダ・ヴィンチのノートに触発されてか、昨日から作曲ノートに湧き上がる雑多なアイデアをこれまで以上に書き留めている自分がいた。

今回購入したダ・ヴィンチ関連の資料を眺めながら、作曲時に書き留めるノートについても工夫をしていこうと思う。これまでは絵を描くスペースを意識的に取っていたのだが、それを気にせず、絵は空いたスペースに描いてしまおう。今日もまたダ・ヴィンチのように、書きに書き、作りに作る1日をミラノで送る。ミラノ:2020/1/8(水)03:57

5439.【ミラノ旅行記】ダ・ヴィンチに関する興味深い事柄

ダ・ヴィンチについて引き続き色々と考えを巡らせていた。とりわけ、ダ・ヴィンチが生まれたトスカーナのヴィンチ村に訪れたいという思いが強まってきて、そこを訪問する際にはその村に宿泊をしたいと思う。調べてみると、フィレンツェからヴィンチ村までは電車で約30分のため、フィレンツェに宿泊する形でダ・ヴィンチの生家——現在は博物館として公開されている——を訪れることはできるのだが、せっかくなのでダ・ヴィンチを育み、そして彼が愛したヴィンチ村の自然の中で過ごしたい。

その後、ダ・ヴィンチについてあれこれと調べていると、興味深いことがいくつか分かった。一つには、ダ・ヴィンチは現在の私と同様に、菜食主義者であったことである。ダ・ヴィンチが携えていた爆

発的な探究エネルギー及び創造エネルギーは、そうした食実践にも要因があるように思えてくる。その他に明らかになった興味深い事実として、ダ・ヴィンチの傑作である『最後の晩餐』を製作している最中には、数日間ほど全く食事を摂らないという断食を行っていたそうだ。そして、まるで何かダ・ヴィンチに降りてきたような形でその絵画を描き、描き終えてからは数日間全く絵筆を握らなかったそうだ。形而上学的な世界から何か降りて来て、それを形にしていったダ・ヴィンチ。しかもそれを断食を通して行っていたことがやはり興味深い。

これは自分自身の経験でもあるが、断食による解毒・浄化作用によって、心身の働きが変わり、活動エネルギー及び創造エネルギーが漲ってくるかのような感覚が伴うことがある。ダ・ヴィンチもそうした感覚の中で『最後の晩餐』を完成させたのではないかと推測される。

ダ・ヴィンチが活躍したルネサンス期において、科学と芸術を分離させることはなく、ある意味両者は一つのものとして扱われていた。もちろんこの時期は、科学技術や合理的な意識段階が開く前の段階であるから、科学と芸術を統合的な意識段階を通じて一つのものとして見做していたのではなく、ある意味でそれは「プレ・インテグラル」的な見方だったのかもしれない。とは言え、ダ・ヴィンチが科学と芸術を一つのものとしてみなしながら探究をしていた姿をみると、そこには高度に発達した意識ないしは知性を見ることができる。

ミラノ滞在中においては、ダ・ヴィンチが残した数々のノートを見る機会に恵まれたのだが、それらのノートを見ていると、ダ・ヴィンチはスケッチを通じて科学や工学に関する研究を進めており、まさに芸術と自然科学を統合させる形で探究を行っていたことがわかる。また、統合させていたのは芸術と自然科学だけではなく、ノートには日々の暮らしに関する雑多なことや旅行先で興味を持ったことに関する記述が膨大になされており、文字通り探究を人生そのものとして行っていたことがわかる。

ダ・ヴィンチは自分が重要だと思ったことや関心を持ったことは全てノートに書き留めていたのである。例えば、自分が足を運んだ食料品店についてや彼の召使いの一覧といったことまでに及ぶ。そうした事細かな観察と記録を行ったことが彼の創造性の源泉であり、またそれは彼の創造性を育むことにつながっていたのだと思う。ダ・ヴィンチが行った絶え間ない観察とそれによって得られたことを絶え間なく書くという実践は大いに見習うべきことである。ダ・ヴィンチは観察事情をイメージ化し、そのイメージをどんどんと洗練させていった。それと同じことを作曲実践において行いたい。作曲

ノートには、作曲実践をする過程で得られた事柄を記述しておき、それに付随するイメージも書き留めておく。ちょうど今から作曲実践を行うので、その点について強く意識してみよう。

ダ・ヴィンチの探究姿勢や探究方法から学べることはその他にもたくさんあるであろうから、今回の旅の最中に購入したダ・ヴィンチに関する様々な資料を眺めることを通してそれらを学び、実際にそれらを自分の実践に活かしていこうと思う。ミラノ:2020/1/8(水)05:18

5440.【ミラノ旅行記】ミラノ出発の朝に

時刻は午前6時を迎えつつある。ミラノを出発する今朝は、ゆっくりと5時に目覚めた。昨夜の就寝はいつも同じく10時前であり、今朝は随分と寝ていたように思う。

昨日は外出をせず、一日中ホテルの自室にいた。そこで何をしていたかというと、朝方には日記の執筆と作曲実践をし、昼過ぎからはオンラインゼミナールの録音音声教材を作成していた。録音を開始したのが12時過ぎ頃であり、録音を終えたのは午後5時半ぐらいであった。途中に一度10分ほどの休憩を入れたが、それ以外の時間はほぼノンストップで音声ファイルを作成している自分がいた。一昨日の段階ですでに足を運びたい場所を全て回っていたため、昨日はホテルでゆっくり過ごすことにしたのである。音声教材を旅先で作っていると、いつもとは当然ながら異なる意識状態でそれを行うことになり、色々と発見があった。

昨日集中的に音声教材を作成したこともあり、受講者の方々からいただいた質問に全て回答することができた。今回のゼミナールは合計で4回ほどのクラスであり、ちょうど明日に第3回目のクラスがある。音声教材の総分数も今のところ1000分を超えた。今回も随分と多くの時間話をしている。

毎回のゼミナールと同様に、今回のゼミナールも受講者の方々の多様性のおかげもあって、これまでのゼミナールでは話題になっていないような質問を受けることがあり、とても嬉しく思う。実際に昨日回答していた質問の多くは新たなものばかりであったように思う。仮に似たような質問を以前に受けていたとしても、質問者が異なれば、当然ながらその質問者を取り巻くコンテキストが変化するため、質問の意味合いも変化する。そうした変化を楽しみながら音声教材を作っていると、気がつけば入浴時間になっていたというのが昨日の体験だった。

今日はこれから簡単に荷造りをして、ホテルのレストランで朝食を摂ってから空港に向かう。幸いにもフライトの時間は午後2時であるため、とてもゆったりとホテルを出発することができる。とはいえ、空港のラウンジでゆっくりしたいのと、空港に到着するまでに何が起こるかわからないことも考慮してホテルを出発するのは午前9時半頃にする。

ミラノ中央駅から空港ターミナルまで走っている高速バスに乗る予定だ。バスの出発時刻は午前10時であり、ホテルからバス停は近いのだが、早めに到着してバスの到着を待ちたい。今日乗車するバスは過去にオランダでも何度か活用したことがあるものであり、その時には出発時刻よりも早く車内に乗り込むことができたと記憶しているため、早く行くことに越したことはないだろう。空港に到着したら速やかにセキュリティーを抜け、ラウンジに直行する。そこでは2時間半ぐらい過ごせそうなので、作曲実践や過去の記事の編集をすることに時間を充てたい。

今回の旅を通じて、朝はホテルのレストランで朝食を比較的しっかりと摂っていた。夜に関しては、マルタにせよミラノにせよ、近所のオーガニックスーパーで購入したサラダと穀物クラッカーを食べていたこともあり、それほど大きな食生活の変化はなかった。とはいえ、フローニンゲンで食べているような自分の身体に完全に合致する食生活が実現されていたわけではないため、本日フローニンゲンに戻ったら、1日か2日程度の断食をして、胃腸を休め、再びこれまでと同じ食生活をしていこうと思う。ミラノ:2020/1/9(木)06:12