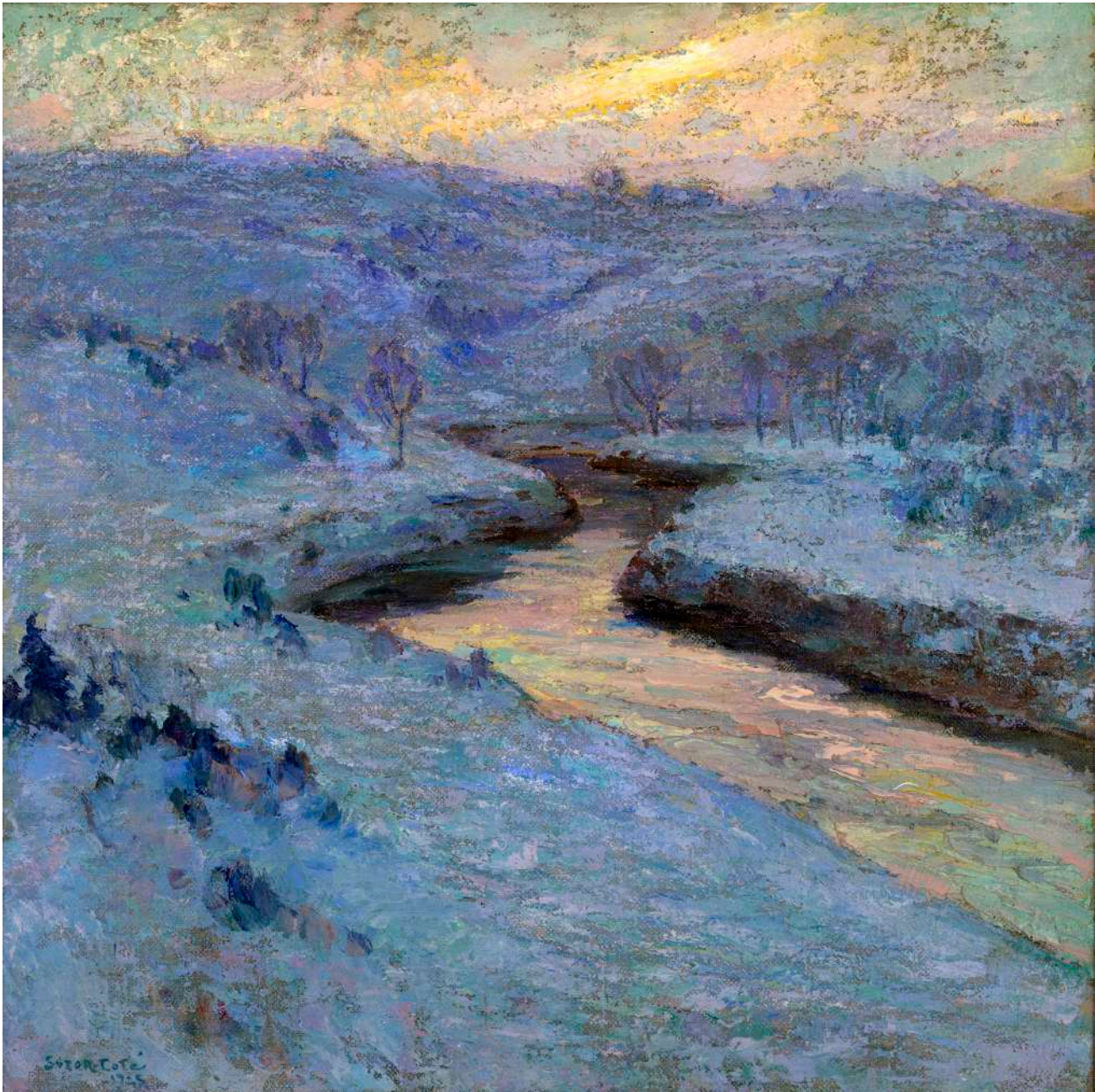

発達理論の学び舎

Back Number: Vol 265

Website: 「[発達理論の学び舎](#)」



目次

- 5281. コーヒーについて
- 5282. 死に縁取られた園の中の生
- 5283. この瞬間にここで生きていることの意味
- 5284. 地上で生きる喜びを噛みしめて
- 5285. この世界に生まれて来れたことへの尽きぬ感謝の念
- 5286. 少し早い目覚めの後に
- 5287. 目覚めのコーヒーを淹れながら:何かを憑依する体験
- 5288. 恒常的な幸福感に包まれながら
- 5289. 人生の一回性と瞬間にとどまること
- 5290. 闇の優しさと今朝方の夢
- 5291. 朝の創造的な時間に思うこと:満たされた時の中を散歩しながら
- 5292. バイオダイナミック農法が教えてくれる大切なこと
- 5293. 命ある時間との友情を深めて
- 5294. 冷え込む朝に見た夢
- 5295. 啓示的な思いに打たれて:バイオダイナミック農法に向かう自己
- 5296. 裸のままのオレンジの木～祖父に関する思い出
- 5297. 植物との魂のつながりと植物がもたらしてくれた縁
- 5298. 情緒を伝える試みとしての作曲
- 5299. 仮眠中の知覚体験:冬との友情を深めること
- 5300. 沈黙の期間:ハープシコード(チェンバロ)について

起床してから1時間が経ったが、時刻はまだ午前3時半を過ぎたところである。今日はこれから作曲実践をしたり、読書をしたいと思う。昨日から再び12音技法に関する書籍などを読み始めている。

今日は昼食を摂った後にでも、街の中心部のお茶・コーヒー専門店で立ち寄りたい。そこは良質なお茶の葉やコーヒー豆が売られているだけではなく、お茶やコーヒーを淹れるための道具が充実している。昨日の日記に書き留めたように、季節柄なのか、あるいは自分の中で少し変化があったのか、コーヒーをまた味わうような生活を送りたいと思っている。不思議なことに、カカオはスーパーフードとして非常に栄養が豊富なのだが、コーヒーには栄養がほとんどない。健康に関するコーヒーの肯定的・否定的な影響は、医学研究においてあれこれ言われているが、実際のところは何が真実なのかわからないというのが正直なところだ。

以前のように、まるで小説家のバルザックのごとく、毎日コーヒーを多く飲むことはせず、一日に1、2杯ほど自分の手で淹れたコーヒーを味わいたいと思う。自動ではなく、手動で豆を挽くコーヒーミルがあれば、それと合わせて好みの豆を選びたい。もしそうしたコーヒーミルがなければ、ドリップ式の器具とコーヒーの粉を購入しよう。目当てのものを購入したら、その足でオーガニックスーパーに立ち寄り、八丁味噌と麦味噌、そして4種類の麦のフレークを購入したいと思う。今日の予定はそのようなところであり、日々の生活の中で、こうした買い物が良い気分転換になっている。また何よりも、軽いジョギングをしたり、散歩をしながら買い物に出かけていくため、身体の良い運動にもつながっている。そして道ゆく人たちを眺めながら、それぞれの人生がそこに存在しているということを実感し、この世にあることの素晴らしさを実感する。日々の何気ない買い物がそうしたものをもたらしてくれていることに感謝が尽きない。

そういえば、今朝方は不思議と印象に残る夢を見ていなかったように思う。かろうじて覚えていることがあるとすれば、私はヴェネチアのような街にいて、そこで楽しげな気分街を散策していたことだ。そこがヴェネチアだと断言はできないが、イタリアのどこかの街であることは確かだと思う。街が持つ固有の感覚質がそこがイタリアの街だということを伝えていた。

上記で、今日はコーヒーを淹れるための器具と豆か粉を購入しようと述べたが、本当にコーヒーを飲み始めるかどうかは、今日の午前中の様子を見て決めたい。断食後にコーヒーを断つというのならわかるが、コーヒーを逆に飲みたくなるという現象は興味深く、そのあたりの要因をもう少し考えてみたいと思う。

仮にコーヒーをまた飲み始めることになったら、コーヒーの残りカスは消臭剤に活用しようと思う。コーヒーは石炭よりも消臭効果があるらしく、コーヒーの残りカスをレンジなどで乾燥させてしまえば、簡単に消臭剤のもとが作れてしまうとのことである。またそれは消臭のみならず、除湿にも使えるようなので、使っていない小皿にでも入れて、浴室に置いておこうかと思う。また、コーヒーの香りもたらすリラックス効果を考えると、それを寝室の枕元に置いておくのも良いかもしれない。そのような利用の仕方も考えている。フローニンゲン:2019/12/2(月)04:22

5282. 死に縁取られた園の中の生

現在行っている日記の執筆や、自分個人の内側の感覚を俳句的に曲の形にしていくことが、社会的な意味を持ちうる道について模索する。その考察に際して、芸術作品と呼べるものの成立条件を考えてみるのがヒントになるのではないかと思った。

一つには個人の内的体験に留まらず、そこに普遍性を持たせるということがあり、もう一つには何かしらの感動を出発点にし、そこに向かって共鳴現象を起こすような性質を持たせることが思いつくが、逆にいえばまだそれくらいしか観点がなく、それら二つに関しても具体的な方法についてはまだ見つかっていない。このテーマに関しては、自分なりに考えていくことはもちろんのこと、美学関連の書籍を読むことや、作曲家や画家の思想を参考にしていきたいと思う。

どうやら少し通り雨が降ったようだ。濡れた通りを走る車の音が聞こえる。

時刻は午前7時半を迎えたが、辺りは依然として真っ暗闇である。起床してからもう4時間ほど経ったが、こうして闇の奥ゆかしさを味わうことができていることを喜ぶべきだろう。この街の闇の世界にあっては、現代社会が喪失しつつある真の静寂がある。そうした静寂は、どこか僧院や修道院の静けさに似ている。自然が生み出す静寂さとはまた違った形の静けさがここにあり、それは人間が自己を律するために生み出した静けさと似ている。自然の静けさは魂をくつろがせてくれる。一方で、

今感じているこの静寂さは、魂をより一層骨太なものにしてくれる。魂を根底から育む静寂さがここにある。

自分は独りなのだという感覚が突如到来した。毎年のことだが、この季節になると、妙に自己の獨り性に意識が向かう。それを「孤独」という言葉で表現しないのは、どこかその言葉に違和感があるからである。おそらく私はまだ真の孤独さを通過していないのだと思われる。その一步手前にあるか、そこから迂回して、別の種類のそれらしきものに直面しているのかもしれない。ただし、おそらく真の孤独さの本質であろう固有性を感じているという点において言えば、それは真の孤独さの一端と今向き合っているとと言えるのかもしれない。

「死を通過していない者に美など見出しようがない」というある人の言葉を思い出した。それは哲学者か芸術家の言葉だったように思う。自らの死というよりも、より普遍的な死という現象に関心の矢が向かうことが最近多い。言い換えると、日常の中でふとしたときに死を意識することが増えている自分がある。それは欧州での生活が始まってから顕著に増えた。そして、その頻度は欧州で過ごす月日が経るごとに増している。

死を意識する瞬間、死と何らかの形で接触する機会の増加。それが意味することが何なのかは今の自分にはわからない。ただし一つ言えることは、それによって、日常の生がより鮮明に知覚され始めたことは確かである。死の側から生を眺めるというよりも、死に縁取られた園の中にある生を見ているような感覚。そうした縁があるからこそくつきりと浮かび上がる生。そのような生を眺め、そのような生を生きている自分があることに気づく。

空が徐々に黒紫色に近づいてきている。空が変色する様を眺めていると、死という縁も変色するのだろうか考える。それが変色すれば、生の見え方も自ずから変わっていくのだろう。フローニンゲン:2019/12/2(月)07:40

5283. この瞬間にここで生きていることの意味

晴天。冬の爽快な空が眼前に広がっている。小鳥たちがどこからともなくやって来ては鳴き声を上げている。青空を拝みながら眺め、小鳥たちの清澄な鳴き声に耳を澄ませる。そして、彼らの鳴き声をより純化させてくれる静謐な時間と空間に感謝の念を捧げる。

確かに毎日少しずつ、作曲に関する知識と技術を習得するように学習と実践を進めているが、それよりも、作曲する意味や作曲と生き方との関係など、思想的な事柄を考えていることの方が多いように思う。音楽と生に関して、作曲と生に関して、何か思想基盤のレンガを日々一つ一つ積み重ねて進んでいる感じだ。その歩みは緩やかであり、緩やかであればあるほどに安心し、落ち着くことができる。

生の喜びを形にし、それを追体験することを促し、独自の生の喜びを見出す縁をもたらすような曲を作っていきたい。言い換えると、自分が日々触れる生の喜びに基づいて生まれ出てくる曲が、それを聴いたこの世界の誰かがその喜びを追体験しながらにして、独自の生の喜びを見いだしていくようなことが実現できればどれだけ素晴らしいだろうか。その実現に向けて、知識と技術は遥か及んでいないが、ゆっくりと着実に進んでいこう。その実現に向けてまだスタート地点にすら立てていないが、そこに向かって行こうとする魂がここにある。

日々を生きる中で普遍的なものに触れた時、それは固有の感覚として自分に知覚される。曲として形にしたいのはまさにそうした自分が受け取った独自の感覚なのだが、それを再度普遍化させることに意義があるように思う。普遍的なものが個別的なものとして自己を通して経験され、それを再度普遍の領域に送り返すのである。ひよっとすると私たちは、そうした普遍的なものを独自の眼で見るために、この世界に生まれて来た、ないしは送られてきたと考えてみるのはどうだろうか。そうした普遍的なものを個別的なものとして見るために、私たちは今この瞬間ここにいると考えてみるのはどうだろうか。そして、そうしたものを見る場を与えてくれたことへの感謝の念と共に、見たものを再度普遍の世界に送り届けるために生きていると考えるのはどうだろうか。そこに普遍が個となり、個が再び普遍に帰ることを通じて、普遍と個が他者に共有される道を見る。

自分がそのようにしてこの世界に産み落とされ、独自の眼を通して日々を生き、自分という存在を通じてそれを再び普遍の世界に送り返すことに、何か自分という一つの個の存在意義を感じる。それが私が私であることの喜びであり、私がこの世に生きていることの喜びなのかもしれない。

裸の街路樹がそれを語り、微風がその言霊を自分のもとに届けてくれている。それを受け取った自分がなすべきことはもうありありと見えている。フローニンゲン:2019/12/2(月)11:16

「これが地上で生きる喜びなんだ」

そんな感覚に思わず囚われた。

今私は、美しくそして優しく輝く夕暮れ空を眺めながら、自分の手で挽いたコーヒーを飲んでいる。昼食を摂り、仮眠を取った直後に私は、街の中心部に向かって出かけた。本当に仮眠してすぐであったため、どこか夢心地の中、フローニンゲンの街に繰り出して行った。

仮眠中に見ていたビジョンはとても優しい気持ちにさせてくれるものであった。ビジョンの中の私は、欧州のどこかの国に旅行に出かけているようであったが、宿泊先のホテルの名前は漢字で表記されており、しかも雰囲気や和を感じさせてくれるものであったため、とても穏やかな気持ちになった。ホテルの前の通りも、どこか日本の古き良き時代の面影を残した道に見え、私の心は心底くつろいでいた。そこからビジョンは自然発生的に色々なものに移り変わっていったが、それらの全てが北欧にほど近い北オランダのこの地の冬の午後に降り注ぐ太陽の光のように優しいものだった。そんなビジョンを思い出しながら自宅から街の中心部に向かって歩いていた。

空を見上げると、雲一つない青空が広がっていて、遠くの空には一筋の飛行機雲が見えた。通りを自転車で走る人たちや犬の散歩をしている人たちを眺め、途中ですれ違ったオランダ人の中年女性と目が合っ、お互いに挨拶を交わした。

目に映るもの、感じられるものの全てが、自分の存在の深い部分とつながっているような感覚があった。すると、そこから幸福の果汁が溢れ出して来たのである。私はもう堪らなくなってしまい、道を歩きながら幸福感に昇天しそうになった。

自分の足で石畳の道を踏みしめる喜び、その石畳の道を舗装してくれた誰かに対する深い感謝の念、優しくもあり冷たく張り詰めたフローニンゲンの街の空気、草むらからひょっこりと顔を出した子猫。全てだった。目に映るもの、感じられるもの、本当に全てのものが自分と分かち難くつながっていて、どれもこれもが幸福感を私にもたらしていた。

「これは説明などできない！感じるしかないことなのだ！」思わずそうした歓喜の言葉が漏れて来てしまいそうだった。実際にそれは魂が叫んでいた喜びの声だった。ひょっとすると、これが詩人として世界を眺め、詩人としてこの世を生きることなのだろうか。こうした生き方が、自分の内側の芸術家に目覚めた生き方なのだろうか。

決してドクター(博士)として生きたくはない。そういう生き方はもうやめにしたではないか。そうだった。自分はドクターとして世界と知的な距離を取りながら世界を説明するような形で生きていくのではなく、世界そのものとして、世界と寸分違わぬ形で生きる喜びを感じながら生きることを誓ったのであった。

詩人として毎日生きたいという強い強い思い。詩人として日々の瞬間瞬間を生き、世界から与えてもらった言葉と音を自分なりに不器用に形にしていく試みに人生の最後の瞬間まで従事していきたいという願い。それだけでいい。もし願い事が一つ叶うのであれば、その願いだけ叶えてほしいと思う。

フローニンゲンの街のシンボルであるマルティニ教会前の市場を歩きながら、私はそのようなことを思い、願い事を天に届けていた。

街の中心部に向かっている最中を通った運河が、今日は一段と輝いて見えた。それは午後の太陽光が反射しているからという理由だけではなかったように思う。運河も一つの存在であり、そこには存在の固有の輝きがあるのだ。それは運河の向こうに見えた教会もそうであり、道ゆく一人一人がそうである。

目当てのお茶・コーヒー専門店で到着する前に、いくつかお洒落な雑貨屋が目にとまった。これまで素通りしていたそれらの店の存在が、今日はなぜだか自分の内側に入って来たのである。その瞬間に、それらは自分の世界で存在の居場所を見つけ、固有の輝きを放ち始めた。世界の輝きに気づけないのは、私たち側に責任があるのではないだろうか。なぜなら、この世界に遍満する全ての存在は、絶えずその場で固有の輝きを放ち続けているのだから。

まずは自分自身の固有の輝きを見つめよう。そしてそれと同時に、世界の全ての存在の輝きをその眼でしっかりと見つめよう。何もかもがそこから始まる。逆に言えば、そこからでないと何も始まらない

い。勉強、実践、仕事、社会変革、日常の生活。それら全てが、そこを出発点にしなければ始まらないのだ。そこを出発点にしないで始まる事柄は全て、出発点という基点のないあやふやで脆いものになってしまうだろう。

久しぶりに街の中心部のお茶・コーヒー専門店に到着した時、ウキウキした気分になった。店の外で手袋を外している時、ショーウィンドウから見えるお茶の道具やコーヒー豆を眺めていると、それらが全てとても愛しい存在に見えて来た。途中で見た、画廊の絵一つとって見てもそうであったし、雑貨屋のポストカード一枚を取ってみてもそうだった。

店内に入り、早速私は目当てのものを探した。店に来るときにはもう感動の渦の中において、コーヒーミルを購入するのか、ドリップ式の器具を購入するのかを考えている暇などなかった。そう、本当に心が感動と幸福だけで満たされていたのである。まさに感動と幸福が私を無我たらしめていて、感動と幸福に満たされ、それらと一つになっている自分がいたために、そんなことを考える心的空間がなかったのである。

以前この店を訪れたときには、ハーブティーを購入した。だが今日から私は、コーヒーという嗜好品を少しばかり楽しむことを自分に許し、地上で生きる喜びを思う存分に味わうことにしたのである。

この前店を訪れたときに、ちらりとコーヒーミルを見ていたので、その場所がどこかすぐにわかった。色々と品を検討していると、中年の優しそうなオランダ人女性の店員さんが声を掛けてくれた。

店員:「何をお探しですか？」

私:「はい、自分でコーヒーを淹れたいと思ってしまして、コーヒーミルを購入するか、ドリップ式の器具を購入するか迷ってます」

そのような言葉を交わした後、その店員さんは親切にそれぞれの器具の使い方を含めて、コーヒーに関するあれこれを教えてくれた。

私:「やっぱり豆ですよ。豆を自分で挽いて、それでコーヒーを作るのが一番ですよ」

店員:「そりゃ〜もう。コーヒー豆を挽いてそこにお湯を注いだ時のアロマは、「こ〜んな感じ(身振り手振りが混じる)」ですよ笑」

私:「ですよ〜、もう「こ〜んな感じ」ですよ〜笑」

店員:「コーヒーの粉とはやっぱり比べ物にならないですよ。アロマも味も」

私は店員さんのその言葉に完全に同意していたし、アロマや味だけではなく、自らの手で挽いたというその行為に内包された意味と目には見えないエネルギーにも着目していた。

この間の秋に実家に帰った時、父が淹れてくれたコーヒーの旨さには本当に驚いた。それは母の手料理に関して昔から感じていたことでもあるし、今回の一時帰国を通じて父の全ての料理に関しても感じていたことである。

効率性を狂ったように追い求め、全てを自動化させることを良しと疑わないこんな現代社会にあつてこそ、自らの手で作ることの良さと意義を忘れたくはない。手作りに、人間の手からでない注入できぬものがあるのだ。

自らの存在と魂を通じてしか吹き込めないもの。そうした息吹を大切にしたい。そんなことから私は、コーヒーの粉からコーヒーを作るのではなく、自分で豆を挽いてコーヒーを作りたいと思い、コーヒーミルとコーヒー専用のケトル、そして紙のフィルターがいない便利かつ洒落たコーヒーを注ぐ器具を購入した。

私:「う〜ん、このコーヒーミルはなかなかいいですね。オランダ製のものですか？」

店員:「ええ、そうですよ。しかも25年保証なんです。一生ものですよ笑」

私:「今から25年…一生ものですか？笑 僕はまだまだ生きてますよ」

店員:「ええ、それを願ってます笑」

とても気さくかつ親切なその店員さんは、それら三つの品の新品を取りに、店の地下に降りていき、商品を取って来てくれた。そしてそこからは、コーヒー豆について色々と説明をしてくれた。私は濃いめのコーヒーが好きであり、その店員さんも濃いめが好きとのことであり、意気投合した。だが私の目の前には、この季節限定の「シタクラス・コーヒー(シタクラスとは2年前ぐらいの日記で何度か言及していたように、平たく言えば、サンタクロース的な神話的人物である。ちょうど先週あたりにオランダではシタクラスを祝う日があった)」があり、その豆はさらにオーガニックのようであったから、それを購入することにした。味はマイルドのものであり、それを一度飲んでみて、今度濃い目にするか薄めにするかを判断すればいいとその店員さんから助言をもらった。会計を行う時もまだ私の心は高揚していた。そして店から出て、自宅に戻る最中も、今日から一日の楽しみとして2、3杯だけ飲む手作りコーヒーに思いを馳せていた。

自宅に帰ると早速ケトルをガスコンロで温め、それを待っている間にシタクラス・コーヒーの豆をミルで挽いた。実家にいるときに何度か自分でも豆を挽いていたので、勝手がわかっており、とてもスムーズに豆を挽き終えた。その頃にはもうすっかりコーヒー豆の良い香りが漂っていた。そして、粉末にしたコーヒーを洒落たコーヒーポットに入れて、そこにお湯を注ぐと、そこからはなんと典雅なアロマが立ち込め始めた。もうその香りに包まれているだけで私は幸せだった。今そのようにして作ったコーヒーを味わっている。

今日は本当に幸福な一日であった。明日からは、早朝に自分で挽いたコーヒーと共に、この地上で生きる喜びを全身で噛みしめながら日々を過ごしていきたいと思う。フローニンゲン:2019/12/2
(月)16:10

5285. この世界に生まれて来れたことへの尽きぬ感謝の念

今日は本当に至福さに包まれた日であった。世界の全ての存在が輝いて見え、見えるもの、感じられるものに絶えず打たれる自分がいた。

この世界そのものが詩に他ならず、音楽に他ならないことを実感させてくれるような一日であった。今日だけではなく、明日もまたこのような日であって欲しいと切に願う。日々を新たな眼を持って眺め、日々を生きるただそのことに喜びを見出していきたい。

夕方、購入したコーヒーミルを使って豆を自分の手で挽き、コーヒーを飲んだとき、その香り豊かなアロマとコクのある味に心底幸福感を覚えた。そのときに突如として、こうした至福さを感じているのはそもそも、両親がこの世に自分を運んで来てくれたからであるということに気付かされた。そのことに、ただただ感謝の念しかなかった。

このように日々この地上で自分なりの幸せを感じることができている前提には、そもそも自分がこの世界に生まれて来たことがあるのだ。それを実現してくれた両親には本当に感謝の意を捧げるしかない。この感謝の念は尽きず、それを言葉で伝えるのは難しい。それゆえに、自分はこの世で生きる喜びを感じながら日々を生きるということそのものをもってして、感謝の念を表したいと思う。

生きるという行為そのものをもって、そしてこの地上にあるというただそのことへの感謝と喜びをもって生きるという行為を通して、その感謝の念を表したい。それは言葉を重ねることよりも重要であるように思える。そうした行為こそが真実の言葉のような気がする。この生がいつ終わりを迎えるのかは誰にもわからないが、こうしてこの世で生きることの喜びを感じられることそのものがあるだけで、この世に生まれて来て良かったと思える。それは絶対的な生の肯定感だと言えるかもしれない。

もう自分にもよく理解できない。あるということの奇跡と、ただあるということに気づいたことから生まれる絶対的な至福さがここにあるということの奇跡は、自分の理解を超えている。

夕方、コーヒーミルを含め、街の中心部のお茶・コーヒー専門店で購入した器具類を手に握りしめながら自宅に向かって帰っているとき、もう自分は美の世界の中で、詩の世界の中で生きたいと強く願った。このような現代社会であっても、そのようにして人間という生き物は生きれるのだということを生き語りたと思う。それは決して、説教じみたものでもなんでもなく、多くの人たちが忘れていた生きることの本源的な喜びをもう一度思い出してもらうための静かな呼びかけであり、それを呼び覚ますことに向けた静かな手招きのようなものである。そしてそれは呼びかけや手招きを超えて、共に生きるということに向けた自分なりの社会参画なのだと思う。

私たちの目の前のものは詩そのものであるということ。そして、絶えず美と喜びがそこにあるということ。確かに醜がこの世界に存在しているのは知っている。だがそれに屈してはならない。絶えず美と

喜びに包まれながら生きていくことをもってして醜を乗り越えていくことが、私たち人間に求められていることなのではないだろうか。フローニンゲン:2019/12/2(月)19:56

5286. 少し早い目覚めの後に

今朝は午前1時に起床した。実際のところは、よく寝たなと思って時間を確認したらまだ夜中の12時であり、さすがにそれは少し早いかと思い、一杯だけ水を飲んで再度寝たところ、その1時間後に起きた。昨夜の就寝時間は10時前といつもと変わらず、今日は睡眠時間はそれほど長くないが、とても目覚めが良く、わずかの睡眠でも心身が十分に回復しているのを実感する。そうしたわけで、今時刻は午前1時半を回ったところだが、本日の活動をこの時間帯から始めることにする。午前中に少し休憩が必要だと思ったら、仮眠を取ろうかと思う。

睡眠時間は短かったが、今朝方はいくつかの断片的な夢を見ていた。夢の中で私は英検を受けていたらしく、その結果が封筒で届けられた。今回受験したのは英検1級だったらしく、封筒を早速開けてみたところ、結果は合格であった。ただし結果が記載された文面をよくよく読んでみると、最後の方に、後日担当者から連絡があると書かれていた。より厳密には、その文面は受験者に一括送信されたようなものではなく、私宛に個別に送り届けられたものだった。しかもここで言う「担当者」というのは、どうやら試験委員か誰かのようだった。

なぜ私に後日連絡が来ることになったのかと言うと、私の得点が合格ラインギリギリだったからだ。実際には、合格最低点の65点だったのである。こうした試験においては、合格点のラインで合否が真っ二つに分かれるだけなのだから、合格点さえ取ってしまえば別に問題はないと思われたのだが、どうやらその試験委員らしき人は、私の英語力を実際に電話で話すことによって確認したいらしかった。実はそこも定かではなく、私の英語力を確かめたいのか、それともどういう風に勉強したのかを知りたいのかよくわからなかった。いずれにせよ、その人に改めて連絡し、話をしないといけないことが面倒だったので、私はその人に連絡することをやめにして、その葉書を捨ててしまおうと思った。そこで夢の場面が変わった。

次の夢の場面では、私は大学受験の数学の参考書として有名な「青チャート」の問題を解いていた。それは範囲で言うと、数学IIBであり、学習項目は二項定理に関する証明だった。今度学校で

その定理の証明を扱うとのことであり、私とその証明について発表することになっていた。特に準備をする必要はないかと思っただが、一応証明の流れを確認しておこうと思い、参考書の手順に従って再度証明のプロセスを辿った。するとそこで、そういえば大学受験の日が近づいて来ているなど思い、私が受験しようと思っている大学は、とにかく数学の問題が難しいため、数学の学力をより高めていく必要性を感じた。青チャートを少なくともあと何周かしなければならぬと思い、受験までの日数を数えてみると、それほど繰り返し問題を解けないかと思い、少々焦りの気持ちが芽生えた。だが私は少々楽観的に、これまで習得してきた自分の数学力であれば、なんとか受験は突破できるかと思った。そこで夢の場面が変わった。

今朝方の主な夢はその二つであり、あとはより小さな断片的な夢があった。12時に一度目覚め、その後再度眠りの世界に入っていこうとすると、頭の中に音符が大河のように流れ出し、瞬く間に音符の海が脳内に現れた。脳裏に浮かんだ音符の塊は、小さな楽想のようなものに思えた。そうした音符の流れを目撃していると、作曲がしたいという思いに駆られ、居ても立ってもいられなくなり起床することにした。フローニンゲン:2019/12/3(火)01:57

5287. 目覚めのコーヒーを淹れながら:何かが憑依する体験

ピョピョと小鳥たちのさえずりが聞こえてくる。時刻は午前8時を迎えようとしており、ようやく少しずつ辺りが明るくなり始めた。

今、本日最初のコーヒーを淹れている最中である。今朝は午前1時から活動を始め、6時の段階で1時間ほど仮眠を取った。そこから目覚めて再び作曲をして今に至る。自分の手で豆を挽くというのは一つの楽しみであり、それはどこか農作物を自らの手で作り上げるかのような作る楽しみと、自分が作ったものを味わう楽しみの二つがある。豆を挽いている最中からすでに幸福な気持ちになっていたのは、コーヒー豆が持つ独特の香ばしいアロマゆえだろう。紙のフィルターを使わないでコーヒーを漉せる器具はとても便利であり、今それに挽いた豆を入れ、お湯を注いで少し蒸らしている。この待っている間がなんとも言えない至福の時であり、それもまた空間に漂うアロマゆえだと思われる。

昨日、自分の生活に新たな彩りを加えてくれたコーヒーミルたちを購入した店に、コーヒーに関するカラーの図鑑のようなものが置かれていた。それを眺めると、コーヒーの世界もハーブティーやワインの世界と同様に、とても奥深いのだと改めて思った。豆の品種から産地、豆を取り巻く歴史、そしてコーヒーの淹れ方を含め、そこには自分の知らない世界が広がっていた。

随分と昔のことになるが、米国西海岸に住んでいた頃は、時折ワインを飲むことがあり、ワインの勉強を少しばかり進めていた。また半年ほど前にはハーブティーにも凝り始め、それは今は継続していないが、そこでもハーブティーに関する学習を行っていた。やはり自分が好きなのはワインやハーブティーよりもコーヒーなのだという気づきが芽生え、コーヒーに関する理解をより深めていこうかと思う。まずは色々飲み比べをしてみるという直接体験を積み、それに並行して図鑑のようなものを1冊ほど購入してもいいかもしれない。そのようなことを考えていると、今後世界の美術館を巡る際には、カフェでコーヒーを楽しむことをより意識したいと思った。さらには、旅先の街で美味しいコーヒー屋を見つけることも旅の楽しみの一つとしたい。今月末にはマルタ共和国に行き、そこから年明けにはミラノにも滞在するため、両都市で早速この新たな楽しみを実現させたいと思う。

先ほど1時間ほど仮眠を取った時、実は悪夢のようなものにうなされていた。最初に光を伴うビジョンのようなものが知覚され、その後、身体の中を電流のようなものが走った。そこからビジョンはほぼ夢のような形態を取り、私は森の中にいて、そこで自分の専門領域に関する講義を行っていた。そこから少しばかり離れたところに講義の受講者がいた。私は、パソコンのテレビ電話システムを用いて講義を行っており、森の中でWifiがつながっていることに驚き、それを有り難く思った。すると、場面が変わり、私は現代的なビルの中にいて、うねった複雑なエスカレーターに乗って、上の階に向かっていった。エスカレーターは止まっているように思えたが、私が近づくとそれは突然動き出し、予想以上の速度で動き始めた。それに乗って一つ上の階に行く最中には、下の階を見下ろすことができ、自分が随分と上の階にいるのだということを知った。

目的階に到着してそのフロアを歩いていると、各部屋から人の声が聞こえてくるのだが、彼らの姿は見えなかった。大抵は外国人の声がして、日本人の声も時々聞こえてくる部屋があった。部屋の外には、軽食と飲み物が置かれており、ちょうどお腹が空いている頃だったが、私はそれらの質をみたときに、あまり飲み食いしない方が良さそうだと直感的に思った。そこから夢が終わりに近づい

てくると、私の体に何かが無常感を感じてくるような感覚があり、そこで恐怖を感じ目を強引に開けた。フ
ローニンゲン:2019/12/3(火)08:18

5288. 恒常的な幸福感に包まれながら

とても幻想的な夕焼け空。くれない色の花々が咲き誇っているかのような空だった。今日の夕方の空を思い出しながら、ふとそのようなことを思った。

この季節のフローニンゲンには寒さが厳しいが、冬の楽しみの一つは、何と言っても夕焼け空の美しさである。その日の天候状態に応じて、その表情は変化し、毎日異なる絵画の傑作を眺めているような気持ちになる。今日の生きた絵画もまたひどく美しかった。

昨日に引き続き、今日も幸福感のうちに始まり、幸福感の中で一日が終わりに向かっている。今朝の起床は午前1時であり、随分と早かった。一度午前6時に1時間ほど仮眠を取ったとは言え、随分と集中して創造活動や読書に勤しむことができた。明日もまた今朝ほどまでとはいかないまでも、早起きをして、朝の創造的な時間を有効に活用したいと思う。

自分の至福さの源泉は朝の時間帯にある。その時間帯が幸福であればあるほどに、それに続く時間全てが幸福に彩られる。幸福感を覚えるというのは、インテグラル理論の観点から言えば、確かに一種の状態と言えるかもしれない。だがそれはもはや一時的なものではなく、恒常的なものになりつつある。その背景には、絶えず目撃者の意識状態が継続していることが挙げられる。この小さな自我から外に出て、自我そのものとこの世界全体を外から眺めるような意識の状態が強固なものとして確立されつつあり、そのおかげで私は日々の生活の中で恒常的に幸福感を覚えることができているのかもしれない。

夕方に近所のスーパーに買い物に出かけた時、やはり自分は歌を大切に作る形で曲作りをしていきたいと思った。とりわけ最近では、複数の歌を組み合わせる対位法の技術を集中的に学んでいる。また、人間の歌を元にして作られたと言われる教会旋法についても学習と実践を進めている。そのような学習と実践の中で、日々小さな気づきを得ており、それら一つ一つの気づきを大切にしていると、自分の内側に確かに何かが無常感に堆積していくのを感じる。それは学習の進展であり、発達現象に他ならない。

松尾芭蕉のように、旅をしながら俳句的な曲を作っていくことへの憧れ。今日もそのような憧れが芽生えていた。現在も旅に出かける際には絶えず曲を作っている。列車の中、ラウンジの中、飛行機の中、旅先のホテルやカフェの中で曲を作っている自分がある。本当にいつでもどこでも曲を作り、それらがより自由自在の境地で行えるようになりたいと心底願う。今は諸々の理想と現実とのギャップがあまりにも大きい、絶えず理想に向けて日々の学習と実践を継続していきたい。明日もまた充実した一日になるだろう。フローニンゲン:2019/12/3(火) 19:19

5289. 人生の一回性と瞬間にとどまること

一人間で、二回も三回も生まれ変わることは出来ませんからね。泣いても笑っても、今の生だけ。これ一回きりですよ。だから、この一回きりの掛け替えのなさを、本気で感じる。それが運命を生きることなんですよ—『雲の宴—上』

時刻は午前4時を迎えた。今朝は午前3時過ぎに起床し、このくらいの時間に起床するのが今の自分にとっては一番良いように思える。それは早すぎもせず、遅すぎもしないという点でちょうどいい。昨日は午前1時に起床し、さすがにそれは早すぎたように思う。実際に午前6時を迎えた時点で1時間ほど仮眠を取る必要があったこともそれを物語っている。

この人生が一回きりであること。そして日々の生活における一瞬一瞬が一回きりのものであることについて昨夜考えていた。そして、その事実被打たれた。何も昨夜に限ってその事実気づいたわけではなく、ふとした時に、まるで寄せては返す波のようにその気づきは私のところにやってくる。人の人生が掛け替えのないものであるというのは、まさにこの一回性に基づくのだと思われるし、日々の瞬間が掛け替えのないものであるということも同様の理由だろう。本当に自分が日々一回きりの世界を生きているということに改めて畏怖心を抱く。

今日もまた一回きりの新たな一日がやってきた。この掛け替えのない一日を十全に生きること。その掛け替えのなさを十分に感じ、そして深く味わいながら生きること。それが自分の人生という一つの運命を生きることなのだろう。

昨夜、日々日記を書くことは、その瞬間にとどまることであり、その瞬間を味わうことだと思った。忙しなく流れていく現代社会の外側の時間に従うのではなく、自分が接触しているその瞬間の内部にと

どまること。しかもそれを味わいながらにしてとどまることが重要だ。それによって、人生はより深まっ
ていく。私たちの魂は、時を味わいながらにしてとどまることを養分にして育まれていくように思え
る。それを忘れてはならない。また日記を書くことは、その瞬間の感動を自己に定着させることでも
あると思った。単に感動を感じておしまいにするのではなく、それを自己に定着させていくのであ
る。その最良の手段として日記がある。自分の場合で言えば、その他には作曲がある。言葉と音を
通じて、その瞬間を味わい、そしてその瞬間の中にとどまること。そしてそこで得られた感動を、言
葉と音を通じて定着させていくこと。それを今日も愚直に行っていく。フローニンゲン:2019/12/4
(水)04:28

5290. 闇の優しさと今朝方の夢

時刻は午前4時半を迎えた。闇に次ぐ闇。不動の闇がそこにある。あるいは、波のように流動してい
く連続的な闇が絶えずそこに佇んでいると言える。

この時間帯はまだ小鳥たちの鳴き声は聞こえない。今朝はそれほどでもないが、今夜はマイナス1
度まで気温が下がるらしい。小鳥たちにはあまり無理をしてもらいたくない。どこかの木々の葉にく
るまりながら体を温めておいてほしいと思う。朝日が昇り始めたら、ゆっくりと近くにやってきてほ
しい。そして、静かで美しい鳴き声を上げてほしいと思う。いや、その鳴き声に形容詞をつけるような
野暮なことはやめよう。ありのままの鳴き声でいいのだ。ありのままの鳴き声を奏でてくれるだけで十
分なのだ。

闇は光よりも優しく、自分をそっと包み込んでくれる。光よりも闇の方が優しいということをどれだけ
の人が知っているだろうか。闇の持つなんとも言えない落ち着きとまろやかさを感じるができるだ
ろうか。それは光にはない類のものである。その落ち着きとまろやかさを感じながら、今日の活動を
ゆっくりと始めていこう。最初のものは、夢の振り返りにしよう。

夢の中で私は、実際に通っていた中学校の教室の中にいた。教室の位置から察するに、それは1
年生の時に使っていた教室だった。教室には先生はおらず、クラスメートだけがいた。どうやら、今
からクラスメート全員で何かについて話し合いがあるらしかった。それは深刻なものではなく、楽し

げなことをテーマにしたものだった。教室の前の方に座っていた私は、これから始まる話し合いを楽しみに待っていた。すると、一人の女子が話し合いを仕切るために教壇に上がった。

いよいよ話し合いが始まった、と私は胸を高鳴らせていたが、突然廊下から激しい音が聞こえた。それは一気に教室に押し寄せてくる何かだった。気づいた時には、もう教室中が浸水しており、ドアからは大洪水のように水が激しく流れ込んできていた。廊下はもう腰近くまで浸水しており、激しい流れによって、廊下を歩いて進むことはもはや不可能だった。というよりも、廊下に出た瞬間に足元をすくわれてしまい、流されてしまう危険性があるほどだった。しかし私は廊下に出て、ロッカーに置いた荷物の中にある何かの道具を使えば、クラスメートの全員がこの状態から脱出できると思った。そのため、廊下に出て行ったのだが、本当に自分の体が流されそうになってしまい、身の危険を感じて教室に引き返した。すると、一人の女性友達(YM)が、私の代わりにロッカーに置かれた荷物を取ってきてくれると言う。彼女は人間業とは思えず、まるでカップか何かのような、水と友達である生き物の力を発揮し、難なく廊下を進んでいった。そこで夢の場面が変わった。

次の夢の場面では、実際に通っていた高校が舞台だった。私は教室で、高校1年性の時に同じクラスだった、野球部の中でも一番背の高い友人と話をしていた。しばらく楽しく話をしていると、何人かの女性友達が私たちに声をかけてきた。何やら、今から私たちの髪の毛を染めてくれるとのことだった。野球部の友人はほぼ坊主に近く、「こんな髪でも染めれるの?」と、私は彼の頭を指差しながら述べた。すると、小中学校時代から付き合いのある女性友達の一人(MH)が、「全然大丈夫」と笑いながら述べた。そういうわけだったので、私たちは髪の毛を染めてもらうことにし、何色に染めてもらうかを考え始めた。髪を染める際には、何かスプレーのようなものを使うのではなく、選んだ色の糸を髪の毛に編み付けるといふ、幾分手の込んだことをするらしかった。何色にしようか考えているところで夢の場面が変わった。覚えている範囲での最後の夢の場面では、私は小中高時代から付き合いのある二人の友人(HY&SI)と一緒に、街中の売店で何か軽食を購入しようとしていた。

私は特に腹が空いているわけではなかったのですが、水だけを購入しようと思っていた。すると、友人の一人(HY)が、「起床してから8時間ぐらいが経つけど、まだ水を一滴も飲んでいないんよね」と述べた。私は友人が一切水分を補給していないことに驚いた。すると、その友人の携帯が鳴った。電話をしてきたのは、どうやら彼の祖父らしかった。彼が祖父に話しかける声はとても優しく、彼は祖父の

前でとても謙虚な言動をしていた。その光景をととても微笑ましく思った。そこで夢から覚めた。フローニンゲン:2019/12/4(水)04:53

5291. 朝の創造的な時間に思うこと:満たされた時の中を散歩しながら

—昔は、働けば、その報酬にパンや葡萄酒や布地で支払ったものだ。だから、どれだけ働けばそれでいいか、分かったのだ。現代はカネだ。つまり数字さ。数字には限界ってものがない。これでいってという量が決まっていないんだ。だから、みんな狂気のように数字を増やそうとする。何でもかんでも数字に変えてしまう。人間の一生が決まっっていて、一日に食べるものも決まっているなら、それ以上働くなんて馬鹿げていやしないか。だって生きることは楽しむってことだもの—『国境の白い山—旅人たちの夜の歌』

愛しい小鳥たちがやってきた。暗闇が徐々に薄れていき、世界は新たな一日の始まりをようやく告げ始めた。

深い青色の空が徐々に薄青い空に変わりつつある。そうした変貌する空を眺めながら、自分の変貌を思う。毎日少しずつの変貌。毎日少しずつの歩み。それを思わずにはいられない。

やってきた小鳥たちは歓喜の歌声を上げている。その一粒一粒の声は小さなものかもしれないが、そのどれもが尊く、そして愛しい。

文豪のゲーテが朝の時間をとりわけ大事にしていたことは有名な話である。特に朝の時間を創造的な活動に充てていたことは有名だ。ゲーテが晩年に完成させた『ファウスト第二部』は、毎朝「手のひらに乗るほど」の文章を積み重ねることによって生み出されたものだそうだ。私たちは毎朝どういったことを積み重ねているだろうか。

新たな一日の始まりを祝す喜びに満ちた朝、そして新たな創造の可能性に満ちた朝に、私たちは何を積み重ねているだろうか。そんな朝を無為に過ごすことはとても寂しいことのように思える。それは冒涇とまではいかないにせよ、何かそれに近いものがあるように思える。自分の人生に対して、自分の命に対する背理的な行為。そしてそれは、社会やこの世界に対する背理にもつながるように思えてしまう。

日々を楽しみの中で生きること。最近それを強く思う。自分の魂が真に喜ぶこと——人はそれを「好きなこと」と呼ぶかもしれない——に絶えず従事する中でゆったりと時を通過していくこと。魂が思わず笑みを浮かべるような行為に没頭しながら、時間の中をゆっくりと散歩していくのである。それが魂を喜ばせ、魂を育ててくれる。決して、冷たく温もりのない数字を追いかけるような愚行をしてはならない。自らが楽しみ、魂も楽しむ生活をするに際して、快適さは必要である。だが、そうした快適さというのは思っている以上に質素なものなのではないかと思う。そうした快適さを超えて、過度に装飾的な生活を追い求めて躍起になっているのが大半の現代人の姿かと思う。そうした衝動を緩め、もう少しつろぐことはできはしまいか。

今日もまた、私は自分自身が心底楽しみ、そして喜びを感じられることだけに従事していく。それだけをしていく。それ以外のことは一切しない。

もうそろそろしたら、真っ赤に光るリンゴを一つ食べよう。そして、窓の外を眺めながら、コーヒーミルで豆を挽き、早朝のコーヒーを楽しもう。コーヒーのアロマが書斎を満たす時、私自身もそして魂も、きつと満たされた感覚を覚えるだろう。日々が、一瞬一瞬が、全て常に満たされたものとして感じられるように生きていくこと、そして働きかけていくこと。自助と手放すことの双方を通じて、これからも私は自分なりの生を営んでいく。フローニンゲン:2019/12/4(水)08:16

5292. バイオダイナミック農法が教えてくれる大切なこと

——「もの」に何かを「感じる」とは、「もの」と「私」の関係の表明であり、その「もの」についての「私」の在り方それ自体なのだ——辻邦生

つい今し方、朝の楽しみの一つである果物を食べた。その際に、バナナを2本ほど食べたのだが、昨日から1本のバナナに対しては、ゴマペーストを付けて食べることにした。これまでは、アーモンドペーストとピーナッツペーストを使っており、バナナを2本食べる際には、一本一本に対して、別々のペーストを付けて味わっていた。ところが最近、街の中心部のオーガニックスーパーでは、アーモンドペーストの売れ行きがなぜだかすこぶる良く、棚に一つも置かれていないことがある。もちろん、他のメーカーのものなら置かれているのだが、私が好むメーカーのものは売れ切れが続く。そうしたことから昨日は、ゴマのペーストを購入することにした。すぐにそれが何を指しているのかわからない

オランダ語で表示されていたため、製品説明を読むと、それがゴマだということがわかり、ゴマに含まれるセサミンには以前から関心を持っており、さらには製品説明の欄に書かれていた、エジプト文明とゴマの関係に関するエピソード——クレオパトラが美と健康のために摂取していたと言われていた。また、豊かな香りと栄養成分の豊富さから「不老長寿の薬」とされていた——が興味深くもあり、それを購入することにした。

実はそれ以外に最も重要なことは、その製品がバイオダイナミック農法で作られているということだった。以前言及したように、欧州においては、オーガニックの製品認証を得ることよりも、バイオダイナミクス製品の製品認証を得ることの方が厳しい。端的には、バイオダイナミック農法で作られた製品の方が、単なるオーガニック製品よりも手間暇がかかっており、格も上なのである。

ルドルフ・シュタイナーが提唱したこの農法には以前より関心を示しており、これまで購入していた豆腐はバイオダイナミック農法によって作られたものであり、現在昼に食べている4種類の麦類のフレークもその農法によって作られている。バイオダイナミクス農法の魅力や特徴はいくつもあるが、一つの特徴として、穀物を栽培する場合に、一度使った土地を長期間にわたって休ませることにある。なんと5年間も休ませるのだ。私はそこに、土地に対する思いやりの念を見てとる。いや、それを感じる。そのようにして休息を得た大地は、太陽の光や草花の養分を得ながら栄養を蓄えていく。そして5年後、再び私たちに素晴らしい贈り物を届けてくれるのである。大地に感謝を表し、その感謝の念に対する返礼として素晴らしい贈り物を届けてくれる相互関係があること。そこにバイオダイナミック農法の魅力の一つがある。

土地を十分に休ませて、土地に栄養を蓄え、そこからまた実りを産んでいくこと。はて私たち人間は、そのように自らに十分な休息を与え、自らを養い、自らに実りをもたらすことをしているだろうか？そして、その実りを世界に共有することを行っているだろうか？慌ただしく生活をし、休息をほとんど取らずに労働ばかりに従事している現代人とは真逆の在り方を体現しているのがバイオダイナミック農法であり、それは私たちに何か大切なことを教えてくれているような気がする。

先ほど淹れたコーヒーのアロマが書斎に広がっている。その芳しい香りに包まれているだけで幸福感が滲み出てくる。私は今、一杯のコーヒーを感じているのである。そして、その一杯のコーヒーに

感謝の念を抱いている。それがコーヒーと私との関係である。そこに私自身の在り方が反映されている。フローニンゲン:2019/12/4(水)10:09

5293. 命ある時間との友情を深めて

自分で挽いた豆を使って淹れたコーヒーを待つ楽しみ。豊かなアロマが書斎に広がり、コーヒーが蒸されるのを待つこの時間は本当に至福の時である。

つい先ほど仮眠から目覚めた時、なんとも言えない柔らかさと優しさの感覚に包まれていた。このところ午後の仮眠中に見るビジョンは鮮明さが増すだけではなく、優しさに溢れたものになりつつある。そこで知覚されるものが幼少期のものであれば、なお一層のこと優しさの感覚が増す。それを見て私は、幼少期にどれだけ自分が愛されて育てられてきたのかを知る。

先ほどの仮眠中に見ていたビジョンは、父と母に関する思い出がもとになっていた。二人それぞれにまつわる固有のエピソードと共に、ビジョンの中の私は笑顔であった。父も母もまた笑っていた。そうしたビジョンに加え、母方の祖母が現れるビジョンもあった。そんなビジョンから目覚めた時、なんとも言えない優しさに包まれていた。

再び書斎に戻ると、そこにはフローニンゲンの冬の午後の優しい太陽光が降り注いでいた。フローニンゲンの冬の気候は厳しいが、空に浮かぶ太陽の光はすこぶる優しい。この対極的なものがどれだけ私を育んでくれることか。

優しい時が自分を包んでいる。それは今書斎に降り注ぎ、自分を包んでいる太陽の光と同じ優しさを本質に持っている。

時間を味わうというのは、時間の中でくつろぎ、そして時間の中で遊ぶことなのだと思う。時間の中で遊ぶというのは、時間と手を取り合い、時間に身を委ね、自分の魂が喜ぶ活動に思う存分没頭することである。それが時間を友にするということであり、時間の中で遊ぶということなのだ。そのように考えてみると、時間というのは唯一無二の親友のような存在であり、一回きりの固有な存在なのだという事に気づく。ある一つの時間というのは、私たちの存在と同じほどに儂く、そして尊いものなのだ。それが時間の本質なのではないだろうか。

私たちは、値段の付けられた親友を見たことがあるだろうか。ぶつ切りにされた親友を見たことがあるだろうか。現代社会で私たちを取り巻いている時間というのは、残念ながら計量化され、ぶつ切りにされてしまった存在に成り果てている。時間というのは果たしてそのような存在なのだろうか。決してそうではないだろう。私は、上記のように時間を唯一無二の命ある親友だとみなしたい。また別の観点で言えば、ある変容から新たな変容への間、あるいはある深まりから新たな深まりへの間のことを自分の内的時間とみなしたい。時間とは本来、無機質な形で分割計量できるものではなく、ある季節から新たな季節への移り変わりや、植物が種から花をつける変化の間を意味する分割不可能なものだったのではないかと思う。

時間を存在のある一定の深まりの期間、ないしは変化の期間と捉えることによって、時間に豊さがもたらされるのではないだろうか。時間の豊かさを取り戻したい。そして一人でも多くの人がそれに気づいてほしい。

インテグラル理論の観点で言えば、右側象限的な、計量化された無機質な時間から、濃密な主観的な時間への転換をもたらすことが、本来時間が持っている意味を救い出すことなのだと思う。時間とは本来、濃密な意味を持ち、具体的な事物と密接に結びついたものだったのだと思う。時間がどのようにして人間社会に誕生したのかは知らないが、仮に天体の運行にその起源があれば、まさしくそこでは天体という個別具体的な事物をもとにして時間が生み出されたのである。決して現代社会のように、数字だけが一人歩きする無機質な・無存在的なものではなかったのである。時間から豊さと意味を救い出そう。時間から命を救い出そう。それができなければ、私たちは時間を殺し、時間は私たちを殺すだろう。

コーヒーのアロマが一段と書斎の空間に広がった。そうこの香りが広がったという変化の前後を持って、時間が流れたのだとみなそう。それが何分だったかなど関係がない。果てしなく、限りなく優しい時間が自分を包んでいる。そして、自分に語りかけてくれる時間が絶えずそばにいる。そうした時間との友情を深めていこう。フローニンゲン:2019/12/4(水) 14:57

5294. 冷え込む朝に見た夢

今朝は随分と冷え込んでいる。今朝は午前2時に目覚め、2時半から一日の活動を始めた。

ゲーテがとりわけ朝の時間を大切にし、その時間帯に創造活動に心ゆくまで従事していたのと同じように、今日もまた朝の時間を十全に過ごしたい。

午前2時半を過ぎたばかりの今この瞬間の気温は1度であり、不思議なことに、午前9時に寒さのピークを迎え、マイナス1度になる。今日は久しぶりに、上の階に住むピアニストの友人とゆっくり話をする事になっている。午後1時にフローニンゲン大学の図書館前で待ち合わせをし、近くのオーガニックカフェでゆっくり話をしたいと思う。暖かい飲み物、そして心許せる人との会話が温もりをもたらしてくれる季節だ。

起床していつもと同じルーティンワークを行っていると、今朝方の夢についてぼんやりと回想している自分がいた。夢の中で、突如どこからともなく優しい歌声が聞こえてきた。それは、民謡の『ふるさと』という歌だった。

「兎追いしかの山 小鮒釣りしかの川 夢は今もめぐりて 忘れがたき故郷」

この出だしの歌が女性の声に乗って聞こえてきた時、たまらない気持ちになった。その歌は、自分の内側の何かにひどく共鳴し、自分の内奥から何かが込み上げてくるのを感じた。そんな瞬間があった。起床した今でも、歌詞とメロディーが脳裏から離れない。その後続く歌詞が夢の中で流れることはなかったが、調べてみると、「如何にいます 父母 恙(つつが)なしや 友がき 雨に風につけても 思いいずる故郷 ころざしをはたして いつの日にか帰らん 山はあおき故郷 水は清き故郷」というものであった。この歌が世に送り出されてから100年後の2014年に、私はアメリカから一度日本に引き上げ、1年間を日本で過ごした。それはおそらく単なる偶然に過ぎないだろうが、この歌が何か自分と深く関係しているような気がしている。他人行儀ではいられない感じがそこにあるのである。

夢に関して、その他に見ていた場面としては、見知らぬ男性が何か知見を私に共有してくれている場面があった。テーマについては覚えておらず、ただし、その男性が親身になって何かを私に伝えてくれていたのを覚えている。その男性は日本人であり、私よりも一回りぐらい年上のようなようだった。

その次の夢の場面では、以前私が進学塾に務めていた時のある教え子のお母さんと話をしていた。その方はワイン好きであり、每晚1本は空けてしまうほどのワイン好きであった。その方と話をし

ていた場所は、ロサンゼルスから南に少しばかり南下した街のアーバインであり、実際に私が昔住んでいた場所だった。そこは南国を思わせるような気候の素晴らしい街であり、その街のカフェでその方と話をしていた。「今度ワインでもどうでしょうか？」と有り難いお尋ねをしてもらったが、私はもうアルコールを飲まないようにしていたため、その旨を伝え、「コーヒーでも飲みながら、またカフェでゆっくり話をしましょう」と述べた。その方は納得したような笑みを浮かべ、そこで夢の場面が変わった。

最後の夢の場面では、私は大学時代に過ごした学生マンションの自室にいた。しばらくすると、通路から聴き慣れた声が出た。どうやら数名の友人が私の部屋にやって来る予定になっていたようであり、声の主は彼らだった。私は扉を開け、通路の向こうからやって来る友人たちに手を振った。そこにいたのは、一人の男性友達と一人の女性友達だった。二人は私に気づき、彼らも私に向かって手を振った。

二人を部屋に招き入れると、なぜだか突然トイレに行きたくなり、トイレに駆け込んだ。すると、一つしかないはずのトイレが三つ現れ、どのトイレに入ればいいのか一瞬悩んだ。ウォシュレットが付いていそうな一番良さげなトイレに入ろうとしたところ、鍵のマークが赤くなっており、誰かが入っているのだと思った。そのため、その横のトイレに入った瞬間に、今まさに入ろうとしていたトイレから一人の男の子が出てきた。見ると、以前進学塾で務めていた時の教え子の小学生だった。彼がトイレから出たのを確認し、私はすぐさま彼が使っていたトイレに移った。そのような夢を今朝方見ている。フ
ローニンゲン:2019/12/5(木)03:00

5295. 啓示的な思いに打たれて: バイオダイナミック農法に向かう自己

昨日、突如としてある思いが舞い降りてきた。端的には、農業に従事したいというものだった。それはあまりに突飛な思いであり、自分でも驚いてしまった。それはどこか、楽器の演奏を含め、音楽経験が一切ない時に、突如作曲実践を始めたのと同じ光景に思えた。始まりの光景と感覚が重なったことに今この瞬間もまだ驚きを隠せない。

農業の中でもとりわけ私は、思想家のルドルフ・シュタイナーが提唱したバイオダイナミック農法に以前から関心を持っており、今では実際に、その農法で作られた食べ物を摂取することも多い。昨日

ふと湧き上がってきたのは、バイオダイナミック農法が進んでいるどこかの国でそれを学び、それを日本に紹介するような取り組みを行いたいというものだった。どこかの国で実際に自分の農園を持ち、そこでバイオダイナミック農法を取り入れた営みをし、そこで得られた知見を日本に紹介していくような実践である。

昨夜私は、日本から随分と離れた欧州のどこかの国の片田舎で、毎日曲を作りながら農業に従事している自分の姿を想像していた。それは今すぐにではなく、もう少し後になって、それこそ老年になってから実現されるものかもしれないが、そのようなビジョンが静かに現れ、静かに消えていった。

食と人間の発達—及び社会の発達—はあまりに密接に繋がり過ぎているという気づきをこの1年間自分の体験を通じて知った。そこから私は、これまでの自分の専門性である成人発達理論や発達科学の知見を具体的なアクションに落とし込む形で農業に携わってみたいと思ったのである。それは思ったというよりも、向こうからやってきた気づきであった。これまでは企業社会の枠組みの中で自分の専門性を発揮することが多かったが、大きく領域を変えようと希求する自己が農業に行き着いたというのも何ら不思議ではないのかもしれないと思う。

バイオダイナミック農法との出会いは古く、今から5年前にロサンゼルスに住んでいた頃に遡る。何をきっかけに知ったのかというと、当時学習を進めていたワインをきっかけにして、バイオダイナミック農法で作られたワインを知ったことだ。それ以降、ロサンゼルスに住んでいた頃には、ワインを飲む際には、バイオダイナミック農法で作られたものをできるだけ飲むようにしていた。

バイオダイナミック農法は、確かに安全で美味しい食物を私たちに届けてくれるのだが、そのベクトルだけがあるわけでない。つまり、バイオダイナミック農法によって、人間が地球から食物を得るだけではなく、バイオダイナミック農法の本来の目的は自然に優しい農法を活用することによる地球の治療であり、そこが他の自然農法やオーガニック農法との違いである。実際にバイオダイナミック農法に自分が従事するようになるのかは全く見当がつかないが、とにかく今私の中で、その関心の火がついたことは間違いないのだから、その火を消さないように小さく探究を始めてみようと思う。

頭の中ではぼんやりとだが、実際にバイオダイナミック農法を行っているヨーロッパの農家を訪問してみることが浮かんた。さらには、書籍を通じても探究をしていこうと思った。調べてみると、英文書

籍が非常に充実しており、バイオダイナミック農法に関する書籍を何冊も見つけることができた。その中でも、バイオダイナミック農法の提唱者であるシュタイナーの書籍からまずは読んでみようかと思った。先日音楽関係の書籍を何冊か購入したばかりなので、年明け以降、下記の書籍を購入しようかと思う。

1. Agriculture Course: The Birth of the Biodynamic Method
2. Nutrition: Food, Health and Spiritual Development
3. What is Biodynamics?: A Way to Heal and Revitalize the Earth

フローニンゲン:2019/12/5(木)03:33

5296. 裸のままのオレンジの木～祖父に関する思い出

バイオダイナミック農法への関心について先ほど書き留めたばかりだが、そういえば昨夜就寝前に、ふと父方の祖父のことを思い出していた。祖父とのたくさんの思い出の中で、一つ忘れられない思い出がある。それは、私がまだ三鷹に住んでいた頃だったと思うので、5歳か6歳くらいの時だと思うが、ある日オレンジを食べた時、出てきた種を植えてみたいという思いに突然駆られた。そんな純粋な思いが芽生え、私は父と母にお願いをして、植木鉢をもらい、そこにオレンジの種を植えてみることにしたのである。

当時の私は、オレンジを栽培することがどれほど難しいのかについて全く知っておらず、何気なく種を植え、何気なく水や肥料などをあげていたように思う。ひょっとしたら三鷹から山口県に引っ越すことをきっかけにしてもらったのかもしれないが、ある日、少しばかり芽が出始めていたオレンジを、父方の祖父に育ててもらうことになった。

祖父の家には立派な畑があり、祖父の家に遊びに行った際には、畑に出て、畑の野菜や果物と触れ合っている自分がいた。その後、オレンジのことなどすっかり忘れており、数年後に祖父の家に行った時、そのオレンジを祖父がまだ育ててくれていることを嬉しくなったのを覚えている。そこからさらに歳月が経ち、大学時代に祖父の家に訪れた際にも、祖父がまだオレンジを育ててくれていることを思い出す。その時にはもう、種を植えてからかれこれ15年経っていた。オレンジというのは育てるのが難しいのか、一向に実を付ける気配はなく、15年経っても裸のままだった。そこからさらに

10年経った時、祖父はもうこの世にはおらず、オランダでの生活を始める前に、祖父の墓参りを兼ねて祖父の家を訪れた。家の畑は祖母が祖父と同じように毎日面倒を見ているようであり、依然と何も変わらないように見えた。ただ一つだけ、祖父からの愛情を失った畑は、少しばかり寂しげな表情を浮かべているように思えた。

祖母と一緒に畑を歩いていると、ちょうど畑と家の切れ目にある箇所に置かれていた盆栽群の中に、どこかで見たことのある裸の木が植木鉢の中にいた。それは私が25年前に祖父に預かってもらったオレンジの木だった。今もまだ生き続けるその木を見た時、込み上げるものがあった。祖父はひょっとすると、もうこのオレンジは実をつけることなどないということを知りながらも、25年間ずっと毎日世話をしてくれていたのではないかと思った。

祖父が亡くなるまでずっと愛情を注がれ続けていたオレンジの木は、実をつけることはなかったが、それでも細々とだが立派に生き続けていた。そして、それは今もまだ生き続けている。仮に実をつけることがなかったとしても、自分を捧げて何かに取り組み続けること、与え続けることの尊さを祖父から学んだような気がした。自己を捧げて取り組み続けていること、そして自己のエネルギーや愛情を与え続けていることにはどのようなものがあるだろうか。

自分の現在の生き方に対する内省的な問いが立つ。自己献身の意思を持って、自分以外の何かや誰かのために日々を生きることの大切さを強く感じる。祖父のように生きることはできていないが、祖父の精神を受け継いでいる自分が今ここにいるような気がする。

時刻は午前4時を回った。辺りは漆黒の闇に包まれている。夜明けはまだまだ遠いが、自分の内側にはもう夜明けがやってきているような気がする。フローニンゲン:2019/12/5(木)04:12

5297. 植物との魂のつながりと植物がもたらしてくれた縁

ここ最近では、世界の終末や自己の生涯の終わりについて考えることが多い。端的には、死について考えることが増えており、それに伴って、美や十全に生きることについて考えることも多くなった。「死を通過しない芸術は芸術にあらず、死を通過しない思想は思想にあらず」ということを思う。また、死を通過せずして、この世の美を味わい尽くすことや、日々を十全に生きることなど不可能のように思えてくる。

つい先ほど、昨夜ふとしたきっかけで思い出した裸のオレンジの木について書き留めていた。それは私が種を植え、それを父方の祖父が25年以上にわたって大事に育ててくれたものである。今は祖母が毎日世話をしてくれている。

先ほどの日記の中で、祖父から受け継がれた精神のようなものがあるのではないかと書き留めていたように思う。実は私の父は、祖父から血を受け継いだためか、社宅に住んでいた頃にはベランダで、そして今住んでいるマンションではバルコニーで、野菜や果物を育てている。この秋に実家に帰った時に、バルコニーで育てられている野菜や果物について少しばかり父に話を伺ってみた。やはり私の知らないことを父はたくさん知っており、ちょうどその頃から野菜や果物の栽培に関して興味を持っていた私にとって、とても有益な知恵を授けてもらったように思った。

私は幼少時代から、心の中で植物に話しかける癖があり、そうした癖は大人になった今でも残っている。実家のバルコニーに植えられていたレモンの木を触り、そしてまだ青々とした小さいレモンの実を撫でながら、心の中でそれと対話している自分がいたことを思い出す。立派な実をつけて欲しいという願いからか、いやその時の私はおそらく、立派な実をつけなくてもいいから生きてほしいという願いを持ってレモンに話しかけていたのだと思う。オランダにおいても、河川敷をジョギングしている際に見かけた花々の前で時々立ち止まることもあり、手で優しく撫でながら彼らに心の中で話しかけることがある。それは別に小難しい内容のものではなく、「元気かい？」というような程度のものであるのだが、彼らの生きる姿から励ましを得て、それに対してお礼を述べている自分がそこにいるのである。

社会人になった時の最初の勤務地は大阪であり、私は新大阪駅の近くのタワーマンションに住んでいた。そのマンションの前には公園があり、会社に行く前や会社から帰ってきた時に、公園内をジョギングすることがよくあった。その公園には、太く立派な木が何本もあり、私は時々、その中の一本の木の前で立ち止まり、木に手を当てながら対話をし、エネルギーを分けてもらっていたことがあった。動物と違い、うんともすんとも何も言わない植物に話しかけている自分がいるのはなぜなのだろうか。なぜ自分は植物に語りかけているのだろうか。植物と自分との間にはどこか深いつながりがあるように思えてくる。それは魂のつながりなのかもしれない。私が突如バイオダイナミック農法に関心を示し、その探究を始め、いつか自分で農業を営みたいと思ったのは、植物とのそうした魂の

つながりがあるからなのかもしれない。それはきっと、植物がもたらしてくれた魂の次元での縁であり、運命なのだろう。フローニンゲン:2019/12/5(木)04:30

5298. 情緒を伝える試みとしての作曲

時刻は午前4時半を迎えた。気がつけば、起床してからすでに2時間半が経っており、その間には日記の執筆しか行っていないことに気づく。書くという行為の中に自分がいて、何か濃密な時間の中にいたような感覚がある。これが自分の時間を生きることなのだろう。

時間について昨日書き留めていたことが思い出される。こうした主体的な時間をとにかく大切に毎日過ごしていこう。そうすれば、真に主体的な人生が実現され、真に主体的な最後の瞬間を迎えることができるだろう。その瞬間、自分は主体を完全に越えた世界に入っていくのだと思う。

バイオダイナミック農法に対する関心が本当に強まっており、先ほど書き留めた書籍を早く読みたいという気持ちが高まっている。年末年始は旅行に出かけ、不在のため、旅行から帰ってきたタイミングでそれらの書籍を購入しよう。また、実際にバイオダイナミック農法を活用している農園の訪問も近々実現させたい。ヨーロッパにおいてはバイオダイナミック農法を活用している農家が多いらしいので、今後は美術館を巡る旅をするだけでなく、そうした農家に足を運ぶ旅を試してみるのもいいかもしれない。

今朝一杯目のカカオドリンクを先ほど作っている時に、今後は自然を題材にした曲を積極的に作っていき、とりわけ植物を題材にした曲を作っていきたいと思った。先ほどの日記で書き留めたように、植物と私との間には何かがあるのだ。切っても切れない何か深いつながりがそこにあって、植物に向かわせる何か自分が自分に働きかけているのである。

今日は昼過ぎに街の中心部のカフェで、上の階に住むピアニストの友人と話をすることになっている。カフェまで散歩を楽しむ中で、自分に話しかけてくる草花がいたら、その場で立ち止まって、彼らのお喋りを楽しもうと思う。

今度一時帰国した際にぜひとも草花辞典を購入しようと思っていた本質的な理由が見え始めている。確かに相手の名前を知らなくても、相手のことを知らなくても対話はできるのだが、その対話を一段と深いものにするために、彼らの名前を知り、彼ら自身についてもっと深く知りたいと思う。そうした思いから草花辞典に関心を持ったのだと思う。

それではこれから早朝の作曲実践に取り掛かりたい。作曲はその瞬間に感じられた情緒を伝える試みとして行う。この考えもまた昨日に芽生えたものだ。もっと言うと、いついかなる瞬間においても情緒は絶えずこの世界に遍満しており、情緒との接触をより密なものにするために作曲を行い、それを形にすることによってその情緒を誰かに伝えたいという思いがあるようなのだ。一つ一つの情緒もまた生命のような存在であり、そうした存在に対する名付けの行為が自分にとっての作曲実践であり、名付けられた情緒を自分以外の誰かに紹介する試みとして作曲実践がある。作曲に関する技術の進展は牛歩のようだが、作曲に対する意味合いとして、新たな展望が開けてきている。フ
ローニンゲン:2019/12/5(木)04:54

5299. 仮眠中の知覚体験:冬との友情を深めること

今日はとにかく寒かった。そして朝から晩まで霧が深かった。どこか北欧の森の中で生きているような感覚があった。

今日は午後に、上の階に住むピアニストの友人とカフェで話をした。カフェに向かうまでの道のは、上述の通り霧に包まれていて、肌を刺すような寒さがあった。今夜は暖かくして寝ようと思う。

少しばかり時計の針を巻き戻すと、今朝は午前2時に起床していた。午前7時を迎えた時に、少し休憩が必要だと思い、30分ほど仮眠を取った。その時に立ち現れていたビジョンはとても鮮明だった。どうやら私は、朝早く起床して仮眠を取る場合——3時に起床することはもはやそれほど早くなくなっており、2時前に起床して午前中のどこかで仮眠を取る場合——、鮮明なビジョンを見ることが多いことに気づく。しかもそのビジョンは身体感覚を強く伴うものである。例えば今朝方において見ていたのは、ヨーロッパのどこかの国の街を歩いているビジョンであり、その後、突然自分の身体が幽体離脱して星空に向かっていくかのような感覚に陥っていた。

ビジョンは確かに脳内で見ているのだが、この時の幽体離脱の感覚はベッドの上のグロスボディに関するものであり、今日のその体験は少しばかり恐怖心にも似た感情を喚起していた。とはいえ、身体中に激しい電流が流れるような感覚はしばしば体験し、今朝方の体験はそれに近いものであったため、その体験をしている時の自分は比較的落ち着いていた。実際に、意識がグロスボディから離れ、サトルボディと完全に一体化する方向に向かっていると気づいた時には、もういっそのこと、肉体的な身体から離脱してみようかと思ったぐらいであった。そのような体験を今朝方していた。

時刻は午後7時を迎えようとしている。今日はカフェまでの往復の散歩を楽しみ、帰りにはあまりにも寒かったので、思わず小走りになった。3時間半ほど友人と話をしたこと、カフェの往復が良い運動になったのか、お腹が空く時間がいつもより30分ほど早くなり、先ほど夕食を摂り終えた。今日を振り返ってみると、今日もまた充実感に満ちた一日であった。

私は、生きることの喜び「について」語る人ではなく、生きることの喜び「から」語り出す人になりたいと思う。もう説明に明け暮れるような日々は御免である。生きることの喜びを説明するのではなく、絶えず生きることの喜びの中において、喜びを通じて毎日の瞬間を味わうこと。それを明日もまた行う。

黙想的な気分させてくれる闇と静寂が広がっている。こうした冬を迎えるのはもう4回目になった。そして今後も引き続き、私はこうした冬をくぐり抜けていくのだと思う。こうした冬を眺めるのではなく、自分の内に冬を抱き、そして冬の中に自己を投げ入れる形で冬を過ごしていく。数日前の日記で書き留めたように、時間との友情を深めるだけではなく、冬との友情も深めていこうと思う次第である。フローニンゲン:2019/12/5(木) 19:00

5300. 沈黙の期間:ハーブシコード(チェンバロ)について

時刻は午前2時半を迎えた。今朝はとても風が強く、起床直後に換気のために窓を開けると、力強い風が吹き込んできた。風の音が鮮明に聞こえてくるぐらいの風の強さである。昨日は本当に冷え込んでおり、寝る時には湯たんぽを使い、随分と暖かくして寝た。今日は小雨混じりの一日のようだが、そのおかげで気温は少しばかり上がる。

昨日、リルケの詩集を本棚から取り出し、少しばかりリルケの詩の世界の中にいた。リルケは一時、創造活動に向けて数年間ほど沈黙の時間を過ごし、その間に静かに思索を深めていった。そ

の後、旺盛な詩作に取り掛かって行ったというエピソードがある。ひょつとすると、今の自分はそうした沈黙の時間を過ごしているのかもしれないと思われた。もちろん、この間にも着実に自分のなすべきことは進めているのだが、それは将来に待つ大きな実りに向けた大切な準備であり、その準備の期間を静かに過ごしているのが今の自分の姿のように思えてくる。

ルルケの詩を読みながら、まるで自由詩を詠むように、歌いたいことを歌いたただけ歌うことを理想とする自分の存在に気づいた。作曲を通じて自分の歌を歌うこと。それを促す様式であれば活用したいが、それを制限するような様式であれば活用しない。様式に囚われるようなことはしたくない。あくまでも様式というのは、創造性を刺激する補助的な道具のような存在なのである。それに囚われ、創造性が制限されてしまうというのは本末転倒である。

今、オランダの古楽器演奏家グスタフ・レオンハルトがハープシコード(チェンバロ)を用いて演奏しているバッハの曲に耳を傾けている。これまでバッハの曲はピアノかオルガンで聴くことが主であったが、このようにハープシコードの響きで聴くのもとても味わい深いものがある。

昨日、久しぶりに上の階に住むピアニストの友人とゆっくり話をし、その時にレオンハルトについて教えてもらった。もう一人、フランスのピエール・ハンタイという演奏者についても教えてもらい、彼の演奏にも近々耳を傾けたいと思う。昨日は、彼女が現在力を入れているハープシコードについてあれこれと教えてもらった。いくつも興味深い話を聞いたのだが、ハープシコードというのはピアノのように大量生産されるようなものではないらしく、一台一台が手作りであり、作り手の魂が深く刻み込まれている生き物のような性格を強く持っているらしい。端的には、ピアノのように万人に対して優しく、誰が引いてもそれなりの音が出されるような楽器ではないとのことであった。演奏者側がどれだけ真摯にハープシコードと向き合うかが問われるとのこととであった。まさにハープシコードと深く対話をするような感覚で、ハープシコードが日々発するメッセージに気づき、絶えず意味や感覚を汲み取りながら演奏をしたり、メンテナンスをこまめに行っていく必要があるとのこととであった。

もう一つ興味深い点は、ハープシコードで演奏する際には、伴奏の部分は即興性が求められるらしい。それは特に、ハープシコード向けに書かれた時代の曲であればその傾向が強いとのことである。楽譜の和音の部分が特殊な表記になっているらしく、その和音構成であれば、どのような和音

を付けてもいいという表現の自由が確保されている点が面白く、まさに演奏者はその場で作曲家のように曲を作っていくようなことが求められるのだろう。

過去の音楽教育の中で、決められたことを忠実に守りながら演奏することに慣れていると、自由かつ創造的に演奏するというのはなかなか難しいということその友人が述べていたのが印象に残っている。昨日の彼女の話から考えさせられることが多く、少しばかり考えを寝かせ、種々のテーマについてまた文章を書き留めておこうと思う。フローニンゲン:2019/12/6(金)02:59