

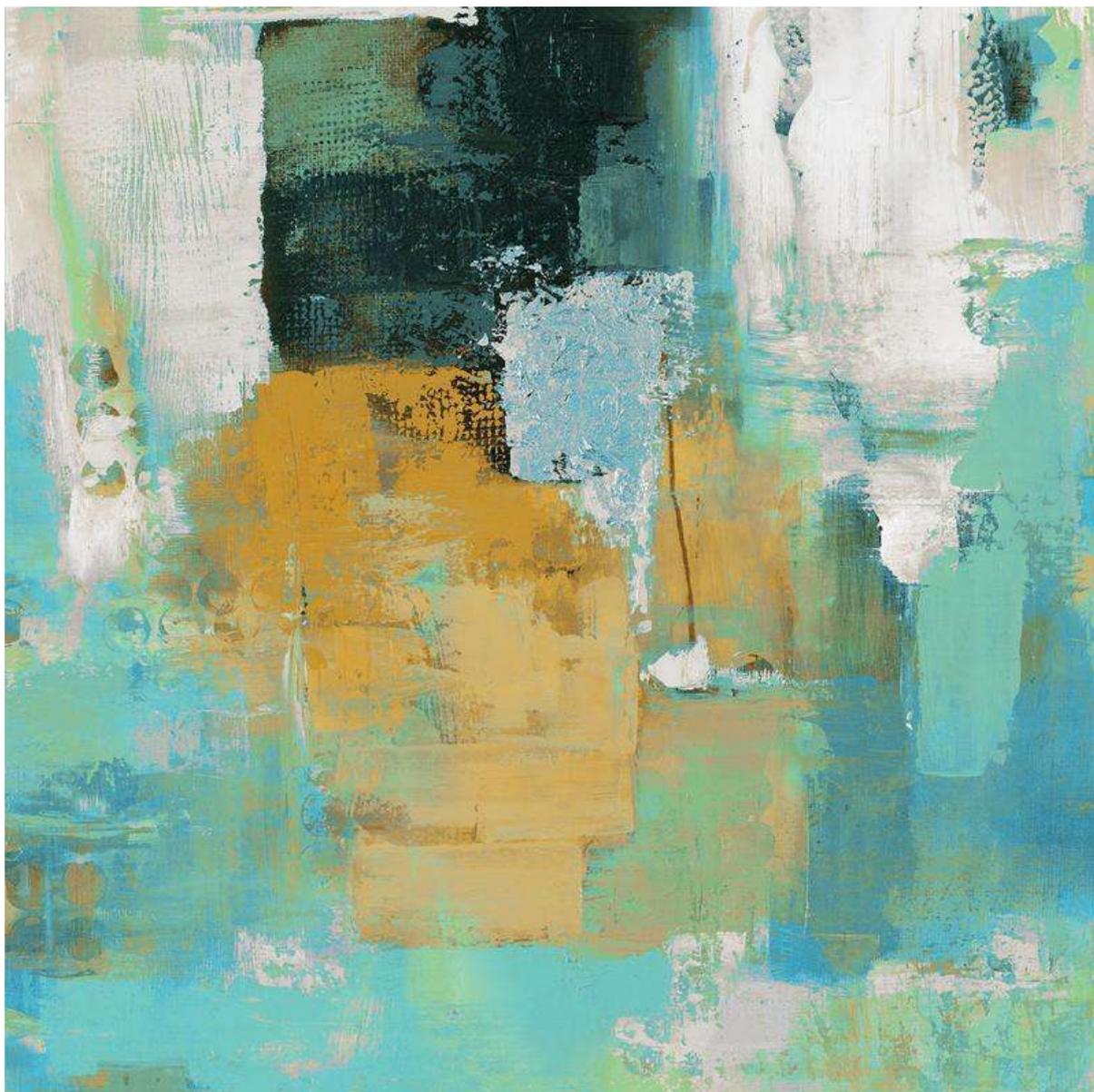
---

# 発達理論の学び舎

Back Number: Vol 173

Website: 「[発達理論の学び舎](#)」

---



---

## 目次

- 3441. 夜明け前の日曜日
- 3442. ティール以降の発達段階の限界に関する良書
- 3443. 身体を通じた理論学習
- 3444. 映画俳優を務める夢
- 3445. 映画としての人生及び人生の役割について
- 3446. 作曲理論の集中的な学習に向けて
- 3447. 作曲理論の学習に伴う喜びと充実感
- 3448. 今朝方の印象的な夢
- 3449. 理論の大切さを示唆する夢
- 3450. 作曲理論の学習方法と師匠につく意義について
- 3451. 本日の作曲理論の学習を振り返って
- 3452. 今朝方の印象的な夢
- 3453. 理論体系の発展過程
- 3454. 師走近づく日の午後に
- 3455. 学習への没頭
- 3456. リゾート地で倒れる夢
- 3457. シャドーワークとしての夢の振り返り
- 3458. 音楽の文法を学びながら思うこと
- 3459. 勉強会の意義: 私たちを呼ぶもの
- 3460. 自由自在な境地へ向かって

---

### 3441. 夜明け前の日曜日

時刻は午前八時に近づきつつあるが、辺りはまだ暗い。夜が明けるにはもう少し時間がかかりそうだ。

一羽の小鳥が小さく鳴き声を上げている。今書斎の中には、ノルウェーの作曲家ハラルド・セーヴェルールのピアノ曲が鳴り響いている。外の世界と調和するようなどとも静かな曲だ。去年の夏に訪れたベルゲンで生まれたこの作曲家の曲を聴いていると、ベルゲンの思い出が蘇ってくるかのようだ。時折私は、欧州で訪れた様々な土地の思い出をふとしたきっかけで思い出すことがある。セーヴェールの曲はベルゲンに関する私の記憶を引っ張り出してくれている。今日は三時間半ほどのこのアルバムをまずは聴き通したい。

そういえば、今朝方は印象に残る夢を見ていなかった。昨日の午後から夜にかけて長時間にわたって座禅瞑想をしたことによって、無意識そのものが深く休息をしているかのようだ。この休息は本日も継続するか、はたまた休息が終わり、今夜は何かしらの夢を見るかもしれない。

早朝にバッハの四声のコラールに範を求めて作曲を行った。今日の工夫としては、テンポをいつも以上に遅くしてみたことと、ハーモニックマイナーとメロディックマイナーを活用したことにある。それら二つのマイナースケールに関しては、まだ両者が持つ固有の響きについて習熟していないため、活用する適切なタイミングが掴めていない状態だ。そうしたことから、今はまだ、曲全体の中で最適なタイミングでそれを活用するというよりも、適当なタイミングでそれを適用することに留まっている。それらのマイナースケールを活用するためには、二つの固有の音の違いを理解しておく必要がある。それは理性的にも身体感覚的にも双方においてである。

今日もこれから作曲理論の学習を進めていくが、改めて理性を働かせることの大切さを強く実感している。理論を学習することは感性を制限するのでは決してなく、むしろ感性を大いに育むものとして存在している。とにかく自分の理性を働かせて作曲理論を学び、作曲に伴う感性を磨いていく。ひとたび理性が獲得された成人期以降においては、理性を活用しなければ感性など育みようがないように思えてくる。とにかく徹底的に作曲理論を学んでいきたい。

---

絶えず理性を働かせて学習を継続させていくためには、今こうして綴っている日記のように、文章を書いていくことを続けていく必要がある。辻邦生先生が小説論について絶えず学び、絶えず自分の理性を働かせて独自の小説論を構築していった背景には、膨大な思考実験とそれに付随して書き留められた膨大な量の日記がある。同様に私も、作曲理論の学習及び作曲実践について引き続き日記を書き続けていく。

夜がうっすらと明け始めた。フローニンゲン:2018/11/25(土)08:13

#### No.1442: A Water Droplet of Night

Today is gradually approaching the end. I concentrated on studying composition theory today. I hope to do the same tomorrow, too. Groningen, 17:59, Monday, 11/26/2018

#### 3442. ティール以降の発達段階の限界に関する良書

今朝は五時に起床したおかげもあり、午前中の時間を有意義に過ごすことができている。先ほどまで作曲理論の書籍を二時間ほど読み進めており、ここで一度発達心理学のテキストに戻りたいと思う。早朝の時点では、スザンヌ・クック=グロイターの発達モデルを活用し、段階5、5/6、6の特性と限界について簡単に書き留めておきたいと思っていたのだが、それらを書くことに気乗りしない自分がいる。

ジョン・エフ・ケネディ大学時代にお世話になっていたマーク・フォーマン博士の“A Guide to Integral Psychotherapy: Complexity, Integration, and Spirituality in Practice (2010)”の中に、それらに関する記述があり、それを読んでいると、改めて文章の形にまとめておく必要もないように思えてきたのである。

ティール(段階5)の先に存在するターコイズ(段階5/6)においては、言語でリアリティを構築・把握していくことの限界について深い認識を持ち、通称「第三層の意識階層」に属するインディゴ(段階6)、ヴァイオレット(段階7)、ウルトラヴァイオレット(段階8)、クリアーライト(段階9)はトランスパーソナルの領域であるから、そこでの発達課題はますますトランスパーソナルなものになっていく。フォーマン博士の書籍の中で記述があるのは、インディゴ(段階6)までであり、自然言語を用いてそれ以上の段階の限界を記述するのは相当に難しいと思う。しかし、そうした試みを行っているのが、ケン・

---

ウィルバーの“The Religion of Tomorrow (2017)”であるから、そうしたトランスパーソナルな段階の限界について再度関心を持ったら、その都度その書籍を参照すればいい。

今日は午後から時間を見つけて、昨日の座禅体験をあえて理性的に捉え直すために、いくつか文献を紐解こうと思う。それらはトランスパーソナル心理学やシャーマニズムと意識に関する書籍になるだろう。

これから昼食までの時間を使って、フォーレに範を求めて作曲実践を行う。午前中に学習していた作曲理論をどれほど活用できるか定かではないが、学んだことを少しでも活用していくという意識を持ちたい。夕方には再び作曲理論のテキストを読み進めていき、着実に作曲理論の基礎を構築していく。ここで本当に基礎の土台をしっかりとしたものにしていく必要がある。

これまで感覚的に作ってきた600曲の中には、おそらく常に何かしらの文法ミスと呼ばれるものが含まれているだろう。それら無くしていくためにも、作曲における文法をしっかりと身につけていきたい。フローニンゲン:2018/11/25(土)11:24

### 3443. 身体を通じた理論学習

時刻は午後の八時半を迎えた。日曜日が終わりに向かい、新たな週の始まりに向けて動き出しているかのようだ。

夕食後、昨日の座禅瞑想の体験を理論的に解釈するために、発達心理学やトランスパーソナル心理学の専門書を本棚から引っ張り出し、それらを読んでいく。数多くの先人が同種の体験を積み、それらを理論的に体系化した記述を読んでいると、色々と参考になることがある。

もちろん、昨日の体験内容自体は自己に固有のものだと思うが、それらの体験がどのような階層の意識状態から生み出されているものなのか、さらにはそうした意識状態によってもたらされる治癒と変容の効果はどういったものなのかを理論的に理解することは大切であろう。本日中に全ての記述に目を通すことはできなかったため、明日も引き続きいくつかの専門書を読み進めていく。

昨日に言及していたように、ここから数週間は長時間の座禅瞑想をしないようにする。行うとしたら、年末の最後の週の土曜日から、その前の週の土曜日にする。少なくとも三週間ほどは間を空けてか

---

---

ら座ろうと思う。夕方に、協働プロジェクトに関するレビューの仕事を終え、再び作曲理論の学習について考えていた。そこでは作曲理論を学んでいたわけではなく、それをどのように学んでいくかについて新たな工夫は何かないかを考えていたのである。

作曲理論を学ぶ際には、とにかく手を動かして学ぶことが大事であるため、書籍の中に記載されている譜例は、MIDIキーボードを実際に打ちながら音を出していこうと思う。確かに、自分はピアノを演奏する気は今のところないため、作曲ソフト上に音を並べていくだけでも十分なのかもしれないが、それよりも、実際に自分の手を使って音を出してみるということは学習効果がより高いだろう。

とにかく身体を通じた学習を心がけていく。もう一点、現在学習を進めている書籍はPDF形式であるため、それを印刷した方が学習が進めやすいように思う。また、絶えず自分の頭を積極的に働かせていくために、学習の最中に自分なりのまとめノートを作ることも有効に思える。そうしたこともあり、近々再び近所の文房具屋に行き、五線譜ノートを購入しようと思う。今使っている作曲理論のテキストを三回繰り返して読むまでは、一日の作曲実践は二回でいいかもしれない。

まずはテキストの全体を通して一度読み、二回目からはまとめノートを作りながらゆっくり進めていく。その際に、MIDIキーボードを使って、自分の手で音を鳴らしてみるという身体実践を取り入れていく。今はとにかく作曲理論の基礎の習得に全力を注ごうと思う。明日にまた作曲理論の学習をすることが今から楽しみだ。フローニンゲン:2018/11/25(土)20:43

#### 3444. 映画俳優を務める夢

今朝は六時に起床し、六時半から一日の活動を始めた。新たな週が始まり、月曜日の今日は、早朝から活力に満ち溢れている。一昨日に行った座禅瞑想のおかげか、自分の内側が刷新され、それがこうした活力を生んでいるのかもしれない。昨日は夢を見なかったのだが、今朝方は印象に残る夢を見ていた。

夢の中で私は、ある映画の俳優を務めていた。その映画はアメリカのものであり、私以外にはそうそうたるアメリカ人俳優が出演していた。アメリカの映画やテレビドラマでよく見かける人物たちと共に、私は映画の撮影を行っていた。

---

映画の一つのシーンは、日本のどこかの都市を舞台にしているようだった。それはどこか私が日本で通っていた大学の大学通りのようだった。大学通りの先には本来駅があるのだが、夢の中の舞台では、巨大なビルがそこにそびえ立っていた。この映画のテーマや状況設定は錯綜としており、言葉で説明するのはとても難しい。

役者である私ですら、映画の次の場面の進行を予測するのが難しかった。その場面では、私が一人の友人と共に、消息を絶ったある人物を捜す設定になっていた。その街を歩いて捜すこともできたのだが、友人が特殊な乗り物があると私に述べた。すると、横にいたはずの友人が突然消え、大学通りの先にそびえ立っているビルのでっぺんからトランペットの音が聞こえ始めた。

私は後ろを振り返り、ビルのでっぺんを見ると、友人がトランペットを吹きながら、小型の車のような乗り物に乗って、ビルのでっぺんから垂直方向に下ってくるのが見えた。何かの始まりを告げるトランペットの響きのみならず、私は友人が乗っている近未来的な乗り物にも驚いた。その乗り物は地面に接することなく、地面から少しばかり上に浮かんでいる。友人がビルから一気に下りてきて、大学通りを高速で移動し、私の横にやってきた。

そこで夢の場面が変わった。そこからの場面は断続的な記憶になっている。一つ覚えているのは、映画の最後の場面が終わり、エンドロールが流れ出したシーンである。その映画に出演していた経験豊富な俳優の順に、その俳優を象徴する映画のシーンが再度現れていくようなエンドロールだった。私は自分が登場するのは随分後の方だろうと思っていたのだが、アメリカ人の名優たちが5人ほど紹介された後に、私が次に日本人では初めて紹介された。自分の演技を見ながら、改めて今回の映画について静かに振り返っていた。

今朝方の夢で覚えているのはそのぐらいである。ただし、夢全体が私にもたらしている感情はとても肯定的なものだった。夢から覚めた時、どこか良い夢を見たという感覚があった。夢の途中では謎に満ちたシーンもあったのだが、それは不気味な謎ではなく、そうした謎を解き明かすことが面白いと言えるようなものだった。そうしたこともあって、起床した時の私はどこか爽快感を覚えていた。フローニンゲン:2018/11/26(月)07:00

---

No.1443: Slow Daybreak

After 8:30AM, finally day broke. I'll concentrate on learning composition theory today, too.

Groningen, 08:34, Tuesday, 11/27/2018

3445. 映画としての人生及び人生の役割について

時刻は午前七時を迎えた。言うまでもなく、フローニンゲンのこの時間帯は深い闇に包まれている。明るくなり始めるのはあと一時間ほどだろう。

今日は一日を通して曇りのようであり、最高気温は4度、最低気温はマイナス1度である。今日は昼前に近所のスーパーに買い物に出かけようと思う。

それにしても今朝は、早朝の夢のおかげもあってか、活動に向けた気力で満ち溢れている。実は深夜未明に一度目を覚ました瞬間があり、再び寝ようと思って目を閉じたところ、強烈な白い光を脳内で知覚した。これは一昨日に座禅瞑想の際に知覚していたものと似ているのだが、深夜未明の白い光は強烈かつ突然やってきたため、少々驚いてしまった。

長時間座ることによって、自分の脳細胞が再構成され、新たな脳内回路が開かれたようである。こうした回路が一度構築されると、何かのきっかけで開かれた回路を通じてしか知覚できないものを知覚できるようになるのだろう。それは物理的な脳内現象としてだけではなく、意識上における現象でもそうだ。新たな脳内回路が開かれることは、新たな意識上の回路が開かれることであり、その逆も然りである。

意識の発達とは脳内構造の発達に他ならず、脳内構造の発達とは意識の発達に他ならない。意識という言葉を知性に置き換えてみても同様のことが言える。すると学習によって知性を涵養していくというのは、脳内構造の変容に他ならないことが見えてくる。物理的な脳の特長についてもより探究を深めていこうと思う。

今朝方の夢について再度振り返っている。場面場面の細かな内容を振り返るというよりも、夢全体を巨視的な観点から見た時に、一体どのようなことが言えるのかを考えている。今朝方の夢では、

---

私は映画の中の役者として登場していたが、それは人生そのものを象徴しているのではないかと思った。つまり、この人生というものが、やはり一つの映画のようなものなのではないかということである。

早朝からボロディンの交響曲を聴いている。今流れているのは、『だったん人の踊り』である。今こうしてこの曲を聴いていることそのものが映画の一つのシーンであり、この曲は映画のBGMのように聞こえてくる。

欧州での三年目の生活を始める頃に、自らがこの人生で果たす役割のようなものに対する目覚めがあった。ふとここで、「役割」というものそのものについて考えてみると、それがどこか、映画で役割を演じることと似ているように思えてきたのである。そうすると、人生というものがますます映画のようなものであると思えてくる。夢の中では、映画の製作者が誰なのかわからなかった。思うに、あの映画には一人の決まった製作者などいなかったように思う。

それでは誰がああの映画を作っていたのかというと、おそらくあの映画に登場していた全ての人たちなのだと思う。映画の中のあの町を含め、人間のみならず、全ての物質的なものも含め、それら全てがああの映画を作っていたように思う。

人生もそうなのではないだろうか。この人生の作り手は、私というよりも、私を含めた全存在者が生み出しているものなのではないか、という気づきが芽生えてくる。そして、それはおそらく正しいのだろう。全存在者の創造物としての一つの人生において、自分が担う役割を担っていきたいと思う。今日の活動一つ一つの全てが自分の役割に他ならない。フローニンゲン:2018/11/26(月)07:24

#### No.1444: Evening Prayer

Evening already came when I realized it. I'll continue to study composition theory from now.

Groningen, 16:12, Tuesday, 11/27/2018

### 3446. 作曲理論の集中的な学習に向けて

日の出の時間がどんどん遅くなる今日この頃、今日は午前八時半を迎えてようやく辺りが明るくなり始めた。今は午前11時に近づいていることもあり、すでに辺りは明るい。

---

早朝にバッハの四声のコラールに半を求めて一曲作り、その後は作曲理論の学習を進めていた。作曲理論の学習がますます面白くなってきている。そうした気持ちにさせてくれているのは、理論を学べば学ぶほど、作曲技術の幅が拡張していくのを実感できているからだろう。もちろん、学んだことを自由自在に使いこなすには膨大な訓練が必要だが、新たなことを学んだ瞬間に、自分の内側で何かが広がった感覚がある。

理論を学ぶことの大切さはまさにこの点にあるように思えてくる。発達理論と同様に、作曲理論は本当に奥深い。その奥深さを実感するたびに、ますますそれを学びたくなってくる。ここから三ヶ月程度は特に、一日に三曲作るのではなく、二曲にとどめ、その代わりに徹底的に作曲理論を学んでいこうと思う。作曲理論の中には当然ながら音楽理論が含まれており、作曲及び音楽そのものに対する理論的な理解を深めていく。

この冬は、とにかく作曲理論の基礎を固めていこうと思う。現在使用しているテキストの一読目をできるだけ早く終え、二周目からは手を動かしながら丁寧に読み返していく。手持ちのノートに五線譜を書きながら、テキストに書かれていることを自分なりにまとめていき、譜例が現れるたびに、MIDIキーボードを自分で叩いて音を出していく。理論の学習はとにかく手を動かしながら、身体全体を通して学んでいく。身体の次元で理論を習得して初めて、学んだことが自由自在に活用されるようになる。

自分が発達理論をどのように学んだのかを思い出してみると、実際に理論を活用した発達測定を行ったり、成長支援コーチングやコンサルティングを行ったりするという実践があった。それと同様に、作曲理論を学習する際には、とにかく手を動かし、自分で音を出し、実際の作曲過程の中で理論を活用してみるということが実践になるだろう。

作曲理論の基礎を徹底的に身につけたら、そこからは応用的な事柄をどんどん学んでいきたいと思う。武者修行を行うかのように、世界の様々な音楽理論家や作曲家と交流するのも良いかもしれない。そのようなことをふと考えていた。昼食までまだ時間があるので、引き続き作曲理論の学習を行っていく。午後からも基本的には作曲理論の学習を続け、休憩がてらに作曲実践を行ったり、トランスパーソナル心理学のテキストを少々読んでいこうと思う。少なくともこの三ヶ月は作曲理論の

---

学習に集中する期間としたい。それを集中的に学ぶのは、今が最適な時期なのだと思う。フローニンゲン:2018/11/26(月)10:52

### 3447. 作曲理論の学習に伴う喜びと充実感

気がつけば夜の八時半を迎えていた。週の始まりの月曜日が静かに終わりに向かっている。

今日は作曲理論を集中的に学ぶ一日であり、明日もそのような一日にしたいと思う。とにかくここからは、作曲理論の基礎を構築することに集中したい。作曲理論の基礎を確立したら、再び旺盛に作曲をしていくのと同時に、自分が好む作曲家の実際の楽譜を次々に分析し、そこから作曲上の着想を得ていく。それを行うために、もうしばらくしたら、楽曲分析のための参考文献を購入しようと思う。

分析を通じて得られた事柄は逐一作曲ノートに書き留め、それを自分の作曲の中で活用していく。現在学習している作曲理論のテキストの一読目を終え、明日からは二読目に入る。この時には、早朝の日記で言及していたように、MIDIキーボードで実際に音を出しながら学習をしていくのと合わせて、自分でまとめノートを作っていく。さらには、テキストの中にある課題を拡張させて、それを元に練習曲のような短い曲を作っていく。それは16小節ぐらいで十分だろう。

これまでに作ってきた600曲は、一つ一つの音符を置く際に、それはすべて直感であり、なぜそのように音を置いたのか自分では全く説明ができない。つまり、その背景には理論がなく、明確な意図に基づいて生み出されたものではないということである。作曲に伴う真の感性を育てていくためには、この習慣を一度改めなければならない。惰性で音を生み出していくのではなく、言葉を一つ一つ選びながら文章を構築していくような手順で曲を作っていく。そのためには、最初は本当に短い小節でいいので、学習したことを元に、すべての音を明確な意図と理論に基づいて生み出す訓練をしていく。明日からのテキストの二読目の開始に並行して、日々の作曲実践はそうした意識に基づいて作曲をしていく。

ピタゴラスが音楽の理論的な探究を開始してから、2500年ほどの間に発達してきた作曲理論は、本当に奥深いものを持っている。そうした事柄を学ぶことに大きな喜びを見出している。しかもそれが、自分の作曲実践をより豊かなものにしてくれると気づいてからは、なお一層のこと作曲理論を学ぶ

---

---

ことに面白さと充実感を見出すようになった。今は本当にまっさらな状態であるが、音楽大学を卒業していないにもかかわらず、どこかの大学院で教えられるぐらいまでに作曲理論を学びたいと思うようになっている。

作曲理論を習得することは、発達理論を習得することと同様に、一つの大きな財産となるだろう。明日からの学習がまた楽しみであり、明日への期待感を持って今日も就寝に向かう。フローニンゲン：  
2018/11/26(月)20:50

### 3448. 今朝方の印象的な夢

今朝は六時に起床し、六時半から一日の活動を開始させた。今日の最高気温は3度であり、最低気温はマイナス1度である。ここ最近随分と冷え込んでいたが、明日からは雨の降る日が多くなるためか、気温が上がる。天気は優れないが気温は暖かくなるというのは、嬉しいのやらそうでないのやら複雑なところだ。いずれにせよ、フローニンゲンはすっかり冬らしくなった。おそらく来週の前半まで続く雨の日が終われば、気温が一気に低くなるだろう。

今朝方の夢について少しばかり思い出している。夢の中で私は、ロサンゼルスダウンタウンと東京の丸の内を合わせたような町にいた。

最初私は、ロサンゼルスの道路を彷彿させるような道の上にあった。その道路は、ある法則性によって区画化されており、一つ一つの区画に対して、私は道の上に大きな音符を描いていった。どうやら私は、道の上で作曲を行っているようだった。楽譜上の一小節に該当するのが道路の一区画であり、一つ一つの区画ごとに音符を並べていった。ちょうど八小節分、つまり八区画ほど道の上に音符を置いて音楽を作った時に、私は知人を駅に迎えに行くことを思い出した。私はその場を離れ、駅に向かった。

駅に到着すると、三人の知人がそこにおいて、簡単な挨拶をした。一人の知人が、「今日はこれまで何をしていたのか？」と尋ねてきたので、「さっきまで道路の上で作曲をしていた」と答えた。すると、三人の知人がぜひその曲を聴きたいと述べてきた。人に聴かせられるような曲ではないかかもしれないと思ったが、知人がぜひと言うので、私は先ほどまでいた道路の区画を、駅の近くの道路にスライドさせようと思った。

---

私は三人の知人に、「ちょっと待ってて」と述べ、先ほどの道路に走って向かった。すると、意外とその場所まで距離があることがわかり、私は全速力に近い形で走って行った。すると、その場所の土地勘があまりなかったためか、結局迷うはめになった。迷いながらもしばらく先ほどの道路を探していると、ようやく八つの区画を見つけた。

その区画を触り、さっきまでいた駅の道路を頭の中で思い浮かべれば、音符の描かれた区画を瞬時に移動させる力を私は持っているようだった。その力を使った瞬間に、私の横に一台の車が止まった。見ると偶然にも、また別の知人がそこにいて、駅まで送ってくれると言う。それは有り難いと思った私は、車に乗せてもらい、今度は車で駅まで向かった。

すると、駅の周辺が先ほどまでとは異なっており、東京の丸の内のような場所に変っていた。そこで降ろしてもらおうと、そこには奇妙なほどに人がいなかった。休日の丸の内以上に閑散としており、その場にいたのは私だけのようだった。空を見上げると、雨雲が空を覆っており、突然雨が降り始めた。私は街の道路の下を走っている地下道に逃げ込み、雨が当たらないようにした。そこは歩道がなく、車道しかないため、後ろから車が来ないか心配しながら歩いていたが、一台も車が来なかった。

再び地上に出ると、激しい雨が引き続き降っていた。地上に出てみたはいいものの、行く当てもなかったので、私は地上に設置されていたエレベーターを使って、再び地下道に降りていこうと思った。すると、私の後ろから、「待ってください！」と男性が叫ぶ声が聞こえた。見ると、一人の男性がエレベーターに急いで駆け込んできた。

そのエレベーターは二人しか人が入ることができない作りになっていた。その男性がやってきた直後に、一人のおじいさんがやってきて、エレベーターに乗りたいたいと言う。私は特に焦っていなかったのと、駆け込んできた男性がどこか怪しげな雰囲気身をまとっていたため、一緒にエレベーターに乗りたくないと思っていたこともあり、その男性とおじいさんを先にエレベーターに乗せた。すると、そこで夢の場面が変わった。フローニンゲン:2018/11/27(火)06:55

#### No.1445: Importance of Basics

Today I put my energy on learning the basics of composition theory.

---

---

I'll continue to apply what I learned to my composition practice everyday. Groningen, 19:41,  
Tuesday, 11/27/2018

### 3449. 理論の大切さを示唆する夢

時刻は午前七時を迎えた。この時間帯は、辺りはまだ真っ暗であり、日の出まではあと一時間半ぐらい待つ必要がある。

今朝方の夢について先ほどまで振り返っていた。やはり印象に残っているのは、道路の上で作曲をしていたことだろう。道路の上に音符を置き、出来上がった八小節の音の流れについて思い出している。どのようなメロディーが流れていたのか定かではないが、道路から自分が作った曲が流れてくるというのは不思議な感覚であったことを覚えている。

その後に見た、丸の内のような場面での夢のあと、実はもう一つ夢を見ていた。完全に場面が変わり、私は欧州のサッカーの試合の解説現場にいた。対戦している二つのチームは、それぞれ欧州の名門チームであり、私は解説者の説明に耳を傾けていた。私の役割は、成人発達理論の観点から、とりわけサッカー選手の知性に関する観点から解説を補助することであった。

私の横にいたスペイン人の解説者は、実際に現在試合を行っている名門チームにかつて所属していた選手だった。その解説者は、自分が選手であったことからか、選手目線での丁寧な解説を行っていた。

一つ印象的なことは、実は守備をする際にはかなり高度な理論が背後に存在しているということだった。いかに組織的に相手からボールを奪うかに関する理論体系が存在しており、その解説者は、ボールを奪取するいくつものパターンを説明していた。こうした解説を聞いていると、サッカーというスポーツが高度な知性を要求していることに改めて気づかされ、随分と感銘を受けた。すると今ままでいた解説現場が、突然実際のピッチの上に変わり、その解説者は、先ほどまで試合をしていた選手一人一人に事細かに理論的な守備の方法を指南し始めた。左サイドバックを務めている選手は、現存する世界最高の左サイドバックの一人だと思うが、その選手ですらも、その解説者から新たに学ぶことが多いようであり、熱心に解説者の話を聞いていた。そのような夢も見ていたことを思い出す。

---

サッカーが持っている理論体系は、学術の世界における様々な分野の理論体系と同じぐらい高度なものであり、現在自分が学んでいる音楽理論のような体系であるとも思った。それらの理論体系を習得し、それを実際の試合の中で活用していく高度な知性がサッカー選手には要求されているのだと改めて考えさせられた。

今日は昨日に引き続き、作曲理論の学習を旺盛に進めていく。昨日はほぼ丸一日、作曲理論の学習に時間を充てていたと言っても過言ではない。今日もそのような一日にしようと思う。とにかく次の春を迎えるまでに、作曲理論の基礎を固めたいと思う。学術的な読書は必要最低限に留め、そうした書籍がふと読みたくなった時に手に取るようにする。

発達理論の習得に向けて学習を進めていた時と同じような内発動機が今の自分の内側にあることを感じる。一気に作曲理論の基礎を固め、そこから再び旺盛な作曲実践を行い、今度はより高度な作曲理論を学んでいく。今朝方の夢は、いかなる分野にも奥深い理論が存在していることを示唆し、そうした理論を学ぶことがいかに高度な実践を可能にするのかを示しているように思える。

フローニンゲン:2018/11/27(火)07:21

#### No.1446: On the Top of a Naked Street Tree

A little bird perched on the top of a naked street tree. The bird rested there for a while, and it flew away. Groningen, 09:44, Wednesday, 11/28/2018

#### 3450. 作曲理論の学習方法と師匠につく意義について

今日は午前八時を過ぎてからしばらく経ったあたりに夜が明け始めた。昨日に引き続き、午前中は作曲理論の学習に集中していた。当初の予定通り、本日からまとめノートを作りながらテキストを読み進めている。テキストに書かれている事柄を自分の言葉でまとめ直すことは、とても学習になると実感している。

掲載されている図も、改めて自分の手を動かしてまとめて直してみると、その図の意味がより頭に入ってくる。面白いことに、手を動かして学習すればするほどに、知識項目が単に頭に入ってくるだけでなく、身体全体に染み渡っていくような感覚がある。こうした感覚は今後も大切にしていき、学習

---

の際にはこうした感覚が起こっているかどうかを絶えず確認していくようにする。仮にそうした感覚がないまま学習を進めているのであれば、それは学習方法がどこかおかしいと言えるだろう。

テキストの学習項目をノートにまとめていくだけではなく、今日からはMIDIキーボードを使って、実際に音を出しながら学習を進めている。これまでは作曲ソフト上における楽譜しか見ていなかったが、実際にキーボードを使って音を出してみるのも非常に効果的であると感じている。

午前中の学習は随分とはかどり、午後からも同様のペースで学習を進めていこうと思う。仮眠を取った後にも作曲理論の学習を一時間ほど行い、そこで休憩がてら、そこまでで学習した内容を適用する形で作曲実践を行う。

今日も昨日に引き続き、テレマンに範を求めようと思う。その際には、実験として、一般的には明るいと言われる長調の曲を暗めに響かせるような工夫をしていく。具体的には、曲の中で用いる和音を長三和音よりも短三和音を多く使っていく。また、曲の出だしにトニックを使う際には、その和音を短三和音にすれば、全体として暗い感じの曲になるはずだ。そうした実験を行ってみる。できれば明日は、それと逆のことを短調の曲で行う。一般的には暗いと言われる短調の曲を明るめに響かせるということを行ってみる。

現在作曲理論を集中的に学びながら思うのは、もう少し独学で作曲理論の基礎を確立し、他の諸々の事柄が落ち着いたら、自分が師事したいと思う作曲家の方から教えを受けようということである。これまでは、師事をしたと思う作曲家はいなかったが、ちょうど最近、師事をしたと思う作曲家を見つけ、さらにはその方が個別レッスンを行っているようだから、近い将来その方に教えを乞いたいと思う。

様々な実践に当てはまると思うが、その道ですでに高みに到達している人から直接教えを受ける方が、学習は圧倒的に早い。独学の良さはもちろんあるが、独学ではなんともしようがない限界があるのも確かだ。自分自身が発達理論を学んできた過程を振り返ると、常にではないが、しかるべき時期にしかるべき師がいたことは間違いない。作曲においても、しかるべき時期にしかるべき期間にわたって師から教えを受けようと思う。フローニンゲン:2018/11/27(火)13:19

---

### 3451. 本日の作曲理論の学習を振り返って

今日も気がつけば夕方を迎え、今となってはもう夕食後の時間になっている。今日は一日中作曲理論の学習に時間を充てていた。今は作曲理論を学ぶことが楽しくて仕方ないという状況にある。これまで知らなかった事柄を次々に知っていくことや、これまであやふやになっていた知識項目を一つ一つ理解していくプロセスそのものに喜びを見出している。さらには、学習した事柄を実際の作曲実践の中で活用してみることも大きな喜びである。作曲実践は本当に実験の場であり、学んだことを試しに活用し、そこで試行錯誤することの中にも喜びがある。

興味深いのは、作曲理論を学んでいる最中において、ある項目が理解できた時のみならず、理解できずに頭を悩ませている時ですら喜びの感情が根底にあるということである。また、作曲実践の最中において、学んだことがうまく適用できた時のみならず、うまく適用できない時にも喜びの感情が自分の内側に湧き上がっていることは面白い。

作曲理論を学ぶこと、作曲実践の双方において、何がどうあっても学習と実践の喜びが絶えずそこにあることに気づく。これは進歩を遂げていくための貴重な資源となるだろう。

明日は、今日のように一日中作曲理論を学ぶことはできず、午後からは、明後日に控えた協働者の方たちとの勉強会に向けた準備をしようと思う。今回から四回にわたって、発達心理学者のスザンヌ・クック＝グロイターの論文を取り上げ、彼女の発達モデルに関する理解を深めていく。その準備を明日の午後から行い、午前中と夜は再び作曲理論の学習に時間を充てたいと思う。

今日は作曲理論のテキストを150ページほど読み進めていた。まとめのノートを取り、MIDIキーボードを鳴らし、さらにはテキストに記載されている問題や課題にも取り組んでいたから、150ページほど読み進められたことは自分でも驚きである。まとめのノートを取りながら、いくつか疑問に思ったことはそこに書き留め、続きの章を読む過程の中で、あるいは、また別の書籍を読むことを通じて、それらの問いに答えていきたい。

本日学んだことをここで列挙することはしないが、テキストをゆっくりと読み進めていると、これまで誤って理解していた項目があることにいくつか気づいた。そうした気づきが得られるごとに、何かハッとさ

---

せられるものがあった。明日もそうした瞬間に何度か立ち会おうだろう。それもまた学習の楽しさの一つである。

作曲理論の基礎が固まったら、当然自分でどんどんと曲を作っていくが、やはりどこかのタイミングで師から教えを乞いたいと思う。すでに高度な作曲技術を獲得している人から学ぶことは極めて多いだろう。またそれは、自分の学習を加速させてくれるのは間違いないだろう。フローニンゲン：  
2018/11/27(火) 19:59

### 3452. 今朝方の印象的な夢

今朝は六時過ぎに起床した。起床した時の外の気温はマイナス2度とのことであったが、室内ではそれほど寒さを感じない。外は寒い、家の中は暖かいというのはオランダの家の特徴である。

昨日に引き続き、今朝方も印象に残る夢を見ていた。夢の中で私は、実際に通っていた中学校か高校の体育館にいた。そこで私はバスケの練習をしていた。特に、何人かの友人たちと一緒に、スリーポイントシュートの練習を楽しくおこなっていた。

友人たちを眺めてみると、バスケの経験のない者も何人かいて、さらには友人だけがそこにいると思っていたのだが、見知らぬ人もそこにいた。私が黙々とシュート練習をしていると、見知らぬ一人の人物が私に声をかけてきた。

**見知らぬ男性:**「そのシュートフォームはあまり良くないですね。こうやってシュートを打つと良いですよ」

その男性は私に近寄るなりそのように述べた。私はこれまでの自分のフォームは、シュート理論に則る正しいものだと思っていた。しかしその男性は、そうした理論から逸脱するようなフォームを勧めてきたのである。

**私:**「そのフォームはあまり正当なものに思えないのですが、そのフォームの良さはどのようなところにありますか？」

---

**見知らぬ男性:**「ええ、このフォームだと、ボールを相手からより遠いところに置くので、シュートモーションに入る直前に相手からボールを奪われる心配がないという利点と、シュートがブロックされにくくなるという利点があります」

見知らぬ男性はそのように述べ、実際にシュートを放った。すると、ボールは綺麗な放物線を描きながらも、ゴールには届かず、その手前で落ちた。

男性は笑いながら頭をかき、「腕が少々鈍ってますねえ」と述べてから、もう一度シュートした。すると、次のシュートは見事にゴールに入った。

そのフォームでは確かに左手をボールに添えるのだが、どこかやり投げのようで不格好だと私は思った。しかし、一度そのフォームを試してみようと思い、何度かそのフォームでシュートを打ってみた。すると、先ほどまではほとんど入らなかったスリーポイントシュートが、徐々に入るようになってきたのである。「これは面白い」と私は思い、その後はそのフォームの可能性を模索するべく練習を続けた。

練習を続けてしばらくすると、中学校時代の友人が続々と体育館にやってきた。これからバスケの試合をしようという。見ると、私の友人のみならず、ハーバード大学教育大学院のハワード・ガードナー教授も体育館に入ってきて、全員の前で一言述べた。

**ガードナー教授:**「今から12チーム編成で試合を行います。優勝チームには、賞金「100の三乗@」が支給されます」

ガードナー教授が日本語でそのように述べた時、私の周りには友人の何人かは、「100の三乗」がいくつになるのかすぐにわからないようであったが、その数の大きさだけはわかるようであり、興奮気味であった。また別の何人かは、「@」は「ドル」なのか「円」なのか、はたまた違う通貨単位なのかについてあれこれ盛り上がっていた。そうした盛り上がりの中で試合が始まり、その途中には、先日結婚をした友人が率先して、体育館の壇上の上に調理場を即席で作り、美味しそうなご飯ものの料理を作り始めた。そのような楽しい雰囲気の中で試合が始まったのだが、私は賞金のために試合をするのはあまり気乗りせず、かといって手を抜くのも気乗りしない気分であった。心の中で私は、「チームの総シュート数のうち、95%を自分でシュートすれば確実に全試合に勝つことができる。ただしそれ

---

---

ではワンマンショーになりかねないので、その比率は90%ないし、85%に下げる形で試合を進めていこう。それでも全試合には確実に勝てる」ということを考えていた。そうした考えを持ちながら試合に臨み、試合が始まると夢が終わりに向かっていった。今朝方はそのような夢を見ていた。フローニンゲン:2018/11/28(水)07:20

#### No.1447: Practice of Various Chords and Pedal Points

I devoted myself to studying basics of composition theory today. Especially, I was studying about various chords and a pedal point. Groningen, 21:05, Wednesday, 11/28/2018

### 3453. 理論体系の発展過程

闇に包まれたフローニンゲンの早朝。時刻は七時を過ぎ、後一時間ほどすれば、辺りはうつつすらと明るくなって来るだろう。今日と明日は、午後から小雨が降るようだ。そうしたこともあってか、今日と明日の気温はそれほど低くない。今日と明日のみならず、実際には来週の初旬までは、比較的穏やかな気温が続く。肌を刺すようなマイナスの世界が広がるのは、もう少し後になるだろう。

今朝方の夢について再度思い返している。そういえば、夢の途中で、父が現れ、「スリーポイントシュートなど自分の時代にはなかった」と述べていたのを思い出した。その点については、現実世界の中で、実際にバスケットをしていた母から聞いたことがある。父はバスケットの経験者ではないのだが、そのようなことを述べながらスリーポイントシュートを次々に打つと、自分よりも成功確率が高いことに驚かされた。そのような場面があったことを覚えている。

夢の内容にここでもう一度立ち返ると、興味深いのは、私に近寄ってきた見知らぬ男性が勧める一風変わったシュートフォームの意味である。あのフォームそのものの意味についてここで述べようとしているのではなく、あのフォームが夢の一つのシンボルとして果たす機能的な意味について考えていた。そのフォームは、既存のシュート理論からはかけ離れたものであり、見た目としてもあまり美しいとは言えない。しかし、その男性が述べた、そのシュートフォームが持つ利点について考えてみると、理屈として非常に納得のいくものであった。実際に、そのフォームでシュートを打ったほうがゴールに入る確率が上がった。仮に誰かがそのフォームでスリーポイントシュートを打ち始め、その

---

成功確率の高さが世に知られ始めると、そのフォームが市民権を得始めるのではないかと思ったのである。

ここに、既存の理論が拡張されていく過程を見て取ることができるように思えた。現在私は、作曲理論を学んでおり、その中で音楽理論というものが、徐々に更新され、あるいは時に既存の理論とは相反するような全く新しい項目を包摂しながら発展していく過程を見ることができる。理論体系が不可避に持つそうした発展過程を、今日の夢のシンボルは示唆していたのではないかと思う。夢の中で父が言うように、そもそもスリーポイントシュートは、今から何十年前のバスケの世界には存在していなかったのである。

スリーポイントシュートが導入されたのは、おそらくバスケをより面白くするためであろう。その導入によって、試合の展開の仕方のみならず、シュートを打つための鍛錬をする選手の身体までもが変わっていったにちがいない。それは一つのルール変更に匹敵するようなものであり、それによってバスケが大きく変わっていったのだろう。これと似たようなことが音楽の世界にも何度も繰り返しているように思えてくる。

昨日に引き続き、今日も作曲理論を旺盛に学習していく。今日は発達心理学に関する勉強会に向けた準備もあるため、作曲理論の学習は五時間から六時間程度になるだろう。今日もどのようなことが学べるのかとても楽しみだ。フローニンゲン:2018/11/28(水)07:36

#### No.1448: On a Drizzling Morning

It is drizzling. I'll begin to study composition theory from now. Groningen, 08:55, Thursday, 11/29/2018

#### 3454. 師走近づく日の午後

時刻は午後の二時半を迎えた。つい先ほど仮眠から目覚め、これから夕方に向けての取り組みに従事していく。今日も午前中から、作曲理論に関する学習を進めていた。今日はとりわけ、作曲で活用する和音について学びを深めていた。これまで知らなかったような和音が次から次へと現れ、それらの特性を学びながら、今日からの作曲実践にすぐにでも活用したいと思っていた。夕方にも

---

う一度作曲実践をしようと思っているので、その時に本日の学習内容を積極的に活用したい。学習即実践であり、実践即学習のサイクルを継続させていく。

仮眠を取る前あたりから、少しばかり小雨が降っていたようだ。それに気づかないほど仕事に没頭していた。仮眠の前には、協働プロジェクトに関するメールに対して返信をしていた。

今日はそれほど風が強くないのだが、道行く人の姿を眺めていると、重たそうに自転車のペダルを漕いでいる人が多い印象だ。薄い雲が覆われた寒空の中を、多くの人たちが自転車に乗りながら通り過ぎていく。

そういえば、午前中に、一羽の小鳥が裸の街路樹のてっぺんに止まった光景を目にしていたことをふと思い出した。その小鳥は、少し休んでから、どこかに飛び去って行った。

時の流れは早いものであり、今年もあと少しで師走を迎え、一年が終わる。四ヶ月前にフローニンゲン大学でのプログラムを終えてからは、再び自由の身となり、自分の望む探究と仕事だけに従事できる日々が過ごせている。一切強制的なものがなく、多岐にわたる自分のライフワークの一つ一つに思う存分取り組む中で日々が過ぎていく。

来年はどのような年になるだろうか。今年と同様に、絶えず自分のライフワークに邁進していくような年になるだろう。これから生涯を閉じるまで、日々がすべてそのような形で過ぎていくように生きて行く。

今日はこれから、もう少しばかり作曲理論の学習を進めていきたい。和音についてあと一つだけ学習を進めたらキリが良いので、そこで一旦テキストを閉じる。そこからは、明日の勉強会に向けた準備をしていきたい。具体的には、課題論文として取り上げているスザンヌ・クック=グロイターの論文を読んでいく。

明日は勉強会の初回であるから、英文論文の読み方についてこちらの方から簡単に説明していく必要があるだろう。日本の教育においては、文字の読み書きは習うのだが、書籍や論文の読み書きについてはなぜだかほとんど習わない(いわんや論文を含めた文章の書き方など習わない)。英文論文は読み方のコツさえ掴んでいけば、文章が格段に読みやすくなるため、明日は自分の体験

---

に基づく英文読解法について言及しようと思う。明日の勉強会で扱うのは20ページほどであるため、それらにもう一度目を通し、いくつかディスカッションポイントを抽出したり、とりわけ重要な点については印をつけるなどしておきたい。それらがひと段落したら、休憩がてら作曲実践を行う。フローニンゲン:2018/11/28(水)14:53

### 3455. 学習への没頭

時刻は午後の六時半を迎えた。これから入浴をし、夕食を食べる。夕食後には、再び作曲理論の学習を行い、本日最後の作曲実践を行う。

今は作曲の実践よりも、とにかく作曲理論の基礎を固めることに集中している。今日の学習もかなりはかどり、着実に作曲理論を学んでいる自分がいる。

今日は夕方除いて、基本的には他の時間はすべて作曲理論の学習を行っていた。夕方には、明日の勉強会に向けて論文を再度読み直し、解説のポイントをまとめていた。それ以外の時間は、本当にすべて作曲理論の学習に時間を充てており、学びに伴う喜びと充実感に絶えず包まれていたと言える。今は本当に、発達理論の学習にのめり込んでいた時と同じような感覚に包まれて日々を過ごしている。

理論を学ぶ面白さに絶えず触れている感覚がそこにある。いや、絶えず作曲という実践が伴う分、作曲理論を学習することは発達理論を学習することを越える喜びをもたらしていると言えるかもしれない。それほどまでに、作曲理論に没頭している自分がいる。あまり消化に良くないのかもしれないが、実は昼食と夕食を食べている時にも音楽理論に関するポッドキャストを聞いている。

アメリカ人の二人の若い教授がエンターテイメント性に溢れるやり取りをしながら音楽理論について解説しているものを聞きながら飯を食べている。そういえば、発達理論に没頭していた初期において、特にジョン・エフ・ケネディ大学に在籍していた時は、確かに昼食と夕食時に、発達理論に関するオーディオを常に聞いていたように思う。そればかりか、何かしらの移動の際には必ず発達理論に関するオーディオを聞いていたように思う。文字どおり、就寝とトイレ以外の時間はすべて、発達理論に関する情報に触れていたように思う。今は基本的に外に出かけることも少なく、仮に散歩す

---

る時には散歩に集中したいため、移動の際にはオーディオを聞くことはないが、それでも一日の多くの時間は本当に作曲理論漬けだと思う。

そうしたことを考えていると、明日から行える工夫としては、今現在作成している作曲理論のまとめノートの内容を、夕方にナッツ類を食べている時に読み返すことを新たな習慣にしたい。時間にして数分程度だと思うが、その時間には、書見台にまとめノートを置き、左手でノートのページをめくり、右手でナッツ類を食べるようにしたい。

とにかく作曲理論を集中的に、これでもかというぐらいに学んでいく。実践に足る確固たる基礎が確立されるまでそうしたことを行っていく。夕食後の作曲理論の学習、さらには明日の作曲理論の学習が今からもう待ち遠しい。フローニンゲン:2018/11/28(水) 18:34

### 3456. リゾート地で倒れる夢

今朝は六時に起床し、六時半から一日の活動を開始した。どうやら就寝中にも小雨が降っていたようであり、窓ガラスに雨滴が付着している。

明日は天気回復するのだが、そこから四日間続けて雨に見舞われるようだ。今日から来週の初旬までは、最高気温・最低気温ともに比較的高い。天気は優れないが、この季節にしては暖かく感じられる日がしばらく続くようだ。

いつもながら、就寝中に見ていた夢について振り返ることから一日を始めた。今朝方の夢の中で私は、穏やかな海に近いリゾート地に来ていた。それはどこか日本の瀬戸内海を想起させるような場所であった。砂浜から目と鼻の先に一棟の大きなマンションが建っており、私はその一室にいた。その一室は豪華であり、とても広々としていた。さらには、いくつかの部屋があり、私はリビングのような場所のソファに腰掛けていた。しばらくすると、続々と私の友人たちがそこにやってきて、これからみんなでくつろぎながら食事や会話を楽しむことになっていた。

何人かの友人たちは、荷物を置くとすぐに、マンションの一階から砂浜に出たすぐのところにあるプールに入りに行った。私もプールサイドでくつろごうかと思ったが、まだ到着していない女性の友人の到着を待つことにした。そこからしばらく経っても彼女は到着せず、携帯を眺めようとしたところ、な

---

んとそれはポケベルに変わっていた。ポケベルの名前は聞いたことがあったが、一度も現物を見たことのなかった私は、その使い方がいまいち分からなく、少しばかり困っていた。

色々とボタンをいじっていると、その女性友達から連絡が入っていることに気づいた。見ると、「まだやってる？」というシンプルなメッセージだった。まだやってるものにも、みんなここに集まったばかりであり、飲み食いもまだ始まっていない状況だったから、早く来るようにメッセージを打とうとした。しかし、ポケベルでメッセージをどのように打てばいいのか分からなく、色々と試してみても、メッセージが全て数字に変換されてしまう。これではただの暗号になってしまうため、なんとかひらがな変換ができないかと模索していたが、それが面倒になり、彼女へ返信するのを一旦止め、今いる部屋からプールサイドに降りて行って、他の友人たちの様子を見に行くことにした。

友人たちは、プールサイドの四辺に二つずつ設置されたリクライニングチェアにもたれかかってくつろいでいた。そこで何人かの友人と話をした後、やはり女性友達の件が気になっていたため、もう一度マンションの一室に上がり、そのリビングでメッセージの返信をしようと思った。

ちょうどそこには二、三人の友人もいたので、ポケベルの使い方を聞いてみたが、誰もそれを使ったことがないようだった。ボタンをあれこれといじっていると、電話をかけられることに気づき、いっその事電話をした方が早いと思って、電話をしようとしたが、発信ボタンが見つからず、結局電話もかけることができなかった。そこからしばらく試行錯誤をしていると、ようやく返信する方法がわかり、先ほどのメッセージに対して、「まだやってるから早く」と短いメッセージを送った。

リビングの大きなテーブルを見ると、そこに一人の友人が紅茶か何かをゆったりと飲んでいたので、彼とゆっくり話でもしようと思った。彼のところに向かって一步を踏み出すと、突然私はその場に倒れこんだ。ポケベルのメッセージに返信することに対してエネルギーを使いすぎたようであり、疲労困憊でそこに倒れてしまったのである。その後もしばらく夢が続くが、今朝方は概ねそのような夢を見ていた。フローニンゲン:2018/11/29(木)07:02

#### No.1449: An Invitation to a Sweet Dream

Today was very fulfilled to me in that I could study hard basics of composition theory. I can hear a sound that invites me to a sweet dream. Groningen, 20:31, Thursday, 11/29/2018

---

### 3457. シャドーワークとしての夢の振り返り

つい先ほど、今朝方見ていた夢について日記を書き留めていた。夢を書き留めることは、一つのシャドーワークとして機能しているように思う。しかもそれは、自己に関する多くの気づきや発見をもたらしてくれるという点において、随分と有益なシャドーワークだと言えるだろう。

夢について書き出してみると、忘れてしまっていた部分についても時々思い出すことができる。今朝方の夢を大方書き出してみた後に、そういえばその他の夢も見ていたことを思い出した。リゾート地に滞在している夢以外には、欧州のどこかの国で日本人とルームシェアをしながら生活をしている夢を見ていた。なんとその人数は10人であり、しかも彼らは大学生ぐらいの年齢であり、全員がとても若い。

その夢の場面では、ルームシェアをしている他の10人と殺風景な広い部屋で一緒に就寝に向かうところだった。就寝に向かって目を閉じていると、これまで自分はどれぐらいの期間彼らと過ごしたのかわからないが、ふとこうした生活に違和感を覚えた。男女入れ混じる10人の他人と同じ部屋で寝ることが少しばかりおかしいことに気づき、落ち着いて寝られないように思えてきたのである。確かにその日は全員が同じ時刻に就寝したが、生活リズムは全員異なるため、自分の就寝のリズムが今後狂ってしまう可能性もあると考えた。

そのような考えが芽生えた瞬間に、同じ国の中の別の場所で、小中高時代から付き合いのある友人一人とルームシェアをしながら生活している場面が変わった。10人とルームシェアをして生活することには嫌気がさしていたため、気心の知れた友人とルームシェアをできることは私を安心させた。しかし、そこでも結局、他人と一緒に生活することに違和感を覚え、私は一人で生活できる場所に引っ越すことにした。そのような夢の場面があったことをふと思い出した。

この夢はどこか、一人で落ち着いて生活することを強く望んでいる自分の姿を映し出しているようである。他人から自分の生活に一切の干渉が入らないような生活。

ここでは他人と物理的に一緒に暮らすことを避けようとしているのみならず、社会から自分の生活に干渉が入ることを避けようとする自分の姿を暗示しているように思える。そして、日本で生活すること

---

を可能な限り長く控えたいと思う理由の一つとして、他人や社会からの見えない干渉が日本社会の中に溢れているという点を挙げるができることにも気づく。

リゾート地を訪れた夢についても振り返っておくとするならば、その最後の場面で疲労困憊で倒れてしまったシーンについては思うところがある。普段であれば就寝一時間前はくつろぐ時間になっているのだが、昨夜は結局、その時間も返上して作曲理論の学習をしていた。

気がつけば就寝に向かう時間がやってきており、昨日は本当に作曲理論の学習に没頭していたように思う。就寝前の自分は特に疲れなど感じていなかったのだが、就寝前のくつろぐ時間を返上してしまったことが、夢の内容に影響を与えたのかもしれない。

今日は昼食後に、協働者の方たちとオンラインを通じて勉強会を行うが、それ以外の時間については作曲理論の学習と、休憩として作曲実践を行っていきたいと思う。フローニンゲン:2018/11/29  
(木)07:22

#### No.1450: Sounds of Clouds

Lunch time is coming. I'll go for a walk in the afternoon to go shopping in the center of the city.  
Groningen, 11:41, Friday, 11/30/2018

### 3458. 音楽の文法を学びながら思うこと

時刻は午前11時に近づきつつある。ここで一旦、午前中の学習について振り返っておく。

今朝も作曲理論の学習に時間を充てており、まとめノートを取りながら基礎テキストのすべての内容を学習し終えた。ここから昼食までの時間は、数日前に一読を終わらせたその他の作曲理論を読み返していきたい。その書籍の方が今朝読み終えたものよりも難易度が高いため、今回の再読から、まとめノートを取り、それに並行してMIDIキーボードを用いて音を出しながら能動的に学習を進めていく。

今いくつかの論点に関して自分なりの問いが立っており、今回の再読を通じてそれらを明瞭にすることができればと思う。再読には数日間から一週間ほどの時間がかかるだろうが、それが終わる頃

---

には作曲理論の基礎はかなり確立されているのではないかと期待する。昨日は、様々な和音と保続低音という技術について学んだ。今日も改めて和音に関しては知識の確認を行っていた。和音の活用に関しても、まだまだそのタイミングが掴めていない。最適な箇所で最高の和音を活用できるようになるためには、兎にも角にも、一つ一つの和音の性質を熟知しておく必要があるだろう。

昼食後にはオンラインミーティングがあるため、午後からの作曲はそれが終わり、仮眠を取ってからになると思う。その際には、ショパンに範を求めて曲を作り、曲が出来上がった後には、和音の機能を分析し、それが文法に則ったものなのかを確認していくことを行う。

普段日本語で日記を書く際にも、それが書き終わった後に、一通り誤字脱字や文法を確認するようにしている。それと同じことを、本来は作曲においても行うべきなのだが、これまでの私はそれを怠っていた。これまでは、そもそも文法に関する知識がなかったのであるから、確認などしようがなかったのであるが、今は少しずつ文法知識を身につけつつあるため、作った曲については、今持ち合わせている文法知識を活用して確認を行っていく。これを習慣としたい。

今日は早朝から断続的に小雨が降っている。ちょうど今は止んでいるが、午後からまた小雨が降るようだ。遠くの空を眺めると、白いカモメの群れが不規則に旋回している。いや、よくよく観察を続けてみると、何らかの規則性がそこにあるように思えてくる。

音楽理論というのは、人類が2500年ほどの長大な時間をかけて積み重ねてきた知識と技術の集積であり、それを思うと感慨深いものがある。音楽の規則を学び、規則的なものの中に不規則なものを生み出し、不規則なものの中に規則的なものを生み出していけるように、これから昼食までの時間を音楽理論の学習に充てていく。フローニンゲン:2018/11/29(木)10:58

### 3459. 勉強会の意義: 私たちを呼ぶもの

数十分ほど前に、協働者の方たちとのオンライン勉強会を終えた。今日から四回にわたって、発達心理学者のスザンヌ・クック=グロイターの重要な論文を読み解いていく勉強会が開始した。勉強会を終えてみての率直な感想は、勉強会を行って良かったというものである。英語の論文を読むことは、参加者の多くの方にとって馴染みのないものであったようなのだが、それでも皆さんが自分なりの気づきや発見、さらには質問事項を勉強会の中で共有してくれたことは有り難いことであった。

---

英語の論文を読むことに対して難しさを感じるというのは、実は内容理解よりも、そもそも文章の読み方の問題であることが多いため、その点についても勉強会の中で言及した。論文や書籍を読む有効な方法があるにもかかわらず、とりわけ日本の教育においては、論文や書籍の読み方を教えてくれることはほぼ皆無であることはやはり問題だろうと思う。

成人教育についてはこれからますますその重要性が叫ばれ、実際に様々な動きを各企業や組織が見せはじめているが、私たちの知性—さらには感性も—を大いに育ててくれる読書の方法を多くの成人が習得していないことは問題であろう。仮に書籍や論文の文字が読めたとしても—表面的なリテラシーがあったとしても—、書籍や論文を深く読み解いていく深層的なリテラシーがなければ、文献が自己を真に深めてくれることはないだろう。

今日の勉強会を終えてみて、二週間後の次回の勉強会が楽しみであるのと同時に、近い将来にまたオンラインゼミナールを開講したいという気持ちも芽生えた。その際には、成人発達理論に関する英語の論文に基づく内容にしたい。取り上げたいと思う論文はすでに頭の中にあり、ゼミナールの構成も大雑把に考えているのだが、今は諸々の理由からそうしたことを行う時期ではないと考えている。ただし、近い将来にそうしたオンラインゼミナールを開講できればと思う。

今日はこれから、再度一時間程度の時間を取って、作曲理論の学習をしていく。とにかく今は作曲理論の学習に集中する。起きてから寝るまで作曲理論のことが頭の片隅に絶えずあり、実は仮眠の最中や風呂に入っている時に、脳内で音符を並べる現象が最近よく出現する。

来年の春を迎えるまで、作曲理論の基礎を徹底的に固めていく。今日の勉強会でも改めて気づいたが、理論を深く習得することが、どれほど深い気づきや発見を私たちにもたらしてくれることか。理論は感性の障害物なのではない。仮に障害物として機能しているのであれば、それは理論の習得が全くもって未熟だからだ。

理論に真に習熟していくと、理論を学ぶことでしか開かれない感性が開かれる。理論を蔑ろにする人は、実践だけを強調する傾向にあり、そうした人たちが行っている実践を見てみると、実践とは言えないような中身のないことを行っている傾向にある。まさに私がこれまで感覚だけに頼って600曲作ってきた実践のように。確かに、それらは意味が全くないものであったとは言えない。むしろ、そ

---

れは計り知れない意味を持っているものであった。だが、今から思うのは、仮にそうした実践を理論の学習と並行して行っていれば、あるいは学習した理論をもとにそうした実践を行っていれば、作曲技術はより高度なものになっていただろうということだ。

一にも二にも理論の学習。寝ても覚めても理論の学習。

もしそうした学習ができないのであれば、私たちにとってそれは嬉しい知らせを意味する。端的には、そうした学習ができないのであれば、その分野には呼ばれていないのだ。その分野を極めていくことはその瞬間に諦めてしまえばいい。本当に私たちを呼ぶものは、そう簡単に諦められるものではないのだから。フローニンゲン:2018/11/29(木)15:15

### 3460. 自由自在な境地へ向かって

くどいようだが、何度も自分に言い聞かせる。とにかく、作曲理論を深く学んでいく。

昼食の際には音楽理論に関するポッドキャストを聞いているのだが、その中で、“Journal of Music Theory”という論文ジャーナルの名前が言及されていた。これは完全に音楽理論の専門家のためのジャーナルであり、基本的には音楽理論に関する博士号を取得したものが論文を寄稿し、またそうした者たちがそのジャーナルを読む。こうした専門ジャーナルがすらすらと読みこなせるようになり、それを自らの作曲実践に適用できるぐらいに作曲理論を学ぶ。とにかく寝ても覚めても作曲理論について絶えず考える日々をこれから集中的に送っていく。

昨日の日記に書き留めていたように、些細なことであるが、毎日夕方に食べているナッツ類を食べる際には、書斎の机の書見台に作曲理論のまとめノートを置き、左手でノートをめくり、右でナッツをつまんで食べる。それを今日からの習慣とする。

米国の大学院に入学するためのGRE試験はすでに終了しているにもかかわらず、トイレの中では相変わらずGRE専用の難解な単語を覚えることに時間を充てている。今日はトイレの中でも作曲理論を学習しようかと迷ったが、今作曲理論は日本語で学んでいる都合上、日本語空間に思考が留まり続けるのも良くないと思い、トイレの中では引き続き単語学習をすることを自らに許容した。正直なところ、単語学習などもうする必要はないのかもしれないが、GREで問われる単語は学術世界の

---

中で用いられるような高度な単語が多く、それらを学ぶことによって、日々の文献読解の深さがより深くなっていることに気づく。自分の語彙世界が拡張し、それが深まっていくことは、認識世界の深まりにつながっているように思える。まさに、チャールズ・サンダース・パースが述べていた通りである。

少々脇道に逸れたが、今から一時間ほど作曲理論の学習をし、その後、ショパンの曲に範を求めて作曲をする。夕食後には、明日に行われる、本日は異なる協働者の方たちとのオンラインミーティングに向けて、資料をレビューしていく。

作曲理論の学習をする際には、引き続き手を動かしながら、そしてテキストの章末の問題を必ず解くようにし、課題が掲載されていれば、その課題を解くようにする。作曲理論を深く学び、それを手放して、自由の境地で作曲ができるようになるにはあと数年、もしかしたらそれ以上の時間がかかるかもしれない。とにかく今は、人類が2500年の長大な時間を積み重ねて生み出した音楽理論に習熟していく。

私は大作を作る気は一切ない。交響曲を聴くことはあっても、交響曲を作ることもない。

楽器に対して一夫一妻制を守り、基本的にはピアノ曲だけを作っていく。人は究極的に独りであり、究極的に独りでないという思想から離れることはない。ピアノであれば、その思想を具現化した曲を生み出してくれる。他の楽器には頼らない。

自己独り、ピアノ独り。そうした発想を究極まで突き詰めると、自己が独りではなく、ピアノが独りではないという明々白々な事実気づくだろう。

大作を作るのではなく、曲としての日記を綴ればそれでいい。それが作曲における最大のゴールだ。

日々のその瞬間瞬間に考えたこと、感じたことを曲の形にしていく。曲としての形を待つものに対して曲としての形を与え続けていくこと。それが実現されれば、作曲に関してその他には何も望まない。他者や社会の評価などもってのほかである。日本語で今このように文章を書いているのと同じ感覚で、あるいはそれ以上に、自由自在に音楽言語を駆使して曲を作りたい。

---

自分の内側の世界には、自然言語にも絵画的なシンボルにも還元できない音楽的な何かが渦巻いている。それを曲として自由自在に形として残していくことに向けて、今からまた作曲理論の学習を小さく一歩前に進めたい。フローニンゲン:2018/11/29(木) 15:36