



## 空を飛ぶ

### きたの だいぢ

たまにだが、夢を見る。直ぐに、誰かに伝えたくなるような楽しい夢であれ、忘れてはならない優れた発想と覚しきものであれ、朝になると、それが何であつたのか思い出せないことが多いものだ。私は寢室にメモ用紙と鉛筆を欠かさずに用意しているが、単なる夢はさておき、思い浮かんだ大切なことはメモを採ることにしている。もう、かれこれ二十年以上も前からのことだ。以前には、思い浮かぶたびにスタンドを点けてメモつたが、次第に妻に疎まれ出したことから、暗がりでもモる達人になつてしまった。それからでも久しい。

.....

夢といえは、空を飛んだことがある。翼や羽根は生えていないが、腕をしなやかに羽ばたく？ と不思議にもふわ〜り、と飛び上がることができるのだ。高さはせいぜい住宅の屋根ていどのもの。

白鳥のように大きくゆつたりと羽ばたくと、空中遊泳が楽しめ、みんなが地上で笑いながら楽しそうに過ごしているのを、空からほほえましく眺め、温かく見守るといふ光景だ。そして、あっちへ行つては語りかけ、うなずき、こっちに来てはにこやかに笑いかけ、ふわ〜りふわ〜りとしながら自由気ままに飛び回っているのだ。しかも、それを見掛けている誰もが、まったく不思議には思っていないといふ不思議な話だ。

.....

つい先日、阿川佐和子のエッセー「無意識過剰」を読んでいて驚いてしまった。彼女も「空飛ぶ夢」を何度か見たというのだ。そして、友人から執拗に勧められもしたが、興味もあつたので専門家を訪れ夢の判断をしてもらつたそうだ。「夢を見ているとき、どんな気持ちですか？」



## 徒然 つれづれ

との専門家の問いに、

「楽しくて、嬉しくて、とにかく気持ちがいい」

「目覚めてからはどんな気持ち？」

「すごく、すがすがしい」

などとの問答を終わってから、その先生は次のように話してくれた。

「抑圧された無意識を、飛びながら空気を浴びながら開放しているのでしょうか。ちょうど森林浴のように…」

.....

つまり、無意識にたまったストレスを、無意識のうちに発散している、というのだ。ページをめくりつつ、まるで、彼女と椅子を並べ一緒に診察を受けているが如く、一言一句にうなずきながら、すっかり見入ってしまった。

ストレスといえば、傍目（はため）には、私は貯まりやすいタイプと映るのだけれど、わずか十分ほどの乗車時間しか

ない地下鉄の中で、つり革にぶら下がり

ながらフツと寝入ってしまったり、床に就くと一分と持たない、しかも熟睡タイプだ。「空飛ぶ夢」と、「寝る特技」が精神衛生上の手助けをしてくれたお陰で、

ここまで心身ともに健全で来られたのだろう。そう思う。

.....

難しいご時世が延々と続いているが、いつにあっても問題点を探り出し課題をしっかりと設定することが肝要なのだろう。それは、夢が、時には創造的な答を引き出してくれるからだ。

さあ、今日はメモ用紙を引き寄せるのか、はたまた宙を舞うのかな？

