

■前野氏・坂倉氏クロストーク

坂倉

前野先生にさらに深い話を聞いたり、みなさんの悩み相談を聞く役として、モデレーターを務めます、東京都市大学の坂倉です。よろしくお願いします。

20分後に、会場のみなさんが書いてくれた、前野先生への質問のはがきが到着するので、はがき到着次第はがきを読みます。かた苦しなく楽しい雰囲気で行きたいと思います。

前野先生とは5年以上前から一緒に研究させていただいたり、いろいろお世話になっています。研究者としての格、実績は格段に違って、ちらしに同じ大きさで顔がのっているのが申し訳ないくらいですが、あらためて話を聞いて、前野先生はすごく変な方だなと。

日本の未来、宝、こういう方がいることによって、私達の未来が明るく作られていく、本当に貴重な方だと思いつながり聞いていました。領域が近くても一緒に仕事ができるわけではなく、深いところで共感が必要です。工学系の先生なのに、性能とかではなく、幸せとか人に暖かい関心をお持ちです。愛とか多様性とか人間の可能性を信じていたり、それぞれの可能性が芽吹く、花開くことを通じて世界が調和するんだ、というところに私も共感するところだし、一緒に仕事をさせていただいているポイントかなと思いました。

前野

僕の研究対象が性能から人間に移ったのは、なぜでしょうね。自分は実践しない地域活性研究者です。もともと工学部なので、メカニズムを明らかにすることに興味があります。坂倉さんは打算抜きに実践的活動をしている。僕はそれにひっぱられて、だんだんいい人になってきました。

坂倉

初めてお会いしたのは5年か6年前で、身体知を大学教育に取り戻そうというプロジェクトのときです。武藤先生という英文学の先生が中心でした。そこで前野先生に出会ったのですが、衝撃的でした。前野先生踊っていましたよね。

前野

ダンスイベントでいきなり踊り始めたときの話ですね。「理系・文系」という授業が受講者に受けたので、「理系・文系・ダンス系」という授業を、武藤先生と、ダンサーの黒沢美香さんと一緒にやっていました。意識ではなく無意識で踊るというのを、やってみた。「体が固くてダンスが踊っているみたいで素敵」とダンサーの黒沢美香さんに言われ、一緒に練習だけしようと騙されて、武藤先生と横山先生と黒沢美香さんで誰にも見られないところで練習していました。

坂倉

そこが共感できました。上手下手ではない、その価値観がここ何年かですごく共感をひろげている。少し前だと幸せって、信じていいの？ 多様性、愛といったときに、そうではない、もう少し優先順位の高い20世紀型の指標を前にもっておかないと危なっかしいんじゃないの？ という人が多かったと思うのですが、だんだんセロトニン型幸せの人が増えてきている。前野先生とは、研究をやっている現場では硬い話もしますが、そもそものところで新しい価値を共有した研究をご一緒できていると思います。

前野

身体知教育も同じコンセプトだったのかな？ 頭だけ使っているよりも体も使って考えたほうが幸せ度も高くなりそう。イノベーション教育も同じで、まずやってみようという潮流がきている。身体知教育もそうでしょう。芝の家もやってみる中から何か見つかる。考える前にやってみることが重視され始めましたね。

僕は、理系研究だけをしていたころ、心の時代と言われているのにその研究が全くないから、ここを設計論としてやらなくてはと思ったのです。

坂倉さん、なぜ芝の家をはじめたんですか？ 目的を持たないシステムのデザインという考え方はものすごく

新しいですよ。

坂倉

芝の家自体は区役所からの依頼でやったのですが、でも確かに前から問題意識があって、街を作るとか、状況、人の関わりをつくるというときにも設計はある。しかし設計の延長でできるのではないものをどうやって作るか、という方法論がないんですね。三田の家をやることになった時も困ったのですが、ある空間を作るために建築をしようとする、目的を決めて設計していかなくてはいけない。この場所で起こることを設計段階からひとつに決めなくてはならなくて、場ができた結果、思ってもいなかったことが起こるような、そういう物事の組み立て方って全然世の中にないなあと、ずっと考えていました。前野先生は、心でしたし、私は場だったんですけど。

なんででしょう、すぐ気が合いましたよね

<ゆうびん屋さん登場>

郵便屋さんが登場し、参加者からの質問のはがきを手渡した。

坂倉氏のはがきを読み、前野氏とふたりで答える。

はがき

大病を患い一生病気を体に生きていかななくてはならなくなっても2年たちました。病気をさかいに感謝への感受性が変わりました。どんな小さなことにも、感謝の気持ちが芽生えました。現在のほうが幸福度が高いです。健康と幸福度の相関について、実は逆も然りではないでしょうか？

前野

ありがとうございます。まさにそうですね。健康と幸せは相関が高いと言いましたが、健康とは、身体的、社会的、精神的に良好な状態であることなんですね。病気でないことではないです。病気と共生して生き生きと生きていることが健康なのだと思います。

実際、まさに天才ダンサーだった黒沢美香さんは乳がんになって体が動かなくなって、みんなの苦勞がわかるようになった。変わったところにチャレンジできるようになった。それで、「がんになって本当に良かった。人の苦しみ、辛さが見えるようになった」と言っています。

スティーブジョブスも、「毎日、今日死ぬと生きて生きる」と言いましたが、人生って、辛いことだらけのようでも、それによっていろいろ気付かされて、一秒一秒がものすごく豊かになる。それこそが幸せなのだと思います。

坂倉

現代では、非地位財に対する感受性は、すごく高まっているのかなと思いますね。人と比べてということではなく、私の人生、私が今できること、何を味わっていけるのか、そこですと我に帰るという感覚を感じられました。

はがき

不幸せってなんででしょう？ 特別支援学級の教員のまさこさんからの、おはがきです。職業柄保護者の方たちの不幸せ自慢に出会うことがあります。

不幸せ自慢ってどういう？

まさこさん

障害のある子をかかえているお母さんが、うちのほうがより不幸せ、という話になりがち。身体障害のお子さんの親御さんと自閉症などのお子さんの親御さんで、うちのほうが大変という話になりやすい。お子さんが小さくて障害児の母になって数年のお母さんたちに、不幸せ自慢大会が多い。なぜか、お子さんがあ

る一定の年齢になると幸せになられるお母さんが多い。

前野

ポジティブな方に目を向けたほうがいいですよ。ちょっと、話はかわりますが、日本では家族サービスという言い方しますよね。家族とともにいるのでサービスって言わなくてもいいのに、さも嫌なことのよう「家族サービスなんだよ」とネガティブに言わなくてはいけない社会。

不幸の条件とは？

幸せ4つの因子は不幸せの因子といってもいい。幸せの4つの因子が低い人は不幸せと言ってもいいと思います。そうならないために、不幸せ自慢をするよりも、こんなことができたとか、家族としての幸せをつちかったり、楽観的にものごとをしたほうがいいだろうなとは思いますがね。

坂倉

どんな雰囲気なのかも気になることですね。前向きに自慢していれば、その現象を受け入れるようなきっかけにもなりそうですよね。

妄想クッキー、妄想かるたを作っている作業所があります。幻聴妄想は起こってはいけないというのではなく、私たちにとっては事実なのだ、と自慢しあって、こんなことが起こったよ、おもしろいねと積極的に表現することで、妄想幻聴の社会的価値をひっくりかえしていくような活動です。前向きに人目を気にせず自慢できるようにしていけると幸せ度が高くなりそう。

はがき

ワークショップに参加者をつのるとき、多様性に苦労している。いつも同じメンバーになってしまう。本当に集まってほしい人は意識高くない系なのに、来てくれない。

前野

いつもと違う場で呼びかけてみるのがひとつの手だとは思いますが。

ハッピーワークショップやりますという、幸せ度高い人が集まりますが、思い込みをはずすワークショップやります、という思い込みを外したい人がくるから、幸せ度は低めの人が集まりました。

児童養護施設でハッピーワークショップをやってみたことがあります。夢を書いてみようという問いに対しては、夢なんてありません。感謝している人を書いてみようという問いに対しては、誰もいません、と答える。夢と感謝という言葉が、強すぎることばであることもある。人によって、言い方をすごく気を付けないといけないですね。本当に幸せを必要としている人へのワークショップは設計も変えなくてはいけないかもしれません。

坂倉

具体的にその場に集まってくる人がどのように多様であるかということによいですか。多様な人を集めるには、やっている人のネットワークが多様であることが近道で、一人でやっているよりも複数でやっている人のほうがネットワークのひろがりが増えますから、多くの人がある。メンバーが似たような人だけではなく、色々な専門、年齢、分野に関心があると多様性が増します。具体的ところが参加者の多様性につながります。

経験的にそれをちゃんと作るということと、スタッフの関係性の規範を多様な人を受け入れられるような雰囲気にする。来た時に空間的にそれを実現できるように用意する。どちらかという毎日新しい人がくる空間、少しずつ広がっていく環境を設計することが重要と感ずます。

はがき

幸せな子供を育てる方法や秘訣があったら、教えてください。

前野

自分の子は幸せになる、大物になる、と思ひ込んで育てるとそうなる、という考え方があります。ピグマリオン効果と呼びます。私も、息子が小学4年ぐらゐの頃から信じて育てました。ゲームばかりしているから、「すごい集中力だねー」とか、「ゲーム、学校で一番なんだーすごいなー」とか、心のそこから思ひて言ひてました。

そうしたら、大学生になった時に「俺は、勉強することにした。自分は幸せになるから大丈夫、安心して」と言われたんです。

坂倉

芝の家のことだと、
「また、こんなことが起こってしまったー」
「ガラスが割れてしまったー」と頭を抱えて言っていると、どんどん雰囲気悪くなっていく。
ガラスが割れたことは幸せとは関係なくて、ガラスが割れるということが起こった事実、として受け止める。
「形あるものは、いつか壊れるんですよ。」とか言っていると雰囲気が良くなっていきます。

はがき

フェイスブック、ラインなど多様な SNS（ソーシャルネットワークサービス）が使われていますが、どのように幸せに作用しますか？

前野

最近ちょうど、香川県の人と一緒に調査したら、フェイスブックは幸せ、という結果がでたんです。フェイスブックはオープンですが、クローズドなものの方が不幸せな傾向がありました。一方、アメリカには、フェイスブックは不幸せになるという調査があります。日本人は他人と比べがちでありながら、人をねたまないのかな。フェイスブックの「いいね」はアメリカでは「Like」。私は好き。いいねには主語が無い。その違いかな？「Like」じゃなくて「いいね」なのが日本のフェイスブックの成功原因かもしれないですね。

坂倉

「いいね」がつくと嬉しい。狙いすぎると地位財的ですね。どのように、あれと付き合っていくといいのか？ その時々で左右されると不幸せになりそうな予感がします。他人と比べると不幸せそう。人目を気にせずマイペースがいいと思います。

会場から

団塊世代には、地位財型の幸せが絶対だ、という人が多いと感じている。学校現場で授業をすることが多く、子どもたちに、今日のお話のような価値観を伝えることは大事だと思っているが、年配の先生の中には拒否感を示す先生もいる。共創的な価値観に変えるアプローチがあれば教えてほしい。

前野

従来の価値観を否定しないで肯定しつつ、一緒にやっ払いこうよ、というアプローチがいいと思います。

はがき

リタイアされた男性で、地位や年収の高い方に多いのですが、そのような価値観にとえられている。

前野

地域で活動しているのは女性ばかりで、ご主人は？ と聞くと家で読書しています、と。幸せの 4 つの因子でみると、地域とつながってやりがいを見出すほうが幸せ度が上がると思うのですが。

坂倉

具体的な事実の積み重ねですかね。

前野

定年後の趣味、生きがい、社会貢献、やりがいをちゃんと見つける人は幸せですよ。地位財が高い人、地域なんか関わりたくない、という人にどうアプローチしたらよいか？ その人が活躍したことを若手に伝える場があるといいのでは。過去の地位財にとらわれない生き方とそのよさも、とりいれつつ、新しい考えも取り入れてもらう、というのがよいのでは。

会場から

先生たちは子供に競争力を身につけさせたいというところが本音のようなのですが。

坂倉

幸せの4因子とは、自分がわがままではダメだし、みんなと合わせなくてはいけないし、でも、そもそも他の人と協力しあって協調してやっていくには、相当自分がしっかり個として自立している必要がある、ということです。

そう考えると自己実現もしなくてはいけない。ある種の競争は必要です。一方で、つながりも作らないとだめ。人目を気にせずに。矛盾しているけど、バランスさせることが、人として成熟することだと思います。

前野

地位財型の自己実現と、利他的な自己実現。全体的なバランスにいかないと社会全体はよくなりませんよね。

はがき

前野先生は幸せですか？

前野

みんなが幸せになれば、僕も幸せです。

坂倉

その幸せってなんなんですかね？ 参加者の幸せもあるが、前野先生の幸せは？

前野

この活動を始めの前には、僕は利己的でした。心の哲学という学問をやっていて、心はない、心は幻想である、というのが僕の結論でした。欲は、あるようで、本当はないということが脳科学的には知られています。自由意志は本当はない。自分の欲とか幸せになりたいという意志は本質的にはない。我々は最初から死んでいる。だから、死ぬのは怖くない。すべては虚無（ニヒリズム）。生きていても死んでいても、そもそも元々死んでいる。本当は死んでいるのに生きてるように感じていること自体、幸せですよ。生まれて来たこと自体、丸儲け。どうせ丸儲けなら、良い世界を作ったほうがいい。どうせ滅びるんだから、今滅んでもいいし、良い世界でもいい。ならば良い世界をつくった方がいい、というようなことをずっと考えていた時期があります。その結果として、自分が思っていることも人類の心のひとつだ、ということに行き当たった。そこからですね。自他非分離になった。

ワークショップをやるときの気持ちも同じで、この奇跡的な世界を共有しているみんなに幸せになってほしいと思うようになった。

最初は幸せについて理解したいと思っていた。それよりも、幸せのヒントをみんなに伝えたい、幸せを広めたいと思うようになったら、急に一緒に伝えたいという人と知り合うようになった。同じ思いの人がつながったのではないかなあ。

ワークショップをしようというみなさんも、そういう人かなと思います。

坂倉

極限に達すると、自分の思いを伝えたいでもなく、人を幸せにしたいでもなく、そこまで達観度が高まった瞬間に気の巡りがかわるといえるか、何か新しいことが起こる余地ができる、そういう究極の場、関係、学びの作り方を、垣間見させていただいたような気がします。ありがとうございました。