

中高年の哲学対話

一 人生カフェの実践を通して考えたこと 一

本間正己（人生カフェ）

はじめに

中高年の哲学対話を普及・発展させたいと考えている。

なぜ、そのような気持ちになっているかと問われれば、愛好するスポーツ（例えば日本ではあまり知られていない「カバディ」）を普及・発展させたい人たちの気持ちと同じだと答えたい。あまりお金がかからず、みんなと一緒にでき、そして何よりも楽しいということを私自身が実感したので、他の人たちにも味わってほしいからである。

ところで、ここで言う中高年とは、50代・60代くらいの男女で、どちらかというとな元気な中高年である。職場ではもう昇進が望めず、家庭では子育てが終わっている、人生の後半、いわば第二の人生が始まっている、といったイメージである。

このような中高年が日本では1千万人以上はいるであろう。これだけの人数がいるし、人生の意味や死などの実存的な課題も意識する中高年にとって、哲学的な営みはとても需要がありそうだが、実際は哲学対話に対する中高年の関心は低い。これはなぜだろう？

哲学対話を今の中高年が若い頃にほとんど体験していないということも一因であろう。これ以外にも原因はいろいろ考えられるが、今回は教育・学習という観点からこの問題を考えていきたい。

1 生涯学習と中高年の哲学対話

子どもの哲学対話が盛んに行われ、注目されている。これが哲学を矮小化したかどうかは分からないが、これらの実践を子どもへの教育の一環として位置づけたことによって、隆盛したことは否めない。国家制度である学校教育という枠組みの中で、プロ集団である教師に支えられているのだから、一定量の実践が行われているのは必然とも言える。

これになぞらえれば、普及・発展のために、中高年の哲学対話を生涯学習体系の中に積極的に位置づける試みは、あながち間違った方向ではない。

「(表1) 子ども・成人・高齢者の学習」を見ていただきたい。これは生涯学習の教科書などに書かれているものに、筆者が元気な高齢者の部分を付加し、全体的に加除整理して作成したものである。子ども教育学 pedagogy (ペタゴジー)、成人教育学 andragogy (アンドラゴジー)、高齢者教育学 gerogogy (ジェロゴジー) の3類型に合わせた。

表の内容をざっと要約すると、子どもは生物的発達に伴う課題に対する学習が多い。まずは基礎・基本の習得のため、教材・教科の学習が中心である。学習者と教育者の関係はほぼ固定化されており、学習内容・方法等について学習者は教育者に依存的である。

成人は職場、家庭などでの社会的役割から生ずる課題に対する学習が多い。課題解決型の学習が中心で、その際に学習者の経験は貴重な学習資源となる。学習者と教育者の関係は流動的、多様であり、学習内容・方法等については学習者自身の決定性が大きい。

高齢者は役割意識が希薄になり、内発的な好みからの学習が多くなる。学習者と教育者は臨機応変、自由に入れ替わり、学習内容・方法等は自らの限界を意識しつつ自己決定する。

以上の3分類については、あまりにも類型的だなどの批判もあるが、哲学対話を考えていく上での一つの参考にはなる。例えば、(表1) の子どもの教育・学習観は旧来のものであり、これを打ち破り、成人の学習内容・方法等も柔軟に取り入れながら実践しているのが、「子ども哲学対話」だという言い方もできる。

さて、中高年の哲学対話である。(表1) を一見して、成人から高齢者へかけての学習観と相性がいっている。哲学を矮小化しているなどと言わずに、積極的かつ具体的に生涯学習への位置づけを吟味していくのがいい。

NO	項目	子ども	成人	高齢者
1	学習と役割意識	役割意識というより、生物的発達を踏まえた課題に対する学習の場合が多い。	社会的役割（家庭・職場・地域等）の意識から生ずる課題に対する学習の場合が多い。	役割意識からの学習ではなく、内発的（自らの好み）からの学習の場合が多い。
2	学習の内容	教材・教科の学習が中心である。生活上・社会上の具体的な課題があるわけではない。	（上記に掲げたような課題に対する）課題解決型の学習が中心である。	自らが好んでいる内容の学習が中心である。
3	学習の応用	応用よりも、まずは基礎・基本の習得のための学習が中心である。	実際に課題解決に応用ができる学習が中心である。	応用の意識は低い。学習そのものを楽しむことが中心である。
4	学習者の経験	学習者の経験にあまり重きを置かない。むしろ教育者の経験の方が重要である。	学習者の経験は貴重な学習資源となる。（逆に、経験が足かせになる場合がある。）	学習者の豊富な経験が学習資源になる場合がある。（逆に、経験にこだわり、固着する場合がある。）
5	学習者の自己決定	学習の内容・方法等について、学習者は教育者に依存的である。	学習の内容・方法等について、学習者の自己決定性が大きい。	学習の内容・方法等について、自らができる範囲を判断し、自己決定する場合が多い。
6	学習者と教育者の関係	学習者と教育者の関係はほぼ固定化されている。	教える・教わるの関係が流動的、多様である。すなわち、学習の内容・方法等によって、学習者と教育者は適宜入れ替わる。	学習者と教育者は臨機応変、自由に入れ替わる。（一方で、人に教えたがる傾向の強い人が出現する。）

一方で、日本の生涯学習は趣味、教養、生きがいレベルにとどまっているという批判もある。これに対しては、学習好きの国民性は大いに結構だし、趣味、教養、生きがいそのものをそれほど軽んずるべきでないというのが筆者の立場である。

いずれにせよ、中高年の哲学対話と生涯学習は今後実践的に捉えていきたい課題である。実を言うと、以下に紹介するところの、筆者が実践してきた「人生カフェ」でも生涯学習のことを強く意識しだしたのは最近のことである。

2 人生カフェ（中高年の人生を考える哲学カフェ）

人生カフェは2014年（平成26年）6月28日に発足し、100回以上開催してきた。取り上げたテーマの例は（表2）のとおりであり、多彩である。

人生カフェのチラシに沿って紹介すると、まずは呼び掛け文である。

「人生カフェへようこそ！今までの人生を振り返り、これからの人生をしなやかに生きるために、主に中高年の人生について考える哲学カフェ（哲学対話イベント）です。一人で考えるより、みんなで考える方が未来へ向けて何かしらのヒントが得られると思います。私たちと一緒に人生の謎について考えてみませんか。」人生カフェの特徴として、自らの「問い」や各自の「経験」「感情」を大切にすると謳っている。

月2～4回開催し、金曜日または土曜日、午後の時間帯だけでなく、午前や夜間に開催することもある。東京都新宿区の高田馬場駅周辺の公共施設を利用することが多い。

原則として12名を定員としているが、実際の参加者は6～12名くらいで推移している。中高年が主なのは当然だが、若い方の参加も歓迎とPRしており、実際に10代～30代の参加もある。半数くらいは常連だが、ホームページやフェイスブックを見て新たに参加する人もいる。

オーソドックスな哲学カフェの形式で実施することが基本である。

実践の扉

幸福とは何か	「問う」とはどういうことだろう
愛とは何か	尊重するって、どういうことか
先生とは何か	伝えるとは何か
自由とは何か	働く意味って何だろう
欲望とは何か	なぜ人は学ぶのか
時間とは何か	いい人ってどんな人だろう
私の身体とは何か	人が変わるとは何か
大切なものとは何か	気持ちを大事にするとは
別れとは何か	なぜ人は依存するのか
怒りとは何か	幸福は人生の目的か
経験とは何か	真面目ってどういうことだろう
死とは何か	対話と人間関係
嫉妬とは何か	会話をしないってどういうこと
年を取るとは何か	不幸を想像する
将来の夢とは何か	仲間とは何か
悲しいとは何か	「受け入れる」とはどういうこと
なぜ人は話をしたくなるのか	真理
私と他人とは何か	子どもとは 大人とは
自分の人生上の悩み	人生100年時代×働くとは
人生の意味とは何か	哲学カフェとは 人生カフェとは
いちばん大切なものは何か	来年の夢
痛みとは何か	優しさ
心とは何か	お金
感動とは何か	恋愛
宗教・哲学・科学とは何か	美しさ
論理と感情とは何か	悪
同情するのは悪いことか	長生きはいいことか
日常生活の冒険とは	人生の後半
なぜ私たちは対話するのか	存在
私は特別な存在なのか	わかっちゃいるけど…
き（聴）くってなんだろう…	焦り
人とのつながり	介護「と」施設
信じる	対話が深まるとはどういうことか
生きがい、死にがい	価値
囚われ（とらわれ）	主体性

さらに、最近では本や映画を素材にして対話することも定着している。素材がある場合でも、その解釈や鑑賞というだけでなく、そこから問いをみんなまで抽出し、その問いについて自由に対話している。

人生カフェのルールは、i 人の話をよく聞く（人の話を途中でさえぎらない）、ii 人の悪口を言わない（人格攻撃をしない）、iii 誰か偉い人の考えの紹介ではない（自分の考えを述べる）、などである。

さらにミニ・ルールとして「5分以上の話を続けている場合、ファシリテーターがストップをかけることがある」というのがある。これは厳密には適用しない、やんわりとしたルールであるが、中高年が多い人生カフェならではのルールともいえる。

参加者へのおススメの心構えとして、次の4点を挙げている。

- ① 他の人の発言に対して、時には応答（質問等）をしてみましょう。
- ② お互いの考えの違いを尊重しながら、みんなが納得する考えを模索しましょう。
- ③ 自分の問いや考えが変わっていくことを楽しみましょう。
- ④ 結論を出す場ではありません。モヤモヤした感じが後に残るでしょう。そのモヤモヤをいろいろ考えるきっかけにしましょう。

3 中高年の哲学対話の特徴

ことさら他の世代との違いを強調するつもりはない。哲学対話はどの世代でも可能であり、むしろ多様な世代が集まる哲学対話の方が面白いという人も多い。だから、ここでは筆者が感じた特徴を2点だけ記述する。

ひとつは中高年が一般的に抱える課題のことである。中高年は定年後や子育て後は、仕事や家庭に関する役割は確かに低下するが、全くなくなるわけではない。定年後も収入と仕事のことは気になるし、いくつになっても子どもの問題はなくなる。また、多くの中高年が抱えることとして、介護の問題があり、これは今後ますます中高年共通の課題となっていくだろう。

そして、中高年になると、人生全体の問題＝生老病死の問題がクローズ

実践の扉

アップされてくる。社会的役割が少なくなってきたとしても、この問題は残る。特に、「老・病・死」の問題は中高年には当事者として重要な問題であり、この時期にこれらの問題を考えないのはもったいない。これらの問題を哲学対話の場で、みんなとともに考えることを通して、中高年に新たな生きる力が生まれれば幸いである。

二つ目は、中高年の性質、特に対話の際の傾向のことである。これについては、とりあえず（表3）「中高年の対話で陥りがちな傾向と対策」をまとめてみた。（イラストは人生カフェのチラシから。）

中高年には「説教おじさん」、「おしゃべりお婆さん」と揶揄されるように、対話がうまくできない人たちがいる。「対話の場から摘み出したくなる連中」と指摘された文章を読んだことがある。

しかし、筆者はこれらを中高年の致命的な欠陥とは考えていない。ちょっと注意し合えば、十分に改善できることである。むしろ、中高年のいい面に着目した方がいい。例えば、中高年は経験が豊富であるので、事例（エピソード）を交えた具体的な話ができる。また、人生全体に対して、人生後半期の立場から、余裕を持って眺めた発言ができるなどである。

そして、何よりも中高年は本音として、同世代とも、異世代とも、対話をしたがっているということである。それが、尻込みしたり、遠慮したり、面倒くさがったり、従来生き方に拘泥したりして、対話の場に顔を出して来ないのはいかにも残念である。

（ここで付記しておきたいのは、筆者は中高年に限定する哲学対話を提唱しているわけではないということである。多世代にわたる人が参加する哲学対話の面白さや意義は十分に承知している。ただし、若い人たちが中心の対話の会に参加することを遠慮したり、躊躇したりするナイーブな中高年が一定数いることを鑑みると、中高年が多数を占める哲学対話の場が存在することは哲学対話への入り口として意義があると考えている。）

(表3) 中高年の対話で陥りがちな傾向と対策

	陥りがちな傾向	対策
1	<ul style="list-style-type: none"> ・人の話を聞かない。 ・人の話を途中でさえぎる。 ・自分の話ばかりする。 ・話が長い。 ・過去の話が多い。 ・自慢話が多い。 	<ul style="list-style-type: none"> ・人の話をよく聞く。 ・人の話を途中でさえぎらない。 ・自分のことばかりを話さない。 ・話を簡潔に、分かりやすく。 ・現在から未来へ向けての話を多くする。 ・自分の弱点にも目を向ける。
2	<ul style="list-style-type: none"> ・人を批判したがる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・相手の人間性を批判しない。 ・悪口を言わない。 ・論争や説得ではない。
3	<ul style="list-style-type: none"> ・難しい言葉を使いたがる。 ・専門的な言葉を使いたがる。 ・権威者の言葉を引用したがる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分で考えたことを自分の言葉で話す。
4	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の考えに固執しがちである。 	<ul style="list-style-type: none"> ・自分の考えが変わることを楽しむ。 ・気づきを大切にする。
5	<ul style="list-style-type: none"> ・すぐに結論を出したがる。 	<ul style="list-style-type: none"> ・もやもやした感じが残ることを大切にする。 ・その後、いろいろ考えるきっかけにする。



実践の扉

4 中高年の哲学対話の方法

中高年の哲学対話に固有な方法というものはあるのか？ これに対しては、人生カフェの実例で示したように、ベースは一般の哲学対話と同様であり、あとは若干のアレンジをすればいいと答えたい。

そのアレンジの際にポイントとなるのは「シンプル」である。中高年にとってはシンプルな哲学対話が参加しやすい。この考え方に基づいて、私が実践している具体例を、いくつか挙げてみる。

① 複雑で、凝ったワークショップは必要ない。

複雑で、凝ったワークショップには中高年の参加者もファシリテーターも付いていくことができない。中高年は一定の言語能力を身に付けている人が多いので、話す、聞くだけのシンプルな方法だけでも短時間で対話が深まっていくことがある。

② 参加者各自に紙に書いてもらう。

問い、意見、感想などを紙に書いてもらった上で、その紙を全員に見せながら発言してもらう機会を作る。これも中高年が持つ一定の書く力を活用したものである。話しているだけだと、中高年の場合、齟齬が多くなり、ストレスが溜まることがある。書くことによって、本人の考えもクリアになるし、参加者たちにも伝わりやすくなる。黒板に書くよりも、本人が自分で紙に書く方が主体的な感覚は強まる。

③ チェックイン、チェックアウトを大事にする。

チェックインとは、自己紹介や簡単なアイスブレイクといった最初の導入のことである。チェックアウトとは、最後に、その日の哲学対話で気づいたこと、新たに生じた問い、感想などを述べることである。参加者全員が話すと時間はかかるが、丁寧に行う。中高年は現実の日常生活と哲学対話のギャップが大きい人が多い。だから、この入口と出口のセッションを丹念に行うと、間に挟まれたところの哲学対話がメリハリを持って体験しやすくなる。日常の役割から距離を置き、一定の抽象的な話ができる場になるのである。

④ 長話や論争に注意する。

参加者の長話や論争は、(表3)の中高年が陥りやすい傾向の中で示したように、中高年の哲学対話ではしばしば見られる光景である。これらは哲学対話を活気づかせる場合もあるが、他の参加者たちの発言の機会を奪ってしまったり、安心して対話に参加することができなくなったりする。これらに対応するためには哲学対話のルール of 適切な適用が重要である。ファシリテーターはこの点については柔軟に、かつ、しっかりと介入している。

おわりに

中高年の哲学対話を普及・発展させていきたい。そのためには中高年の哲学対話を生涯学習の体系の中に位置づけ、中高年の特徴を生かしながら、シンプルな方法を用いて、実践していきたい。

人生カフェの活動は今後も続けていくつもりである。また、他の場所・機会において、中高年の哲学対話を実践したい方に対しては、お手伝いできることがあればしていきたい。

今回のこの文章で、多少とも中高年の哲学対話についてのイメージを持っていただけたならば幸いです。今後ともご理解・ご支援・ご協力をお願いいたします。

人生カフェ

ホームページ、フェイスブックは「人生カフェ」で検索を。

Tokyojinseigakuin.cocolog-nifty.com

参考文献

森玲奈編著 (2017) 『「ラーニングフルエイジング」とは何か』 ミネルヴァ書房

堀薫夫編著 (2012) 『教育老年学と高齢者学習』 学文社

根谷真司 (2018) 『考えるとはどういうことか』 幻冬舎新書

カフェフィロ編 (2014) 『哲学カフェのつくりかた』 大阪大学出版会

※本文中のすべての図表は、上記資料を参考に、筆者が作成した。