

Frédéric Lenoir 著

Philosopher et méditer avec les
enfants

Albin Michel, 2016年

272頁、24€

著者であるフレデリック・ルノワールは、フランスの社会科学高等研究院(EHES: École des hautes études en sciences sociales)で教鞭を取っている。哲学・社会学を専門分野とし、その著作は50冊以上にも及ぶ。タイトルの通り、著者がフランス国内に留まらず、ベルギーやスイスといったフランス語圏の小学校で実施した子どもとの哲学対話および子どもとの瞑想の実践を報告するものである。2016年1月から6月にかけて、著者は、10校の学校とそのなかの18学級で「哲学のアトリエ」を開催し、400人以上の子どもと接してきたという。

本書の特徴としては、「哲学すること」と「瞑想すること」が並んで紹介されている点である。近年、「瞑想」は「マインドフルネス」という名前で広く知られている。生活の中に瞑想を取り入れる人々が増えており、そうした世情を反映してか、瞑想に関する書籍も数多く出版され、スマートウォッチには瞑想を補助する機能が付いているものさえある。稀に見る瞑想の全盛期にあっても、子どもと瞑想をし、子どもと哲学をすることが並んで語られている本はあまり見かけない。そうしたなかで、本書は、子どもとの哲学対話・子どもとの瞑想の入門書として位置付けられる。

本書は全四章から構成されている。第一章は、

「瞑想の実践 (La pratique de l'attention)」である。本章では、まず仏教における瞑想が説明される。さらに、仏教色を色濃く帯びた瞑想が西洋社会において非宗教化され、どのように受容されていくかが概観される。その後、どのように瞑想をするかが説明される。著者は、瞑想をするにあたって、「未来について予想することは問題にならない。いま・ここという現在、自分の身体の中にあることが問題になる」¹という。では、具体的にどのように瞑想をするのだろうか。著者の実践方法を確認しておこう。

座った状態で背筋を伸ばし、両手は膝に置き、そのとき、手のひらは開くか、閉じておく。目は閉じるか、目の前の地面を見ながら半分閉じた状態を維持する。つぎに、呼吸に注意を向ける。お腹や肺の中を行ったり、来たりする呼吸を意識する。浮び上がる思考を成り行きに任せる。その考えを判断することなく、その考えに固執することなく、その考えを抑え込むことなく、観察する。そして、絶えず呼吸や身体的感覚に注意を向けることに戻る²。

本書に掲載された瞑想の実践の写真を見ると、子どもたちは椅子に座った状態で瞑想をしている。この方法であれば、学校教育で瞑想が広く普及していない日本でも取り入れやすいかもしれない。とはいえ、瞑想のやり方としては大雑把な説明という印象も受ける。瞑想を未経験の教師がこの説明だけですぐに実践できるとは思えない。効果的に哲学対話に導入するためには、これ以外の瞑想に関する本を参照する必要がある。それ以上に、まず教師自身が瞑想を体験してみなければなら

いだろう。その一方で、本書の単行本版に、瞑想を実践する際に使用できる CD が付属している点は、これから瞑想に取り組もうとする読者としてはありがたい。

こうした瞑想は子どもたちにどのような影響を与えているのだろうか。覚えた瞑想を子どもたちが日々の生活で何のためにやっているかを著者が尋ねてみると、「妹に不満を漏らしてしまいそうなきに、自分の怒りを鎮めるのに役立っている」という子もいれば、「たとえば、クラスにいるとき、休み時間に入るとだいたいぎわぎわしている。身体を落ち着かせ、身体をコントロールしやすくするから、瞑想をするといい影響がある。」という子もいる³。こうしたコメントからは、9 歳から 10 歳の子どもであっても、瞑想をすることで落ち着きを得られることがうかがえる。

第二章は「哲学の実践 (La pratique de la philosophie)」と題され、著者が子どもたちと行った哲学対話から引き出された以下の 10 個の助言が示されている。

- ① 子どもたちの議論を助けるような空間を整備する。
- ② 哲学に関して子どもたちに考えを聞く。
- ③ 対話におけるルールを子どもたちに伝える。
- ④ 討論を助ける導入を選ぶ。
- ⑤ 個人的な視点から語るのを可能な限り少なくし、概念的な観点から話題を提供する。
- ⑥ 議論を投げかける、あるいは、改めて投げかけるために子どもたちの返答を頼る。
- ⑦ 話が逸れて道に迷ったとき、議論をもう一度噛み合わせる。

- ⑧ 話していない子どもに話す機会を与える。
- ⑨ 子どもたちの返答をまとめたり、言い換えたりする。
- ⑩ 対話の内容を書き留めておく⁴。

本書があくまでも哲学対話への入門書に位置付けられることをふまえると、こうした助言が掲載されていることは、ファシリテーター初心者にとってはありがたいものであろう。一方で、哲学対話を実践したことがある人にとっては、いずれの助言も自明のものかもしれない。ただ、「個人的な視点から語るのを可能な限り少なくし、概念的な観点から話題を提供する」という助言に関しては、もう少し説明が必要であろう。

そもそもこのような助言がなされるに至った背景には、著者が対話中にある女の子に対して若干の皮肉を込めた発言をし、その子が泣いてしまった経験があるようである。皮肉が 1 つの文化になっているフランスらしいエピソードである。ここから著者は、子どもたちの間違いを指摘する際には、皮肉を用いるのではなく、「子どもたちが、自分の持っている概念に対して明確な言葉をあてがえるようにする」⁵必要があると述べている。

おそらく著者はジョークのつもりで子どもに皮肉を言ったのだろう。対話におけるジョークは、ときに対話の雰囲気をやわらかくすることもある。それゆえ、ジョーク自体を避ける必要はない。ただし、そのジョークで対話の参加者が傷ついては元も子もない。それゆえ、ファシリテーターは、ジョークをいう際にそのジョークで誰も傷つかないかを確認しなければならない。

第三章は「哲学のアトリエ (Les ateliers philo)」と題され、著者が行った哲学対話の対話録が掲載

されている。著者は、普遍的かつ単純なテーマであり、子どもの発言も見込めることから「幸せ」に関する問いからこのアトリエを始めることにしているという。

「幸せ」をテーマにしたアトリエの対話録を確認してみよう。著者は「あなたたちにとって幸せとは何ですか」と子どもたちに問うことから始めている。「あなたたちにとって」の一言があることで、子どもたちは「私にとって幸せは～」と、問いを自分に引きつけて返答することができている。ある子どもが「幸せとは欲望を実現すること」と答えると、著者は「すべての欲望を実現することはできるか」と問う。すると、ある子どもは「すべての欲望を実現することは不可能である。人間は自分がいま持っているものとは別のものを欲する」と答える。著者は「幸せとは、人々がすでに持っているものを欲し続けること」とこの子どもの意見を言い換え、このように言い換えて問題ないかを参加者に問いかける。著者のファシリテーションをみると“Vous êtes d'accord avec ça?”と全体に同意を求める言葉がよく見られる。全体の理解を確認してから対話を進めようとする著者の姿勢が垣間見える。こうしたやりとりを読むことは、これから対話を始めようとする初心者にとって、対話の場面を具体的に知ることができ、有意義であろう。

第四章は、「20の重要な概念に関する資料 (Vingt grandes notions en fiches)」と題され、「愛」、「お金」、「芸術」、「他者」、「美」、「幸福」、「身体と精神」、「欲望」、「義務」、「感情」、「人間なる存在」、「自由」、「道徳」、「死」、「宗教」、「社会」、「時間」、「仕事」、「真実」、「暴力」といった20の概念が見開き1ページの資料としてまとめられている。それぞ

れの概念のページに目を通してみると、それぞれの概念に関する問い、対義語、類似しているが厳密には意味が異なる言葉、当該概念の語源、当該概念の主な定義、当該概念に関する哲学者の言葉の引用、参考図書、が掲げられている。このようなページ構成からは、フランスの学校教育課程で使用されている哲学の教科書が思い出された。すでに、哲学対話をする際に参考になる本はいくつかあるが、そのなかでも本書の資料は簡潔にまとめられたものであり、読み物というよりは事典的な性格が強い。

本書は、瞑想と哲学対話の入門書として非常に簡潔にまとめられており、それぞれの実践に関して概観するには手頃な本といえよう。ただし、日本では手に入れにくいと、広く読まれるためにも邦訳が待たれる。また、瞑想によって、その後の哲学対話がどれだけ変化したのかを知ることはできなかった。瞑想を取り入れる前後の違いは当事者にしかわからないものかもしれない。それゆえ、本書から得たヒントを基に、哲学対話における瞑想の真価を読者自身で確認する必要があるだろう。

辻和希 (富山国際大学)

【註】

1 Frédéric Lenoir. *Philosopher et méditer avec les enfants*, Albin Michel, Paris; 2016, p.14.

2 Op.cit.

3 Op.cit.,pp.17-18.

4 Op.cit.,pp.25-29.

5 Op.cit.,p.28.

6 Op.cit.,p.36.