

## トピックス

### 哲学者・永井玲衣さんと一緒に「安心」を考える

安心。それは全ての人にとって、とても大切なものです。私たち東京海上グループも、社会や人々に安心をお届けする存在でありたいと考えています。しかし、「そもそも安心とは何だろう？」と、立ち止まってじっくり考える機会は少ないのではないのでしょうか。

私たちは、哲学者の永井玲衣さんと一緒に、安心について考える哲学対話を実施しました。正解の存在しない対話の実践。今回は、それら対話の場で話された内容についてご紹介します。

#### 1. 「哲学対話」とは？

「哲学」と聞くと、どこか難しくて近寄りがたい印象があります。しかし永井さんは、「日常の中で『これってなぜだろう？』と考えること、それがもう哲学なんです」と言います。その上で、「そうした『なぜ？』という日々のもやもやに対して、立ち止まって、誰かと一緒にぐるぐると考えてみる」、それを永井さんは「哲学対話」と呼んでいます。

永井さんが実践する「哲学対話」は、正解を探したり、意見をまとめたりする場ではありません。「『対話』とは『話しあう』ことでなく『聴きあう』こと」と永井さんが言うように、まとまらない思いでも口にして、互いに聴きあうことを大切にします。その象徴ともいえるのが、対話に登場する一羽の小鳥です(図表1)。永井さんの対話の場では、この小鳥を抱えている人だけが話すことができ、他の人は決して途中で口をはさむことはできません。参加者が安心して話すことができるようにする工夫です。

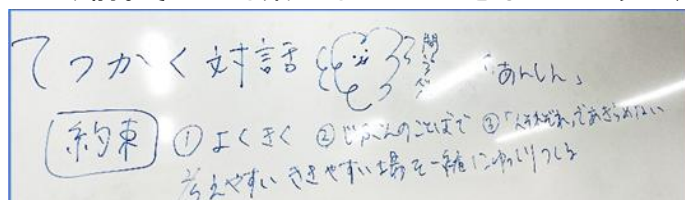


図表1 一羽の小鳥

また、永井さんの「哲学対話」には、3つの約束があります(図表2)。

- ① **よく聴く**: 他の人の声と、自分の中の声を聴くことを大切にしよう。
- ② **自分の言葉で話す**: 偉い人の言葉を使わない。へたくそでもいいから、自分の言葉で話そう。
- ③ **「人それぞれ」で諦めない**: 人それぞれなのは当たり前。それでも繋がることはできないだろうか、と考え続けよう。お互いに手を伸ばしあおう。

こうした約束のもと、私たちは「安心」についての哲学対話を実践しました。



図表2 永井さんが手書きした「3つの約束」

#### 2. 「安心」について考える

東京海上研究所主催で、2025年6月に2回、哲学対話を実施しました。

永井さんの哲学対話は、原則1回2時間です。2時間のうち、前半のパートでは、参加者からテーマに関する日常的な「問い」を出しあいます。2回の哲学対話では、このニュースレターでは全てを書ききれない程のたくさんの「問い」が現れました。図表3では、その一部をご紹介します。

哲学対話の後半のパートでは、出しあった多くの「問い」の中から、参加者みんなで1つを選び、その問いをめぐる対話が行われます。ここでは、選ばれた「問い」の1つと、それをめぐる対話の概要を簡単にご紹介いたします。なお、個人のプライベートな経験に基づく発言も数多くあり、それらは非常に豊かな内容を含んでいましたが、本稿では割愛および編集をしています。

## 「安心」に関する哲学対話 「問い」一覧

|                                                      |                                                                |
|------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------|
| 「心理的安全」と「安心」とは異なるものか？ あるいはどう重なるものか？                  | 「安心した」とは言うけど、「安全した」とは言わないのはなぜ？                                 |
| 全員が安心していることはなぜ難しいのか？                                 | 友達と過ごすとき安心するけど、それは同じ考え方同士だから安心できるんだろうか？                        |
| 大人の安心と子供の安心は違うのか？                                    | 安心とは「ゆるむ」ことができることな気がする。でも、ゆるみきっている状態もあまり良くない気がする。              |
| 「安心」というと「居場所」という言葉が思い浮かぶけど、どういう要素が揃えば「居場所」といえるんだろうか？ | 仮に世界で一人ぼっちだとして、安心を感じられるのだろうか？ 誰かがいないと安心は感じられないのか？              |
| 自分が安心できることが、相手にとっては安心できないことの場合は、この場合は安心といえるのか？       | ジェットコースターで不安な目にあうことがストレス解消になるってどういうこと？                         |
| 「安心」は人のなかにあるものだから、他者に安心感を与えることなんてできないのではないか？         | 「不安」と「安心」は裏表なのか？ 不安の反対は「うまくいく」「思ったようになる」「成功する」みたいな感じがする。       |
| 純粋な「安心」はあるのか？ 誰かと比較したり、過去の不安な状況と比較することで安心するのではないのか？  | 「安心」というものの自体は変わらないものな気がするけど、世の中は変わり続けている。では「安心」も実は変わっているのか？    |
| みんなバラバラのイメージのまま「安心」という言葉を使っているが、それで大丈夫なのか？           | 見通しが立たないときに不安になるが、ではすべて自分の予測の範囲内だったら安心できるのか？                   |
| 「安心」は、「変化」「刺激」「緊張」などと共存できるのか？                        | 「安心＝わかること」ということだと思うのだが、何かがわかると、わからないことが新たに生じるため、永遠に安心できない気がする。 |
| 「いま、不安だな」とは思うけど、「いま、安心しているな」とはあまり思わないのはなぜ？           | 対面で与えられる安心と、非対面で与えられる安心とは違うもの？                                 |
| 「〇〇に対しての安心」と言わずに、純粋な「安心」を定義することはできる？                 | 事故対応サービスや保険金支払いをお届けすることで事故当事者が感じるのには「満足」であって「安心」ではないのでは？       |
| 「安心」は主観的な概念だと思うが、企業にとっての「安心」とはいったい誰が感じるものなのか？        | etc… その他、たくさんの「問い」がありました。                                      |

図表3 「安心」に関する哲学対話で出た「問い」の一覧

### 参加者間で選んだ問い：「安心な場所に居続けてはいけないのか？」

選んだ問いをめぐる対話の概要：

- 安心な場所に居続けると、変化の欠如だったり、単純に退屈さが生まれたりして、かえって不安になってしまうことがあるよね。
- そもそも「安心できる場所」って何なんだろう？
- 自分は安心を「予測できる範囲であること」と感じる。予測できないと不安だし、安心な場所は大体予測ができることが起こるので、安心できる。
- でも「安心な場所」って、実は「快適な場所」だと思う。「安心」と「快適」は異なるものだよ。
- コンフォートゾーン（快適な場所）を抜け出して成長する、とよく聞くけど、それは将来の安心につながる場合に限ると思う。そうでなければ抜け出す必要性を感じない。変化はストレスになる。
- 変化や刺激が安心と共存することは可能だと思うけど、まず大前提として安心があるからこそ、変化や刺激を楽しむことができると感じる。
- その前提である安心を作るのに重要なのは信頼だと思う。信頼があるからこそ、変化や刺激の中でも安心を感じることができる。
- 安心な場所は、単に誰かから提供されるものではなく、自分と相手の存在を通じて共同で作り出されるものなんじゃないかな。その意味でも、信頼は大切だと思う。

### 3. 終わって始まる哲学対話

永井さんの哲学対話は、2時間が過ぎたら、突然終わります。その日の対話をまとめたり、参加者が感想を言いあったりすることはしません。哲学対話を通じて、参加者は少しすっきりしたり、あるいはもっともやもやしたりするかもしれませんが、そうした感情をそのまま持ち帰ります。そうすることで、また日常の中でふと考える——「哲学をする」ことがあるかもしれないからです。

「安心とは何か」。それは極めて難しい問いですが、私たちは粘り強く問い続けます。

最後に、永井さんからコメントを頂きましたので、掲載いたします。

### 永井玲衣さんのコメント

「哲学」は、ひとつの体系立った、どこか孤高の学問だと思われることがあります。秘教的であるがゆえに、ここにすべての「真理」があるような気もしてきます。

安心とは何かという問いに対する答えが、哲学という学問の中で立証されているのではないか、と思う人もいるかもしれません。

ですが、哲学とは、専門化された学問というよりも、むしろ「営み」と言ったほうがいいものです。そこに答えがあるというよりも、問うという身振りそれ自体であり、ひとびとと声を重ねながら見つけようと粘り強く考えつづけることが、哲学をすることなのではないでしょうか。

だからこそ、今回は「安心」について、哲学史的に何が議論されているのかを提示するというのではなく、みなさんと一緒に「安心」についてともに考える哲学の場をつくるということを試みました。ご参加いただいたみなさま、そして企画をご一緒してくださったみなさま、本当にありがとうございます。

「安心」についてのわかりやすい「正解」はすぐには見つからないからこそ、ひとびとが何を感じ、何に迷い、何を考えようとしているのかを聴きあうことが大事だとわたしは思います。

ゆるやかに対話の場をひらき、まずは互いの声をききあうこと。そして、声を重ね合わせることで、見えてくることばをつかまえようとする。時間がかかり、効率がいかにも悪そうですが、そうしたやわらかな場こそ、いまの社会に必要なだと信じています。

またいつかどこかでみなさまと「安心」について考えられたらうれしいです。



### 永井玲衣

人びとと考えあい、ききあう場を各地でひらいている。問いを深める哲学対話や、政治や社会について語り出してみる「おずおずダイアログ」、せんそうについて表現を通して対話する写真家・八木咲とのユニット「せんそうってプロジェクト」、Gotch 主催のムーブメント D2021 などでも活動。著書に『水中の哲学者たち』（晶文社）『世界の適切な保存』（講談社）『さみしくてごめん』（大和書房）。第 17 回「わたくし、つまり Nobody 賞」受賞。詩と植物園と念入りな散歩が好き。