



## はじめに

“すみあそび”という自由な書の実践を通して、人が自分のままに表現できる場をつくってきた。その中で常に感じていたのは、書くという行為が単なる技術ではなく、身体・感覚・世界との関係性がむき出しになる現象だということだった。

最近になって現象学を体系的に読み進める中で、私が“なんとなく”直感していたことが、実はまさに現象学の核そのものだったということに気づいた。本稿では、これまでの実践から見えてきた「現象学としての書道」の独自性を整理するとともに、支援者・教育者にとっての意義をまとめたい。そして最後に、この探究をさらに学び合う場として、研究成果でもある新しい学びのAPW（Art Play Worker）養成講座1期の募集にも触れたい。

## 「上手さ」から離れる—エポケー（判断停止）としてのすみあそび

現象学の出発点は、フッサールのいう「エポケー」である。

それは、“正しい／間違っている”“上手い／下手”など、文化や価値観による判断をいったん横に置き、現象そのものに立ち返る態度だ。すみあそびで「上手く書かなくていい」「筆に任せてみる」と伝えるのは、まさにエポケーである。参加者はそこで初めて、自分の身体の癖や、線を引くときの躊躇い、筆の重さや紙の抵抗を“あるがまま”に感じることができる。評価を脇に置くと、「書くとは何か？」という問いが、身体の内側から自然に立ち上がってくる。この姿勢は、対人援助における“相手をラベルや枠から解放して見る”こととも直結している。

## 書く身体が先に世界を感じる——メルロ＝ポンティと身体現象学

メルロ＝ポンティは、「身体は世界を知る主体である」と述べた。私たちは頭で考える前に、身体で世界を感じ取り、その感覚を通して意味が立ち上がる。書の実践で起こることもこれと同じだ。

- ・筆が紙に触れる瞬間、手が“勝手に導かれる”感覚
- ・墨の重さ、湿度、紙の繊維が動きを形づく
- ・意図より先に、身体が道具に応答してしまう
- ・書いているのか、書かされているのか曖昧になる瞬間

これは身体現象学の核心にある「知覚と行為の統合」であり、書が“思考の産物”ではなく“身体による世界との対話”であることを示している。先日参加してきた古武術やホースセラピーで体験した“脱力”と“混ざり合う存在感”は、書にもそのまま流れ込んでいる。力で制御しようとする関係性は硬くなり、脱力すると相手（紙・筆・世界）との応答が豊かになる。この感覚は、支援者が相手と対峙するのではなく“共に立つ”姿勢にも通じている。

## 書—経験が人をひらく変容のプロセス

現象として現象学において「経験」とは、ただ何かを感じるのではなく、世界の意味づけそのものが変わる出来事である。すみあそびの場で起こる変容は、その典型である。

書く瞬間、人は「自分が書いている」のか「世界が書かせている」のか、その境界が曖昧になる。この曖昧さの中で、身体は“意味を生む場所”として働き出す。メルロ＝ポンティの言う「生きられた身体（le corps propre）」が、意識と世界のあいだで振動し、その揺らぎのなかで新たな自己理解が芽生える。線を引く手のためらい、にじみ、震え。それらは単なる筆致ではなく、**自己と世界との関係の痕跡**である。ある人はそれを「わたしの中の“いま”が可視化された気がする」と言う。その瞬間、世界の見え方がわずかに書き換わり、“わたし”と“世界”の間にあたたかなつながりが生まれる。現象学的に言えば、そこには“志向性”が働いている。

つまり、書くという行為が世界へと開かれ、同時に世界から呼びかけられている。

この出来事は、対人援助の本質にも重なる。援助とは“相手を変えること”ではなく、“世界との関係の取り戻しをそっと支えること”だからだ。すみあそびはその原型を内に秘めている。筆を通して、わたしとあなた、身体と世界、見る者と見られる者が共鳴する——それはまさに「間主観性（intersubjectivity）」の現場である。

## この探究を、学びの場へ—ArtPlayWorker Basic 1 期募集について

こうして見えてきたのは、書を通じた経験の中に、**支援と教育の新しいかたち**が潜んでいるということだった。現象学としての書道は、アートの領域にとどまらず、“在り方を支える実践哲学”でもある。人は評価から解き放たれると、驚くほど自然に自分のリズムで世界と関わりはじめる。身体が世界を感じる力は、誰の中にも眠っている。その力が目覚めるとき、援助は“方法”から“関係の生成”へと変わる。そこに、学びと癒しと創造が同時に立ち上がるのだ。

この思想を、現場の実践として共有していくために立ち上げたのが**Art Play Worker（APW）養成講座**である。すみあそび、現象学、身体性、対人援助の知恵を統合し、「人が本来もつ創造性と尊厳が立ち上がる場をつくれる人」を育てていくことへの挑戦でもある。

理論を“知る”ではなく、“生きる”ための学び。現象学としての書の探究を、自分の現場での“生きた体験”として実装していきたい方、一緒にこの領域横断の深い学びを追求していきたい方、ぜひ共に探究していきたい。

朱紅icco（櫻井育子） | 生涯発達支援塾TANE・書と生き方研究所代表

宮城県在住、1979年生まれ。水瓶座。書家・美術家。認知発達の視点からアートと生き方を統合する「朱紅・書と生き方研究所」運営。既存の枠を外し続ける「フリーランス教育者」のオンラインサークル「はみだすラボ」を現在拡張中。Art Play Worker養成講座BASIC、第1期は1月開始（募集中）