



または  
今よりも  
少し上手に  
お互いに  
わがママを  
使いこなして  
いくための  
社会のなかの  
自己表現 としての  
わがママ藝術 試論

わ  
道  
入  
門

わ

池上わがママ準備室  
TURN LAND 2022-2024

# 池上わがまま準備室？

まず、池上わがまま準備室という不思議な名前プロジェクトについて説明しましょう。これは東京都と公益財団法人東京都歴史文化財団アーツカウンシル東京と一般社団法人谷中のおかつの主催による、福祉施設を拠点にアートプロジェクトを展開する「TURN LAND プログラム」という事業のなかで、大田区の参画施設「気まぐれ八百屋だんだん」「ステップ夢」「大田区立池上福祉園」を中心としたプロジェクトを通じて施設関係者とアーティストの協働から少しずつ生まれた活動です。アートというと美術館にならぶ絵画や彫刻、あるいは何か新奇で華々しいもの思い浮かべるかもしれませんが、現代のアートはそうした伝統的なものや芸術的なものにかぎりません。アートのありかたを探る実験的なものから、アートで世界を変えようとする政治的なものまでさまざまです。そのなかに社会との新たな関わりを探るアートがあり<sup>1</sup>、いわゆる「アート」の主役とされてきた作品と作者だけではなく、それを支えるプロセスや制度などの社会的側面に視点を広げ、さまざまな立場の人々を表現や企画や運営などの積極的な主体として巻き込むことでアートの枠組を広げようとしています。そうした流れのひとつとしてTURN LAND プログラムも東京都全域で福祉施設とアーティストの連携を推進し、2022年度から池上わがまま準備室の前身となる活動が動き出しました。まずはアーティストと各施設の対面での交流が始まりましたが、なにかすぐに「アート作品を飾る」とか「アートらしいことをやってみせる」のではなく、施設の運営者や利用者との交流と会議を重ねながら双方が「この関係のなかでア-

トにできることは何か」を探りました。アーティストたちは施設利用者たちが日課の挨拶のなかで行う「自己紹介」に感銘を受け、これを地域や他者とつなげるための表現へと発展させるべく試行錯誤を始めました。翌2023年の夏、気まぐれ八百屋だんだんに関わる澤田有司さんから、アートの世界でいわれる「表現」のイメージを「わがまま」と言い換えられないかという提案があり、これを機に「池上わがまま準備室」という名前が生まれました。地域のなかで本当はこんなことをしてみたい、あるいは、実はしたくなかったといった素直な気持ちを表現した「わがまま」を互いに分かち合える環境づくりをめざし、「空想わがまま展示室」「ちゃんとわがまま相談会」「みんなのわがまま資料館」などの枠組の素案や、「わがまま問診票」や「わがままポスト」といった道具がつくられました。これらをステップ夢の利用者とともに実験したのち、池上福祉園が主催する「いけいけハートフルフェスタ」ではアーティストが用務員と同じ立場で参加し、施設利用者や来場者に向けてわがままポストを出展しました。TURN LANDとしては最終年度となる2024年からは大田区雪ヶ谷地域のまちづくり団体「途草会」が池上わがまま準備室に加わり、参画施設のほかに近隣保育園との連携や大田区主催の住民交流ワークショップでのわがままポスト活用を行い、自走化と地域定着への基盤づくりを進めました。しかし、このようにふとした弾みで出てきた「わがまま」というもの、そしてそれと言うということは、思ったよりも一筋縄ではいかないのだと少しずつ明らかになっていきました。ここからは「わがまま」の話をししましょう。

# わがままはいけないこと？

私たちの誰もがきっと「わがままはいけません」と、いつかどこかで言われたことがあると思います。家庭かもしれないし、学校かもしれないし、親しい間柄の相手かもしれないし、社会のさまざまな場面で出会った誰かからかもしれないし、それがいつ、どこであったかは覚えていなくとも、私たちの多くは「わがままはいけないこと」をすっかり受け入れて、願いを言葉にすることも「わがまま」だと考えて、自分にも他人にもそのように接してきたかもしれません。いつしか私たちの何かを願う気持ちは、どこかで誰かがすでに用意してくれたものから選ぶことで満たされるようになり、自分が本当に何を欲しいか、何をしたいかについて、考えることも誰かに伝えることも気おくれしたまま、すっかり忘れてしまっているかもしれません。そして、いざ「何がほしい?」「何がしたい?」と聞かれたらとっさの答えに困り、ちょっと贅沢なりに無理なく手に入るものや、逆に世界平和のような誰も文句をいえないようなことでお茶を濁してしまうかもしれません。そのどちらも素晴らしいものではあるけれども、そのように先回りして待ち構えているものだけに私たちの「ほしい」気持ちはきれいに収まるでしょうか。それぞれに過ごしてきた時間や、暮らしている環境や、できることできないこともちがう私たちの願いは、本当ならやはり少なからずちがうはず。それはどんな些細なものでも、たとえば「あと少しだけ短いお箸がほしい」のようなことでも構いません。「これが欲しかったのでしょうか?」ちゃんと調べて作っておきましたよ」といわんばかりに親切に売られているものにも、「これが長年の伝統ですよ」とか「これが偉い人た

ちが決めたことですよ」と正しいとされるものにも、必ずしも満足しなくてよいのです。また、それらを消費主義だとか権威主義だとか大層に騒ぎ立てて否定する必要もありません。ただ、私たちは誰もが複雑で、しかも少しずつ異なり、その「少し」のちがいが認められるかどうかで一喜一憂できるほどには繊細だということを素直に受け入れてみましょう。そして、本当にほしいものを他の誰かが用意してくれないなら、自分でなんとかしても、できそうな誰かに相談してもいいのです。私たちはかつて「わがままはいけません」と言われたころの聞き分けのない幼い子供のままでしょうか。もしかしたら、今ならわがままをもう少しうまく言えるかもしれません。いつしか心の声まで抑えたまま大人になり、身近な暮らしのなかでさえ避けてきた小さなわがままを許すことで、自分のことや周りのものごとが少しだけきめ細かく見えてこないでしょうか。試しに今、こっそりと、ただし焦らずに、わがままに考えてみてください。ぼんやりと頭に浮かんだことは、自分一人のために他人を犠牲にするような傲慢なものや、知られることさえ憚れるようなやましいものなど、言葉にただでけで周りが困るような「いけないこと」ばかりだったでしょうか?もし誰かに伝えてみたいと思えるわがままがあれば、それはなにか大切な表現の始まりであり、あなた自身が社会に関わることでそれを実現する主役になる第一歩です。

1. アートの社会との関わりは都市の公共空間への進出、美術制度の批判、社会や政治への介入、観客の参加や公衆のまきこみなど、アーティストによって近代以降さまざまに実践されてきましたが、近年では特にアートの特権的主体としてのアーティストの社会との関係についてのより抜本的な見直しを含めて Socially-Engaged Art(SEA) という議論が進み、日本語では社会関与の芸術などと訳されることがあります。



「笑顔の大切さ」  
笑顔は、心をつなぐ  
笑顔は、人を元気づける  
笑顔は、世界を明るくする  
笑顔は、未来を創る

## わがままのわ？

わがままとはなんでしょうか。語源をたずねれば「我儘」と書いて、私（我＝わ）があるがまま（儘＝まま）に、つまり自然にふるまうということの意味です。さらに辞書をひもとけば、どれを見ても他人を顧みないとか、自分勝手であるというように否定的に説明されています。言葉そのものは平安時代からあるようですが、それがやや反省や遠慮の色を帯びる近世を経て、はっきりと「いけないこと」になるのは近代以降のようです。たとえば終戦間際の新聞に掲載された塩の配給を請願する投書には「戦争です。わがままや勝手は死んでもいいません。……人騒がせもいたしたくありません。」と、わがままと命が天秤にかけられていました<sup>2</sup>。戦時下の日本で生まれた「非国民」という言葉は英語では個人主義者と訳されます。挙国一致の社会に対して「私」という個人がそれほど脅かされていた時代もありました。そこまでいかずとも、歴史をふりかえれば近現代の日本では「私」はどうもつねに居心地の悪いものでした。女性が個人という立場を意識することさえ難しかった大正二年、社会のあらゆる慣習やしがらみに抗い短くも奔放な生を貫いた女性解放運動家の伊藤野枝が18才のときに書いた「わがまま」という自伝的な小説には、「私」として生きようとした女性の壮絶な心境が繊細に綴られています。同じころ、少しばかり社会のしがらみから自由だった白樺派の文人たちがヨーロッパの先人にも勇気づけられて個人の体験や心境を描いた物語は挿擲もこめて「私小説」と呼ばれ、日本に芽生えたばかりの未熟な「私」には、自己への耽溺でも社会へ

の追従でもない「社会化された私」への成熟という課題が与えられました<sup>3</sup>。戦争のあと、人口爆発による群衆のなかで「私」の確立にもがいた団塊の世代から、データとして遊離した「私」がSNSで儂い比較にさらされるZ世代にいたるまで、わがままの根底にある「私」は社会に翻弄されてなかなか落ちつきません。だから、「私」を表現する側も、その「私以外の私」の表現を受け止める側も、まだ得体のしれない「私」なるものの扱いに慣れていません。いつしか誰もが受け入れていた「公私混同」という言葉のなかの公と私の一方的な力関係に疑問さえ抱かないことにも、自他の「私」に対する不安や不信が潜んでいます。そんな頼りない「私」が急に勢いづいてあるがままにふるまえば、「私」と「私以外の私」の総和である社会に戸惑いが広がることもあるでしょう。もしかすると、その「あるがまま」のつむりの「私」も、自然に滲み出たというより、不自然な反動や昂揚や緊張からの大暴れかもしれません。このように「わがまま」という何気ないたった四文字には、社会と、自己と、自然であることという、身近なようにつかみどころのない三つの大きなものが絡み合っていました<sup>4</sup>。だからこそわがままだは否応なく社会のなかの自己表現であり、しかも「私」の奥底に抑え込まれてきた内なる自然を、無理に歪めることも飾ることもせず掬い上げるとい、実に一筋縄ではいかない試みなのです。

2. 読売新聞 1944年9月25日 / 3. 文芸評論家・小林秀雄の「私小説論」(1935)を中心とした一連の議論。 / 4. この不可分の絡み合いのなかで、J.J. ルソーの『エミール』(1762)は教育のありようを問い、H. ベルクソンの『道徳と宗教の二源泉』(1932)は広義の創造を論じました。

## わがままと分かち合う準備？

池上わがまま準備室は、「準備」という「わがまま以前」のところにこだわっています。それは、まだおぼつかない「私」が不慣れな「わがまま」をうまく表現すること、そして同じだけ大切なこととして、他の「私」たちがその表現をうまく受け止めることの難しさのためです。もしすでに誰もがお互いに巧みにわがままを使いこなせていたら、それを勢いづける「わがまま推進室」やそれを集める「わがまま図書館」のような名前になっていたかもしれません。しかし、大切なのはわがままの「量」ではなくて「質」です。ただ言えればいいわけでも、ただ言わせておけばいいわけでもありません。わがままだが基本的に「いけないこと」であるかぎり、「さあ、自由にわがままだを言ってください」とお願いしても、出てくるのは面倒な質問をやりすごすための手軽な欲求や妥当な願望ばかりになるでしょう。だけどそんなその場しのぎの言葉にその人が本当に表れているのでしょうか。そして、そんなものに誰かが深く耳を傾けるのでしょうか。自分が本当にほしいもの、したいことを表現する、という言葉にすれば簡単な「わがままだ」は、いざやってみると、「さあ」ひとつで「自由に」できるほど一筋縄ではいきません。まるでできてあたりまえのように「さあ」と迫られて、とっさに気が引けるとき、何も思い浮かばないとき、お仕着せの何かに飛びつくとき、立派な誰かの人まねに逃げてしまうとき、そこには長年「私」を怖気づかせてきた社会がちらつきます。子供でも大人でも、本気で表現した自分を否定されることや軽く流されることは悲しいし、恥ずかしいし、情けなくなります。ましてや自己

表現そのものが「いけないこと」となら、どうせまともに聞いてくれないと初めから気持ちがくじかれてしまいます。そんなふうに分の「私」を大切にできないと、他人の「私」もぞんざいに扱ってしまうでしょう。自分と向き合いそれを表現することを脅かす社会の「私」に対する冷たさは、他でもない私自身が自身に向けた無関心の鏡かもしれません。わがままだが大切な自己表現であるなら、周りもそれをきちんと受け止めるために構えておかないと、あえて言わせる意味がありません。わがままだを単にやぶれかぶれで溢れだした願望とその苦笑交じりの対応という「私」の大騒ぎで終わらせないためには、言うことと聞くことの向かい合わせの関係のなかで表現の前後を整えるさまざまな工夫が欠かせません。たとえば「お店で買えないわがままだを」と手軽な選択を封じておく、「この街のどこで誰と」と具体的な場面を連想させる、あるいは「もっとわがままでいいですよ」と謙虚さに逃げようとした気持ちを自己表現に傾けるよう応援するのもいいでしょう。そして、あれこれ試してもなかなかうまくいかないはず。日々抑え込まれてきた「私」の積年の想いを引き出すにはそれなりの段階を踏まねばならず、すぐにうまくいかずとも焦らずに工夫を重ねることが聞きだす側の技巧になります。大きくじっくりと構えることがまず大切です。その心構えこそが、何でもいからと口先から漏れたわがままだを集めるためではなく、たとえ一度でもうまく言えたならばその人と周りのものごとを長い時間をかけて変えてしまうような会心のわがままだを分かち合うための最初の準備です。



## わ道の道具立て？

わがママが実は簡単ではなく、それはどうやら表現をする側のひとりひとりの「私」個人だけの問題ではなく、むしろそれを受け止める側の「私以外の私」たちを含めた「私」の総和である社会にその準備ができていないためだとわかってきました。そんな状態で自分一人がはりきっても空回りするだけです。逆にいえば、うまくわがママが言えなくても自分に「わがママの才能」があるかなんて気にしないでいいということです。子供のころには誰でもできたことだから、まずは安心して社会のせいにして、自分がその社会の一員であることの可能性に向き合しましょう。社会のすべてを変えることは難しいですが、私たちが実際に暮らす社会は異なる雰囲気を持つさまざまな「場」に小さく分かれています。わがママが社会のなかの「私」の奥底にある自然な気持ちを無理に捻じ曲げることなく表現するものであるならば、その成否はこれを脅かすことなく引き出し、余裕をもって受け止められる場づくりにかかっています。わがママがもし不穏な空気を生むとすれば、それは誰かの「私」が少し枠を外れて出てきただけで慌てふためく「私」たちの焦りが場を支配してしまうからではないでしょうか。では、この場づくりにどう着手すればよいか。池上わがママ準備室はそれを数々の失敗とともに模索してきました。今では乱暴だったとわかる「さあ、どうぞ」という聞き方でわがママを促すも本心を深く引き出すまでには至れず、あるときは気軽にわがママを引き出すすぎて「よくばり」を解放し、またあるときはいい調子で引き出してきた会心のわがママがいざ人前に出るところで一気に萎んでしまったこともありました。そうした試行錯

誤のなかで少しずつ方法が編み出され、さらにそれをかたちにした「道具」が生まれました。いつ何を言い出すかわからない他人よりは落ち着いて自分と向き合うための相手となる「わがママワークシート」、誰かにわがママを言うのは気が引けるが何の反応もないのも寂しいという複雑な気持ちに伝えるべくさまざまな電子音声とともにわがママを受けとる「わがママポスト」、そして、表現されたわがママの居場所となり、そのまま手本帖にもなる「わがママファイル」を中心に、わがママの準備運動となる自己紹介代わりの私物自慢のための展示台、屋外でもゆったりとわがママに思いをはせることのできる席を保つためのリヤカー屋台一式、雑踏のなかでも手短かにわがママの意義を共有するための紙芝居と移動式の一脚上演台などが状況に応じて導入されました。これらの道具立ては、わがママを表現する側と受け止める側の関係を条件づけ、気まぐれを制し、お互いの作法を導く枠組となりました。ひとつのできごとを挟んで向かい合う関係をかたちにした道具と作法が整えられたものに茶道があります。今はまだ口先だけの些事と思われ、うかつにも手ぶらで不用意に始まり乱雑に終わってしまうわがママも、かたちある道具に作法を支えられて巧みに表現されることで、心底からの想いを分かち合うひとつの文化へと洗練されるかもしれません。めざすところは「私(わ)」と「和(わ)」を結ぶものとしてのわがママです。その期待を込めて池上わがママ準備室はわがママの芸道としての「わ道」を標榜しています。さまざまな流派が各々「わ道具」を揃え、一期一会の「わ席」を設け、技芸と精神を高めあうようになればなによりです。

## わがママとアート？

ここまで、池上わがママ準備室のなりたちから、わがママの表現としての可能性、その歴史的な流れ、その根底にある「私」と社会、その難しさと準備の大切さ、そして、そのための場を整える道具立てへと、駆け足ながら言葉にしてきました。もし、ほんの少しでも「わがママって意外と奥深いのでは」と興味を抱き、「わがママを言ってもいいかも」と気持ちを改めることがあれば、わがママをうまく言えるか、そして、それが受け入れられるか、試してみませんか。いきなりそれは難しいと思うなら、まずは聞く方の立場から、いつもより寛大にわがママに臨んでみましょう。誰かのわがママに「いけません」とか「言っちゃった」という態度を示さず、「そうなんだ」とか「叶うといいね」というなおざりな無関心も突きつけず、むしろ「もっと聞かせて」と掘り下げてもよし、「こうしたらできるかも？」と行動に導いてもいいでしょう。聞いているうちに自分も話したくなるかもしれません。やり方はきっと人それぞれですが、大切なことはわがママを「表現」として尊重し、その奥に見え隠れするその人らしさに心を傾けることです。他人のわがママを応援することで、自分のわがママも許せるようになるでしょう。そして、もし本当にやりたい会心のわがママを言葉にできたとき、その実現には想像以上にやるべきことがあり、その解決には技巧や閃きや誰かの協力が必要なことわかってくるはずです。そのとき、アートをひとつの「手本」として思い出してみてください。アーティストは、この世界にまだ与えられていない何かを実現することを望み、その手はずを整えて実験を重ね、ぼんやりとしたイメージを少しずつかたちにしながら自分の

望んだものごとを社会に表現します。そして、それが狙いどおりにならなくとも、たとえひどい反応や無関心に晒されても、簡単に諦めることなくさらなる表現を追求します。アーティストは決して「わがママを許された存在」として天真爛漫に才能の赴くままふるまっているのではなく、同じ社会に属し、そのなかで自分以外の誰かの喜びにもなると信じるものを分かち合うために日々研鑽しています。そして、それは何かの商品やどこかの誰かに代わりに実現してもらえるようなものではなく、かといって、なにも世界中の誰もが応援してくれるようなすでに価値を認められたものでもありません。だからこそアートは「わがママ」にやるしかなく、社会の枠にはびつたりとは収まらず、それでいて必ずしも「いけないこと」ではないのです。もし、あなたの望みもそのようなのであれば、それは否応なく個人としての「私」が与えられた枠をはみだし、社会という「私と私以外の私たちの和」に働きかける表現になるでしょう。それをその場かぎりの発散で終わらせず、次にどうつなげるかを考えていけば、わがママは創作に転じます。気軽に、しかし適当にはなく、気長に、自分なりの工夫をしながら上達をめざして失敗や珍事も楽しんでいきましょう。そして、まだ不慣れなわがママを今よりも少し上手にお互いに使いこなせるようになったとき、縁遠いものだったかもしれないアートとのつながりが自分の暮らしのなかに沢山あることにも気づくはず。わがママを表現として尊重し、本気で向き合うとき、その思考と実践はあなたの哲学と芸術になり、その積み重ねはきっとあなたひとりだけの「私」の世界を越えて広がっていくでしょう。

わ道入門  
または  
今よりも 少し上手に  
お互いに わがままを  
使いこなしていくため  
の 社会のなかの  
自己表現としての  
わがまま藝術試論

2024年12月31日 第一版

発行・制作：池上わがまま準備室  
編集・デザイン・執筆：田村将理  
写真：梅田彩華（表紙）・田村将理（ほか）

本プログラムは、「TURN LAND プログラム」の一環で実施しています。  
<https://turn-land-program.com/>

企画運営：気まぐれ八百屋だんだん、大田区立池上福祉園、ステップ夢

主催：東京都、公益財団法人東京都歴史文化財団 アーツカウンシル東京、一般社団法人 谷中のおかって

池上わがまま準備室

IKEGAMI WAGAMAMA JUNBISHITSU

[Ikegami Office of Preparation for Self Expression]

青木亨平

AOKI Kyohei

[www.kyoheiaoki.com](http://www.kyoheiaoki.com)

田村将理

TAMURA Masamichi

[michikusakai.com](http://michikusakai.com)

藤田龍平

FUJITA Ryuhei

[www.ryuhei-fujita.net](http://www.ryuhei-fujita.net)

わ



Ikegami Wagamama Junbishitsu Concept Book "Introduction to the Way of Self & Society : Or. An Essay on the Art of WAGAMAMA as Socially-Engaged Self Expression for a Little More Prepared Communication of Innermost Wants" from TURN LAND 2022-2024 (cover photo by courtesy of Ayaka UMEDA)