



葛西 今回の対談を三秋先生にお願いした理由なんです。が、「生きていく意味がわからない」と語っていた方が先生の本を読んで、「次の本が出るまでは生きていよう」と言うようになったことがあって…。

三秋 はい。

葛西 その方に薦められて私も先生の作品を読み始めたんです。そうしたらすごく面白くて。人と人との関係や気持ちの繋がりというのがしっかりと描かれていて…。もともと先生はどういうきっかけで小説を書こうと思われたんですか？

三秋 そうですね。中学生の頃に時間を持て余していた時期があって、よく本屋で時間を潰していたんです。特に小説に関心があったわけではなかったんですが、あるときふと、「自分のように根暗な人間が小説を読まないのはおかしいんじゃないか」というふうに思って、適当に一冊手に取ってみたんです。たまたまそのときに読んだ本が、すごく自分

と波長が合ったというか、ようやく自分と同じようなことを考えている人を見つけたらと思えるようなものだったんですね。悲観的な思考とか内向的な思考が作品として昇華できるものなんだということにすごく感激したというか。そのときから、小説を書くことを考え始めたんだと思います。

それまでは自分と似たような思考回路の持ち主にまったく出会えなくて、エイリアンみたいな感覚を常に覚えていたんです。ですがその本との出会いを通じて、ようやく「仲間を見つけた」と思えました。

葛西 だから小説の中に出てくる登場人物も、最初は周りの人と繋がりあまり感じていなかったり、自分を受け入れてくれる人はいるのだからかと悩んでいる人が出てきて、そういう人が誰かと出会う。誰かと出会って心が揺れるというところが描かれているのでしょうか？

三秋 僕が当時本から得た「ようや

巻頭対談

Suguru Miaki

三秋 隼 × 葛西 真記子

Makiko Kasai



KADOKAWA/メディアワークス文庫

く仲間と出会えた」という感覚を、そのまま小説に書いているとも言えるかもしれない。

アイデアの出発点

葛西 先生の小説には日常じゃない話が出てきますよね。例えば、『スターティング・オーバー』は一〇年前に戻る話で、『三日間の幸福』は自分の寿命を買ってくれる人があるという話です。でも私は読んでいて、もしかしたら私たちが知らないだけで、実際にこの世界にはそういう人もいたり、そういうことが実はあつたりするのかなと思うんです。まったくのSFでもなくて、すごく日常というわけでもないところにとっても惹かれます。

三秋 僕は物語を書く際に何か嘘を一つだけ設定するようにしていて、その嘘だけは僕と読者の共通のルー

ルとしてお互い目をつむる、ということにしています。その嘘の外側では、極力本当に現実存在している人間が社会の中で生きていく姿を書くようにしています。

葛西 そういう設定や次はこういう物語を書こうというアイデアは、どこから出てくるんですか？

三秋 自分の中にある切実な不安や願望といったものが基盤になっています。何気ない生活を送る中で、自分はどの種の感情にすごく執着しているなと気づいたときなんか、アイデアに繋がる場合が多いですね。

これは色んな場所で話していることなんです。僕が『三日間の幸福』の根幹となる着想を得たのは二二歳のときでした。周りの人たちが就職を決めている中、自分だけは就活すらしていないような状況だったんです。ある日、友達と一緒に公園でビールを飲みながら、「どうせなら太

く短く生きたい」みたいな話をしていたんですけど、そのときふと思っただんですね。自分みたいなどうしようもない人生を送っている人間が、寿命の半分を売り払ったところで大した値はつかないんじゃないか、むしろ処分料を請求されるんじゃないか、と。その考えの皮肉な部分が入って、物語にしてみようと思っただんです。

葛西 『君が電話をかけていた場所』や『僕が電話をかけていた場所』も、やっぱりあれも何かきっかけがあつて出てきたのですか？

三秋 誰でも、自分の顔がもしもつと整っていたらとか、自分の背があと何センチ高かったらとかいう話をするじゃないですか。その欠点さえ改善されれば幸福になれるとでもいうように。でも実際にそうした欠点を取り除かれたとして、それだけで本当に幸せになれるのかなという疑問を常々感じていて。本質的な問題は得てして本人の意識の外にあるのではないかという発想からスタートした話ですね。

葛西 ああ、なるほど。美容整形を一回したら、もうずっと繰り返している人とかいますものね。クライエントさんの中にも、今はこの病気に



KADOKAWA/メディアワークス文庫

なっていて、これさえなくなれば、自分もつといい学校に行けたのに、もつと幸せになれたのにという人がいます。

三秋 ある意味でそれは「救い」なんです。病名があることによつて、対象を自分の根っこから切り離せるから。ある意味で慰めになるというか、責任を引き受けてもらえるようなところつてありますよね。

葛西 そうですね。どんな病気にかにもよるけれども、私もクライエントの話聞いていて、「その病気が完全になくなることはないかもしれない」と思いながら、だからこそ、この人が生きていくためには、その病気を受け入れたり、どうやって付き合っていくかを考えたり、そういう方向に行かないとたぶん難しいだろうなと思ったりすることもあります。

三秋 『恋する寄生虫』はまさにそ



KADOKAWA/メディアワークス文庫



KADOKAWA/メディアワークス文庫

のような思考から生まれた話で、作中の人物に共通する性向——内向的で、どうしても他者とかかわり合うことを拒否してしまうような姿勢——を具体的な病気に、この作品では寄生虫という形にして全部その責任を押しつけられたら、それはすごく楽なことだろうなと思ったんですよ。

葛西 ああ、そうなんですか。

三秋 それが出発点でしたね。一方で、その寄生虫がいなくなったら、うまく社会に溶け込んでいって幸せになれるかというと、多分そうでもない。僕自身の過去を振り返ってみると、そういった悲観的な傾向は、僕のことを救っていたように思えるんですよ。それによって、一番致命的な打撃だけは避けることができたというか。

葛西 うん、うん、うん。

三秋 そう考えると、おそらくその



KADOKAWA/メディアワークス文庫

虫が消えてしまつたら、逆に本人たちは困ることになるのではないか、という逆説に面白味を感じて、あの話ができました。

「死」と「記憶」

葛西 先生は他の方の作品もよく読まれると思うんですけど、『一〇〇万回生きたねこ』ってご存知でしょうか？

三秋 はい、僕も大好きな本です。

葛西 私はあの本を読んだときに、主人公のねこが九十九万九千九百九十九回生き返ったあとに白ねこに出会って……というところで、出会って自分がその白ねこのことを好きになって、そのねこと一緒にいるだけで幸せだなと。だからもう生き返らなくてもいいと考えたと思うんですけど……。

三秋 僕は『一〇〇万回生きたね

こ』の話になったときは必ずこれをたずねるようにしているんですが、なぜねこは、次は生き返らなかつたのだと思いますか？

葛西 私が思ったのは、次に生き返っても、もう白ねこはこの世にいないので、もう白ねこと過ごしたことを、それだけ十分だと思ったのかなと感じたんですけれど。

三秋 じゃあ逆に、それまでは満足していなかった？

葛西 そうそう、そうですね。

三秋 僕はこの話についてちょっと独特の意見を持っているんですが、主人公のねこは自分が死ぬたびに、飼い主たちが悲しんだりすることをすごく不思議がっているようなところがあつたと思うんですよ。

葛西 ああ、なるほど。

三秋 でも、いざ自分の愛した白ねこが死んだのを見たときに、「ああ、誰かに死なれるっていうやなことなんだな」と気づいたんじゃないでしょうか。そこで初めてねこは、「じゃあ自分も死ぬのはこれで最後にしよう」と思ったのかなと。

葛西 自分が死んだときに、周りの人が悲しむということを知っていたいなかった？

三秋 それをようやく理解できた。

葛西 ああー。
三秋 誤読かもしれないですけど(笑)。

葛西 いやいや、確かに自分が誰かがいなくなつて悲しいという体験をしないと、わからないですよ。

三秋 そういふ視点を得たことが、ねこが生き返らなかつた理由なのかなつて。僕は、最初からずっとそう思っていて、他人の解釈を耳にする、毎回驚くんですよ。

葛西 「死ぬこと」というと、先生の小説の中にキルケゴールの話が出てきたりしますね？

三秋 「死に至る病」ですね。「死に至る病」とは絶望のことである」。

葛西 絶望というのは、人にとつてはもうこれ以上、生きていけないということなのかなと？

三秋 人が絶望したとき「死」は消去法的にもすごく魅力的になつちゃうんじゃないか、とは思いますが。



早川書房

葛西 死を選んじやうというのは、

絶望したけれども、また次頑張ろうというふうになるより、もうその絶望が大きければ大きいほど、次が見えなくなつて死を選ぶという感じでしょうか？

三秋 絶望というのは基本的に立ち上られるものではなくて、文字通り「絶えて」と思うんですね。そうなつたとき、たとえば自分みたいな信仰のない唯物論者は、救いというものをポジティブなものの中には見出せなくなるんです。そのとき唯一救いとなるのは、誰でも最終的には死ぬし、そこに至る過程はどうあれ、結局は同じ場所に行くということです。それって、ある意味ではものすごく公平で、安心できることだと思ふんですよ。死を理不尽な怪物と考えるのではなくて、万人に平等に与えられる安息と捉えたと、「死」というものがある種の救済になるんですよ。

葛西 それは確かにそうですね。

三秋 人にとつて、もし公平な瞬間があるとしたら、生まれる前と死んだ後だけなので。

葛西 確かに「死」に対しては、どんなにお金持ちだったり成功していると同じですしね。

先生の書く物語には「記憶」もキーワードみたいに出てきますけれども、人間はやつぱり嫌なこととか悲しいこととかを忘れられるから生きていきますよね。過去の失敗とか失恋とか、ずつとありありと覚えていくと生きていけないですし。

三秋 「忘却」もまた「死」と同じように、ある種の救いだなと思つていて。『夢が覚めるまで』や『君の話』を書く前に、記憶に関する本を読み漁つたのですが、その中に過去を一切忘れることのできない病について書かれたものがあつたんです。やつぱりそういう人たちは、例外なく苦しんでいたんですよ。人生の一番悲しい瞬間というのを、本当に今起きているかのように目の前にありありと思ひ出すことができ、絶えずそういつた悲しみにつきままとわわっている。何もかも覚えていられるとして、必ずしもいいことばかりではないはずですよ。

葛西 そうですね。トラウマなどを体験した人は、フラッシュバックといて、本当にありありとそのことを思い出すというか、そういう体験があつて精神的にすごくしんどいです。しかも体験が強烈であればあるほど、忘れられないですしね。

そうしたことに對するカウンセリングがあつて、完全に忘れることはできないけれども、少しずつ自分を納得させていくというか。例えば、子どもの頃に何かあつたとしても、今の自分はもう大人だし、もし同じようなことが起こつても何か違う対処ができるはずだと。何回も思ひ出すんだけれども、そのことを自分の中で思つているのではなくて誰かに話すとか、そういうことによつて、少しずつでも忘れたり、自分で何とかして生きていけるようになるのかなと思ひますね。

三秋 その記憶を自分の受け入れやすい形に組み直す、つまり「リフレーミング (reframing)」することが、僕は何より大事だなと思つています。最近聞いて面白いと思つたのが、僕の小説を読んだあと、孤独や悲しみといったものをまるで肯定的な感情のように錯覚する、空しい人生を送れば送るほど、自分が物語の主人公であるかのように思えるという感想を目にしたんです。これはまさに僕の小説を通じて、孤独の受け入れ方だとか、ネガティブな記憶の捉え方がポジティブな方向に変わったのかなと思つて。僕の本が一種のリフレーミング装置みたいなものとして機能

能したのかもしれない。

葛西 カウンセリングの中でも、自分の記憶を話しているうちに、すごく悲惨な体験だったことは間違いないんですけど、でも実はそこに誰か自分を助けてくれる人がいたとか、実はあのとき周りにはみんな自分のことを嫌つていたわけではなかったなみたいな、新たな視点が出てきたりとか、そういうことがあるので。やつぱり語り直すというか、語り直しながら自分の中で自分の人生が塗り替えられていくということはありますね。

三秋 ある程度までは、記憶つて自分の好きな形に変えられるというか、そもそも絶対的な過去というものは存在してなくて、記憶という解釈だけが存在しているというか……

葛西 そうですね。忘れられるし、形を変えられるみたいなことはあると思ひます。

三秋 僕はある時期までは日記をつけていたんですけども、それを読み返すと、自分が想像よりもずっと多くを忘れてることに本当にびっくりするんですよ。こんなに重大なことがあつたのに忘れてしまったのかと。人間の脳というのは本当に都合良くできているなと思ひましたね。

若者が置かれている世界

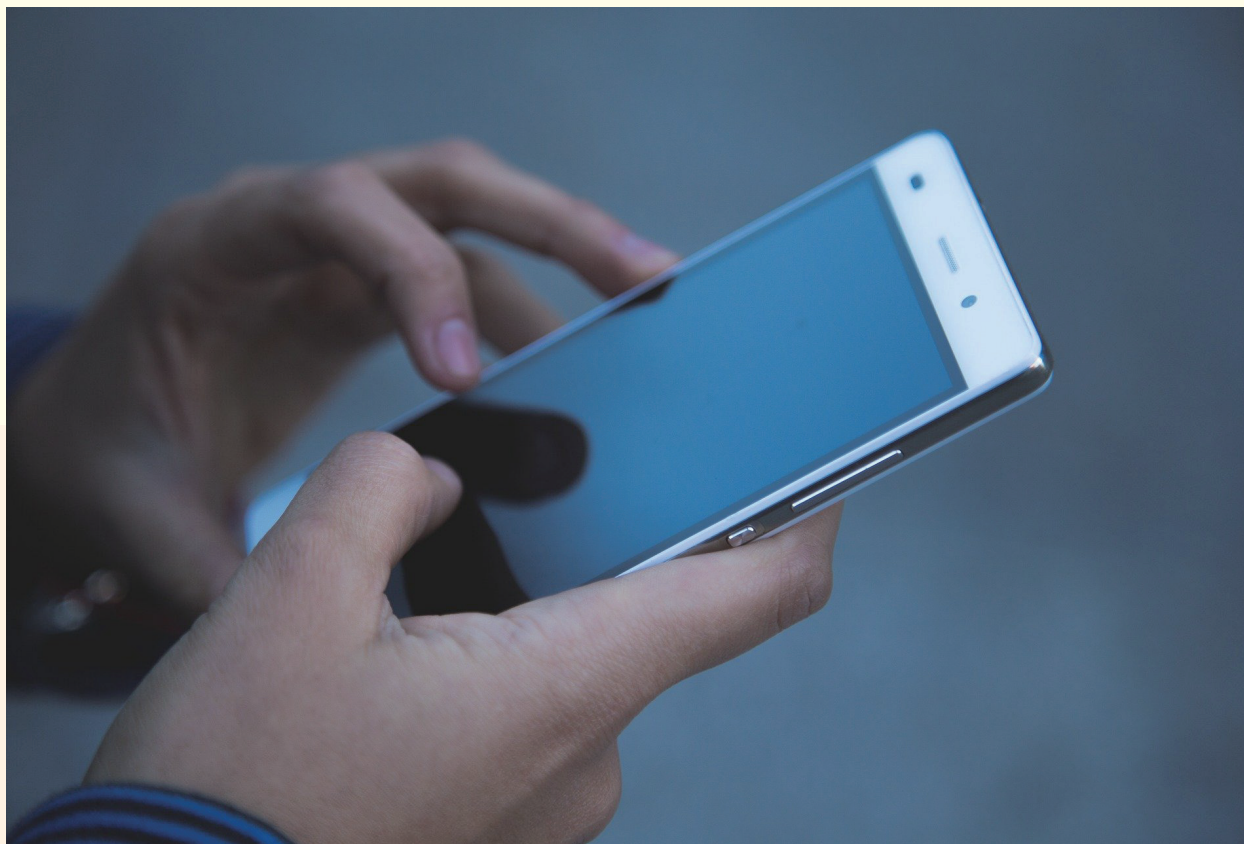
葛西 この雑誌はカウンセラーや心理の専門家、またはそうした職業を
目指している人が主な読者なんです
が、彼らに何か伝えたいことってあ
りますか？

三秋 僕などより専門家の方々のほ
うがよほど深く考えていることは承
知の上で、強いて言えば：最近不登
校をしている人に「逃げてもいいん
だよ」と促す人が増えてきているじ
やないですか。

葛西 ああ、ありますね。

三秋 それ自体は確かに良いことだ
と思うんです。ただ、僕自身も学校
はあまり好き نبودりではなかったの
ですが、自分から休んだことは一度
もなかったんですね。というのも、
立派な心がけをしていたとかそうい
うわけではなくて、たぶん自分は一
度でも逃げたら二度と戦えない、一
度でも折れたら二度と立ち直れなく
なるタイプだったので、絶対に折れ
るわけにはいかなかったんです。だ
から病気以外では、一度も学校を休
んだことはありませんでした。

世の中には僕のように、折れにく
いけれども、折れたら二度と立ち直



れない人もいて、そういう人を安易
に逃げさせてしまうと、プライドが
折れてしまつて二度と立ち直れない
というようなこともあり得ると思っ
てますよね。

だから、本当に不登校に関しては
ケース・バイ・ケースで、一概にこ
うと決めつけるべきではないなとは
思っています。

葛西 本当にそうですね。不登校も
いじめもそうですが、本当に一人一
人違うし、どういう状況かによりま
すね。ただ、やっぱりいじめからの
自殺とか、死にたいと思つている人
は何とか止めたいとは思ってますけ
どね。先生の小説の中にもいじめを
受けている人が出てきたりしますが、
そういう状況を理解してくれる人が
周囲にいたり、そのことを誰かに言
えたりするとすごく違うんだろうな
と思います。単に「いじめられたら
学校へ行かなくていいよ」という話
ではなくて。

三秋 そうなんです。本当に人によ
りけりというか。一番間違つた選択
肢が正解ということも、人によつて
はあり得ると思うんです。

葛西 今つてすごく便利な世の中
になって、いろんな人とすぐにSNS
で繋がったりするけれども、でも、

みんな何かちよつと孤独だったり寂しかったり、そういうことを思ったりもしますよね。

三秋 そうですね。繋がれる可能性が増えたことで、逆に誰とも繋がれていない状態というのがものすごく鮮明になっちゃったということもあると思うんですね。

葛西 高校生でも常に携帯を見ていたり、誰からもLINEとかそういうものが来ないとすごく恐怖だったり、すぐに返事をしないと仲間外れにされちゃうとか。もしくは自分が知らないところで、クラスのほかの人が繋がっていて、実は遊びに行っていたとか。そういうことを写真がアップされて間接的に知るといったとがありますね。

三秋 でも一長一短だと思えますね。顔も知らない人を相手にコミュニケーションすることもできるので、そこに救いを見出している人も一方では結構いると思うので。

葛西 例えば私は今、セクシュアル・マイノリティの人のカウンセリングをする機会が増えていますが、自分の学校の中に、自分と同じような人がいるのかわからないし、カミングアウトしている人が少ないので、それでやっぱり中高生の人と

かは死にたいと思ったり、自殺未遂をしたりする率がすごく高いんですね。

そういう人がネットでもいいので知り合いができたり、自分と同じようなレズビアンやゲイの人がこんな仕事をしているとか、こんなところにいるというのがわかるだけで、その人の人生のモデルになったり、もしくは実際に知り合えたり、こういうことはすごくネットが使えるようになってよかったことに思うんですね。

三秋 僕自身は中学生ぐらいからネットを使い始めたんですけど、別の世界があるというか、自分が今住んでいるここだけが世界ではないという感覚に救われたので。

葛西 学校にいるときは学校だけがすべてと思っちゃったり、そこにある規範というか、そういうのがすべてみたいな思いますが、学校で人気の人と、社会に出てから人気のある人とかは全然違ったりしますよね。

三秋 だから今の若い人たちや一代の人ってすごく冷静な人が多いですね。初めから世界が広く見えているので。そういうところはうらやましいなと思っています。



葛西 それは、ここだけではないとわかってるからですね？

三秋 はい。一方で可哀想だなと思うのは、初めから自分が「すごくない」と思い知らされてしまうことですね。今ではネットを見れば、自分よりも若くて才能豊かな人がいくらでもいることが可視化されているので、井戸から放り出されてしまった蛙じゃないですが、誰もが誰かに劣等感を覚えざるにはいられない状況に追い込まれているように思えます。

葛西 ああ、確かに。やっぱり一長一短ですね。

三秋 何かを始める段階では、ある種の視野の狭さも必要ですよ。自分の未熟さがまったく目に入らないうちに力をつけておかないといけない。目が肥える前に始めなければ、大抵の人は途中で自分を見限ってしまうんじゃないかなと。

「ものがたり」の効用

葛西 もう次の作品の構想は頭の中にある感じですか？

三秋 はい、すでに書き始めています。

葛西 ああ、そうなんです！ いやあ、私に先生の本を勧めてくれた

方にお伝えしておきますね(笑)。

今日先生と話したことか、その人に報告しようかなと思っているんですけど、そんなふうに言われるとちよつと責任を感じてしまいますか？

三秋 どうでしょう。僕は作家としての自分と現実の自分がある程度切り離して考えているので。

葛西 本当に？ それはどうやって切り離すのですか。三秋継という小説家と自分は別物…？

三秋 そう考えていますね。今この瞬間はどっちかと言われたら、八割ぐらい三秋継でやっているのかなと思いますけど。

僕の場合、誰かに届けようと思って小説を書いているわけではなくて、一番辛かった頃の自分を救ってやりたいたいという思いが最大のモチベーションになっているんです。あのとときこういう言葉をかけてほしかったとか、こういうことをしてほしかったという願いを作品に込めている。僕は作品を通じて誰かに救われてほしいとか、感動してほしいとか、そういうふうにしたことはなくて、ただ、僕が僕自身を救おうとして書いたものを読んだ人が、間接的に、僕の知らないところで勝手に救われていたとすれば、それは素直にうれし



いことだと思えます。

葛西 先生の小説の登場人物がかける言葉って、すごくこう、何だろ、真実味を持っているというか、ああ、こういう言葉をそのときかけてくれる人がいたら本当にいいなと思えるようなシーンが多くて。

三秋 はい。ただ、現実には、みんなの前にそういう人が現れてくれることはめったにないかもしれないんですけど。

葛西 そうですね。うんうん。

三秋 相当珍しいことではあるんですけど、ただ、そういうときの心の動きというものを厳密にシミュレートして、そういう心の動きを文章を通じてたどっていくうちに、自分の心の救い方がわかってくる…そういう効能はあるのではないかと思えます。

葛西 うんうん、なるほど、そうか、そういうことですね。先生にしたら誰かを救おうと思つて書くと、ちょっと違つてきますね？

三秋 そうですね。逆に気負いすぎて、読者も自分も救えなくなるかもしれないですね（笑）。

三秋縫（みあき・すがる）

一九九〇年生まれ。岩手県出身。二〇一三年『スターティング・オーバー』でデビュー。主な著作に『三日間の幸福』『いたいいたい、とんでゆけ』『君が電話をかけていた場所』『僕が電話をかけていた場所』『恋する寄生虫』（いずれもKADOKAWA/メディアワークス文庫）『君の話』（早川書房）などがある。

葛西真記子（かさい・まきこ）

大阪大学大学院人間科学研究科博士課程（前期）修了（University of Missouri, Columbia カウンセリング心理学博士課程修了（PhD））。現在、鳴門教育大学大学院心理臨床コース教授、SAG徳島（徳島県のセクシユアル・マイノリティ活動団体）代表。臨床心理士・公認心理師。