

教職員の
おすすめ図書
SEASON 3
vol.3

みんなにおすすめしたい本 『メメンとモリ』

ヨシタケシンスケ著 株式会社KADOKAWA 2023年発行

生徒相談・保健室 平澤 政明

インタビュアー 司書教諭 角井 貴乃

結果がすべてじゃない 評価のない世界を知ってほしい

理系の研究開発職という異色の経歴を持ち、支援員として生徒に寄り添う平澤先生。その温かい眼差しの先には、どのような想いがあるのでしょうか。おすすめの1冊を切り口に、その哲学に迫ります。

【角井】今回は、本校の支援室で支援員として勤務されている平澤政明（ひらざわまさあき）先生にお話を伺います。

【平澤】よろしく申し上げます。なんだか緊張しますね。

【角井】本日はお忙しい中、ありがとうございます。まずはじめに、平澤先生の自己紹介からお願いできますでしょうか。

【平澤】支援室で支援員をしています平澤政明です。この学校に来て2年目になります。私自身は30年ほど会社員をしておりまして、働きながら心理学を学び、もっと本格的にこの道に進みたいと思い、大学院に入り直しました。そこで臨床心理学を学び、臨床心理士と公認心理士の資格を取得して、今に至ります。

【角井】会社員から心理の道へ、というのは大きな転身ですね。ちなみに、会社員時代はどのような仕事を？





【平澤】 研究開発職です。化学が専攻だったので、完全に理系ですね。ですから、教員経験もありませんし、畑違いも甚だしい、180度の転換です（笑）。

【角井】 理系の研究開発職からとは、大変興味深いご経歴です。それでは本の紹介にはいっていいこうと思うのですが、その前に「メメントモリ」について少し触れておこうと思います。ご説明いただけますでしょうか？

【平澤】 はい。「メメントモリ」とは、ラテン語で「死

を忘れるな」「死を思え」という意味です。ゲームのタイトルなどで聞いたことがある方もいるかもしれませんが、本来は「自分もいつか必ず死ぬということを忘れず、人生を大切に生きよ」という、哲学的な、少し重い言葉なんです。

【角井】 そうなんですよ。私が最初にこの言葉に触れたのは、世界史で美術史を習っていた時のことでした。花や果物といった典型的な静物画なのですが、一緒に骸骨が書かれていて、怖いというより「なんでやっ？」と違和感を覚えました。中世ヨーロッパでは、疫病や戦火などの社会背景から、この思想が流行したと習いました。今回紹介していただく本は、タイトルが「メメントモリ」。ヨシタケシンスケさんの絵本です。

【平澤】 最初にこの本を見つけた時、ヨシタケシンスケさんの可愛らしい絵と「メメントモリ」という重い言葉が並んでいるのを見て、ギョッとしましたよね。この柔らかなタッチで死を描いてしまうのかと。

【角井】 『メメントモリ』は、メメントというお姉ちゃんとモリという弟の3つのお話を通して、人は何のために生きているの？というテーマを考えていく絵本です。先生はなぜこの本を生徒たちに薦めたいと思われるのでしょうか？

【平澤】 まず、何よりも「絵本」であるという点です。手に取りやすく、字も少ないので10分から15分もあ

れば読めてしまう。でもこの本には、その短い時間で読んだ後に、ずっと考えさせられる深さがあるんです。

【角井】 とつきやすいけれど、非常に深い問いを投げかけてくる、と。

【平澤】 ええ。そしてこの「メメントモリ」というテーマが、私の専門分野である心理学の根幹に関わってきます。「どう生きるか」ということは「どう死ぬか」ということと表裏一体です。死を意識するからこそ、今をどう生きるべきかが見えてくる。思春期という多感な時期に、そうしたテーマに少しでも触れてもらえたら、その後の人生で何か壁にぶつかった時の支えになるのではないかと思っただけです。

【角井】 なるほど。名言がたくさんある本ですが、読む時期やその時の心情によって、心に響く箇所が変わりそうですね。

【平澤】 まさしく。私自身も何度も読んでいますが、その時々で引かれる場所が違っています。常にそばに置いておいて、生きづらいなと感じた時に手に取ってもらえると嬉しいですね。

【角井】 先生のお話を聞き、私も読み返したくなりました。私は「つまりは自分では選べないことと、自分で選べることがあるってことよね。見分けられるようになったらいいわよね」というメメントの一節が記憶に残っています。

【平澤】物語の締めにとさらっと出てきますが、とても重みのある言葉ですね。



【角井】ええ。私は、キリスト教の「二バーの祈り」というものが好きで、たまに見返すのですが、この中の「変えることのできないものと、変えるべきものごとを、見分ける賢さを与えてください」という祈りの言葉に通じるものがあるなと思ったんです。「二バーの祈り」ってメントモリに通じるものがあるんだと発見しました。

【平澤】なるほど。

【角井】この本の中で、他にも生徒たちに伝えたいと感じるメッセージはありますか？

【平澤】そうですね。私が常に気になっているのは、「結果」と「過程」の話です。今の生徒さんたちを見てみると、どうしてもテストの点数や合否といった「結果」を重視しがちです。でも、それ以上に大切なのは、そのために何をしようとしたのか、どう行動したのかという「過程」だと私は思っています。

【角井】結果も大事だけれど、そこに至るまでの道のりにもっと目を向けてほしい、と。

【平澤】はい。望んだ結果が出なかったとしても、「自分はこれだけやったじゃないか」「苦手だったこれができるようになったじゃないか」と、自分の頑張りを認めてあげられたら、少しは救われるんじゃないかと思うんです。結果だけに縛られてがんじがらめになるよりも、「こういう考え方もあるんだ」と知るだけで、少し心が軽くなるんじゃないかなと。

【角井】私のところにも、なにかに悩んだり、傷ついたりした生徒が話に来てくれますが、問題の根本は「結果」だけを見ているところにあることが多いですね。結果だけでなく、その子がこれまで家族や友人と関係を築いてきた「過程」や背景が大事なんですね。

【平澤】おっしゃる通りです。言葉にならないかもしれないけれど、一生懸命伝えようとしてくれる、その心の動きこそが尊い。私たち心理士の仕事は、まさしくその心の動きを感じ取りながら話を聞くことでもありますから。心が動いていること、動かそうとすること自体が、そもそも大事ななだと思います。

【角井】先ほど理系のご出身と伺いましたが、先生ご自身の「過程」についても、もう少し詳しくお聞かせいただけますか。なぜ畑違いの心理の道、そして学校の支援員という仕事を選ばれたのでしょうか。

【平澤】きっかけは、会社員時代に部下だった若い子たちとの関わりです。教える側に回った時に、言われた通りにやろうとしても、どうしてもできない子たちが一定数いたんです。理由を聞いても、本人も「できているつもり」だったりする。当時はその理由が分からず、「なぜできないんだ」と悩みました。それで色々調べうちに「発達のごぼこ」という話に行き着き、「これかもしれない」と思いました。そこから心理学の勉強を始めたんです。

【角井】そうだったんですね。

【平澤】そこで、どうもカウンセリングが重要らしいということがわかったんですが、本でカウンセリングの理論を読んでも、正直「なんのこっちゃ」と、さっ

ぱり分らなかったんです（笑）。

【角井】人や環境にもよりますね。理論だけでは難しくそうですね

【平澤】ええ。「これは実際に経験しないとダメだ」と思い、働きながら産業カウンセラーの養成講座に通い始めました。そこでは、カウンセラー役と相談者役を交互に体験する「ロールプレイ」という実践的な練習をするんです。



【角井】そこで初めて、カウンセリングの実際を体験されたんですね。

【平澤】はい。これがもう、本当に奥が深くて。人の心に寄り添うことの難しさ、そしてその尊さを肌で感じて、「これを体系的に学びたい」という思いが強くなりました。それで、大学院に進学することを決意したんです。

【角井】ご自身の探究心が、新しい道を開いたんですね。

【平澤】大学院に入るには、会社を辞めなければいけなかったのですが、1年ほど悩みましたが、試験を受けたら運良く受かってしまっただけ。これは目に見えない誰かが「進んでみていいよ」と言ってくれているのかなと思い、この道に進むことを決めました。困っている人たちのために、自分にまだできることがあるかもしれない、と思ったのが原点です。

【角井】先生ご自身の課題意識が、大きな転身のきっかけになったんですね。近頃、例えば「繊細さん」といった新しいカテゴリーや、発達障害の種類など、もともと専門用語だった単語が、一般に広く広がっているように思います。個人的にこの動きに居心地の悪さを感じることもあるんです。知識として便利な一方、レッテルになる、自分や他人を安易にカテゴライズして可能性を狭めてしまう危険性を感じる瞬間があるの

です。多感な中高生は、そういった言葉とどう付き合っていけばいいと思われますか。

【平澤】非常に難しい問題ですね。便利な言葉が、かえってその人自身を深く見るということから遠ざけてしまう面は確かにあります。僕は、でこぼこは誰にでもあると思っています。全部がパーフェクトな人間なんて、逆にアンドロイドみたいで気持ち悪いですから（笑）。でこぼこがあるからこそ、人間は面白い。そして、この『メメンとモリ』にも、まさにそのことが書かれています。

【角井】カテゴライズする必要はない、と。

【平澤】はい。多くの人は「正しいか間違っているか」「良いか悪いか」といった評価の中で生きていますが、人の存在に善悪や正誤なんてないはずです。「ルビンの壺」という有名な絵がありますが、あれは見る人によって白い壺にも、向き合う二人の黒い顔にも見えます。どちらが正解というわけではありませんよね。

【角井】どちらも正解ですね。

【平澤】でしゅうっすいう「評価が意味をなさない世界」があることを知ってほしいんです。どうしても学校は評価される場面が多いですが、それだけが世界のすべてじゃない。その枠にハマる必要なんてないし、



私は私でいいんだと思えるようになれば、すごく生きやすくなるんじゃないでしょうか。

【角井】学校という場所は、どうしたって評価というもののから切り離せない環境ではあります。その中で、先生は支援員としてどう生徒たちに関わっていききたいですか。

【平澤】支援室に来てくれる生徒たちには、「評価されるだけが人間じゃないよ」と伝え続けているつもりです。親や先生、友達からの評価に苦しんでいる子が多

いですから。僕との関わりを通じて、一人でも多くの生徒が「そういう世界もあるんだ」と知り、少しでも心が軽くなってくれたら、これほど嬉しいことはありません。

【角井】「自分の人生の尺度は自分で決めていいんだ」という気づきを与える、大きなお仕事ですね。つまりいた時に「平澤先生がいる」と思えるだけで、救われる生徒は多いと思います。本日は、本当に貴重なお話をありがとうございました。

【平澤】こちらこそ、ありがとうございました。