

## 7

## 一般社団法人 日本駆け込み寺

□公開日時:平成 24 年 5 月 28 日(月)

□相談年度:平成 23 年度

## ■～九腸寸断～信頼する男性からの裏切り ～いつも死ぬことを考えています。でも勇気がなくて～

- 仮名：真田さん
- 年齢：30代
- 性別：女性
- 問題：こころの問題

うつ病は、心の風邪というけど、現代病、文明病の類だ。人間としての生命力が弱っている状態。生きるのに必死な発展途上国の人たちにうつ病なんていない。生きたくても生きられない人があることを決して忘れてはならない。

### 【～キャリアウーマン～うつ病歴10年】

30代前半の女性。20代前半までは普通に会社勤めをしていたが、ある日突然、朝の満員電車が怖くなり、通勤はできなくなった。動悸が激しくなり、動けなくなった彼女は、ホームに座り込んでしまう。その日を境に彼女は家を出ることもできなくなった。その時彼女は「何かが切れてしまった」と感じた。親に連れられ、しかたなく受けた精神科では、ストレスからくる適応障害と診断され、会社は長期休暇を取ることになる。

おかしくなる原因はあったように思う。本来、とてもマジメな性格で、仕事もでき、会社では同僚や先輩、上司にも信頼され皆が嫌がる残業も進んでこなしていた。しっかり者の彼女だったが、信頼し、結婚も考えていた男性に裏切られるという事件が起き、自分に悪いところが見当たらない分ひどいショックを受けてしまった。

医者から処方された薬を飲むのは、とてもイヤだったが、飲まないと、動けなかったり、身体が震えて何もできなくなることもあった。マジメで、仕事もバリバリこなしていた彼女はそんな自分が許せなかった。

### 【死ぬ以外の選択肢はたくさんあるから安心しろ】

「私はダメな人間、人生の落伍者……」彼女は毎日、自問自答を続けた。食事のものを通らなくなり、一気に何十キロも痩せた。そしてある日、彼女は手首を切って自殺を図った。幸い、発見が早くて大事には至らなかったものの、医者は、今度は、彼女をうつ病と診断した。それから長い闘病生活に入る。病院と自宅の往復。復帰が難しく会社も辞めた。医者から処方された薬を飲みながら、家にこもりきりの生活が続いた。気付けば10年になっていた。

生活は親が面倒を見てくれるが、このままでいいわけがない。これ以上、親に迷惑をかけられない。彼女は「自分はダメな人間。だから死んだ方がいい」と思った。毎日、毎日、死ぬことを考えていたが、どうやって死ねばいいか、どこで死ねばいいか、考えあぐねていた。そんなとき、何となくみていたテレビで、玄秀盛と駆け込み寺のことをやっていた。彼女はテレビを見ながら大泣きした。失恋して以来、こんなに泣いたことはない、というくらいに涙があふれて止まらなかった。

### 【怒りを正気に】

「なんや、あんた死ぬつもりなんか。もったいなあ。どうせ捨てる命やったら、2、3日でもええから身体貸してくれへんか」俺の不躰な言葉に、彼女は顔を真っ赤にして怒りを露わにした。

「し、失礼な……、どういう意味ですか!？」

それでいい。怒りは人間に生きる気力を与える。「失礼って、どうせ死ぬつもりなんやろ。ええやんか、減るもんやないし。この近所にはあんたみたいなべっぴんさんが日銭で稼げるところがいっぱいある。ここは資金難で大変なんや。ちょっとサラ金でつまんできてもええし、ちょっとこっちのことも助けてえな。どうせ、死んでしまえば全部お終いや。ええやろ」

「テレビで見て、あなたのことを信頼してここに来たのに……」彼女は席を立って、出て行ってしまった。挨拶もせず、失礼な人である。つと冗談はさておき、それから数ヶ月後、彼女から手紙が届いた。

《あの日のことがきっかけになり、外に出る勇気ができました。今ではきちんと働いて、毎日を普通に過ごしています。今考えると、玄さんには深い考えがあって私にああいう態度を取られたのだということがよく分かります。ありがとうございました。失礼な態度をとって申し訳ありません。こんな至らない私ですが、もしよろしければ、駆け込み寺でボランティアのお手伝いをさせていただけないでしょうか。何か今、無性に人の役に立ちたいのです》

彼女は、この駆け込み寺に足を向けた時点で既に、立ち直るための勇気を持ち、それを振り絞ってここまでたどり着いたのだ。あとは、その勇気を増大させてあげればいだけである。立ち直るための全てを、彼女は既に持っていたのだ。



「ボランティアスタッフ」の一員でもあるフェレットの「もちゃん」主に日曜日の出勤。

### 【ここが POINT】 .....

最近、特に差し迫った大きな悩みがあるというわけではないが、何となく現状に不満で、将来が不安で、生きるのが辛くて、だから死にたい、というのが非常に多い。

まず話を聞く。人間は、いくら物質的に満たされても、心が満たされないとダメな生き物。モノがあふればあふれるほど、人間は満ち足りることを忘れ、食欲に、永遠に必要なでない何かを求め続ける。この無間地獄から脱出するための唯一の方法は「足るを知る」ということ。欲望に己を任せず、少しだけでも我慢してみる。我慢というのは、意外に気持ちがいいものなのだ。まず何よりも生きることが大事。理由も理屈もいらぬ。何よりもまず、生きることが人生の目標である。人間は生を受けたからには、死ぬまで生きることが使命なんだ。