袋全部飲んでしまったんです。救急車で運ばれて胃を洗ってもらったんですけど、飲んでしまったことにショックを受けて、それでまた気が重くなってしまって、最後に自ら命を絶っていってしまった。

みなさんの中で身近な方でお医者さんにかかっておられる人がおありでしたら、決して薬は自分でやめないように。薬だけがいいとは言いません。しかし薬を飲まなければ治らないこともあります。ですからカウンセリングと薬と両方を上手く兼ね備えていくことが大事であって、自己判断で薬をやめてしまうと反動がやってきまして、自殺願望欲という状況に陥ります。毎年自死される方の半数近くが鬱病で亡くなっていかれます。

有愛非有愛

鬱病はお医者さんにかからなければなりませんが、われわれの心でひとつ考えてみます。有愛・非有愛という言葉があります。愛はラブというよりも渇愛、執着すること。有愛は死にたくないという欲、思いの中にあるのは「死にたくない」、いつまでも娑婆に未練があるのが我々の思いじゃないでしょうか。死にたくないという生命に対する執着です。

もうひとつは非有愛という、生きていたくないという欲なんです。死んでしまいたい、そういう欲が多くなると人間だけは自死をしていく、私の娘は躁鬱の病で、夢を見ているように瞬間的にすっと自ら命を絶っていきました。死ぬことよりもつらい何かがあったんでしょうね。後から手帳等々見てみますと、「私は幸せだ、しかし何か虚しい、恵まれているけれども虚しい」こう出てまいります。人間はいかなる苦しみや悲しみにもしたたかに堪えていける、みなさんもそうでしょう、それぞれがそれぞれ言うに言われない苦労をされてきているはずなんです。そこはかなりしたたかに生きていけるというんです、お金がなくても苦しくても生きていける。

しかし人間は虚しさには堪えられない、その虚しさのひとつが孤独なんです。独りぼっち。この寂しさ辛さなんです。人間が最後にやはり寂しくて悲しくて生きておられないその一点は、独りぼっちということです。誰もよりそってくれる人がいない、誰もいない、誰とも話すことができない。

私の娘の場合、何か寂しかった苦しかったことがあるでしょうけど、脳のドーパミンという分泌液が狂ってしまった、パニックを起こしてしまったんでしょうね。愛する夫と娘を置いて、自ら命を絶っていってしまった。私は人生においてこれほどびっくりしたことはありません。なぜ、どうして、それはいろいろ考えてみれば、躁鬱の人の一番大変なのは自殺願望欲という、そういう欲が出てきてしまうので、ちゃんと見ていなければいけないけれど、ちゃんと救うことができなかった現実なんです。お寺の子でありながら、お父さんが大学の先生して仏教の教え説いているそんな家庭でどうして自死が起きるのか、いろいろ言われますけど、現実には自ら命を絶っていきました。

泣いて泣いて

私は、びっくりしすぎて泣くどころではない、どうしてたか記憶にないんですけど、たった一つだけ、高史明という、山口県出身の在日コリアンの作家です。息子さんが十二歳で亡くなって、その苦悩の中から親鸞聖人の教えに出あわれた方です。よくNHKテレビにも出ておられます。高先生のところに気がついたら電話してたんです。何をしゃべったか覚えてないんですけど、とにかく娘が亡くなった。先生はびっくりされました。「えーっ」て。その時にひとつだけ脳裏にこびりついているのは、「泣いて泣いて泣いて、お嬢さんの分まで生きて下さい。」こう高先生がおっしゃった。「泣いて泣いて泣いて、お嬢さんの分まで生きて下さい。」それから通夜から葬儀にかけて、とにかく泣いて泣いて泣いて。涙って枯れないなと思いました。

長男はその娘が亡くなる前に、たまたま「おねえちゃん、そんな薬を飲み過ぎたとか、いつまでも甘えてたらだめだ、しっかりしなきゃあだめだ。」と言ったことにすごく自分を責めてしまい、一年間ほど失語症、言葉が出なくなってしまった。