

「死にたい」と思ったことがある人は、全員ではないでしょうが、少なくもないでしょう。「死にたい」と打ち明けられたことがある人まで含めると、さらにめずらしくなるでしょう。避けられがちな話題である割には、けっこう身近なことなのです。「いのちの電話」も繋がらないことが多いといいます。「死にたい」を身近で触れられるものにしていくことが、第一歩ではないでしょうか。

「死にたい人は死ねばいい」は間違い

悲しいことに、というよりも、呆れることに、未だに「死にたい人は死ねばいい、本人の自由だろう」という話が、まるで正当な一つ考えであるかのように取り上げられることがあります。

これは倫理的に問題であるだけでなく、明確に誤りです。自殺をした人の直前の状態を遡って調べると、そのほとんどが鬱病などの精神疾患の基準を満たしていたという研究があります。

このことが意味しているのは、自殺は心身ともに健康な人間の自由意志によって選ばれた行動ではないということです。

もちろん、「死にたい」という思いは、実際に自殺に至ってしまうことと同じではありません。しかし、自殺が一つの精神症状の表われなのであれば、「死にたい」は文字通りの意思表示ではなく、何らかの手当てが必要だという訴えと考えるのが自然でしょう。



終わりではなく、はじまり

私たちは死について考えることからずいぶん遠ざけられてしまっているので、「死にたい」と言われると焦ります。実際、放っておける事態ではないのは確かです。しかし、一巻の終わり、というわけでもありません。

「死にたい」が手当ての必要性の訴えなのであれば、どんな手当てが必要なのかという、話の続きがあるはずです。つまり、「死にたい」は、そういう形でしか訴えられなかったとはいえ、そこから話が始まるきっかけなのです。

場合によっては、専門家につなげることも必要でしょうが、まずは、「どうしてそう思ったの？」と聞ける心を持ちたいものです。それが、「話す」という選択肢があることを相手に示すことにもなります。

