

2022年2月1日発行

22-05号

（http://www.jremnant.com/）

現場から（最近のニュースから）

**心の病気**

コロナ禍で精神的に不安定になる子どもが増え、精神疾患が現れることも多くなっていると言われています。心の病気になる原因については、いろいろなことを言われていますが、精神科医で東京都立松沢病院院長の水野雅文医師が書籍『心の病気にかかる子どもたち』（朝日新聞出版）に書かれている中から「心が弱いから精神疾患になったのではない」と言われている記事がありました。

水野先生が言われるのは、精神疾患では、「脳」の機能と心の働きに支障が出るということです。そして、「精神疾患は、脳の構造や機能が不調を起こして、脳本来の仕事が十分にできなくなり、さまざまな症状が現れる病気です。『心の病気』とも言われるのは、脳が気持ちや感情といった『心（精神）』の働きも担っているから。精神疾患は『脳の病気』であり、『心の病気』でもあるのです。」ということです。

ただ、そのような病気になる「発症原因」は、はっきりとわかっていないということです。いままでの研究から「▽情報を伝達する役割を果たしている神経伝達物質 ▽性格▽育ってきた環境 ▽現在置かれている環境 ▽生活習慣 ▽ストレスに対する弱さ▽遺伝的な要因といったさまざまな要因が複雑に絡み合って発症すると考えられています。」ということですが、どれが原因なのかは特定できず、さまざまな要因の中のひとつとしてしか分からないということです。そして、精神疾患の中には認知症のように高齢になるほど発症しやすい病気もありますが、多くは10代、20代に発症のピークがあるそうです。それは、「思春期」には、体の急激な変化とともに、社会の影響を受けながら大人になっていく時期なので、周囲とのかかわりも急速に変わります。脳は成長がゆっくりなので、体や環境の変化に脳がついていけず、ズレが生じるので、精神疾患が発症しやすくなるのだということです。（1/27AERAdot.＜「心が弱いから精神疾患になった」は誤り　10代、20代が「心の病気」になる原因とは？＞より）

脳の働きに支障が出たり、脳の成長と体や環境のバランスが取れないので、脳の病気となり、心の病気となるということです。ただ、それは「表にあらわれたこと」から見たことです。それゆえ、原因は分からないという結果になります。それは事実なのですが、実は人間は、生まれたときから、ずっと目に見えないで持っていることがあります。そのように持っていることは、目に見えず、数値で測定することもできないので、わかりません。しかし、そのように持っていることによって受けてきた影響が、なにかをきっかけに出てきて脳の不調や、からだとのバランスを崩す要因になっているのです。なにを持って生まれてくるのか、そして、その原因をどのように解決して、脳や心の病気に勝つことができるのか。それについて、ごいっしょに見てみませんか。

救いの道

だれでも幸せになって、うまくいきたいのに、なぜ人生がこんなにも苦しくてつらいのでしょうか。

予期せぬ事故にあい、やることなすこと、すべてうまくいかず、会社ではやりがいどころか、仕事と人に疲れるばかりです。学校は、もはやいじめの天国になりつつあります。家庭内は冷たい風が吹き、一つ屋根の下でばらばらになり、実際に崩壊しているところも少なくありません。そのうち体は病気になり、心も病んでしまい、眠れない夜が続きます。お酒や薬に頼り、ギャンブルや快楽に走ってみても答えはありません。わらにもすがる思いで占いをして、おふだやお守りをつけてみますが、解けそうにもなく、どんどんひどくなるだけです。

ときには、表では他人がうらやむほどの成功をおさめたのに、裏は穴が開いてもれていくし、隠れた問題でなげき、ため息をつきながら人生のむなしさを感じています。胸にはぽっかりと穴が開いて、埋められません。とても憂うつになって、時々、自殺の衝動にかられます。幻聴や幻覚に悩まされるときもあります。

なぜこうなったのでしょうか。

それは、人が神様を離れているからです。魚が水を離れ、木は土から根を放り出すと枯れて苦しみ死んでいきます。人は神様に会って神様とともにいるべきたましいを持つ存在です(創世記1:27)。ですから、神様と出会う時、すべての問題が解決され、新しい人生が始まります。しかし、人は罪を犯して神様を離れてしまい、二度と神様に会うことができなくなりました。そのときから、目には見えない暗やみの力が、人を運命の力に閉じ込めて、苦しめて滅ぼしているのです。それで、どんなに暴れても抜け出すことができません。どんどん疲れはてて倒れるだけなのです。

神様は苦しみの中にいる人を愛し、この運命の泥沼から抜け出して、神様に出会うことができる道を開いてくださいました。その道がイエス･キリストです。イエス･キリストが罪人の私たちの身代わりとなって、十字架を背負い、すべての罪を赦してくださり(ローマ5:8)、私たちを苦しめていた暗やみと呪いの勢力を完全に打ち砕いて勝利なさいました(Ⅰヨハネ3:8)。そして言われます。「わたしは道であり真理であり、いのちなのです。わたしを通してでなければ、だれ一人として神に会うことはできません」(ヨハネ14:6)イエス･キリストは神様に会う道となりました。「疲れて重荷を負っている人はわたしのところへ来なさい。わたしがあなたがたを休ませてあげます」(マタイ11:28)と私たちを招いておられます。

もうこれ以上、苦しみの人生にとどまっている理由はありません。道であるイエス･キリストを信じることで、神様に会うことができます。「まことに、まことに、あなたがたに告げます。わたしのことばを聞いて、わたしを遣わした方を信じる者は、永遠のいのちを持ち、さばきに会うことがなく、死からいのちに移っているのです」「この方を受け入れた人々、すなわち、その名を信じた人々には、神の子どもとされる特権をお与えになった」だれでもイエス･キリストを救い主として信じ、心に迎え入れれば救われます。下の「受け入れのお祈り」を通してイエス・キリストを心に迎えることができます。

「愛の神様、神様の驚くべき愛と、救いの計画を感謝します。今、私は罪人であることを

認めて、悔い改めます。私の心の扉を開いて、今、イエス・キリストを私の救い主、私の

神様として受け入れます。私の罪を赦してくださり、私を救ってくださったことを感謝

いたします。これからは、神様のみこころに従って生きる者にしてください。イエス・

キリストの御名によってお祈りします。アーメン」

相談のある方は、いつでも連絡ください