
病みし日々の記

パキ夫

タテ書き小説ネット Byヒナプロジェクト

<http://pdfnovels.net/>

注意事項

このPDFファイルは「小説家になろう」で掲載中の小説を「タテ書き小説ネット」のシステムが自動的にPDF化させたものです。この小説の著作権は小説の作者にあります。そのため、作者または「小説家になろう」および「タテ書き小説ネット」を運営するヒナプロジェクトに無断でこのPDFファイル及び小説を、引用の範囲を超える形で転載、改変、再配布、販売することを一切禁止致します。小説の紹介や個人用途での印刷および保存はご自由にどうぞ。

【小説タイトル】

病みし日々の記

【Nコード】

N3959B

【作者名】

パキ夫

【あらすじ】

東京で一人暮らし。心が病んだある学生の日記。かなり滅入るの
でそのケがある人は読まないほうがいい。

2002年9月1

2002／09／17（火）

ずっと気分が悪かった。鬱だった。もう10日以上になる。

それで、テレビを見てたら鬱に関するサイトのCMがあったので、ネットで調べた。

テレビで言っていたヤツは見つからなくて、しょうがないからそれらしいのを見た。

セルフチェックというのがあった。やってみた。

どうやら自分は「パニック障害」の恐れがあるそうだ。それで、病院の紹介もしていたので行ってみようかと思った。

電話した。上手く喋れなかった。自分の本来の喋り方じゃなくて、なんだか怯えた子供みたいな喋り方になった。

結局、何もできないまま時間は過ぎて、病院には行けなかった。

死にたいと思った。

死にたいというより、生きていたくないと思った。

遺書を書いた。

書いているうちに涙が出てきた。

死にたいけど、生きていたくないけど、手段も分からないし、勇気もなかった。

だから、まだ生きている。生きていたくないのに。

2002／09／18（水）

ネットで調べた病院に行こうと思った。

駅まで行くのさえ辛かった。家から出たくなかった。何もする気がなくて、ちょっと体を動かすだけで全身から汗が吹き出た。

でも、がんばって行こうと思った。準備にすごく時間がかかった。

駅で電車を待った。乗った。座れなかった。ずっと立っていた。電車が走り出すと、体中が熱くなって、イヤな汗がいっぱい出た。頭がドクドクした。

病院の最寄り駅に着いた。病院を探した。でも、見つからなかった。

喉がとても渴いて、自販機でジュースを買って飲んだ。

結局、診察時間が過ぎても病院が見つからなかったので帰った。帰りは座れた。でも、やっぱり気分が悪くて、なるべく力を抜いて座っていた。うなだれて座っていた。

学校の近くの駅を通過した時、向かい側のホームに同じ研究室の留学生がいるのが見えた。

なんだか、恥ずかしかった。向こうは気付いてない風だった。だからちよつと良かった。

2002/09/19 (木)

今日こそ病院に行こうと思った。

しばらくお風呂に入ってなかったので、シャワーを浴びた。

でも、その後で、汗がいっぱい出て、シャツが濡れて透けるくらいいっぱい出て、とっても辛かった。

電車に乗ると、今日は座れた。昨日よりはましだけど、やっぱり気分が悪かった。

病院はどっかのビルの7階だった。

待合室から駅が見えて、多摩川の景色が見えた。

駅には人がいっぱいいて、みんなちゃんと生きていて、なんで自分はそのようなことができないんだろうと思った。

診察室でカウンセリングを受けた。女のお医者さんだった。

いろいろ聞かれたけど、目をみて話すことができなかった。ずっと机の上を見ていた。カレンダーやメモがあった。

家族構成や今の症状なんかを話した。学校の事や就職の事や死に

たいと思っていることは話さなかった。聞かれなかったから、話さなかった。

診察されて、鬱病によるパニック障害だと言われた。自分でもそうだろうと思っていたから、別に驚かなかった。

誰にでもありうることなんだと言っていた。でも、ならない人もいるんだし、そうなる自分がいやだった。

薬を貰う為に待ってる間、じっと座っていた。そしたらまた気分が悪くなった。体が自分の輪郭を残して縮んでいく感じた。じっとガマンした。どうにもならないし、お医者さんは他の人を診察中だったから、呼んで迷惑かけたくなかった。

それで、帰って、薬を飲んだ。ちよつと楽になった。

ついでに睡眠薬も貰った。

これで、とりあえず手段はできたってわけだ。そう思って、ちよつと笑った。

2002/09/20 (金)

寝ていた。

昨日貰った薬は眠気を誘う成分があるらしくて、それで、ずっと寝ていた。

起きてると、悲しくなって、寂しくなって、大声で叫びたいような、そこらへんの物を叩き壊したいような気分になる。

自分を思いっきり殴って、自分をボコボコにしたかった。自分が地べたにうつぶせて血が流れている光景を見たかった。

でも、そんな気分になってもできやしない。やる気力も体力もないのだ。

だから、また薬を飲んで寝た。寝る事しかできなかった。

2002年9月12

2002／09／21（土）

薬のせいかちょっと気分が良かった。

でも、あの体が火照って頭がドクドクいう症状はまだ出る。

どうやら3種類ぐらいのレベルがあるらしくて、ちょっとフラフラして頭がボンヤリするのと、息が荒くなって頭がドクドクするのと、もう目の前が真っ暗になって吐き気が絶え間なく襲うのがある。

でも今日は、そんなにきつくなかった。休日だからかもしれない。

2002／09／22（日）

彼女が来た。

オレのことを心配して、いっぱい食べ物とかを持ってきてくれた。シチューを作るとかで、一緒に買い物に行った。今日はなんだか少し気分がいいので、一緒に散歩した。

楽しいんだけど、頭にモヤがかかっているようで、なんだかダイレクトに伝わってこなかった。

シチューを食べた。美味しかった。でも、あんまり欲しくなかった。最近食欲なんてないのだ。

彼女といろんな話をした。オレが高校生の時の話とかだ。最近は昔の事ばかり思い出す。

彼女はオレの実家の番号を知りたがった。きっと実家に連絡を入れるに違いない。心配をかけるので親に知らせたくなかった。

でも結局、何かあった時しかかけないという条件で教えた。

彼女は結局9時半までいた。いつもよりかなり遅いから、オレのことを心配してくれてるんだろう。

ありがとう。
こんな彼氏でごめんね。

2002／09／23（月）

マンガを読んでいたら細くて透明な結晶みたいな絵があった。
それを見たら学校の事を思い出した。
辛かった。

中くらいの症状が頻繁に襲ってきた。
ゼエゼエハアハア言いながら耐えた。
それが収まると今度は心が辛くなった。

雨のような、小雨のような無数の細い針で、全身を細かに貫いて
欲しかった。

もしくは、ショットガンみたいなので、体を数回に分けて吹き飛ばして欲しかった。

この世界から居なくなりたかった。
自分という存在を、人々の記憶から、歴史から、全てから消し去りたかった。

でも、できなかった。
やっぱり、できなかった。

2002／09／24（火）

朝、幻聴らしきものが聞こえた。

灰皿が回っている時のカラン・・・カラン・・・カラン・・・カラ・カラ・カラカラカラカラカラっていう音。これが右耳で聞こえた。

その後は今度は左耳で鈴の音が聞こえた。
どこにも回っている灰皿なんてないし、鈴なんてないのに。
なんだかすごく怖くなった。

でも、家にいる間は少し気分が良かった。良かったというより、

悪くはなかった程度だ。

研究室の後輩から電話がかかってきた。気分が悪くはなかったの
で出た。でも、休んでいる理由なんて、うまく説明できなかった。
と言うより、会話自体、上手くできなかった。

その後外に出て食べ物を買ってきたけど、でも、やっぱり外を歩
くと気分が悪くなる。特に建物の中だとすごく気分が悪い。

だから家に帰って、ゼエゼエ言うのを必死で耐えた。

収まった後、昔のCDを聞いた。聞いてると高校の時の事を思い
出して、ずいぶん穏やかな、牧歌的な気分になった。

それで、少し楽になった。

2002／09／25（水）

夜、眠れなかった。

眠くないわけじゃない。あくびは出る。でも、眠れなかった。

明日は病院に行く日だから、外に出なきゃいけない。電車に乗ら
なきゃいけない。電車に乗るとすごく気分が悪くなる。

そんなことを考えていたせいだろうか？

昔は電車に乗るのが大好きだったのに、今は電車に乗りたくない。
知らない人でいっぱいな人ごみもイヤだ。

知らない人と話すのもイヤだ。

睡眠薬を飲もうかと思ったけど、昔友人が睡眠薬を飲んで、ほん
の少しの量だったのにすっかり眠りこけたと話していたのを思い出
し、飲まなかった。

それで、ずっと空想をして過ごした。頭に浮かぶいろんなことを、
混ぜて、合わせて、ちぎって、また混ぜた。

そしたら、いつの間にか眠ってた。

でも、深くは眠れなかった。

2002/09/26 (木)

病院に行く日だ。

シャワーを浴びた。

相変わらず体が火照る。立っているのが辛い。

この前みたいに、浴びた後でイヤな汗がいっぱい出るかと思ったけど、出なかった。

でも、今度は寒気がした。

寒気がおさまると、また体が火照った。

駅で電車を待っていると、またすごく気分が悪くなった。椅子に座れたから良かったけど、あのまま立ってたら、きっと耐えられなくなっとうずくまっていただろう。

電車は座れた。

でも、すぐ気分が悪い。こめかみと首筋がビクビクする。

本を読んで気を紛らわせようとした。でも、内容なんて頭に入っ
てこなくて、何度もページを行ったり来たりした。

病院では、結構人がいた。

前回は、人が全然いなかったもので、少し驚いた。同時に、なんかイヤだった。

しばらくして、受付の人が「〇×さん」と呼び、若い男が立ち上がった。

その名前を聞いて、僕は驚いた。それは、昔の友人の名前だったからだ。

そういえば、同じような風体だった。それに「妹が心の病気に
かっている」という話を聞いたことがある。

本人か確認すべきか迷ったけど、結局しなかった。なんか、する
気がおきなかった。

先生に診てもらった。薬をちゃんと飲んでいるか聞かれたので、
あんまり飲んでないと答えると、ちゃんと飲むように言われた。

それで、昨日眠れなかったこと、友人の体験を思い出して睡眠薬
を飲まなかったことなどを話すと、僕と友人の体質や、薬の種類の

違いがあるので飲むように言われた。少し怒っているようだった。それで、その後の症状を聞いて、先生は「鬱病じゃないかもしれない」と言った。じゃあなんなんだろう？と思って、少し心配になった。

それで、新しい薬を貰って帰った。

電車が学校の近くの駅を通過する時、僕はずっと目を伏せていた。

2002/09/29（日）

今日は最近の中では暑い日だった。暑いと言っても暖かい程度だ。それで、買い物に行ったり散歩をしたりした。

そしたらすごく汗が出た。すごくすごく汗が出た。

気味が悪かった。怖かった。

2002年10月1

2002年10月3日（水）

今日は、大阪在住でバンドをやっている友達が二人、大阪から来ていた。

だからかどうか知らないけど、とても調子が良かった。

一人でバイクを運転して病院にも行けたし、バイク屋にも行けた。ちよつと不安だったライブにも行けた。それは、大学の同級生と一緒にいてくれたせいもある。

人ごみなんか考えるだけでも嫌だったのに、ライブ会場の人ごみの中で平気だった。

多分、人ごみを人ごみとして認識していなかったせいだろうと思う。

それに、僕は1人じゃなかった。周りには仲の良い友人がいた。だから、今日はとてもいい日だった。

でも、友人が大阪に帰った後、ふと、友人の言った言葉を思い出した。

「オレの家の前に家があったやろ、あそこの息子も大学院まで行って自殺して死んだわ。お前はそないになるなよ」

「ならないよ」

笑ってそう答えた後、心の中で付け加える。

（少なくとも今のところは）

2002年10月4日（金）

また、発作が襲ってきた。でも、今日のはいつものと違った。

体が熱いのはいつもと同じだが、吐き気が断続的に襲ってくる。

胃が痛い。苦しい。立つ事すら出来なかった。動くのも億劫だった。

おそらく昨日無理をしてライブ会場に行ったのがいけなかったのだろう。

しかし、友人のライブに行かないなんて事、僕にはできなかった。昨日のうちにあいづらが大阪に帰ったのが、せめてもの救いだ。あいづらに迷惑はかけられない。

少し良くなった隙を見て、電話で大学の同級生に助けを求める。幸いにもその人はすぐに来てくれた。

友達が作ってくれたそうめんを食べた。

そうめんは好物なのだが、いつもの半分も食べられなかった。それで、菓を飲んで、眠った。

友達是他愛ない話をしてくれた。僕はなんだか心が安らいだ。そして、いつのまにか眠っていた。

ふと目が覚めると、友達がコンビニから帰ってきたところだった。僕の体調もだいぶ良くなっていた。

友達がエクレアを僕にくれて、食べた。

美味しいと思った。美味しいと思えるのが嬉しかった。

しばらくして、今度は僕がコンビニに行った。そのくらいには元氣になった。

ファミ通（雑誌）とかエクレアとか、友達のためのジュースとかを買ってきた。

結局友達は泊まった。僕の横で布団を敷いて、眠っていた。

僕はネットをしていた。眠くならなかった。

でも、睡眠薬の力で、僕もどうにか眠りについた。

2002年10月5日（土）

朝、友達と外で御飯を食べた。食べる事が出来た。

そのあとは小康状態だった。友達も午後3時過ぎまでいてくれた。でも、ダメだった。

友達が帰ってから、夕方になってから、発作はやっぱりやってき

た。

昨日より苦しい。吐きそうだ。

目をつぶると、頭がぐるぐる動いている気がする。

胸が苦しい。胸に金属の箱が詰まっているみたいだ。

薬を飲んだが全然良くならない。

苦痛と闘っているうちに、いつの間にか眠った。

午後10時ごろ目が覚めた。

胸がつかえている。夕方よりは楽だが、それでも苦しい。

その時突然、寂寥感が僕を襲った。

(僕はこんなにも苦しくて、こんなにも一人ぼっちだ)

そう思った。例えば様もないほど、心が虚ろだった。

寂しかった。

泣こうと思えば泣けたかもしれない。

でも、泣けなかった。なぜか、泣きたいと思わなかった。

結局僕には、睡眠薬を飲んで、寝るしか出来なかった。

2002年10月6日(日)

今日は少し体調が良かった。外出する事も出来た。

でも今日はとても悲しい出来事を知って、とても心が疲れた。

夜に、やっぱり発作が起きた。最近特有の発作だ。

木曜日から薬が変わったから、そのせいじゃないかと思った。

こんなに全然効かない薬なら、いらなと思った。

そうして最後には睡眠薬に頼った。

でも、午前1時過ぎに目が覚めた。

寝たのが12時前だから、1時間ちよつとしか寝てないことになる。

睡眠薬が効かなくなっているのか？

そう考えるとすごく怖くなった。

一応お医者さんから1日2錠までは飲んでもいいって言われてる

けど、もしこれが2錠じゃ効かなくなつて、次第に薬の量が増えていったら、僕は一体どうなっちゃうんだろうと思った。
結局3時まで起きていて、睡眠薬をもう1錠飲んだ。
そしたら、眠れた。

2002年10月7日(月)

今日はかなり気分が良くて、外にも余裕で行けた。
でも、電車に乗るとやっぱり気分が悪かった。
ほんの2駅かそこらの間で、気分が悪くなった。
怖かった。体が震えた。
電車を降りると少し楽になった。やっぱり今日は気分がいい。
そう思っていた。樂觀的に思っていた。
でも、発作はまたやってきた。また夜にやってきた。
そういえば、昼過ぎから何も食べていなかった。
何も欲しくなかった。何も食べたくなかった。
だから薬を飲んでなかった。
あわてて薬を飲んだ。
少しだけ楽になった。でも、まだ胸がつかえている。
今日もまた、睡眠薬を飲んで寝る。

2002年10月8日(火)

最近目が覚めると、自分がどこにいるのか分からない時がよくある。

ここが実家なのか、下宿なのか、親戚宅なのか、友人宅なのか、旅先なのか。

それで、しばらく考えて、やっと分かる。
でもこんどは、今日は何をするべきか分からなくなる。
どこかに行くべきなのか、そうではないのか、誰かと約束があつ

たのか、なかったのか。

それで、何も無いことを思い出して、なんだかホッとする。

今日は学校に電話して、休学する方法を聞いた。

どうやらまだ出来るらしい。とりあえず、道はまだある。

その後は友達と麻婆茄子を作って食べた。おいしかった。

でも、親から電話がかかってきて、親に休学の事を話していると、なんだか気分が悪くなった。

それで、ちょっとじっとしてた。なんとか治まったので良かった。

明日は、何をするんだろう？

明日は、何が出来るんだろう？

2002年10月9日（水）

昨日は、もしかしたら睡眠薬を使わなくても眠れるかと思ったけど、やっぱり使わないと眠れなかった。

眠くなるけど、眠れなかった。

今日は1つ気付いたことがある。

どうやら発作の前にはその前兆があるらしい。それは、ホコリ臭い匂いだ。

その匂いが漂うと、（ああ、ヤバイな）って思う。

その匂いの後で発作が起るときもあるし、起こらないときもある。

その匂いはどこにでもやって来る。

家の中だろうが、家の近所だろうが、知らない所だろうが。

今日は、その匂いを3回嗅いだ。

2002年10月10日（木）

昨夜はまた悩み事があって、悔しくて、酒を飲んだ。

それで、その勢いで寝ようと思ったけど、やっぱり眠れなかった。

そしたら午前3時にメールが入った。大阪の友達からだった。

昨日、大阪行きを断念する旨をメールしたので、その返事だろうと思った。

その文面を読んで、思い出した。

オレとそいつがどんなに長い付き合いかという事を。

大学の友達とは6年、高校の同級生とは10年、それぞれ長い付き合いだ。

しかし、そいつとは実に18年もの長きに渡る付き合いだったのだ。

彼の文面からは、オレを一番よく知る者からの思い、彼だから分かる事、彼だからオレのために何かしたいと思っている事、そんな気持ちが溢れていた。

思わず3回ほど読み直し、少し、目頭が熱くなった。（大阪に、行こう。一番の親友に、会いに行こう）そう思った。

それで、睡眠薬を飲んで、寝た。

思いのほかぐっすり眠れた。

今日の夜から、ちよつと行って来ます。

この旅行がオレにどういう作用を及ぼすかは分からないけど、決して、悪い方には行かないと思う。

そう確信している。

2002年10月12

2002年10月11日（金）

大阪に着いた。

心配していたバスでの旅行も、睡眠薬を飲んで寝ていたせい、苦にならなかった。

とてもすがすがしい気分、大阪駅に降りた。

（もうすぐアイツに会える。一番の親友に会えるんだ）

そう思うと、居ても立ってもいられなかった。

だからだろうか？電車に乗っても、大して気分が悪くならなかった。

彼の家には彼と彼の彼女がいた。

彼がバイトに行っている間、彼の彼女といろんな話をした。

彼も実は悩んでいた事、彼も彼女も、いろいろトラブルを抱えていた事。

そして、オレに会いたがっていた事。

それは、オレのためだけでなく、Aのためでもあった事。

嬉しかった。オレは、必要とされていた。

心からそう感じる事が出来て、安らいだ。

オレとアイツは、驚くほど良く似ているところがあって、それが、ある種のシンパシーとなって、オレの気持ちを楽にさせてくれる。

夜に彼の彼女の家に行ったが、道中、電車で気分が悪くなった。

例のホコリ臭い匂いがして、（ああ、ヤバイな）って思った。

そんなオレを彼は気遣ってくれた。側にいてくれた。

（一人じゃないんだ。一人でがんばらなくていいんだ）

そう感じた。とてもホッとした。

駅には彼女の弟が迎えに来てくれていた。

「ずっと大阪におったらええやん」

オレの病気を知ってか知らずか、そう誘ってくれた。

素直に嬉しかった。オレは必要とされてるんだなって思った。
彼の彼女の一家は陽気な人たちだ。

でも、同時に人生のいろいろ辛い事をぐり抜けてきた人たちだ。
「人生は、全部オツケーやで。どんなに辛い事があっても、それは
自分の選んだことやし、その事が、絶対なんかの経験になるから。
そやから、全部オツケー。全部オーライやで」

そう、お袋さんが言っていた。含蓄のある言葉だと思った。

そんな1日だったから、睡眠薬を使わないでも寝られるかと思っ
たけど、すんなり寝付くことが出来なくて、結局使った。

2002年10月12日（土）

今日はしばらく1人でいる時間があって、その時例のホコリ臭い
匂いがした。

ちょっと怖かった。

1人で留守番しているからどこにも行けないし、誰も助けにきて
はくれない。

だから心細かった。

だから不安だった。

でも、友達と合流してからはまた元気になれた。

薬を飲むヒマがないほど、いろいろな事にオレを巻き込んでくれ
た。

薬を毎回飲まなくても、なんとか元気でいられた。

今日は疲れたのか、お酒のせいか、睡眠薬を使わないでも眠りに
つけた。

2002年10月13日（日）

大阪に来てから気分がいいのは、きっとここが日常から離れた場
所だからだと思う。

学校の事も、家の事も、就職の事も考えなくていい。

僕はちょうど旅行者のような感覚で、ここにいる。

ここに好きなだけいていいし、何かに強制される事もない。

その事が、僕の心を落ち着かせる。

今日も睡眠薬を使わなかった。

毎日が本当に楽しい。

2002年10月16日（水）

大阪から帰ってきて、その反動で体調が悪くなるかと思ったけど、今日はかなり気分が良かった。

でも、やっぱり大阪に居たときのほうが楽だった気がする。

自分の家は、落ち着けるけど、何かもの悲しい。

だけど、大阪に行く前よりは全然楽になった。

もちろん、学校の事や将来の事を考えると、また気分が悪くなる。

でも、以前よりは楽になった。

きつと、心の中で、（休んでもいいんだ）と確信したからだと思う。

大阪に行って良かった。

一番の親友に会って、良かった。

2002年10月17日（木）

今日はひさびさにこの前とは別の大学の同級生と会った。

ヤツはオレの事でいろいろ心配してくれていたらしい。

素直に嬉しかった。

まだ自分が必要とされてるんだと思った。

まだまだ体調は悪いし、悩み事は沢山あるけど、今の自分の状態を人生における休息期間としてとらえることで、なんとか現実と折り合いをつけていけるような気がする。

2002年10月20日（日）

最近、よく眠れる。

と、言うよりも、眠くてしょうがない。

以前のように熟睡できないのも問題だが、最近のように眠りすぎるのもどこかおかしいと思う。

とりあえず、学校に行けるかどうか考えてみた。

学校に行っている自分を想像してみた。

ダメだった。

やっぱり背中が熱くなって、イヤな汗が出て、目の前が暗くなっ
た。

やっぱりダメだ、と思った。

少し、悲しく思った。

とりあえず、ムリはしないで、ゆっくり考えていこうと思う。

できることだけ、やっていこう。

2002年10月－3

2002年10月23日（水）

今日は、外に出た。外に出る用事があったので、外に出た。

フラフラした。しばらくまともに歩けなかった。

でも、バイクに乗って、出かけた。

バイクで走っていると、寒くないのに、大してスピード出していないのに、体がガタガタ震えた。寒気がして、喉が渴いた。

怖かった。何が怖いのか分からないけど、怖かった。

よくバイクに乗れたものだと思う。事故を起こしてもおかしくなかった。

それで、家に帰って、布団に包まった。

寒気は、なかなかおさまらなかった。

2002年10月24日（木）

今日も、寒かった。

寒くはないけど、寒かった。

体が皮膚の外と中で2つに分かれたような感じ。

外では鳥肌が立っているのに、中では火照っている。

それで、やっぱりフラフラした。

いつまで経っても、フラフラした。

病院に行く日なので、行った。

「顔、やつれたね」と言われた。

「でも、表情は明るくなった」と言われた。

自分では良く分からないが、多分そうなのだろう。

治りそうな気もするけど、やっぱり外に行くのが怖い。

できるなら、ずっと自分の部屋にいたい。

ただの引きこもりだ。

でも、それが僕の気持ちだ。

2002年10月28日（月）

痩せた。

この前先生に言われた事だが、自分でも痩せたと思う。
最近、1日3食満足に摂っていない。

よくて2食、悪くするとほとんど何も食べない時がある。
欲しくないのだ。

御飯があれば食べるが、なければわざわざ外に行って買ってこようとは思わない。

外に出ると、体がビクビクする。膝がガクガクする。
それでも突発的に甘い物が食べたくなる。

だから、がんばって近くのコンビニまで行く。

それが精一杯。

あとはタバコを吸って、寝るだけ。

もしこのまま餓死するのなら、それもいいかなと思う。

2002年11月1

2002年11月18日（月）

彼女と別れた。

大好きな彼女から、終わりを告げられた。

もう、ボクは一人ぼっちだ。

なんでこんなに悲しいんだろう？

2ヶ月前に彼女から来たメールを読む。

あのころは、まだ良かったのかな？

まだ好きでいてくれたのかな？

悲しくて悲しくて、辛い。

分からない。

何が正しかったんだろう？

何をすべきだったんだろう？

何がこんな事態を招いたんだろう？

分からない。

ボクにできるのはただ、酒を飲む事。

酔いつぶれて、正気をなくす事。

もう、正気でいられない。

睡眠薬があることに気付いて、これだけの睡眠薬を一気に飲むと
どうなるのかを考えている自分がいる。

ボクは、どこにいるんだろう？

ボクは、どこに行くんだろう？

2002年11月19日（火）

怖い。独りぼっちになるのが怖い。

彼女には精一杯の愛を運んだはずなのに、なんでこんな結末にな
るのだろうか？

自分にも非があるのは分かっている。

注意されても直さなかったのはオレの落ち度だと思う。
けど…。

なんでだよ？なんでだよ？なんでだよ？…。

不意をつかれたボクの心は粉微塵に打ち碎かれる。

悲しくて、寂しくて、苦しくて、辛くて、悔しくて…。

思い出が溢れ出て、でもそれは思い出に過ぎなくて、そこに新しい思い出が加わる事はないんだろうか？

そして失われた時間のみが、過ぎ去った時間のみが、その不可逆性が心を打つ。

狂いたい。狂ってしまいたい。

もう、何も考えたくない。何もしたくない。

でも、考えてしまう。うじうじと考えてしまう。

目に入るものの多くが、昔の記憶を喚起させ、心が、さらに深い奈落に落ちていく。

ボクはいつまでたてば、この奈落から抜け出せるのだろうか？

2002年11月20日（水）

何もしたくなかった。

寝転がってただ天井を見つめた。

何もしたくなかった。

寝転がってただカレンダーを眺めた。

心にポツカリ穴が開いて、その穴はとてつもなく大きくて、体の外側が張りぼてで体の中が空洞のようだった。

それはとてつもない喪失感。

今日も酒に逃げようと思った。

そんな自分をカッコ悪いと思った。

自分は、なんなんだろう？

自分自身がとっても小さく感じる。

自分が矮小で、ここにいらなくても、存在しなくても、全てはまったく変わらない気がする。

孤独だ。心が寒い。

ボクが死んだら誰が泣くんだろう？

2002年11月2

2002年11月21日（木）

病院に行った。

いつもならバイクで行くのだが、とてもバイクを運転できるような状態じゃなかった。

だから、電車で行った。

一応、外出時に飲む抗不安薬を飲んだので、電車に乗ってもあまり苦痛じゃなかった。

先生にその後の様子を聞かれた。

でも、鬱どころじゃなかった。たまたま孤独だった。

先生に全て話した。彼女と別れた事を話した。

先生が何と答えたのかは覚えていない。でも、ちょっと楽になった。

夜に大学の友達が心配して来てくれた。

一緒に酒を飲んだ。恋の事だけじゃなく、いろんな事を本音で話した。

今は一応休学しているので、療養期間として考えるべきなんだけど、様々な思いが頭を駆け巡り、中途半端な自分に気付いた。

逃げたかった。全ての事から逃げたかった。

でも、それは弱虫だと思った。

今日は、せめて今日は、酒に溺れようと思った。

地べたに踏みにじられた虫のような感じがした。

2002年11月22日（金）

一人でいると突然例え様も無いほどの不安が襲ってくる。

ああ、ボクはまだ鬱から抜け出せない。

鬱だけじゃない、ボクを取り巻く環境から、目も当てられないよ

うな内面の感情から抜け出せない。

楽になれるのはいつですか？

胸を張って生きていけるのはいつですか？

悲しみがなくなるのはいつですか？

うまく笑えるようになるのはいつですか？

答えは誰にも分からなくて、だからこそ毎日苦しみながら、ほんの少しの幸せしか得られない。

苦しんで、苦しんで、苦しんで…。

それでも生きていくしかないのですか？

今日も一日が終わる。

明日は今日よりいい日なんだろうか？

2002年11月23日（土）

神様がいて、指示される。ボクの人生を決めつける。

もし全てが運命で、初めっから決まっている事ならば、いつそ結末を教えてほしい。

結末を知ったら、そこに行こう。途中経過なんていらない。

結末の一手前で降ろしてくれ。

それがボクの運命ならば、喜んでその運命に従おう。

人生なんて、クソツタレだ。

ボクの人生なんて、クソツタレだ。

2002年11月24日（日）

後輩と電話で話した。

学校の事をいろいろ話した。

話しているうちに、学校がイヤになった。

あの閉鎖的な空間がイヤになった。

気分が悪くなった。

学校の事を考えるだけで、気分が悪くなった。
学校に未練は無いけれど、新しくやることも見つからない。
中途半端だ。

ボクは、中途半端だ。

学校に対しても、他の何かに対しても。

そして、人生に対しても。

生きる事に対しても。

死ぬ事に対しても。

情けない。

怖い。

侘しい。

2002年11月25日（月）

最近、夢ばかり見る。

しかも、いやな夢ばかり。

とてもイヤだ。

眠りも浅い。

睡眠薬はこのごろ効かなくなってきた気がする。

今度病院に行ったら、もう少し睡眠薬を貰おう。

2002年11月26日（火）

ヤバかった。

腹が減っている状態で薬を飲んだ。

胃が空の状態で薬を飲んだ。

しばらくして、吐き気と寒気が襲ってきた。

髪の毛はおろか、全身の毛が逆立った。

すごく気分が悪かった。

でも、頼れる友人もなく、一人で解決するしかなかった。

とりあえず、気分が悪い時に飲む薬を飲んだ。
そして、牛乳を飲んで、お菓子を食べた。
すこし楽になった。
安心していたら、久しぶりに幻臭が襲ってきた。
なんか、振り出しに戻ったような気がした。
いつになったら治るんだろう？

2002年11月27日（水）

吐いた。

今日の朝は気持ちよく目覚められた。

でも、今はすごく気分が悪い。

まず幻臭があった。

今までにないほど、強い幻臭だった。

それで、気分が悪くなって、吐きそうになった。

でも吐かなかった。胃薬を飲んで耐えた。

その後に襲ってきたのは便意だった。

お腹を下していた。トイレでひたすら耐えた。

それで、すごく気分が悪かったので寝た。

夜中に起きたらちよつと気分が良かった。

安心してパンを食べた。

しばらくして、猛烈な吐き気と便意が襲ってきた。

トイレで吐いた。トイレで排便した。

自分の体が、なにか悪いものを出そうとしているのを感じた。

ひとしきり吐いて、ひとしきり排便した。

とてつもなく気分が悪かった。

その後、死にたいほどの孤独感を感じた。

でも、ボクはまだ生きている。

何でだろうね。

2002年11月28日（金）

今日も病院に行った。ちゃんと診断してもらうために。

でも、ちゃんと診断したからって病気がよくなるわけじゃない。

ひたすら薬を飲んで、耐えていくしかないのだ。

オレの人生って、ずっとそうなのかな…。

精神に異常をきたし、肉体的にも異常だ。

苦しまずに死ねるんだったら、それもいいかなって思った。

そしてまた、一人泣いた。

2002年12月1

2002年12月2日(月)

オレの人生ヒマつぶし。

別に80まで生きようなんて思わない。

多分30まで生きている確率は4割強ってところだ。

27までなら7割ぐらい。

特に生に未練はない。

普通の人が人生で経験する事のうち、自分も経験してみたいと思う事は、一通り経験したと思うし、これからの人生、特にやりたい事もなし。

こんなポンコツな体、くれてやる。

好きにしろよ。好きなどころ切り取って、持って行けよ。

オレの人生ヒマつぶし。

何がヒマなんだろう…？

2002年12月6日(金)

散歩した。郵便局にお金をおろしに行った。

キャッシュコーナーには先客がいた。一組のカップルだった。

順番を待ってお金をおろし、これからの予定を考える。

歩く。商店街を歩く。来た道に戻る。

コロッケ屋の前にさっきのカップルがいた。

コロッケを買っていた。多分、歩きながら食べるんだろう。

昔のボクと彼女のように。

いろんな店先を冷やかしながら、商店街を歩く。ひたすら歩く。

また、さっきのカップルに出会った。

マックの前で、コロッケを食べていた。

2人で、仲睦まじく。

横を通り過ぎてボクは歩く。
一歩ずつ踏み出してボクは歩く。
季節はもう12月。
過去の事は何一つ変わらない。
あるのは今と未来だけ。
だからボクは歩く。
一人でも、歩く。
だってそれ以外に何が出来る？

2002年12月10日（火）

学校に行った。

かなり勇気が必要だったし、薬の力も借りた。

それで、やっと学校に入れた。

でも、心はずっと震えてた。ずっと、震えてた。

久しぶりに学校の友人に出会い、話をした。

でも、心は安らがなかった。ずっと、緊張してた。

かなりムリしてるなって、自分でも分かった。

そんな時、友人から、ある教授からの伝言を聞いた。

「元気出せ」と。

嬉しかった。素直に嬉しかった。

その教授はオレの研究室の先生じゃないし、特にK先生の授業を

真面目に受けたわけでもない。

でも、事あるごとに心配してくれる。

オレの事を気にかけてくれる。

それは遡ること2年前、オレはある必修の単位を落としかけた。

落としたら留年確定だった。

そんな時、廊下で教授に出会った。

「君、この単位落としてかけてるんだって？」

「あ、はい」

「泣きついてでも単位をもらえよ。キミたちの年頃の1年は普通の1年とは違うんだから。青春の大事な時期を無駄にすることはない」
「…はい」

結局、頼み込んで単位を貰った。

教授の言葉がなくても、単位を貰ってたかもしれない。

でも、教授の言葉が励みになったことは事実だ。

ありがとう、先生。

先生の何気ない一言が、ボクにとっては何よりも嬉しい。

2002年12月－2

2002年12月11日（水）

ヒゲを剃って、髪を切った。

美容院に行くのは、実に5ヶ月ぶりだった。

担当の美容師さんに会うのも、実に久しぶりだ。

いっぱい、話をした。

自分の病気の事も話した。

それで、人生観についての話になった。

オレが想像してた以上に、美容師さんは人生についてよく考えていた。

なんだか、楽しかった。

ある程度の時間を費やして、自分の人生を熟考した人と話すのは、とても勉強になる。

人間として深い人に、その人の人生観を聞くのは、とても楽しい。自分の意見と相手の意見をぶつけ合って、そこから得られるものは、とても素晴らしいと思う。

いい人に出会えて良かった。

2002年12月14日（土）

大阪の友達が、オレを題材にして曲を作った。しみじみ嬉しかった。

ライブでその曲を聞いた。

なんだか、「恐れていないで外に飛び出せ！」みたいなメッセージを受け取ったような気がする。

音楽を通して、自分の言いたい事、伝えたい事、表現したい事を人々に発信していけるのは、なんて幸せなことだろう、と思った。そういう事ができる彼が羨ましかった。

自分は、自分には、せいぜい文を書くことぐらいしか出来ないけど、それを通して自分のメッセージを伝える事が出来たらいいな。って思った。

2002年12月16日(月)

今日、寺山修司の書いた文に出会った。

心が揺さぶられた。

「ことばには重さはないけど、愛には重さがあるのです」

「思い出さないでほしいのです 思い出されるためには忘れられなければならないのが いやなのです」

その他様々な名言が、僕の心を静かに打った。

寺山修司はいい。

中原中也もいい。

2002年12月17日(火)

神よ私をお憐れみ下さい！

私は弱いので、

悲しみに出逢ふごとに自分が支へきれずに、

生活を言葉に換へてしまいます。

そして堅くなりすぎるか

自堕落になりすぎるかしなければ、

自分を保つすべがないやうな破目になります。

神よ私をお憐れみ下さい！

この私の弱い骨を、暖かいトレモロで満たして下さい。

ああ神よ、私が先づ自分自身であるやう

日光と仕事とお与へ下さい！

「寒い夜の自画像 3」／中原中也

2002年12月21日（土）

「自分のやった事には、責任を持とう」と思った。

オレは将来大した人物にはなれないだろうし、大した事は出来ないだろうって思う。

でも、ちっちゃなことでも、自分の裁量で行って、人から口出しされずに自分の力でやり遂げて、それで、自分のしたことにはちゃんと責任を持とう。

でないと、どんどん自分がカッコ悪くなる。どんどん自分の事が嫌いになる。

だから、オレは自分の行動には責任を持つ。たとえどんな小さな事でも。

2003年1月

2003年1月1日（水）

年が明けた。でも、何も変わらない。

1月1日が特別な日だと言うのなら、2月8日が特別な日でもいいではないか。

そんなのにこだわるのは人間だけ。

草木は、動物は、毎日変わらぬ日を過ごしている。

でも、僕は1月1日を否定しない。

だってそれは文化だから。

とにかく、あけましておめでとう。

僕の好きな人たちが1年間幸せでいられますように。

2003年1月4日（土）

薬があるから、鬱が治った。

薬を減らしたから、躁が治った。

でも、自分が分からなくなった。

僕は、どんな性格だったのだろう？

心で違和感を覚えて、表面だけで生きている。

こんな自分が嫌だ。

元の自分に戻りたい。

2003年1月7日（火）

田舎にいたって、東京にいたって、いつも僕は一人きり。

朝がきたって、夜がきたって、変わらず僕は一人きり。

本当の僕はどこですか？

今の自分は自分ですか？

分からなくなった。

自分が、分からなくなった。

2003年1月14日（火）

愛想笑いをしないでください。

愛想笑いが上手くならないでください。

それは自分を偽ること。

それは他人を嘲ること。

素のままの自分で生きていつて欲しいから、

愛想笑いをしないでください。

2003年1月20日（月）

昔の日記を見ていたら、君の事が出てきたよ。

僕は3日とあけずに、君のことを書いていた。

そこには、楽しい思い出がありました。

そこには、悲しい思い出もありました。

僕の優しさと君の優しさ。

どっちが深かったんだろうね。

僕のエゴと君のエゴ。

どっちが強かったんだろうね。

君に電話したくなったけど、我慢するよ。

君にメールを送りたくなったけど、やめておくよ。

君は僕がいなくて幸せかい？

僕は君がいなくて良かったのかな？

そんなの誰にも分からないから、今日はもう眠るよ。

君がいい夢を見れるといいね。

君がいい人生をおくれるといいね。

僕が望むのはそれだけさ。

2003年1月25日(土)

みんな、死んでしまえばいいんだ。

2003年1月30日(木)

ああ、あと2ヶ月しかない。

このモラトリウムの中で、自分は何をし、何のために生きたのだろうか？

そう考えるとやりきれない。

何もない事に気づき、やりきれない。

ああ、あと2ヶ月か。

そこで休みは終わる。恐怖が始まる。

学校、行きたくないな…。

2003年4月

2003年4月6日(日)

春休みが終わり、明日から学校に行く事になっています。実は精神的な病気で休学していたので、実に半年振ぶりの学校となります。はつきり言って、行きたくないです。ぶっちゃけ、病氣自体治ってないです。1月頃に復調の兆しを見せたのですが、学校に行く日が近づくにつれて、また症状が悪化しました。

よって現在精神状態があまり良くありません。凹み気味です。

「学校に行きたくない」なんて、いじめられっこの中学生が言いそうな言葉です。

自分でも、「かつこ悪いな」って思います。

親には「贅沢病だ」って言われました。他の人が出来る事が、自分にはなぜできないのでしょうか？

くやしいです。それが、人間として、成人として、とても悔しく恥ずかしく思います。

でも、自分の心はコントロールできなくて、心が病に倒れて、体にも変調をきたしました。

僕は、自分が分かりません。

自分は何がしたいのか分かりません。

自分が何者なのか分かりません。

自分が存在している理由が分かりません。

自分をメチャメチャに壊したいけど、自分をバラバラに吹き飛ばしたいけど、勇氣がないから出来ません。

電車に飛び込みたくなるけど、屋上から飛び降りたくなるけど、度胸がないから出来ません。

なんで僕はココにいるんですか？

僕じゃなくてもいいんじゃないんですか？

僕はいらんんじゃないですか？

ある日突然僕という存在が全ての人の記憶から消え去っても、僕が突然いなくなっても、世界はいつもどおり動いていくんじゃないでしょうか？

そんなことを最近考えます。

2003年4月8日（火）

太宰治の小説にこんな言葉があります。

「死のうと思っていた。今年の正月、よそから着物を一反貰った。お年玉としてである。着物の布地は麻であった。鼠色の細かい縞目が織りこまれていた。これは夏に着る着物であろう。夏まで生きていようと思った。」

僕の友人のA君は、この詩がとても好きです。夏に着る着物を貰った、たったそれだけの理由で、死ぬのを先延ばしに出来るというすごさ。裏を返せば、同じようなちっぽけな理由で、生きるのをやめる事もできるのです。

そんな綱渡りの生きかた、脆く不安定な精神がここにはあります。なんでそんな話を書いたかという、今日、僕は鬱でした。でも元気を出して外に出ました。すると、桜の花がきれいに咲いていました。桜が散るまでは、生きていようと思いました。

こんなちっぽけな理由ですが、それでも何らかの影響を与えるものですね。

2003年4月9日（水）

村上春樹の「ノルウェイの森」に、こんなセリフがありました。

「死は生の対極としてではない」

「死」というものは、普通、「生」に対する反意語としての用いられかたをします。

でも、やっぱり、生と死はすごく紙一重の所に存在しているよう

に思えて仕方ありません。生のすぐ近くに、死というものがあるように思えてならないのです。

話はここで変わりますが、今日僕は普通に歩いていました。2ヶ月前は、バイクの事故の怪我で、足を引きずっていました。3ヶ月前は、腸炎にかかって、苦しみもだえていました。

そんな時、健康な自分、健康だった時代の自分をとても懐かしく、羨ましく思いました。

もしかしたら、「死」って、そういうものじゃないかと思うんです。

今生きている「生」の間は、死について思いはべらす事はなく、死んで初めて生きることの意味が分かるような気がします。

しかし生と死の間の電車は、生から死の片道切符しかありません。僕はそれが残念でなりません。

2003年4月10日（木）

僕は人生に何を望み、何を目指し、何を悟り、何を諦めたのだらう。

よく分からない。

僕が人生で得たものは、路上のガラクタのようにならない。いや、くだらないのは全てが僕の責任なんだろう。

こんな暗い内容の日記を書いていると、友人から半分怒りながら励まされる。

でもね、ダメなんだ。僕には出来ないんだ。

僕と君とは違う。全てが違いすぎる。

僕は君になりたかったんじゃない。僕は僕になりたかったんだ。なんだかただの言葉遊びになってしまった。

結局僕は、何がしたいのか分からないのさ。

2003年4月23日（水）

今日は血液検査があったので血を抜きました。

白い肌に浮かび上がった青い静脈に、銀色に光る注射針が刺し込まれました。

プスリ。

ちょっと、痛かったです。

静脈を切ると、どれくらい痛いのかな？って思いました。

とっても痛かったら、ちょっとやだなって思いました。

2004年9月

2004年9月9日（木）

柄にもなく昔の日記を読み返した。

昔の出来事を思い出した。

しかしそれは、やはりすべき事ではなかった。

今まで生きてきた中で、様々な人と出会った。

友人、先生、先輩、後輩、仲間、そして、恋人…。

そして、様々な人と別れた。

ある別れは向こうの意志で、またある別れはこちらの意志で。

そうして、人生の線が交わっては別れ、交わっては別れを繰り返してきた。

今、その人たちは何をしているのだろうか？

もう、自分の事なぞ忘れているのだろうか？

分からない…。

忘れているのならば、いっそ全ての思い出を忘れて欲しい。

自分という存在が、その人の人生と関わった事なぞ、記憶から消して欲しい。

自分という存在なぞ…。

2004年9月13日（月）

今日僕ノ心ノ中デ 何カガ壊レタ

僕ノ数少ナイ存在意義ノ ドレカヲ失ツタ

僕ガ何ヲシタトイウノダロウ？

僕ガ何ヲシナカッタトイウノダロウ？

僕ガ良カレト思ッテヤツタ全テノ事ハ

僕が良カレト思ッテヤロウトシテイル全テノ事ハ
実ハ何ノ意味モナサナイ事ニヤット氣ヅイタ

何度コノ様ナ哀シミヲ味ワウノダロウ？

何度同ジ様ナ事ヲ繰リ返スノダロウ？

モウ ドウデモイイ 何モカモガ どうデモイイ

夢ノ世界デ生キテイクノモーツノ手段ダガ

ソナナ事ヲスルクライナラ 自ラノ存在ヲ消シ去ッタホウガ遙カ
ニマシダ

頭ヲ抱エテ泣コウトシタラ 涙ガ臉カラ額ニ流レソウニナッタ

シカシ既ニ涙ハ枯レ果テテイタノデ 水滴ガ流レル事ハナカツタ

僕ハモウ 何モ要ラナイ 何モカモガ 必要ナイ

モシ輪廻転生トイウモノガアルノナラバ

僕ハ深海デロヲツグム貝ニナリタイ

心ナゾ必要ナイ 頭ナゾ必要ナイ

肉体ヲ破壊スルト死ニ至ルトイウノナラバ

精神ヲ破壊スルトドウナルノダロウ？

狂ウノダロウカ？ 安ラグノダロウカ？

ドチラデモ良イ 大シテ差ハナイダロウ

ドウセナラ 肉体モ精神モ破壊シテ欲シイ

全テヲ 破壊シ尽クシテ欲シイ

肉親ヨ サヨウナラ

友人ヨ サヨウナラ

恋人ヨ サヨウナラ

結局僕ハ弱イママデ 結局僕ハ強クナレズニ
自ラノ人生ニ深く絶望シテイル

僕ニ関ワツタ全テノ人ヨ 僕ニ関ワツタ全テノ物ヨ
マタ何時カ何処カデ出会エル事ヲ祈ル

アリガトウ

サヨウナラ

PDF小説ネット発足にあたって

PDF小説ネット（現、タテ書き小説ネット）は2007年、ルビ対応の縦書き小説をインターネット上で配布するという目的の基、小説家になろうの子サイトとして誕生しました。ケータイ小説が流行し、最近では横書きの書籍も誕生しており、既存書籍の電子出版など一部を除きインターネット関連に横書きという考えが定着しようとしています。そんな中、誰もが簡単にPDF形式の小説を作成、公開できるようにしたのがこのPDF小説ネットです。インターネット発の縦書き小説を思う存分、堪能^{たんのう}してください。

この小説の詳細については以下のURLをご覧ください。
<http://ncode.syosetu.com/n3959b/>

病みし日々の記

2010年10月8日15時59分発行