
心が、痛い

桐山レイラ

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】

心が、痛い

【Nコード】

N0345P

【作者名】

桐山レイラ

【あらすじ】

『心の病』の続編。

詩じみたものです。心の病の理解者が一人でも増えますように。

誰かに分かってほしかった。
ただ、それだけなのに。
信じてくれなかった。
信じてもらえなかった。

最愛の母にさえも、分かってもらえずにいた。
それを救ってくれたのは誰だろう？

やっぱり、親？

それとも、病院の先生？

…… 自分の判断？

少なくとも、三番目ではないだろう。

私は、死にたかった、とにかく死にたかった。

いけない事だとわかっていても、だ。

でも死ねなかった。

怖かったんだ。

でも自分なんていなくなればいいのに、そう思う日々は終わる事がなかった。

精神が不安定になり、
おなかが痛くなって、
胃が痛くなって

肺が、呼吸をするたびに酷い痛みが走る。

そんな日々が繰り返されて、普通の病院に行くと、先生にこう言われた。

「いじめとか受けてない？」

私は、即、いいえと答えた。

当時を思うと、認めたくなかったのかもしれない。

弱い自分を誰かに見せたくなかった。

いつもそうだった。

小学生の時までは…

パニック障害、その言葉を耳にした。

私は、パソコンでパニック障害の事を色々と調べた。

パニック発作、

強いストレス、動悸、息切れ、めまい。

ほぼすべてが、私に当てはまった。

学校に通っていた間は、死ぬ思いで必死に、動いた。

学校に行きたくない時でも、親が無理にでも行けと言ったので、行った。

でも、中学では、そうはいかなかった。

夜が怖かった、とにかく怖かった、酷い時は、毎日泣いていた。

頑張っているのに、なんで皆頑張れって言つの？

私がんばってるんだよ？

泣きたいくらい、頑張ってるんだよ？

でも、限界があるんだよ。

もう動けない、そんなときでも親は無理やり学校に行けと言って。

死にたかったよ。

でも出来なかったよ。

今みたいにやりたい事がない、何も手につかない。
自分が必要とされてないんじゃないか？
何の根拠もなしに、そう思った。

親が居るのに。

その時は、親の事なんて眼中になかったな。

当時は、とにかく怖くて仕方がなかった。

夜が怖いのと同時に、朝も、朝日も怖かった。

直視できなかった。

朝日が昇っても、カーテンを開ける事はなかった。

開けられなかった。

怖いんだ何もかも怖いんだ、夜に耳に聞こえてくる幻聴も。

目をつぶって眠るときに見る幻覚も。

怖くてたまらなかった。

不安障害だった。

私は、病院に通うようになって、やっとそれから何とか解放され
た。

でも、今でも、体全体がだるい。

頑張らないと。

そう思うたびに、体から力が抜けて、何もやる気が起きなくなる。

頑張らなきゃ

頑張らなきゃ

頑張らなきゃ。

そう思っていないとやって行けない。

甘えてちゃいけない。

そう思っても、体が言う事を聞かない。

パニック障害。

不安障害。

疲れてしまった。

でもいくら休んでも疲れが取れる事はない。
いつになったら治るんだろう、この感じ。

二度と治らないのだろうか？

そう思うと怖くて仕方ない。

でも、私は、諦めない。

そう思えるだけでも、少しは回復したんだと、思いたい。

世界中には、こんな思いをしている人が沢山いる。

始め、私は、何で自分だけ。

そう思っていた。

けど、違うんだと思うと、少しは楽になったような気がした。

この病気を理解してください。

パニック障害で鬱になる人もいます。

私の場合は、何とか周りの人の理解が深かったおかげで、鬱にならなくて済んだのです。

鬱病を理解してください。

心の病気を理解してください。

心からお願いです。

苦しんでいる人は、心の病気じゃない人には、理解しにくいものだと思います。

でも、お願いします。

甘えだなんて言わないでください。

そして、鬱の患者には、頑張れなんて言わないでください。

頑張ってるんです。

血が滲むくらいに、頑張っているんです。

だから、それだけは、頑張れとだけは、言わないでください。

ここまで読んでくださってありがとうございます。
鬱病および、心の病気の理解者が一人でも多く増えますように。
あなたの心遣いで、誰かを救えるかもしれません。

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「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、たんのう堪能してください。

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/n0345p/>

心が、痛い

2010年11月21日06時07分発行