

その「笑顔」こそが  
私の元気の源になる



たくみ#

## その「笑顔」こそが私の元気の源になる

---

メンタル疾患を患って早、2年6カ月。私自身闘病の苦しみからか、随分笑顔が減ったような気がする。発病前までは、どれだけ仕事で苦しいことがあっても、自宅に戻ってからは明るく笑顔を絶やさないように努めてきた。それはもちろん家族のためでもあるが私自身のためでもある。笑顔で時折声を出して笑うことで苦しさを昇華させ、乗り越えてきた。そして家族にも安心感を与え続けてきた。そして何よりも私の笑顔によって、家族が笑顔を見せてくれる。それが純粹に嬉しかったし、「明日も頑張ろう」という元気の源となっていた。

しかし、突如襲ったメンタル疾患。私は笑顔を見せることが出来なくなった。心配する家族。我が家から笑顔が消えた。家族の笑顔が消えたことによって、私は益々元気を失った。必死に笑顔を作ろうとするが病気はそれを阻んでいた。更に元気を失う私。完全な悪循環の輪の中に私はいた。

その悪循環の輪を断ち切ってくれたのは妻だった。ある日、私の手を握りながら、満面の笑顔で「大丈夫だよ」って声をかけてくれた。「今までみんな父ちゃんに甘えてきたんだから、今度は思い切り甘えて良いんだよ」。そう語りかけるように笑顔で声をかけてくれた妻。瞳には薄っすらと涙が光っていた。その時私は思った。ありのままが良いんだと。

その日を境に私は変わった。ツライ時には正直にありのままツライと言った。それでも、妻や息子は嫌な顔ひとつせず、全てを受け入れてくれた。笑顔で「きっと良くなるから大丈夫」。そう声をかけてくれた。そして、少しずつではあるが私も笑顔を取り戻した。心身のリズムが良い時だけしか笑顔になれない私。それでも妻や息子は、ニッコリと笑顔で応じてくれた。普通の家庭では極有り触れた光景なのかもしれない。しかし、私にとっては、この笑顔こそが他の何事にも変えがたいシアワセとなった。

そのちいさなシアワセの積み重ね。それが今大きなシアワセになっていると実感している。何よりも病気に立ち向かう勇気を私に与えてくれている。

そう、その「笑顔」こそが私の元気の源。明日も精一杯頑張ろう……

その「笑顔」こそが私の元気の源になる

<http://p.booklog.jp/book/36959>

著者：たくみ井

著者プロフィール：<http://p.booklog.jp/users/takumi626/profile>

感想はこちらのコメントへ

<http://p.booklog.jp/book/36959>

ブックログのpapier本棚へ入れる

<http://booklog.jp/puboo/book/36959>

電子書籍プラットフォーム：ブックログのpapier（<http://p.booklog.jp/>）

運営会社：株式会社paperboy&co.