

## 今月の断酒表彰

- ☆ A・D さん 吹田支部 断酒四年
- ☆ T・H さん 南千里支部 断酒十三年
- ☆ T・T さん 吹田支部 断酒十九年
- ☆ D・S さん 南千里支部 断酒十九年

断酒表彰おめでとうございます。

ますますのご活躍を期待いたします。

## 断酒に思う (76)

### 子供の頃の体験談を話す・聴くことの機能

吹田支部 N・K

飲酒時代と断酒後の「考え方」を比べる。若い頃の「考え方」にアルコール依存の原因があるとてさかのぼり子供時代の「考え方」また親にどう育てられ、どう答えたかを語るにより「生きづらさ」の原因が子供時代にあることが判ってくる。(とここまでは『回復を進める断酒会の機能』のまま。)

自分の子供時代を振り返ってみると、当然「酒」は飲んでいない。飲んで大人を見て漠然と「酒」を飲むと大人は、どういう行動をしているのかを見ているが関心はなかったと思う。父親についてもよく飲んで帰ってきていたがそんなものだと思っていたし母親も父に文句を言っている所は子供の前では見せてなかった。

私が「酒」を飲むようになって判ったのだが、腰を落着けて飲んだら母親の方が強かった。家庭としては酒に対して寛容なほうで人に迷惑をかけなければ特に何も言われることはなかったし実際に何も言われてはいない。小学生の頃は「盆・正月」などに近くに住んでいる親戚一同が、爺婆の元に集まり酒宴を開いていた。いとこたちと末席に座り目の前の料理を食べ終わると親の元に行き好みの酒の肴を少しもらって食べ、後は別の部屋に行って遊んでいたのが大人が酔っぱらっていても何の問題もなかった。幸いにして酒癖の悪い親族はいなかったので子供たちに悪印象は無かったと思う。

それでも、大人たちはかなりの量の酒を飲んでたと記憶している。(医者に言わせれば確実にアルコール依存症のレベル)。爺さんは依存症だったと思う。

「酒」に対して寛容かつ周りの大人たちは大量飲酒者、「酒」飲みにとっては抜群の環境で幼少時代を過ごしていた。当然「酒飲み」に対して悪印象は形成されず大人になれば一緒に飲むようになるのだろうと

思っていたし又実際に一緒に飲みに行った。久しぶりに親族と会えば「酒」は必ず付いて回っていたし良い酒だったと思っている。「生きづらさ」から酒に頼る等の考えも全くなく快調に飲酒人生を満喫していた。酒が無ければ人付き合いも出来ないわけでもなく、逆にガードの硬い人とのみに行き酒の効用でかえって親しくなった経験が多い。悪い方は意図的に忘れているのかもしれないが酒で仲たがいの記憶がない。「こうした方がよいのではないか？」と思うことはあっても人の領分に入ってまで自分の考えを押し通す気はないという事が隠れストレスになっていたのかもしれないが特にそのことで「酒」に手を出した感は無。今はまだ、考え方の偏り、生きづらさ、気になる性格等あるのだろうけど特にこれがと思い至るところはなくただ「酒」を飲んでいないだけの状態だと思っている。

先輩は「断酒新生」した人も多数おられるでしょうし、人生について深く想いを馳せている方も多数おられるでしょう。私はまだまだそんなところにまで行けなくてとりあえず酒をやめて日々を過ごしていく事を目標にしておきたいと考えていく事にします。

断酒会は酒をやめた人ではなく、やめたい人の集まり、この鏡に自分を映す、歪めない様に！

## 【今月の「指針と規範】 断酒新生指針

### 五 自分を改革する努力をし、新しい人生を創る

「断酒」とは酒を飲まないことだけで充分だ、と考えるのは、断酒初期であれば別にとやかくいわれるものではない。

激しい飲酒欲求に襲われたとき、早く自分を変えたらよかったのに、自己改革が進んでいたら飲みたい気なんか起こりはしなかったのに、などとはまず考えない。頭の中にあるのは酒だけであるからである。

断酒例会の始まる時間まで何とか我慢するか、できそうにもないと思えば仲間に連絡をとればよい。初めて断酒に挑戦したときは、誰でもそんなものである。

酒を飲まないための段取りもしないで、受け売りの断酒理論にこだわってあれこれと考えていると、逆に酒に走る可能性が強い。断酒経験が浅いときは、経験豊かな仲間が実践活動を通して構築した、それぞれの理論や自己改革法は現実味に乏しいので、危機を防ぐことには結びつかない。

だが、いつまでも酒さえ飲まなければよいのだと単純に考えていると、結局、その飲まないはずの酒を飲んでしまうことになる。本物の断酒とは、コップの中

の酒を口に入れるか入れないかという、単に物理的な動作を指すものではないからである。

われわれは例会に出席して、自分の本当の姿を捜し始めた。仲間たちとの対話と信頼関係を通して、自分がだんだん見えてきた。しかし、仲間たちとの友情がいくら深まっても、自分の本質に迫ることができていても、自分を変える努力を始めなければ、アルコール依存症という病気からの回復はないのである。

われわれは、アルコール依存症という酒を飲まずにはいられない病気になったが、そうした状態になるまでの生活体験の中で、心にゆがみやひずみを持つようになった。将来の展望も開けず、焦りと無気力が交互に訪れるような状態では当り前のことかもしれない。

幼児のようにわがままで、社会性がまるでなくなっている人もいる。他罰的、攻撃的で、自分だけが正しいと思っている人もいる。現実を直視する勇気がなく、現実と幻想の入り混じった世界でぼんやり暮らしている人すらいる。家族がいてもいなくても、孤独な生活を続けることで視野が狭くなり、自分以外のものに目を向けなくなるのが一般的である。

であるので、アルコール依存症がからだの病気だけでなくことを理解し、個人差はあるにせよ、それぞれが心の健康を欠いていたことを認めよう。また、酒を断ってもこうした傾向は急に改善されず、この健全とはいえない心が原因になって再飲酒する危険がある。

われわれにとって本物の回復とは酒を飲んでいないことだけでなく、長い飲酒時代に身についた、様々な欠点を治し続けなければ得られないものである。言葉を換えれば、これまでのあらゆる価値を転換することである。

自分の欠点を捜すことはそんなに難しいものではない。自分を変えなければならぬと考えるだけで、自分の持っているいろいろな欠点が浮かび上がってくる。例会を通してすでに、それとなく気にしていたからである。今まで気になりながら認めたくなかったことを、素直に認めるということである。

(指針と規範 P29~P31)



## 【アルコール関連映画紹介】

ブラッド・ファーザー (製作国：フランス)



メル・ギブソンの主演最新作「ブラッド・ファーザー」の日本版予告編が公開された。血なまぐさい世界から足を洗った元犯罪者かつアルコール中毒者に扮したギブソンが、ギャングに追われる愛娘を“アウトローのサバイバル術”を駆使して守る様子がとらえられている。

「アポカリプト」(06)以来、約10年ぶりにメガホンをとった「ハクソー・リッジ」で第89回米アカデミー賞6部門ノミネート・2部門受賞を果たしたギブソン。本作はギブソンが一躍脚光を浴びた「マッドマックス」「リーサル・ウェポン」シリーズを彷彿とさせるハードなテイストだ。トレーラーハウスで暮らす元犯罪者のジョン・リンク(ギブソン)は数年前から行方知らずとなっていた娘リディアと再会。ギャングとトラブルを起こし、警察や殺し屋にも追われるリディアを保護すべく、ジョンは再び裏社会へと足を踏み入れる。

「ザ・タウン」「ハンガー・ゲーム FINAL: レジスタンス」のピーター・クレイグが原作を手がけ、「アサルト 13 要塞警察」のジャン＝フランソワ・リシェが監督を担当。ジョンの娘・リディア役を「はじまりへの旅」のエリン・モリアーティが演じるほか、「ローグ・ワン スター・ウォーズ・ストーリー」のディエゴ・ルナ、「ファーゴ」のウィリアム・H・メイシーらが参戦している。

予告編は、過去への贖罪(しよくざい)のため「断酒を続けている」というジョンのもとへ、リディアから電話がかかってくるという展開からスタート。リディアを家に招き入れたジョンは、激しい銃撃にさらされ、事態の深刻さを察知。「ダメな父親だった。すまない」と自らの罪を悔い改めたジョンが、リディアを守る決意を固める姿をとらえる。

また、ジョンによる“アウトローのサバイバル術”の一部も披露。獄中の凶悪犯罪者に支援を要請したり、暴力的な交渉もためらいなく敢行。またバイクで走行しながら追っ手に銃を発砲するなど、娘のためなら命も惜しまない“最恐”のパパぶりを発揮している。

「ブラッド・ファーザー」は、6月3日から東京・新宿武蔵野館ほか全国順次公開。

