

## 今月の断酒表彰

☆Y・Hさん 吹田支部 断酒三カ月  
☆M・Tさん 南千里支部 断酒二年

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 (99)

のりこ  
矩を躓えない生き方

南千里支部 M・N

古稀まで数年という或る日、中学時代に暗記をした『論語』の中の一説が頭に浮かび、かの聖人とは比すべくもないが、ほんの一步でもその境涯に近づくことは年をとって廻りに迷惑をかけない生き方に通じるのではないかと考え始めた。

「子曰く、吾れ十有五にして学に志す。三十にして立つ。四十にして惑わず。五十にして…(中略)…七十にして心の欲する所に従って、矩を躓えず。」孔子は齢を重ねた人生の最終形が気持ちの赴くままどんな言動をとっても道理を外れることはなかったということである。

「矩を躓えない」生き方とは周囲に波風を立てないように自分を抑えて周囲に合せるということではなく、主張すべきは主張し、また他の意見も聞き、出来るだけわだかまりを残さない解決を目指して努力するということではないかと思う。

会社勤めの39年間、利益追求という一定の価値観を共有する集団の中で持ち続けた判断基準も退職から年数が経つにつれ、それは人として十全の規範ではなかったことを感じている。

酒に捉われた生活では、一日の行動は仕事、飲酒、寝るの3パターンでしかなく、断酒を始めてからは、断酒会活動がひとつ加わり4つの類型に限定していた。所属も肩書もなく全くの一個人として人と触れ合い、周りの人を広く観察する機会が増えたのはここ数年のことである。

そして例えばスーパーへの買い出しでの他の買物客との触れ合い、買物カゴを乗せたカートで妻の後をついていくのが私の仕事である。最近分かってきたが、狭い通路でのカート同士のすれ違いの際、色々なタイプの人がいる。店内にも拘わらず小走りで動く人、買物棚の前で体の横にカートを置き、他人の商品のとり上げの邪魔をしていることに気づかない人、大分前からすれ違うことを予測し待機してくれる人、逆にこちらが待機していることに気づき、声をかける人、あるいは無視する人等々、老若男女を問わず様々なタイプの人がいる。

ここで思うのは、自分の場合にはどうだったか。酒を止めるまで、相手の好意に敏感に反応する感性を持



令和元年8月1日発行 No.198

編集・発行 事務局・広報部

<http://suitashi-danshukai.net>

ち合わせていた記憶がない。また、子供の頃のことを振り返ると大病もせず、大事故にも遭わずに過ごせたのはおそらく親の見守りがあったからだと思う。人は子供を持って初めて親の恩を知ると言われるが、これは子供を気遣うことを経験してその大変さから自分の親も同じことをしてくれていたことが実感できるようになるからだと思う。

酒に溺れた生活をしていた頃、家族に対してこちらからの見守りはせずに、相手の気遣いを感じることもなかったと今になって思う。自分が人を気遣う気持ちを持っていなかったが故に家族の気持ちにも思いを馳せることが出来なかった。また、年を経るごとに醸成される信頼関係も負の方向へと突き進んでいった。

人の本音や気遣いを感じ取る、忠告や批判は素直に受け入れる、相手の気遣いの無さを責めない、誤りは優しく諭す、人や世間への不満は減らすよう解決に努める或いはいつまでも持ち越さない、牽強付会かも知れないがこういう振る舞いへの努力が矩を躓えない生き方につながっていくのではと思う。

断酒継続で到達すべき目標のひとつとしていきたい。

## 【今月の「指針と規範」】

### 断酒会規範九

断酒会は会費によって運営される。但し補助金、善意の寄附金等を受けることができる。

断酒会は酒害者による酒害者のための組織であるという認識が、どんなに重要なものであるかをわれわれは知った。この言葉の持つもっとも重いものは、断酒会は断酒会員の主体性のある運営によるものでなければならないということである。従って、断酒会の運営に必要な経費はわれわれの支払う会費によって賄わなければならない。そして、われわれの支払う会費は会の運営に役立つだけでなく、自分自身に大きな収穫となって還元される。

価値のあるものに金を支払い、ないものには支払わないのが人間の法則である。われわれが会費を支払うのは、断酒会があるからこそ自分の断酒があるのだという、もう絶対的ともいえる価値観を断酒会に持っているからである。

入会当初は、そんなことはわからなかった。苦痛と喜びが交錯する断酒生活を続けるうちに、何から何まで一方的に断酒会に依存しては、自分の断酒も危いものだと考え、やがて、自分は断酒会を支えている一本の柱でもあるという自覚を持つようになった。自

分の断酒に必要な経費は自分が支払うしかない、会費の支払いはその最初にあるものだ、と考えるようになった。自立心の芽生えである。

断酒会にたいして価値を認められない人たちは、会費を滞納するようになる。滞納することによって例会出席が消極的になり、やがて落伍する。会費を払わなくてすんだものの、自分の人生を投げることになる。

同じような傾向のある人でも、会費を支払うためにしぶしぶ例会に出席しているうちに、いつの間にか断酒姿勢が変わり、断酒会と自分の断酒に価値を見出すことになる。

断酒会は自助集団だから、自分に必要な金は自分が支払わなければならないといってしまうとそれまでだが、会費を支払うことはわれわれにとって、必要不可欠な断酒法のひとつである。

もし断酒会が、国や地方自治体の補助金や個人の寄附金のみで運営されるようになったら、いったいどんな事態を招くことになるだろうか。

われわれが飲酒時代に身につけた依存的傾向は少しも改善されないだろう。従って、自立心の回復もないだろう。他人まかせの会員たちばかりになり、会はまるで活気のないものになるだろう。ついには、われわれは断酒することの意味もわからなくなり、会の崩壊につながることは必至である。

断酒会の主な活動内容は、例会、研修会、記念大会、ブロック大会、全国大会等の開催。機関誌、ポスター、パンフレット等の製作。その他、酒害相談活動や酒害啓発活動のための様々な行事等がある。

このうちの大半は、会費や参加料等で賄われているが、断酒会は経済的に貧しい組織であるので、会員以外のために使う費用、特に酒害啓発活動に必要とする費用には頭を悩ませている。費用の関係でほとんど行っていない断酒会もある。われわれの奉仕活動にも経済的な限界がある。

そうしたとき、行政の補助金や、断酒会を利用する気のまったくない人たちの寄附金は、活動を活発にする。自助集団でありながら、補助金、寄附金を受けることを認めている理由である。

補助金、寄附金がなくても、断酒会が経済的な理由で崩壊することはあり得ない。しかし、われわれはもう少し経済的なゆとりを持つことで、広く社会に酒害の理解を求める活動を拡大することができる。

(指針と規範 P91~94)



## みんなの広場

### ヤン坊・断坊の断酒談議 (4)

ヤン坊「今日はどうな映画？それとも本？」

断坊「映画『新聞記者』は最近の日本映画には珍しい社会派の作品。選挙前にこんな映画はイヤダと思う政治屋がいただろうね。松坂桃李は好演だよ。



今日は先月参加した一日研修会の感想だよ

ヤ「どうだった？」

断「久しぶりに行ったら駐車場がなくなっていた」

ヤ「印象深かったことは？」

断「最近、DVDで観た『もう一つの人生』に出演したAさんが体験談をされた。ビックリした。

何か赤い糸、を感じたよ



ヤ「赤い糸って？」

断「主治医が同じ平野先生。先生に口説かれて映画に出たそう。当時、通っていたク

リニックで奥さんと会話したこともあるよ。それに彼も僕と同じ病気なのか、マスクをしていたし、酸素ボンベのチューブが見えていた。彼もたたかってきたし、まさに今たたかっている、と感じたよ

ヤ「Aさんと会話した？」

断「いや。でも心から『お互いがんばろうね』と声援したい気持ちだった」

ヤ「ほかには？」

断「息子さんの依存症に苦しんできたお母さんが二人。一人は我が子に少しも愛情をもてなかったと。第三者を通して謝りたいといってるらしいが許せないし、許さない気持ちと。夫が自分のために残した財産を食いつぶされた。突き放すのは今と」

ヤ「依存症は自分だけでなく家族を巻き込む病気だね」

断「もう一人は完全完璧なイネイブラーだと。自分が先へ先へ手をまわした、と認めていた」

ヤ「参加してよかったの？」

断「勿論。仲間の体験談は最良の薬だよ」 (O・T)

〈みんなの広場〉では会員家族のみなさんからの投稿を掲載していきます。

近況報告、趣味の披露、読書感想、映画・ビデオ鑑賞の印象、会へのご意見等々、発表形式は、散文、短歌、俳句、川柳、漫画、イラストなんでも結構です。奮って応募してください。

(広報部)