

## 今月の断酒表彰

- ☆T・Hさん 南千里支部 断酒十六年
- ☆T・Tさん 吹田支部 断酒二十二年
- ☆D・Sさん 南千里支部 断酒二十二年

断酒表彰おめでとございます。

ますますのご活躍を期待いたします。

## 断酒に思う (105)

「あのひとことにいのち救われた。」

南千里支部 D・S

暦の上ではすっかり春というのに、その日は夕刻から氷雨となった。

右手にぬれ傘、ホケットには何度も濡れ手で触り、皺くちゃになった、新阿武山クリニックからの紹介状が入っている。

「間違いなくアルコール依存症、このままのみ続けるとあと5年で絶命します。」「酒を止めるには、断酒会に通うしかありません。」そう言われてしびしび離婚回避のためもあって南千里支部例会場に向かった。

旧南千里地区公民館は老朽化が進み、暗くさびれた印象であった。はたしてこれからどうなる。本当にもう酒は飲めないのか？どんな所かわからない不安と孤独感、何度も何度も会場の前を行ったり来たりしたが、どうしても中に入る勇気がわかかなかった。『寒いし、暗いし面倒だし、恥ずかしいし』『女房には行ってきたとか、休会やったとか適当に言い訳すればよいとか』迷うばかりで時間が過ぎ会場の外に机をならべる音も聞こえだした。タイムリミットかと思ったとき中から出て来た人が声をかけてくれた。『あんた酒で困るとると違う？』地獄で仏に会った気がした。

その時の例会でどんな話をしたかは覚えていないが、まさにあの時背中を押してくださった一言はいつまでも忘れないでいると思う。

おかげで私も長く断酒することができ、あとからくる人に「命を救えるような一言」を言えるような人間になれるように努力していきたいと思います。

## 【今月の「指針と規範」】

### 断酒新生指針

#### 七 断酒の飲びを酒害に悩む人たちに伝える

われわれは酒の奴隷となり、どう考えても人間らしさを欠いた生活をしているのに、酒をやめる必要はないと思っていた。アルコール依存症には元来、社会に適應できない人間がなるものという偏見を自分



令和2年4月1日発行No.206

編集・発行 事務局・広報部

<http://suitashi-danshukai.net>

の内部に持ってあり、自分の酒を否定することは、自分の人格を否定することでもあった。

ところが、病気の進行と自分を取巻く状況の悪化や、自分の心の中に芽生えてきたどん底感によって、やがて、酒をやめたいと願うようになった。だがもう一方では、やめられるはずがないという考えも合わせて持っていた。ときには酒は、自分の命よりも大切なものであったため、断酒は実現不可能なものとおきらめていた。

その不可能だと思っていたことが、断酒会にめぐり逢い、断酒例会を通しての家族の理解の深まりや愛の復活と、仲間たちとの信頼関係と暖かい援護によって、可能であることが実証された。

われわれはどん底から這い上がり、本当の自分を取戻すことができた。断酒会は奇跡をもたらしてくれた、と感激した。久しく忘れていた充足感と飲みのうちに、中味の濃い毎日を送っている。これから解決していかなばならない問題も多くあるが、それを乗り切るだけの知恵も行動力も自分のものにしつつある。われわれの将来への展望は明るい。

断酒を可能にただけでなく、自分を愛し、家族を愛し、それを人間愛まで高めることができた。そのきっかけをつくってくれたのは、同じ酒害者である断酒会員である。彼らの誠意溢れる幸せへの情報伝達によって、現在の自分があることを考えれば、同じことを酒で悩んでいる人やその家族にしようとしてごく自然に思いつくはずである。

思いついたことはすぐ実行に移そう。そして、いつまでも続けよう。ところが、この人間愛に充ちた奉仕活動を簡単に中断する人がいる。理由は、自分なりに頑張ったが、どうしてもわかってもらえない。わたしは酒害相談に向いていないんだ、が圧倒的に多い。本当にそうだろうか。

自分の入会直前の状態を思い出してもらいたい。われわれを訪れてくれた断酒会員によっては、言うことがよくわからないことがあった。同じ酒害者であるといっても、相談を受ける側が現在の幸せな状態ばかりを説明しては、両者の断酒に対する発想に差がありすぎるので、そう簡単には理解できない。

酒害相談で一番大切なことは、自分の入会前の最悪の状態を頭の中に再現し、それをありのまま話し、どんなひどい酒害者でも断酒できるという事実を伝えることである。断酒などとてもできそうにないと考えている人を説得するには、自分が彼らからすぐ手の届くような存在でなくてはならないのである。

また、自分で磨き上げた断酒理論による説得は、相手を追いつめ、反感を買うだけである。ときには、や

# みんなの広場

## ヤン坊・断坊の断酒談議 (7)

ヤン坊「今日は映画なの？」

断坊「映画だよ。まずは『スターウォーズ』はつまらなかったね。『お帰り寅さん』がやっぱりいいよ。満男を成熟に導いたのはきっちりした父親とそうでない寅さんがいたから。「男子が成長するためにはそれぞれ違うことを言う同性のロールモデルが二人必要だ」ということらしい。(『内田樹 街場のマンガ論』)

ヤン坊「断酒と関係ないね」

断坊「だから今日は『ドントウォーリー』だよ。風刺漫画家だったジョン＝キャラハンの実話をもとにした2年前の映画をDVDで観たよ」

ヤン坊「主演はホアキン＝フェニックスだった？」

断坊「そう。観はじめてあれどっかで観たなと思ったら衝撃的だった『ジョーカー』の主役。しかもアカデミー賞。正気と狂気。普段の顔とピエロ。哀しみの表現、表情は余人に代えがたい演技」

ヤン坊「『ドントウォーリー』の見どころは？」

断坊「出だしは『ロケットマン』と同じくAAのミーティング。車椅子。やっぱりというべきか自分を語らない、語れない。次のシーンは過去。泥酔交通事故、脊椎損傷、入院、リハビリ。でも飲酒は止まらない。『ジョーカー』との共通点をいえば出自の不明、自分は何者であるか？ということ。母親にたどり着けない哀しみ」

ヤン坊「立ち直るきっかけは何？」

断坊「全部、詳しく言ってしまうと、まだ見ていない方の興味を削ぐので、ザックリ言えば飲酒しながらも生きる喜び、楽しさを見つけていくこと」

ヤン坊「その他には？」

断坊「障がい者は生きる価値がないと45人を殺傷したやまゆり園の加害者には是非、観てほしい。

『五体不満足』の乙武さんは不倫で週刊誌に騒がれたが、友人たちは喜んだ。障がい者が普通に扱われたと。僕は普通かな？」

(吹田支部 O・T)

っと芽生えかけた断酒への意欲を潰しかねない。ほとんどしゃべらないで側に坐っていただけで、相手に断酒を決断させた人もいるのである。要は、自分にも相手にも誠実でありさえすれば洞察力が働き、相手に最適の話ができる。そして、意外にすんなりと納得してもらえることが多いのである。

われわれは酒浸りの生活の中で、自己中心性と受動性を身につけてしまった。わがままで自己主張が強くせに、あらゆる面で家族や友人に頼って生きてきた。酒以外のことにほとんど関心がなくなり、やがて、飲むことだけを考えてぼんやり生きるようになった。これほど消極的な人生を生きている人間は珍しい。

アルコール依存症から回復するということは、酒を飲まないことだけでなく、そうした自己中心性、受動性を変えることでもある。そのためには、酒害相談を積極的に行うことが最善の方法になる。自分の現在の幸せを酒害で悩んでいる人たちに頒つことで、自己中心性からの脱脚があり、自分も愛せなかった人間が人を愛するようになる。たとえ一人の酒害者でも断酒に結びつける手伝いができれば、自分の断酒の喜びは倍加し、積極性が蘇る。

酒害相談というわれわれの奉仕活動は、社会一般の奉仕活動とはかなり差がある。無償で社会や他人のために尽す行為であることには違いはないが、よくよく考えると、金品には代えられない大きな収穫がある。

酒で苦しんでいる人やその家族に接することで、とすれば薄れがちになる自分の酒害の記憶を生々しく思い出し、自分のやるべきことが再確認できる。酒害者と酒害者の連帯、人間と人間の触れ合い、自分自身の在り方、その他、様々な断酒の糧となるものが、彼らとの関わりの中にある。奉仕という言葉が適当でないほど自分自身のためになっている。だから、もっと積極的に、もっと純粋に酒害相談活動に取り組むべきではないだろうか。

断酒会員である限り、いつまでも酒害相談を続けよう。そうすることによって、常に愛と感動を自分のものにできる。

(指針と規範 P41～45)



〈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)

