

●今月の断酒表彰

O H さん 吹田支部 断酒歴 15 年
Y S さん 吹田支部 断酒歴 6 年

2023 (令和) 5 年 10 月 1 日発行 No. 248
編集・発行 事務局・広報部
<https://kz925.sakura.ne.jp/dansyu/>



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。

9 月 1 日、N K さんが吹田支部に入会されました。よろしくお祈りいたします。

断酒に思う 141

「断酒 5 年を迎えて」 吹田支部・O K

これを書いている昨日、父が亡くなりました。92 歳でした。10 日間寝込み徐々に弱っていききましたので、覚悟する時間を与えられたことで私も家族も比較的穏やかにその事実を受け入れることができました。

お酒を飲んでいない姿を 5 年間見てもらうことができ、たくさんの仲間や医療関係の方々に感謝しています。けれども埋め合わせや償いはできずじまいでした。あの頃すでにじゅうぶん高齢だった父は、ひたすら酒を飲み続ける息子をどんな思いで見つめていたのでしょうか。母の 500 円玉貯金箱から酒を買うお金を盗んだことは、気づかずにいたのでしょうか。

自助グループに通っていると 10 年、20 年と断酒されている方は珍しくはありません。そんな中でも私が 5 年という期間、お酒を一滴も飲んでいないということに、今さらながら驚きます。嘘と盗みとインチキにまみれ、糞尿と吐しゃ物にまみれ、苦しみで涙に滲んだ世界を見ていた私が。

私はアルコール依存症です。それは治ることのない病気です。その私が 5 年の間飲んでいない。どうしてそんな事があり得るのか。いったい私に何が起きているのだろうか。

『仲間と関わる事による意識の変容』？ それは健常者である専門家の言うことです。



何かが働いたのです。自助会は何かを信じることは要求しません。けれども私は何かに気づかないといけないのではないかと。色も形もないものに目を凝らして見つめ、声のない言葉に

耳を澄まして聴かなければいけないのではないかと。

今はそれを見つけだせるかわからないけれど、もう少しお酒を止め続けて、考えていければと思います。

断酒新生指針

四 お互いの人格の触れ合い、心の結びつきが断酒を可能にすることを認め、仲間たちとの信頼を深める

一人では酒をやめられないことを認めて断酒会に入会した。例会に出席して、過去の酒害体験を赤裸々に話した。現在持っている悩みも卒直に語った。これからの人間としての在り方についても話した。しかし、断酒生活を永続させるためには、それだけでは充分ではない。〈中略〉

断酒会には信頼関係があるからこそ、自分の欠点をさらけ出しても軽蔑されることはない。逆に、その卒直さが評価される。事実と本音を常に話すことで信頼関係はますます強くなり、やがて強い絆となる。そしてその絆の強さが、断酒継続の強力な武器となる。

しかし、よくよく考えると、努力して仲間たちとの信頼関係をつくったずっと以前から、われわれは仲間たちを信じ、断酒会を信じていた。断酒会に入会したとき、仲間たちは今まで関わってきたどんな人たちよりも、われわれのことを理解してくれた。こうした人たちがいるからこそ断酒会は信じられる、と思った。

つまり、信じるということが、われわれには最初からあったのである。だから、初心に還りさえすれば、どんなに物の考え方に差があったとしても、信頼関係をつくれなはずはないのである。

われわれは飲酒時代、あらゆる信頼関係を失くしていた。周囲の人たちは勿論、家族の間にもなくなって

いた。また、人を信じなくなっていた。人に信じられないようになっていたからである。信頼関係は人と人との間にあるものであるから、どちらか一方が信じていなければ成立しないものであるが、われわれの場合は両者がそうであった。

断酒が継続されるようになって、自分や人を信じられるようになり、周囲の人たちからも信じられるようになった。前者との差は歴然としている。

信頼のない人生は空ろであり、ある人生は充ちている。「断もう少し見たかったなあ」と友人と話をしながら地鉄の駅に向かい、帰路に着きました。その途中に遠目ではありますが、「舟」の送り火を見ることができました。あとでわかったことですが、メインである「左大文字」の見学スポットには、点火の3時間以上も前から場所取りが行われていたようです。

ことができました。途中、既に「法」の送り火を見終えたであろう見学者と交差しました。

見学スポットに到着してからほんの数分もたたないうちに消火されてLEDによる灯りしか見えなくなりました。



その途中に遠目ではありますが、「舟」の送り火を見ることができました。



あとでわかったことですが、メインである「左大文字」の見学スポットには、点火の3時間以上も前から場所取りが行われていたようです。

来年は、「鳥居」「右大文字」を見ようと計画しています。(続く)

吹田支部・I S

みんなの広場

<京都五山送り火その2>

今回は人通りが多いと予想される為、大文字から離れて別の送り火を見ようということになりました。

今回も前回と同じく京都在住の友人とともに出かけました。点火時間に合わせていけるように軽めの夕食を済ませて、京都市営地下鉄烏丸線松ヶ崎駅にて降車しました。駅の改札口周辺には駅員さんが案内に立っていました。この駅は出口が二つあり、それぞれ違う送り火が見えるということなので、友人と相談してまずは「妙」を見ようということになりそちら方面に向かいました。



道中いろんな観客と出会いましたが、外国人観光客が昨年に比べて数多く見受けられました。東洋西洋関係なく見受けられ

ました。

ほどなく、行く手に「妙」の送り火が見え始め、見学スポットには既に多くの見学者が集まっていました。

初めて見る送り火「妙」の感傷に浸りながら次への見学スポット、「法」の方向へ歩を進めました。既に点火継続時間(約30分)の半分以上が経過していたので、途中見え隠れする「法」の文字がかなり薄くなっていましたが、何とか文字が見える間に到着する

お知らせ

●近畿ブロック断酒学校

11月18日(土)~19日(日)

府立少年自然の家(貝塚市)

参加費: 6,000円(補助含む)

●高槻市断酒会一日研修会

11月23日(木・祝) 10:30~16:00

高槻城公園現代劇場北館

参加費: 1,500円

●第9回断酒を考える会

12月3日(日) 10:30~16:00

千里山コミュニティーセンター

参加費: 無料

講演 「依存症を通して考えるこころの健康」

講師 亀ノ上 美郷 先生

(新阿武山病院 精神保健福祉士)