



令和2年9月1日発行No.211
編集・発行 事務局・広報部
<http://suitashi-danshukai.net>



今月の断酒表彰

☆H・Kさん 南千里支部 断酒二十一年

☆O・Tさん 吹田支部 断酒二十五年

断酒に思う (110)

南千里支部 O・K

酒がひどくなるにつれて生活の中の綻びが徐々に大きくなっていきました。家庭でも職場でも。憶えが無いのに部屋の物が壊れていたり、飲み過ぎをごまかす為の嘘の辻褄が合わなくなったり。「何故こうなったのだろう」という思いがありました。「自分はいつ一線を踏み越えてしまったのだろう」と。

うつになっていました。けれど酒を飲むといつとき楽になれたんです。例えばディズニーなんかのアニメーションで、枯れてしまった花が再び蘇って派手に咲き誇る、丁度あんな感じです。気持ちが膨らみ、筋肉が弛緩して、自分が優しい人になった様な気持ち。普段は他人の視線を妙に気にして、誰かの機嫌を伺ってばかりの私が、束の間解放されました。それはもちろん錯覚で、じつは心は荒んでいったのですけれど。そうして目覚めればまたうつなのです。罪悪感がありました。後ろめたさ。自分は何かが間違っている。明らかな犯罪は行っていなくても。依存症という

病気は知らないにしても、酒に絡め取られているという感覚、ズルをして生きているという意識。「インチキ！」と叫ぶ誰かの声が聞こえました。このツケの請求は必ず来る。いつか大きな罰がくだる。

一緒に暮らしていたはずの妻子の姿はいま殆ど思い出せません。酒に狂う私をどんな思いで見ているのでしょうか。「嘘つき！」「泥棒！」と大声で私を罵る元妻の声だけがいま耳に残っています。

何故、気が狂うまで飲まずにはいられなかったのかを考えるのは確かに大切だとは思いますが。それはその時の自分を見つめる作業ですから。感じ方や考え方の誤りが認識出来なければ改めようもありません。ですがそれは結局、加害者である私自身の為だけではないのです。

あの頃、元妻は確かに私の事を「死んで欲しい」と考えた筈です。人の死を本気で望んだ。その事は彼女を深く傷付けたと思います。もう忘れていても、無意識の底にそれは重たく沈んで今もある筈です。

償いとか、埋めあわせとか、一体どういう事をいうのでしょうか。今それが私には全く解りません。

今月の「指針と規範」】

断酒会規範五

断酒例会はあらゆる条件を超えて平等であり、支配者はいない

断酒会が自由、平等を尊重する組織であることを一番わかり易く説明できるのがこの例会である。三十年断酒している会員と、昨日まで酒を飲んでいた会員の間には何の差別もない。それぞれが自分を自由に表現するだけである。発表内容についても自分自身のことだから、誰にも指示されず、誰にも気がねすることはない。その日のテーマがあっても、特にこだわることはない。今、一番話したいことを話すだけである。

例会の二時間という時間帯も、参加者全員に平等に配分される。司会者の唯一の役割は、その時間の公平な配分ぐらいのことである。ただ、自己表現のよくできない新入会員が、焦ってつまったり、本心とは逆の方向に走り出したときには、彼を落ち着かす言葉をかければよい。現在悩み苦しんでいる会員が、苦痛を綿々と訴えているときは、時間が少々オーバーしても許してやったらよい。

独特の断酒論を押しつける会員、お説教ばかりする会員、ひいては例会そのものを取り仕切ろうとする会員。そうした指示者や支配者のいない例会は、自分を率直に語れ、人の話を謙虚に聞くことができ収穫が多い。心身の疲れがとれるので、少々疲れていても欠席することはない。

われわれは入会以来、どんな差別も受けなかった。古い会員は新しい会員に比べると確かに断酒歴は長いのだが、断酒会は断酒歴が長いからといって特別扱いをしなかった。なぜなら、両者ともアルコール依存症という同じ病気を持っており、この病気から回復するためには酒を飲まないことと、自分の人間としての在り方を生涯考え続けるという、共通した方法をとらなくてはならないからである。

新しい会員に比べて数倍、数十倍の断酒歴のある会員でも、長い断酒生活の中で断酒に取り組む姿勢が消極になると、人間的な成長も止まり、あるいは後退し、危険な状態になることもある。

一方、つい最近まで飲酒していても、再び真剣に断酒に取り組むようになった会員は、ひたすら人間としての成長を続け、まったく不安を感じさせないのである。断酒会は社会一般の組織と違って、新しい、古いの比較で優劣の論じられない世界である。

(指針と規範 P64~66)

みんなの広場

断酒パワースポット巡礼記 その1

吹田支部 T・T

先日の例会で、断酒のパワースポットの話が出た。しばらくご無沙汰していたので久しぶりに、断酒始めの初心を思い出してお参りさせてもらおうと出かけることにした。

堺筋線恵美須町駅3番出口を出ると目の前が通天閣、平日の正午前ではあったがコロナ感染症の影響か人通りはほとんどなく寂しい限りであった。出口をでて左に曲がり天王寺動物園横坂道を上り10分ほどで、酒封じの神を祀った「一心寺」ここには過去何度もお参りに来ているが、多く参拝者でコロナの自粛はどこに行ったという状況、酒で困っている人がまだまだ多いのかと感じさせてもらった。

スマホで地図を確認しながら、大阪市内を右に左に、「高津神社」落語の高津の富で有名であった「三行半の坂」はすでになく、悪との縁を断ち切り良縁を引き寄せるといふご利益があるとの事であるが、参拝者もまばらで心が洗われた気持ちにさせてもらった。

次に汗を拭き拭き、スマホで地図を確認しながら、炎天下の大阪市内を歩き続ける。本通りから一本それるとこの辺り、軒並み寺院ばかり、この辺りを徒歩で来ることはないので良い経験をさせてもらえました。

「生国魂神社」日本総鎮守、全ての御利益、こんな欲張りな神社があるとは、オールマイティな神社。お願い事がすべてここで叶う、知りませんでした。

恵美須町から四天王寺前夕陽丘、谷町九丁目と歩いてきて、かれこれ8kmほどは歩いたでしょうか、地図をよく見ないと見落としてしまうほどの小さな寺院、円珠庵とはよく言ったものと思える建物、ただ、一種独特の靈気を私は感じた、数人の若い女性が絵馬に真剣に願い事を書いて祈祷している姿は、他人事ながらお参りで悪縁を断ち切れればよいのにと思わせてもらった。「円珠庵」別名「鎌八幡」御利益は、絵馬に祈念する事で、全ての悪縁を断ち切れるようです。

最後は、「かしく寺」大阪市北区曾根崎町1丁目にある、「円珠庵」から徒歩で15分 谷町線谷町6丁目から地下鉄に乗り、東梅田下車徒歩で約10分、ビルの合間にひっそりとここも地図をよく見ないと見逃してしまうほどのお寺です。「法清寺」別名「かしく寺」酒を飲みすぎて兄殺しの死罪となった遊女であるが、「死して禁酒の守り神とならん」と念じたため、酒で悩む人からの信仰を受けているそうです。

半日の大阪市内断酒に纏わるパワースポット巡りではあったが、日ごろの運動不足の解消と断酒の初心を思い出す良い機会を与えてもらった、有意義な一日であった。

これからも、時間を作ってパワースポットを巡礼し、断酒継続の決意を再確認させていただきます。



一心寺



高津神社



生国魂神社



円珠庵



法清寺



〈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）