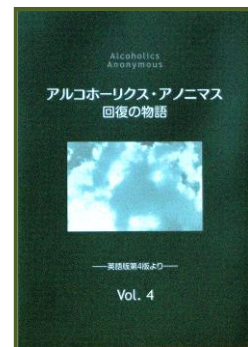


## AA出版物からの贈り物…… 読んでよかったこの1冊

アルコールクス・アノニマス（英文・第4版のバーソナルストーリー）  
『回復の物語』vol.4を読んで

## 本の中の人たち

琵琶湖病院 心理・相談室 椿野 洋美（心理士）



本を読むのが好きだ。

本を読んでいる間はもろもろの現実から少しの間だけ離れていることができる。そして、本の中の人たちは、私のよい話相手になってくれる。その中には2000年以上前の人もあるし、私より年下の人もあるし、中には人間ではなかったり、異星人の場合もあるが、私には大切な友人たちである。

AAの本はこれまで読んだことがなかったが、この本を読むという機会をいただいた。送られてきた本は薄く、これくらいの厚さなら早く読み終わるだろうと踏んだのだが、そうはいかなかった。ひとりの話を読み終わると、しばらくそこに立ち止まってからでないと、次の話に進めなかったのだ。

ここには6人の話が語られている。その6つの話すべてに感じたのは「寒さ」だった。

別にすべての話が冬の季節を描いているというのではない。6人が語るその人の人生そのものが寒々しさを感じさせるのだ。それはその人を守るものは何もなく、たったひとりで吹雪の中に立ち続けている姿を思わせるものだった。

「たったひとりで吹雪の中に立ち続けている」ここまで考えた時に、何か別の同じようなシチュエーションがあったと思い、あれはなんだっただろうとおぼろげなイメージの先にたどり着いたのは「マッチ売りの少女」だ。

この話を思い出したのは、あるライターが元プロ野球選手の覚せい剤事件にふれて、「Kはマッチ売りの少女である」と書いていたからで、その記事を目にしたときは「ああなる

ほど。うまいこと言うなあ」くらいにしか思えなかった。でもこの本を読んで寒さを感じた今ならわかる。大晦日の寒い夜、だれも少女のことなど気にも留めない中、彼女がつらい現実を少しでも忘れるために擦り続けたマッチは、ある人にとっては買い物やギャンブルであり、K氏にとっては覚せい剤であり、この本に出てくる6人にとってはアルコールだったのだ。みんな、どれほど寒かったことだろう。

しかし、ここに出てくる6人はその後の話が続く。彼らはマッチを擦り続けても一向に状況は良くなるに気がつき、でもどうしたらよいのかわからないまま、ただマッチを擦り続けているところへ、“誰か”が彼らに向かって投げたロープを一瞬の判断で掴む。本当にそれは瞬間の出来事だ。

ある人は「神は存在しないというお前は何者なのだ？」という声を聞く、またある人は「今がチャンスよ、今しかない」という言葉が頭に浮かぶ、ある日突然ビクブクの言葉の意味を理解する、自分を導いてくれる人を、安全な港を見つける、というように。

つらい現実から逃れるためのマッチではなく、本当に欲しかったものを手にした彼らは、次の“誰か”になり、話はまた次の“彼ら”につながってゆく。

この本はそのことを表している。この本がロープそのものでもあるとも言える。

そして、この本に出てくる人たちも、やはり私の友人となった。

## AA出版物からの贈り物……読んでよかったこの1冊

アルコールクス・アノニマス（英文・第4版のパーソナルストーリー）

## 『回復の物語』 vol.4 を読んで

ハグ12すてっぴグループ h i r o



48 歳になったアルコールクです。最近では AA の書籍に触れることもなく、月 2 回のホームグループのビッグブックミーティングに行くのが精いっぱいです。

この『回復の物語』を読んで思ったことは、「私もそうだった」の連続で、まるで自分の物語を読んでいるようでした。そしてまた、ミーティングで仲間の話を聞いているようでした。

私は、12 年前の 8 月に、家族に手を引かれ専門病院にたどり着きました。

飲酒歴は長く、最初にブラックアウトを起こしたのは 12 歳でした。その後、飲むと、アルコールは私を陽気にし、人とも話せるようにしてくれました。やがて現実逃避をするのにアルコールを乱用し、私が生きていくのになくはならないものへと変わりました。

17 歳から自動車ディーラーで整備士として働きました。もらった給料は飲み代へと消えていきました。24 歳で地元の自動車整備販売の会社に移り、給料は倍になりましたが私の飲み代には足りませんでした。お金が底をつく不安、家族を養えなくなる不安を消すためにさらにアルコールが必要になりました。そして 36 歳のとき、働くことも、生きることも、死ぬこともできなくなりました。

専門病院に入院して AA のメッセージをいただきました。病院近くのミーティングへ毎日のように参加しました。自分がアルコール依存症者であることは認めていたものの、自分でやめられると思っていたので、仲間の話には否定的な部分が多かったように思います。

飲みたくなったら我慢すればよいと固く決意していましたが、もう飲むことはないだろうと思っていました。しかし 6 カ月ほどして再飲酒することになりました。飲みたかったわけではなく、半年間酒を我慢した自分へのご褒美だと飲んでいました。

AA の仲間に飲んでしまったことを話しました。生きたいですか？死にたいですか？という問いかけに言葉を失い、一晩考えて死にたくはないと答えをだしました。ビッグブックを読むように勧められ、1～2 ページ読んだだけで一人では無理だと思いました。スポンサーを持つように提案があり、彼と 12 ステップを実践し始めました。それから 10 年、アルコールを飲んでいません。飲んでいた時と変わったことは自分のサイズで生きていることです。背伸びすることもあります。その自分も自分で知っているのです。仲間や、周りの人たちのほうが、私のことを知っていることも多く、人の話にも耳を傾けるようになりました。

現在は元の自動車業界に戻り、自営業を営んでいます。自分のできることで商売をさせていただき、結構幸せな日々が続いています。妻と従業員、昨年からは私の長男も一緒です。恥ずかしい話ですが妻や息子とは、一緒に働きだすまで話し合うこともありませんでしたので、なんか新鮮な気分を毎日過ごしています。

今、このような生き方ができているのも、今まで私にかかわってくれたすべての人がいるからだと思うようになりました。