コンコンとドアを
ノックして欲しいと願い
仲間と体験談をつづりました

絶望からの回復を信じて

こはな

元メジャーリーガーの松坂大輔さんが甲子園で平成の怪物と注目されていた夏の暑い日、次男が誕生しました。息子の名前は怪物の投げる剛球のように強くて芯の固い男の子になって欲しいと願いを込めて夫が名付けました。優しく思いやりがあり、小・中・高は大きな病気や問題もなく友人にも恵まれ元気に過ごしていたと思います。

そして息子が志望した大学に進学が決まり親元を離れひとりでの生活が始まりました。部活も頑張っていたようで、私は初めて親元を離れて暮らす息子への心配はありましたが、一番の応援者でありたいといつも思っていました。順調にキャンパスライフを送っていたはずの息子だったのですが、次第に何かが狂い始めていました。大学にも行かなくなり、なかなか連絡が取れない息子を心配し部屋を訪ねてみると、冬の寒さの中、お香の匂いが充満したワンルーム、ゴミで足の踏み場もなく電気もガスも止まった状態でベッドに潜って寝ていました。そして、ゴミの中には市販薬の咳止めの空瓶が何本も混じっていました。これは一体どういう事？何かがおかしい。問いただしても、風邪で調子が悪かっただけと答える息子。思い返せばその年の夏、帰省した息子に「風邪気味で咳が出るから咳止めが欲しい」と言われ、買い渡した事がありました。あの時の咳止めも息子にとっては咳を止めるための薬ではなかったのかも知れません。

それから大学は留年、そして休学し、実家に戻る事になりました。休学中はバイトも始め

るのですが長くは続かず、遊ぶお金欲しさに消費者金融から借り、親のクレジットカードの番号を勝手に盗み見し、手に入れたギフトカードを換金すると言う方法で現金を手に入れていたようです。私はその尻拭いをずっとしていました。やがて大学を中退することになります。それからの息子は昼間に寝て夜遊びに行くという昼夜逆転の生活スタイルが身についてしまっていました。喧嘩、窃盗、交通事故、お金の無心：。心配事ばかりが私にのしかかりました。当然、私と息子との距離は遠ざかるばかり。でも、どうにかしなくてはと、あれこれ手を焼き、口を出すのですが変わるどころか息子との距離はどんどん広がって行きました。

息子の外出中に部屋を物色、薬物が無いか確認する日々の中、見つけては息子を責め、使用をやめる約束をさせました。その時は、私が力になる事で息子は使用をやめる事ができると思っていました。しかし、そんな簡単なものではないことがわかりました。

ある晩、借金の問題を抱えた息子がお金の無心をしてきました。今までは文句を言いながらでも息子の問題を代わって解決していました。なぜなら親だから当たり前だと思っていたからです。ですが、その日は勇気を出して断りました。すると、どこか私の脳裏で恐れていた事が起こってしまいました。息子が自室でドアノブにロープのようなものをかけて首を吊りました。幸いにも隣室にいた夫がまだ起きていたので物音に気付き、すぐにロープを解き外傷だけですみました。

私はすぐ一一九番しました。救急隊員より先に警察官が四名やってきました。救急車が到着し処置をしてくれて二時間半もの間ずっと搬送先を探してくれたのですが見つかりませんで

した。なぜなら時間の経過とともに自殺願望が高まるので安易に受け入れる事が出来ないとの事でした。

その日は絶対に目を離さないようにと言われ一睡もせずに夫と息子を挟んで横になり朝を迎えました。そして、精神病院を受診し入院する事になるのですが、その時の病名は適応障害と言われ、息子もおとなしく任意入院になるはずだったのですが、尿検査で大麻陽性反応が出た途端に息子の様子が一八〇度変わり、先生に暴言を吐き、机を蹴って入院を拒みました。私は暴れる息子を目の前にどうすればいいのか本当に悩みました。連れて帰ろうか…。その時、先生に言われたのが「薬物依存症は家では治療できません」の強い一言でした。そこで私は「息子が薬物依存症なんだ」と確信しました。今までの私はわかっていながらも認めたくない、この現実から逃避したい気持ちが大きかったのです。

それから、私は「死」の恐怖に囚われて行きました。コロナ禍という状況での措置で息子は保護室で過ごしましたが、薬物の影響なのか暴れるので拘束されオムツでの数日を過ごしました。仕方のない事だとはいえ、どんな気持ちで過ごしているのだろうと考えると辛さで胸が押し潰されそうでした。そして私の心と体はボロボロになっていきました。薬物絡みのニュースを目にするのが恐怖でテレビも見なくなりました。息子は約三ヶ月の入院期間を経て退院する事になるのですが、その間に私は自助グループに繋がりました。

不安でいっぱいの私を仲間の方々が温かく迎えてくださり、分かち合いや学びの中で薬物

依存症という病気がどんなものなのかと少しずつわかってきました。病気なのだからいくら親が何とかしようとしたところでやめられるはずがないということもわかりました。良かれと思ってしていたことが逆効果だったことも。

死と隣合わせである病気だということもわかりました。何かをするのではなく、何もしないこと。愛を持って手を放すこと。最初はよくわからなかったのですが、とにかく自助グループの先行く仲間の背中を追って真似をしようと決めました。

退院後、息子が私に言った言葉が「俺、また使ってしまうかもしれんわ」でした。使わない人生を歩んで欲しいのは当たり前なのですが、私はその言葉を聞いておかしいかも知れませんが何だか嬉しかったんです。正直な思いをぶつけてくれたからです。まだまだ問題行動はありますが「自分の回復が息子の回復に繋がる」と信じ、息子の人生は息子に任せ、私は私に目を向け私の人生を生きる、と自分に言い聞かせ毎日を過ごしています。

最後に、仲間の皆さんがいるという安心感が私の心の大きな支えになっています。

用語の説明

ハイヤーパワー

自分自身を超えた、自分よりも偉大だと認められる「力」。
薬物依存に無力であるからこそ、自分を超えた大きな力に自分をゆだねている。
その力についてどう解釈するかはまったく各人に自由に任されている。

スポンサー／スポンサーシップ

回復の十二ステッププログラムを実践するにあたり、メンバーはより経験のあるメンバーに相談し、助言や提案を示してもらう。その助言者をスポンサー、その関わりをスポンサーシップと呼んでいる。

回復の十二ステッププログラム

回復のプログラムとして提案されている十二のステップは、スピリチュアル（霊的）な特徴を持つ生きかたの原理。

フェローシップ

本来は仲間の集合体を指すが、ミーティングを離れた仲間同士の交流の意味で使われることが多い。