

コンコンとドアを

ノックして欲しいと願ひ

仲間と体験談をつづりました



一步を踏み出す

m a c c a r o n

初めて息子の薬物使用を知ったのは息子が十八歳の時でした。当時は知識もなく、きつと遊びの延長ですぐにやめるだろうと考えていました。

それから数年が経ち、息子から借金の肩代わりを頼まれて、薬物使用が続いていた事を知りました。息子の依存症は進行していて、もうやめられなくなっている、無くては生きていけないと言われ、目の前が真っ暗になりました。何とかしなければという調べ、借金の肩代わりをするかわりに病院で治療を受ける事を約束させました。初めて薬物依存症と診断され、回復のために、病院で実施しているミーティングや認知行動療法などの治療プログラムを受けるように促されましたが、数回通ったものの長続きはしませんでした。

その後、息子の言動を心配した友人に勧められて、しぶしぶ入院治療を受けました。これで良くなると信じ安心したのも束の間、退院するとすぐに再使用が始まりました。精神状態もさらに悪くなり、借金も増え、毎日張り詰めた空気の中で怯えながら過ごしていました。そして、自暴自棄になった息子が置き手紙をして、いなくなったときには生きた心地がしませんでした。これから息子はどうなってしまうのか、考えるのも恐ろしく、もう家族だけではどうする事もできないと思いました。誰かに助けてもらいたい、行動を起こす気持ちになりました。そして幾つかの回復施設、自助グループ、病院、カウンセラー、弁護士にも相談に行きました。違法性のある状況を知らない人に話す事はとても不安で、一步を踏み出すのにはとても勇気がいりましたが、全てを話し、それぞれの立場からアドバイスをいただき

ました。責められたり批判される事はなく、悩んでいるのは私一人ではないと知り、救われた気持ちになりました。自助グループで、同じ問題を抱える仲間が辛い経験を経て、笑顔を取り戻し、元気に生活している様子を知ることで一筋の光が差したように感じました。今は苦しい状況にあっても、いつか良い方向へ向かう日が来ると、初めて希望を持つことができました。そして、薬物依存症という病気の事、病気になった息子に、どのように対応すれば良いのかを勉強させてもらっています。

私に出来ることは相手を変えようとするのではなく、自分自身を変えていくことだと知り、少しずつ自分に出来る事と相手に任せる事を分けて考えられるようになりました。それまで私の中に全くなかった考え方が、出来ることから始めていくと、少しずつ肩の荷が下りて楽になっていきました。さらに、この考え方は依存症者に対してだけではなく、あらゆる人間関係に共通していて、私の生き方に良い影響を与えてくれました。息子の問題が起きて出会った仲間や、知ることが出来た新しい考え方は、一生の宝物になりました。

息子はその後、回復施設に繋がり今は家庭を持ち仕事に就いています。あの時踏み出した一歩で全てが変わっていききました。依存症という病気は、回復は出来るが完治はないと言われていきます。また再発しやすい病気だとも。息子の病気を正しく知ることが出来た今、これから先、何があってもきつと何とかかなると希望を持っています。そしてもう一人で悩む必要はなく、一緒に考え支えてくれる仲間がいます。出会った全ての方に心から感謝しています。

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。