

2018
スルガダルクだより

スルガダルクだより



スルガダルク代表 五十畑 修

🍊 残寒の候、皆様風邪など召されずにお過ごしでしょうか。

ダルクの何人かの仲間たちは、インフルエンザにかかって全体の感染心配していましたが、なんとか少ない人数で収まり、辛そうだった仲間も、今は安倍川河川敷を散歩しながら、川の水が流れていないことに気づいて驚いています(雨量が異常に少なく、瀬切れという現象だそうです)。相談室の窓から見る富士山の白いシャッポも小さいです？(今風に言うとビーニーですね…小さめのニット帽)わたしも必需アイテムです。散歩から戻ると手洗いうがいは絶対ですね。過敏な仲間は花粉にも反応していました。寒さももう一息、頑張りましょう。

皆様が、良き春をお迎えになりますようお願い申し上げます。

Isamu

「ダルクにつながって」



僕がダルクにつながって、九ヶ月が過ぎます。

つながった当初は、右も左も分からずにいましたが、今では生活にも慣れ、多少はサービス等にも関わりを持つようになってきました。そんな事が出来るようになるとは正直思っていませんでした。そうさせてくれた、プログラム、施設、仲間、に感謝すると共に、そこに至る経緯を説明しようと思います。

僕は薬物とギャンブルの依存症と診断されました。危険ドラッグから覚醒剤、パチンコ、パチスロが、僕という人間を狂わせてしまいました。

始めた順番で言えば、パチンコ・パチスロが最初です。高校時代から仲の良かった友達に誘われ、パチンコ屋に行ったのを今でも鮮明に思い出すことが出来ます。それだけインパクトが強かったのでしょう。

当時は高校卒業と共に就職し、金銭には余裕が有りました。しかし金銭感覚だけは、学生時代と変わっておらず、お金があつという間に無くなる事に恐怖しました。

「なんか、スゲー速さで金無くなったんだけどこんなもんなの？」

と、友達に話せば、

「打ち方にもよるけど、そんなもんだよ」

そんな返事が帰ってきました。

正直何が楽しいのかその時はわかりませんでした。使った金額を考えれば、ゲーセンか麻雀で遊ぶほうが楽しいだろうにと。

しかし、週末となるとその友達と過ごすのが習慣となっていた為、自ずとパチンコ屋に足を運ぶ事が多くなりました。単純な性格でしたので何度か大勝ちする経験をした事で、次第にのめり込んでいきました。

給料の大半を使い込んだり、仕事をサボってやりに行く、なんていう事もざらになってきて、気がつけば家に居るよりパチンコ屋に居る方が長いんじゃないか？という感じになっていました。

仕事を辞めてしばらくはパチンコだけの生活もしました。貯金を使い切るまで半年ほどしか、かからなかったと思います。

流石にマズいと思い、再就職し生活を立て直しました。パチスロの規制が変わった時期と重なり、パチンコ屋から足も遠のき、友達ともゲーセンの麻雀ゲームで遊ぶ、そんな生活が続きました。

この時期に自分の体に異変が起きました。

下肢にしびれが出て病院で診察をしてもらい、治療しました。

しかし一向に良ならず、最終的には下半身不随にまでなってしまう、絶望しました。

病院を変え、本当の病気が判明し治療。そこからリハビリを経て、自力で歩けるようになり、仕事にも復帰したものの、思い通りにはいきませんでした。今まで出来た事が出来ない、その事実が受け入れられず、自暴自棄になりました。



職場での人間関係も悪くなり始め、やる事、為す事全てが空回り。思い悩み友達に相談し、病院を紹介してもらいました。

「うつ病」 そう診断されてもあまりピンとこなかったものの、仕事をしばらく休むように言われ自宅療養することに。

その時出会ったのが危険ドラッグでした。その当時ネット上で合法だけどスゴいと書かれていた為、興味本位で購入しました。

「これだよ、これ！」

使って思った事は、今まで悩んできた物事がバカバカしいなど。こんな良い物があるんなら、もっと早くにやれば良かった、そんな風にも考えた時もあります。

しかし、体にかかるダメージを考えなかった為、自分の状態はどんどん悪くなっていきました。幻覚に苦しみながらも使うのを止めずに部屋にこもり続けました。

そんな生活は危険ドラッグの規制強化と共に終わりを告げました。手に入らないならしょうがないと自分を納得させ、またギャンブルに刺激と居場所を求め、以前の生き方に戻ってしまいました。

止めようとした訳ではなかったので、しばらくたったある時、何かないかな、とネットを調べていると、『今の危険ドラッグをやるより覚醒剤のほうがいい』という書き込みを見て、好奇心から調べてしまいました。今まで使っていたのは合法だからという建前があったけど、ここから先は違法だ、と思いながらも自分を止める事が出来ませんでした。

既に薬による快楽を知っていた為抵抗感もほぼ無く、むしろ違法性にスリルを感じる始末。

身の回りに薬を使う人間がいなかったのがせめてもの救いか、全て独学であり、友だちを誘うこともせず一人で突っ走り、気がつけば多大な借金と身体的ダメージが残りました。現実と妄想の区別もつかなくなり、一人で部屋の中で声を上げて幻聴と戦い… そんな生活にも耐えられなくなって初めて両親に助けを求めました。

両親も戸惑いながらも話を聞いてくれ、お金の工面とこれからどうしていくかを真剣に考えてくれました。内容が内容なだけに気軽に相談はできず、必死で行動してくれたと思います。

そんな中で病院を見つけてくれたにも関わらず、自分は何度も再使用を繰り返しました。

三度の入院を繰り返し、両親とも話した結果、ダルクに入ることを決めました。正直な気持ちを言うと、嫌でしょうがなかったです。しかし、何度も同じことを繰り返して、これはもう自分ではどうしようもないな、とも思っていたので意を決して施設に来ました。

スタッフが暖かく出迎えてくれ、一緒に頑張りましょう！と声をかけてくれました。不安な気持ちばかりでしたので、正直ホッとしました。

初めての集団生活で右も左も分からない状況の中、仲間のフォローのおかげで逃げ出すこともせず、今に至ります。

困った時、悩んだ時、苦しい時に身近に正直な気持ちを話せる仲間達の存在は非常に大きいです。気持ちを伝える事が下手ですし、どこまで話していいかわからない、といった事は今でも課題の1つです。しかしプログラムにある、正直になる、誤った時は直ちに認める、そういった事が今の僕がクリーンを続けられている要因だと信じています。

『今日一日』の精神を忘れず、クリーンを楽しんで新しい生き方を身につけていきたいです。

「感謝」



依存症のタツヤです。

僕がスルガダルクに繋がって4度目の冬が来ました。

はじめてスルガダルクに繋がった頃の事を思い返すと、今までの時間がすごく早かったように思います。

当時、薬物やアルコールでズタズタになっていた頃の事を考えると、今までの間に、多くの仲間や、支えていただいている人たちに、本当に助けられた事を感謝します。

繋がった当時、僕はよくスリップ（再使用の事）をしていて、なかなかクリーンが続きませんでした。

そんな中、入寮1年目に、もう一度自分でやってみようと思い、ダルクを退寮しましたが、薬物は使わなかったものの、やはりアルコールを飲んでしまい、何も出来ず、すぐにダルクに戻り、入院することになりました。

今ではその失敗は必要な失敗だったと思えますが、その時に自分一人では生きていけないこと、生きることがどうにもなくなっていること、薬物や、アルコールや、自分のアディクションに対して「無力であること」を認める大きな気づきがあり、そこから僕のクリーンの生活が始まりました。

そして今、まだ2年半ですが、クリーンでの生活が続けられています。



当時絶縁状態だった家族とも少しづつですが、関係を修復することができ、今年の10月には家族が会いに来てくれ、姉の子供達、甥っ子や姪っ子とも一緒に遊ぶことが出来ました。すごく充実した時間を家族と過ごすことが出来て、本当に良かったです。

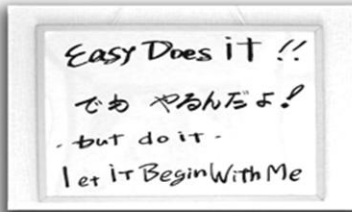
自分のアディクションに目を向け、向き合っていく中で、今は色々な面で、アディクションから少しづつ開放されていっている様に感じますし、平安な日々を暮らすことが出来ています。それも何もかも、仲間や家族、支えて頂いている人達のおかげです。

その事に感謝し、これからもクリーンを続けていきたいです。

クリーンでも、もちろん嫌なことや辛いこともあります。何事も楽しく取り組めるようになることが今の目標です。



📷 DARCフオトスケッチ2018 📷



🍊 浜松みかん農家の収穫のお手伝いに浜松ダルクの仲間達が参加してきました (*´▽`*)