

断酒 みどりの友

発行所 呉みどり断酒会
 事務局
 呉市押込 5-12-25
 渡部 憲方
 郵便番号 737-0915
 電話 33-5571
 発行人 渡部 憲
 編集代表 井藤 宏道
 印刷 松広印刷㈱



第38回広島県断酒大会 (呉市民会館)



心の自由を獲得しよう

全日本断酒連盟顧問
 呉みどりヶ丘病院
 院長 長尾澄雄先生

仏教では人間の本性は本来清浄で汚れないものであるとしております。しかし日常われわれ個々の人間の心は、いろんな欲望・怒り・怨みなどによって絶えず揺れ動いております。そしてその処理を誤ることによって兇悪な犯罪、あるいは心の病、アルコールを始めとするいろんなものへの依存、そしてひいては自己の破壊、即ち自殺へと進んでいくこともまれではありません。このような人間の悩み苦しみは、昔も今も変わることはなく従って二千数百年前、釈迦はこの様に人の一生を苦悩としてとらえ、そしてその原因は自己中心的な欲望にあり、それから怒り・悩み・憂い・怨みなどが引き起こされ、人間の心の自由を奪い動きのとれない状態に縛りつけているのであり、人間の苦しみ・悩みの本質とは自らの利己的な欲求不満

(自利) から出ているという事実を知らない、所謂、無智がなせる業であり従って悩みを解消させるには、まずその真理を知らねばならぬことが必要であると言っております。そして本来、清浄無垢な人間の心がこの様な自利によって生じた怒り・怨みなどで覆い隠されているのが現実であるとしております。

この様に悩みの原因が自利であるならば、それを解消するためには、その逆のこと、即ち自利に対し利他に徹すればいいということになります。利他とは他に対して慈しみの心をもつ「慈の心」憐れみの「非の心」他人の幸せを喜ぶ「喜の心」そしてすべての人に対してわけてなく平等に利他を行う「捨」この慈悲喜捨で示されるものが人間の仏性、即ち自性清浄な人間の本性であろうかと思われ

ます。

われわれは、自らの人間等しく持つているこの自性清浄の心を、自利の心によって自ら曇らせていることを知らない、この無智こそが人の一生が苦である最大の原因であることを知らねばなりません。

ひるがえって断酒会の皆さんの場合は、人が等しく持つている自利によって生じた悩みを酒に溺れることにより、ひいてはそれが自らの仏性をまったく否定しなければならぬという現実をもたらし悩み、それを忘れる為の自己破壊として飲酒していたという道をたどってきたわけであります。

酒によって他に迷惑をかけ、その償いのために酒を断つという姿勢はまさに自利の心をして、利他に目覚める自性清浄に目覚めたということであります。換言すれば智慧に目覚め心の自由を獲得したということになります。

人が等しくこの智慧を獲得するならば争い事もなく、自らの心を病むこともない至極平穏な世界が到来することは必定であります。



第38回広島断酒大会記念講話

自らのこの真理に目覚めるのみでなく等しくこれを他の人にも伝えるべく努力するというのは、大乘仏教の教えであります。これと規を一同とした智慧をもった人が皆さん方であるとも云えましょう。

この智慧を、ひとり酒害に悩む人達のみでなく一般社会で苦悩している人達にも伝授されるべく御精進を願う次第であります。

第43回中国ブロック(島根)大会 体験発表



会長
渡部 憲

その日、海上自衛隊から金筋を何本も巻いた偉い人が二人、私に最後勧告を携えて家に来ました。「もう許せない。自衛隊を辞めるか、酒を止めるか、今夜ははつきりと君の返事が聞きたい。」という事である。

島根県奥出雲で生まれ、高卒後海上自衛隊に入隊した私は、希望に燃えていたし、舞鶴も江田島の学校も全て優等生で卒業するという華々しいスタートを切りました。同じ奥出雲の過疎の村で、小

中高校と同級で、まるで兄妹の様に育った妻は、呉の看護学校に入り、やがて二人は結婚しました。妻にとつては地獄の生活の始まりでもありました。

その頃、船の中でも規則を無視して、昼夜を問わず、訓練中でも

酒が切れない私になっていました。当然、酒が原因での懲罰も多く、減給だけでも三回も受けました。

しかし、酒は飲むけど仕事じゃあ右に出る者は居らんと、大半の者が私に一目置いていると、勝手に思い込み、自惚れ、好き勝手に振る舞っていた矢先のある日、突然船を降ろされ、予想だにしない基地の門番に飛ばされてしまったのです。それはショックでした。逆恨みこそあれ、反省のはの字もありませんでした。

「頼んだぞ！」と若い者に門番を任せて、呉市内に飲みに出る事も再三でした。『勤務中の自衛官が泥酔、タクシー無賃乗車で逮捕』今なら、テレビ、新聞のネタになる様な事もありました。そんな私を、何故懲戒免職にしないのか、隊内から不平、不満が噴出し、押さえ切れなくなった上司が、とうとう私の家までどなり込んで来たという訳です。

「またか。」私にとつては、その程度の出来事なのですが、その日ばかりは違いました。その話し合いの場に、もう一人とんでもない人が居合わせていたのです。私の母です。

私も妻も、呉での生活の実態は両親には一言も漏さず暮らしてました。勿論、自衛隊生活も、あの華々しいデビューとは一転し、止まらぬ酒と、懲りないサラ金地獄の毎日、もう十年もストロップしたままの進級。それでも二人共、たまの里帰りには、そんなカケラも見せず、幸せそのものを装っておりました。しかし、さすがに我慢強い妻も、隠し続ける事には限界がありました。

「お母さん、私と一緒に呉に帰って下さい。憲さんが減茶苦茶です。」と、一人で里帰りをし、私の母に泣いて頼んだのです。

二、三年前に長男を病いで亡くし、寝たぎりの父の看病に明け暮れながらも、呉で、家内中仲良く暮らしているもう一人の息子は、心の支えだった筈。そんな母にとつて、妻の突然のその言葉

は、どれほどショックだった事でしょう。



「出続けるのみだね！」

五十四才の定年迄、まだ十八年を残しておりました。いつもの調子で「はい、わかりました。」と答えるのは簡単な事でしたが、その日はかりはどうしても言えませんでした。やつと妻が口を開きました。「もう、今までの様に、主人

を甘やかさないで下さい。クビならクビでも構いませんから。」と。

「どうするんか渡部、考えは決まったか？」と上司に催促され、何分の沈黙の時が続いたでしょう。母はその間、心配そうにじつと私の口元を見つめておりました。その沈黙の間中、私の頭の中には二階に隠れている二人の子供

の卒業、就職、結婚、初孫。そして、定年まで勤めたとしても、その退職の日のこと。男として、父親、亭主として、そのどれをとつても酒なしでは考えられないことだ。ましてや、毎朝、同じ自販機の前に立つて、迎え酒すら断つ事の出来ない自分が情なくて、涙を流しながら飲んでいる当時の私でした。自衛隊の残り十八年、

どんなに逆立ちをしても、この遅れ、汚名を取り戻す事は不可能だ。いつそのこと、辞めて、好きだった植木の仕事でもやろうかなと考えたりしている時、私は誰かに背中を押される様に、「ハイ、わかりました。もう辞めます。」と蚊の鳴くような声で答えました。

と、その時でした。ファイナルアレンサーじゃないけど、じつと私の口元を見ていた母が言いました。「そうだよ憲さん。よう言った。今自衛隊を辞めたら治美さんや、二人の子供はどうなるということもない。もう一度頑張らにやあ」と。「違つよ母さん。わしがやめると言ったのは、酒じゃなくて」

と、言おうとして母の顔を見ました。母は何とも言えない安心した様な顔をしておりました。

（仕方ないか。母さんがこんなに喜んでくれるのなら、母さんの言う通り酒を止めるという事にしようか。）私の決心はその数秒間で、まるつきり真反対の、酒を止める”に変えざるを得ませんでした。この『母の勘違い』が、その後の私の人生を大きく変える事になったのです。

そんな訳で、その日、その時から私の入院なしでの断酒はスタートしました。それは、一言では言えない程、辛く厳しい生活の始まりでもありました。毎晩、意識不明になる迄飲んでいた男が、その日を境に、シラフで寝るなんてそれこそ地獄でした。案の定、家族会議の間中、顔に浮かんだ将来の不安が、毎晩、床についた私に襲いかかってきました。眠れず、朝方まで寝返りと溜息をくり返す私に、妻はどうしていいか解らず、まるで子供をあやす様に寝つくまで手をつないで寝てくれたこともありません。

自衛隊では、(免職ならんかっただけでも幸せじゃ。わしが、なんぼの者じゃ。一番下のペエペエでも構わん)と、つとめて自分に言い聞かせてきました。そうでもしないと、周りをみたら身体が震える程の激しい嫉妬と、とり残されていく様な情けなさで、やりきれなかったのです。

そんな私を救ってくれたのは、ほかでもない断酒会でした。私の停職期間中に妻が断酒会の話聞いて帰ったのがきつかけでした。初めて例会場に行った夜の事は一生忘れません。「ワタナベさん、よう来られましたね。」と、私には生まれて初めての優しい、温かい言葉でした。バイクをぶっ飛ばして、心配して私の帰りを待っていた妻に、「入会することにしたぞ!」と、威張って笑顔で言っちゃったのが、三十六才の十一月の末のことでした。

辛い毎日だったけど、二年くらい経った頃には、手をつないでくれなくても眠れるようになっていました。そして、約束通り、酒を止めたご褒美に、六年前、感動の

涙の定年退職を迎える事ができました。昨年、還暦を迎えた私達のこれからは、とにかく例会に出続けること。そして、入会当初あの感激、喜びを一人でも多くの人達に味わって頂くこと。それが恩返しであり、私の使命なのです。

時たまふさぎ込んで、食が進まなかったりすると、妻は「お父さん、まさか内緒でまた借金でもしてるんじゃないでしょうね」と言います。あの地獄の生活がトラウマになっている妻、また、今も元気で私達の生活を見守ってくれている八十九才の、あの『勘違い』の母。そんな奥出雲の『がばいばあちゃん』に、心からお礼を言ってお話を終わらせて頂きます。



感無量の退職の日(孫を抱いて)

第38回広島県断酒大会



西村好登
(本人)

第三十八回広島県断酒大会の良き日に体験発表させて頂きありがとうございました。ありがとうございます。

やめて、楽そうにみえたコックになりました。その当時は、色々な人と仲良くなつて楽しく生活していました。この生活が永遠に続くものと錯覚していました。将来のこと等考えずに…。

自分が、育つた生活環境は高度成長の最中で造船関係で栄えた呉の街でした。思春期は小さな街には考えられないくらいの発展した歓楽街があつて、中学出て金の卵と云われて、電気工事に就職し夜は電気科の定時制に通いました。

一番先に覚えたのがパチンコ、そして酒を飲んだ上での喧嘩、一六才で酒覚えてから、一七才から本格的に飲むようになり、スタンドバー、仕事、学校と行ってました。酒覚えてから、現場での仕事と学校もアホらしいと思うようになり、親兄弟の反対を押し切り学校の電気科も電気工事の仕事も

合つてその当時、自分は酒の虜になっていましたが、まだ連続飲酒は知りませんでした。若かったせいか酒をチャンポンしても次の日はケロッとしていたし、コックの仕事も面白くて、そのお陰で今は、女房が仕事に行つて、私が炊事、掃除、洗濯などの家事をしても苦ではありません。ただ、今女房が倒れたら『大変じゃあ〜』と心配になります。時々お金を貰いに女房に内緒でお袋の所に行くと八十六才のお袋が『お前には学校に行かさないで悪かった』と言います。そんな事を言われると中学出て、酒覚えてデタラメをした、自分の行動の問題、遊ぶ金を残す

ため当時月賦で物を買うようになり、保証人をお袋にして買いまくったり、事故を起こしても全部お袋に払って貰っていた事を思い出します。

断酒会で色々勉強させて貰っていると、今まで見えなかった事が少し見えるようになりました。下二人の弟はすごく真面目です。あんな事をしたら親が嘆くと思つたに相違ありません。酒もたしなむ程度、長男も堅物で当時お袋が

『なんでお前みたいなのができたんかの』とぐちっていました。親を困らせた分そのツケがアルコール依存になり、今は迷惑かけた女房や母親に感謝しています。

女房と知り合つた頃はコック時代の頃です。お客さんの目の前でする仕事が多かつたんで、酒はあんまり飲んでいませんでした。いつも飲んでいた姿見ていられたら縁はなかつたと思います。アル中ぎみ私には、バレーに付き合いをしていました。その頃から飲酒運転は日常茶飯事で顔も態度にも出なかつたので警察官に捕まつても気をつけて帰るように注意される

程度でした。たまに警察の方が、風船吹いて貰いましょうと言われて吹いたら一番高い数値が出て、びつくりして『どこまで行くんか！』『すぐ近くじゃあ〜』『家が近くなら用心して帰れ！』と言われたこともあり。現在なら厳しく処罰されます。この前、免許更新の時、『奈良漬でも反応したらアウトですよ。』と言っていました。

若い頃からの飲酒で、三十才の頃飲酒運転で事故をおこし反省もせずに生活の事を考えたりで、ますます酒の量が増えていき仕事にさしつかえるようになり、これではいけないと思い、酒をきつて仕事休んでいたら幻聴、幻覚が出るようになって女房に黙っていました。幻聴、幻覚の正体がわからずノイローゼぎみになって子供が四才頃に、たぶん子供の目の前がか記憶にありませんが幻聴、幻覚がひどくなり、とうとう家の中で大暴れして気を失つてからお袋の家で、もう親父が亡くなつていたから、長男とお袋がすごく困つていたことを思い出します。やつと

幻覚がとれてから又『酒を飲ませ！』と言うと何時の間にか忘れもしない、昭和五十二年呉みどりヶ丘病院に入院、私にとっては強烈な思い出です。お世話になつたことは今でも忘れません。それを忘れたのはやつぱり、断酒会を知らなかつたことです。



一人前になつてからは『皆さんのお陰』とか『酒に溺れたら呉みどりヶ丘病院行き』のこのふたつの事柄を忘れてしまい、酒の飲み放題、仕事は休む、暴言、暴力、呉みどりヶ丘病院に入学が待つているとも知らずに飲んでいまし

た。

平成九年に再入院となりますが女房への腹いせに、出刃包丁とさし包丁で脅かしたり、ブラックアウトで顔にアザが残る暴力、時々『すまん、又ブラックアウトじゃあ〜』と逃げる時もありました。その頃から本当に脅しから脅しではなくなり、焼酎飲んでた時に、そのビンでビンが粉々になつたくらい頭殴つてその時は怪我は無かつたのですが、朝起きて仕事に行く前に思い出して『ああ、大事にならなくて良かった』と思うのですが、酒は止めようとは思いませんでした。そんな事があつて入院となりました。自分からの入院ではなく、強制的に入院させられました。

平成九年呉みどりヶ丘病院の職員さんのお出迎えて入院となりましたが、入院をさせられたという思いが大きくて逆恨みをしました。退院が決まる頃には、『ヨシ！退院したら断酒するぞ！』と『みどりの友の唄』で退院して行き、即、職場復帰して働いたのですが、今日一日充実して働いたと思つた

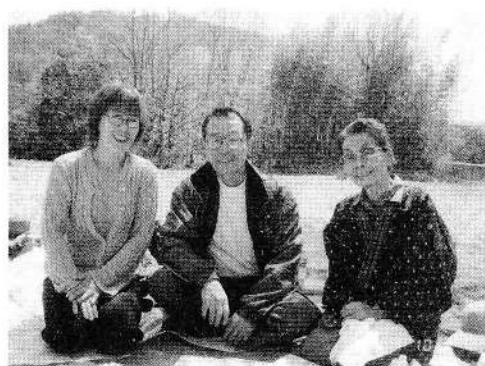
ら酒を飲んでしまい、再入院になるまで酒が止まりません。再入院する度に、身体が酒の為に、だんだんと悪くなるし、暴言、暴力が益々ひどくなっていきました。自分もヤケクソになっていた事を思い出します。と言うよりも酒からのがれる事が出来なくなっていました。四回目の入院する前は連続飲酒で酒が切れると石油ストーブを投げたり、中のカートリッジをお袋の家に投げ込んだり、これも一歩間違えると大惨事になるところでした。

五回目の入院でもう先の事に感わされずに、入院生活だけを考えて、又人の目を気にしない入院をさせて頂き、その分同じ療養生の方々にはご迷惑をおかけしました。今思うことですが退院したら即、仕事ではなく、即、断酒会に入会することが、賢明であったと、社会から四面楚歌になる前に断酒してそれから仕事していればと悔むこの頃です。

例会出席し、指命されても言いたくありませんでした。体験を語って行きなさいと院長先生のご

所感のなかの言葉があります。お袋に『もう体験なんか言いとうないわい!』と言いますと『なに言ううとんね。あなたのやって来たことを堂々といいんさい!』と言われ、『堂々と言う話じゃあないんじゃがのう』と思つてこの原稿を書きました。

最後に今後とも『女房の小春さん』お世話になります。
又、呉みどりヶ丘病院と呉みどり断酒会・朋友断酒会の皆様には、感謝の念でいっぱいです。例会出席し断酒継続に励みます。本日はありがとうございました。



寄付者御芳名

- (三月度) 感謝箱(三月分) 二、八〇九円
- (四月度) 三原断酒友の会様 一〇、〇〇〇円
- 感謝箱(四月分) 三、一二七円
- (五月度) 呉 小池保男様 一〇、〇〇〇円
- 感謝箱(五月分) 三、九八九円
- (六、七月度) 呉 山本一義様 一〇、〇〇〇円
- 感謝箱(六、七月份) 五、七〇二元

新入会員紹介

- 安芸郡熊野町一三四〇四一六一 松ヶ丘団地 廣野 幸則
- 呉市吉浦本町三丁目五一九 加藤 正文
- 呉市阿賀北一七七一三二 第三大谷荘 沖居 廣志

断酒継続おめでとう

- ☆一年 島本 辰馬 6月2日
- ☆一年 新谷 美恵 6月2日
- ☆二年 澤田 英樹 6月20日
- ☆二年 松田 輝義 4月1日
- ☆三年 渡辺 圭次 4月6日
- ☆三年 井藤 宏道 4月9日
- ☆三年 大下 美恵 4月27日
- ☆三年 松原 宏治 7月2日
- ☆四年 升岡 和洋 4月7日
- ☆四年 笹尾 靖子 5月29日

行事予定

- 9月13日 第38回広島断酒会連合会研修会(国立江田島青少年交流の家)
- 9月28日 第45回全国(滋賀)大会(滋賀県立体育館)
- 10月11日 第18回中国ブロック断酒セミナー(山口県セミナーパーク)
- 10月19日 呉みどりヶ丘病院創立第38周年記念 特別院内例会
- 11月22日 第13回ふくやま一泊研修会(みるくの里)
- 12月10日 第42回酒なし忘年感謝会(シテイプラザ スギヤ)
- 1月3日 平成21年新年合同初例会(呉みどりヶ丘病院)

3月～7月度例会動員数

行事名	回	正会員	家族会員	賛助会員	社会会員	院内会員	17-セブ	合計
土曜例会	22	836	258	78	1,137	1,469	174	3,952
水曜例会	22	770	251		15			1,036
ブロック例会	5	90	35					125
新会員を囲んで	5	56	12					68
家族の集い	5		30					30
懇談	5	10						10
特別院内例会	5	99	27					126
第42回中国断酒ブロック(島根)大会	1	30	12					42
第42回中国断酒ブロック(香川)大会	1	17	5					22
第64回松村断酒学校	1	3	1					4
第38回広島断酒大会	1	44	15					59
第38回全断酒連帯総会	1	1						1
第7回鳥取県断酒会大山一泊研修会	1	5	1					6
県連理事會	5	23						23
呉みどり断酒会役員會	5	40						40
合計		852,024	647	78	1,152	1,469	174	5,544