

●アルコール中毒者の手記

こうして自分との闘いにかかった

全日本酒連盟理事長

大野 徹 監修



●アルコール中毒者の手記

こうして自分との闘いにかかった

全日本酒連盟理事長

大野 徹 監修



——アルコール中毒者の手記

こうして自分との闘いにかかった

昭和52年11月25日発行©

890円 千 160

監修 大野 徹

発行者 綿 稜 幹 夫

発行所 株式 日新報道
会社

郵便番号 105

東京都港区芝公園3-6 23

電話 03 (431) 9561

振替東京 5-140840

(分)0077(製)125166(出)5738

編集人・遠藤留治 印刷・上野印刷

乱丁・落丁はお取り替えいたします

はじめに

世の中には不思議なことが多い。不思議といえばアルコール症(慢性アルコール中毒)も不思議な病気である。ほかにも難病として推定されているものが幾つかある。これらはその発病原因が医学的にさだかでないので、治療法も確定できないものである。

しかし、ことアルコール症については、その原因はアルコール飲料の飲み過ぎに求められし、この治療には、断酒以外にないことは明白である。にもかかわらず、その患者は減るどころか増える一方だ。まことに不思議といわざるを得ない。

専門家の研究によると、さきごろ日本のアルコール症者の数は一四九万人、しかも、年々増加しているといわれていた。最近の余暇開発センターの調査による推定数は、なんと二一〇万人、その数字に警告が発せられている。

このように患者が増加してきていることは事実である。一方、患者やその家族はむろんのこと、医師も断酒以外に治療法のないことを理屈の上で知りながら、実効のあがる研究や対策に

乏しいというのが現状である。医科大学のテキストでもこの病気の説明はあっても、治療法についてはほとんど触れられていないのは、残念とも、不思議ともいわざるを得ない。

われわれアルコール症者は「一日断酒」の積み重ねでその再発を防止している。このために断酒例会至上主義をとっている。例会とは、会員や家族が心のペールをかなぐり捨てて体験を語り合い、共鳴感をかもし出す場なのである。私は、例会とは「体験談に始まり体験談に終る」ものと言いきっている。だから、お説教めいた話をするいわば断酒評論家はむしろ敬遠したい。なぜならば、この例会は、長年断酒を続けていても一ぱい飲めばもとの木阿弥になるという同一の条件に立っている人々の集まりであって、会員同志はお互いに生徒であり先生でもあるからである。医学者はこの例会を「グループセラピー」と評価してくれている。

少し前置きが長くなったが、体験談がいかに大切なものかを知っていただきたかったからである。

そんな意味で、患者本人および家族の体験談をまとめた本書はまことに有意義であり、本邦においても初めてのことであろう。彼らはどんな機会に飲酒を始め、どんな苦汁を身体的に、また精神的に味わったか。これらの体験は、ノンフィクションとして真実を語っているので、読者を感動させずにおくまい。

こんな例もある。ある老婦人が、ご主人の飲酒による乱暴に困り果て、例会に救いを求めて

きた。その主人は夫人の例会出席を不承不承許したが、本人はついに姿を見せなかった。夫人の出席が二年ほど続いた頃、私はこの夫人から主人の飲酒の量が次第に減ってきたと聞いた。さらに二年ほど経った頃、ついに奇跡が起こった。主人の飲酒は全く止って毎日家業に励んでいるとのことである。この夫人のひたすらな例会出席が、無言のうちに主人の心を動かしたに違いない。これに近い例はほかにもある。

アルコール症は心の病氣といわれているが、精神病とはいわない。では心の病氣とは何か。これを解明することはむずかしいが、あえていえば、その患者の全人格的なものとして取上げねばならないであろう。したがって、アル中は、意志が弱いから断酒ができないなどと簡単に割りきれぬものがあるであろう。簡潔に言えば、その人の心の持ちようで良くもなればまた悪くもなる病氣だとも思える。

アルコール症者が立直るか否かは本人の心次第であるが、この心を動かすものが何かあってはじめて、その人は心の底から断酒に踏みきることができるのである。この心を変える動機づけは各人各様で、これが決め手であるという法則はない。だから、われわれは前記の断酒例会に数多く出席することが肝要と考えている。酒飲み心がピタリと止り、断酒が可能になるためには、個人差はあるが、何かその人の心を変える動機づけが必要である。それは、時に、精神病院での療養中に起こることもあろう。また、前記の老婦人の例のように、家族の心の変化と

その影響が決め手となる場合もある。しかし、例会で人の体験談から実際に感じ、また学びとることがもっとも多い、というアンケートによるデータもわれわれの手許にある。

十年ほど前のことだが、ある知名な精神病院長から、「断酒会ではアル中の治療に大変良い成績をあげているそうだが、どんな治療をしているのか」と尋ねられたことがあった。私は即座に、どんな治療かといわれても当意即妙に答えかねる。もっとも良いことは、まず現場を見ていただいて、知って下さるほかはないと答えた。現実にもその院長も例会に出て生の体験談を聞き、感激し、以来断酒会びいきになった。このように、口や文章だけでものごとの真相をきわめることはむずかしい。

この書を手に入れた読者諸氏には、これに盛られた家族の悩み、本人の苦心など、アルコール症の治療（再発防止）についての手がかりが得られるであろう。単なる物語としてではなく、その行間に流れるこの病気の特徴を汲みとっていただければ幸いである。

この出版に当り、自らの体験を書いて下さった各位、ならびに本書の読後感をお書きいただいた額田先生に心からお礼を申し上げます。

昭和五十二年十月二十日

全日本断酒連盟理事長 大野 徹

こうして自分との闘いにかつた

——アルコール中毒者の手記

目次

はじめに

大野 徹

アルコール病棟へ続く道

水島 信 9

酒に恵まれ過ぎて

鈴木 実 29

最後の挫折

岩田富士雄 47

けがの謎（妻の手記）

森 道子 67

でこぼこの手記

植村 勝 87

“つどい”と“みち”

田辺 香 105

痛恨の日々

山元 節雄 123

魔の“陣痛”を超えて（妻の手記）

太田 利子 141

嘘のない一日

梁川 朝幸

157

断酒あれこれ

本橋 真一

169

アルコール中毒者と断酒

額田 粲

付——全日本断酒連盟加盟断酒会一覧

アルコール病棟へ続く道

水島 信

昭和七年生
印刷会社勤務

死ななくて良かった

重い鉄製の扉が、「お元気でネ」という看護婦の声とともにガチャンと無気味な響きを残して閉ざされた。晩秋の武蔵野はすでに紅葉も色あせ、冷たく細かい雨があたりを煙のようにぼかしていた。国立M療養所のアルコール病棟から続く細長い通路を、私は妻と二人で無言で歩いていった。ふりむくと、何日間か悪夢のような苦しい夜を過ごした保護室の窓が、暗く重たく私の目にのしかかるように映っていた。

死ななくて良かった。そんな切実な実感が胸に込み上げてきた。一步一步遠ざかってゆくアルコール病棟に不思議な愛着に似た気持を残しながら、その日私は病院生活に別れを告げたのである。ここにたどり着くまでの私の長いアルコール人生は、同じ苦悩に満ちた生活を体験した人でなくてはとうてい理解することができないほど、狂気とも悲惨ともいえる毎日の連続であった。

酒にふりまわされ、そこから逃れようとしてもがき苦しんでいたその姿は、誘蛾灯の青白い光に吸いつけられて狂気乱舞している一匹の蛾そのものであった。酒の味を知り、陶酔の心地良さを知り、酒の力の偉大さを感じ、徐々に徐々に私はアルコールの虜になっていった。そして、自分が酒を飲むことに一種の恐しさを感じ、酒を止めようと考えた時は、すでに遅かつ

た。自分の力ではどうしようもなく、酒を止める勇氣も決断も非常に弱いものになってしまっていたのである。酒を止めなくては駄目だ、と何百回心に唱えたことか。口にだしてそれを実行しようとするのだが、その都度無駄な努力に終ってしまった。そのために私の精神と身体は目茶目茶に蝕ばまれ、精神病院にたどり着いた時は、すでに死の一步手前までになっていた。

私は自分をこの上ない不幸な男だと嘆き悲しんだが、世間の人達は、自分から招いた不幸としてだれ一人私に同情してくれなかった。飲んでいる当人はどうなっても仕方がないが、奥さんや子供達が可哀想で見えられない。このような台詞せうごはこれまでにどれほど聞かされてきたかわからない。しかし、事実はまったくその通りで、なんの罪もない妻子や親にまでその不幸の波紋は広がった。それこそ地獄のような苦しみの生活の中に、それらの人達をズルズルと巻き込んでしまったのである。アル中者自身は自分が苦しくなれば酒の力を借りて一時的にでも苦しさから逃れられるが、素面の家族達には逃げる所も解決策もなく、どうしたらよいか途方に暮れた毎日であったと思う。

よく麻薬中毒の患者は、薬が切れた時におきる禁断症状の苦しさは死にもまさるという。アルコールでも私のように中毒者になってしまうと、酒がきれた時の苦しさは、麻薬の場合とまったく同じである。そしてそのような状態の時、脳裏に浮かんてくるのは、常人にはとても想像もつかない恐ろしい、破廉恥きわまりないものであった。無銭飲食、盗み、嘘、果ては酒の

ためなら殺人さえも犯しかねないほど恐ろしいものである。しかも、アルコールで麻痺している脳では、それらの狂った考えを制御する力がなく、ついにはとりかえしのつかないような大事にまでいたってしまうことが幾度となくあった。

真夏の出来事

それは真夏のうだるような暑い日の午後だった。私はポケットに一銭の金も持たずに街の中をうろつき歩いていた。すでに十日以上も会社を休み、家にも二、三日帰らず、いつ夜が明けたのか、いつ暗くなったのかもはっきりわからぬほど、昼夜を問わず酒を飲み続けていた。そのため酒焼けと日焼けと油汗で顔はドス赤黒くただれ、すれちがう人達もふりかえるほど異様な風体になっていた。金目のものはすべて質屋にいて飲みつくしてしまい、この上は金をひろうか、無銭飲食をやるか、他には方法がなくなっていた。数時間前から酒が切れているせいか、何日も歩きまわっているためか、身体はクタクタに疲れ、立っているのがやっとという状態になっていた。足の方から徐々にきた小きざみの震えはやがて全身の震えに変わり、禁断症状を呈してきた。

酒を飲みたい欲求が震えに変わり、強力に私を襲う。黄色くにぐった目は、どこかに一円玉でも五円玉でも落ちていないかと地面の上をはいずりまわっていた。交番に立寄って金を借り

ようとしたが、一見してアル中とわかる風体のためか、まるで相手にしてくれなかった。前後の見境をなくした私は、バス停に一人であっていた年配の女性に近づき、思いきって百円貸してくれと頼んでしまった。驚いたその女性は、しばらく私の顔をみつめていたが、やがて蔑むような目つきで、震えながら差しだす私の手に黙って百円玉一個をのせてくれたのである。その時、自分がたったいまやってしまった人間として最低ともいえる行為を恥じる心より、一杯の酒が飲める喜びの方が強かった。

私はその日、数回にわたって恥ずべき行為を繰り返してしまった。ある人は同情の目をもって恵んでくれ、ある人はあからさまに人間の屑と私を罵った。すでに人間的プライドをかなり捨てた私は、それらの人達が私に示した言葉や態度に怒りも悔しさも感じないほど、無応な男になりさがっていた。

私と同じ中毒者である友人は、「この金がなければ病気の娘の生命が助からないとわかっていても、酒がきれたときその金で飲んでしまふだろう。そうなるのが恐ろしいから酒を止めたのだ」と語っていた。当時の私には、なくてはならない絶対的なものだったのである。

新婚生活もメチャクチャに

先天的なものか、あるいは特訓によってそうなったのか自分でもわからないが、私の酒は初

めて口にした時からわずか一年位の間にめきめきと酒量を上げ、飲み友達の間でもいつのまにか酒豪と呼ばれるようになっていた。酒を飲み、歌い、笑い、論じあうことがこの世で最高の喜びと考え、二十歳の頃には赤堤灯にいりびたるようになっていた。当時、私は父のもとで家業を手伝っていた。仕事は常に忙しく、毎晩残業の連続で、仕事を終えてホッとする頃はいつも銭湯も終りに近い時間だった。二十歳といえば、友達が海へ山へ遊びに出かける年頃だった。私は仕事のため休みがとれず、彼らと行動を共にすることが不可能だった。私は夜更けの街で、憂さを晴らすことを覚えていった。

しかし、それが原因でアルコール中毒になったとは今でも思っていない。なぜなら、その当時、私と同じような歳で、同じような環境で、同じように酒を飲み歩いていた友達が幾人かいたからである。その中でアルコール中毒になってしまったのは私一人だけだった。体質的なものか性格的なものか、あるいはその両面の極端な部分が彼らと異っていたのか、とにかく私一人だけが確実にアル中の道をたどってしまったのである。

普通の人だったら、酒を飲み始めてから三、四年で酒を止めようなんていう気持をおこすわけがないのだが、私の場合は、二十四歳の頃、すでに自分の酒に疑問をいだき、三か月ほどだったが禁酒をしたことがあった。年齢的にも潔癖性が残っていたのか、酒を飲んだ翌日はいつも後悔し、激しい自己嫌悪におちいることが常だった。酒の上での女性関係なども加わり、両