

誰がための断酒

B 氏（アルコール依存症）

私が常飲するようになったのは、17 歳の頃、オンラインゲームの間により幸福感を得るために夜中にこっそりと父のお酒を飲むようになりました。

就職後は毎日晚酌にビールを 350ml で 2～3 本、週末には友人と飲み明かすという生活を続けていました。

24 歳の頃、健康診断で肝機能に問題が見つかり、1 年間週末以外の禁酒をしました。

翌年の健康診断では正常に戻った事で安心し、連続飲酒の生活に戻りました。

27 歳になる頃、過酷な仕事によって寝酒が深刻化し、お酒なしには眠れなくなり酒量も増加し、仕事にも支障が出たため、1 度目の入院をしました。

退院後は別の職場で、自分の回復を信じ、退院までの生活を支えてくれた会社の方々へ恩返しのつもりで断酒をしながら仕事に取り組んでいましたが、1 年ほどたった頃、「飲みに行きたいなあ」という同僚の毎日のつぶやきや、忘年会等、我慢を続けた後、年末の帰郷が切っ掛けで再飲酒をしまい、そのまま以前の様な飲み方に戻ってしまい、遂には無断欠勤をしたことで、これ以上の迷惑はかけられないと辞職しました。

退職後は実家に帰り、現在の病院へ通院しながら、4 年ほど飲酒生活を続けましたが、そこで家族の堪忍袋の緒も切れ、二度目の入院をすることになりました。

退院してから半年ほどの間、デイケアに通いながら自分を助けようとしてくれた人たちへの恩返しのつもりで断酒を試みましたが、年末に我慢ができずにお酒に手を出してしまいます。

それから 1 か月程、飲酒生活を続けていましたが、その間にもデイケアからの説得もあり、何とかデイケアに顔を出したものの好んでいたプログラムにも取組めずに横になっていることしかできなかった時に、物理的な財産も仕事も何かをする為の力も気力も何もかもを取りこぼし、お酒には完膚なきまでに叩きのめされたと感じました。

また、いつの間にか本来の目的である社会復帰のための手段であったはずのデイケア通所が、目的にすり替わっていたことにも気づきました。

誰かのためではなく、まず自分のために酒をやめなければ何もできない、自分自身すらもどうにもできていないのに他人への恩返しや償いなどどうしてできようかと思い、まずは断酒し自分を救ってから、今までの全てへの恩返しをやっと始められるのだと思いきり至りました。