

# SSKO

Drug Addiction Rehabilitation Center

## DARC

# Grow up!!

三木ダルク

ニュースレター 第47号(2007, 2, 10)

## 感謝ということ

栃木 DARC 代表 栗坪千明

施設で使っている9の指針の中に「感謝」という項目があります。今回はこの感謝について私なりの考えを一つ書きます。

DARCに来る仲間たちは、初めてやって来たときにはいろんな姿でやってきます。とても元気良くやってくる仲間（まだ効いているのでは？）、もう立てないほど弱っていたり、妄想で諜報機関に追われていたり肩に発信機が埋め込まれていたりする仲間、止める意思なんてまるでない仲間、こんな人たちを私は今まで何人見てきたのでしょうか？

栃木に来てからは約120人です。その前は見当もつきません。いつも私は誰かが入寮してくるときにはとてもいやでした。ギンギンに効いているかも知れないし、酔いつぶれて何を言っているのか分からないかもしれないし、下手をすれば暴れだすかも知れません。しかし、いつも不思議なことに皆一様に神妙な態度で

やってきます。ですが何度繰り返されても、新しい記憶に慣れる

ことが出来ませんでした。何年か過ぎて自分は人が怖いのだ

ということに気づきました。では人の何が怖いのかと

いうことになります。現実的にはほとんどの仲間は見た

目や言っていることは多少違うけれどおとなしく神

妙です。でも来たときになんか問題起こされたらいやだ

など思うしまうのは、私の頭の中には自分が一番ひど

かったころの記憶がよみがえるのでしょうか。ということ

は狂った自分が怖いのではないのでしょうか。でもよくよく考





えてみるとクスリを使い、狂ったことをしていながらも、ちゃんと正気はあったと思います。理由なく暴れたり、人を傷つけたりするアディクトはいません。

自分のことを思い出すのなら、自分がDARCにやって来たときのことを思い出すべきだったのです。このことに思い当たったのは、残念ながら私の場合クリーンが5年ほど経過し、スタッフとして仕事をしていたころでした。そんなこともクリアできずにスタッフをやっていたのかと思われてしまうでしょうが、今になって白状すればそういうことなのです。表面的には「よく来たね」と言っている、内心ではそうでなかったら、来た人にとっても失礼だし、気持ちも伝わっていやな思いをするでしょう。

では自分が初めに来たときのことを忘れていたという事実はどうなのか？ということなのですが、これは間違いなく自分の高慢さから来るところではないかと思えます。施設に来てクスリへの強い欲求から開放され、人間関係もある程度構築されると、自分がひどかったことなど忘れ、自分は初めから回復者だったように振舞いたくなります。でも、そうではありません。先行く仲間の手助けがあり、回復したのです。

そのことに気づいてからは、新しい仲間が私にとってとても大切な存在になりました。何しろ新しく来た仲間は、言い方は悪いのですが、過去の自分を見せてくれる魔法の鏡だからです。そのことにより、希望が与えられ、愛情が湧き、そう考えると、この席に座っていることが自分にとって感謝しなければならぬことなのだと思います。

今はなきロイさんの言っていた「新しく来た仲間はハイパーパワーだ」と言っていたことも存命のころには、よく理解できませんでしたが、今は少し分かるような気がします。

毎日の施設生活で、いつも感謝をし続けることは正直なところ私には出来ませんが、この考え方をすることと、今の私はとても楽に生きています。

Thank you

ビギナー家族教室

テーマ「薬物依存症と突き放し」

毎週土曜日 予約制

時間 13時30分～15時30分

場所 宇都宮 OP

参加費 1家族2000円

連絡先 028-650-5582

## 成長？

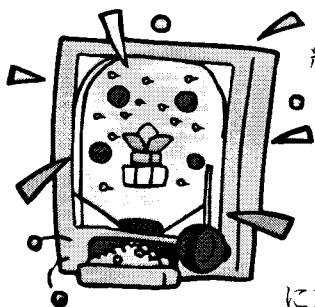
### 依存症のテル

僕が栃木ダルクにきて早2年になります。ニュースレターを書くのも2回目なので今回はダルク生活を振り返って書こうと思います。最初の頃の自分は親のために来たんだと言う気持ちが中々離れられなくて、とてもとてもプログラムに入るなんてことは出来ませんでした。施設のやり方に批判したり、仲間に対しても批判を試みたり、先行く仲間に対しては俺より先にただ潰れただけじゃねーかだとか、こんなところに1年以上もいる奴は頭の可笑しい奴だと思って馬鹿にしてみました。今では僕もそんな一人ですけど・・・。

そんな中ダルク生活が始まるわけですけど、毎朝一日800円の生活費をもらうのに大の大人が行列に並んでもらうのですが、これには情けないやらなんとも言えない気持ちになりました。でも今まで金の使い方とか金銭感覚の麻痺した僕には金のありがたみをととても痛感しましたねえ^^。次に問題だったのが、料理なんですけど今まで卵焼き程度しか作った事の無い僕には苦痛でしかたが無かったです。でも作れないなりにみんなに迷惑のかからないように朝一番に起きて頑張っていました？まあそれなりに料理も出来る様になり、徐々にダルク生活にも慣れてきました。僕が一番辛かったのは、仲間への捕われと、暇な時間の潰し方でした。とにかく自分の事が出来ない人への暴言や攻撃がひどいもので、朝きちんと起きてこない人に対して大量の水を引っかけたり起こしたり、自分の事より他人の事ばかり気にして自分と向き合うことから逃げながら、ただクリーンだけが延びていきました。

そんな中4～5カ月が過ぎた頃にサポートという役割をもらい毎日皆の飯の食材を買いに行ったりするんですが、この役割はとても自分のためになりましたねえ^^。賞味期限を気にしたり、人数分の材料を考えたり、毎日の献立を考えたり、母ちゃんって大変だったんだなあって思いながらやってました。僕も自身も大変だったけど暇が潰れてそれなりに楽しかったですね。僕は最初から9ヶ月





経ったら施設を出ようと思いながら生活していたんですが、7ヶ月頃に些細な事でスタッフともめて施設を飛び出してしまいました。家には帰れないっていうのは分かっていたので、その日のうちに仕事を見つけて働ける準備を整えたんですが、一応親に施設を出た事をきちんと話してから働こうと思ったので次の日に親と会って話をしました。色々話をした結果その日のうちに施設に戻りました。たった一日の外泊でしたが、一度施設を出たので役割を総て手放し、また一からのスタートでした。最初は一からで辛かったけど直ぐに開き直りました。施設を出てから6ヶ月を過ぎた頃にスタッフ研修の話があったんですが、それと同時にクリーンが同じ位の仲間3人はバイトプログラムで宇都宮 OP に移動で僕だけがなんで研修なんだって気持ちになり断りました。断ればすぐに宇都宮に行けると思っていたんですが行けませんでした。研修を断ってから3ヶ月が過ぎ念願の宇都宮行きの話が来ました。隣の芝は青く見えるって言いますけど行ってみれば全然青くなかったというのが現実でした。直ぐにバイト出来る訳でもなく、皆クリーンが長いし落ち着いているから刺激が無いというか、とてもつまらない毎日でした。

そんな中、ギャンブルという病気が全快に出てしまい、生活費を貰ってはパチンコに行く毎日でした。宇都宮での生活が1ヶ月過ぎた頃、代表から那須で研修をやってみないかと言われ、少し考えさせて下さいって言いました。その話をされてからパチンコに行くのを1ヶ月辞めました。そして自分から那須に戻りますって返事をしました。今では研修に入って7ヶ月が過ぎようとしています。仲間からの相談や、勉強させられる事の毎日です。仲間からテルさんって変わりましたよねって言われた時は嬉しかったですね^^。パソコンをいじれなかった僕でも、この文章ぐらいは自分で打てるようになりました。最後に選択肢は一つじゃない、二つのものを見分ける賢さを身に着けるんだって自分にいつも言い聞かせています。そしてダルクは頑張っちゃいけないところって、よく言うので程々にをモットーに気楽にやっ行って行こうって心掛けています。 おしまい。



2月予定表

- 23日 厚生労働省 TC 見学  
24日 宇都宮市非行防止講演会  
25日 宇都宮家族会

1/1～1/31 献金を下さった方々

那須町クリスマスチャリティコンサート実行委員会様、カトリック那須教会様  
天満屋剛様、白河花里倶楽部様、古河カトリック教会様  
清重知子様、酒井良吉様、カトリック大間々教会様  
森嶋恵美子様、堂場加奈子様

匿名6名様

1/1～1/31 献品を下さった方々

水井清次様、井上勝利様、聖血礼拝修道院様、森裕様  
伊藤設備工業様、白河教会様、

匿名3名様

発行所

郵便番号一五七―〇〇七三  
東京都世田谷区砧六―二六―二一  
特定非営利活動法人障害者団体定期刊行物協会

定価100円

編集

栃木DARC

宇都宮OP

那須TC

〒320-0014

〒329-3225

栃木県宇都宮市大曾 2-2-14

栃木県那須郡那須町豊原丙 3227-2

形松ビル 3F

TEL 028-650-5582 FAX 650-5597 TEL 0287-77-7157 FAX 77-7158

ホームページアドレス <http://www.t-darc.com>

Eメール: [nesm@t-darc.com](mailto:nesm@t-darc.com)

発送作業簡略化の為、振込み用紙は全員に同封させていただいております。  
ご理解の程よろしくお願いたします