

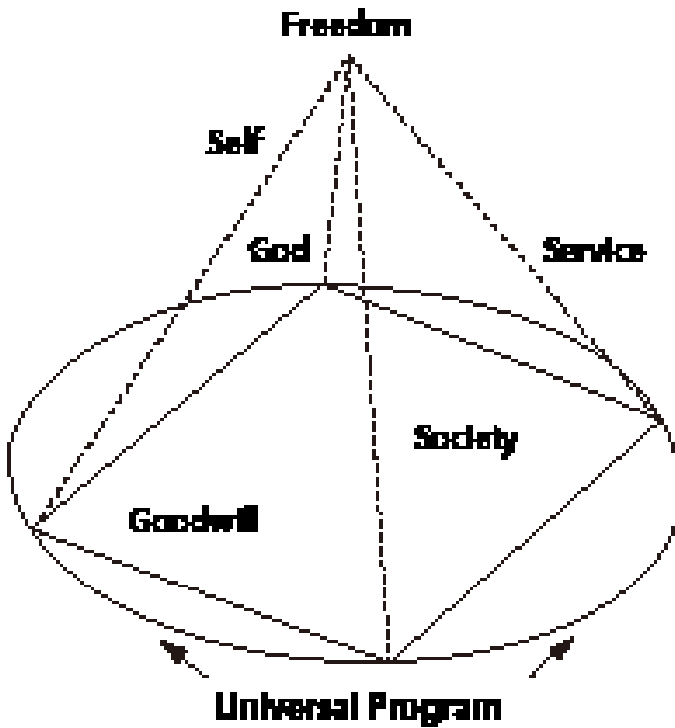


Narcotics Anonymous®



ナルコティクスアノニマス

関西エリア ニュースレター Vol. 1 5



ナルコティクスアノニマスのプログラムとは

NAは薬物が深刻な問題となった者たちの非営利的な集まり、いわゆる会である。私たちは回復の道を歩むアディクトであり、定期的集まってお互いがクリーンでいられるよう手助けし合っている。このプログラムは、あらゆる薬物から完全に離れるというものだ。メンバーになる条件はただ一つ、それは薬物の使用をやめたいという願望があるかどうかだ。ぜひあなたも、心を開き、ここでチャンスをつかんでいただきたい。NAのプログラムは、たいへんシンプルに書かれた一連の原理で、私たちは日々の生活のなかでそれに従って生きている。この原理が何よりも重要なのは、実際に効果があるからだ。

NAはどこからも拘束を受けていないし、どのような団体とも提携していない。入会金も会費もない。宣誓書に署名する必要もなければ、だれかに誓約する必要もない。政治や宗教や司法関係の団体との関係もいっさいなく、何があってもどこかの監察下に置かれることはない。年齢、人種、性的アイデンティティ、信条、宗教の有無などまったく問われずに参加できる。

あなたが何をどのぐらい使ったのか、どこから入手したのか、過去にどういうことをしたのか、金持ちか否かなどということに私たちは興味を持たない。私たちに関心があるのは、あなたが、いま抱えている問題をどうしたいと思っているのか、私たちはそれをどうやって手助けできるのかということだけだ。ミーティングでいちばん大切な人は新しくやってきた仲間だ。なぜなら、私たちがいま手にすることのできた回復は、それを次の人に与えていかないと、保ち続けることができないからだ。私たちはグループの経験から次のことを学んだ。NAのミーティングにきちんと通い続けていればクリーンでいられるということ。

今日だけ

あなた自身に言い聞かせよう。

今日だけ、自分の回復について真剣に考え、
薬物抜き的人生をあじわおう。

今日だけ、私を信じ、私の回復を手助けしてく
れる NA の仲間を信頼しよう。

今日だけ、プログラムに従い、ベストを尽くそう。

今日だけ、NA を通して、明るい人生が持てるよ
う努力しよう。

今日だけ、恐れないようにしよう。薬物を使っ
ていない、新しい生き方を見つけた
仲間を大切にしよう。この方法に従
うかぎり恐れるものは何もないのだ。

12のステップ

1. 私たちは、アディクションに対して無力であり、生きていくことがどうにもならなくなったことを認めた。
2. 私たちは、自分より偉大な力が、私たちを正気に戻してくれると信じるようになった。
3. 私たちは、私たちの意志といのちを、自分で理解している神の配慮にゆだねる決心をした。
4. 私たちは、探し求め、恐れることなく、モラルの棚卸表を作った。
5. 私たちは、神に対し、自分自身に対し、もう一人の人間に対し、自分の誤りの正確な本質を認めた。
6. 私たちは、これらの性格上の欠点をすべて取り除くことを、神にゆだねる心の準備が完全に出来た。
7. 私たちは、自分の短所を取り除いてください、と謙虚に神に求めた。
8. 私たちは、私たちが傷つけたすべての人のリストを作り、そのすべての人たちに埋め合わせをする気持ちになった。
9. 私たちは、その人たち、または他の人々を傷つけないかぎり、機会あるたびに直接埋め合わせをした。
10. 私たちは、自分の生き方の棚卸を実行し続け、誤ったときはただちに認めた。
11. 私たちは、自分で理解している神との意識的触れ合いを深めるために、私たちに向けられた神の意志を知り、それだけを行く力を、祈りと黙想によって求めた。
12. これらのステップを経た結果、スピリチュアルに目覚め、この話をアディクトに伝え、また自分のあらゆることに、この原理を実践するように努力した。

12の伝統

1. 第一にすべきは全体の福利である。個人の回復はNAの一体性にかかっている。
2. 私たちのグループの目的のための最終的権威はただ一つ、グループの良心の中に現れる、愛なる神である。私たちのリーダーは奉仕を任された僕にすぎず、彼らは決して支配しない。
3. メンバーであるために要求される唯一のことは、使うことをやめたいという願望だけである。
4. 各グループは自律的でなければならない。ただし、他のグループまたはNA全体に影響をおよぼす事柄においてはこの限りではない。
5. 各グループの主要目的はただ一つ、まだ苦しんでいるアディクトにメッセージを運ぶことである。
6. NAグループはいかなる関係ある施設にも、外部の組織に対しても、支持や融資をしたりNAの名前を貸したりしてはならない。金銭や所有権や名声の問題が、私たちを主要目的からそれさせる恐れがあるからである。
7. すべてのNAグループは、外部からの寄付を辞退して完全に自立しなければならない。
8. ナルコティクスアノニマスはどこまでも非職業的でなければならない。しかし、サービスセンターのようなところでは専従の職員をおくことができる。
9. NAそのものは決して組織化されてはならない。しかし、サービスの機関またはコミティをつくることができる。これらの機関は、グループやメンバーからの付託に直接応えるものである。
10. ナルコティクスアノニマスは外部の問題には意見を持たない。したがって、NAの名は公の論争で引き合いに出されるべきではない。
11. 私たちの広報活動は宣伝により促進することよりも、引き付ける魅力に基づく。活字、電波、映像の分野で、私たちはいつも個人名を伏せる必要がある。
12. 無名であることは、私たちの伝統全体のスピリチュアルな基礎である。それは、各個人よりもNAの原理が優先すべきことを、いつも私たちに思い起こさせるものである。

イトキンのストーリー

NAへの思いの変化

薬物依存症のイトキンです。僕は睡眠薬と安定剤の依存症です。

3交代の仕事に出かける前の仮眠をとるため、2002年から使用していました。処方どおりに服用できなくなってきたのが2005年ごろです。仕事やプライベートで辛いことや嫌なことがあったとき、いつもの1錠を2錠に増やしたことがあります。気分が楽になり、睡眠薬の種類によってはフワフワと気分が高揚し、楽しめました。いわゆるシンナー遊びならぬ、眠剤遊びです。お酒が飲めないこともあってか、そういう“ハメを外している”ような感覚が楽しかったです。

2006年の時点で使用量は徐々に増え、1日10錠くらい。仕事前にも飲みだしましたから、健忘、遅刻などが目立ち始め、仕事での事故が怖くなり退職しました。これで時間を気にせず使えると思い、嬉しかったです。

使用量はうなぎ登りに増え、内科の掛け持ちは7件。ほどなくしてそれを心配した両親にNAへ連れて行かれました。ヨレヨレでしたが自分としては、止めているとは言え非合法薬物使用歴のある人達も集まるNAには行きたくなかったです。「自分よりも病気がひどい人達だから、自分が通うようなレベルの場所ではない」と思いました。「自分に合っていない」と思いました。あと一つには、「ちゃんと治療をする」ということは「本気で睡眠薬を止めていかなければならない」ということですから、それは嫌でした。

さらに依存症が悪化した2008年には、(親や友人の手前もあり)10ヶ月ほどリハビリ施設に入寮してNAにも通いましたが、睡眠薬を止め続けることに疑問というか、未練というか、身体が求めるものといいますが、とにかく使いたくて施設を辞めました。

両親も最初こそ受け入れてくれましたが、僕の依存症が全く良くなってないと見るや実家を追い出されました。しかしそれは僕にとっては、願ったり叶った

りでした。当時そんな自分の感情に自分自身、気づいていたのかどうかわかりませんが、もっと自分の心の奥深い所で薬を求め、自分のやりたいようにやるよう潜在意識で進む道を選んでいたのでと思います。

独り、狭く暗い部屋を借り、また3交代をし、50軒の内科を多重受診し、最終的には1日100錠、年間3万錠の睡眠薬を使いました。そんな生活を1年半。命に関わる事故が始まりました。50kgまで痩せて肺炎になりました。自転車で車にひかれて鎖骨を折りました。エスカレーターから落ちました。自転車でブラックアウトして歯を折り、唇も17針縫いました。頭も縫いました。そして精神病院に入院しました。

その間、自分では薬の量を減らそうとか、いろいろしていましたが、離脱症状も激しくてとてもじゃないけど止められませんでした。

お世辞にもなんとかなるとは言えない悲惨な状況の中、音信を絶っていた両親が面会に来て、施設とNAに行きなさいと言いました。もう僕には打つ手などありません。自分の中の自分にたずねてみても「このままでは死ぬ」ということでした。今のままではそれが現実となって押し寄せて来るのは明らかでした。自分にはこの流れはどうしようもないということです。

出来ることはひとつ。自分の意志の及ばない他の力、他人の力を借りて、この自分の人生を一旦ゆだねてみるということでした。一度否定して離れたナルコティクス・アノニマスでしたが、そこで薬物を止めている人達は、僕を受け入れてくれました。きっとみんな同じような自分の中の手放せない苦しみや葛藤を経験して、ここにたどり着いた人達なんだと思いました。

2012年8月現在、丸2年、睡眠薬や安定剤を使わずに生活しています。今月からはリハビリ施設の利用を終了して、1人で新しい生活を始めています。依存症を背負っているという思いは、今のところまだ僕の中からは消えないようです。だから、毎日ではありませんがNAには通っています。

これから自分が生活していくにおいて、薬物依存症が再発すれば、生活のすべてはまた破綻すると思っています。言わばパソコンのOS（基本ソフト）の部分ですよね。だからここばかりは、定期的にメンテナンスしていくつもりです。でも自分ではなかなかどこが悪くなっているのか、本当わかりにくいんです。自分は今、良心的だろうか？ 利己的になっていないだろうか？ 現実に対して謙虚であろうか？ どうなりたいと思っているのか？…。

いつも考えているわけではないけれど、ふと気を許すと自分という人間はどんどん低きに流れていくというのは、なんとなくわかります。だからやっぱり気づかせてもらうことって必要だと思います。

どうやって？

NAの仲間の中で。



ヤスのストーリー

こんにちは、アディクトの「ヤス」です!

僕が初めてNAに参加したのは、今から約9年前になります。

薬が止まらず、荒れた生活を送っていた自分を見るに見かねて、あるNAの仲間に連絡を両親が取ってくれたのがきっかけでした。

僕の当時の年齢は25歳…初めてNAに行ってみると、その会場にいた仲間は皆、僕と握手とハグをしてくれました。

右も左も分からない状態で、オロオロしていた僕に、「ここに座りなよ」と声をかけてくれた仲間がいたのですが、まだまだ薬を覚えたばかりの自分は止める気持ちなど全くと言っていい程なく、その仲間に薬の良さとか、化学式をひたすら力説していました。

そんな自分の話を「そうなんだね!」と何も言わず、最初から最後まで聞いてくれて、「また明日もおいでよ」と言ってくれました。

ですが、執行猶予中の身だった自分は、覚せい剤使用、所持の罪で逮捕、勾留されてしまいました。

3年近くの服役を終えてNAに再び参加した時には、仲間のみんなに「おかえり、ご苦労さん」と迎えて頂いて「こんな自分がNAに再び行っても相手にしてくれる仲間なんていないんじゃない??」と不安でいっぱいだった僕を不安感から安心感に気持ちを変えてくれました。

ここから毎日のようにNAに参加するようになったのですが、まだまだ僕は薬が止まらず服役前のような生活を送りながら苦しんでいました。

周囲の仲間は順調にクリーントイムを延ばしているのに、自分は3ヶ月のクリーントイムがなかなか作れず、やがて「僕にはNAミーティングは効果がないんだ…行ったって無駄だ!!」と勝手に思いつめてNAを辞めようとしたのを覚えています。

そんな僕の心を見透かしたかのように、ある仲間が「これからもNAに参加してや…回復の度合いは皆違うし、お互いまちまち、焦らずにやろう!!」と、声を掛けてくれました。

本当に仲間の思いやりを感じて…嬉しかったあ～(*°▽°*)!!

数年間NAに参加して来て言えることは、今までの生き方を新しい生き方に変える以外に薬を止めつつける方法はないということ…

意地っ張りで他人の言うことは全く聞かない…

いつも不正直で心をなかなか開けない…

簡単なようで難しく、「辛くて、辛くて」…その一言が仲間になえず、生きづらさをずっと抱えたまま、正直にもなれなかった。

絶望感でいっぱいだった自分に「希望」を与えてくれたのもNAであり、その仲間でした。

NAにつながつて、すぐに回復して行く仲間も居れば、自分みたいに9年近くの年月を掛けて、気付きを与えられ、回復に向かう仲間もいます。

何度失敗しても生きて居れば、必ずやり直せるって思えるようになったのもNAやその仲間のお蔭です。

親戚も離れて行って、最後には両親や兄妹にも見離されてから、常に自分の側にいてくれたのは仲間、そのおかげで現在の自分にまで回復、成長できたことに感謝しています。

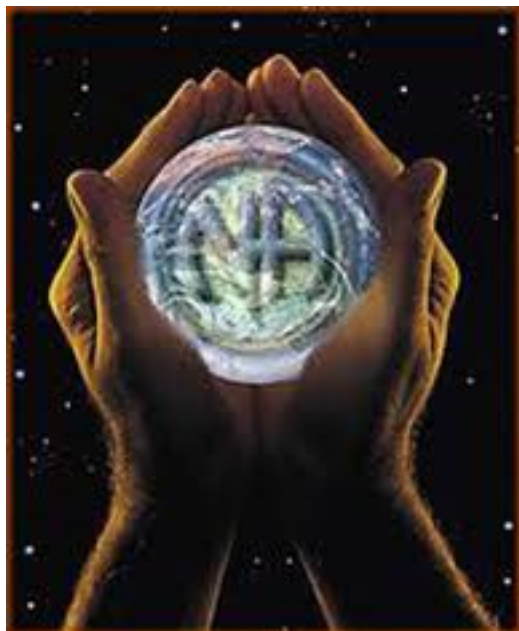
NAの仲間は決して仲間を見捨てたりはしません…

もしも、薬が止めたくても止められなくて苦しんでいる人がいたら、一度 NA に参加してみませんか??

必ず現在、抱えている生きづらさ…「孤独感、疎外感、苦しみ、絶望感」は和らいでいきますし、きっと自分の居場所が見つかります。

これを読んでくれた人が、一人でも多く NA で仲間として会える日を楽しみに待っています。

NA に参加して、僕たちと一緒に回復と成長を楽しみながら、人生をやり直してみませんか?



和也のストーリー

依存症の和也です。

僕が薬を覚えたのは、今から20年前位になります。初めて使ったのはシンナーです。友達から教わりました。近所の人吸っていたので興味はありました。吸ったら頭がボーッと記憶がトブときもありました。気が付けば中毒になり家にも帰らず、板金屋に盗みに行く様になりました。警察にも10回程度補導されて、保護観察になりました。そんな時、元嫁と知り合い自然に止まりました。20歳の時、デキちゃった結婚をしました。楽しみにしていた子供が生まれて家族皆で喜んでいましたが、僕は気づきました。泣き声がおかしい、顔がおかしい事を。すぐに大学病院に運ばれました。病名はメビウス症候群という病気でした。顔の神経が麻痺していて、まばたきは出来ないし笑う顔も見られなくなりました。あと自閉症もあります。シンナーを吸い過ぎて出来た子供です。凄く自分を責めました。

そんな時、友達の家に行ったらイイものがあると言って、目の前にしたのが覚醒剤でした。別に1回くらいいいかと思って、アルミホイルの上に覚醒剤をのせてストローで吸うアプリでした。初めはただ眠れないだけでした。でも次第に1回じゃ止められなくなり、2日に一回程度するようになりました。使ったら悩みも消え頭がスッキリして、僕にはモツテコイの薬でした。使い出して5年後くらいで幻聴、妄想が始まりました。家族がおかしいと思い、元嫁と母親に精神病院に連れて行かれました。先生に全部話して、処方も出してもらって飲み続けていましたが、幻聴妄想はきれいにとはれませんでした。それでも使い続けて1回目の逮捕になりました。



た。捕まるのは分かっていたんで、薬を11ヶ月止めていました。

警察には正直に話して不起訴で出て来ることができました。留置所に入っていて、もうこんな所は来る所ではないと思って帰りました。元嫁、母親、父親の前で2度と約束しました。でもその言葉は1ヶ月も持ちませんでした。売人に電話をしてまた使うようになりました。お金のためにサラ金にも行きお金お借りまくって、またおかしくなり、薬を使っているところを嫁に見られて、離婚しました。障害を持っている子供の親権は僕が取り、責任を取りました。子供は寄宿に入って、毎週金曜日に帰り、土日は僕が見ていました。

その頃からまた薬は毎日になり量も増え、クスリ漬けになりました。そして今から一年前にヤクザに殺されると思い、大きい病院の精神科に行きました。そこで某施設があることを教えてもらい、薬物依存症で一人では止められないことを知りました。2週間だけ解毒入院して、病院からついでに、某施設に行くことを知りました。朝昼はミーティングをして夜にはNAに行くことを知りました。施設を6時頃に出て7時からNAが始まりました。初めての印象はこの多い集まりはなんだって思いました。またヤクザ見たいな人ばかりだと思っていたんで安心しました。

でも、NAによろこそと言われ、ハグしてくれて皆拍手で迎えてくれました。最初は緊張していたけど、だんだん楽になり僕もよろしくお願ひしますと言いました。

色々な人たちの体験談など話を聞きました。今では僕は1週間休まずにNAに行っています。自然に薬も止まって、グリーン一年をもうすぐ迎えるところです。仲間も増えました。グループにも入り今は充実しています。

これからも、グリーンで頑張ろうと思います。

アキラのストーリー

薬物依存症のアキラです。私は現在43歳でパートタイマーの調理師として自宅近くの工場内従業員食堂で働いています。

NAに初めて参加したのは約4年前です。覚せい剤と大麻で3度目の逮捕、保釈中のことでした。1度目はまだ私が大学生だった頃、2度目は飲食店で働いていた29歳の時でした。1度目の時は勿論、2度目の逮捕の後もやめれると思っていましたし、もう二度と使うことはないと思っていました。しかしその3年後には覚せい剤さえ使わなければ問題なくやっていけると思い、大麻やハッシシを吸うようになりました。

転職し、収入も増え、結婚し、息子にも恵まれましたが、私の自分本位な行動や考え方、また自宅に隠し持っていた大麻を家内に見つかってしまった事などで、愛想をつかさされ、またその当時どれだけ稼げるかが男である自分の価値のすべてだと思っていた私には家内の「仕事を変えるか、家族を取るかどちらかにしてください」との言葉に半年近く説得や抵抗したのですが、家内の決心は強く、結局家族を捨て仕事を選びひとりになりました。

半年ほどは月に一度息子に会えることを楽しみに何とかやっていたのですが、さみしさや、家族がいたことで頑張っていたハードな仕事の価値が見出せなくなり、一体自分は何のためにこんなに自分を犠牲にし身を削りながら働いているのだろうと疲労だけが蓄積され、私が取った行動は11年ぶりに覚せい剤を使うことでした。

その後わずか1ヵ月半で捕まりました。家族を失い、その大切な家族を捨ててまで選んだ仕事も失い、周りの人たち、親や兄弟、仕事仲間からの信頼も失い、自分はこれからひとりで生きていかなければいけない。あれほどやめようと思っていた薬でまた留置所にいるということは、このさき私がどれほどやめようと思ってもやめることはできない。私を待っているのは刑務所を出たり入ったりの自分が望んでいたものとはまったく違う人生になるのかと、大阪の縁もゆかりもない土地の留置所のなかで一人絶望を感じていました。

その後、担当していただいた弁護士さんから薬物リハビリ施設があることを聞き、何とかそこにすがるしかもう私には手段がないと感じ、施設を訪れ、その後施設の勧めでNAに参加するようになりました。

使い始めを除き、約20年間ひとりで使ってきました。周りの人たちにばれないうようにこっそりと、常に人目を気にしびくびくしながら、しかしやめられずにいた私にとって、この20年間のことをカミングアウトできる、そのうえ良いも悪いも「自分もそうだった」と言ってわかってくれる人たちがいたことは「こんな自分のことなんて分かってもらえるはずがない」と思っていた私にとっては、皆さんが想像する以上に勇気づけられ、またそこにいる人たちが、とても柔和で明るく魅力ある人たちだったということにも希望を感じ、私もやめ続けいつかこの人たちのように魅力ある人間になりたいと思うようになりました。しかし当初裁判を控えながらの日々でしたので、会場へ行く目的は出席証明をもらい、何とか判決に結び付けばという思いでした。その上、周りを見渡すと、のんびりと楽しそうに（その時の私にはそう映った）談笑している人たちを見ていると、「つらい思いをしているのは私だけだ、みんなと私は違う」とひとり疎外感を感じることもありました。しかし、3度目の逮捕時に感じた、あの喪失感や絶望感をもう二度と味わいたくない。その為にはこれに掛けるしかないという思いと、あるときには疎外感を感じていたその輪の中にいるだけでほっとできたという経験もしました。

結局、判決が出るまでの半年間、一日も欠かすことなくNAに通い、施設に通い、病院での尿検査や診察、ボランティア活動など、当時私のできるすべてをやり切り、裁判で自分の思いを吐き出した時、あれほど重くのしかかっていた判決に対する恐怖や不安が消え、結果的には刑務所へ行くことになりましたが、出頭までの日々を仲間と楽しく過ごすことができました。

刑務所での生活は厳しいものでした。頼るもののない隔離されたさみしさ。ここにいることで自分がどんどん取り残されていくような焦り。そういった負の

面とともに、これまで我が我がと走り続けてきた40年をゆっくり振り返り見つめなおす静かな時間となったこと。それにNAでいわれる“ハイパーパワー”(自分より偉大な力)を信じる気持ちを深める大切な時間になったという正の面もありました。ですので刑務所へ行ったことも今では、これからの自分に必要なことだったと感じています。

去年の9月にNAワールドコンベンションに参加しました。NAは世界中にあり、そのサンディエゴの会場にも2万人を超える肌や目の色の違う、話す言葉も様々な世界中の依存症者が集まっていました。街にはWelcome NAのポスターがあらゆるところに貼られ、宿泊した有名なハイグレードホテルの玄関メインホールにはNAフラッグが掲げられていて、街が私たちを歓迎してくれている。そんな感じでした。街はNAメンバーであふれ、いたるところで世界中の仲間がハグしあい、すぐそのレストランへ移動するのもも相当な時間が必要な有様でした。その世界のメンバーたちは心の底からメンバーであることに誇りを持ち、楽しんでいる。そんな人たちに触れ、違法薬物を使い続け、人を裏切り嘘をつき居場所を失い、逮捕され、家族や仕事など大切なものを失ってきた、そんな過去を受け入れることができず、ただ自分は人より劣っているんじゃないかと卑下し恥じていた自分でしたが、そんな過去を経て現在、回復を楽しむ新しい生き方をNAのなかでやっていくことに対する迷いは完全に消え去り、自分の進むべき方向に確信が持てるようになりました。

7月には仙台での日本地区のコンベンションに参加しました。NAにはスポンサーシップといって、NAにやってきて間もない人たちなどを経験や知識をそなえた人たちがサポートしていく、また自分を深く分析し、その中から欠点を取り除き、過去に起こした不始末に対し埋め合わせすることなどによって、回復、成長していくための12個の工程、これを12ステップというのですが、それをスポンサーと一緒に協力してもらいながらやっていくというシステムがあります。以前からスポンサーを探していて、また12ステップワークというものがあること

は知っていたのですが、日々の生活に流されふたつとも前進させることができ
ていませんでした。そんな折、仙台でステップワークのためのテキストが販売さ
れ、会場でステップワークの大切さ、ひとりでは行わず必ずスポンサーと一緒
にやっていくことなどが経験者から話されているのを聞き、強く必要性を感じ、
重かった腰があがりました。仙台から戻りすぐ現在のスポンサーをお願いをし、
一緒にステップワークを手伝ってもらっています。今はステップワークから得られ
るスポンサーとの関係、特に私のために大切な時間と労力を割いてくれること
への感謝、受け入れられている感覚、そして共同作業から生まれる信頼感や
一体感を強く感じています。

今、台風の中 NA の行事に参加するため名古屋に向かっていきます。私はこ
の4年間、さまざまな場所、たくさんの人たちから、いろんなものをこの NA
のなかで頂きました。今ではただ単に薬をやめ続けるだけでなく、自分は人生
をより豊かに、充実したものにするために私自身を変えていく必要があると思っ
ています。私ひとりで私を変えることはできないと考えています。それは、私
の過去が教えてくれます。ですから、これからもいろんな場所を訪れ、たくさ
んのメンバーと分かち合う必要があると考えています。そして何よりもそのこと
が私の一番の楽しみな
のです。有難うござい
ました。



中 (ちゅう) のストーリー

「僕がNAに居続ける訳」

僕がNAに居続ける訳は、いたって単純で、薬物依存性に陥った僕が、もはや自分の力だけでは回復が不可能だということをNAを通してようやく理解出来たからです。

NAに繋がる前の僕は、ずっと長い間独りで悪しき習慣、悪循環から脱け出せず、脱け出す方法も解らず、ただただ問題にぶつかるたびに薬物を使い続けるしか知らなかったのです。やがて問題はどんどん大きくなり増え続け、僕は肉体も精神もボロボロになってしまいました。もう死ぬしかないという手前で医療従事者や施設職員の導きもありNAにたどり着くことが出来ました。

あれから7年が経ち何度もリラプス(再発)を繰り返しましたが、その度に仲間たちや自分以外の力に支えられ励まされて、このたび3回目にはなりませんが1年のクリーンタイムが与えられ、シラフでもいろんな問題を乗り越える方法があることを知りました。

NAに出逢い、仲間に出逢い、プログラムの中に居て時には怒ったり笑ったりしながら、あの頃絶望感や猜疑心でいっぱいだった自分が、少しずつ自由で健康的な選択が可能になってきたように実感してます。

おかげさまで僕は結婚子どもも出来ました。もちろん社会で生きていく上で相変わらず昔の考え方や古い習慣が頭の中を支配することがあります。しかし、もう薬を使う必要はありません。なぜなら僕にはNAの仲間が居てミーティングで自分を包み隠さずオープンに出来る場所があるからです。

現在40歳ですが、何が起ころうともあきらめず、NAの中に居続けてプログラムに取り組み、明日のために「今日だけ」回復と成長が出来ることを信じています。



ドラッグに問題はありますか？

合法、非合法、処方薬など、種類は問いません。

ナルコティクスアノニマスに連絡を。

N a r c o t i c s A n o n y m o u s
(匿名の薬物依存症者たち)

NA J a p a n リージョン

<http://www.najapan.org/>

<http://katy.jp/na-japan/> (携帯サイト)

NA 関西エリア

〒 530-8693 大阪中央郵便局私書箱 409 号

<http://najapan.org/kansai/index.html>

<http://katy.jp/na-kansai/index.html> (携帯サイト)

E-mail na-kansai@ezweb.ne.jp

☎ 080-5703-4121

