

抗毒勇士心路歷程分享

「戒」、「定」、「慧」

頑石點頭

我本身從事接駁車司機的工作，育有 2 女 1 男，母親已高齡 85，家庭生活幸福美滿。當初因為工作的關係結識不少朋友，但，就在一次偶然的機會下，因為朋友的引誘及自身好奇心的驅使下接觸到毒品（安非他命），之後也因毒品案被警方查獲。

在監獄的那段期間，目睹了「成癮」的可怕性，打冷顫、全身發抖、流鼻水等戒斷症狀時時在我眼前上演著，聆聽了每位毒友的用藥心路歷程，深深感覺到毒品害人不淺，不僅傷害自己的身體更傷透家人的心。當下告誡自己要有所警惕，絕不能在毒品界流連並誓言要擺脫毒癮的束縛。

這次出來之後，首先跟家人坦誠所犯下的錯誤，並以自己為借鏡，告誡家中小朋友，爺爺因為亂吃藥不乖才會被關，也獲得家人的支持與諒解，另一方面也避免小朋友誤入歧途。更下定決心要與先前的毒友完全斷絕往來，不讓自己有任何再次接觸藥物的機會，讓自己作息規律，多多接觸大自然不僅可沉澱身心靈，更可以提昇專注力，清楚的知道什麼是該做的什麼是不該做的。母親因為患有老人失智，且無法自行照料日常生活起居，常需家人的陪伴與照顧，因為如此，讓自己沒有閒瑕之餘可以胡思亂想，也可以轉移注意力及目標，遠離毒品所帶來的欣快感，漸漸揮擺毒品的陰霾，重新嶄開新人生新希望。