

AA

日本ニューズレター No.80

## ビッグブック翻訳改訂版完成！

1997年の評議会で、「12のステップと伝統」と「ミーティングハンドブック」の改訂を含め、「ビッグブック」の翻訳改訂の承認をいただいて以来、まる3年をかけて翻訳改訂作業をすすめてきましたが、試行錯誤をくりかえし、このたびやっと改訂版を発行することができました。

改訂版の翻訳については、AAの親しい友人である翻訳の専門家をお願いし、それを基盤に日本語が専門のAAメンバーが推敲を重ねて完成しました。

翻訳の確認や編集の作業を進めるなかでつくづく感じたのは、従来の日本語のビッグブックを翻訳、発行したピーター氏をはじめとする、わが国のAAのオールドタイマーたちが、どれほどの努力をして、このビッグブックの発行までこぎつけたかということです。努力などという一言ではとても言い尽くせないでしょう。なにしろ、AAというものに触れて、まだ日が浅いころに行われた翻訳作業だったのですから。

わが国で12のステップを使った日本語のAAが生まれて25年目。今回の翻訳改訂は、この25年の経験が、あったからこそ理解できるようになった部分がたくさんあったものの、それでもまだまだ理解することがむずかしい原文の表現に何度も立ち止まらなければなりません。それなのに、従来のビッグブックは、日本でAAが生まれてたった4年目に発行されました。しかも、生まれたばかりのAAで飲まない生き方(ソブラエティ)を達成したわが国のオールドタイマーたちの個人の物語まで掲載されているのです。日本のAAの先人達の熱意と能力がどれほどのものだったか、敬服の思いを新たにすばかりでした。

そんな気持ちの中ですすめた今回の翻訳改訂にあたって留意したことは、とにもかくにも、原文に忠実で、できるだけわかりやすい表現にすることでした。宗教色も無色に近づくよう、努めました。

原文のビッグブックはアメリカでAAが始まって4年目に発行されました。つまり、1939年、昭和14年のことです。昭和14年当時のアメリカの社会背景のなかで書かれたものであるため、英語国においてさえ、今の若い人には通じないという部分や、今の時代背景から考えたら、思わず微笑んでしまう部分もあるといわれています。それでも世界中でこれほどビッグブックが愛され、毎日の生活の中で利用されているのは、時代をこえて、飲まない生き方の指針がはっきり示されているからでしょう。

そればかりか、ビッグブックのなかには、アルコールリズムとはどういうものか、やめつづけるためにはどうしたらいいのか、神概念を受け入れられない人はどう理解したらいいのか、いま苦しんでいる人にメッセージを運ぶには具体的にどういう方法をとったらいいのか、本人が飲むのをやめたあとの家庭内の問題や子供の問題についてどうしたらいいのか、そして現在EAPに代表される職場でのアルコールの問題や対処の方法などなど、昭和14年に書かれたとはとても信じられないほど、現代の最新の問題について、きちんと対応し、詳細に述べられていることに驚かされます。

日常で出会う問題の答を得るために毎日のようにビッグブックを開いている仲間たちの姿を英語国でひんぱんに目にする機会を与えられ、わが国でも同じように、ひとりひとりにとってビッグブックがごく身近なプログラムの指針として愛用されることを願ってやみません。

そしてわが国のAAのオールドタイマーたちへの感謝の気持ちをあらわし、これからやってくる新しい人たちへ自分たちが与えられたものを手渡していくためのすばらしい道具となりますことを願っています。

なお、今回発行されたビッグブックはポケット版で、第二部の個人の物語につきましては、「ドクター・ボブの悪夢」以外が含まれておりません。わが国のオールドタイマーたちの回復の体験が書かれた第二部につきましては、従来のビッグブックをお読みいただけますよう、お願い申し上げます。

AA日本出版局

2000年2月20日発行

「アルコールクス・アノニマス」翻訳改訂版  
B6版308頁 頒布価格1,800円 発行所AA-JSO内出版局

## A 類常任理事受諾のてん末



田辺 等（精神科医、札幌）

私がAAの常任理事を引き受けたのは、もしかすると私の腰痛のせいだったかもしれない。そもそも私は仕事を断るのが下手ではあるが、この依頼は私の腰痛からの回復期にあたる頃の話で、AAセミナーの参加でも「温泉つき」に魅力を感じていたくらいの時期だ。話を聞いた場所はセミナーの24時間ルームの畳の上、くつろいでいた時である。北海道は温泉が気持ち良く、湯につかった後で、もう少しここで横になって腰をのばしていたいというのが本音であった。その時言葉巧みに私を口説いたのは、かれこれ10年以上のつき合いとなっている北海道のメンバーであった。

この時は大いにちゅうちょし、なかば断るつもりで話を持ち越した。数日後に職場のデスクワークの一休みに、腰を伸ばしコーヒーを楽しみながら、この話をグチったところ、最も信頼しているスタッフが支持したのである。「先生のお目で(伝統のある自助グループであるAAに)何が起きているかしっかり見てあげてください」。

結局、私は全国のAAサポーターの代表の1人として、実際の運営に関しての議論の場に出ることになった。遠距離であること、私もいろいろなチャンネルの仕事(児童虐待から痴呆老人まで、揺りかごから墓場までの精神衛生)で多忙なこと、断る理由は山ほどあったはずなのだが。

就任して驚いたことがある。年に2~3回、東京に来れば良いという認識を変えねばならなくなったことだ。AA25周年という事業がすぐにあると知って、こうなったら腹をくくれないと思うようになった。

1月の理事会に初めて参加。そのうち理事達から、またまた驚く話がでてきた。米国のことが話題になって、どうやら本場のA類理事の代表は、Dr.Vaillantらしいという話がでてきた。ハーバード大学でアルコホリックの自然経過の膨大な臨床的な実証的研究をした、あの

Dr.Vaillant であろうか。未確認情報とはいえ、顎がはずれそうになるほど驚いた。他の理事達は「先生そんな立派な人ならば、そのうちに是非日本に呼びましょう」などと気楽に言う。この人ら、ヤッパリ回復してないんと違うだろうか。

この日は朝8時の飛行機で上京、池袋の会場に直行。18時に会議を退席し、羽田発20時で札幌に戻ると23時に自宅に着いた。これこそまさに「トンボ返り」と実感した。

とりあえず2月の連休の全国評議会にも、1日目、2日目をフルタイムで参加してみた。酒も飲まずの2日間は、学会でもあまり経験がない。全国の評議員は熱い議論を交わしていた。前任の岡崎さん(国立久里浜病院)は6年間も関わっていたという。信じ難い事である。ソーシャルワーカーというのは、かくも忍耐強いのであろうか。それとも私と同様の断れない病気を持っているのだろうか。

AAとのつきあいは、私が久里浜療養所で、当時の斎藤学医長のところで1週間の短期研修を受け、道立病院でグループ治療を始めた頃(昭和56年頃?)からのつきあいである。かれこれ18、9年になる。精神保健福祉センターでは、北海道のグループのセミナーやラウンドアップで全体をみるように努めている。このように、今のセンター内では、特別なケースを除いて物質依存症の治療はしていないが、ギャンブルや浪費のプロセス依存症の試行的なグループ療法はしており、私のスタッフがギャンブルの家族の自助グループを支援している。考えてみれば、AAとの出会いから、力動的な集団精神療法にも心理教育にも専門的関心を持つようになり、家族システムにもアデイクションの関連の問題にも視野は広がって今の自分があるようだ。全国のAAメンバーのそばで「しっかり見ながら、時々、発言をする」ことで、多少、恩返しめいたことはできるかもしれない。そう言い聞かせて自分を納得させている。

## 特集

## 第五回AA日本評議会 各地域評議員より

### 第5回全国評議会に参加して

北海道地域後期評議員 長澤

AA第5回全国評議会は、私にとってなかなか思い出深いものになったと思う。

雪深い北海道から春間近の東京へと、新任の評議員と二人でこぼこコンビの珍道中であつたが、目的の会場までは割りと順調に着いた。

着いてからは休む間もなく評議員会があり、全国から集まった仲間たちとの三日間が始まった。昨年見知った顔があり、何人かと会釈を交わしながら席につく。この辺から意識がサービスの方向へ入り込んでいった。評議会の一員として自分の責任を果たすべく、神経を集中させて仲間の話を聞いていた。

評議会プログラムも真剣さと和やかさの中に進んでいく中で、AAは本当にいろいろな形で、今苦しんでいる仲間の手を差し伸べていくことができるのだなあと考えていた。

「誰かが、どこかで助けを求めたら、必ずそこにAAの(愛の)手があるようにしたい。それはわたしの責任だ。」この言葉を実践しようとしているのは、メンバー一人一人であり、グループであり、地区・地域であり、オフィスであり、そして評議会なのだ。それぞれが自分たちに与えられた役割を果たしていくことで、サービスというAAのレガシーが伸びていくのだ。酒をやめたい願望のある人が、いつでもAAを知ることができ、AAのドアを簡単に開けることができるようになっていくことが、ハイヤーパワーが我々に与えた責任なのだろう。

分科会では私は出版委員会であり、前回よりピックアップの改訂という大きな議案を抱えていたが、出板担当常任理事やJSOの山本さん、翻訳に力を貸して下さった方々のおかげでなんとか無事に、評議会での成果を報告することができた。(実際、何もできなかったんですけど、本当に感謝しています。)

さまざまな反響がJSOに寄せられたと聞いて、不安に思うところもあったのだが、これからのAAのために良いものになることを願っている。

最終日の採決・承認のころには体力・知力の限界点直前を迎えていて、アメリカ・カナダの評議会の長さだともたないナァなんて考えていたことも事実である。

帰りの車の中で前期評議員に「一年365日の内、3日間ぐらいこういう時間があってもいいよね。」と言った。朝から晩までAAのことを考え、分かち合えるというのは、なかなか味わえるものではないと思う。後はこの経験を地域のメンバーと分かち合い、その一端を担う者として活動を続けていくことを考えていこうと思っている。

### 評議会議長という役割を与えられた ことに感謝!!

東北地域後期評議員 露野

昨年の3月、第4回AA全国評議会初参加の経験を本誌に書かせてもらったが、その中で、乗り物とアルコール

という私の性(さが)からの解放の喜びを書いた記憶がある。

それと同時に老いを嘆き、疲れを吐露し、泣き言を並べ立てていたのではなかったか。

評議会終了のベルが評議員としての役割の始まりであることは、先行く仲間の述べ伝えとして与えられ、今日までの1年間を過ごしてきたわけだが、振り返ると反省の多い日々であり、そうなることが判っていたかのように、予め前述の言い訳を先取りし、公表していたようである。

その私が、2000年開催という記念すべき評議会の3名の議長の一人に選ばれたことは、皮肉と言えば皮肉であり、ハイヤーパワーの配慮と言えばこれまた納得せざるを得ない配慮であろうか。ともかく気は重いが「行動することが第一」とするAAの中にあつては、その配慮のままにあることがもっとも楽であることは実感の中にあり、また評議会メンバーの良心とやる気に委ね、信じることにして、仙台を出発した。

今回の評議会は、プログラムに評議員会を新たに加え、開始時間も30分繰り上げられた。評議員会は必要の有無の議論の末、プログラム日程に加えられた会議であるが、今後は全体サービスをより良くするための論議の場、評議員各自の実のある分かち合いの場としての真価が問われる第1回目ということになる。

前回の評議会で議長の職責の難しさを目の当りにし、たとえ役割として与えられても絶対にやりたくないと考えていた。議長という職責は、評議員会後の第1回全体会議から始まるわけだが、3名の議長指名者間の話合いの結果、1日目;露野、2日目;東濱、3日目;久力(共に関東甲信越)の担当で行うことになった。1日目の議長は私が希望して引き受けたのだが、特別の理由があった訳ではないし早く重責を取り除きたいという思いと、前回の3日間の議長の中で、1日目が一番気楽そうに見えたことによる(後に錯覚であると感じかされたが)。

第1回全体会議(第1日目;2月11日13:30~14:30)オリエンテーションに続いて、評議会メンバー出席確認、自己紹介および票数、採決、決議等の方法確認の後、岡崎全A類常任理事より新たに就任された田辺、平野、両A類常任理事の紹介がなされ、新任のご挨拶があつた。

その後B類常任理事の所信表明がなされ、信任投票の結果、各理事が、それぞれ万票で、信任された。

第2回全体会議(第1日目;15:00~18:00)

各担当理事(企画、広報、出版、病院施設、財務)およびWSM評議員、JSO所長により、

1999年度事業・活動報告および決算報告

2000年度事業・活動計画および予算説明

が行われた。併せて野村前期WSM評議員の信任投票が実施され、有権者の挙手により万票で信任を受けた。第3回全体会議(第1日目;20:00~23:00)第2回全体会議の報告および説明に関し、質疑応答が行われ、白熱した議論が交わされたが、その内容の報告については各評議員の役割であり、この紙上で私が語ることはない。

と言うわけで、1日目を希望した私の議長としての役割を終えたわけだが、正直疲れた。各評議員には、それ

それぞれの地域の問題を特定する事なく、日本のAA全体の問題として昇華する努力と、それを具体的行動につなげて行くパワーが求められている。

前回の評議会の時は、評議員に選出されたということが何を意味し、どんな責仕があり、何をしなければならないのかが今一つ入ってこなかった。言い換えると頭の中でAAをこね回すという酔っ払いの思いから抜け切っていなかったのだろう、という感覚でもある。理論というより理屈の世界で酔っ払いがちな私であるが、今回議長という重責を与えられ、なんとかしのぎ切った今、AA全国評議会での議論が何のために行われ、何を指すのかを伝えて行くことが、非常に重い課題として私に残された気がする。それは今回の議長としての私の自覚が、議事進行の過程を自分たちの目指す方向に沿ったものに成し得たかどうかを含めて、これからの私の行動への問いかけをしているのではと考える。

何はともあれ、自信はないが「やるっきゃない」。そんな思いでいるが、帰りがけに仲間たちが「貴方には評議員という役割がもう1年残っているんですよ。今回の評議会で終わりじゃないんですよ」と声かけをしてくれた。これで終わり顔に書いてあったのか、初心に返れという激励であるのか判らないが、この与えられた喜びとAAの「愛の手」を伝え続ける努力が私に求められている。小さな私の力に、大きな仲間たちの力が加われば、ハイヤーパワーが導いてくれると思われる。そして、それを大切にしたい。

## 今を書き綴ることで、忘れず、続けたい

### 中部北陸地域前期評議員

担当理事と目が合った。第5回全国評議会第1日目である。日本全体のことを考えて、中部北陸地域のために記事を書けとのこと、微力ながら承諾した。会議の速報のように元気なうちから早速今の自分を書き残し始めた。

2月10日 木 職場での自分はうまく行かない。東京のこともちらつき、不安と恐れで自我が出た。回転木馬から降りられず、感情のソプラエティがスリップ状態。思い起こせば、1月末の愛知地区委員会から中部北陸地域委員会まで、風邪により体調を崩し、通院もした。身近にいる評議会経験者によると結構ある現象らしい。ミーティングを休み、何とか回復して、評議会に参加したかった。

当日、名古屋始発の新幹線では、おかげでかなり元気を取り戻していた。いつもなら直前になって行きたくないと思うところだが、今回は一途にやらなければならない気持ちになれたことに感謝。朝真っ暗な愛知を出て、東京は、私の気持ちのままに光り輝いて見えた。会議は「動議」とか「勧告」とか、自分の苦手な分野で疲れも出てきた。サービスマニュアルには、評議員の仕事は苛酷であると記されている。参加することは容易いが、役割はどのくらい果たせるか疑問である。「今日1日」でステップと伝統から、無事に終われるように祈り、思いはともかく、最後まで取り組んだ。また、J S O職員の助言から、今後AAメンバーと評議会との隔たりを埋めるよう、努力しようと思う。事務局とボランティアの謙虚なバックアップもありがたかった。事前の準備、議事の円滑化への支え、後片付けまで感情を乱さないよう同行して頂

いた。縁の下の力持ちであるスタッフの皆さん、ありがとうございました。

数日間のやり取りから印象に残ったこととして、次のことがある。12ステップとは、神を信じ、自分の大掃除をして、メッセージを運ぶこと。12の伝統は、自由と責任と犠牲である。「プログラムの徹底」ということは、自分のこれからの目当てにしたい。また、AAメンバーの1個人として、地域の僕として、全国のメンバーの僕として、バランスよく活動できたらと思った。

全てを終えた今、AAだけに集中でき、与えられたという思いとこれから始まるんだという緊張感で高揚している。評議員として、ビッグブックの件などを伝え、自分同様に了解してもらいたい。AAが愛で満たされるお手伝いを少しでもしなければ。例えば、未登録グループとのつながりも。やれないかもしれない。しかし、得たものを自分の小牧グループに、犬山病院メッセージに、尾張北部地域生活支援センターの未来の仲間に伝え、自分のまわりと分かち合い、ハイヤーパワーの御旨のままに動けるようになりたいものだ。気楽にやろう！だがやろう！

## 「評議会を終えて」

### 中四国評議員（代理）

前任の評議員さんが辞任するというので、急遽ピンチヒッターとして私が東京に行くことになりました。そんな状況での参加でしたが評議会開催中の3日間はあるという間に過ぎ去ったというのが実感です。緊張と充実感の入り混じった（私にとっては記念すべき）貴重な3日間を振り返ってみます。

まずは初日：評議会の席に今？なぜ？どうして？自分が座っているんだろうというような疑問符と違和感...これは以前どこかで味わったことがあるような？そうそう初めてAAミーティングの場に出た時の感じとよく似ている。

誤解と偏見のかたまりのような私にはおかまいなく、議長や評議員そして常任理事の声は遠くの方でたんと途切れなく続いている。やはり別世界の出来事なのかなど思いつつも時間だけはあっという間に過ぎて行く。

これではいけないと思い、休憩や食事の時間に少しでも多くの仲間に溶け込もうと努力して、徐々にではあるが他地域の評議員さんや常任理事さんと親しくなっていた。

劇的な変化は夕食後の「AAミーティング」で起きた。仲間との分かち合いが出来れば出来るほどに、自分がこの場にいても可笑しくは無い、そして違和感はないということに気づいてきた。みんな同じーそれまで持っていた偏見は消えていた。それとともに評議員としての自覚が入りこんできた。

そんな具合で初日は終わった。緊張感はやわらぎ眠りにつく。（夜中の11時まで会議が続いたので、ゆっくりできる一人部屋はありがたかった。）

（2日目）分科会：前日まではただ聞くだけでよかったが、今日はそうもいかないようだ。事前に参考資料には目を通していたものの、いざとなるとやはり内容がよく分からない。（前任者との引き継ぎが大事ななあ！と、この時はつくづく感じた。）

(3日目)全体会議：全体サービスの資料となると膨大だった。ここでは私なりの過去のサービス経験を生かして地域と全体サービスとを置き換えて考えることができた。似たり寄ったりのトラブルがどこにでも起きており、抱えている問題は全体・地域・地区・グループみな同じなんだなと改めて思ったことでした。

私はA Aにつながって約5年の間に、代議員・地区委員・地域委員・オフィス職員代理(ボランティア)と、いろいろなサービスに関わって来ました。しかしお恥ずかしい話ですが、メッセージを運びながらスリップしたことも何度あることか?(うぬぼれ・高慢・他の動機ゆえに)しかしサービスに関わっていくことで底つきの確認もさせていただいたような気がします。失敗しても失敗しても一歩一歩前進して行く。私のハイパーパワーは自分以外のまだ苦しんでいる仲間に対して視点を向けるように働いて下さいました。そのお陰かスリップの連続で恥をかきながらでもA Aのキャンパスで行動している現在の私がいいます。

「柳の枝に飛びつく蛙」のような私です。ソプラエティ1年を迎えるまでに何年かかったことか?しかし今までの無駄に思えるような時間も経験もこれからはよい意味での肥料となって、味のあるA Aメッセージが運べるようになるのではないかと思います。「評議会」で全国のメンバーから素晴らしい熱気をいただきました。これこそハイパーパワーだと感じながら心地よい疲れと共に新幹線で広島に帰ってきました。

...疲れしました...緊張しました...しかし「評議会」に参加できて本当に良かった!

今はつくづくそのように思っています。

## 第5回評議会に参加して

2000年2月11日～13日(日)、例年により白熱の中で開催され、3日間缶詰状態でしたが、窓の外は3日間とも晴天で、気分も晴れやかに審議、採決を進めました。もっとも、財務委員会メンバーを構成された他の評議員と理事の卓越した働きによる支えがあって、私がいまだに前面に出よう求められる事態に及ばなかったことは、私にとって幸いでした。

これはまた、5年前の20周年のときの全国代議員集会の選管経験、それに昨年の評議会もあり、少しは気分的に緊迫感に慣れてきた面があるかも知れません。今年も財務担当評議員の一員として出席した私ですが、あまりにも山積された議題の審議、採決が続く中、思っていることの十分の一も発言しえなかった自分を考えると、本当に時間が足りないなあと感じる一方、自分の積極的表現力のなさを痛感しました。

実際の議事進行過程には寸刻の余地もなく、本当に無能の私にとってはかなりハードな時間でした。しかし、それなりに全力を果せたのかも知れません。

99年の地域における自分の活動を振り返りますと、何か地域に伝える面で、私の力が及ばなかったかとの一抹の心残りはあります。しかし2000年度も私の任期は続くのですから、責任の重さを再認識し、まだやれることは沢山あると自分に言い聞かせ、全体サービスすべての面での活動参加/メンバーへの(献金)呼びかけに、よりいっそうの拍車をかけ、それを緩めてはいけなと思っています。仲間を増やして行くためには、何とい

っても、全国のメンバー一人一人のご理解とご協力を期待するしかありません。

全国評議会は、グループの良心に帰属するものだというベースに立ち、慎重かつ真摯な上にも真摯な協議進行が行われました。それを目の当りにする貴重な体験をさせてもらい、幸福感を感じました。このことをグループ・地区・地域の皆様に、お伝えして行きたいと思えます。

地域のメンバーの方にしてみれば、全体サービスのことまでは気が回せない。「そのために選出しているのだから」と思いがちでしょうが、グループが選んだ評議員を中心に構成(常任理事、J S O職員を含めて)されているのが評議会です。評議員に任せただけだからそっちでやってくればよい、などとは決して思っていないかのように切望します(私は「メンバーは実際にそのようには考えていない。期待を持っている」と信じていますが)。

評議会での協議の詳しい内容、承認/採決事項については持ち帰り、口頭でもお伝えしようと思っております。後日、その成果を報告いたします。

評議会では3日間にわたり、構成メンバー全員が、だれ一人、何一つ手を抜くこともなく、克明に審議が行われました。「ああ疲れた、これで終わった」とは言わずに、また1年間、地域内でメンバーと積極的に顔を合わせ、評議会に出席して感じたことを、その場その場でお伝えして行くことが、私の責任だと思っております。どうぞ、よろしくご協力ください。

以上、第一報としてご報告いたします。

九州地域後期評議員(財務担当) 松尾

## 特集

## 各委員会担当理事より

### 第5回全国評議会を終えて

#### 広報担当理事 木村

昨年8月、私は全体サービス常任理事の選挙に立候補する決意を固めました。

その時の気持ちは、第5回サービスミーティングで書記を経験させていただいてから6年間、立場は変わっても継続して全体サービスのことについて係らせていただいた経験が、少しでもお役に立てばということでした。

1995年3月、埼玉県大宮市で日本A A 20周年記念集会が開催され、同時に開催された「常任理事会を設置するか」をテーマとした全国代議員集会においても書記を務めさせていただきましたが、全国から参集したグループ代議員の熱気あふれる討論の中で設置が決定されました。その場にいた私は、「これで日本のA Aもしっかりした基盤ができた」と高ぶった気持ちでいっぱいでした。

しかし、私のその後のいくつかの役割の中で、その感動もいつか薄らぎ、一方、J S Oの職員が2名体制に移行すると共に献金も年々100万円ずつ減少し、職員の長期療養という出来事も重なりあって、とても「基盤ができた」と言える状況ではなくなっていました。

そのような時、これではいけない、全国の仲間とまだ苦しんでいるアルコールクヘ、万分の一でもできることがあれば僕（しもべ）としてこの身を捧げよう…その一つの選択肢として常任理事の役割を担えれば…と考えました。

今回の評議会で、広報担当理事として

ネットワークの構築（AA内部のサービスの土壌づくり）

マスメディアの活用（外向けの働きかけに新たな行動）

広報体制の整備（的確かつスピーディーな対応のために層の厚い基盤作り）

の3点を提案させていただきましたが、いずれも全会一致の激励をいただきました。

しかしながら、広報分科会で強力な後押しをいただいたメンバーシップサーベイについては、全体予算の調整の結果として、次年度に繰り越すとした評議会の決定に従わざるを得ませんでした。

今年の当面の行動としては、ネットワーク作りの具体案の作成に向けて前広報担当理事の池田氏と病院施設担当理事今井氏と3月中に話し合い、4月に中部北陸地域の仲間の力で実現する、第1回「全国サービスフォーラム」での分かち合いなどをかわきりに各地域でのいろいろな催しにも参画しながら基盤作りを指向して行きたいと考えています。

A類常任理事の田辺、平野両先生は、われわれB類常任理事が熱くなったときに、AAに対する深いご理解に基づいた暖かい助言を賜り、安心できる常任理事会運営が期待されますことをお知らせして、私の挨拶とさせていただきます。

## 評議会を終えて

### B類常任理事（企画、JSO、評議会担当） 高橋

今から5年前、第7回GSMの中で、常任理事会設置構想という議席が討議された、その当時の日本のAAにとっては最大の仕事であり、過度期ではなかったのではないかと思います。

当時、私は関東地域前期評議員としてこの仕事に参加、大いに議論させていただきました。この議題をより良く理解するために、全国評議員達が熱き思いをぶっつけ合い、不眠不休とは少し大袈裟ですが、この場に出席された皆さんの努力の賜物で、常任理事会設置が決定されたことを感謝したものでした。

その翌年に第1回全国評議会が開催され、私は関東地域後期評議員としてこの場に出席するわけですが、なんとなく心が浮き浮きわくわくし、また少々不安でもありました。しかし、やるきは充分ありました。

現在苦しんでいる仲間、これからAAのキャンパスに入ろうとしている仲間へのメッセージ運ぶための手助けこそ、我々回復した仲間達の責任であるという熱き思い、そのことが一番大事なものであるという共通認識が各評議員の中にあり、私の中にも今なお息づいています。

評議員2年の任期も終了し、さて次は何ができるか、何をするか、考える暇もなく、自分の所属するグループの代議員の仕事が待っていました。これまでの経験を延べ伝える大きなチャンスが与えられたのです。地区委員

会議長、自分達が住んでいる町の中にいる仲間への手助け、メッセージ活動、関東甲信越COの陰の部分の実務など、AAの中では仕事が限り無くあるものだと思います、それなのに、AAはまだまだ一般社会には知られていないなあ～と感じました。

個人としてできる範囲でもいいと思い、私が世話になりました福祉、保健婦さん、学校の先生や、民生委員でもある私の郷里のお寺の住職さんなどに、機会あるたび積極的に働きかけているうちに、自分のアルコールクについて隠す必要がなくなっていました。（かといって宣伝する必要もありませんが）

隠す必要がなくなると、幅広く話かけることができるようになりました（ただしAAの12の伝統を意識しながらですが）。出来るところから始めていけば必ず芽生える時季が訪れると期待しながらの、このような地道な活動も必要だろうと思います。

前回の常任理事選挙で、私は推薦していただいた2人の評議員の方の期待にそえることができませんでしたが、それはそれで意義があったと思います。

2度目の今回は、締め切りがせまってるの推薦で、はたして私が本当に必要とされているのか、複雑な気持ちでした。しかし、2人の方が私を必要としているということであれば、他のメンバーにも受け入れていただけるのではと思い、決断したわけです。

私はどちらかという言葉、文書での表現のしかたが苦手な人間です。個人会社の15年の経営者としての経験はありましたが、実務型の人間でした。

しかし、AAのキャンパスという所では「やる気」が大切なんですね。人間には、何かをやる時には勢いがあり、現在の日本のAAにも勢いが必要だと思いました。止まる勇気も必要ですが、絶対に引いてはならないと思います、例えば財政の問題にしても、私が14年前から聞き伝えてきたこと、それは日本のAAはお金がないといいながら、今日もお活発に活動しているという摩訶不思議な集団であるということです。そのことを一番感じとれる場所、それが評議会ではないでしょうか、常任理事は3泊4日、評議員は2泊3日、朝8時から夜の11時近くまで、もちろん食事や休憩は取りますが、議論が白熱し続けます。そんなことが出来る背景には、各グループに伝える義務と責任という評議員一人一人の熱き思いがあるのではないのでしょうか。

息詰まるような議論、討議ばかりではなく、1日目の夕食後のミーティングもよかったです。心が和みました。それと2日目午後のカントリーレポートでの各地域、グループの出来事、経験の分かち合いの時間もすばらしかったです。ここでも心が落ち着きました。

各分科会での熱のこもった議論、そこから生み出された勧告、採択、承認の手続きと、ここには個人の利益など入る余地が全くありません。AA全体の利益を充分に考えた結果だと実感しました。

苦しんでいる仲間へメッセージを運ぶ、手助け、広報活動、これらはすべて止まるとはいけない、常に活動し続けることが大切だと思います。

そのためにJSOの法人化も近い将来必要になるかも知れません。もしそうなれば、何もかも公開することにするわけですから、避けて通れない部分、不整備な部分などを研究しながら前向きな姿勢で取り組んで行きたいと思います。

## 評議会が終わって

### 全体サービス常任理事 伊藤

新たに常任理事となって、評議会が終わり「今の自分の気持ちを語る」という原稿のテーマをいただきました。昨年の評議会で書記として参加させていただき、その時翌年も書記として参加させてもらえたらと思っています。

昨年の秋、常任理事の改選があるから立候補しないかと、お誘いを頂いたときに断固としてお断りいたしました。しかし仲間の何回ものお誘いに、自分の中に2人の自分がいたようです。「お前には常任理事としての役割を果たせる力はないのだからお断りしなさい」と、そしてもう1人が「推薦してくれる方が居るのだから立候補しないと後で後悔するよ」と、どの様に考えても判断が出来ないため結局考えることを止め、選挙して下さる仲間の判断にゆだねました。

常任理事という役割をいただいた時に、ある方が云ってくれました。「ハイパーパワーの恵みだよ」と。96・97年と評議員をやらせていただき、その時に何も出来なかった（？やらなかった）自分に、後で後悔と反省の気持ちばかりが残ったのです。その埋め合わせのチャンスをいただいたと思っています。

12月の常任理事会に初めて出席し、引継と役割が決まりスタートしました。財務担当として、過去の献金・書籍印刷物頒布状況、支出状況、J S Oの業務内容と現状等、あまりにも知識が浅かった自分を痛感しました。評議会までの約2ヶ月弱自分の中に沸々と沸き上がってくるものを感じました。

3日間の全国評議会、限られた時間の中での進行で、当然ハードスケジュールになりました。しかし、書記の皆さんのおかげでメモを取らなくてよいから、議論に集中できました。感謝の言葉が見つからずただただ頭の下がる思いで一杯です、本当にありがとうございました。財務担当の立場としては、3日間の評議会の中で、予算・決算に関しての時間が多く費やされてしまい、他の議題に影響があったのではないかと反省しております。評議員として2回評議会を経験させて頂いているので、緊張とかはありませんでしたが、個人的には反省する事ばかりでした。議論が白熱してくると、我を忘れ、落ち着きのなさ、地でいく悪い言葉使い、自己中心的な（財務担当の立場）考え、今振り返ると反省することばかりです。この場を借りて評議会に主席された皆さんにお詫びいたします。

個人的には、後期評議員の皆さんのカントリーレポートによる分かち合いが聞けなかった（各委員会に対して予算縮減のお願い、新たな予算付けの打ち合わせの為）のが残念でした。各地域の現状、問題点等については、評議会報告書に掲載されるものを楽しみにしております。

評議会の終わりに出席者全員で「小さなお祈り」をしました。目をつむりお祈りを声に出しかけたとき、グーと胸に込み上げてくる来るものがあり、声が詰まるのをこらえ仲間の手を強く握りました。

常任理事会と全国評議会、この4日間正直言って疲れました、が評議員の皆さん、常任理事の方、北海道・九州に帰られる事を考えれば.....。

各地域に戻られ報告会が行われ、メンバーの皆さんに評議会の内容が届けられ、またメンバーから意見・要望が寄せられる、いよいよスタートだと決意を新たにすると共に責任を再認識しました。

酒を片手にすべての事から逃げ、どうにもならなくなっていた自分が、ミーティングに出る事だけを受け、一步一步前向きに歩かせていただき、現存は現実から逃げるのではなく、自分の出来ることを精一杯やらせていただけの事に感謝しております。

“AAメンバーから何を常任理事会は求められているのか”“メンバー一人一人に役立つ事なのか”“各グループ、地域での活動に手助けになる事か”当たり前の事ですが常にメンバー一人一人に視点を置き、常任理事としてこれから4年間、自分の出来る限りの活動をしていきたいと思っておりますので、皆さんのご指導とご協力をお願いいたします。

（2000年予算等については、別の機会に説明させていただきます）

## 評議会を終えて... 12 & 12 ... 常任理事からの報告

### 出版担当理事 金田

第五回全国評議会は、去る2月11日から13日までの2泊3日を要して終了する事が出来ました。そこで為された多くの議論とそこから導かれた方針は、AAの絶えることのない夢と希望を表現したものと信じています。

出版担当の私からは、97年から取り組みを始めてこの評議会直前に完成したブックブック（B・B）を始めとして多くの報告と議題を提案させて頂き、出版委員会及び全体会議の中で多くの時間を掛け審議し承認されました。取り分け12のステップと12の伝統（12 & 12）を含むB・B翻訳改訂報告には、12 & 12が評議会直前の公表で有ったこともあり、強い関心が表明されました。また、公表直後からもJ S Oには数件の賛否両方の意見が届けられておりました。賛意を届けて頂いた方々には、本当に励まされました。有り難うございます。しかし、問題意識をもたれた方々は、直接J S Oに意見を届けた方や評議員を通して発言された方以外にも多くおられる事と感じております。これらのことも含め評議会のことは、評議会報告書及び各評議員によって報告される事とは、思いますが、理事会としても積極的に報告し直接これらの方々の理解を得たいと考えています。

問題としての指摘は、おおまかに3点と受け止めております。

一つ目は、「12 & 12は日本のAA発足当初より使われ続けており、AAの基礎的文書として定着したものであるから、その変更にはサービスマニュアルに基づきグループの3/4の同意が必要。」この手続き上の指摘が殆どでした。

この件に付いては、誤解の無いように注意深く書きますが、サービスマニュアルを、書籍に適應させる場合あくまでも 英語の原文が対象で有ると考えております。（評議会確認）ドイツ語やフランス語、スペイン語など多くの言語に翻訳されていますが、それらの言語の域を超えて世界に一体性を育てるためには、共通の土台が必

要で有り、私たちがサービスマニュアルによって守って行かねばならないのが英語の原文です。また、私たち一人一人のそれぞれの環境によって受け止め方に大きく差が生じるものの翻訳には、有る程度のまとまった期間を検証し世界の中での一体性と照らし合わせ、更に国内的には、各種各層の意識の変化に対応できるように、その中で一体性が保たれるように調整されるべき宿命を持っています。

これまでの25年の間、B・Bは初翻訳以来改訂されることなく日本のAAを支えて頂きました。ここまで成長させて頂きました。何よりも3000人とも4000人とも言われるメンバーの命を救っていただきました。表現の仕様のない感謝の気持ちで一杯です。

しかし、これ程までに功績のある書籍であっても調整されるべき宿命の例外ではありません。更に、翻訳文には翻訳者の個性、時代環境が影響していることも事実です。ですから、生きた環境の変化を判断出来る評議会の勧告に、手続きを含め出版作業の根拠を求める合理性があるのです。出版委員会では、以上の認識を議論し今回の提案に対しては、「サービスマニュアルは適応しない。」事を確認し、全体会議に同意を求め提案し、了承され、更に12&12を含むB・Bも理事会報告通り出版することが確認されました。

2番目の指摘としては、第4回の評議会報告書にある「所要の手続きとは、具体的に何か。」「改訂版の公表から頒布までが、あまりにも短い。」また、「JSOに届けられたものの中には「何の情報も提供せずに突然改訂版が発表になった。全く寝耳に水の出来事。」等があります。これらの事柄は、一つに、いかに早い段階でまた広範に広報するか、また一つに、いかに余裕を持った作業をするかに掛かっていました。この件については、昨年の第4回評議会で時間の許す限り議論し、私自身が担当理事として熱い思いを持ち、いかに多くのメンバーがこの改訂作業に参加していただけるかに夢を持ちながら約束したことでした。しかし、この約束は自らの責任で中止させて頂きました。また、余裕を持った作業についても結果として時間が無くなってしまいました。しかし、出版局が評議会の期待に応えようとする姿勢には心打つものがあったことは報告させていただきます。上記については、今回の評議会に於いても遺憾であったこと申し上げますが、紙上を借り、メンバーの皆様へ改めて遺憾の意を表します。また、今回のこの判断に端を發した一連の出来事に対し、次年度の評議会に於いて厳しく反映されること願う次第です。

尚、約束を中止した事について分かち合いのため簡単に列記させていただきます。

版權者(GSO)からの提案で、未公開が良い。

AA内外に於いて一人歩きの可能性がある。

その状況に理事会は、責任が持てない。

出版局で収拾がつかなくなる。

多くの案件が寄せられ充分と判断した。

問題意識を寄せられるものの中には、12&12の改訂版の決定につき「所要手順の無視」との声も聞かれますが、上記したとおり、AAのロマンに基づいた私(担当理事)の約束事は、中止とさせて頂きましたが、当時の出版委員会議長の最終発言と全体会議議長の勧告を根拠として進めてきたと考えております。

また、評議会勧告には明らかに25周年記念集会までに間に合うことが期待されており、そこで頒布できた事は反面での喜びとしているところです。ここまでの文章には、今回の翻訳改訂を心から喜んでいる仲間の登場がありませんが、多くの仲間がプログラムの明日を信じ祝福のメッセージを届けてくれております。ご安心下さい。様々な分野でご協力を頂いた多くの方々には、心から感謝申し上げます。有り難うございました。

(今回は、12&12改訂版決定に対して理解を求めるだけの内容になりましたが、次回には、3番目の翻訳内容をも含めB・B初翻訳に関わった仲間の述べ伝え、出版局のロマン等を書き続けて行きたいと考えています。)

## 雑感 今の自分とサービス活動

### 常任理事会議長 小泉

評議会が終わった帰り道、地下鉄に揺られながら、ふと考えた。サービスって何だろう。

自分がAAのことなど何も知らず、止めたい気持ちと飲みたい気持ちがぶつかり合いながら、結局は手を出して酔い潰れ、父親として、一人の人間としても何もできない自分に嫌気が差して、どうしようもない思いでまた酒を飲んでいたあの頃、あれは何だったんだろう。

今の自分は、評議会の3日間とその前の常任理事会、計4日間の疲れがどっと出て、果たして家まで帰れるかという状態。そんな無理して大丈夫かと妻にはよく言われる。しかし、私よりAAを愛している人、止めても止まらないとも理解してくれている。こんなに何もかもうまく行って良いのかと考えることもあるが、とにかく、今、自分は、今の自分を好きになっていることには間違いはない。どうしてこんなに変わってきたのか振り返ってみることにした。

AAなどというものが存在するという事など全く知らなかった。第一、自分に酒がやめられるとは到底考えられなかった。やめたいと思ったことは、数限り無くあり、実際にやめたこともある。しかし、酒を飲むことをやめ、ニコニコしている人など周りには一人もいなかった。すぐに飲みたくなり、我慢しても駄目、すぐに手を出して、また訳が分からなくなり、怒りと恨みと、何か訳の分からない、どうしようもない感情がこみ上げて来て、また飲む。その繰り返しでしかなかった。

そんな自分に、「アルコール中毒でも酒を飲まずに生きている人がいるんだ」と感じさせてくれたのは、初めて入った専門病院に(今考えるとメッセージを運んで)来た人の中に大学の先輩の笑顔を見つけたときから何年たったのではなかったかと思う。でも、その専門病院にたどり着くまでの道程は、どうしようもない息子だが、どうにか立ち直らせる方法はないものかと、懸命に病院を探してくれた母親、そして、その存在を教えてくれたのは、福祉事務所の人(?)のお陰だと思う。そしてAAの存在を初めて教えてくれたのは、病院の人達、医師やケースワーカー、看護婦さんだと思う。

AAにつながってストレートに断酒できたわけではない。自分にも止められる止める方法が分かったからもう大丈夫と、父親としての役割を少しでも果たし、別れない訳には行かなかった子供たちを取り戻すんだと、その方向へまっしぐらに進みだしたとたんにまた飲んだ。そ



して、また1年間を棒に振った。両親の家を飛び出し、ついには酒も飲めなくなるまで真っ暗な部屋の中に閉じこもった状態がどれほど続いたか、よく判らない。どうにでもなれ、死ぬことなんて全く構わないと口に出していたはずなのに、その時なぜか急に悲しく、寂しくなった。このまま死ぬのか、そんなのイヤだとわめいた。その時が自分のターニングポイントだったのかなあと、今、思う。

また、再びいろいろな人に助けられた。再入院した病院で迎えてくれた人達の笑顔が嬉しかったし、だんだん動ける体に戻っていくのが嬉しかった。AAに通いだしでも初めのうちは気持ちが固かったが、仲間のやさしさ、一生懸命さが判ってくるうちに、自分に笑顔が帰ってきた。あとは無我夢中であった。仲間の後を追いかけて歩き、やらせてくれることは、何でもしてきた自分があった。とにかく動けることが、話を聞いてくれるのが嬉しかった。

だから、メッセージを伝えることの大切さを今さらながら実感している。もし伝えてくれていなかったら、AAがあの時日本に存在していなかったら、今の自分はないと思う。AAでは、メッセージを伝えることで、伝えられた人自身が救われる、そして、メッセージは各メンバー、各グループが、そして互いに協力しあいながら

伝えて行くもの、サービスとは、メッセージを伝えるために役立つすべての活動を言うと考えられてきた。実際にメッセージを伝える上で一番役立つものは、自分自身、アルコールクであるがゆえに繰り返して来た、失敗の歴史ではないかと思う。自分自身の話をしていての恨り、他の人では伝えられないことがアルコールクに伝えられる、不思議な力がメンバーに与えられているのだ。

AAではまた、ミーティングの場でも、地域でもオフィスでも、サービスは行われている。また、関係機関、関係者の方々から受けている恩恵には計り知れないものがある。決してJSOや常任理事会だけが、サービス活動を進めているのではないのは言うまでもないことだろう。

今回の評議会の中で、常任理事会の中でも、自分が考えた通りにならなかったことは、数限り無くある。しかし、各メンバー、各グループ、地域の代表として選出され、集まった評議員が、長時間にわたって熱烈な意見を交わしあつた末に出てきた決定は、神の配慮と受け止めて、素直に従い、仲間から委ねられた責任を果たせるように、常任理事会全体で考え、仲間の理解と協力をえながら、一つ一つ行動を積み重ねていくしかないのだと思う。

## ——— アノニミティについて ———

### ドクター・ボブの見解「Doctor Bob & the Good Oldtimers」pp. 264 - 265より抜粋翻訳紹介

「アノニミティに関しては、私達は互いのことを知っていました。AAだけでなく、自分たちの私生活までそうでした。私達の生活はほとんどすべて一緒でした。人を(酒から)離脱させるため、よく自分達の家に連れてかえりました。クリーブランド・グループはメンバー全員の名前、住所、電話番号を控えていました」とウォレン氏は振り返ります。「実は、ドクター・ボブが次のようなことを言ったのを覚えています、つまり『私は立ち上がって自分を[ドクター・ボブ・S]と名乗ったら、助けを求めている人は私に連絡を取るのに苦労するだろう』と」。ウォレン氏は更に振り返ります、「彼(ドクター・ボブ)によると、アノニミティ伝統の違反には二通りがある：それは、(1)新聞や電波の分野で個人名を名乗ることと、(2)他のアルコール中毒者が自分に連絡を取れないほど無名になり過ぎること、である。」

1969年2月号のグレイブバイン誌の特集記事では、ドクター・ボブが11番目の伝統について次のように語りました、という手紙がカリフォルニア州サンマテオ市のD.S.から寄せられました。

「我々のアノニミティに関する伝統がどのレベルで線を引くべきかを正確に明示しているのです、英語(日本語)の読解力をもつ人にとっては、アノニミティを他のレベルで維持することは間違いなく伝統の違反であるということは明白なはずだ。」「ファースト・ネームだけを使って自分の身元をAAの仲間から隠すAAメンバーは、AAと関連した事柄に於いて本名をマスコミに明かすAAメンバーと同等の伝統違反を犯している。」

「前者は新聞・電波・映画の分野以上で個人名を伏せているが、後者は新聞電波・映画の分野以下で個人名を伏せている。しかし伝統11によると、我々は新聞・電波・映画の分野で個人名を伏せるべきだと記されている。」

### ビル・ウイルソンの見解「As Bill Sees It」p.241(1959年の手紙)より抜粋翻訳紹介

AAには、アノニミティが馬鹿げたくらい推し進められるところもある。メンバー同志が互いの本名や住所さえも知らないほどコミュニケーションの基盤が出来ていないのである。地下の独居房のようなものである。

一方、全く逆の現象が起きているところもある。民衆の前で大声を出したり、大物ぶって講演会の巡業をしたりするAAメンバーを制止するのに一苦労する。

しかし、この両極端から我々が少しずつ中道を行くようになるのを私は知っている。殆どの巡業講演者は長続きしないし、無名性を過度に通ず者はやがてAAの仲間や職場の同僚などに対して隠居をあきらめるようになる。長期の傾向は中道寄りだと思う。それでちょうどいいだろう。

## アルコールクス・アノニマス翻訳改定の一部 (三章、五章)をお知らせいたします

### 第三章 さらにアルコールリズムについて

私たちのほとんどは、自分が本物のアルコールクダとは認めたらなかった。自分の肉体や精神が、まわりにいる人たちとは違うなどということ、よるこんで認める人間がいるわけではない。だから私たちが、ふつうの人のように飲めるかもしれないと、役にも立たない実験をしてきたからといって、驚くことはない。何とかなるだろうという考え、いつかは飲むのを楽しむことができるようになるという大きな妄想が、病気の酒飲みに取りついている。このおそろしい妄想を、たくさんの病的酒飲みは死の門口に立つまで、そうでなければ狂ってしまうまで、手放せないでいる。

私たちは自分がアルコールクであることを心の底から認めなくてはならないことを知った。これこそが回復の第一歩である。自分はふつうの酒飲みと同じだという、あるいは今にそうなるかもしれないという妄想を、まず徹底的に打ち砕かなくてはならないのだ。

私たちアルコールクは、飲酒をコントロールする力をなくした。本物のアルコールクは、決して飲酒に対するコントロールを取り戻すことはない。

私たちも、自分はコントロールを取り戻したと思っただことがあった。けれど、そのちょっとした、あまり長くない中休みのあとには、必ずもっとひどい状態がやってきて、せつない、なぜだかわからない落ちこみに苦しまなければならなかった。私たちのようなアルコールクは、進行性の病気にかかっているのだということ、私たち全員が一人残らず信じている。少し長い目で見れば、私たちは悪くなることはあっても、決してよくなることはなかったのである。

私たちは足をなくした人間にたとえることができる。なくした足が生えてこないのと同じように、私たちのようなアルコールクを普通に飲めるようにする方法はない。私たちは思いつく限りの治療法はみんな試してみた。すこしはよくなったように思ったこともあったが、そのあとは必ずもっとひどくなった。アルコールリズムをよく知る医師たちの一致した意見では、アルコールクが普通に飲めるようになることはないという。科学がいつかそれをやり遂げるかもしれないが、まだ実現していない。

私たちが何を言っても、大勢の人たちが、自分は本物のアルコールクだとは信じない。

そうして思いつくかぎりの方法で自分をだまし、実験をやって、自分がアルコールクでないことを証明しようとする。飲むことにコントロールをなく

している人が、回れ右をして紳士のように飲むようになったら、私たちは彼に脱帽しよう。確かに私たちも、辛すぎるくらい辛い努力を、たっぴりと、長い間くり返したのだ。

私たちがやったことをいくつか書いてみよう。ビールだけに限る、飲む杯数を決める、一人では決して飲まない、昼間は飲まない、家でだけ飲む、家に酒を置かない、仕事の時間中は飲まない、パーティでだけ飲む、スコッチからブランディに切り替える、ナチュラルワインしか飲まない、仕事に酒に手を出したらクビになることを承知する、旅行を試みる、旅行は控える、(宣誓の儀式をするかしないかは別にして)永遠に飲まないと誓う、運動の量を増やす、心に感動を呼ぶような本を読む、健康施設や療養所に行く、精神病院に入ることを受け入れる... 等々、例をあげればきりが無い。

私たちはあなたがアルコールクだと宣告したいわけではない。だがあなたは自分で簡単に診断が下せる。これから近くのバーに行き、節酒を試してみる。何杯か飲んだら、きっぱり止める。いっぺんではなく何度かくり返してみる。もしあなたが自分に正直なら、結論が出るまでにそう長くはかからないはずである。自分の状態をはっきりとつかむ役に立つのだから、あなたが経験する不安やイライラには値打ちがあると言える。証明のしようはないが、飲み始めの早いうちだったら、私たちのほとんどは酒を止められたらと思う。だが困ったことに、時間があるうちに心底止めたいと思うアルコールクはほとんどいない。

### 第5章 どうやればうまくいくのか

私たちが進んだ道を同じように徹底してたどって、それでも回復できなかった人を、ほとんど知らない。たしかに、この簡単なプログラムに自分をゆだねられない、あるいはゆだねたくない、自分に正直になることがどうしても不可能な体質の人はまれにいる。そう言う不幸はその人の責任ではないので、生まれつきでも言おうか。きびしい正直さが必要な生きかたをとらえ、その生きかたを伸ばし育てていくことができない、回復する率が平均までいかない人たちである。また情緒に障害があったり、精神が病んでいる人もいるが、自分に正直になる能力さえあれば、彼らもほとんど回復する。

私たちは、自分たちがいつもどんなふうだったか、そして何が起って、今どうなっているのか、大よそのところをはっきりさせる。あなたが、私たちの持っているものを欲しいと思い、それを手に入れるためなら何でもするという気持ちになったのなら、あなたにはもう問題に取り組む準備ができたのだ。

私たちは、この道のあちこちで立ち止まっては、もっと易しい楽なやり方が見つかるかもしれないと考えた。だが見つからなかった。最初から思い切っ

て、徹底してやるように、私たちは心からお願いしたい。私たちのなかには自分の古い考えにしがみつこうとしている仲間もいたが、完全にその考えを捨てないうちは結果は何も生まれなかった。

私たちが相手にしているのはアルコール巧妙で、不可解で、強力なもの...であることを、忘れないで欲しい。それは、助けなしには手に余るものなのだ。だがここに一つどんな力でも持っているものがある。それは神である。あなたがいま、神をみつけますように！

中途半端ではどこにも行き着けなかった。私たちは転機に立たされていた。私たちは思いきって神に保護と配慮を願った。

つぎに、私たちが踏んだステップを示す。回復のプログラムとして示されているものである。

1. 私たちはアルコールに対し無力であり、思い通りに生きていけなくなっていたことを認めた。
2. 自分を越えた大きな力が、私たちを健康な心に戻してくれると信じるようになった。
3. 私たちの意志と生きかたを、自分なりに理解した神の配慮にゆだねる決心をした。
4. 恐れずに、徹底して自分自身の棚卸しを行ない、それを表に作った。
5. 神に対し、自分に対し、そしてもう一人の人に対して、自分の過ちの本質をありのままに認めた。
6. こうした性格上の欠点全部を、神に取り除いてもらう準備が全て整った。
7. 私たちの短所を取り除いて下さいと、謙虚に神に求めた。
8. 私たちが傷つけたすべての人の表を作り、その人たち全員に進んで埋め合わせをしようとする気持ちになった。
9. その人たちやほかの人を傷つけない限り、機会あるたびに、その人たちに直接埋め合わせをした。
10. 自分自身の棚卸しを続け、間違ったときは直ちにそれを認めた。
11. 祈りと黙想を通して、自分なりに理解した神との意識的な触れ合いを深め、神の意志を知ることと、それを実践する力だけを求めた。
12. これらのステップを経た結果、私たちは霊的に目覚め、このメッセージをアルコールに伝え、そして私たちのすべてのことにこの原理を実行しようと努力した。

「何ていう要求なんだ！とてもじゃないがやり通せるものではない！」と、私たちの多くが叫んだ。でもがっかりしないで欲しい。私たちの誰一人として、これらの原理を完全に実行できたという人はいないのだ。私たちは聖人ではない。大切なのは、私たちが霊的な路線に沿って成長したいと願っていることである。ここに掲げた原理は成長への道標だ。私たちは霊的な完成をではなく、霊的な成長を求めているのである。

私たちの、アルコールの説明、不可知論者についての章、回復前後の一人ひとりの経験から、次ぎの三つの考えが明らかになる。

- (a) 私たちはアルコールであり、自分の人生が手に負えなくなったこと
- (b) おそらくどのような人間の力も、私たちのアルコールを解決できないこと
- (c) 神にはそれができ、求めるならばそうしてもらえらること。

## AAの12の伝統 翻訳改訂版

1. 優先されなければならないのは、全体の福利である。個人の回復はAA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高の権威はただ一つ、グループの良心のなかに自分を表される、愛の神である。私たちのリーダーは奉仕を任されたしもべであって、支配はしない。
3. AAのメンバーになるために必要なことはただ一つ、飲酒をやめたいという願いだけである。
4. 各グループの主体性は、他のグループまたはAA全体に影響を及ぼす事柄を除いて、尊重されるべきである。
5. 各グループの本来の目的はただ一つ、今若しんでいるアルコールにメッセージを運ぶことである。
6. AAグループはどのような関連施設や外部の事業にも、その活動を支持したり、資金を提供したり、AAの名前を貸したりすべきではない。金銭や財産、名声によって、私たちがAAの本来の目的から外れてしまわないようにするためである。
7. すべてのAAグループは、外部からの寄付を辞退して、完全に自立すべきである。
8. アルコホーリクス・アノニマスは、あくまでも職業化されずアマチュアでなければならない。ただ、サービスセンターのようなところでは、専従の職員を雇うことができる。
9. AAそのものは決して職業化されるべきではない。ただグループやメンバーに対して直接責任を担うサービス機関や委員会を設けることはできる。
10. アルコホーリクス・アノニマスは、外部の問題に意見を持たない。したがって、AAの名前は決して公の論争では引き合いに出されない。
11. 私たちの広報活動は、宣伝よりもひきつける魅力に基づくものであり、活字、電波、映像の分野では、私たちがつねに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霊的な基礎である。それは各個人よりも原理を優先すべきことを、つねに私たちに思い起こさせるものである。

(AAワールドサービス社の許可のもとに再録)

# 世界は一つ

ワールドサービス前期評議員 野村

第五回全国評議会で、W S M評議員として信任していただいたとき、私の脳裏を横切ったのは、五年前にアメリカのサンディエゴで、A A六〇周年の記念のインターナショナル・コンベンションに参加したときの思い出でした。あの日、夕闇迫る大野球場の観覧席やグラウンドを、七万人以上の人が埋めていました。その中にはあらゆる人種、あらゆる大陸、あらゆる国々の人々がいました。A Aメンバーはもちろん、アラノンメンバーも、アラティーンも、そのほかの依存症の人たちもいました。各国の国旗が壇上に並び、その中には、もちろん日の丸もありました。しかし、国境を越え、言葉の違いを乗り越えた大きな心のつながりがあり、一つに溶け合ったとよめきが、笑い声がありました。白人、黒人、東洋の別なく抱き合い、握手し、声を掛け合う姿の中に、A Aの一体性がありました。前任のW S M評議員は、「地球村の郵便配達人」になりたいと抱負を述べられました。私も、それがW S M評議員の仕事だと思えます。まもなくやってくる二十一世紀には、A Aの使命はもっと大きなものになるでしょう。その時に、世界に無勝手にほんのA Aの実情を伝え、世界のA Aの経験に学んでその知恵を分かち合うことは、日本のA Aの発展のために欠くことのできないものであると思います。交通機関と通信機器の技術革新により、世界はすっかり狭くなりました。それだけに、A Aのメッセージもまた、新しいやり方で述べ伝えられなければなりません。そうすれば、もっと多くの未来の仲間が、このすばらしいメッセージを知ることができるようでしょう。

四〇年前、ビル・Wは、「A Aの将来の繁栄にとって、我々が現代の巨大なコミュニケーションの手段をどう利用するかという点とほど、大きな問題はない」と書きました。彼には、現代のインターネットの発達が予想できていたのかもしれませんが、そういう最新の機器を駆使することはもちろん必要ですが、しかし、人と人とのつながりの根底にあるものは、やはり手をつなぎ、目で見合い、肉声で話し合うことだと思います。私はW S M評議会の席でそのつながりをつけて来たいと思います。

アメリカやヨーロッパに比べて、アジアではまだA Aそのものが知られていません。アジアのA Aの中では、日本は先進国だと言ってもいいかもしれませんが、それだけに日本は自分の国のことだけではなく、他国のことにも目を開いて行かなければなりません。「誰かが、どこかで助けを求めたら、そこに「A Aの愛の手があるようにしたい」。そのために小さな私の力が役に立てば、嬉しいと思います。」



## AA日本ニューズレターNo. 80

編集・発行：AA日本ゼネラルサービスオフィス（J S O）〒171-0014 東京都豊島区池袋4-17-10 土屋ビル4 F

TEL:03-3590-5377 FAX:03-3590-5419 ホームページ：<http://www4.justnet.ne.jp/^serenity/>