



Alcoholics  
Anonymous

# こちらAA 専門家の皆様へのニューズレター

〒100-8602 東京都中央郵便局 私書箱916

**2000年**  
**No. 5**  
AA日本常任理事会  
広報委員会

発行所 JSO AA日本ゼネラルサービスオフィス 〒171-0014 東京都豊島区池袋4-17-10 土屋ビル4F

TEL (03) 3590-5377 FAX (03) 3590-5419

## AA日本25周年記念・国際シンポジウム特集



### AA 25周年国際シンポジウムに参加して

シンポジスト A類常任理事 田辺 等 (精神科医、札幌)

このたび日本のAA 25周年を記念する集いで、アメリカからAAに精通した医療関係者を招いて国際シンポジウムが開かれた。私は、同じA類理事の平野かよ子さんと共に日本人のシンポジストとして参加した。3人はアメリカからのシンポジストであるから、当然、英語の通訳を介してのやりとりであり、語学が不得手な私としては不安も多かったが、そこはそれAAのこと、「仲間」感覚がおおいに助けとなった。国の違い、民族の違いがあっても、同じ問題に向き合ってきたのだな - という感覚が共有でき、関係者としても分かち合いの多いシンポジウムであった。ここではシンポジウム全体の感想を中心に述べてみたい。

ロナルド・スミス氏は、米国のアルコール問題の概要を紹介しながらの発言で、アルコール関連問題の多様な面に言及した。米国の刑務所や拘置所の「ベッド」の85%がアルコール依存症であるという。米国の精神科医療がいわゆる収容主義から脱却するための「脱入院医療」を展開する中で、病院ではなく拘置所や刑務所にアルコール問題を持つ人がシフトしている現状を話していた。スミス氏は私と同じ精神科医であるから、脱入院主義が、経済面や政策面の裏付けを失って頓挫したことで、street peopleとして精神障害者や中毒者が放りだされることになった経緯を残念に思っているようだった。

診断に関して、スミス氏は「社会的、精神的、霊的に重大な問題を起しているにもかかわらず飲み続けているかどうか」を基準にしていると語っていた。御存知のように、米国は専門家向けの操作的診断基準作りが得意のお国柄であるが、このように病態のエッセンスを診断の眼目として語ってくれたので、操作的診断の嫌いな精神科医としてほっとする思いであった。

スミス氏の発言で瞠目したのは、医師とパイロットにアルコール依存症が多いということである。医師の10%、パイロットの15%がアルコール依存症というのである。カリフォルニアの海軍病院（彼は海軍大尉でもあるらしい）では、アルコール依存症の医師向けの治療プログラムを作っており、医師のAAメンバーの予後は回復率80%と良好とのことである。もっとも2200人を治療教育して、AAには230名しかつながっていないようだった。

アメリカのシンポジスト達が強調するのは、AAが「最も効果がある」し「最も安価」であるという点だ。やはりコスト・パフォーマンスを追求する国なのだろう。

スミス夫人であるアニタ・G・スミスはソ・シャルワ・クのマスタ・で心理治療士の観点から発言していた。12ステップを使うAAの回復過程を心理学的に意味づけし、整理しながら、集団力動の中でメンバーがどのような心の動きを体験し、成長していくかについての彼女の見解を述べた。アニタは治療とself help groupとはお互いに相補うものであると考えている。細かいことは省くが、AAをよく知っているセラピスト、アルコール依存症の回復過程に十分つきあってきたセラピストであることは間違いない。（ついながらアニタは、目元のクッキリした美しい女性でロナルドより相当若く見えたが、これは私のやっかみだろう）

デビッド・ボッコフ氏は内科医であるが、アルコール依存症の感情の問題、例えば不安、孤独感などをとりあげ、彼の言うところの「感情の空洞」などについて語ったことが印象的であった。「アルコールが問題の人はアルコールをやめれば問題は解決するが、アルコール依存症では解決しない」と逆説的表現で聴衆を注目させ、「アルコール依存症はアルコールが問題ではなく、アルコール依存症が問題なのだ」から、アルコールを解毒すれば済むのではなく、アルコールを禁止したりアルコールから隔離しても問題は解決しない。AAこそがアルコール依存症から人間が回復していける場である。アルコール依存症は、それ以前には「感情の空洞」に酒を注ぐしかなかったのに、AAが「感情の空洞」を埋めていくと述べた。米国の3人が、それぞれの言葉でAAの有効性、AAにおける回復過程を、心理学的な面から話された。アメリカの最大のミーティング会場は、ロサンゼルスの水曜日夜のミーティング場らしく、そこには800人が集まるとのこと。アメリカは進んでいる！（それとも荒廃してる？）

平野さんも私も自分がAAと関わってきた体験を基本において発言した。平

野さんは、それを著書としてもまとめている。是非買って読んでほしい。（「セルフヘルプグループによる回復」川島書店）

私も20年近くになるAAとの関わりを振り返って、自分なりの自助グループ論(?)を考える良い機会となった。私は、アディクションには集団精神療法が最も効果的であると考えているし、自助グループ、中でもAAは、極めて実存的な治療的要因を持つグループであることを中心に述べた。（私の発言は論文などにはなりそうもないので、シンポジウムの記録を読んでいただくと幸いです。社交辞令として米国のシンポジストは褒め言葉の形容詞を2、3言ですが、声かけしてくれました）

フロアとの討論では、どこでもよく扱われる幾つかのテーマがここでも扱われた。

spirituality (霊性) の問題、宗教性や神という問題がその1つである。

スミス博士は「AAには無神論者はたくさんいる」し、よくAAメンバーが唱和する平安の祈りについても「祈りの言葉はなくてもいいし」、「日本であるならば、仏教のものでも、神道のものでも良い」みんなで「自分以外のもの」に助けを求める（謙虚さ？それとも敬虔さ？）気持ちが大切、祈る気持ちが大事だと説明した。

田辺は「日本人は正月には神社にお参りし、死んだらお寺で葬式を上げ、クリスマスにケーキを食べる。酒を断つ時になったら『平安の祈り』を口にすると、そんなもんでいいのでは - 」などと暴言を吐いてしまった（余り後悔していないが）

会場には熱心で友好的な雰囲気が漂い、実際の・臨床的・体験的な知恵とユ・モアが披露された。最後になるが、進行役を勤めて全体をみごとにコーディネートされた岡崎さんと、通訳のお2人、それに裏方（仕掛け人？）のJSO山本さん、野崎さん、他のAAの理事たちに大いに感謝したい。

### すれ違ったままに より深い議論は不可能だったのか

住吉病院 医師 大河原 昌夫

休憩をはさんで4時間以上も続いた『国際シンポジウム』を聞きながら、アメリカ合衆国からここに招かれた人々と討論をする難しさに、私は溜め息をついてしまった。

通訳の難しさもあつたものの、私（たち）の経験する国際会議では、ほとんどの場合、私たちがかの国の事情を知っているのと比べ物にならないくらい、彼らは私たちの国の事情に疎いとの前提で始めなければならないのだ。

同じ回復者でも、『断酒会出身』と、『AA出身』では人格が違ってくるのではとの質問があつても、彼らは日本とそこでの断酒会（の雰囲気）を知らないもので、討論は始まらない。

AAの宗教性はどうか。日本のアルコール依存症が初めてAAに出会うとき、AAは宗教ではないとの説明をいくら聞いても、例えば「私たちが神に近づこうと努めるとき、神はかならず私たちの前に現れる」（『アルコール依存症・アノニマス』第4章）の言葉に、疑問と困惑を感じるかも知れない。「ここで言う神はキリスト教の神じゃないか」と思っても不思議はないだろう。だが、スミス氏は、「アルコール依存症が回復するのに神を信ずる必要はない」との教科書的答弁で終わってしまう。

AAの初期メンバーがプロテスタンティズムの影響を受けていた事実、或いは多くの日本人が神の言葉に戸惑う事実と、実際の活動や回復に神を敢えて言えば、AAで言う神の概念すら信ずる必要がない事実が混同され、フロアの質問は常に宙を舞ってしまう。私は、多くのアルコール依存症がAAによって回復するのは、AAにある深い宗教性だと思っている。宗教性の深さは、他者への寛容と感謝によって示される。それがAAを支えている。だから私も常にAA（とアラノン）に惹かれてきた。

そこまでの議論を私はしたかった。

私の知る範囲で、合衆国のAAに近い医師、CWは、ベンゾジアゼピン系の精神安定剤を極端に排斥する。確かに、それには習慣性があるが、アルコール依存症に限らず必要なときがあると私は考えている。

ところが、彼らは、精神分裂病と、うつ病、そして最近ではパニック障害にだけ薬を認め、不安障害や睡眠障害に効果があるであろう、安定剤の使用を認め



ない。これは極端過ぎると私は考える。だが、私はこれまでの体験からして、残念ながら議論をする気持ちになれなかった。私は一人ひとりに沿った回復と治療を志したい。

ボッコフ氏は繰り返して、「AAは飲酒に問題のある人のための場所ではなく、感情に問題のある人のための場所です」と述べていたが、誤解を生じる発言だと思ふ。

G.Vaillantの著名な研究を引くまでもなく、特に感情の問題を抱えないアルコールは存在し、仮に感情の問題を抱えるとしても、ほとんどの場合、そ

れは病気の結果なのであり、感情に問題があったがために、飲酒問題が悪化し、アルコールになるのではない。それはすでに学問的に否定された、『病前性格説』、『病前情緒不安定説』である。アルコールはあらかじめ感情に問題のある人になる病では決してないことを強調したい。

私がフランスを歩けば、私の発言は日本人の代表のように思われてしまうことがある。今回のシンポジウムでの発言が合衆国の全体像とは考えない。敢えてそういいたい。日本のAA、そして、私のようにAAに学んでいる関係者は、外国から学ぶべきものは学び、釈然としないものは考え抜く勇気をこれからも持ちたいと思った。



# 「国際シンポジウム報告書」が完成

専門家のための国際シンポジウム — AAと医療関連機関との協力を深めるには—

当日の熱い雰囲気やできるだけそのままにお伝えしています。報告書そのものは無料ですが、送料の実費負担をお願いします。入手を希望する関係者のかたはJ SO、あるいは各地のセントラルオフィスにご連絡ください。(A5版49頁) 無料

## ビッグブック翻訳改訂に至るまで

AA 日本出版局

今年の二月にビッグブックの翻訳改訂版が発行された。おおむね好評ではあるが、以前のビッグブックを回復の支えとして、ここまでの道を歩んできた人々には受け入れがたい気持ちがあるのは当然のことだろう。常に原文のビッグブックに触れている者にとっては、何とか原文通りのニュアンスを伝える日本語翻訳版を出したいという切なる思いがあつても、原文を読んでいない人にとっては、旧版のビッグブックがビッグブックそのものなのであつて、その人たちにしてみれば、あれは違ふのだと言われても、何を根拠に違ふなどというのかという疑問が残る。完ぺきな翻訳などありえない。ひとつの言葉を選ぶのに、何ヶ月もかかることがある。たとえばステップ一の「思い通りに生きていけないことになったこと」だ。原文は「unhappy」、つまりもうマネージできなくなつてしまつた、という用語の訳には、具体的な用語を各地域の出版物発行に携つたことのあるメンバーや援助者、翻訳者に翻訳案を提出してもらつてから、さらに既存の翻訳をすべてあたり、最終的な結論が出るまでに九ヶ月かかつた。その間の意見交換は、重なるほどに収拾がつかなくなるばかりだつた。

そもそもなぜ改訂案が出たかといえば、それは「先進国の圧力?」、いや、「先進国の熱意にあふれた提案」が今回の改訂に少なからずの影響を与えたといえる。外国から来たAメンパーが日本のAAに触れるたびに、何かほかの国のAAと違ふという印象を持つて本国に帰国し、そのうち、日本のAAがどこか違ふのはビッグブックの翻訳にあるのではないかという話がかかり広まつたようである。実際にアメリカにいる一般の日本人に読んでもらったところ、キリスト教の本だとか、難解で分からないとかいう感想に、ニューヨークのGSOの関係者たちも頭を抱えていたらしい。世界中でこれほどまでに愛用されているビッグブックがなぜ日本では身近なものとして利用されていないのか。

だが、たとえ日本語のビッグブックが難解でキリスト教的だと言われようと、わが国では霊的で、格調の高い、崇高な訳文として認められていた。それを替えるなどということ、一体だれにできるだろうか? 一九九七年の評議会で、翻訳改訂が承認され、作業については常任理事会に一任された。そこで考へたのが、「国際出版物基金」の援助を利用して、ニューヨークのGSOにビッグブックの翻訳から発行にいたるすべてを依頼し、それにかかつた費用を出版基金に日本が献金するという案、だつた。それほどわが国で改訂することにほだれも消極的であり、それほど日本のAAは従来の訳を大事にしていたのだと言へる。

さて、実際にニューヨークのGSOに翻訳を依頼し、GSOでは翻訳会社に訳を依頼した。翻訳会社の訳方針は、全体のトーンが愛情や暖かみにあふれ、読者に感動を与えるものであること。説教的で形式主義的で読者がうんざりするような表現ではないこと。「超越した存在」については、歴史的にも文化的にも哲学的にも日本人に合ったものとして表現すること(神という表現は使わない)。原本の精神、原本が伝える本来のメッセージを損なわず、それでもあらゆる社会層やあらゆる教育レベルの人が読めるものであること、というものであつた。そこまでは私たちが大いに同意できた。彼らは、「霊的」「精神的」に、「ハイパーパワー」は、「人力を超えた力」、「神」は、「人間を超える存在」という表現にした。そしてできあがつてきた試訳は、どうしようもなかつた。日本全国の出版関連のメンバーたちに読んでもらったところ、だれもがアルコールのことともアルコールの本質もまったく分からない人が訳したお話にならない翻訳文という手厳しい意見で、これではお金をかけて出版するほどの価値はないという指摘が圧倒的だつた。そこで再検討した結果、ニューヨーク経由の話は打ち切りとなつた。ニューヨークからは試訳の実費の請求はなかつたが、かなりの面倒と迷惑をかけてしまつたことは否めない。この件についてGSO所長と直接話し合つたところ、彼から、経済的な問題は今後のようにでも話し合ひができるのでそのことは二の次にして、今大切なことは、AAのビッグブックとして、日本語のビッグブックは原本どおりにとつてもすばらしいと言われような、世界に恥じない、誇れるものに改訂してほしいという要望が伝えられた。

改訂案は白紙に戻り、常任理事会でまた方針案が出された。基本路線として、下訳はプロの翻訳者に有料で依頼し、編集は出版局を中心に従来のやりかたで行なうこととなつた。またまたAメンパーでプロの翻訳者がいた。「AA成年に達する」の一部やボックス掲載のグレイプバインの記事の翻訳を数多く手がけたメンバーで、彼の翻訳には定評があつた。そのメンバーに正式に依頼し、そろそろ何章かの翻訳が届くと思つたところ、彼から肺の病気でもう仕事ができなくなつたという連絡が入つた。また、白紙に戻つた。今度はこの分野の翻訳で評判のよい翻訳者に当たつてみることにした。そこでたどり着いたのが、今回のプロの翻訳者であり、その人の翻訳をもとに、AAのメンバーが推敲を重ねて発行にこぎつけた次第である。発行直後にたまたまアメリカ・カナダ太平洋地域サーピス委員



会に招かれた元常任理事が新しい日本語のビッグブックを持参し、その経過を発表した。その快挙に会場はどよめき、割れんばかりの拍手が鳴り響いた。バイリンガルのメンバーからは、原本のビッグブックの内容を案によく伝えていると、わざわざ国際電話が入つた。だが、それは日本のAAの評価とは違つていたことも付け加えなくてはならない。冒頭でも述べたが、これまでのビッグブックを大切に生きてきた人々にとっては、それが否定され、回復の指針が強引にもぎとられてしまつた感があるだろう。だとしたら、今度のものを、まったく新しいAAの回復の本としてとらえてほしい。AAの回復のプログラムを實踐し、プログラムの希望を實現するための道具としてとらえてほしい、と願つている。世界に誇れるすばらしい日本語の「アルコールリクス・アノニマス」を発行できたこと信じているからだ。

### AAの十二のステップ

- 一 私たちはアルコールに對し無力であり、思い通りに生きていけないことであることを認めた。
- 二 自分を超えた大きな力が、私たちが健康な心に戻してくれると信じるようになった。
- 三 私たちの意志と生き方を、自分なりに理解した神の配慮にゆだねる決心をした。
- 四 恐れずに、徹底して、自分自身の棚卸しを行ない、それを表に作つた。
- 五 神に對し、自分自身に對し、そしてもう一人の人に對して、自分の過ちの本質をありのままに認めた。
- 六 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すべて整つた。
- 七 私たちの短所を取り除いて下さいと、謙虚に神に求めた。
- 八 私たちが傷つたすべての人の表を作り、その人たちが全員に進んで埋め合わせをしようとする気持ちになつた。
- 九 その人たちが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。
- 十 自分自身の棚卸しを続け、間違つたときは直ちにそれを認めた。
- 十一 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、それを實踐する力だけを求めた。
- 十二 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實行しようと努力した。

(AAワールドサーピス社の許可のもとに再録)

### AAの十二の伝統

- 一 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の一体性にかかつている。
- 二 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つた自分を見られる、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つて、支配はしない。
- 三 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ひだけである。
- 四 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。
- 五 各グループの本来の目的はただ一つ、いま苦しんでいるアルコールにメッセージを運ぶことである。
- 六 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、名声によつて、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。
- 七 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。
- 八 アルコールリクス・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ぬ。ただ、サーピスセンターのようなところでは、専従の職員を雇つことができる。
- 九 AAそのものは決して組織化されるべきではない。だがグループやメンバーに對して直接責任を担うサーピス機関や委員会を設けることはできる。
- 十 アルコールリクス・アノニマスは、外部の問題に意見を持たない。したがつて、AAの名前は決して公の論争では引き合ひに出されない。
- 十一 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、私たちはつねに個人名を伏せる必要がある。
- 十二 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ワールドサーピス社の許可のもとに再録)



J SOの業務時間 月曜日から金曜日 午前10時から午後6時 (祝祭日は休み) **変更しました**  
 ホームページアドレス <http://www.cam.hi-ho.ne.jp/aa-jso/>  
 ☆関係する機関などで、この「専門家の皆様へのニュースレター」が届いていない場合は、どうぞ送付先を御連絡下さい。