



Alcoholics
Anonymous

こちらAA 専門家の皆様へのニューズレター

〒100-8691 東京都中央郵便局 私書箱 916

2001年
No. 9
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

Dear Isamu: Below is the paragraph that Bill asked me to send you: I am very much looking forward to my visit with Japanese professionals and AA members. In the United States I have found being an AA class A trustee both an inspiring privilege and an opportunity. I am able (1) to live in, (2) share with and (3) translate between two worlds at the same time. Besides, there is no other way that I could be allowed honorary membership in the organization I admire above all others in the world - Alcoholics Anonymous. To be allowed to visit Japan this February and learn from you how the fellowship of AA and the professional treatment of alcoholism are carried out in another culture is just a wonderful. Thank you Japan G.S.O.

In Love and Service George

今回日本を訪問し、日本のアルコール医療の専門分野のみならずAAのメンバーにお会いできることをとても楽しみにしています。

アメリカで私はAAのA類常任理事(ノン・アルコール常任理事)を務めさせていただいておりますが、そのこと自体、深く心動かされる素晴らしい機会であり、名誉なことだと思っております。なにしろ、同時にふたつの世界の(1)生き方を知り、(2)共感し、(3)解釈することができるのですから。それに、この世の中で私がとりわけ賞賛する集まりであるアルコールクス・アノニマスに名誉あるメンバーに加えさせてもらえる唯一の方法でもあるからです。

2月に日本を訪問し、私たちとは違う文化をもつ日本でのAAの状況、アルコール専門分野の治療の状況を直接うかがえると、ただただ胸がおどります。このような機会を与えてくださった日本のゼネラルサービスオフィスに心から感謝しております。愛とサービスの気持ちをこめて、ジョージ

ジョージ・ヴァリアント博士は、1998年に「A類」(ノンアルコール)の理事としてAAの常任理事会(General Service Board / GSB)の一員となった。彼はハーバード大学医学部の教授であり、ハーバード大学保健サービス・成人発達学部門の部長であり、Brigham and Women's 病院の精神科の研究主任である。アルコールに関する包括的研究の成果である「アルコールのナチュラルヒストリー再考」の著者として、ジョージ・ヴァリアントは、アルコールとアディクションに関して幅広い講義をしており、この分野における研究の第一人者である。

インタビュー 医者は語る

グレイブバイン誌：ハーバードマガジンに掲載されたアルコール症についての論文で、先生は骨折のために救急治療室に運ばれてくる人々の50%が酒のせいであるのだが、血液中のアルコール濃度がチェックされることはない、と言いましたね。医学の専門家が今日、アルコール症をどう見ているのかと言うことに興味があります。この点についてもう少しお話しただけいいでしょうか。

ヴァリアント：救急治療室で起こっていることは、実際にはもっとドラマチックです。救急治療室に運ばれてくるすべての人々の約50%はアルコールの血中濃度が0.25%を超えています。アルコールがそれだけの濃度に達していると、もし依存症でない人だったら事故に合うどころか人事不省に陥ってしまうでしょう。そして、このことは医者にとって生化学的に明白な事実であるにもかかわらず、患者は適切な場所に紹介されないのです。アルコール症のことについてはまったく何もなされないのです。というのは、医学専門家はアルコール症の治療については無力を感じており、希望を持っていない。無力感は医者が現実を目につぶる十分な理由になっています。

グレイブバイン誌：そういった無力感が根強く続いているのはどうしてだとお考えですか。

ヴァリアント：そのことに関して注目していただきたいのは、回復したアルコールと出会ったことのある医者がとても少ないと言う事実なのです。もしあなたが回復したとしたら、自分の主治医に自分がアルコールだと言うことを教える必要はない理由はありません。もし回復していない時には、何十回と医者に診てもらわなければならないかもしれませんし、そのたびに医者の脳裏にはあなたのことが永久に刻み込まれますね。結果的に、医者は失敗ケースばかりを数え上げ、成功例については何も知らないということになります。彼らは、全回復例の40%がアルコールクス・アノニマスを通してのことだということもわかっていないでしょう。

グレイブバイン誌：その現状を変えるために、何かできることはないのですか？

ヴァリアント：私の知っている2つの最も簡単な方法はいずれもAA共同体の力の及ぶ範囲内なのです。ひとつは自分の主治医をオープンミーティングに連れて行くことです。何年も回復を続け、立派な背広を着こなして、普通に見える人々の姿を自分の目で見てもらうことです。断酒を続けているアルコールの姿には人を感動させる力があります。私自身の経験から言っても、オープンミーティングに参加し、そういった人々と出会ったことはとても重要なことだったと思っています。

二つめは、12番目のステップを自分の主治医に対して行うことです。でもそれは、主治医にアルコールのことやアルコールクス・アノニマスのことを教えることではありません。患者がやる気になったときに電話できるよう、連絡できる人たちのリストを渡すということです。医者が自分の仕事の中で、回復したアルコールと出会うことはとても少ないのです。ですから、回復したアルコールの側から、「よかったら患者さんと話をさせてください」と申し出るか、あるいは、連絡できる人たちのリストを渡す必要があります。そういったきちんとタイプされた連絡先のリストこそ医者には必要なのです。そういう連絡先を紹介したことでうまくいった例なども医者には参考になります。それでこそ彼らはあきらめではなく希望を持つことができます。

グレイブバイン誌：アルコールでもないあなた自身は、どうやってAAを知ったのですか？

ヴァリアント：アルコール・クリニックで働いたことがありますが、そのとき雇用の条件だったのです。月に一度はミーティングに参加しなければいけませんでした。さ

らに、そのスタッフの半分は回復したアルコールだったのです。そして私は初めて、彼らから、この病気がどういうものか学びました。ハーバードにいた10年間で初めてだったのです。

グレイブバイン誌：今日、そういったことを医学生に義務づけようといった動きはないのですか？

ヴァリアント：この10年、多くの医学部で、学生に1~2回のAAミーティングへの参加を義務づけるようになりました。この多くは、AAの「専門家協力委員会(Cooperation with the Professional Community committee / CPC committee)」の活動のおかげでもあります。しかし問題もあります。初めて2回のミーティングに出たぐらいでは、「この人たちが本当に回復してるなんてすごい！」などとは感じられないことがあまりに多すぎるのです。そこで学ぶことは、アルコール症はなんて恐ろしい病気だと言うことであって、ミーティングで出会う人々と、骨折のために救急治療室で出会う人たちが同じだと言うことには思い至らないのです。

だんだんとわかってきたことですが、医学生に対して、人の良好で高貴な面を教えることができ、そして試験になると、彼らはそれについて正しい解答を出します。しかし、医学生が実際に医者という仕事を学ぶのは、レジデント(訳注：インターンを終了した開業前の研修医。病院住み込みの場合が多い)と一緒に仕事をし、病院の病棟や救急治療室なのです。そしてインターンは、きわめて当然の理由で、心からアルコールを憎むのです。そのため、レジデントが終わった後に教育プログラムをもう一度始めなければなりません。そして、現実的には、患者が実際に医者に対してできることは、AAについて教えることではなく、自分の体験を話し、12ステップにふさわしい何らかの体験談を提供することであり、さっきお話ししたように、彼らに問題が起きたときに連絡できる電話番号を伝えることなのです。

グレイブバイン誌：先ほど断酒を続けている人の40%は、AAに参加してそれを成し遂げているとお話されましたが、残りの60%の人々はどのようにしているのでしょうか？

AAにいるわたしたちとしてはそういった人々にもっとオープンに、協調的にやっていく方がいいのでしょうか？

ヴァリアント：そうですね、考えても見てください。野球のバッターで打率4割なら立派なものです。AAは、非常に厄介な問題の解決法を知っているだけでもいいと思います。

ただ、GSO(ゼネラルサービスオフィス)のレベルにおいてAAはもっと謙虚に、60%の人々はAA抜きで断酒を続けているということを理解しても支障はないでしょう。確かに、この60%の人々は、AAの道具箱(訳注：AAのスピリチュアルな道具の入っている箱。AAのプログラム一式の比喩)を使いますが、彼らの霊性はAAから得られたものではないし、そのAAとは別のスピリチュアリティを持っているし、AAとは異なったサポートグループを利用しているし、そして私の言う「(アルコールに)取って代わる依存対象」もAAとは別のものです。しかし、彼らが使う基本要素はAAのそれと同じものなのです。

私は、残りの60%の人々がやっていることの中に、そこからAAが何かを学ばねばならないことなどはないと考えています。ただひとつ言えることは「壊れてなければ修理するな」と言うことです。もし、3年もの間断酒を続けており、しかも自分がAAに行っていないことに満足し、それを自慢しているような人に出会ったら、他の回復者がいることについてハイヤー・パワーに感謝してください。小文字の"sobriety"、ただ飲まないだけ、もあれば、大文字の"Sobriety"、もありますが、後者の"Sobriety"には、謙虚さと「自分が世界の中心だ」などと考えたりしないことも含まれるのです。だれかが、あなたの援助なしにうまくやれているとしたら、それでいいじゃないですか？

グレイブバイン誌：理事に就任してから、AAについて新しくわかったことがありますか？あるいは、活動の中であなたを驚かせるようなことが何かありましたか？

ヴァリアント：サービスマニュアルは読んだことがなかったのですが、これは合衆国憲法と同じように世界の著作物としても偉大な作品ではないでしょうか。ノンアルコールの私にはそう思えます。サービスマニュアルは人類の思想に大きな貢献を為しています。

それから、スピリチュアリティと言うものについて学ばせてもらいました。いつも理事会は週末に開かれますので、わたしはこう考えてしまいます、「また週末を家族と別れて過ごすなんて面白くないなあ」と。そして、あとの二日は、わたしが何か特別

の存在であることは無関係な愛と受容に浸って過ごします。そうです、わたしはスピリチュアリティーのもう一つの定義を学んだのです。私たち一人ひとりにはみな、浜辺で砕け散る美しい波のようなものなのです。波は「いよいよ出番だ、これが最後だ」と見得を切って砕けるのですが、その時、後ろから声が聞こえてくるのです、「心配するな。あなたは波なんかじゃないから、海の一部だよ」と。

グレイブパイン誌：AAにおける薬物依存者の存在について多くの論争があります。この点についてはどうお考えですか？

ヴァリアント：これは非常に重要な質問です。AAはアルコールリズムに焦点を合わせなければなりません。それはまったく正しい。世界中にはまだまだ大勢のアルコールリクがいるのですから、自分たちの一番の重要な目的について思い煩う必要はありません。しかし、多剤乱用の依存症者もたくさんいます。重要なことは各々のグループが、寛容で包容力を持つことができるかどうかと言うことです。あるグループでは、白人で、中年の、プロテスタントの男性が歓迎されるでしょう。それはそれでかまいません。AAの他のグループからは、絶望的な太古の遺物だとか、政治的に間違っている、とか見なされたとしても、そういったグループも存在しなければいけないのです。そして、一方では、アルコールリズムについて十分な時間をとっては話さず、500万ドルに上る自分たちのコカインの習慣についてばかり話すような人に対して寛容になれるグループもあるのです。それが時代の流れというものです。アルコールリク自体はだんだんと少なくなるでしょう。変わっていかねばならないグループも出てくるでしょう。

グレイブパイン誌：これからのAAの課題としてはどのようなことがあるとお考えですか？

ヴァリアント：間違いなく二つあると思います。ひとつは、AAが宗教ではないかと思つて二の足を踏む人々と有意義な関係を築くことです。このためには、伝統を失うことなく多様性を取り入れていくというAAの努力と成長が必要です。これは、ビル・ウィルソンが書いたビッグ・ブックの最初の164ページ(訳注：1章までの本文、日本語版では273ページ)を守ると同時に、一部のグループがぞつとするような内容の現代風の個人物語をも(ビッグ・ブック)に載せるということの意味すると思います。

第二の課題は(A類のわたしにとってはこちらの方が重要かもしれませんが)、アルコールクス・アノニマスが何と驚くべき組織であるかを世界に伝えていくということです。ただ単にアルコールリズムを治す力があると言うだけでなく、私たちみんながひとつの惑星の住人であると言う事実を、思想として表現する能力を持っているという点についても言えるのです。

一例を挙げましょう。人間について精通し平和的であるはずの団体は、キリスト教会にしても、精神分析運動にしても、そして平和運動もまた、常に分裂し、互いに闘っています。一方、AAでは、約20万人の多様な個人が、それも彼らのかつての人生は、「平安」とはかけ離れたものであり、その点ではキリスト教徒にも、精神分析家にも、平和運動家にも劣っていたにもかかわらず、その人々が、共通の価値のために、どうかこうか60年のあいだ、ともに活動を続けてきたのです。

これが共同体としての挑戦であるかどうか、また人々を断酒の生活に導く上で必要かどうか、何とも言えません。けれども私から見れば、これは人々がこのメッセージの深さを理解しているということについての挑戦だと思います。そしてこのメッセージが12のステップよりも12の伝統と12の概念にうまく表されていると思います。

グレイブパイン誌：宗教を信じない人々とか、AAが何かの宗教儀式を行っているのではと怖れる人々についての話ですが、それはアルコールリズムの分野で働く専門家のことでしょうか、それともアルコールリク自身のことでしょうか？

ヴァリアント：両方です。アルコールリクは「恥の意識」のために、排除されることに非常に敏感です。ですから、「もし私たちの持っているものをほしいと思えば、ハイヤー・パワーを信じなさい。スピリチュアルでなければいけません。もしできなくても形の上だけでも実行しなさい」などと言われると、大きな脅威を感じる人々です。彼らはまだ自己に浸っていますので、自分よりも大きな力に依存するという考えは、これから学んでいかなければならないのです。こう考えるとよいのではないですか。例えば勤勉に働くこと、教育課程を全うすることなど、親が持つ信条には18才の青年にはとても理解できないものがたくさんあるのです。そしてあるアルコールリクにとってのスピリチュアリティーは、同じように何年も経ってからはじめて判ることなのです。AAは、あるがままの人々に合わせなければいけないこと、できることは愛情のこもった忠告をすることだけだと云うことを、いつも忘れられないようにしなければいけません。

アルコールクス・アノニマスが宗教でないことは、ビル・ウィルソンも非常にはっきりと説明しています。また、彼の主張では、苦しんでいるアルコールリクの誰かを排除するようなことは決してあってはならない、ということもはっきりしています。しかし、ひとつの伝統の中で成長してきた人々に、他の伝統の中で成長してきた人々の目から見た世界はどういうものかを理解してもらおうに継続的な話し合いが必要です。普遍性を達成することはとても困難なことです。そしてAAは世界的な一体性を保つよう努める一方で、絶えず進化もとげなければいけません。変化ということよりも、成長過程というべきでしょう。

「インタビュー：医者語る」について
- グレイブパイン読者よりの意見 -

頼みになる理事たち (ニューヨーク市ブルックリンより)

「医者語る」(グレイブパイン2001年5月号、ぶどう樹2001年秋季号に掲載)と題されたインタビューに感謝します。ジョージ・ヴァリアントの意見を読んで、私はビル・Wがグレイブパイン誌の1951年11月号に書いてくれた、「ノン・アルコールの理事たちは公平な立場にあるので、私たちのような気まぐれで不公平なアルコールリクより良い判断を、しばしば示してくれた。」という文章を思い出しました。

今日のAAに関する興味深い意見に加えて、ヴァリアント博士は、もう一つの宣言について考えるための素材を私たちに提供してくれています。AAの霊的な基礎について、彼は「AAは人々がいる場所で彼らに会う必要があり、また愛に満ちた提案をすることしかできないのだということを、いつも思い出さなければなりません。」と述べてい

ます。この考えは、「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。それは私の責任だ」という言葉と同じように、私にとっては例外なく真実であり、魅力のあるものです。

ジョージ・ヴァリアント氏が私たちの理事であり、グレイブパイン誌が私たちの考慮とディスカッションのために、彼の意見を掲載してくれたことを感謝します。

ボイス・B

—60/40— (ペンシルベニア州バトラー)

「医者語る」では、すべての回復のうち40%が、AAを通して起こっていると書いてあります。最初これを読んだとき、私は「残りの60%はどうやって飲まないのだろうか」と思いました。私にはAAなしで、ソプラエティを獲得し、維持できるなどは想像できません。もう一つの疑問は、「この統計はどういう出典に基づいているのだろうか」ということでした。この分野は私の専門ではありませんが、AAによらないで回復している人のパーセンテージはかなり高いように思われ、驚きました。それで私は好奇心をそられました。回復の初期の段階でこれを読んだのではないことを喜んでます。もしそうだったら、私は生き方のデザインを与えてくれた命綱から離れ、今つながっているすばらしい人々から、自分を切り離していたかも知れません。

ダイアン・P

—混乱したメッセージ— (ニュージャージー州マーゲイト)

貴誌のジョージ・ヴァリアントとのインタビューを読んだ後で、私たちの第一の目的に関する彼の理解について、幾つか深刻な疑問を感じました。AAの中にある薬物依存症者の役割について、貴誌が彼の意見を求めたとき、AAはアルコールリズムに焦点を合わせなければならぬと、彼は言っています。そしてまた「まだまだ大勢のアルコールリクがいる」ので、私たちAAは「私たちの第一の目的について思い煩うべきではない」と言っています。

さらに続けて、グループが、多剤乱用の依存症者に対して寛容で、包容力をもつことが重要だ、と述べています。ビル・Wは、「アルコール以外の諸問題」というパンフレットの中で、多剤乱用者が真の飲酒問題をかかえている限り、AAは彼らを歓迎する、だがノン・アルコールの依存症者を、AAのメンバーにすることはできない、と述べています。

しかるにヴァリアント博士は、自分のコカイン常習について長々と語り、アルコールリズムについてはほとんど話さない人々を寛容に受け入れる他のグループがあると述べる時、矛盾したことを言っているように思われます。彼はそれが「時代の流れ」であり、「アルコールリク自体はだんだんと少なくなる」と述べています。それは本当でしょうか。どこから彼はその数字を得たのでしょうか。「だから変わっていかねばならないグループも出てくる」と彼は言います。お蔭様で、私のホームグループはそうではありません。

これは私には、危険な、混乱したメッセージのように思われます。最も重要な伝統5、「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リクにメッセージを運ぶことである。」をしっかり守りましょう。

ヴァリアント博士はご自分の意見をもつ権利があります。しかしAAの理事として、彼のメッセージは私たちの知る限りでは、AAの存続に危険ではないかと心配しています。

ニール・S

医者の回答



—ご心配のAAの方へ—

伝統5に対する私の深い信念と献身を、重ねて表明したいと思います。アルコールリズムは、目的の単一性への明確な献身なくしては取り組むことのできない、非常に難しい病気です。私が「変わっていかねばならないグループも出てくる」という言葉で言おうとしたのは、将来は多重に依存症をもつ人たちが多くなるだろうから、ホームグループの中には、そのグループのミーティングで、今日一日ソバーでいたいという望みに焦点を合わせる限り、不可避的に、そのような多重の依存をもつ人々に、より一層寛容になるグループも出てくるだろうということでした。私はまた伝統3をも深く信じています。

ジョージ・ヴェイラント

編集部(グレイブパイン)注：

このインタビューの編集のしかたが悪かったため、幾つかのヴァリアント博士の見解について、混乱が生じたことを残念に思います。引用された統計は、ジョージ・E・ヴァリアント「アルコールリズムの自然史」1995年改訂版からのものです。
-「グレイブパイン」2001年8月号より。AAグレイブパイン社の許可を得て翻訳転載-

国際シンポジウム

AAアメリカ・カナダ常任理事会A類常任理事

「ヴァリアント先生を迎えて」



港区白金台

国立公衆衛生院講堂(3階) 2002年2月7日(木曜日) 14時(13時30分開場)

定員200名(申し込み先順) 2002年1月10日受付開始

JSO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) ☆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。
URL <http://www.cam.hi-ho.ne.jp/aa-jso/> e-mail aa-jso@cam.hi-ho.ne.jp