

AA日本ニューズレター

私書箱

〒100-91
東京都中央郵便局
私書箱 916



AA 日本ゼネラル・サービス・オフィス内 広報委員会
TEL03-590-5377 〒171 東京都豊島区池袋 2-23-3 橋ビル 9F



No.18

第2回関東甲信越地域 サービスフォーラム報告

去る8月27日(日)千駄ヶ谷区民会館にて関東甲信越地域の第2回目のサービスフォーラムが開かれました。テーマは「いま、グループで伝統は生かされていますか?」。

7月より小委員会で準備が進められ、今回のフォーラムでは、愚痴のこぼし合いや言いっぱなしだけでなく、方向付けを生み出す話し合いの場へ、地区の問題点を洗いざらい取り上げて経験の分かち合いをする、グループ・地区のサービス活動が停滞気味なので、グループに焦点を置く、専門家からAAに出されている要望を論点に入れ話し合う、などの目標が設定されました。

また、初めて日帰り方式にし、午前の部で各地区委員会からの現状報告、午後の部で、先日選ばれた関東地域評議員の話と各分科会ミーティング、夜の部では分科会報告とパネルディスカッションと、密度の濃いプログラムになりました。

当日は朝から風を伴う激しい雨の中、遠く宇都宮の仲間を含め71名が参加し、時には喧々ごうごう、時にはなごやかに話し合いが進みました。

午前の部の各地区からの現状報告では、事前に地区幹事集会でどのような報告をするか十分な話し合いが行われた成果が出、従来のミーティング場の紹介や主な活動報告といったハード面から一歩踏み込んだソフト面での報告がされました。現在抱えている問題、こうやって解決に向けて話し合ったなど、報告者の意見や感想も混ざり、聞いている方も自分の身近な問題として捕らえることができました。

午後の地域評議員の話からは、今後AAがたどっていく方向と希望が見えたように思います。また

分科会は、新しい仲間に対する配慮について、役割の交替性について、献金はどのように使われていますか、アノニミティについて、メッセージについて、の5つのテーマで行われ、今まで仲間が敬遠していた献金やアノニミティの分科会に多くのメンバーが集まるという新しい傾向が見られました。過去何回かのフォーラムの成果が、個々のメンバーの問題意識のレベルアップが感じられました。夜の部でパネラーに立った5人の仲間は、それぞれが違った観点から感想を述べ、AAの中で活動していくと柔軟性と個性が育っていくものかと納得し、この知恵を互いに殺すことなく発揮できるのがAAの良さだと改めて思いました。

フォーラム慣れか、全体に小さくまとまりすぎたのでは? 報告が大きすぎて意見交換の場が少なかつたのでは? などの感想も届いていますが、小委員会が目標にしたように、グループ・地区に焦点を当てながらAAの方向づけを生み出す話し合いの場となったというのが参加したメンバーの多くが感じたことでしょう。

以上、一メンバーの目に映ったフォーラムの姿を報告させていただきましたが、より詳細な報告書も11~12月頃出される予定ですので、より多くのメンバー、グループで活用していただきたいと思えます。

最後に、当日の会場で、机やイスの準備や後片づけ、コーヒーの用意、ゴミの処理など陰で黙々と働いて下さった名もなき仲間たちに感謝して終わりにします。



AA日本15周年記念集会ニュース

特別献金目標額100万円に対して、9月9日現在、1,107,880円になり、目標額を達成しました。メンバー、及び各グループの御協力に感謝いたします。なお、参加券を4,000円にて発売しております。お求めは、J S O、K C Oでどうぞ。15周年ポスター、1部100円で発売中です。在庫多数ありますので、よろしく願いいたします。

“ 燈火親しむビッグブック ”

『一緒にやること』 第7章

ビッグブックの第7章「一緒にやること」、すなわち12番目のステップのまだ苦しんでいるアルコール中毒者に対する手助けについてであるが、今現在の私の神概念についても触れながら書いてみたい。私は今までに特定の宗教に信仰を持ったことがないし、これから先も特に予定はない。そんな私が神について何かを語ろうというのだから恐れ入谷の鬼子母神である。

まず神の存在を前提としておく。私自身は存在を信じて疑わない。信じて疑わないが、かつての私は神に対してかなりの不平不満があった。

「なにゆえ私にだけ不当な試練を数多く与えたものか？」と。

試練に振り回され、押し潰されそうになったことも幾度か！

そして今、一滴のアルコールも口にしなくなって12年の年月が流れようとしている。もっともAAのプログラムは「生き方」であり、お酒の問題はほんの始まりにすぎないのであるから、お酒を12年間我慢して頑張らなかつたのではないし、そういう意味では年数はあまり関係ないと思う。

しかし、生き方として経験した12年のプロセスは分かち合いの材料としては貴重なものだと思う。飲まずに生きたのではなく、どう生きるかによって結果として、飲まなかつただけなのである。

とにかく私は生きた。H・P（ハイパーパワー）を信じ（鈴木美保子さんの言葉を借りました）そして神を信じた結果として今生きている。不当とも思えた試練は成長の為の試金石だったわけである。どの程度の成長かは自分ではよく分らないが相当なものだと思う。イヤ、思える・・・のじゃないかと思う。

今までに相当数の仲間と出会った。メッセージの結果としてメンバーになった人もいるし、いつの間にかグループに解け込んでメンバーになった人もいる。その内の何人かがまた、かつての私のように神に対し不平不満を言う人が出てくる。私と同じようなプロセスを通るのだろうか？ それとも・・・。

戦争とか交通事故とか、人間自身がかかってに起きた、不幸には違いない出来事を神にその責任を転嫁するのはまったくのナンセンスであろう。神は宇宙を司り、その片すみの太陽系を作り、地球を作り、その地球に自然を、植物を作り、動物を、そして人間を作られた、と私は認識する。そしてその地球に生きるものの全てを淘汰するために、天敵をも創られた。その自然の生態は神の摂理であると多くの人間は認識している。つまり、神は人間の為だけの神

ではありえないのである。人間以外の動植物は神を意識できるのか？ それはともかく人間以上に神に忠実なことは間違いないと私は思う。

人間が人間の力と知恵の及ばないところで不幸な事故に遭う。たとえば火山の噴火とか、台風による災害とか、まだ究明されていない病気とかで、数多くの人間が一度に死ぬ場合がある。人間側から見れば、まことに不幸な出来事に違いないが、全てに平等な神の人類に対する摂理なのだと思ふ。その中で私は生かされている。そしてアルコール依存症者である。全ての動植物は様々な形で、生き、死にする。人間もしかし。アルコール依存で多くの人が死に、その一部を私も見てきた。

しかしまあ、命に限りがあるのは幸いなことだろうと思う。もちろん個人差はあるだろうが、限られた命だからこそ燃焼できるし、もし限りないとしたならと考ただけでも死にたくなってしまう。

それはそれとして、生きるからには、やはりより良い生き方をしたいものである。アルコールに振り回され、生きることも死ぬこともできなくなっていた私がAAのプログラムと神の配慮によって、とにかく生きている。そして、もっとより良く生きるために一緒にやる仲間を必要とする。私が生きるために仲間が必要なのである。そのために様々な形でメッセージを送り続けている。結果として仲間が増え続け一人一人がまた、同じ行動を繰り返す。

各グループそして各個人の主要目的はただ一つ、まだ苦しんでいるアルコール依存症者にメッセージを運ぶことである。

グループの存在の大きな目的は、メッセージを運んだ結果としての受け皿的役割であろう。いくらメッセージを運んだとしても受け皿がなければどうにもならない。

AAのやり方でグループを円滑に運営してこそ、仲間が増え、自分が助かるという事であろう。

一緒にやることについての細かな心理的葛藤とか方法については、是非ビッグブックを参照していただきたいと思う。すでにお読みになった方も、もう一度！

K・N・



ビッグブックのディスカウントが終了しました
ご協力ありがとうございました。J S O

第2回専門分野からの 要望を伺う集い

関東/専門家協力委員会

9月2日(土)午後、幅広い分野の専門家の方々
が参加して下さり、第1回目より更にもう一歩進め
た話し合いが展開された。限られた紙面の都合上、
非常に簡単だがその内容を紹介したい。

*AAメンバーの連絡先の問題 アノニミティと
の兼ね合いがあり、連絡が取りにくく、顔を合わせ
ることも少なく、AAが利用しにくい。

*スポンサーシップの問題 本人との関わりのな
かで、立ち入ってはいけない距離を保ちつつも、そ
のスポンサーから状況を聞きたい(特に危険信号が
出た時など) 福祉事務所から。

*地域のメンバーとこのような集りをもちたい。

*視覚、聴覚障害者向けの点字やテープ、ビデオ
等のAAの資料に対する要望。

*専門家が加わる顧問制度のようなものを作る意
向はあるのか。

*AAの存在そのものを、もっと幅広く一般に知
らせる必要性。

*常に新しい人がつながるAAでは、AAの原則
を、常に言い続けていくことが重要。

年内にもう一度この集りを開きたいと考えている
が、次回はもう少し問題の焦点を絞っていきたく
思う。どうぞよろしくをお願いします。

メダルミーティングと AAプログラム

J S O 林

常に新しくプログラムを始める人たちがやってく
るので、AAではいつも同じことを言い続けるのは
大切なことである。

アルコールを身体に入れなくなって区切り区切り
で、メダルを受けるミーティングは、地味なことが
多いAAでは華やかなプログラムである。苦勞をね
ぎらい、そこまで到達したことを祝うのは、メンバ
ーにとってうれしいことである。そして回復途上の
1ヶ月、3ヶ月、6ヶ月、1年という区切りに、ア
ルコールが切れて肉体が不安定となり、ソプラエテ
ィの歩みが思うようにいかなることがある。いつ
もにも増してプログラムを実践することでそれは
乗り切れる。

1年のメダルは古今東西、ビギナーにとって、最
も人気のあるものらしい。その1年間に定期的に出
ていなかった仲間からの、メダルが欲しいし、ケー
キも欲しいがどうしたものだろうかという問い合わ
せがJ S Oにくる。それとは逆に、たまにしかミー
ティングに顔を出さなかったが、本人が申告してい
るのでグループから渡してもいいものだろうか、と

いう質問も来る。どうするかは、最終的にはそのグ
ループの判断に委ねられるが、メダルはあくまで本
人が胸を張って申請すればよいもので、AAが本人
のソーパーを証明するものではない、という認識は
大切なことであろう。

話は飛躍するが、AAは社会的に機能していくか
ら各方面の要求に耐えられるレベルのものでなくて
はならない。しかし一方で、今日、酒を切ってAA
にやってきた人たちに焦点を合わせてもいくから、
知的レベルの点で、物足りないという横顔もAAに
はある。また、プログラムを申し分ない程度に実践
していく多数の仲間の中で、ミーティングの出席も
まばらで、飲まないことで精一杯の人たちも、立派
なAAメンバーとして迎えられる雰囲気もある。そ
してAAにはいろいろな仲間がいるので、大きな集
会をする時には会場設定に事椅子が使えるかも考え
る。初歩的なパンフレットを点字で用意する。精神
的、肉体的なハンディキャップのあることに対し、
暖かい雰囲気を育てていこうとする側面もある。

すべてのメンバーにとって居心地がよく、しかし
全体として、立派な社会資源であることを、今のA
Aは目指している。

次のステップの踏切台

「おめでとう」とプレゼントを手渡される度に気
が重くなっていた。ローソクの立ったケーキ。正面
の席。ハッピーバースディの歌声が流れ、メダルを
渡されて!

オー、イヤダ!何故こんなことするの? アル中
が酒を止めるのは当然、何がめでたいものか、これ
からもこの苦しみを背負って生きていくことを考え
たら、とてもハッピーな気分になんかなれない。そ
して・・・そして・・・、一体どんな意味があるの?
儀式なんか、大きらい!次から次へ不平不満が沸
いていた。

これが1年目のメダルミーティングを迎えた日の
私だった。しかし時と共に変わるものである。今はそ
んな自分をからかう様に思い出している。桁外れの
ヒネクレ者だったのか・・・と。そしてまた、それ
でも表面は仲間の好意に応えねばと義理に笑顔を作
ろうと努力してたのだから。あの時の我が顔は定め
て不気味だったろうな・・・と。

それはともあれ、メダラーミーティングって何?
に答えるのが与えられた役目らしいのだが、現在の
私は「AAには経験から生まれた良識(一応の目安)
はあっても定義とか公式は無い」を持論としている
ので少々困っている。

第一に言えることは、全く無意味なものなら、こ
れまで慣習として持続している筈はないということ
である。では、その目的は何か。

お祝い? 努力日標? 励ましの手段? フェロ
ーシップ? 次のステップへの踏切台? それは各

メンバーそれぞれの受け止め方、考え方でよいのではないかと思う。自由なのだ。極言すれば拒否する自由もある。私自身は気弱さのためにイヤでも拒否できなかった。今はそれも良い経験だったと思う。小さな世界、自分の内に閉じ籠もりがちで、他者と協調することが下手だったのに、イヤイヤでも経験を一つ一つ重ねていくことで、伝統1の共同の善を意識できるようになれるのだから。

グループでする行動、経験の全てにAAの精神は、存在し、全てが無駄ではないと信じているし、そうあって欲しいと望んでいる。

しかし、批判の声を耳にすることもある。これは運営方法に問題があるのだらうと思う。実はこの原稿を書くに当って、2、3の仲間の意見を聞いてみた。無用論者と消極的賛成者だった。これは類は友を呼んだのであろう。積極賛成派や盛大にやろう派の存在も知っている。これはAAであり、これでよいと思う。色々なメンバーがいて、種々に考える。だから面白いし、成長の可能性も秘めている。全てのメンバーが満足する方法は？ 無い。ではどうしたらいいのだらう？ 答は簡単である。各グループは自立しているのだから、民主的な話し合いのもとに、良識ある判断で、各グループがそれぞれの方法を確立したらよいと思う。現実には全くしないグループもあると聞いている。これもそのグループの意志なら尊重すべきである。不都合と考える時は変える勇気を持つ。「絶対」ということはないと思う。ただここで本当に心すべきことは、少数意見にも謙虚に耳を傾け、大切にす姿勢を忘れてはならないと思う。これがAAの伝統の精神なのだとは私は考えている。

ぐるーぷ便り

しまねグループ

こんにちは、しまねグループです。

[AAしまねグループ]のミーティングが始まって2ヵ月足らず。何の力もない私たちが、こうしてミーティングを続けていること自体、不思議な気がしている毎日です。

ミーティングは、2人の女性の仲間が始まっています。そして今、男性がチラリ、ホラリ。でもミーティング場があると、大阪、金沢、名古屋からと、仲間が来てくれます。私たちは、ステップを踏んだ人間でもないし、ミーティングをどんなふうに進めていいかわからない、本当に無力な者の集りですけど、こうして、仲間が来てくれて、支えられています。それが、本当に嬉しいです。

ミーティングが一人の時もあります。そんな時、ふっと『私には力もないし、分かち合う経験も少ないから、仲間が集ってくるのだらうか？』ミーティングを続けられるだらうか？ などという不安に襲われたりもします。でもすぐ『あ、いけない。これは私のための時間。私が飲まないで今日一日を送る

ための時間なんだ。すべておまかせ、おまかせ』と思直します。

AAにつながって約5年、いつも、松江の地が遠く離れていることをうらやんでました。AAと出会っているのに、AAを知ることができず、仲間と出会っているのに、仲間と共に生きることができず、『さびしい』とつぶやいては、アルコールを離すことができませんでした。『毎日、ミーティングに出られたらなあ、そしたら私も...』。そんなことばかり思っただけの内は、神様もそっぽを向いて、何も手助けなどしてくれませんでした。

京都でのラウンドアップ。自分自身に対して、初めて正直になれた3日間でした。『私を変えて下さい』と素直に両手を差し出していたような気がします。仲間の話が私の体の中にしみわたってきて、一つ、行動を起こす勇気を与えてくれました。不安ながらも、階段を一つ登ると、それ以上のものが開かれてゆく感じでした。今まで私を苦しめてきた様々な出来事も、すべて私が回復し、成長していくための条件であったのだらう、と思えるようになりました。そして今、仲間が身近な存在感として私の中にあります。仲間からの贈り物をありがたく受けながら、ミーティングを『続ける』こと、謙虚に生きてゆくことを学んでゆきたいと思います。

『自分が何かをしよう』という思いに捕われず、大きな流れの中で少しずつすべてが変わってゆく、そんな中にいる自分自身の姿を見てゆけたらと思います。きっと、数限りなく、多くの仲間の命を支えてきただらう『祈りの言葉』を、わたしも大切に大切にしています。また、新しい仲間との出会いを心待ちにしています。美しい宍道湖や、島根の海もきっと心をなごませてくれると思います。

私たちに、大きな力とよるこびを与えてくれた仲間、そしてハイパーパワーに感謝します。是非また、島根に来て下さいね。

AA 55周年シアトル

インターナショナル・コンベンション 7/5-8,1990

参加申し込みの登録受付がいよいよ開始されました。登録受付と宿舎の予約の用紙がJSO、及び各セントラル・オフィスに備えてあります。参加希望者はお早めに登録を！。今回は主なイベントで、日本語の同時通訳がつく予定になっています。(別会場で同時開催されるアラノン、アラティーンのコベンションでもオープニングセレモニーでは日本語の同時通訳が予定されているとのことです)。

楽しい企画が一杯つまったインターナショナルコンベンション『55周年 今日一日』に参加ご希望の方は、登録と宿舎のお申し込みだけでもお早めどうぞ。お問い合わせと、詳しいパンフレットをご希望の方はJSO、もしくはお近くのオフィスまで。

[登録料 US\$55 宿舎\$25~\$140]