

AA出版物からの贈り物

読んでよかった、この1冊

AA滋賀・広報委員会は、この「AA出版物からの贈り物」で、AAの書籍やパンフレットなどの出版物を読んでもの分かち合いを行いたいと思います。AAメンバーはもちろん、AAの親しい友人のみなさんも、ぜひお気軽にご寄稿ください（EメールでもOKです）。今回はAAメンバーおふたりから『AA成年に達する』についての感想文が寄せられましたので、ご紹介します。



『アルコールクス・アノニマス 成年に達する』を読んで

私が初めて『AA成年に達する』を買ったのは、52歳の誕生日です。飲まなくなつて3年10カ月でした。当時、『AA成年に達する』ハードカバーの製本が打ち切りになりますとあったので急いで手に入れた記憶があります。それが誕生日だったのです。そして、その1年後にソフトカバーの本を買っています。

今回、感想文の依頼を受け、2010年8月から肺がん治療のため入院した時、じっくり丁寧に読んでみようと思いました。入院前に「AA75周年インターナショナルコンベンション」に参加したばかりで、AAの感動と喜びを確信したことも熟読しようと思ったきっかけです。

初めてページを捲った時、難解な文章がいっぱい読めなかったのです。ですから、「AA史の里程碑」からAAの歴史を知り、目次を見て興味のある箇所を拾い読みしたように思います。根気よく読み始めたのは、サービス活動に関わるようになってからです。

この本には、AAのパイオニアたちのさまざまな人間的な喜怒哀楽、苦労、感動、躍動が書かれています。特にセントルイスで開催された「20周年インターナショナルコンベンション」での3日間の熱気が文章で綴られています。その時の霊的体験を伝えようとする思いがひしひしと感じられるのは嬉しい限りです。

また、『アルコールクス・アノニマス』（ビッグ・ブック）を何としても出版するという熱意があったからこそ、今のようになら世界中で手軽にAAのプログラムが広がり多くの苦しんでいるアルコールが助けられ、AAのフェローシップが成長し発展したことがよくわかります。

読み進めると、AAの初期の頃は、いろいろと問題が起り、メンバーたちが、どれほどの心配や

葛藤のなかで問題を解決していったかが伝わってきます。当時は問題によっては自分たちの命（飲まないで生きる）に関わることも多くあり大変な苦労をされたことも読んでわかります。

また、日本のメンバーに読んでほしい個所があります。p.124に「今はただこっけいなだけ」とありますが、始めは「非常に驚いた」とあるくだりです。アメリカ人と日本人の文化の違いをアメリカ人は「驚いた」のです。そのことから学ぶことはたくさんあります。やがては常識と経験が浸透していくこと、12番目のステップ活動を職業にすることはできないこと、「最善」だけが真の良い結果をもたらすことに気づくだろう、とあります。日本のAAもいろいろな苦労や問題を解決するために、AAのパイオニアの経験と力と知恵を頂いたのだと思い感謝しました。

回復、一体性、サービスという3つのレガシー（遺産）を理解し親しんでください。そして、医学界、宗教界、友人たちの理解と協力があったればこそAAの誕生があったのだと思いました。

私は、夏から治療していた肺がんの治療をします。抗がん剤の効果で小さくなったがん細胞を2011年1月4日に手術で除去します。ちょうど飲まなくなつて10年の記念日です。私のハイヤーパワーは実在します。AAに繋がり10年の飲まない日々を頂き、また、新たな命を頂けると信じています。

ぜひとも『アルコールクス・アノニマス 成年に達する』を読んで、AAフェローシップを理解することに役立ててください。

仲間と共に、いつも、どこにあってもAAの飲まないで生きる喜びと共感と安らぎが感謝とともにありますように。

2010. 12. 19 AA草津グループ 美子(わい)

『AA成年に達する』から、飲まないで生きる勇気をもらおう

アルコールクのひろゆきです。AAに通い続けて17年余が経ちました。

約3年前から今日までを振り返って見ると、この3年間も大きなターニングポイントだったような気がします。

『AA成年に達する』を、この17年余、機会あるたびに何回も繰り返して読んでいますが、その時々理解の仕方が変化して行くので、読むたびに感動するというか、理解が深まっていくような気がします。

AAそのものが最初の20年間アルコールク以外の人たちに支えられてきたことを考えると、自立の精神の成り立ちの殆どが、まわりにいる人たちのお陰で成り立っている事に気づきます。そして、それに対して心からの感謝の気持ちを具体的にどう行動に移すのかということが、自然と理解できてくるような気がします。

回復・一体性・サービス、この三つの「遺産」とそれを取り巻く歴史が、今も絶えることなく成長し続けているAAという集まりの中の一人が僕である事が誇りに思えます。言い方を換えれば、たくさんアルコール依存症患者が集まって酒をやめて生きていて、自分がその中の一人のアルコールクであることに誇りが持っています。

AAには「自己犠牲」という言葉がありますが、この「犠牲」は必ず大きな幸せとなってAA全体に帰ってくることに間違いありません。そして僕個人も、その幸せを感じることができます。これまでに2回、インターナショナルコンベンションに参加させていただき、AAは全世界共通であることに感動させられた事も幸せの一つです。

AA評議会承認出版物はたくさんありますが、その時々に必要な本を読んで、大きく勇気づけられています。自分の考えや行動が正しいか間違っているかに気がつくにはミーティングに出続けていく事が一番大切なことで、そうでなければ自分自身を見失ってしまうことになり、簡単に言えば

ただの癖の悪い酔っ払いにもどり、簡単に死んでしまいます。仲間は鏡と言いますが、ミーティングに出続けていればよくわかることです。

『AA成年に達する』を読んで、今思うことは、3年前母が癌になり闘病中一緒に病院通いを続けながら仕事をし、一昨年4月に自分が心筋梗塞で倒れ、昨年7月に母は亡くなりましたが、飲んでいたときにかけた迷惑と苦労を考えると言葉を失います。ただ一緒に病院通いをするだけでも僕は疲れを感じるのに、アルコール依存症で自殺した夫と息子をアルコール専門の精神科の病院へ入院させながら働き続けた母の気持ちを考えると辛い

です。

『AA成年に達する』を讀んでいると、AAの歴史の中には、いろんな出来事があったということがよくわかります。そして今、滋賀県にもAAのミーティングがあるということが、不思議なことのよう、うれしい感じがします。また、自分自身の生まれてからの歴史の中にあ

る良いことも悪いことも含めて考えると、AAの最初の20年間に起きてきた歴史を延べ伝えていくことの大切さを改めて考えさせられます。

自分さえよかったら良いのではなく全体の福利を優先するという事を、今の自分自身の生き方に照らし合わせていこうと思っています。母が亡くなり辛く悲しい気持ちには嘘はつけませんが、自分を取り巻く人たちとのかかわりは続いていきます。決して一人で生きてきたわけではなく、たくさんの人に迷惑と辛い思いさせながらも支えられてきた自分があります。「今日一日」を大切に、この3年間何回となく、お酒を飲まないで生きていて良かったと思う事がありました。

これからも嫌なことや辛いことに会うたびに、飲まないで生き続けながら、人間らしく正直で感情の豊かさが感じられる幸せを満喫していきたいです。飲まないで生きる勇気を、実際に行動に移すプログラムと『AA成年に達する』を読むことによって、感じることができました。

(ハグ石山グループ ひろゆき)

