

ALCOHOLICS ANONYMOUS

アルコール中毒からの 回復



本書の著作権は下記の原著作権者に属する

ALCOHOLICS ANONYMOUS WORLD SERVICES INC.

許可なく複製・複版を禁止します

目次

日本語版	序文	6
初版の序		11
医師の意見		14
第一章 ビルの物語		29
第二章 「解決はある」		55
第三章 もうすこしアルコール中毒について		73
第四章 われら不可知論者		97
第五章 どうするのか？		117
第六章 実行に移す		139
第七章 一緒にやること		165
第八章 奥さんたちに		189

第九章	家族のその後	217
第十章	使用者たちに	239
第十一章	あなたの未来像	261
	個人の物語	
	ポブ博士の悪夢	285
	ピーター神父の物語	303
附 録		341

日本語版 序 文

本書は、アルコホーリックス・アノニマス Alcoholics Anonymous の日本語版である。

その通りに徹底してやれば、どんなアルコール中毒者にも回復の望みがある、というプログラムと、実際に回復した人たちの正直な物語を含んでいる。

本書の原本がアメリカで発行されたのは、一九三九年四月のことであった。それ以来現在までに、三版三十五刷を重ね、英語版だけで百五十万部以上が発行されている。

そのほかに、スペイン語、フランス語、ドイツ語など、ヨーロッパ各国語版も次々に発行され、全世界に流布され、利用されている。

本書は、その題名と同じ名称で呼ばれているわれわれの共同体の基本テキストとして、刊行以来、多くの男女のアルコール中毒者たちが回復するのに役立ってきた。それで仲間の人たちは、版を改めるに当って、回復のプログラムを説明した第一部には、何も改訂を加える必要を認めなかった。

第二部の個人^(註)の物語は、版を改めるたびに数が増えて、第三版では三十二に達している。

この日本語版でも、第一部はすべて、できる限り原文に忠実に翻訳しよう心がけた。回復のプログラムは、理論的な研究によって理解できるものではなかった。訳者自身アルコール中毒者であり、このプログラムによって回復の道を歩みながら、何年もかけて理解し得たものであった。日本語としては流麗というわけにはいかなかったが、プログラムの意味はなんとか伝えられるものになったと考えている。

第二部については、本書の著作権保持者であるA AのGSB（ジェネラル・サービス・ボード）の勧めに従い、翻訳は、A Aの創始者の一人であるドクター・ボブのものにとどめ、アメリカの仲間の物語に代えて、同じプログラムによって回復している日本人の仲間の物語を載せた。（註）この「ポケット版」では「第二部」を削除しました。

一九七六年の三月に、本書の第三版第一刷が印刷にまわった段階で、A Aで回復している仲間の数は全世界で百万を越えた。九十以上の国で約三万のグループがあつてミーティングを行なっている。

仲間の数が増えただけでなく、今やわれわれの共同^{フエロウシップ}体は、社会のあらゆる階層、あらゆる

る職業の人々に及び、この病気のすべての段階にいるアルコール中毒者たちを仲間に加えるようになった。たくさんの若い人たちも来るようになり、アルコール中毒の初期の段階で回復するようになって、われわれの多くが、無知のために避けることができなかつた泥沼の十数年を体験しなくて済むようになった。またわれわれの共同体の^{フエロウシップ}四分の一以上が女性である。アルコール中毒は病気であり、年令や性別にかかわらずなく、社会的地位や教育の程度にも関係なくかかり、AAのプログラムは、そのすべての人々に効く治療法である。そういうわけで、そのすべての人たちが、その中に自分を見いだすことができるために、英語の第三版では、物語の部が大幅に拡大されたのである。

日本語の第一版では、第二部は、ドクター・ボブを含めて十例しかないが、それでもかなりバラエティーのあるもので、最初としては不足はないと思つている。現在のわが国は、AAの仲間の数も、社会の理解の点も、ちょうど本書の初版第一刷が現われた四十年前のアメリカに酷似した状態である。しかし東京に日本人のAAグループが発足して僅か四年でここまで来たのは、AAプログラムが効く、という証^{あかし}にほかならない。だから初版の序では「予想できなかつた」成果を予想し、近い将来、もっと多くのストーリーを載せた改訂版が出されることを今から期待している。

余り長い前置きは、大部分がわれわれの仲間である読者のために有難迷惑になる恐れがあるので、短い「初版の序」と「医師の意見」だけを本文の前に置き、アルコールクイズ・クニニマス A A 共同体を解説した貴重な第二版の序は「A A 小史」と名付けて附録に収めた。そのほか附録には、A A の十二の伝統と、A A に与えられた支持の一端を加えた。

アルコール中毒の問題は、恐らく人類が初めて酒を造って飲み出した時代にまでさかのぼるものである。かつては「悪魔つき」とか「狐つき」と思われた。次には「精神異常」として扱われた。アルコール中毒者の言動は、まさにそういうものに見られて不思議ではなかった。

しかし現在では、アルコール中毒はそういった道徳上の、または心理学上の欠陥ではなく、病氣と認められ、治療すれば回復が可能であることが知られるようになった。

そして、アメリカ医学界がアルコール中毒は病氣である、と宣言し、治療と研究で長足の進歩を示したのは、一九三五年にA A ができて、回復したアルコール中毒者のケースを比較的大量に調べることができるようになってからである。

本書日本語版の発行が、アルコール中毒で苦しんでいるわれわれの仲間の回復に役立つ

文 序

のみならず、その家族、この病気に関心を持つ専門家の方々にも参考になることを期待している。