



AAのみなさんへ



日本キリスト教団 堅田教会 牧師

竹内

ひろし
宙

堅田教会では、毎週木曜日の午前（AA滋賀・オネスティ唐崎グループ：堅田シニアミーティング）・月2回（滋賀レディース）のミーティング会場として、また、年1回滋賀レディースのステップセミナー会場として使っていただいています。

の日常を取り戻してきたら、ダメでした。かかわっている市民運動の会議に出ると、会議後に居酒屋に行くというのがパターンになっていて、わたしは酒は強くないのですが、少し入っている状態でみなとわいわい語り合うのは好きなので、その時ついたばこ吸いの友達から一本分けてもらって吸ってしまいました。そういうことが何度か続いたらもうダメでした。以前もそれなりのヘビーな喫煙者だったのですが、気が付いたら超ヘビーな喫煙者になっていました。もはや「その気になればいつでもやめられるさ」と気楽に考えることはできない有様です。本気で、全力で向き合えないと禁煙はできそうにありません。大きなストレスとの戦いになります。私は今その戦いから逃げています。

私はヘビーなたばこ依存症ですから、みなさんに対して偉そうなことを言える存在ではありません。「タバコなんかいつでもその気になればやめられる」とたかをくくっていて、吸い続けていたのですが、神戸の地震の年(1995年)、地震の3日後に入院して右側の腎臓の摘出手術を受け3か月の入院生活、退院後も5か月間毎月1週間入院して抗がん剤治療を受けました。「死」も覚悟したのですが、死と向き合うということは同時に「生」を考えることでもありました。もし「生かされる」のなら残りの人生をどう生きるか、自分なりに考えた結果、牧師への道を目指し、教会籍を復活させ、勉強し、試験を受け、資格を取り、2002年に堅田教会に牧師として迎えていただき、2005年から主任牧師として現在に至っています。



そういう私ですが、AAの皆さんの来会時や帰られる時にあいさつを交わすときは、心地よいひと時です。がんばっておられる、それも個人的な頑張りだけではなく、励まし合い、支え合い、助け合っの営みは素敵だからです。

あいさつを交わすときの表情で、「ああ、順調そうだな」とか「大変そうだな」といろいろ考えます。一筋縄ではいかない困難を伴う営みですが、人間の喜怒哀楽を共にしていく営みの場として教会を使っただけであれば幸いです。人と人とのつながり、見えない力とのつながり、大切にしていきましょう。

入院中はたばこは吸えず、抗がん剤治療中も体力的には厳しかったので、半年以上吸わない生活が続きました。そのまま吸わない生活を続ければよかったですのですが、体力が回復して以前

AA出版物からの贈り物……読んでよかったこの1冊

『アルコールクス・アノニマス 回復の物語 vol.6』を読んで

解決はある！



AA「回復の物語」vol.6

東近江 i n g グループ

し ま

「ビッグブックに掲載されている個人の物語は、私たちの多くが思っているよりもはるかに重要である。個人の物語の部は、私たちがAAの外の人々と出会うための不可欠な道具であり、またAAミーティングで仲間たちが話しているのをその場で聞くに等しい読み物であり、さらには私たちの成果を展示するショーウィンドーでもあるのだ」
(ビル・W：AA共同創始者)

AA共同体の基本テキストである『アルコールクス・アノニマス』（通称ビッグブック）は1939年にアメリカで出版され、第4版まで版を重ねています。

ビッグブックはAAの回復の原理である12のステップが正確に、詳しく、はっきりと記述されている12のステップの教科書になっていますが、その後半部分は42人のAAメンバーの「回復の物語」というメッセージ集になっています。今回出版された『回復の物語 Vol.6』は42人の中の6人の物語が収録されています。

ビッグブック英語版第4版の『回復の物語』は「3部構成」になっています。AAは12のステップに取り組む中で「底つき」は必要不可欠であると主張しますが、それは「肉体的、社会的、精神的にどん底を経験しなければいけない」というものではありません。

AAで言う「底つき」はステップ1で理解が求められるアルコールに対する精神の強迫観念と肉体の渴望現象を自分のこととして認め、アルコールに対して自分が無力になっていることを認められるかどうかにかかっています。

その意味で、この『回復の物語』では、第1部「AAのパイオニアたち」は初期AAメンバーの体験、第2部の「時間があるうちに酒をやめた人たちは」は早い段階で底をついたケース、第3部の「ほとんどすべてを失った人たちは」は底をつくのにかかったケースを扱っています。つまり、それぞれの底つきのあり方で、構成が別れているのです。

重要なことは、アルコールに対する強迫観念と渴望現象によりアルコールに対して無力となり、結果として「思い通りに生きていけなくなった」というAAメンバー共有の「底つき」は全てのケースに共通しているということです。それはアルコールであるなら「私もそうだ、ここに書いてあるとおりに」と共感できるものではないでしょうか。

著者たちは、自分たちがどのように絶望的だったか、つまり最初の一杯への精神の狂気と、一杯飲んだら襲ってくるアレルギーのような飲酒欲求・渴望現象によって思い通りに生きていけなくなったかを証言してくれます。しかし、それだけではありません。その絶望的状态からAA共同体にたどり着き、共同体の支えの中でいかに12のステップに取り組み、霊的体験・霊的目覚めというAAの偉大な「解決」、つまり回復を得たのかの証言集となっています。

『回復の物語』は、いま苦しんでいるアルコールへの「解決はある！」という力強い希望のメッセージであるということです。まさにビルの言うように、この物語はAAの回復の「ショーウィンドー」となっています。