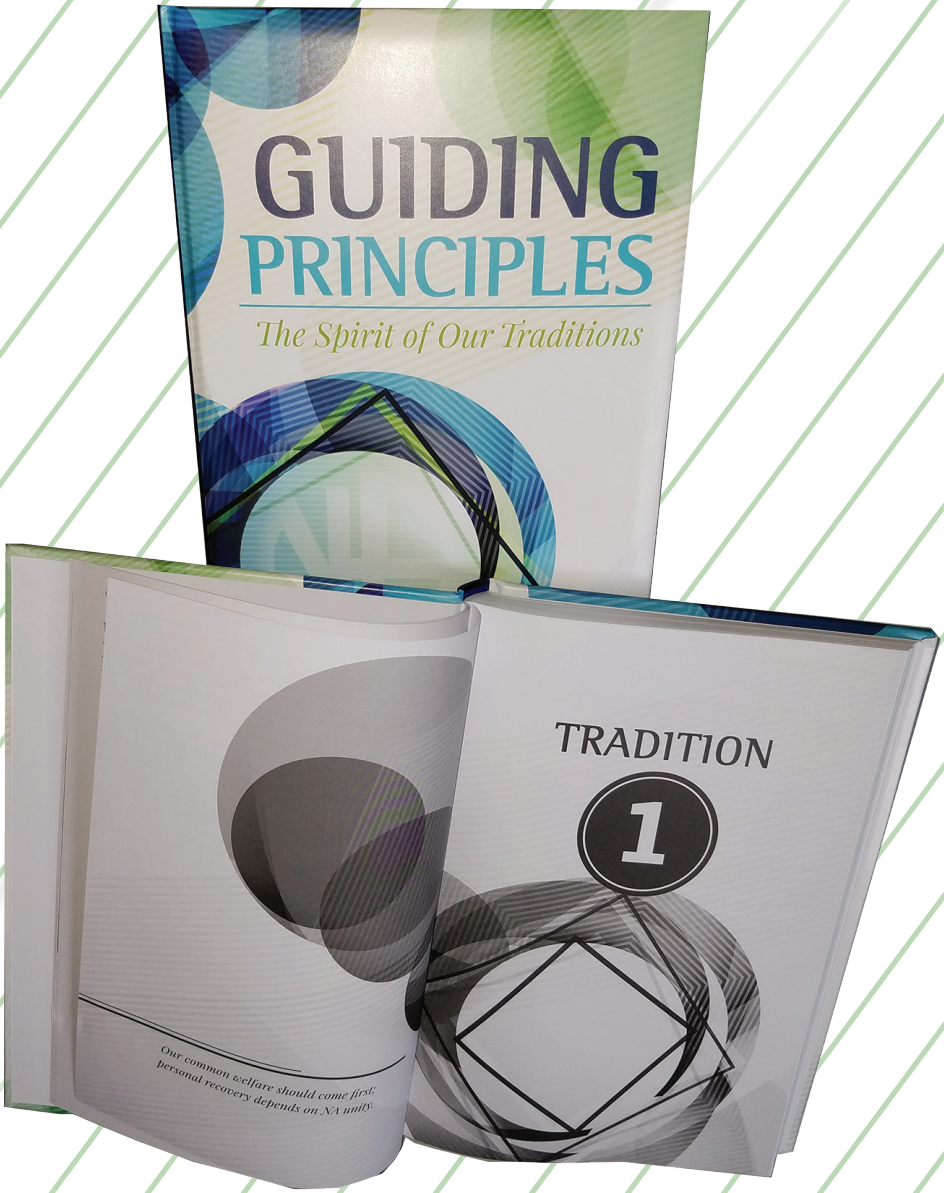
THE NA Way MAGAZINE®
THE INTERNATIONAL JOURNAL OF NARCOTICS ANONYMOUS

2016年10月発行　第33号 ／ 4号

これからみんなで手にする『伝統』に関するワークブック



- 2015年度 NAメンバーシップ調査
- 中国の不思議なめぐりあい（続編）
- フェローシップディベロップメント： ナイジェリア ＆ ウガンダ

編集者から、ひとこと

今月号のNA Way マガジンは、NAのプログラムに取り組むときにわたしたちに起こり得ることを思い出させてくれる。わたしたちは降伏すると、自分のアディクション、恨み、欠点、ままならない現実、病と、それまで格闘していたものが何であれ、しがみつくのも闘うのもやめる。そして歩みを進めるなかで、わたしたちは学び成長する。それには長い時間がかかることもあるし、何度も降伏を試みることもある。そうして、アディクションという病気そのものからも、わたしたちを生きにくくするものからも、わたしたちは自由になっていくのだが、悲しいことに、このような自由への移行が無理な者もいる。つまり、ときにはアディクションの支配に引き戻されてしまうこともあるということだ。今月号に掲載されている記事は、わたしたちが降伏して自由になったときに知りえる喜びというものを、再確認させてくれるものになっている。

2005年に、わたしは「編集者からひとこと」というコラムを担当することになり、初回のコラムには、サービスと回復に関する豊富な経験によってわたしを愛情深く指導してくれたメンバーのことを書いた。このメンバーは30年以上にもわたって、ほかの人たちの手助けとNAの成長のために時間と努力と心を献身的に注ぎ、NAのためにも自分が出会った仲間たちのためにも多くのことをしてくれたのだ。ここ数年は苦闘していたが、ようやく抜けだしたようだ。そうして降伏したからには、今は、ちゃんとミーティングに出て、たくさんの古い友人とコーヒーを飲みに出かけているはずだ、と信じたい。

ド・J（エディター）

今月号の掲載記事

特集記事 3
- 厳しい現実のなかで

ベーシック・キャプション・コンテスト 4

わかちあい 5
- 中国の不思議なめぐりあい（続編）
- ちょうどいいところへ、ちょうどいいタイミングで
- 古い考えを放棄する
- 「役に立つ」人間になって、回復の道を「歩む」

ガイディング・プリンシプルズ: ザ・スピリット・オブ・アウア・トラディションズ 10

NAメンバーとは？ 2015年度NAメンバーシップ調査 12

サービスセンター 13

フェローシップ ディベロップメント 14
- ウガンダのつながり
- ナイジェリアの希望
- 世界各地のロシア語によるNA

グループ紹介 17

Calendar 18

NAWS Product Update 19

Coming Soon 20

Electronic subscribers can click here for additional content.

NA Way マガジン では、読者のみなさんからのお便りをお待ちしている。掲載された記事に対する感想はもちろん、NAという集まりのなかで取り上げられている問題についてひとつの考え方を示すにすぎないものであっても、エディター宛に送っていただきたい。250字以内にまとまっていれば、そのまま編集の手を加えずに掲載されることになっている。お便りには、本名、現在使われている住所および電話番号を明記することをお忘れなく。掲載される場合には、アノニマスでという希望がないかぎり、ファーストネームと苗字のイニシャルを署名として用いることになる。

THE NA Way MAGAZINE

世界中で読まれているNAの定期刊行物

NA Way マガジン は、ナルコティクス アノニマスのメンバーのための雑誌であるため、英語、ペルシャ語、フランス語、ドイツ語、ポルトガル語、スペイン語など、さまざまな言語で出版されている。そしてこの雑誌の使命は、ひとりひとりのメンバーに回復とサービスに関する情報を提供することであり、そこには回復にまつわる喜びだけでなく、現在NAで問題となっていることや世界中のNAメンバーのだれにとっても見過ごせないイベントなども取り上げている。編集スタッフはこのような使命に従い、世界中のメンバーが特集記事をはじめとするさまざまな記事を書いて、自由に載せられる雑誌にしようとするのはもちろん、現在行われているサービスやコンベンションに関する情報を提供することにも力を注いでいる。だが、これが定期的にメンバーに届く雑誌であるからには何よりもまず、『アディクトであれば、どんなアディクトであっても、薬物を使うのをやめることができ、使いたいという欲求も消え、新しい生き方を見いだすことができる』というNAの回復のメッセージをたたえることにこそ力を注ぐ

NA World Services, Inc.
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
Telephone: (818) 773-9999
Fax: (818) 700-0700
Website: www.na.org

NA Way マガジン では、読者のみなさんが参加されるのをお待ちしている。この年に４回発行される定期刊行物によって、ぜひ、世界中の仲間たちと分かち合いをしていただきたい。回復するなかでの経験はもちろんのこと、NAのさまざまなことに関する意見や、これからの課題などについても投稿をお待ちしている。ただし、投稿された原稿はどれもみな、ナルコティクスアノニマスワールドサービス社に所有権があるものとされる。購読の予約、編集に対する意見のほか、著作権など実務的なことでの相談は、PO BOX 9999, Van Nuys, CA 91409-9099 にお問い合わせいただきたい。

NA Way マガジン は、NAメンバーがそれぞれに自分で経験したことや自分なりの意見を紹介する雑誌である。ここにはNA全体の意見は表明されていない。そしてもちろん、ナルコティクス アノニマス、NA Way マガジンまたはナルコティクス アノニマス ワールドサービス社によって支持されていると受け取れるような記事も掲載されてはいない。また、インターネットからNA Way マガジンを配信することを希望する場合には、上記のアドレスに手紙をいただくか、naway@na.orgにeメールをいただきたい。

NA Way マガジン（The NA Way Magazine： ISSN 1046-5421）、NA Way（The NA Way）、ナルコティクス アノニマス（Narcotics Anonymous）、この３つは、ナルコティクスアノニマスワールドサービス社のトレードマークとして商標登録されている。NA Way マガジン は、ナルコティクス アノニマス ワールドサービス社（19737 Nordhoff Place, Chatsworth, CA 91311）によって、年に４回発行される。

特集

厳しい現実のなかで

日が昇ってくる。また一日が始まるんだ。あたしは部屋のなかで、これからやってくる時間を恐れて座り込んでいた。孤独なあたしにも、真の友だけは残されていた。アベオは無条件であたしを愛してくれた。忠実でおひとよしの雑種犬。デカいなりをしていても、気性が優しかった。悲しげな目で、何が起きているのか知りたいものだといいたげにあたしをみていた。階下で声がしている。それを耳にするたびに、自分が信頼する相手を誤ったと思い知らされる。あたしは使いたいと思えば思うほど使っていることに嫌気がさすようになり、それでもやはりどうしても薬物がほしくて、つい頼る相手を誤ってしまった。そうしてできた友人とやらのひとりが、売人にひどい借金をしていた。そいつが借金を返済してあたしたちのためにブツを調達できるように、あたしが肩代わりしてやることにしたのだけど、そいつは昨日あたしのお金を持って出かけていき、今朝スッカラカンになって手ぶらで戻ってきた。あたしはもういい加減うんざりして、そいつを問い詰めた。たちまち激しい口論になったので、自分の出番だとばかりにアベオが駆けつけてくる。それから自室にこもって、あたしは自分の愚かさにむきあった。どうしようもないほど絶望的な気持ちになった。どうにかして抜け出さなきゃいけないのはわかっていた。もう耐えられなかった。こんなふうになりはてて、自分が自分ではなくなってしまった。愛してくれるのは、茶色い大きな瞳の忠実な相棒ぐらいなものだ。

もう、このままじゃ生きていけない。捨て鉢になったあたしには、たった一つの解決策しか見えなかった。それで、生きるという難行に永遠の終わりがやってくる。そうと決まったら考えているヒマはない。ぐずぐずしてたら、これをやり抜く気力がなくなってしまう。凶器になりそうなものはないかと部屋を見回すうちに、化粧台にある使い捨てのカミソリに目がとまる。袋から１本取り出し、プラスチックの本体を解体して刃をとりはずす。ベッドにゆったりともたれかかって死に身を任せようとしたとき、悲しげな目がじっとこちらを見つめているのに気づいた。何かが起ころうとしていて、それがよからぬことになるというのが、アベオにはわかったのだろう。甲高い声でクーンクーンと鳴く。あたしはカミソリを入れた瞬間の痛みに備えて無視しようとしたが、アベオは許してくれなかった。あたしのそばに飛び乗ると、小さなベッドはぎゅうぎゅうになった。その目が、愛と痛みの大きさを物語っていた。もう一声クーンと鳴くと、あたしの手首のうえに頭を乗せて、あたしが命を絶とうとするのを阻止した。どかそうとしても、アベオの頭が重くてどうにも動かない。そんな友の姿を見下ろしているうちに、あたしの目から涙がこぼれおち、心にある深い闇に光が差し込んできた。アベオの無条件の愛が、あたしにはあるはずがないと思っていた未来への希望を与えてくれたのだ。その瞬間に、あたしはアベオと取引をして、夜12時を期限として生き方を変えることを自らに課した。まったく、アベオさまさまだ。

とにかく電話をかけたかったのだけど、あたしの人生には電話を使わせてくれそうな人がもうほとんどいなかった。いるとすれば、一番の仲良しだったジュリー。だけどそれは、薬物のためにせっかくの友情をむげにしてしまう前の話。こうなったらあたってくじけろと気を取り直し、さっさと身支度すると、ジュリーの所まで長い道のりを歩いて行くことにした。怖じ気づくんじゃないかと不安で、早足で歩いた。こみあげる恐怖で気分が悪くなった。自分から遠ざけてしまった相手に、どの面さげて助けを求められるというのか。でも、ここまできてもう引き返すわけにはいかなかった。春の冷気にもかかわらず、汗びっしょりになって息を切らし、ようやく目的地にたどりついた。ジュリーは、笑顔で迎えてくれた。あんなひどい仕打ちをされたのに、どうして話しかけようとしてくれるんだろうと思い、またもや涙があふれてきた。ジュリーは何も聞かず、自分の電話をあたしに手渡してくれた。そのまなざしが「ついに降参したのね、よかった」と言っていた。あたしはなじみの番号をプッシュして、相手が答えるのを息を殺して待った。すると、「もしもし」と懐かしい声がして、涙がボロボロこぼれてきた。あたしは消え入りそうな声でどうにか言った。「パパ、助けてほしいの！」

Photo: Janusz Ł, Sligo, Ireland

たったそれだけの言葉によって、あたしの世界は想像もしなかったような変わり方をした。２時間もしないうちに父が駆けつけてきた。あたしはわずかばかりの品物と衣類をつめこんで、残りの人生をこの世界の慈悲にゆだ

ねた。トラックに荷物を積みながら、アベオを乗せるスペースをつくった。だって、置き去りになんかできないもの。それっきり、あんなとこには戻らなかったし、あの連中とも連絡はしなかった。あの日が、あたしにとって新しい人生の始まりとなった。今になって考えると、神さまがあたしを見守るために天使をよこしてくれたのだとわかるし、だからああやってあたしの命を救ってくれたのよね。今でも夜になると時々、あたしを気遣うあの悲しみをたたえた目が心に浮ぶ。アベオはもうここにはいない。あたしが治療施設にいる間に車に轢かれてしまったのだ。それでもやはり、あたしはつねにアベオのことを考えてしまう。あたしの人生の最も暗い時期に救世主となってくれたアベオ。およそ天使とは思えないような体つき。だけど、天使ならではの効果をもたらしたのはまちがいない。

ペイジ・G（アメリカ合衆国／カンザス）

BCC 次のお題

ここに、みなさんがNA Wayマガジンに参加できる新企画をご用意しました。左にあるコミック［漫画］のキャプション［短い説明文］を書いて送っていただくだけで、そのままキャプション・コンテストに参加できてしまうのです。みなさんのキャプションから傑作と思えるもの（1点とは限らないかもしれません）を選んで、次回のNA Wayマガジンに掲載させていただきます。そうやってNA Wayに名前が載るというのも、なかなかいいものでしょう。

申し込みは、Eメールで受けつけています。宛先はnaway@na.org。件名は「ベーシックキャプション・コンテスト」とし、本文には名前と住所を必ず記入するようにお願いします。

撮影者：イレーネ・C（アイルランド／ウェストミース）

ベーシック・キャプション コンテスト最優秀賞

ベーシック・キャプション・コンテストに、
応募いただいたみなさん、ありがとうございました。
今回の傑作に選ばれたのは、
チャック・B（アメリカ合衆国／オレゴン）です。

アート作品：ベン・C（アメリカ合衆国／メリーランド）

ほかにも優れた応募作があったので、以下にご紹介しましょう:

何てこった、XXXX！で、 XXXX 、おれたちはどうするってんだよ？

ウォーリー・I（アメリカ合衆国／フロリダ）

• • • • •

君なら、うまくできるよ。ぼくに合わせりゃいいさ。

ジョン・M（アメリカ合衆国／ウィスコンシン）

• • • • •

そうか、先延ばしか。ぼくも、初めてその言葉を聞いたときには、どういう意味なんだろうって思ったよ。でも辞書で調べるまでに1年もかかっちゃったんだ。

カルロス・P（ブラジル／リオデジャネイロ）

• • • • •

自分は、みんなよりもよくわかってると思うのかい？ その自慢の考えで墓穴を掘ったことを忘れるなよ。

ジョアキン・フィリオ（ブラジル／マラニャン）

• • • • •

役に立つというのは、何かをするってことじゃなく、そうあろうとすることなんだよ。

ラリー・R（アメリカ合衆国／カリフォルニア）

わかちあい

中国の不思議なめぐりあい（続編）

第一次知道NA是在2003年，那时候我因为吸毒被强制戒毒处理6个月的时间。记得有一天我到辅导员(警察)办公室，发现桌子上放着NA的小册子《谁，为什么，怎么办》，我很好奇的拿起来看，我被这些文字吸引，那些文字写的简直就是我啊！我问辅导员这是什么？他告诉我，在很多国家，每天都有都有向我一样的人为了戒毒聚在一起，一起学习、讨论如何戒毒，这是一种很有效的戒毒的方法叫做NA，只可惜在中国没有。我当时非常感动，突然感觉自己不那么孤独了，那么无力了，原来在全世界有那么多人和我一样，经历了地狱般吸毒的生活，还能活下来为了戒毒继续前行。

わたしが初めてNAのことを知ったのは、2003年のことでした。わたしは薬物使用のせいでいやもおうもなく６ヶ月間、リハビリテーション・センターで過ごさざるを得なくなりました。ある日、カウンセラーの部屋にいて、机の上に『だれが、なにを、なぜ、どのように（ＩＰ＃１）』というNAのパンフレットがあるのを見つけたのです。好奇心から、手に取って読んでいきました。そして、読むのをやめられなくなったのです。そこに書かれているのは、まさにわたしのことじゃありませんか。カウンセラーに「これは、何ですか」ときくと、いろんな国で毎日、わたしのような人たちが集まって回復の道を歩みながらお互いに学び合っているのだと教えてくれました。みんなで、どうすれば使うのをやめられるかということを話し合っている。これは使うのをやめるのに実に効果のある方法で、NAと呼ばれている。でも、残念なことに中国にはないんだ、とカウンセラーはいいました。この話を聞いた瞬間に、わたしは孤独でも非力でもないんだという気がしてきて、胸がいっぱいになりました。だって、この世界には、わたしみたいに使うことによって地獄にいるような日々を過ごしている人が、それはもうたくさんいて、それでもみんな何とか回復の道を見いだしてそれぞれの人生を歩んでいるんですからね。

編集者記：7月号では「中国の不思議なめぐりあい」という記事をお読みいただきました。そこには、何年も前にトム・M（アメリカ合衆国／ハワイ）が中国で、地元の治療施設にいたひとりの若い女性と出会ったときの話がつづられていました。今月号では、その女性が何年も回復の道を歩んできた経験を語っています（女性の母語である中国語に、英語を併記しました）。

就这样当我六个月到期后，真巧有个机会，戒毒所正在招募有成瘾经历的志愿者。于是我就留了下来，在2004年10月份有个机会到上海学习，遇到一个云南戴托普的工作人员，也跟我有着同样的经历，他说晚上带我去一个地方玩儿，还说我一定会喜欢。没想到那就是我的第一个NA会，我现在还清晰的记得主持人朗读规则的时候，“如果你正在使用毒品或者身上有使用毒品的工具，那么请你们把他们放在门口，然后进来继续开会。”听到这个时候我哭了，因为没有任何一个地方能够如此的包容，甚至是爱我们的父母，我们的家。

そのリハビリセンターでは、収容期間をきちんと終了したアディクトにはボランティアになる機会が与えられていたので、わたしは６ヶ月を終了すると、そのままボランティアとして残りました。そして2004年の10月に、わたしは上海に行ってさらに学ぶ機会に恵まれました。そこで、わたしと同じ経験をして解毒治療センターのスタッフになっている人と出会ったのです。その夜、このひとから、わたしが喜びそうな所に連れてってあげるといわれたのですが、まさか、それがわたしのNAミーティング初参加になるだろうなんて想像もつきませんでした。あの夜のことは、今でもはっきり思い出すことができます。ミーティングのチェアパーソンがリーディングカードを読み上げて、「この場に、まだ薬物を使っているひとがいたら、薬物や使う道具は部屋の外に置いてくるようにお願いします。それがすんだら、どうぞ、あらためてミーティングにご参加ください」といったのです。それを聞いていたら、突然涙があふれてきました。わたしたちを、そんなふうに温かく迎えてくれる場所が

どこにあるでしょうか。自分を愛してくれる両親のいる家でさえ、そんな場所ではありません。

当我回到北京后，根据上海会员给我的信息，通过北京的AA会找到了几个在北京居住的NA会员。大约在2005年北京终于有了第一个NA会议，虽然我们的语言不通，但是这并不是障碍，我们的小组也因此得名“友谊的奇迹”。

でも、北京に戻ったら、わたしはどうやってNAを探せばいいのでしょう。それについては、この上海で会った仲間がいろいろと教えてくれました。わたしは、北京のAAミーティングを通して、北京に住んでいるNAメンバーを何人か見つけたのです。そして2005年には、初めてのNAミーティングが北京で開かれるようになりました。わたしたちはお互いの話す言語を理解できなかったけれど、そんなことは障害になりませんでした。このため、わたしたちのホームグループは「ザ・ミラクル・オブ・フレンドシップ」名付けられたのです。

但是虽然那个时候我已经离开毒品有2年多的时间，但是我并清楚酒精对我的影响，我每次开会都在报自己的清醒天数，每次会议都会读到这句话，“如果你抱着酒精区别于其他毒品的态度，你会再次成为一个上瘾者”，但是我却好像没有见过这句胡一样，我还在继续喝酒，而且我饮酒的问题以及开始时却严重了。幸运的是在一次会议上，一位NA的老会员听到我对酒态度的分享，在结束会议之后，他拿着资料过来告诉我，我不能计算我的清醒天数因为我还在喝酒。那时候我虽然很气愤，但是我更在乎我的清醒时间。现在我已经不记得我到底是哪天停下来的，但是我的住帮人告诉我，然我选一天，我要确定那天我没有喝酒就行。为了安全期间，我把它定在了2006年6月18日，那个年份我确定我没有喝酒，那个日期是我出生的生日，每年我都在过这个生日。

すでに、わたしは薬物を断ってから２年を過ぎていましたが、その頃になってアルコールがわたしに与える影響というものを理解しました。ミーティングに行くたびに、わたしは自分のクリーンタイムを告げていたし、そのミーティングでは毎回きまって、「アルコールは薬物ではないという考えは、実に多くのアディクトをリラプスに追い込んだ」というリーディングカードの文章が読み上げられていました。それなのに、わたしの耳には届かなかったようです。わたしはずっとお酒を飲んでいたので、飲み始めたころよりも飲み方がひどくなっていました。けれども運よく、わたしが自分の飲み方について話すのを、あるミーティングで古いメンバーが聞いていたのです。そして、そのメンバーはミーティングの後でわたしにNAの文献を見せながら、わたしのクリーンタイムは無効だといったのです。あのときにはものすごく腹が立ったけれど、だからこそ、わたしは自分のクリーンタイムに細心の注意を払うようになりました。わたしは完全に飲むのをやめたのが果たしていつだったのか覚えていなかったので、自分は確かに飲まなかったとわかっている日を「ワンデイ」にすればいいと、スポンサーが言ってくれました。それで、2006年の6月18日としました。この日までに飲むのをやめていたのは確かだったので、それなら間違いないだろうと思ったからです。しかも、この日はわたしの生まれた日でもあるため、それからは毎年、自分の誕生日をクリーンでソーバー［しらふ］な日として祝ってきたのです。

在中国因为吸毒问题的违法性，NA会议很难得到本地其他组织机构的帮助，还好我们有个会员认识一个饭店的老板，人很好，每次开会我们都用他们的包房一边吃饭一边开会。现在北京的NA的会议已经10年了，以前会议经常只有2个人的时候，而现在北京的会员已经有10多个人，平均每次会议都有6-8个人不等，大部分都是中国人。在网路上每天都有NA会议，5-8个人都是中国人。我们在北京、武汉、西安，深圳等地都有中国会员。这些中国会员大部分都在依靠AA的帮助获得康复，但是我们知道，我们更需要NA的会议，NA的清醒牌，NA的住帮人，NA的资料，NA的康复计划。

薬物の使用は違法行為であるため、こちらでは、NAのミーティングを運営するのに地元の機関から援助を得るなんてとても無理です。それでも、メンバーの知り合いにレストランの経営者がいて、このひとの好意でNAのミーティングを開くためにレストランの従業員食堂を使わせてもらっています。北京のNAミーティングは　この10年間でとても活発になりました。過去には、ミーティングに２人しか集まらないという時期もありましたが、今では北京のメンバー数は１０人以上に増え、ミーティングの出席者は平均して６～８人。メンバーのほとんどが中国人です。また、インターネットによる中国のNAミーティングも毎日行われており、参加者は５～８人で、全員が中国人です。わたしたち中国人のNAメンバーたちはそれぞれ、北京、武漢、西安、シェンチェンに住んでいます。その大半がAAの助けを頼りに回復の道を歩むことになるのですが、わたしたちはみな、NAミーティングや、NAのキータッグ、NAスポンサー、NAの文献、すなわちNAの回復のプログラムがもっと必要だということを知っています。

这次参与APF大会让我非常的震撼，原来全世界有这么多NA的会员，为NA的发展，尤其是那些还没有NA的国家。中国在册吸毒人员的统计官方数字是258万，而现在中国NA会议却寥寥无几，每次看到有旅游的会员来到我们的会议，听他们讲述在他的国家他的城市有很多会议的时候，我都会感到到哭，因为我相信那就是中国的未来，我相信有一天中国的成瘾者也可以在需要的时间和地点找到一个会议。

わたしは今年の初めにアジア・パシフィック・フォーラムの会議に出席して、驚きました。NAの発展を気にかけ、それもとくに、まだNAミーティングのない国にNAを誕生させることに関心を持つNAメンバーたちが、世界中からものすごくたくさん集まっていたのです。わたしが知るかぎり、公式に発表されている中国の薬物使用者の数は２５８万人です。しかし、中国にはまだほんのわずかしかNAミーティングがありません。わたしたちのミーティングによそから訪れた人が参加しているとわかるたびに、わたしはその話に耳を傾けます。そして、その人たちの住んでいるところにはどれだけの数のミーティングがあるかを知ると、胸が熱くなります。だって、それは中国の未来なのだと思うからです。ある日、中国の薬物依存症者がひとりのこらず、必要な場所で、必要な時間に、ミーティングに出席することができるようになるのだと、わたしは信じています。

シュエイラ・L（中国／北京）

ちょうどいいところへ ちょうどいいタイミングで

つい最近わたしはひさびさに、NAではこれ以上スピリチュアルで最高なことはないという経験をした。地元のグループのひとつで、４人のバースデーを祝うことになったのだ。ふだんなら、わたしはその種のミーティングには（すばらしいミーティングだとしても）行かないのだけど、その夜はバースデーを迎える４人の仲間のために参加した。ものすごい数のメンバーが集まっていた。席について部屋を見回していると、ひとりの女性が目に入った。見覚えがあるけど、どこで知り合ったんだっけ。これまでミーティングで見かけたことはなかったと思う。この女性は、その夜のミーティングで最後にわかちあい、刑務所を出たばかりだといった。それを聞いて、ピンときた。ちょうど１年前の今月からわたしたちがＨ＆Ｉによるサービスでミーティングを開くようになった女子刑務所に、この女性がいたんだ。

わかちあいによると、この女性はクリーンになって１年になるのに、ある人から、刑務所にいる身ではクリーンタイムを数えることはできないといわれたらしい。「なによ、それ」と、わたしは思った。刑務所にいたって回復できるわよ。この女性は、刑務所内のミーティングに通ってたじゃないの！ この夜に、この女性はホワイトタッグを手に入れたのだけど、記念のメダリオンが全員に手渡されたところで、チェアパーソンが立ち上がって言った。「１年のメダリオンをもらうべき人が、もうひとりいます。そうです、刑務所での年数もクリーンタイムに数えられるのです。さぁ、こちらに来てメダリオンを受け取ってください」。この時のことを思い出すたびに、泣けてくるし、鳥肌が立つ。

この夜のミーティングには、あの女子刑務所でＨ＆Ｉのパネルメンバーをつとめていた６人のうち、わたしを入れて５人が参加していた。そのこと自体も驚くべきことだ。あの場に、あの女性がいて、わたしたちがいて、メダリオンがあった。こういうことがすべて神のお導きだなどと言うつもりはない。けれども、それはまぎれもなく、わたしに神の存在を感じさせる特別な瞬間だった。またひとつスピリチュアルな目覚めが訪れ、「Ｈ＆Ｉにはぜったいに効果がある」とあらためてわかる瞬間。

だから、これがわたしたちのエリアにあるＨ＆Ｉの宣伝になればと思う。ＮＡによるミーティングを持ち込むために真剣に活動しているパネルやメンバーの人員にいくつかの空きがあるのだけど、サービスを提供しようという意欲のある人がいない。どうしてなのか、わたしは不思議でならない。メンフィスのＮＡはとても大きい。それは、ミーティングの数によっても明らかだし、そのいくつかはかなり大人数だ。この女子刑務所のパネルミーティングは、月に２回開かれている。毎週開くことができるなら、最高じゃない？　NAメンバーの多くが刑務所や治療施設でクリーンになる。わたしもそうだから、Ｈ＆Ｉのサービスはわたしの感謝の気持ちを表すものになっている。といっても、わたしはクリーンになってからずっとＨ＆Ｉのサービスにかかわってきたわけではない。Ｈ＆Ｉ以外にもいくつかのサービスにかかわってきた。けれども、Ｈ＆Ｉは、わたしのサービスに関する経験のなかで大きな部分を占めてきた。このような矯正施設にいる女性たちのところへ出向いてミーティングを開く機会がやってきたこと、そして時を会わせるかのように、わたしのやる気を引き出してくれるような場（Ｈ＆Ｉのサービス研修会）にたまたま居合わせることができたことに感謝している。だから、わたしは自ら名乗り出て再びＨ＆Ｉのサービスに尽くすことになったのよ。

ルーシー・Ｏ（アメリカ合衆国／テネシー）

古い考えを放棄する

あたしが最後に、拳を振り上げて、道路に割り込もうとしている「やつら」に罵詈雑言を浴びせたのはいつか。最後に、どこかのだれかが、だれかをだますか傷つけるかしたからって、そんな赤の他人のために復讐を企てたりしたのは、いつのことだったか。もう覚えちゃいない。でも絶対に、みんなはあたしやあたしの大事な人をひどい目に遭わせようとするんだから、「ムカつく」じゃない。よくもまぁ、そんなことを！ってね。それほど自信満々になればいいことがあると、あたしはいつ思い込んだのか。あたしが最後に、相手をくだらない人間だと決めつけることで自分が優位に立てたのはいつのことだったろう。それは、「自分」しか見えてないときだったんじゃないかな。

アディクションと、ナルシシズムをはじめとするいくつかの「イズム」によって、あたしは客観性を失った。自分のことでなければ、関心がないし、共感もできなかった。いや実際には、ムカつく材料ほしさに何でも自分に関係のあることにするのが得意だった。あたしは何につけても自信がなくてビクビクしていたから、そこをつつかれる前に相手の落ち度を探そうとしたわけ。まさに「ひとの弱みにつけ込む」いい見本になっているのがわからなかった。

あたしは、現実を見ようとしなかった。だから、妄想の世界にずっと生きていた。このため、自分の考えや行動に問題があることを理解しようとしなければ、自分は変わることができないのだということがわかった。考えると、恐ろしい。あたしは自分の意のままにしているとずっと思い込んでいたのに、実際にはとてつもない心の痛みに苦しめられていて、それでも、変わらないでいるために恐れと恨みに依存していたんだ。そして、肉体的にボロボロでスピリチュアルな面でも底をついたのに、あたしはそのことを認められなかった。

恨みは、自分で昔のことを蒸し返す手段にすぎない。それがどういうことか具体的によく理解するために、Resentment［恨み］という単語を分解してみよう。Re は、「もう一度やる」ことを意味し、sentir はフランス語で「感じる」ことを意味する。だから、あたしが恨むとき、何もかもが不愉快だって強迫的に何度もくりかえして感じる。おかしいわよね、そうしたからっていい気分になるわけじゃなく、不愉快になるだけなんだから。そして、あたしが恨むときには、これまでにされてきた不当なことを文字通りもう一度思い返えそうとする。だからって、過去には戻れないんだから、その不当なことのひとつでも変えられるわけではない。じゃあ、そんなことをしていったい何になるのか

恨んでれば、怒ることができるからよ。怒りは、あたしが表現しないままため込んだ感情。だから、ことあるごとに怒りで反応［react］してしまうってわけ。ここで act［行動する］じゃなくて、react［反応する］って言ったことに注目。つまり、あたしには自分のしていることに対する自覚が欠けているってこと。怒りはこれまでずっと、傷つくこと、恥ずかしい思いをすること、混乱することなど、なんであれ、自分が感じたくないことに対して最高の防御になっていた。怒りは、あたしから責任を取り除き、何でもいいからあたしをムカつかせるものに責任をなすりつける。そうなったが最後、あたしは合理的な判断力を失ってしまう。いちばんありがちなのは、怒って当然だと思うこと。だけど、正当化できる怒りほど危険なものはない。そうやって当然だと考えることによって、あたしはまたしても怒りを身近に感じる。つまり、何もかもが自分、自分、自分にまつわることで、この「あたし」に生じたことになるというわけ。争いをよしとしない仏陀ならこう言うだろう。「怒りを抱いたからといって罰せられることはないが、怒りを抱いたことによって自らを罰することになるだろう」。　そういえば、似たような言葉があった。「だれかに対する怒りにしがみついているのは、自ら毒を飲んで相手が死ぬのを期待するようなものだ」アホよね。

> ・・・あたしの
> ほかの人たちへの接し方が、
> スピリチュアルな成熟度を
> 物語る。

たしかに。でも、怒って当然だって考えていると、自分でもわけがわからないうちに自己中心的な妄想がとてつもなく大きくふくれあがってしまいがちなのよね。あたしはスポンサーと一緒に12のステップに取り組むことによって、自分が生涯をかけて本当に避けようとしていたのは恐れを感じることだったのだと、やっと認めた。傷つきやすい本当の自分が虚勢を張るのに、怒りと恨みを利用した。あたしは相手にされないことを恐れ、あるがままの自分を受け入れてもらえないことを恐れ、自分の抱いている感情を恐れ、価値のない存在になることを恐れていた。

このような恐れをどうやって乗り越えるのか？あたしは頭のなかにあるさまざま考えによって自分の生き方を明らかにし、それによって自分の行動に

幅を持たせるの。
　あたしは朝から晩までみんなを責めることができるけど、ある行動を取ったり、あることを言ったりするのは、結局、自分が決めることなのだ。われを失いそうだという恐れなしで生きることを学ぶと、あたしたちは実際に安定感を取り戻すが、それは客観的な気づきだけがもたらすことのできるものだとわかった。このように考えていくことによって、あたしはものごとをあるがままにみるようになるし、自分に責任を持つようにもなる。
　未知のものを恐れるという考え方は、あたしにとってずっと興味のあることだった。なぜかというと、自分がまさにそうだったし、そうでない人の方が少ないくらいだから。でも、クリーンで回復の道を歩んでいる今のあたしには、これから自分の身に何か起こるんじゃないかということよりも、すでに自分がどんなことを乗り越えてきたかということの方が、ずっと気にかかる。将来の不安を口にするときに実際に自分がやっていることは、自分がすでに経験した何かをもう一度感じているだけで、そうしながら頭に思い描く状況にその感覚を投影するのだと思う。過去に幻滅しようが、失敗しようが、だまされようが、だれかを失おうが、あるいはだれかに信頼をうらぎられようが、あたしが今していることはそういう過去の感情をすべて悲観的な予想のなかに確保しておくことなんだ。このため、「将来の恨み」を想像することが現に自分の知っている「恐れ」になる。そんなのまったく筋が通らないし、実際、自分自身に対してもほかの人に対しても公平なことじゃない。危険と恐れは別物だってことを、忘れちゃダメ。危険は現実であるのに対して、恐れは単に信じる気持ちが欠けているだけ。「未知のこと」はまだ現実ではないし、絶対に現実にはならないかもしれないのよ。現実っていうのは、「現在」のことだけ。
　また、あたしは過去のことを恐れる必要もない。もう、終わったことだもの。起きたことは、起きたことでしかない。現在の感情を否定的なやり方で過去にむすびつければ、自分はこれまでイヤなことしか経験しなかったことになる。でも、薬漬けだった自分がいたから、今の自分があるのよ。うまくいったことも困難なこともまさに起こるべくして起きたのであり、どっちも、あたしが成長するためになくてはならないものなのだと理解することが、受容なのだ。あたしはもう腹を立てたりしない。あたしは感謝しているもの。だからって、恐れることがなくなったなんて言うつもりはない。ただ、自分が恐れていると自覚すればその理由がわかるから、考えや投影のなすがままにならないかぎり、あたしは考えや投影によって傷つくことはないということもわかるのよ。自分の恐れを具体的に明らかにすることを学んで、あたしは本当に自由になった。自分が恐れているものが何であるかを正確に知れば、知らずにいたときには考えもしなかった選択肢をいくつか手にする。信じる気持ちで前向きな行動を取ることができれば、あたしは絶対にうろたえることはない。自分の考え方を変えることによって、自分がどのように行動したいのかを決めることができるし、これまでとは違う振る舞いをすることで、あたしは生きるのが楽になる。なんだかんだいっても、回復ってそういうことでしょ？
　自己中心的でなくなり、神を中心に据えるようになっていくことで、長い間背負っていたとてつもない重荷が取り除かれた。あたしはもう被害者じゃない。もうつねに身構えている必要はない。世界を敵に回すのも、神にたてつくのも、あたしの流儀ではなくなった。みんな同じ人間なんだもの。もう自分の身に災難が降りかかることはない。起きたことが自分のためになるからよ。今は「何で、あたしが？」とは言わず、むしろ「あたしじゃ、ダメ？」と言う。この地球上ではあたしもひとりの人間にすぎず、ほかの人より劣っているわけでも優れているわけでもないんだと、ナルコティクス アノニマスは教えてくれた。こうして視点を変えれば、あたしはハイヤーパワーが意図した人間に成長していくことができる。そして、あたしのほかの人たちへの接し方が、スピリチュアルな成熟度を物語る。だからといって、万人に対して親切で愛情深くなければいけないって思うことはない。今のあたしは、自分も含めてだれに対しても親切で愛情深くなれるからよ。こうして、回復に関するスピリチュアルな原理によって「あたし」が「あたしたち」に変われば、自分は孤独でもユニークでもないことや、どんな問題に対しても解決策があることを忘れないようになるわ。
ポリー・ＲＪ（アメリカ合衆国／テネシー）

「役に立つ」人間になって回復の道を「歩む」

　わたしは、こうしてクリーンになれたことに感謝して回復の道を歩むアディクトです。今回、NA Wayマガジンに投稿するのはこわいことでした。わたしには書くべきことがあるだろうか。そもそも、わたしの書いたものなど、だれも読みたがらないんじゃないか。わたしは（サービスに関する報告はできても）作家ではないんだし。そんなふうに、いろいろ考えてしまったのです。でも、この期に及んで、そんなたわごとを言っても始まりません。わたしには言うべきことがあるはずだし、だとしたら、それは価値のあることでしょう。そして、全力を傾ければ何だってできるのです。NAのプログラムはそのことを教えてくれました。
　わたしは何もかも失ってからNAにつながったわけではありません。まだ仕事をしていたし、家庭も車もあり、こどもたちもいました。でも、わたしには自分というものがなかったのです。自分が何者かも、人生に何を望んでいるのかもわからず、だれとも何ともつながりがありませんでした。結婚生活も、こどもたちの存在も、わたしにはどうでもよくなっていました。使うことの邪魔になるだけでした。わたしは心がからっぽになっていましたが、だからこそNAという仲間の集まりにつながることができたのでしょう。
　クリーンになって最初の6ヶ月は、ただミーティングに出ているだけで回復できると思っていたようでした。スポンサーはいましたが、提案を受け入れてはいませんでした。ステップに取り組んでいなかったので、ハイヤーパワーとのつながりもありませんでした。わたしはクリーンだったけど、「回復」と「心の平安」という言葉が当てはまるような状態ではありませんでした。ちょうどクリーンタイムが６ヶ月になるころ、わたしはまともにものが考えられなくなり、やることなすことがすべておかしくなっていました。そのために、結婚生活はダメになり、住む家も、子どもたちも、犬までも失ったのです。仕事だけは何とか続けられたのですが、職場の上司のお情けだったのだと思います。
　このようなことがあって、わたしはやるべきことをやっていかなくてはという気になりました。ようやくスポンサーの提案を受け入れて『ステップワーキングガイド』を開き、ステップについて書き始めました。すぐに変化が訪れたわけではありませんが、それでも少しずつ事態が好転していきました。わたしはもう、ひとりぼっちで途方に暮れているとは思わなくなっていました。いろいろなつながりを築きつつあったからです。
　現在は、ナルコティクス アノニマスに深くかかわっています。クリーンタイムが８ヶ月のときにサービスにかかわるようになり、それ以来ずっとNAのために役立つことをしてきました。きっかけは、わたしのパートナーがエリアのサービス委員会に出席したことでした。そこで論じ合ったことを話してくれたのですが、それを聞いてサービスは自分に向いてると思ったので、翌月の委員会にわたしもついていきました。それからのことは、知っての通りです。こうしてわたしはずっとグループやエリアやリージョンでも、そしてゾーンをはじめ国や地域を越えて、NAのためにサービスにかかわってきました。どれもやりがいのあるもので、多くのことを学ばせてもらいました。
　そして一時期、わたしはサービスにのめり込むあまり、自分のプログラムのほかの部分がおろそかになってしまいました。ステップに取り組まず、ミーティングにもあまり出席していなかったので、わたしは独りよがりでうぬぼれるようになりました。そのことは、一緒にサービスにかかわっていた女性たちから、やんわりと指摘されました。わたしがみんなのやる気をなくさせて、新しい仲間をサービスから遠ざけているというのです。これは、わたしが自分の行動に目を向けるきっかけとなりました。わたしは、NAプログラムをあらゆる面からもう一度しっかりやっていくことにして、NAの12ステップに取り組み、自分がサービスをする理由と方法に焦点を絞りました。このようなことを実行する利点は、計り知れませんでした。12のステップに取り組んでいれば人生に問題が生じても対処できることや、薬物はわたしの病気による症状の一つに過ぎないのだから、わたしは絶対に気を許

してはならないことが、あらためて示されたのです。

わたしは現在、エリアサービス委員会で進行役を努めています。この委員会もたいていの場合と同じく、自己紹介によって始まります。ただし、わたしたちは自己紹介をするときに、いくつかの質問にも答えるのです。たとえば、あなたのお気に入りのスピリチュアルな原理は何ですか？ どうやってナルコティクスアノニマスにつながりましたか？ あなたのお気に入りのリーディングカードは？ あなたのお気に入りの伝統はどれですか？ その理由は？ このような質問は、場を和ませてくれるし、奉仕を任されたしもべたちがお互いをよく知るのにも役立ちます。そして、自分のお気に入りのスピリチュアルな原理は愛と思いやりであると言った場合、この委員会の場で感情をむきだしにしにくくなることがわかったのです。

> ・・・ わたしの口をついてでることは、スピリチュアルで思いやりのある役立つものなのです。

最近になって、わたしの人生が大きく揺らぐできごとがありました。とても親しくしていた仲間がリラプスしてしまったのです。わたしがはじめてクリーンになって以来、ともに回復の道を歩みながらこのプログラムに取り組んできたのに。つまり、この仲間はミーティングに出て、サービスをやり、ステップにも取り組んでNAにしっかりかかわっていたのに、それでもリラプスしたのです。このできごとで動転したわたしは、どうしていいのかわからなくなってしまいました。でも、結局、何をすべきか知ってるはずだとわかりました。わたしは、サポートグループのメンバーたちやスポンサーに電話して助けを求めました。ハイヤーパワーにも助けを乞いました。そして毎日ミーティングに行って、つねに仲間たちとつながりを持ちながら、プログラムに没頭したのです。ちょうど再度のステップ４にとりかかるところだったので、焦点を当てる事柄を変更して書きました。ものごとが起きるにはそれなりの理由があるからです。わたしの旅はまだ終わっていないので、今回のできごとを乗り切ったとは言いませんが、ハイヤーパワーとスポンサーとサポートグループのおかげで乗り切りつつあります。幸いなことに、リラプスしてしまったわたしの生涯の友はもう一度クリーンになったので、また未来に希望がもてるのです。ハイヤーパワーには計画があるのだから、わたしはわたしで自分のすべきことをしようとしないわけにはいかないのだと言い続けています。ただ、その計画がどんなものであるか、ハイヤーパワーがヒントを与えてくれればいいのにと、たまに思ったりもしますけどね。

わたしはこれまでナルコティクス アノニマスから数々の贈り物をいただいてきました。その贈り物はこれからも尽きることがなく、実に驚くべきものなのです。気がつくと、わたしは友人やスポンシーたちに話しかけていて、そのとき、わたしの口をついてでることはスピリチュアルで思いやりのある役立つものなのです。こんなことが起こるなんて、考えてもみませんでした。

今は、しばらくやっていたサービスの役割をちょうど終えたばかりなので、わたしには再び変化が訪れつつあります。このNAという集まりに献身的に尽くしている多くの仲間たちと出会い、NAがみんなにとってさらにすばらしい集まりになるように努力するなかで、わたしはすごく鼓舞されました。わたしの心には、その仲間たちひとりひとりにまつわる思いがわずかながらも生きています。この先には、何が待ち構えているのかと思うと、楽しみでなりません。それも、ハイヤーパワーのみぞ知る、ですね。今のわたしは、サービスに「かかわる」メンバーやサービスを「こなす」メンバーではなく、「役に立つ」人間になりたいと思います。要は認識の問題ですが、わたしは「役に立つ」人間となって、回復の道を「歩む」のです。このように認識することによって、わたしはしかるべき理由としかるべき目的によって役に立ち、愛と思いやりをわかちあいながら、問題解決に向けて地に足を着けていることができるのです。

ここで、わたしが伝えたいのは、クリーンでいればどんなことも乗り越えることができるということです。はじめてナルコティクス アノニマスの部屋に足を踏み入れたその日から、わたしは薬物に手を出さずにいられたのです。これまでにひとつの関係を失い、こどもたちをその父親に取られ、何人かを取り戻し（結局、また父親のところに帰すことになりました）、友人たちの死、親しい仲間のリラプス、そして数え切れないほどのちいさな困難を、わたしは乗り越えてきました。NAとハイヤーパワーとのつながりを保っているかぎり、薬物に手を出すことは、今の自分が選ぶことのない選択肢になるのです。

デブ・N（カナダ／ブリティッシュコロンビア）

撮影者：
フラビオ・A（ブラジル／ミナスジェライス）

ガイディング・プリンシプルズ：ザ・スピリット・オブ・アウア・トラディションズ

NAは、『ベーシックテキスト』が出版されてから年月を経るうちに大きくなった。当初は北米に集中する主に英語を話す仲間の小さな集りでしかなかったものが、まさに世界各地に広がって49の言語で文献が出版されているまでになったのだ。そしてテクノロジーの進歩によって、世界中に数え切れないほどあるNAグループのメンバーたちが意見を提供してNAの文献を著すということが夢ではなくなり、文献制作がずっとやりやすくなってきた。2016年のNA　Wayマガジン7月号では、『ガイディング・プリンシプルズ：　ザ・スピリット・オブ・アウア・トラディションズ』の執筆を画期的なものにした方法のいくつかを考察した。私たちのところには、13を越える国々の実にさまざまな言語を話すメンバーたちから意見が寄せられたが、これはちょっと頭に浮かんだことをノートに書き留めて、携帯電話でスナップ写真を撮り、Eメールによってその画像をワールドボードに送るという手軽さによって可能になったことだ。今後もますますテクノロジーを刺激的に活用しつつNA全体によって文献の制作が進められていくことになるだろうと、私たちは期待している。

> この本にあるスピリチュアルな原理と実例は、
> サービスの場でも、生涯を通じても、
> 私たちの判断の指針となりえるものだ。
>
> 『ガイディング・プリンシプルズ』、「序文」

しかし、今回のプロジェクが画期的なものであったのは、その進め方や参加方法だけにとどまらない。12のステップと12の伝統に関する書籍はNA以外にも多くの12ステップ・グループで活用されているし、ステップワーキングガイドを作成している12ステップ・グループも少なくないが、そのなかで、12の伝統について学びながら活動するための手引きをつくるのは、NAがまさに初めてではないだろうか。だが、私たちはNAとして他とは違う独自の路線をいこうとしているわけではない。それどころか、今回のようなプロジェクトを引き受ける最初の団体であるということは、私たちが12ステップ・グループの前途を開かざるを得なくなったことを意味するのだ。では、『伝統』に関するワークブックはどんな構成であればいいのか。これに関しては、一部のメンバーが2010年に非常に明確な考えを示していたが、ほかにもさまざまな意見を持つメンバーがたくさんいた。それがNA全体としてまとまることで、何か新しいものが原稿というかたちになり、意見提供によって推敲される。そうして『ガイディング・プリンシプルズ［指針］』が誕生するのを私たちは心に描いた。

12の伝統に関する私たちの新しい書籍は、「ユニット方式」のテキストといってよいだろう。つまり、さまざまな方法で利用できる項目と実例が載っているということだ。章の始まりと終わりにはかならず、個人の黙想に、回復に関するミーティングのテーマに、あるいはサービスの場で話し合う議題にと、さまざまな場面で利用できる文章がある。また、章ごとに設けられている「ワード・バイ・ワード」と「スピリチュアルな原理」という課題は、メンバーの書く練習にうってつけだし、グループのビジネスミーティングによる話し合いやサービス委員会の会議にも役立つだろう。そして各章には締めくくりとして、メンバー、グループ、サービスと、それぞれに利用の対象を絞った項目が設けられている。このような項目には、各伝統に関するNA全体の知識や経験に対する考えが示されているほか、書くこと、話し合い、ワークショップに向けた質問も設けられている。

私たちは、みなさんがこの新しく誕生した書籍を活用して経験したことを知るのが、待ち遠しくてならない。見直しと意見提供の過程では、個人利用や、グループの棚卸や、ワークショップで、この本にある課題や質問がどのように役立ったかということに関して実に有用なフィードバックをたくさんいただいた。この本が12の伝統をさらに探求し、理解し、実践する手段として役立つことを、願ってやまない。これからの2年間にNA全体で検討すべき課題（IDT）の一つは、『ガイディング・プリンシプルズ』の利用法をテーマとしているので、この本のことをもっと知りたいと思うメンバーたちは、どうか、このIDTに関するワークショップに参加していただきたい。そして、この本を利用するメンバーはみな、それぞれの取り組みによってこの本を最大限に活用する方法についてほかの人たちに提案できることも含めて、ぜひ、自分の経験を伝えていくようにしていただきたい。みなさんのフィードバックを共有するために、worldboard@na.org へ送信をお願いします。

ガイディング・プリンシプルズに関するIDT（をはじめ、今回の全ITD）について詳しいことを知るには、www.na.org/IDTをご覧ください。このページには、ワークショップや話し合いに関する概要をはじめ、準備資料が掲載されることになっています。

『ガイディング・プリンシプルズ』、「伝統1」による質問例

メンバーへの質問

以下の質問は、スポンサーや仲間たちといっしょに『伝統1』について書くこと、内省、議論にとりかかる場合や、あるいはこのまま進めていく場合に、ひとつの道を示すものです。

NAの一体性は、自分にとって何を意味するか？
自分の回復がNAの一体性にかかっているのは、どうしてなのか？

グループの棚卸に関する質問

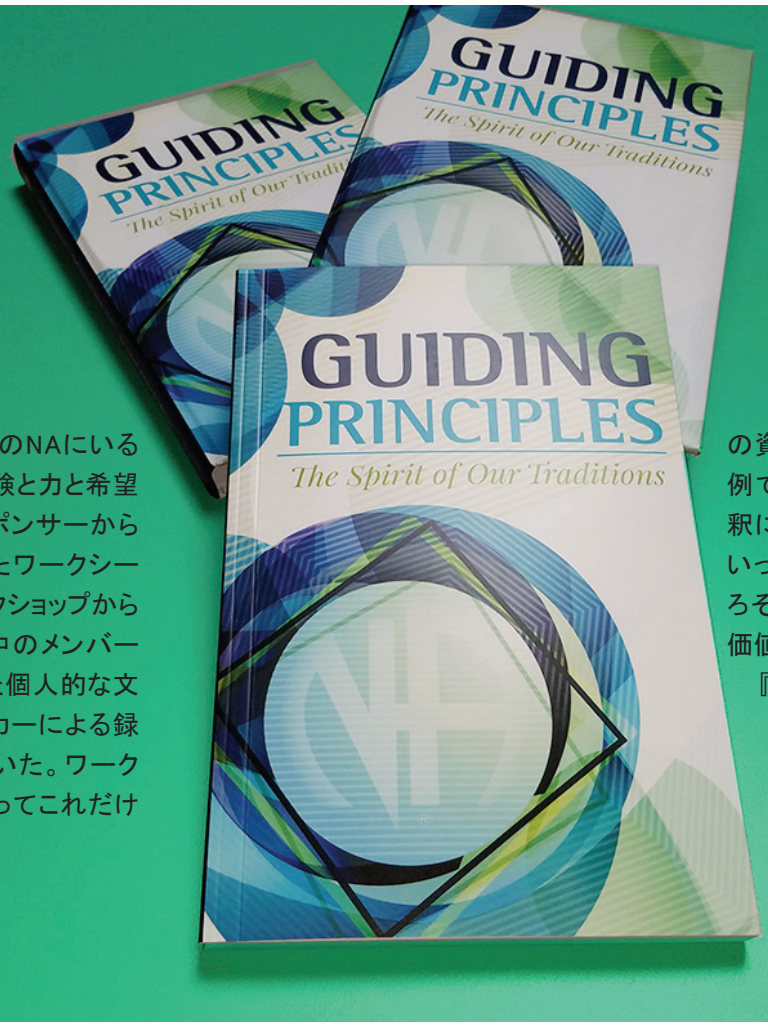
以下の質問は、『伝統1』に焦点を絞ってサービスに関する話し合いやワークショップを開く、または続けていく場合に、役立つものです。

グループとしての全体の福利とは、何か？　私たちの第一の目的は、一体性によってどのように強化されるか？

ワークショップに関する質問

以下の質問は、『伝統1』に焦点を絞ってサービスに関する話し合いやワークショップを開く、または続けていく場合に、役立つものです。

私たちの行うサービス活動は、私たちの共通の福利にどのように役立っているか？ 私たちは、グループとして、さらにエリアとして、どのようなかたちで一体性というものに貢献しているか？



私たちは、世界中のNAにいるアディクトたちから経験と力と希望を集めた。それはスポンサーからスポンシーに回されたワークシートや、何百というワークショップからのメモ書きや、世界中のメンバーたちから送られてきた個人的な文章や、大量のスピーカーによる録音などに収められていた。ワークグループは一丸となってこれだけの資料のなかから、テーマや実例で共通するものと、新しい解釈に役立つ言葉とをより分けていった。私たちは一語一語をおろそかにせず、どんな言葉にも価値を見いだそうと努力した。

『ガイディング・プリンシプルズ』「序文」

NAにいるのはどんな人たち？

2015年度メンバーシップ調査

みなさんはNAにいて、ふと考えたりしませんか。隣に座っている仲間はどういうわけでミーティングにくることになっただろう？　そもそも、NAメンバーの年齢やクリーンタイムの平均ってどのくらい？　NAでサービスにかかわっているメンバーは何人ぐらいいるの？　メンバーたちは平均して週に何回くらいミーティングに出席してるんだ？　いろいろと知りたいことがあるでしょう。そのような情報は、「NAメンバーシップ調査」によって知ることができるのです。

NAワールドサービスでは1996年以来、NAワールドコンベンションのたびに調査表を配布してNAのメンバー構成が何となくわかるように努めてきました。私たちはNAに関する情報の提供と、広報活動の強化、そしてメッセージを運ぶ方法や場所について知識を深めるために、このような情報を集めています。2015年度の調査は、昨年7月にリオデジャネイロで開催されたWCNAで配布されましたが、それ以外にもインターネットや、郵送、ファクスによってメンバーが調査に参加できるようにもなっていました。このため、今回は過去最多となる22,803名のメンバーから回答が寄せられたのです。

もうひとつ今回が初めてとなったのは、NAWSとヨーロピアンデリゲートミーティング（EDM）との共同作業によってメンバーシップ調査が行われたことでした。EDMがヨーロッパ各地のメンバーたちにインターネットによる回答を求めたところ、おびただしい数の回答が寄せられて、「ヨーロッパのメンバーシップ調査」が作成されました。これによってヨーロッパのNAというものが垣間見られるようになっただけでなく、EDMの代表たちは2016年6月のユーロ会議に初めて出席した際に、この調査結果をNAに関する情報として提供することができました。

世界中のメンバーによる調査結果に、ヨーロッパのメンバーによる調査と一般的な調査との比較を盛り込むことによって浮き彫りになったことを挙げてみましょう。

・2011年以降、世界中のメンバーによる調査では男性の数が4パーセント増加した。女性の数が減少しているのか、それとも女性は調査の全項目に記入しないものなのかは、不明。

・調査回答者の平均年齢は48歳となっている。

・世界中のメンバーによる調査の回答者のうち、ヒスパニックはわずか6パーセントである。

・回答者の85パーセントはスポンサーをもっているが、42パーセントはスポンサーをしていない。

・NAメンバーの約3分の1は、いまもNA以外の12ステップグループに参加している。

・主に使われた薬物は、ヨーロッパのメンバーと世界中のメンバーの両調査で一致し、ヘロイン、モルヒネなどが第1位であった。2番目に使用度の高い薬物は、世界中のメンバーによる調査ではコカイン、ヨーロッパのメンバーによる調査ではアルコールとなっている。

・世界中のメンバーによる調査では、回答者の79パーセントが「いつも使われる薬物」にアルコールを挙げている。

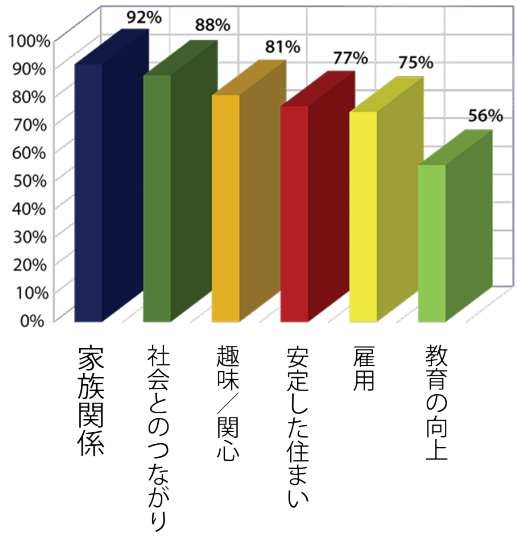
・NAにつながってからリラプスしたことがあるのは、回答者の38パーセントで、世界中のメンバーによる2013年度の調査以来3パーセントの減少をみた。

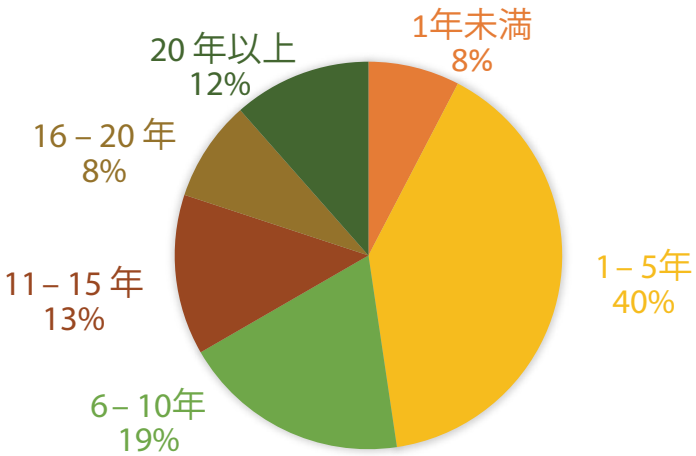
・世界中のメンバーによる調査では、治療施設がNAに参加するのに最も影響力があるとされている。ヨーロッパのメンバーによる調査では、回答者の25パーセントがNAメンバーによる影響が大きいとし、20パーセントは治療施設による影響を挙げている。

・NAに続けて来ようと思わせた事柄のリストは、ひきつづき仲間意識による共感によって独占されている。

世界中のメンバーによる調査とヨーロッパの調査はいずれも、NAワールドサービスからパンフレットが発行されており、www.na.org/prでも入手可能になっています。

生活の質に改善がみられた領域





薬物を使っていない年数

サービス センター

インターネットで注目を浴びる回復

アプリ、ソーシャルメディア、ウェブサイト、オンライン会議室などをはじめとする多種多様なテクノロジーの普及によって、NAにいる私たちにはさまざまな機会と課題が示されてきた。家族や友人とつながり、経験や意見を共有しながらNAの仲間たちとやりとりをするために、ソーシャルメディアを利用するNAメンバーは少なくない。また、NAのサービス機関の多くもソーシャルメディアを利用しているか、あるいは利用することを検討している。

NAの伝統11は、「活字、電波、映像の分野で、個人名を伏せる」ことを私たちに思い出させてくれる。NAの『12の伝統』が書かれたのは、ソーシャルメディアがまったく当たり前の手段として登場する何年も前のことではあるが、インターネットを使っていてもいなくても、私たちのふるまいはNAを傷つけることがあるため、伝統11の原理はソーシャルメディアにあてはまる。つまり、インターネット上で私たちが自分をどのように表し、どんな言葉づかいをし、ほかの人たちとどういうやりとりをするかによって、NAのメンバーでない人やメンバーになりそうな人たちのNAに対する認識が変わってくるのだ。

『ソーシャルメディア・アンド・アウア・ガイディング・プリンシプルズ』というサービスパンフレットを読めば、ソーシャルメディアを利用しているNAメンバーたちの経験と最善の実例が知ることができるだろう。また、このパンフレットでは、「このメディアでの自分の注目度はどのくらいだろうか？ 自分は世間の目にさらされているのか？ それとも、これはプライベートフォーラムなのか？」など、検討すべき質問がいくつか提示されている。このような質問に対する答えは、一様ではないこともあるし、利用するサイトやプライバシー設定などによって左右されるかもしれない。ここで、ほかにも参考になる資料をいくつか挙げておこう。

- 『ザ・パブリックリレーションズ・ハンドブック』
- 『PR ベーシックス』
- 『なぜ、どのように効果があるのか』の伝統に関する小論
- 新たに誕生した『ガイディング・プリンシプルズ: ザ・スピリット・オブ・アウア・トラディションズ』
- 2016年～2018年 のイシュー・ディスカッション・トピックのひとつである「ソーシャルメディアとテクノロジー：NAの伝統を活かす」。このIDTでは、ひとりのメンバーとしてもサービス機関としても、ソーシャルメディアを利用してNAの原理を活かすうえでの課題と成功例に焦点を絞る。今回の全IDTに関する資料と情報については、www.na.org/IDT に掲載されることになっています。

私たちがこのような資源を利用しようとする場合には、NAに関する一般のイメージや、メンバーのアノニミティやプライバシーを危険にさらしかねないことを自覚して、最大限の注意を払わなければならない。

『ソーシャルメディア・アンド・アウア・ガイディング・プリンシプルズ』

フェローシップ ディベロップメント

NAワールドサービス（NAWS）が行っていることはどれもみな、フェローシップディベロップメントの一部であり、その取り組みはすべて「NAのサービスにたくす未来」によって推進される。そして、効果的なFDには、コミュニケーション、つながり、共同作業の３つが欠かせない。そこで、ワールドサービスができることやすべきことと、近隣のNAやそのサービス機関に任せた方がよさそうなことをはっきりさせておくために、日頃から、たえず成長しつつある世界各地のNAの状況を把握しておくことが大事になる。また、FDの取り組みでは、継続的な共同作業とコミュニケーションが必要になる。NAワールドサービスが最初にわたりをつけてさまざまなNAやメンバーの間をとりもてば、つながりのできたNA同士がそれぞれのメンバーたちに支えられて飛躍的に成長するということが少なくないからだ。

ここ数年のアフリカ大陸では、そのような成長がみられた。2012年度のワールド サービス カンファレンス（WSC）が終わると、南アフリカのリージョナルデリゲート（RD）がアフリカにゾーナルフォーラムを誕生させることを話し合うために、NAWSに連絡をしてきた。そして、それと同じころ、サービスと文献翻訳にたずさわるケニアのメンバーも同じような問い合わせをするために、NAWSと連絡を取るようになった。2013年のNA Wayマガジン10月号の記事で南アフリカのRDが述べているように、「これは、ハイヤーパワーによる絶妙のタイミングだった」。

また、偶然にも、ワールドボードのメンバーとNAWSのスタッフが第1回東アフリカコンベンションで司会進行を努めることになっていたため、ワールドボードのメンバーたちはこのアフリカ滞在を利用してアフリカのNAメンバーの団結にも一役買うことができた。そして、ケニア、南アフリカ、タンザニアのメンバーたちによる会議として始まったものが、あっという間に、アフリカの11の国や地域のNAメンバー19人による2日間の集会に発展していった。ワールドサービスが旅費と会議の経費を提供したことによって１９人のメンバーがそろった歴史的な集会で、「アフリカ大陸ゾーナルフォーラム」が誕生したのだ。NAWSはその後も、「アフリカ大陸ゾーナルフォーラム 」による会議の実現を手助けすることや、発展途上のNAに文献を無料もしくは割引価格で提供すること、そしてアフリカにNAが広がるにつれて経験とガイダンスを共有できるようにすることなどによって、ひきつづきアフリカ大陸でのFDによる取り組みを支援してきた。

発展の過程では、うまくいくこともあれば困難なこともあるものだ。それは発展の途上のNAではあたりまえなことだが、それでもワールドサービスが最初に支援を提供することで、それぞれの国や地域のメンバーやサービス機関が自分たちのNAの成長を進めていく。だから、ワールドサービスはその成長とともに、一歩退くのだ。

今月号では、アフリカにある2つの国から最新情報をお届けする。ひとつは東アフリカのウガンダ、もうひとつは西アフリカのナイジェリアである。

ウガンダのつながり

ウガンダのNAではこの1年ほどの間に、カンパラという大都市を中心にして怒濤のような成長がみられた。このような成長は、ウガンダのメンバーたちがアウトリーチに取り組んできたことと、NAワールドサービスがウガンダのNAに対する支援を続けてくれたことによるものだと考える。

そもそもの始まりは2014年の7月ごろのことだった。ウガンダのメンバーたちはNAを成長させるために必死で取り組もうと決意し、地元の治療センターや病院に協力を求めるということをしていった。すると、まさかと思われるかもしれないが、地元の治療センターのほとんどがそれまでNAなんて聞いたこともなかったか、さもなければ自分たちの患者にはふさわしくないと考えていた。それが、俺たちの取り組みの結果、今ではウガンダで唯一の政府援助による治療センターでNAのグループが週3回のミーティングを開くようになっている。これはセンターの内外を問わず、アディクトならだれでも参加できるミーティングだが、だからこそ、俺たちはセンターの入所者がミーティングの司会進行に対する責任を引き受けられるように取り組んでいる。それはつまり、入所者たちが治療センターを退所してもひきつづき支えていくことによって、このミーティングが定着してしっかりしたNAのグループになることを、俺たちは心から願うからだ。

カンパラではこのほか、毎週2回、日曜と月曜にミーティングが開かれ、どちらも多くの出席者がある。そして水曜には、民間所有の治療センターでＨ＆Ｉによるミーティングが開かれている。このＨ＆Ｉのミーティングがうまくいっていることから、この民間の治療センターでは現在、NAが毎週開いているオープンミーティングに入所者たちを何人か送り込んでいる。治療センターなりに、入所者たちを外部のミーティングに触れさせてスポンサーを頼めそうな仲間と出会えるようにしているのだ。ウガンダにある治療センターがNAのミーティングに入所者を送り出したのは、これが初めてのことだ。このような意思表示をしていただいたことに、心から感謝している。

さらに、ソーシャルメディアのチャットグループも、ウガンダのＮＡにはすばらしい道具になっている。メンバーたちがいつでも参加でき、質問やコメントを書き込めば、それに対してほかのメンバーたちからフィードバックや提案をもらえるからだ。また、このようなインターネット上のグループなら世界中のメンバーが参加できるため、ほかの国や地域で長年にわたって回復とサービスの経験を重ねたメンバーたちと意見交換が行われるのも珍しくない。

つい最近のことでは、PRに関する取り組みがすばらしい経験になった。2016年9月10日の土曜日に、ウガンダでは初めてとなる「アディクション・リカバリー・ウォーク・アンド・ラリー」がカンパラで開催され、俺たちはNAのブースを設けたのだ。このイベントでは、回復の道を歩むアディクトや、回復によって恩恵を受けることができたアディクト、アディクトの家族などにまじって治療の専門家や役人の姿もみられ、300人を越える参加者があったけれども、NAWSによる継続的な支援と、NAWSが提供する文献を携えてアメリカ合衆国から足繁くウガンダに通ってくれるメンバーがいてくれたおかげで、俺たちは配りきれないほどのNA文献やキータッグを用意できた。また、文献はNAのブースにも展示し、俺たちのミーティングリストも配布した。なんとも嬉しいことに、俺たちのブースには実に多くの人たちが立ち寄ってＮＡプログラムのことを知ろうとしてくれたのだ。

それにしても、俺たちのブースに、マサカからNAの文献を求めてアディクトの一団がやってきときには、もう本当にびっくりした。マサカはウガンダの村だけど、カンパラから車で3時間以上もかかるところにあるのだ。たしかにNAのグループがあるというウワサは耳にしていたが、実際にメンバーと会うのはこれが初めてのことだった。だからもう、みんなすっかり興奮して、しばしのあいだハグを交わしたり笑ったりしながら回復をわかちあった。

そしてウォーク・アンド・ラリーの終りには、参加した回復の道を行くアディクトがみんな口をそろえて、この日はウガンダのＮＡにとって最高の日となったといっていた。ウガンダのNAをずっと支援していただいていることに対して、NAWSと世界中のＮＡメンバーたちに心からお礼を言いたい。東アフリカにもたらされたNAの精神、万歳！

デリック・M（ウガンダ）

ナイジェリアの希望

僕はジョセフといいます。アフリカ大陸ゾーナルフォーラム（AZF）では、ナイジェリアのリージョナルデリゲート代理をつとめています。ですから、このAZFの始まりを抜きにして、ナイジェリアで起きていることを正確にお伝えするのはむずかしいでしょう。2年前にケープタウンでで開かれたAZFの会議で、僕はNAWSからやってきたすばらしい人たちやアフリカ中のNAから参加したデリゲートたちと出会ったのです。あの当時、カドゥナ州には、Ｈ＆Ｉによるミーティングが2つありました。ひとつは、連邦神経精神病医学病院の全寮制リハビリセンターで開かれていたミーティングで、もうひとつはマイルストーンズ・グループによるミーティングでした。また、ラゴス州には、時々途切れながらも活動しているグループがひとつありました。

僕たちは、AZFの会議の後もNAWS と連絡を取り合い、カドゥナ エリアのNAの成長に役立てるためにNA文献の提供をお願いしました。カドゥナ・メトロポリスは、アブジャナ（ナイジェリアの首都）から車で2時間くらいのところにあり、ミンナ（ニジェール州）、ジョス（プラトー州）、カノ（カノ州）ラフィア（ナサラワ州）、カツィナ（カツィナ州）のほか、ナイジェリアの北西部や中心部にある主要な州都からは5時間ほどかかります。カドゥナには、NAのグループが定期的にミーティングを開いている治療センターが2か所あり、いずれの治療センターも近隣の主要な州から入所者を受け入れているため、入所中にNAのミーティングに参加していれば、それぞれに退所して故郷の州に戻ったときに支援を受けながらNAグループをつくることができるというわけです。僕らはじっくり考えて祈り、成功を信じて、計画を実行に移しました。本気でNAグループをつくろうとしているメンバーたちに、『ベーシックテキスト』、『なぜ どのように効果があるのか』、グループ・スターター・パケットをまとめて配ったのです。

やがて、ミンナの国立薬物取り締まり機関の事務所でミーティングが開かれるようになりましたが、あいにくNAグループらしい構成にはなっていなかったのです。そのグループには回復の道を歩むアディクトが何人かいて、ナルコティクス アノニマスという名前がつけられていたものの、取り締まり機関のカウンセラーがまとめ役および監督役となってミーティングに参加していました。一方、カドゥナのグループもまた徐々に治療センターのスタッフによって運営されることになっていったので、このグループのミーティングはだんだんNAらしからぬものになっていきました。

僕のホームグループ（マイルストーンズ・グループ）では、こうした数々の困難や成長の遅さについて話し合いました。みんな（特に僕は）、東アフリカのNAにいる仲間が語ってくれた急成長というものを目にしたいと意気込むあまり、NAがスピリチュアルなプログラムだということを忘れていました。進むべき道を示してしっかり導くのはハイヤーパワーであって、僕ではないのです。僕たちはグループのサービス代表を任命しました。僕はこのGSRと協力して、エリアにあるNAグループのミーティングひとつひとつに出席して、エリアのグループがNAの機構を作る手助けをしました。それ以外にも、２人で専門家のプログラムに参加してNAのインフォメーション・パンフレットを配り、NAがどのように効果があるのかということを理解することに関心のある専門家たちからの質問に答えました。そして、僕らは例のカドゥナのグループから立て直しにかかり、時間とともにこのグループは立ち直っていき、現在は毎週の月曜、水曜、金曜にミーティングを開いています。

ザリアは、州都カドゥナから車で45分ぐらいのところです。いくつもの高等教育機関をかかえた大学町ですが、NAのグループは一つもありませんでした。そこに、リカバリー・ハウスが開設されるというウワサを聞きつけた僕らは、ハウスに出向いて、日曜の午後にミーティングを開く場所を設けてもらえないかとお願いをしました。ただ、僕らは場所代を払うことができないため、代わりにリカバリー・ハウスの建設工事を手伝わせてもらうことにしたのです。先月、初めてのミーティングを開くにあたって、僕らはグループのセクレタリーと面会をし、このグループがNAの文献を利用できるようにしました。いずれ学校が再開されるようになれば、教室を借りてミーティングを増やせるでしょう。その日が来ることを願っています。

アブジャの場合には、僕らはグループをつくりたがっている何人かの人たちと出会い、NAの文献も提供し、どんな方法を使ってもグループを支援する心づもりで、9月の中頃に一回目のミーティングを開く計画を立てました。そして、アブジャにある２つの治療センターのメンバーのためにチャットグループを立ち上げたのです。

僕らには、ナイジェリアでNAが成長していくという新たな希望があります。僕らがNAワールドサービスに文献の提供をお願いしたところ、2週間もしないうちに僕らの手元には文献の箱が9箱も届いたのです。ナイジェリアのNAがここまでくるのに、NAワールドサービスと世界中の仲間たちにはどれほど支えていただいたことか。なんとお礼を申し上げていいのかわかりません。

ジョセフ・Ｉ（ナイジェリア）

NAのワールド サービスで基本となるものは、コミュニケーション、調整、インフォメーション、ガイダンスである。NAのグループやメンバーたちがうまくNAの回復のメッセージを運ぶことができるように、そして世界各地でひとりでも多くのアディクトがNAの回復のプログラムを実践できるようにするために、私たちはこのようなサービスを提供している。

『ア・ガイド・トゥ・ワールド・サービス・イン・NA』

アフリカ大陸ゾーン参加国

エチオピア
ガーナ
ケニア
レソト
リベリア
ナミビア
ナイジェリア
ルワンダ
南アフリカ
タンザニア
ウガンダ
ザンジバル
ジンバブエ

世界各地にひろがる ロシア語を話す メンバーによるNA

「トランジット・フォーラム」というディスカッショングループがあることで、回復の道を歩むアディクトたちはサービスにたずさわることを楽しめるうえに、ロシア語によるNAグループから遠く離れて暮らすことに孤独感を抱かないでいられます。「トランジット・フォーラム」の成り立ちは2013年の12月にさかのぼり、世界中のロシア語を話す回復の道を歩むアディクトたちの一体性を築くために設立されました。私たちは、オンライン・ビデオによって定期的にミーティングを開く以外にも、ソーシャルメディアや、携帯メール、メッセージ・アプリ、電話などによってやりとりもしています。

これまでに2回ほど、「インターナショナル・ロシアン・スピーキング・フォーラム」という年次集会が開かれ、そのときにはみんなが直接顔を合せることができました。これは、第１回が2014年にエストニアのタリンで開催されたバルティックNAコンベンションで行われ、第2回は2015年7月、サンクト・ペテルブルグで開催されたNAロシア25周年記念大会で行われました。

現在は、23ヵ国のアディクトたちが「トランジット・フォーラム」によってつながっています。私たちの第一の目的はひとつ。私たちがどこに住んでいようと、ロシア語によって ・・・・・・ まだ苦しんでいるアディクトに回復のメッセージを運ぶことです。このため「トランジット・フォーラム」では、Ｈ＆Ｉ、ＰＩ、アクティビティ、財務、インフォメーション、翻訳、トランジット・フォーラム・ニューズレターなど、それぞれ自分の住む地域にあるサービス小委員会にかかわることによって、NAのメッセージを運ぼうとするアディクトの参加をお待ちしています。

私たちはみな、このような形でサービスにたずさわるという経験をしたことがありません。つまり、みんな初心者です。それでも、あふれんばかりのエネルギーと想像力と意欲をもって、回復を求めるアディクトならどこにいようと回復はあるのだというメッセージを運ぼうとしています。私たちは「トランジット・フォーラム」によって、一体性と共感によって理解し合うことができるという喜びを知るのです。

神は、国境などものともせず、回復の道を歩むアディクトである私たちを愛してくださるのだから、私たちはどこであろうと、どんなアディクトにも、この神の愛を伝えていこうという気持ちでいます。NAの愛は分け隔てをしません。

詳しくは、www.na-tranzit.org　をご覧いただくか、na.tranzit@gmail.com にお問い合わせください。

検討すべき課題

検討すべき課題は、世界中のNAで回復の道を歩むアディクトたちが2年ごとのカンファレンスの間に議論の場やワークショップで焦点を当てるテーマとなるものです。このような話し合いによって、私たちは関連した話題についてさらに深く考えようとするので、クループやサービス機関のなかに一体性が生まれます。しかも、みなさんの話し合いの結果がワールドボードに送られることによって、NA全体の方策とサービスを方向づけることにもなるのです。

2016年～2018年までの2年間で検討すべき課題

- サービスにおける回復の雰囲気
- テクノロジーとソーシャルメディアにNAの原理を活かす
- 『ガイディング・プリンシプルズ：ザ・スピリット・オブ・アウア・トラディションズ』の活用法

詳しくは　www.na.org/IDT をご覧ください。このページには、みなさんの議論に役立てていただくために、ワークショップに関する資料も掲載されることになっています。

THE NA Way MAGAZINE — THE INTERNATIONAL JOURNAL OF NARCOTICS ANONYMOUS

得をしたら、おすそ分けしよう

先頃行われたデータベースの消去では、みなさんにご協力いただいたことを感謝いたします。今回の取り組みによって7,176件の重複する購読予約が打ち切られました。これで、数千ドルもの印刷費と郵送料が節約できるでしょう。これからもひきつづき、NA Wayをご支援いただくとともに、この年4回発行の回復に関する雑誌のインターネット版を印刷し、配布し、みんなで共有することにご協力をお願いします。

参加方法が決まったら、www.na.org/subscribeでお申し込みください。
（件名「得をしたら、おすそ分けしよう」のEメール naway@na.org でも申し込めます）

今後とも、NA Wayマガジンをよろしくお願いします。

グループ紹介

NA Wayでは、世界中のNAからミーティング会場やイベントの写真が送られてくるのをお待ちしています。ただし、集まっているメンバーがどこのだれとわかる写真はご遠慮ください。なお、写真には、グループやイベントの名称、所在地および国名はもちろん、グループやイベントが誕生してどのくらい経つのか、ミーティングの形式やイベントで大事にしている習慣、ユニークな点など、グループやイベントの紹介文を添えていただくようにお願いします。宛先は、naway@na.org となっています。.

歴史が脈々と息づく

「パイオニア・バレー・エリア」のコーヒーポットからは、歴史の重みが伝わってくる。もともとは、かつてラドローで金曜夜に開かれていたミーティングで使われていたものだ。このグループは、私たちのエリアで最初に誕生したグループのひとつでもあった。当初は、毎回のミーティングに40人以上のアディクトが集まっていたのだが、周辺地域のグループが軒並みに成長を遂げたことなど、いくつかの理由から、出席者の数がだんだん減って4人以下になってしまった。このため、10年以上前にグループはミーティングを閉鎖した。そのときに、グループの記念イベントやエリアのイベントでほかのグループに使ってもらえることを願って、このコーヒーポットをエリアに寄付したのだ。それ以来、数え切れないほどのグループの記念イベントをはじめ、「パイオニア・バレー・エリア」と「ウェスタン・マス・エリア」でNAの催し物を行う際にも、そしてかなりの出席者が見込まれる会議が開催されるという場合にも、このコーヒーポットが使われてきた。現在、このコーヒーポットの保管と管理を受け持っているのは、かつてラドローのグループをホームにしていたメンバーのひとりで、金曜夜のミーティングでコーヒーポットを購入した当時のメンバーでもある。

「パイオニア・バレー・エリア」は、マサチューセッツ州のウスターとスプリングフィールドに挟まれた細長い地区であり、「ウェスタン・マサチューセッツ・エリア」とも部分的に重なっている。「パイオニア・バレー・エリア」には現在14グループがあり、このうち12グループは定期的にエリアのサービス委員会の会議に出席している。このASCの会議は、毎月第2月曜の夜7時に、マサチューセッツ州チコピーで開かれる。現在はもっぱらロバート議会法を用いているが、これまでずっと合意に基づく意志決定に切り替えようとしてきたため、私たちの方針はこのような変化を反映しつつある

「パイオニア・ヴァレー」のＰＩ小委員会はとても活発で、エリアの活力源になっている。最近は「ウェスタン・マサチューセッツ」のＰＲ小委員会とも協力するようになったが、これはどちらのエリアにも役立つためと、どちらのエリアでも明確で一貫したメッセージを伝えるためである。また、「パイオニア・ヴァレー」ではＨ＆Ｉ小委員会も活発で、つねにきちんと目標を達成している。だがここへきて、「パイオニア・ヴァレー」のように小さなエリアが自分たちの限界を超えてまで責任を増やしても負担になるだけだということになり、新しい要請をいくつかを断らなければならなかった。私たちは、何年にもわたり必要に応じて多くの委員会を結成してきたけれども、最近になって私たちのイベント・コミティはもっとメンバーたちの関心を集められるようになるまで活動を休止することになった。

「パイオニア・ヴァレー エリア」は、2002年～2004年までにかけて「ウェスタン・マス ASC」と分割して結成された。私たちの重大な課題は、２つの大きなエリアに挟まれた小さなエリアであるということだ。これまでずっと財政的に苦労してきたが、つねにエリアとしてグループに対する義務を果しながら自分たちの費用をまかなうことができた。エリアでのグループの参加率が75パーセントを越えることが多いのでうまくいったのだろう。私たちの最後のリージョンの会議の時に「ウェスタン・マサチューセッツ・エリア」でコンベンションが開催されていても、「パイオニア・ヴァレー エリア」にある7つのグループからメンバーたちが集まり、料理、掃除、会場設営をして、最後のRSCの会議を締めくくる手助けをしてくれたのだ。

レイ・L ＆ エイダ・C
（アメリカ合衆国／マサチューセッツ）USA

CALENDAR

Multiday events and those occurring between publication dates are printed according to the schedule posted online. To enter events or to access event details, visit the online calendar at **www.na.org/events**. (If you don't have Internet access, fax or mail your event info to 818.700.0700, attn: NA *Way*; or *The* NA *Way*; Box 9999; Van Nuys, CA 91409 USA.)

Barbados

Christ Church 11-13 Nov; First Barbados Area Convention; Divi Southwinds Beach Resort, Christ Church; nabarbados.org

Colombia

Itagüi 12-14 Nov; Medellin Area Convention 5; Itagüi - Antioquia, Itagui; nacolombia.org

Dominican Republic

Bavaro 11-13 Nov; Quisqueyana Regional Convention 15; Caribe Club Princess Beach Resort & Spa, Bavaro; nadominicana.org

India

Gangtok 24-26 Nov; Sikkim Area Convention 4; Hotel Rendezvous , Gangtok; http://naindia.in/sacna-iv/

Oman

Muscat 11-13 Nov; Middle East Convention 4; Safeer Ballroom at Alkhuwair, Muscat; namec.org

Venezuela

Estado Carabobo 18-20 Nov; Venezuela Regional Convention 9; Hotel Suite Caribe, Puerto Cabello, Estado Carabobo; navenezuela.org

United States

Alabama 20-22 Jan; Central Alabama Area Convention 20; Hilton Garden Inn East Chase, Montgomery; write: Central Alabama Area; Box 230531; Montgomery, AL 36123

Connecticut 6-8 Jan; Connecticut Regional Convention 32; Hilton Stamford, Stamford; ctnac.org

Georgia 24-27 Nov; West End Area Anniversary 30; Renaissance Concourse Hotel, Atlanta; event info: 404.887.8033

Illinois 11-13 Nov; Greater Illinois Regional Convention 20; Wyndham City Centre, Springfield; http://centralillinoisna.org/index.php/gircna/

2) 5-8 Jan; Chicagoland Regional Convention 29; Hyatt Regency McCormick, Chicago; crcofna.org

Maryland 25-27 Nov; Free State Regional Convention 24; Hunt Valley Inn/Wyndham Grand, Hunt Valley; fsrcna.org

Michigan 11-13 Nov; Macomb Area Convention 6; Wyndham Garden Sterling Heights, Sterling Heights; michigan-na.org/macomb/

Missouri 27-29 Oct; Saint Louis Area Convention 9; Sheraton Westport Chalet, Saint Louis; stlna.org

New York 6-8 Jan; Nassau Area Convention 14; Long Island Marriott, Uniondale; nacna.org

North Carolina 6-8 Jan; Western North Carolina Area Convention 32; Crown Plaza Resort, Asheville; wncna.org/convention

2) 20-22 Jan; Down East/Inner Coastal/Crossroads Area Convention; DoubleTree, Atlantic Beach; ncregion-na.org

Ohio 25-27 Nov; Greater Cincinnati Area Convention 21; Millennium Hotel, Cincinnati; nacincinnati.com

Oklahoma 13-15 Jan; Norman Winter Convention; Sheraton Midwest City Reed Conference Center, Midwest City; nwc.wascokna.org

Pennsylvania 10-13 Nov; Start to Live 34; Bayfront Convention Center, Erie; starttolive.org

2) 11-13 Nov; Delaware County Area Convention 3; Clarion Hotel & Convention Center, Essington; nadelco.org

3) 18-20 Nov; Reading Area Convention 3; Holiday Inn, Morgantown; www.rascna.org

South Carolina 11-13 Nov; The Journey Continues 5; www.portcitynaconvention.com

2) 18-20 Nov; Ultimate Convention; Landmark Hotel, Myrtle Beach; crna.org

3) 25-27 Nov; Serenity Fellowship Reunion; Sea Mist Resort, Myrtle Beach; capitalareancna.com

Tennessee 24-27 Nov; Volunteer Regional Convention 34; Chattanooga Marriott, Chattanooga; www.vrc34.com

Texas 13-15 Jan; Esperanza Area Convention 3; Tropicano Hotel Downtown Riverwalk, San Antonio; eacnasa.org

Vermont 11-13 Nov; Champlain Valley Area Convention 27; Sheraton Hotel & Conference Center, Burlington; Event Info: 802.862.4516; cvana.org

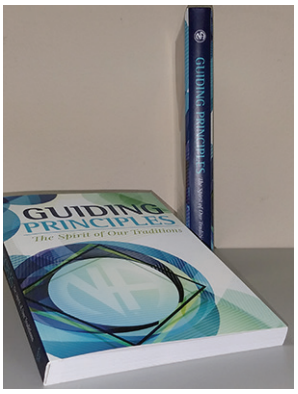
Virginia 20-22 Jan; Area of the Virginias Convention 35; Hilton Richmond Hotel, Short Pump; www.avcna.org

Wisconsin 3-5 Feb; Greater Milwaukee Unity Convention; Hyatt Regency, Milwaukee; namilwaukee.org

みなさんが作る NA Wayマガジン

NAで回復の道を歩むなかでみなさんが経験したことを、NA Wayマガジンでわかちあいましょう。体験談、NAでみられる事柄に関する意見、写真、回復に関する自作のアート作品など、手段はいくらでもあります。このほか、みなさんのNAで発行しているニューズレターも歓迎しています。いずれも電子文書（テキスト文書をはじめ、ipg, gif, pdf, など）にして、naway@na.org へ送信されるようにお願いします。投稿や著作権譲渡に関して詳しいことを知るには、www.naway.org をご覧ください。

NAWS Product Update



Guiding Principles: The Spirit of Our Traditions

Our Twelve Traditions are a set of guiding principles for working together. NA's newest Fellowship-approved book contains tools, text, and questions meant to facilitate discussion and inspire action in our groups, in workshops, and in sponsorship. This book is a collection of experience and ideas on how to work through issues together, using the principles embodied in the Traditions.

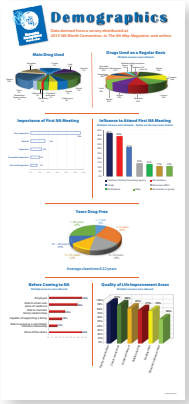
Item No. 1201 (Hardcover) Price US $11.00/9.70 € Item No. 1202 (Softcover) Price US $11.00/9.70 €

Demographic Poster

(for I-stand)

updated 2016 statistics
for your PR efforts

Item No. 9092 (35"x84") Price: US $33.00



Estonian

IP #7:
Kes, mis, kuidas ja miks

Item No. ET-3107 Price US $0.24/0.21 €

French

IP #24: *L'argent, ça compte le principe d'autonomie dans NA*

Item No. FR-3124 Price US $0.53/0.46 €

IP #28: *Financer les services de NA*

Item No. FR-3128 Price US $0.35/31 €

(2016 Versions)

NA: A Resource in Your Community
Une ressource près de chez-vous

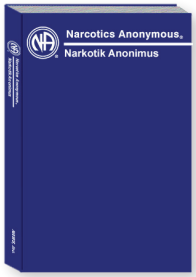
Item No. FR-1604 Price US $0.40/0.37 €

2015 Membership Survey
Enquête sur les membres de NA

Item No. ZPRFR1001 Price US $0.30/0.27 €

Information about NA
Informations à propos de NA

Item No. ZPRFR1002 Price US $0.30/0.27 €



Indonesian

Basic Text (5th Edition)
Narkotik Anonimus

Item No. ID-1101 Price US $7.90/6.90 €

2015 Membership Survey
Survei Keanggotaan

Item No. ZPRID1001 Price US $0.30/0.27 €

Information about NA
Informasi Mengenai NA

Item No. ZPRID1002 Price US $0.30/0.27 €

Korean

IP #19: 자아 수용

Item No. KO-3119 Price US $0.24/0.21 €

IP #23: 외부에서 단약 상태를 유지하기

Item No. KO-3123 Price US $0.24/0.21 €

Polish

IP #13: ***Przez młodych uzależnionych, dla młodych uzależnionych***

Item No. PL-3113 Price US $0.35/0.31 €

IP #14: ***Doświadczenie jednego z uzależnionych z akceptacją, wiarą i poddaniem***

Item No. PL-3114 Price US $0.24/0.21 €

IP #28: ***Finansowanie słuz b NA***

Item No. PL-3128 Price US $0.35/0.31 €

Portuguese

Twelve Concepts for NA Service

Doze Conceitos para o Serviço em NA

Item No. PO-1164 Price US $2.05/1.80 €

Portuguese (Brazil)

IP 21: ***O solitário – manter-se limpo em isolamento***

Item No. PB-3121 Price US $0.31/0.26 €

Russian

IP 2: ***Группа***

Item No. RU-3102 Price US $0.31/0.26 €

Spanish

2016 Versions

Un recursoen su comunidad

Item No. SP-1604 Price US $0.40/0.37 €

IP No. 28: ***La financiación de los servicios de NA***

Item No. SP-3128 Price US $0.35/0.31 €

2015 Membership Survey

Encuesta a los miembros

Item No. ZPRSP1001
Price US $0.30/0.27 €

Information about NA

Información sobre NA

Item No. ZPRSP1002
Price US $0.30/0.27 €

Ukrainian

IP #5: ***Інший погляд9***

Item No. UA-3105 Price US $0.24/0.21 €

Coming Soon

Guiding Principles: The Spirit of Our Traditions

Hand-numbered Limited Special Edition

Features decorative inside cover, Japanese paper, and full-color chapter starts. A shimmering varnish finish and an "epoxy dome" medallion decorate the textured cover. Includes a coordinating debossed leatherette bookmark.

available December 2016

Item No. 1205 Price US $30.00/26.50 €

2017 JFT Calendar

will be available in December

Get your daily recovery inspiration and encouragement with excerpts from our *Just for Today* book. 4.25" x 5.25" tear-off pages with easel.

Item No. 9500 Price US $11.75/10.40 €

Hungarian

The NA Step Working Guides

A NA Munkafüzete A Lépésekhez

Item No. HU-1400 Price US $8.50/7.50 €

Polish

The NA Step Working Guides

AN Przewodnik do pracy nad Krokami

Item No. PL-1400 Price US $8.50/7.50 €