

# THE NA Way MAGAZINE®

世界中で読まれているNAの定期刊行物



2019年1月発行  
第36号 ◆1号



- ◆ [FD: APF and EDM](#)
  - ◆ [NA Way 読者アンケート](#)
  - ◆ [NA初のスポンサーシップ デイ](#)
- ◆ **ニュースレター特集号!**





## 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](http://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](mailto: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。

## 編集者から、ひとこと

あけましておめでとうございます！ 新年早々、過去を振り返るというものなのですが、わたしたちにはめずらしいことではありません。もうだいぶ昔、NA Way マガジンでは年に一回、世界各地のNAのニューズレターをもとに「ニューズレター特集号」を発行していたのです。ここでまた、ニューズレターの特集をすることについては少し前から話題にしてきましたが、ようやく発行にこぎつきました。というわけで、今回のNA Way マガジンには、世界中のNAで発行されるニューズレターから回復とサービスに関する記事が転載されています。どうぞ、お楽しみください。

2018年のNA Way マガジン10月号は、誌面内容がいつもと少しちがっていました。NA ユニティ デイと、昨年8月末から9月初めに開催されたフロリダ州オーランドの第37回NAワールドコンベンションと、この2つに関する記事で埋め尽くされました。臨場感あふれる写真と物語を楽しんでいただけたのではないのでしょうか。ぜひ、[NA Way 読者アンケート](#)に記入することで、みなさんの考えをお知らせください。回答は、2019年3月31日を締め切りとしています。紙面のアンケートに記入するか、紙面のリンクからインターネット版のアンケートに記入してください。みなさんの意見によって、NA Way マガジンはさらに読み応えのある雑誌になるでしょう。(これは読者アンケートです。1月15日終了の「メンバーシップ調査」とはちがいます)

最後に、2019年の始まりにあたって、NA Way マガジンはみなさんがつくる雑誌であることをしっかり思い出してください。みなさんの経験と支援がなければ、このような雑誌は存在しなくなってしまいます。ぜひ、文章や映像による投稿をお願いします。回復やサービスにまつわる話、アートワークや写真、ホームグループの経験談など、何であれ、みなさんがクリーンにとどまる助けになることやNAのメッセージを運ぶのに役立つと思うことを、紙面でわかちあってください。みなさんの継続的な参加と支援を、どうかよろしくお願いします。

[ド・J \(エディター\)](#)

## 今月号の掲載記事

<b>特集記事</b>	3	<b>NA Way 読者アンケート</b>	9
• あの不思議な力は「今も」もここに		フェローシップディベロップメント	10
<b>わかちあい</b>	5	『スピリチュアル・プリンシプルス・ア・ディ』に関する書籍プロジェクト	14
• トーマ		グループ紹介	15
• 84日間の自由		ベーシック・キャプション・コンテスト	16
• 『84日間の自由』を読んで		サービスセンター	17
• 困難を乗り越切る		Calendar	18
• Facing the challenge		NAWS Product Update	19
• 夢のできごと		Coming Soon!	20
• LBGトのミーティング			
• 親愛なる『リーチングアウト』			

電子版は[ここをクリックすると追加のコンテンツを見られます](#)

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。



# 特集記事

## あの不思議な力は「今も」ここに

NAは、まるで魔法の贈り物のようだ。NAとNAのメンバーたちがこれまでにしてくれたことすべてに、心からお礼を言いたい。こんなにも壮大で特別なものの一部になれるなんて、僕は実にラッキーだった。それなのに、正直に言うと、僕はここ1、2ヶ月ほどNAのミーティングには行ってなかった。リラプスしたからじゃなくて、忙しかったというか、時間がなくてミーティングに行くどころじゃなかったんだ。NAの仲間たちは、「NAでは新しい仲間がいちばん重要な存在で、だからこそ、みんながミーティングに通ってくる」と、口癖のように言っている。僕も、週に1回はミーティングに出るようにしてたけど、無視されているようで居心地が悪くなってきたから、今週はパス、今週はパスと、ミーティングをサボるようになっていた。どのミーティングに行ってもたいていアジア人は僕ひとりだけだったし、わざわざ時間をさいて僕とことばを交そうとする仲間もいなければ、いちばん重要な存在であるかのように接してくれる仲間もいないと気づいたから、ミーティングに通うのをやめたんだ。



今年、フロリダのオーランドでNAの世界コンベンションが開催されたとき、コンベンションに初めて参加する僕の力になってくれる仲間と知り合えたのは、すごく幸運だった。なにせ、参加者が22,000人を超えるイベントだ。このワールドコンベンションをすっかり経験しつくすためには、ボランティアで参加するといいと、その仲間が教えてくれた。それでボランティア登録をしてサービスに関わることにしたら、参加登録受付と、グッズ販売と、『NA Wayマガジン』の現地レポーターとして参加者インタビューを手伝うことになった。

いやはや、WCNAでサービスに関わっている時間がこんなに楽しいものになるなんて。僕は、全国からやってきた仲間たちや、スイス、ブラジル、日本、カナダのほか、世界中から集まった仲間たちと出会い、おしゃべりやインタビューをするという機会に恵まれた。そしてコンベンションセンターの周りを歩き回っていたら、偶然、グアテマラからきた仲間たちと出会った。年配のメンバーと若いメンバーの二人組だ。ことばを交わし、ついでにNA Wayマガジンのために簡単なインタビューをしようとしたところ、この2人には英語で質問してもあまり理解できないようだった。そこでインタビューはなしにして、話し始めると、2人はさっそく道を聞いてきた。グッズの販売ショップを探していたというので、案内すると、2人はほかにもいろいろ聞いてくる。だったらと、僕もそこにどどまっして世話をすることにした。そうして3人でグッズの販売ショップにいるのは楽しかったし、何よりもまず、お互いをよく知ることができた。



翌日、ワークショップで、この2人のグアテマラの仲間が僕を見て足を止め、話しかけてきた。ひとりがバックパックから帽子を取り出すと、そこにはNAのシンボルと「ケツアルテナンゴグアテマラ」という文字が書かれていた。2人は、それを僕に手渡し、どうか受け取ってくれと言った。それはグアテマラにある2人の住む町で作られた帽子で、僕へのお礼にしたいという。これにはもうビックリした。感謝されるようなことなんて何もしてないのに、お礼なんか受け取るのは厚かましいんじゃないかと思った。それでもやっぱり僕はすごく光栄だったし、ほんとうにうれしかった。



出会いは、それだけではない。22,000人を超える参加者であふれかえったワールドコンベンションのなかで、隅っこにぼつんと立っている新しい仲間がいた。まだ若くて、ちょっと内気そうだったが、僕はそばに行って自己紹介をし、インタビューをお願いした。この仲間は、アレックスという名前だった。アレックスはよろこんで協力してくれたので、質問に答えてもらうのがお互いを知るのに申し分のないきっかけになった。アレックスは何年も回復のために努力してきたけど、その成果といえば11日間のクリーンタイムしかないんだと、消え入りそうに話してくれた。ふたりでしゃべっていても、アレックスはなかなか僕と目を合わせられないようだったが、自分のことをわかちあってくれるなかで少し自意識過剰なんだと言っていた。そのうちに、アレックスはうつむいて両手で目をおおい、泣きだした。その瞬間、僕はアレックスとのつながりを感じ、苦しみが伝わってきた。君が今ここにいるってことが大事なんだよ、歩みを止めちゃダメだよといいながらハグしてやると、アレックスはありがとうと言った。そして、僕らは電話番号を交換した。翌日にまた顔を合わ



せると、アレックスが「絞り染めのシャツって好き？」ときいてきた。「カッコいいと思うよ」とこたえると、アレックスはたくさん持ってるわけじゃないけどといいながら、一枚取り出してよこした。そして「自分でつくったんだ、もらってくれない？」と言った。アレックスのやさしさに圧倒されて胸が熱くなった。僕は、うれしかった。

今回、いろんな仲間の話に耳を傾ける機会に恵まれたことで、僕の回復にもたらされたものは計り知れない。新しい仲間ってのはみんな、NAのミーティングに参加して回復に踏み出したばかりのときにはちょっとした違和感を覚えるものなんだと気づいた。そのひとりであった僕がミーティングに通っていけば、これからやってくる仲間たちがもっとなじめるように手助けできるんじゃないかな。それと、回復は「我が道を行く」というものではないこともわかった。だから回復したいなら、この神経過敏なところを克服して自制心を身につけなければならないけど、それでこそ回復するかいがあるというものだ。

ワールドコンベンションが終わると、NAから愛され支えられているという実感があつた。アレックスと出会ったときに、僕は歩みを止めないようにと言った。でも、それが決まり文句だ

からじゃない。本心から言ったんだ。僕のなかには、なにか、純粹でいつわりのないものがあつた。それは、ひたすらアレックスのために最善を願う気持ちだった。NAのみんなが、僕に歩みを止めるなど言ってくれるのも同じだ。今の僕は、みんながそう言ってくれるときにどんな思いでいるのか、わかる。そのことばの背後には、本当の深いつながりがある。

WCNAが終わるときに、グアテマラからきた2人の仲間が連絡先を教えてくれて、「グアテマラに来ることがあれば、家族として迎えるよ」と言ってくれた。こうして世界のあちこちに友だちがいるなんて、まだ信じられない。すごいことだよ。しかも、アレックスとは今も連絡を取り合ってる。これも驚きだ。アレックスは、僕という友だちができてうれしいとってくれる。それは僕も同じだ。NAのワールドコンベンションによって僕の人生は一変した。だから僕は、もう一度、NAに心からお礼を言いたい。あの不思議な力は今もここに存在する。

フアム・H (アメリカ合衆国/ミネソタ)

WCNAのツアー日程のポスターは[ここをクリック](#)してください。

## 名前は、[グループ]の実体を表す？

「仲間のなかにいる」と実感できるNAグループをお探しのみなさん！ここに(グループ一覧からテキストに選んでみましたが)、ぴったりのグループがあるかもしれませんよ！

- 「ものを知らず、どことなくぼーっとしてるメンバー」グループ
- 「とどめを刺された連中による火曜の夜」グループ
- 「往生際の悪い奴らによる火曜の夜」グループ
- 「タフなアディクトは踊らない」グループ
- 「口下手で話す勇気がないメンバー」グループ
- 「若手エリートもアディクトだ」グループ
- 「若さで血気盛んに回復の道をゆく」グループ
- 「年が若く、つながって日も浅いメンバー」グループ
- 「キンキンに目が覚めたメンバーによる土曜」グループ
- 「めっぽうワイルドな中西部」グループ
- 「コットンはどこにあるのか」グループ※ ニューカマーが話してばかりいるとき、オールドタイマーが「耳からコットンを取って口に入れなさい」という冗談から。

以上のほかにも個性的な名前のホームグループがあれば、[naway@na.org](mailto:naway@na.org)までお知らせください。





# わかちあい

## トーマ

あたしにはスポンサーがいる。でも、あたしは娘を出産したばかりなので、今はサービスの役割についていない。それまでは、ずっとサービスに関わっていた。妊娠中も役割はこなしていたけど、娘が生まれてお役ごめんになった。今は、週に2回、月曜と金曜にミーティングに出ている。それについては、夫とも了解が取れている。そして、スポンサーが2人いる。ひとりと一緒にステップに取り組んでいて、もうひとりとはときどき電話をしてるだけ。あたしの回復ぶりは、だいたいそんなところ。

あたしは、両親がアダクトである家庭に生まれた。ろくでもない親だった。母親はヴァイント(メタンフェタミンに類似するロシアの薬物)をつかって使いまくっていたし、父親はヘロイン中毒だったから、家は悪臭がたちこめる地獄のようなところだった。薬物と吸引具が散乱し、知らない連中がウロウロしていた。あの家にいたのは4歳までなのに、いろんなことを覚えている。

あたしには、2つちがいの義理の兄がいる。ふたりで、あんなひどい状況を生き延びなければならなかった。あたしたちはキャットフードやジャガイモの皮を食べ、あちこちの店から食べ物を盗み、オモチャがはましくてゴミ捨て場をあさった。迷子だと思われて、何度も警察に連れていかれた。

あたしは、母が窓辺に立って飛び降りると脅していたことを思い出す。あたしと兄はひざまずいて、やめてとお願いした。そして、両親が言い争っていたことを思い出す。それでも当時のあたしは、こんな家にいたらダメになるとは考えてもみなかった。子どもに深い愛情をそそぐ親がいるなんて、知りもしなかった。

やがて、あたしは祖父母に引き取られることになった。あたしはイヤだった。母のところに帰りたくて泣いてばかりいたけど、そのうちまんざらでもなくなった。あたしは周りから大事にされていた。フツの幼稚園に通い、フツのおもちゃが与えられた。あたしは幼いうちから、「薬物はよくない」と祖父母に言い聞かされた。「ママをみてごらん。両足が腐ってるし、歯だって一本も残ってないじゃないか」。そのとおり。言われるまでもないことだった。

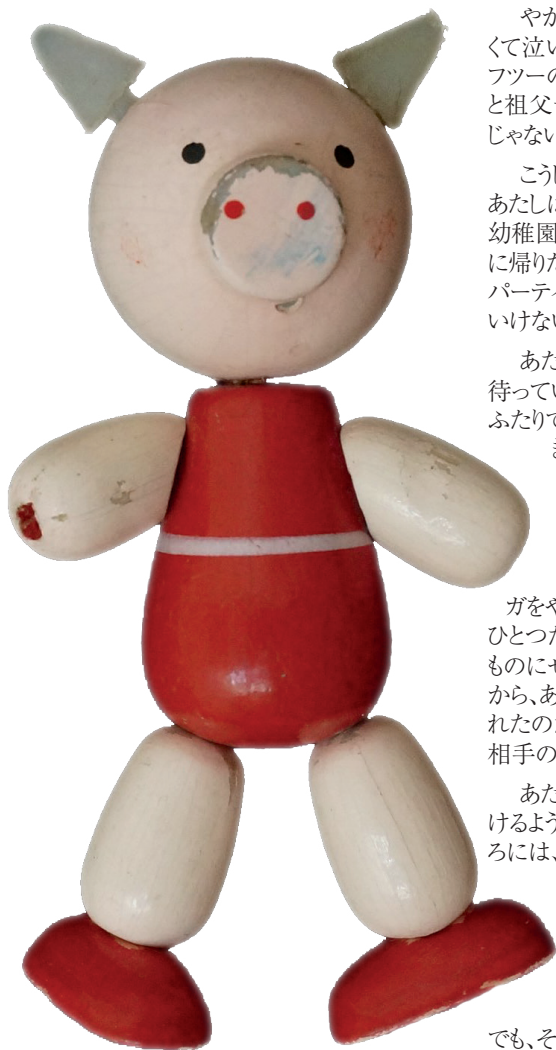
こうして大事にされていても、あたしのなかには消えることのない痛み、虚しさ、孤独感があった。あたしはひととは違うと感じた。自分はエイリアンで、別の星にいるような気がした。通っていた幼稚園の春のパーティでみんなが楽しくはしゃいでたのに、あたしは泣いていたのを思い出す。家に帰りがたかった。気分が悪いのに、なぜなのか、わからなかった。そして、そういうことが今もよくある。パーティがあれば、すっばかしたい。昔は、みんなが楽しんでいるときには自分も楽しいと感じなくちゃいけないと思ってた。でも、それは思いちがいであったと、今はわかる。

あたしは成長とともに、自分から薬物を手に入れようとはしなかったけど、提供者が現れるのを待っていたようだった。そして13歳のとき、そういう人があたしの人生に登場した。それから7年間、ふたりで使っていた。最初は、深入りする「おそれがない」薬物を使った。強いクスリを勧められたとき、あたしは怖かったけど、注射しなくてもよかったので、やるわといった。薬物を注射するのはイヤだった。それが、「本物」のアダクトになる分かれ目だと思ったからだ。あたしは親のようになりたくなかったから、絶対に、一度だって注射はやらなかった。

使ってるうちに、あたしは頭がおかしくなった。幻覚を見るようになった。使ってるせいで、親しい人たちが離れていった。あたしには夢や目標があったのに。英語を学ぶとか、ヨガをやるとか、学位をとるとか、そんなことを目指すのはすっかりあきらめた。あたしの生きる目的は、ひとつだけ。なにがなんでも欲しいものを手に入れることだった。ある男を好きになったとき、自分のものにせずにはいられなかった。相手に家庭があろうと、気にしなかった。でも、相手をモノにしてから、あたしは恐ろしい思いをした。不倫の結果、相手の奥さんが流産しそうになって病院に運ばれたのだ。あたしは愛ゆえに不倫してるのだと思っていたけど、ほんとうは使いたいがためだった。相手の男は、売人だったからだ。

あたしは精神分析医のところへ通って、うつ状態と恐怖症と幻覚に対処するための治療を受けるようになった。食事と睡眠を取らなければならなかった。そうすれば、また使える。分析医のところには、ハイになって通っていた。そうでないと、ひとことも話せなかっただろう。分析医には、包み隠さずに話したかった。けれども、自分の生き方に問題があるとまでは考えてなかったから、使うのをやめる気はなかった。

ミーティングのことをあたしに教えてくれたのは、その分析医だった。面白そうだったので試してみることにしたら、すぐに効果があった。参加してすぐに、ずっと心のなかにあった痛みが薄らいだからだ。それまでずっとあたしはひととちがうと感じていたけど、でも、その思いを打ち明けるのは怖かった。もしかすると、自分の居心地の悪さを祖母に打ち明け



たときから怖くなったのかもしれない。祖母は「バカなこと言って」とともに取り合ってはくれなかったからだ。あたしの言っていることがわかる人々から共感されたことなど、一度もなかった。それが、初めて参加したNAのミーティングで、メンバーたちがそれぞれに抱える苦しさについて話しているのを聞いて、「やだ! それって、あたしのことじゃない! そうか、ここに集まっている人たちはみんな、あたしと同じなんだ。NAっていうのは、そういうところなのね」とわかり、ホッとした。自分の居場所があったからだ。

ついに奇跡が起きた。それは今も起こっている。あたしはもうかつてのように、自分は終身刑の身で死ぬこと以外に道がないとは思わなくなった。使わなくても楽しく生きるすべを学んだ。幸せを感じるなんて、あたしにとっては奇跡だ。薬物を使う前から、そして薬物があってもなくても、本当に長い間あたしはみじめだった。でも、NAにつながってあのような苦しみ

がなくなった。あたしにはいろんな目標があるし、それを達成したいという願望もある。そうされたのはNAのおかげだと感謝している。

あたしはNAのプログラムによってとても大事なことを学んだ。そのひとつが、自分を愛することと、受け入れること。そして、自分は普通の女性であるという感覚を持つこと。NAにつながるまで、あたしはずっと自分のことを醜いと思っていた。あたしと一緒にいてもしらけるし、一緒にいる価値なんかないと思っていた。あたしはずっと別人のようになりたかった。すばらしいユーモアのセンスがあって、すてきな笑顔とスタイル。そんなカッコいい女性になりたかった。人のマネばかりしていた。自分が習い覚えたことには価値がないと思っていた。いつもいい子でいたかった。学校では成績優秀で、優等生コーナーに写真が飾られ、賞をいくつももらった。それでも、あたしは出来損ないだし、やるべきことをきちんとやれていないいつも思ってい

た。自分を批判してばかりいた。けれども、NAプログラムのおかげで、そんなことはもう過去のことになった。今は、あたしはあたしで、ほかの人にはない良さがあるとわかっている。こうして謙虚に自分を受け止めていれば、かつてあたしの人生を台無しにして、生きていることをうれしくもありがたいとも思えなくなった嘘や思い込みにとらわれることもない。自由に向けて、あたしはさらに一歩踏み出すことになる。

トーマ(ロシア/モスクワ)  
2017年4月発行 モスクワのニュースレター  
Только Сегодня(『今日だけ』)  
第62号より転載

## 84日間の自由

俺の名前はハビブ。アディクトだ。カズヴィーン(イラン北西部にある市)の中央刑務所にいるアディクトのみんなと、世界中のNAグループの仲間たちにひとこと挨拶しておきたい。

俺は今、人生の最後のひとときを過ごしながら、この手紙を書いている。もう、命が尽きたも同然なんだ。そんな俺でも、NAの仲間たちみんなにメッセージを送れたらと思う。俺は刑務所内のナルコティクスアノニマスのミーティングでクリーンになり、そのままミーティングに出続けることで使わなくても生きられるようになった。神をとて身近に感じるようになって、気分がいいし、この世界とも自分とも折り合いがつかない。俺は、神の意志を受け入れたんだ。

そこで、NAの仲間たちに頼みがある。どうかクリーンでいて、サービスにかかわってもらいたい。ほかのアディクトたちが身も心も、そしてスピリチュアルな面でも、クリーンでいられるように手をさしのべてやってくれ。NAの回復の道を歩み続けて、ほかのアディクトたちを救ってほしいんだ。今の俺には、ほかは何も言っていないのかわからない。このハビブという名のアディクトは、夜明けにはこの世からいなくなっているだろう。自分が犯した罪のために絞首刑になるが、それでも俺は仲間たちのそばで84日間クリーンでいた。NAにつながれた仲間も、NAにつながれずまだ苦しんでいる仲間も…世界中のアディクトがみんな、アディクションのとらわれから自由になれることを心から願うばかりだ。幸運を祈る。

ハビブ(イラン/カズヴィーン)  
イラン発行 [Payam Behboodi](#) (『パヤム・バパーディ』)  
2006年春季第6号より転載

## 『84日間の自由』を読んで

俺は、アディクトのロン。ニューヨークの刑務所において、クリーンになってしばらく経つ。この一年半の間、ずっと『NA Way マガジン』を読ませてもらってきた。どの号も、何らかの点で感動させられたが、2006年の10月号ほど俺の心を揺さぶったものはない。涙なくしては読めなかった。

俺は、刑務所にいるってことで、スピリチュアルな面でも精神面でもうちひしがれていた。クリーンにとどまっていたが、それでどうなるもんでもなかった。そんなとき、ハビブの話を読み、子どもみたいに泣きじゃくった。俺はといえば、こうして刑務所で我が身を哀れみ、ここを出ても「ムショ帰り」だから人生はおしまいだと思っていた。そんな俺に、ハビブのメッセージが一撃を喰らわせた。このところやる気をなくしていたアディクトの尻を叩くには、地球の裏側にいるアディクトの手を借りる必要があったというわけだ。俺はひざまづき、今こうして生きていられることと、ムショ帰りであっても生きていけることに対して、ハイヤーパワーに感謝した。

俺を精神面でもスピリチュアルな面でも救ってくれたハビブに、感謝の気持ちを伝えられるならどんなにいいだろう。ハビブのメッセージを掲載してくれた『NA Wayマガジン』には、心から感謝している。ハビブという名のアディクトのことを、俺は一生忘れない。

ロン・J(アメリカ合衆国/ニューヨーク)  
NA Wayマガジン2007年1月号より再掲載





# ブロンクス エリア によるアンケート

ブロンクス エリアでは、クリーンタイムが1年に満たない新しい仲間たちに対して、「NAという仲間の集まりはどのようにしてあなたが一番重要な存在だと思わせてくれますか」という質問をしました。

**ヨランダ・E (2017年2月27日)**：あたしの周りには、えらく面倒見のよい女性たちが集まっているの。だから、今はその人たちを支えにしている。これまで力になってくれたし、あたしには願ってもないことよ。スポンサーは、どんなときでも電話に出てくれるの。ありがたいことよね。すごく助けになってるわ。

**レマール・A (2016年8月12日)**：わたし自身にとっては、NAのシンボルこそがNAプログラムの鍵です。わたしがミーティングにやってくる、つながったばかりなのでよろしくお願ひしますと言ったら、部屋がパッと明るくなったのです。わたしがワンディを手にする、みんなが拍手してくれました。あのときのことは、今でも覚えています。自分が手にしたものは、与えないかぎり自分のものにはならないのだと、教えてもらったのですから。

**マイク・B (2016年6月19日)**：NAにつながったときの自分がどんなにクレージーだったかということ、俺によって思い出す仲間もいるんだ。俺は、毎朝、10年のクリーンタイムがある仲間と話すんだが、この仲間はいつも同じことを言う。俺が電話をかけると、この仲間が助かるんだって。こっちは、自分がクリーンにとどまりたいから電話してるのに、どうして相手の方が助かることになるんだ、と思った。でも、今はわかる。仲間にとって、俺はリマインダー（思い出させる存在）になる。つまり、仲間だっけリラプスしやすいことでは俺と変わりはないんだ。ただ、俺の方がずっと「危なっかしい」から、仲間が我が身を振り返るにはうってつけってわけだ。そういう存在は、重要だよな。

また、クリーンタイムが1年以上の仲間には、「新しい仲間たちがNAで重要な存在だと感じてもらえるように、どんなことをしていますか」という質問をしました。

**キャシー・P (2010年5月13日)**：わたしは、つながったばかりの人たちの身になって、仲間がいることを知ってもらえるようにしています。いたって単純なことです。かつての自分にとって、初めて参加するNAミーティングはどのようなものであったか、そして今の自分にはどのようなものであるかということについて、経験と力と希望をわかちあうのです。そうすれば、アディクションからの回復は可能であることを身をもって示せるでしょう。

**アンドリュー・W (2013年6月18日)**：僕は、見たことのない仲間がいたら必

ずハグをする。でも、それで終わりにしないで自己紹介をし、相手の名前をたずね、調子はどうか、自分が助けになれることがないかと聞くように心がけている。そして、電話番号を教え、NAの文献を手渡し、仲間同士のつながりができるようにする。それもこれも、まずはハグ。そうじゃなきゃはじまらない。

**ハディヤ・M (2016年1月13日)**：新しい仲間には、よく来たわねと接し、励ましの言葉をかけて、電話番号も教えています。そして、これからは自分の気持ちをわかちあって、何があっても歩みをとめないでね、と伝えることにしています。

ニューヨーク ブロンクス エリア発行  
『リカバリー・ポスト』  
2017年4月・5月号/第2巻/第2号  
から転載

## 困難を乗り越える

おれが初めてクリーンになったのは、1992年にさかのぼる。場違いなところにいると感じたが、きっとみんなそうだろう。ちょうど昼時だった。おれは打ちひしがれて、フェアファックス&ファウンテンの教会に立ち寄った。正面の外階段のところで、コーヒーを飲んだり、タバコを吸ったり、にらみをきかせたり、冗談を言ったりしていたのは、バイカーや、チンピラや、ツツンヘアーの若造や、ジャンキーといった連中で、笑いかける者、うなずく者、話しかける者、いろいろだが、みんな横柄なところではなくて快く迎えてくれた。

ミーティングでは、おれは中央の列に座った。こわもての奴らが後ろに座り、陽気な連中は前の席に着いたが、おれはどちらでもないなと思ったからだ。最初のひと月ぐらひは、リーディングカードがラテン語で書かれているとしか思えなかった。それが、いつの間にか、英語に変わった。おれが理解できるように、メンバーたちが変えてくれたんだろうと思った。みんながわかちあっているのは聞こえたが、話の内容は思い出せなかった。おれの頭のなかにある声の方がずっと大きかったからだ。

そしてある日、みんなの話が耳に入ってきた。説明するのがむずかしいが、どういうわけか、おれの頭と心が受け入れようとしたんだ。おれは、こんな薬物もなければ使ってる連中もいないところには居場所がないと思っていたが、半年か数年であっても「先につながった仲間たち」によってどうにか使われないでいられるようになった仲間たちと一緒にいることで、NAにつながって初めて打ち解けた気持ちになった。仲間の笑い声と心づかいも、みんなと食べるランチも、ス

ポンサーシップも、おれの大事なものになった。それから、おれはコーヒーを入れるようになり、みんなの信頼を得て、会計、セクレタリー、そしてGSRまでやらせてもらった。

NAの仲間たちは、おれを受け入れることで、おれがほかの人や神や自分自身を受け入れるにはどうすればいいのかを教えてくれた。NAでは、感謝の気持ち、12のステップ、うちのジョーク、試練、勝利、そして今日だけ人間らしく生きる方法を、みんなでわかちあう。不屈の努力でクリーンにとどまっても、リラプスをすることがある。運が良ければ、おれのように戻ってこられる。でも、どうせなら、みんなと一緒にとどまりたいものだ。ハイヤーパワーと、スポンサーと、「パス・アベニュー」の仲間たちがいてくれて、本当によかった。いつも力になってくれることや、こうして素晴らしい人生を手にしたことに、心から感謝している。

トム・K  
(アメリカ合衆国/カリフォルニア)  
サンフェルナンド・ヴァレー エリア  
(カリフォルニア) 発行  
『ネバー・アローン』  
2018年12月号から転載

## 夢のできごと

私は昨夜、ひさびさに、かつてよくみたような生々しい夢をみました。リアルで、恐ろしく、狂暴で、凄まじい薬物乱用の夢。私はたったの一夜にして、自分が大切に信じていたことをすべて捨て去り、自分の人生とほかの人たちの人生を台無しにしてしまった。物質的な豊かさのためだけにではなく、自分の魂のためにもなるだろうと、それまで懸命に努力してきたことを一切あきらめてしまっ



た。夢のなかの私は、回復の道で築いた人生、すなわち愛を知って表現する人生に背を向けてしまったのです。

眠りから覚めるまでの間には、恐れ、怒り、嫌悪がありありと感じとれました。私は空っぽで闇に包まれ、底知れない虚無感によって心が引き裂かれていました。目が覚めると、混乱して心臓がばくばくしていました。現実に戻るまで、少し時間がかかりました。

それから我にかえり、胸の高鳴りも少し収まり、日常の感覚が戻ってきました。私は暖かいベッドにいて、隣にはすばらしい妻がいる。私は自分を裏切っていない。だれの人生も台無しにしてはいなかった。あれは、夢だったので。ありがたくて涙がこぼれてくる。あんな恐ろしい夢から目覚めたことに心から感謝しました。あのような妄想や感情は、とうに取り除かれて遠い昔の記憶にすぎなくなったため、夢という無意識の世界に現れるしかなかったのです。

使っていたころの生き方は、自然と過去のものになるわけではありません。ここに至るまでには、大変な努力と、日々の積み重ねと、自分を見つめる作業が必要でした。それは、NAの仲間たちによる支援があったおかげだし、今も助けられています。そして意欲、誠実さ、広い心、希望がなくてはなりません。ある日、あなたも目覚めると、地獄は遠い過去のつかのまの夢にすぎないと気づき、一瞬にして、愛と平和に満ちた世界にいるかもしれません。そして、その美しさに泣くことだってあるでしょう。

アノニマス

『エドモントン エリア マンスリー』

(カナダ/アルバータ)

2018年5月号から転載

## LGBTによるミーティング

回復の道を歩みだして以来、僕は仲間意識をもつことに苦労してきた。昨年、NAにつながったときには、自分はアディクトなのだから、自他共にその事実を認めることになんの問題もなかった。それが、回復の道を歩んでいくようになってから、仲間意識によって成長することにえらく苦労してきた。すっかり道に迷ってしまい、自分が何によって満ち足りた気持ちになるのかも、自分がどんな人間なのかも、わからなくなりました。

僕は、アディクションの症状が現れる前にはLGBTの集まりにせせせと通っていた。そこが居場所だという感覚がずっとあった。非難を恐れたり劣っていると感じたりせずに、あるがままの自分であいられた。もう長いことそんな気持ちになれなくなっていたのが、LGBTによるNAミーティングでよみがえってきた。

このようなミーティングがNAにあることで、僕はまた仲間意識を感じられる

ようになったのだ。ここが、非難を恐れずに、人目を気にしないで正直にわかちあえる場所になった。自分の心の闇も、ひらめきも、思案も、わかちあえることができたことによって、僕は同じような経験をもつ人たちと心を通わせることが可能になった。そして僕は、6年間にわたるパートナーから結婚を申し込まれた。その日の男性ミーティングでは、どうしても話すのははばかりる気がした。僕の夢のような日について、同性愛者を嫌悪するような反応があるんじゃないかと恐れたからだ。僕は、エンゲージリングを隠すことまでした。LGBTのミーティングまで数日待たなければならなかったけど、このすばらしいニュースは、LGBTと僕のサポートネットワークの仲間たちにわかちあうだけにとどめた。

僕は婚約者とはうまくいかず、回復の道で初めて別れを経験した。そのことを正直に話せると思えたのは、やはりLGBTのミーティングだけだった。あの場にいたみんなが、僕のことを理解して支えてくれた。そういう場があるのは、本当にありがたいことだった。LGBTのミーティングがなかったら、どうなっていたかわからない。そして、8か月後には、やはりLGBTのミーティングがあったおかげで、恋人との健全なつきあいかたを一から学び直す際に、障害となることをひとつひとつ解決していくことができたのだ。

ライアン

『NAトゥデイ』(オーストラリア)

2018年11月号から転載

## 親愛なる

### 『リーチングアウト』

ボクは、PAといいます。クリーンになって9年11ヶ月と10日になりました(2015年現在)。使いまくっていたころのボクは、何回も刑務所に入れられたことで、怒りと、とまどいと、疑いの気持ちのごっちゃになっていました。今では、薬物を使わずにいられなかったことと、あんな目に遭わされたこととを、関係がないと考えることはできません。1997年に、ボクは絶望し、母親の助けを借りて地元にあるNAのミーティングに行きました。まったく何もわからなかったけど、なんとか3ヶ月間クリーンにとどまることができました。そうやって使わないでいた期間は、考えがゆがんでいたとはいえ、クリーンにとどまることの利点を理解するために不可欠でした。ただ、プログラムがうまくいったという証拠があっても、ボクは批判してばかりで懐疑的な態度を取っていました。それで、また薬物に手を出さようになったのですが、前とは感じ方がちがっていて、ものすごくイラついているのに薬物を使ってもスッキリしませんでした。「NAを知ったら、おしまいだ」と思いました。

2005年に、ボクは地元のミーティングに戻りました。苦悩と不安でいっぱいだったけど、ここにいれば、これまでとちがうスピリチュアルなことがあって、ミーティングに出るたびに変わるチャンスがあるような気がしたのです。ボクは、NAによって自分が変わりつつあるのがわかります。今のボクは、親にも、兄弟にも、子どもにも、まじなことができています。ボクはクリーンになってから、このNAという集まりに役立つことをしてきました。H&Iのパネルリーダーとして刑務所に行き、かつて自分がどんな人間であったか、そしてこれまでにどんな人間になってきたかということ、正直に、誠実に、わかちあっています。こうしているボクは歩みを止めないでいられるのです。今のボクは、日々の生活のなかでつねにハイパーパワーの存在を感じています。

ボクはもうすぐクリーンタイムが10年になりますが、それも12のステップに取り組んできたおかげでしょう。ステップによって、ボクはこれまでの人生で陥ったさまざまな状況を再検討することができます。今のボクは、満ち足りています。手を焼くことがあって泣きたくなる時には、これまでのことを振り返ります。すると、自分が歩んできた道が見えるし、その道では神の意志に勝るものはありませんでした。それは、ただクリーンにとどまるだけでなく、新しい生き方をみいだすことです。そして仲間たちがいれば、ボクは孤独ではないし、恐れることはなにもないのです。

PA (ブラジル/パラ州バレム)

『リーチングアウト』

2015年10月号より転載

編集者記：『リーチングアウト』は回復に関するニューズレターです。年に4回、NAワールドサービスによって発行され、扉の中のアディクトたちに無料で届けられています。ここには、さまざまな記事やネットワークのほかに、扉の中にいるメンバーたちと外にいるメンバーたちからの手紙が掲載されています。ブラジルおよびスペイン語を話すラテンアメリカのNAでは、『リーチングアウト』がポルトガル語とスペイン語に翻訳されています。定期購読の手続きに関しては、[www.na.org/reachingout](http://www.na.org/reachingout)、をご覧ください。





# NA Way読者調査: NA Wayマガジンを充実させるためにご協力を!

1. NA Wayマガジンを定期購読していますか?

- はい: インターネット版  
 はい: 紙版 (質問2と3は、回答不要)  
 はい: 紙版とインターネット版  
 いいえ (質問2と3は、回答不要)  
 「はい」と答えた方は、購読期間はどのくらいですか?

2. インターネット版は、どのようにして読みますか?

- Eブラストのメールにあるリンクをクリックする。  
 NAのホームページ (www.na.org) を開く。  
 ページを開くことも読むこともしない。  
 「ページを開くことも読むこともしない」のはなぜですか?

3. インターネット版の特別ページで、毎月決まって開くのはどれですか?

- (該当するものを、すべてチェック)  
 画像保存やプリントアウトのできる表紙のポスター  
 追加記事  
 画像保存やプリントアウトのできる付録写真  
 NA文献に関するリンク  
 NAに関するウェブサイトにつながるリンク  
 特別ページは開かない  
 「特別ページは開かない」のは、なぜですか?

4. NA Wayは、どういう雑誌でしょうか? (該当するものを、すべてチェック)

- 今っぽい  
 時代遅れで古くさい  
 記事が長すぎる  
 記事が短すぎる  
 ごちゃごちゃ詰め込みすぎ  
 雑誌で手にするには、サイズ (8L/2x11インチ) が大きすぎる  
 以上のほかに (具体的に書いてください)

5. Please rate how relevant or interesting each section

NA Wayの各欄は、自分にとってどのくらい関係や関心がありますか。

(5段階評価 1. 関係も関心もない ~ 5. とても関係や関心がある)

	関係も関心もない	あまり関係や関心がない	どちらとも言えない	多少は関係や関心がある	とても関係や関心がある
編集者からひとことr	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
特集/わかちあい	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Service Center	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
フェローシップディベロップメント/広報活動	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
グループ紹介	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ベーシック・キャプション・コンテスト	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
ワールドサービスに関する最新情報	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Calendar	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>
Product Update/Coming Soon	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>	<input type="radio"/>

6. NA Wayマガジン全般の評価は、10段階評価 (1.つまらない ~ 10.読み応えがある)ではいくつですか?

7. 評価が10でないとすると、みなさんが10をつけたくなる雑誌にするにはどうしたらいいでしょうか?

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

8. どの国にお住まいですか?

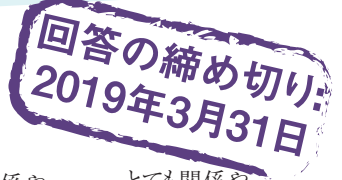
9. クリーンタイムは、どのくらいになりますか?

- 1年未満  21~25年  
 1~5年  26~30年  
 6~10年  30~40年  
 11~15年  40年以上  
 16~20年

10. 年齢は、おいくつですか?

- 17歳未満  50~59歳  
 18~29歳  60~69歳  
 30~39歳  70~79歳  
 40~49歳  80歳以上

アンケートの回答方法  
[インターネットhttp://www.surveymonkey.com/r/NAWay](http://www.surveymonkey.com/r/NAWay) で直接記入。  
 宛先 [NA Way Magazine Survey] で、19737 Nordhoff Place; Chatsworth, CA 91311へ郵送。  
 件名 [NA Way Magazine Survey] で、  
[naway@na.org](mailto:naway@na.org) へ写メール。





# フェローシップデベロップメント

## アジアパシフィックフォーラム (APF)

私たちアジアパシフィック（太平洋）地域のNAリージョンはAPFに参加して、共通の問題を話し合い、共通のニーズに対応し、アイデアの交換や経験の共有をすることにより、NAの第一の目的を推し進めてきた。

APFは、NAの既存のサービス機構を補完することを目的としている。

APF主意表明

詳細は、<http://www.apfna.org/>をご覧ください

APFは以下のNAに貢献する責任があります

- アフガニスタン
- アオテアロア・ニュージーランド
- オーストラリア
- バングラデシュ
- バーレーン
- ブータン
- カンボディア
- 中国
- グァム
- ハワイ
- 香港
- インド
- インドネシア
- イラン
- 日本
- クウェート
- マレーシア
- モルディブ
- ネパール
- NERF
- オマーン
- パキスタン・ノース
- パキスタン・サウス
- フィリピン
- サウジアラビア
- シンガポール
- 韓国
- タイ
- アラブ首長国連邦
- ヴェトナム

## 特別な贈り物： NAオーストラリア 女性の集い

オーストラリア・サザン・エリアでは、4月22日に女性たちによるハイ・ティー(夕食を兼ねたお茶会)を開催しました。参加した女性は、197人。開催の主な目的は、NAの女性たちが回復することによって立派に成長したと思える場をつくることでした。お茶会の始まりから終わりまでずっと、深い愛、尊敬、友情という回復のテーマが反映されていました。実行委員会が手配した食事には、気前のよいパン屋たちからの差し入れも少なくありませんでした。

実行委員会では、余剰金があったら、アジアパシフィックフォーラム (APF) による「NAウィメンズ・ディベロップメント・グループ」に献金したいと考えていました。なぜかという、わたしたちはミーティングに出席して仲間のなかにいれば自由になれるとわかっているけれども、ほ

かの国や各地には、わたしたちのように豊富な文献と支援を享受できない女性たちがたくさんいるからです。お茶会当日には、個々のメンバーはもちろん、3つのグループから献金があり、APFの「NAウィメンズ・ディベロップメント・グループ」に1,393ドルの献金を送ることができたことを、うれしく思います。

2018年6月発行『APFニュース』第48号から転載

## パキスタン フェローシップ ディベロップメント

アジア太平洋フォーラム (APF) では、パキスタンにおけるフェローシップディベロップメント (FD) を効果的で実りあるものにする状況作りのために、パキスタンのNAを中心に熱心に取り組みました。APFによる遠征チームが結成され、パキスタンでFDの取り組みを遂行しつつ、パキスタン各地のNAとの調整をはかることを任されました。チームは3人構成で、サウスパキスタンとノースパキスタンから1名ずつ選ばれ、連絡窓口として私が（ネパールから）加わりました。今回の遠征については、私が報告します。

3月17日の夕方、心が浮き立つなかにわずかな緊張も感じつつ、私はパキスタンへと向かいました。飛行機は、3月18日の朝にパキスタンのカラチに着陸しました。睡眠不足で疲れ切っていましたが、地元のNAのメンバーから暖かい歓迎を受けると疲れがすっかり取れ、国を離れても我が家にいるような気がしました。

到着した日は、遠征チームから私ともう1人が、エリアのサービス委員会の会議に出席しました。議題は、APFによるFDの開催予定に関するものが中心となり、通常の議題は2、3にとどまりました。私は、その日の夕方に「ウジャラグループ」のミーティングに参加したところ、スピーカーのひとりとして自分の回復に関する経験をわかちあう機会をいただきました。仲間たちの真心が伝わってきて、身がひきまされる思いがしました。

FDの取り組みの前に、私はカラチに2、3日滞在したので、その時間を使って地元のメンバーたちとの親交をはかりました。別のミーティングに参加し、いくつかの町を見学し、NAのこと、サービスのこと、さまざまな問題や課題、そしてもちろ





ん解決策についても、みんなで語り合いました。

FDを行った3月23日は、まったくすばらしい日になりました。この日のために、私たちは何ヶ月もかけて計画を練りました。ファシリテーター（進行役）の1人は、前日にパキスタンのラホールからカラチに到着していました。私たちはワークショップの2時間前に会場に到着し、地元のメンバーと一緒にワークショップの準備をしました。

ワークショップのテーマは、「しっかりしたホームグループをつくる」、「スポンサーと一緒にステップに取り組む」、「NAのサービスにおけるリーダーシップ」と、企画の段階で決まっていました。参加メンバーは約70人。話し合いは、地元のウルドゥー語で進められました。メンバーたちは、自分たちの言語でワークショップを開催できることを喜んでいました。その熱意とエネルギーは、驚くべきものでした。参加者のなかには、新しい仲間が数人と、クリーンタイムを長く重ねたメンバーが2人、そして女性のメンバーも1人いました。ワークショップは午後9時まで続き、おいしいパキスタニ・ピリヤニ（パキスタンの焼き飯）の夕食で締めくくられました。

それから、私たちはノース・パキスタン（パキスタン北部）でもワークショップを行うため、ナチアガリへと向かいました。ナチアガリは、イスラマバードから北へ約80キロメートルのところにある観光地。この海拔2,000メートルの地域で、ノース・パキスタンのリージョナル コンベンションが開催されたのです。本当にすばらしいところでした。

ノース・パキスタンでのFDの2日目、3月25日になって、私たちは午前8時30分に最初のワークショップを始めました。参加者は約35人。テーマは、南パキスタンのワークショップと同じです。ワークショップでは、テーマについてあらゆる面から検討できるようにしたところ、話し合いの中で参加者から多くの質問がありました。

会場には古さも新しきも入り混じって、数多くのメンバーが参加していました。みんな、ワークショップで学んだことを自分のホームグループやエリアに戻って実行したいと、意気込んでいました。クリーンタイムのカウントダウンでワークショップを締めくくり、それぞれに写真を撮ったりしたあと、すごく美味しいパキスタン料理を食べながらNAの愛をみんなでわかちあいました。

こうして私は多くのことを学び、遠征チームとしても、パ



キスタンでのFDを立派にやり遂げられたことに満足感を覚え、心から感謝しつつ、3月27日にラホールからパキスタンを去りました。

連絡係 スミット・D（ネパール リージョン）  
2018年6月発行『APFニュース』第48号から転載

パキスタンのNAについてさらに詳しく知るには、以下のサイトをご覧ください。

ウェブサイト ノース：  
<https://www.apfna.org/pakistan-north>

ウェブサイト サウス：  
<https://www.apfna.org/pakistan-south>

ヘルプライン ノース: +92.300.4300300

ヘルプライン サウス: +92.21.300.2150933

Eメール ノース: [na\\_pakistan@yahoo.com](mailto:na_pakistan@yahoo.com)

Eメール サウス: [na\\_sunshine@yahoo.com](mailto:na_sunshine@yahoo.com)

# ヨーロッパ デリゲート ミーティング (EDM)

EDMは、ヨーロッパを拠点とするフォーラムであり、ヨーロッパ内外の多言語文化によるNAが参加している。EDMの使命は、参加NAの共通の福利と一体性をさらに推し進め、その成長を支援することにより、それぞれがまだ苦しんでいるアディクトにNAのメッセージを運ぶというNAの第一の目的を果たせるようにすることである。

## EDM基本理念

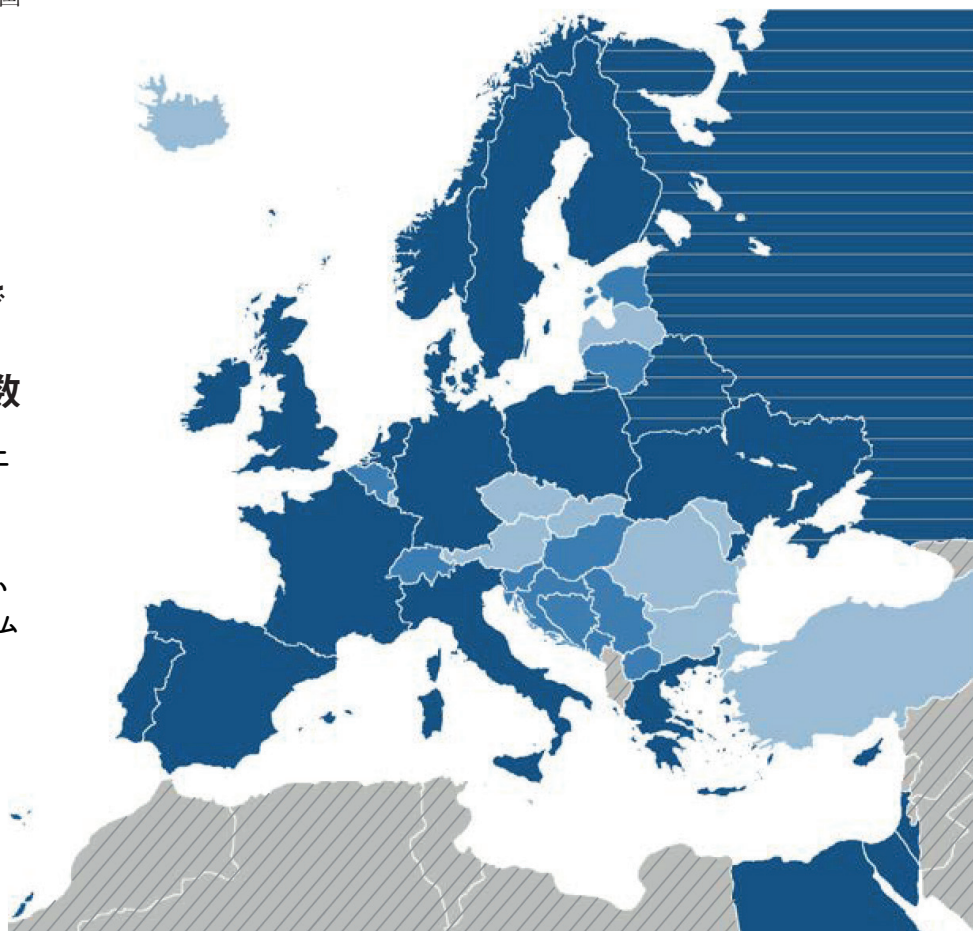
詳細は、 [www.edmna.org](http://www.edmna.org) をご覧ください。

EDMは以下のNAリージョンに貢献している。

- エイðurリアーティックリージョン
- ベルギー
- ブルガリア
- チェコスロバキアリージョン
- デンマーク
- エジプト
- エストニア
- フィンランド
- フランス
- ドイツ語圏のリージョン
- ギリシャ
- ハンガリー
- イランリージョン
- アイルランド
- イスラエル
- イタリア
- ラトビア
- リトアニア
- マルタ
- モルドバ
- ネーデルラント(オランダ)
- ノルウェー
- ポーランド語圏のリージョン
- ポルトガル
- ルーマニア
- スペイン
- スウェーデン
- スイス
- トルコ
- ウクライナ
- 英国

## EDMの参加国で 開かれている ミーティングの数

- ミーティング数100以上
- ミーティング数25~99
- ミーティング数1~25
- ひとつも開かれていない
- ロシアンゾーナルフォーラム



# カーポベルデ

カーポベルデは、大西洋の中央、北アフリカの西沖合にある10の火山島からなる群島です。使用言語は、ポルトガル語とカーポヴェルデ・クレオール。カーポベルデには現在、州立の12ステップによる治療センターがひとつあって、入所期間は最長9カ月間となっています。ミーティングは週に1回だけ、法務省提供の部屋で行われます。これは、毎週金曜日の午後6時30分に開かれ、出席者のほとんどが治療センターに入所しているアディクトたちです。毎回、30人程度が参加し、利用している資料はすべてインターネットからダウンロードされたコピーです。カーポベルデのNAには、2007年からこの地に住み、22年のクリーンタイムがあるポルトガル人のメンバーがいるのですが、このメンバーはひと月ほど前、金曜のミーティングのためにNAの文献をはじめとする資料の提供をNAワールドサービスに要請しました。カーポベルデのメンバーたちは、NAのメッセージを運ぶことでNAの第一の目的を果たし、それによってアディクトが「自分の話す言葉でわかりやすく書かれたNAのメッセージを目にする機会に恵まれ、それが新しい生き方に踏み出すきっかけになる」というNAの未来像を実現しようとしています。このような努力が実をむすべば、治療センター以外にもミーティングを開いて前向きに取り組んでいくでしょう。私たちはこれからずっと、カーポベルデのNAがしっかり成長できるように支援していくつもりです。

パトリシア・D  
(ポルトガル オルタネイト デリゲート)  
2018年7月発行

『EDMニュース』第8号から転載; [www.edmna.org](http://www.edmna.org)





## トルコ議会での 広報活動

2018年の初頭に、トルコ リージョンはトルコ議会に招待されました。国の最高機関に招待されるなどというのとは驚くべきことでしたが、こうしたことも、NAトルコが長年にわたってこつこつパブリック リレーションズ（PR活動）に取り組んできた結果でしょう。私たちは過去25年間に、何度か政府関係者と会談することができましたが、政策立案者に直接提案を与える各政党の国会議員（MP）で構成される立法委員会（薬物依存を調査するために結成された議会の調査委員会）との会談に招かれたのは、今回が初めてのことでした。NAトルコはこれまでずっと「非法人の団体」として活動してきましたが、今回の招待は私たちにとってNAトルコが国から認められていることを証明するものでした。

ですから、私たちは興奮を抑えきれませんでした。そこで、歴代のPR委員長3人にもうひとり加えて、4人のメンバーからなるチームをつくりました。私たちには1時間の枠が与えられていたので、以前に欧州連合（EU）の議会のために用意した15分のプレゼンテーションを盛り込むことにしました。当日は、私がトルコリージョンの代表としてこの15分のプレゼンテーションを行い、それから同席したメンバー3人が、回復におけるそれぞれの経験とNAという仲間の集まりでそれぞれに見いだしたことをわかちあいました。ここまでで、約20分。そして残りの約25分間は、MPからの質問に

お答えしました。今回の質疑応答では、NAトルコが直面している問題をいくつかの具体例をまじえて説明させていただくことができました。全体として、私たちにとっては非常に満足のいくサービス活動になりました。その結果、立法委員会が提示した最終報告書によって、NAに対する支援が決定されたのです。ここに、その報告書で特別にNAについて記されている段落を直訳してご紹介しましょう。

ナルコティクス アノニマスという集まりは、使うのをやめたアディクト同士助け合いによって成り立つものである。わが国では、これまで25年にわたって活動してきたこのような集まりを、法的に認定する手段はないとされてきた。しかし、NAはAMATEM（国立アルコール薬物依存症治療センター）と密接に協力して活動しており、社会復帰と社会調和という観点からみれば、この集まりをもっと系統的に評価できる条例があつてしかるべきである。第一に、NAのミーティング場を探す際に必要な便利さが提供される必要がある。

デリゲートとしてこのようなサービスに参加できたことは、いくら感謝しても感謝しきれません。

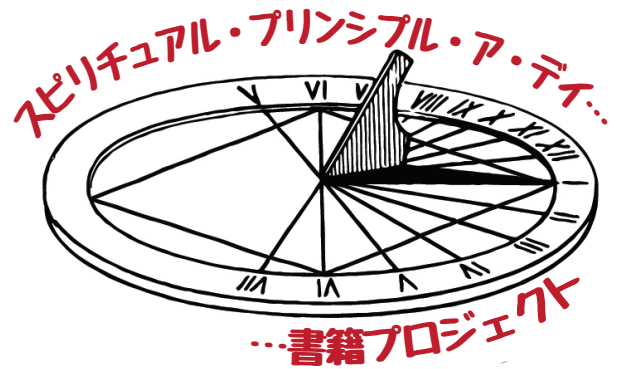
セルカーン・O

（トルコ リージョナルデリゲート）

2018年7月発行『EDMニュース』第8号から転載

;[www.edmna.org](http://www.edmna.org)

# みんな 新しい本を つくって いこう!



日々の生活にスピリチュアルな  
原理を活かすことで  
私たちが経験したことを  
まとめる

インターネットで経験談を提供する場合も、大小にかかわらずワークショップを  
開催する際に役立つ資料を探す場合も、[www.na.org/spad](http://www.na.org/spad) をご覧ください。

私たちは、今後3年間にわたって一連の期限を設けながら、さまざまなスピリチュアルな原理に関する経験談を募集します。  
プロジェクトのWebページ([www.na.org/spad](http://www.na.org/spad))は、期限にあわせて更新されます。  
私たちは、メンバーたちが関心をもち、独自にでもグループによってでも、つねに力を注いでいるスピリチュアルな原理に関するワークショップを開催し、その結果を文書で提供されることを期待しています。また、このプロジェクトに協力するために、親しい仲間や、スポンサーや、ホームグループのメンバーたちと定期的に集まることも考えられるし、あるいは、各サービス機関によってプロジェクトによるワークグループもしくは特別委員会を結成することも考えられます。ぜひ、ご検討ください。そして、私たちはみなさんの話や意見をもとに原稿を作成しますが、作成された原稿は、NA全体に見直しと意見提供をお願いすることになります。要するに、みなさんの協力なしには始まりません。プロジェクトへの参加を、よろしくお願ひします。

2019年3月末までに取り組むべき原則と引用:

バランス ・ 共感 ・ 創造力 ・ 善意 ・ 恵(恩寵)  
調和 ・ 謙虚さ ・ 不完全さ ・ 親密さ ・ 成熟 ・ 立ち直る力 ・ 傷つきやすさ

[www.na.org/spad](http://www.na.org/spad)

みなさんの意見をお寄せください。  
インターネット ([www.na.org/spad](http://www.na.org/spad))、  
Eメール([spad@na.org](mailto:spad@na.org))、  
郵送(SPAD; 19737 Nordhoff Place; Chatsworth,  
CA 91311 USA)





# グループ紹介

NAWay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おります。ただし、集まっているメンバーがどのだれとわかる写真をご遠慮ください。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お願いします。宛先は、[naway@na.org](mailto:naway@na.org) となっています。

## NAウクライナ NA初のスポンサー シップ デイ

キエフ エリアは、2018年12月1日のNA初の「スポンサーシップ デイ」を、ウクライナの首都キエフで祝いました。当日は、「NAのメッセージを運ぶこと」、「NAに関心を持ってもらうこと」、「メンバーたちをサービスに引きつける」という検討すべき課題に関するワークショップを開催したほか、スポンサーシップについてさまざまなテーマでわかちあう回復に関するミーティングや、男女3人ずつのスピーカーによるマラソン ミーティングを開きました。そしてこの日は、インターネットのビデオ会議プラットフォームによってアメリカのメンバーが参加し、メインスピーカーを務めてくれたのです。こうしてみんながそれぞれに、スポンサーシップに関する経験をわかちあってくれました。約40名のメンバーが参加し、その多くが新しい仲間たちだったなんてすごいことです。

オレクサンドル・P (ウクライナ/キエフ)



第1回スポンサーシップデー  
2018年12月1日 ウクライナの首都キエフにて  
撮影：オレクサンドル・P (ウクライナ/キエフ)

## ベーシック・キャプション・コンテスト受賞者

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、

アンナ・E (アメリカ合衆国/テキサス) です。

「そのうちに、数々の奇跡が起きるでしょう」



撮影者：コナー・H  
(アイルランド/ダブリン)

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。

回復を求めて死んだというアディクトはいない。

ネヴィル・B (インド)

.....

「当たり」だ！

スーザン・Y (アメリカ合衆国/ワシントン)

.....

近々、あなたはH&Iのサービスによって人助けをしましょう。！

フランク・C (アメリカ合衆国/ニューヨーク)

.....

奇跡は起きるとあきらめずにいれば、クリーンで夢が実現するでしょう。

レイチェル・O (プエルトリコ)

.....

歩みをとめない者は、踏みとどまる。.

ジュリー・R (アメリカ合衆国/カリフォルニア)

.....

秘密は、次回のミーティングにある。

ロヴィリオ・T (ブラジル/リオグランデ・ド・スル)

## 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。左にある写真のキャプション(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が)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はないでしょうか。申し込みは、Eメールで受けつけています。宛先は [naway@na.org](mailto: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。







# サービス センター

## NAワールドサービスによるウェブ会議を活用すると:

- サービスに関わっている仲間たちとつながってアイデアや経験を共有できる。
- 自国や世界中にあるNAの成長に貢献できる。
- サービス機関がもっとNAに役立てるようにさまざまなツールを開発することができる。
- 回復を求めているアディクトたちにNAのメッセージを運ぶことができる。

NAワールドサービスによって継続的に開かれるウェブ会議には、NAのメンバーならだれでも出席できます。ここで議論を重ねることによって、以下のようなサービスのツール [道具] が誕生するという事もありました。

- ✓ パブリックリレーションズ (広報活動) : フォンライン (電話案内サービス) ・ベーシックス  
[[www.na.org/PR](http://www.na.org/PR)]
- ✓ ローカルサービスのツールボックス: CBDM (合意による意思決定) ・ベーシックス  
[[www.na.org/toolbox](http://www.na.org/toolbox)]
- ✓ コンベンションとイベント: プログラム コミティ&プログラム作成 (コンベンションの実行委員会および企画立案)  
[[www.na.org/conventions](http://www.na.org/conventions)]

これ以外にも、ひきつづきツールや資料の開発に取り組んでいくため、みなさんの参加と意見提供をお待ちしています。詳しくは、[www.na.org/webinar](http://www.na.org/webinar) をご覧ください。ぜひ、ご協力をお願いします。

## 検討すべき課題

「検討すべき課題 (IDT: イシュー・ディスカッション・トピックス)」は、世界中のNAで議論をするテーマです。このような議論によってメンバーたちの関心が高まれば、グループやサービス機関のなかで一体性を築くことができるようになるでしょう。そして、議論を重ねた結果は、[ワールドボード](http://www.na.org/worldboard)に提供することでNA全体による資料づくりやサービスに役立てることができるのです。以下にある3つは、2018年~2020年までの2年間に「検討すべき課題」となっています。世界各地のNAでこの3つをテーマにワークショップやコンベンションを開催して、メンバーたちの参加をうながすようにお願いします。

- 「NAのメッセージを運ぶこと」と「NAに関心を持ってもらうこと」
- 「メンバーたちをサービスに引きつける」
- NAに関係のある「薬物代替療法 (DRT) および投薬治療 (MAT)」

ワークショップの概要、パワーポイントによるプレゼンテーション [説明資料]、配布資料をはじめとして、IDTに関するディスカッションやワークショップの開催に役立つ資料は、[www.na.org/idt](http://www.na.org/idt) に掲載されています。みなさんのワークショップで得られた結果は、[worldboard@na.org](mailto:worldboard@na.org) までお寄せください。

## 『スピリチュアル・プリンシプル・ア・デイ』に関する書籍プロジェクト

このプロジェクトについても、スピリチュアルな原理を選ぶにあたってメンバーから意見を募集中です。みなさんがスピリチュアルな原理によって生きるうえで経験してきたことを、わかちあっていただくようにお願いします。プロジェクトの詳細や、ワークショップに関する資料、そしてオンラインフォームによる意見提供については、[www.na.org/spad](http://www.na.org/spad) をご覧ください。

## 精神の健康や疾患に関するIP (インフォメーションパンフレット)

これも、みなさんが無関心ではいられない文献のプロジェクトでしょう。詳しくは「精神の健康や疾患に関するIP (インフォメーションパンフレット) プロジェクト」 ([www.na.org/mhmi](http://www.na.org/mhmi)) をご覧ください。みなさんからの意見提供をお待ちしています。

## NAの祝日

2018年度のワールド サービス カンファレンスでは、ユニティデーと同じようにNA全体で祝う「特別な日」を設けるという動議が承認されました。新たにできた3つの祝日を、みなさんならどんなふうに祝うでしょうか。ぜひ、世界中のNAで検討や議論を重ねてください。

- 2019年5月1日は「サービス デイ」。
- 2019年6月の第1週は「PR [広報] 週間」。
- 2019年12月1日は「スポンサーシップ デイ」。

新しい祝日の過ごし方について、みなさんのアイデアをお寄せください。また、みなさんのNAで「サービス デイ」と「PRウィーク」に行うことがあれば、お知らせください。 [worldboard@na.org](mailto:worldboard@na.org)





# カレンダー

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](http://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.)

## Australia

**Adelaide** 29-31 Mar; South Australian Area Convention; Fullarton Park Community Centre, Fullarton; [na.org.au](http://na.org.au)

## Canada

**British Columbia** 3-5 May; South Vancouver Island Area Convention; Saanich Fairgrounds, Saanichton; [svina.ca](http://svina.ca)

## Czech Republic

**Prague** 26-28 Apr; European Service Learning Days; Masaryk Dormitory, Prague; [edmna.org](http://edmna.org)

## Norway

**Trysil Mountain** 11-17 Mar; Ski and Recovery; Trysil Mountain; [nanorge.org](http://nanorge.org)

## Spain

**Cádiz** 12-14 Apr; Spain Regional Convención; Hotel Valentin, Chiclana; [narcoticosanonimos.es](http://narcoticosanonimos.es)

## United States

**Alabama** 15-17 Feb; Out of the Darkness, Into the Light 22; DoubleTree, Decatur; [alnwl.org](http://alnwl.org)

**Arizona** 8-10 Mar; Mexico Arizona California Convention 10; Shilo Inn, Yuma; [macna.org](http://macna.org)

**California** 18-21 Apr; Northern California Regional Convention 41; Sacramento Convention Center, Sacramento; [norcalna.org](http://norcalna.org)

**Florida** 21-24 Mar; Florida Regional Service Symposium; Sheraton Tampa East, Tampa; [naflorida.org](http://naflorida.org)

**Georgia** 1-3 Mar; Recovery in Action 5-Newcomer's Event; Clarion Suites Conference Center, Savannah; info: 912.272.1008

**2)** 21-24 Mar; Georgia Regional Convention 38; Marriott City Center, Macon; [grscna.com](http://grscna.com)

**Illinois** 26-28 Apr; Rock River Convention 28; Garden Hotel & Conference Center, South Beloit; [rockrivernaconvention.com](http://rockrivernaconvention.com)

**Indiana** 19-21 Apr; Kentuckiana Regional Convention 33; Holiday Inn Evansville Airport, Evansville; [atrana.org/krcnaxxxiii](http://atrana.org/krcnaxxxiii)

**Kansas** 12-14 Apr; Mid-America Regional Convention 36; DoubleTree, Lawrence; [www.marscna.net](http://www.marscna.net)

**Louisiana** 19-21 Apr; Circle of Sisters Convention 22; Hyatt Regency, New Orleans; speaker tape deadline: 01 Feb; [circleofsisters.org](http://circleofsisters.org)

**Maryland** 12-14 Apr; Chesapeake & Potomac Regional Convention 33; Roland E Powell Convention Center, Ocean City; [cprcna.org](http://cprcna.org)

**Massachusetts** 19-21 Apr; South East Massachusetts Area Convention 7; Hotel 1620, Plymouth; speaker tape deadline: 19 Jan; [nera.org](http://nera.org)

**Michigan** 18-21 Apr; Detroit Areas Convention 27; Motor City Hotel & Convention Center, Detroit; [michigan-na.org/dacna](http://michigan-na.org/dacna)

**Minnesota** 5-7 Apr; Minnesota Regional Convention 26; DoubleTree, Bloomington; [mnnac.org](http://mnnac.org)

**Nebraska** 22-24 Feb; Close Encounters of the Clean Kind; Hilton, Omaha; [ceck.omaha-na.org](http://ceck.omaha-na.org)

**New Jersey** 23 Feb-3 Mar; Recovery at Sea 5; Cape Liberty Cruise Terminal, Bayonne; Info: 347.259.0317

**2)** 1-3 Mar; Pearl of Recovery 29; Seaview Hotel, Galloway; [pearlofrecovery.com/](http://pearlofrecovery.com/)

**New York** 14-17 Feb; Metro Area Convention; Crowne Plaza, White Plains; [nanewyork.org/](http://nanewyork.org/)

**2)** 15-17 Mar; Bronx Area Convention 11; Crowne Plaza, White Plains; [newyorkna.org](http://newyorkna.org)

**3)** 29-31 Mar; Brooklyn Area Convention 3; Hilton Huntington Long Island, Melville; [bccna.org](http://bccna.org)

**North Carolina** 22-24 Feb; Freedom by the Sea Convention 18; Courtyard by Marriott, Jacksonville; [freedombytheseaconventionofna.com](http://freedombytheseaconventionofna.com)

**Oklahoma** 5-7 Apr; OK Regional Convention 33; Sheraton at the Reed, Midwest City; [okna.org](http://okna.org)

**Oregon** 3-5 May; Pacific Cascade Regional Convention 24; Ashland Hills Suites & Convention Center, Ashland; [pcrnaconvention.org](http://pcrnaconvention.org)

**Pennsylvania** 8-10 Feb; Mid-Atlantic Regional Learning Conference 35; Lancaster Host Resort, Lancaster; [marscna.org](http://marscna.org)

**South Carolina** 8-10 Mar; Stay, Pray, and Live Convention 2; Gateway Commerce Center, Richburg; [crna.org](http://crna.org)

**Texas** 22-24 Feb; Tejas Bluebonnet Regional Convention; Omni Hotel, Corpus Christi; [tbrcna.org](http://tbrcna.org)

**2)** 18-21 Apr; Lone Star Regional Convention 34; DFW Lakes Hilton, Grapevine; [lsrna.com](http://lsrna.com)

**Utah** 22-24 Mar; Northern Utah Area Convention; Comfort Suites, Ogden; [northernutahna.org](http://northernutahna.org)

**Virginia** 3-5 May; Rappahannock Area Convention 2; Hospitality House, Fredericksburg; [rappahannockareaofna.com](http://rappahannockareaofna.com)

**Washington** 7-10 Mar; Clean & Free; Ocean Shores Convention Center, Ocean Shores; [wnirna.org](http://wnirna.org)

**2)** 26-28 Apr; Washington/N Idaho Regional Convention 34; Hilton Convention Center, Vancouver; [wnirna.org](http://wnirna.org)

**Wisconsin** 8-10 Feb; Greater Milwaukee Unity Convention 22; Hyatt Regency, Milwaukee; [namilwaukee.org](http://namilwaukee.org)



# NAWS Product Update

## 2019 Calendar

Get daily recovery inspiration and encouragement with *Just for Today* excerpts. 4¼" x 5¼" tear-off pages with easel.

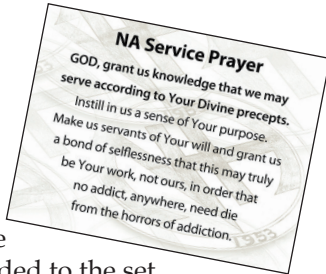
Item No. 9500 Price US \$12.45/10.85 €

## Redesigned Poster Set including New NA Service Prayer Poster

Recently redesigned: brighter and more readable, plus Service Prayer poster added to the set.

Item No. 9070 Price US \$11.00/9.50 €

Item No. 9078 Price US \$1.55/1.45 €



## Afrikaans

### IP #2: Die Groep

Item No. AF3102 Price US \$0.33/0.28 €

## Hungarian

### IP #17: Kezelésben lévőeknek

Item No. HU3117 Price US \$0.33/0.28 €



## Italian

### Sponsorship

### La sponsorizzazione

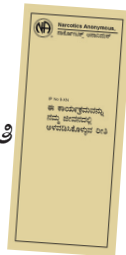
Item No. IT1130 Price US \$8.75/8.15 €

## Kannada

### IP #9:

ಈ ಕಾರ್ಯಕ್ರಮವನ್ನು ನಮ್ಮ ಜೀವನದಲ್ಲಿ ಅಳವಡಿಸಿಕೊಳ್ಳುವ ರೀತಿ

Item No. KN3109 Price US \$0.25/0.22 €



## Lithuanian

### IP #13: Priklausomas jaunimas priklausomam jaunimui

Item No. LT3113 Price US \$0.33/0.28 €

## Polish

### Group Business Meetings

### Mityngi organizacyjne

Item No. PL2202 Price US \$0.25/0.22 €

## Portuguese

### Just for Today

revised to the Basic Text Sixth Edition

### Só por hoje

Item No. PO1112 Price US \$9.55/8.40 €

## Portuguese (Brazil)

### An Introductory Guide to NA

revised to the Basic Text Sixth Edition

### Guia introdutório para Narcóticos Anônimos

Item No. PB1200 Price US \$2.15/1.85 €

## Slovenian

### IP #23: Ostajati čist zunaj

Item No. SL3123 Price US \$0.25/0.22 €

## Swedish

### NA & Persons Receiving

### Medication-Assisted Treatment

### NA och personer som står på läkemedelsassisterad behandling

Item No. SW2306 Price US \$0.32/0.29 €



### Group Business Meetings

### Gruppens praktiska möte

Item No. SW2202 Price US \$0.25/0.22 €

### Group Trusted Servants...

### Gruppens betrodda tjänare: roller och ansvar

Item No. SW2203 Price US \$0.25/0.22 €

### Disruptive & Violent Behavior

### Störande och våldsamt beteende

Item No. SW2204 Price US \$0.25/0.22 €

### NA Groups & Medication

### NA-grupper och medicinering

Item No. SW2205 Price US \$0.33/0.28 €

## Visayan

### Keytags Welcome – Multi-Year

Item No. VS4100 – VS4108 Price US \$0.56/0.50 €





## Coming Soon!

### Afrikaans

Basic Text (Fifth Edition)

*Narkotika Anoniem*

Item No. AF1101 Price US \$8.30/7.25 €

### Danish

*It Works: How & Why*

*Det virker: hvordan og hvorfor*

Item No. DK1140 Price US \$9.55/8.40 €

### Arabic

*It Works: How & Why*

*إنه ينجح*

Item No. AR1140 Price US \$9.55/8.40 €

### Italian

*Living Clean: The Journey Continues*

*Vivere puliti: Il viaggio continua*

Item No. IT1150 Price US \$10.35/8.15 €

## Statement of Ownership, Management, and Circulation

*The NA Way Magazine* (ISSN 1046-5421) is published quarterly. There is no subscription charge for this publication. The office of publication is at 19737 Nordhoff Place, Chatsworth, CA 91311. Mailing address is 19737 Nordhoff Place, Chatsworth, CA 91311. The editor is De Jenkins. *The NA Way Magazine* is owned by NAWS, Inc., a nonprofit corporation, and there are no other bondholders, mortgagees, or security holders. The status of this corporation has not changed during the twelve months preceding this filing.

Extent and nature of circulation	Average No. of copies in preceding 12 months	Actual No. copies as of Oct 18
a. Total number of copies (Net press run)	12,688	13,500
b (1) Mailed outside county subscription	3,385	4,336
b (2) Mailed in-county subscription	35	40
b (3) Distribution outside the mails	8,905	8,574
c. Total requested distribution	12,253	13,181
d (4) Free or nominal rate distribution	234	215
e. Total free or nominal rate distribution	234	215
f. Total distribution	12,559	13,396
g. Copies not distributed (office uses)	129	104
h. Total	12,688	13,500
i. Percent requested circulation	98.2%	99.2%
a. Requested electronic copies (e-subscription)	21,312	21,989
b. Total requested print + electronic distributions	33,637	35,170
c. Total print + electronic distributions	33,871	35,489
d. Percent requested circulation	99.3%	99.1%

Certified, correct, complete

