

## 書評

ミック・S著

## 『アルコール依存症に負けずに生きる——経験者が語る病理の現実と回復への希望』

(ナカニシヤ出版、2018年)

森山 花鈴

私は、この本を読むとき、そして、この本のことを書くとき、著者の存在の大きさを改めて実感する。著者のミック・S氏はすでにこの世にいない。本著が出版されたのは2018年10月であり、ミック氏は2019年7月にこの世を去っている。ただだけでなく、ミック氏を直接知る者にとって、この本はあまりにも重く、大切で、それゆえ書評執筆はなかなか進まず、こうして今に至る。

「ミック・S」という名前はペンネームであり、ミック氏の本名はこの本では明らかにされていない。それは、ミック氏が関わっていたアルコール依存症の当事者グループであるAA（アルコホーリクス・アノニマス）の無名性の原則に従っているためである。本著によると、無名性の原則を破ったからといって罰則があるようなものではないそうなのだが、ここではミック氏の思いを尊重し、私も本名を明らかにしない。

ミック氏は、司祭でもあり、研究者でもあった。自身の専門分野がたくさんあった中で、個人の経験としての「アルコール依存症」についても、自らの経験を社会でどう生かしていくかをいつも考えていた。特に日本では、アルコール依存症についての理解も進んでいるとはいえない。オーストラリア人であり、英語が母国語であるミック氏が、英語での出版ではなく「日本語での執筆・出版」にこだわったのは、その部分にあるのではないだろうか。

本著では、アルコール依存症の病理についてわかりやすく記されているとともに、ミック氏自らの回復の経験と、周囲の人たちのアルコール依存症者へのかかわり方が記されている。専門的な知見も得るために、ミック氏は多くのアルコール依存症の専門家とも議論を重ねてきた。

本著の中で印象的なのは、学術的には明らかになっていないものの、AAでの経験知として知

られているアルコール依存症の病理についてである。それは、「長い期間断酒を続けた人が飲酒に戻る場合、断酒を始めたころの飲酒に戻るのではなく、それより進行した飲酒になる」(p. 21) ことである。私がかつてミック氏に対し、「もうお酒を飲まないのですか」と聞いたときも、自分は今もアルコール依存症だからもうお酒は飲まない、という趣旨のことをよく言っていた。

また、アルコール依存症の「予備軍」の存在についてもミック氏は本著の中で強調している。社会では予備軍のことを「現在はまだアルコール依存症になってはいないが、このまま飲酒を続けていくと、そうなる可能性が高い」(p. 23) というニュアンスで捉えているが、ミック氏は「予備軍と言われている人たちには、これからアルコール依存症になるリスクの高い人たちばかりではなく、すでにになっている人たちが含まれているという認識を持つことは大切」(p. 25) だと述べている。前述のとおり日本ではアルコールに対して寛容すぎる側面があり、アルコールの適正量や正しい付き合い方もあまり知られていないことが多い。さらに日本では、アルコールを多く飲むことがある種の「武勇伝」のようにもなっていることもある。そのため、アルコールで記憶をなくしたり、アルコールで羽目を外しすぎたりする人も多いように思う。ミック氏はこの「予備軍」をいつも心配していた。

本著の構想中に、ミック氏にはがんが見つかった。一時は寛解したが、その後再発することとなった。ミック氏はそのわずかな隙間の時間に、この本の出版に向けて全力をそそぎ、その出版を見届けるようにして亡くなった。ミック氏はできるだけ一般の方に読んでほしいとの思いを込めて、本著が販売される金額にもこだわった。

本著は、アルコール依存症の当事者だけでなく、家族、周りの人たち、一般の方、そしてアルコールと適切な付き合いができていない人たちに読んでほしい一冊となっている。この本は、ミック氏がまさしく「命をかけて」執筆したものであり、少しでも多くの人にその思いが伝わることを願っている。