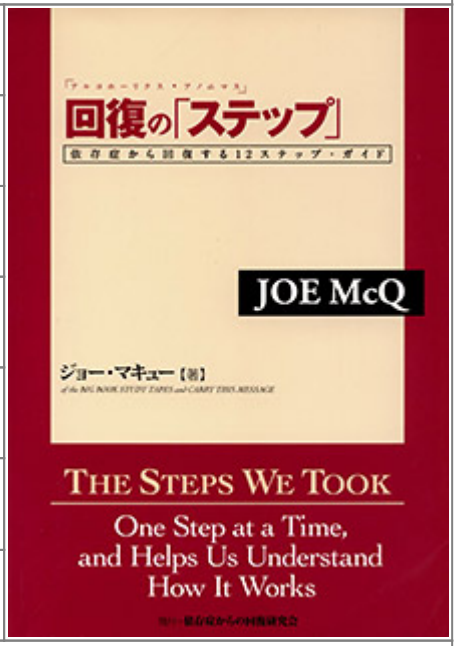
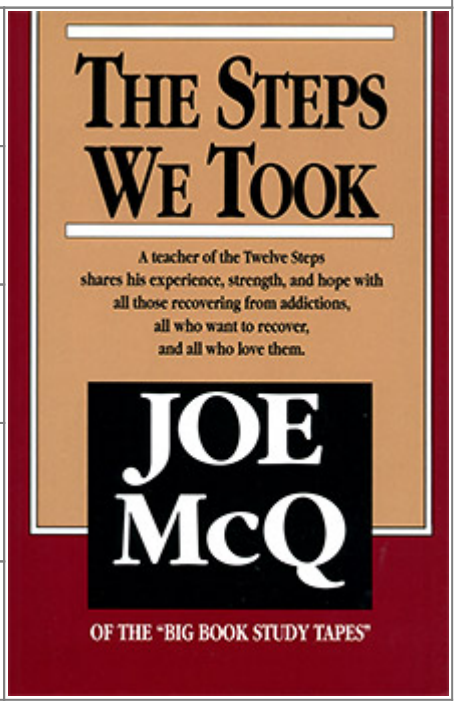
回復の「ステップ」

書名	**回復の「ステップ」**	
副題	依存症から回復する12ステップガイド	
版		
著者	ジョー・マキュー	
訳	依存症からの回復研究会/訳	
出版年	2008	
ISBN	4990851102	
出版社	依存症からの回復研究会	
判型	A5判	
備考	amazon.jp	
原著	***The Steps We Took***	
副題		
原著者	Joe McQ.	
出版年	1990	
ISBN	1783754083	
出版社	August House Publishers	
備考	amazon.jp	

解説

AAメンバーのジョー・マキューが、ビッグブックを元に、12ステップを幅広い分野に適応させて解説したもの。

> **著者まえがきより**

> 12のステップは20世紀最大の奇跡の一つであるといわれています。1935年にAAが創始されたとき、この原理は数人のアルコホーリク（アルコール依存症者）を通じて人類に授けられました。さらに、このシンプルなステップが文章に表現されるや、それは世界中に広まり、百万人以上のアルコホーリクがアルコホリズム（アルコール依存症）から解放されました。
> さらに、アルコール以外の依存症者が自分たちの生活にこのステップを活用し、現在、12のステップを使って互いに助け合っている人々のグループはおよそ160種類にもなるといわれています。従来の専門治療よりも12のステップで助かっている依存症者のほうが多いというのが現実です。実際、私たちは、このステップによって人生上の諸問題から救われます。と言いますのは、私たちが取り上げるのは、通常は問題の症状ですが、12のステップは問題の裏に隠された根本原因を解決するからです。
> 本書で、私はこれらのステップについて語ることになります。このステップが生き方の原理であるのはなぜなのか、このステップが人知を超えた何ものかによってつくられた不動不変、かつ普遍的な法則であるとはどういうことなのかについて語ろうと思います。
> 12のステップはルールではありません。「してはならない」というものはなく、「する」ことだけがあるのです。原理とはそういうものです。ですから、12のステップは、何をなすべきかについてのガイドラインであり、人生の指針なのです。（一部抜粋）
> ***ジョー・マキュ, pp.10-11***

From:
https://ieji.org/wiki/ - **心の家路**

Permanent link:
https://ieji.org/wiki/books/aa/stepswetook

Last update: **2024/02/25**