

マリファナ アノニマス 1 2ステップ

ステップ 1

*自分がマリファナに対し無力であること、
人生が手に負えなくなったことを認めた。*

ステップ1は正直になるためのステップである。つまり妄想にしがみつくことをやめ、現実と直面していくためのステップである。マリファナと自分との関係、それが人生に与える影響を正直に見つめなければならなかった。中にはステップ1を行うことで、生まれて初めて正直になれたという人もいた。

何年もの間、マリファナをコントロールしながら使おうとした人はたくさんいる。使うことを正当化し、コントロールして使えるものと自分に言い聞かせてきた。週末にしかやらない、ジョイントは一日一本しかやらないと神に誓ったかも知れない。学校や仕事が終わってからしかやらない、ひとりの時にしかやらないと自分自身に約束した人もいる。使うのは他人のハッパだけで、自分では買わないようにと頑張ったこともある。『在庫』（手持ち）とのゲームもした。友達に『在庫』をゆずったり、手が届きにくい、どこか見えない隙間に隠したり、遠く離れたところに埋めたりもしたが、どんなに頑張っても何一つうまくいかなかった。コントロールしながら使うなんて自分にはできないということが分かった。結局はまた使い始め、以前と同じまたはそれ以上の量、それ以上の頻度で吸うようになっていた。中にはしばらくやめられたという人もいるが、いつかまた必ず始めていたのだった。

私たちはコントロールできるという錯覚の世界で生きていた。使うことだけでなく、人、場所、ものごとともコントロールできると思っていた。自分の問題を他人のせいにしてしようとどれだけエネルギーを

費やしたことか。コントロールできると勘違いしていた。マリファナには依存性がないと長い間言い張ってきたメンバーがほとんどだった。「結局は庭にいくらでも生えている自然のハーブでしかないのだから」と……。少し人生に疲れ、少し調子が悪かったかも知れないが、本当に手に負えない人生になっていたのだろうか？ほとんどの場合、職を失ったり、家族から見捨てられたりということもなかったし、完全に大惨事になっていたとは思えない。…しかしそれは、機能しているという幻想の世界で生きているだけにすぎなかったのだ。

回復に向かうアディクトから、コントロールした使い方を教えてもらい、またマリファナを楽しめるようになると期待していた人もいたが、そういうことはなかった。「いつか節度のある使い方、コントロールした使い方ができるようになる」と妄想にしがみついたままの人もいた。

アディクションという病気にかかり、真綿で首を絞められるがごとく、マリファナの虜になっていた。何年もの間、大親友だったマリファナが、後になって突然自分に襲いかかってきた。マリファナで自分のスピリットが高まるという日々は過ぎ去り、今はただ悲しみにあふれるだけだ。洞察力が深まるなどと言っていたのは遠い昔のこと、今は困惑と妄想と恐れに駆られるだけだ。マリファナを吸って社会的意識が高まるということもなくなった。妄想にとらわれ、自分ひとりの世界に閉じこもる人もいた。マリファナをきっかけに友達ができるなんて、もうそんなことはなかった。引きこもりや孤立状態になっていたメンバーもたくさんいた。恐怖にとらわれ、人から遠ざかり、無気力になっていた自分にとって、友情、親密な関係、愛情などは全く手の届かないものだった。ハイになり、それを維持する必要があったので、それに合わせて、どのように誰と時間を過ごすかが決まっていた。感情的には全く起伏がないか、半狂乱の状態かのどちらかだった。自分の感情に触れるのはいやだったし、それを恐れていたこともあった。

何度もひどい目にあったのは自分でも分かっていたが、それでもやめられなかった。やがては、アディクションというスピリチュアルな病気、精神的、感情的、肉体的な病気に打ちのめされ、

絶望のどん底にたたき落とされていった。そしてマリファナ アノニマスに来て、自分が無力だという現実を目覚める。コントロールできるという錯覚より降伏することの方が大切であり、そして回復に向かうにはそれ以外の選択はないということに気づくのである。どのような形態であれ、私たちはマリファナには全く無力なのだ。

現実を否認していた自分にとって、無力であることを認めるまでは、人生がどれほど手に負えないものとなっていたか気づきようもなかった。ゴール達成を思い描いても、賢明で愛情豊かで思いやりのある人間、または価値を認められる人間になりたいと願っても、ほとんどの場合は夢のままで終わっていた。自分の持つ可能性が実現するなどということはほとんどなかった。生活が機能さえしていればそれでいいという考えに甘んじるだけだった。

もっとひどいことを経験した人、例えば精神機能を失うようになった、働けなくなった、家族に見捨てられたという人もいる。刑務所や精神病院に危うく送られそうだったという人もいる。マリファナの在庫を確保するため、ますます危ない連中と付き合うようになった人もいる。虐待の被害者となった人もいれば加害者となった人もいる。中にはホームレスになった人もいる。これだけひどい目にあっていても、それでも自分の人生が手に負えないものになっていたと認めるのは容易なことではなかった！無力だって？自分が宇宙の中心だと思っていたのに…。

何年もの間、現実を変えようとありとあらゆることを試してきたが、何一つうまくいかなかった。そして、MAに来て初めて現実と直面する勇気というものを手にした。現実否認をやめ、自分の病気にすすんで直面しようとする気持ちになったのである。目からうろこの落ちるようなこの一瞬を経験した今、自分がこの病気に対し無力であるという事実は無条件で受け入れるしかなかった。アディクションに対し無力であること、人生が手に負えなくなったこと、この二点を正直に認めることがプログラム全体の基盤となる。ただし、無力ではあっても、自分の回復は自分に責任がある。

ステップ1こそが自由への第一歩だった。自分が無力であること、そして人生をコントロールする能力がないことを認めた。精神的、感情的、スピリチュアルな部分で自分がどれほど破綻（はたん）していたかを認識するようになった。自分自身にウソをつかなくなったのだ。この第1ステップで、自分が無力であることを認めることによって初めて、次に続く11のステップをすすんでやろうという気持ちになれたのである。

回復とは一度に起こるものではない。一つの出来事ではなく、プロセスなのだ。自分が使うのをやめた日に、またはミーティングに出席し始めたときに、このプロセスが始まる。その始まりには、マリファナをやめたいと願う正直な気持ちがあり、本当の意味で態度が変わり、人生を変えるにはどんなことでもやって行こうという気持ちにようやくなれたという認識がある。魂が一刷新する認識である。マリファナアディクトだということを認めた時、マリファナに本当に無力で、人生が全く手に負えなくなったと認識した時に初めて、自分でコントロールできないものをコントロールしようとするのがいかに無駄かということに気付くようになる。横柄な態度を取ることや、反抗することをやめるようになったのだ。

完全に降伏することと新しい生き方というものが、回復には欠かせなかった。自分の人生を立て直す希望を、なんらかの希望を持つためには、自分自身よりも、そして自分のアディクションよりも大きなパワーの源泉となるものを見つけるしかなかった。そのために、ステップ2へと進んでいった。