

ステップ2

**自分を超越したパワーが自分を正気に戻してくれる
可能性があると思えるようになった。**

ステップ2は心を開く、希望を持つという原理への入門となるステップである。ステップ1では自分のアディクションに直面し、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。この時点で選択肢としては、このまま死ぬまでマリファナを使い続けるか、またはスピリチュアルな部分で助けを求めるかの二つしか残されていなかった。自分が無力であることを認めた今、生きていくには、自分を超越したパワーを見つけるしかなかった。アディクションをコントロールするには、人間の意志だけでは絶対に無理だということを私たちは知っていた。自分を助けられるのはハイヤーパワーしかないということに気づき始めたのだ。

ミーティングに行ってメンバーの話しをよく聞いてみると、アディクションによる狂気の沙汰に共鳴するところがあった。そのグループのほかのアディクトと全く同じに、自分もわがままで自己中心的な人間だということをしどしど認めるようになった。スピリチュアルな部分で破綻した私たちには助けが必要だったのだ。

今にして思えば、問題があると分かった後でも、マリファナの乱用は長い間続いていた。恨み、引きこもり、妄想、怠慢、絶望の度合いが以前よりひどくなっていたにもかかわらず、マリファナを使い続けていた。やめる必要性、やめたいという気持ちがどれほどあっても、使うことを考えているうちに、最終的にはやめるべき理由を考えることさえ拒んでいた。いつも『手持ち』を確保しておかなければならず、やめられない自分には、凄まじい罪の意識があった。気が狂っていたのは明白だった。同じことを何度も何度も繰り返し、それでも、なんとか違った結果になるだろうと期待していたのだから。

マリファナを吸うたびにひどい目にあっていたメンバーもいるが、それは心の奥に押し隠し、いつかまた吸っていたのだった。

人生の問題をマリファナで解決しようとしても、うまく行ってなかったことに気づきはじめた。問題に対処するにはマリファナが、たとえ一時的だったとしても、一番効果があると思える時もあった。マリファナをやめたからといって、それで自動的に、自分が価値のある人間だと思えたり、決意に満ちた人間になれたわけでもなかった。圧倒されそうな自分の感情、短所、ネガティブな行動はまだ無くなってはいなかった。それが以前よりひどくなっていると思えることさえあった。感覚を鈍らせる麻酔をもう使っていないからだ。自分のスタッシュ（マリファナを隠しておく箱）を捨てたからといって、それで問題がなくなるわけではなかった。使うのをやめた時、問題は自分の生き方だということに初めて気がついた。自分はアディクトだったのだ。

自分自身に対する観念・・・これは使っている間に形成されたものだが、これが間違っているという可能性に気づきはじめた。自分の受け取り方が「思い込み」をもとにしているものだという事も分かってきた。世間との接触もほとんどないままに、引きこもりの状態になっていた人、感情的に孤立し、誰も近づけないよう距離を置いていた人もいた。心の奥底では、道を塞がれ、使うことのコントロールを失ってしまったと思いながらも、表面的にはうまく機能しているような仮面をかぶっていたメンバーもいた。この仮面が攻撃的または過剰防衛的な態度となることもあれば、消極的または無頓着な態度という形態を取ることもあった。これらは全てこの病気の症状ではあるが、自分が変わるために必要とされるパワーを、今までは見つけることができなかったのだ。

この時点でどうにもならないジレンマに陥ってしまったと考えるメンバーも少なくはなかった。それまで自分にとってハイヤーパワーとは自分自身のこと、またはドラッグのことだったが、ここにきて、それよりもっとパワフルで新しい存在を受け入れるよう促されたのだった。「そんなのは信じない」、

「信じられない」、「ハイヤーパワーの存在は信じて、自分を助けてくれるなんて希望は持てない」というメンバーもいた。

自分のエゴを超越したパワーがあることなど信じないメンバーにとって、これは脅威であった。そういったメンバーにはMAが要求するものは何もないことを伝え、神への信頼など望まないメンバーにはマリファナ アノニマスには教理がないことをもう一度指摘した。使うのをやめるのに、神に対する意識を持つ必要はないからだ。必要とされるのは、心を閉ざさないことと希望を見失わないことだけである。「イエス」と言う必要はないが「ノー」と言うのをやめることが大切なのだ。身の周りの現実、MAの中で起こっている回復に目を向ければ良い。「抗^{あらが}う」のをやめれば良いだけのことだ。

「ハイヤーパワー」とは人によって色々と違った意味を持つ存在である。それが、組織化された宗教の神であると信じる人もいれば、一般にスピリチュアリティと呼ばれる存在だと考える人もいる。神の存在を信じない人もいる。他の人と作るコミュニティの一員であること、およびそのコミュニティの世話をすることから来る強さがハイヤーパワーとなることもある。何を信じようが、MAには全ての人を受け入れるだけの余地がある。MAは特定の見解、特定の宗教を押付けたりしない。メンバーひとりひとりが謙虚な気持ちと寛容な心を見出し、それぞれ「自分が納得のいくハイヤーパワー」を見つけるのである。

中にはMAグループを自分のハイヤーパワーと見なす人もいる。結局は、誰であれ、一個人のメンバーよりグループの方がパワーがあるし、何年もかけて効果のある手順や伝統を作り上げてきたのもグループだからである。共通の問題に対する共通の解決策をMAグループは見つけてきた。これは個々のメンバーが自分ひとりで成し遂げようとしてもできないことだった。実質的にはメンバーなら誰でもフェロウシップから力を借り、サポートを受けることができる。しかもそれは簡単に、自然にできるものである。この最小限に信じる気持ちさえあれば、ドアが開かれ、限界となっていた壁を乗り越えられるのである。その壁を乗り越えさえすれば、

ステップを続けているうちに、ハイヤーパワーを信じる心、信頼する気持ちが幅広く深まっていくのである。

フェローシップに繋がった時、既にハイヤーパワーの存在を信じていたメンバーもたくさんいるが、それがクリーンでいることの助けにはなっていなかった。やめられるようにと毎晩祈りを捧げても、翌朝目を覚ませばまた使っていたメンバーにとって、本当にハイヤーパワーが助けてくれるかどうかは疑わしいものだった。

頭の良過ぎるところがかえって「玉に瑕^{きず}」というメンバーもいた。自分ではもう答えは全て分かっていると思っていた。知的な面で優越感を感じていた。「自分がやろうと思ったことなら何でもできる・・・知識こそがパワーだ！」と思いながら、自分自身のアディクションというパラドックス（矛盾した現実）に直面していた。自分で一番良いと考えたことをもとに生きてきたにもかかわらず、底をついてしまったのである。ここで分かったのは、アディクションからの回復には、一個人のアディクトの能力を超越したリソース（資源）が必要だということだった。

この他、宗教にはもう愛想をつかしたというメンバーもいた。宗教というと、偽善、ナンセンス、偏屈な考え、独善的ということ以外は、目に映るものがなかったからだ。ところがよく調べてみると、真実という美しい花が、とげの合間に隠れて咲き誇っていたのだった。こういった言い分は自分のエゴを満足させるための手段でしかなく、実際は、自分もその問題の一部だったということに気づくのである。優越感を覚えるためにそうしていただけだった。皮肉なことに、正当性を主張していたのは自分の方だった。新しい考えに心を開く時期となっていたのである。

さらには、このプログラムにたどり着いたとき、自分はまだ信仰心が厚いと思っていたメンバーもいた。この場合もやはり、アディクションという病気をなぜ克服できなかったのかという質問に直面させられた。明らかに、宗教だけでは満足な答えにはなっていなかったのだ。

少しずつではあるが、回復に向かうほかのアディクトたちの話を聞いているうちに、しなければならぬことに対するやる気が出てきて、

自分よりも偉大なパワーが自分を正気に戻してくれる可能性があると感じるようになったのである。

マリファナ アノニマスでは自分を超越したパワーとは何かという定義が決まっていない。このプログラムで実践するのは宗教ではなく、スピリチュアルな原理だからである。宗教上の教理ではなく、自分ひとりではクリーンでいられたためしがないという認識があるだけなのだ。クリーンでいるためにはハイヤーパワーが必要だった。「この宇宙に自分を超越したパワーというものがないなど考えるのは身の程知らずだ」ということに気づいたのだ。

何を信じていようが、または何も信じていなくともMAはそれを受け入れるだけの余地がある。不可知論者、無神論者であろうが、有神論者であろうがかまわない。誰でも参加することができる。対立することにはならない。ひとりひとり自分で選んだものが、それが何であれ、自分を超越したパワーなのである。何かポジティブでパワフルなもの、自分が楽に受け入れられるものであれば、それをハイヤーパワーにすることができる。

回復が始まるとともに、何がハイヤーパワーなのかを人に押しつけるのではなく、回復のためにそのパワーをどのように活用するかに焦点をおいた。正気である時間が最初は数分、数時間でも、やがて数日、数週間となっていった。新しく信じる道を見つけた。もしくは前から持っていた信じる気持ちを新たにするかのどちらかだった。自分ひとりでは絶対にできなかったことを、自分を超越したパワーがやってくれているという事実を目の当たりにした。そのパワーが自分の人生、人の人生の中で作用していることを目撃したのだった。

ステップ2でかったは、「自分は今、信じる気持ちがあるか？」または「自分を超越したパワーを信じることに心を閉ざしていないか？」という質問に答えるだけで良。それに答えた時点でステップ3へと進む準備が整った。