

マリファナ・アノニマス12の伝統

1. 全体の福利が何より優先される。個人の回復はMAの一体性に依存する。
2. グループの目的のため唯一その究極の権威となるものは、グループ全体の良心を通して現れる愛に満ちた神の意志である。リーダーとは任務を委託されたものにすぎず、支配することはない。
3. メンバーになるための唯一の条件は、マリファナを止めたいと願う気持ちだけである。
4. 他のグループやMA全体に影響を及ぼさない限り、グループはそれぞれ自治権を持つ。
5. 各グループの主要目的はただ一つ、今も苦しむアディクトにメッセージを伝えることである。
6. MAグループは関連施設や外部組織に対し、それがどこであれ、推奨したり、融資をしたり、MAの名前を貸したりしてはならない。金銭、資産、名声などの問題がもとで主要目的から逸脱してはならないからである。
7. MAグループは全て、外部からの寄付は辞退し、完全に自立した存在でなければならない。
8. マリファナ・アノニマスはいつまでも非営利でいるべきではあるが、サービスセンターには専従職員をおくことができる。
9. MA自体は決して組織化されてはならないが、グループやメンバーに直接サービスを提供し、その責任を持つ評議会や委員会を設置することはできる。
10. マリファナ・アノニマスは外部の問題に見解を持たずとし、従って、公共の論争でMAの名が引き合いに出されてはならない。
11. MAの広報はプロモーションというよりアトラクションをその活動の基本方針とする。活字、電波、映像の分野で、個人名はいつも伏せておく必要がある。
12. 匿名でいることがMA全体に一貫したスピリチュアルな基盤であり、それがため、いつまでも忘れずにいられる一人より原理を優先させることを。

1989年10月および1992年5月

マリファナ・アノニマス総合サービスコンフェレンス承認

MAミーティングでは何をするか？

ひとつひとつのミーティングに自治権があるので、フォーマットはミーティングによって異なります。スピーカーミーティング、ステップスタディまたは他の文献のスタディミーティングなどもあり、トピックを選んでディスカッションをするミーティングもたくさんあります。

MAでは会費、入場料がない代わりに、自己寄付金をもとに誇りを持って自己サポートをしています。ニューカマーの人が寄付する義理など感じる必要はありませんが、他の人にとってこの寄付は、特権を与えられたものと考えます。

もし、自分の質問に対する答えがミーティングの最中に出てこなかった場合、是非ミーティングの後に誰かに自己紹介をし、電話番号を交換してください。メンバーは皆お互いのサポートのために来ているのですから。

匿名を守ることがこのプログラムの基本となります。従って、ミーティングの中で聞いたことはミーティング外では口外しないことをお忘れなく。

平安の祈り

神様、私にお与えください

自分に変えられないものを受け入れる落ち着きを
変えられるものは変えてゆく勇気を
そして2つのものを見分ける賢さを

コンフェレンス承認文献

© 1988年, 1992年 マリファナ・アノニマス

全著作権所有

P-03 6/96

MA へのイントロ

ミーティング・フォーマット

Introduction to M.A.



マリファナ・アノニマス

マリファナ・アディクトのための
12ステップ・プログラム

Marijuana Anonymous

World Service

P.O. BOX 2912

Van Nuys, CA 91404 USA

Toll Free: 1-800-766-6779

<http://www.marijuana-anonymous.org>

コンフェレンス承認文献

P-03

マリファナ・アノニマスとは？

マリファナ・アノニマス（MA）とは、お互いの経験、強さ、希望を分かち合う男女のフェローシップで、それにより共通の問題を解決し、他の人もマリファナ・アディクションから回復できるようにサポートするグループです。

メンバーとして必要とされることは只一つ・・・マリファナを止めたいと願う気持ちだけです。メンバーになるための入会金、会費などはありません。MAは自らの寄付金をもとにした自立的存在で、宗教的または非宗教的団体などと提携することなく、外部の論争、主義主張などに対する見解も持ちません。

MAが主に目的とするところはマリファナから解放された状態を維持し今も苦しむマリファナ・アディクトが同じ自由を獲得できるよう、そのサポートを提供することです。MAの提唱する12のステップを実践し、グループとして12の伝統を守ることによりその目的達成が可能となります。

マリファナ・アノニマスでは、アルコールクス・アノニマスによって創成された基本的「12ステップによる回復プログラム」を活用しますが、それはこのプログラムに効用があると証明されているからです。

マリファナ・アディクトとは誰のことか？

マリファナ・アディクトである私たちには、この質問に対する答えが分かっています。マリファナに人生をコントロールされ、他のことには全く興味をなくし、夢は煙とともに消え去っていきました。このアディクションは進行性の病気で、アルコールも含め他のドラッグ・アディクションになっていくことも良くあります。自分の生活、考え、希望でさえ、マリファナがその中心となり、マリファナを手に入れ、売買し、どうすればずっとハイでいられるか・・・そんなことば

かり考えていました。”

マリファナ・アノニマスの仕組みとは？

その仕組み

(MAのミーティングフォーマットより抜粋)

徹底的に正直でいること、心を閉ざさないでいること、そしてスピリチュアルな目覚めを経験するため、それをどこまでも追求するだけのやる気・・・この3つが回復には欠かせません。

今までの考え方、生活の仕方ではもううまく行かなくなったのです。苦しみを通りぬけて私たちが学んだことは、こういった今までのことを完全に手放さなければならぬということです。そして今は、自分より偉大なパワーに身をゆだねます。

回復のために提唱されるステップは次の通りです：

1. 自分がマリファナに対し無力であり、人生が手に負えなくなったことを認めた。
2. 自分より偉大なパワーが自分を正気に戻してくれると信じるようになった。
3. 自分の意志と人生を、自分なりに理解した神の配慮にゆだねる決心をした。
4. 自分の個人的棚卸しを余すところなく、恐れることなく行った。
5. 神に、自分に、そしてもう一人の人間に対し、自分の誤りの本質をありのままに認めた。
6. これら性格上の欠点を全て神に取り除いてもらおうと、心の準備がすっかりできた。
7. 自分の短所を取り除いてくれるよう、謙虚な気持ちで神に願った。
8. 自分が傷つけた人すべてのリストを作り、全員にその埋め合わせをする気になった。

9. その本人または他の人を傷つけない限り、機会あるたびに直接埋め合わせをした。
10. 日常生活での棚卸しを続けて行い、誤ったときは直ちに認めた。
11. 祈りと黙想により、自分なりに理解した神との触れ合いを意識的に深めようと努め、自分に対する神の意志とそれを遂行するための力だけを祈り求めた。
12. これらのステップを経た結果としてスピリチュアルな目覚めを経験し、このメッセージをアディクトの人々に伝えようと、また自分の生活全域でこれらの原理を実践しようと努力した。

ここでめげてはなりません・・・聖人のような人は誰もいないのですから。このプログラムは容易なものではありませんが、シンプルにできてます。完璧にするというよりも進歩していくことを目標に努力を続けていきます。回復前、回復後に経験したことをもとに、以下にあげる3つの大切なポイントを学びました。

- 自分がマリファナ・アディクトであり、人生が手に負えなくなった
- おそらく人間の力ではこのアディクションから解放されることはない
- 求めればハイヤー・パワーが応えてくれ、解放される可能性がある

ということです。