

## ステップ2

**自分より偉大なパワーが自分を正気に戻してくれる  
可能性があると思えるようになった。**

ステップ2はオープンな心（閉ざさない心）を持つ、希望を持つという原理への手引き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、マリファナに対して無力であること、人生が自分の手に負えなくなったことを認めた。その時残されたオプションは二つ：その状態のままで死ぬまでマリファナを使い続けるか、スピリチュアルな部分で助けを求めるかのどちらかだった。自分の無力を認めた今、生きていくために、自分より偉大なパワーを見つけるしかなかった。自分のアディクションに対処するには、人間の意志だけでは絶対に無理だということは分かっていた。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った。

ミーティングに行ってよく耳を傾けてみると、メンバーの話す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。そのグループにいるほかのアディクトと同様に、自分も我がままで自己中心的な人間だということをししぶし認め始めていた。スピリチュアルな部分で破綻（はたん）した自分達には助けとなるものが必要だったのだ。

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。やめる必要性をやめたいと願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、究極的にはやめるべきだという理由は全て『一時保留』となってしまった。マリファナのたくわえはいつも確保していなければならなかったが、やめることのできない自分にはものすご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。でもそういうことはなんとか記憶の奥底に抑えて、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、それはうまく行かないことに気付くようになってきた。問題に対処するにはマリファナが一番と思えた時期が…たとえ一時的だったとしても、以前はそういう時期があった。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わけでもないし、決意に満ちた人間になっていたわけでもなかった。圧倒されてしまいそうな感覚、自分の短所、ネガティブな行動はまだなくなっていなかったからだ。感覚を鈍らせる麻酔薬がなくなったので、その感覚が以前よりひどくなっていると思えることさえあった。自分のスタッシュ（マリファナを隠しておく箱）を投げ捨てたからといって、問題も一緒になくなったわけではなかった。使うのをやめた時、「問題は自分の生き方なんだ」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、それが間違っていたという可能性に気づくようになってきた。自分の受け取り方が勘違い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、身体的に引きこもりの状態になっていたメンバーもいた。感情的にも引きこもり、誰も近づけないよう距離を置いていたメンバーもいた。心の奥底では、逃げみちを塞がれ、使うことのコントロールを失ってしまったと感じながらも、表面的にはうまく機能しているように見える仮面の後ろに自分を隠し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になることもあれば、消極的または無頓着な態度の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、それを変えるために必要とされる力を、今までは見つけることさえできなかった。

この時点で、抜き差しなぬ羽目に陥ったと思うメンバーも少なくなかった。それまで自分にとってハイパーパワーとは自分自身のことかドラッグのことだったのに、ここにきて、新しい、もっとパワフルな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。

自分のエゴより大きなパワーというものを信じないメンバーにとってこれは脅威となるものであった。そういったメンバーには、MAが要求するのは何もないことを伝え、信仰を望まないメンバーにはマリファナ・アノニマスには教義がないことを指摘した。使うのをやめるのに、神への意識を獲得する必要はないからだ。必要なのは、心を閉ざさないことと心の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。自分の周りを見れば、MAの中でリカバリーが目の前で起きていることが分かる。闘うのをやめるだけでいいことなのだ。

「ハイヤーパワー」とは人によって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と考える人もある。神を信じない人もいるが、他の人と作るコミュニティの一部という意識、またはそのコミュニティの世話をするという意識から来る強さがハイヤーパワーとなる場合もある。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は特定の見解または宗教を押し付けることはしない。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、それぞれが自分に納得のいくハイヤーパワーを見つけるのである。

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、一人のメンバーよりもグループの方がパワーがあるし、機能のしっかりした手順と伝統を何年もかけて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。これは一人のメンバーが自分だけで成し遂げようとしてもできないことであった。実質的にメンバーなら誰でも、フェロウシップから強さをもらい、サポートを受けることが、簡単になおかつ自然にできるものである。この最小限に信じる心があれば、ドアを開き、限界となる部分を越えることができるのである。その限界を乗り越えさえすれば、

そしてステップワークを継続していくうちに、ハイヤーパワーを信じる心と信頼が広く深まっていくものである。

フェローシップに来た時、ハイヤーパワーの存在を既に信じていたメンバーもたくさんいるが、それまでクリーンでいることの助けにはなっていなかった。ハイヤーパワーが本当に役立つかどうかは疑わしかった。まだ使っていた頃、やめられるようにと毎晩祈りを捧げたのに、翌朝起きるとまた使っていたのだから。

頭が良過ぎるメンバーもいた。自分ではもう全て答えが分かっていると思っていた。知的に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。自分でこれが一番（の生き方）と考えていたのに底をついてしまったのだった。ここで分かったのは、アディクションからの回復には、それが誰であろうと、一人のアディクトの能力を超越したリソース（供給源）というものが要だということだった。

さらに、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、独善的な考えなどしか目に映らなかったからだ。ところが、よく調べてみると、真実と美という名の花が、とげの合間に隠れて咲き誇っていたのだった。宗教には愛想をつかしたという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、現実的には、自分がその問題の一部になっているところもあったのである。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、自己正当性を主張していたのは自分達の方だった。心をオープンにする時期になっていたのだ。

さらには、このプログラムにたどり着いたとき、自分はまだ敬虔な教徒だと考えていたメンバーもいた。それでも、やはり、アディクションという病気になぜ打ち勝てなかったのかという質問に直面しなければならなかった。明らかに、宗教だけではその答えになっていなかったのだ。

少しずつではあるが、リカバリーを实践するほかのアディクトたちの話を聞いているうちに、しなければならないことに対するやる気が出てきて、

自分よりも大き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てきたのだった。

マリファナ・アノニマスでは自分より偉大なパワーが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。神学上の教理ではなく、自分ひとりではクリーンでいられ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であった。この宇宙に、自分より大きなパワーというものが存在しないなどと考えるのは、おこがましいことだということに気がついたのだった。

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裕がある。不可知論者だろうが、無神論者だろうが、有神論者だろうがかまわない。誰であろうがこのプログラムに参加することができる。摩擦はない。一人一人自分の選んだものが、それが何であれ自分より偉大なパワーなのである。何であれ、ポジティブでパワフルなもので、自分が楽に受け入れられるものをハイヤーパワーにすることができるのだ。

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ことなく、そのパワーを回復のためにどのように活用するかにフォーカスをおいたのだった。正気である時間が数分、数時間、数日、数週間となっていた。新しく信じる道を見つけるか、昔からの信念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、自分より偉大な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、他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を実践するには、「自分は今 信じる気持ちがあるか？」または「自分より偉大なパワーを信じることに心がオープンになっているか？」という質問に答えるだけで良かった。それができた後、ステップ3への準備が整ったのだった。