

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、妄想にしがみつくことをやめ、現実に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。週末にしか使わないとか、ジョイントは一日一本だけとか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。『たくわえ』とのゲームもした。友達に『たくわえ』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、頻度で吸ようになっていた。中にはしばらくやめられたという人もいるが、いつか必ずまた始めていたのだった。

コントロールできるという錯覚のまま生きていた。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いう常識のウソにしがみついていた。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。結局は庭にいくらかでも生えている自然のハーブでしかないのだから。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状態だったのか？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、こ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。

回復中のアディクトからマリファナをコントロールして使えるよう教えてもらえる、そしてまた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。いつかは節度のある使い方、コントロールした使い方ができるようになるという妄想にしがみついていた人もいる。

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のだった。何年もの間、大親友だったマリファナが、後になって突然襲いかかってきたのだ。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。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った。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。妄想にさいなまれ、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、そんなことはもうなかった。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る。恐怖にとらわれ、人から離れ、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、それを維持することが自分のニーズで、その必要性に応じて、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、それを怖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にはじめて目覚める。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、そしてそれが回復へのただ一つのオプションだということに気づくのである。どのような形態であれ、われわれ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、愛情豊かな、思いやりのある人間、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現実化することも滅多にあるものではなかった。ただ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り、仕事ができなかったり、家族に見捨てられたりした人もいる。刑務所や精神病院に危うく送られそうだった人もいる。マリファナのたくわえを確保するため、ますます危ない連中と付き合いようになっていた。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。ホームレスになった人も少なくはない。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る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に来て現実と直面する勇氣というものを初めて手にしたのだった。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り、人生が手に負えなくなったことを正直に認めるかどうかがこのプログラムの全基盤となる。ただし、自分の回復は自分が責任を持って取り組まなければならない。

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。このステップ1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。

回復とは一挙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、本物の態度の変化があり、人生を変えるにはどんなことでもすすんでやろ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きはじめる。横柄な態度を取ること、反抗することをやめるようになったのだった。

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元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。