

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は心を閉ざさない、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。その時点でオプションとして、そのまま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二つの選択肢があった。自分の無力を認めた今、生きていくためには、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が分かっていた。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くようになったのだ。

ミーティングに行って耳を澄まして聞いてみると、メンバーの話すアディクションによる狂気の沙汰に共感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、自分もわがままで自己中心的な人間だということをしぼしぼ認めるようになった。スピリチュアルな部分で破綻（はたん）した自分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、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かなり罪の意識があった。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。それでもそう
いったことはなんとか記憶の底に抑え込み、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
ことに気づくようになってきた。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期もあった。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
いそうな自分の感情、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、そういったものが以前より
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、たくわえ）を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、
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ことも分かってきた。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メンバー、感情的に引き
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、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をつけ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、それを変え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。

この時点で抜き差しならぬ羽目に陥ってしまったと考えるメンバーも
少なくなかった。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という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、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の中での回復に目を向ければいい。「闘う」のをやめればいいだけのことだ。

「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いる。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、および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。

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わけであり、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力を借り、サポートを受けることは簡単に、そして自然にできるものである。この最小限に信じる心さえあれば、ドアを開け、限界となっていた部分を超越できるのである。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行くうちに、ハイヤーパワーを信じる心、信頼する気持ち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。

頭が良過ぎるところが玉にきずというメンバーもいた。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」と考えたことをもとに生きてきたのに底をついてしまったのだから。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。

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、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。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、自己の正当性を主張していたのは自分の方だった。新たな考え方を受け入れる時期となっていたのだった。

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になぜ打ち勝て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であった。「この宇宙に自分より偉大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」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ふところの深さがある。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。対立にはならない。ひとりひとり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、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。

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、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のだった。正気である時間が最初は数分、数時間だったのが、やがて数日、数週間となっていく。新しく信じる道を見つけるか、以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を行うには、「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を閉ざしていないか？」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へと進む準備が整った。