

Marijuana Anonymous KYOTO News Letter vol.1

マリファナアノニマス ニュースレター vol.1
2009年5月



マリファナ アノニマス ジャパン

Web Site : <http://www.majapan.info>
E-mail : majapan@hotmail.co.jp

マリファナ アノニマスとは…

マリファナ アノニマス (MA) は互いに自分の経験、強さ、希望を分かち合うことにより、共通した問題を解決し、他の人びとがマリファナ アディクションから回復するのをサポートできるようにと集まったフェロウシップである。

メンバーとして要求されることはマリファナを止めたいと願う気持ちだけで、入会金、会費などは必要としません。MA はメンバーからの献金をもとにした自助グループで、宗教及びそれ以外のいかなる施設、組織とも関連することなく、MA 外部の論争、主義、運動などに対する意見を持つこともありません。MA の主要目的はマリファナを使わないでいること、そして、いまだ苦しむマリファナ アディクトが同様に自由を獲得するためのサポートを提供することにあります。これは、回復のため推奨された MA の 1 2 ステップを実践することと、一つのグループとして 1 2 の伝統に従うことにより可能となるものです。

1986年から1987年にかけて、アメリカ西海岸でマリファナ アディクトのための 1 2 ステッププログラムがいくつか同時に始まり、その後間もなく、それらのグループが一同に集まり、マリファナ アノニマスが発足しました。それ以来 20 数年が経ちますが、現在ではイギリス地区も含め、MA ワールドサービスでは全世界で 17 の地域をディストリクトとして認めています。

日本でも、マリファナが手軽に手に入るようになると同時に、マリファナ アディクションで人生が手に負えなくなってしまったアディクトが、日増しに増加しているように思われます。

2007年春、MA ディストリクト 6 と 7 のメンバーが 2 人、日本を訪問することを機会に、日本のアディクトと一緒に日本初の MA ミーティングを始めようという声を持ち上がり、東京、京都、宇都宮などいくつかの都市で MA ミーティングが開催されました。マリファナ アディクションから回復されたい方、MA にご興味のある方、是非これを機会に MA ミーティングにご参加ください。

マリファナ アノニマス¹²の質問

マリファナが自分にとって問題となっているかどうかを判断するのに以下の質問が役に立つ。

1. ポット (マリファナ) を吸うのが楽しくなくなっているか？
2. 1人でハイになることがあるか？
3. マリファナなしの人生というのを想像できるか？それは難しいことか？
4. マリファナを吸うことをもとに、自分の友達が決まっていくか？
5. 自分の問題に直面するのを避けるためにマリファナを吸うか？
6. 自分の感情に対処するためにポットを吸うか？
7. マリファナを吸うことで、疎外された生活を送っているか？
8. 吸う回数を減らすとか、コントロールするとか約束してもそれを守れなかったことがあるか？
9. マリファナを使うことが自分の記憶、集中力、動機などの問題になったことがあるか？
10. 蓄えが少なくなってくると不安になったり、どうやってもっと手に入れるかを心配したりするか？
11. マリファナを使うことを中心に生活のスケジュールを立てているか？
12. マリファナを吸うことが対人関係に害を及ぼしていると、友達や身内の者から言われたことがあるか？

以上の質問に1つでもイエスという答えがあったとすれば、あなたにはマリファナが問題となっている可能性がある。



よくある質問

- Q: MAのメンバーシップがマリファナをやめるのにどのように役立つか？
- A: マリファナに対してコントロールがつかなくなったこと、人から嘆願されたり、堅い約束をしたにもかかわらず、マリファナが止められなかったこと…それがどういことなのか、MAのメンバーはよく分かっています。他の人をサポートする資格といったら、自分自身が使うのを止めたことくらいです。私たちができるのなら、あなたにもできるはずです！MAメンバーがお互いにサポートすることが、プログラム成功のバックボーンとなっています。
- Q: マリファナを止めるのになぜMAが必要なのですか？
- A: 必要だとは限りません。“マリファナ・アノニマスとは、お互いの経験・力強さ・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。“もし使用から乱用へ、乱用からアディクションへの境界線を越えていないのならば、恐らくいつでも自分の好きなときに止められることでしょう。マリファナ・アノニマスは、そのアディクションへの境界線を越えた人のため、そして“ノーというだけ”がもう自分のオプションでなくなった人のためのプログラムなのです。私たちが使わないでは、自分の意志だけでは十分ではありません。自分の問題をわかってくれる他のアディクトからのサポートが必要なのです。あなたがアディクトであるのなら、ここでサポートが提供されます。
- Q: MAミーティングに出席したら、何か約束をすることになりますか？
- A: それは全くありません。記録とかファイルもなく、話したくなければ、自分のことは何一つ話す必要はありません。戻って来たくないとしても、誰にもうるさく言われることはありません。
- Q: MAミーティングでは何をしますか？
- A: マリファナで問題となったこと、回復するためにしてきたこと、そして現在はどんな人生になっているかといった内容の話をします。何度やっても自分一人ではうまく行かなかったのが、グループであれば、私たちにもゴールに達成できるということが分かりました。
- Q: MAで自分の知ってる人に会ったらどうなりますか？
- A: MAのメンバーは秘密性、匿名性を尊重します。ミーティング内で誰に会ったか、何を聞いたかは、外部には洩らされません。ミーティング内で自分の知ってる人に会ったとしても、その人はあなたと同じ理由で来ているのですから、あなたの匿名性は尊重されます。

Q: MA は宗教機関ですか？

A: いいえ違います。また他の宗教団体、宗派、政治団体、施設、それ以外の機関との関連も全くありません。

Q: もしマリファナに依存性がないとしたら、マリファナ・アディクトになりようがないではありませんか？

A: “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、自分の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走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。”

今までの経験をもとにすると、MA でリカバリーを求める人は自分のことをマリファナ・アディクトと考えるのが一般的です。そのアディクションが心理的なもの、身体的なものなのか、または両方合わせたものなのかはそれほど重要ではありません。マリファナ使用に関しては、私たちは選択するパワーというものを失くしてしまったのです。マリファナ・アディクトになっているかどうかは、あくまでその本人が決めることです。MA ではマリファナそのものに対しては何一つ見解というものを持ちません。サポートを求めるアディクトに対し、リカバリーの手段を提供することがマリファナ・アノニマスの存在する唯一の理由です。

Q: 自分の子供（配偶者、友達、親など）にマリファナを止めるよう説得できる情報はもらえないですか？

A: MA の文献はほとんどウェブサイトに乗っており、MA のこと、プログラムの仕組みなどが説明されています。ただし、その文献を読んだだけでマリファナを止めるよう説得されることは恐らくないでしょう。強制されたり、うるさく言われたり、せつかれてリカバリーに入ることはなく、本人が自らアディクトであること、マリファナに対し無力であることを認識するようにならないといけません。チャートやグラフを見せたり、パンフレットや本をいくら積んだところで、本人にそれを認める意志がない限り、問題があると説得することはできません。リカバリー・プログラムを成功させるには、やる気、心を閉ざさないこと、そして正直になることが大切なコンポーネントとなります。こういった欠かすことのできない特質というのは説得されて身につくものではなく、本人の内側から出てくるものなのです。

Q: 自分はマリファナ・アディクトなのか？

A: マリファナをコントロールして使うのが難しい、使っていない時でさえマリファナのことを考えている、自分自身または他の人に、ほどほどにするとか、止めるとか約束してもそれが守れない・・・などということがあれば、あなたはアディクトかも知れません。しかし、これは本人にしか決められない問題です。マリファナ・アノニマスのメンバーは誰も決めてくれません。

マリファナ アノニマスメンバーのストーリー

「僕と大麻」

はじめまして。僕が初めて大麻を吸ったのは18歳くらいの時でした。何の快感もなく、「こんなものか」という感じでした。だからその時はハマらなかった。

それから何年か後に、また大麻を吸う機会がやってきたのですが、そのときは効いた！！車の運転をしていたのですが、見ている景色は映画のシーンのように感動的なものでした。大麻で飛ぶコツをつかんだのです。それからは大麻にぞっこんです。ものの本を読んでは大麻の勉強をしていました。だんだんと僕は大麻に信仰のような感覚を持つようになり、「大麻を吸って何が悪い！大麻取締法のような悪法はなくせ！」、そんな風に考えるようになりました。

だけど今になってこう思います。たしかに大麻は健康被害が少なく、依存性も低いかもしれない。あるいは所持しただけで、刑事罰で規制をするというのはいりすぎかもしれない。しかしそのことと、「僕が大麻をコントロールできずにまともな社会生活が営めない」ということとは別の問題だと気がつきました。いつも給料が入ればすぐに大麻を買いに行き、「大事に少しずつ吸おう」と思っても、仕事から帰れば一服、食事の前に一服、テレビの前に一服、寝る前に一服。結局、あればあるだけ吸うのです。もちろんその間は、家族とも素面な関係ではないですよ。大麻なんか問題じゃないと思っていましたが、問題なのは大麻を吸う僕だったようです。

(Dさん)

「marijuana にドップリ」

初めて marijuana を吸ったのは16才でした。今は50才。このプログラムにつながって2年3ヵ月。それまでずいぶん marijuana を吸ったな〜、と振り返ると、最初は本当にファッション感覚で、なんの抵抗もなく手を出しました。サーフィンに行った時、先輩に進められました。最初はこの感覚は何かな〜と思ったが、数回使ううち、波の音、カセットデッキから流れる音楽、見る物全て素晴らしく、口にするものとっても美味しく感じ、コレこそが神の贈り物だと思いました。これからは marijuana を上手く使ってやろう、一生吸い続けよう、と最初は思っていました。

21才の時でした。家の中庭で marijuana を栽培していました。その時、仲間のチンコロで家にガサイレが入って取り調べが始まるのですが、ラッキーな事にガサが入る前に、親戚のおじさんが、marijuana に気付き処分した後だったのです。

危機一髪でした。そんな事があっても吸い続けるのです。

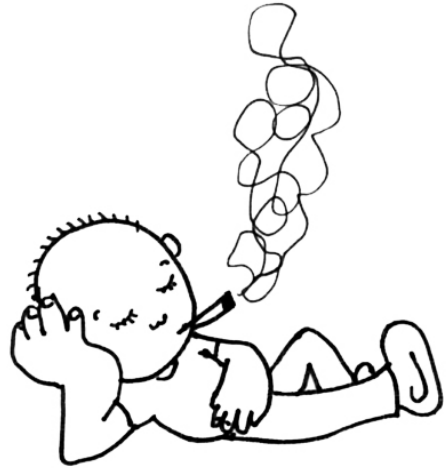
それから40才の頃かな、大阪アメリカ村で大麻合法運動、服部緑地でオオアサ祭り、など仲間たちと marijuana にドブプリでした。でもやって来る物です。使えなくなる日が。いくら吸っても楽しめなくなりました。何をどうすれば良いか全くわからず、大阪に母親一人置いて、京都に逃げてきて、薬物依存症の施設につながって、僕は長い間病気にかかっていた事がわかって、治療を始めるようになりました。そこで仲間たちとMAのミーティングを開きました。今は母親もそばに呼んで、毎日ミーティングに参加し、クリーンが保たれるように、12ステップに乗っ取った生き方を心掛け、新しい人生が持てるように、このプログラムと愛と仲間に感謝します。

(Hさん)

「マリファナの言うなりに」

もうかれこれ30年前、渡米してまだ2ヶ月くらいの頃。それまではアメリカのテレビ番組を見ても、全くついていけなかったのですが、友達の家でマリファナを吸いながら見ていたスリラー番組が、突然「全部理解できちゃった！」んです。そして、何も言っていないのに、友達の顔を見ているだけでおかしくて、お腹が痛くなってヒーヒー言いながら笑い転げていました。

経済的に不自由なことはなくとも、家庭内暴力、近親相姦的な環境の中で育った私は、いつ殴られるのか、いつ性的に悪戯されるのか、心の底でいつも怯えていたのだと思います。中学に入る前までは女の子が好きだと思っていたのに、中学2年くらいから自分の本来のセクシュアリティに気づき、それを隠さないといられないような当時の社会環境の中で、正直になる、自分自身になるのは決して容易なことではありませんでした。そして、他人に見せる明るい笑顔の裏には、家族や世の中に対する恨みや妬みいっぱい、秘密いっぱいの暗い自分がいたのです。だから、こんなにお腹を抱えて笑わせてくれるマリファナは、酒が駄目だった私にとって本当に救いの神でした。



THCというマリファナの主成分によって人間の五感が全て増幅されます。バ

ニラのハーゲンダッツと生クリームが美味しい、グランドピアノの蓋を開けたように音がはっきり聞こえる、画像が鮮やかに見える、そして朝浴びるシャワーの水一滴が一滴一滴肌に気持ちいいのはそのためなんです。当時ミュージシャンだった私にとって作曲や演奏の時には欠かせないものでした。だから、自分がマリファナを吸って現実逃避をしていたなんて…まさか自分がアディクトだなんて思いもよらなかったんです。マリファナは感受性を豊かにするため、自分の仕事のためと言い訳をし、毎日、最後には一日中、吸っていました。でも、よく考えてみたら、普通の人は朝起きたとたんに吸ったり、演奏中、曲と曲の間に楽譜を床に落とした振りをしてまで、こっそり吸ったりしないですよね。

ちょうどその頃、フラフラ運転で逮捕される、仕事場のピアノバーにはピストル強盗が入る、ビジネスの話はお流れになるなど、嫌なこと、不運なことばかり次々と起きていました。なんでこんなに不運が続くのかと不思議に思っていたものの、自分がマリファナに振り回されているなんてことには全く気づいていませんでした。

「この間頼んでおいたお守りどうなってんの?」「高野山でご利益のあるお札が来月もらえるから、それ待ってんのよ。」「えー? そんな…ご利益のあるお守りなんか待ってるうちに、ボク死んじゃったらどうするの?」などと言っては、遠く日本で心配する母を咎め、最後には電話の向こうで泣かせてしまいました。母とはかなり劇的な親子関係だったのですが、長年抱いていた彼女に対する恨みも、MAプログラムを実践していくうちに、少しずつ、少しずつ薄れていきました。そして、2年前の春、母が他界する一月ほど前に帰国したときには、きっとこれが最後と思いながら、細くなった彼女の体を抱きしめていました。責めることも、咎めることもなく、感謝の気持ちと愛情に満ちたハグを彼女と分かち合うことができたのです。

裁判所から強制的に行かされた12ステッププログラム。当時、私はアルコール中毒とかアディクトだとか自分では思っていないので、ミーティングには義務で行っていただけでした。「自分は間違ったことはしていない。人が悪い、親が悪い、世の中が悪いからだ。」と被害者意識ばかり、自己中心的な私には自分の落ち度を認めるだけの余裕など全くありませんでした。でも、ただ一つ、このままでいたら自分の内側で「何かが死んでいく」ことだけは分かっていました。

そして何回かミーティングに通っているうちに、ある日突然、その日のスピーカーが私のストーリーをそっくりそのまま語りだしたのです!まるで、ひた隠しに隠しておいた心の痛みが全部読み取られてしまったみたいでした。ミーティングが終わっても、今まで抑えてきた悲しいこと、悔しいこと、辛いことが、堰を切ったようにあふれ出し、涙と嗚咽が止まりません。すると、震える私の肩にそっ

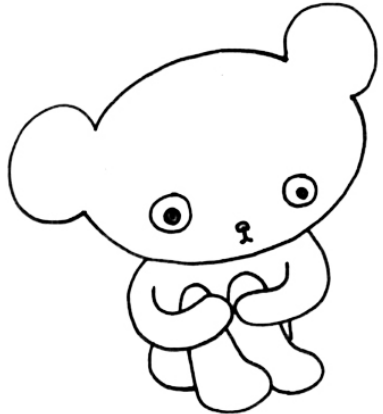
と手をおき、メンバーの一人がコーヒーに誘ってくれたのです。見ず知らずの人のために、私の身の上話を彼は親身になって聞いてくれました。「このプログラムで人生を建て直すことができるよ。」と励ましてくれたのです。プログラムを始めたのは、その時からでした。

マリファナの言うなりになってしまう…それがもつて、自分の人生が手におえなくなったという現実を認識することから、MAの12ステップが始まります。そして、準備を整え、サポートを手に入れた時点で、今まで「自分のことは棚にあげて」おいたのに、その「棚卸し」をし、自分の短所・欠点を見極め、傷つけた人に埋め合わせをし、毎日の反省をし、新しい人をサポートするなどMAのプログラムを実践していきます。

12ステップのプログラムを始めると人生が変わります。と言うより、自分の内側が変わるのです。そして、内側が変わることで正直になれます。自分にも他人にも正直になれます。自分がゲイだということを隠さないでいられるのはこのプログラムを実践してきたからなんです。本物の自分でいられる、秘密を持たずに生活ができることほど、肩の荷が下りるものはありません。

そして、それを下ろしてはじめて、どれだけ荷が重かったのかがわかります。正直な自分でいられることは、このプログラムから授かった数知れないギフトの一つです。

今の私はMAがあるから生きていられるのです。実は今から9年ほど前、現実を否認して、スリップ（使ってしまうこと）してしまいました。酒やドラッグのプログラムでは、「本当のアディクションになってから出直して来い」とまで言われ、マリファナなんかアディクションにならないってバカにされてた、そんな印象を受けていたんです。スリップの後、何ヶ月か色々な12ステッププログラムを試してみたのですが、どこへ行っても何かなじめないところがあり、酒やドラッグのプログラムにニューカマーとして戻るのも難しかったです。そして、そろそろあきらめかけていたとき、偶然MAミーティングに出会いました。ミーティングが始まり、みんなの話を聞いているうち、「ああ、これで自分にも帰るところができた！」って思ったんです。MAのメンバーって、なんとなく自分に似てる場所があって、吸ってる時に知り合いだったら、楽しかったらうなあって思う人ばかりです。



もちろんプログラムの後でも、人生はカーブボールを投げつけてきます。でも、このプログラムを実践していくうちに、少しずつほかの選択肢が見えてくるのです。まるで生きることに對してのマニュアルを手に入れたように、どんな壁にぶち当たろうとも、トラブルシューティングをして解決策が見つかるのです。自分一人では立ち向かうことのできないマリファナアディクションだったのですが、同じような修羅場をくぐってきたフェロー（回復中の仲間達）とハイヤーパワーのお陰で、今日一日はマリファナを吸わないで済むチャンスがあるのです。

（Jさん）

「ファッションように」

18歳の時、飲食業についていた。職場で仲良くなった同僚に「大麻吸ったことあるか？」と問われ、「ちょっとだけならやったことあるで」とウソをついてしまった。今、思うと、強がり、意気がっていた時分は、ついそんなウソをついてしまった。

その夜、彼の部屋で初めての大麻を吸う。彼は手早くアルミホイルで即席のパイプを作り吸い出した。見様見まねで吸ってみる。たばこは吸っていたので吸うことは問題ではなかった。ただ、初めてということが、ばれないか心配だった。それほどトリップした感じもなく、こんなものなのだといった感じだった。また数日後、同僚の友達と一緒に大麻を吸った。その時はすぐ楽しく、気持ち良くなった。普段から飲酒をしていた自分はお酒で嘔吐することもあり二日酔いもつらかったので、大麻をずいぶん気に入った。「こんないいものなんだ」といった気持で、その後、お酒はずいぶんと量が減っていき大麻の喫煙が増えていった。違法であることは知っていた。ただ、大麻はたばこより害がないとか（賛否あり）、大きな問題になることはないと思っていた。そんな書籍も読み漁った。後に、自宅でホームグロー（自家栽培）も始めた。

大麻や薬物を使う薬仲間、そんな仲間と遊ぶのが楽しくてたまらなかった。少しずつ他のドラッグにも手を出していった。なんとなく悪ぶってジャンキーをファッションように、映画の主人公にでもなったような気分でした。俺たちは、時代を作っているような錯覚。実際はどうにもならないアディクト（薬物依存症者）になろうとしていた。

22才の頃、薬仲間4人でドライブに出かけた。十分に大麻を使っていた。後ろの席で2人が、笑って話している。「あほやで〜」その言葉だけが僕の耳に止まった。こいつら僕のことばかりにしているのだ。体が硬くなり黙り込んで何を言っているのか、聞き取ることはまり込んでいた。次の日に「あほやで〜」と言った彼に問い詰めたが、彼は「君のことは言っていない、そんなこと言うはず

がないやろ」と言うが、僕には信じられなかった。絶対、僕のこと言っていると、この一件から僕はおかしくなっていたように思う。今まで気にならなかった事が、やけに気になる、周りの話し声や言っている内容、自分自身がおかしくないか、歩き方、食べ方など。外に出て行くのが、怖くなってきた。人といっても緊張するし、息が詰まる。

自宅に引きこもり、ラストファリズム（ただ大麻を吸う理由だった）に始まり、ブラックライトで部屋を飾り、みょうな行動や考えに支配されていくようになった。世界中の問題を解決できるような気になったり、自分は救世主ではないかと考えることもあったりと・・・。



ある日、体がいう事が利かなくなり、手足が思うように動かない、あごが勝手に上がってくる。よだれも垂れてくる。死んでしまうと思った僕は119番に電話したが精神科病院の電話番号を教えてくれるだけで来てくれなかった。何とか自力で病院にたどり着き入院、以来3年ぐらい精神科病院の入退院を繰り返す。

いつもそうだけど、どうにもならなくなって、少しのあいだ薬物が止まり、また使い出す。すぐに前よりもひどい状況になっていく。自分自身でも、止めようとしていたが続かない。もう、このままだったらと使ってやめ、また使いそのうち死ぬのを待っているようで、空しかった。家族にも見放され、薬仲間からも相手されなくなっていた。今度は主治医にもさじを投げられた。病院ケースワーカーが手を差し伸べてくれた。かろうじて主治医が変わり、やっと薬物の事も話せて、（とっくにばれていたのだけど）アルコール依存症の施設へ通うことで入院を許された。止められるものなら止めたかった。入院中はせつせと通っていたが、退院後施設を休むことも出てきた。

相互援助グループには通うようにしていた。とりあえず3ヶ月ほど薬は使っていなかった。そんな頃、薬物依存症回復施設に1ヶ月入寮することになった。施設のミーティングが長くて仕方なかった。時計ばかりが気になる。自分自身の話もどれだけ使ったとか、なんか思いついたことや、ほかの仲間と同じような話を適当に話していたように思う。それ以外の時間は昼寝や雑談をしていた。年齢も近かったし、同じような経験をしている仲間がいて、僕だけじゃないのだとは感じた。

その後も時々リクス（再使用）はあったがグループの仲間との繋がりは切れることなく、行かない時期もあったがかろうじてミーティングには出続けた。

相互援助グループに参加している仲間で大麻を多く使ってきた仲間は当時少なく、多くが覚せい剤やシンナーが多数派だった。自分も話をする時は覚せい剤のエピソードが多かった。時に大麻好きだった仲間がいると大麻について話をして盛り上がることもあった。なんとなく、大麻ぐらいでおかしくなることもない。大麻はたいしたことではない。そんな雰囲気を感じていた。しばらくクリーンが出来て覚せい剤で再発した時、「大麻だけなら」「アルコールだけなら」と、使う薬物を変えてみたが結果は同じだった。今でも覚せい剤は使うとすぐにダメになってしまうと思えるが、大麻ならどうかな？うまく使えるのでは？なんて考えてしまう時があったりする。実際、大麻の写真や話をされていて、ついつい、にやけている自分に少々恥ずかしさを感じる。決して大麻が嫌いになったわけではない。きつとうまく使うことが、自分にはできないと思う。試したくもない。今はしらふで十分楽しめるようになったし、失った多くのものを取り戻しつつある。家族との関係、新しい仲間、職場、与えられた役割、信頼、現実と向き合うこと……。

回復のプログラムにつながり10年が過ぎた。グループの中でも世間でもずいぶん大麻の問題が多くなってきた。仕事でカルフォルニアに行く機会があり、相互援助グループのワールドサービスオフィスにも立ち寄った。その時通訳してくれたのが、Marijuana Anonymous（マリファアナノニマス：MA）で回復していた日本人の仲間だった。日本でも「マリファアナノニマスのミーティングができるといいね」なんて話をしていた。彼は日本の仲間のためにMAの冊子を翻訳してくれたり、WEBサイトを立ち上げたり大きな力を貸してくれた。数年後、京都と栃木に日本で初のMarijuana Anonymousミーティングが行われた。まだまだ日本ではメンバーは少ないが、きっと増えていくだろう。他のドラッグを使い、ひどい底つきをするまで使い続ける必要はない。

(Tさん)



「一度ですっかりハマってしまった」

私が初めて大麻と出会った時は、「救われた」と思っていました。長年うつ病で精神科の掛け持ち通院をし、多量の睡眠薬や安定剤無しでは不安でしかなかったからです。テレビも本もなんにも興味ももてず、毎日をやり過ごしていただけでした。職場は、オーナーと従業員2人の小さなところだったので、ひまな時はオーナーといろいろな話をしました。そのうち精神科のことを打ち明けるようになり、薬のせい、7年も生理が止まっていることなど話したら、「薬なんかやめなさい。代わりにいいものがあるから。」と大麻を教えてくださいました。すると、自分でも不思議なくらい楽しくなり、ご飯も美味しく、なんて素敵な世界だろ

うと、一度ですっかりハマってしまいました。

初めのうちは給料から大麻のぶんを引いてもらっていたのですが、不況なのと、オーナーがどっぷりと大麻に浸かっている人だったので、給料が出せない代わりに、「コレで働いてくれ」と現物支給されるようになりました。私は収入がなくなることより、毎日吸える、と嬉しくなり、貯金が底をつき、大麻ボケで仕事がままならなくなり、やっとこのままではいけないことに気付きました。大麻と縁を切ろうと転職したのですが、新しい仕事のストレスや、大麻なしでは笑うことができない自分があり、また前の職場に出入りするようになりました。すると、また新しい職場でも大麻ボケしたりして、社会復帰ができないと不安になり、また精神科巡りをするようになり、今の病院につながりました。そこでは依存症だと言われ、MAの事なども知るきっかけになりました。

最初は、男の人ばかりで怖かったのですが、男も女も関係なく、みんな同じ悩みや苦しみがあることがわかり、行けるようになりました。今でも処方薬は飲んでいますが、異常な飲み方はしなくなり、シラフでも楽しめることがだんだんわかってきました。何より独りではないことが心強くて、今では私の落ち着く場所になりました。MAに出会えたことが本当に救われたのだと思い、今では感謝しています。

(Kさん)



「Yさんの話」

僕は、MAに通っている28歳です。他の自助グループのミーティングにも今でも毎日通っていて、なかなか社会に出れず、ジレンマと戦っています。元気ですがお酒やブロンの心配が抜けません。

京都に来て2年になり、仲間とも仲良く楽しくして貰って生活しています。自分がマリファナを吸い始めたのは、18歳で仲間の兄貴から、毎日貰っては、吸っていました。芸術大学に入りたく、ずっとアートのかっこいいお店の店員さんに憧れていました。警察が怖くなったり、まともな事が出来なくなり、いい加減な風になって行き、マリファナがやめられなくなって、それでも大人の後を追って、ぎりぎり使っていました。仕事なんか出来ないと、マリファナをやめようと思ったのが19歳の後半でした。兄貴は、ネタをもうやめろと言ってきていて、ネタが止まったのですが、人間関係がもうとり戻せず、言えなくてしんどかったです。テンパって辛かった時、覚せい剤に手を出して、母親が見つくて、警察に話

したので捕まりました。何もかも終わってしまったと思いました。

薬をやめるために色々したのですが、結局ブロン、ネタ屋さんを探し、もうぐれるしか手段がなかったです。それで親が施設を見つけてくれて入り、その時、薬物依存からの回復のための自助グループに初めて行きました。まだまだ大人の間人になれてなくて、一人暮らしもままならず、お酒を飲むなどブロンも万引きもやってしかたがないと、施設長から施設移動し入寮して人生をやり直す事と、関東の施設にいったのがとまるきっかけになりました。そこでも自助グループのミーティングに行かしてもらい、関東のミーティングを回りたくさん仲間をつくった後に、戻ってきました。

そして自助グループミーティングに通っている内にマリファアナノニマスの仲間がメッセージにアメリカから来て下さり、日本で開くようになり、自分もマリファナのミーティングが出来るようになりました。境遇が近いのか話しやすいです。仲間も同じマリファナの回復がしたいせいか、とても優しいです。早くメッセージが伝わって、皆回復してもらいたいです。仲間の皆さんとメッセージを見てくれた皆様本当にありがとうございます。

(Yさん)

「覚醒剤はよくないけど、大麻は大丈夫・・・」

僕は他にも依存がひどい薬物はあるのですが、大麻に関しては、ずば抜けて依存度が高かった薬物です。

初めて大麻を吸引したのは19歳の時です。その頃、洋楽に特にのめり込んでいて、好きなアーティストがよく大麻を吸っている情報はたくさん知っていました。覚醒剤はよくないけど、大麻は大丈夫という固定観念はすでに持っていました。当時、忌野清志朗のタイマーズっていうバンドが話題になってまして、タイマーズのテーマいつも聞きながらいつも吸っていました。

本格的にはまりだしたのは22歳の頃だと思います。その頃京都のクラブの店員をやって、仕事が始まる前に一服きめてよく仕事をしていました。自分の好きじゃないDJの音でも大麻を吸うと、とたんによく聞こえるので、ますます大麻が好きになりました。本当に大麻は万能薬だと信じきっていました。

逆に大麻も吸ったことも無い人を差別していました。よくいう価値観の違いみたいなものです。自分は大麻を上手に使っている、どんなに吸っても酒を飲みすぎた時みたいにならないし、だれにも迷惑をかけていない。なぜ大麻は違法なんだろう？そんなことばかり考えていました。またまわりの友達もほとんどが大麻を吸っていました。

精神病院に繋がる頃、大麻は持ってる時はもうほとんど1日中吸っていました。最初は覚醒剤やMDMAをやめればもう入院することはないだろうとたかをくくってましたが、3度目の入院のときは、大麻しかやってないことに入院中自覚して、そのときはじめて大麻精神病なのだと気づかされました。退院後、妹と父親に薬物のリハビリ施設を紹介されて、できたばかりのその施設に通所することになりました。

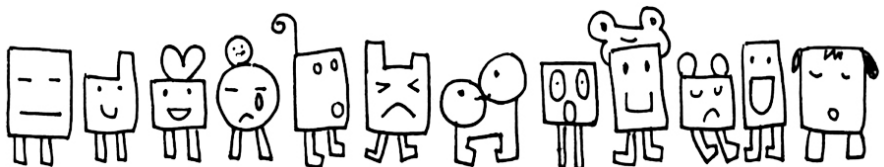
でも通いは続きません。結局ごく少量なら、たまになら、自分で所持しなければ、などと理由付けをし、大麻を完全に断つことはできませんでした。他の薬物はやめることができるのに大麻に関してはどうしても無理でした。そして4度目の入院を経験し、退院後1年半施設に入寮することになりました。

施設を退寮し、35歳になっていました。しばらくは薬を使わない生活を維持していましたが、しばらくすると大麻を使用し、ミーティングには出席しますが正直に使った話をするのができませんでした。バイトも解雇され自由な時間が増えてくると、結局また薬を使う時間が長くなりました。自分はもうやめ続けることはできないと本当に諦めていました。そしてフラッシュバックをおこし結局5度目の入院。そんな入退院を3回ほど繰り返し、今年の夏、ようやくもう使ってもしょうがないのだと気づき、もういちど施設にも通所し、MA（マリファナ・アノニマス）や他の自助グループミーティングに積極的に通うようになります。

特に昨年は大麻の事件がとでも多くて、たくさんの人がマリファナを吸っているのだと思いました。事件の報道の仕方や偏見はたくさんあります。嫌な気持ちになったり、ニュースを観てもなにも感じないこともありました。マリファナの危険度・依存度・フラッシュバックしたときの独特の感覚はその臨床の少なさで、かかり付けの医者も参考になったと言ってくれました。大麻が危険か安全なのかと考え続けても、自分が大麻を吸えば手がつけれられないほどおかしくなるし、親や仲間迷惑をかけてしまうことはまぎれもない事実です。

今、ようやく薬が止まって9ヶ月になります。処方もなくなりました。MAは2年ほど前にアメリカの仲間から紹介され、こちら日本でも宇都宮と京都で始まりました。まだまだ小さいグループですが、これからもミーティングや仲間を大事にしていきたいと考えています。

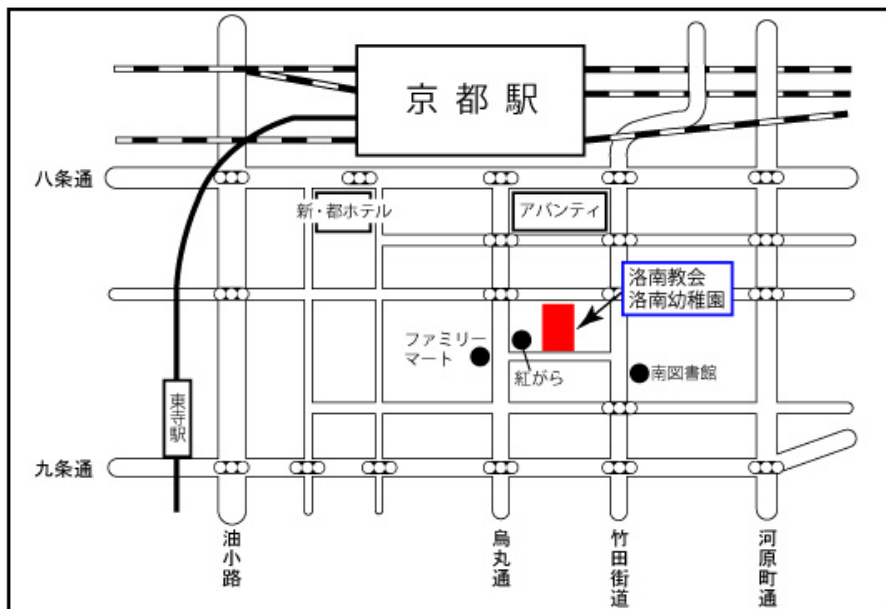
(Mさん)



ミーティング案内

時間：毎週木曜日 19:00～20:00

場所：洛南教会 京都市南区東九条北烏丸町 20



ミーティング等についてのお問い合わせは、下記アドレスまでEメールでお願いいたします。

majapan@hotmail.co.jp