

CoDA の 1 2 ステップへの思い／マナブ

こんにちは。私は共依存症者のマナブです。

昨年からはまった CoDA 英語書籍の翻訳に携わらせていただいています。

GRACE という形に残るものに今の私の思いを残すことは、将来赤面してしまうような内容を残してしまうことになるかもしれません。ですが、たとえ未熟だとしてもこれも現在の私ということで、あるがままに自分自身を認めたいと思います。

CoDA 英語書籍の翻訳は、昨年、2008 年の 10 月から始まりました。2009 年の 8 月までに 7 回の翻訳のための集まりが持たれ、「グループ立ち上げガイド」の翻訳が、あと 1 回の集まりで一区切りになろうとしています。夏には軽井沢の周和荘で翻訳合宿も行われ、毎回 10 名弱の仲間が集まり、和気あいあいと楽しく進んでいます。

私は、2004 年 9 月に CoDA に繋がらせていただきました。2005 年 2 月から 1 年間は、AA にも通いました。そして、その結果として「AA の 12 ステップを踏む気は、とてもおきない。様々な 12 ステップグループがそれぞれの 12 ステップを持っているが、それらは、AA の 12 ステップにならったものである。…ということは、多少表現が異なっているだけで、内容的には、AA の 12 ステップと同じものなのだろうか…もしそうだとしたら、私は 12 ステップを踏む気はおきないであろう。それならば、いさぎよく 12 ステップの自助グループはあきらめて、カウンセリングなり、12 ステップを使っていない自助グループなりで、回復に取り組んでいこう」と思い、実際に情報を集め始めていました。

ちょうどその頃に、CoDA の英語書籍翻訳の話が始まりました。私はワールドサービスオフィスのサービスをさせていただいておりましたので、CoDA の英語書籍を取り寄せる

ことになりました。

その頃には、私の心は 12 ステップグループから離れるという方向でほぼ固まっていた。が、手元に CoDA の書籍が届き、少しチラチラと中を眺めてみると、私の予想（というか、勝手な決めつけ）とは違い、その内容は私には、AA の 12 ステップとは随分と異なっているように思われました。「何人かの方から『12 ステップはどれも同じだよ』と聞いてきたけど、本当なのかなあ…？」という疑問が湧きました。少なくとも、CoDA の英語書籍をもう少ししっかりと読んでみるまでは、簡単に CoDA から離れるのはもったいないのではないか…という思いが生まれてきました。

それから、2 年程になりますでしょうか？現在の私には、CoDA の 12 ステップが AA の 12 ステップと同じものか、異なるのかは、わかりません。そして、私はそのことに関しては、もう興味がなくなりました。今の私に大切なのは「CoDA の 12 ステップを踏んでみたい」という気持ちです。

CoDA の男性定着メンバーも随分と増え、「CoDA のステップを踏んでみようかと思ってる」という仲間も現れました。ハイヤーパワーに与えられたのだと思っています。

これから、仲間たちと共に、少しずつ CoDA の 12 ステップを踏んでみたいと思っています。それが、自分をどこに連れていくのかは、今の私にはわかりません。ですが、これまでの人生すべてと同じく、いつもハイヤーパワーの手の中にすべては在るということ、そしてすべてはハイヤーパワーから与えられるものとして、心静かにステップを、人生を歩いていけたらと願っています。

これが、2009 年 8 月 22 日現在の私です。

—— マナブ ——

2009 年 8 月