CA est *aussi* pour le toxicomane gai, lesbienne, bisexuel ou transgenre

« La première fois que j'ai partagé mon vécu à une réunion des Cocaïnomanes anonymes, je m'attendais à des regards de dégoût et de peur, mais j'ai reçu à la place des câlins chaleureux et je me suis senti apprécié. C'est un énorme changement pour quelqu'un qui a grandi en étant raillé et en se sentant rejeté. Les membres ont prisé mon expérience, et plusieurs m'ont remercié d'avoir été honnête à propos de qui je suis. »

Beaucoup d'entre nous avons vécu nos vies dans un monde de préjugés, de fanatisme et de haine tout simplement parce nous étions gais, lesbiennes, bisexuels, ou transgenres, différents de la société en général. Certains d'entre nous ont commencé à utiliser la cocaïne ou d'autres drogues par simple envie de se sentir acceptés dans un monde qui, apparemment, n'avait pas de place pour nous. C'était peut-être aussi simple que de nous laisser entraîner dans le monde décadent de tous les clubs de nuit et le circuit des parties que nous avions découvert lors de l'exploration de notre orientation sexuelle. D'autres ont cherché à échapper au jugement sévère et au sentiment de rejet de nos familles et amis chaque fois que nous nous sommes enivrés ou gelés. Pour beaucoup d'entre nous, la seule façon que nous pouvions faire face à notre sentiment d'être différent a été de nous engourdir avec les drogues et l'alcool.

Souvent notre famille nous évitait ou nous rejetait. Nous avons parfois été mis de côté ou jugés par la religion, nous faisant dire que Dieu nous détestait et que notre mode de vie nous mènerait en enfer. Peut-être que nous avons même senti que Dieu nous haïssait, qu'il nous avait abandonnés. Nous pensions que personne ne pouvait comprendre nos difficultés et notre mode de vie. Nous nous sommes demandé « Dieu peut-il m'aider, même si je ne suis pas comme tout le monde? Comment puis-je éventuellement devenir sobre? ». Il ne suffisait pas que nous ayons eu une maladie qui nous rendait dépendants des substances qui altèrent notre comportement et nous faisait perdre la maîtrise de notre vie; nous avons cru que notre interaction avec les autres, notre style de vie tout entier était jugé par le reste du monde. Pire encore, nous avons souvent ressenti le dégoût et le jugement de nous-mêmes.

Puis nous avons découvert Cocaïnomanes anonymes et nous avons appris que la seule condition pour devenir membre est le désir de cesser l'usage de la cocaïne et de toutes les autres substances qui altèrent le comportement. Cela était rassurant, quoique nombre d'entre nous se sont encore sentis séparés du reste du groupe. Nous avions peur que notre orientation sexuelle soit un si grand obstacle qu'il nous empêcherait de vraiment entrer en relation avec nos semblables dans Cocaïnomanes anonymes. Puis nous avons entendu d'autres membres nous partager leurs expériences. En écoutant, nous nous sommes identifiés aux similitudes; nous avons réalisé que nous n'étions pas les seuls à craindre d'être «différents». Nous avons entendu l'espoir, la foi et le courage et nous avons commencé à croire que peut-être, nous aussi, nous pourrions nous rétablir.

Lorsque nous nous sommes rendus pour la première fois à une réunion de Cocaïnomanes anonymes, on nous a offert de l'aide. Ceux qui nous ont tendu la main ne se formalisaient pas que nous soyons un homme, une femme, riche, pauvre, quelle drogue nous consommions, quelle était notre religion ni quelle était la couleur de notre peau. Le fait que certains d'entre nous étaient gais, lesbiennes, bisexuels, ou transgenres n'était pas un obstacle; ceux qui portaient le message de rétablissement étaient plus préoccupés par notre besoin de sobriété que par notre orientation sexuelle. L'amour inconditionnel et l'acceptation nous ont fait sentir à l'aise et que nous étions les bienvenus.

« Quand je suis allé à CA la première fois, j'étais au fond du placard, mais je savais que je ne pouvais pas cacher ce secret à tout le monde. J'ai donc choisi une personne dans les réunions, à qui je pensais pouvoir faire confiance. Cela m'a quand même pris quelques semaines pour m'ouvrir, mais quand je l'ai fait, je me suis senti comme si un poids énorme avait été enlevé de mes épaules. Mon parrain ne m'a pas jugé ni ne s'est désisté de moi. En fait, mon parrain est devenu l'un de mes meilleurs amis et un de mes plus proches conseillers. »

Pour beaucoup d'entre nous, admettre une dépendance équivaut à s'identifier comme GLBT: il peut être apeurant de parler ouvertement de ce que nous avons caché ou nié pendant si longtemps. Comme sortir du placard, être honnête au sujet de la toxicomanie améliore en fin de compte notre vie et ouvre des possibilités dont nous ignorions totalement l'existence. Faire partie de la communauté GLBT peut souvent nous donner le sentiment que nous sommes très différents des autres. Ce que nous trouvons dans CA c'est beaucoup de gens, de tous les horizons de la vie, qui partagent ce sentiment d'être différents, de ne pas pouvoir s'intégrer, et que ce sentiment joue un rôle dans notre toxicomanie. En découvrant nos similitudes avec d'autres, même ceux dont le mode de vie ou les choix sont différents des nôtres, nous découvrons un endroit où notre identité sexuelle et/ou notre genre devient une partie de ce que nous sommes, et non pas tout ce que nous sommes ... et pas tout ce que nous pouvons devenir. Nous pouvons voir que nos difficultés avec des problèmes sexuels ne sont pas si différentes de celles de n'importe qui d'autre.

Nous avons entrepris les Douze Étapes et avons découvert les nombreuses joies de la sobriété. Nous avons trouvé le cadeau de se sentir à l'aise dans notre peau et le courage d'être soi-même. Nous avons découvert que ce n'était pas grave si nous étions à l'intérieur ou à l'extérieur du placard. Tout ce qui a été nécessaire fut de se présenter avec un désir d'être abstinent et sobre. Nous pouvons nous joindre à l'action avec d'autres toxicomanes afin de demeurer partie de la solution.

Nous chérissons le sentiment d'appartenance que nous avons trouvé chez Cocaïnomanes anonymes, il est donc important - impératif - que nous continuions ce cycle. Nous savons combien il est important de sentir qu'on fait « partie de ». Notre Cinquième Tradition nous dit que notre but premier est de transmettre le message de rétablissement au toxicomane qui souffre encore et c'est ce que nous essayons de faire. Personne ne devrait jamais se sentir mis à l'écart ou jugé dans Cocaïnomanes anonymes. Nous comprenons la douleur et la peur causée par la maladie de la toxicomanie; nous sympathisons avec la réticence et la confusion du nouveau membre parce que nous sommes « passés par là ». Nous nous sommes sentis « à part » et nous comprenons. Nous pouvons dire en toute honnêteté: «Nous savons qui vous êtes, et nous savons que vous êtes à votre place chez Cocaïnomanes anonymes, parce que nous y sommes à notre place. »

Les Douze Traditions de Cocaïnomanes anonymes

1. Notre bien-être commun devrait venir en premier lieu; le rétablissement personnel dépend de l'unité des CA.
2. Dans la poursuite de notre objectif commun, il n'existe qu'une seule autorité ultime - un Dieu d'amour tel qu'il peut se manifester dans notre conscience de groupe. Nos chefs ne sont que des serviteurs de confiance, ils ne gouvernent pas.
3. Le désir d'arrêter l'usage de la cocaïne et de toutes les autres substances qui altèrent le comportement est la seule condition pour être membre des CA.
4. Chaque groupe devrait être autonome, sauf sur les points qui touchent d'autres groupes ou l'ensemble du Mouvement.
5. Chaque groupe n'a qu'un objectif primordial: transmettre son message au toxicomane qui souffre encore.
6. Un groupe ne devrait jamais endosser ou financer d'autres organismes, qu'ils soient apparentés ou étrangers aux CA, ni leur prêter le nom des Cocaïnomanes anonymes, de peur que les soucis d'argent, de propriété ou de prestige ne nous distraient de notre objectif premier.
7. Tous les groupes devraient subvenir entièrement à leurs besoins et refuser les contributions de l'extérieur.
8. Le mouvement des Cocaïnomanes anonymes devrait toujours demeurer non professionnel, mais nos centres de service peuvent engager des employés qualifiés.
9. Comme Mouvement, les Cocaïnomanes anonymes ne devraient jamais avoir de structure formelle, mais nous pouvons constituer des conseils ou des comités de service directement responsables envers ceux qu'ils servent.
10. Le mouvement des Cocaïnomanes anonymes n'exprime aucune opinion sur des sujets étrangers; le nom des CA ne devrait donc jamais être mêlé à des controverses publiques.
11. La politique de nos relations publiques est basée sur l'attrait plutôt que sur la réclame; nous devons toujours garder l'anonymat personnel dans tous les médias publics.
12. L'anonymat est la base spirituelle de toutes nos traditions et nous rappelle sans cesse de placer les principes au-dessus des personnalités[1].

Reproduit et adapté avec la permission d'Alcoholics Anonymous World Services, Inc

[1]Les Douze Traditions sont reproduites et adaptées avec la permission d'Alcoholics Anonymous World Services, Inc. Cette permission ne signifie pas que les AA sont associés au nouveau programme qui utilise ces Traditions. Le programme des AA vise au rétablissement des alcooliques. Cette permission signifie simplement que les Douze Traditions sont utilisées dans le cadre de programmes et d'activités conçus selon l'esprit des AA, mais en vue de traiter des problèmes différents. Les Douze Traditions des Alcooliques anonymes : 1. Notre bien-être commun devrait venir en premier lieu; le rétablissement personnel dépend de l'unité des AA. 2. Dans la poursuite de notre objectif commun, il n'existe qu'une seule autorité ultime : un Dieu d'amour tel qu'Il peut se manifester dans notre conscience de groupe. Nos chefs ne sont que des serviteurs de confiance, ils ne gouvernent pas. 3. Le désir d'arrêter de boire est la seule condition requise pour être membre des AA. 4. Chaque groupe devrait être autonome, sauf sur les points qui touchent d'autres groupes ou l'ensemble du Mouvement. 5. Chaque groupe n'a qu'un objectif primordial, transmettre son message à l'alcoolique qui souffre encore. 6. Un groupe ne devrait jamais endosser ou financer d'autres organismes, qu'ils soient apparentés ou étrangers aux AA, ni leur prêter le nom des Alcooliques anonymes, de peur que les soucis d'argent, de propriété ou de prestige ne nous distraient de notre objectif premier. 7. Tous les groupes devraient subvenir entièrement à leurs besoins et refuser les contributions de l'extérieur. 8. Le mouvement des Alcooliques anonymes devrait toujours demeurer non professionnel, mais nos centres de service peuvent engager des employés qualifiés. 9. Comme Mouvement, les Alcooliques anonymes ne devraient jamais avoir de structure formelle, mais nous pouvons constituer des conseils ou des comités de service directement responsables envers ceux qu'ils servent. 10. Le mouvement des Alcooliques anonymes n'exprime aucune opinion sur des sujets étrangers; le nom des AA ne devrait donc jamais être mêlé à des controverses publiques. 11. La politique de nos relations publiques est basée sur l'attrait plutôt que sur la réclame; nous devons toujours garder l'anonymat personnel dans la presse écrite et parlée de même qu'au cinéma. 12. L'anonymat est la base spirituelle de toutes nos traditions et nous rappelle sans cesse de placer les principes au-dessus des personnalités.

Les Douze Étapes de Cocaïnomanes anonymes

1. Nous avons admis que nous étions impuissants devant la cocaïne et toutes les autres substances qui altèrent le comportement — que nous avions perdu la maîtrise de notre vie.
2. Nous en sommes venus à croire qu'une Puissance supérieure à nous-mêmes pouvait nous rendre la raison.
3. Nous avons décidé de confier notre volonté et notre vie aux soins de Dieu tel que nous Le concevions.
4. Nous avons procédé sans crainte à un inventaire moral, approfondi de nous-mêmes.
5. Nous avons avoué à Dieu, à nous-mêmes et à un autre être humain la nature exacte de nos torts.
6. Nous étions tout à fait prêts à ce que Dieu élimine tous ces défauts.
7. Nous Lui avons humblement demandé de faire disparaître nos défauts.
8. Nous avons dressé une liste de toutes les personnes que nous avions lésées et nous avons consenti à réparer nos torts envers chacune d'elles.
9. Nous avons réparé nos torts directement envers ces personnes dans la mesure du possible, sauf lorsqu'en ce faisant, nous risquions de leur nuire ou de nuire à d'autres.
10. Nous avons poursuivi notre inventaire personnel et promptement admis nos torts dès que nous nous en sommes aperçus.
11. Nous avons cherché par la prière et la méditation à améliorer notre contact conscient avec Dieu, tel que nous Le concevions, Lui demandant seulement de connaître Sa volonté à notre égard et de nous donner la force de l'exécuter.
12. Ayant connu un réveil spirituel comme résultat de ces étapes, nous avons alors essayé de transmettre ce message à d'autres toxicomanes et de mettre en pratique ces principes dans tous les domaines de notre vie[1].

Reproduit et adapté avec la permission d'Alcoholics Anonymous World Services, Inc

[1]Reproduit et adapté avec la permission d'Alcoholics Anonymous World Services, Inc. La permission de reproduire et d'adapter les Douze Étapes ne présuppose aucune affiliation des AA avec ce programme. AA est un programme de rétablissement de l'alcoolisme. L'utilisation des Étapes concernant les programmes et les activités qui sont modelés sur les AA, mais qui s'adressent à d'autres problèmes, ne suppose pas différemment. LES DOUZE ÉTAPES DES ALCOOLIQUES ANONYMES : 1.Nous avons admis que nous étions impuissants devant l'alcool — que nous avions perdu la maîtrise de notre vie. 2.Nous en sommes venus à croire qu'une Puissance supérieure à nous-mêmes pouvait nous rendre la raison.3.Nous avons décidé de confier notre volonté et notre vie aux soins de Dieu tel que nous Le concevions.4.Nous avons procédé sans crainte à un inventaire moral, approfondi de nous-mêmes.5.Nous avons avoué à Dieu, à nous-mêmes et à un autre être humain la nature exacte de nos torts.6.Nous étions tout à fait prêts à ce que Dieu élimine tous ces défauts.7.Nous Lui avons humblement demandé de faire disparaître nos défauts.8.Nous avons dressé une liste de toutes les personnes que nous avions lésées et nous avons consenti à réparer nos torts envers chacune d'elles.9.Nous avons réparé nos torts directement envers ces personnes dans la mesure du possible, sauf lorsqu'en ce faisant, nous risquions de leur nuire ou de nuire à d'autres.10.Nous avons poursuivi notre inventaire personnel et promptement admis nos torts dès que nous nous en sommes aperçus.11.Nous avons cherché par la prière et la méditation à améliorer notre contact conscient avec Dieu, tel que nous Le concevions, Lui demandant seulement de connaître Sa volonté à notre égard et de nous donner la force de l'exécuter.12.Ayant connu un réveil spirituel comme résultat de ces étapes, nous avons alors essayé de transmettre ce message à d'autres alcooliques et de mettre en pratique ces principes dans tous les domaines de notre vie.

Nous sommes ici et Nous sommes libres™
Documentation approuvée
C. A. World Services, Inc.
Copyright © 2024

CA est aussi pour le toxicomane gai, lesbienne, bisexuel ou transgenre

pi@cafrance.org
07 45 82 94 54
www.cafrance.org

CA FRANCE
61 Rue De Lyon
75012 Paris