Un nouveau high avec H&I

Notre but premier est de transmettre le message du rétablissement au toxicomane qui souffre encore.

Une façon de le faire est en organisant des réunions dans les hôpitaux et les institutions pour les personnes qui ne peuvent assister aux réunions à l'extérieur. Les institutions desservies incluent, sans y être limité, les organismes correctionnels, les sanatoriums, les centres de désintoxication, les centres de détention juvénile, les maisons de transition et les refuges, soit gouvernementaux ou privés. La réclusion peut-être volontaire ou imposée.

En travaillant avec les autres avec H&I, les membres de Cocaïnomanes anonymes partagent leur expérience, force et espoir. Voici nos sentiments au sujet de nos expérience H&I »

Se rappeler d'où l'on vient

« Ma première expérience d'implication pour les H & I, fut lorsque j'ai obtenu 90 jours d'abstinence et que j'ai eu à partager dans un hôpital. J'étais certain de n'avoir rien à offrir, rien à dire. Je suis resté là à écouter les autres conférenciers avant moi et je savais qu'ils auraient dit tout ce que je voulais dire. Quand mon tour arriva, j'ai ouvert la bouche et laissé les mots sortir. Non seulement ais-je dis les mots que quelqu'un avait besoin d'entendre, mais aussi ce que j'avais à entendre. »

« Quand la réunion fut terminé, j'ai pris un peu de temps pour parler aux patients et pour partager un peu plus d'espoir, de foi et de courage. J'ai quitté la réunion avec un sentiment de bonheur et de joie que je n'avais jamais senti auparavant. Je ressens encore cette exaltation à chaque fois que je participe à un groupe, spécialement devant un groupe d'adolescents. »

« H & I m'aide à me rappeler d'où je viens. Cela me permet aussi de voir le miracle du rétablissement chez les autres et ce faisant, cela me permet de changer. Il n'y a pas de mots pour décrire le sentiment en moi, lorsque quelqu'un que j'ai vu lors d'une réunion H & I prend son jeton d'un an. »

« Étant cocaïnomane en rétablissement, mon plus grand danger est d'oublier que je suis un cocaïnomane ou de penser que je peux consommer. Mais c'est exactement ce que ma dépendance voudrait que je pense. À chaque fois que vais à une réunion dans un centre de désintoxication, je me rappelle toujours la simple vérité de la dépendance et de ses conséquences. Cela m'aide à rester sobre et d'être rempli de gratitude pour mon rétablissement. C'est le résultat de cette méthode et je suis privilégié de faire continuer la tradition. »

Gratitude

« Quittant l'organisme correctionnel, je me sens en extase; rempli de gratitude du privilège d'être un instrument de Dieu et de l'espoir qu'une graine ait été plantée dans l'esprit d'au moins une personne qui souffre encore. Je partage le miracle du rétablissement et comment Cocaïnomanes anonymes a changé ma vie; le service dans H & I m'aide à rester sobre aujourd'hui. C'est la façon que ça fonctionne pour moi. Au travers le service dans H & I, ma gratitude est multipliée. »

« Comme parent, lorsque je quitte un centre de détention juvénile, je remercie Dieu que ce n'était pas un de mes enfants qui écoutait notre partage. Ce pour quoi j'ai le plus de gratitude cependant, c'est d'être sobre et de porter le message de CA à ceux qui n'ont pas cette chance. »

« Je fais du service dans H & I très égoïstement, pour rester sobre et demeurer plein de gratitude pour ce que j'ai. Cela m'offre un sentiment d'utilité pour Dieu et l'humanité. »

« Le regard dans les yeux des patients, la sueur sur leur front et dans leurs mains; ils ne savent pas s'ils peuvent rester sobres une journée de plus. Cela vous remplit de gratitude, parce qu'après la réunion, vous pouvez retourner à la maison. C'est la seule différence entre eux et vous. »

« Gratitude…

Les portes ouvrent au lieu de se fermer,

Pouvoir partager, donner notre soif du rétablissement

Le nouveau dans un hôpital ou une institution…

Me donne l'humilité et la réalisation constante de l'espoir. »

Espoir

« Je crois qu'en partageant mon expérience, ma force et mon espoir à travers H & I, j'ai l'espoir que je peux, d'une certaine façon, aider une autre personne qui souffre à voir une lueur d'espoir et une meilleure vie. Par la grâce de Dieu… »

« Quand je partage lors d'une réunion H & I, le sentiment qu'il se passe quelque chose de spécial est immédiat. Les yeux des patients ou détenus s'allument au fur et à mesure que je raconte mon histoire. Ils ont été où j'ai été, ils ont senti ce que j'ai senti… le désespoir. Maintenant ils sont assis dans un hôpital ou une prison et ils se demandent 'Qu'est-ce que je fais maintenant?' Lorsque je partage mon chemin de rétablissement, je vois quelquefois une lueur d'espoir apparaître sur leurs visages, quand ils pensent 'Peut-être que ça peut marcher pour moi aussi'. Je me sens bien de partager mon espoir, ma foi et mon courage avec les cocaïnomanes qui en ont le plus besoin. »

Un nouveau high de H & I

« Qu'est-ce que je retire de H & I? Être impliqué dans H & I m'a permis d'avoir une perspective plus large sur qui je suis comme personne, car je dois partager ce que j'ai reçu si je veux le conserver. Juste de pouvoir entrer et sortir des institutions est une bénédiction.»

« Durant les 26 ans durant lesquels j'ai consommé quotidiennement, je n'ai jamais ressenti l'euphorie que j'ai vécu le mois passé. Durant ma participation à un groupe CA il y a deux ans, j'ai observé un nouveau détenu, en total déni de sa maladie. Durant l'année et demie qui a suivi, j'ai reçu le cadeau de le voir évoluer et grandir par la pratique des Douze Étapes. Il a été libéré dans une maison de transition où CA tient une autre réunion et tous les deux nous avons participé à cette réunion. Le mois passé, il a participé au comité H & I et il s'est impliqué dans le groupe à la même prison où nous nous sommes rencontrés. Le même soir, il prenait son jeton de 18 mois. »

« Quand le monde me voit aujourd'hui, riant et de bonne humeur, plusieurs me demandent qu'est-ce que je fais. Ma réponse est toujours la même – 'Je travaille avec les autres'. »

Si vous avez aimé ce que vous avez lu, si vous vous êtes identifiés aux sentiments partagés et voulez les ressentir, vous pouvez participer aux réunions du comité H & I et vous impliquer dans votre rétablissement en aidant les autres.

Cocaïnomanes Anonymes

« Nous sommes ici et nous sommes libres »™

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

1Les 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

1Reproduit 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

Un nouveau high avec H&I

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

CA FRANCE
61 Rue De Lyon
75012 Paris