

DÉROULEMENT SUGGÉRÉ : RÉUNION DISCUSSION

Bienvenue à la réunion (_____) des Cocaïnomanes anonymes. Mon nom est (_____) et je suis un toxicomane. Est-ce qu'il y a d'autres toxicomanes présents? Bienvenue! Non pas pour vous embarrasser, mais dans le but de mieux vous accueillir, est-ce que ceux qui sont dans leurs premiers 30 jours d'abstinence veulent bien se lever, s'identifier et dire la nature de leur problème? Si vous êtes un visiteur de l'extérieur ou nouveau dans cette région, s'il vous plaît vous présenter.

Cocaïnomanes anonymes est une association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leur expérience, force et espoir de façon à résoudre leur problème commun et d'en aider d'autres à se rétablir de leur toxicomanie. La seule condition pour devenir membre est le désir d'arrêter l'usage de la cocaïne et de toutes les autres substances qui altèrent le comportement. Il n'en coûte rien pour devenir membre, nous nous supportons par nos propres contributions. Nous ne sommes associés à aucune secte, confession religieuse, association politique, organisation ou institution. Nous ne nous engageons dans aucune controverse et n'endossons ni ne nous opposons à aucune cause. Notre objectif premier est de nous libérer de l'usage de la cocaïne et de toutes les autres substances qui altèrent le comportement, et d'en aider d'autres à acquérir cette même liberté.¹

Nous nous servons des Douze Étapes pour le rétablissement, car il a été prouvé que le programme des Douze Étapes fonctionne.

J'inviterais (_____) à nous lire *Nous pouvons nous rétablir*, tiré du livre *L'espoir, la foi et le courage des CA*.

Les Douze Traditions sont au groupe ce que les Douze Étapes sont à l'individu. J'ai demandé à (_____) de nous en faire la lecture.

(FACULTATIF : Il est coutume de lire *Qui est cocaïnomane, Qui est un membre CA ou L'alcool*. J'ai demandé à (_____) de nous en faire la lecture).

(FACULTATIF : L'ANIMATEUR PARTAGE DE CINQ À DIX MINUTES). Ceci est une réunion discussion d'une heure trente. Nous encourageons les nouveaux à poser toute question à propos du programme et du rétablissement. Prière de ne pas partager si vous avez consommé de la drogue ou de l'alcool dans les dernières vingt-quatre heures. Nous vous demandons de ne pas intervenir sur les commentaires des autres et toute question doit être posée à l'animateur. Veuillez limiter votre participation de trois à cinq minutes. Qui veut commencer?

(CINQ MINUTES AVANT LA PAUSE-CAFÉ) Nous nous supportons avec nos propres contributions. C'est le moment de la Septième Tradition. Les nouveaux ne sont pas tenus de contribuer. Veuillez rester assis durant la collecte.

(APRÈS LA COLLECTE) Il y aura une pause de cinq minutes.

(APRÈS LA PAUSE)

¹ Adapté avec la permission d'A. A. Grapevine, Inc.

(FACULTATIF) Nous remettons des jetons pour souligner les temps d'abstinence accomplis de 30, 60, 90 jours, 6 et 9 mois, un an, 18 mois, et 2 ans et plus d'abstinence continue, libre de toutes les substances qui altèrent le comportement. Veuillez parler brièvement afin de laisser le temps à la participation plus tard. Est-ce qu'il y a quelqu'un ici dans ses 30 premiers jours qui souhaite prendre un jeton du nouveau? 30 jours? 60 jours? 90 jours? 6 mois? 9 mois? Un an? 18 mois? 2 ans ou plus?

Nous remettons un gâteau pour chaque 365 jours d'abstinence continue. Nous célébrons aujourd'hui (____) anniversaires.

Continuons avec la participation.

(DIX MINUTES AVANT LA FIN DE LA RÉUNION) Notre temps est écoulé. Si vous avez des questions qui sont demeurées sans réponse, ou si vous ressentez le besoin de partager, allez vers quelqu'un après la réunion et échangez vos numéros de téléphone. Nous sommes tous ici pour aider. Est-ce que le secrétaire a des annonces à faire?

(APRÈS LES ANNONCES DU SECRÉTAIRE) Avant de clore cette réunion, je demanderais à (____) de nous lire *Les Promesses, La vie qui t'attend ou Tendre la main*.

Après un moment de méditation silencieuse pour le toxicomane qui souffre encore, je demanderais à (____) de clore la réunion par la prière de son choix.



"Nous sommes ici et Nous sommes libres"™

C.A. World Service Conference-Dokumentation approuvée
Cocaine Anonymous World Services, Inc.
Copyright © 2001-2009. Tous droits réservés

DÉROULEMENT SUGGÉRÉ : RÉUNION D'ÉTUDES DES ÉTAPES

Bienvenue à la réunion (_____) des Cocainomanes anonymes. Mon nom est (_____) et je suis un toxicomane. Est-ce qu'il y a d'autres toxicomanes présents? Bienvenue! Non pas pour vous embarrasser, mais dans le but de mieux vous accueillir, est-ce que ceux qui sont dans leurs premiers 30 jours d'abstinence veulent bien se lever, s'identifier et dire la nature de leur problème? Si vous êtes un visiteur de l'extérieur ou nouveau dans cette région, s'il vous plaît vous présenter.

Cocainomanes anonymes est une association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leur expérience, force et espoir de façon à résoudre leur problème commun et d'en aider d'autres à se rétablir de leur toxicomanie. La seule condition pour devenir membre est le désir d'arrêter l'usage de la cocaïne et de toutes les autres substances qui altèrent le comportement. Il n'en coûte rien pour devenir membre, nous nous supportons par nos propres contributions. Nous ne sommes associés à aucune secte, confession religieuse, association politique, organisation ou institution. Nous ne nous engageons dans aucune controverse et n'endossons ni ne nous opposons à aucune cause. Notre objectif premier est de nous libérer de l'usage de la cocaïne et de toutes les autres substances qui altèrent le comportement, et d'en aider d'autres à acquérir cette même liberté.²

Nous nous servons du programme des Douze Étapes pour le rétablissement, car il a été prouvé que le programme des Douze Étapes fonctionne.

J'inviterais (_____) à nous lire *Nous pouvons nous rétablir*, tiré du livre *L'espoir, la foi et le courage des CA*.

Les Douze Traditions sont au groupe ce que les Douze Étapes sont à l'individu. J'ai demandé à (_____) de nous en faire la lecture.

(FACULTATIF : Il est coutume de lire *Qui est cocainomane*, *Qui est un membre CA ou L'alcool*. J'ai demandé à (_____) de nous en faire la lecture).

Le format de cette réunion est de lire du manuel Les Douze Étapes et les Douze Traditions des Alcooliques anonymes. Par la suite c'est suivi d'une discussion sur la lecture. Ce soir nous en sommes à l'Étape _____.

(L'ANIMATEUR FAIT LA LECTURE DE L'ÉTAPE) Nous allons faire le tour et chacun fera la lecture d'un paragraphe

(APRÈS LA LECTURE DE L'ÉTAPE) Nous nous supportons avec nos propres contributions. C'est le moment de la Septième Tradition. Les nouveaux ne sont pas tenus de contribuer. Veuillez rester assis durant la collecte.

(APRÈS LA COLLECTE) Il y aura une pause de cinq minutes.

(APRÈS LA PAUSE)

² Adapté avec la permission d'A. A. Grapevine, Inc.

(FACULTATIF) Nous remettons des jetons pour souligner les temps d'abstinence accomplis de 30, 60, 90 jours, 6 et 9 mois, un an, 18 mois, et deux ans et plus d'abstinence continue, libre de toutes les substances qui altèrent le comportement. Veuillez parler brièvement afin de laisser le temps à la participation plus tard. Est-ce qu'il y a quelqu'un ici dans ses 30 premiers jours qui souhaite prendre un jeton du nouveau? 30 jours? 60 jours? 90 jours? 6 mois? 9 mois? Un an? 18 mois? Deux ans ou plus?

Nous remettons un gâteau pour chaque 365 jour d'abstinence continue. Nous célébrons aujourd'hui (_____) anniversaires.

Continuons avec la participation. Nous vous demandons de limiter votre partage à votre expérience, force et espoir en relation à l'Étape qui a été lue. Si vous n'avez pas fait cette Étape, nous vous invitons à poser toute question à propos de cette étape. Prière de ne pas partager si vous avez consommé de la drogue ou de l'alcool dans les dernières vingt-quatre heures. Nous vous demandons de ne pas intervenir sur les commentaires des autres. Veuillez limiter votre participation de trois à cinq minutes. Qui veut commencer?

(DIX MINUTES AVANT LA FIN DE LA RÉUNION) Notre temps est écoulé. Si vous avez des questions qui sont demeurées sans réponse, ou si vous ressentez le besoin de partager, allez vers quelqu'un après la réunion et échangez vos numéros de téléphone. Nous sommes tous ici pour aider. Est-ce que le secrétaire a des annonces à faire?

(APRÈS LES ANNONCES DU SECRÉTAIRE) Avant de clore cette réunion, je demanderais à (_____) de nous lire *Les Promesses*, *La vie qui t'attend* ou *Tendre la main*.

Après un moment de méditation silencieuse pour le toxicomane qui souffre encore, je demanderais à (_____) de clore la réunion par la prière de son choix.



"Nous sommes ici et Nous sommes libres"™

C.A. World Service Conference-Documentation approuvée

Cocaine Anonymous World Services, Inc.

Copyright © 2001-2009. Tous droits réservés

NOUS POUVONS NOUS RÉTABLIR

Bienvenue aux Cocaïnomanes anonymes. Nous sommes tous ici pour la même raison : notre incapacité à cesser l'usage de la cocaïne et de toutes les autres substances qui altèrent le comportement. Le premier pas vers la solution d'un problème, quel qu'il soit, c'est d'admettre *qu'il y a un problème*.

D'après nous, le problème consiste en une obsession mentale doublée d'une allergie physique. L'obsession prend la forme d'une pensée continue et irrésistible de la cocaïne et du prochain high. L'allergie crée une incapacité absolue de cesser l'usage une fois commencé.

Nous voulons vous assurer *qu'il y a* bel et bien une solution et que le rétablissement est possible. Au début, il s'agit de s'abstenir, puis de mettre en pratique les Douze Étapes de CA, un jour à la fois. Le programme des Douze Étapes des Cocaïnomanes anonymes est le moyen qui nous permet de passer du problème de la toxicomanie à la solution du rétablissement.

1. Nous avons admis que nous étions impuissants devant la cocaïne et toutes les autres substances qui altèrent le comportement — que nous avons 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 avons 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.³

L'association des Cocaïnomanes anonymes est un programme spirituel, et non religieux. Dans CA, nous croyons que chaque individu peut choisir sa propre Puissance supérieure. En somme, un Dieu tel qu'il le conçoit.

³ 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 modélisés 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 avons 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 avons 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.

Personne ne vient aux Cocainomanes anonymes pour trouver Dieu. Nous sommes venus ici pour nous débarrasser d'une dépendance à la drogue terrifiante. Regardez autour de vous : vous êtes entouré de personnes qui ne sont venues ici qu'en tout dernier recours. Nous sommes arrivés ici en faillite émotive, financière et spirituelle. Nous avons vécu toutes sortes de tragédies comme résultat de la cocaïne, des drogues et/ou de l'alcool. Nous avons fait l'expérience des mêmes horreurs que vous, mais aujourd'hui, nous sommes libres de la misère, de la terreur et de la souffrance liées à la toxicomanie.

Il se peut que certains d'entre nous aient souffert plus que vous; comme il se peut aussi certains n'aient pas atteint le même bas-fond que vous. Il n'en demeure pas moins que celles et ceux d'entre nous qui sont en rétablissement en sont venus à croire qu'une Puissance supérieure, telle que nous La concevions, pouvait nous rendre la raison.

Il y a une solution; Nous *pouvons* nous rétablir de la toxicomanie. Un jour à la fois, il est possible de vivre une vie remplie d'espoir, de foi et de courage.



"Nous sommes ici et Nous sommes libres"™

C.A. World Service Conference-Documentation approuvée

Cocaine Anonymous World Services, Inc.

Copyright © 2001-2009. Tous droits réservés

LES DOUZE TRADITIONS DES 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 la presse écrite et parlée de même qu'au cinéma et à la télévision.
12. L'anonymat est la base spirituelle de toutes nos traditions et nous rappelle sans cesse de placer les principes au-dessus des personnalités.⁴



"Nous sommes ici et Nous sommes libres"™

C.A. World Service Conference-Documentation approuvée

Cocaine Anonymous World Services, Inc.

Copyright © 2001-2009. Tous droits réservés

⁴ Les Douze Traditions sont reproduites et adaptées avec la permission de 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.

QUI EST COCAÏNOMANE?

Certains d'entre nous peuvent répondre sans hésitation : « Moi! » D'autres n'ont pas la même certitude. Cocaïnomanes anonymes est d'avis que personne ne peut affirmer qu'une autre personne est toxicomane ou non. Pourtant, une chose est sûre : chacun d'entre nous a déjà *nié* l'être. Pendant des mois, des années, nous, qui admettons maintenant sans hésitation être des cocaïnomanes, avons pensé que nous pouvions maîtriser la cocaïne alors que c'est elle qui nous dominait.

« *Je ne consomme que les week-ends, » ou*
« *Ça ne nuit presque jamais à mon travail, » ou*
« *Je peux arrêter, ce n'est qu'une dépendance psychologique, pas vrai? » ou*
« *Je ne fais que sniffer, je ne fais pas de freebase et je ne me pique pas, » ou*
« *C'est ma relation qui me cause des problèmes. »*

Plusieurs d'entre nous sont encore étonnés du temps passé à rechercher le même effet qu'au début, sans jamais le retrouver. Et nous avons continué de dire et de croire – dans notre réalité déformée – que la cocaïne nous donnait réellement ce qui nous avait toujours échappé.

Nous ne reculions devant rien pour échapper à nous-mêmes. Les lignes devenaient plus épaisses, les grammes disparaissaient de plus en plus vite, notre réserve de la semaine disparaissait en une journée. Nous avons raclé les sacs et les enveloppes de plastique avec des lames de rasoir, nous avons gratté nos petites bouteilles brunes pour en extraire le moindre grain, nous avons sniffé ou fumé le moindre grain blanc que nous trouvions sur le plancher quand nous étions en manque. Nous, qui étions tellement fiers de notre esprit si équilibré! Il n'y avait rien de plus important que notre paille, notre pipe, notre seringue. Peu importe si ça nous rendait misérables, il nous en fallait.

Certains d'entre nous mêlaient la cocaïne, l'alcool ou les médicaments pour changer le mal de place, mais en fin de compte, cela n'a fait qu'aggraver nos problèmes. Enfin, nous avons essayé d'arrêter par nous-mêmes et nous avons parfois réussi pendant quelque temps. Après un mois, nous avons cru reprendre la maîtrise. Nous avons cru que notre organisme s'était purifié et que nous pourrions retrouver l'euphorie des beaux jours en réduisant la dose de moitié. Cette fois, nous ferions attention de ne pas dépasser la limite. Nous nous sommes pourtant retrouvés à la même place et encore plus bas.

Nous ne quittions jamais la maison sans d'abord avoir consommé. Nous ne pouvions pas faire l'amour sans consommer. Nous ne pouvions pas parler au téléphone sans cocaïne. Nous ne pouvions plus dormir; parfois, il nous semblait même impossible de respirer sans cocaïne. Nous avons essayé de déménager, de changer de ville, de travail, de conjoint – croyant que les circonstances, les lieux et les gens étaient responsables de nos problèmes. Nous avons peut-être même vu un ami cocaïnomane mourir d'arrêt respiratoire et *malgré tout cela*, nous avons continué de consommer! En fin de compte, nous avons dû faire face à la musique. Nous avons dû admettre que la cocaïne causait un grave problème dans nos vies et que nous *étions* bel et bien toxicomanes.

Extrait du dépliant CA Au Nouveau Venu.



“Nous sommes ici et Nous sommes libres”™

C.A. World Service Conference-Dokumentation approuvée

Cocaine Anonymous World Services, Inc.

Copyright © 2001-2009. Tous droits réservés

QUI EST UN MEMBRE CA

Bien que le nom de "Cocainomanes anonymes" puisse sembler spécifique à une drogue, nous tenons à vous assurer que notre programme ne l'est pas. Beaucoup de nos membres ont fait beaucoup de cocaïne, d'autres en ont consommé seulement un peu, et certains même n'ont jamais essayé de coke. Nous avons des membres qui ne buvaient qu'à l'occasion, ceux qui par hasard se considéraient comme des ivrognes, et d'autres qui étaient alcooliques à part entière. Beaucoup d'entre nous avons utilisé une grande variété de substances qui altèrent le comportement. Que nous nous soyons adonné à une substance spécifique ou tout ce que nous pouvions nous mettre sous la main sur, nous avons une chose en commun: nous avons tous finalement atteint un point de non-retour, et nous ne pouvons plus arrêter.

Selon la Troisième Tradition de CA, la seule condition pour devenir membre est le désir d'arrêter l'usage de la cocaïne et toutes les autres substances qui altèrent le comportement.

Peu importe ce que vous avez consommé, si cela vous a conduit à cette réunion, vous êtes probablement à la bonne place. Avec le temps, presque tous d'entre nous avons compris que notre vrai problème n'était pas la cocaïne ou une drogue spécifique, mais plutôt la maladie de la toxicomanie.

Il peut être tentant de mettre l'accent sur nos différences plutôt que nos similitudes, mais cela peut nous aveugler sur des sources potentielles de soutien à notre rétablissement. Comme nous l'avons entendu durant le partage d'autres membres, la question la plus importante à se poser n'est pas: «Aurais-je fait la fête avec ces gens? », mais plutôt, « Est-ce que ces gens ont une solution qui peut m'aider à rester sobre? ». Nous vous encourageons à rester et à écouter avec un esprit ouvert.

Avec sa Troisième Tradition et sa Première Étape ouvertes pour tous, Cocainomanes Anonymes souhaite la bienvenue à n'importe qui avec un problème de drogue ou d'alcool et offre une solution. Les Douze Étapes de CA ne sont pas spécifiques à aucune drogue en particulier et Cocainomanes Anonymes n'est pas une association spécifique à aucune drogue. C'est sans importance pour nous si vous avez bu ou quelle drogue vous avez prise, si vous avez le désir d'arrêter, vous êtes bienvenu ici!



“Nous sommes ici et Nous sommes libres”™

C.A. World Service Conference-Documentation approuvée

Cocaine Anonymous World Services, Inc.

Copyright © 2001-2009. Tous droits réservés

L'alcool est une substance qui altère le comportement sous forme liquide. Bien des gens ne réalisent pas qu'elle n'est pas différente de la cocaïne et les autres drogues dans sa capacité de nous mener à la toxicomanie. Un verre ne suffit pas, pas plus qu'une dose, une injection, une pilule ou une ligne. Nous sommes passés maîtres dans l'art de combiner et de substituer un produit à un autre pour obtenir l'effet désiré. Plusieurs d'entre nous n'ont jamais pensé que l'alcool pouvait faire partie de notre problème.



"Nous sommes ici et Nous sommes libres"™

C.A. World Service Conference-Dokumentation approuvée

Cocaine Anonymous World Services, Inc.

Copyright © 2001-2009. Tous droits réservés

LES PROMESSES

Si nous sommes sérieux et appliqués dans les efforts que demande cette phase de notre évolution, nous serons étonnés des résultats, même après n'avoir parcouru que la moitié du chemin. Nous connaissons une nouvelle liberté et un nouveau bonheur. Nous ne regretterons pas plus le passé que nous ne voudrions l'oublier. Nous comprendrons le sens du mot sérénité et nous connaissons la paix. Si profonde qu'ait été notre déchéance, nous verrons comment notre expérience peut profiter aux autres. Nous perdrons le sentiment d'être inutiles et cesserons de nous apitoyer sur notre sort. Mettant nos propres intérêts de côté, nous nous intéresserons davantage à nos semblables. Nous ne serons plus tournés exclusivement vers nous-mêmes. Désormais, nous envisagerons la vie d'une façon différente. La crainte des gens et de l'insécurité financière disparaîtra. Notre intuition nous dictera notre conduite dans des situations qui, auparavant, nous déroutaient. Soudainement, nous constaterons que Dieu fait pour nous, ce que nous ne pouvions pas faire pour nous-mêmes.

Est-ce que ce sont là des promesses extravagantes ? Nous ne le croyons pas. Ces promesses se réalisent parmi nous parfois rapidement, parfois lentement. Mais elles se matérialisent toujours si nous travaillons en ce sens.



“Nous sommes ici et Nous sommes libres”™

C.A. World Service Conference-Dokumentation approuvée

Cocaine Anonymous World Services, Inc.

Copyright © 2001-2009. Tous droits réservés

Cet extrait est reproduit de « Les Alcooliques Anonymes », pages 94-95 avec la permission d'Alcoholics Anonymous World Services, Inc. (« AAWS ») La permission de reproduire et d'utiliser cet extrait ne présuppose pas que AAWS a révisé ou approuvé le contenu de cette publication ou que AAWS accepte nécessairement les vues qui y sont exprimées. AA est un programme de rétablissement de l'alcoolisme seulement. L'utilisation du matériel concernant les programmes et les activités qui sont modelés sur les AA, mais qui s'adressent à d'autres problèmes, ne suppose pas différemment.

LA VIE QUI T'ATTEND

Notre livre n'a pas d'autres intentions que de vous présenter des suggestions. Nous nous rendons compte que nous savons peu de choses. Dieu nous en révélera sans cesse davantage, à vous comme à nous. Dans votre méditation du matin, demandez-Lui ce que vous pouvez faire chaque jour pour celui qui souffre encore. La réponse vous sera donnée si vos propres affaires sont en ordre. Cependant, il est évident que vous ne pouvez transmettre quelque chose que vous n'avez pas. Assurez-vous que vos relations avec Dieu sont bonnes et de grandes choses se produiront pour vous et pour un nombre incalculable d'autres personnes. Pour nous, c'est cela, la Grande Vérité.

Abandonnez-vous à Dieu tel que vous Le concevez. Reconnaissez vos fautes devant Lui et devant vos proches. Déblayez votre passé de ses débris. Donnez généreusement ce que vous avez découvert et joignez-vous à nous. Nous serons avec vous dans la Communion de l'esprit, et nul doute que vous croiserez quelques-uns des nôtres lorsque, vous marcherez courageusement sur le chemin de l'Heureux Destin.

D'ici là, que Dieu vous garde et vous bénisse !



« Nous sommes ici et Nous sommes libres »™

C.A. World Service Conference-Dokumentation approuvée

Cocaine Anonymous World Services, Inc.

Copyright © 2001-2009. Tous droits réservés

Cet extrait est reproduit de « Les Alcooliques Anonymes », pages 185-186 avec la permission d'Alcoholics Anonymous World Services, Inc. (« AAWS ») La permission de reproduire et d'utiliser cet extrait ne présuppose pas que AAWS a révisé ou approuvé le contenu de cette publication ou que AAWS accepte nécessairement les vues qui y sont exprimées. AA est un programme de rétablissement de l'alcoolisme seulement. L'utilisation du matériel concernant les programmes et les activités qui sont modelés sur les AA, mais qui s'adressent à d'autres problèmes, ne suppose pas différemment.

TENDRE LA MAIN

J'ai joint le programme parce que quelqu'un a fait son travail de Douzième Étape auprès de moi. Quelqu'un me l'a transmis. Quelqu'un était devenu abstinente et se souciait des autres. Je ne dois jamais, jamais oublier cela. S'ils s'étaient contentés de vivre sans se soucier des gens comme moi qui consommaient et souffraient encore, je ne serais pas ici aujourd'hui. C'est sur cela que se fonde ma gratitude. C'est par gratitude que je cherche à rejoindre les autres, particulièrement les nouveaux. J'ai besoin d'eux dans ma vie. C'est là que débute ma spiritualité.

Pour moi, la spiritualité vient en s'occupant des autres. J'ai découvert que plus je cherche à améliorer la qualité de vie chez les autres, plus j'oublie mes besoins égoïstes et ma volonté. Je sens la paix et la liberté intérieures. Les cadeaux qui commencent à arriver dans ma vie dépassent ce que j'avais imaginé.

Une autre chose que j'ai faite a été de me pardonner. Je me suis pardonné d'être un toxicomane. Je me suis pardonné de tout le tort que je me suis causé, tant au plan de ma santé, de ma carrière que de ma situation financière. Mais, plus encore, je me suis pardonné pour toutes les choses horribles, négatives et le manque d'amour pour moi-même. Je n'ai pas pu vraiment grandir en sobriété tant que je n'ai pas accepté de me pardonner moi-même.



"Nous sommes ici et Nous sommes libres"™

C.A. World Service Conference-Documentation approuvée

Cocaine Anonymous World Services, Inc.

Copyright © 2001-2009. Tous droits réservés



DÉROULEMENT SUGGÉRÉ : RÉUNION AVEC CONFÉRENCIER

1. Nous allons prendre quelques secondes pour nous rappeler la raison de notre présence ici et poursuivre avec la **Prière de la sérénité**.
2. **Bienvenue** au meeting _____, mon nom est _____ et je suis toxicomane. Est-ce qu'il y a d'autres toxicomanes présents dans cette salle ? Bienvenue. Afin de ne pas vous embarrasser et pour mieux vous faire connaître, est-ce que ceux qui sont dans leurs premiers 30 jours d'abstinence veulent bien se lever, s'identifier et dire la nature de leur problème.
3. Les Cocainomanes anonymes sont une association d'hommes et de femmes qui partagent entre eux leur expérience, leur force et leur espoir dans le but de résoudre leur problème commun et d'en aider d'autres à se rétablir de la toxicomane. La seule condition pour en devenir membre se résume à un désir de cesser l'usage de la cocaïne et de toute autre substance qui altère le comportement. Il n'en coûte rien pour devenir membre. Nous suffisons à nos besoins par nos propres contributions. Les Cocainomanes anonymes ne sont associés à aucune secte, religion, groupe, association politique, organisation ou institution. Nous ne nous engageons dans aucune controverse, nous n'endossons ni ne contestons aucune cause. Notre objectif premier est de se libérer de l'usage de la cocaïne et de toute autre substance qui altère le comportement, et d'en aider d'autres à acquérir cette même liberté. Par conséquent, pour le respect des membres, nous demandons à ce qu'il n'y ait ni drogue, ni instrument pour la consommer dans cet établissement.⁵
4. Pour vous accueillir, j'inviterais le membre **responsable de la 12^e Étape**.
5. Nous avons des lectures à ce meeting et pour bien débiter, j'ai demandé à _____ de nous lire **Nous pouvons nous rétablir, tiré du livre L'espoir, la foi et le courage des CA**.
6. Nous nous servons des **12 Étapes** pour le rétablissement, car il a été prouvé qu'avec le programme des 12 Étapes, ça marche. J'inviterais _____ à nous les lire.
7. Pour le bon fonctionnement des groupes, nous avons les **12 Traditions** et j'ai demandé à _____ de nous en faire la lecture.
8. J'aimerais maintenant passer la parole à notre **secrétaire**.
(Le secrétaire lit les nouvelles des groupes)
9. J'inviterais le **R.S.G.** (*Responsable des Services Généraux*) à venir nous communiquer les nouvelles de la région.
10. **Pause café** de 5 minutes.
11. Nous sommes maintenant rendu à la **7^o Tradition** qui dit « nous nous supportons par nos propres contributions ». Les nouveaux venus ne sont pas tenu de contribuer avant leur 3^o meeting.
12. Lecture de l'**Anonymat** et présentation du conférencier.

⁵ Adapté avec la permission d'A. A. Grapevine, Inc.

(Partage de 30 minutes.)

13. Pour **remercier** le conférencier, j'ai demandé à _____ .
14. Nous donnons à ce meeting des porte-clés pour souligner le **temps d'abstinence**. Ce soir c'est _____.
15. Nous sommes rendus maintenant au moment le plus important : la remise du **porte-clés du nouveau**. Ce soir c'est _____ qui vient spécialement pour toi le nouveau.
16. Nous arrivons au moment de **participation**. Nous encourageons les nouveaux venus à poser des questions sur notre programme et le rétablissement. On vous demande par contre de ne pas partager si vous êtes sous l'effet de la drogue ou de toute autre substance. Nous demandons de ne pas couper la parole et de diriger vos questions à l'animateur. S.V.P. garder votre participation brève afin de laisser la chance à d'autres de s'exprimer. Qui voudrait débiter ? (*Après que le temps soit écoulé.*) Notre période de participation est maintenant terminée. Si tu as des questions qui demeurent sans réponse ou si tu désires partager tes sentiments, je t'invite à aller vers un autre membre et à prendre des numéros de téléphone. Nous sommes tous ici pour t'aider.
17. Je demanderais au membre responsable de la **littérature** de venir nous faire ses commentaires et ce soir c'est _____ .
18. J'inviterais le secrétaire à faire les **remerciements**.
19. Comme dernière lecture, j'inviterais _____ à nous lire **Les 12 Promesses** ou **La vie qui t'attend** (au choix de l'animateur).
20. Je vous remercie de votre présence et, si vous le voulez bien, nous allons terminer par **la prière de la fermeture**.

LES DOUZE ÉTAPES DES COCAÏNOMANES ANONYMES

1. Nous avons admis que nous étions impuissants devant la cocaïne et toutes les autres substances qui altèrent le comportement — que nous avons 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 avons 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.⁶



“Nous sommes ici et Nous sommes libres”™

Conférence des Services mondiaux CA-Documentation approuvée

Cocaine Anonymous World Services, Inc.

Copyright © 2001-2009. Tous droits réservés

⁶ 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 modélés 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 avons 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 avons 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.



L'ANONYMAT

L'anonymat est la base spirituelle de toutes nos traditions.

L'ambition personnelle n'a pas de place chez les Cocainomanes anonymes car nous cherchons à mettre en évidence les principes et les réalisations du mouvement plutôt que les personnes qui le composent. Les CA gardent l'anonymat personnel dans tous leurs rapports avec les médias. Même à l'intérieur du mouvement, on s'abstient lorsqu'un membre le désire, de révéler son nom et les autres renseignements qui le concernent. L'anonymat est essentiel à la croissance du mouvement. Pour ceux qui songent à joindre nos rangs, l'anonymat est le gage que leur appartenance au Cocainomanes anonymes ne sera pas dévoilée. Parce que l'anonymat est une façon authentique de pratiquer l'humilité, nous croyons qu'il constitue la meilleure assurance de survie des Cocainomanes anonymes.



RÉUNION HEBDOMADAIRE

Groupe : _____

En date du : _____

Secrétaire : _____

Animateur (trice) : _____

Représentant (e) 12^o Étape : _____

Lecture de notre méthode : _____

Lecture des 12 Étapes : _____

Lecture des 12 Traditions : _____

Mot du R.S.G (ou adjoint) : _____

Responsable de la collecte : _____

Conférencier (ère) : _____

Personne qui remercie : _____

Jetons d'abstinence : _____

Jetons du nouveau : _____

Responsable de la littérature : _____

Lecture des 12 Promesses : _____

Nouveaux	Jetons d'abstinence	Participation

Personnes qui ont fait le café : _____ et _____.

Personnes qui nettoient la salle : _____ et _____.

Assistance de _____ personnes et une collecte de _____ \$.

Merci à tout le groupe !



ASSEMBLÉE D'AFFAIRES

Groupe: _____
En date du: _____ Présences: _____
Animateur (trice): _____
Secrétaire: _____

RAPPORT DE LA DERNIÈRE RÉUNION D'AFFAIRES

Accepté par: _____ Secondé par: _____

RAPPORT FINANCIER

Accepté par: _____ Secondé par: _____

RAPPORT DE LA 12IEME ÉTAPE

Accepté par: _____ Secondé par: _____

RAPPORT DU (DE LA) R.S.G

Accepté par: _____ Secondé par: _____

TÂCHES MENSUELLES

Tâche	Responsable	Proposeur	Secondeur
Café			
Nettoyage			
Jetons abstinence			
Jetons du nouveau			
Littérature			
Animateur			
Animateur adj.			

DÉCISIONS À PRENDRE

AFFAIRES NOUVELLES

CLOTÛRE DE LA RÉUNION

Accepté par: _____ Secondé par: _____

Merci à tout le groupe !

