

## **Un Nouveau High avec H&I**

***Notre but premier est de transmettre le message 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 Cocainomanes 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 terminée, 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 cocaïnomanes en rétablissement, mon plus grand danger est d'oublier que je suis un cocaïnomanes 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 Cocainomanes 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 »™**