



Cocaine Anonymous® Norge

Vi kan tilfriskne

Velkommen til Cocaine Anonymous. Vi er alle her av samme grunn – vår manglende evne til å slutte og bruke kokain og andre sinnsendrende stoffer. Det første skrittet mot å løse problemet er å innrømme at det er et problem. Problemet, slik vi ser det, består av en mental besettelse og en fysisk allergi. Besettelsen er en vedvarende og uimotståelig tanke om kokain og neste rush. Allergien skaper en absolutt manglende evne til å slutte og bruke når vi først har startet. Vi ønsker å forsikre deg om at det finnes en løsning og at det er mulig å slutte. Det starter med avholdenhet og fortsetter ved å praktisere de 12 trinnene for gjenoppretting, en dag av gangen. Vi bruker tolvtrinnsprogrammet til Cocaine Anonymous for å tilfriskne fra narkotikaavhengighet.

De 12 trinnene:

1. Vi erkjente at vi var maktesløse overfor kokain og alle andre sinnsendrende stoffer, og at vi ikke lenger kunne mestre livene våre.
2. Vi kom til å tro at en makt større enn vår egen kunne bringe oss tilbake til sunn fornuft.
3. Vi besluttet å legge vår vilje og våre liv i Guds hender, slik vi oppfattet Ham.
4. Vi gjennomførte en grundig og uredd moralsk selvransakelse.
5. Vi bekjente for Gud, oss selv og et medmenneske alle våre feil.
6. Vi var helt innstilte på å la Gud fjerne alle disse karakterdefektene.
7. Vi ba Han ydmykt om å fjerne våre feil.
8. Vi laget en liste over alle menneskene vi hadde såret, og ble villige til å gjøre opp med dem alle.
9. Vi gjorde opp med disse personene når det var mulig å gjøre det, uten å skade dem eller andre.
10. Vi fortsatte vår selvransakelse, og når vi hadde feilet, innrømmet vi det uten å nøle.
11. Vi søkte gjennom bønn og meditasjon å styrke vår bevisste kontakt med Gud slik vi forstod Ham, og ba kun om å få hvite Hans vilje med oss og styrke til å gjennomføre den.
12. Da vi som et resultat av disse trinnene hadde hatt en åndelig oppvåkning, prøvde vi å bringe budskapet videre til andre rusavhengige og bruke disse prinsippene i alle våre gjerninger.

CA er et åndelig program, ikke et religiøst. I CA tror vi at hver enkelt kan velge sin egen høyere kraft. Kort sagt en høyere makt slik du selv velger å oppfatte den.

Ingen kommer til CA for å finne Gud. Vi kom til disse rommene for å kvitte oss med en skremmende narkotikavane. Se deg rundt i rommet. Du er omgitt av mennesker som kom som en siste utvei. Vi kom hit følelsesmessig, økonomisk og åndelig konkurs. Vi har opplevd alle slags tragedier som følge av kokain, narkotika og/eller alkohol. Vi har levd gjennom mange av grusomhetene du opplever, men i dag er vi fri fra lidelsen, terroren og smerten ved avhengighet.

Noen av oss hadde det kanskje verre enn deg. Noen andre av oss har kanskje ikke truffet en like dyp bunn som din. Men faktum er at de av oss som er i bedring har kommet til å tro at en høyere makt, av vår egen oppfatning, kan gi oss vår fornuft tilbake. Det er en løsning som kan fri oss fra avhengigheten. Det er mulig å leve et liv fylt med tro, håp og mot – én dag av gangen.