

## **Trop jeune pour se rétablir?**

Lorsque nous sommes arrivés chez Cocaïnomanes anonymes, nous avons regardé autour de la salle et nous nous sommes demandé si nous étions trop jeunes pour devenir abstinents. Beaucoup d'entre nous étaient trop jeunes pour avoir un permis de conduire, voter, aller dans les bars, ou même avoir un emploi . Certes, nous étions trop jeunes pour être accros! Notre déni nous disait que consommer et boire n'était peut-être qu'une phase.

Peu après notre arrivée chez Cocaïnomanes anonymes, nous avons réalisé que même si nous n'avions pas consommé aussi longtemps qu'eux, nous pouvions nous identifier aux expériences des autres membres. Nous aussi, nous avions perdu nos relations avec nos familles et amis, cessé de faire des choses que nous aimions, cessé d'aller à l'école ou au travail, et nous haïssions qui nous étions devenus. Nous partagions la honte et l'embarras de notre consommation. Nous avons réalisé, comme d'autres membres, que nous avions abandonné nos mœurs et valeurs pour un autre «hit», un «fix», une pilule, ou un verre.

De temps en temps, nous nous sommes retrouvés dans des réunions CA, à la recherche d'une solution, ne nous sentant pas les bienvenus. Lorsque cela se produisait, il était important de nous rappeler la Troisième Tradition CA : « La seule condition pour être membre des CA est le désir d'arrêter l'usage de la cocaïne et de toutes les autres substances qui altèrent le comportement ». Notre âge n'avait pas vraiment d'importance; tout ce qui importait, c'était ce que nous voulions faire à propos de notre consommation. Nous avons trouvé que quoi qu'il arrive, il était nécessaire que nous aussi, nous nous présentions et assistions à des réunions CA. Chacun d'entre nous avions besoin de trouver un parrain qui pourrait nous aider à progresser dans les 12 Étapes afin d'appliquer les Étapes et les principes dans notre vie.

Beaucoup d'entre nous étaient encore à l'école ou avaient déjà abandonné lorsque nous sommes arrivés à CA. Notre expérience a démontré qu'il était préférable de changer les gens que nous fréquentions. Parfois, il était difficile de voir nos vieux amis en classe, se demandant ce que nous pourrions avoir manqué. Pour cette raison, nous avons réalisé combien il était important pour nous d'utiliser les outils du rétablissement pour développer de nouvelles amitiés et d'apprendre à avoir du plaisir à nouveau. Nous avons appris comment nous amuser tout en étant abstinents, en prenant un café, en allant à des danses sobres, au cinéma, au bowling, et en assistant à d'autres événements CA.

Après avoir assisté à des réunions et travaillé avec un parrain sur les 12 Étapes de CA, nous avons découvert qu'il était vital de transmettre notre message au toxicomane qui souffre encore, peu importe son âge. Nous sommes entrés dans CA avec beaucoup de questions, mais nous avons constaté que personne n'est trop jeune pour se rétablir dans Cocaïnomanes anonymes.