

.Wir können genesen

Willkommen bei Cocaine Anonymous. Wir sind alle aus demselben Grund hier - unserer Unfähigkeit, mit Kokain und allen anderen bewusstseinsverändernden Substanzen aufzuhören. Der erste Schritt zur Lösung jedes Problems ist einzusehen, dass es ein Problem ist.

So wie wir es sehen, besteht das Problem aus einer geistigen Besessenheit und einer körperlichen Allergie. Besessenheit heißt, dass wir nicht anders können, als fortlaufend an Kokain und das nächste High zu denken. Die Allergie erzeugt eine absolute Unfähigkeit aufzuhören, wenn wir erst einmal angefangen haben.

Wir wollen Dir versichern, dass es eine Lösung gibt und dass Genesung möglich ist. Sie beginnt mit Abstinenz und geht weiter mit dem Anwenden der Zwölf Genesungsschritte, immer nur für heute. Das Programm der Zwölf Schritte von Cocaine Anonymous ist das Mittel, mit dem wir weg vom Problem, der Drogensucht, und hin zur Lösung, der Genesung, gelangen.

1. Wir gaben zu, dass wir Kokain und allen anderen bewusstseinsverändernden Substanzen gegenüber machtlos waren - dass unsere Leben nicht mehr zu meistern waren.
2. Begannen zu glauben, dass eine Macht, größer als wir selbst, unsere geistige Gesundheit wiederherstellen konnte.
3. Fassten den Entschluss, unseren Willen und unser Leben der Sorge Gottes, *wie wir Ihn verstanden*, anzuvertrauen.
4. Machten eine gründliche und furchtlose moralische Inventur von uns selbst.
5. Gaben Gott, uns selbst und einem anderen Menschen gegenüber die genaue Art unserer Verfehlungen zu.
6. Waren völlig bereit, all diese Charakterfehler von Gott beseitigen zu lassen.
7. Baten ihn demütig, unsere Mängel von uns zu nehmen.
8. Machten eine Liste aller Personen, denen wir Schaden zugefügt hatten, und wurden willig, ihn bei allen wiedergutzumachen.
9. Leisteten direkte Wiedergutmachung bei diesen Menschen, wann immer es möglich war, es sei denn, wir hätten dadurch sie oder andere verletzt.
10. Setzten die persönliche Inventur fort, und wenn wir Unrecht hatten, gaben wir es sofort zu.
11. Suchten durch Gebet und Meditation unsere bewusste Verbindung zu Gott, *wie wir Ihn verstanden*, zu vertiefen, baten nur um die Erkenntnis seines Willens für uns und die Kraft diesen auszuführen.
12. Nachdem wir das Ergebnis dieser Schritte, ein spirituelles Erwachen, erlebt hatten, versuchten wir diese Botschaft an Suchtkranke weiterzugeben und diese Prinzipien in allen unseren Angelegenheiten anzuwenden.

Cocaine Anonymous ist ein spirituelles Programm, kein religiöses. In C.A. sind wir der Auffassung, dass jeder einzelne sich seine Höhere Macht selbst aussuchen kann. Kurz, einen Gott nach seinem oder ihren eigenen Verständnis.

Niemand kommt zu Cocaine Anonymous, um Gott zu finden. Wir kamen in diese Gemeinschaft, um eine grauenhafte Drogensucht loszuwerden. Sieh dich in diesem Raum um: Du bist umgeben von Menschen, die hierher als letztem Ausweg kamen. Wir kamen in diese Räume mit einer emotionalen, finanziellen und spirituellen Bankrotterklärung. Wir haben alle möglichen Tragödien als Folge von Kokain, Drogen und/oder Alkohol erlebt. Wir haben viel von dem gleichen Horror erlebt, den du kennst – und doch sind wir heute frei von dem Elend, den Schrecken und den Schmerzen der Sucht.

Vielleicht waren manche von uns schlimmer dran als Du; vielleicht hatten einige einen nicht so tiefen Tiefpunkt wie du. Was bleibt, ist die Tatsache, dass die Genesenden unter uns zu der Überzeugung gelangt sind, dass eine Höhere Macht nach unserem eigenen Verständnis unsere geistige Gesundheit wiederherstellen kann.

Es *gibt* eine Lösung; wir *können* von der Sucht genesen. Von einem Tag zum anderen ist es möglich, ein Leben zu leben voller Hoffnung, Vertrauen und Mut – *Hope, Faith and Courage*.



„Wir sind hier und wir sind frei“
C.A. Konferenz-genehmigte Literatur
Cocaine Anonymous World Services, Inc.
Copyright © 2001-2009.

[Fußnote:]

·Die Zwölf Schritte der Anonymen Alkoholiker werden mit Genehmigung des A.A. Weltdienstbüros abgedruckt. Die Erlaubnis, die Zwölf Schritte zu drucken und zu adaptieren sagt nicht, dass hier eine Verbindung besteht. A.A. ist ein Programm zur Genesung vom Alkoholismus. Nichts anderes wird behauptet oder angedeutet, wenn die Zwölf Schritte in Zusammenhang mit Programmen und Aktivitäten verwendet werden, welche andere Probleme behandeln.

Die Zwölf Schritte von A.A. im Original: 1. We admitted we were powerless over alcohol—that our lives had become unmanageable. 2. Came to believe that a Power greater than ourselves could restore us to sanity. 3. Made a decision to turn our will and our lives over to the care of God as we understood Him. 4. Made a searching and fearless moral inventory of ourselves. 5. Admitted to God, to ourselves and to another human being the exact nature of our wrongs. 6. Were entirely willing to have God remove all these defects of character. 7. Humbly asked Him to remove our shortcomings. 8. Made a list of all persons we had harmed, and became willing to make amends to them all. 9. Made direct amends to such people wherever possible except when to do so would injure them or others. 10. Continued to take personal inventory and when we were wrong promptly admitted it. 11. Sought through prayer and meditation to improve our conscious contact with God as we understood Him, praying only for knowledge of His will for us and the power to carry that out. 12. Having had a spiritual awakening as the result of these steps, we tried to carry this message to alcoholics and to practice these principles in all our affairs.