

RenAIssance

Journal NA rive-sud

Volume 2008, numéro 1. Edition de juin 2008

La mission du journal: « Mon Dieu, accorde nous la sagesse d'écrire selon Tes principes divins. Aide nous à comprendre Tes objectifs et à faire Ta volonté. Donne nous le détachement nécessaire pour que cette oeuvre soit vraiment la Tienne et non la nôtre - afin qu'aucun dépendant, en aucun endroit n'ait à mourir des horreurs de la dépendance » - Texte de base, p. XVI

Afin d'alléger le texte, la forme masculine est employée. Elle inclut toutefois le genre féminin.



Vous aimeriez recevoir le journal en PDF par courriel? Visitez le www.cslrsna.org à la section « Correspondance ».

Est-ce que vous avez quelque chose à dire, à partager ou à annoncer dans le journal? Que vous soyez un sous-comité, un groupe ou encore un membre... Que vous désiriez publier un témoignage, un anniversaire de groupe ou toute autre nouvelle... Visitez le www.cslrsna.org et consultez l'onglet « Journal ». Il est possible de nous laisser vos textes directement à cet endroit.



Vous aimeriez consulter le NA Way Magazine dans le confort de votre foyer au lieu du coin de la table de votre salle de réunion? Vous aimeriez le recevoir gratuitement à la maison en papier ou encore par courriel? Vous aimeriez consulter les versions antérieures du NA Way Magazine? Vous aimeriez y écrire quelque chose? Visitez le www.cslrsna.org pour plus de détails!



Appel à l'aide
de Narcotiques Anonymes

Montréal	514-249-0555	1800-879-0333
Québec	418-624-2598	1800-463-0162

Prochaines réunions de service sur la rive-sud

- CSL : Le 3 août à 10h00 au 700 Préfontaine, Longueuil
- Réunion des publications : Le 3 août à 9h00 au 150 Grant, Longueuil
- CE du CSL : Les 17 juin et 15 juillet à 19h30 au 700 Préfontaine, Longueuil
- Sous-comité du journal : Le 20 juin à 18h30 au 1011 rue Montcalm, St-Joseph-De-Sorel (entrée à l'arrière, rue St-Pierre)

Un récit dont je suis le héros

Voici le récit d'une partie de ma vie : cette petite tranche que Narcotiques Anonymes appelle le « bas-fond ». Il s'agit de mon histoire, de mes derniers milles, avant de connaître NA. Voici le récit de la malchance que mon médecin et moi n'avons pas eu de connaître NA.

Ça fait maintenant trois ans que je suis prisonnier à l'intérieur de ma tête et cinq ans que les choses vont vraiment mal. Comment tout cela a-t-il pu se produire ainsi? Moi qui a le contrôle sur tout mon environnement.

Je décide de consulter mon médecin de famille (pas un inconnu à l'urgence), celui qui me traite depuis des années et qui me connaît bien. Ce jour-là, je lui crie ma détresse et ma peine. Je décide d'être honnête. Je lui dis que je consomme de la drogue. Je lui fais même part de la quantité et des variétés que je consomme. Il me demande à propos de l'alcool. Je réponds tout aussi honnêtement. Sa question suivante, et pour ainsi dire la dernière, fut à propos de mes allergies connues.

La suite est un vrai cauchemar, digne des meilleurs romans à succès. Le médecin me prescrit une première pi-

lule pour traiter une condition qu'il a diagnostiquée dans ma peine et ma détresse. Elle est supposée me permettre d'équilibrer mes émotions. Et j'ai religieusement respecté les consignes. Je voulais tellement retrouver ma vie antérieure. Mais cela n'a pas fonctionné. J'étais trop grand, gros et massif pour que la petite dose fonctionne. Mon médecin a donc augmenté ma dose quotidienne. Résultats? Des effets secondaires ont commencé à se faire sentir... Je faisais de la rétention d'eau... J'ai donc reçu un diurétique... Celui-ci m'emmena à faire de l'insomnie... C'est alors que j'ai obtenu une autre pilule, celle-ci pour dormir... Mais le mélange drogue-alcool-pilule empêcha les médicaments de faire leurs effets. Le médecin a donc augmenté ma dose encore une fois et changé ma pilule pour dormir...

ENFIN! ÇA MARCHE! Mais je dors maintenant des jours entiers. Puisque je suis la plupart du temps endormi et pratiquement inconscient, je n'arrive plus à prendre mes médicaments. Mon médecin me prescrit donc des pilules pour me réveiller le matin. Elles causent des brûlures d'estomac... Et la spirale infernale commence.

À ce tournant de ma vie, j'ai peur. Mais alors vraiment peur! Cette peur viscérale qui rend sourd, aveugle et muet. Cette même peur qui crée l'isolement et la réclusion. J'ai peur de sortir de chez-moi sans apporter mes pilules. J'ai peur d'en manquer. J'ai peur de manquer d'argent pour me les procurer. J'ai peur d'avoir peur au cas où j'aurais peur. Juste au cas...

Au bout de trois ans, je me rends compte que mes pilules et leur contenu ont plus que triplé. Le pharmacien me donne des boîtes avec des compartiments qu'il remplit lui-même pour éviter que je ne commette une erreur en les prenant tellement il a de tailles et de couleurs qui, maintenant, se ressemblent. Après mon médecin, mon pharmacien était devenu mon meilleur ami. Durant cette période, je ne garde pas les yeux ouverts assez longtemps dans une journée pour boire une bière en entier. Je ne sors plus de chez moi et mon « pusher » ne fait pas la livraison. Je suis devenu totalement accro à la pharmacie. L'alcool et la drogue sont, à ce stade de ma vie, des choses auxquelles je ne pense même plus.

L'enfer a réellement commencé quand j'ai réalisé que je ne pouvais plus rien manger. Je ne digérais plus rien. Comme si ce n'était pas assez, je n'avais pas eu d'érection depuis plus de 18 mois. Même en jouant avec. Même en consommant de la pornographie. Plus rien. Ma vie se limitait à trois choses: manger des pilules, dormir et avoir peur. C'est à cet instant que j'ai compris que ce n'était pas cela la vie. Que l'on avait inventé les couleurs de l'arc-en-ciel pour égayer les décors et que les ténèbres n'étaient pas ainsi colorés.

J'avais décidé de faire quelque chose. Après des demandes répétées à mon médecin, après avoir posé des ultimatums et après lui avoir exigé de m'aider à me retirer mes médicaments successivement, je me vois dans l'obligation de consulter un autre médecin. Celui-ci est tellement étonné de tout ce que je prends et de me voir debout devant lui qu'il refuse de prendre mon dossier. Et un autre. Et encore un autre. Trois médecins jugent que je suis déjà suffisamment avancé dans la « spirale » des prescriptions pour justifier leur refus de me traiter. Ils ne veulent tout simplement pas se rendre responsables des conséquences médico-légales possibles de mon cas.

Mon déclencheur a été une crise d'angoisse d'une force inouïe. J'ai failli mourir étouffé par ma propre langue. Devant l'impuissance de tous ceux qui étaient présents sur place, mes voies respiratoires se sont obstruées. J'étais conscient et lucide à ce moment. J'étais en train de mourir devant les yeux horrifiés de mes amis. Et je le « vivais » pleinement. C'est comme une noyade à l'air libre. C'est comme chuter et ne pas pouvoir s'accrocher à rien. À cet instant précis, je crois que ma vie avait un tel dégoût pour moi qu'elle voulait me quitter. J'étais seul au monde. Je ne pouvais même plus demander de l'aide. Il était trop tard.

Il y a quelqu'un qui a décidé de m'emmener à l'hôpital. Excès de vitesse. Conduite dangereuse. Je suis toujours conscient de la gravité de mon état et le conducteur aussi. Je les vis ces instants. Je dois me rendre à l'évidence que je n'aurai pas le temps d'arriver à l'hôpital et que je vais mourir dans cette camionnette. Je me dis qu'il n'y a rien de pire que de mourir sans goût, sans vie, sans émotion, dans le rejet de toutes les personnes à qui j'ai demandé de l'aide. Tout ce qu'il me reste, c'est cet ami conducteur et ma peur.

Espoir... Il me restait peut-être une chance! Ayant des connaissances médicales de base, je me concentre à trouver un objet tranchant pour me faire une trachéotomie. Je voulais m'ouvrir la gorge afin de pouvoir enfoncer mon doigt dans ma trachée pour respirer. Les choses ne se sont pas produites ainsi... Ensuite, j'ai dû vivre le rejet du personnel soignant de l'urgence qui ne croyait pas un mot de ce qui m'arrivait. Selon eux, j'étais un menteur et un profiteur. Après avoir reçu des doses massives de divers calmants et relaxants musculaires, j'ai été placé dans la salle d'attente avec les autres. J'ai vécu l'humiliation publique de ne pas pouvoir retenir mes déchets biologiques. J'étais encore totalement lucide, mais incapable de parler à cause des calmants. J'ai 30 ans et je me pisse dessus. Non mais... Tout ce qui me manquait était de déféquer devant tout ce monde. J'ai été laissé là tellement longtemps, « en observation », que c'est finalement arrivé! Après la peur, la honte. La totale.

Puisque j'écris ces lignes, vous savez que j'ai survécu à cet événement catastrophique. J'ai téléphoné à mon médecin pour lui en faire part et pour qu'il me suive pour me retirer toutes ces cochonneries que je prenais. Encore une fois, un refus. J'ai tout balancé dans les toilettes. Il fallait que je me débarrasse de tout cela ou que je crève. Je ne voyais plus d'alternatives. Je ne traverserais pas encore une fois la moitié du trajet entre la vie et la mort. Il fallait que cela cesse!

J'ai vécu dix semaines d'enfer. J'ai vomis, roté, pétié, pleuré, transpiré, grelotté, crié, ainsi que passé à travers toutes les douleurs du monde pour en émerger sevré. Ironiquement, la seule personne à s'être inquiétée de mon état et à m'avoir appelé fut mon pharmacien. Même mon médecin de famille ne s'est pas dérangé pour demander à sa secrétaire de s'enquérir sur le fait que je n'assistais plus à aucun rendez-vous.

C'est à ce moment que je suis revenu à la vie et que j'ai pu reprendre mes activités normales : travail, amis, drogues et alcool. Je ne connaissais rien d'autre.

Très vite, j'allais avoir besoin de connaître Narcotiques Anonymes et non pas parce que je consommais. Je n'avais, selon moi, aucun problème de consommation! C'était plutôt parce que la peur de mourir de cette crise d'angoisse qui a duré quelques minutes s'était transformée en désir de mourir... Un désir constant, présent à tous les jours.

Après ma rencontre initiale avec NA; après avoir entendu d'autres membres; après avoir reconnu par moi-même que je suis un miracle d'avoir survécu aux épreuves qui sont miennes; après avoir repris le goût à la vie; après avoir cessé de consommer toutes drogues, alcools et médicaments; je peux te dire, à toi qui souffre, que ce n'est pas une bonne idée d'abandonner toutes tes prescriptions par toi-même. C'est dangereux. À vrai dire, c'est carrément suicidaire!

Parle-en autour de toi dans les salles de réunions. Tu seras surpris de voir combien de gens sont capables de comprendre ce que tu vis. Tu dois absolument demander de

l'aide et refuser de t'avouer vaincu. Trouve-toi un membre solide qui a du temps et qui connaît la pharmacodépendance et fais tes démarches avec son aide.

À ce stade-ci de ta vie, deux choses sont importantes pour toi: n'abandonne pas tes démarches et continue d'assister aux réunions de NA!

Un dépendant anonyme

Agnosticisme / agnostique

Étymologie : du grec agnôstos (ignorant), gnosis étant la connaissance.

Le terme agnosticisme a été créé en 1869 par Thomas Huxley, naturaliste anglais (1825-1895) qui s'est inspiré des idées de David Hume et d'Emmanuel Kant. L'agnosticisme est une philosophie qui déclare l'absolu, le divin, la métaphysique, et plus généralement ce qui ne peut être appréhendé par l'expérience, inaccessible à l'esprit humain et à la perception. En conséquence, l'existence de Dieu ne peut être prouvée. L'agnosticisme professe une complète ignorance touchant la nature intime, l'origine et la destinée des choses. C'est une forme de scepticisme appliquée à la métaphysique et à la théologie.

Déjà présent dans la Grèce Antique, l'agnosticisme s'est beaucoup développé aux XVIIIe et XIXe siècles en raison des progrès de la science qui ont fourni des résultats expérimentaux contredisant les dogmes religieux et les textes "sacrés" comme la Bible.

Dieu étant inconnaissable, l'agnostique ne peut se prononcer sur son existence et considère donc qu'il est inutile de lui rendre un culte ou de se soumettre à une morale révélée qu'il aurait dictée aux hommes.

Le bouddhisme et le jaïnisme sont des religions agnostiques.

(Source: atheisme.free.fr/Themes/Agnosticisme.htm)

Comment rejoindre l'appel à l'aide de NA?

En composant les numéros suivants:

Montréal	(514) 249-0555
Extérieur de Montréal (sans frais)	1 (800) 879-0333
Ottawa	(613) 236-4674
Trois-Rivières	(819) 696-0035
Shawinigan	(819) 371-0944
Québec	(418) 624-2598
L'est du Québec	(800) 463-0162
Saguenay/ Lac Saint-Jean	(418) 290-6271



Festival MONDIAL du blé d'inde

Organisé par le CSLRSNA

Le 2 août 2008
Ouverture à midi



Sur place, il y aura
Blé d'inde
Hot Dogs
Pédalos
Feu de camp
et aussi piscine
(avec maître nageur)

Tarif: 12 \$ adultes, gratuit pour les enfants de moins de 12 ans.



Appel à l'aide de Narcotiques Anonymes

Montréal	514-249-0555	1800-879-0333
Québec	418-624-2598	1800-463-0162

C'est toujours aussi bon!

Depuis 20 ans, j'entends des phrases comme « besoin d'implication », « poste vacant », « implique-toi », « c'est important de s'impliquer ».

Mais j'entends aussi des commentaires comme « c'est pas facile l'implication », « on se chicane tout le temps », « il faut être fort pour s'impliquer », « moi, je ne comprends rien à l'implication », « je m'impliquais avant; aujourd'hui, j'ai d'autres choses à faire ».

Bon! Je comprends, j'entends et je respecte. (L'attrait plutôt que la réclame, c'est bon dans le service aussi!).

Toutefois, quand je réfléchis à l'implication, je ressens de l'amour à servir dans la fraternité, de la joie à voir des membres qui sont devenus des amis (à servir avec eux), du plaisir à bien faire les choses en m'appliquant de mon mieux ainsi que de la gratitude à apprendre des choses qui me servent encore à l'extérieur de NA (l'unité, le respect, l'écoute, le partage). Mais je ressens surtout un sentiment d'appartenance à faire partie de la solution plutôt que du problème.

C'est pour ces raisons-là que, même après 20 ans, j'ai encore du plaisir à m'impliquer! Ça tombe bien, le CSL a besoin de gens qui veulent s'impliquer... Implique-toi!!!

Daniel, Coordo. du CSL

Le sous-comité du journal vous parle!

Le journal est à la recherche de chroniqueurs qui désirent écrire un article à chaque parution. Nous recherchons des auteurs qui pourraient nous parler des principes de service, des traditions, de la région, du mondial, etc. Nous sommes donc à la recherche de membres qui ont « 2 ou 3 printemps de plus » afin de nous partager leur expérience au sein de NA.

Dans un second ordre d'idée, nous sommes aussi à la recherche de chroniqueurs qui désireraient nous parler de différents dossiers de NA : Des textes à suivre... Suite le mois prochain... Il est important de savoir qu'il n'est pas obligatoire de se présenter aux réunions mensuelles afin de devenir chroniqueurs dans le journal. Il suffit d'avoir le désir sincère de servir et de demeurer en communication régulière avec le sous-comité que ce soit par courriel ou par téléphone.

Espérant vous lire bientôt! (Visitez le www.csllrsna.org pour les détails.)