



---

# L'arc-en-ciel

## Le journal N.A. rive-sud

Volume 1, numéro 3 mai 2002

---

### Puis-je remettre ce que j'ai reçu ?

Bonjour tout le monde et surtout les dépendants. Je dois vous avouer que la dernière occasion où j'ai écrit sur mon vécu remonte à près de 14 ans. À ce moment-là, je me trouvais en désintox et ce fut le début d'une grande et dure aventure. J'ai connu Narcotiques Anonymes pendant cette désintox. Donc j'avais tous les outils pour faire quelque chose de ma vie. Mais j'en ai fait autrement ! Et oui, je suis retourné ! J'ai été abstinent entre trois mois et un an, je ne rappelle pas le temps exact.

Je me compte très chanceux d'être parmi vous suite à une rechute de 7 années et un peu plus. Je n'ai pas compris du premier coup que les substances étaient un danger réel pour moi, et même des problèmes de santé physiques et psychologiques graves qui auraient pu me coûter la vie n'ont eu aucune influence sur mon retour à la consommation. Une chose est sûre, je n'ai plus consommé de la même façon puisque je savais où je me dirigeais et qu'un jour ou l'autre, j'aurais un choix à faire.

Ce jour arriva lorsque ma fille de 17 ans voulut appeler une ambulance puisque j'avais, à ce qui paraît, une mine affreusement amochée (décalissée). Je lui ai demandé d'appeler mon patron et de me laisser dormir puis réfléchir avec le peu de lucidité qui me restait. La fille de 17 ans qui accueille son père complètement démoli au matin de ses folies de consommation, est-ce une situation normale ?

Ce fut la dernière nuit de consommation et là, j'avais la meilleure raison d'arrêter, j'étais écœuré de vivre cette vie. Cette raison est la mienne !

Ce qui est important pour moi ? Les trois principes spirituels que sont l'honnêteté, l'ouverture d'esprit et la bonne volonté. La bonne volonté s'est manifesté la première car l'honnêteté et l'ouverture d'esprit n'arrivent pas du jour au lendemain, elles se sont manifesté un jour à la fois (aujourd'hui un peu plus qu'hier). J'ai avancé tout doucement. J'ai eu un parrain qui m'a étiqueté. Ce fut le dernier. Maintenant, j'ai des confidents et c'est correct pour moi.

Je ne vous ai pas dit que je suis rebelle au programme. Je n'ouvre pas mon texte de base, mais juste de le regarder et ça marche, je ne pratique pas les étapes à la lettre mais elles sont toutes présentes à un moment ou un autres de mes journées.

J'ai eu à passer des épreuves comme la mort de ma fille dans ma première année d'abstinence. Je n'ai pas eu le goût de consommer, je n'y comprends rien, mais j'avais la raison pour y retourner! Mais je crois maintenant qu'il y a quelque chose de plus fort que moi qui m'a soutenu et guidé à travers quelques années de questionnements et bien d'autres épreuves moins importantes, mais qui auraient pu mener à la consommation aussi.

Pendant ces cinq ans, six mois et des poussières d'abstinence, il y a des personnes et des membres qui m'ont fait don de quelques jours de rétablissement. Car des personnes à l'extérieur de Narcotiques Anonymes m'ont aidé. Il y a des membres à qui je dois beaucoup aussi et il y a le programme. Ce programme qui est fait pour m'apprendre à vivre en société. Car la vie en société n'est pas toujours facile pour un dépendant.

Il y a l'implication, probablement la partie la plus enrichissante. Elle m'a permis de rencontrer plein de membres. Mais surtout de voir mes forces et mes faiblesses. C'est dans l'implication que j'ai grandi le plus, en exploitant mes forces et en travaillant sur mes défauts et mes faiblesses. Je m'implique depuis mes tous débuts. Lors de ma première implication, j'avais trois ou quatre mois d'abstinence et depuis je n'ai pas arrêté ... Régionale, Locale et dans les groupes. J'essaie de redonner ce que j'ai reçu mais peine perdue ! J'ai un retour toujours plus grand !

Je suis sûr aujourd'hui qu'il est peine perdue de vouloir remettre tout ce que je reçois du programme et des gens. Je suis heureux comme je ne l'ai jamais été et je peux maintenant penser à des choses que je ne pouvais envisager, il n'y a pas si longtemps. Je suis gâté par la vie ! Je veux remercier tous ceux qui ont mis un peu de temps dans mon rétablissement et qui ont cru en moi.

Pour le nouveau implique toi et persévère, tu récolteras un jour. C'est un message d'espoir et ça marche même pour un rebelle à ce même programme. Le programme fait son chemin un jour à la fois.

RICHARD DÉPENDANT (Be a better man , être un homme meilleur)

