

JANVIER 2003
 VOLUME VINGT
 NUMÉRO UN

« La maladie ou une blessure sont causes de stress, et le stress peut augmenter nos risques de rechute. La plupart du temps, nous avons encore plus besoin du programme de NA lorsque nous sommes confrontés à la maladie. Nous pouvons nous préparer à ces périodes de stress en faisant chaque jour de notre mieux pour renforcer les bases de notre rétablissement. Les efforts que nous entreprenons aujourd'hui nous seront des plus profitables lorsque nous en aurons besoin. »

Quand la maladie frappe, page 1

Devant notre humanité

Maladie & rétablissement

Un des sujets les plus controversés de la fraternité de NA est la façon dont nous, en tant que dépendants en rétablissement, réagissons à la maladie ou à un accident et nous posons la question du traitement qui s'avère nécessaire. « Narcotiques Anonymes n'a pas d'opinion sur les sujets extérieurs », selon nos traditions, et la question des médicaments ou d'autres formes de traitement pour toutes les sortes de maladies ou d'accidents qui peuvent survenir sont totalement en dehors du champ d'expertise de NA.

Notre expérience personnelle est précisément ce qu'elle est — notre expérience personnelle. Nous souhaitons rappeler à nos lecteurs que les histoires rapportées ici sont celles de certains de nos membres et ne reflètent, en aucun cas, l'opinion de Narcotiques Anonymes.

Lorsque nous sommes devenus abstinentes et avons rejoint le programme de NA, nous n'avons pas été automatiquement exemptés des difficultés de tout un chacun. Nous ne pouvons pas échapper au fait que nous sommes des êtres vulnérables ainsi que des dépendants en rétablissements, sujets aux réalités naturelles. Nous sommes responsables de notre rétablissement, tout simplement.

Le chapitre dix de notre Texte de base nous rappelle que, quand la maladie frappe, nous devons rester en contact étroit avec les bases du programme de NA : prier notre Puissance supérieure, méditer, parler avec notre parrain ou d'autres membres de NA qui nous soutiennent, aller en réunion autant que possible et pratiquer les principes des étapes du mieux que nous le pouvons.

Ce numéro de *The NA Way* présente une variété d'expériences personnelles, de plusieurs de nos membres, partout dans le monde. Quelles que soient vos convictions personnelles, nous espérons que les partages chaleureux et honnêtes que nous avons publiés seront pour vous une source de réflexion, ainsi qu'un moment de lecture agréable. ❖

Devant notre humanité	1
Éditorial	2
En des moments pareils...	3
Aide-moi dans mon rétablissement	5
Faire face à la maladie	6
Chirurgie et obsession	6
Dans l'adversité	7
En face de la peur	8
Troubles mentaux et rétablissement	8
Une maladie toute nouvelle	9
Foi et acceptation	10
Je vais toujours bien	10
Programme de la	
Journée mondiale de l'Unité	11
Programme des conférenciers	
de CMNA-30	12
Mon rétablissement,	
ma responsabilité	13
But primordial	14
Tenir bon	15
L'abstinence, c'est...	16
Une image vaut mille mots	16
Qui suis-je pour juger ?	17
Slim de H&P	18
Courrier des lecteurs	18
La collection historique de	
'flyers' de WCNA-30	20
Calendrier	21
Mise à jour des produits du BSM	24
Groupe d'appartenance	24

DANS CE NUMÉRO

LA
REVUE INTERNATIONALE
DE
NARCOTIQUES ANONYMES

RÉDACTRICE

Nancy Schenck

RÉVISION ET CORRECTION

David Fulk
Lee Manchester

TYPOGRAPHIE ET CONCEPTION

David Mizrahi

COORDONNATRICE DE LA PRODUCTION

Fatia Birault

CONSEIL CONSULTATIF DE RÉDACTION

Susan C, Dana H, Marc S, Sheryl L

World Service Office

PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
Téléphone : (818) 773-9999
Télécopieur : (818) 700-0700
Site Web : www.na.org

The NA Way Magazine accueille la participation de ses lecteurs. Vous êtes invités à échanger avec la fraternité de NA par l'entremise de notre revue trimestrielle internationale. Faites-nous parvenir votre expérience de rétablissement, vos vues sur toute matière concernant NA, vos articles. Tous les manuscrits soumis deviennent la propriété des Services mondiaux de Narcotiques Anonymes, inc. Abonnements, services de rédaction et d'affaires : PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409-9099.

The NA Way Magazine présente les expériences et opinions de membres individuels de Narcotiques Anonymes. Les opinions qui y sont exprimées ne sont pas celles de Narcotiques Anonymes dans son ensemble et le fait qu'un texte soit publié ne sous-entend pas que Narcotiques Anonymes, la revue *The NA Way Magazine* ou les Services mondiaux de Narcotiques Anonymes cautionnent son contenu.

The NA Way Magazine : ISSN 1046-5421. *The NA Way* et *Narcotiques Anonymes* sont des marques déposées de Narcotics Anonymous World Services, Inc. *The NA Way Magazine* est une revue trimestrielle publiée par Narcotics Anonymous World Services, Inc., 19737 Nordhoff Place, Chatsworth, CA 91311. Le coût d'envoi de la revue correspond au coût d'expédition depuis Chatsworth ; il dépend des tarifs locaux, nationaux ou internationaux. **Service responsable des envois** : s'il vous plaît, veuillez nous faire parvenir tout changement d'adresse d'expédition à *The NA Way Magazine*, PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409-9099.

Éditorial

Je tiens à remercier tous les membres qui nous ont soumis un article pour ce numéro sur le thème « Faire face à la maladie dans le rétablissement ». J'ai reçu un très grand nombre d'articles et choisir ceux qui seraient publiés m'a été particulièrement difficile. Cela fait deux ans que j'occupe le service de rédactrice de votre magazine, et je n'avais encore jamais vu autant de réponses à un sujet.

Durant mon travail sur ce numéro, j'ai souvent été émue. J'aurais souhaité que tous les articles soumis aient été publiés, et j'aurais souhaité pouvoir rencontrer chacun de leurs auteurs. La force et le courage que chacun de vous a partagés, en faisant preuve de tant d'honnêteté à l'état brut, m'ont remplies de gratitude et de respect. Vos histoires ont renforcé chez moi, une fois encore, la puissance de ce programme d'amour.

Un des buts que *The NA Way* cherche à atteindre dans chacun de ses numéros, est de présenter toute la gamme d'expériences de nos membres. Bien qu'il puisse sembler que seules les expériences concernant l'utilisation de médicaments aient été publiées, je tiens à vous préciser que nous n'avons reçu aucun article de membres qui n'avaient pas pris de médicaments face à la douleur, lors d'une opération ou au cours d'une maladie.

S'il vous plaît, continuez à nous envoyer vos réflexions et suggestions. *The NA Way* est un travail d'équipe, et nous ne pourrions le mener à bien sans votre enthousiasme et votre soutien. Le thème du numéro d'avril sera « Notre septième tradition », alors tous à vos stylos, machines à écrire ou ordinateurs, et dites-nous ce que vous en pensez ou bien ce qu'il vous évoque.

Nancy S, Rédactrice

Les lettres de tous les lecteurs du *NA Way Magazine* sont les bienvenues. Elles peuvent exprimer des commentaires sur n'importe quel article paru dans le *NA Way* ou simplement un point de vue sur un sujet d'inquiétude dans la fraternité de NA. Elles ne devraient pas excéder 250 mots et nous nous réservons le droit de les réviser. Toutes les lettres doivent être signées et inclure une adresse et un numéro de téléphone valides. Les prénoms suivis de l'initiale du nom seront utilisés comme signature à moins que l'auteur ne demande l'anonymat.

The NA Way Magazine, publié en anglais, français, allemand, portugais et espagnol est la revue des membres de Narcotiques Anonymes. Elle a pour mission de leur fournir des informations sur le rétablissement et les services, ciblant les questions et événements qui sont d'actualité pour les membres du monde entier, ainsi qu'un calendrier des principaux événements de NA. De concert avec cette mission, l'équipe de rédaction se consacre à la production d'une revue qui permet aux membres de s'exprimer ouvertement, les tient au courant de ce qui se passe dans les services et les informe des conventions à venir. Avant tout, la revue se veut une célébration de notre message de rétablissement qui s'énonce comme suit : « un dépendant, n'importe quel dépendant, peut arrêter de consommer de la drogue, perdre le désir de consommer et trouver un nouveau mode de vie ».

En des moments pareils...

Un jour, au début de mon rétablissement, *quelque chose* d'important arriva, mais je ne réussissais pas à joindre ma marraine pour qu'elle m'aide à prendre une décision. Nous étions en étroite relation et je ne faisais quasiment rien sans d'abord la consulter. Ce n'était pas parce que je ne parvenais pas à prendre de décision par moi-même — j'avais pris des décisions tout au long de ma vie. Cependant, les décisions que j'avais prises jusqu'alors ne s'étaient jamais révélées être de particulièrement bonnes décisions.

Quand je parlais enfin avec ma marraine et lui expliquais ce qui s'était passé, elle me dit que je me trouvais dans un de ces moments qui témoignaient de ce que j'étais prête à considérer la situation et à prendre une décision sur la base de ma foi dans ma Puissance supérieure et mon rétablissement. Elle me dit qu'il viendrait un temps où ma Puissance supérieure et moi-même — et personne d'autre — prendront les décisions.

Cela faisait partie des raisons pour lesquelles elle insistait tant sur le travail des étapes et l'importance de développer sa propre conception d'une Puissance supérieure. Elle savait que l'idée de consommer des drogues au lieu de vivre abstinente était un spectre qui traversait l'esprit de quasiment chacun d'entre nous. Nous nous tenons debout par nous-mêmes et la seule chose sur laquelle nous pouvons compter, ce sont nos fondations. Elle voulait être sûre que je pourrais faire face sans hésiter à n'importe quelle situation, et que lorsque cet instant, ce moment ou ce jour viendrait, je ne commencerais pas à tout remettre en question. Elle voulait être sûre que je choisirais le rétablissement au lieu de la rechute.

Puis, un jour, ce moment arriva.

Cela semblait un jour ordinaire, la matinée ordinaire d'un jour ordinaire. J'étais un peu inquiète au sujet de mon mari, qui ne se sentait pas très bien depuis déjà quelques semaines. Deux ans et demie plus tard, je sors des profondeurs les plus noires de la solitude, du désespoir et de l'isolement, comme je ne l'avais encore jamais éprouvé auparavant.

Ce jour, ma vie a basculé, jusqu'alors elle était fondée sur une entraide mutuelle, et maintenant voilà que j'étais en position de donneuse de soin à temps complet. J'accompagnais mon mari aux urgences de l'hôpital, et cinq semaines plus tard il revint à la maison en fauteuil roulant, ne pouvant faire que les choses les plus élémentaires de la vie quotidienne. Il pouvait seulement se brosser les dents, se coiffer et s'habiller.

Ce jour ordinaire, il eut une terrible attaque. Un an plus tard, il dut subir une opération à cœur ouvert pour remplacer une valve endommagée par les conditions qui avaient causé son attaque.

En 2002, il chuta et se cassa la hanche. Il dut subir une opération pour se faire implanter une prothèse de la hanche. Notre foyer confortable, où la vie s'organisait entre le jardinage et la détente, devant une maison de soins.

Toutes les portes intérieures furent enlevées pour la commodité d'un fauteuil roulant ; notre lit dut être abaissé. Des équipements hospitaliers et toutes sortes de matériel médical prirent progressivement leurs quartiers, remplaçant petit à petit nos meubles familiers.

Des rampes furent installées dans l'entrée ainsi que pour accéder d'une pièce à l'autre. Les placards à pharmacie se remplirent de médicaments de toutes sortes. Désormais, au lieu de me renseigner sur les garderies d'enfants ou de faire des plans pour le jardin, je me renseignais sur les pharmacies et les magasins d'équipement médical, faisais des plans en vue d'une réadaptation physique.

Je passais des heures chaque nuit à faire des recherches sur l'ordinateur. Je rassemblais des tonnes d'informations. Je devins experte à me frayer un chemin à travers les sites Internet, et j'appris à comprendre tout un nouveau langage sur les handicaps.

Venant d'un environnement médical, j'avais quelque connaissance des médicaments. Désormais, j'avais acquis une expérience en matière de maladie terminale, troubles mentaux, douleur chronique et opérations chirurgicales.

Ce parcours a été brutal, effrayant et solitaire. Il a drainé sans fin toutes mes ressources personnelles — ma foi, mon espoir, mon humour, mon rétablissement, mes finances et mes émotions.

A la même époque, j'ai aussi souffert la perte de mon plus jeune frère, le cadet de la famille, après une longue bataille contre le SIDA. J'ai perdu ma grand-mère bien aimée, morte de vieillesse, et deux semaines après l'opération cardiaque de mon mari, je dus faire face à l'angoisse de mon père qui devait lui-même subir une opération à cœur ouvert de toute urgence.

Ma famille vit dans un autre état, aussi mes voyages étaient courts, intenses et soigneusement préparés en fonction des soins de mon mari. Je pus voir mon frère avant sa mort, et après la souffrance de longues attentes on me dit qu'il avait finalement rendu son dernier souffle.

Aux funérailles de mon frère, je rendis visite à ma grand-mère qui mourut quelques semaines plus tard. Je ne pus me rendre à ses funérailles, comme je ne pus être aux côtés de mon père quand il subit son opération. J'avais besoin d'avoir foi en mes frères et sœurs. Je devais m'en remettre à leurs jugements et à leurs décisions. J'étais impuissante, mais bien que je ne luttais pas contre cette impuissance, je ne parvenais pas toujours à accepter les choses telles qu'elles étaient.

Tout en traversant ces expériences pénibles et accablantes, je fis aussi l'expérience de dénouements heureux, de l'amour et de l'acceptation de ma famille et de mes amis. Notre famille dans NA ainsi que nos deux familles réciproques nous ont fait cadeau de leur temps, de leur soutien, de leur réconfort, de leur aide financière et de milliers de prières, au-delà de ce que nous aurions pu imaginer.

Non, vraiment je n'ai jamais eu le désir de consommer, mais parfois j'aurais préféré être morte. Non, je ne me suis pas rendue souvent en réunion pour partager. En fait, je suis même rarement allée en réunion. Lorsque j'y allais, je restais assise, amorphe, enfermée dans ma douleur et mon désespoir.

Je n'ai pas lu le *Juste pour aujourd'hui*. Je n'ai travaillé aucune étape. Je parlais avec ma marraine tous les jours, mais je ne me souviens distinctement d'aucune de nos conversations. Je parlais avec beaucoup de gens, mais de ça non plus je ne me souviens guère. Je ne recherchais aucune parole de réconfort. Je ne pouvais pas partager. Les mots me semblaient futiles pour faire comprendre la mort d'un proche ou l'infirmité d'une personne qui peu de temps auparavant pouvait encore faire toutes les tâches de la vie.

Voici ce dont je me souviens : je dormais la lumière allumée ; je m'endormais avec la même musique tous les soirs ; je dormais du côté du lit de mon mari. Je sentais ses vêtements. J'écoutais sa voix sur de vieux messages téléphoniques. Je pleurais tous les jours la perte de l'homme qu'il était. Je pleurais pendant des semaines, en deuil de mon frère et de ma grand-mère. Je n'étais plus très sûre de retrouver un jour la joie de vivre qui m'était coutumière. Je n'avais aucune expérience de ce genre de douleur.

Aller en réunion n'a pas allégé ma souffrance, mais a répondu à mon besoin de seulement *être*. La plupart des membres de NA ont respecté cela — personne n'a essayé de jouer les thérapeutes ou de me faire « parler ». Ils ont respecté mon intimité, ainsi que mon besoin d'être superficielle parce qu'il m'était insupportable de parler de ma réalité.

J'aimerais pouvoir dire que j'ai fait face à toutes ces épreuves avec un grand courage et une force morale pleine de calme, mais ça n'a pas été le cas. Je devins très nerveuse. Une souffrance chronique finit par vous mettre en morceaux et vous rend irritable.

A cette époque, j'étais très tendue et anxieuse ; quoique de façon passagère surtout. Je me détachais de mes amis, de ma famille, de mes collègues. Je devins plus égocentrique que jamais. Je dus me mettre en arrêt de travail, bien que j'avais insisté sur le fait que je pourrais faire face

à mes nombreuses responsabilités au travail et gérer mes douloureuses affaires de famille. La réalité est que cela m'était impossible. J'épuisais tout mon entourage — moi y compris.

Alors que j'étais complètement impuissante et dans l'impossibilité de contrôler ma vie, je commençais à trouver un soulagement dans la simplicité de nos étapes. Je développais une nouvelle appréciation des anciens de ma région et du message d'espoir qu'ils partageaient.

Bien que j'appris beaucoup sur mes défauts de caractères à cette époque, je pris également conscience que certains de ces « défauts » n'avaient pas que des mauvais côtés. Un de mes défauts les plus saillants, le fait d'être têtue, devint ma force. Je n'aurais jamais abandonné tout espoir, et c'est ce que j'ai fait. Il me fallait étudier, poser des questions, ne pas abandonner et tenir bon juste cinq minutes de plus, encore et encore.

C'est ce que j'ai fait.

Faire face à la maladie dans le rétablissement ne semble pas une tâche particulièrement exceptionnelle, tout du moins pas à mes yeux. En fait, on aurait pu dire que j'avais une attitude désinvolte pour la plupart des questions liées à la santé. Mes emplois passés dans le domaine médical m'avaient laissée assez méprisante à l'égard du système de santé.

J'étais certaine que je n'aurais jamais à tomber entre les griffes d'un tel système, parce que j'étais en bonne santé, mon mari de même, et que fondamentalement je niais le fait que, même en bonne santé, nous sommes tous vulnérables et pouvons tomber malades. Croire qu'il est naturel d'être en bonne santé n'est pas une très bonne idée. A nouveau, je dus revenir aux directives que ma marraine m'avait données au début de mon rétablissement.

Elle m'avait demandé de rédiger une liste de gratitude quotidienne — pas une longue liste, juste quelques faits qui faisaient l'objet de ma gratitude. Nous parlions souvent et je lui partageais cette liste. Nous examinions plus en profondeur certains de ces faits, car elle me conseillait en matière d'humilité et me préparait à entreprendre un jour la sixième étape.

Au cours de cette étape, j'ai appris que plusieurs de mes défauts consistaient en certaines de mes qualités retournées à l'envers — de plus d'une façon, mes fai-

blesses étaient en fait ma force. Ces dernières années, mon caractère têtu inné s'est transformé en persévérance. Mon mépris s'est changé en soutien.

Alors, il devint évident que j'étais devenue le genre de personne que j'avais aspiré devenir tout au long de mon rétablissement — une personne qui fait les bonnes choses, pour les bonnes raisons, de la bonne façon.

J'étais capable d'appliquer ce que l'on m'avait appris sur la pratique des principes spirituels contenus dans nos étapes. Il fallait que je me mette en retrait.

J'étais capable de me mettre en retrait parce que j'avais écouté ce que les autres avaient partagé en réunion quand ils avaient dû faire face à la maladie ou à des moments difficiles. Plus d'une fois, j'avais été la témoin d'un grand courage et savais que je pouvais faire preuve du même courage. Parfois, c'est tout ce qu'il nous faut.

J'essaie de faire certaines des choses élémentaires qui m'ont été enseignées. Chaque matin, je commence par une liste de gratitude. J'ai une check-list mentale que je passe en revue chaque jour, et j'exprime ma gratitude pour le fait de disposer de l'eau chaude, de l'électricité et d'autres « luxes » de la vie. J'éprouve de la gratitude envers mon travail, mon assurance santé, ma santé et ma forme physique. J'éprouve de la gratitude pour mon lit et les habits que je porte.

J'ai également appris quelles étaient mes limites. Je consulte les personnes en qui j'ai confiance, et accepte leurs conseils. Je n'aurais pu y arriver toute seule.

Je suis abstinente depuis plus de 22 ans, et bien que je n'aime pas la route que je parcours en ce moment, je n'ai jamais remis en question l'aide que NA peut apporter — ni ce que j'estime que NA ne peut, et ne doit pas, apporter.

Je sais aujourd'hui que l'on ne peut jamais prédire ce qui va se passer, et que parfois le « pire » peut arriver et *arrive*. Je sais aujourd'hui que mes bases dans Narcotiques Anonymes doivent être solides, afin que je sois forte et ne m'écroule pas face à l'adversité. Je sais que c'est dans la simplicité de ce merveilleux programme que je puise ma force et mon courage, et la volonté dont j'ai besoin pour continuer sur cette voie juste un jour de plus.

Anonyme, Californie

Aide-moi dans mon rétablissement

En septembre 1998, j'ai subi une opération à cœur ouvert — un triple pontage. Heureusement pour moi, la nécessité de cette intervention fut une alarme. J'avais enduré de graves douleurs à la poitrine depuis mai 1998 et avais consulté un cardiologue à leur sujet. J'en ai également parlé en réunions et avec mon parrain.

Dans ma communauté locale de NA, deux membres en rétablissement travaillaient dans le domaine médical, et l'un d'eux avait déjà subi ce type d'opération. Ces deux membres, de même que le reste de ma famille de NA, m'ont aidé à être spirituellement prêt pour mon intervention.

Ils ont également discuté avec moi de la question des médicaments. Les médecins qui ne sont pas en rétablissement ne comprennent pas vraiment cette maladie de la dépendance que nous, dépendants, partageons. Mais je savais que je devais faire de mon mieux pour l'expliquer à mon médecin personnel.

Quand je lui ai dit que je ne voulais pas prendre de drogues anti-douleur, il m'a dit que je n'en prendrais pas assez pour devenir dépendant. Il ne pouvait pas comprendre que j'étais déjà dépendant et que, pour moi, une seule dose suffirait à me causer à nouveau un problème. Mes amis du milieu médical m'ont soumis une alternative que je pouvais suggérer à mon médecin : prendre un anti-inflammatoire qui combatte la douleur, mais éviter les médicaments de la famille des opiacés ou des stéroïdes. Quelles qu'en soient les raisons, mon chirurgien et mon cardiologue ont accepté ma suggestion.

Le type de médicament suggéré a combattu mes douleurs post-chirurgicales encore plus efficacement que toutes les drogues que j'avais essayées. Je me suis remis rapidement et facilement, et j'ai quitté l'hôpital en n'ayant besoin que d'ibuprofène et d'acétaminophène.

Je me suis fait opérer dans un hôpital éloigné de la ville où j'habitais et de ma communauté de NA. Cependant, la fraternité de NA est très étendue, et l'un des membres de mon groupe d'appartenance connaissait un dépendant en rétablissement qui résidait dans la ville où mon hôpital était situé. Plusieurs personnes m'ont rendu visite et nous avons pu parler de rétablissement. J'ai reçu des cartes postales de réunions où je ne me suis même jamais rendu.

Ce n'est pas étonnant que je me sois remis si rapidement ! Je ne souhaite à personne d'avoir à subir une opération chirurgicale douloureuse, mais si vous devez en passer par là, les membres de NA savent comment vous aider dans votre rétablissement — et de plus d'une façon.

JR, Pennsylvanie

Faire face à la maladie

Récemment j'ai eu peur d'avoir un cancer, et l'idée de devoir prendre des médicaments susceptibles de faire ressurgir ma dépendance a ébranlé ma sérénité davantage que l'idée du « Grand C ». Je n'ai pris aucun médicament depuis plus de deux ans — y compris des médicaments anti-douleur courants — parce que je réagis de façon tout à fait anormale aux substances chimiques.

J'ai appris très jeune à consommer des pilules, de l'alcool et d'autres drogues comme des anti-douleurs émotionnels. A l'âge de 14 ans, j'ai subi un lavage d'estomac. J'ai continué à combiner l'alcool avec des médicaments prescrits sur ordonnance pendant encore 30 ans, jusqu'à ce que je fasse à nouveau une overdose, touchant le fond du fond, puis que j'entre en rétablissement.

Ces années de perte de contrôle ont été marquées par la dépression, la psychose, l'euphorie maniaque, l'angoisse et des nuits délirantes sans dormir. Je vis un nombre incalculable de fois des thérapeutes, des psychiatres, des psychologues et des médecins. Je parvins à éviter d'être placée en institution en me faisant aider par un service d'hygiène mentale rurale.

J'ai été classée comme souffrant de trouble bipolaire et de schizophrénie, et l'on me prescrivit un cocktail de médicaments composé de stabilisateurs d'humeur, de somnifères, d'anti-douleurs et de calmants. Je faisais passer tout cela avec de l'alcool.

Je réussis à me faire admettre en centre de traitement afin d'éviter les électrochocs. Je me demandais ce que je faisais là, avec tous « ces alcooliques et dépendants ». Cela faisait déjà un moment que j'étais dans le programme, quand j'eus finalement un déclic et réalisa ce qui n'allait pas chez moi.

Assez étrangement, quelques années avant d'aller en centre j'avais arrêté de boire pendant plus d'un an. Mais je demeurais sous antidépresseurs, et ma maladie laissée sans traitement progressa jusqu'à ce que je me remette à boire.

Aujourd'hui, je sais pertinemment que je suis prête à me servir de *tout* ce qui fait effet à l'intérieur de mon crâne.

Aujourd'hui, je sais que tout ce qui m'empêche de vivre la vie telle qu'elle est finira par me tuer.

Je devais prendre le problème de ma dépendance à la racine. Je travaille quotidiennement les douze étapes du mieux que je peux, et je vis en accord avec les principes du programme. Je ne suis plus maniaco-dépressive. Je ne souffre plus de psychose. Aujourd'hui, je sais qu'une nuit sans dormir ou un mal de tête bizarre ne sont que le signe que ma maladie réclame une pilule ou un verre. Je n'y fais pas attention. Je demande de l'aide à mon Dieu et l'obtiens à chaque fois.

Les deux dernières années de ma vie n'ont pas été les plus faciles, mais elles ont certainement été les meilleures.

Lynn R, Nouvelle Zélande

Chirurgie et obsession

En 1997, après six ans d'abstinence, je dus subir une importante intervention chirurgicale du tube digestif. L'opération fut un succès et je quittai l'hôpital deux jours plus tôt que prévu. Cependant, je revins chez moi accompagné d'un ennemi très « malfaisant » : l'obsession.

Je devais suivre un régime alimentaire qui consistait à me nourrir de fluides pendant trois semaines, puis de nourriture pour bébés et d'aliments mous ; après cette période, je pouvais enfin me nourrir à nouveau normalement.

Mon obsession pour la nourriture se manifesta dès le premier jour de mon retour à la maison. A mon premier petit déjeuner, je mangeais du poulet, des œufs au plat et du pain et je bus un café. Exactement l'*opposé* de ce que mon médecin m'avait prescrit de manger.

Les conséquences furent désastreuses. Pendant deux semaines je mangeais le matin, évitant ma femme jusqu'à ce qu'elle parte travailler ; l'après-midi je souffrais le martyr, à cause des douleurs et de la gêne que m'occasionnait mon alimentation obsessionnelle, jusqu'à ce que je vomisse ce qui me soulageait instantanément.

L'obsession de la nourriture me devint une torture quotidienne. En désespoir de cause, je téléphonais à un parent psychiatre. Je lui décrivis la situation et lui demandai de me prescrire « un tranquillisant ou quelque chose ». Il me prescrivit 12 comprimés d'un calmant assez banal. Je pris un comprimé. Le jour suivant mon parrain vint à la maison, et lorsque je lui parlais des médicaments qui m'avaient été prescrits pour combattre mon obsession de la nourriture, il prit les comprimés et les jeta dans les toilettes.

Je n'ai jamais éprouvé le désir ou l'idée de consommer mes drogues de choix, et après la visite de mon parrain je ne suis pas allé chercher une autre ordonnance. Je commençais à devenir irritable et hypersensible. Mon infirmité physique m'empêchait d'aller et venir ; aussi je me sentais inutile. Je devins en colère contre le monde entier — particulièrement contre ceux qui voulaient à m'aider.

Je résolus de partir pour une semaine dans la maison de campagne de mes beaux-parents. J'avais besoin de faire l'inventaire de ma vie. Là, je profitais de la tranquillité. Je lisais plusieurs heures par jour et prenais des bains de soleil aux aurores. J'étais soustrait à mes obligations familiales (ma femme et mon fils), mes créanciers et mes soucis professionnels (je possédais ma propre affaire).

J'ai été capable de casser le cercle infernal de manger, vomir et perdre rapidement du poids, et je me mis à suivre un régime alimentaire plus raisonnable. Je revins lentement à ma routine quotidienne, et plus que tout je demandais de l'aide.

Mon parrain et des camarades de rétablissement se relayèrent pendant plusieurs jours pour me conduire en réunion. Ceci me donna la force et l'espoir dont j'avais besoin pour sortir de l'abîme dans lequel j'étais, et me permit également de me libérer de l'obsession. A ce moment, et à ce moment seulement, je pus entamer mon rétablissement physique.

Aujourd'hui, je suis toujours un membre de NA plein de gratitude, essayant d'assumer les responsabilités que j'ai envers moi-même. J'essaie de redonner ce qui m'a été offert gratuitement, et de servir d'exemple pour les nouveaux.

Habib S, Costa Rica

Dans l'adversité

Bonjour, je m'appelle Tommye et je suis dépendante. J'ai subi une intervention chirurgicale majeure et je veux partager mon histoire avec vous.

Je traînais de bar en bar quand enfin j'en « ai eu marre d'en avoir marre ». Un soir, j'ai prié Dieu pour qu'il me donne une vie meilleure. Je n'aurais plus pu supporter mon style de vie bien longtemps.

Une semaine plus tard, j'ai rencontré un type et nous avons pris la route. Il avait besoin de faire un bout de route et d'un endroit où dormir. J'avais besoin de quelqu'un pour ne plus me sentir seul. Nous étions comme l'aveugle guidait par le paralytique.

Nous avons décidé de devenir abstinents ensemble, et avons donc cessé de consommer. Il entra en centre de traitement et j'ai cessé de fumer de l'herbe le 25 décembre 1997.

Deux mois après avoir cessé de fumer de l'herbe, je prenais une douche, un soir, et sentis une petite boule dans mon sein droit. Bien que je m'auto-examinais depuis l'âge de 15 ans, je n'y prêtai guère attention.

Trois mois plus tard, je remarquai que la petite boule avait grossi. Je me suis sentie très mal et j'ai paniqué. Je me mis à appeler mes amis et leur demandais ce que je devais faire.

Je pris rendez-vous chez un médecin. Il me dit que je devais faire une mammographie. On fit dix biopsies à l'intérieur de mon sein, puis on me dit de rappeler dans la matinée.

J'étais chez mes parents quand je rappelais l'hôpital pour les résultats : j'avais un cancer et devais me faire opérer le plus tôt possible.

Lorsque je raccrochai, je me mis à pleurer. Je me tournai vers ma maman et elle me dit : « Oh, mon Dieu, je pensais mourir avant mes enfants ».

Je lui dis que je n'étais pas encore morte.

Je parlais à mon médecin, qui me dit que je devais suivre une chimiothérapie avant l'opération parce que la tumeur grossissait très vite.

La chimiothérapie consiste à prendre des substances radioactives qui vous tuent progressivement de l'intérieur ; c'est la seule façon dont je peux vous restituer exactement ce qui se passe quand vous

faites une chimiothérapie. Vos cheveux se mettent à tomber. Vous vous réveillez et voyez votre oreiller couvert de ce qui avait été vos magnifiques cheveux. Vous vous asseyez à table et essayez de manger, mais la nourriture retombe dans votre assiette. Vous vous sentez très, très malade et pensez que vous allez mourir.

Un jour, à l'hôpital, alors que j'attendais pour mon prochain traitement, une femme sortit d'une salle d'examen. Elle était chauve, à part quelques mèches. Elle me rappela une chose d'un film d'horreur. Je craquai et me mis à sangloter. Je ne voulais pas devenir comme ça.

La semaine suivante, on inséra un tube spécial dans mon épaule pour les séances de chimiothérapie. Tout cela ressemblait à un mauvais rêve. Je priais pour me réveiller.

Avant de subir mon intervention, la seule chose que je pensais était que je ne voulais pas perdre mon temps d'abstinence. J'avais entendu en réunion qu'il n'y avait pas de quoi être fier quand on recevait un porte-clés d'abstinence, mais à ce moment de ma vie, les porte-clés que j'avais reçus m'ont vraiment aidé à tenir le coup. Ces petits porte-clés me disaient que j'étais abstinente.

Je n'avais pas eu de nouvelle de ma marraine durant tout ce temps, aussi j'ai demandé au parrain de mon mari (et oui, j'ai épousé « l'aveugle guidait par le paralytique ») ce qui se passerait avec mon temps d'abstinence si je prenais des médicaments anti-douleurs sur ordonnance. Il me remit la brochure *Quand la maladie frappe*. J'avais si peur de perdre mon temps clean. A ce moment j'avais huit mois.

En septembre 1998, on procéda à l'ablation de mes deux seins. Je me réveillai devant une vision des plus horribles — les seins que j'avais eus sur ma poitrine depuis 44 ans avaient disparu. Les traits qui me faisaient ressembler à une femme avaient disparu ; j'eus la sensation que ma féminité même avait disparu. Pourquoi est-ce que cela m'était arrivé ?

L'infirmière me fit alors une injection de médicament contre la douleur, et j'oubliai que j'avais perdu ma féminité. Je m'en fichais totalement. Deux jours plus tard, alors que je me préparais à rentrer chez moi, je découvris que j'avais une pneumonie.

Je passais les deux semaines suivantes dans le brouillard. Au moment où je quittai enfin l'hôpital, j'avais perdu plusieurs choses : mon mari, mes seins et mon désir de fumer des cigarettes.

Je devais encore faire des séances de chimiothérapie, et j'ai perdu à nouveau tous mes cheveux. De plus, je devais suivre 23 semaines de radiothérapie. Tu parles d'une sinécure ! On vous place sur une table, puis on vous rôtit comme un poulet. Vous en ressortez avec un bronzage indélébile.

Deux mois après être sortie de l'hôpital, mes douleurs étaient assez légères pour que je ne prenne plus que de l'ibuprofène. Je jetai les anti-douleurs que l'on m'avait remis quand j'avais quitté l'hôpital. Par la grâce de ma Puissance supérieure, de Narcotiques Anonymes et des amis que j'y ai rencontrés, jusqu'au jour d'aujourd'hui je n'ai pas eu à consommer. Je travaille le programme du mieux que je peux et tâche d'aider mes filleules à faire de même.

Aujourd'hui, je n'ai plus le cancer et m'apprête à célébrer cinq ans d'abstinence en décembre 2002. Je crois que mon Dieu a un plan pour moi. Je cois aujourd'hui que je réalise Sa volonté à mon égard en faisant partie de ce programme. Chaque jour je me lève et Le remercie de me donner un jour de plus. Je fais autant de service qu'il m'est possible de faire, et j'essaie de garder une vie équilibrée.

On dit que vous ne devriez pas consommer même si vous pensez que vous êtes sur le point de perdre votre derrière. Je me demande si « on » pensait en particulier à moi.

J'ai appris de toute cette histoire que même dans l'adversité vous n'avez pas à consommer. J'ai dû prendre des médicaments contre la douleur. Je les ai pris en respectant les consignes médicales, mais dès que je n'en ai plus eu besoin je les ai jetés.

Si je peux le faire, alors vous pouvez le faire aussi. Vous avez seulement besoin d'avoir foi dans NA et dans votre Puissance supérieure.

Tommye R, Oklahoma

En face de la peur

C'est finalement arrivé ! Après cinq années de rétablissement dans NA sans jamais être tombé malade, je devais faire face à un sérieux problème médical. Une série d'événements m'avaient fait atterrir aux urgences d'un petit hôpital, face à face avec de parfaits inconnus : les membres de l'équipe médicale.

J'ai un long historique de maladie, et c'était un sujet qui m'avait préoccupé plusieurs fois. J'étais en état de choc à cause de la douleur, mais encore plus terrorisé à l'idée des médicaments qu'ils allaient peut-être me donner. Les décisions que j'allais devoir prendre me pesaient lourdement sur les épaules.

Heureusement, je partageais quotidiennement ma vie avec mes amis de NA et ils savaient tous où j'étais. Quand je levai les yeux depuis mon lit, à l'hôpital, je vis mon parrain ainsi qu'un ami proche. Le médecin me dit qu'il devait me donner quelque chose, parce que la réponse de mon corps au choc que j'avais subi me mettait en danger.

Je lui expliquai mon historique médical et personnel, et lui dis que j'étais un dépendant en rétablissement. Je lui dis que je ne voulais prendre aucun médicament *quelles que soient* les circonstances. Je n'étais pas seulement préoccupé par la « pureté » à la façon de NA ; j'avais réellement peur que ma dépendance prenne le dessus et me consume.

Mon parrain m'aida à sortir de mon agitation intérieure et à demander l'aide de Dieu dans un esprit de capitulation. Grâce à l'aide et au soutien de mon parrain pendant l'heure qui suivit, je dis au médecin de tenir compte des informations que je lui avais communiquées, de les associer à sa formation et à ses connaissances, puis de faire tout ce qu'il jugerait nécessaire de faire.

Les décisions ne m'appartenaient plus. Je fus mis sous médicaments, soigné puis relâché. Dès ma sortie, comme je me sentais bien, je voulus reprendre ma vie quotidienne.

Cependant, mon parrain me prit chez lui pendant un jour ou deux. Nous avons passé du temps ensemble et travaillé sur

ce que je ressentais à la suite de ce que j'avais vécu, comme un sentiment d'impureté, de honte ou de faiblesse. Un contact étroit quotidien avec mon parrain, ma Puissance supérieure et les autres membres de NA était pour moi crucial à cette époque.

Je m'inquiétais de si j'étais toujours un membre de NA, de mon abstinence, d'être rejeté par les autres membres, etc. Si j'avais été laissé à mon propre sort, j'aurais facilement pu succomber à la honte et à la culpabilité que je ressentais. Cela aurait pu m'entraîner à consommer des drogues, à le dissimuler, et finir par me tuer.

La méditation et les douze étapes m'ont aidé à résoudre tous les sentiments et toutes les questions que j'ai pu traverser. Est-ce que j'ai pris des drogues pour contrôler mes sentiments et mes émotions ? Est-ce que j'ai trompé ou manipulé qui ou quoi que ce soit pour obtenir des drogues ? La réponse, dans les deux cas, est « Non » !

J'ai enrôlé de l'aide pour pouvoir faire preuve d'honnêteté et fus traité par des professionnels avertis. Ils savaient qu'une fois que j'aurais pris des médicaments, il était probable que j'en demande davantage, même si je n'en avais pas besoin.

Mes amis savaient que je ne pourrais pas faire face à tout cela tout seul. Ma Puissance supérieure fut de la partie tout le long. Je réaffirmai mes trois premières étapes, puis écrivis sur mes sentiments et mes peurs. J'identifiai les défauts de caractère qui étaient à l'origine de mes sentiments et de mes peurs, et je fis une cinquième étape. Ma Puissance supérieure m'a aidé à devenir prêt à demander humblement que mes déficiences me soient enlevées, et à poursuivre le travail des étapes suivantes.

L'éveil spirituel que j'ai connu comme résultat de mon travail des étapes dans ces circonstances était clair. Je n'avais pas à affronter quelle que situation que ce soit tout seul, parce que la fraternité de NA possédait les outils dont j'avais besoin pour continuer à me rétablir, quelles que soient les circonstances.

J'ai maintenant conscience que, dans ces circonstances extrêmes, je n'avais pas grand chose à offrir par mon service. Je devais me rendre à une réunion d'affaires et parler à une réunion de NA durant les deux jours suivants. Dieu me donna la force et le courage de réaliser que, tempo-

rairement, je ne pouvais rien partager qui aidât à transmettre le message du rétablissement. Je capitulai et déclinai ces deux services.

Un éveil encore plus profond consista à prendre conscience que, même après ce que j'avais vécu, je n'étais toujours pas en position de juger de la situation médicale d'un autre membre de NA. Ce que je peux faire, en revanche, c'est aider les autres à utiliser les douze étapes, mes (nos) expériences vécues, des soins médicaux administrés dans de bonnes circonstances et leur Puissance supérieure, afin qu'ils soient toujours en possession des outils nécessaires pour assurer leur rétablissement au quotidien.

Anonyme, Californie

Troubles mentaux et rétablissement

Pour sûr, si nous étions des gens sains, heureux et bien intégrés nous ne serions sans doute pas dans NA après avoir perdu le combat contre les drogues. Il existe, toutefois, une vaste différence entre souffrir de problèmes émotionnels et souffrir de troubles mentaux.

Je trouve que mon handicap est cause de malentendus, d'exclusion, de jugements et de rumeurs au sujet de ma rechute éventuelle. Espérons que ce numéro de *The NA Way* aidera à dissiper certaines choses.

Il est difficile de tracer la limite entre ce qu'est ma dépendance (des questions concernant ma marraine et moi) et ce qui est du ressort de mon thérapeute. Ma marraine n'est pas formée pour faire face à de graves troubles mentaux. Elle ne procède à aucun diagnostic sur moi et ne règle pas la prise de mes médicaments.

Les drogues psychotropes sont de prime importance dans ce domaine. Les réunions débordent de conseils et d'opinions concernant les médicaments — ne pas en prendre, qui prend une mauvaise ordonnance ou un mauvais dosage, que l'usage de tels médicaments revient à con-

sommer, que nous ne sommes pas tout à fait clean et ainsi de suite.

En général, ma première réaction lorsque j'entends ce genre de conversations est de me cantonner à ce que je sais : si je suis totalement honnête avec mes médecins et prends les médicaments que l'on m'a prescrits comme on me les a prescrits, alors *je ne suis pas en train de consommer*.

Ma deuxième réaction est de commencer à douter de mes médecins et de moi-même. Je ne peux véritablement communiquer avec mes camarades de NA, alors je cesse de prendre mes médicaments. Très vite je m'isole, je m'auto-mutile, les lames de rasoir prennent un curieux attrait, je suis traversée de pensées délirantes et me conduis de façon tout aussi délirante.

Si vous n'êtes pas un médecin diplômé familial de mon histoire personnelle (ou de celle de quelqu'un d'autre), si vous n'êtes pas assuré en cas de faute professionnelle, si vous ne vous sentiez pas coupable dans le cas où vos conseils auraient contribué à la fin désespérée d'une vie humaine, veuillez s'il vous plaît garder vos opinions personnelles pour vous.

Pour ce qui est de ma responsabilité concernant les troubles mentaux et le rétablissement, je dois rester honnête avec les médecins, avec ma marraine ainsi qu'avec les autres membres du programme afin que nul ne se sente isolé par rapport à cette question.

J'essaie de ne pas utiliser mes troubles comme une excuse. Je fais de mon mieux avec ce que j'ai. J'essaie de ne pas me plaindre de mon état ; Dieu sait qu'il existe beaucoup de personnes qui souffrent encore plus que moi.

J'ai besoin de continuer à travailler le programme de NA. Les étapes peuvent aussi m'aider et c'est le cas. Le plus important pour moi est de rester impliquée dans le programme et de continuer à revenir, quoi que les gens disent ou pensent de moi.

Lisa D, Kansas

Une maladie toute nouvelle

« Quinze ans le quinze. » C'était ma devise cette année. Ce fut un jour spécial parce que, si vous continuez de venir, il n'arrive qu'une fois. Chaque jour d'abstinence est spécial, mais ce jour-ci fut unique.

J'étais à la Convention mondiale d'Atlanta en juillet 2002 quand je lus dans *The NA Way* quel allait être le sujet de ce numéro. Je savais que je devais partager mon histoire avec vous.

Je me suis rendu à l'hôpital il y a deux ans avec un trouble du pancréas. Deux mois plus tard je quittai l'hôpital avec 25 kilos en moins et un diagnostic de diabète en plus. Ces deux mois furent très durs et j'ai vraiment appris ce que voulait dire être impuissant.

Sans les principes que j'ai appris à travers les étapes et les traditions, je n'aurais jamais trouvé la discipline et la patience dont je dois aujourd'hui faire preuve pour survivre.

Toute nourriture ou liquide m'était interdit. Les seuls choses que je pouvais prendre par la bouche étaient les médicaments et de petits morceaux de glaces. Ce fut la période la plus abstinent que j'aie jamais eue ! Imaginez, pas de cigarettes, de caféine, de nourriture, de soda ou de sex.

J'ai été dans le coma les deux premières semaines. On me fit des injections de médicaments contre la douleur car celle-ci était épouvantable. Je ne m'étais jamais servi d'aiguilles ou d'héroïne durant ma dépendance active. Je sais maintenant ce que je ferais si je voulais me faire du mal et mourir. Après quelques temps, mon organisme était si plein de toxines, du fait de toutes les drogues que j'avais dans le corps, que je voulais mourir.

Je tentai de convaincre mes médecins et leur dis que je pourrais faire face à la douleur, mais que les drogues étaient en train de tuer mon esprit et drainer mon énergie vitale. Ils arrêtèrent les drogues

anti-douleurs. Ce fut une désintoxication abominable. Je me tournai vers mon Dieu et lui demandai de l'aide face à mon obsession et mon envie insatiable.

Le jour suivant je commençais à aller mieux. J'avais toujours un gros cathéter dans une de mes artères principales, et des tubes un peu partout, mais je sentais que les drogues quittaient mon corps et c'était tout ce que je voulais.

Lorsque je sortis de l'hôpital, j'ai dû faire face à une maladie toute nouvelle. Le diabète a encore plus affecté mon programme spirituel que les drogues ne l'avaient fait. C'est un changement complet de mode de vie que beaucoup de membres ne comprennent pas.

Presque toute ma vie, je n'ai jamais eu ni discipline ni patience et cela est manifeste maintenant que je dois faire face à cette maladie. J'ai besoin de discipline afin de manger régulièrement et réguler mes

taux d'insuline et de sucre dans le sang. Je dois faire très attention à ce que je mange.

J'ai besoin de patience chaque fois que je dois consulter un membre du corps médical. On vous traite parfois si mal que cela en est incroyable. J'ai dû tout apprendre en matière de droits des patients. J'ai essayé de pratiquer la patience et l'humilité dans mes relations avec les personnes méchantes ou sans cœur à qui j'ai eu à faire.

Mais ce fut loin d'être une expérience entièrement négative. J'ai rencontré des médecins formidables, soucieux et attentionnés, qui m'ont sauvé la mise. Mon Dieu m'a envoyé des infirmières qui suivaient le programme pour m'aider à traverser les moments sombres.

Je dois désormais impérativement utiliser des aiguilles et mon placard contient davantage de pilules qu'à l'époque où je consommais. Aujourd'hui, mon parrain et le soutien qu'il me prodigue me sont une aide vitale. Et il me faut nouer des rela-

tions avec d'autres dépendants qui, comme moi, doivent faire face à la maladie dans leur rétablissement.

C'est parfois une véritable torture d'aller au restaurant avec un nouveau quand celui-ci commande un cheeseburger au bacon avec des frites, alors que moi je commande du blanc de poulet avec une salade. J'effectue davantage de pesages et de mesures aujourd'hui qu'à l'époque sombre où je dealais de la drogue.

Ma Puissance supérieure a un plan pour moi, et je prie pour la connaissance de Sa volonté et pour obtenir la force de l'exécuter. Je dois ma vie à Narcotiques Anonymes. Sans les principes que j'ai appris à travers les étapes et les traditions, je n'aurais jamais trouvé la discipline et la patience dont je dois aujourd'hui faire preuve pour survivre.

Merci, Narcotiques Anonymes.

Ed S, Floride

Foi et acceptation

Le 1^{er} décembre 2001 a marqué le début de ma 19^{ème} année de rétablissement au sein de Narcotiques Anonymes. Alors que je célébrais ce jour avec ma famille et mes amis, je ne me doutais pas que 2002 allait être l'une des années les plus difficiles de ma vie. Ces six derniers mois ont connu une suite de terribles épreuves médicales, tant pour mes proches que pour moi.

Dans ma dépendance active, les problèmes de santé et les visites chez le médecin n'avaient jamais constitué une priorité. Une partie de mon rétablissement grâce aux douze étapes a consisté à apprendre à prendre soin de moi au plan physique.

En mars 2002 le moment était venu de mettre en pratique ce principe de soin physique personnel, aussi je suis allée voir un médecin pour un contrôle de routine. Après une série de tests, le diagnostic était que j'avais un sérieux problème cardiaque qui ne pourrait être traité qu'à l'aide de médicaments. Ces médicaments n'altèrent pas mon humeur ou mon état d'esprit.

Si je n'étais pas allée chez le médecin, ma vie aurait été en danger. M'adapter à prendre des médicaments quotidiennement m'a été pénible. En partageant avec d'autres dépendants et priant beaucoup, cependant, je suis parvenue à accepter cette situation.

L'un des cadeaux de mon rétablissement est un mariage heureux avec un homme, également dépendant en rétablissement. Peu après mon diagnostic, le médecin découvrit une marque suspecte dans le dos de mon mari. Le résultat de la biopsie était qu'il s'agissait d'un mélanome malin, une forme de cancer de la peau qui peut être mortelle.

Pas besoin de le dire, chacune de mes pensées était teintée de peur. Il était dur de « rester dans le moment présent » et de ne pas projeter l'issue la plus tragique. En travaillant quotidiennement la dixième et la onzième étape, je pus garder mon équilibre et ne pas m'écrouler.

A la même époque, mon beau-père — qui est pour moi comme un second père — fut hospitalisé à la suite d'une grave crise cardiaque. Ce fut très éprouvant au plan émotionnel, ne sachant pas s'il allait vivre ou mourir.

La vie a été très stressante. Sans l'amour et le soutien des autres membres de NA, les choses auraient encore été plus difficiles. Heureusement, j'entretiens depuis 16 ans une relation avec une marraine aimante. Les directives qu'elle me donnait m'ont permis de placer ces épreuves médicales entre les mains d'un Dieu aimant.

Le travail des étapes me remplit de force et de gratitude, et c'est tout ce dont j'ai besoin pour vivre chaque journée. Le miracle, ici, est qu'en dépit de tout le stress et de toute la peur, la pensée de consommer ou d'emprunter un chemin destructeur ne m'a jamais traversé l'esprit.

Merci NA pour avoir su sauvegarder mon équilibre mental et m'avoir donné tant d'espoir en un moment de grande détresse personnelle.

Anonyme, Californie

Je vais toujours bien

Je suis devenu abstinent en 1984. Ma femme et moi voulions avoir des enfants, aussi nous nous sommes fait tester pour être sûrs de notre bonne santé. C'était en 1992, et le diagnostic était que j'avais le virus HIV, l'hépatite C et que mon foie était touché.

Quand j'appris les résultats, je fus saisi de torpeur, ce qui est ma réaction habituelle en face des difficultés. C'est seulement lorsque j'ai vu ma femme pleurer que je pus enfin pleurer à mon tour et exprimer mes émotions. Un sentiment de désespoir, de tristesse, de peur et de gratitude — oui, de gratitude — explosa à l'intérieur de moi.

Je crus que ma vie était finie et que mes rêves étaient détruits. J'ai éprouvé de la gratitude à l'idée que j'avais au moins reçu en cadeau huit années magnifiques de rétablissement. J'étais désolé de la peine que je causais à ma femme (qui est HIV négative) et du fait que nous n'allions pas avoir d'enfants. Mais j'éprouvais également une force et une foi nouvelles, et savais que les choses se passeraient bien.

Après avoir pris connaissance des résultats, c'était comme si chaque jour c'était la première chose qui me venait à l'esprit. Dès que j'ouvrais les yeux le matin, la peur et le désespoir l'emportaient sur le reste. Je sentais que je n'avais plus rien à attendre et que je ferais aussi bien d'abandonner mes projets et mes rêves.

La tristesse teinta chaque aspect de ma vie. Des dilemmes commencèrent à m'assaillir, comme : Est-ce que je vie ma vie comme si je n'avais plus une minute à perdre, ou est-ce que je continue à vivre normalement ? Est-ce que je continue à cotiser pour ma retraite ou est-ce que je m'offre un voyage autour du monde ? J'ai même pensé qu'il serait préférable pour ma femme que je me sépare d'elle et qu'elle soit libre de vivre comme elle l'entendait. Mon parrain me suggéra que cela dépendait d'elle et que je ne devrais pas jouer à Dieu avec la vie des autres.

J'avais heureusement la chance de connaître d'autres membres qui étaient dans la même situation que moi. Ils m'ont beau-



VENEZ CÉLÉBRER LE 50^{ÈME} ANNIVERSAIRE DE NA! JOURNÉE MONDIALE DE L'UNITÉ

Samedi, 5 Juillet 2003

EN DIRECT DE SAN DIEGO, CALIFORNIE

Nous avons parcouru un chemin incroyable depuis notre inauguration... mais « juste pour aujourd'hui », nous ne sommes pas encore « au bout de notre route ». Notre espoir est que cette Journée mondiale de l'Unité non seulement nous aidera à nous rassembler au cours de la célébration historique de notre rétablissement, mais nous rappellera également que c'est seulement ensemble que nous pouvons faire en sorte que notre message soit accessible à tout dépendant qui recherche un nouveau mode de vie. Cet événement manifestera notre unité ainsi que le lien commun qui nous unit, tous, en tant que membres de Narcotiques Anonymes en rétablissement.

Cette année, la Journée mondiale de l'Unité aura lieu lors de la **30^{ème} Convention Mondiale** à San Diego, Californie, USA. Nous ne connaissons pas encore l'heure exacte du début de cette Journée de l'Unité, mais vous pouvez dès maintenant prévoir que les appels téléphoniques débuteront tôt dans la soirée, selon l'heure de la Côte Pacifique (GMT-8h). Dès que nous aurons convenu de l'heure exacte du début des appels, nous en informerons la fraternité. Toute nouvelle information sera disponible en temps réel sur notre site Internet à www.na.org.

Veillez fournir les informations suivantes

Les membres individuels, les groupes, ou les comités locaux ou régionaux de NA, ainsi que les hôpitaux et les prisons, peuvent se joindre à la célébration de la Journée mondiale de l'Unité grâce à une liaison téléphonique de deux heures, en « écoute seule », afin de pouvoir écouter le conférencier principal de la Journée de l'Unité. Pour cela, vous n'avez qu'à remplir le formulaire d'inscription à la liaison téléphonique ci-dessous, puis l'envoyez avec votre règlement par lettre ou fax au Bureau des Services mondiaux. Le coût est de 50 \$ pour les appels en provenance des USA ou du Canada. Pour les appels depuis un autre pays, vous devez compter un supplément qui dépendra du coût téléphonique de votre appel.

Nom de la personne à contacter _____ Groupe (Région / Localité / Institution) _____

Numéro de Tél. _____ Adresse e-mail _____

Adresse _____

Ville / Département ou Région _____ Pays _____ Code postal _____

Hors des USA et du Canada ? Numéro où nous pourrions vous joindre le jour des appels : _____

Méthode de paiement (mettre une croix): AMEX VISA M/C Discover Diners Club

Numéro de carte de crédit _____ **Date d'expiration** _____

Signature _____ **Nom (en capitales)** _____

Chèque / Mandat ou **Lien Régional Gratuit** Les Services mondiaux de NA offrent une liaison régionale gratuite à chaque région située en dehors des USA et du Canada. Pour bénéficier de cette liaison régionale gratuite, vous devez avoir obtenu l'approbation de votre région. Veuillez, s'il vous plaît, nous indiquer ci-dessous le nom et le numéro de téléphone de votre Coordinateur régional. Nous prendrons contact avec votre Coordinateur régional après avoir reçu votre inscription pour confirmation.

Contact régional _____ **Numéro de Tél.** _____

Après avoir rempli ce formulaire, envoyer-le avec votre chèque ou mandat à **NAWS, c/o Unity Day, PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409**, ou faxez-le au **(+1)818.700.0700** avec les informations de votre carte de crédit. Les inscriptions ne seront enregistrées qu'accompagnées de leur règlement ou de l'approbation par la région de la liaison régionale gratuite. A compter du 1^{er} juin 2003, vous recevrez une confirmation via e-mail ou par lettre, qui contiendra le numéro à appeler ainsi que le mot de passe dont vous aurez besoin le jour des appels. Cette confirmation vous indiquera également l'heure exacte ainsi que le programme des appels, vous expliquera la marche à suivre pour établir la liaison téléphonique et vous donnera les mesures à prendre en cas de problèmes lors de votre appel.

Des questions? Appeler le Bureau des Services mondiaux au (+1)(818) 773-9999, ext. (poste) 204.

Les inscriptions DOIVENT NOUS ÊTRE PARVENUES au plus tard le 1^{er} Juin 2003.



Alors, vous voulez partager à CMNA 30...

Nous sommes impatients de célébrer le 50^e anniversaire de Narcotiques Anonymes en juillet 2003 ! Cet événement promet d'être extraordinaire. Aidez-nous à trouver des conférenciers pour les ateliers de cette célébration spéciale.

Noms et/ou cassettes de membres souhaitant partager à un atelier du congrès mondial.

Le temps d'abstinence requis est de dix ans pour les réunions principales et de cinq ans pour les ateliers. Les conférenciers des ateliers seront choisis parmi les préinscriptions.

Membres souhaitant évaluer des partages sur cassettes.

Vous devez avoir le désir de servir et suffisamment de temps pour évaluer les cassettes (vous en recevrez environ une centaine), la capacité de respecter les délais, un minimum de cinq ans d'abstinence, et avoir rempli le formulaire de renseignements de la Banque de noms.

Remplissez le formulaire ci-dessous et retournez-le au BSM par courrier, télécopieur ou e-mail. Les recommandations de conférenciers pour les ateliers et/ou les soumissions de membres souhaitant évaluer des partages sur cassette devront nous être retournées le plus rapidement possible et pas plus tard que le 31 janvier 2003. Vous pouvez aussi envoyer une cassette au BSM.

Nom de la personne suggérée comme conférencier(ère) : _____

Je souhaite évaluer des partages enregistrés : _____

Rue _____ Apt. _____

Ville _____ État/Province _____

Pays _____ Code postal _____

Téléphone (jour) () _____ Téléphone (soir) () _____

Date d'abstinence ____/____/____ (Dix ans pour les réunions principales et cinq ans pour les ateliers.)

Je prévois actuellement d'assister à CMNA 30. Encerclez une réponse : Oui / Non / Incertain

Télécopiez votre demande au +1 (818) 700-0700 ou envoyez-la par e-mail à WCNAspeaker@na.org.

Par la poste à : NA World Services

Attn: WCNA 30 Speakers

PO Box 9999

Van Nuys, CA 91409

Je vais toujours bien :
suite de la page 10

coup soutenu, et je me suis vraiment senti « porté » par eux. Ils m'ont dit des choses comme « Reste dans la journée », « Un jour, ce ne sera plus la chose la plus importante de ta vie », et « Tu es toujours toi-même, pas le virus que tu portes ».

Je me souviens avoir rendu visite à mon ex-colocataire, et elle m'a demandé de prendre « son bébé » dans mes bras. Je me suis presque mis à pleurer parce qu'elle pouvait accepter ma maladie alors que j'en avais honte et que je me sentais contagieux. Lorsque nous avons fait part de ma maladie à la famille de ma femme, ils eurent la même réaction.

Je gardais régulièrement mon neveu, et jamais je n'ai eu à faire face à aucun préjugé. Au début, je pensais que j'aurais droit à des couverts et à des assiettes séparés ! Certaines personnes ont parfois révélé ma maladie contre mon gré, et aujourd'hui j'ai appris à ne plus parler de mon état de santé que dans les seuls cas où c'était « nécessaire ».

Tout cela date maintenant d'il y a dix ans, et je vais toujours bien. Je n'ai jamais été hospitalisé ou malade, bien que j'aie appris que l'état de mon foie avait empiré. Lorsque je l'ai su, j'ai éprouvé le même sentiment de désespoir que celui que j'avais éprouvé alors, mais cette fois je pouvais faire appel à une certaine expérience.

Aujourd'hui, je vais bien ; « rester dans la journée » est devenu mon mantra. Ma femme a décidé de se séparer de moi après 15 ans de vie commune, parce qu'elle trouvait très difficile d'accepter que je fusse malade. Toutefois, aujourd'hui, j'éprouve de la gratitude car elle a au moins essayé.

J'essaie d'être responsable de mon rétablissement. Je sais que si mon esprit est fort, j'irais bien. Je dois avouer que parfois je suis un peu fragile, mais en allant en réunion j'acquiesce une meilleure perspective de ma vie.

Mon parrain a été d'une aide précieuse en m'encourageant à ne pas abandonner. J'ai rencontré une belle femme qui fait que je me sens désiré et me rassure. J'essaie que mes problèmes de santé ne représentent pas toute ma vie, mais seulement une partie de celle-ci.

J'aime NA et ce que cette fraternité a apporté à ma vie. Les cadeaux du rétablissement continuent de m'être révélés. J'aime la vie — y compris les difficultés — parce que c'est une aventure sans fin.

Anonyme, Royaume Uni

Mon rétablissement, ma responsabilité

Les résultats de mes analyses médicales montraient un déséquilibre dans ma composition sanguine tandis que ma prostate était légèrement gonflée. L'urologue me suggéra de surveiller la situation une fois par mois, ou bien d'effectuer une biopsie. Je choisis d'effectuer une biopsie.

Je dus convenir d'une date précise avec l'hôpital, car l'intervention se déroulerait sous anesthésie générale. Dès lors, j'ai éprouvé une certaine angoisse. J'avais dans l'idée que l'anesthésie emploierait une drogue, et donc de prime abord je répondis « non ».

Deux personnes m'ont aidé à traverser cette épreuve : mon parrain, et un camarade de NA qui était aussi médecin.

Mon parrain écouta chacun de mes partages angoissés et suivit mon parcours de près, tandis que mon ami médecin m'aidait à respecter les instructions du chirurgien.

Mon parrain me dit que j'avais fait tout ce que je pouvais et de laisser les résultats entre les mains de ma Puissance supérieure. Il me dit que je ne devais pas avoir peur d'exprimer mes sentiments en réunion une fois l'intervention terminée. Il me dit de garder la foi et de faire en sorte que mes camarades de NA puissent me soutenir.

Mon ami médecin me suggéra également de m'entourer de membres de NA à mon réveil de l'anesthésie, et de parler à la fois au chirurgien et à l'anesthésiste avant l'intervention.

J'ai demandé à un camarade en rétablissement de m'accompagner à l'hôpital.

J'ai été amené au bloc opératoire, et l'équipe hospitalière me dit que du bloc je pourrai parler à mes deux médecins.

Je parlais avec l'anesthésiste et lui dis que j'avais un problème avec les drogues. Je lui demandais de ne m'administrer aucun anesthésique opiacé ou tranquillisant. Il me dit de ne pas m'inquiéter, que ce ne serait pas le cas.

Plus tard, quand je me réveillais, j'étais entouré de membres de NA. Cela m'a réconforté de les voir. Puis j'ai eu les résultats de la biopsie — qui, heureusement, étaient négatifs.

Il est de ma responsabilité de tenir les médecins au courant de ma dépendance et de leur demander des médicaments alternatifs.

Une autre fois, avant, je dus subir un autre traitement médical, aussi j'informais le neurologue de ma dépendance. Il me donna un médicament différent de celui donné habituellement aux patients. Coïncidence, le médicament habituel était l'une de mes drogues de choix.

Il est de ma responsabilité de consulter mes camarades en rétablissement qui sont médecins, si la situation le réclame.

Il est de ma responsabilité de suivre les suggestions pratiques que me font ces camarades médecins en rétablissement.

Il est de ma responsabilité de m'entourer de membres de NA pendant les moments où je ne peux dire comment je vais réagir, ou si j'attends une nouvelle susceptible de me bouleverser.

Il est de ma responsabilité de laisser les choses suivre leur cours selon ce que ma Puissance supérieure considère être le mieux pour moi, et d'éprouver de la gratitude pour la façon dont les choses se passent.

José Maria, Argentine

But primordial

« Il existe différentes façons de faire dans Narcotiques Anonymes. Et tout comme chacun d'entre nous possède une personnalité qui lui est propre, chaque groupe développe sa propre identité, sa façon de faire et son style personnel pour transmettre le message de NA. C'est comme ça que les choses devraient se passer. Au sein de NA, nous encourageons l'unité, non l'uniformité. »

Livret du Groupe, p. 1

Cette rubrique est pour vous, sur vous et faite par vous. Nous vous invitons à partager les défis auxquels votre groupe a dû faire face, comment votre groupe est parvenu à une solution ou encore son « style personnel » qui fait que vous continuez de revenir !

Le groupe « Świat³o » (Lumière) se réunit le dimanche matin et vit le jour le 12 avril 1998. C'est le deuxième groupe le plus ancien de Varsovie, capitale de la Pologne. Quand il fut créé à Varsovie, il n'y avait alors que quatre personnes qui étaient abstinentes depuis plus de trois mois et se rendaient régulièrement en réunion.

Trois personnes vinrent à la première réunion, qui eut lieu dans l'appartement de l'un des membres. Plus tard, la réunion commença à avoir lieu dans une salle louée à la Maison Paroissiale « Bétania » de Varsovie. La première année, peu de gens assistaient régulièrement à cette réunion ; parfois, seul le modérateur était présent.

Au début, le groupe n'était pas stable — des gens venaient et disparaissaient constamment. Cependant, après quelques temps, le groupe commençait à compter quelques membres réguliers. Le groupe a lentement gagné en maturité au fil des ans et désormais il est assez stable.

Il compte aujourd'hui quelques 20 membres réguliers. J'ai moi-même plus de quatre ans d'abstinence et assure les services café et littérature.

Le groupe doit cependant encore faire face à quelques problèmes, principalement financiers.

Je voudrais également mentionner que l'argent de la collecte est utilisé pour l'achat de nombreux ustensiles, comme une bouilloire électrique, qui a participé à l'unité du groupe. Des choses, données au groupe par différentes personnes, les rappellent à notre souvenir. Le chandelier en métal de notre salle de réunion, par exemple, nous rappelle un membre qui pour le moment est en prison.

Chaque premier dimanche de janvier une réunion spécifique a lieu, durant laquelle nous discutons de toutes les questions touchant à l'organisation et élisons tous les postes de service. Les postes de service ont un mandat de un an ; seul notre délégué est élu pour deux ans.

Toutes nos réunions sont des réunions fermées, réservées aux seuls dépendants. Pendant la première partie de la réunion nous lisons la méditation du jour, ensuite nous partageons sur ce qui nous est arrivé au cours de la semaine. Pendant la deuxième partie de la réunion, nous discutons sur un extrait du Texte de base. Nous avons également une collecte pour la littérature.

Pour moi, cette réunion est un lieu où je peux être en contact avec le monde invisible de la véritable amitié. C'est sûr, cette réunion n'est pas le centre de l'univers, mais elle est le lieu où un nouvel être humain est né en moi — un être humain libéré de l'obsession de consommer.

Losiu D, Pologne

Le gagnant est...

Le Conseil de rédaction de *The NA Way Magazine* a retenu le nom de **But primordial** pour cette nouvelle rubrique pour et sur les groupes d'appartenance. La proposition gagnante nous a été envoyée par Sonny G de la localité « Off the Wall » du Colorado.

Sonny recevra un cadeau spécialement créé en l'honneur du 20^{ième} anniversaire de *The NA Way Magazine*.

Bravo Sonny et merci à tous les membres qui nous ont envoyé des propositions pour le nom de cette rubrique. Nous apprécions l'intérêt que vous nous témoignez ainsi que votre enthousiasme.

Si vous voulez vous tenir informés des thèmes et sujet à venir, venez visiter notre site Web à www.na.org/naway-toc.htm.





Tenir bon

Le programme de Narcotiques Anonymes m'a aidé à acquérir de nombreux nouveaux points de vue. Souvent, ces points de vue concernent mes pensées, des situations ou les idées au sujet de la vie sans drogues. Mes préoccupations volontaires concernant le rétablissement déteignent sur mes schémas de pensée quotidiens, consciemment ou inconsciemment, aussi lire et me détendre dans ma chaise inclinée, près de la fenêtre, ne constitue pas seulement un changement bienvenu par rapport à l'agitation mentale qui jadis m'habitait en permanence, il se peut que ce soit aussi le moment propice à une expérience spirituelle.

C'est sans doute une réunion à laquelle je me suis rendu récemment qui m'a fait penser à une autre analogie à propos du rétablissement. Une membre avec pas moins de 18 ans passés dans NA fit une remarque à propos de la disparition insidieuse d'un noyau de membres dans sa région. Ces membres l'avaient réconfortée et lui avaient redonné espoir. Je m'identifiais à ce qu'elle partageait. Je pensais au rétablissement et à la rechute ainsi qu'aux autres décisions que certains membres ont prises pour quitter notre fraternité.

Alors que je posais mon livre pour faire une pause, je jetais un œil par la fenêtre. Je remarquais un groupe de pigeons assis en rang sur un fil électrique. Le groupe semblait nombreux, mais je ne les comptais pas. Un orage se formait, et le vent qui se levait commençait à gifler le fil.

Les pigeons s'en rendirent compte et déployèrent les plumes de leur queue ainsi que leurs ailes pour garder leur équilibre sur le fil. La portée de cet acte fut annulée, cependant, quand un pigeon décida de s'envoler. Quand il s'envola le fil eut un mouvement de recul, et il fut encore plus difficile pour les autres pigeons de garder leur équilibre. Ils eurent l'air d'avoir peur.

A peine plus tard, un autre pigeon s'envola, puis un autre jusqu'à ce qu'il ne reste plus qu'un seul oiseau perché de façon précaire sur le fil.

J'attendis, attendant qu'il s'envole lui aussi. Ce ne fut pas le cas. A la place, pour un laps de temps qui semblait une éternité, le pigeon demeura vigilant et patient alors que le mouvement du fil s'amortissait lentement. A ma grande joie, d'autres oiseaux commencèrent à venir s'installer sur le fil. En fait, ceci eut pour effet de rendre le fil plus stable.

Je ne pouvais pas voir où les autres pigeons étaient partis, seulement la direction qu'ils avaient prise. Je ne savais pas au juste pourquoi ils s'étaient enfuis ; je ne pouvais que supposer que c'était à cause de la force du vent. Cela semblait étrange, sachant que la force enfermée dans le fil électrique était bien supérieure à la force du vent. Il est étonnant de constater que cette force ne fait aucun mal aux pigeons.

Avant que le vent ne se lève, ils s'étaient sentis en sécurité sur la ligne haute tension. Maintenant, je contemplais le pigeon solitaire entouré des nouveaux arrivants. Les choses se calmaient, et les oiseaux jouissaient à nouveau de leur confort après avoir courageusement élu résidence sur la ligne électrique haute tension — jusqu'à ce que le vent ne souffle à nouveau, comme toujours.

Ceci me rappela combien j'avais besoin d'être résolu au sujet de la puissance du programme de NA quand certains membres décident de rechuter ou de quitter le programme. J'ai besoin de ne pas juger ces personnes pour leur fuite, ni de m'alarmer au sujet de notre sentiment de vulnérabilité pendant ces moments. Les douze traditions de NA nous unissent autour d'un but commun.

Je réalise aujourd'hui que mon service le plus important envers les autres et le groupe est de rester constant et concentré sur mon rétablissement personnel. Ce changement de point de vue est l'un des nombreux cadeaux que j'ai reçus, et je crois qu'il est de ceux qui sont le fruit de ma croissance spirituelle au sein du programme de NA.

David C, West Virginia

Je suis membre de NA, et j'ai bientôt douze ans d'abstinence. Ce que j'ai vu et vécu m'a appris que la souffrance de vivre sans drogue est temporaire — si je travaille le programme — mais la souffrance revient quand je juge d'autres dépendants parce que je ne me suis pas accepté moi-même en tant que dépendant.

« Ce n'est pas en jugeant les fautes des autres que nous deviendrons de meilleures personnes » (Texte de base, p.48) Pour qui nous prenons-nous pour juger du temps d'abstinence d'un autre dépendant ? Est-ce que quelqu'un nous a jugé lorsque nous sommes arrivés à NA ?

Je conçois très bien qu'un médecin ne donne pas son avis sur l'ordonnance d'un autre médecin pour des raisons d'éthique professionnelle. Qui sommes-nous, alors, pour donner un tel avis ?

Je voudrais dire ma sympathie à tous nos membres qui ont besoin de médicaments pour des raisons médicales. Je tiens à vous dire que je vous considère comme mes frères et sœurs. Je vous encourage à nous pardonner et à continuer à venir en réunion parce que j'ai besoin de vous.

JC, Pérou

L'abstinence, c'est...

Au cours de mes 15 ans d'abstinence et de rétablissement dans NA, mes 26 ans de suivi psychiatrique et lors de mes contacts avec mes filleuls et les autres membres de NA, j'ai constaté que beaucoup de personnes possèdent des diplômes qui proviennent de pochettes surprises ou d'une inspiration spirituelle trouvée ça et là et n'importe où. Ces personnes croient que les maladies physiques et mentales se soignent « à froid » (« cold turkey »), comme au temps de l'Inquisition ou dans les 150 pays qui considèrent actuellement la torture comme une forme d'art.

Moi, je considère que je vis en 2002, qu'il existe une médecine moderne, je n'en suis pas diplômé et je ne suis pas responsable du suivi d'un autre être humain. Ma seule responsabilité concerne l'accueil inconditionnel de NA : transmettre aux autres dépendants qu'il est possible de vivre abstinents d'alcool et de drogues, ainsi que de ne pas abuser de médicaments. L'abstinence concerne un patient, son médecin, son parrain/sa marraine et Dieu. NA doit se soumettre à l'autorité médicale si nous voulons que les médecins orientent vers notre programme leurs patients qui ont des problèmes d'alcool ou de drogues, ou qui abusent de médicaments.

En accord avec le « Bulletin n° 29 du Conseil des 'Trustees' des Services mondiaux, » les 'Trustees' ou syndicats de NA doivent montrer leurs diplômes concernant leurs compétences en matière de législation sur la méthadone, les médicaments anti-douleurs ou tout traitement médical ; ils doivent en plus donner de leur temps pour suivre les membres sous traitement qu'ils frappent de leurs critiques : si un médecin prescrit quoi que ce soit à un patient, aucune autre personne ne peut modifier le traitement si ce n'est un autre médecin traitant.

Dans NA, un patient qui joue avec sa vie, sans diplôme de médecine, peut leurrer un grand nombre de personnes et amener celles-ci vers la souffrance, le danger et la mort.

Rodolphe Z, Québec

Une image vaut mille mots

Nous invitons les fraternités de NA à nous envoyer des photos de leurs lieux de réunion. Nous apprécions particulièrement celles où l'on peut distinguer le format de la réunion, les publications sur le rétablissement, les affiches, les tasses de café, etc. Bref, tout ce qui donne un air habité à une salle de réunions. Par ailleurs, notez que nous ne pouvons publier aucune photo permettant d'identifier des membres de NA. Dites-nous quel est le nom de votre réunion, dans quelle ville, quel quartier où elle est située, depuis combien de temps elle existe et quel est son déroulement (conférencier, discussion, etc.).



Groupe de Forca Lousada, Portugal

Notre groupe a été fondé en 1996 avec l'aide de plusieurs dépendants de Porto. Le groupe tient des réunions quatre fois par semaine, à 9h30, en l'église de Senhor dos Aflitos de Lousada. Nous comptons environ douze membres qui viennent régulièrement en réunion. Voici une photo du lieu où nous nous réunissons.

Qui suis-je pour juger ?

Salut. Je suis JC, un dépendant qui vit au Pérou.

Le sujet de ce numéro m'a fait réfléchir sur les dégâts que les drogues ont infligés à beaucoup d'entre nous. Je ne fais pas seulement référence à ceux qui, en dépit de la bonne volonté qu'ils mettent à se rétablir, prennent des médicaments prescrits par des médecins qui savent qu'ils sont dépendants ; je fais également référence à la mauvaise influence que cet état de faits exerce au sein de notre fraternité.

Si la prémisse de nos croyances est que NA n'a aucune opinion sur les sujets extérieurs, alors nous devons essayer de concevoir que certains d'entre nous étaient plus atteints que d'autres quand ils sont arrivés. Certains membres peuvent avoir besoin de médicaments pour améliorer leur qualité de vie. Avons-nous la capacité de juger le caractère légitimes de leurs ordonnances ? J'ai l'impression que si nous faisons cela ouvertement, nous violons la dixième tradition.

Je trouve très déplaisant de demander à un membre qui prend des médicaments prescrits par un médecin, de s'abstenir de prendre un service public. Je trouve également détestable d'avoir ensuite à lui expliquer pourquoi il doit supporter les critiques de membres remplis de préjugés. Pour éviter l'un et l'autre, je l'encourage à prendre du service dans un autre domaine, comme le service littérature ou au sein de leur groupe d'appartenance.

Je connais personnellement certains membres qui ont besoin de prendre des médicaments, et certains d'entre nous considèrent qu'ils sont abstinents. Nous pensons qu'ils ont droit, au même titre que les autres, de célébrer leurs anniversaires d'abstinence tout à fait normalement. Mais que faisons-nous vis-à-vis de ceux qui sont intolérants envers ces dépendants ?

J'ai été le témoin de la cruauté que nous, les dépendants, pouvons exercer quand nous jugeons sans aucune pitié. Nous n'avons en aucun cas le droit de rendre un camarade dépendant mal à l'aise. Peut-être ces dépendants méritent plus de compréhension et d'affection que les autres.

L'expérience nous a enseigné que si un membre prend des médicaments et décide d'arrêter de lui-même, sans un contrôle ou une aide médicale, de graves problèmes peuvent s'ensuivre.

Au sein de notre communauté locale de NA, nous connaissons aussi des membres qui s'auto-prescrivent des médicaments ou mentent à leur médecin pour en obtenir. Comment les jugeons-nous ?

Quoiqu'il en soit, je remercie ma Puissance supérieure d'avoir été accepté dans NA et d'avoir trouvé le rétablissement en dépit de tous mes défauts de caractère. Si nous sommes capables d'accepter en réunion des personnes qui sont constamment sous l'emprise d'une drogue ou d'une autre, pourquoi nous est-il si difficile d'accepter que certains de nos camarades ont un vrai besoin de médicaments pris sur l'ordonnance d'un médecin ?

D'un autre côté, avons-nous la garantie que nous allons rester en bonne santé pour le reste de notre vie simplement parce que nous sommes devenus abstinents ? Qui peut nous assurer que demain nous n'aurons *pas* besoin d'une ordonnance médicale pour améliorer notre santé ? Allons-nous nous battre bec et ongles pour rester abstinents si nous tombons malades ?



Henri de H&P

Pour ceux et celles d'entre vous qui n'ont pas eu le plaisir de le rencontrer, Henri de H&P est l'as des mecs de H&P. Il se promène dans les hôpitaux et les prisons du monde entier. Il sait tout et il est partout. Vous avez une question sur H&P ? Vous avez besoin d'aide ? Écrivez à Henri de H&P à l'adresse du BSM.

Cher NA Way,

J'aimerais dire que le numéro d'octobre 2002 fut encore un numéro très réussi — il comptait nombre de partages venant des tripes ! Merci à vous ainsi qu'à toute votre équipe. Deuxièmement, la lettre de cet homme de Louisiane (dans la rubrique de Slim de H&P) qui est à la recherche d'un parrain m'a vraiment touché. J'en ai parlé à mes filleuls et nous aimerions savoir si nous pourrions entrer en contact avec lui afin de l'inviter à correspondre avec nous. Je sais que vous ne pouvez nous délivrer ses coordonnées, mais je me demandais si vous pourriez lui transmettre les miennes. Je vous joins une lettre. Si pour quelque raison cela n'était pas possible, je comprendrais.

Scott W, Tennessee

Cher Scott,

Merci d'avoir écrit à la rédaction de *The NA Way Magazine*, ainsi que d'avoir exprimé votre compassion pour ce détenu de Louisiane qui nous a écrit qu'il lui était impossible de trouver un parrain par l'entremise de notre structure de service. Je sais que vous-même ainsi que certains de vos filleuls veulent écrire à cet homme. Malheureusement, si vous consultez la rubrique de Slim de H&P du dernier numéro de notre magazine, vous constaterez qu'aucun nom ne figurait à la suite de l'article — la lettre avait été postée anonymement.

Néanmoins, je suis très intéressé par ce qu'il serait possible de faire en ce qui vous concerne, ainsi que vos filleuls et le dépendant qui souffre encore « derrière les murs ». Comme vous vous souvenez peut être, dans ma réponse à ce détenu de Louisiane je mentionnais qu'un certain nombre de comités de « parrainage par correspondance » avait été créé ces dernières années. Compte tenu du vif intérêt dont vous avez fait preuve, je pensais que vous et vos filleuls pourriez être intéressés par la création d'un tel comité, et vous engager dans une correspondance touchant soit au rétablissement en général, soit au parrainage des dépendants incarcérés.

C'est à vous de décider si vous voulez tenter l'expérience, et si vous obtenez le feu vert de votre comité de service local ou régional, l'équipe du Bureau des services mondiaux se ferait un plaisir de vous faire parvenir quelques lettres de correspondance types, de même que les lignes de conduite des comités de parrainage.

Par où commencer ? Le Bureau des services mondiaux reçoit une montagne de lettres de dépendants à la recherche d'un correspondant ou d'un parrain ou d'une marraine. Si vous décidez de poursuivre, transmettez l'adresse postale de votre sous-comité au BSM. Le BSM se chargera alors soit de faire parvenir cette adresse à un dépendant qui recherche un correspondant, soit de vous envoyer directement la lettre de ce dépendant.

Quoique vous décidiez de faire, je souhaite que tout se passe pour le mieux pour vous. Je prie pour que dans un futur proche, quelqu'un ici au bureau me dise « Eh, Slim, tu te souviens de ces gars du Tennessee qui voulaient écrire à ce dépendant de Louisiane ? Et bien, ils ont formé un comité et nous venons juste de leur envoyer leur première demande de parrainage ! »

Merci de tout ce que vous faites pour le dépendant qui souffre encore.

Servant avec amour
Slim de H&P

Courrier des lecteurs

Cher NA Way,

Quand je suis venu pour la première fois à NA en 1981, j'étais étudiant en Psychologie. L'utilisation de drogues thérapeutiques était alors dans NA un sujet aussi houleux qu'aujourd'hui. Certains membres de NA avaient la notion fautive que les neuroleptiques prescrits en cas de schizophrénie sont des tranquillisants qui induisent une dépendance ; et ils ont instamment poussé certains membres psychotiques à arrêter de prendre leurs médicaments. Le résultat était prévisible : rapidement, les dépendants qui souffraient de psychose ont sombré à nouveau dans le délire et les hallucinations, devenant un danger pour eux-mêmes et les autres.

Un membre qui était dans ce cas commença à venir armer d'un pistolet en réunion, puis finalement hospitalisé après avoir menacé de tirer sur son employeur. Un autre sauta du toit d'un immeuble pour se suicider et se brisa les jambes. Bien que j'aie fait de mon mieux pour éduquer des membres de NA sur la nécessité de certaines drogues thérapeutiques pour le bien-être et la sécurité de certains d'entre nous, de nombreux dépendants en rétablissement m'ont dit que les neuroleptiques induisent une dépendance et que leur consommation était contraire aux principes de notre programme de rétablissement.

Cela faisait huit ans que je me rétablissais quand je dus subir une intervention chirurgicale douloureuse. Le médecin me prescrivit une drogue par voie orale, mais j'eus le bon sens de donner les médicaments à ma logeuse avec la consigne de me les donner suivant l'ordonnance du médecin — sans tenir compte de mes gémissements au sujet de la douleur. Je me remis de l'opération, et cela m'enseigna une leçon profitable à propos du pouvoir de ma dépendance : il ne faut pas me confier de telles drogues lorsque je souffre.

Bien que j'aie travaillé au sein d'hôpitaux psychiatriques où j'avais accès à un bon nombre de drogues, je n'ai jamais ressenti la compulsion d'en consommer parce que j'allais régulièrement en réunion, tra-

vallais les douze étapes avec mon parain et effectuais du service pour les autres dépendants. Plus tard, je me suis spécialisé dans le traitement psychiatrique des patients à double diagnostic et compris alors leur condition particulière.

L'intolérance vis-à-vis des drogues thérapeutiques dans NA s'est réduite très lentement, mais elle reste encore forte. Les membres qui se voient prescrire des antidépresseurs sont toujours considérés avec suspicion. Les membres qui prennent des médicaments sur ordonnance contre une douleur chronique se voient dire qu'ils ne sont pas en rétablissement par ceux mêmes qui ignorent tout de leurs souffrances. Ils doivent marcher sur une corde raide, entre une vie rendue tolérable par la prise de médicaments et le risque de rechuter dans l'enfer de la dépendance. Un choix loin d'être facile !

Un membre qui souffrait de douleur chronique avait eu la colonne vertébrale brisée dans un accident causé par un chauffard ivre. Pendant des années ce membre a vécu souffrant le martyre au point de ne pas pouvoir s'asseoir en réunion. Finalement, le neurochirurgien n'eut pas d'autre choix que de prescrire une puissante drogue anti-douleur afin d'essayer de rendre ses souffrances supportables. Ce membre se sentit mis à l'écart en réunion et à la fin cessa de s'y rendre.

Est-ce le genre d'accueil que nous souhaitons faire aux personnes qui ont un vrai besoin de médicaments ? Ne sommes-nous pas dans cette position de juge qui nous a rendu la vie si misérable ? Combien d'entre vous se sentent assez sûrs de leurs connaissances médicales pour pouvoir décider si quelqu'un est abstinent ou non ? Qui parmi nous est compétent pour intervenir dans la relation entre un membre et son médecin ?

Bien sûr, il y a ceux qui se disent abstinents et qui montrent tous les signes évidents de la dépendance active. Néanmoins, nous n'avons pas le droit de les condamner ou de les mettre à l'écart du fait de leur déni, parce que ce programme est un programme d'amour et non de jugements. Au lieu d'éviter ceux qui prennent des médicaments, tendez leur la main de façon à exprimer l'amour et la compassion. S'il vous plaît, n'excluez pas ceux qui ne correspondent pas à votre notion du rétablissement. A la place, apprenez à

les accueillir comme des camarades qui souffrent également de cette maladie cruelle qu'est la dépendance. Cela peut faire toute la différence entre la vie et la mort.

Anonyme, Oregon



CMNA 30...

plus proche que vous ne le pensez

Le 50^{ième} anniversaire de Narcotiques Anonymes ainsi que CMNA 30 seront là dans seulement sept mois ! Cette méga célébration aura lieu du 3 au 6 juillet 2003 à San Diego, Californie. Du fait de l'ampleur et de l'importance historique de cet événement, nous avons besoin de votre aide !

Aidez Notre équipe de CMNA...

- ☛ Rassemblez des matériaux visuels et écrits sur l'histoire de NA partout dans le monde.
- ☛ Suggérez-nous des conférenciers et/ou envoyez-nous des cassettes audio.
- ☛ Proposez-nous des membres susceptibles de nous aider à évaluer les cassettes des conférenciers potentiels.

Histoire Ecrite et Cassettes...

- ☛ Nous espérons capturer un patchwork qui reflètera notre histoire bariolée lors de CMNA 30. NA a souvent traversé des moments difficiles — au point de presque disparaître — depuis son humble début en 1953, pour devenir la fraternité internationale que nous connaissons aujourd'hui en tant que Narcotiques Anonymes.
- ☛ Votre groupe possède-t-il certains objets particuliers que nous pouvons exposer lors de cette célébration spéciale ? Si vous, votre localité ou votre région possède quoi que ce soit que vous souhaitez partager avec le reste du monde, s'il vous plaît faites-le-nous parvenir au Bureau des services mondiaux aussi tôt que possible, ou bien contactez le BSM pour toute information supplémentaire. Parfois un prospectus, une photo ou tout autre objet peut nous parler de façon puissante et unique.
- ☛ Nous souhaitons aussi recueillir des histoires écrites sur les débuts de Narcotiques Anonymes dans votre communauté, et nous vous demandons de bien vouloir contribuer à ces témoignages qui seront diffusés lors de CMNA 30.
- ☛ Si vous possédez une cassette ou bien êtes intéressé par l'évaluation des cassettes des conférenciers potentiels, s'il vous plaît remplissez le formulaire en page 12. Si vous ne possédez pas de cassette, vous pouvez nous soumettre votre nom ainsi que des informations personnelles sur le même formulaire. Lors du choix des conférenciers, nous nous référerons à la liste de pré-inscription pour essayer de déterminer les membres présents à la convention. Vous pouvez aussi contacter WCNAspeaker@na.org pour plus d'informations.

Voici pour vous l'opportunité de prendre part à cet événement unique et de donner réellement un sens à l'expression ensemble nous pouvons !

Nous espérons vivement vous rencontrer en juillet 2003 !



CALENDRIER

Nous vous encourageons à annoncer votre événement en le publiant sur notre site Web ou dans la revue *The NA Way*. Vous pouvez informer le BSM de l'événement par télécopieur, téléphone, courrier régulier ou par l'entremise de notre site Web. Nous vous encourageons particulièrement à utiliser le site Web parce que vous pouvez vérifier si votre convention est déjà sur la liste et, si ce n'est pas le cas, vous pouvez entrer vous-même l'information concernant celle-ci. Cette information est ensuite révisée, formatée et ajoutée au calendrier en ligne sur notre site Web environ quatre jours plus tard. Allez simplement à : www.na.org, cliquez sur « NA Events » et suivez les instructions.

Les annonces de conventions faites par l'intermédiaire du site Web et celles que nous recevons par d'autres moyens sont également transmises au *The NA Way*. La revue est publiée quatre fois par année, soit en janvier, en avril, en juillet et en octobre. La production de chaque numéro commence bien avant la date de sa distribution ; si vous voulez vous assurer que votre événement paraisse dans la revue, vous devez nous en aviser au moins trois mois avant cette date. Par exemple, si vous voulez qu'un événement soit publié dans le numéro d'octobre, vous devez nous faire parvenir l'information avant le 1er juillet.

Australie

Victoria : 17-19 Janv. ; 2^{ième} Convention Locale combinée de Tasmanie & Victoria 2003 ; St Hilda's College, Université de Melbourne, Melbourne ; info : +61.395.92.2345 ; écrire à : Australian Region, Box 2470V, Melbourne, VIC 3000 ; home.vicnet.net.au/~navic/

Bermudes

Southampton : 28-30 Mars ; 3^{ième} Convention Locale des Iles Bermudes ; Sonesta Resort Hotel, Hamilton: réserv. hôtel : 441.238.8122 ; info : 441.296.2492 ; date limite de réception cassettes des conférenciers : 1^{er} Mars 2003: écrire à : Bermuda Islands Area, Box DV690, Devonshire, DVBX, Bermuda

Canada

Nova Scotia : 25-27 Juillet ; Spiritual in Nature ; Keddy's Hotel, Halifax ; info : 902.430.7300 ; date limite de réception cassettes des conférenciers : 1^{er} Avril 2003 ; écrire à : Central Nova Area-Halifax, Box 65 Central, Halifax, Nova Scotia B3J 2L4 ; www.nearna.com

Ontario : 7-9 Févr.: TACNAIII: Célébration de 20 ans de Rétablissement: Porter le message: Crowne Plaza Hotel, Toronto: réserv. Hôtel : 800.422.7969: écrire à : Toronto Area, Box 5700, Depot A, Toronto, Ontario M5W 1N8: www.torontona.ca

2) 28 Févr.-2 Mars: XVI^{ième} Convention Régionale de NA de l'Ontario: Sheraton Hamilton Hotel, Hamilton: réserv. hôtel : 800.325.3535 ; info : 905.529.5515 ; écrire à : ORSCNA, Box 5939 Depot A, Toronto, Ontario, M3W 1P3, Canada: www.orscna.org/o.r.c.n.a.xvi.html

Grèce

Athènes : 11-13 Oct. 2003 ; ECCNA: Laissez votre esprit s'envoler ; Hotel Athos Palace, Kalithea: réserv. hôtel : +30.37.4022100 ; écrire à : European Convention, Box 75064, Post Code 17610, Kalithea, Athens, Greece ; www.eccna2003.com

Inde

Bombay : 16-18 Janv.: BACNA X: Elargir ses horizons: Hotel Riviera Matheran, Bombay: info : +98.212.09510: date limite de réception cassettes des conférenciers : 31 Déc. 2002: écrire à : Bombay Area, Box 1953, GPO, Bombay 400001

Pérou

Lambayeque : 1-3 Mai: IX^{ième} Convention Régionale de NA Pérou: Chiclayo: info : 511.970.6609: www.na.org/links-main.htm#Peru

Portugal

Lisbonne : 7-9 Févr.: VI^{ième} Convention de Narcotiques Anonymes de la localité de Lisbonne: Fórum Lisboa, Lisbonne: inscription : registos@vicnalx.org; info : informacao@vicnalx.org; info cassettes conférenciers : programa@vicnalx.org

Suède

Göteborg : 28 Févr.-2 Mars: En Ny Chans (Une nouvelle chance): Folkets hus, Göteborg: inscription : +46707235862: www.nasverige.a.se

États Unis

Alabama : 7-9 Févr.: Out of the Darkness into the Light VII: Holiday Inn, Decatur: réserv. hôtel : 256.355.3150: info : 256.852.2308

Arkansas : 7-9 Mars: ARVANA 10th Annual Hangin' in the Fort Convention: Fifth Season's Inn, Fort Smith: réserv. hôtel : 479.452.4880: info : 479.484.0254: date limite de réception cassettes des conférenciers : 10 Janv. 2003: écrire à : Arkansas River Valley Area, Box 5631, Fort Smith, AR 72913

Californie : 10-12 Janv.: Tri Area Convention III: Red Lion Inn, Redding: réserv. hôtel : 530.221.8700: info : 530.321.8069: www.triareaconventionregistration.com

2) 21-23 Févr.: XI^{ième} Convention Régionale du Centre de la Californie: Keep It Simple: Marriott, Ventura: réserv. hôtel : 877.983.6887: info : 805.937.5870: écrire à : CCRCNA, Box 2170, Santa Maria, CA 93457-2170: ccrcna-registration@excite.com: www.ccrna.org

3) 17-20 Avril: XXV^{ième} Convention de NA du Nord de la Californie: A Silver Celebration: Hilton Hotel, San Jose: info : 650.642.1117: écrire à : Northern California Region, Box 248, Mountain View, CA 94042-0248

4) 3-6 Juillet: 50^{ième} Anniversaire de NA: 30^{ième} Convention Mondiale de NA : WCNA-30: San Diego Convention Center, San Diego: écrire à : NA World Services, 19737 Nordhoff Pl, Chatsworth, CA 91311: www.na.org

Caroline du Nord : 3-5 Janv.: WNCA XVIII: Spiritually High in the Land of the Sky: Ramada Plaza Hotel, Asheville: réserv. hôtel : 800.678.2161: info : 828.683.6144: écrire à : Western North Carolina, Box 16238, Asheville, NC 28816

2) 21-23 Févr.: Freedom by the Sea II: Holiday Inn Sun Spree Resort, Wrightville Beach: réserv. hôtel : 877.330.5050: info : 910.342.0693: écrire à : Coastal Carolina Area, Box 561, Wilmington, NC 28401

3) 7-9 Mars: Capital Area Family Reunion: Hilton North Raleigh, Raleigh: réserv. hôtel : 800.HILTON HOUSING, Code : RFA: info : 919.832.5204: écrire à : Capital Area, 1910 Summerdale Dr, Raleigh, NC 27604

4) 25-27 Avril: Bound for Freedom XVIII: Adams Mark Hotel, Charlotte: réserv. hôtel : 800.444.2326: info : 704.597.9413: écrire à : Greater Charlotte Area, Box 33306, Charlotte, NC 28202

Floride : 23-26 Janv.: 14^{ième} Retraite spirituelle annuelle de la localité de Palm Coast: Gold Coast Christian Camp, Lantana: info : 561.630.6446: écrire à : Palm Coast Area, Box 20984, West Palm Beach, FL 33416

2) 17-20 Avril: FRCNA XXII: Into the Light: Orlando Airport Marriott Hotel/Resort, Orlando: réserv. hôtel : 800.765.6752: Marriott Local # : 407.851.9000: info : 863.413.9892: date limite de réception cassettes des conférenciers : 15 Févr. 2003: écrire à : FRCNA, 6152 S Congress Ave, Lantana, FL 33462: www.floridarso.org

3) 1-4 Mai: 27th Annual Fun in the Sun Weekend: The Boardwalk Beach Resort, Panama City Beach: réserv. hôtel : 800.224.4853: info : 404.452.1731: date limite de réception cassettes des conférenciers : 31 Janv. 2003: écrire à : North Atlanta Area, PC Weekend, Box 95270, Atlanta, GA 30347

Géorgie : 10-12 Janv.: Peace in Recovery XV: Wingate Hotel, Augusta: réserv. hôtel : 800.993.7232: info : 706.793.5454: écrire à : CSRA, Box 133, Augusta, GA 30901

2) 6-9 Févr.: GRCNA XXII: Guide Me in My Recovery: Jekyll Inn, Jekyll Island: réserv. hôtel : 800.736.1046: info : 770.471.5847: www.grcna.org

Hawaï : 9-11 Mai: Kauai Gathering in Paradise: YMCA Boy Scout Camp, Naue, Haene, Kauai: inscription : 808.634.5795: date limite de réception cassettes des conférenciers : 1^{er} Avril 2003: talitom@alo.com

2) 1-4 Sep 2005: 31^{ième} Convention Mondiale de NA : WCNA-31: lieu à déterminer, Honolulu: écrire à : NA World Services, 19737 Nordhoff Pl, Chatsworth, CA 91311: www.na.org

Illinois : 2-5 Janv.: XV^{ième} Convention Régionale de Chicago: Hyatt Regency Chicago, Chicago: réserv. hôtel : 800.233.1234: écrire à : Chicagoland Region, 212 S Marion, Ste 27, Oak Park, IL 60302: www.chicagona.org

2) 4-6 Avril: RRCNA 12: Clock Tower Resort, Rockford: réserv. hôtel : 815.398.6000: info : 815.964.5959: date limite de réception cassettes des conférenciers : 31 Déc. 2003: écrire à : Rock River Area, Box 8544, Rockford, IL 61126

Indiana : 28 Févr.-2 Mars: 10^{ième} Convention annuelle de l'état de l'Indiana: Hilton Hotel, Fort Wayne: réserv. hôtel : 260.420.1100: écrire à : North East Area, Box 12737, Fort Wayne, IN 46864: www.naindiana.org

Kentucky : 18-20 Avril: Convention Régionale de NA du Kentucky: Executive Inn Rivermont, Owensboro: réserv. hôtel : 800.626.1936: info : 270.683.0681: écrire à : Kentuckiana Region, 2626 W Parrish Ave #211, Owensboro, KY 42301-2664: KRCNA17@yahoo.com

Maryland : 11-13 Avril: XVII^{ième} Convention Régionale de Chesapeake & Potomac: Ocean City Convention Center, Ocean City: info : 301.839.4425: écrire à : CPRCNA Host Committee, Box PMB 480, 1429 G St NW, Washington, DC 20005-2009: www.cprcna.org/17

Massachusetts : 10-12 Janv.: BACNA VIII: Weathering the Storm: Sheraton Braintree, Braintree: réserv. hôtel : 781.848.0600: info : 508.653.2342: écrire à : Boston Area, 398 Columbus Ave, Boston, MA 02116

2) 7-9 Mars: NERC X: The Journey Continues: Sheraton Hotel, Hyannis: réserv. hôtel : 800.325.3535: écrire à : New England Region, Box 437, Quincy, MA 02169: www.newenglandna.org

Michigan : 24-26 Janv.: KACNA XI: Radisson Hotel Plaza, Kalamazoo: réserv. hôtel : 269.343.3333: info : 269.344.1705: écrire à : Kalamazoo Area, Box 50822, Kalamazoo, MI 49005

2) 17-20 Avril: DACNA XI: Living the Dream: Detroit Marriott Hotel, Detroit: réserv. hôtel : 800.352.0831: info : 734.955.1306: écrire à : Detroit Area, Box 32603, Detroit, MI 48232-0603

Minnesota : 28 Févr.-2 Mars: 6^{ième} Convention de femmes annuelle « Circle of Sisters » : Doubletree Grand, Bloomington: réserv. hôtel : 952.854.2244: charity.marra@starwoodhotels.com: info : 612.879.8203: écrire à : Circle of Sisters 6, Industrial Station, Box 4580, St Paul, MN 55104

2) 11-13 Avril: X^{ième} Convention Régionale annuelle du Minnesota : Dix ans de miracles: Kahler Grand Hotel, Rochester: réserv. hôtel : 800.533.1655: info : 507.281.2446: écrire à : Open Door Area, Box 6794, Rochester, MN 55903

Nebraska : 21-23 Févr.: Close Encounters of the Clean Kind: Best Western Redick Hotel, Omaha: réserv. hôtel : 888.342.5339: info : 402.551.5199: date limite de réception cassettes des conférenciers : 31 Déc. 2002: écrire à : Eastern Nebraska, Box 3937, Omaha, NE 68102: www.close-encounters-na.com

Nevada : 14-16 Févr.: ELVCNA IV: It Works Convention: Texas Station Hotel and Casino, Las Vegas: réserv. hôtel : 800.654.8888: info : 702.457.5595: écrire à : East Las Vegas Area, Box 12717, Las Vegas, NV 89112-1717: www.elvcna.org

2) 17-20 Avril: The Joy Is in the Recovery: Riviera Hotel, Las Vegas: réserv. hôtel : 800.634.6753: info : 702.227.6322: date limite de réception cassettes des conférenciers : 2 Janv. 2003: www.snasc.org

New Jersey : 21-23 Févr.: Celebrating Recovery II : The Process Continues: Wyndham Hotel/Newark Airport, Newark: réserv. hôtel : 800.996.3426: info : 973.623.8526: écrire à : Greater Newark Area, Box 3412, Newark, NJ 07103

2) 28 Févr.-2 Mars: CAACNA XIII : Pearl of Recovery: Tuscany House Hotel, Egg Harbor/Galloway: réserv. hôtel : 609.965.2111: info : 609.652.8218: écrire à : Cape Atlantic Area, Box 1514, Pleasantville, NJ 08232

3) 23-25 Mai: XVIII^{ième} Convention Régionale du New Jersey: East Brunswick Hilton, East Brunswick: réserv. hôtel : 732.828.2000: info : 732.422.0250: écrire à : New Jersey Region, Box 134, Fords, NJ 08863

New York : 7-9 Mars: II^{ième} Convention Locale du Bronx: Workin' The Steps, From Trippin' to Steppin': Hudson Valley Resort & Spa, Kerhonkson: réserv. hôtel : 888.948.3766: info : 718.863.3506: écrire à : Bronx Area, 976 Mclean Ave, Box 168, Yonkers, NY 10704: www.compusolv.net/bxacna

Nouveau Mexique : 14-16 Mars: XIV^{ième} Convention Régionale du Rio Grande : Best Western Inn & Suites, Farmington: réserv. hôtel : 800.528.1234: info : 505.327.5221: www.riograndena.org

Ohio : 3-5 Janv.: XIV^{ième} Convention Locale du Centre de l'Ohio : Columbus Marriott North, Columbus: réserv. hôtel : 800.228.3429: info : 614.257.0407: écrire à : COACNA XIV, Box 32351, Columbus, OH 43232-0351

2) 21-23 Févr.: TACNA VI: Through the Steps, Our Dreams Are Awakened : Clarion Hotel, Toledo: réserv. hôtel : 419.535.7070: info : 419.474.3952

Oklahoma : 21-23 Mars: OKRCNA XVII: Adam's Mark Hotel, Tulsa: réserv. hôtel : 918.582.9000, 800.444.2326: info : 918.438.3046: www.okna.org/okrcna/

Oregon : 14-16 Févr.: VI^{ième} Convention Locale de Mid-Willamette Valley: The Journey Is Spiritual: Spirit Mountain Lodge & Casino, Grande Ronde: réserv. hôtel : 888.668.7366: info : 503.391.4614: écrire à : Mid-Willamette Valley Area, Box 17525, Salem, OR 97305

Pennsylvanie : 14-16 Févr.: Mid-Atlantic Regional Learning Conference of NA XIX: Lancaster Host Resort, Lancaster: écrire à : MARLCNA, Box 14862, Reading, PA 19612: loribna@hotmail.com

2) 18-20 Avril: XVIII^{ième} Convention Régionale de Philadelphie et ses alentours: Recovery : God's Message for Change: Radisson Hotel Valley Forge Hotel, King of Prussia: réserv. hôtel : 888.267.1500: info : 215.227.5936: www.naworks.org

Texas : 3-5 Janv.: Localité de NA de Tri-County, Texas: Nassau Bay Hilton, Nassau Bay: réserv. hôtel : 800.HILTONS: info : 409.739.1856: www.ttcana.org

2) 10-12 Janv.: Atelier Mondial des Services mondiaux de NA: Making the Connection : NA Members & NAWS: Lakeway Inn and Resort, Austin: réserv. hôtel : 512.261.7300: info : 818.773.9999 x116: écrire à : NAWS, 19737 Nordhoff Pl, Chatsworth, CA 91311 : www.na.org

3) 31 Janv.-2 Févr.: I Becomes We in 2003 : Tejas Bluebonnet Region of NA IV: Sheraton North Houston, Houston: réserv. hôtel : 281.442.5100, 877.550.2939: info : 832.715.6637: écrire à : Houston Area Service Committee, Box 37247, Houston, TX 77237: www.tejas-na.org

4) 17-20 Avril: LSRCNA XVIII: Celebrate the Magic: Hilton DFW Lakes Executive Conference Center, Carrollton: réserv. hôtel : 800.245.3105: info : 800.747.8972: écrire à : Lone Star Region, 1510 Randolph, Ste 205, Carrollton, TX 75006: www.lsrna.com

Utah : 14-16 Mars 2003: X^{ième} Convention Locale du Nord de l'Utah: Comfort Suites Hotel, Ogden: réserv. hôtel : 801.621.2545: info : 801.317.4328: écrire à : Northern Utah Area, Box 242, Ogden, UT 84402: www.nuana.org

Virginie : 10-12 Janv.: 21^{ième} Convention des localités de Virginie: Hotel Roanoke & Conference Center-Doubletree, Roanoke: réserv. hôtel : 866.594.4722: info : 540.772.1088: écrire à : Roanoke Valley Area, Box 5934, Roanoke, VA 24012: www.rvana.com

2) 14-16 Mars: TACNA III: Ramada Resort, Virginia Beach: réserv. hôtel : 800.365.3032: info : 757.686.9527: écrire à : TACNA III, Box 1567, Norfolk, VA 23501

Wisconsin : 17-19 Janv.: Convention de l'Unité de NA de Milwaukee et ses alentours: Sheraton Milwaukee Brookfield Hotel, Milwaukee: réserv. hôtel : 800.325.3535 (hors du Wisc.) ou 800.221.6671 (Wisc.): info : 414.546.3449: écrire à : GMUCNA, Box 511001, Milwaukee, WI 53203

2) 30 Avril-1^{er} Mai: I^{ère} Convention Locale urbaine de NA: Best Western Midway Hotel, Milwaukee: réserv. hôtel : 414.769.2100: info : 414.967.8979

Wyoming : 23-25 Mai: URMRCNA IV: One Requirement, One Purpose: Holiday Inn, Rock Springs: réserv. hôtel : 307.382.9200: info : 307.875.5867: écrire à : URMRCNA IV, Box 445, Evanston, WY 82931: www.wyomingna.org

Mise à jour des produits du BSM



Français

Ça marche : comment et pourquoi

Article n° FR-1140 Prix 7,70 \$ US

GROUPE D'APPARTENANCE

