

## UN ANCIEN GASPÉSIEN QUI ACCEPTE SON ALCOOLISME

Né d'une famille de 14 enfants, je pensais dans le temps que j'étais le mouton noir de la famille, mais aujourd'hui, je sais que j'étais traité exactement comme tous les autres membres de ma famille. Maintenant, je sais que j'avais des prédispositions pour devenir un bon alcoolique à cause du dédoublement de ma personnalité, de mon désordre psychique et mental qui n'a fait qu'augmenter au cours des années.

A l'école, je n'étais pas comme les autres enfants de mon âge. Je me sentais toujours épié et rejeté par mes camarades de classe, j'avais des complexes d'infériorité. Mes études se sont terminées très jeune, dès la 5e année.

J'ai touché à mon premier verre à l'âge de 11 ans alors que j'étais servant de messe. Ce fut cette première fois que j'ai eu mon premier "black-out". Ma tante, qui était dans l'église ce matin-là, m'a dit que j'avais monté les marches de l'autel en sautant et moi, je ne me rappelle de rien! ... Je venais de faire la plus grande découverte de ma vie et tout au long de cette vie, j'ai pris l'alcool pour une béquille, ceci jusqu'à l'âge de 41 ans, commettant mille et une bêtises qui m'ont presque conduit au carré Viger; je n'ai pas couché là mais je n'étais pas loin. J'ai mendié des cents à la porte des tavernes sur la "MAIN" pour m'acheter un verre de bière afin d'essayer de me débarrasser de mes tremblements et pouvoir fonctionner. J'ai perdu tant de jobs que je ne peux les compter. J'ai tout essayé comme travail.

Ma maladie de l'alcoolisme m'a fait boire, un dimanche matin, de l'alcool à friction; j'étais très malade et j'avais beaucoup de tremblements; je n'avais plus un sou à la maison et mon épouse n'en avait pas non plus; en un mot, j'étais rendu au bout de ma corde. Je n'ai pas besoin de vous dire que mon épouse et mes enfants ont souffert beaucoup à cause de ma maladie insoupçonnée qui me gouvernait.

Ma fille qui était âgée de 17 ans à ce moment-là était très écoeurée de la situation. Elle me dit un bon soir: "Papa, tu feras ce que tu voudras, tue-moi, si tu veux, mais tu ne m'empêcheras pas de te dire quelque chose." Cette enfant était frustrée de me voir pris avec l'alcool; elle était à bout de souffle elle aussi. Ce soir-là, je crois que Dieu s'en était mêlé car j'avais moins bu que d'habitude; mais mon caractère de révolté était toujours là ainsi que mon agressivité qui montait en flèche de jour en jour. Je peux vous dire que

ce n'était pas un cadeau pour ceux et celles qui devaient m'endurer. Ma fille me dit comme ceci: "J'ai appelé un numéro de téléphone aujourd'hui et ce numéro c'est celui des **Alcooliques Anonymes**. Ils m'ont demandé si j'appelais pour moi et je leur ai répondu qu'il s'agissait de mon père et ils m'ont dit qu'il faudrait que ce soit toi qui appelles." Pas besoin de vous décrire la crise que j'ai faite! ... Moi! un alcoolique! ... Ça dépassait les bornes. Ma fille m'avait blessé dans mon orgueil et Dieu sait si j'en avais! Cette petite ne s'était pas mêlée de ses affaires, je vous assure que ça n'a pas été drôle ... Après une bonne crise, il s'est produit un grand calme dans toute ma personne ... mais je n'ai pas arrêté de boire tout de suite.

Ma délivrance approchait et je ne le savais pas. Pour moi, AA ça a cliqué dans ma tête et chaque fois que je prenais un verre après cela je pensais à cela et j'étais très malheureux; ça buvait mal et je n'avais pas encore connu ce qu'était AA. Trois semaines plus tard, après avoir passé par des crises de délirium trémens, j'étais rempli de remords; je pensais toujours à ce soir-là où ma fille m'avait parlé d'AA et je me suis décidé d'appeler l'intergroupe.

Je ne me rappelle pas beaucoup de ce qu'on m'a dit au téléphone car j'étais dans un gros banc de brume; ce que je me rappelle, c'est qu'ils m'ont dit qu'ils m'enverraient quelqu'un. Ce quelqu'un ce fut Germaine. Elle avait 11 ans d'AA à ce moment-là et c'était au mois d'octobre 1964. Aujourd'hui elle a 26 ans de sobriété avec AA. J'ai voulu qu'elle soit ma marraine mais elle n'a jamais voulu me disant: "Je ne marraine pas d'homme. Je te présenterai un bon parrain." Elle me dit qu'il y avait une assemblée dimanche après-midi, à 2 heures, au sous-sol du presbytère de la paroisse St-Vincent-de-Paul et je m'y suis rendu tout en me promenant. Arrivé au local où était l'assemblée, je ne voulais pas entrer; je pensais à mes amis de taverne que j'allais perdre: **"s'il faut qu'ils m'arrêtent de boire eux autres!"** ... De plus, j'avais peur de rencontrer ce monde-là, je vous le dis, j'étais tout à l'envers.

Un moment donné, il sort un "vieux" du local avec bouteilles de coke vides à la main, il me dit comme ça: "Cherchez-vous AA?" et moi je me suis dépêché de dire non ... mais mon épouse qui était avec moi a répondu aussi vite oui et ce bonhomme-là m'a pris par la main et m'a dit: "Viens voir ça, si ça fait pas ton affaire tu t'en

retourneras; et je l'ai suivi comme un petit enfant qui fait ses premiers pas.

Ce qui m'a frappé en entrant, ce fut la poignée de main chaude que j'ai reçue; ça faisait longtemps que j'avais pas donné la main à quelqu'un. On m'a fait boire mon café car j'avais trop de tremblements pour le boire seul et le message fut rendu par Germaine, celle qui a fait la douzième. Par une petite fenêtre au-dessus de sa tête, je pouvais voir un beau soleil d'automne et je trouvais cette femme-là belle, malgré son âge respectable; je ne croyais pas du tout ce qu'elle disait - ce n'était d'ailleurs pas possible ce qu'elle racontait à son sujet. Moi, assis sur mes mains, j'avais jugé tous ceux et celles qui étaient dans la salle excepté moi-même. Aujourd'hui je sais qu'elle disait la vérité. Elle m'a présenté un parrain en me disant: "Suis-le et tu vas aller loin." Ce type-là, c'était celui qui m'avait pris par la main, celui qui était venu me chercher dans la rue, c'était Viateur D., il est décédé aujourd'hui; il m'a parrainé environ 10 ans.

Quand mon parrain m'a parlé de mon jeton de trois mois, je ne voulais pas aller en avant pour le chercher. Pendant les premiers trois mois, j'ai toujours refusé d'aller lire les étapes. **Je ne voulais rien faire, c'était bon pour les autres mais pas pour moi...** Tout au long de ma vie, ce fut la même chose, toujours les autres mais jamais moi. Ça commençait à bien aller malgré tout, je ne buvais pas mais je n'écoutais pas mon parrain et au lieu de prendre mon jeton, je me suis trouvé une excuse et je suis allé boire. Je suis retombé dans ma vie d'enfer pendant 4 mois. Pas besoin de vous dire le trouble que j'ai fait autour de moi. les remords que j'ai eus. Je peux vous assurer que j'étais content de revenir à AA, le **16 mai 1965**.

J'ai essayé à nouveau de fonctionner avec l'aide du même parrain et ça allait assez bien; je suis allé prendre mon jeton de 3 mois. Lorsqu'on me l'a donné, je n'ai même pas dit un mot, et je suis allé m'asseoir. Les membres, après l'assemblée, m'ont dit que j'avais bien fait cela et ça m'a encouragé. Il me semblait que je n'avais jamais fait rien de bien dans ma vie, avant ce jour-là et j'ai commencé à aller en avant, à lire les étapes, à remercier les conférenciers et ça allait pas mal jusqu'à ce que l'Expo 67 arrive ...

Tout d'abord je dois vous dire que lorsque j'ai fait ma première assemblée, j'avais 7000 \$ de dettes. Je travaillais à temps partiel pour une compagnie de sécurité quand j'ai adhéré à AA. J'étais payé 1,00 \$ de l'heure. En 1967, j'ai laissé ce boulot et je suis allé travailler comme menuisier de décor pour la Compagnie universelle à l'Expo pour un très bon salaire et je crois que ça m'a monté à la tête. **Je me suis mis à travailler 17 à 18 heures par jour, 7 jours par semaine** et mon parrain me disait que ce n'était pas bon ce que je faisais. Je n'avais pas de sobriété dans le travail, qu'il disait et qu'arrêter de boire était seulement de

l'abstinence mais la sobriété ça devait être dans tous les domaines de ma vie. Moi, je me disait que le bonhomme n'était pas bon avec son affaire. Parce que je n'avais pas soif, j'étais sûr que je l'avais l'affaire ... Il me disait aussi que la fatigue, ça pouvait m'amener à mon premier verre mais moi, je ne croyais pas cela ... Qui a eu raison entre lui et moi? Je peux vous dire aujourd'hui que c'était lui qui avait raison. J'avais délaissé les assemblées parce que je n'avais pas le temps d'en faire, c'était seulement gagner de l'argent qui était important pour moi dans ce temps-là. Je n'avais pas pensé à ma sobriété.

Le dernier jour de l'Expo, j'ai reçu un cadeau et fut transféré au Théâtre du Canada; je travaillais comme machiniste de scène pour les spectacles. Le cadeau en question, c'était un 40 onces de scotch. J'ai payé un coup à tout le monde qui était avec moi, et il m'a resté un verre vide dans la main et je l'ai rempli. J'ai cherché quelqu'un à qui le donner et je n'ai trouvé personne. Qu'est-ce que vous pensez qui est arrivé à un gars, qui était fatigué d'avoir travaillé durant 6 mois, qui n'avait presque pas fait d'assemblées AA? J'ai commencé à parler avec le verre et c'est lui qui l'a emporté sur moi. J'en ai pris trois verres bien vite, en alcoolique. Après cela, je n'ai pas été capable de finir mon travail. Quelqu'un est venu me reconduire chez moi, car j'étais "**black-out**" et je ne me souviens de rien. Je me suis ramassé chez mon parrain ce soir-là, il m'a fait boire du café toute la veillée. Je suis revenu à moi vers 11 heures le soir; j'avais beaucoup pleuré et, merci mon Dieu, je n'ai pas été plus loin. Ma rechute a fini là. A ce moment-là, j'avais pris mon médaillon de 2 ans en argent mais je n'avais pas accepté mon alcoolisme. Le mot alcoolique me faisait encore peur et je pensais avoir fait ma troisième étape, ce n'était pas vrai, **j'en avais encore rien fait**.

J'ai recommencé en neuf et j'ai fait ma première étape avec toute l'honnêteté que je possédais et j'ai accepté mon alcoolisme avec toutes ses dépendances. J'ai pris des activités dans AA et j'ai commencé à lire beaucoup de littérature.

J'ai travaillé mes étapes mais il y avait toujours un ralentissement. Après 5 ans, il m'a semblé que je comprenais plus le mouvement. J'ai arrêté de faire de l'apitoiement et du ressentiment, qui sont les ennemis no 1 de l'alcoolique, et j'ai foncé de l'avant 24 heures par 24 heures.

Pour faire ma 3<sup>e</sup> étape, j'ai tout confié à Dieu, ma vie, ma famille et tout ce que je possède parce qu'il n'y a rien qui m'appartient. C'est tout prêté ce que j'ai. Je suis passé à ma quatrième étape: j'ai mis en lumière tous les coins et recoins du "bonhomme" sans rien cacher; ça m'a délivré. Ensuite je suis passé à la 5<sup>e</sup>, j'ai avoué à Dieu et à un autre être humain, qui est mon parrain aujourd'hui et à moi-même, tous les torts que j'ai. Il faut passer par là si l'on veut être capable de fonctionner droit.

C'est un cheminement, les étapes sont numérotées de 1 à 12; ce n'est pas pour rien. C'est comme une échelle, si on met le pied sur le premier barreau et l'autre sur le douzième on est dans une position inconfortable. On est mieux de les monter une à une, ça va mieux. Ma 6<sup>e</sup> étape a été très importante: Il fallait que je consente **pleinement** à ce que Dieu élimine tous mes défauts de caractère car ces défauts-là c'est moi qui les ai créés et ça prend des efforts personnels pour s'en débarrasser. 7<sup>e</sup> étape. J'ai demandé humblement à Dieu de faire disparaître mes déficiences; moi, je crois que je suis né avec ça et quand Dieu le jugera bon, et avec mes petits efforts, il les fera disparaître. A travers les 8<sup>e</sup> et 9<sup>e</sup> j'ai beaucoup d'amandes honorables de faites à date; ce sont des gros efforts mais comme ça fait du bien; ça libère. Aujourd'hui, je pratique la 10<sup>e</sup>, la 11<sup>e</sup> et la 12<sup>e</sup> et j'en ai pour le reste de mes jours. Pour faire la 10<sup>e</sup>, je continue à entretenir le ménage qui a été fait par la 4<sup>e</sup>; à mesure que je vois que j'ai des torts, je l'admets aussi vite que possible parce que je peux encore me tromper. Je reste et resterai toujours un être humain. La 11<sup>e</sup> étape est la continuité de la 2<sup>e</sup> et de la 3<sup>e</sup> demandant à Dieu de me faire connaître sa volonté et de me donner la force de l'exécuter. Pour moi, ça veut dire de passer à travers tous les événements qui m'arrivent avec courage en gardant le sourire et cela sans rouspéter. La 12<sup>e</sup> qui est l'étape de la transmission du message en aidant les autres sans regarder mes peines.

Moi, j'appelle ça, être disponible quand quelqu'un tend la main en quête d'aide alors je lui tend la mienne. Ce qui est important pour tout réussir ça, c'est de mettre ces 12 étapes en pratique dans tous les domaines de ma vie.

Aujourd'hui, je vis avec ma charmante épouse que j'aime bien gros, après 31 ans de ménage. Merci mon Dieu de l'avoir encore; elle m'a

toujours suivi. Dans AA, elle a appris à me connaître à travers tous les messages qu'elle a entendus et elle pratique ces étapes avec moi. Je puis vous dire que je suis un privilégié car il y en a d'autres qui n'ont pas eu cette chance-là. Mes enfants, qui me sont prêtés, sont mariés aujourd'hui et ils viennent nous voir souvent. Je peux dire qu'après leur avoir fait mal, comme je l'ai fait, **j'ai été chanceux qu'ils me pardonnent tout**. Nous formons maintenant une famille unie et on est bien heureux.

Une autre chose qui m'a beaucoup aidé, c'est **le parrain**; c'est très **important un parrain** mais ça ne peut pas être n'importe qui. Pour moi un parrain, c'est un confident à qui je peux dire n'importe quoi et que ça reste là; l'anonymat, c'est très important. Aujourd'hui, je suis en mesure de vous dire en toute honnêteté que j'apprends à vivre en homme normal. Ce n'est pas parfait mais avec mon mode de vie, Dieu, et l'aide de plusieurs membres, je réussis à faire ça 24 heures à la fois sans me casser la tête pour demain. Parce que si je vis bien ma vie d'aujourd'hui, je prépare mon demain et j'ai beaucoup oublié hier. Quand je dis vivre en homme normal, c'est que j'ai divisé ma vie en plusieurs sections. Pour un extrémiste, c'est beaucoup ça. Je consacre du temps à mon travail, à ma famille, à mes AA, à mes loisirs, à peu près en parts égales. On nous dit que le bonheur c'est un sous-produit d'une vie bien vécue et je le crois. On est heureux dans la mesure qu'on veut l'être.

En terminant, je veux vous souhaiter tout le bonheur que je ressens aujourd'hui; ça n'a pas été facile mais 24 heures à la fois, ça se fait - sans précipitation tout en laissant le temps faire les choses.

**Irenée P.**