

## COMMENT ADMETTRE ... À 18 ANS?

Je m'appelle Dominique B. et je suis alcoolique. Je suis née en automne, d'un père alcoolique et d'une mère charmante, très cultivée et très dévouée à son foyer, à sa famille. J'ai eu une jeunesse très riche en amour maternel, je suis la deuxième d'une famille de 4 maintenant, le plus jeune n'a que 8 ans. Mon enfance se passe très heureuse jusqu'à ce que mon père s'intègre au mouvement AA.

De son temps actif en boisson, je ne me rappelle pas l'avoir vu très souvent. J'ai beaucoup manqué sa présence, je m'en rends compte aujourd'hui.

J'avais 10 ans lorsqu'il arrêta de boire et je n'ai pas accepté son retour et sa présence constante au foyer. Par ce manque d'acceptation, je me suis révoltée. Je n'acceptais plus ma mère la considérant comme une complice. J'ai à ce moment refusé toute autorité tant à l'école, qu'à la maison, mes amies ... je n'en avais qu'une, les autres me servaient à me défouler. J'étais complexée par ma grandeur, j'étais grande et forte. C'est alors qu'à douze ans, je pris non pas mon premier verre, mais ma première cuite et une grosse, croyez-moi. Je n'ai pas aimé cela, j'ai été malade et je ne me souviens presque plus de ce qui s'est passé, mais les suites ont été fâcheuses. Toute cela n'a aidé qu'à me révolter davantage.

Je tiens à souligner que personne ne m'a contrainte à devenir alcoolique. Je n'ai aujourd'hui, aucun reproche à faire à qui que ce soit. Certaines circonstances m'ont simplement aidée à développer mon tempérament alcoolique qui existait déjà en moi.

Les premières années de beuveries furent plutôt calmes et périodiques. J'avais une peur immense de mon père. Je buvais en cachette afin qu'il n'en sache rien. J'ai travaillé dans le vieux Montréal durant un été, c'est là que j'ai appris à ne pas bien boire et à le faire souvent et tous les jours. Je n'en ai pas de mauvais souvenirs, sauf la peur de mon père. J'avais aussi un immense besoin de me faire des amis, beaucoup d'amis et pour ce faire, je buvais, parce que les gens buvaient. J'ai pris aussi beaucoup de drogue, ce qui me permettait de boire des quantités phénoménales d'alcool.

Je ne peux pas vous décrire toutes les folies et les erreurs que j'ai commises, il y en a beaucoup trop, je n'avais de limites en rien, je faisais des abus en tout; aussi bien dans l'alcool que dans mes amours, dans mes mensonges et dans mon ressentiment. J'étais très susceptible. Je suis

partie de chez mes parents à 17 ans et je pus ainsi boire librement et me détruire plus facilement et plus vite. J'ai essayé de boire en 7 ans ce que mon père a bu en 25 ans.

J'ai voyagé un peu partout au Québec et j'ai eu beaucoup de responsabilités, telles qu'être gérante de plusieurs boutiques et discothèques. J'ai fait beaucoup d'argent et je l'ai tout dépensé en alcool. J'ai fait jusqu'à 450 \$ par semaine et je n'en avais pas assez pour payer une chambre à 13 \$ par semaine. Il me fallait acheter des amis et boire constamment pour oublier que j'étais malheureuse.

C'est maintenant que je puis dire que je suis alcoolique à tous les points de vue.

Les deux dernières années de beuveries, je voulais mourir sincèrement. Je demandais à celui que j'appelle Dieu, de venir me chercher, que je n'avais rien à faire en ce bas monde. Le lendemain matin, je buvais pour oublier que je vivais encore. Mon malheur n'était pas matériel, je n'avais plus de respect pour personne, surtout pas pour moi, plus rien n'avait de valeur, mon seul but et plaisir était de me faire croire que j'étais une autre; me mentir. Sous l'effet de l'alcool, je finissais par y croire, mais à jeun ... je savais bien que j'étais malheureuse.

Je savais bien que AA existait, j'en avais mangé, dîné, soupé durant des années et des années, mon père était très actif à ses débuts dans le mouvement, il y avait toujours deux ou trois membres à la maison. Mais comment une jeune fille de 18 ans peut-elle admettre son impuissance devant l'alcool? Tous les jeunes boivent plus ou moins modérément.

Après avoir manqué de me marier, je suis retournée chez mes parents et j'ai perdu le travail que je faisais à ce moment-là, parce que je m'en absentais trop souvent et sans avertissement. Mon père m'invita à passer la fin de semaine à son chalet dans le nord. J'y suis allée avec résignation, j'avais l'impression d'aller en prison. Je savais qu'il y aurait un couple de membres, amis de mon père. Je savais que l'hôtel là-bas était tenu par des membres. Il y avait aussi un ami de mon père qui habitait juste à côté de chez nous. Un très bel homme (je suis un peu portée sur la chose, voyez-vous) très sympathique, avec qui je m'entendais très bien, mais ... il était membre.

Le samedi je suis allée à l'hôtel pour y prendre une bière et j'ai eu peur ... peur d'être alcoolique. J'ai alors compris devant cette bière, que je l'étais, mais je ne l'acceptais pas. Comment le pouvais-je, j'avais détesté mon père parce qu'il l'était ?

J'ai alors parlé à mon voisin deux soirs pendant six heures. J'ai accepté, j'ai admis, je me suis rendue à l'évidence du possible.

Croyez-moi mes amis, lorsque je vous dis que la peur, le désespoir, la haine, la révolte, le sentiment de persécution, le malheur, tout ceci est parti en une minute, le temps de dire, « je suis alcoolique, j'ai le droit d'être heureuse ». J'ai alors fait des meetings pour moi et non pour mon père. J'ai retrouvé ce goût poignant de vivre, d'être active, de créer, d'apprendre.

J'ai appris beaucoup en peu de temps ; je voulais tellement.

Mon Dieu, mon Être Suprême, a pris une très grande importance, je Lui ai tout donné et je Lui parle comme à un ami, je Lui conte mes joies, mes peines ; la seule chose que je Lui demande, c'est la force de ne plus me mentir, de Lui demander ce qui est bon pour moi. J'ai placé ma sobriété avant tout. Je ne peux pas me permettre d'oublier que je suis alcoolique une journée à la fois.

Mes débuts ont été faciles. À mon entrée dans AA vous m'avez dit: «Prends ce qui te va, tout n'est que suggestion, fais ce qui te semble bon». Alors j'ai ma manière à moi d'agir au sein d'AA. Ma façon n'est peut-être pas la vôtre, cela n'a pas d'importance, ce qu'il faut comprendre c'est qu'on doit se donner une chance de devenir bien et heureux dans sa peur.

J'ai fini de me poser des questions; à savoir ce qui est juste et ce qui ne l'est pas: les réponses me viennent d'elles-mêmes. Je ne vis que

l'instant, me pardonnant mon passé (je ne l'oublie pas) avec tout le mal que j'ai fait et je prépare un avenir meilleur et plus sain.

Il me faut être honnête avec moi-même; je ne suis pas guérie, j'aurai toujours à m'améliorer, mais aujourd'hui, quelle chance, j'ai les outils pour m'aider à travailler, j'ai les bons instruments. J'ai acquis de la maturité, de la sagesse (qui est pour moi de la sobriété). Je suis heureuse et bien dans ma peau.

Une chose m'aide beaucoup: la littérature, le gros livre ... c'est là que AA devient sérieux, qu'il est juste et vrai, il contient toutes les réponses. J'ai compris que les problèmes n'existaient pas; il n'y a que des événements plus ou moins fâcheux, devant lesquels je dois faire face avec calme et des pensées positives.

Mes amis, croyez-moi, donnez-vous la chance d'être heureux, car c'est grâce à vous que j'ai compris ; par votre amitié sincère et votre support. Il faut, je crois, à un moment ou un autre, lâcher prise et accepter l'aide des autres.

C'est après qu'on ressent le besoin d'aider, c'est bon d'aider.

Le mouvement des alcooliques anonymes n'est pour moi qu'un moyen de vivre normalement et heureuse à l'extérieur du mouvement. Cela m'aide à avoir une vie sociale normale. Je n'ai pas que des amis dans AA mais les meilleurs en font partie car ils me comprennent à tous les points de vue.

Il ne me reste qu'à dire merci, et bonne chance à tous les alcooliques qui espèrent.

**Dominique B. (Montréal)**  
**Octobre - 1975**