

SOBRIÉTÉ ET SPIRITUALITÉ

Mon témoignage dans *La Vigne AA*, c'est le cadeau que je me fais pour rendre hommage à mon groupe d'appartenance, aux AA ainsi qu'à mon précieux parrain, qui est toujours là quand j'ai besoin de ses conseils.

Ma sobriété et mon cheminement ont débuté à partir de ma thérapie, en 1997, après avoir atteint mon bas-fond et avoué mon impuissance face à mes problèmes de comportement et de consommation.

Étant le sixième d'une famille de huit enfants, j'ai souffert d'un immense manque d'amour. Comme j'en voulais toujours de plus en plus, j'ai tenté, par mon comportement, d'attirer toujours l'attention sur moi. Il s'en est suivi une sensation de rejet de la part de ma famille. Par la suite, je me suis éloigné de celle-ci toute ma vie en consommant.

Dès l'âge de trois ans et jusqu'à l'âge de neuf ans, j'ai connu l'inceste. Il y en avait beaucoup dans ma famille et ma parenté, à l'insu de mes parents. Ce fait m'a rendu très éveillé face à la sexualité, et curieux envers la femme. Pour moi, à l'époque, l'amour et le sexe ne faisaient qu'un, ce qui a eu pour effet de fausser ma personnalité et ma sexualité. À cause de cela, ma jeunesse s'est passée dans la peur, la honte, la jalousie, l'orgueil, le défi, la compétition face à mes frères et sœurs. L'enfant que j'étais n'était pas capable de prendre sa place dans la famille.

J'ai commencé à consommer drogue et alcool de façon vraiment régulière à la mort de mon père, vers l'âge de 17 ans. À l'époque, ce fut ma raison de vivre pour oublier ce manque d'amour familial. En même temps, j'ai fait la connaissance de la musique, comme saxophoniste, toutes les fins de semaine. Étant musicien dans un orchestre, j'ai connu presque tous les bars de la région de Québec. Cela a duré jusqu'à l'âge de 23 ans.

Comme j'en avais assez de cette vie, je suis entré dans les Forces armées canadiennes pour me discipliner et suivre, pendant cinq années, un cours d'infirmier auxiliaire. J'ai relevé tous les défis, sauf celui de ma sobriété. N'en pouvant plus à la fin de mon engagement dans l'armée, j'ai commencé à consommer de plus belle, et ma vie n'a été qu'un chemin tortueux à la recherche du bonheur pour combler le manque d'amour.

Malgré mes problèmes de consommation, j'ai réussi à compléter mon diplôme d'études collégiales en soins infirmiers, mais j'ai à peine travaillé dans ce domaine à cause des conditions de travail qui me rendaient malade,

psychologiquement. J'ai continué à consommer par révolte et par manque d'estime de moi-même.

J'ai passé 20 ans de ma vie à vivre sur mes impulsions, sans me soucier du tort que je faisais aux personnes de mon entourage. J'étais toujours à la recherche de ce qui manquait en moi; je passais d'un extrême à l'autre et, un jour, j'en ai eu assez de cette révolte intérieure. J'étais tellement centré sur moi-même que mes relations avec les femmes s'arrêtaient au seul ordre sexuel.

Pour moi, la relation d'amour était étouffante et ce, à un point tel que ma dernière relation ou vie de couple, qui a duré dix ans, s'est terminée par trois tentatives de suicide. J'ai fait trois séjours en psychiatrie et 23 séances avec un psychologue. J'avais peur du Dieu vengeur, car j'ai été éduqué sévèrement dans la religion catholique. Ma mère était très à cheval sur les principes, à l'époque. Tout ceci ne m'a pas permis de retrouver l'équilibre.

Comme il est dit: « Dieu et la vie se chargent de nous ramener dans le droit chemin ». C'est ainsi que mon bas-fond m'a amené à suivre une thérapie de 21 jours fermes, pour voir ce qui n'allait pas à l'intérieur de moi. Ce fut pour moi une révélation: j'ai connu un réveil spirituel et je me suis complètement abandonné à mon Être supérieur. J'ai remis tous les domaines de ma vie entre Ses mains, car je ne pouvais plus contrôler ma vie.

Aujourd'hui, je me dois de dire merci à mon thérapeute qui m'a fait connaître le mouvement des AA et son mode de vie. J'ai appris à accepter les choses que je ne puis changer, je me sers de mon courage avec prudence et humilité et non pour me détruire. Ma plus belle réussite, c'est le retour à la santé émotive et physique en vivant 24 heures à la fois sans consommer, avec la pratique des *Douze Étapes* des AA, en m'impliquant dans le Mouvement, simplement, et en restant moi-même, par la grâce de Dieu.

L'équilibre dans tous les domaines de ma vie est le cadeau le plus précieux que je puisse me donner. C'est le mode de vie qui permet de s'aimer et d'aimer les autres autour de soi. Quant à ma famille, le temps arrangera les choses; l'Être suprême fait son œuvre en silence, car il n'est jamais pressé; mais il n'est jamais en retard!

Merci sincèrement à vous tous, membres des AA.

Guy L. Saint-Georges (Beauce)