

## NOUS SOMMES TOUS SEMBLABLES DEVANT L'ALCOOL

J'ai connu l'alcool vers l'âge de quatre ou cinq ans. Mon père avait l'habitude de me demander de lui apporter une bière et il me permettait d'en prendre une gorgée pour me remercier. J'ai aimé le goût de la bière dès la première fois. Mon père avait des problèmes avec sa consommation d'alcool. Très jeune, j'ai appris à détester l'effet de l'alcool sur mon père. J'avais honte de lui, de son attitude et de son comportement lorsqu'il consommait. Je l'ai vu à plusieurs reprises tenter de cesser de boire. Il n'y parvenait que pour de brèves périodes. Je le détestais pour ce qu'il faisait vivre à ma mère, à mon frère et à moi-même. Vers l'âge de 11 ans, je me suis juré de ne jamais lui ressembler.

Pendant mon adolescence je considérais que ma consommation d'alcool était équilibrée. Il m'arrivait de voler du vin dans la sacristie de l'église et, lorsque je participais à des soirées avec des amis, je consommais plusieurs bières; mais mon comportement demeurerait respectable et agréable envers les autres. Alors que j'étais étudiant au cégep, j'étais surpris que l'on m'invite à participer à des concours de « videurs de pots de bières », Je considérais que ces épreuves s'adressaient aux gros buveurs, pas à moi. Je me disais qu'ils se trompaient à mon égard parce que certains me voyaient souvent à la brasserie du coin. Ils ignoraient sans doute que je me rendais à cet endroit pour étudier lorsque je n'avais pas de cours. Aujourd'hui, je réalise qu'il y a très peu d'étudiants que se rendent à la brasserie à 8 h 30 le lundi matin pour étudier.

J'ai continué mes études à l'université, je me suis marié, j'ai divorcé il y a 10 ans, et je suis père de deux adolescents. Pendant une quinzaine d'années, j'ai consommé de l'alcool sans jamais dépasser le niveau qui ferait de moi un être détestable comme mon père l'avait été. Je réalise aujourd'hui que je me suis raconté plein d'histoires et créé des illusions pour justifier et, par la suite, tolérer ma consommation d'alcool. Je n'achetais jamais de caisses de 24 comme mon père. J'achetais plutôt quelques cartons de six bouteilles. Je jetais mes bouteilles vides au lieu de les accumuler et de les retourner au dépanneur. Je jugeais ceux qui arrivaient au dépanneur avec plusieurs caisses de bières. Je me disais: «Encore un autre alcoolique... pauvre gars... ça ne doit pas

être drôle, sa vie... ». Au cours des deux années qui ont précédé mon arrivée dans un groupe des AA, ma consommation d'alcool a progressé rapidement. J'ai pris conscience de l'emprise que l'alcool avait sur ma vie, sur mon comportement, sur ma solitude et sur mon isolement. J'ai tenté de modifier ma consommation et même de cesser de boire. À chaque fois, mes bonnes intentions s'effondraient après quelques jours. J'avais perdu la maîtrise, je souffrais et j'avais très peur. Je ne comprenais pas comment cela s'était produit. J'ai repensé à mon père, décédé depuis maintenant plusieurs années, qui n'était pas parvenu à contrôler sa consommation d'alcool et je me suis reconnu. Je me suis également rappelé cet autre homme que j'avais côtoyé pendant près de 10 ans, un alcoolique, également décédé aujourd'hui, qui s'était rétabli et avait trouvé une vie heureuse et sereine avec l'aide du mouvement des AA.

Je me suis présenté à ma première réunion des AA. J'avais peur d'être jugé, j'avais honte de moi, mais je désirais m'en sortir. Je ne voulais plus vivre sous l'emprise de l'alcool. J'ai assisté à trois ou quatre réunions par semaine au cours de la première année. Je ne consommais plus d'alcool. J'ai lu plusieurs livres des AA; je priais beaucoup, j'étais fier de moi. Cependant, je ne parlais jamais à personne durant les réunions. J'arrivais juste à temps pour le début et je partais aussitôt après. Je n'arrivais pas à entrer en contact avec les autres. En écoutant les différents conférenciers parler de leur période active de consommation d'alcool, j'en suis finalement venu à croire que je n'étais pas un alcoolique. Eux, oui, sans aucun doute, mais pas moi. Des circonstances exceptionnelles m'avaient entraîné temporairement à une consommation d'alcool plus élevée pendant une certaine période de ma vie. J'ai donc conclu que je n'étais pas à ma place dans une réunion des AA et j'ai recommencé à consommer de l'alcool après 16 mois d'abstinence.

J'ai passé quatre mois à boire de l'alcool tous les jours. Ma consommation était maintenant beaucoup plus grande qu'auparavant, et je buvais maintenant le matin en me levant. Je me suis engouffré davantage dans la solitude et l'alcool. J'ai réalisé que bien que nous soyons tous des êtres uniques, nous sommes terriblement

semblables devant l'alcool. J'ai eu peur de ne pas avoir le courage de revenir vers un groupe des AA. J'ai trouvé le courage nécessaire, il y a un peu plus de deux mois.

Pour la première fois, j'ai réussi à me lever pour aller chercher le jeton du nouveau, à avouer ma faiblesse et à m'identifier comme alcoolique. Vous m'avez accueilli. J'ai trouvé un parrain qui m'accompagne, m'encourage et me soutient dans mes démarches.

J'arrive beaucoup plus tôt aux réunions et je vais parfois prendre un café avec quelques membres après les réunions. J'ai commencé à m'ouvrir aux autres membres et j'y trouve de nouveaux amis.

Avec l'aide de mon parrain, j'ai commencé à servir dans les groupes: lectures, secrétariat, accueil. Ce mois-ci, j'ai même le privilège de préparer le café dans mon groupe d'attache.

Vingt-quatre heures à la fois, avec votre aide, la prière et mes efforts, je progresse lentement vers le rétablissement, l'unité et le service. J'y trouve un bien-être grandissant et rassurant. Je souhaite pouvoir un jour remettre aux AA ce que le Mouvement fait actuellement pour moi.

Merci.

**René D., Sherbrooke**