

LES MALADES ALCOOLIQUES

SONT

DES GENS ADMIRABLES

Michèle DURAFFOURG REY

Remerciements

Je souhaite adresser mes profonds remerciements aux membres de l'association Vivre Sans Alcool (VSA) qui m'ont donné la possibilité de rassembler ces observations sur les malades alcooliques. J'espère n'avoir pas trahi leur confiance en donnant à voir leur souffrance aux yeux de tous.

Je remercie Philippe RERAT sans qui ce recueil n'aurait jamais vu le jour.

L'Association VIVRE SANS ALCOOL tient ses
réunions à Villefranche sur Saône et à Tarare.

Villefranche sur Saône :

Espace Barmondière, Rue Paul Bert,
69665 Villefranche S/S.04 74 68 47 30
Les 1^o et 3^o vendredis du mois à 20h30

Tarare :

4 Rue Etienne Thomassin
04 74 71 51 76
Les mardis à 18h30

Montmerle-sur-saône :

29 Rue des Minimes
04 74 60 45 02
Tous les mercredis de 10h à 12h

L'HISTOIRE DE DAN ÉTAIT INACHEVÉE.
ELLE PREND FIN AVEC LE TRAVAIL QUE
JE PRÉSENTE ICI.

PUISSE-T-IL EN ÊTRE HEUREUX.

INTRODUCTION

Pourquoi ce livret sur les malades alcooliques après beaucoup d'ouvrages qui traitent de ce sujet ?

Les éléments rassemblés dans ce recueil d'observations visent à mieux faire connaître le malade alcoolique et sa personnalité, et à changer notre regard sur lui.

La fréquentation assidue des membres de l'association Vivre Sans Alcool m'a confortée dans mon vécu personnel, à savoir que lorsqu'un de nos proches devient malade alcoolique nous ne percevons plus que sa descente aux enfers. La vraie couleur du cœur de celui ou celle qui est prisonnier de l'alcool nous est dérobée. Pourtant notre participation à leur guérison exige beaucoup de recul par rapport à ce qui se voit. La certitude de leur nature généreuse, de leur profonde sensibilité et de leur souffrance quelquefois inexprimable doit faire partie du portrait que nous nous faisons d'eux. Je dois préciser avant d'avancer dans ce livret que les états plus ou moins pathétiques où se trouvent les malades ne sont jamais observables tous ensemble chez un seul individu. Il en va de même des points forts de leur personnalité et des moyens courageux mis en œuvre lors de la convalescence. Toutes les situations décrites ont été rassemblées en un seul portrait permettant de faire un bilan de la maladie alcoolique.

I. INVENTAIRE DE LA VIE DES MALADES ALCOOLIQUES

Regard sur leur déchéance

- 1- La déchéance sociale
- 2- La déchéance familiale
- 3- La perte de dignité

Regard sur leur personnalité

- 1- Le terrain anxieux
- 2- La fragilité
- 3- L'émotivité
- 4- La culpabilité

II. L'ENVERS DU VILAIN DECOR : LE PETIT CANARD EST UN CYGNE

Le courage pour regarder la vérité en face et s'en sortir

- 1- Entrer en guerre contre le déni
- 2- Retrouver l'harmonie dans son corps
- 3- Débloquent la parole
- 4- Se faire aider par une association

La richesse de l'être

- 1- La sensibilité
- 2- La profondeur et l'intelligence du cœur
- 3- L'envie d'être en lien avec les autres
- 4- La volonté pour s'investir dans "l'après"

I. INVENTAIRE DE LA VIE DES MALADES ALCOOLIQUES.

Regard sur leur déchéance

1- La déchéance sociale

La consommation d'alcool et la dépendance qu'elle entraîne est catastrophique pour l'image sociale du buveur excessif. Notons au passage qu'il est bien rare qu'une maladie s'accompagne d'autant de réprobation de la société! Dans le meilleur des cas les personnes qui croisent sur leur route l'un d'eux (un homme) se moque (innocemment ?) de sa perte de maîtrise ou de sa trajectoire incertaine.

S'il s'agit d'une femme observée ivre dans un lieu public, la sentence est immédiate c'est une femme indigne (qui n'a ni le respect d'elle-même ni le respect des siens).

Dans la relation proche, les collègues de travail, le patron, les amis et à fortiori la famille pensent immanquablement : « il ou elle est tombé bien bas pour se mettre dans cet état ». Lorsqu'arrivent la perte du permis de conduire, la perte de l'emploi et les démêlés avec la justice, nul ne peut ignorer que l'individu qui boit est malade.

La descente aux enfers conduit même quelquefois le malade alcoolique jusqu'à n'avoir plus qu'un seul refuge: la rue. Lorsque le conjoint et les enfants ont fui, lorsque les amis et la famille se sont lassés, lorsque l'argent ne rentre plus faute de travail, le dernier domicile possible est la rue.

L'homme (c'est rarement une femme qui atteint ce stade) qui « s'est jeté » dans l'alcool au point de se retrouver dans la spirale du désespoir et de la violence entre dans le monde cruel des « sans domicile fixe ».

2- la déchéance familiale

Presque toujours la détérioration du climat familial est profonde. Excès d'alcool, perte de repères, violence forment une cascade hélas fréquente chez le buveur excessif. Le comportement du mari et /ou du père de famille est alors dramatique. Les femmes battues le sont à 50% par des conjoints en état d'ivresse agressive. Beaucoup d'épouses relatent avoir un mari plutôt calme et gentil en période d'abstinence. Mais celui-ci devient violent et dangereux lorsque le degré d'alcool les transforme en brute. Les enfants eux-mêmes vivent dans une grande crainte du retour du père « défoncé ». Il se met en colère, prenant n'importe quel objet tranchant comme arme, pour régler des comptes à un hypothétique ennemi! Les enfants vivent une réelle souffrance de cette proximité avec un père qui n'est pas pour eux l'image de la sécurité ni de la dignité d'un adulte. Parfois l'enfant ne semble plus même exister lorsque le père l'oublie à l'école.

Lorsque c'est la mère qui boit le climat familial est encore plus délétère pour les enfants. La plupart des femmes boivent chez elles en accomplissant tant bien que mal leur rôle auprès des plus jeunes. Souvent, c'est le soir qu'elles se livrent à l'alcool, pensant épargner leurs enfants du regard douloureux

qu'ils pourraient porter sur elle. Parfois l'alcoolisme de la mère est la cause de graves disputes dans le couple. L'ambiance du foyer s'en trouve dramatiquement perturbée. Parfois même des femmes utilisent l'alcool pour supporter les violences conjugales. Dans tous les cas, les enfants même jeunes sont conscients que leur mère ne va pas bien. Ils en ressentent un profond malaise, s'en trouvent meurtris et déstabilisés dans la construction de leur personnalité.

Lorsque l'alcoolisation de la mère ou du père arrive en présence d'un adolescent ou d'un jeune adulte, une rancœur et une rivalité s'installe entre le malade et l'enfant. Le jeune doit pallier au manque de responsabilité de son parent, prendre en charge la maison, quelquefois veiller sur un plus petit. L'ado en proie au regard accusateur de l'entourage (voisin, patron, famille éloignée) sent la nécessité de sauver la face. Il prendra alors le rôle du chef de famille pour atténuer la défaillance du buveur. Parfois même il organisera des scénarios pour cacher l'addiction de son parent. Cette situation déséquilibre la relation parent/enfant et installe perte de confiance, colère, dégoût. Restaurer un lien de bonne qualité entre les deux parties sera un long chemin.

3- La perte de dignité

Lorsque l'excès d'alcool arrive, chez les hommes plus lentement que chez les femmes, arrive aussi la perte de dignité. De nombreux malades alcooliques, heureusement ne sont pas en guerre avec l'entourage. Ils apparaissent amollis,

somnolents, sans réaction, avec pour seul but à atteindre leur lit! Ils deviennent alors des êtres en perte totale de dignité et se laissent choir pour vomir ou pour dormir, dans leur voiture, ou même dans la rue lorsque leur jambes refusent le service demandé.

Certaines femmes en état d'alcoolémie se livrent à des manœuvres de séduction auprès d'hommes de passage. Sans doute cette quête de tendresse les avilit-elles et aboutit à l'inverse de l'effet recherché.

Notons enfin que dans toutes les classes sociales, la maladie frappe également. Les individus installés en haut de l'échelle sociale ne sont pas mieux protégés du fléau que les plus pauvres. Les plus âgés qui vivent la solitude et les limitations physiques font les frais de l'alcoolisme comme les plus jeunes.

Regard sur leur personnalité

Notons d'abord que le malade alcoolique a souvent vécu très jeune une proximité avec l'alcool. Il n'est pas rare en effet que dans les familles d'où est issu le malade, un verre de vin ou de « goutte » ait été offert à l'enfant de sept ou huit ans. Inconséquence des adultes sur les dangers de l'alcool, envie de se déculpabiliser lorsque les parents sont déjà buveurs excessifs! La banalisation de la consommation alcoolique a créé chez le futur malade une approche sans méfiance du poison.

1- Le terrain anxieux

Les malades alcooliques sont ainsi faits que l'anxiété est leur première nature. Tout évènement les portent à être dans l'inquiétude. Les grandes décisions de l'existence revêtent un caractère de défi qu'ils n'osent pas toujours affronter. Avancer dans la carrière, la construction familiale, ou les choix de vie les dépassent quelquefois. Dans ces moments là homme ou femme basculent souvent dans la dépression en prenant comme bouée de sauvetage l'alcool. L'arrivée des médicaments comme seconde béquille précipite leur chute.

Les femmes en particulier ont recours aux anti-dépresseurs en association avec l'alcool. Le cocktail des deux est détonnant et la capacité de faire des choix sains, de prendre des décisions courageuses leur devient impossible. C'est ce terrain toujours présent qui rendra difficile l'arrêt définitif de l'alcool. En effet la ré-alcoolisation est quelquefois la seule réponse que trouve le malade à ses angoisses.

2- La fragilité

Les malades de l'alcool sont souvent des personnes fragiles, influençables. Elles sont vite déstabilisées par les reproches (même à jeun d'alcool) par les jugements sommaires qui leur sont défavorables. Les personnes exposées à la dépendance alcoolique sont presque toujours des personnes à la sensibilité vive. Elles ont été blessées par la vie c'est-à-dire plus clairement par leur milieu familial dans l'enfance, parfois plus tard, parfois dans les différents âges de l'existence. Leur

mémoire de la souffrance reçue leur fait revivre spontanément les épisodes douloureux et crée un climat de mal être difficile à dissiper. Elles manquent de confiance en elles et le sentiment d'être « moches » les gagne vite lorsqu'on parle d'elles en négatif. Dans la vie d'aujourd'hui où les hommes se doivent d'être forts et combattifs pour susciter l'admiration, ceux qui se réfugient dans l'alcool se sentent inadaptés à ce défi. Hommes et femmes malades alcooliques sont des individus qui ne supportent pas l'obligation de réussite, de performance qu'impose notre société. Sur le plan de la fragilité hommes et femmes ont sans doute cette même faille. Mais les jeunes femmes d'aujourd'hui boivent aussi de l'alcool pour s'affranchir des codes de bonne conduite, pour montrer qu'elles peuvent emprunter des comportements hier réservés aux garçons. Cette transgression leur donne l'impression d'être libres et de s'affirmer face à une société où les hommes ont peut être plus de facilité (?) à s'imposer.

3- L'émotivité

Le malade alcoolique est malade avant tout de ses émotions (les bonnes comme les mauvaises). Pourrait-on dire que l'alcoolisme est le cancer des émotions? La colère, la frustration, la peur remontant à l'enfance, ont installé chez le malade un malaise qui ne se dissipera qu'après une psychothérapie plus ou moins longue. Les soins devront quelquefois avoir lieu sous la forme d'un long accompagnement pour dénouer la détresse née au début de la

vie dans une famille où l'amour manquait ou était toxique.

Pourtant on a vu aussi des personnes rendues ivres de peu d'alcool car bouleversées par une grande joie. Les émotions sont intenses chez le buveur excessif et il sait mal les gérer. Il est submergé par la vague émotionnelle et le trouble l'envahit même si le point de départ est un sentiment de reconnaissance ou d'amour. Ce qu'il reçoit ou ressent alors fait échos au manque installé dans l'enfance. C'est toute sa vie que le malade alcoolique rejoue, dans les émotions vécues un moment donné. Là encore l'émotivité souvent décrite comme une caractéristique féminine est aussi vive chez le buveur masculin.

4- La culpabilité

Très souvent hommes et femmes malades de l'alcool se croient responsables d'une situation familiale qu'ils auraient engendrée. La maladie d'un enfant, la perte ou le mal être du conjoint, d'un père, d'une mère les fait entrer dans un cercle vicieux où ils utilisent l'alcool comme anti-dépresseur. Cette culpabilité est souvent ressentie comme une sourde angoisse, mais non identifiée. Le malade utilise l'alcool comme un effaceur de sa culpabilité. Les qualités « thérapeutiques » momentanées de l'alcool et la cohorte d'effets secondaires dramatiques qui l'accompagnent, mènent l'individu dépendant « dans le mur ». Il ne peut pas soigner sa responsabilité défaillante par une drogue qui fait perdre à la fois le contrôle et le jugement. Mais il faudra du temps pour qu'il en prenne conscience.

II. L'ENVERS DU VILAIN DECOR : LE PETIT CANARD EST UN CYGNE

Le courage pour regarder la vérité en face et s'en sortir

1- Entrer en guerre contre le déni

C'est un accident de la route, des analyses biologiques (gamma gt) quelquefois le départ du conjoint ou la constatation de la violence exercée sur celui-ci qui vont révéler au malade la vérité de ce qu'il vit.

L'aide du médecin généraliste est parfois insuffisante car il est souvent mal formé à repérer la maladie alcoolique. il ne sait pas toujours comment proposer des soins. L'alcoologue ou l'addictologue sera préféré pour engager une thérapie.

Mais tous les thérapeutes qui reçoivent des malades alcooliques savent que le premier écueil à la prise en charge de la maladie est le déni affiché par ceux-ci. En France, le tabou autour de la gravité des excès d'alcool est très présent. En effet le patient ne peut pas découvrir qu'il est malade si sa consommation d'alcool ne lui semble pas excessive, gênante, pathologique. Dans une société (la société française) où la consommation d'alcool est considérée comme la norme des comportements, comme la clef de la convivialité et comme une des caractéristiques du bien vivre, comment le malade alcoolique pourrait-il spontanément se rendre compte qu'il a dépassé les bornes? La frontière est étroite pour se trouver soit

du côté de celui qui sait apprécier les plaisirs de la vie soit du côté de celui qui est tombé dans la maladie alcoolique avec son cortège de dégradations. Cette limite, le malade en enfant qu'il est, affirme ne pas l'avoir atteinte. Son refus de l'admettre en est la preuve. Devenir adulte sera l'étape qu'il va franchir pour lui permettre d'assumer son addiction passée. Cela suppose de renoncer au plaisir de boire, de surmonter sa dépendance psychologique, d'accepter de faire son deuil (comme disent les psy) du breuvage tant aimé. Car l'alcool avec son action sur le cerveau fausse le ressenti. La lucidité est ralentie, plus souvent neutralisée et le malade déjà en mal d'être se ment à lui-même pour ne pas entrer en guerre avec l'alcool. Il devra franchir cette étape si douloureuse et se dire: « il faut que j'arrête de boire, que je me fasse aider. Je ne pourrai plus jamais reboire d'alcool après les soins ».

2- Retrouver l'harmonie dans son corps

Des années d'excès d'alcool et un arrêt brutal de cette addiction (fusse avec l'aide de médicaments) rendent le corps douloureux. La dépendance est psychologique mais aussi cellulaire comme elle l'est pour d'autres drogues. C'est-à-dire que le corps ne fonctionne plus correctement en l'absence d'alcool. Dans le plus bénin des cas l'angoisse réapparaît instantanément après l'arrêt du poison. Le malade doit supporter les tortures du manque de cet anxiolytique (l'alcool) rapide et accessible facilement. Mais certains ou certaines ont un cerveau qui ne supporte pas cette privation. Arrivent alors

les crises de délirium où le malade semble avoir vraiment « perdu la tête ». Heureusement pour celle-ci ou celui-ci et pour l'entourage cette atteinte est réversible. Inutile d'expliquer que le malade qui sort de ces épisodes dramatiques aura beaucoup de travail pour retrouver son jugement et son équilibre. Se réapproprier son corps est pour les courageux nouveaux abstinentes un enjeu majeur. Car le corps est replié sur sa souffrance et sur ses non-dits. Les inconforts corporels font échos aux sentiments ou ressentiments refoulés, verrouillés par peur ou par impossibilité d'être entendus. La dépression liée à la dépendance et au sevrage envahit toute la personne physique. Le malade devra se libérer de ses entraves par le biais de médiations. L'art thérapie, le jardinage, le mime, les thérapies psychocorporelles pourront donner au nouvel abstinent le moyen d'exprimer sa douleur et son envie d'aller vers une nouvelle vie. La relaxation, le yoga, le sport, peuvent aussi être utiles. Sachant qu'il en va de sa survie, chacun puisera selon ses goûts dans la panoplie des activités proposées par les centres d'aide. Le malade devra se soigner pour lui et non pour faire plaisir. Petit à petit il va retrouver un corps ami et un peu de confiance en lui.

3- Débloquent la parole

L'ancien buveur (masculin ou féminin) doit trouver la force de faire sortir de sa gorge ce qui le rend malade. La timidité, la difficulté à communiquer avec les autres il ou elle doit l'appriivoiser. Reprendre sa place auprès des siens et dans la

société exige de retrouver (ou de trouver) le moyen de s'exprimer face aux autres. Et puis la souffrance morale doit être dite, celle enfouie depuis si longtemps dans le cœur. Celui ou celle qui ne s'est pas senti aimé, ou s'est senti manipulé doit pouvoir le révéler à un thérapeute au moins dans un premier temps. Il doit accepter de livrer un peu de son intimité à une oreille bienveillante. Il ou elle doit redevenir libre de ses sentiments. C'est une victoire sur la vie et sur ce qu'il ou elle croit être sa faiblesse que le malade doit remporter. Le lourd passif des malades alcooliques leur rend la tâche douloureuse et lente. Mais leur redressement moral est au prix de ce grand nettoyage. Pour accomplir ce travail ils devront oser s'inscrire à des groupes de parole. Petit à petit le courage de lever la chape de plomb recouvrant leur histoire va leur redonner le goût de la vie.

Avec les enfants, les mots exprimant la maladie, le désarroi, la difficulté d'être le parent responsable dont ils ont besoin seront difficiles à trouver. Cependant ces parents en grande difficulté auront la sincérité d'avouer leur malaise passé et l'envie profonde de dire : « malgré ce gâchis, je t'aime ». Cela touchera au plus profond le cœur des naufragés de l'histoire familiale et ils sauront pardonner. Car les enfants savent intuitivement qu'un homme ou une femme qui avoue sa vulnérabilité se grandit.

Mais débloquer la parole après la maladie c'est aussi trouver la force de dire non. Car tout l'enjeu de l'après sevrage est pour le malade de se positionner dans le camp des « buveurs d'eau ». Cet homme ou cette femme qu'on a dit sans volonté

va retrouver son libre arbitre pour installer fermement son abstinence face à des sollicitations qui sont nombreuses et insidieuses y compris en famille. « Je ne bois plus d'alcool » sera son leitmotiv face à ceux qui en consomment.

4- Se faire aider par une association

Le malade alcoolique qui émerge de son addiction par le sevrage se retrouve seul. Seul c'est comme ça qu'il se sentait auparavant. Car c'est pour oublier qu'il était seul à trouver les bonnes orientations de sa vie, qu'il s'est cherché une béquille. Mais la solitude éclate encore plus violemment lorsque la béquille est retirée.

Son tempérament ne l'incline pas à se confier (surtout si c'est un homme!). Et il a le sentiment de n'être pas compris. D'ailleurs les années d'excès d'alcool ont créé un fossé entre lui et ses proches. Avec les parents, le conjoint, les enfants, la communication s'est restreinte au fil de la maladie.

Face à la société il a le sentiment d'être un individu rebutant que personne n'a envie d'écouter et encore moins de connaître. Pourtant sa sortie de « crise » passe par une resocialisation. Il le sent plus ou moins confusément et il va tout mettre en œuvre pour aller dans ce sens.

La proposition de prendre contact avec une association d'anciens buveurs est faite par les soignants ou le psy. Mais comment trouver la force de pousser la porte d'un lieu où l'on est identifié immédiatement comme (malade) alcoolique? Notre ex-buveur va trouver cette force dans son instinct de

survie.

Pour être membre de Vivre Sans Alcool depuis un certain temps, je sais que le malade ne s'attend pas à ce qu'il va trouver dans une rencontre avec les membres d'une association telle que VSA. Il ne sait pas qu'il va découvrir l'accueil sans jugement. Il ne sait pas qu'il va trouver un espace libre de parole. Il ne sait pas qu'il va connaître une solidarité profonde due à un vécu commun.

L'expérience de ceux qui sont passés par la maladie alcoolique et qui mettent cette expérience au service de celui ou celle qui s'arrête de boire est comme un relais solide passé de la main à la main.

Le nouvel arrivant devra se laisser apprivoiser. Il est craintif, honteux, presque toujours incrédule. En lui laissant prendre sa place au sein du groupe sans le brusquer (n'oublions pas que le malade a une sensibilité à fleur de peau), il va découvrir un monde neuf où son image n'est pas dégradée. Ceci est nouveau pour lui et peut lui rendre un début de confiance. Mais il va surtout faire la découverte qu'il n'est pas le seul à avoir usé et abusé de l'alcool face aux difficultés de la vie. Il va prendre conscience que l'abstinence (le vilain mot dans cette nouvelle existence!) se gagne jour après jour. Beaucoup sont là pour en témoigner.

Pour mener à bien sa reconstruction le malade sera aidé par un parrain ou une marraine. C'est un lien d'amitié (si absente depuis l'arrivée de la maladie) qui le relie au monde des heureux abstinents. Il peut compter dessus, de jour comme de nuit, lorsque l'envie de boire frappe à la porte. Il est le rocher

sur lequel il peut s'agripper lorsque ses vieux démons se manifestent. La force du parrainage est considérable dans la consolidation du mieux être du malade. Celui ci va réaliser en vrai, par la présence d'anciens malades que l'on peut être heureux après l'arrêt de l'alcool. Cela s'appelle l'abstinence heureuse. La fréquentation d'une association type VSA est un élément fondamental dans la reconstruction d'un ex-malade de l'alcool.

Mais une association n'aide pas seulement le malade, elle aide l'entourage et tout spécialement le conjoint à reprendre confiance. Le docteur François Gonnet, alcoologue, est très clair à ce sujet: « *il faut soigner la dépendance et la co-dépendance* ». En effet le mari ou la femme de celui qui boit ou qui a bu se sent désespéré par la maladie qu'il côtoie chaque jour. La peur de la rechute n'arrange pas le lien entre les époux. Le conjoint trouve dans une association une écoute, une aide, des conseils qui seront précieux pour accompagner le malade vers l'abstinence. Enfin les moments festifs proposées par les associations (repas, voyage, randonnée) sont des outils pour recréer du lien social qui manquent tant aux nouveaux anciens buveurs.

La richesse de l'être

1- La sensibilité

Le malade alcoolique homme ou femme est un être à la sensibilité exacerbée. Cette apparente faille le rend infiniment vivant. L'indifférence ou la neutralité ne font pas partie de son

mode de fonctionnement. Il nous apprend que la vie se goutte chaque jour dans ces moindres détails. Si la nature lui a donné ce cadeau empoisonné d'une vive sensibilité, au moins saura-t-il une fois rétabli en faire bon usage pour apprécier les plus infimes moments de bonheur. Il est en cela, peut être plus qu'un autre, sur le chemin de la sagesse. Le malade alcoolique saura tirer des souffrances du passé une occasion de grandir et d'exprimer de nouvelles qualités que sa sensibilité lui permet de développer.

2- La profondeur et l'intelligence du cœur

Si le malade n'a pas tout cassé dans sa vie à l'heure des soins, il saura limiter les dégâts pour conserver l'époux ou l'épouse et l'amour des enfants. Le malade en chemin vers l'abstinence à long terme est un homme ou une femme profondément humain. Il est l'ami, le conjoint ou le parent qui écoute, qui est responsable de la relation qu'il entretient avec l'autre. Le cœur de l'ex-buveur est tendre et généreux. Il sait donner l'amour qu'il n'a pas reçu. Il a envie de construire un monde où l'amour a sa place. L'expérience qu'il vient de vivre avec l'isolement dans la maladie et le sentiment d'être incompris et méconnu ne l'ont pas refermé sur lui-même. Ses déboires avec l'alcool et la souffrance endurée pendant cette période vont enrichir son vécu et donner à sa relation aux autres un tournant nouveau. Il sait qu'il a désormais beaucoup à offrir.

3- L'envie d'être en lien avec les autres

C'est par le biais d'une association comme VSA que le

malade retisse un lien avec les autres. Il va cheminer pour se réapproprier la relation à autrui.

Lorsqu'il entre en soins, il est coupé du monde « normal ». De plus l'hospitalisation ou la cure sont souvent très austères pour lui. Il se sent enfermé. Il a le sentiment d'être différent. Il se sent parfois jugé. Le regard des soignants n'est pas toujours aussi aimant qu'il en aurait envie.

Mais déjà avant de se soigner la vie en étroite proximité avec l'alcool l'a isolé des siens et même de ceux qui prétendaient partager avec lui la fraternité du bistrot. La dégradation de son comportement à un stade avancé de l'alcoolisme ne rend plus possibles des relations simples avec l'entourage. La période d'alcoolisation l'a muré en lui-même. Pour certains d'entre eux, la communication antérieure à la maladie était déjà mal aisée. En effet que recherchent beaucoup de personnes qui se mettent à boire? A se désinhiber, à se donner une sensation de bien être, d'euphorie qui facilite leur entrée en contact avec le monde extérieur. Au moment du sevrage le malade perd son passeport de convivialité.

Il va donc falloir retrouver le chemin de l'autre... Mais un malade qui va bien se transcende. Il va se prendre en main pour faire ce qu'il ne savait pas ou ne pouvait pas faire avant. On traite parfois à VSA du thème : « reprendre sa place ». Les discussions autour de ce thème là disent combien le malade peine à retrouver la confiance des siens. Le jeune abstinant doit réinventer sa communication avec ses proches pour prendre le tournant de sa nouvelle vie. Il va aussi tout naturellement se pencher sur l'écoute des autres. Ceci ne sera d'ailleurs pas à

sens unique puisque l'attention à l'autre renforce l'énergie pour s'en sortir en donnant quelquefois des clefs face à tel ou tel problème personnel.

C'est le paradoxe de la maladie alcoolique: le survivant devient un être nouveau, qui va redécouvrir l'échange, la communication, l'amitié. Si l'ambiance qui règne à VSA est si chaleureuse ce n'est pas un hasard. Chacun prend des nouvelles de l'autre et se sent un peu responsable du climat qui s'installe chaque soir de rencontre.

4- La volonté pour s'investir dans « l'après »

Les abstinents heureux ont envie de faire partager leur réussite. Ils ne peuvent garder pour eux que l'on se relève de la maladie alcoolique. Ils se sentent la responsabilité d'accompagner les nouveaux sevrés vers la solidité de leur résolution. Les premiers mois d'une vie sans alcool sont difficiles. Le poison prenait tant de place et tant de temps lui était consacré! Les anciens buveurs ont gagné chaque jour un combat sur eux-mêmes et ils sont là pour faire gagner ce combat aux petits nouveaux!

Et puis ils ont à cœur de démontrer qu'on peut vivre harmonieusement libéré des chaînes de l'alcool. Etre heureux dans la sobriété est donc le second message que les membres actifs d'une association veulent faire passer. C'est un enjeu de taille dans notre société! Ils sont là pour témoigner qu'il y a une vie après l'addiction et une belle vie! Si les anciens buveurs prennent des responsabilités dans une association, c'est pour

envoyer ce message aux nouveaux arrivants : « Nous avons conquis notre liberté et nous sommes à votre service pour que vous fassiez de même. Nous sommes heureux et vous pouvez l'être aussi ».

Enfin pour conforter sa victoire face à la famille et aux proches, l'abstinant heureux saura prendre un rôle actif dans l'association qui l'a aidé à se relever ou dans une autre (président, trésorier, secrétaire). Il prouve ainsi combien il a fait du chemin. Le conjoint, les enfants sont emplis de fierté face à l'investissement de l'ancien malade. C'est comme une reconnaissance pour lui de sa persévérance et de son courage. L'ex-malade alcoolique n'est plus l'être humilié et déchu d'avant les soins, il est victorieux et admiré. Son exemple force le respect. Il a reconquis sa place auprès des siens et son image s'en trouve grandie.

CONCLUSION

L'inventaire des dégâts causés par l'alcool et des richesses que renferme la personnalité des malades alcooliques est terminé. Il y a autant de constatations dramatiques que de qualités rares dans la vie de ceux-ci. Au final il y a même plus à admirer qu'à blâmer.

La maladie (comme c'est souvent le cas) révèle des potentialités et sublime le malade. Pour l'entourage, le sursaut du nouvel abstinant après les soins est une révélation. Et l'estime non seulement renaît mais se renforce. La crise a rendu le malade plus accompli et les proches ont ouvert les yeux sur celui ou celle qu'ils croyaient connaître. Même la ré-alcoolisation ne sera qu'une étape vers l'abstinence définitive. Car le malade puisant dans sa force et dans la solidarité des anciens buveurs découvrira qu'il est tombé, pour mieux se relever durablement.

Le malade alcoolique qui stoppe sa dépendance s'offre un tournant de vie qui va le révéler à lui-même et aux siens.