

La soif d'en sortir

VIENNE (86) René est malade alcoolique guéri. Son histoire est tragiquement banale.

Il témoigne d'un parcours difficile, mais au long duquel la persévérance, le respect mutuel, l'amour... ont permis non seulement de guérir mais de devenir, en couple, acteurs pour aider d'autres à s'en sortir, à retrouver humanité, dignité et liberté.

Depuis toujours, je consommais un peu d'alcool. Petit à petit, ça a commencé à dérailler. J'ai pris l'habitude de boire tout seul et de plus en plus. C'était devenu mon carburant. Il m'en fallait le matin pour partir travailler, le midi pour tenir jusqu'au soir et, en arrivant à la maison, je poursuivais ma consommation. J'étais malade alcoolique, mais dans le déni. Mon épouse voyait bien que je buvais, mais ne savait pas comment s'y prendre pour en parler au médecin. C'était une souffrance de tous les jours pour elle. Elle avait la honte, la culpabilité, le désespoir, la peur de ma violence. Nos familles savaient, mais étaient aussi démunies. Le soir, alcoolisé, je disais à mon épouse, en la prenant par le cou, « *Je te promets, demain, j'arrête* », et le lendemain mon cerveau en redemandait.

Un accompagnement salubre

Après plusieurs années, j'ai enfin pris la décision, avec mon épouse, de me soigner. J'étais réellement malade alcoolique. J'ai d'abord fait une cure ambula-

toire (traitement médicamenteux sans hospitalisation), puis un sevrage en milieu hospitalier suivi d'une posture d'un mois. J'étais abstinent mais très dépressif, d'où un traitement d'anxiolytiques qui me rendait dépendant des médicaments ; je n'étais plus moi-même, j'étais comme une épave. Pour me sortir de cet état, j'ai fait une cure d'un mois de psychothérapie. Je peux dire aujourd'hui que cette cure m'a libéré d'un mal-être très grand, enfoui au plus profond de moi, dont je n'étais pas conscient et qui empoisonnait ma vie.

Il m'a fallu deux ans pour sortir de l'enfer. 'La soif d'en sortir', comme dit le Mouvement Vie Libre (VL), l'a emporté sur la bouteille. Aujourd'hui, je suis heureux avec mon épouse, mes enfants. Je suis libéré de l'alcool grâce à l'amour de mon épouse et de VL.

Pendant toute ma maladie, j'allais aux permanences VL, aux réunions mensuelles. Il a fallu beaucoup de patience, de bonté, de confiance, de discrétion pour m'accompagner dans ce rude chemin. Mon épouse et les militants de VL, toujours fidèles, ont été déterminants pour arriver à ma guérison. L'accueil, la convivialité, le respect de chacun, le non jugement, la confiance sont des mots clés du Mouvement qui sont très réconfortants, stimulants pour les malades. VL a été pour notre couple un moyen de

rencontrer des personnes en souffrance et d'anciens malades guéris. C'est pour cela qu'aujourd'hui, ce que nous avons reçu, nous voulons aider d'autres à en bénéficier.

Je tiens à ce que VL permette aux malades de se connaître et de communiquer entre eux. L'expérience vécue dans notre foyer nous a rendus proches des malades et de leur entourage. Elle nous a appris à aimer l'être humain.

Aujourd'hui, mon épouse s'investit dans un groupe de parole *Femmes*. En toute confiance, chacune peut exprimer sa souffrance, ce qu'elle a vécu. Progressivement, elles se sentent soutenues, écou-

tées, comprises ; alors, exprimer des choses douloureuses, profondes, intimes, leur permet de libérer un mal-être enfoui au plus profond d'elles.

Toutes les semaines, une permanence dans 5 cantons différents a lieu pour des personnes concernées par cette maladie. Une réunion mensuelle à Châtellerauld regroupe 20 à 30 personnes avec des échanges, des expériences, qui permettent parfois de se reconnaître dans l'expression des autres. La convivialité, les rencontres, les partages, l'amitié au sein de l'équipe sont une force pour chacun. ●

**René et
Bernadette**



Aimer l'être humain