

« J'ai pris une cuite qui a duré vingt ans ! »

Les 650 Alcooliques anonymes présents à La Baule ont achevé leur congrès national, dimanche. Parmi eux, Pauline (1), une abstinente âgée de 37 ans. Cette presqu'ilienne revient de très loin.

Entre guillemets

« J'ai 37 ans, actuellement sans emploi. Je suis abstinente depuis cinq ans. Quand j'étais dans l'alcool, j'étais patronne de bar. J'ai bien évidemment arrêté mon activité au bout d'un an et demi d'abstinence pour suivre une formation de menuiserie d'agencement.

Je suis née à Paris et j'habite ici depuis quatre ans. Je suis devenue abstinente en région parisienne. J'ai commencé à boire à 12 ans et, comme j'aime dire, j'ai pris une cuite qui a duré vingt ans ! J'ai rapidement bu énormément et démesurément. Dès que je trouvais de l'alcool, je le consommait, toute seule. Chez mes parents, je piquais les bières de mon père dans le garage, j'avais besoin d'ivresse pour pouvoir exister : j'étais une ado qui ne savait pas vivre. J'ai appris à vivre avec les Alcooliques anonymes (AA). À 15 ans, quand j'étais au collège, et que je retrouvais mes amis le week-end, ils amenaient des jus d'orange et des paquets de bières et moi je ramenaient des packs de bières... »

« Un jour, j'en ai eu marre »

J'ai continué jusqu'au bac à peu près normalement, et j'ai travaillé après. Je me suis mise à mon compte, j'ai ouvert un bar. J'étais ma meilleure cliente ! J'étais ivre du matin au soir. Et du soir au matin, tous les jours. J'ai bu tous les jours pendant au moins douze ans. Jusqu'à l'ivresse, même plusieurs fois par jour. Quand je ne travaillais pas, je comptais le nombre de cuites que j'allais pouvoir prendre dans la journée. Je n'avais pas de vie amoureuse, pas de vie de famille : on ne peut pas tout faire !

4 Groupes d'Alcooliques anonymes (AA) se réunissent de façon hebdomadaire sur le secteur : Pornichet, Guérande, Saint-Nazaire et Pornic. Chaque groupe organise une séance hebdomadaire d'une heure et quart : une pour parler, chacun son tour, et un petit quart d'heure pour diffuser les annonces des uns ou des autres.



Un témoignage sensible sur la fin de vingt ans de dépendance grâce aux Alcooliques anonymes.

(1) Crédit photo : Quotidien

On dit que l'alcool est simplement le symptôme de nos désordres émotionnels et mentaux. J'avais un réel problème. J'avais 32 ans. Un jour, j'en ai eu marre, je suis allée voir un psychologue qui m'a dirigée vers un centre d'addictologie. Et le centre m'a dirigée vers les Alcooliques anonymes. J'ai arrêté de boire quinze jours après mon entrée aux AA.

Je n'ai pas voulu faire de cure parce que je pensais ne pas en avoir besoin : nous, les alcooliques, on se sent supérieurs, plus forts que tout le monde ! J'ai fait un sevrage médicamenteux. Je suis restée une dizaine de jours comme une carpe. Je n'aurais jamais dû faire ça hors du milieu hospitalier. J'étais chez ma

mère qui était dépitée mais elle avait envie que j'y arrive.

« 1 981 jours d'abstinence »

Depuis le sevrage, je suis abstinente. Chez les AA, on arrête de boire pour une journée seulement. Une phrase dit que tout homme est capable de livrer le combat d'un seul jour. Mais je n'ai promis à personne, même pas à moi-même, d'arrêter de boire toute ma vie, j'arrête juste pour aujourd'hui, c'est déjà énorme. Les fêtes, les repas, j'en verrai d'autres mais, pour l'instant, je n'ai pas envie de boire, grâce à l'association.

Aujourd'hui, cela fait exactement 1 981 jours d'abstinence, j'ai un compteur pour cela. C'est drôle, c'est mon année de naissance.

J'ai une vie épanouie maintenant, j'ai rencontré quelqu'un. Quand j'étais dans l'alcool, je pensais : quand je rencontrerai quelqu'un et que j'aurai une maison avec un grand jardin, j'arrêterai de boire. En fait, j'ai arrêté de boire et, ensuite seulement, j'ai rencontré quelqu'un et j'ai eu la

maison. J'ai un travail qui me plaît. J'ai trouvé un nouveau mode de vie qui aide à être heureuse sans faire usage de l'alcool. Je n'ai pas d'enfant et je ne souhaite pas spécialement en avoir, je ne suis pas malheureuse sans enfant. Aux jeunes qui tombent dans l'alcool et le mal-être, je veux simplement leur dire qu'ils ne sont pas tout seuls. Je pensais que j'étais la seule à boire comme cela, à avoir des désordres mentaux comme les miens. En fait, quand je suis arrivée chez les AA, tout le monde était comme moi ! J'ai pu m'identifier à eux et j'ai pu parler de moi sans avoir honte de ce que j'avais fait puisqu'il n'y avait pas mieux que moi autour de la table. Il n'y avait pas pire, non plus... On est tous pareils, ça met en confiance. >>>

Contact. Alcooliques Anonymes - Tel : 09 69 39 40 20

Recueilli par Michel ORIOU.

(1) Prénom d'emprunt