

## Témoignage auprès des détenus de la maison d'arrêt de Valenciennes

Je m'appelle Xavier<sup>i</sup>. J'ai 48 ans et je suis malade alcoolique abstinente depuis plus de 8 ans. Cela ne dit pas grand-chose pour ceux et celles qui n'ont pas vécu cette maladie qui peut devenir un enfer sur Terre. C'est une connaissance de l'enfer pour ceux et celles qui n'arrivent pas à s'en sortir malgré la médecine et les cures de désintoxications répétées et aussi pour l'entourage proche. Depuis le premier jour de mon abstinence totale, c'était une nouvelle épreuve et un don de Dieu car l'abstinence se vit 24 heures à la fois. Malgré deux cures, je n'arrivais pas à arrêter l'alcool. C'est une pancréatite aigüe qui m'a donné le déclic. Non seulement cela donne des douleurs atroces, mais également peut être mortelle. Depuis, ma volonté et ma motivation m'ont aidés à ne pas replonger et ce en vivant avec une compagne qui buvait sans arrêt et n'arrêtait pas de faire les « 400 coups ». J'ai vécu un nouvel enfer tout en restant abstinente et la séparation devenait nécessaire. Finalement elle est décédée de l'abus d'alcool à l'âge de 39 ans. Le déni de l'alcoolisme est un fléau parce que cela évite de se remettre en question. « Ce n'est pas moi, ce sont les autres qui boivent », c'est un fait, cela évite le face à face avec soi-même et c'est une fuite du problème. L'alcoolisme est une maladie qui touche toutes les classes de la société. Il ne faut pas juger l'alcoolique, c'est l'alcool qui est un problème, et personne n'est égal face au produit. On boit pour se sentir mieux, avoir plus confiance, se désinhiber et masque bien des problèmes comme la solitude, le surmenage ou la dépression, ce qui était mon cas. S'en défaire est un combat de tous les jours et c'est épuisant. Pour ceux qui s'en sortent, c'est une Résurrection dans le sens sacré du mot. L'alcool rend plus fort, on devient « maître » du monde et on raconte bien des bêtises sous l'effet du produit. Chez beaucoup, c'est la porte ouverte à la double personnalité. L'alcool est festif certes mais entraîne une dépendance sournoise et rapide chez les plus fragiles. La barrière passée et c'est déjà trop tard. On ne guérit jamais de l'alcool, l'abstinence totale est la seule voie de guérison possible jusqu'à la fin ses jours. Dans l'alcool les « amis » sont nombreux, on raconte souvent n'importe quoi, sans l'alcool, plus d'amis d'où la solitude et les dangers de rechutes. Grâce aux diverses associations et notamment les AA que j'ai fréquenté et depuis peu la Fraternité Saint Jean-Baptiste, j'ai découvert que la vie pouvait être un cadeau et reconnaître que Dieu y est pour quelque chose dans la voie de « guérison ». Dans les réunions de la Fraternité animées par Sœur Marie Yvonne à Valenciennes, je reprends des forces spirituelles car le combat est rude pour maintenir la sobriété. L'alcool est partout et cela peut devenir sur-humain de poursuivre la voie du zéro alcool. On voit la vie différemment avec plus d'intensité, plus de bienveillance, sans oublier l'angoisse de la rechute, et la joie de nouveau peut emplir le cœur, car le filtre de l'alcool n'est plus là. Malheureusement, je n'ai pas beaucoup de soutien de ma proche famille. Pour eux, c'est fait je ne bois plus... J'ai la chance de partager avec la Fraternité et d'y puiser des forces. Les « amis » ont disparus mais au moins je vis l'amitié avec plus d'intensité. Aujourd'hui, je peux dire que je reviens de très loin, l'alcool est dangereux pour la santé et... peut tuer, comme on peut faire n'importe quoi sous l'emprise du produit qui est la drogue la plus dure. Non seulement elle détruit le corps mais également l'esprit malheureusement de façon irréversible.

Malgré ce constat très dur et pour ceux qui ne s'en sortent pas, il y a toujours l'espoir de guérir en se faisant aider par des structures spécialisées mais aussi ne pas rester seul, se libérer par la parole, avoir le courage d'aller vers les autres sans oublier la prière qui peut être efficace. Le temps et la patience sont les meilleures armes pour venir à bout de cette maladie.

Octobre 2017

---

<sup>i</sup> NDLR : le prénom a été changé pour respecter la confidentialité.