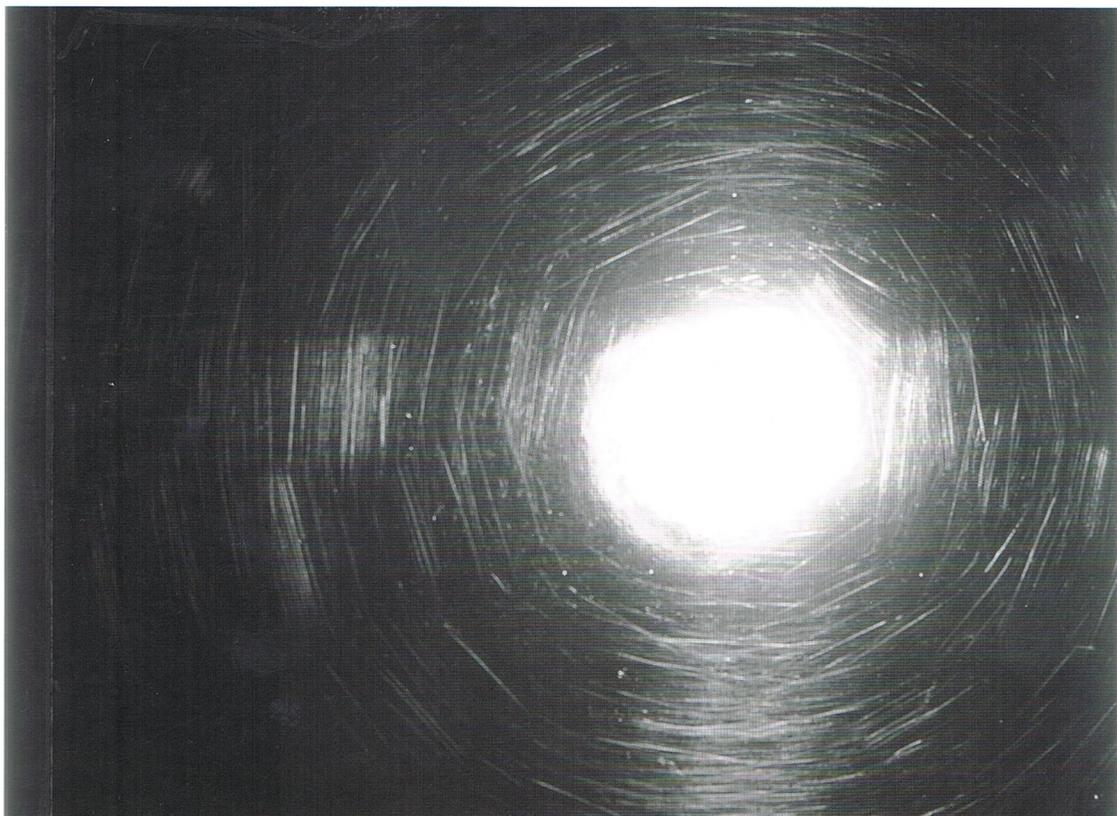


Moi, Vincent B.

Une expérience
de la vie sans drogue



LES IMPRESSIONS NOUVELLES
For intérieur

« Lorsqu'on arrive, on est tous pareils. Je ne connais personne qui ait débarqué aux Narcotiques Anonymes en garant sa Porsche devant la réunion, en racontant que tout se passe bien dans son boulot, que sa famille est heureuse et qu'il est en bonne santé. Lorsqu'on arrive à NA, on a généralement tout essayé, et tout a foiré. "Junkie un jour, junkie toujours", dit la maxime populaire. Narcotiques Anonymes est le dernier refuge de ceux qui savent que, s'ils continuent à se défoncer un jour de plus, quelques semaines voire quelques mois, ils vont bientôt y passer. Moi, j'y ai posé mes valises un jour de printemps 1994. Je ne m'en suis jamais remis. Comme la drogue, l'abstinence totale peut-être une expérience définitive. La preuve : je n'ai jamais rechuté depuis. »



S'inspirant du reportage culte de Joseph Kessel *Avec les Alcooliques Anonymes*, Vincent B. nous livre son expérience au sein des Narcotiques Anonymes, dans un livre qui est à la fois un essai journalistique, une aventure personnelle et un formidable message d'espoir.



16 € EAN : 9782874491078 ISBN : 978-2-87449-107-8

Lorsqu'on arrive, on est tous pareils. Je ne connais personne qui ait débarqué aux Narcotiques Anonymes en garant sa Porsche devant la réunion, en racontant que tout se passe bien dans son boulot, que sa famille est heureuse et qu'il est en bonne santé. Lorsqu'on arrive à NA, on a généralement tout essayé, et tout a foiré. « Junkie un jour, junkie toujours », dit la maxime populaire. Narcotiques Anonymes est le dernier refuge de ceux qui savent que, s'ils continuent à se défoncer un jour de plus, quelques semaines voire quelques mois, ils vont bientôt y passer. Moi, j'y ai posé mes valises un jour de printemps 1994, après plusieurs tentatives de suicide et quelques cures de désintoxication. J'étais méfiant, bien sûr, et j'ai tout de suite voulu savoir de quoi il retournait. Au bout de quelques semaines, j'ai acheté le livre de l'association, intitulé sobrement *Narcotiques Anonymes*. Un livre bleu marine, avec un design élégant, à l'américaine, orné d'une sorte de logo rond, un peu art déco, qui renfermait les lettres « N » et « A ». Un texte court était inscrit sur le premier rabat de la couverture : « De nombreux livres ont été écrits sur la nature de la dépendance, mais celui-ci est différent

parce qu'il traite de la nature du rétablissement. Si tu es dépendant et que tu viens de découvrir ce livre, s'il te plaît, donne-toi une chance et lis-le ! » Comme pour des milliers d'autres avant moi, la lecture de ces deux phrases a bouleversé ma vie. J'ai tout de suite senti que ma vie, effectivement, pouvait changer. D'ailleurs, c'est ce qui s'est passé. Un nouveau monde, un vocabulaire inconnu s'ouvrait à moi. Dépendance, rétablissement... ces mots ne venaient pas de nulle part. Ils prenaient leur origine au sein d'une aventure humaine exceptionnelle qui vit le jour aux États-Unis et qui s'est développée depuis dans le monde entier. Je les ai entendus régulièrement tous les vendredi soirs, dans mon groupe d'appartenance, situé en face du Moulin Rouge dans le 18^e arrondissement de Paris, juste au-dessus de l'église Sainte Rita, la patronne des prostituées, des toxicos et des causes désespérées.

CHAPITRE 1

LA FABULEUSE HISTOIRE DE BILL & BOB

New York, novembre 1934. Bill W., un yuppie de la belle époque, termine la préparation d'un gin artisanal dans sa baignoire lorsqu'il reçoit la visite d'Ebby, un de ses vieux compagnons de beuverie qui vient de faire l'expérience de la sobriété. Ebby appartient au groupe Oxford, un mouvement de tempérance teinté de spiritualité protestante qui propose à ses membres – pas forcément des alcooliques – un programme de rétablissement spirituel en quatre étapes. Bill est un alcoolique irrécupérable. Il vit avec sa femme à New York mais cela fait bien longtemps qu'il n'a plus aucune occupation professionnelle stable. C'est sa femme et sa belle-famille qui assurent la survie financière du ménage. Lois travaille comme vendeuse dans un grand magasin new yorkais, son beau-père paye le loyer. Et pourtant, Bill W. a connu son heure de gloire comme trader, juste avant le Krach de la bourse en 1929. Mais au sortir de l'armée et de la Première Guerre mondiale, Bill a découvert l'alcool et les beuveries potaches. La suite de sa carrière, à la grande époque de la Prohibition, ne sera qu'une suite de jolis coups et de vilaines cuites. Lui et

Loïs n'ont jamais eu d'enfants. Un soir, alors que Loïs est enceinte, Bill se saoule au whisky dans un bar. Loïs fait un malaise mais Bill arrive trop tard. La fausse couche se développe en complications irrémédiables. Loïs ne pourra plus jamais avoir d'enfants. Et puis, lors d'une fête organisée par l'un de ses patrons dans une sublime propriété du New Jersey, on le retrouve ivre mort dans la cave à vin en compagnie d'une femme mariée. C'est l'humiliation. Il est licencié.

Sur les conseils répétés de sa femme et de son beau-père, Bill commence à consulter la médecine officielle au début des années 1930. Son médecin personnel, le docteur Silkworth, navré de toujours le voir rechuter malgré toutes ses tentatives pour rester sobre, diagnostique une mort prochaine par cirrhose du foie. « En fait, lui dit le toubib, vous semblez être atteint d'une allergie physique à l'alcool, doublée d'une incapacité à pouvoir arrêter de boire après avoir commencé. Et j'ai bien l'impression que cette maladie est incurable. Sauf à rester abstinent, ce que vous semblez incapable de faire. » Bill est atteint de *delirium tremens* et, le soir, il voit de petits animaux grimper le long des murs de sa chambre. Et c'est précisément à ce moment que surgit Ebby. La conversation entre les deux hommes a lieu dans la cuisine de Bill, qui propose à son ex-acolyte un verre de gin. Seulement voilà : Ebby est sobre depuis plusieurs mois, et il engage Bill à faire de même. Celui-ci est bouleversé par le fait qu'un alcoolique comme Ebby, un vieux compagnon de bouteille, avec lequel il a

partagé tant de soûleries, ait pu rester abstiné pendant tout ce temps. Il l'écoute d'une oreille ce soir-là, mais il fréquentera pendant plusieurs mois le groupe Oxford et restera sobre durant toute cette période.

Au printemps 1935, il parvient à convaincre l'un de ses anciens patrons de Wall Street de lui confier une mission. Une sorte de dernière chance. Le patron accepte et lui glisse quelques billets. Bill est malin, il a compris que pour évaluer les marges de progression boursières d'une société, il valait mieux se déplacer pour collecter les informations à la source. Il se rend donc à Akron, la capitale du pneu, dans l'Ohio, afin de recueillir des renseignements auprès des employés, à la sortie des bureaux, dans les bars et les restaurants de la ville. Jusque là, Bill n'a pas eu envie de boire et s'est lancé à corps perdu dans le travail pour s'occuper. Mais ce jour-là, dans le hall de l'hôtel où il a pris ses quartiers, il a une furieuse envie de se payer un verre. Il hésite, lorgne du côté des clients joyeusement accoudés au bar de l'hôtel.

Soudain, il a l'idée qui va changer sa vie et celle de milliers d'autres après lui : pour éviter de boire, il doit parler à un autre alcoolique. Il entre dans une cabine et avise la liste des pasteurs qui, à cette époque-là, était traditionnellement placardée à côté du combiné téléphonique. Frénétiquement, il appelle tous les pasteurs de la ville. Seul le dernier répond à sa requête et le dirige vers Henrietta Sieberling, une femme pieuse qui, selon le pasteur, connaît justement un gros buveur.

Le 21 juillet 1935, Bill W. rencontre Bob S., un vieux médecin de famille, chirurgien raté et alcoolique invétéré qui l'accueille par ces mots : « Écoutez, j'ai bien voulu vous recevoir mais je préfère vous avertir, je n'ai pas besoin d'aide. » Bill : « Vous n'y êtes pas, c'est moi qui en ai besoin. » Les deux hommes passent la nuit à discuter dans le salon, se racontant des histoires de soûleries, tantôt graves, tantôt légères, comme peuvent le faire les alcooliques entre eux. Bizarrement, Bill et Bob semblent se connaître depuis une éternité. Au matin, ils n'ont pas bu une seule goutte et n'en ont même pas ressenti l'envie. Le mouvement des Alcooliques Anonymes vient de naître.

Quelques semaines plus tard, le docteur Bob est convié à un congrès médical. Se sentant angoissé par une telle échéance, il décide de boire, mais avec la ferme intention de rester abstinente au sortir du congrès. Et c'est ce qu'il fera, jusqu'à sa mort en 1949. Pourtant, la mythologie des Alcooliques Anonymes retiendra la date de sa rencontre avec Bill pour commémorer la naissance de l'association. Plus jeune que le docteur Bob, Bill restera lui aussi abstinente jusqu'à sa mort, en 1973. Ce n'est qu'à ce moment là qu'une photo de lui sera publiée dans les journaux américains, ainsi que son nom de famille : Bill Wilson.

Bill et Bob ont eu une intuition majeure : une des meilleures façons de rester sobres, c'est d'aider les autres à le devenir. Mais ils n'auront pas beaucoup de succès lorsqu'ils chercheront à guérir d'autres alcooliques. Ebby,

le compagnon des premiers temps et premier parrain de Bill W., rechutera salement.

Les premières réunions ont lieu chez des particuliers, Henrietta Sieberling par exemple, qui accueille dans sa maison d'Akron des groupes hétéroclites de clochards débauchés dans la rue et de malades alcooliques tout juste sortis de l'hôpital psychiatrique. Très vite, le service d'un hôpital d'Akron, mené par une sœur protestante, leur vient en aide. C'est là qu'ils rencontrent en 1936 le troisième membre, Bill S., qui deviendra lui aussi sobre définitivement.

Pendant des années, la croissance des Alcooliques Anonymes est chaotique. Bill W. fait des allers et retours entre New York et l'Ohio. L'association lui prend tout son temps, ainsi qu'à Bob. Pendant que les alcooliques se réunissent, Lois et Anne, les femmes de Bill et Bob, s'occupent de leurs compagnes. Lois sera même à l'origine de la création des Al-Anon, une association plus particulièrement centrée sur les familles des alcooliques. Lois, qui sait de quoi elle parle, a elle aussi une intuition : la dépendance est une maladie familiale. Aujourd'hui c'est une idée communément admise.

Assez vite, Bill se dit que le meilleur moyen de transmettre l'expérience des Alcooliques Anonymes serait d'écrire un livre. Avec Bob, il sollicite une bourse de la fondation Rockefeller, qu'il obtient en 1938. Tous les mois, de petites allocations sont versées aux deux hommes par Frank Amos, l'un des conseillers de Rockefeller. En 1939, paraît le livre *Alcooliques Anonymes*, écrit par Bill

sans lui être crédité. Pourtant, durant toute sa vie, Bill touchera des royalties. Au début de l'association, cela donna même lieu à de fortes polémiques. Reste que la publication de ce que les AA appellent entre eux le *Big Book* donnera une impulsion fantastique au mouvement. Bill y décrit les principes fondamentaux des AA, et notamment les douze étapes, sorte de chemin spirituel vers le rétablissement d'une vie sans alcool, adaptées en partie des principes du groupe Oxford – donc partiellement chargées de pratiques spirituelles, sinon religieuses. Suite à la parution du *Big Book*, les centres d'appel des Alcooliques Anonymes croulent sous les demandes d'aide. Un bureau ouvre à New York, des réunions se créent à San Diego, Cleveland, Chicago et à travers tous les États-Unis. En 1941, le journaliste Jack Alexander publie un reportage dans le *New York Herald* sur les Alcooliques Anonymes, achevant de lancer l'irrésistible développement de l'association.

Le premier débat de fonds qui agite les débuts des AA porte sur la professionnalisation. Certains membres se lancent dans la création d'institutions médicales à but lucratif qui se solderont par des échecs. Fort de cette expérience, Bill commence à rédiger un code de conduite pour l'association : les douze traditions, en écho aux douze étapes. Bob y est d'abord réticent. Pour lui, comme pour tant d'autres chez les AA puis chez les NA, l'association doit rester fondée sur le principe de l'autonomie de chaque groupe et, autant que possible, non organisée. Mais plus l'association grandit, plus

les problèmes se multiplient. Par exemple, certains se demandent s'il est bien raisonnable que les femmes alcooliques assistent aux réunions. Beaucoup ont peur qu'avec la mixité, tout finisse par éclater et que la plupart d'entre eux se remettent à boire. Nous sommes aux États-Unis dans les années 1940, et il se trouve aussi des gens qui se demandent si les Noirs peuvent être admis aux réunions. Toutes ces questions mènent à l'élaboration d'un questionnaire envoyé aux groupes américains dans le but de sonder quelles pourraient être les règles d'admission aux Alcooliques Anonymes.

Mais les réponses atteignent un tel degré de variétés d'interdictions – les Noirs, les femmes, les homosexuels, les jeunes, les Amérindiens, etc. – que le bureau de New York se rend très vite compte qu'il ne faudrait sûrement pas confier aux membres le soin de filtrer l'accès aux réunions. De toute façon, la sélection la plus radicale à la sobriété s'effectue par la bouteille elle-même. D'où la rédaction de la *Troisième Tradition*, fondamentale : « La seule condition pour être membre d'Alcooliques Anonymes est le désir d'arrêter de boire. » En clair, la décision d'être membre appartient à chacun, personne ne peut l'imposer ni l'interdire. D'autres *Traditions* sont développées par Bill, dans une série d'articles publiés dans *The Grapevine*, la lettre d'information des AA. Le principe de l'anonymat des membres, qui leur garantit à la fois la sécurité et les protège du cabotinage, est réaffirmé. Tout comme celui de la gratuité, du bénévolat, de l'autonomie des groupes et de l'absence de chef,

sinon d'organisation. En 1948, juste avant de mourir, le docteur Bob donne finalement son accord au texte final des douze traditions. Celles-ci sont toujours en vigueur plus d'un demi-siècle plus tard au sein des programmes de rétablissement en douze étapes. Une petite phrase du texte de base des Narcotiques Anonymes, que j'aime bien, résume la qualité inaliénable de ces lignes de conduite : « Nombre de nos problèmes ressemblent à ceux auxquels nos prédécesseurs ont dû faire face. Cette expérience, durement acquise, a donné naissance aux Traditions, et notre propre expérience nous a montré que ces principes sont aussi valables de nos jours que lorsque ces traditions ont été formulées. »

Paris, 1959. L'écrivain Joseph Kessel entend parler des Alcooliques Anonymes de New York. Il effectue un reportage pour le journal *France Soir*, qui paraîtra peu après en recueil chez Gallimard. L'écrivain couvre les réunions new yorkaises, depuis les docks jusque dans les beaux quartiers, qu'il décrit au sein d'un chapitre fameux intitulé « Visons et Zibelines ». Il rencontre même Bill W. Suite à la parution des articles de Kessel dans la presse, la première réunion des Alcooliques Anonymes en France a lieu à Paris, à l'église américaine, en 1960. Quelques années plus tard, au micro de *France Culture*, l'écrivain raconte sa découverte de l'association : « J'avais appris que des cas d'alcooliques très intéressants, très dramatiques et qui en même temps avaient une fin heureuse, existaient en Amérique au sein des Alcooliques Anonymes. Je me

suis dit, ma foi, voilà un reportage comme un autre, et je suis tombé sur un phénomène humain extraordinaire qui m'a passionné. J'ai eu comme introducteur un journaliste du plus grand talent qui occupe aujourd'hui un poste très éminent dans l'un des deux plus grands journaux de New York ; qui était arrivé dans un tel degré d'affaissement physique et moral à cause de l'alcool que, me disait-il, lorsqu'il partait en reportage, la première chose qu'il faisait en se réveillant c'était de prendre l'annuaire du téléphone, non pas du tout parce qu'il avait besoin de téléphoner, mais pour savoir dans quelle ville il était. Il a fait appel à cette association et il est redevenu un homme absolument remarquable, à tout point de vue. Là j'ai vécu six semaines absolument prodigieuses par l'émotion que m'a donnée cette entraide d'hommes qui avaient été des hommes perdus et qui ne vivaient que pour récupérer d'autres hommes perdus. » Ce que Kessel ne dit pas, c'est qu'il avait découvert les AA parce sa compagne d'alors avait un problème avec l'alcool et qu'il cherchait une solution pour elle. Kessel était lui-même un gros buveur, ce dont il ne se cache pas dans son livre, mais considérait que l'alcool n'était pas un problème pour lui, plutôt un secours, utilisé lors de ses éprouvants reportages autour du monde. L'amie de Kessel fera partie des premiers membres AA français, restera sobre quelques temps avant de rechuter.

Aujourd'hui, les Alcooliques Anonymes sont plus de deux millions à travers le monde.