
Mise au point

Splendeur de l'incapacité

Veissière Pierre^{1,*}

¹ Unité pour la recherche et les soins en alcoologie, Centre hospitalier de Saint-Cloud, 3, place de Silly, 92210 Saint-Cloud, France

*Correspondance : Veissière Pierre, piervnet@free.fr

Résumé : L'alcoolique ne peut pas s'empêcher de boire de l'alcool. Toutefois, ce n'est pas la « liberté » qu'il n'a pas, ou qu'il aurait perdue, mais la « capacité » de s'abstenir. Définir l'alcoolique par la perte de « la liberté de s'abstenir d'alcool » conduit de surcroît à ne même pas envisager l'existence de la catégorie thérapeutique la plus souhaitable de la maladie alcoolique, celle des alcooliques abstinents. C'est s'interdire de comprendre l'alcoolique rétabli, qui montre pourtant tous les jours qu'il est tout à fait capable de se passer complètement d'alcool. C'est parler de liberté là où il n'y en a aucune, et ne pas la voir là où elle s'exerce. Enfin c'est donner de l'abstinence une image désastreuse, négative, qui empêche de réorienter le désir du patient. Il est préférable de définir et d'expliquer l'alcoolique par ses capacités et incapacités plutôt que par une liberté imaginaire. Orientation que Fouquet avait envisagée dès l'origine mais qui a été malheureusement délaissée par la suite.

Mots clés : Splendeur de l'Incapacité - Misère de la Liberté - Alcoolique éclairé - Alcoolique rétabli - Fraternité - Groupe – Entraide

Abstract: An alcoholic cannot stop drinking alcohol. However, it is not the "freedom" that they lack or have lost, but rather the "capacity" to abstain. Defining an alcoholic by the loss of the "freedom to abstain from alcohol" also prevents considering the existence of the most desirable therapeutic category of alcoholism, that of abstinent alcoholics. This approach restricts understanding of the recovered alcoholic, who daily demonstrates the ability to completely abstain from alcohol. It involves discussing freedom where there is none and ignoring it where it exists. Furthermore, it creates a disastrous and negative image of abstinence, hindering the patient's desire for reorientation. It is preferable to define and explain alcoholism by its capacities and incapacities rather than by an imaginary freedom. This orientation was initially considered by Fouquet but unfortunately abandoned later on.

Keywords : Splendor of Incapacity - Misery of Freedom - Enlightened Alcoholic - Recovered Alcoholic – Fraternity - Group; Mutual Aid



Quand tous vont vers le débordement nul ne semble y aller. Celui qui s'arrête fait remarquer l'emportement des autres comme un point fixe. Pascal, Pensées

Le plus grand dérèglement de l'esprit c'est de croire les choses parce qu'on veut qu'elles soient, et non par ce qu'on a vu qu'elles sont en effet. Bossuet, Traité de la connaissance

Je n'aime pas que l'on abîme les hommes. Saint-Exupéry, Terre des hommes

Le diable est dans les détails et doit raffoler des à peu près.

La définition dite de Fouquet, selon laquelle un alcoolique aurait « en fait, perdu la liberté de s'abstenir d'alcool », est aujourd'hui devenue un stéréotype. Elle a eu le grand mérite d'introduire dans la conscience collective la notion d'alcoolodépendance qui lui était totalement étrangère. Mais avec le temps, il nous semble qu'elle a fini par dévier de son intention initiale et qu'elle devrait être revisitée.

Une bonne définition pose une base de description juste, avec des mots exacts, qui permettent de comprendre et si possible d'agir, même si persiste toujours dans les sciences humaines une part inévitable d'approximation. La « définition de Fouquet » n'est pas satisfaisante puisqu'elle s'applique déjà mal à l'alcoolique dans l'alcool, et ne fait aucune place à l'alcoolique abstiné.

La caractéristique, la spécificité de l'alcoolique, qu'il soit dans l'alcool ou hors alcool, est qu'il ne peut pas boire impunément des boissons alcoolisées.

Le problème se pose donc en termes de pouvoir et non de liberté.

Qu'impliquent ces notions de « liberté » et de « perte » si longtemps privilégiées au détriment de celle de la capacité ? Quels inconvénients lourds y a-t-il à les avoir conservées comme explicatives ? Quels avantages énormes y aurait-il à basculer vers un éclairage par l'axe « capacité-incapacité » ? C'est ce que nous allons examiner.

Sans la moindre irrévérence d'ailleurs à l'égard de Fouquet. Car il avait envisagé cette piste du trésor, la laissant malheureusement inexplorée. Tentons une réorientation.

Exégèse rapide :

La définition originale de Fouquet affirme un manque

Essayant de cerner le trait commun qui réunissait des gens aussi divers que les malades alcooliques dont il avait l'expérience, Fouquet a écrit dans son article initial « Réflexions cliniques et thérapeutiques sur l'alcoolisme », en 1951, que « tous tentent à un recours identique, l'alcool. »

« D'où, poursuit-il, la seule définition valable : être alcoolique, sur le plan clinique et descriptif des faits, c'est n'avoir pas la liberté de s'abstenir de boissons alcoolisées (1). »

Définition dont il reprend le cœur, 12 lignes plus loin, sous une formulation différente mais similaire : « la fondamentale incapacité de fait où se trouve le malade de s'abstenir est sous la dépendance de trois éléments constants... »

Observons, c'est capital, qu'il a hésité entre « non-liberté » et « incapacité » qui lui sont apparus à l'époque équivalents.

Il a retenu la formulation négative des deux termes et non leur contraire « positif » (liberté, capacité).

L'absence, le contraire de la liberté est restée ; la dimension de l'incapacité est passée à la trappe puisqu'elle ne figure pas dans la définition.

Ecrire sans modestie excessive « la seule définition valable » a statufié, si j'ose dire, la liberté, plus exactement sa négation.

Fouquet a eu à l'époque d'autres incertitudes de formulation. Entre « tendre » et « tenter » un recours à l'alcool mentionné ci-dessus, balancement tellement évident qu'il s'est terminé dans la rédaction imprimée par une faute de français et d'orthographe confondant un verbe transitif... avec l'autre de forme intransitive (1).

Cette trace d'une hésitation entre les deux mots, visible dans le texte original, sera reproduite à l'identique sans correction, un demi-siècle plus tard, dans le numéro spécial de la revue consacré à Pierre Fouquet. Indice que des inexactitudes peuvent passer inaperçues de l'auteur lui-même et perdurer ensuite sans rectification (2).

Le manque s'alourdit en perte, « la perte de la liberté »

Dans l'ouvrage de 1983, *Alcoologie*, de Malka, Fouquet et Vachonfrance (3).

« L'incapacité » de s'abstenir est bien mentionnée une dernière fois page 69. Mais en lui adjoignant pour faire bonne mesure la « perte de contrôle de la quantité ingérée », les auteurs concluent : « En réalité ces deux modalités témoignent de la même et fondamentale incapacité à s'abstenir, c'est-à-dire au fond de la perte de liberté vis à vis de l'alcool. »

Et aboutissent page 71 à cette conclusion qui s'est perpétuée jusqu'à nos jours : « Pour Fouquet (1951) il y a alcoolisme lorsqu'un individu a, en fait, perdu la liberté de s'abstenir d'alcool. »

Cette confusion entre « alcoolique » et « alcoolisme » sous la plume d'alcoologues chevronnés laisse perplexe.

La limitation initiale de Fouquet au champ du « plan clinique et descriptif des faits » a disparu ; elle est censée s'étendre désormais à tous les domaines par sa réduction à une allégation qui n'a d'ailleurs aucun contenu réel : « en fait ». La personne (je ne commenterai pas « individu »), ainsi d'ailleurs que la liberté avec ses implications philosophiques, politiques, éthiques, juridiques, pénales, culturelles, françaises (mais en revanche qui n'en possède aucune associée au domaine médical), etc., sont réduites à « en fait ».

Jusqu'ici l'alcoolique n'avait pas la liberté. Désormais, par un second oukase, il l'a perdue. L'aggravation est de taille : c'est donc qu'il l'avait eue, qu'il en avait eu la jouissance mais l'a égarée, dilapidée.

Sans forcer le trait, sous-jacent : cette liberté que tout le monde, tous les autres, les gens normaux, raisonnables, sains (dont moi) conservent sans la moindre difficulté.

L'invention de cette perte élimine la question pourtant toujours irrésolue de savoir si l'alcoolique a ruiné une faculté dont il disposait ou si, à la différence de la majorité de ses concitoyens, il n'en disposait pas.

Dans La Lettre du médecin à la famille de l'alcoolique (4) incluse dans Une thérapeutique de l'alcoolisme, 1966, apparaissait déjà l'allégation de cette perte quand Fouquet écrivait qu'« il s'agit d'une maladie dont je peux résumer le symptôme majeur en une phrase : votre malade avait perdu la liberté de s'abstenir d'alcool ».

Désastres causés par la prétendue liberté et sa perte supposée

Prendre comme explicative la notion de liberté aboutit au contresens. Liberté et pouvoir ont une petite zone de recouvrement où ils sont synonymes : « j'ai la liberté » de signer ou « je ne suis pas libre dimanche » signifient « je peux signer tout seul » et « je ne peux pas, j'ai autre chose de prévu ». Liberté et libre signifient ici pouvoir ou ne pas pouvoir. Mais les principaux sens de liberté dépassent largement le simple fait de pouvoir, ou de ne pas être empêché. Elle inclut le libre-arbitre, c'est-à-dire le pouvoir de décider d'agir ou de ne pas agir, l'absence de contraintes internes ou externes, le choix souverain, un exercice individuel, la pleine possession de ses moyens et la non-soumission à des forces irrationnelles, l'exercice de la volonté (selon le « *Trésor de la Langue Française informatisé* »), tous éléments étrangers à la situation réelle de l'alcoolique dans l'alcool.

La « perte » aggrave la catastrophe : Les principales significations en français d'une perte, toujours selon le « *TLFi* », sont : Ne plus avoir (par suite de mort ou d'abandon), hors de combat, mort, résultat désastreux, ruine, damnation, être privé d'une chose dont on avait la jouissance ou la possession (dont perte d'argent ou de territoire), perte sèche, fait d'égarer, mal utiliser, gaspiller, dissipation, échec subi, perte... seul le sens figuré « sans fin » échappant à ces qualifications catastrophiques. C'est une mauvaise piste : elle fait croire qu'il y a choix, qu'il aurait pu y avoir un choix différent, qu'il pourra y avoir à nouveau choix. C'est faux. C'est un préjugé. Fondé sur l'apparence, l'illusion. Le contresens s'accroît parce que les significations contenues dans liberté sont plus puissantes que le simple fait de pouvoir, qu'il s'agit d'une faculté noble, prisée mais aussi très fortement chargée d'idéologie en France, et que croire à la présence de la liberté est un préjugé unanimement répandu chez les interlocuteurs concernés (alcooliques, médecins, société - dont les proches). Avec l'affirmation de la perte, le sens de liberté bascule complètement : d'empêchement, d'entrave, de prison temporaire, bref de situations admissibles, la perte devient la tare de quelqu'un qui était libre d'être et d'agir autrement et qui a dilapidé, anéanti cette liberté. Par sa faute. Car liberté implique choix volontaire. L'alcoolique est un indigne qui s'est rendu délibérément malade. C'est un coupable. Il avait le choix, il en a fait un mauvais, il est impardonnable. Il est déchu, c'est un perdant... Paradis perdu, fille perdue, perte, chute ...

La condescendance, le mépris, le rejet à l'égard de l'alcoolique qui a fait si mauvais usage de ses facultés, perceptibles dans la société comme chez les médecins, me paraissent provoqués par la croyance en cette liberté. C'est de sa faute s'il en est là puisqu'il était au départ comme nous qui nous estimons libres. Et, pour certains, ce ne sera même pas une vraie maladie s'ils sont convaincus qu'elle relève principalement de la liberté.

En ce sens on peut se demander si les médecins qui n'abordent pas le sujet de l'alcoolisme quand le patient n'en parle pas lui-même, ou qui s'arrogent le droit de le traiter pour d'autres maux mais en aucun cas pour l'alcool, qui ne l'informent de rien... ne sont pas contaminés par l'idée de ce prétendu libre-arbitre de l'alcoolique.

Une étrange conception de la liberté est apparue : être libre est devenu être libre de boire... de l'alcool. Il s'est produit une confusion entre le normal médical (normal-pathologique) et le normal social

(normatif-marginal, majoritaire-minoritaire). Au lieu de penser qu'être libre c'est boire ce que l'on veut, en tout cas ne pas être assujéti comme l'alcoolique à boire exclusivement de l'alcool, on en est venu à penser que le sujet libre est celui qui peut en boire impunément. C'est-à-dire que la norme culturelle admise dans la société française a été tellement bien introjectée dans cette définition qu'elle a contaminé la norme médicale. Car enfin c'est une surprenante conception de la liberté, une vue déformée de la normalité celle qui considère que boire de l'alcool devrait être la norme et que s'en passer est une déficience.

Au lieu de considérer comme bien-portants les quelques milliards d'humains qui boivent de l'eau potable, elle a décrété que ne pas pouvoir boire d'alcool est une perte. D'une liberté. Incroyable affirmation quand on y réfléchit et combien révélatrice du coriace conditionnement culturel, partagé par l'ensemble de la population, et auquel les médecins n'ont semble-t-il pas échappé.

Si « vous buvez quelque chose ? » ou « on prend un verre ? » sont des questions dont la seule réponse est de choisir son type d'alcool, généralement à l'exclusion de boissons non alcoolisées, on peut sourire à l'évocation d'une liberté si servilement conforme, si formatée.

Doit-on ajouter que l'alcoolique partage entièrement l'aveuglement social généralisé et qu'il est le premier endoctriné à continuer à croire obstinément en sa « liberté » ?

Parler de liberté encourage l'individualisme, le soin et les psychothérapies personnelles fondés sur l'ego, sur l'illusion de la différence entre moi et les autres alcooliques, et celle d'une possibilité de choix. Ce faisant, par myopie, c'est empêcher les soins vraiment indispensables qui sont hors de portée de la psychothérapie individuelle, la mieux conduite fût-elle. Alcoolique et praticien sont alors compagnons de route pour désirer recouvrer cette pseudo-liberté mythique.

C'est au libre choix de chacun ; la préférence pour une thérapie ou une autre est affaire de préférences individuelles ; toutes les opinions s'équivalent...

Croire qu'il s'agit de liberté donne l'espoir de s'en sortir, de la retrouver. Or cette croyance conduit au précipice. Il n'y a en effet aucun espoir, il ne faut laisser aucune attente de cette sorte au dépendant. L'alcoolodépendant croit qu'il a seulement perdu, temporairement, la liberté alors que c'est tout le pouvoir de continuer à boire impunément qui l'a définitivement quitté. C'est lui faire miroiter une fausse piste et l'empêcher de voir que son pouvoir, son véritable pouvoir, est ailleurs. On lui fait croire qu'il est seulement captif d'une prison dont il pourra sortir un jour libre, ou s'évader ; or c'est une geôle fictive (celle de la liberté) et non la cellule réelle (celle de l'incapacité) qui lui est indiquée ! C'est extrêmement pernicieux : les alcooliques périssent en dépit de leurs efforts désespérés. Ils peuvent toujours s'échiner à faire des psychothérapies pour récupérer leur liberté, ils ne trouveront que la mort au bout, par narcissisme flatté, en croyant sincèrement que « eux c'est pas pareil », alors que si justement, eux c'est pareil. Pas pareil que tous leurs « semblables humains » mais pareil à tous leurs « semblables alcooliques ».

Faire intervenir la notion de liberté débouche aussi, par respect pour elle justement, sur la non-prescription systématique du groupe d'entraide puisque c'est à la libre appréciation de chacun, et si vous n'avez pas envie d'y aller, personne ne vous y oblige. D'ailleurs certains en deviendraient, dit-on, « dépendants ». Or votre précieuse liberté m'est si chère...

C'est la porte ouverte à la croyance qu'une fois les problèmes traités il sera possible de reboire, que la dépendance n'est qu'un symptôme, que le contrôle ultérieur est possible.

C'est la tentation donc, par confusion entre gros buveur et dépendant, du fantasme criminel de la « consommation contrôlée » dont aucune étude n'a apporté la preuve qu'elle soit possible, au long cours, dans la perspective d'une qualité de vie satisfaisante. Cette fascination est incompatible avec



l'observation : aucune des grandes associations d'entraide, je l'ai vérifié en posant la question dans une réunion où leurs instances étaient toutes présentes, ne connaît de véritables dépendants qui aient pu reboire « normalement ». Leur appréciation s'appuie sur l'expérience de dizaines de milliers de personnes et sur une durée bien supérieure à ces quelques études aux motivations troubles.

C'est aussi encourager la nostalgie de reboire, l'illusion de reboire un jour, la croyance en l'efficacité de « la volonté » cousine de la liberté, les vains espoirs. Fallacieuse liberté !

La liberté, est en France un terme très chargé, une valeur précieuse. Nous sommes, en tout cas nous croyons être libres et nous voulons le rester.

Boire est, pense-t-on, un comportement librement choisi. Bien sûr, on peut se faire surprendre parfois et connaître l'ivresse. Péché véniel.

L'ivrognerie en revanche est un usage dévoyé, méprisable de cette liberté par mon semblable, mon jumeau failli.

Il est bien difficile à quelqu'un qui peut s'arrêter délibérément de boire après un ou deux verres de comprendre qu'une personne qu'il croit libre comme lui ne s'arrête pas d'en absorber, surtout si elle sait que ça va lui attirer des ennuis.

Dans la croyance communément partagée en l'explication par la liberté, si l'on croit que chacun est libre de boire ou de ne pas boire, rien ni personne ne paraît forcer l'alcoolique à boire. On le voit boire de son plein gré. On voit ce qu'on croit, on ne croit pas ce qu'on ne voit pas. Comme dans le tour d'un magicien, on ne saisit pas les ressorts cachés ni la mécanique réelle. La force irrésistible qui oblige l'alcoolique à boire n'est pas perceptible et reste invisible aux yeux de tous puisqu'on n'a envisagé aucune explication de cette sorte. On ne voit que le masque d'une apparence que l'on juge sévèrement. Sincérité n'est pas lucidité.

C'est d'autant plus vrai que notre contemporain effectue une distinction drastique entre risquer d'avaler un aliment dangereux sans aucune liberté de choix (ce qui le terrorise) et se croire libre de décider d'ingérer ou non (ce qui le rend aveugle à tout danger) : Le nvMCJ et le H5NI « hautement pathogène » l'affolent. Avec pourtant moins de morts humaines imputées depuis des années dans le monde qu'une seule journée de C6H5OH en France. Irrationalité totale. Il continue à croire la molécule française et inoffensive pour lui puisque l'alcool lui est familier et qu'il choisit, croit-il, d'en boire.

La liberté serait plus attirée par les croyances illusoire et l'hécatombe que par la protection efficace...

Les objets définis par une double négation s'en tirent rarement à leur avantage.

La définition par la liberté et sa perte, effectuée avec une vue clinique « nez sur le guidon » en présence des seuls alcooliques dans l'alcool, n'a pas paru envisager qu'il puisse un jour exister des alcooliques abstinents et rétablis. La catégorie la plus enviable des alcooliques n'a eu aucune place dans cette définition.

Pourtant ceux-ci, si l'on conserve un instant encore l'explication par la liberté, prouveraient tous les jours à l'observateur qu'ils ne l'ont pas perdue et qu'ils peuvent l'exercer pendant des années.

La liberté ne propose rien à l'alcoolique :

Avoir ajouté sa perte ne fait qu'enfoncer le malheureux : effectivement il a perdu. Tout ; il campe sur un champ de ruines. Il se désole de la perte de l'alcool. Elle lui sautait aux yeux, on ajoute du plomb.



Il a perdu la liberté de boire ; que lui présente-t-on ? L'abstinence, c'est-à-dire ici à nouveau la perte de la boisson. Aucune perspective constructive devant lui.

C'est une présentation qui frôle le sadisme pour l'alcoolique qui croit qu'il a tout perdu de le laisser imaginer que son avenir est un nouveau champ de pertes. La perte à perte de vue.

Je vais vous soigner ; ce que vous allez gagner : une nouvelle perte !

La perte de la liberté, la privation sont contraires à la réalité de l'abstinence. Sans brosser un tableau trop idyllique des premiers temps car la phase de transition n'est pas toujours exempte de souffrances, il est préférable de montrer des perspectives réelles, désirables et encourageantes.

Mais pour cela il vaut mieux avoir fréquenté des alcooliques rétablis, changer de mentalité et d'hypothèses explicatives.

Splendeurs de l'incapacité

L'incapacité comme clef

Ce qui suit concerne uniquement le cas de l'alcoolique dépendant confirmé, le « gros consommateur » est hors champ.

Reprenons la voie envisagée puis délaissée par Fouquet celle qui mène au véritable trésor.

Ce n'est pas la dimension de la liberté qui permet de définir et de comprendre l'alcoolique mais celle du pouvoir et de l'incapacité.

Ce n'est pas la liberté qu'il a perdue mais le pouvoir vis à vis de l'alcool.

Il ne peut plus boire impunément comme la majorité sociale boit « normalement » c'est à dire de façon contrôlable. S'il est encore dans l'alcool, il ne peut pourtant pas faire autrement que de continuer à en ingérer. Qu'il soit intelligent ou stupide, instruit ou ignare, volontaire ou velléitaire, privilégié ou miséreux...

Sa situation relève du domaine, sans choix, de l'impossible et non de celui de la liberté.

L'intolérance définitive de son organisme à l'alcool, doublée d'une appétence, s'accompagne de l'impossibilité pour lui de s'empêcher d'en boire, malgré les pires conséquences. Et s'il a arrêté et qu'il reboit, il rechute et aggrave sa maladie.

C'est cette incapacité fondamentale qui seule le caractérise et le différencie des autres mortels. Poser cette incapacité ouvre des perspectives explicatives insoupçonnées et cohérentes.

1. C'est le couple « capacité-incapacité » qui dans le cadre du pouvoir contient les termes les mieux adaptés (qualité inhérente à la personne et possibilité matérielle d'accomplir ou non une action). Impuissance, impotence, étymologiquement corrects sont à écarter par prudence dans notre époque prométhéenne et quelque peu vaniteuse.

L'incapacité est de l'ordre de l'impossible, de l'inéluctable, donc admissible par toute personne de bon sens et in fine par l'alcoolique. Personne sur terre ne saute 10 mètres à pieds joints, ne court 100 mètres en 5 secondes, ne retient sa respiration 10 minutes sans mourir, ne peut être en même temps à Paris et à New York, avoir un an de moins, etc. Je peux également à titre privé admettre ne plus

avoir 20 ans, avoir perdu à jamais un certain nombre de capacités sans nourrir de regrets particuliers : à partir du moment où l'on comprend que c'est devenu impossible, l'espoir, la nostalgie s'évanouissent, ainsi que l'épuisante perte d'énergie pour tenter en vain d'en retrouver un avatar. Bien loin d'en être mécontent d'ailleurs, je peux même souvent me réjouir intensément de cette perte, d'être débarrassé. Que neuf personnes sur dix puissent continuer et pas moi n'a aucune importance. Si je regarde devant ma porte, mes possibilités actuelles, mises à jour, suffisent amplement à mon bonheur.

L'alcoolique peut enfin voir la réalité en face, s'y confronter, au lieu de se morfondre dans les faux-semblants.

L'incapacité permet de se débarrasser de plusieurs autres contresens :

L'inégalité n'est pas synonyme d'infériorité, ni d'injustice mais de différence.

L'impossibilité n'est pas faiblesse.

Elle évite bon nombre d'autres stigmatisations péjoratives qui prenaient les ombres pour la proie (vice, tare, manque de volonté...).

L'accent n'est plus mis sur la spécificité de chaque alcoolique, les différents types d'alcoolisme mais sur leur ressemblance.

La différence entre l'alcoolique et le reste du monde est minuscule : cette incapacité est le seul trait qui le différencie. Elle est en revanche vitale, c'est son talon d'Achille : pas plus qu'Achille, il ne peut dégarnir son talon sans mourir. Sinon toutes les possibilités de la vie lui sont offertes. Mieux vaut donc se réjouir de la minceur de la protection à consolider plutôt que joindre sa voix à celle des sirènes incultes et s'ingénier à ce qu'il essaie de reboire une coupe pour lui empoisonnée.

Abandonner la liberté c'est quitter le terrain de l'orgueil solitaire, l'illusion acharnée du contrôle à tout prix. Dans l'explication par le pouvoir à l'inverse, comme on sait que reboire est impossible, la tentation s'estompe et l'épuisement associé disparaît ; soulagement.

Aucune menace sérieuse ne plane plus sur le maintien dans le paradis terrestre pour celui qui se sait incapable. C'était croire ce que disait le serpent qui était dangereux, qu'il fallait croquer, qu'il n'y avait pas de danger à croquer. Une fois intégré qu'il ne faut pas écouter le trompeur lové dans l'arbre de la Liberté tout s'apaise... On peut fréquenter l'arbre de la Connaissance...

Retenir l'explication par l'incapacité évite outre la tentation : la déchéance, l'avidité, le sentiment d'échec, la culpabilité, la honte, le mensonge, le déni (on peut dire, on peut en parler, plus besoin de cacher), le « permis-interdit », « droit-pas le droit », injustice (pourquoi moi ?) , victime, l'irresponsabilité, etc. la liste n'est pas exhaustive...

Évités aussi : énormément de souffrances inutiles... et le dévoiement du désir dans les sables.

Quand on y réfléchit sans préjugés, ne plus pouvoir consommer d'alcool est vraiment une incapacité microscopique par rapport au potentiel qu'offre la vie assainie. L'alcoolique perd un arbuste qu'il prenait pour la forêt.

L'incapacité s'applique aussi bien à l'alcoolique dans l'alcool qu'à l'état d'alcoolique abstinant.

L'incapacité permettra à la société de comprendre et de réinsérer l'alcoolique en son sein :



Les Français ont commencé à prendre conscience du danger pour eux de trop boire d'alcool et à diminuer globalement leur consommation. Mais il y a dans leur esprit une incompréhension devant le comportement à leurs yeux absurde de l'alcoolodépendant. La conscience de sa spécificité est inexistante.

Si l'on ne confondait pas l'impossible de nature médicale (maladie comme une autre) avec celui, social, du prétendu choix libre, on ne proposerait pas d'alcool à celui qui, par obligation, n'en boit pas. Le choix offert inclurait certes l'alcool mais aussi, nécessairement, des suggestions de boissons non alcoolisées. Boire non-alcoolisé quitterait la représentation du mépris, dérisoire, inconvenant... et deviendrait une option estimable en toutes circonstances. La liberté et la dignité de base seraient également attachées à ne pas boire alcoolisé.

La liberté vraie, dans une société civilisée, consiste dans toutes les occasions de boire ensemble à pouvoir s'associer convivialement aux autres et choisir des boissons, alcoolisées ou non.

L'inégalité est en général refusée par la société contemporaine qui en revanche admet « la différence » perçue, parfois même considérée comme un droit. « Vulnérabilité », « anomalie » étant des mots techniquement valables mais qu'il vaut mieux éviter d'employer, on peut tourner la difficulté en parlant de différence, de singularité, ou mieux encore de « spécificité » de l'alcoolique.

Les Français, en temps de paix et croyant baigner dans « la liberté », parviennent chaque année, en une seule semaine, à avoir plus de morts par l'alcool que les soldats américains dans l'Irak en guerre n'ont de pertes annuelles (et ce, depuis déjà quatre ans). Quel bruit pour l'Irak, quelle indifférence pour la mortalité alcoolique !

Comme pour les bébés phoques, à un moment on verra le sang... Il viendra bien un temps où les consciences se désembrumeront et où « l'incapacité » apparaîtra flagrante, respectable, admise.

Des pouvoirs modestes mais magnifiques

Quand l'alcoolique ouvre enfin les yeux dans le monde merveilleux de l'incapacité, Dieu, la Nature, un bon Génie ? se présente et lui offre trois pouvoirs modestes mais infiniment précieux :

Celui de ne pas boire,
celui de comprendre qu'il ne peut pas (plus) boire impunément,
celui d'accepter ce fait, d'y consentir, d'accepter son impuissance.
Ces pouvoirs sont vivaces mais fragiles.
Pour s'exercer, ils sont soumis à deux conditions :
ils doivent être appliqués en même temps
et l'alcoolique est incapable de les utiliser seul.

Ils doivent l'être avec l'aide d'alliés qui en ont compris le sens, les énoncent, éclairent, accompagnent ; soignants rémunérés ou non mais bienveillants et, pour les professionnels, bénévoles au sens étymologique.

Si l'aide d'alliés n'est pas sincèrement acceptée par l'alcoolique, ces pouvoirs, superbes car ce sont les graines de la renaissance, demeurent inopérants.

Transfiguration de l'image de l'abstinence (5)

Dans l'explication par la perte de la liberté, la vie après l'alcool était sans perspective : survie végétative, sinistre, privation, manque, horreur, dure à maintenir, lutte incessante, tristesse, terne, puritanisme... bref la vie lugubre d'un enterré vivant.

Dans le contexte de l'incapacité, passés les premières semaines ou mois difficiles, et s'il fait ce qu'il faut pour aller bien, le nouvel abstinent découvre qu'avoir abandonné l'alcool est moins un manque ou une perte qu'un état plus indolore qu'il ne l'imaginait et, surprise, agréable ensuite, calme et apaisant. S'il a compris et accepté son nouvel état il n'éprouve, souvent vite, plus aucun désir d'alcool. Ne plus être obsédé le libère. L'abstinence n'est même plus un but à atteindre mais la simple condition sine qua non pour qu'il existe, comme respirer, manger, ou toute autre nécessité vitale. Le désarroi du changement d'habitudes s'estompe, il se rétablit, le bien-être apparaît. Bien loin d'être une perte désastreuse, l'arrêt de l'alcool s'est transformé en gain permettant la libération, puis une véritable résurrection. La chenille de l'explication négative se métamorphose en papillon.

La liberté retrouvée ne reste plus galvaudée à regretter dérisoirement une substance éthylique devenue poison mortel ; elle n'a même plus à s'exercer dans le maintien de l'abstinence ; elle peut s'employer comme elle le mérite parmi les usages nobles de facultés humaines retrouvées ou, mieux même, souvent découvertes, et s'employer à choisir parmi des critères de vie réajustés. Ayant cessé de se tromper de cible et d'emploi, elle devient une précieuse faculté, parmi d'autres.

Quant au désir, non cramponné au mirage d'une liberté mythique à recouvrer ou à des pseudo satisfactions fantasmées, il a pu repousser et s'investir ailleurs que dans l'illusion.

Supplique pour un partage de pouvoirs humbles et efficaces

Si la clinique et l'enseignement de l'alcoolodépendance incluaient systématiquement la fréquentation de patients rétablis, les soignants finiraient par prendre conscience qu'ils ne soignent pas avec bien peu de résultats des patients bas de gamme atteints d'une maladie peu valorisante. Mais constatant de visu, dirais-je se réjouiraient de voir, qu'ils ont contribué à sauver des malades, à remettre dans le circuit de la vie des personnes atteintes d'une maladie mortelle que l'abstinence suffit heureusement à enrayer, et qu'ils ont initié la transformation décisive.

Mais l'abstinence échappe aux soignants. La rengaine technocratique prétentieuse « la prise en charge » est inopérante. Dès qu'il est sevré c'est à l'alcoolique de se prendre en charge ; c'est à lui que revient de remplir la condition indispensable, ne pas boire ; ce n'est pas le soignant, ni l'administration, qui pourront le faire à sa place.

Ce n'est pas non plus le soignant professionnel, aussi compétent et bienveillant soit-il, qui pourra lui offrir inlassablement la chaleur affective nécessaire à sa survie, la preuve par l'expérience vécue, lui apprendre gracieusement les trucs de métier, être disponible à toute heure en cas de flash, lui offrir la palette et la diversité d'expériences qui lui permettront d'envisager sa nouvelle vie avec un éventail de réponses diversifiées et insoupçonnées par lui, adaptables à son cas ; y compris les indispensables soins spirituels.

L'abstinence de qualité ne s'obtient pas seul, ni avec le seul médecin.

Si l'explication par l'incapacité pouvait être contagieuse, on verrait s'éloigner la tentation de captation du malade par le corps médical uniquement.

A l'opposé, d'autres médecins cesseraient d'éprouver un sentiment désagréable, mais rationnellement infondé, d'impuissance et de gêne devant des patients incompréhensibles. On en verrait alors, parmi ceux qui ne se sentent pas actuellement capables de soigner des alcooliques, ou estiment que ce n'est pas de leur ressort, informer au moins le malade et lui donner l'adresse des réunions ou, au minimum, les coordonnées des sièges des groupements d'entraide, irremplaçables fraternités. Un apport apparemment

modeste et sommaire se révèle souvent indispensable ; et le maniéré inutile. Pas sauver tout seul, pas guérir mais contribuer, ce n'est pas rien.

S'ils se savaient dans le contexte de la nécessité et de l'incapacité, les médecins auraient moins de scrupules à prescrire l'abstinence que s'ils croient que subsiste encore une zone de libre-arbitre. Ils seraient moins vexés de l'usage pitoyable que l'alcoolique fait de sa liberté, moins vexés du déni ; ils comprendraient que l'apparence non gratifiante de ce genre de malade vient surtout d'un système explicatif défaillant : le malade dans l'alcool n'a pas de liberté. Le malade qui ne va pas en groupe, s'il se contente de ne pas boire, guère plus.

Il y a des alcooliques qui ne parviennent pas à s'arrêter et les exemples tragiques sont légion. Mais, au lieu de les laisser « librement » se fourvoyer dans des impasses, on pourrait commencer par leur indiquer la route directe vers Rome et regarder les résultats. Tout le monde gagnerait à un peu de modestie bienveillante. Et curieusement le pouvoir de soigner n'en serait pas amoindri mais décuplé.

Suggestion de définitions constructives se fondant sur l'incapacité

Mal nommer aggrave l'ignorance. C'est ne pas permettre de comprendre, orienter vers des contresens donc nuire.

Les mots : « alcoolique », « dépendance », « alcoolodépendance », « addiction » sont des termes acceptables qui ne sabotent pas la connaissance ;

« L'abstinence » (d'alcool) aussi ; de toute façon il n'y a pas de mot équivalent. Il suffit de redorer son blason en la présentant sous son jour réel pour l'alcoolique, un gain, ce qui la distingue d'abstinences étrangères privatives (sexuelle, religieuse...) et de représentations inadéquates (puritanisme...).

A partir de l'incapacité et d'une formulation positive, nous avons esquissé quelques définitions qui pourraient constituer les éléments d'une compréhension plus appropriée que celle que nous avons contestée.

L'abstinence est une conduite, acceptée et durable, d'abstention totale d'alcool

L'alcoolique est une personne dont l'organisme est définitivement incapable de supporter l'alcool.

L'alcoolique est une personne pour qui l'alcool est une drogue et dont le destin se résume à une alternative simple : continuer à boire et aboutir inmanquablement au désastre, ou au contraire cesser toute consommation d'alcool... et ressusciter, à condition de modifier sa façon de vivre.

En distinguant dans l'alcool ou hors alcool :

L'alcoolique malade est un toxicomane dont l'alcool est la drogue, et qui ne parvient pas à s'en passer malgré le fiasco et une souffrance croissante.

L'alcoolique dans l'alcool est dans l'impossibilité de ne pas continuer à boire.

L'alcoolique sevré est potentiellement apte à la conduite d'abstinence et à la résurrection.

En affinant selon les progrès du traitement :

L'alcoolique éclairé est une personne qui a appris qu'elle est définitivement dans l'incapacité de s'abstenir d'alcool, de ce fait n'en boit jamais... et s'en trouve fort bien.



L'alcoolique avisé est une personne qui a totalement cessé de se droguer à l'alcool, soigne régulièrement son psychisme, et s'en trouve fort bien.

L'alcoolique rétabli est une personne qui a totalement cessé de consommer de l'alcool et vit mentalement sobre.

Ces ébauches laissent à l'art du soin et à la connaissance appliqués leur place immense.

Je ne souhaite faire preuve d'aucune prétention. Mes suggestions, même si elles sont pertinentes actuellement, seront sans doute un jour datées et dépassées. Mais comme il s'agit de soigner, et que jusqu'ici les résultats sont relativement modestes, on peut essayer d'améliorer la situation, en nommant juste, donc en pensant plus exact, et en sentant plus humainement. Parlons-en, discutons... et nous ferons avancer le propos.

Principales Associations d'entraide d'alcooliques

<http://www.alcooliques-anonymes.fr>

<http://www.alcoolassistance.net>

<http://www.croixbleue.fr>

<http://www.vielibre.org>

Remerciements. — A propos du sens des mots, l'auteur exprime toute sa gratitude aux créateurs et aux collaborateurs des dictionnaires informatiques du *Trésor de la Langue française* et de « TV5 Mediadico ».

REFERENCES

1. Fouquet P. Réflexions cliniques et thérapeutiques sur l'alcoolisme. *L'Evolution psychiatrique* 1951 ; 234.
2. Fouquet P. Réflexions cliniques et thérapeutiques sur l'alcoolisme. *Alcoologie et Addictologie* 2000 ; 22 supplément au N° 2 : 30 S.
3. Malka R, Fouquet P, Vachonfrance G. *Alcoologie*. Masson 1983 ; 69-71.
4. Fouquet P. Lettre du médecin à la famille de l'alcoolique. *Alcoologie et Addictologie* 2000 ; 22 supplément au N° 2 : 66 S.
5. Veissière P. In vivo veritas. L'abstinence privation sinistre ou sésame ? *Alcoologie et Addictologie* 2001 ; 23 (1) : 45-50.