

*Mylène Demongeot
& Dr. Isabelle Sokolow*



LE PIÈGE

L'ALCOOL N'EST PAS INNOCENT

TÉMOIGNAGES

**CELLE QUI RACONTE
CELLE QUI SOIGNE**

Flammarion

Le piège

L'alcool n'est pas innocent

Du même auteur
(Mylène Demongeot)

Les Lilas de Kharkov, Éditions Blanc, 1998.

Tiroirs secrets, Le Pré aux Clercs, 2001.

Animalement vôtre, Le Pré aux Clercs, 2005.

Mylène Demongeot
D^r Isabelle Sokolow

Le piège

L'alcool n'est pas innocent

Flammarion

© Flammarion, 2008
ISBN : 978-2-0812-1404-0

À mes enfants,
mes parents et mes patients.

I. Sokolow

« Acceptez-vous de prendre cet homme pour époux, jurez-vous de l'aimer et de le chérir dans la joie et la douleur dans le malheur et l'adversité pour le meilleur et pour le pire jusqu'à ce que la mort vous sépare ? »

29 septembre 1990

www.mylene-demongeot.fr

AVANT-PROPOS

Toute ma vie, j'ai rempli de notes quantité de petits carnets achetés un peu partout. Lors d'un déménagement, en ouvrant une boîte à chaussures en carton remplie d'objets divers, je suis tombée sur un petit carnet rouge tout défraîchi qui ne contenait que ces quelques pages écrites nerveusement :

Cette nuit, je me suis réfugiée derrière la penderie du grenier – tout au fond – bien cachée par les vêtements et par le lourd rideau qui les protège.

J'ai entendu, en bas, son pas lourd... puis des appels – d'abord gentils – puis de plus en plus agressifs. J'ai peur. Je tremble. Je suis fatiguée. Je veux dormir – juste dormir – juste me reposer. Il doit être trois heures du matin. La nuit est encore longue...

Si seulement il pouvait dormir – mais non – ces temps-ci, il dort toute la journée et se réveille le soir. Tous les médicaments qu'on lui donne, dont on le bourre, ne servent à rien. Toute la

Le piège

nuit il est après moi – il me harcèle – m'accable de reproches ! Bien sûr, s'il boit, c'est ma faute. Je suis une salope – un monstre...

Il parle... il parle... de cette voix bégayante avec des éclats de rire idiots.

Je le regarde et comme toujours je n'arrive pas à y croire... c'est lui ? c'est le même homme ? C'est l'homme que j'aime tant, cette épave ? Ce débile mental ? Ce monstre agressif qui me fait si peur... Oui... c'est incroyable... j'ai peur de lui... Je crève de peur. Je veux dormir.

En bas les appels ont cessé. On n'entend plus rien. Peut-être va-t-il boire encore un coup et aller s'écrouler quelque part... peut-être vais-je enfin pouvoir dormir quelques heures... Oh mon Dieu, j'en ai tellement besoin !

Je grelotte. Toujours recroquevillée derrière les vêtements.

Tout d'un coup j'entends : « Jo... Jo ma fille... cherche... cherche... va, ma bonne fille... cherche ! » Jo, c'est notre chienne berger allemand. Dans la forêt, nous avons l'habitude de jouer à cache-cache ! Je me cache et elle me retrouve toujours.

Ce qui veut dire que ma fragile pause est finie. Bien sûr, elle va me trouver. Je me recroqueville, encore. Mais non. Bien sûr. Elle m'a trouvée. La voilà. Son bon museau chaud contre ma joue. Elle est fière d'elle et moi, j'entoure sa tête de

Avant-propos

mes bras et je pleure. Elle m'a trouvée. Je me lève et retourne vers mon enfer.

Je rentre dans notre chambre où, allongé sur le lit, il fume. Je pense machinalement : « Encore un trou dans les draps », je ne les compte plus. Il me regarde en ricanant – très satisfait de lui, de sa trouvaille... de sa chienne.

« Tu vois, tu ne peux rien contre moi. » Je pleure sans rien dire. Je suis trop fatiguée. Je veux dormir. Seulement dormir... dormir... oublier... m'évader... dormir.

En relisant, j'ai été saisie d'un grand froid. J'avais oublié cette période si dure. Tant d'années se sont écoulées depuis...

Ensuite je me suis demandé pourquoi, à l'époque, j'avais éprouvé le besoin d'écrire, de fixer sur le papier ces mots, cette douleur. Et cette peur. J'en suis arrivée à la conclusion suivante : justement pour ne pas oublier, pour, un jour, me souvenir de ces moments si noirs qui m'ont poussée à prendre la fuite malgré l'amour fou que je portais à cet homme qui était mon mari.

Et, aujourd'hui, je pense à ceux qui, en ce moment peut-être, souffrent et se désespèrent. J'espère qu'ils pourront trouver un peu d'aide et de réconfort en lisant notre livre et qu'ils se sentiront moins seuls.

PROLOGUE

par Mylène Demongeot

Encore un ouvrage sur la dépendance à l'alcool, penserez-vous. Peut-être, mais il nous a semblé nécessaire. Car si des alcooliques ont raconté leur combat, leur souffrance, leurs rechutes, leur guérison, si des docteurs, des pys se sont longuement penchés sur le sujet, ont écrit des livres remarquables, à ma connaissance les conjoints, mari, femme, frère, parents, enfants – la famille, quoi – prennent rarement la plume. C'est ce que j'ai voulu faire en livrant mon témoignage. Celui d'une femme qui a vécu trente-cinq ans aux côtés d'un être merveilleux, lentement piégé par l'alcool.

Nous avons combattu ensemble cette maladie et je peux parler de ce long voyage avec ma franchise habituelle. Ceux qui m'aiment me l'ont souvent reprochée, cette franchise. Mais comme je suis incapable de cacher ce que je ressens, je dis ce que je pense et je parle trop. Autant vous dire, par exemple, que je ne joue plus jamais au poker ! Quand il m'est arrivé d'avoir en main

Le piège

quatre as et que je me croyais absolument impassible, de marbre, mes partenaires, eux, se couchaient, et personne ne suivait. Bizarre, non ? Alors, ma fameuse franchise, je la mets aujourd'hui au service d'une cause qui me tient particulièrement à cœur : parler honnêtement de mon expérience et également de mes erreurs, commises en toute bonne foi, aider ceux qui essaient d'assumer leurs difficultés de tous les jours aux côtés d'une personne alcoolique. Mais expliquer, essayer de faire comprendre la maladie alcoolique dans toute sa complexité, je ne pouvais l'assumer seule, j'avais besoin des conseils et de l'expérience d'un médecin connaissant parfaitement cette maladie : le docteur Isabelle Sokolow.

*

La première fois que j'ai entendu évoquer le nom d'Isabelle Sokolow, c'était fin 1980. Un ami intime avait subi une intervention à l'hôpital de Saint-Cloud et, connaissant les problèmes qui rongeaient notre existence, nous avait parlé d'elle, de son excellente réputation et de ses résultats. « Vous devriez la rencontrer », nous avait-il dit. Je n'avais rien contre mais, à l'époque, mon chéri étant dans le « déni » le plus complet, il n'aurait pas été possible, ni même pensable, d'organiser une rencontre.

Prologue par Mylène Demongeot

Si bien que je n'ai croisé la route d'Isabelle qu'en l'an 2000... Soit vingt ans plus tard.

*

Après la disparition brutale de mon époux, nous nous sommes vues à plusieurs reprises, éprouvant une sympathie grandissante l'une envers l'autre. Et puis, un soir, au cours d'un dîner, l'idée nous est venue d'écrire un livre à deux voix. Un livre où s'expriment celle qui soigne et celle qui a vécu avec...

Oui, pourquoi ne pas rédiger un ouvrage sous forme de conversation libre où nous confronterions nos expériences réciproques, nos histoires liées à l'alcool ?

Avec le but, l'ambition même, le souhait aussi, d'aider ceux qui vivent auprès d'une personne malade.

J'ai appris énormément de choses à travers ces conversations. Isabelle également, m'a-t-elle avoué. Certes, pour moi, il est trop tard. Alors, elles sont pour vous.

PROLOGUE

par Isabelle Sokolow

Vers l'âge de dix ans, dans mon école, à Paris, on nous a demandé un jour d'imaginer et d'écrire l'histoire d'une bouteille. La plupart des élèves ont parlé de celle, classique, lancée à la mer avec une lettre dedans. Moi, j'ai inventé une bouteille de vin qui vivait un grand bonheur avec un alcoolique, se sentait rassurée à ses côtés, jusqu'à ce que celui-ci meure et qu'elle se retrouve abandonnée sur une étagère, tristement vide.

D'où m'est venu ce récit ? Je n'en sais pas plus que vous !

Cela tenait-il à mon enfance ? Je l'ignore et n'y crois guère puisqu'elle fut heureuse et sans histoire avec ma sœur jumelle. Cette dernière était tout pour moi, j'avais besoin d'être en permanence en sa compagnie. Elle aussi, mais d'une autre façon. En vérité, je suis consciente d'avoir eu avec ma jumelle un lien intense, une codépendance affective même, très puissante. Et je pense que c'est ce qui m'a permis de comprendre

Composition et mise en pages



N° d'édition : L.01ELKN000185.N001
Dépôt légal : octobre 2008