

## L'interview

**Bonjour, mesdames et messieurs. Aujourd'hui nous recevons sur notre plateau de conférence [A] et [B]. Ils tous les 2 accros aux cacahuètes. [A] a complètement arrêté. Aujourd'hui ils se livrent tous les deux pour les besoins de la science, pour nous aider dans notre étude de la dépendance. Leur histoire est vraie cependant ils ont souhaité rester anonymes. Ce ne sera donc pas leur vrai visage que vous verrez et leur dépendance a été camouflée. Je vous demande de les accueillir.**

**[A], comment as-tu commencé ?**

[A] J'ai commencé bêtement, un soir, je devais aller au night and day, acheter des chips. Il n'y en avait plus, mais en revanche, il y avait des cacahuètes. Jeunes et sous influence de copains, nous avons essayé. J'avais 16 ans.

**Qu'est ce que cela t'a procuré ?**

[A] T'es plus là, tu es dans ta bulle. Ton esprit voyage, mais ton corps est trop lourd pour partir avec lui. **[L'intervieweur se tourne vers B]**

[B] Pour moi, cela ne procure ni plaisir ni envie. C'est juste automatique. Pendant la crise les sentiments sont partagés entre le mal que les crampes d'estomac procurent et la satisfaction d'avoir vidé le paquet. Juste après la crise il y a quelques secondes d'apaisement ou on se sent bien, léger, mais directement après, c'est de la culpabilité et du dégoût de soi qui prends le dessus et on se jure de ne plus jamais recommencer, mais on recommence, de plus en plus. De manière générale la maladie procure une forme de bien-être. Je peux sortir comme tout le monde et en même temps c'est une fausse solution. Au moment d'une crise, on oublie totalement les effets néfastes, c'est un engrenage et une fois qu'on est dedans tout s'enchaîne et il est difficile d'en sortir.

**Quand vous êtes-vous rendu compte que vous étiez dépendant ?**

[B] En rentrant au kot où j'hébergeais un ami. Sur le temps où j'étais seul — 5 minutes — j'ai foncé sur un paquet. Je me suis alors dit « si tu es incapable de profiter une seule journée avec tes amis sans être obsédé par ça, à criser à la moindre occasion venue, c'est qu'il y a un réel problème ». On croit toujours contrôler, pouvoir arrêter quand on le veut, mais une fois dedans il faut admettre que c'est réellement une dépendance.

[A] Pour moi, c'est simplement à partir du moment où j'ai ressenti le besoin d'aller me chercher un autre paquet. J'en avais pris comme ça une fois, mais dans les quinze premiers jours qui ont suivi la première prise, je ressentais déjà le besoin.

**Comment vous sentez-vous vis-à-vis de la dépendance ? [A]!**

[A] J'ai volé, dealé, vendu les bijoux de ma maman. Il nous en faut toujours plus, du coup j'ai me suis senti obligé de faire ça pour avoir de l'argent. Plus tard, j'ai trouvé une combine qui me permettait de faire ça sans blesser les gens autour de moi. Je prenais l'argent de mes copains, je montais seul en Hollande, distribuais les paquets et prenais 10%, ce qui me permettait d'avoir ma consommation gratuite. Et puis j'ai vu une dizaine d'amis mourir. Mon ex petite amie et une amie très proche sont décédées à cause de la cacahuète, ça m'a fait peur. J'ai réalisé que moi aussi j'étais proche de la mort. J'ai sauvé deux amis qui s'étranglaient. Alors j'ai voulu arrêter. Je suis donc allé dans une cure qui s'appelle « Tout ça pour des cacahuètes », j'avais un « parrain », qui me faisait marcher des dizaines de kilomètres, pour me faire oublier, mais je ressentais quand même le manque. J'ai beaucoup souffert physiquement du manque : tremblement, vomissement... Le déclic qui m'a permis de savoir que je n'étais plus dépendant, c'est le jour où un mec est arrivé avec 200g de cacahuètes, j'ai pris le paquet et j'ai tout jeté dans les toilettes. Là j'ai su que c'était fini. Depuis je n'ai plus jamais touché aux arachides.

[B] J'ai commencé il y a 2 ans et j'arrive seulement depuis quelques semaines à accepter que ce soit une dépendance réelle. Au cours du temps, j'ai su en parler à de rares amis proches sans qui je ne sais pas où j'en serais. Ma copine m'aide énormément à essayer de m'en sortir. Aujourd'hui, j'ai encore des crises, mais beaucoup moins qu'avant, je vis ça comme un gros échec, une honte à trainer avec moi. Je n'en suis pas sorti.

**[B] tu es toujours dépendant, comment vivrais-tu la dépendance d'un proche?**

[B] Je souhaiterais avant tout qu'il ne prenne pas le même chemin que moi. Mais c'est arrivé, alors on réentend ce que les parents nous rabâchaient sur la dépendance et ne sachant pas faire autre chose, on le dit à notre tour, mais sans plus d'efficacité évidemment. Je me sens malheureusement impuissant, fautif, triste. Cependant la personne souffrante n'a bien souvent plus aucune confiance en elle et c'est le rôle des proches de croire en cette personne à sa place, lui faire retrouver sa place, faire face et se montrer plus fort que la dépendance.

**Et toi [A], puisque tu en es sorti ?**

[A] J'ai toujours dit que si un jour un de mes amis s'envoyait des cacahuètes derrière la cravate, je loue un chalet au fin fond des Ardennes et je l'enferme avec moi 15 jours. Je le soigne moi-même! J'ai été soutenu par un homme, qui m'a fait réfléchir, qui m'a mis à bout de force. Mais si je n'avais pas eu cette rencontre, aujourd'hui, je ne serais pas là.

**[A] tu es clean, qu'envisages-tu pour ton avenir ?**

[A] J'ai perdu du temps. 2 ans de toxicomanie, 2 ans de cure, mais j'ai vécu des moments mémorables, vivre en communauté, voyager, j'ai appris à parler différentes langues dans ce centre. Mais aujourd'hui j'ai enfin un projet de vie. Pourquoi pas une famille.

**[B], comment se profile l'avenir ?**

[B] J'ai réussi le weekend passé à avouer à ma maman ce dont je souffrais avec l'aide de ma copine. C'est un pas excessivement difficile de voir souffrir les gens qu'on aime, de ce dire qu'ils vont se reprocher beaucoup de choses, être abattu... mais c'est un pas à franchir. Je suis allé le lendemain chez le médecin pour parler du problème et faire un petit débrief de la situation et éclaircir un peu l'avenir. Demain je fais faire une prise de sang pour voir les dégâts que cela a causés. La semaine prochaine je commence les différents rendez-vous chez les spécialistes pour trouver des solutions au problème et laisser ça derrière moi. Il y a un sentiment de peur de l'inconnu, mais une grande volonté d'aller mieux. Il m'a fallu beaucoup de temps pour accepter que j'étais malade et que j'avais besoin d'aide. Maintenant que je l'ai accepté, j'ai réellement envie d'y croire. C'est une maladie qui cause beaucoup de dégâts, niveau santé, niveau social, estime de soi, je suis détruit intérieurement et sans ma famille et mes amis je n'aurais pas la force de me battre, mais pour eux, pour retrouver de l'estime, pour retrouver le goût de vivre certains moments j'ai besoin et je dois guérir. Ce ne sera sûrement pas simple tous les jours, et je rechuterai sans doute dans les moments de doutes, mais ça fait partie de la guérison.

**[A], le mot de la fin de quelqu'un qui a raccroché. Qu'est ce que la dépendance a comme impact sur votre vie?**

[A] Beaucoup de choses ont changé même celles qui vous paraissent les plus simples. Je dois manger avec une sonde, je ne peux plus donner mon sang, je marche difficilement à cause de mon surpoids. J'ai perdu des amis parfois à cause de leur dépendance parfois à cause de la mienne. Indirectement j'ai fait un tri dans mes amitiés, mais aussi parce que je me suis perdu dans les mensonges que je devais raconter pour garder la face. La dépendance a déconstruit ma vie, mais m'en sortir m'a sans doute rendu plus tolérant et plus fort mentalement.

**Merci à vous deux pour ce témoignage...**