

La quête vers la sobriété

Épisode 5 - étape 5

[Robert] Bonjour à tous, bienvenue au balado La quête vers la sobriété avec Robert Piché et ses invités. Comme vous savez, on chemine dans le mode de vie des associations anonymes et pour ce faire, on a une méthode et pour ceux qui voudraient lire la méthode, vous avez juste à taper sur Google « méthode AA » et ça va vous donner exactement qu'est-ce qu'il en est. Cette méthode, elle est soutenue par 12 étapes et le but du balado c'est de parler à chaque balado d'une étape. Aujourd'hui, on est rendu à la 5e étape donc restez avec nous et on va parler avec mon invité aujourd'hui qui est Éric et mon fidèle collaborateur qui est un autre Éric. On va se mélanger un petit peu, à bientôt. Bien bonjour Éric, merci d'avoir accepté notre invitation.

[Éric] Ça fait plaisir Robert.

[Robert] Puis bonjour mon fidèle collaborateur.

[Éric L] Bonjour à toi.

[Robert] C'est drôle que vous vous connaissiez tous les deux parce qu'on parle souvent que dans le mode de vie des AA quand tu rentres dans les fraternités parce que les fraternités, ça couvre tout, ça couvre l'alcool, ça couvre la drogue, ça couvre le sexe, ça couvre la dépendance affective, les pilules, le gambling.

[Éric] Tout ce qui chatouille.

[Robert] Tout ce qui chatouille, tout ce qu'on aime, tout ce qu'on aime, c'est ça qui est plat un peu puis pour se supporter dans le mode de vie, dans ce mode de vie avec la méthode, ils nous conseillent tout le temps de prendre un parrain et ça donne qu'Éric, notre invité est le parrain d'Éric, notre collaborateur.

[Éric L] C'est en plein ça.

[Robert] C'est ça, sur plusieurs années ou plusieurs semaines.

[Éric L] Nous c'est particulier parce que moi j'étais dans AA il y a huit ans, puis Éric est arrivé. Je l'ai accueilli. C'est ça, il est revenu, je l'ai accueilli puis moi comme de raison dans ces années-là, je suis reparti, j'ai reconsommé, et quand je suis revenu l'an passé, Éric était là.

[Robert] Pour que nos auditeurs comprennent quand tu dis que tu es parti, revenu, c'est que tu as lâché le mouvement ?

[Éric L] C'est ça, j'ai recommencé à rechuter.

[Robert] Tu as commencé à consommer puis après tu as décidé de revenir, un peu ce que l'autre Éric a fait aussi.

[Éric L] C'est ça puis il m'a accueilli, c'est juste pour dire que les associations c'est plein d'amour. Il n'y a pas eu de jugement, il m'a accueilli puis ça a été super.

[Robert] C'est un peu le but, la base des fraternités anonymes, c'est un peu ça.

[Éric] Puis moi on m'a accueilli comme ça quand je suis revenu. Parce que quand j'ai connu les fraternités ou l'association à laquelle j'appartiens, qui est une association anonyme. C'était en 1982 donc on parle quand même de 42 ans, j'ai fait un grand bout en essayant d'embarquer dans le programme celui que tu énonces avec les 12 étapes, mais moi je n'ai pas fait les 12 étapes, j'ai fait les 12 épates, j'ai essayé d'épater les gens autour de moi en faisant ces étapes-là, mais je ne les ai pas vraiment faites alors je trouve ça très louable.

[Robert] Tu étais plus dans la réclame que dans l'attrait.

[Éric] Oui, voilà.

[Robert] Ce qui est complètement le contraire de notre mode de vie.

[Éric] Ce qui était correct aussi parce que n'oublie pas quand même qu'à ce moment-là je viens d'avoir 24 ans, il me reste du gaz.

[Robert] Mais à 24 ans qu'est-ce qui t'a décidé, qu'est-ce qui t'a fait comprendre, comment tu as dit « j'arrête de consommer » ?

[Éric] Quand on arrive dans ce genre d'association là, ce n'est pas par vertu, c'est parce qu'on a essayé toutes les autres portes puis elles étaient barrées et la seule qui reste souvent c'est la fraternité que l'on choisit.

[Robert] Autrement dit, tu as essayé ta propre manière à toi d'arrêter de consommer, mais tu savais que tu avais un problème de consommation parce que c'est rare que quelqu'un décide de lui-même qu'il a un problème de consommation.

[Éric] Non, non, c'est pour ça que je t'ai dit que ce n'est pas par vertu parce que vraiment c'était pour sauver ma peau puis je venais de faire quelque temps auparavant une thérapie, moi j'avais été à la Maisonnée d'Oka suite à une tentative de suicide, imagine-toi moi à 24 ans puis je venais de l'avoir, je pensais déjà que ma vie était finie. Heureusement ça m'en a donné 42 de plus.

[Robert] Ah ouais, mais c'est drôle pareil qu'à cet âge-là, ça n'allait pas dans ta vie, je ne veux pas rentrer dans les détails.

[Éric] Non, mais c'est correct.

[Robert] Parce que je veux que les auditeurs comprennent que ceux qui pensent qu'ils n'ont pas un problème d'alcool puis ça donne qu'ils nous écoutent aujourd'hui, mais qu'ils comprennent qu'ils peuvent peut-être s'identifier à toi.

[Éric] Puis je vais peut-être en déstabiliser plusieurs parce que oui, j'ai un problème d'alcool, j'ai adressé ce problème-là, mais ça n'a pas été mon problème premier quand je suis arrivé dans l'association dans laquelle j'ai adhéré, je m'identifiais comme alcoolique, mais à ce moment-là, je ne le croyais pas.

[Robert] On est toujours un peu dans le déni. On en a parlé dans les autres émissions précédentes.

[Éric] Mais pas seulement ça, mais parce que principalement mon problème, c'est un problème de pot, de cocaïne, moi j'étais plus la génération des drogues que de l'alcool, qui était la génération qui m'avait précédé.

[Robert] Tu étais un poli toi.

[Éric] Oui, oui, voilà, j'étais un poli, je le suis toujours, je suis toujours un poli parce que quand on fait du cheminement dans ce mouvement-là puis dans ce mode de vie là, c'est là qu'on s'aperçoit puis tu l'as dit en début, c'est qu'on a de multiples dépendances, mais ma première, ça a été, parce que c'était ma génération, le pot, le haschich, la cocaïne, mais l'alcool très peu. Quand je suis arrivé dans les premiers meetings, je me souviens que les vieux me disaient : « Tu n'as pas bu ce que j'ai échappé sur ma cravate. » Et ils avaient raison. Peut-être qu'à ce moment-là dans ma vie, alors que je suis rentré dans ce mode de vie là après avoir fait une thérapie. J'avais peut-être bu quatre caisses de bière, j'avais peut-être bu trois bouteilles d'Amaretto Disaronno, ce n'était pas là mon problème, mais je

m'identifiais en tant qu'alcoolique parce que quand j'allais dans ces meetings-là, il fallait s'identifier ainsi.

[Robert] Non puis il faut dire qu'il y a 42 ans, il n'y avait pas toutes les fraternités qu'on a aujourd'hui non plus.

[Éric] Puis c'était le mot magique pour entrer. Donc j'y suis allé, j'ai fait mon bout puis à un moment donné j'ai fait : « Bon, je suis capable de gérer ça moi-même. » Puis je suis parti pendant plus de 25 ans avant de revenir. C'est vraiment vers la fin de ce bout-là où j'ai pensé que j'étais capable, que je me suis aperçu effectivement que peu importe la dépendance que tu as, si tu l'alimentes, en fait si tu fermes la porte à une dépendance, elle va t'en trouver une autre. Alors moi ça a été le travail, ça a été le travail, ça a été les femmes, ça a été le succès, ça a été bien des affaires.

[Éric L] Il faut dire quand tu es reparti 25 ans, les premières années tu as eu du plaisir. Quand tu es reparti.

[Éric] Mais je ne connais pas quelqu'un qui adhère à une fraternité de 12 étapes, qui n'a pas eu de plaisir avant d'y arriver. Parce qu'au début c'est le fun, à un moment donné c'est le fun puis ce n'est pas le fun puis à la fin ce n'est vraiment pas le fun. Si on regarde la gradation.

[Robert] C'est la deuxième moitié de la première étape, ça a pris le contrôle de ta vie, tu n'es plus libre du tout, mais tu ne sais pas pourquoi tu n'es pas libre, mais dans le fond tu n'es pas libre parce que ta consommation prend tout le dessus.

[Éric] D'ailleurs je ne sais pas si c'est comme moi Robert puis Éric.

[Robert] Probablement.

[Éric] Enfin oui, mais par rapport au fait que quand les gens, ils disent : « Ma drogue de choix. » Ce n'est pas vrai, c'est la drogue qui te choisit. Moi je ne l'ai pas choisi.

[Robert] Tu as entièrement raison parce que moi c'était plus l'alcool que la drogue. C'est sûr que dans ma génération, je suis un produit des années 70, on a tous touché à ça un petit peu quand j'étais jeune, mais moi je n'ai pas accroché sur la drogue, moi c'était plus l'alcool.

[Éric] C'est ça puis moi je n'ai pas écumé les bars, j'ai travaillé, j'étais ce qu'on appelle communément un alcoolique fonctionnel. Personne à côté de moi, à part mes amis très intimes, n'aurait pu dire que j'avais ce problème-là.

[Robert] Ça c'est important ce que tu viens de dire, tu étais un alcoolique fonctionnel. Ça il y a beaucoup d'alcooliques qui ne savent pas qu'ils sont alcooliques, ils ne veulent pas savoir qu'ils sont alcooliques parce qu'ils pensent qu'ils fonctionnent, ils pensent qu'ils payent les bills, ils pensent qu'ils ont une belle maison, des voitures payées et tout, un gros job, un gros salaire, mais dans le fond ils ont perdu complètement le contrôle de leur vie.

[Éric] Ben moi j'avais tout ça. J'allais bien, j'avais même une famille de cinq enfants, une famille recomposée, on avait une maison, j'avais une carrière, tu le sais, la carrière que j'ai eue.

[Robert] C'est vrai que les alcooliques on est capable d'en prendre, on a les épaules larges.

[Éric] Je travaillais très fort, j'étais un gars qui jamais ne se levait pas le lendemain matin.

[Robert] Puis dirais-tu que ton mode de vie à ce moment-là, tu travaillais très fort, tu en avais beaucoup sur les épaules, c'était un peu pour compenser, te déculpabiliser

de la consommation que tu faisais. Est-ce que tu as pu réaliser ça à un moment donné ?

[Éric] Je ne sais pas si ça a été un transfert, mais je sais que c'était ma façon d'évacuer mon stress puis pendant un grand grand bout, j'ai aussi pris l'excuse que c'était pour m'aider à dormir. Moi, je n'ai pas bu dans les bars, je n'ai pas beaucoup écumé, moi c'était vraiment chez moi. Puis je vais t'expliquer comment ça s'est passé. Avec la femme avec laquelle j'étais, on avait, comme je t'ai dit, on avait cinq enfants puis comme on ne pouvait plus faire tant de sorties que ça.

[Éric L] À cause de la famille.

[Éric] À cause de la famille, bah sur la terrasse, un verre de vin, deux verres de vin, trois verres de vin, quatre verres de vin, cinq verres de vin, une bouteille, deux bouteilles, trois bouteilles, un vinier. Mais c'est traître un vinier, tu ne le vois pas descendre et à un moment donné c'est devenu un mode de vie, je te dirais.

[Robert] Ouais, puis un vinier, moi j'ai habité en Europe puis c'est là que j'ai connu les viniers. Quand il est plein, on dirait que tu es comme content, tu es comme content parce tu n'en manqueras pas. Mais c'est inconscient. C'est vraiment ça.

[Éric] Puis tu sais, cet alcoolisme-là que je me suis découvert, il ne m'a pas empêché d'avoir la carrière que j'ai eue, mais cependant--

[Robert] Mais même je pourrais te dire qu'il t'a aidé à avoir la carrière que tu as eue, pour gérer ton stress et tout.

[Éric] Oui, mais c'est un faux prétexte.

[Robert] Ah ouais, c'est un faux prétexte, c'est sûr.

[Éric] On se donne des excuses.

[Robert] Mais tu ne le sais pas que tu es en train de te donner une excuse quand tu es dans ton actif de consommation.

[Éric] C'est ça puis c'est une maladie qui est absolument horrible parce qu'elle te fait croire qu'elle n'existe pas, que tu ne l'as pas et puis moi je le voyais.

[Robert] C'est une maladie que tu ne sais pas que tu es malade.

[Éric] Non, puis je voyais des gens autour de moi qui avaient cette maladie-là, mais jamais je n'aurais pu te dire jusqu'à tant que je fasse une vraie prise de conscience puis une fois qu'on a fait une fraternité, qu'on a appris le programme, ben tu ne peux plus vraiment te mentir rendu là. Même s'il y a eu plus de 25 ans de vie où j'ai un peu géré ça, à un moment donné je l'ai échappé.

[Robert] On essaie toujours de gérer, de se donner bonne conscience parce que tu le sais quand tu te lèves le lendemain matin magané de la veille, tu le sais bien trop, tu te dis : « Ah ben là, aujourd'hui, je vais faire attention. »

[Éric] Mais tu sais, je n'ai jamais pris le verre du matin, je ne me suis jamais fait arrêté alcool au volant, je n'ai volé personne pour ma consommation. Alors c'est pour ça que ça a été difficile pour moi de m'identifier, mais un jour je n'ai comme pas eu le choix.

[Éric L] Puis un jour dans ta consommation, tu t'es vendu l'idée que c'était un médicament aussi. Médicament pour dormir, ça nous donne l'impression qu'on a une médication, tu ne vas pas voir le médecin, mais tu penses que l'alcool vu que c'est un dépresseur, ça t'endort, le pot et ces choses-là. Donc quand tu te vends l'idée, c'est facile.

[Éric] Puis combien de gens nous écoutent en ce moment, qui prennent un verre de vin le jeudi, le vendredi, le samedi, des fois peut-être le dimanche puis à un moment donné ça recommence puis des fois ce n'est plus le jeudi, c'est le mercredi, jeudi, vendredi, samedi, dimanche.

[Robert] Ce qui est surtout important dans ce que tu viens de dire, c'est que si la personne pense le lundi, qu'elle a hâte du jeudi pour prendre son verre de vin. C'est pour ça qu'à un moment donné elle ramène plutôt parce que là elle doit attendre trois jours pour son prochain verre de vin, mais là, elle va se dire : « Je vais en prendre un mercredi parce que là j'essaie de me donner un petit cadeau, j'ai bien travaillé lundi, mardi. » Mais dans le fond c'est là que la maladie s'installe tranquillement.

[Éric] La récompense qu'on pense que c'est une récompense, mais en fait c'est un anesthésiant. Puis pour ce qui est de, comment je te dirais, pour ce qui est de ma façon de gérer ça maintenant, ben je n'ai plus cette dépendance, j'ai cette dépendance, mais je ne l'alimente plus. Donc dans le fond ce qu'il faut faire, vous l'entendrez souvent, c'est qu'il ne faut juste pas prendre son premier verre.

[Robert] Ça, c'est sûr et certain. C'est la base.

[Éric L] C'est là qu'on voit c'est insidieux, vous parlez du verre du matin, moi j'ai commencé à 15 ans mon verre du matin parce que j'avais le shake avant d'aller à l'école et ces choses-là puis à ce moment-là je n'ai jamais pensé.

[Robert] Déjà là, tu avais des tremblements à 15 ans ?

[Éric L] Oui, oui, parce que moi je sortais tous les soirs puis je ne prenais pas beaucoup d'alcool en quantité, mais j'en prenais tous les jours. Donc je me levais la nuit pour prendre une ou deux bières pour calmer. Puis à 15 ans, ça n'avait pas popé dans la tête que j'ai un problème d'alcool.

[Robert] Tu vois, c'est intéressant ce que tu dis Éric parce que la différence entre vous deux, c'est que lui il a commencé sur le tard puis il a commencé tranquillement pas vite, toi tu as commencé très tôt puis tu as commencé très vite.

[Éric L] Puis moi j'adorais le goût de l'alcool, mais moi j'ai touché aux drogues aussi parce que ça me faisait plus boire. Vous autres, vous vous êtes identifiés plus à une substance que l'autre, mais moi c'était vraiment les deux en même temps, plusieurs en même temps parce que ça me permettait de boire plus, j'aimais boire. J'aimais le feeling, mais j'aimais le goût.

[Robert] Parce que moi quand je rentrais dans un restaurant puis ils ont commencé à faire des murs de décors avec des bouteilles de vin, on voyait le cellier en rentrant, ce n'était pas pareil quand j'étais plus jeune, mais à un moment donné, moi je rentrais et ça m'épatait je ne sais pas pourquoi comme si je voulais toutes les boire, les bouteilles.

[Éric] Les bouteilles avec l'osier, les Ruffino et compagnie.

[Éric L] Je vais manger des fois avec des amis puis il y a encore ça ces murs-là puis des nouveaux qui viennent d'arriver puis on sort parce que ça les titille, ça les fatigue, c'est incroyable, c'est fort.

[Éric] J'aimerais attirer l'attention sur le fait que ce n'est pas tant la substance que le comportement.

[Robert] Ah ouais, c'est pour ça que tantôt je te parlais de l'obsession du prochain verre. La personne qui boit juste le jeudi ou le vendredi puis à un moment donné elle se met à boire le mercredi, c'est parce qu'elle a cette obsession-là, elle a hâte d'avoir son prochain verre. Ça, c'est un des signes.

[Éric L] Puis la différence, comme Éric était fonctionnel, moi j'ai tout perdu. Puis on est alcoolique tous les deux. La maladie ne fait pas de différence entre les classes sociales.

[Éric] Je n'ai pas tout perdu, mais c'est sûr que je ne fais pas semblant. Je ne fais pas semblant que ça ne nous affecte pas.

[Robert] Moi quand j'étais jeune, j'aimais ça me mettre dans la m*rde. Pourquoi j'aimais me mettre dans la m*rde ? Parce que j'essaie de m'en sortir puis j'étais capable, j'avais la capacité de me sortir de la m*rde.

[Éric] Toi c'est l'adrénaline à ce moment-là.

[Robert] L'adrénaline toujours parce que pourquoi faire une chose d'une manière normale quand c'est facile pour toi de le faire d'une manière normale. Je me mettais toujours une petite contrainte pour rendre ça un peu plus difficile à l'encontre de mes collègues ou du monde autour de moi. Puis quand vu que j'ai réussi à sortir puis je savais inconsciemment que j'allais être capable de m'en sortir.

[Éric L] Puis tu alimentais ton égo en même temps.

[Robert] Mon ego puis après ça quand je m'en sortais, ce que je faisais, ben j'allais fêter. Autrement dit ceux qui pensent que c'est une maladie mentale, qui ne savent pas pourquoi, mais il est là, le dérèglement mental, il est là présentement. Ça veut dire que je me mettais dans la m*rde pour m'en sortir, pour aller fêter. Je ne savais pas à ce moment-là que c'est ce que je faisais. Mais c'est un peu ce que je fais aujourd'hui dans mon cheminement de 22 ans qui m'a fait comprendre mon comportement.

[Éric] Puis la dépendance, ça peut être bien des affaires. Ça peut être Amazon en ce moment ou bientôt.

[Robert] C'est nouveau maintenant dans les maisons de thérapie, ils ont ça.

[Éric L] Les jeux vidéo.

[Éric] Les jeux vidéo, Amazon, ça peut être la bourse, il y a de plus en plus de gens, ça peut être le pari, les gens qui font des paris en ligne sur les games de hockey ou autre.

[Éric L] L'alimentation.

[Éric] L'alimentation, même l'entraînement extrême, c'est une dépendance, mais même les gens que tu fais : « Oh my god, ils sont en forme. » Fais attention parce qu'en dessous de tout ça, il y a peut-être d'autres choses, il y a souvent beaucoup de peine, il y a des blessures, il y a des trucs qu'on ne veut pas adresser puis comme je vous le rappelle, toutes ces échappatoires-là sont des anesthésiants pour ne pas voir ce qu'il y a en dessous.

[Éric L] C'est drôle que tu dises ça, vous l'avez remarqué, moi j'adore m'habiller.

[Robert] On n'avait pas remarqué.

[Éric] Pas du tout, je te trouve très discret d'ailleurs.

[Éric L] Mon parrain, il n'a pas l'air excentrique, mais mentalement il l'est quand même, pour m'accepter.

[Robert] N'essaye pas de te donner des excuses.

[Éric L] Mais non, c'est ça, mais juste pour dire, je magasine, mais quand je ne vais pas bien, je magasine encore bien plus.

[Robert] Bah oui, c'est un switch.

[Éric L] C'est ça, comme Éric vient d'expliquer.

[Robert] Ça, il faudrait que tu le travailles un peu, il y a une raison derrière ça.

[Éric L] C'est sûr.

[Éric] Moi je pense qu'il devrait partir dans des groupes AA Amazon. Tu vois les camions, le voisin d'en face qui reçoit à côté tout le temps.

[Robert] Amazon anonyme.

[Éric] Oui, c'est ça, absolument.

[Éric L] Parce qu'ils font venir tout là-dessus. Par exemple la litière de chat, ils ne vont dans aucun magasin, tout est arrivé par Amazon.

[Robert] Dis-moi Éric, notre invité, dis-moi donc quand tu as commencé à connaître les étapes, ça s'est passé comment dans ton cas ?

[Éric] Tu parles la première fois ou la deuxième fois ?

[Robert] La première fois.

[Éric] La première fois, je les écoutais, je les aurais même réécrites ces étapes-là, étant un journaliste.

[Robert] C'est vrai quand on rentre dans le mode de vie, bien souvent on veut changer.

[Éric] Puis quand je suis rentré dans un meeting, moi la prière de la sérénité, j'appelais ça la prière de la sénilité, c'était tous des vieux, je ne comprenais pas, je ne m'identifiais pas, je ne voyais pas ce que je faisais là si ce n'est qu'essayer de réparer un peu ce que j'avais tout défait pendant un certain temps dans ma vie. Puis je me souviens, il y avait à quelque part, il était écrit « Je suis responsable. » J'ai fait : « C'est ça, c'est de ma faute ! » Alors que ce n'est pas ça que ça veut dire.

[Éric L] Susceptible en rentrant.

[Éric] Je suis responsable, c'est-à-dire qu'être responsable c'est assumer ses gestes, assumer ses actions.

[Robert] Surtout dans les fraternités, c'est d'être responsable que si quelqu'un tend la main et qu'il a besoin d'aide, il faut que tu sois responsable que la main des AA va être là pour lui. Parce que je sais que tu es parrain pour plusieurs filleuls, je pense.

[Éric] Oui, j'en ai pas mal puis d'ailleurs je ne sais pas si tu dirais la même chose que moi puis ce n'est pas péjoratif ce que je vais dire là, mais je n'en aurais choisi aucun d'eux, mais eux m'ont choisi puis je comprends après--

[Robert] C'est un peu de même qu'il faut que ça se fasse.

[Éric] Bah c'est ça.

[Robert] Ouais, il ne faut pas que tu t'imposes en tant que parrain, il faut que le type réalise qu'il aime ta physionomie, il aime la manière dont tu parles, il voit que tu as l'air un peu sage donc il veut aller vers toi pour avoir de l'aide.

[Éric] Puis je me reconnais dans eux parce que c'est sûr qu'on a des particularités quand quelqu'un est attiré vers toi et toi vers lui.

[Robert] Les atomes crochus, bah oui.

[Éric] C'est ça.

[Éric L] C'est sûr que nous ce n'est pas le look qui a attiré, c'est sûr et certain.

[Robert] Aujourd'hui, on est supposé parler de la première étape, on peut peut-être en discuter.

[Éric L] De la 5e étape.

[Robert] De la 5e, excusez et la 5e étape se lit comme ceci : « Nous avons avoué à Dieu et à nous-même et à un autre être humain, la nature exacte de nos torts. » Ça, qu'est-ce que ça te dit ça, cette 5e étape-là ?

[Éric] Bah je l'ai fait souvent, quand on fait ce programme-là, on fait cet exercice.

[Robert] Surtout quand tu quittes et tu reviens.

[Éric] Oui puis moi je suggère ça, peut-être, ça dépend bien sûr du vécu, mais peut-être de faire ça à peu près aux deux ans, si jamais tu es dans un programme. Il y a souvent les gens qui rentrent dans notre programme, qui disent : « Le nouveau, ne fais pas ça tout de suite. » Moi, je dis : « Écoute, excuse-moi, c'est demain matin qu'il faut que tu fasses ça. »

[Robert] Au moins qu'il commence avec la première étape qui est la plus difficile à comprendre.

[Éric] Une fois que tu as fait un, deux, trois puis que c'est bien assumer puis que c'est solide, va tout de suite dans quatre et cinq.

[Robert] Mais elles sont difficiles les un, deux, trois dans le sens que c'est spirituel. Puis il faut que tu fasses confiance à quelque chose de plus grand que toi, mais il faut que tu le réalises qu'il y a quelque chose de plus grand que toi.

[Éric] Il ne faut plus que tu aies des réserves. Le plus important c'est de ne plus avoir la réserve, c'est-à-dire de te dire qu'un jour tu vas reprendre un verre comme moi je l'ai eu à un moment donné en me disant que j'allais contrôler ça. Si pour toi c'est une évidence que cette dépendance-là, tu ne peux pas rien faire d'autre que de simplement déposer les armes devant, là tu as une chance.

[Robert] J'ai un de mes amis, c'est drôle que tu dises ça, j'ai un de mes amis qui est rendu mon filleul aujourd'hui, mais dans le temps, il ne pensait pas qu'il avait un problème de consommation. Il m'appelle, il est en prison parce qu'il vient de faire un accident puis il était en boisson puis c'est une récidive. Là, il avait peur, il capotait, il était sur le gros nerf puis il paranoïait. Je lui dis : « Ouais, mais peut-être qu'il faudrait que tu arrêtes de consommer, je peux t'aider à sortir de là. » Il dit : « Ouais, si tu me sors de là, j'arrête de consommer. » Il était prêt à me vendre sa mère.

[Éric] C'est ce qu'on appelle des promesses d'ivrognes.

[Robert] C'est ça puis à la fin de la conversation tu sais ce qu'il m'a dit ? Il disait : « Tu es en train de me dire que c'est fini pour moi, que dans six mois quand je serais en party avec des pitounes, je ne pourrais plus prendre un verre. » Je lui réponds : « Là, tu es dans la m*rde, tu m'appelles pour t'en sortir, je te donne la possibilité de t'en sortir puis tu penses encore que peut-être dans six mois, tu vas pouvoir recommencer. »

[Éric] Mais souvent les gens pensent au sacrifice et pas tant à la récompense parce que pour chaque sacrifice, il y a une récompense. Si tu t'entraînes, tu vas avoir des muscles, si tu dépenses moins, tu vas avoir plus d'argent, bon, et cetera, et cetera. Et les gens ne pensent pas à ça, ils ne pensent qu'au moment présent de c'est quoi que je manque là ? Alors que dans le fond ce que tu fais, c'est que tu t'accumules à quelque part, je dirais presque des indulgences, mais c'est un peu trop religieux pour ça, mais ce que ça fait, c'est que ça t'éloigne en fait de ta dépendance qui a été si nocive pour te donner un autre genre de vie. Puis tu sais, on reformate le cerveau de la personne avec ce programme.

[Robert] Bah oui, les paradigmes changent complètement.

[Éric] Totalement.

[Éric L] Puis on parle de la quatre et cinq, dans la un, deux, trois, il faut être honnête. Si tu veux t'en sortir, il faut que tu sois honnête, mais quand tu abordes la quatre et cinq, il faut que tu aies une rigoureuse honnêteté.

[Robert] Surtout de l'humilité parce que dans la 4e ce n'est pas facile, dans le sens qu'il faut que tu t'assoies et tu dises les personnes que tu as lésées ou la compagnie ou tes patrons ou peu importe qui. Puis après ça, il faut que tu dises : « Qu'est-ce qui est arrivé ? » Puis après, il faut que tu donnes les raisons, mais là tu n'as pas fouillé encore la raison de ces torts-là. Puis quand tu arrives dans la 5e, il faut que tu aies plus profond puis en plus, il faut que tu le dises à un inconnu, il faut que tu le dises à Dieu tel que tu le conçois, moi dans mon cas à moi, c'est le parrain qu'on a connu tous les deux Éric, Elphège R, c'est à lui que je me confie encore

aujourd'hui, c'est lui qui est ma puissance supérieure. Et ça prend tout une honnêteté puis une sincérité puis l'humilité, on n'est pas des experts dans comment se sortir du problème d'alcoolisme, mais on sait qu'on a une méthode appuyée par 12 étapes et c'est ce qu'on fait présentement.

[Éric] Si tu permets, puisqu'on parle de la 5e étape, je l'ai pris parce que je l'ai aussi en version numérique un des nombreux livres qu'on peut avoir qui est pour nous les 12 étapes.

[Robert] Toute la littérature des associations anonymes.

[Éric] Les mots que j'ai surlignés, c'est d'abord et avant tout la 5e étape, le dégonflement de l'égo. « C'est une étape qui est indispensable à une sobriété durable et à la paix d'esprit. » Parce que tant et aussi longtemps que tu ne régleras pas ça.

[Robert] Tu as des choses dans ton placard puis tu le dis à personne, c'est sûr et certain qu'à moment donné ça va te faire rechuter.

[Éric] Mais en même temps pour l'avoir vécu à quelques reprises, c'est inquiétant, c'est angoissant d'aller raconter les recoins les plus sombres de sa vie, de sa personnalité.

[Robert] Le mot est exact, ce n'est pas une difficulté, c'est une angoisse.

[Éric] Une angoisse, c'est ça. À quelqu'un des fois qu'on ne connaît pas ou des fois qu'on connaît.

[Robert] Puis surtout dans ton cas tu disais que tu avais très bien réussi, que tu avais tout ce que le monde peut te donner au point de vue matériel puis là, il faut

que tu dégonfles ton égo pour aller le dire complètement à un inconnu, c'est quoi les raisons de tes torts.

[Éric] Mais on nettoie la poussière en dessous du tapis. Tu as beau passer, il va toujours en rester puis d'avouer ça à quelqu'un puis il y a des affaires avec lesquels, soi-même on n'est même pas capable de faire face à ça. Donc tu n'iras pas le raconter à quelqu'un sauf si tu veux vraiment faire un grand ménage. Dans le fond, ce que j'appelle ce mode de vie là, c'est comme un sand blast, tu vas sabler jusqu'au métal, après ça tu vas mettre une petite couche de primer et ensuite le reste du programme, c'est là que tu mets tes couleurs, mais c'est un passage obligé donc il faut absolument, puis comment choisir la personne qui va nous écouter, ça avec c'est une autre affaire.

[Robert] Mais il y a comme une chronologie pareil dans la 5e étape parce qu'il faut que tu l'avoues à Dieu comme tu le conçois comme j'ai fait avec mon parrain. Bah ouais, mais il faut que tu saches qu'est-ce que tu as lui dire quand même puis après dans la chronologie, tu te le dis à toi-même. Il faut que tu sois vraiment honnête avec toi-même parce qu'on parle souvent dans la littérature que tu as mentionnée plutôt, la rigoureuse honnêteté. Bill W, le fondateur des AA, il en parle souvent dans la littérature de la rigoureuse honnêteté.

[Éric] Puis c'est quoi l'honnêteté ? C'est notre évaluation du moment en plus parce que moi ça a évolué.

[Robert] Bah l'honnêteté, moi je décris ça comme le type à qui tu demandes de faire le ménage dans une salle de meeting. Le gars il balaye partout, il ne trouve pas de porte-poussière, il voit un tapis, il lève le tapis, il met la poussière en dessous du tapis puis là, les gens rentrent en disant : « Mon Dieu, c'est bien propre. » Ils félicitent le type en question puis le type bombe un peu le torse puis il est fier de lui, mais lui il sait que la poussière qu'il a ramassée, il ne l'a pas ramassé, elle est cachée en dessous du tapis.

[Éric] Tu reprends mon même exemple qu'il y a de la poussière en dessous du tapis donc c'est important d'abord de choisir une bonne personne. Des fois on peut le faire avec un parrain, une marraine.

[Robert] Habituellement, ils conseillent d'aller sur un parrain parce que tu l'as choisi ton parrain.

[Éric] Mais aussi tu peux le faire avec un ecclésiastique ou quelqu'un qui est complètement détaché de toi.

[Robert] Il y a certaines personnes dans certains meetings, dans certaines réunions qui se l'offrent. Ils sont habitués de faire la 5e étape avec des inconnus, eux ils sont prêt à t'accueillir, à t'écouter.

[Éric] Tu peux aller à l'abbaye Saint-Benoît.

[Robert] Bah oui, en plus, bah oui.

[Éric] Il y a plein d'endroits comme ça, des monastères, des prêtres.

[Robert] Une place de réflexion, de silence.

[Éric] Puis ce n'est pas une démarche religieuse à ce moment-là, mais ce sont des gens qui dans leur code d'éthique vont t'écouter, vont avoir de l'empathie parce que c'est ça dans le fond l'exercice, peut-être te conseiller en cours de route, ça arrive.

[Robert] Il faut que tu conseilles le type qui te parle, qui se confie à toi. Il faut que tu essayes d'être capable d'échanger, il ne faut pas que tu restes là à le regarder puis ne rien dire encore parce que lui, il prend déjà son courage, son honnêteté à en

parler, il faut qu'à quelque part, tu sois capable de discuter avec lui. Il faut que toi-même, tu aies fait ta 5e étape pour comprendre qu'est-ce qu'il en est.

[Éric] Puis une fois que tu as fait ton inventaire puis moi je te dirais que c'est là que ça a été une de mes grandes révélations, mon parrain m'a expliqué ça. Je voyais bien tout le tort que j'avais fait autour de moi. Puis les torts que les gens m'avaient faits, mais les torts que je me suis faits. Ça avec c'est important.

[Robert] L'honnêteté c'est un peu ça, c'est malhonnête avec les autres, mais honnête avec toi-même en partant. Quand on parle de rigoureuse honnêteté, c'est sûr qu'on est manipulateur, menteur dans notre actif puis tu ne t'en rends pas compte.

[Éric] C'est un mécanisme de défense. Puis l'égo, je dis souvent que l'égo, c'est soit une gaufre ou un gouffre.

[Robert] Il y a juste une lettre qui change.

[Éric] Mais tant que tu ne toucheras pas à ton humilité, tu ne toucheras pas à ton humanité. C'est là qu'est la source dans le fond où tu vas pouvoir tout réparer, tout pardonner, tout avouer, les pires moments.

[Robert] Tu es bien placé pour parler en tant que dans ton côté professionnel, tu rencontres beaucoup de monde connu puis du monde puis on le voit des fois que quand quelqu'un est trop arrogant ça passe mal à la télé puis s'il fait quelque chose qui n'est pas correct puis après il a l'humilité de revenir, on est prêt à le pardonner, mais s'il continue toujours avec son petit côté arrogant.

[Éric] Il va en manger une maudite.

[Robert] Ça ne passera pas.

[Éric] Non, ça, c'est clair.

[Robert] Le monde ne lui pardonnera pas.

[Éric] Mais ça nous prend puis tu es bien placé pour le dire toi aussi, ça nous prend une certaine assurance, où s'arrête l'assurance et où commence l'égoïsme, l'égotisme, l'ego en tant que tel, gonfler sa personne, souvent c'est la peur qui nous fait ça.

[Robert] Et bien souvent l'ego t'apporte à réussir dans ta vie professionnelle comme moi dans mon domaine de l'aviation, ça prend un gros égo pour devenir commandant de bord d'un gros porteur international.

[Éric] Si tu n'avais pas eu la chienne, tu ne l'aurais pas atterri ton avion aux Açores.

[Robert] C'est ça puis quand l'ego t'amène là, après ça quand tu es assis dans ton cockpit et tu travailles, il faut que tu laisses l'égo de côté parce que tu travailles beaucoup avec la météo et la météo est beaucoup plus forte que toi. Donc il faut que tu sois capable de prendre quelque chose qui est plus fort de toi. C'est un peu ce qu'on parle dans la 5e étape. Il faut que tu laisses l'égo de ton côté, il faut que tu avoues tes torts à quelqu'un que tu ne connais pas puis à Dieu puis à toi-même.

[Éric] Puis tu sais, quand tu fais ta 5e étape devant quelqu'un où tu avoues tes torts dans le fond et au fur et à mesure où tu fais cet exercice-là, c'est toujours pareil, tu sens tes épaules remonter, tu fais : « Oh my god, OK. » Puis quand tu sors de l'exercice en tant que tel, tu voles. Souvent moi j'ai vu des gens parce que j'ai aussi fait l'exercice d'aller écouter des gens que je ne connaissais pas, j'essaie de redonner au suivant et les gens sont transfigurés, une fois qu'ils ont fait cet exercice-là, ce ne sont plus les mêmes.

[Robert] Parce qu'ils avouent quelque chose qu'ils n'ont jamais parlé à personne, vraiment à l'intérieur d'eux même.

[Éric] Puis ce qu'on avoue dans le fond c'est bien bête. Parce que la majorité des êtres humains, c'est à peu près je te dirais dix, je dis dix, mais c'est peut-être moins que ça, mais à peu près une cinq à dix émotions qui reviennent avec tout le monde.

[Robert] Ah ouais, ce n'est pas quelqu'un qui a fait un meurtre et qui n'en a jamais parlé à personne.

[Éric] Rarement, c'est ça. En tout cas il y en a.

[Robert] Rarement, c'est aussi creux que ça, aussi profond que ça.

[Éric] Exactement puis d'avouer ces secrets-là, ces choses les plus sombres de sa personnalité, ben ça fait qu'à un moment donné on se pardonne. On a de l'indulgence envers soi. C'est l'indulgence que j'ai pognée en cours de route.

[Robert] Que tu n'avais pas dans ta première tentative ?

[Éric] Non, mais j'étais trop jeune aussi, mais avoir de l'empathie pour soi-même, c'est important. Moi je fonctionne avec ce que j'ai aujourd'hui. Je regarde même l'année dernière ou même il y a deux ans, je n'étais pas la même personne que je suis aujourd'hui.

[Robert] C'est ça l'évolution.

[Éric L] Tu parles d'empathie, comme moi les 18 derniers mois, je ne l'ai pas conté, mais j'ai vécu des choses difficiles dans le rétablissement puis pas par rapport à l'alcool, mais des choses personnelles puis je commence à me pardonner, je commence à faire le pardon puis c'est justement mon parrain qui est ici aujourd'hui, moi ma 4e, je ne l'ai pas encore faite, bah je l'ai faite dans le temps, ce n'était pas des vrais puis là cet automne parce que je suis en sursis. En tout cas je suis en prison à la maison donc c'est plus difficile, mais à partir de cet automne, je rentre vraiment dedans pour la faire justement accompagné de mon parrain.

[Robert] Par contre moi je connais ta vie puis ce qui t'arrive présentement, c'est des petits cadeaux qui te sont donnés pour le mode de vie que tu appliques. Tu appliques la méthode et les étapes et tu essayes de rentrer dedans puis là tu vois que tu as des résultats.

[Éric L] C'est ça, je ne me suis pas laissé démolir par les épreuves, j'ai continué, mais avec Dieu, avec ma puissance supérieure à moi, avec AA puis avec les membres.

[Robert] Ouais, ouais, tel que tu le conçois, ton dieu tel que tu le conçois.

[Éric L] Tel que je le conçois.

[Éric] Quand la vie te donne un coup de pied dans le cul, mais tu avances quand même au moins d'un pied à deux pieds à chaque fois. C'est une image, mais moi, comment je te dirais, je n'ai jamais avancé parce que j'avais une victoire, j'ai avancé parce que j'avais une défaite. Parce que je me suis aperçu à un moment donné que-

-

[Robert] L'important ce n'est pas de tomber, c'est de te relever puis de continuer.

[Éric] Absolument, c'est très judéo-chrétien, mais en même temps de grandes réussites, ça ne se bâtit pas sur le succès, souvent ça part d'une défaite puis ensuite ça devient un succès. Mais moi j'ai transformé toutes mes défaites en victoires. Toutes, toutes, toutes.

[Robert] Les grands hommes qui ont réussi, ils parlent toujours qu'ils ont eu des défaites avant de se rendre à leur réussite.

[Éric] Puis ce qui aide aussi, c'est que tu es supporté. Autant toi Robert, tu connais ma vie, toi aussi Éric. Ça allait mal, je vous appelais, vous êtes là pour me reconforter puis pour ne pas tomber dans la victimisation puis continuer à avancer. Puis j'aime ce que tu dis, malgré mes épreuves que j'ai eues parce que tout le monde en a, bah j'ai avancé pareil puis j'avais des moments de découragement, mais vous étiez là pour m'aider.

[Robert] Oh, mais la vie continue, je veux dire, ce n'est pas à cause que tu rentres dans ce programme-là que la vie est belle, que tout est réglé.

[Éric L] La traversée du désert, tu en parles.

[Robert] Ben oui, ben oui, la traversée du désert est là puis il faut que tu fasses tes devoirs puis il y a des efforts à donner, il faut que tu sois capable, il faut que tu t'impliques toi-même. Parce que moi quand je suis rentré en thérapie, je suis rentré en thérapie comme toi un peu Éric, pas pour la vertu, je voulais sauver mon job. Je suis rentré un peu à reculons, dans le déni, bien entendu et je me disais que dans dix ans, je recommencerais à consommer et que personne ne va s'en apercevoir. Puis là, tu es assis avec une trentaine de personnes que tu ne connais pas, mais si tu étais en thérapie parce qu'aujourd'hui, je partage la maison de thérapie puis je leur dis : « Je suis certain qu'il y en a plusieurs d'entre vous qui n'ont pas d'affaires ici puis ils sont ici pareils. Mais si vous êtes ici, c'est parce que vous avez un problème. Il y a quelqu'un, quelque part qui vous a défini avec un problème, soit l'alcool ou la drogue puis ils ont dit que tu ferais bien mieux d'aller en thérapie. Mais tu continues à penser que tu n'es pas là pour ça. » Mais c'est pour ça que c'est

important de t'impliquer, de rentrer dans les étapes, comme tu disais tantôt, le plus vite possible.

[Éric] Puis que ça vienne de soi.

[Robert] On ne peut pas forcer.

[Éric] Non, tu ne peux pas régler ça. Si vous avez un membre de votre famille qui a un problème, peu importe la dépendance puis que c'est vous qui le poussez dans le dos pour aller faire cette démarche-là, bon, peut-être qu'au début, ça va marcher, mais à un moment donné le naturel va revenir au galop parce que ça doit venir de lui.

[Robert] Pour que la personne prenne son bas fond.

[Éric] Il faut qu'elle pogne le fond, qu'elle ramasse le mur.

[Robert] Le fond n'est pas le même pour chaque personne et comme tu disais tantôt, tu étais un alcoolique responsable donc ton fond n'était pas plus bas ou moins qu'un autre, mais moi j'ai connu des filleuls que j'ai, ils ont tout perdu. Femme, enfants, argent, le gars il s'était ramassé dans la rue puis à un moment donné il en est mort, je n'ai pas réussi à arriver à temps puis finalement il est décédé.

[Éric L] Souvent, j'en parle, moi j'ai fait 12 thérapies où j'ai été envoyé pour faire plaisir à mes parents, la cour et ces choses-là. La 13e que j'ai faite, je me suis à genoux et j'ai demandé de l'aide, je n'étais plus capable. C'est venu de moi. Ça fait deux ans et quelques.

[Robert] Mais ce n'est pas une chose qui se fait d'emblée, en partant parce que tu n'es pas porté à dire que la vie de m*rde que j'étais en train de vivre, c'est à cause de ma consommation.

[Éric L] Mais ce n'était pas pour ça au début la 13e où je me suis mis à genoux, mais c'était pour mes filles.

[Robert] C'est ça, il faut dire que tu avais perdu la garde de tes enfants.

[Éric L] C'est ça donc c'était pour ça puis durant la thérapie ça s'est transformé, de le faire pour moi pour être là pour mes filles.

[Éric] Moi demain, on me donnerait une pilule pour régler mon problème, je ne la prendrai pas. Parce que ce problème là m'a amené vers la solution et la base de ma vie aujourd'hui. J'ai une façon de fonctionner que je n'aurais jamais eue si j'avais continué même sans boire.

[Robert] Tu as un comportement aujourd'hui qui est plus facile d'écoute, plus facile de rencontre, plus facile de se faire amis avec. Ce qu'on n'avait pas avant.

[Éric] Une discipline de vie que je n'avais pas, j'ai vraiment une discipline de vie.

[Robert] Vraiment, c'est pour ça qu'on dit que c'est un mode de vie. Et dans le mode de vie, ben il faut que tu changes tes comportements puis changer tes comportements, ce n'est pas facile de changer de comportement, tout dépendant à l'âge dont tu adhères à ce mouvement, ce n'est pas facile. Moi j'ai connu ça à 49 ans, mais j'ai 30 ans de consommation, 30 ans de comportement avec la consommation. Donc ce n'est pas facile de dire : « Demain matin, je rentre dans la thérapie et j'arrête de boire. » C'est sûr que la base c'est ça, il faut que tu arrêtes de consommer en partant, mais arrêter de consommer, comment tu fais ça maintenant ? Comment tu te réajustes dans la non-consommation. C'est pour ça

qu'il faut que tu rentres dans les fraternités, c'est pour ça qu'il faut que tu rencontres du monde comme toi parce que bien souvent tu es isolé, moi à la fin, je buvais trois bouteilles de vin à moi tout seul, tout seul. Il n'y a pas de fun à avoir, mais toi tu pensais que tu étais correct puis que les autres n'étaient pas corrects, mais là tu t'aperçois puis c'est marqué dans les promesses, c'est marqué dans les traditions, la peur, l'insécurité financière, la peur des gens va disparaître.

[Éric L] Mais comme Éric dit, dans mes partages, moi je le dis que je ne suis pas content d'être alcoolique toxicomane, mais je suis content de le savoir pour vivre le mode de vie puis moi pour un gars qui a rechuté, je connaissais le mode de vie, je n'étais peut-être pas honnête quand je le faisais, mais je connaissais le mode de vie puis quand je rechutais, bah j'oubliais tout. Admettons que je prendrais une pilule moi aussi, c'est sûr que je vais l'oublier le mode de vie si je continue à boire. C'est sûr, je vais tout perdre ça.

[Robert] Ce n'est pas magique.

[Éric L] Absolument pas, en tout cas dans mon cas.

[Robert] Ton comportement ne changera pas. C'est pour ça que l'on connaît bien des alcooliques qui arrêtent de consommer puis ils n'adhèrent pas au programme puis on appelle ça les dry drunks puis tu vois qu'ils ont encore le comportement d'alcoolique, mais ils ne boivent plus.

[Éric L] C'est ça, des alcooliques secs.

[Robert] C'est ça donc leur vie n'a pas vraiment changé pour autant.

[Éric] Et il y en a plein de gens autour de nous qui sont en ivresse mentale parce que c'est quoi qui te gèle toi ? C'est quoi qui te gèle ? Avec quoi tu te gèles ? C'est la

vitesse ? C'est la colère ? Et cetera, et cetera, c'est les achats compulsifs dont on parlait tout à l'heure.

[Robert] Non, puis le mode de vie extérieur, on vit dans un mode de performance, de consommation, consommation matérielle, ce n'est pas croyable, tout le monde veut avoir son petit 15 minutes de gloire maintenant avec que les réseaux sociaux. Donc c'est sûr et certain qu'ils pensent tous qu'ils sont corrects dans leur mouvement, mais à un moment donné, il faut que tu le réalises que ça ne va pas bien. Parce que nous à la Fondation, ma Fondation Robert Piché, on reçoit beaucoup d'appels de dames, de madame qui sont désespérées parce que leur enfant reste encore chez eux, il a 25 ans.

[Éric] Il est dans le sous-sol avec le jeu vidéo.

[Robert] Dans le sous-sol avec le jeu vidéo puis il fume son joint puis il prend un coup puis : « Je ne sais pas quoi faire avec. Je me suis aperçu qu'il avait volé de l'argent dans ma bourse. Qu'est-ce qu'il faut que je fasse commandant ? » Bah oui, mais qu'est-ce que vous voulez que je fasse. Il faut que lui décide de lui-même d'arrêter. C'est ça qui est difficile. Je peux bien lui parler, mais ça ne veut pas dire qu'il va décider d'arrêter par lui-même.

[Éric] Est-ce que tu vas tomber dans la codépendance ? C'est ça aussi parce que tu peux insidieusement être le vecteur de la dépendance de quelqu'un d'autre parce que tu vas lui faciliter.

[Robert] Dépendance affective.

[Éric] Oh, mon Dieu, on pourrait en jaser longtemps de ça.

[Éric L] Puis tu en as parlé tantôt, à un moment donné quand les portes se ferment, c'est là qu'il n'y a plus personne autour de toi, en tout cas, tu penses qu'il faut que

tu t'en sortes donc tu vas vers une autre porte comme les associations, mais si les gens comme tu dis, la mère, elle ne ferme pas les portes, ces choses-là, il tombe dans la codépendance puis il continue sa consommation.

[Éric] Parce qu'il n'y a rien de plus manipulateur que quelqu'un qui a besoin de cette substance-là, il va tout faire. Il va vendre ses enfants, je dis ça de même, c'est une image, bien sûr que ce n'est pas la réalité.

[Robert] Mais pour vous montrer jusqu'où ils peuvent aller.

[Éric] Moi je te dirais que c'est ce qui m'étonne toujours quand j'entends des messages de gens qui justement sont dans ce cheminement-là, à quel point on peut aller loin pour continuer à être dans ces dépendances-là.

[Éric L] Moi, mes jumelles ont trois ans et demi puis la première année et demi, je consommais. Ça passait avant mes jumelles, avant la mère de mes enfants, avant mes parents. Mes jumelles, je m'en suis occupé, mais je consommais à côté tous les jours.

[Robert] Tu te déculpabilisais parce que tu disais que tu t'en occupais, mais dans le fond tu ne t'en occupais pas.

[Éric L] Je me récompensais. Je m'en occupais, je leur donnais un biberon, mais après ça je dormais toute la journée.

[Robert] Mon fils m'a déjà dit une fois quand j'ai adhéré au programme : « C'est le fun papa, tu es toujours avec nous autres à cette heure. » J'ai dit : « Ben non, j'étais toujours avec toi avant. » Il dit « Non, non, je ne sais pas comment te l'expliquer, tu étais là physiquement, mais tu n'étais pas là. Puis maintenant tu es là physiquement comme avant, mais il y a quelque chose qui se passe que tu es plus là. » C'est parce que ce qui me préoccupait, ce qui contrôlait ma vie, c'est la

prochaine bouteille. Je me souviens qu'une fois, je lui ai dit d'aller me chercher une autre bouteille de vin dans la cave. Il m'a dit : « Papa, tu en as assez eu. » Je lui ai dit : « Va me chercher une autre bouteille de vin. » Tu passes par-dessus l'enfant qui t'aime, que toi tu aimes pour lui dire un ordre qui est complètement débile quand tu y penses, mais dans ta tête tu n'es pas en train de penser que tu dis quelque chose de mal à ton enfant.

[Éric] Puis c'est la même chose qui arrive avec la 5e étape, c'est qu'on a l'impression que le problème est plus grand que la solution alors que ce n'est pas vrai. La solution est plus grande que le problème si tu es bien accompagné.

[Robert] Puis tu es capable de définir tes problèmes comme tu disais tantôt, c'est quatre, cinq items, c'est la peur, l'anxiété, la joie, la tristesse.

[Éric] Une vraie 5e étape, one on one, excusez l'anglicisme, de personne à personne parce que une fois qu'on se l'est avoué à soi, à Dieu et à une autre personne, c'est vraiment une très très longue chose, j'en ai vu que ça a duré plusieurs heures, mais en règle générale, c'est à peu près une heure demi, deux heures. Quand tu jases avec la personne puis tu sors de là puis tu n'es plus du tout la même personne.

[Robert] Ah non, il y a quelque chose qui s'est passé. Comme je dis souvent dans mes partages, ce que je vois dans les réunions des fraternités anonymes, à un moment donné au bout de dix ans, je m'étais dit que je recommencerais à consommer puis mon parrain Elphège m'avait dit : « Si tu as tout essayé autour de toi puis il n'y a rien qui fonctionne, tu vas te donner l'excuse de dire "Oui je m'en vais consommer parce que j'essaie de faire ce qui est supposé de faire et je ne réussis pas." Ben si tu arrives à ce point-là, mets-toi à genoux puis demande-lui en haut, demande-lui en haut. » « Mais je lui demande quoi ? » « Mais demande-lui de t'aider à te garder abstinente encore parce que toi dans ta tête tu t'en vas t'acheter une bouteille présentement. » Puis il y a un événement qui est arrivé puis qui finalement m'a complètement empêché puis ça, ça m'a donné la foi en ce programme-là, la confiance à mon parrain encore plus grande pour dire que ça fonctionne, mais il faut que tu embarques dans le programme, il faut que tu décides par la première

étape puis comme on dit tout le temps, tu admetts. On ne te demande pas d'arrêter, on te demande juste d'admettre que tu as un problème avec ta consommation.

[Éric] Tu parles d'admettre, mais c'est aussi d'accepter parce que j'aurais pu dire que j'étais alcoolique, je le savais, j'avais tous les signes qui étaient là. Puis même un historique familial. Moi je pense qu'on hérite en grande partie du gène alcoolique puis qu'on est pogné avec. Souvent quand je fais des messages, je demande aux gens de lever la main s'ils ont eu des parents alcooliques. Je dirais que c'est plus de deux tiers des gens qui sont devant moi. Donc souvent c'est soit par mimétisme, mais j'ai l'impression que c'est aussi beaucoup par les gènes puis on fait encore des recherches sur l'alcoolisme, mais je pense que d'abord c'est une maladie. Je n'aime pas beaucoup quand on me dit que c'est une maladie mentale, mais en même temps ça passe par le mental.

[Robert] Quand on dit « maladie mentale », les personnes pensent qu'on est fou puis qu'on est prêt à être interné à l'asile, ce n'est pas tout à fait de même que ça se passe. C'est sûr que quand tu consommes trop ça arrive à ça à un moment donné, mais comme je disais tantôt, le côté mental, c'est que tu fais des choses dans ta vie, comme moi je me mettais dans la m*rde pour m'en sortir, pour aller fêter. Ce que j'oubliais pendant ma fête c'est que c'est moi qui me suis mis intentionnellement dans la m*rde. C'est là, le dérèglement mental, pourquoi faire ça ? Comme tu disais tantôt, la recherche de l'adrénaline.

[Éric L] Puis juste pour continuer tantôt ce que tu disais, pour adhérer dans les associations quand tu viens, admettons pour la première fois, tu le disais, ils ne te demandent pas d'admettre. La seule raison pour adhérer dans une association, c'est d'avoir le désir d'arrêter de consommer. Ils ne te disent pas d'arrêter tout de suite. Non.

[Robert] Il faut que tu aies toi-même le désir de vouloir arrêter.

[Éric L] C'est ça, mais c'est juste le désir pour rentrer dans une salle puis ensuite ben là, avec l'esprit ouvert puis l'honnêteté.

[Robert] Mais comment tu fais pour découvrir que tu as le désir d'arrêter de consommer ?

[Éric] Ben il faut que ça s'installe dans ta vie. Pour changer une habitude, on dit souvent que ça prend à peu près 21 jours. Si tu veux te remettre en forme, marche pendant 21 jours ou cours pendant 21 jours ou fais de la nage pendant 21 jours puis à un moment donné, ça va rentrer dans ta routine. Moi je pense que c'est la même chose. Il est prescrit, ça ne vient pas des fraternités qu'on doit faire 90 meetings en 90 jours, je trouve ça un peu extrême, mais à la limite je te dirais qu'il faut que tu ailles à fond la caisse au début.

[Robert] Mais ça dépend dans quel état que tu étais quand tu as décidé d'arrêter. Si tu es rendu tout seul dans ton sous-sol à boire comme trois bouteilles de vin à toi tout seul comme moi je faisais, tu as besoin de rencontrer du monde.

[Éric] Il faut que tu mettes autant d'effort t'en sortir, que tu en as mis à te mettre dedans.

[Robert] C'est ce que j'appelle la traversée du désert. Tout ce que tu as fait dans ta période de consommation, ben ça va prendre plus du temps puis nous les alcooliques, toxicomanes, on veut toujours que ça aille vite, on veut toujours que ce soit demain.

[Éric] Il n'y a pas de quick fix avec ça. Il n'y en a pas de quick fix, ça n'existe pas. Il n'y a pas plus la pilule dont je t'ai parlé tout à l'heure puis même la méthode AA à la limite quand on regarde le taux d'échec qu'il y a à travers AA.

[Robert] C'est au-dessus de 70 %.

[Éric] Mais c'est ça. Je dis AA, mais toutes les fraternités. Ce que ça prend et il l'a dit, c'est un désir. Un désir qu'on alimente et qui devient une seconde nature. Moi je vis, je pense que mon environnement est fait de mon cheminement maintenant.

[Robert] Mais encore là, c'est laborieux de le faire, de découvrir ton désir et de vouloir changer ton comportement, c'est laborieux.

[Éric] C'est long.

[Robert] C'est long, ça peut être long.

[Éric] Mais il faut s'attendre à ce que ça soit long.

[Robert] Prends le gars qui fume puis il boit du café puis tous les matins, il faut qu'il prenne un café puis quand il prend un café, il faut qu'il ait une cigarette puis là il décide d'arrêter de fumer parce que son docteur lui a dit d'arrêter.

[Éric] Quand il va prendre son café, il va encore avoir un rush.

[Robert] C'est ça donc il faut qu'il arrête de prendre du café, mais il ne peut pas arrêter de prendre le café, la cigarette en même temps. Tu vois, à quelque part, il faut qu'il aille chercher de l'aide pour que quelqu'un le conseille pour comment faire pour arrêter de fumer tout en prenant du café.

[Éric] Tout est là, c'est partout à travers le monde, c'est gratuit, même si tu as zéro argent dans tes poches, on va toujours t'accueillir avec un sourire, on va toujours t'offrir un café ou une tisane, tu auras toujours une place où t'assoir puis peu importe comment tu es, on va t'accepter dans ces salles de meeting.

[Robert] Peu importe la déchéance que tu as connue.

[Éric] Peu importe la déchéance. Puis moi j'en ai un, un de mes filleuls, écoute, il est arrivé, il était en morceau comme j'ai rarement vu, il est en train de se rebâtir, mais c'est long, c'est long puis en plus il y a des conséquences à avoir consommé pendant si longtemps donc il faut aller voir le médecin, il faut régler ses affaires qu'on a laissé traîner pendant des années, il faut aussi essayer de voir autour de soi, les membres la famille à qui on a fait de la peine donc c'est un travail de longue haleine, retrouver l'équilibre.

[Robert] C'est de là, l'honnêteté, la sincérité. Nous autres, on n'est pas des experts, comme je continue à le dire, mais on sait par où on est passé pour cheminer, on comprend que la méthode appuyée par les 12 étapes, te sert à te sortir de ça.

[Éric] C'est un bon canevas pour partir, c'est une belle recette, elle fonctionne.

[Robert] Puis il y a de l'historique, ça fonctionne depuis 1935 puis ça a sauvé des millions de personnes.

[Éric] Puis le taux d'échec ne devrait jamais buter quelqu'un parce que si tu penses, comment je te dirais, au taux de réussite, on ne ferait jamais rien dans la vie.

[Robert] Ah non, bah non, c'est sûr, tu ne pourras pas y aller à fond. Mon thérapeute, moi je dis tout le temps que c'est un extraterrestre parce que je lui parle une base régulière puis il est toujours disponible 24 heures par jour. Quand tu lui parles, il a toujours le sourire aux lèvres puis dans sa pratique professionnelle il y a un taux d'échec de 70 % pour la première rechute. Comment tu fais pour être content dans ce que tu fais quand tu as un taux d'échec ?

[Éric] Parce que tu focuses sur le taux de réussite. Moi, tous mes filleuls ne réussissent pas, il y en a beaucoup qui échoue. J'ai beau leur dire comment faire, quelle recette appliquer, mais si tu ne le fais pas, je ne peux pas le faire pour toi.

[Robert] S'ils ne font pas leurs propres devoirs de ce que tu leur conseilles de faire, c'est sûr et certain qu'ils ne s'en sortiront pas.

[Éric L] Éric tantôt, il a parlé d'un sujet. Moi quand j'ai décidé d'arrêter de consommer, mais il a fallu que je me déprogramme mentalement pour me reprogrammer avec le mode de vie. Ça, c'est changer mes comportements, m'améliorer. Si je reste dans les mêmes comportements, je ne ferai pas longtemps, je vais retourner consommer.

[Robert] Donc lors de vos rechutes, est-ce que vous souvenez de quelle manière que vous avez rechuté ? Est-ce que la situation, on parle toujours de la possibilité qui vous remet, tu vois.

[Éric] C'est le ressentiment qui t'amène là.

[Robert] Toi c'est le ressentiment qui t'amène là.

[Éric] C'est souvent ça puis je ne dirais pas des gros mots, mais souvent c'est la frustration, c'est des trucs que tu intériorises et tu ne t'extériorises pas. Tu vas te vendre l'idée.

[Robert] Par contre quand on chemine dans le mode de vie des fraternités, ils parlent beaucoup du lâcher-prise qui n'est pas facile à faire donc quand tu es frustré d'une situation, il faut que tu apprennes à lâcher prise. Et si tu lâches prise à une frustration puis que tu vois que ça fonctionne. Parce qu'on est toujours porté à penser que c'est la faute de l'autre, mais dans le fond, il y a toujours un petit peu deux côtés de la médaille.

[Éric] Si tu assumais 100 % de ton 50 %, ça serait déjà beaucoup. Ça serait déjà beaucoup puis dans ce mode de vie là qui est bien fait, mais ça sera dans une émission subséquente, il y a un inventaire quotidien qu'on fait puis moi c'est comme ça que je me garde en santé mentale puis dans mon programme, dans mon relatif équilibre, je dis « relatif » parce qu'il y a des journées, je ne l'ai pas, il y a des journées je l'échappe, il y a des journées où ça ne me tente pas, il y a des journées où--

[Robert] Des fois, on se lève le matin puis on ne sait pas qu'est-ce qu'on a, mais ça ne va pas. Puis là, le fou dans la tête, je dis tout le temps que j'ai un fou dans la tête, il part puis le fou dans la tête--

[Éric] Il pogne le contrôle.

[Robert] Il perd le contrôle puis si tu n'as pas comme tu dis, l'étape que tu parles, subséquente, qui est la 10^e étape, si tu ne l'as pas pour te ramener tout le temps, ben ça va être difficile pour toi de passer à travers la journée.

[Éric] Et quels sont les pays qui se sont le mieux remis économiquement après des guerres ? Ce sont ceux qui ont avoué leur défaite. L'Allemagne, le Japon et ainsi de suite. Bon, c'est une grosse image, mais en même temps une fois que tu as avoué ta défaite.

[Robert] L'acceptation. L'acceptation est très importante.

[Éric] C'est à partir de là que tu peux te reconstruire parce que sinon tu vas fonctionner avec les restes puis avec tes idées erronées puis souvent on va répéter les mêmes actions, les mêmes réactions.

[Robert] Moi je le sais, j'ai un exemple à ça. C'est ma mère quand elle est venue me visiter en prison, je veux dire, quand je suis rentré dans le gymnase pour aller m'asseoir avec elle, elle m'a vu de loin, bah elle s'est mise à pleurer. Puis je vois bien, c'est son plus jeune enfant de quatre enfants qui s'est ramassé en prison, elle n'aurait jamais pensé qu'elle ait à vivre ça une journée dans sa vie, tout l'amour qu'elle nous a donné. Je ne viens pas d'une famille dysfonctionnelle, je n'ai pas fait de la prison parce que j'ai été battu. Puis là, je suis arrivé avec elle, j'ai dit : « Estelle. » Parce qu'elle s'appelait Estelle ma mère, je lui dis : « Il faut que tu acceptes, il faut que tu acceptes que je sois en prison puis ne t'en fais pas, c'est moi le con qui s'est mis en prison, ce n'est pas par rapport à l'éducation que tu m'as donné. Puis ne t'en fais pas, tu m'as donné la capacité de m'en sortir puis je vais m'en sortir. »

[Éric] Moi je vais parler aux gars, aux hommes parce que je sais que nous autres, on marche souvent sur notre propre pouvoir « Je vais m'en sortir puis ça va être correct. Je ne le dis pas à mes amis. » On parle plutôt du hockey que de parler de soi.

[Robert] Ouais, mais quand tu demandes à un alcoolique, toxicomane ou à n'importe qui : « Comment ça va ? » Bah ça va toujours bien.

[Éric] Ça va toujours bien, il faut avouer à un moment donné sa défaite, il faut demander de l'aide, il faut tendre la main. Combien il y a de féminicides ? Les gars c'est parce qu'ils ne se sont pas dit, les gars avaient des problèmes de dépendance de toutes sortes, ils n'ont pas adressé le problème. Je ne veux pas les déculpabiliser, loin de moi cette idée-là, mais je pense en tout cas pour ce qui est des hommes, même sil y a une tendance qui s'améliore vers les hommes, mais je te dirais qu'encore aujourd'hui les gars sont beaucoup sur leur image puis de : « Je vais m'en sortir tout seul. »

[Robert] Moi et Éric, on remonte de loin.

[Éric] Oui, oui, c'est l'homme des cavernes, je vais l'avoir le mammoth.

[Robert] C'est ça moi quand j'ai commencé, c'est exactement ce que j'allais dire, quand j'ai commencé à la chasse puis j'ai tué mon premier orignal, j'étais nouveau dans ce domaine-là, dans cette activité-là. J'arrive à la place où l'enregistrer, là je m'aperçois qu'il y a dix autres chasseurs qui ont tué en même temps que moi ce matin-là puis ils ont tous le torse bombé en voulant dire : « Viens voir ma bête, moi mon panache. » C'est quoi cette patente-là ? En quoi son panache est plus gros que le mien ?

[Éric] La tête de l'orignal sur le char, moi je n'ai jamais compris.

[Robert] Bah oui, puis tu arrives à la place chez le boucher puis là, tu as encore dix autres personnes qui sont là avec leur orignal pour la faire débiter, ils regardent le tien, tu regardes le leur puis ils te regardent avec un air arrogant en voulant dire : « Moi je suis l'homme du village, j'ai tué l'orignal qui va donner à manger à tout le village pour l'hiver. »

[Éric L] Mais pour en revenir à ce qu'Éric dit, moi, dans le monde criminel ça vient de là. Tu ne pleurais pas, tu ne montrais pas des émotions, il fallait que tu sois tough.

[Robert] Mais ça vient de ce que je viens de te dire un peu, c'est que dans le temps fallait que tu sois l'homme du village pour assurer la survie.

[Éric L] J'ai vécu ça puis depuis que je suis revenu dans les associations, je suis beaucoup plus émotif, je suis proche de mes émotions, je suis capable de parler, mais avec un esprit ouvert. Je l'ai déprogrammé.

[Robert] Des fois quand on se parle, je le sens que ton émotion est à fleur de peau. Je le réalise puis on se parle puis après ça, ça va mieux.

[Éric L] Puis je ne suis pas gêné.

[Robert] Ce qui est bizarre là-dedans c'est quand tu m'appelles puis que tu es à fleur d'émotion, tu me parles, moi ça me fait du bien de te parler parce que moi je sors de ce téléphone-là moi aussi j'ai grandi dans ce que tu viens de me dire parce que j'apprécie la confiance que tu me donnes puis on s'entraide tous les deux avec la même maladie, qu'on ne sait pas de quoi qu'on est malade, mais elle est là, l'alcoolisme. On est capable de s'entraider.

[Éric] Puis ça relativise ton malaise. Tous les jours il y a toujours quelque chose qui va nous déranger, mais si pour toi tu en fais une montagne puis que ton filleul t'appelle puis qu'il te raconte quelque chose, tu fais : « Oh shit, ce n'est pas même plus grave que ce que je vis en ce moment. » Ou c'est l'inverse.

[Robert] Mais par l'affaire même, je sais que si j'ai un problème, je peux l'appeler puis il va réagir de la même manière, comme tantôt on disait, la 5e étape, il faut que tu avoues à quelqu'un, à un autre être humain, pourquoi ça ne va pas puis parler. C'est très important ce que tu viens de dire tantôt.

[Éric] C'est la thérapie de la parole.

[Robert] C'est ça, ben oui, qu'on est OK, qu'on ne parle pas, même Freud en parle beaucoup, l'histoire de parler, d'avouer tes torts puis d'avouer ce que tu n'es pas capable de dire à personne puis quand tu es capable de le dire, ça va toujours beaucoup mieux.

[Éric] Moi, je pense qu'on devrait juger les gens par leur degré d'humilité. Aujourd'hui j'essaie de moins m'afficher sur les réseaux sociaux, j'essaie moins d'exposer mes opinions parce que dans le fond ça donne quoi ? Non seulement, c'est risqué, mais ça donne quoi ? C'est mon opinion, c'est mon opinion.

[Robert] Moi je sais quand je suis devenu une personnalité connue, je ne savais pas trop trop comment gérer ça. Puis à un moment donné, j'ai rencontré Michel Côté, Guy Lafleur, c'était mes idoles de gens, en partant, ce monde là. Puis là, je regardais

comment il était sympathique, comment il était terre à terre, comment il était, il riait tout le temps, on faisait des faces. Comment ça se fait que ces gars-là sont sur un pied d'estale pour tout le monde puis ils sont comme accessibles, ils sont comme moi puis ils sont très très très généreux de leur personne puis : « Ne t'en fais pas, assis toi là, ça va bien aller l'émission. » Quand ils voient que tu es un petit peu nerveux parce que moi j'étais un nouveau dans le domaine. Puis ils disaient : « De toute façon, si tu n'es pas capable de parler, je vais parler à ta place. » Ça te rassure parce qu'il voyait bien que j'avais un petit peu de problème à gérer la popularité.

[Éric L] Mais c'est la même chose comme toi puis Éric, vous êtes des personnalités connues puis vous êtes très accessibles, moi je veux dire, je ne suis pas dans ce domaine-là puis quand vous arrivez des associations, vous êtes à l'écoute des autres.

[Robert] Mon humilité vient un peu de la rencontre que j'ai faite avec les grands, après ça ben quand tu le fais toi-même ce côté humble là, pas que tu joues, mais que tu es vraiment humble tu t'aperçois que ça va bien puis le message passe mieux.

[Éric] Moi j'ai toujours dit que les plus grands sont les plus simples. Puis j'ai œuvré toute ma vie, je continue à le faire, à faire des entrevues avec des personnalités puis ça se confirme. Moi j'avais plus de facilité--

[Robert] On veut des noms.

[Éric] Bah écoute, tu peux en avoir, je peux te parler de Charles Aznavour, je peux te parler de Gilbert Bécaud, de Raymond Devos puis j'en ai fait. Tous les plus grands là, mais vraiment les plus grands, je les ai tous rencontrés, j'avais une facilité à faire des entrevues avec eux. Souvent ce que je n'avais pas, c'est une facilité avec celui qui commence.

[Robert] Le petit nouveau parce qu'il vient d'avoir un gros succès.

[Éric] Qui vient d'avoir un gros succès parce qu'il est sur l'image puis : « Qu'est-ce que je vais dire ? Comment je vais le dire ? »

[Robert] L'argent commence à rentrer.

[Éric] L'argent commence à rentrer, la tête enfle. L'humilité, on n'attrape pas ça, ça devient un mode de vie.

[Robert] C'est pour ça que les quatre premières étapes qu'on a parlé dans les émissions précédentes t'amène à cette humilité-là pour la 5e étape qui permet de t'ouvrir et de parler, vraiment donner tes torts, de c'est quoi la base en arrière de tes torts.

[Éric] Si tu as de la difficulté avec l'idée de croire en une puissance supérieure, un dieu, je te dirais que moi je l'ai transformé un peu, même si je n'ai pas tant de difficulté, moi je n'ai pas été élevé dans la religion catholique, pas du tout, mon père était athée, d'ailleurs longtemps il m'a dit que je n'étais pas baptisé alors que je l'avais été mais bon c'est parce que c'était ses croyances.

[Robert] Ça devait être probablement contre son gré quand c'est arrivé.

[Éric] Oui c'est ça, moi j'ai un GPS à qui je demande la direction pour aujourd'hui de m'amener là où je dois aller. Mais le GPS pour moi, c'est ma grande puissance supérieure.

[Robert] L'image est bonne.

[Éric] Moi quand je prends le volant, je prends le champ donc je lui donne le chemin puis il m'amène là un peu comme une Tesla tout préprogrammé. Je vais faire

confiance, mais il faut que je fasse confiance, à partir du moment où je mets les mains sur le volant, je ne suis pas sûr que je vais me rendre. Tout à l'heure j'ai été me stationner à un demi-kilomètre d'ici parce que je n'ai pas suivi mon GPS, j'ai suivi mon instinct, mais c'est correct. Mais si tu l'assumes, ça va, mais en même temps, ça relativise tout, tu te dis que c'est plus grand que toi.

[Robert] Tu acceptes ta condition.

[Éric] J'accepte, même si je n'ai pas la réponse aujourd'hui, je sais qu'à un moment donné ça va faire du sens peut-être pas aujourd'hui, mais peut-être dans une semaine, deux semaines, un mois, deux ans, trois ans. Moi tout ce que j'ai eu peur de perdre dans ma vie, je l'ai perdu et à chaque fois j'ai eu mieux.

[Robert] Donc il faut que tu sois réveillé, il faut que tu sois alerte à ce qui se passe autour de toi parce qu'on parle souvent des expériences spirituelles, c'est ça, il faut que tu sois réveillé à ça puis il faut que tu le remarques quand ça t'arrive, il faut l'accueillir.

[Éric] Il faut accueillir le changement, la vie est un constant changement. Si tu te crampes dans une position, c'est là que souvent tu vas souffrir parce que tout change autour de toi. Tu es dans un manège puis ça tourne donc n'embarque pas dedans. La vie c'est ça. Il y a des hauts, il y a des bas puis ça vient avec.

[Robert] Mes chers Érics, on arrive à la fin de notre émission, quand on parle entre amis une discussion franche, honnête et sincère, le temps passe toujours vite, je pense qu'on a fait--

[Éric] Ça a flyé pour utiliser l'image du commandant Piché.

[Robert] Pour rester dans le domaine. Donc j'aimerais dire que ce balado est une production du Canal M. Je remercie mon invité Éric.

[Éric] Merci.

[Robert] C'était très sympathique de jaser avec toi, mon fidèle collaborateur, l'autre Éric.

[Éric L] Merci Robert.

[Éric] Moi c'est avec « c » et un « k » parce qu'Éric c'est un cas.

[Robert] Ah ouais, c'est ça, bien dit. Nathalie Barrette à la recherche, bien entendu. Mathieu Tessier mon patron, il n'arrête pas de me flasher le temps pour être sûr et certain qu'on rentre dans les temps. Gerlie Ormelet qui est la cheffe du contenu numérique et Jean Sébastien Laliberté le chef de diffusion technique et bien entendu, le grand manitou Philippe Lapointe directeur du Canal M.

[Éric] Ah oui, c'est Philippe ?

[Robert] Bah ouais, c'est Philippe, je le connais très bien, qui est un ami connu dans le milieu. Puis en plus je donne le numéro de téléphone pour ceux qui essayent de trouver ou qui se posent une question : « Est-ce que je suis un alcoolique ? » Ben vous pouvez aller au numéro de téléphone : 1 866 544 6322. 1 866 544 6322. Vous pouvez aller sur Google puis chercher la méthode AA, ça va vous donner exactement tout ce qu'il y a à dire puis là, il y a toujours des petits questionnaires dans les sites des fraternités anonymes, il faut poser la question si vous avez un problème puis que vous doutez que vous avez un problème, allez sur le site, faites un peu une recherche, vous allez voir que ça va bien. Là-dessus, ben je vous remercie les deux. La semaine prochaine on va parler d'une autre étape. Je peux vous redire la 5e étape qui est : « Nous avons voué à Dieu, à nous-même et à notre être humain, la nature de nos torts. » La semaine prochaine, on parle de la 6e étape : « Nous étions tout à fait prêts à ce que Dieu élimine tous nos défauts. » Donc on pourra en jaser amplement avec un autre invité la semaine prochaine.

[Éric L] Avec Benoît.

[Robert] Donc là-dessus, je vous remercie, je vous souhaite une bonne fin de 24, comme on dit dans les fraternités.

[Éric] Merci Robert.

[Éric L] Merci Robert.