

FORUMS POUR L'ENTOURAGE

RESTER OU FUIR ? CONSTAT

Par [Tata85](#) Posté le 20/02/2020 à 21h37

Bonsoir à tous et à toutes,

Je me suis déjà exprimée sur ce Forum sur différents post , je précise également que je viens de quitter mon conjoint après 4 ans de relation et 1 an de vie commune , séparation dûe essentiellement à son alcoolisme, ce qui a été difficile car le l'aime toujours . Je n'ai pas d'enfants avec lui et tant mieux ... j'ai eu un déclic car je suis moi-même fille d'un père alcoolique . Et je ne souhaite reproduire le même schéma familial..😞

Je souhaitais vous faire part d'un constat après la lecture de des différents témoignages de conjointes que je lis régulièrement car ça me confirme que j'ai pris la bonne décision.

Ce constat est la solitude, l'impuissance face à cette maladie...

La solitude car finalement on est seule" en couple ", tout tourne autour de cet alcoolisme, les moments de bonheur et de partage avec son conjoint se font rares...voir inexistant..

On se raccroche aux petites miettes de bonheur dans les périodes d'acalmie , mais au fond on est mal , mal de le voir se détruire, mal car on ne peut rien faire et mal car au fond on est malheureuses..

Alors l'espoir..et l'amour se complète avec la haine car on vit avec 2 personnes , le gentil et le monstre..

"Le couple" n'existe plus ...

La vie a deux est une montagne russe... et cette question perpétuelle qui revient : " Dois-je le quitter ?"

Il clair que pour certaines la situation matérielle etc.. enfants ,achat en commun ... fait qu'il soit plus difficile de prendre "LA Décision " de partir... l'amour et la culpabilité de le laisser tomber font également barrages.

On est comme prisonnières...

Mais on a toujours le choix de faire le bon choix ..

La vie est courte et pour celles qui le peuvent je me permettrais de vous dire " Partez " vous lui rendrez service.

Et pour celles qui ne le peuvent pas pour diverses raisons..

Je vous souhaite du courage et pensez à vous car qui viendra vous sauvez ?? Personne , il n' y a que vous et vous seule.

Je parle en connaissance de cause en ayant l'exemple de ma mère qui a pu le faire après 15 ans de vie commune...avec mon père.

Merci à vous.

3 RÉPONSES

[Québécoise](#) - 21/02/2020 à 13h00

Bonjour et merci bcp , ce que tu as écrit me va droit au cœur. Je me disais justement..... Si tout par de soi, et que notre environnement n'est que notre reflet intérieur comment briser la roue. Tu n'as pas eu d'enfant pour qu'ils ou elles ne subissent pas ce que tu as vécu mais tu te l'ai infliger a toi-même.Pour quoi d'autre ne devrait pas subir et ça et toi c'est arrivé.

Je me pose bcp question c'est temps-ci et c'est de moins en moins lui l'enjeu mais qu'est-ce que je suis prête a accepter versus mon bonheur.

La solitude n'est que passagère, on est 9 milliard, qd tu seras prête à ouvrir ton cœur qqun va se manifester.

La, tu t'es montrée à toi-même que tu préfères être seule que ds ce type de relation. Ça ne veut pas dire être seule pour toujours. Je remarque autour de moi que les enfants(même devenu adulte, d'alcoolique) ont besoin de bcp d'attention, moi y compris. Sujet sans rapport j'analyse bcp un peu tout....Mon amoureux a un déficit d'attention qu'on appelle TDA. Et par le fait même, est en déficit d'attention(regarder moi j'existe) des autres. j'apprends en ce moment ds mes cours que la plupart des TDA viennent de milieu désorganiser. l'alcoolisme désorganise.....

Les publicitaires ont un besoin, et c'est de plus en plus répandu, et les TDA aussi. Ou on a juste donné un nom à ce qui était déjà là..... je sais pas

Peu importe..... c'était des idées qui me traversent l'esprit parfois... lol

Tu as choisi de vivre autrement, tu t'es choisie et tout le reste va suivre prc tout part de soi. On imite les personnes qui nous manquent intérieurement. Tu as rompu ce comportement. Tu es allée au bout de ce que tu pouvais tolérer de douleur dans cette relation. le cerveau fuit la douleur et recherche le plaisir. C'est ainsi pour presque tout ds nos vies.

Ce que tu fuis te suis ce que tu embrasse s'efface. Tu as embrassé ton modèle et la tu ne fuis pas mais tu as décidé de partir consciemment. tout va s'arranger. 😊

Merci encore pour ton message ça m'a fait du bien de te lire
x

Tata85 - 22/02/2020 à 22h04

@Québécoise ,

Merci pour ton message, vraiment, j'ai plus particulièrement aimé ce passage :

"Ce que tu fuis te suis ce que tu embrasse s'efface. Tu as embrassé ton modèle et la tu ne fuis pas mais tu as décidé de partir consciemment ."

C'est vraiment bien dit et tout a fait vrai,

Et je te remercie pour ces mots réconfortants .. c'est une décision consciente en effet même si c'est dur .. un grand vide.

Et quand tu dis que tout pars de soi, c'est ce que je constate tout nos choix sont guidés par nos schémas, nos conditionnements..

Est-tu également fille de parents alcooliques ?

Bien à toi,

X

Québécoise - 26/02/2020 à 12h52

bonjour,
oui
mon père a été un gros buveur, qd j'étais très petite. Mes parents se sont séparés très tôt. Je voyais mon père une fois sur 2 comme c'était la mode à ce moment. Je ne l'ai jamais vu boire de ma vie. Prc ce qu'il a arrêté après leur séparation. Mais j'ai eu un père absent, oui. Qu'il soit saoul (absent d'esprit) ou pas la ça reste un père absent.

Maintenant on est proche, il est homosexuel, mon ex mari est africain musulman, mon fils est métisse, je suis mère mono-parental, qui va à l'université à 42 ans avec un amoureux alcoolique lollll. femme moderne..... haha

je crois qu'on se connecte. comme apprend ds mes cours, la partie du cerveau qui régit les émotions (limbique) vient d'être démontrée que : si 2 personnes ne se connaissent pas et ne se voient pas mais qu'on suscite la colère (forte émotion) ds le cerveau d'une d'entre elles. L'autre sur les moniteurs à le cerveau limbique qui réagit. Donc sans se parler on se connecte et on s'influence. Imagine avec nos proches avec qui nous avons des connexions et ancrages, associations profondes, l'influence que ça peut avoir. Bref, ce n'est pas encore démontré pour le moment, pas encore.....

Alors on cherche ou fuit ce qui nous imprègne. Le cerveau fuit la douleur et recherche le plaisir.

J'ai un amoureux absent (alcoolisme) et on habite pas ensemble depuis 10 ans..... ouin.....

x