ALCOOL-INFO

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

# VOULOIR ARRÊTER

Par napeliane107 Posté le 06/06/2021 à 02h25

Bonsoir tout le monde,

J'ai découvert ce site car je veux arrêter de boire, j'ai une conso bien trop excessive, et les messages que j'ai pu lire me donnent énormément de volonté, de courage et d'espérance. Je me suis retrouvé dans énormément de témoignages évoquant la honte, les douleurs physiques et psychiques, le mal que l'on fait à ses proches. Je ne vais pas faire de redite de ce que certains ont décrit parfaitement mais je voulais en revanche témoigner d'un vécu plus personnel, pour le cas où cela puisse apporter une aide à quelqu'un un jour.

Je vieillis, dans le milieu de la trentaine, et je sens que la facture est en train d'arriver. Je me rends compte que mes facultés mentales ne sont plus ce qu'elles étaient. Alors on peut admettre qu'on est moins étincelant à 35 qu'à 20, mais je sais qu'il n'y a pas que l'âge. Admettre mon alcoolisme et le fait que je ne m'en sorte pas a été d'une difficulté immense. Je suis quelqu'un d'extrêmement solitaire et autonome, qui a réussi pas mal de chose à seule force de volonté. Et me retrouver impuissant face à moi-même a été une claque et une leçon d'humilité immense. J'espère vraiment m'en sortir, de cette addiction physique, mais je sais aussi qu'elle m'aura poussée à faire un énorme travail d'acceptation de moi bien plus vaste.

Une autre chose qui m'a choqué, c'est que depuis deux ans je partage ma vie avec une femme. Ayant vu mes parents mourir de leurs addictions, je m'étais promis de ne jamais être ainsi. Pour au final, faire exactement comme eux... Cela fut brutal, et douloureux, de voir ma petite amie s'inquiéter, puis essayer de me faire arrêter, avant de renoncer. J'ai aussi été choqué de voir comment il est facile de tromper ceux que l'on aime, même s'ils peuvent aussi en partie ne pas vouloir voir.

Je souhaite à toute le monde tout le courage possible pour se débarrasser de cette merde.
J'espère venir bientôt avec de bonnes nouvelles