

## TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

### CHEMINEMENT : COMMENT RESUMER SOBREMENT LA MALADIE ALCOOLIQUE

---

Par Profil supprimé Posté le 4/12/2014 à 18:05

AVALANCHE !

Au début l'alcool est un sédatif pansement  
Qui apaise et soulage le moindre tourment  
C'est un merveilleux médicament  
Sans ordonnance ni jugement  
Avec ce lubrifiant tout n'est que plaisir  
Et ce verre amical reste si facile à saisir  
Mais très vite l'accoutumance s'installe  
On ne boit plus dans les coupes en cristal  
Il en faut davantage pour avoir le même effet  
On tient la bouteille l'entraînement est parfait  
On se sent tout puissant on tutoie les sommets  
Puis vient déni et les mensonges qu'on commet  
Juste pour survivre sur le chemin de la décadence  
Les aspects psy puis physiques de la dépendance  
Qu'il faut taire pour sauvegarder les apparences  
Boire et reboire sa culpabilité sa honte ses souffrances  
Car déjà on a basculé sur l'autre versant dans l'ombre  
L'alcool se fait boule de neige aux heures sombres  
Puis dévale la pente en grossissant à mesure  
Atteignant beaucoup trop vite alors la démesure  
Dans le silence aucune alerte ne se déclenche  
La boule de neige se transforme en avalanche  
Il n'est plus temps de refaire le chemin à l'envers  
Déjà les ennuis sans attendre ont dressé le couvert  
Ne reste qu'un champ de ruines et un être brisé  
Meurtri avili qui du quartier se sait la risée

J'ai vécu l'avalanche je m'en suis sorti pourtant

Et je chemine dans l'abstinence depuis ce temps  
Car l'alcoolisme est une maladie et non une tare  
Cela se soigne on peut en sortir même sur le tard  
L'alcoolique est malade en souffrance en errance  
Il lui faut assistance pour quitter sa désespérance  
Associations et médecins bossent main dans la main  
Pour susciter des rémissions et d'heureux lendemains  
Accuser juger rejeter est bien facile  
Savoir entendre aider plus difficile  
Redonnons l'espoir et le bonheur d'une Vie Libre

La Mouche 13/05/2011