

JE DOIS RÉAGIR AVANT DE TOUT PERDRE

Par [Profil supprimé](#) Posté le 04/05/2015 à 14h08

Voilà, je me suis réveillé cette nuit avec une gueule de bois, j'étais dans le canapé et je ne me souviens pas de la soirée. Je me souviens avoir bu une bière chez ma belle mère (et une gorgée de porto, et une autre de Marie brizard et une autre de porto) en cachette. Un whisky chez moi quand je suis rentré. Puis plusieurs gorgées dans l'après midi en cachette. Puis je suis allé chercher des cigarettes et deux whisky au bistrot du village. Puis après trou noir. Sauf que j'ai insulté ma femme et ça fait deux fois en 15 jours que je me comporte comme un con. Il est temps que j'arrête donc je me suis inscrit ici. Est ce que je vais réussir à sauver mon couple? Est ce que je vais réussir à tenir?

5 RÉPONSES

[Profil supprimé](#) - 04/05/2015 à 16h34

Coucou Sam.

Mais oui, tu peux sauver ton couple !! tenir.... ca dépend de toi... mais il faut parfois plusieurs tentatives et surtout il faut se donner tous les moyens d'y arriver. Je pense que pour certaines personnes, la rechute est moins grave que le manque d'encadrement. Tu as déjà parlé avec ta femme de ton problème avec l'alcool ? ca fait longtemps que ca dure ?

[Profil supprimé](#) - 04/05/2015 à 19h21

Coucou KEUDJI, la femme est au courant oui, elle est en colère ce qui est normal donc pour le moment je n'en ai pas trop discuté avec elle. Mon souci dure depuis très longtemps en fait mais j'en ai pris conscience cette nuit et surtout ce matin. Je ne bois pas tout les jours mais quand je commence je ne peux pas m'arrêter.

[Profil supprimé](#) - 05/05/2015 à 11h49

Salut Sam,

oui je peux comprendre qu'elle soit en colère. tu as dû lui dire des horreurs dont tu ne te rappelles pas la moitié, mais elle, elle s'en souvient bien ... 😊

comme toi je buvais à l'excès, pas tous les jours mais parfois je débloquais et je buvais de façon frénétique... en cachette (à certains moments de la soirée) et quand Mrs Hyde apparaissait enfin j'en arrivais même à planter mes invités pour sortir dans un bar et/ou une boîte de nuit pour continuer à m'alcooliser et me faire griller le cerveau.... j'adorais cette sensation de toute puissance, d'énergie décuplée, de séduction à outrance. et comme le Dr Jekyll savait très bien qu'il allait se faire démolir verbalement le lendemain, Mrs Hyde lui disait d'en profiter encore plus... et j'en redemandais toujours jusqu'à ce que les sons et la lumière commencent à devenir très flous.... et que la cuvette des toilettes devienne alors ma seule alliée...

Mon ex copain m'a fait la morale plusieurs fois le lendemain de mes cuites, me disant que je l'avais chargé aussi (aucun souvenir bien entendu de mon côté..) que j'étais comme une tigresse enragée et que tout mon entourage, dans ces moments là, attendaient en silence que la crise se passe...

il m'a dit que j'avais un problème avec l'alcool. Mais je ne voulais pas en parler avec lui car en parler c'était avouer que j'étais dépendante et surtout "alcolo-boulémique" 😊 et que si je me confiais trop il risquait de prendre la décision à ma place "zéro alcool" donc j'évitais le sujet, ou alors je parlais avec lui de gens qui avaient un problème avec l'alcool, histoire de me sortir du lot ... bref, à ma xième cuite, il m'a quitté, en pleine nuit... (cela dit, il m'apportait d'autres soucis dont je n'avais pas besoin... donc le perdre était un mal pour un bien mais ca n'a rien à voir avec le schmilblick...)

Bref, tout ca pour te dire que si j'avais osé parler ca ne se serait pas fini comme ca ... (c'est tout de même la deuxième fois que je brise aussi brutalement une relation à cause de l'alcool et je ne compte pas le nombre de relations que j'ai gâchées).

ta femme est en colère car tu dérapes mais tu fais comme si le problème était passager, pire comme si c'était ta nature... donc elle doit penser que ca ne s'arrêtera jamais... entre alcooliques on peut comprendre ce que ressent l'autre, pourquoi il a rechuté de nouveau, pourquoi il est si mal le lendemain et pourquoi il souffre quand il essaie de résister mais les autres ne peuvent pas comprendre si on ne leur explique pas.

Il n'y a pas de honte à vouloir se soigner. Faute avouée est à moitié pardonnée...C'est ta femme, elle t'aime, veut te voir heureux et avoir avec toi une vie normale. Elle préférera que tu lui en parles plutôt que tu continues l'alcool. Si j'étais toi, je prendrai d'abord un rv dans un centre (un cspa je crois ?!) et une fois que tu te sens prêt pour te soigner, mets la dans la boucle... dis-lui que tu fais ca pour toi mais aussi pour elle parce que tu ne veux pas la perdre, que ca ne va pas être facile au quotidien (enfin dans ton cas c'est surtout en soirée...) mais que tu veux y arriver et que tu as besoin de son soutien. tu ne pourras pas te guérir sans lui en parler... On a peur de reconnaître notre problème, en se disant que tant qu'il n'est pas avoué il peut disparaître sans laisser de trace, mais les traces elles sont déjà là, nous on arrive à ne plus les voir au bout de quelques jours (et puis surtout on a oublié la moitié de notre soirée) mais l'autre il les voit sans cesse...

Profil supprimé - 05/05/2015 à 13h54

bjr, sam au moin ten a pris conscience (à temps) pas comme moi et meme si ta femme est dur , ecoute là moi, j'ai fais tous le contraire mais comme je l'ai dis auperravent , c'est quand on a tout que l'on est aveugle

j'ai ouvert les yeux (trop tard) et le retour à la normal sera plus dufficile si tu attend de plus en plus et je sais de koi je parles ici , ce site et certaines personnes mont beaucoup aider à franchir un palier je te souhaite idem pour toi

lolo56
cc à louann

Profil supprimé - 09/05/2015 à 09h41

Bonjour Sam,

Ben voilà, tout est dit.

Le mal prend souvent le dessus. Il est plus facile de faire (de se faire) du mal que du bien.

C'est une épreuve mais vous êtes 2. Ta femme peut te soutenir et être patiente mais je ne pense pas qu'elle comprenne une quelconque rechute. Seules les personnes qui vivent cet enfer sont au courant et savent combien il est difficile de dire "non" au 1er verre. D'où l'intérêt de ce site.

Mais je dois certainement parler pour moi, car j'ai lu des témoignages de personnes accros mais qui avaient tenu plusieurs jours sans toucher une goûte d'alcool. Alors pourquoi pas toi ?

Prendre conscience du bonheur qui nous entoure et faire en sorte de ne pas le perdre.

Bon courage.

PS : Keidji, tu m'as piqué ma comparaison. Mr Jekyll et Mr Hyde, c'est moi lol de lol
