

NOUVEL ESSAIE

Par **Profil supprimé** Posté le 20/04/2017 à 01h42

Je vais essayer, une nouvel fois, de faire face à mon addiction, seul. (Je met un point d'honneur à ne pas être aidé à l'aide de médicaments.)

Je ne supporte plus cette image que j'ai de moi, ce regard que pose ma conjointe, quand encore une fois, elle me vois ivre. Vous voyez ce regard ? Plein de pitié et de peine, ce regard désespéré, tiraillé entre l'amour et l'envie de fuir.

Je lui ai promis tellement de fois que je ne recommencerais pas, en vain, on sais pertinemment l'un comme l'autre que cette promesse n'est là que pour soulager, faire du bien, maintenant.

Ca fais aujourd'hui 18 mois que je consomme quotidiennement, 18 mois de l'assertion intellectuel, en ce promettant chaque matins de cesser, mais cette envie reviens toujours, toujours plus forte, dévastatrice. Ce sentiment de dégoût quand je me retrouve devant le rayon tant redouté pour acheter "ma dose" vous aussi vous ressentez ca ? L'envie de fuir, d'abandonner, mais aller savoir pourquoi, on ce trouve mille et une raison à ce moment là pour acheter cette bouteille qui nous a pourtant causé tant de mal. Cette étrange petite voix qui nous rappelle à quel point on se sent bien quand on est ivre, cette petite voix qui nous fais relativiser "c'est pas si grave" "j'arrêtera plus tard". A qu'on aime ce mentir ...

Ca fais aujourd'hui 48h que je n'ai pas consommé d'alcool, j'espère tenir, je vais tout faire pour.

Bon courage à toute les personnes qui sont dans mon cas.

2 RÉPONSES

Profil supprimé - 20/04/2017 à 11h58

Bonjour MagicRight,

Mon mari vit la même chose que vous depuis plusieurs jours (il est en hospitalisé), c'est dur mais il tient le coup et plutôt bien. Je suis fière de lui, impressionnée même.

Je ne connais pas l'avenir et ne sais pas comment se passera la suite mais je veux y croire.. Il existe beaucoup d'aide mais la volonté et l'amour sont pour les essentielles..

Tenez le coup, c'est un mauvais moment à passer, c'est dur on le sait tous mais vous êtes bien plus fort qu'une bouteille!

N'hésitez pas à parler avec votre conjointe, dites-lui ce que vous ressentez et avez sur le cœur, ça vous aidera et elle aussi.

Vous pouvez y arriver, je n'ai pas cette dépendance mais je veux croire en une vie meilleure, je veux croire en vous tous qui avait le courage et la force d'essayer.

Soyez fier de vous, 48 heures c'est le commencement..

Olivier 54150 - 20/04/2017 à 17h54

MagicRight

Avant tout Bravo. 48h c'est pas rien, j'imagine le bouleversement physique et psychologique que cela peut provoquer. Je l'ai vécu, à l'hôpital et sous valium, une souffrance brut pour moi. Impossible pour moi de rester 6h sans un verre, 24h aurait été un exploit, 48 un rêve. J'ai fait donc 10 jours de sevrage à l'hôpital et 5 semaines en cure dans les Alpes. C'était en 1998 et je suis sans une goutte d'alcool depuis. C'est bien ce que j'avais besoin.

Si vous pouvez 48h vous pouvez 72, une semaine, un mois, 10 ans... Il faut juste ne pas toucher au premier verre, car pour nous un verre c'est trop et 10 pas assez. Boire un seul verre ne veut rien dire pour nous.

Attention au piège de la confiance, en ne buvant rien 10 jours, un mois et de se dire: C'est bon ! Je maîtrise. L'éthanol est vraiment un truc vicelard, un piège neuronal.

Il n'y a bien sûr aucun déshonneur à se faire aider quelque soit la façon, n'hésitez pas, l'arrêt du poison implique des remises en question de toutes part, c'est une révolution personnelle.

Encore Bravo. Olivier

Bravo Mary de soutenir votre conjoint, n'hésitez pas en à vous renseigner sur la co-dépendance... bon courage à tous.