ALCOOL-INFO

FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

TÉMOIGNAGE

Par Profil supprimé Posté le 03/06/2017 à 13h29

Bonjour Forum,

Pour ne plus nier l'évidence. Ce que je ressent est comme une interminable descente, mais en pente douce, sournoise. Pendant des années j'ai (trop) consommé de boissons alcoolisées, le plus souvent à la faveur de moments festifs, puis quotidiennement à l'heure des repas que l'on veut réconfortants et auxquels on donne une couleur épicurienne pour se récompenser de je-ne-sais-pas-quoi parce qu'on-le-vaut-bien. En attendant la dépendance a pris ses quartiers chez moi et je vais avoir bien du mal à l'expulser. A la longue, ma bouteille de vin est devenue comme un additif que l'on ajoute au carburant pour battre des records. Sauf que de records à atteindre il n'y a plus que celui de l'isolement qui se présente. Plus les saisons passent, plus je me renferme en m'autorisant des pauses parce que j'en ai marre de faire de ce qu'on me dit et que je n'ai pas envie d'aller voir untel ou bouiguetel parce que la bienséance le commande. OK, pour moi ça sent un peu la vieille crise de la quarantaine-largement-passée, le reveil de la révolte molle des ambitions que l'on a cachées sous le tapis avec la poussière de ses convictions. Mais malheureusement ma dépendance à l'alcool dégrade mon jugement et amplifie mes réactions aux choses de la vie dans le mauvais sens du terme. Professionnellement et personnellement je me suis toujours battu pour devenir quelque chose et j'ai l'impression d'avoir dépensé tellement d'énergie pour y arriver que mon corps mérite une récompense … et ma récompense comme tu l'imagines tient dans 75 cl.
J'ai hérité par alliance de proches qui ont toujours vécu entourés de docteurs-du-cerveau et de pharmaciens complaisants, ma fille adolescente souffre de dépression à la suite de harcèlement scolaire, elle est suivie par des spécialistes choisis dont je ne saurai pas expliquer la méthode mais moi, son papa, je ne sais même pas lui donner de l'optimisme.
Tout ceci cumulé fait qu'aujourd'hui je n'ai plus de boussole

Merci de m'avoir lu, j'ai pris du plaisir à t'écrire Forum, ne m'oublies pas.

7 RÉPONSES

Profil supprimé - 06/06/2017 à 21h28

Deuxième jour à l'eau plate

Profil supprimé - 07/06/2017 à 10h14

Super Jack Sept,
Continu, et n'hésites pas à bien t'entourer;
Forums, AA, Médecins addictologues...
C'est une des clefs.
Courage.

Profil supprimé - 07/06/2017 à 12h51

Merci de ton soutien Momo

Profil supprimé - 12/06/2017 à 19h25

Huitième jour à l'eau plate, pourvu que ça dure

Profil supprimé - 13/06/2017 à 13h35

Bravo Jack, j'ai commencé hier ... 2 jours .. 2 ça parait peu mais pou moi c'est beaucoup ....

Profil supprimé - 14/06/2017 à 12h51

Super cholights, chaque jour est une victoire et tu peux en être fier, continues à t'accrocher et peu à peu tout ira en s'améliorant. Au plaisir de te lire

Profil supprimé - 22/06/2017 à 10h29

17° jour d'abstinence, sans médoc ni médecin, juste avec vous à travers du Forum et quelques grammes de millepertuis (génère de l'endorphine, une aide en cas d'état dépressif). Les 3 premiers jours sont bizarres mais depuis j'ai retrouvé un super sommeil (un aspect délicat chez moi). Rien n'est gagné si ce n'est que de se sentir en meilleure forme, mais juste ça ça vaut le coup. Courage à tous.