

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

### LÂCHER PRISE UNE BONNE FOIS ?

---

Par [Azalea](#) Posté le 26/09/2018 à 21h43

On s'est fait trop de mal... Autant lui que moi... Mais c'est le quotidien dans un couple où l'alcoolisme est présent j'ai l'impression.

Il souffre trop, il est mal dans sa peau, c'est terrible et son alcoolisme n'arrange rien.

Trop de disputes se sont passées ...

Je l'aime mais je sens et sais que je dois lâché prise.

Mais j'arrive pas.

Je suis perdue, je refuse de le laisser partir même si on est plus officiellement "ensemble", j'ai trop mal...

On s'est quitté sans vraiment se quitter...

L'amour fait trop de mal !

Il me fait trop de mal !

Que faire ?

Je suis si faible...

### 4 RÉPONSES

---

[Azalea](#) - 30/09/2018 à 10h15

J'ai de plus en plus de mal à gérer mes colères contre lui...

J'en viens à voir le mal partout même au sein de ses proches !

Je sais qu'il m'aime, mais hormis mes ami(e)s j'ai l'impression que sa famille ne me soutient pas...

Alors je me suis mise en tête qu'on ne m'aimait pas.

Et donc, je ressens de la colère au plus profond de moi, contre ses proches et contre lui j'évacue ça donc, encore plus quand je sais qu'il a bu ou qu'il s'apprête à faire soirée... Même posément...

---

[Profil supprimé](#) - 24/04/2019 à 10h03

Bonjour Azalea,  
je voulais savoir si depuis septembre la situation s'était arrangée? Je me suis retrouvée dans ton histoire: mon ami est mal dans sa peau, avec beaucoup de doutes et il se réfugie dans l'alcool. Et j'étais devenue son défouloir sous alcool: insultes, paranoïa... Tout était de ma faute. J'ai pardonné car je l'aimais. Il y avait aussi beaucoup de colère en moi, du coup j'ai fait beaucoup de crise. Mais le mois d'avril a été tellement compliqué qu'il a décidé de quitter notre appartement. Pareil je refuse de le laisser partir car on a des sentiments mais l'alcool modifie tout. J'ai décidé d'aller voir un hypnothérapeute pour lâcher prise. Je panique car au 1er mai je serai seul dans l'appartement. Comme toi, j'ai évoqué cela avec ses parents et ils ont juste passé un "pacte" avec lui. Sauf que dès le soir, mon ami avait déjà rebu des bières.

Bon courage

---

[Québécoise](#) - 24/04/2019 à 12h39

Allo bloublou

Est-ce qu'il a signé pour un autre appart ou autre . Ca m'etinnerais qu'il parte , c'est tres rate que c'est l'acoolique qui part. Aussi etrange que cela puisse paraitre nous sommes leur repere , dans un nean .

Je vous comprend d'exploser , je sais que de ne rien dire c'est etouffant . Prc qu'il sait exactement quoi dire directement ou subtilement pour faire monté la Colere .

---

C'est la qu'il reussis a passer pour qqun de sains d'esprit . Qd on devient hystérique . Il ne faut pas combattre ses jugements ses accusations c'est du délire . Je sais que c'est dur. Mais c'est le début pour éviter les disputes . Prc c'est pas lui qui va le faire il est complètement gelé par l'alcool ou en manque. Ça ne paraît pas prc il a l'air ok . Mais c'est vrai . Je sors je vais faire des courses , marcher , j'appelle une amie . J'essaie de revenir bien en dedans. De ne pas me noyer dans ses délires.

Après en plus il me dit parfois , j'ai pas dit ça HHHHaahah. Avant ça m'enragait . Maintenant , je dis c'est bon ..... la façon dont il bouge en disant , tu ne sais pas ça, est diminuante, comme si j'étais stupide. Je me retourne je prend mon cel , je sors je vais prendre une marche et j'appelle une amie. J'écoute de la musique. C'est du délire ! C'est dur mais faut jouer la comédie , Okok , c'est ok et changer de pièce. Il sont en délire.

Bonne chance  
X

---

**Azalea - 24/04/2019 à 20h04**

Bonsoir Bloublou, et Québécoise,

j'ai écrit un sujet où je donne de mes nouvelles... Prenez soin de vous, c'est important!

---