TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

LA CHAMPIONNE DU DÉNI

Par Profil supprimé Posté le 10/07/2019 à 17:42

Je m'appelle Murielle, j'ai aujourd'hui 49 ans, je suis abstinente depuis 6 mois et heureuse de l'être.

Tout à commencé par une soirée entre étudiantes, j'avais 20 ans. Nous avons acheté des bouteilles de mousseux à 6 francs et une bouteille de vodka. Au bout de 3 verres nous étions saoules. Tout était encore normal.

Les soirées étudiantes ont continué, plus d'alcool, mais qu'en soirées, plus d'assurance donc de succès.

J'ai commencé à travaillé, et j'ai pris un appartement, un ou 2 petit whisky le soir, cela détend. Les samedi soirs eux étaient très arrosés.

J'ai rencontré mon premier mari. Nous prenions toujours l'apéro le soir, 2 voir 3 whiskys le soir et du rosé à table.

Les samedi soirs toujours très arrosés.

J'ai arrêté le temps de ma grossesse, et j'ai repris de plus belle après les naissance de mes jumeaux.

Toute occasion était bonne pour boire.

Les devoirs des enfants, c'était pénible car cela retardait l'heure de l'apéro.

Mon travail était très stressant, cela me donnait une excuse.

Je me rendais compte que ma consommation était excessive, mais j'étais tellement stressée, que je n'avais pas l'envie ni la force de la modérer.

Cela a duré 14 ans, j'ai changé de travail, je m'ennuyait avec le père de mes enfants.

J'ai rencontré un homme. Un homme de caractère, chef d'entreprise, classe, et qui buvait tout à fait normalement.

Je suis tombée follement amoureuse de lui et une petite voix me disait qu'avec lui j'allais raisonner ma consommation.

Nous nous sommes mariés, mais même si j'étais toujours follement amoureuse, cet homme avait besoin de tout contrôler, surtout moi. C'est totalement incompatible avec ma nature profonde. Je me suis donc réfugiée dans l'alcool. J'ai commencé à boire seule, à cacher des bouteilles. Nous étions un couple très social, nous recevions beaucoup et étions très souvent invités. Je buvais beaucoup à chaque fois, j'ai commencé à avoir des trous noirs et les reproches ont été très rapprochés.

Quand j'étais complètement bourrée, et qu'il me le reprochait, je partais dans des colères où je lui disais tout ce que j'avais sur le coeur. Le seul soucis c'est que le matin je me réveillais avec la sensation d'un malaise mais je ne me souvenais de rien. J'avais parfois des déplacements à faire, j'adorais cela, car cela me permettait d'acheter des bouteilles et de les boire tranquillement dans ma chambre d'hotel. Le matin, complètement groggy j'allais travailler, je ne sais pas quelle haleine j'avais.

Cela a duré plus de 10 ans. J'étais de plus en plus mal dans mon couple. Je buvais de plus en plus, j'avais des trous noirs pratiquement à chaque fois.

Le dernier 1er janvier passé avec lui, je crois que je n'ai pas dessoûlé du weekend.

15 jours après, après une énième cuite, je lui ai annoncé que je le quittais. Ma vision de mon avenir, était d'être seule dans ma maison et de pouvoir enfin boire comme je voulais.

J'ai déménagé 2 semaines plus tard. J'ai bu tout le 1er weekend, j'ai aussi eu un trou noir.

Le Mardi d'après, nous avons eu une énième dispute, où il m'a dit (et ce n'était pas la première fois) que le problème entre nous était l'alcool.

Et là, cette fois là, j'ai eu l'impression d'avoir reçue, un douche, que le rideau s'est levé, que j'ai été frappée par la foudre, et je me suis dit mais oui tu es alcoolique, tu es en train de te détruire, tu es dans le déni. j'ai revu toute les situations où j'avais trop bu, tous mes comportements uniquement conduits par la soif.

Alors j'ai lu tous les témoignages que j'ai pu trouver sur le web, tous les articles, j'ai fait tous les tests, et oui c'était ça.

J'ai appelé les AA, j'ai bu mon dernier verre. Je suis allée à la première réunion 2 jours après.

C'était un 6 février, cela fait maintenant 5 mois. Je n'ai plus retouché un verre d'alcool. Moi qui suis très sociale, je ne suis plus sortie pendant 2 mois. j'ai eu la chance d'avoir des amis qui m'ont soutenu et félicitée.

Maintenant, je ressors, je fais la fête sans alcool et je me sens bien.

J'apprend à me lâcher sans alcool. Je me souviens de tout. J'ai la tête fraîche tous les matins. Mon teint est redevenu beau, je n'ai honte de rien. Je suis toujours célibataire, car j'ai enfin compris que cet homme n'était pas fait pour moi. Il ne m'a en aucune façon soutenue et est presque déçu de mon abstinence. Il n'a plus aucun contrôle et plus rien à me reprocher.

Le chemin est encore long, mais la vie est tellement belle sans alcool.

Je suis alcoolique, je le sais, un verre ne suffira jamais. Donc je ne le prend pas