

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

### JE SUIS SUR LE POINT DE QUITTER MON MARI

---

Par **lithie** Posté le 30/09/2019 à 12h47

Trop c'est trop !

Je n'en peu plus! mon passé est mon présent .

Mon rôle toujours le même et je n'est plus la force de combattre ce "ce fléau " comme beaucoup d'entre nous je l'ai affronté même si ce n'est pas mon combat et aujourd'hui je suis épuisée, perdue, agacée etc ..

J'en suis là , j'ai une décision à prendre partir ou rester ..

Je ne sais plus ?l'amour s'éteint au fil "du combat "que dois-je faire ?

Merci

### 10 RÉPONSES

---

**link** - 03/10/2019 à 00h07

Bonsoir, lithie

Je pense que cela doit être très dur à vivre

Mais la séparation est quelquefois indispensable si tu veux vivre une autre Vie...

Car l'alcool c'est vraiment l'enfer et plus fort que l'amour

C'est comme ça on peut rien faire

Crois moi

Cela a été l'enfer à ec mon épouse alcoolique et moi comme co dépendant

Mais je men suis sorti grâce au chapeau de ma ville cela fait 3 mois que je ne consomme plus d'alcool

C'est une autre vie je revis bien que j'ai pris la decision de divorcer

Tant pis pour l'argent mais vie à la vie la belle vie, enfin

Bon courage

Eric

**JCC** - 04/10/2019 à 09h21

Aucun conseil à donner car c'est trop compliqué. Mias je suis dans la même situation avec ma compagne et je suis de tout cœur avec vous. C'est un cauchemar de vivre avec une alcoolique. Et je l'aime tellement que ça me déchire terriblement

**lithie** - 09/10/2019 à 11h59

Bonjour

Merci,pour votre soutien et vos témoignages cela me touche vraiment !

J'ai décidé de lui laisser une dernière chance mais sans grande conviction....

Il veut s'en sortir seul pas en arrêtant mais en diminuant sa consommation deux verres le week end par repas.il ma promis de ne plus boire en semaine mais j'ai fait dès marquage sur la bouteille et je lui ai dit que j'avais vu qu'il avait bu hier...

Il me dit non non et je lui dit je sais que oui j'ai marqué ta bouteille et tu avais dit pas d'alcool en semaine .

Il dit que non et me dit à bah! D'accord tu marque les bouteilles .

Ensuite avant de dormir,il me dit en faite j'ai pris un verre hier car j'ai passé une mauvaise journée .

Aidez-moi conseillez moi je fais quoi, j'ai l'impression qu'il me prend pour une imbécile , surtout qu'il vient tout juste de me promettre de respecter son engagement !?

**Québécoise** - 09/10/2019 à 12h27

Bonjour lithie

Pas facile d'aimer un alcoolique , je te comprend . Moi aussi j'essai encore parfois de mettre de regle sur ca consommation, sans grand succes , en general. Et comme toi , il m'arrive de dire que je n'en peu plus, de cette ivresse reguliere , que j'aimerais etre avec le vrai lui ;(

C'est temporaire s'il diminue , l'alcoolisme est degeneratif, seulement 1% reussisse a reboire normalement et j'en ai pas entendu , lu ou connu .

Comme toi j'y crois parfois et sans en prend de l'espoir . Moi aussi il pense qu'il va arreter seul qd il va le decider . Tout est possible ! En entendant faut qu'on continue de se faire plus de bien pour compenser . Que ferais-tu si tu aimais qqun qui a la distrophie de l'epilepsie ou autre maladie degenerative qui se manifeste par vague temporaire et qu'il refuse les traitements. C'est un peu ca ...

Courage informe toi

X

---

### **JCC - 09/10/2019 à 12h56**

Au moins la mienne est allée à une première réunion de AA. C'est pas gagné mais c'est un vrai pas en avant. Pas sûr qu'il soit possible de s'en sortir seul. Et les promesses vides ça fait mal  
Bon courage

---

### **Québécoise - 09/10/2019 à 14h07**

En reponse a ton questionnement , par rapport a mon experience.

Il ne te prend pas pour une imbecile , il est dependant. Son cerveau et tout son corps a l'engrenage de pensé que ca prend ca pour etre zen .

Toutes les excuses sont bonnes pour ne pas confronter le mal que l'arret complet lui provoque , prc qu'il est p-e hyper-sensible et ressent tres fort les choses et qu'on ne lui a pas appris a gerer ca . L'alcool amortie , ca lui fait du bien , ils s'auto-medicamente . C'wst des hommes fier qui ne veulent pas paraitre vulnérable et vu que l'alcool n'est pas controler ca degenere. .... comme tu le sais

C'est pas contre toi , ni contre moi , ils sont dependant. Ouf en meme temps , que je l'ecris , ca rentre .

J'espere que ca t'aide un peu , la connaissance aide a rationaliser , et il faut decider ou non de l'accepter et prendre des moyen pour vivre avec ou sans .

C'est un choix

X

---

### **Québécoise - 09/10/2019 à 16h16**

JCC c'est le temps de faire du gros renforcement positif , chanceux , je vous souhaite du succes !

X

---

### **link - 11/10/2019 à 00h07**

Bonsoir à tous et bon courage

Je reviens un peu sur le fait que d'essayer de maîtriser sa consommation est très très difficile je ne sais pas si beaucoup de Personnes y sont arrivées ...

Il faut n'être pas dans le déni l'alcol

Pour certains est une drogue dure et le seul moyen de s'en délivrer est l'abstinence comme si on était atteint d'une

Maladie avec traitement à vie pas de traitement de substitution à par l'abstinence c'est dur mais c'est comme ça

Même mon médecin l'a reconnu

Je pense à jcc c'est déjà une bonne chose la démarche de sa compagne auprès des aa

Mais il diront la même chose que moi et ils diront qu'il y a une vie une vraie sans l'alcool

Quant à toi lithie fais encore confiance pour qu'il limite sa conso mais franchement je n'y crois

Pas prends soi de toi et protège toi même si cela implique la séparation fais attention l'alcool c'est l'enfer

Je l'ai vécu pendant près de 20 ans y compris violences et j'en passe il faut te protéger et dire oui à une autre vie tu as droit au bonheur...

Bise bon courage

---

### **lithie - 26/10/2020 à 12h33**

Coucou à tous voici mon bilan après un an, dégouté la situation n'a pas changé ,samedi dernier a été le coup « poignard dans mon cœur « il m'a insulté devant mes enfants et eux aussi ...Pleins de choses méchantes en prime .Je lui ai dit que c'était terminé et il m'a dit que c'était moi qui m'étais insulté toute seule. Le lendemain il a fait le ménage ,vaisselle alors que ce n'est jamais le cas et un cadeau et il s'excuse.

Je lui ai dit il ne fallait pas mais que nous allons parlés mais j'ai procédé comme cela je lui ai écrit ceci :Je suis trop choquée et bloquer pour te dire tout ce que j'ai à te dire demain , je dois le faire ce soir et cela n'empêche pas d'en reparler demain ...Quand je t'ai rencontré tu connaissais tout de moi ma vie les souffrances que j'ai enduré et les besoins .J'ai cru en toi et tu n'étais pas comme aujourd'hui, tu as changé .Nous nous sommes mariés et tu m'as fait des promesses .

je suis choquée par la façons dont tu m'as parlé samedi et les insultes que tu m'as lancé en pleine figure .L'alcool en ai la raison et malheureusement ce n'est pas la première fois et je pense ni la dernière fois car malheureusement tu ne tiens pas tes promesses...Juillet 2019 le baptême des petits d'lsa et yo ou j'ai été choquée par tes propos et tes empoignades qui ont laissés des bleues etc Il y a eut le 07/09/2019 les insultes ta viré dans mon dos en boîte et l'appel de l'hôpital à 07h le lendemain qui m'annonce que tu es chez eux car tu as été retrouvé inconscient près de la discothèque dans état ...Très alcoolisé bagarres et compagnie la honte ! La honte de me dire que je suis la femme de ce déchet qui est attaché sur le brancard .Quand l'infirmière me donne ton sac avec tes vêtements dans un état

pitoyable pleins de tous ..Et là j'imagine l'infirmière t'enlever tes loques pleins et merde, de pisse et gerbe ...Cette fois tu avais, déjà été trop loin et tu m'avais demandé de te pardonner et avec ta promesse de ne plus boire... tu m'avais finalement convaincu et j'ai dû chercher au plus profond de moi même s'il me restait de la force et des sentiments afin de te laisser une chance et je ne sais même pas comment ,j'ai pu croire cela ,quand on regarde aujourd'hui que finalement tu n'as pas tenue ta promesse.

Toutes ces situations violentes que j'ai subis, je ne les mérites pas .En plus la plupart du temps, tu es dans le dénie et tu refuse de comprendre et de voir que je m'épuise à t'aider et là je suis arrivée au bout de mes limites et aujourd'hui je n'arrive plus à pleurer .David je n'en peux plus et je t'en veux car tu as réussi à me prendre et m'arracher mon cœur pour le détruire à petit feu . je n'arrive même pas à t'en parler car j'ai la sensation d'étouffer .

Maintenant je veux rester en bon terme pour nos enfants qui eux ne méritent pas souffrir pour nous et nos erreurs .

Voilà ce que je devais te dire et que je n'arrivais pas à te dire c'est derniers jours .

En réponse j'ai eu je fais des efforts et c'est dommage .J'ai confirmé mon écrit mais je pense qu'il n'a pas compris .L'ambiance est bizarre et j'ai peur d'amorcer la suite et il fait comme si de rien notre distance n'a pas l'air de l'atteindre...

---

**JCC - 26/10/2020 à 17h30**

Bonne nouvelle à partager. Au bout d'un an je constate que ma compagne n'a pas replongé dans l'alcool. Depuis un an abstinence totale avec au début des réunions AA régulières. Conséquence directe: les sautes d'humeur ont quasiment disparues, et nous avons beaucoup de bons moments. Si elle n'avait pas décidé d'arrêter de boire et de se faire aider (par AA), j'aurais stoppé notre relation. J'espère que ça va durer comme ça!

---