

UNE VOIX QUI SE LÈVE

Par [Elma](#) Posté le 01/02/2021 à 18h02

Voilà...

Nous nous retrouvons ici, nous les "proches" qui subissons l'alcoolisme de l'autre, honteusement cachés derrière des pseudonymes pour soulager notre lourde peine en racontant plus ou moins la même histoire, chacun avec ses détails, chacun avec le poids de ce drame qui nous touche en plein cœur. Nous souffrons des dégâts que ce breuvage toxique entraîne, boisson perfide parfois moins chère qu'une bonne baguette de pain et si facilement accessible, si profondément ancrée dans nos racines, dans notre société...

Que venons-nous chercher ici, si ce n'est une oreille, une épaule pour poser notre esprit le temps d'une écriture, le temps d'une lecture et laisser nos larmes couler, comme coule l'alcool dans la gorge de celui ou celle que nous aimons, qui s'auto-détruit et entraîne dans sa chute, la femme-le mari et forcément les enfants. Comme si la vie n'était pas assez compliquée pour qu'il faille en rajouter par dessus le marché...

Je subis l'alcoolisme de mon mari depuis plus de 15 ans maintenant, pour 23 ans de vie commune. J'ai tout essayé afin de le soutenir et l'aider, mais en vain. Je l'ai même quitté plus de 6 mois, je l'ai même haï si fort par moments, que je lui souhaitais la mort pour que cette torture qu'il nous inflige s'arrête enfin, j'ai même déclenché un cancer avant mes 40 ans en sachant que le stress engendré n'a fait qu'accélérer l'échéance génétique qui pointait indubitablement le bout de son nez...

Chaque fois qu'il décide de s'alcooliser, de faire passer son plaisir, son désir avant le bien-être et la protection de sa famille, l'angoisse monte en chacun d'entre nous. Les enfants, de jeunes adultes maintenant, le fuient en s'enfermant dans leurs chambres et moi je sais que je vais le regarder se transformer en un monstre que je ne supporte plus de voir, de sentir et d'entendre. Ce démon qui s'empare de mon mari d'habitude si gentil, tellement attentionné et intelligent, le rendant agressif, explosif, violent, fou, incompréhensible, irraisonnable et ce, pour la moindre petite contrariété souvent affabulée, mettant même le monde qui l'entoure en danger. Deux nuits passées à la case prison ne lui aurait pas suffi non plus à comprendre la leçon.

J'ai de la chance parce qu'il ne me frappe pas, mais chaque fois qu'il se met dans tous ses états, je me dis qu'il pourrait très bien passer à l'acte et au final, je me demande si je n'attends pas, plus que cela, pour avoir enfin la bonne raison de partir, attendre la goutte d'eau qui fera déborder mon vase déjà tellement fissuré et recollé de si nombreuses fois. Parce que voyez-vous, ma plus grande peine est de l'aimer. Si je pouvais ne pas l'aimer à ce point lorsqu'il est sobre, je me serais libérée de ce monstre inintelligible qui me fait si honte, qui me fait si mal dans ses mots et actes, qui piétine l'amour comme le respect que j'ai pour lui et semble croire que rien ne pourrait l'arrêter. Je suis fatiguée de ses caprices, de voir que tout son entourage de travail est aussi piqué que lui et semble trouver cela marrant, mangeant ensemble chaque midi, en apportant bières en tous genres, nommant cela d'un petit surnom ridicule "sucettes" comme si cela rendait la chose plus attrayante encore, tellement innocente. C'est pitoyable... Je suis fatiguée de l'entendre rire de son alcoolisme ouvertement devant les autres et se vanter même d'assumer l'être, puis d'entendre ses promesses lorsque nous sommes seuls, le voir tout mielleux le lendemain d'une soirée alcoolisée et forcément gâchée, pour tenter de se faire pardonner mais recommencer de plus belle, lorsqu'à peine le vendredi est entamé. Parce que s'il s'est octroyé la possibilité de boire le week-end, sachez que le vendredi passé midi est déjà le début du week-end et qu'il est facile de se dire que toutes les bières consommées en semaine, ne compte pas ou bien que les 5 jours sans alcool de la dernière grosse crise, a été un exploit sur lequel se poser comme le plus grand des conquérants victorieux.

A l'heure où certains croient encore au père Noël, moi je ne crois plus en mon mari, sur ce sujet précis notons-le. Puisque tout le monde s'accorde à dire que l'alcoolisme est une maladie, alors entendez bien que subir une véritable maladie, n'est pas l'affaire d'un « bon plaisir social » qui devient doucement une prison à cause de l'abus. Les alcooliques le sont devenus parce qu'ils ont consommés encore et encore, de plus en plus en toute conscience. On entre dans l'alcoolisme, on s'y enfonce, j'en suis témoin direct car je l'ai vu de mes yeux sur mon bien aimé.

En toute conscience, ils savaient ce qu'ils risquaient chaque fois qu'ils ouvraient une bouteille, chaque fois qu'ils achetaient cette drogue, chaque matin en se levant d'une cuite. Non, on ne devient pas alcoolique comme on devient cancéreux et il serait temps de cesser de faire passer cela pour une maladie car c'est les rendre victimes d'un sort qu'ils ont eux-même créés, par cette consommation excessive. Je ne suis pas d'accord de déresponsabiliser les alcooliques, car nous les victimisons, nous les infantilisons et leur donnons une raison supplémentaire de se laisser bercer de cette lascive illusion, celle de ne rien pouvoir maîtriser, celle de manquer de volonté. Car rappelez-vous au nom de tous ceux qui s'en sont sortis, que cela est une question de décision propre à soi. C'est un choix. Ainsi, la maladie n'est pas le bon prétexte, navrée. Trouvez autre chose car cela ne convient pas à la situation, ni au cadre de ce problème qu'est l'alcoolisme.

Oui, je suis en colère contre lui, contre le monde qui l'entoure, triste de regarder un foyer aimant et enfin en bonne santé, se faire piétiner pour son bon plaisir de l'ivresse, pour que lui se sente mieux parce qu'il aime être dans cet état, lui, seulement lui et ce, ouvertement au détriment des autres, car il sait fort bien ce que cela nous fait à nous, ses proches. Il dit nous aimer, mais je crois qu'il s'aime lui-même bien plus encore et que cette violence qu'il déclenche par tous les moyens, n'est que la conséquence de nos regards sur son reflet décrépit, sur son égo qui ne se reconnaît plus mais qui s' imagine être tout puissant et libre de tout faire sans conséquences, seulement parce que le lendemain il sera une fois de plus pardonné.

Je rage de cet égoïsme, car c'est bien de l'égoïsme. Puisque je ne veux plus discuter avec lui lorsqu'il est ivre, il sort alors avec son paquet de cigarettes et sa bière à l'alcool fort, bien entendu, prend son téléphone et va s'enfermer dans sa bulle pour appeler tout son répertoire et pouvoir ainsi déverser sans gêne, tout ce dont il a besoin de raconter à qui veut bien l'entendre. Combien de personnes m'ont reprochées d'avoir été appelées par mon mari ivre ? Blâme pour moi, sa femme, qui devrait savoir et pouvoir le "raisonner". Nous, qui sommes ici pour témoigner et partager notre douleur, nous savons combien il est imprudent même, de vouloir raisonner une personne ivre, puis raisonner celui qui sobre, entend d'une oreille, promet de sa bouche, mais n'a l'intention derrière que de continuer à

trouver tous les subterfuges pour consommer toujours et encore. Juste deux bières, juste trois, juste plus, toujours plus avant le soir qui dérape et le manège recommence, de sa musique qui rend fous ceux qui sont autour et qui l'entendent inlassablement dans une boucle sans fin.

Il n'y a qu'un mot qui s'associe à l'alcool et nous ne le dirons jamais assez : Violence. Violence du verbe, du mot, violence physique, mentale, tout est permis pour le démon de l'alcoolisme. C'est un fléau, la drogue la plus dure et la plus accessible. Dans quel monde vit-on ? Que fait la société ? Nous sommes seuls face à cela car chacun pour soi et Dieu pour tous, n'est ce pas...

Je n'attends pas forcément de réponse de votre part, mais je vous remercie de m'avoir lu jusqu'à cette ligne. Je vous souhaite à tous de réussir à battre ce monstre, de réunir toute la force possible pour ne pas sombrer dans cette déchéance et d'avoir assez d'amour et de compassion, pour aider ceux que nous aimons à vaincre leurs propres démons. Protégez-vous avant tout.

15 RÉPONSES

Profil supprimé - 01/02/2021 à 23h33

Elma,

Ton message est fort, clair, lucide....Merci du fond du cœur de l'avoir écrit, fort bien d'ailleurs, je l'ai lu jusqu'au bout.

Je te remercie car bien souvent sous couvert de savoir que l'alcoolisme est classé comme une maladie on en oublie les dommages collatéraux et nous les conjoints en faisons partie et personne ne se soucie ou si peu de la casse occasionnée chez nous.

Je pense même que nous souffrons plus qu'eux car nous assistons à la longue descente aux enfers de notre couple, de notre famille et nous nous sommes lucides et pas sous stupéfiants.

J'ai de la peine de voir moi aussi, que tout cela en France ou ailleurs est classée dans la rubrique fait divers, car l'alcool est en vente libre, combien de familles brisées par ce fléau mais comme le bon vin fait partie de notre culture épicurienne on ferme les yeux, facilement, les lobbys sont tellement forts.....

Je me bats moi aussi pour me sauver, mon mari que je connais depuis 32 ans est en train de sombrer après plus de 15 ans d'alcoolisme chronique, je me bats pour sauver ma fille de 17 ans pour qu'elle ait un avenir heureux loin de ce marasme (elle déteste l'alcool, peut-être parce que elle en voit les dégâts sur son Papa).

Mon dieu comme tu l'as dit de devoir assister à cette déchéance.;

Plein de Courage pour toutes et tous et Merci encore pour ce si beau texte qui résume bien l'enfer de l'entourage.

Je te souhaite Elma une lumière au bout du tunnel comme je la souhaite à toutes et tous ici.

Ninne - 01/02/2021 à 23h44

Comme votre message me touche.. Me transperce.. Magnifiquement écrit bien que désespéré..

Je vivais la même chose.. Les disputes.. Les provocations.. Puis les coups.. Les dettes.. Sa faillite..

Je suis tombée malade.. J'ai travaillé avec des fractures.. Opérée d'une prothèse cervicale..trop de poids sur nos épaules.. Elles craquent un jour..

Et je suis partie le soir de son anniversaire.. Voilà 5 mois.. La scène de trop.. Le regard de mes fils.. Je ne peux pas me résoudre à leur faire subir ça éternellement.. Donc presque 30 ans de vie commune chassées par cet alcool triomphant..

Je me sentrais toujours coupable de l'avoir lâché.. J'espérais le fameux électrochoc qui n'est jamais arrivé.. Je veillerai toujours sur lui mais à distance... Il faut penser à vous et vous projeter dans dix ans.. Si il ne veut pas aller mieux vous ne pouvez rien faire..

Courage et vivez la vie que vous méritez..

Stephsanslui - 02/02/2021 à 00h22

Bonjour,

Quel texte, quels mots/maux. Il transperce mon esprit, c'est comme si vous lisiez en moi...

Je vais faire court, moi j'ai décidé de partir, à cause de l'alcool et des mensonges associés. Nous cohabitons jusqu'à rendre la maison début mars. L'objet de notre rupture s'est déjà transformé. Pour lui, on se quitte par amour, car on n'est pas sur la même longueur d'onde, qu'on se dispute trop, qu'on ne se comprend plus, et que se quitter préserverait l'amour et l'innocence qui restent encore entre nous. Mais moi je sais que c'est faux, et que c'est une bien jolie façon de transformer la réalité et de, se mentir à lui même.

Il avait pourtant décidé de se retrouver, de se faire aider, même sans moi, même après la rupture, pour lui, pour se sauver et peut être un peu pour moi et le retrouver. Pourtant la décision de la séparation a été prise le 7 décembre. Et depuis, une cuite par semaine....

C'est triste, si triste de le voir se détruire. Mais je ne dis plus rien. C'était son problème avant, son combat, c'est d'autant plus vrai aujourd'hui... Alors je continue de le regarder se détruire, faire des erreurs, sans rien dire, en espérant qu'un jour il cessera de se mentir. Sa famille et ses amis qui lui sont d'un grand soutien depuis notre rupture le raisonne en lui disant qu'il vaut mieux se séparer quand on ne s'entend plus et qui l'aide à avaler la pillule à coup de grand verre de whisky...

Comment pourra t il changer dans ces conditions? Comment pourra t il ne pas s'enfoncer encore plus quand les seuls points de repère qui lui restent ont le levé de coude aussi facile que lui ?

Alors la prière de l'alcoolique raisonne en moi : mon dieu donner moi la force d'accepter ce que je ne peux changer, le courage de changer celles que je peux et la sagesse de faire la différence entre les deux..

Je pars, c'est décidé, les cartons sont faits, on fait chambre à part, je le laisse avec son entourage toxique, sa boisson toxique et ses démons... Mais ça fait si mal...

Je vous souhaite tout le courage du monde pour endurer ce que vous endurer.

Amicalement,
S.

link - 02/02/2021 à 00h45

Merci, pour ce très beau texte sur les ravages de l'alcool, Emma.

MÊME si j'ai envi de dire qu'il est des plus classiques. ...

Beaucoup de gens se reconnaîtrons. ..

Mais, même si cela a un coup, il faut penser à soi, à ses enfants et sauver sa peau, la vie ce n'est supporter toujours l'insupportable, Un <<Assomoir>> on a tous le droit au bonheur...

Quii suis moi pour te dire tout ça ?

Quelqu'un qui a fait ménage a trois pendant 21ans, mon épouse, mousseux ,bière et moi-même

Tout a explose en juin 2019,avec l'arrêt de l'enfer de l'alcool pour moi, grâce au csapa

J'ai plus grand chose, mais qu'elle richesse de vie de vivre sans alcool, c'est possible on peut y arriver

Mon ex épouse continue d'être enchainée a ses 3 bouteilles de mousseux /jour

J'ai quitté cet enfer et pour rien au monde je voudrais y retourner. ?.

Courage a toi prends les bonnes décisions, <<la vie court pendant qu'on la remet à plus tard>>

Eric

Claire - 02/02/2021 à 00h50

Bonsoir Elma,

Merci...merci d'avoir mis des mots sur la colère qui m'anime souvent.

Quelques fois j'ai l'impression de ne plus savoir pleurer tellement j'ai appris à contrôler mes émotions mais en vous lisant, les larmes me sont montées.

Trop de choses à raconter alors tout se mélange dans ma tête ce soir mais je tenais à vous répondre pour vous apporter tout mon soutien qui ne vous sera, malheureusement, pas d'une grande utilité.

Merci pour votre récit si juste.

Claire

Profil supprimé - 02/02/2021 à 03h54

Bonsoir Madame, et je merci de ce texte d'une justesse incroyable.

En vous lisant, j'ai lu mon mari, parce que lui est à votre place et moi à celle de votre mari.

Simplement contrairement à lui je ne suis absolument pas fière de mon problème, je n'ai pas d'entourage que ça fait rire.

Je voulais juste vous répondre pour vous dire que oui ce n'est pas la même chose qu'un cancer, mais c'est réellement sournois et tellement incidieux, que ça nous rend malade. Dans le sens où on veut bien l'entendre évidemment. Je ne savais au rythme de mes consommations que ça finirais par être plus fort que moi, sinon je ne l'aurais jamais fais.

Je vous souhaite tout le courage du monde, et merci à des gens comme vous de nous aimer malgré tout, alors que ça vous en coûte.

Elma - 04/02/2021 à 21h38

Avant de répondre à chacun(e) d'entre vous, je tenais à tous(es) vous remercier d'avoir pris le temps de me lire et de m'écrire. J'en suis très touchée, merci beaucoup...

SurUnFil

Merci à toi de m'avoir lue jusqu'au bout, c'est important de se sentir écoutée et comprise, même s'il faut malheureusement se retrouver entre blessés d'une même guerre, pour avoir la force de montrer nos cicatrices et plaies encore béantes. Nous sommes bel et bien au front, en première ligne, les soldats d'un combat que nous n'avons pas sollicité mais dont la victoire est indispensable, autrement, seule solution que de désertir en transportant toutefois le poids de la culpabilité, car nous nous sentons injustement responsables de ces peines engendrées.

Comme tu le dis, nous souffrons certainement d'avantage car nous sommes les témoins impuissants de cette déchéance, tandis que l'alcoolique, maître à bord de son propre navire, de ses propres décisions, sombre sur son Titanic éventré dont les cales se remplissent inéluctablement du liquide qui finira forcément par l'engloutir s'il ne réagit pas à temps.

Si cette drogue endort leur sens des responsabilités le temps de l'ivresse, ils ne s'en retrouvent pas moins baignés jusqu'au cou une fois lucide et par la suite, avec quelle agilité de l'esprit enterrent-ils cette évidence aux yeux de leur propre raison ? J'arrive encore à m'étonner de la force d'illusion qu'ils s'infligent pour continuer de se donner du plaisir immédiat sans se sentir un tant soi peu coupable.

Tu peux être fière que ta fille déteste l'alcool, tout comme mon aînée qui n'a qu'un an de plus. C'est un âge important pour l'évolution vers la vie adulte et plutôt que d'aller dans le même sens, en reproduisant inconsciemment le cycle infernal, elles ont la maturité suffisante pour comprendre le réel problème de l'alcool et ses dangers. C'est une leçon de vie qui est loin d'être négligeable, alors oui, réjouissons-nous pour nos enfants qui ne suivent pas ce chemin désastreux, c'est bien ce que nous leur souhaitons de plus cher avec la santé.

Comme à ce jour, j'ai mainte fois vue ou entre-aperçue la lumière au bout du tunnel, comme un phare en pleine tempête. Je ne la quitte pas des yeux, la fixant le cœur gonflé d'espérances comme chaque fois qu'il me fait des promesses. Je la vois encore, je la vois toujours, même si à chaque crise elle se fait de plus en plus fade. Je tiens encore, tant que j'ai de l'amour pour lui, tant que j'ai la force de le soutenir et de lui montrer combien il est bon de partager des moments sans alcool avec des gens qui l'aiment vraiment fort pour supporter tout cela depuis si longtemps.

Voilà trois jours que pas un volume d'alcool n'est entré dans la maison, ni dans sa bouche et là-dessus, nous savons tous que c'est impossible à cacher car l'odeur trahit indubitablement. Alors la colère s'éclipse pour laisser place à l'espoir. Encore une fois. Les fois nous ne les comptons même plus n'est-ce pas... Ceux qui ont désertés la terre aride de cette bataille, savent combien il est difficile d'entendre des promesses qui sont vaines, mais avouons combien ces moments sont bons pour l'âme, combien ils donnent l'espoir que tout peut encore s'arranger et que ce n'est pas encore fini...

Je t'envoie à toi et tes proches, le meilleur des souhaits, avec la meilleures des intentions.

Ninne

Merci beaucoup pour ton partage et témoignage chère Ninne... Tu as eu le grand courage de partir pour cette scène de trop, ce que j'appelle des crises dans mon jargon et soyons logique, tu as fait le meilleur des choix pour toi et ta famille. Si les coups arrivent, alors il n'est même plus question d'aider et soutenir. Franchit cette frontière, il ne faut plus chercher à être un aidant, il faut s'enfuir à toutes jambes sans se retourner, car il est évident qu'il ne reste plus qu'à quitter le Titanic qui sombre et ce, le plus vite possible.

A cet instant je pense à toutes celles et tous ceux qui sont tombés(es) sous les coups de leurs conjoints(es) alcoolisés(es) et qui n'ont pas eu la chance d'avoir eux aussi, du soutien, de l'écoute et des conseils lorsqu'il était encore temps... Ils auraient dû quitter le navire avant qu'il ne disparaisse sous les vagues spiritueuses. Dis-toi bien que désormais, tu peux effacer ta culpabilité avec autant de mépris qu'il en a eu à lever le coude pour boire et levé la main pour te battre.

Sois fière de toi, car si ce n'est pas lui qui a eu l'électrochoc, c'est bien à toi qu'il était destiné. C'est toi qui devait avoir le déclic que tu attendais pour lui, tu peux donc en être reconnaissante vis à vis de toi-même car dis-toi que tu t'es sûrement sauvé la vie. J'espère qu'à ce jour, tu comprendras que tu n'as aucune culpabilité à ressentir, que ce n'est pas ton échec mais le sien. Toi, tu as toute ta vie pour te reconstruire à présent et penser à toi et tes enfants qui doivent être sacrément fiers de leur maman.

Je te souhaite le meilleur pour l'avenir désormais bien plus ensoleillé et que nulle ombre de ce passé ne vienne perturber ton nouveau bonheur mérité.

Stephsanslui

Je suis touchée d'être tant comprise et sincèrement je pense que si vous avez eu cette impression que je lisais en vous, c'est bien que vous lisez en moi aussi puisque nous avons vécu la même guerre, les mêmes trahisons, la même histoire quand bien même ses détails diffèrent. Nous sommes semblables en cela, comme tous ceux et celles qui viennent ici partager de leurs mots, les meurtrissures de cette vie partagée avec un(e) alcoolique.

Je suis désolée d'apprendre votre histoire et cette fin tellement affligeante pour lui, tellement douloureuse pour vous. Cependant les cartons pleins, voilà une nouvelle vie qui s'annonce, vous laissant encore la possibilité de regarder une dernière bonne fois et d'enregistrer les actes de celui que vous ne pourrez désormais ni plus aider, ni secourir, ni supporter.

Oui, il perd tout comme il s'est perdu lui-même dans ses litres et ses illusions, ses mensonges, son entourage toxique. Mais sachez qu'on ne s'entoure que de personnes qui nous ressemblent en fin de compte et que si de mauvais conseils et mauvaises idées lui sont susurrés à l'oreille, alors libre à lui de les écouter ou non, de se remettre en question, de faire les bons choix. Cela n'est plus de votre ressort désormais car aujourd'hui votre regard doit se tourner sur votre avenir propre qui sonne comme la fin d'un combat de ring. C'est bien vous qui êtes la vainqueur du combat, car vous avez pris la décision de ne pas aller jusqu'au K.O. c'est un choix courageux et intelligent, alors soyez fière de vous et n'hésitez pas à vous créer de nouveaux projets pour sentir la force en vous, de vous envoler vers votre indépendance méritée. Partez tête haute et laissez celui qui se noie et s'anime à s'illusionner de théories fantasques, quant à votre séparation. Cela n'a plus d'importance que son égo trouve des subterfuges pour rendre la séparation moins insupportable. Quoi qu'il vous en dise, quoi qu'il en dise aux autres, vous savez très bien qu'il a tout à fait conscience de la situation, mais qu'il est toujours plus simple pour lui de fermer les yeux et se victimiser, se trouvant ainsi les meilleures raisons pour continuer sa déchéance à coup d'alcool.

Alors n'ayez pas de regret, car vous avez fait de votre mieux pour l'aider et ce que vous avez supporté doit déjà vous confirmer que vous êtes une personne bienveillante, forte et que le courage, c'est aussi de savoir dire « stop ».

Je vous souhaite de partir le cœur libre de toute culpabilité, que vous puissiez trouver enfin la paix, loin de ce cauchemar qui ne sera bientôt plus que du passé, lentement effacé par de nouveaux souvenirs enrichissants, souriants d'une vie enfin saine et sereine.

Link

Merci Eric de m'avoir partagé ton histoire, tu fais parti de ces personnes qui donnent l'espoir aux proches que cet enfer peut cesser et une fois de plus, que cela n'est qu'une question de choix, quand bien même difficile. Lorsque l'on est atteint d'une maladie, on cherche absolument à se soigner, à guérir, à se soulager or pour l'alcool, les gens cherchent à y revenir, y rester et s'enfoncer de plus en plus loin en se racontant des histoires pour ne pas assumer que c'est un problème pour eux-même et leurs proches.

Tu as eu l'intelligence d'esprit de te réveiller de cette torpeur et le courage d'affronter ton démon pour t'en débarrasser avec vaillance et acharnement car je suis convaincue qu'après tant de temps, c'est bien au moins ce qu'il a fallu pour réussir à être enfin abstinent.

J'espère que tu es fier de toi, car ici, nous les proches, souhaitons que ceux que nous aimons et supportons, prennent enfin la même décision que toi. J'ai beaucoup de respect pour cela, me donnant de l'espoir, alors merci.

Claire

Je vous en prie chère Claire, je suis contente de voir que ma colère mise en mots, a été si généreusement accueillie et je vous en

remercie à mon tour. Je suis tout aussi touchée et même honorée d'avoir réussi à vous offrir des larmes que vous avez d'habitude du mal à laisser échapper, car cela prouve que vous n'avez pas réussi à museler entièrement l'expression de votre corps et qu'il a visiblement encore beaucoup de choses à vous dire... Parfois, il est bon de laisser couler les larmes, juste le temps d'exorciser le mal qui ronge, laisser sortir les émotions pour ne pas les laisser stagner à l'intérieur et finir par déclencher une véritable maladie. Même si pour cela il faut savoir se cacher...

Sachez que votre message m'est au contraire d'une grande utilité, non seulement parce que nous partageons et que cela est juste bon de se soulager entre blessés(es), mais aussi parce que vous êtes venue vous exprimer, cela me soutien et caresse un peu ma peine. Nous sommes nombreux(ses) à souffrir en retenant nos larmes lorsque le combat est engagé, à nous dissimuler pour hurler de désespoir, mais nous n'en restons pas moins des humains émotifs, ces mêmes émotions qui peuvent aussi nous sauver la vie et qu'il est judicieux d'écouter.

Je vous souhaite de pouvoir vous exprimer à vous-même ce que vous reprenez avec tant de maîtrise, certainement car vous savez que si vous vous laissez aller, alors tout finira par sortir et qu'il y en a autant de quantité que ce que vous avez supporté et subi jusqu'ici. Cependant, permettez-moi de vous dire ceci de mon point de vue personnel : Si vous avez peur de ce que vous pourriez exprimer en libérant vos émotions, n'oubliez pas que ce ne sera jamais aussi difficile que de supporter l'insupportable alcoolisme de l'autre. Merci de m'avoir écrit.

Lili2112

Bonsoir Lili et merci d'avoir pris le temps de m'écrire.

Je ne veux pas faire de transfert entre vous et mon mari, sinon je pense que je finirais par perdre patience et cesserais d'être dans la diplomatie, car je reste une âme blessée en colère. Je ne veux pas vous juger car vous avez un parcours de vie que personne ne peut intégralement comprendre dans ses subtilités mais je suis loin d'être assez psychologue pour balayer votre témoignage comme si cela ne m'affectait pas.

Sachez que mon mari n'est pas fier d'être alcoolique, il s'en vante uniquement lorsqu'il est dans l'excitation de consommer, il en rit sûrement pour dédramatiser la situation en la rendant risible. C'est une simple astuce pour éviter de prendre les choses avec sérieux et raison, ça évite de se remettre en question et de prendre les décisions qui s'imposent d'elles-mêmes. Aussi, que vous ne soyez pas entourée de dévils profonds pour continuer de vous enfoncer en groupe est un bon élément pour évoluer vers le mieux...

La seule chose dont je suis témoin est que cela vous rend malade oui, mais à en vomir, à en perdre l'équilibre, à en perdre la raison, à vous endormir où votre corps vous lâche. Je suis en colère qu'on puisse comparer de réelles maladies parfois incurables, mortelles qui touchent même injustement des enfants, à cette consommation. Autant dire que les gens qui fument sont aussi malades, autant dire que tous les consommateurs et autres acheteurs abusifs sont malades, autant dire que tout est maladie à ce moment là, ce serait tout aussi inadapté.

Que vous répondre en restant honnête sans vous blesser ?... Depuis aussi loin que remonte ma mémoire, je savais que l'alcool était mauvais et dangereux, qu'il rendait dépendant. Tout le monde le sait, tout le monde en a entendu parlé, tout le monde sait à quoi ressemble une personne ivre. On sait ce que fait l'alcool sur les gens, on sait qu'il faut quand même un certain temps avant d'être « piqué » car ce n'est pas au premier verre ou à la première cuite qu'on tombe dedans, ni à la deuxième, ni la troisième... Il faut donc avoir la volonté de revenir au verre en se racontant que ce n'est rien, d'ignorer la petite voix qui murmure qu'on va droit dans le mur. Donc, demandez-vous si vous étiez aussi inconsciente de la situation que vous voulez bien vous le faire croire. Je ne demande pas de réponse parce cela vous regarde, c'est entre vous et vous. Mais étant moi-même fumeuse, voyez-vous, je ne peux pas affirmer de cette manière victimaire que je ne savais pas, car cela est tout simplement faux. On peut avoir envie ou besoin de se mentir à soi-même, mais au fond nous savons ce qui est vraiment. Peut-être que vous devriez commencer par être honnête avec vous-même et comprendre que vous avez été la seule personne à vous mettre dans cette situation catastrophique. Personne ne vous a forcé à boire et je suis convaincue que si personne ne vous a dit d'arrêter avant que cela ne devienne un véritable problème pour votre cerveau, il est certain que vous vous l'êtes déjà dit à vous-même et ce, à plusieurs reprises.

A mes yeux, c'est ce genre de mensonge à vous-même, cette victimisation qui vous empêche d'assumer et de réunir toutes vos forces pour vous dire « Stop ». Or donc, la seule personne qui vous empêche d'arrêter, c'est vous-même. Maintenant, le but n'est pas que vous vous châtiez mais comprendre que cela est un choix, pour trouver la force et devenir enfin maîtresse et bienveillance avec vous-même pour vous « soigner » l'âme et le corps, avec autant de douceur qu'une mère aimante donnerait de l'attention à son nouveau né.

Je souhaite tout le courage du monde à tous ceux qui sont ici, parce que s'il vous faut du courage pour vous dire qu'il est temps d'arrêter et bien tous ceux qui vous sont proches doivent combattre la douleur indescriptible qui foudroie le ventre chaque fois qu'on voit l'autre s'autoriser à se laisser aller, supporter la peur, supporter l'autre, ainsi que nos propres peines. La liste est longue. Croyez bien madame que cela en coûte effectivement, cela détruit littéralement la vie de tous ceux qui vous regardent et souffrent de ne pouvoir vous aider, car une fois encore, vous êtes bien la seule et unique personne sur cette terre à pouvoir vous faire arrêter. C'est un choix, une décision que vous êtes seule à pouvoir prendre, personne ne peut choisir à votre place ce que vous mettez dans votre bouche.

Je vous souhaite de tout coeur que vous preniez la décision de votre vie, celle qui vous sauvera vous et tous ceux qui vous aiment. Si vous êtes ici, c'est que déjà vous en avez conscience et cela est déjà une très bonne démarche, alors je vous souhaite que vous vous autorisiez à vous regarder sans masque et d'avoir la bienveillance de vous aider avec patience à vous en sortir, car voyez que cela est de l'ordre du possible.

Lili2112 - 08/02/2021 à 17h23

Vous avez beaucoup parlé car vous semblez en avoir besoin.

J'ai à votre propos une question par rapport à vos digressions, si une maladie n'est pas incurable nous ne sommes pas malade ? Dans ce cas il en reste peu. On guérit du cancer parfois, on guérit du palu.

La boulimie, l'anorexie, la scarification sont même Reconnues comme maladie. Ou encore une fois vous estimez qu'il te to ene simplement de faiblesse d'esprit ?

J'aimerais savoir sur quoi vous basez vous madame pour savoir ce qu'est une maladie ou pas. Au-delà de son caractère incurable.

Je suis venue dans ce forum parce que j'avais précisément besoin de m'exprimer, pour exorciser tous ces mots-maux que j'ai retenus depuis si longtemps, tout simplement parce qu'il est difficile de trouver des oreilles attentives et patientes pour ce genre de problème. Mais je suis une voix parmi tant d'autres et heureusement que ce genre de forum existe pour que nous puissions nous retrouver ensemble et parler du sujet de l'alcoolisme ouvertement.

Je tiens à vous reprendre sur un point important : Je ne fais pas de digression, car je ne m'écarte pas du thème principal, je ne m'éloigne pas du sujet.

Ai-je écrit à moment donné que « si une maladie n'est pas incurable nous ne sommes pas malade » ? Vous détournes clairement mon propos. Je suis d'ailleurs très bien placée pour savoir ce qu'est vivre une maladie puisque j'ai eu un cancer, une chimiothérapie agressive, des opérations, de la radiothérapie et à présent, je me traite avec de l'hormonothérapie en continuant de me faire suivre par des professionnels pour éviter les rechutes. J'ai découvert la maladie, je me suis donc prise en main pour me soigner. Et puis, imaginez que j'ai eu des rhumes comme tout le monde, si je pensais que seul ce qui était incurable pouvait être nommé maladie, alors je ne me dirais pas malade quand je me mets à avoir de la fièvre et le nez qui coule. Cependant comme je vous disais, tout peut être considéré comme une maladie effectivement, même la paresse.

Je vous invite à consulter votre navigateur internet, de taper ces mots clés : « l'alcoolisme n'est pas une maladie » et de suivre les liens, de lire, de vous intéresser à votre tour pour savoir ce sur quoi je me base et quels points de vues je partage. Cependant, libre à vous de penser que votre alcoolisme puisse être une maladie, mais dans ce cas soyons logique. Si effectivement vous êtes malade, alors commencez par vous faire soigner, faites les démarches pour être aidée et guérir, comme je l'ai fait pour le cancer. Parce que pour les alcooliques, il suffit de ne plus consommer d'alcool pour que la « maladie » s'en aille avec le temps, après c'est du soin de l'âme et du corps pour se remettre de ce poison. Maintenant, demandez aux cancéreux s'ils sont d'accord d'arrêter de consommer une boisson pour que leur maladie disparaisse et voyez leur réaction. Quand on est malade, alors on se soigne pour guérir, point.

Encore une dernière chose. Vous sous-entendez que je considère les personnes alcooliques comme faibles d'esprit et bien c'est une fois de plus me prêter des pensées qui ne m'appartiennent pas. Au contraire, je considère que la personne alcoolique s'obstine à faire bien ce qui lui chante malgré les menaces, malgré les conséquences évidentes, je pense qu'il lui faut au contraire une certaine force pour écouter son plaisir avant tout le reste, pour ignorer la douleur des proches, nier ce que cela fait d'elle, ce que cela détruit et qu'elle est suffisamment forte pour fermer les yeux devant les évidences, pour se mentir, se convaincre, pour pouvoir ainsi continuer de se donner du plaisir immédiat et ce, quelles que soient les répercussions. Non une personne alcoolique n'est pas faible, elle est juste assez égoïste pour se tenter elle-même au détriment des autres, finit par se victimiser pour ne pas assumer l'état dans lequel elle s'est mise elle-même et qu'elle souhaite fuir, un jour, parce que les événements autour deviennent une vraie catastrophe. Je conclurais sur cette phrase qui me semble très juste du professeur de médecine en hépato-gastro-entérologie et addictologie, Claude Béraud : « La dépendance est une réalité incontestable, mais elle ne suffit pas à faire de l'alcoolisme une maladie ».

Caramelperdu - 12/02/2021 à 21h54

Bonsoir mesdames

J ai honte et en meme temps tellement besoin d aide... je ne sais pas a qui en parler. Elma votre récit... je le vis, je le ressens...

Je suis plus jeune que vous... 39 ans bientôt et mon mari 42... nous sommes ensemble depuis 11 ans... marie depuis 6...

Il a commence a boire seul dans le garage ou une autre piece, toujours hors de ma vue...

J ai commencé à m en apercevoir il y a 3 ans... des verres disparaissaient, la cave à vin se vidait...je comprenais pas, et puis j ai commence a retrouver des bouteilles vides, planquées dans le garage, dans les boites d outil, dans la trappe du vide sanitaire et un jour, derriere la baignoire en faisant mon.menage.

Je m apercevais du changement de comportement (agressivité, volubile, acte irraisonné comportement gamin (je me disais qu un pere de 40 ans ne fait pas ce genre de chose).. je lui en ai parlé, il reconnaissait pas. Quand je disais d ou sortent les bouteilles sous la baignoire, j avais la meme reponse : j en sais rien.

Comme vous dites Elma, je l aime et j ai continué à faire comme si tout allait bien (j ai meme organise ses 40 ans) je me suis debarrassee des bouteilles restantes. J ai pris la decision de virer tout l alcool de la maison...et au fil des mois je retrouvais toujours plus de bouteille (whisky champagne vins...biere aussi evidemment).

Apres de multiples engueulades ou je finis en pleurs, il reconnaît toujours pas... et puis le lendemain de la crise, il est mielleux, il dit amen a tout ce que je dis. Ca fait 1 mois et demi (depuis le 27 decembre exactement) que je ne lui adresse plus la parole, je suis blessee, il me reproche de me construire une carapace et de ne pas lui laisser de chance de revenir vers moi. Hier soir, on a discuté et j ai fissuré ma carapace pour le laisser revenir vers moi (j ai beau lui en vouloir et le détester a certains moments, il me manquait et je l aime).

Aujourd'hui, je me suis faite jolie (joli maquillage, tenue), j attendais impatiemment qu il rentre du travail... il a pas passé la porte qu il puait l alcool, titubait, begayait... a la derniere crise, je lui avait dit que desormais ca serait mes regles et que si j avais le moindre doute sur le fait qu il buvait, je le ferai souffler dans un ethylotest que j avais acheté. Il avait acquiescé, tout penaud.

Ce soir, ayant plus que le doute, je lui ai dit de souffler. Il a crié au scandale que je lui faisais pas confiance, que c etait degeulasse mais il s est executé. Résultat : 0.71g. Alors qu il sortait de voiture.

Pour faire court, je me suis delocalisée dans une chambre d amie, lui est en bas et moi en haut en pleurs... perdue... t je me dis que j ai personne a qui en parler (mes parents, je ne veux pas leur faire de mal, ils s inquieteraient trop, le reste de la famille aussi). Pour sa famille, ils ne sont pas au courant et ne me croiraient pas de toute facon. J ai son meilleur ami a qui j ai fait un sms et a qui j en avais parlé mais pas de reponse. Je me sens si seule. Vous ecrire me reconforte un peu.

Je suis pas parfaite, je suis loin de l etre mais je pense etre une bonne épouse, une bonne mere. J ai toujours ete fidèle a mon.mari, et dévouée aupres de lui et des enfants. Je gere la maison (menage ecole papier courses, planning repas et mon travail). Ma precedente histoire, m a fait perdre confiance dans les hommes, mais mon mari a su trouvé les mots pour me faire changer de point de vue mais aujourd'hui ca a un gout amer... je pense meriter mieux que ca. Je demande juste un homme pour qui je compte et qui m aime comme je l aime. Ce soir, je n ai que mes larmes qui ne cessent de couler pendant que monsieur est en bas, dégoûté de s etre fait démasqué...

Si vous arrivez à lire mon recit, je vous en remercie. Je vous souhaite le meilleur de l espoir et des jours heureux...

Caramelperdu

etapres - 13/02/2021 à 05h11

Elma je te comprends tellement, je te souhaite beaucoup de courage .

Et à vous tous ici.

j'apporte mon témoignage, après avoir vécu comme vous l'enfer d'être proche d'alcoolique, j'ai quitté le père de mon fils quand celui-ci était encore bébé (la violence était malheureusement présente) j'ai donc agit comme un instinct de protection.

Je l'ai vécu comme une immense libération je me suis retrouvée parce que finalement moi même j'avais changé, peur inquiétude, colère tristesse déception... c'était mon quotidien.

j'ai donc vécu des moments difficiles intimidation de la part de mon ex , violences menaces... mais j'ai avancé " loin" de lui .

J'ai de nouveau respiré, refait ma vie, pris soin de mon fils.

Quoiqu'il en soit je suis toujours d'une manière liée à mon ex, le père de mon fils et je le vois descendre ce sombre chemin Petit à petit avec des bonnes et des mauvaises périodes... Hier je l'ai revu ce qui n'était pas arrivé depuis des mois il est très absent pour mon fils ces derniers temps.

Je l'ai trouvé méconnaissable, le visage tellement abîmé... bouffi rose, il n'a pourtant que 34 ans , c'est un tel gachi, j'ai laissé mon fils pour deux jours il n'a que 7 ans . Lui même était très inquiet.

Je trouve ça tellement dommage il a un fils aimant, curieux, c'était quelqu'un qui avait tout pour être heureux (hormis une histoire familiale difficile, j'imagine que c'est l'explication mais tout le monde vit avec ses blessures) il est intelligent, intéressant, cultivé et le voir dans cet état m'a fait un choc, même d'un oeil extérieur.

On ne peut s'empêcher de vouloir les aider... parfois j'imagine ce qu'il pourrait être s'il parvenait à arrêter...

Osciller entre la colère, le désespoir , l'espoir la pitié et la peur pour ma part c'est finalement ce qui se passe quand je pense à lui , j'imagine que ça n'est pas prêt de s'arrêter.

Elma je comprends ce que tu décris comme de l'égoïsme c'est un point de vue que je partage en partie, je dirais que c'est le cas au départ avant que la dépendance soit trop forte mais une fois qu'ils ont sombré je crois que c'est au delà de ça pour eux ils ont le sentiment que l'alcool est obligatoire à leur survie,

Je ne sais pas, je partage juste mon avis je ne dis pas qu'il est le meilleur, bon courage à tous
tout mon soutien

Ninne - 15/02/2021 à 09h30

Caramel perdu..

Votre témoignage c'est exactement à la virgule près mon parcours..

Les canettes partout.. Même cachée ds la roue de secours.. Les pots de fleurs ect..

Le comportement immature et les aberrations..

Comme vous je cachais à mes parents et mes amis..

Comme vous je gèrais tout factures enfants maison min travail d'infirmière à domicile.. Et même les dettes de monsieur et de ses parents alcooliques aussi..

Seulement vos parents savent au. Fond deux que vous êtes mal.. Ils attendent que vous parliez c'est sur..

Vous avez 39 ans.. Je vous en supplie.. N'attendez pas.. Si il. Doit y avoir un miracle c'est lui qui prendra la décision... Pas vous hélas..

J'ai attendu 50 ans pour partir.. Le cœur brisé et pleine de culpabilité.. Mais de plus en plus fragile

Une maladie aux poumons.. Des fractures de fatigue et une chirurgie des cervicales.. Je n'en pouvais plus et surtout ne laissez pas vos enfants s'habituer et souffrir en silence..

Vous êtes jeune il faut partir.. Rien ne vous empêche de. Veiller à distance sur lui mais il faut vous sauver et vos enfants..

J'aurais dû le faire avant.. Maintenant je rebondis j'ai plein de projets et je n'ai plus cet étau terrible le soir qd il rentre ivre et agressif.

Arrêtez les contrôles.. Les bouteilles vidées.. Les sermons ça va empirer..

Je vous en supplie parlez à vos proches.. Sortez des que possible.. Ne coulez pas avec lui..

Vous avez tout mon soutien

Ninne

Farandole - 15/02/2021 à 23h48

Merci à tous pour vos témoignages et encouragements

Depuis le 25 janvier j ' ai imposé à mon conjoint de ne plus boire chez moi .

Il tient bon .

Cela me prive de boire du vin mais ça vaut le coup .

Je suis fermement décidée .Il a voulu acheter une bouteille dernièrement .

J ' ai dis non pas chez moi .Il s ' est abstenu .

Merci au medecin que j ' ai contacté par tchat ainsi qu' au 15 .

Bon courage à tous .

Caramelperdu - 16/02/2021 à 00h08

Ninne,

Merci pour votre soutien.

Je suis perdue et lasse de montrer une facade à sa famille et à la mienne.

Nous sommes dans sa famille pour 2 jours, avec les enfants et là, évidemment, il profite des repas familiaux pour boire comme tous les

hommes de la famille, sauf que eux, c'est exceptionnel... et je dis rien, j'en pense pas moins, de toute façon, on ne me croirait pas, la belle fille qui salit le fils prodige...

Moi, j'ai un tel dégoût pour le vin désormais, que je refuse tout apéritif ou vin à table. Plus envie, même de boire un verre avec la famille tellement ces breuvages font du mal, me font du mal par voie de conséquences.

Partir ? Je l'ai déjà menacée, et de partir avec les enfants... mais pour me retrouver seule, démunie, faire subir une séparation, la honte et des changements énormes aux enfants ??? On a tout pour être heureux, maison, travail niveau de vie correct... repartir seule, à zéro, une nouvelle fois (car déjà connu ça a la naissance de mon premier enfant ou j'ai été abandonnée), je n'en ai ni la force, ni l'envie. Je suis prisonnière de mes mensonges auprès de nos familles pour camoufler la réalité, aussi moche soit-elle... là il dort à côté de moi... ça sent les relents d'alcool dans la chambre, comme toujours, il est agité dans son sommeil, comme toujours, et ça choquera personne d'autre que moi puisque personne ne se doute que c'est régulier.

Bonne nuit à tous,

Merci du soutien.

Caramelp perdu

Ninne - 16/02/2021 à 09h51

Chère caramel perdu

Vous n'êtes pas encore prête et je peux comprendre... J'avais moi aussi une situation confortable mari architecte moi infirmière deux enfants adorables belle maison...

Avec l'alcool tout se fissure... Moins de travail... Les dettes de plus en plus monstrueuses... Mon mari ne paie plus ses charges et j'assume l'intégralité des factures de la maison les études des enfants les taxes assurances ect... Même en étant partie...

Projetez-vous en distance ds 5 à 10 ans... vous allez supporter tout ça... L'absence de projets. Le désintérêt de tout... La vue d'un physique qui change... L'isolement social... C'est ça qui se passe... Les disputes et un jour la violence... Car vous. Même vous allez disjoncter... On se transforme en furie parce que on est à bout...

Je comprends votre hésitation... Mon mari est un homme adorable et attachant à jeun mais des 14h c'est terminé... Il n'a pas eu de prise de conscience... Il buvait avec son père qui est mort l'an dernier en nous laissant des dettes et sa femme à la rue pratiquement...

Et aucun électrochoc...

Alors oui je souhaite que votre mari réagisse et se soigne... C'est possible mon père a 73 ans et sobre depuis l'âge de 30 ans...

Mais si rien ne change ça sera dur mais il faudra qu'il parte ou vous même... Divorcez et partagez les biens... Faites-vous aider par des personnes ressources... N'ayez pas honte vous êtes admirable de tenir votre foyer mais par pitié ne gâchez pas votre vie...

Vous serez surprise du tournant qu'elle peut prendre...

Je continue à veiller sur lui à distance car je l'aimerai qd même toujours au fond mais je n'ai plus à supporter tout le reste...

Prenez votre temps mais projetez-vous... De quoi vous avez envie pour l'avenir... 39 ans vous avez. La vie devant vous.

Courage et donnez des nouvelles

Ninne
