

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

### DÉSEMPARÉE, JE NE SAIS PLUS COMMENT RÉAGIR

---

Par **Sihan** Posté le 08/06/2021 à 20h39

Bonjour,

Désespérée par l'attitude de mon compagnon, je ne sais plus comment réagir.

Nous sommes à 600 km l'un de l'autre, "officiellement" ensemble depuis 7 ans mais amoureux depuis plus de 30 ans, entre temps chacun de nous s'est marié et à eux des enfants (nous avons 58 et 55 ans)  
Il a rechuté il y a 3 ans après une abstinence de 6 ans. Il y a un mois le 7 mai, alors qu'il était alcoolisé, il m'a quitté par téléphone tout en me disant qu'il m'aimerait tout autant dans 5-10 ou 30 ans, il voulait un break d'un mois (ou moins ou plus, il ne savait plus). Il a raccroché en me disant qu'il m'appellerait le lendemain, ou pas ... ou demain quand même... mais qu'il me quittait.

Depuis je n'ai pas cherché à renouer le contact, je suis toujours en contact avec ses parents (qui ont 80 ans passé) et qui se sentent démunis face à l'attitude de leur fils unique (agriculteur cela fait presque un an qu'il ne peut assurer son travail).

Par rapport à ses amis et ses filles, il m'a totalement dénigrée en leur disant que je le harcelais, qu'il voulait depuis longtemps me quitter mais qu'à chaque fois il devait supporter que je ne tiens pas compte de ses "désirs de rupture" alors que bien évidemment devant moi, lorsqu'il y avait des crises et que je lui disais que c'était fini, il n'arrivait pas à me quitter.

Je sais bien que notre histoire n'est pas unique, que ce qu'il se passe entre nous n'est que la continuité de son alcoolisme. Je poste aujourd'hui, car bien qu'étant d'accord dans ma tête avec tout ce que j'ai pu lire dans ce forum sur le fait de se protéger et de le laisser, mon cœur n'y arrive pas. Je me sens trahie, bafouée, Il est depuis toujours au courant de ce que j'ai vécu, je m'étais fait une carapace qu'il m'a incité à ouvrir. Je lui ai fait confiance ... Aujourd'hui j'ai le sentiment de me noyer et de me perdre, pourtant j'ai des amis, une vie sociale riche, mais voilà ... mon amour de toujours m'a trahie

### 3 RÉPONSES

---

**Moderateur** - 11/06/2021 à 16h09

Bonjour Sihan,

Difficile pour moi d'évaluer ainsi de l'extérieur la profondeur de ce que vous ressentez ou encore d'expliquer vraiment son attitude.

Je me permets cependant d'émettre cette hypothèse : il vous aime toujours et si son amour est aussi vaste que semble l'être le vôtre pour lui il est probable que son alcoolisme lui rende insupportable la situation. Un alcoolique culpabilise beaucoup et a une image très dévalorisée de lui-même. Et parfois, quand on ne veut par exemple pas décevoir quelqu'un qu'on aime énormément, on peut préférer couper les ponts avec cette personne plutôt que de continuer à vivre sous son regard. Cela peut paraître "méchant" mais c'est peut-être parce qu'il n'arrive pas à dominer son alcoolisme et qu'il a le sentiment alors de trop vous décevoir autant qu'il se déçoit lui-même. Pour moins en souffrir et aussi vous protéger il peut préférer couper les ponts.

Compte tenu de ce qu'il vous dit je crois que les méchancetés qu'il sort ensuite à ses filles ne sont qu'un moyen dérisoire pour essayer de se convaincre lui-même qu'il fait le bon choix, que c'est "de votre faute" alors qu'il n'en n'est sans doute rien.

Bref, là où vous voyez une "trahison" il s'agit peut-être en fait d'un symptôme de son problème d'alcool qu'il n'arrive pas à résoudre, d'un manque de confiance en lui et d'une volonté finalement de vous protéger, de ne pas vous décevoir.

Bien sûr il s'agit là de mon interprétation, très extérieure, mais tout de même comme il vous dit qu'il vous aime et qu'il vous aimera toujours comme avant, la contradiction qu'il montre ensuite dans son attitude pourrait bien signifier qu'il essaie de vous protéger de la souffrance que son alcoolisme (et sans doute sa dépression) vous infligerait si vous restiez ensemble.

Quant à vous je ne sais pas si vous pourrez ou voudrez le récupérer mais peut-être aurai-je pu vous aider à vous réconcilier avec quelque chose de lui. Peut-être ne vous a-t-il pas autant trahie que cela en a l'air. Peut-être pourrez-vous redevenir au moins une amie attentionnée à son égard dans quelques temps.

En espérant avoir pu vous aider.

Cordialement,

le modérateur.

---

**Sihan** - 15/06/2021 à 02h04

Merci Modérateur pour votre message, vous avez exprimé avec vos mots ce qui pourrait être ...

Mercredi dernier en début de matinée, j'ai du organiser un déplacement à environ 900 km pour la fin de la semaine, n'étant qu'à un détour de 150 km de chez mon compagnon, j'ai pris la décision d'y passer pour récupérer les quelques effets que j'avais encore chez lui, et mettre une fin à cette relation si sa "décision téléphonique" était toujours d'actualité.

Je l'ai prévenu par sms le midi de mon passage, sans lui préciser que je voulais reprendre mes affaires, le soir même il me contactait par message ou du moins il a essayé d'écrire ... incompréhensible, ses mots ne voulaient rien dire et n'étaient même pas entiers, je n'ai pas répondu ... du coup à 23 h 30 il m'a appelé pour savoir pourquoi je voulais venir, et me rappeler qu'il "avait déjà dit tout ce qu'il y avait à se dire il y a un mois" mais sans parler de séparation. Je lui ai dit brièvement que l'on avait des décisions à prendre de vive voix. Il a essayé d'engager une discussion, mais il y avait de grands vides vocaux, deux ou trois fois je lui ai dit gentiment qu'il fallait raccrocher, il était d'accord de m'ouvrir la porte lorsque j'arriverai le vendredi malgré un léger reproche d'avoir choisi ce jour la (hasard du calendrier et de mon déplacement : c'était son anniversaire).

De ce soir la jusqu'à mon arrivée, il n'y a pas eu de contact téléphonique. J'ai fait les 600 km qui nous séparent, il m'a ouvert, cela faisait presque 3 mois que je ne l'avais pas vu physiquement (quelques fois par vidéos seulement) ça a été un choc : il était vouté, marchant difficilement sur le chemin, démusclé, il avait encore perdu du poids, lorsque je suis rentrée dans la maison derrière lui, second choc : plus rien n'était entretenu (hormis ce que sa mère pouvait difficilement faire), des papiers partout, certains collés à la table, des vêtements en vrac sur les chaises, des traces collantes d'alcool sur le sol ...

Je lui ai dit que je venais reprendre mes affaires et quitter cet homme qu'il était devenu, j'avais aussi à lui dire ce que je n'avais dit depuis ces trois dernières années en croyant que mon silence pourrait l'aider, ce que j'ai fait. Au début il cherchait à me contredire, puis il s'est aperçu que ses "vérités" n'étaient peut-être pas la réalité. Je sais qu'il n'avait pas bu depuis la veille en soirée, il me l'a confirmé, il ne voulait pas que je le trouve au fond du lit comme les dernières fois ou je suis venue.

Je lui ai dit que j'aimerais toujours l'homme qu'il était : celui que je connaissais depuis trente ans et pour lequel je serais toujours présente, je lui ai dit que je n'acceptais plus cette attitude qu'il avait envers moi depuis tous ces mois, qu'il en était fini de ses menaces, de ses attaques, qu'il n'avait pas besoin de me faire du mal en pensant que je pourrais alors ressentir son mal-être, que ce n'était pas lui qui me quittait mais moi qui partais et que cela en serait fini, que je tournerais la page.

A un moment il a voulu me persuader (ou se persuader ...) que physiquement il était encore capable de travailler, de remonter sur un tracteur, je n'ai pu m'empêcher alors de lui dire qu'a continuer ainsi il finirait par se tuer ou tuer quelqu'un, que d'ici 6 mois je pourrais recevoir son avis de décès, qu'il fallait qu'il assume sa maladie et son alcoolisme et qu'il cherche sérieusement à trouver quelqu'un pour le remplacer (il pense qu'il sera capable de faire la moisson d'ici un bon mois, de conduire et d'entretenir la moissonneuse) Je reconnais que j'ai eu des mots très durs. Ca a eu l'air de le faire réagir (il aimait son métier, très professionnel et impliqué, j'ai toujours été très fière - et il le sait - des résultats qu'il réussissait à obtenir à force de travail).

Puis plus rien, il s'est mis en mode "pause", m'ignorant en me disant que je n'avais qu'a faire ce que je voulais, qu'il s'en fichait. J'ai alors commencé à rassembler mes affaires, je lui ai demandé où se trouvaient des papiers personnels, il ne savait plus où il les avait mis, je l'ai senti désemparé de ne plus se rappeler ce qu'il en avait fait.

De la, une discussion s'est engagée, il a réalisé que si il me laissait passer la porte, il ne pourrait plus me recontacter et essayer de revenir me chercher comme il l'avait déjà fait par deux fois auparavant, que j'aurais une vie où il n'aurait plus aucune place, à son regard j'ai vu que ce ne serait pas possible pour lui, il a cherché mes mains. De mon côté je me suis sentie libérée, j'avais mes affaires (c'est peut-être idiot mais ce que j'avais laissé chez lui avait une vraie signification pour moi) je lui ai dit ce que j'avais au fond du cœur, j'allais pouvoir retrouver le sommeil, le poids que j'avais dans la poitrine est parti lorsque je suis rentrée dans cette maison que je ne reconnaissais plus avec cet homme que je ne reconnaissais plus.

Ce que vous avez écrit dans votre précédent message (que je n'ai lu qu'aujourd'hui) et votre hypothèse, correspondent assez bien à ce que j'ai ressenti vendredi dernier. Je suis partie "plus légère", avec enfin des envies de faire des choses pour moi, de penser à moi, de retrouver ces amis que j'avais délaissés ces trois dernières années ... Finalement je n'ai pas fermé la porte, Il ne parle plus de me quitter et je ne l'ai pas quitté, mais j'ai pris beaucoup beaucoup de distance. Il m'a appelé chaque jour depuis, je lui ai répondu selon mes disponibilité, et je ne me précipite pas sur le téléphone dès que j'entends sa sonnerie.

Pour la première fois depuis sa rechute, il comprend et admet que je ne lui suis pas acquise, que mon amour pour lui ne peut pas tout pardonner, je comprend et accepte que je ne peux pas régler ses problèmes.

L'homme que j'aime, celui que j'ai connu depuis si longtemps ne m'a peut-être pas autant trahie que ça en à l'air ou que j'ai pu le penser ainsi que vous le disiez. Aujourd'hui c'est un autre homme, pris par l'alcool et la dépression ...

---

**Moderateur - 15/06/2021 à 10h08**

Bonjour Sihan,

Merci pour votre réponse.

"C'est un autre homme, pris par l'alcool et la dépression" : tout est là je crois. Vous avez pu voir son effondrement, son intérieur en est le reflet.

Vous avez aussi pu lui dire des choses importantes et vous positionner. En n'étant plus "dépendante" de lui, en reprenant votre liberté, vous lui avez fait réaliser qu'il peut réellement tout perdre. Mais vous l'avez aussi peut-être soulagé d'un poids dans la mesure où il n'a plus de raison de se sentir "coupable" de votre supposé malheur parce que vous êtes repartie aussi plus légère. Par contre vous lui avez rappelé combien le lien qu'il a avec vous est important pour lui et qu'il ne veut pas le perdre. C'est peut-être quelque chose qui va l'accrocher pour essayer de s'en sortir.

Je crois que vous pouviez difficilement faire mieux dans la mesure où vous ne pouvez pas non plus le "sauver". Les cartes sont dans ses mains, espérons qu'il sache trouver le chemin de l'aide parce que seul il n'y arrivera très probablement pas.

Reprenez votre vie, continuez à lui parler de loin en loin et à l'encourager si la situation s'y prête. Nous sommes contents que vous soyez libérée de quelque chose. La tonalité de votre second message est bien différente du premier.

Cordialement,

le modérateur.

---