

TÉMOIGNAGE

Par [Profil supprimé](#) Posté le 28/01/2015 à 17h43

BOIRE POUR VIVRE

Chez mes parents, je ne me souviens pas d'un jour où la bouteille de vin ou de cidre ne traînait pas sur la table. Mon père buvait en mangeant et ma mère buvait un demi verre de rouge avec le fromage. Deux, trois verres me direz-vous, mais ces verres avalés plus ceux bus à la débauche au café avec ses copains; cela contribue à faire de lui un alcoolique.

Comme beaucoup d'enfants j'ai bu ma 1ère gorgée d'alcool avant 10 ans. Lors d'événements festifs nous avions droit à notre petite coupe de champagne. J'adorais le champagne. Lorsque mes parents raccompagnaient les invités je finissais tous les verres et j'étais ivre. Je chantais et tout le monde riait!

Puis, vers 10ans 11ans je buvais du cidre comme papa.

Ma mère faisait du kirsch avec des cerises et j'en mangeais.

vers l'âge de 16 ans ma soeur ainée m'a envoyée en boîte de nuit avec elle et j'ai bu mon 1er malibu ananas; c'était bon et sucré. Puis je suis retournée en boîte avec une copine et sa soeur qui avait le permis. Et je buvais toujours mon malibu ananas avec délectation. Ma consommation était limitée faute d'argent mais si je m'étais écoutée.....

Mal dans ma peau et dans ma tête je voulais me détruire, oublier les années de souffrance. Quelque part je voulais mourir.

L'alcool est arrivé réellement peu après mes 18 ans.

J'avais passé mon BAFA et mon BAFD (brevet d'aptitude aux fonctions de directeur en centre de loisirs).

Et je suis devenue directrice de colonie de vacances.

Le soir nous nous réunissions avec les animateurs pour faire le point sur la journée et nous achetions des bouteilles d'apéro.

Je buvais pas mal déjà!

Puis je suis rentrée à la fac et là les soirées étudiantes étaient très arrosées.

Parallèlement à mes études je travaillais tous les weekends dans une pizzeria et je m'y suis faite une amie.

Elle et moi sortions en discothèque après le travail et nous buvions sur la route à tour de rôle.

Arrivées en boîte nous étions déjà ivres.

Cela a duré un an.

Je ne le savais pas à l'époque mais j'étais déjà devenue alcoolo dépendante.

Je suis montée en Normandie finir mes études d'enseignante et l'alcool était toujours présent.

Je ne dessoulais pas.

Je me demande comment j'ai fait pour avoir mon diplôme d'institutrice.

Le diplôme en poche j'ai été mutée à Pont l'Evêque (calvados).

J'ai "oublié" l'appel de la bouteille mais quand je me suis retrouvée seule dans mon studio la voix est revenue.

Au début j'ai acheté de la bière, un samedi soir.

J'étais seule, le moral à zéro.

Un verre après l'autre je me sentais mieux et moins tendue.

La bouteille finie je finissais par m'endormir, malade!

Le lendemain c'était encore pire et je me suis dit: "je ne boirai plus!"

Je ne savais pas que j'étais contaminée par le virus nommé alcool.

A vie!

D'épisodique le phénomène s'est accentué au fil des jours, des semaines, des mois.

Les prises d'alcool devenaient quotidiennes.

Malgré l'effet désinhibiteur du produit le fait est que je me sentais de plus en plus mal.

J'étais prise au piège, à mon propre piège!

Inexorablement je m'enfonçais.

Inconsciemment je savais que je me détruisais, que c'était mal.

Je noyais ma détresse dans des litres de bière ou de martini.

Mon seul but dans la journée était de prévoir ce que je consommerais le soir.

J'étais une bonne institutrice très appréciée par mes élèves.

Mais à cause de la maladie j'ai du y renoncer.

On m'a fait clairement comprendre qu'une instit alcoolique ça faisait mauvais genre!

Boire pour vivre, pour survivre!

Je ne me sentais pas alcoolique, je me disais toujours que je pouvais arrêter n'importe quand mais je n'en avais pas envie.

Cela représentait ma bouée de sauvetage, ma soupape de survie et mon refuge.

J'ai essayé de m'en sortir en arrivant en Vendée.

J'ai fait des cures dans des hôpitaux spécialisés dans ce domaine.

A chaque fois j'ai rechuté.

En 2009 j'ai eu ma sclérose en plaques et à l'annonce de ma maladie j'ai pris une cuite.

Je me suis retrouvée au CHS 5 jours.

J'ai continué à boire des petits galopins jusqu'au 31 juillet 2013 mais sans être ivre.

Le 1er août 2013 je me suis mise au perrier sans médicament, uniquement par la volonté!

Je compte à ce jour un petit accroc le 13 août 2013.

Je peux dire aujourd'hui que je suis abstinente et heureuse de m'être débarrassée de cette merde!

L'alcool TUE et brise tout sur son passage....

11 RÉPONSES

Profil supprimé - 28/01/2015 à 20h27

salut marie 85

ton témoignage est très beau, avec une très belle prise de conscience et de "douceur" je ne sais pas comment l'exprimer,

Aujourd'hui tu as fait un sacré bout de chemin, comme quoi il faut jamais se désespérer

gros bisou

Profil supprimé - 29/01/2015 à 14h43

Bonjour Marie,

Ton témoignage m'a beaucoup touché...je suis en pleine renaissance, ton récit donne plein d'espoirs...

Et c'est que trop Vrai...L'alcool TUE et brise tout sur son passage....

Bises

Etienne

Profil supprimé - 29/01/2015 à 16h50

merci à vous!

L'alcool n'est pas une fatalité.

Le bonheur se trouve en chacun de nous et c'est à nous de le faire émerger.

J'écris beaucoup, c'est mon exutoire, ma passion!

voici un de mes poèmes.

FEU D'ARTIFICE

Le soir du 14 juillet.

Les gens se sont pressés,

les gens se sont aglutinés,

la foule s'est demandée,

il ressemblera à quoi cette année?

Les gens se sont assis,

certaines accroupis,

d'autres déambulants, indécis,

n'attendant rien de précis,

mais certainement passer un bon moment aussi,

pour qu'à la fin ils disent: merci!

Sur la grande plage chacun a trouvé sa place,
veillant à ce que personne ne la remplace,
car nous ne sommes pas dans un palace,
juste installés en première classe!

11 heures, les lampadaires se sont éteints,
dans le noir un couple s'éteint.
Puis IL apparaît enfin!
Et la foule applaudit dans ses mains.

Des milliers de paires d'yeux rivées au ciel,
pour admirer des flashs de lumières séquentiels.

Du rouge, du bleu, du vert,
éclairent tout cet univers.
Les couleurs vives se succèdent,
éclaboussant la nuit,
giclant sur le sable,
ricochant sur l'eau,
mourant par terre.

Chacun retient son souffle,
car vient le moment pour lequel on est tous là,
le clou du spectacle,
l'apothéose,
le bouquet final!

Les lumières remplissent le ciel,
les couleurs se mélangent,
cela explose de toute part!
Le ciel est devenu comme un volcan,
il érupte et coule des gerbes de nuances dans un vacarme inouï.

Puis vient le silence,
les fumées se dissipent,
la foule attend que cela soit vraiment fini.

Mais c'est fini!
Et des applaudissements retentissent.
Des commentaires fusent de toute part,
certains ne sont pas avarés.

Les gens sourient,
encore éblouis,
par ces étincelles de vie.

Les gens s'embrassent et se laissent,
pour certains retourner dans leur deux pièces!

La plage désertée,
je me sens esseulée,
par le spectacle encore enivrée.....

Je revis cette soirée,
cette folle chevauchée,
à laquelle chacun a participé.

Je reste pensive,
me disant que si tout ces gens,
pour la plupart bien pensants,
étaient capables de se réunir,
pour un même désir s'accomplir...

Alors,
pourquoi ne pas imaginer,
rêver,
que l'on puisse ensemble exister?
Que l'on puisse s'aimer?
Sans être à couteaux tirés?

marie

Profil supprimé - 29/01/2015 à 17h34

salut,

c'es vraiment très beau, plein de douceur, j'adore

c'est une belle passion, tu écris très bien

continue de nous faire rêver

bisous

Profil supprimé - 29/01/2015 à 18h37

merci clochette!

pensez à vous hydrater: eau, café, jus de fruits, infusions.

et évitez les endroits à risques!

bonne soirée!

marie

Profil supprimé - 18/03/2015 à 16h07

Bonjour Marie85,

Je ne suis pas alcoolodépendante et que peu familière avec ce que vous racontez, la seule expérience que j'ai vint de ce que les patients me racontent sur mon lieu de stage.

Je suis étudiante en psychologie et vous semblez correspondre au profil que je recherche. Mon étude porte sur la résolution des problèmes d'alcoolodépendance avec ou sans intervention thérapeutique (et oui, sans ça existe... mais ces personnes sont difficiles à trouver).

Si vous avez du temps à m'accorder, voici le lien vers mon questionnaire qui traite de tout ce que j'ai évoqué précédemment :

<http://goo.gl/forms/ssKkOVyxOa>

Un grand merci pour le temps que vous m'accorderez et bon courage dans ce combat

Profil supprimé - 19/03/2015 à 14h46

bonjour!

j'ai répondu à votre questionnaire.

Mon prénom c'est myriam mais tout le monde m'appelle marie.

Je suis heureuse!

Profil supprimé - 20/03/2015 à 07h50

Coucou Marie85,

Arrêter tout net par la seule volonté, ça démontre un sacré caractère.

Félicitation et revient nous donner des conseils.

Ta force nous anime.

Profil supprimé - 20/03/2015 à 21h12

Je tenais à vous remercier pour avoir rempli ce questionnaire.

Encore bonne chance et beaucoup de bonheur à vous.

Profil supprimé - 21/03/2015 à 11h20

bonjour à tous!

merci louann!

Il ne faut jamais désespérer car nous avons tous une âme et celle ci est belle!

L'alcool c'est la pollution de l'esprit et celui ci est toxique.

L'âme c'est le nec le plus ultra, le SOI.

Et il faut avoir des passions, des projets pour vivre...

L'alcool n'est pas une fin en soi; il permet juste d'oublier le passé mais une fois dessoulé les problèmes reviennent au galop alors on s'alcoolise à nouveau et c'est l'engrenage.

A jeun les émotions sont vraies, nous rions, pleurons comme tout être humain.

J'ai de la joie dans mon coeur et même le mauvais temps n'entache pas mon moral.

Je bénis chaque jour qui est et j'investis le moment présent.

Tu as envie d'aller au cinéma? vas-y!

Tu as envie d'une pizza? mange là!

Fais-toi plaisir et VIS!

Nous n'en avons qu'une et elle est précieuse!
Moi j'avais l'alcool triste après l'euphorie.
Nous pensons toujours que c'est la dernière fois car nous avons été malade et vomi partout.
Mais c'est une illusion!
une chimère!
Je pourrais dissenter sur le sujet des heures.

Je vous laisse un autre poème.
myriam

PARTIR ET REPARTIR

Partir exige un déchirement qui arrache une part du corps qui demeure adhérente à la rive de naissance.

Transformer mes larmes en or, tel un magicien.

Au début j'étais éclatée en plusieurs parts, maintenant je peux repartir et alors tout peut recommencer.

Aucun apprentissage de la vie ne peut éviter ce voyage vers une destination que moi seule connaît.

Partir, sortir du ventre de ma mère, du berceau, de l'ombre portée par la maison du père et des paysages juvéniles.

Partir, sortir, se laisser un jour séduire.

Chercher ma cible.

Braver l'extérieur, bifurquer ailleurs.

Me laisser porter par le courant de la vie, ne pas nager à contre sens, ne pas résister, accepter de quitter la berge pour rejoindre l'autre rive.

Vivre cette aventure dans la confiance!!

Profil supprimé - 23/03/2015 à 11h24

bonjour!
à toi l'étudiante: tu n'as pas à me remercier!
c'est naturel chez moi!

portez-vous bien!

myriam
