

TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

PAS DE FATALITE

Par Profil supprimé Posté le 6/06/2015 à 14:56

Bonjour,

Je fais partie d'une famille pour laquelle l'alcool a été une malédiction.

Les 3 dernières générations nous ont quitté prématurément à cause de l'alcool et pour certains à cause de l'hémochromatose qui a aggravé la situation. Ils n'ont guère dépassé les 60 ans.

Tout comme mon père j'ai bu dès l'âge de 15 ans pour de mauvaises raisons : une colère intériorisée et le divorce des parents à une époque où les divorces à l'amiable n'existaient pas. Comme bon nombre des "miens" les drogues m'ont porté pour compenser cette haine, cette envie de se fouttre en l'air mais pas le courage de le faire.

Le tabac est venu compléter la panoplie dès 16 ans. J'ai trainé cela de très nombreuses années. Mais ces dépendances m'ont permis de ne pas sombrer dans les drogues dures.

Ma timidité de jeune adulte a explosé avec la consommation d'alcool fort. Drague et mondanité ne pouvaient se faire sans ma bouteille de whisky. J'ai donc vécu de nombreuses années de dépendances de plus en plus fortes : Dépendance affective, Dépendance sexuelle, Dépendance alcoolique et Dépendance tabagique.

2 enfants, un divorce plus tard, il ne me reste que le travail pour me raccrocher à une vie titubante. Cadre, je me plonge à corps perdu dans le boulot, de jour comme de nuit.

Puis, accusé de harcèlement moral, je plonge dans les abîmes de la dépression.

Seul, je mélange antidépresseur et alcool, sombrant de plus en plus.

Hôpital psychiatrique et tentatives de suicide.

Une de mes ex me sauve la vie en venant me chercher et en me mettant à l'abri de moi-même, loin de tout, en Ardèche.

Une histoire d'amour me donne le courage de remonter la pente. Et un enfant naît de cet amour.

Mais le miracle tant attendu par cette femme a raison du couple. Rejeté du lit conjugal, je sombre à nouveau dans l'alcool mais lui reste fidèle croyant à un renouveau possible.

Mon nouvel emploi trouvé, j'abandonne les médicaments et me jette à fond dans le travail.

La vie de couple est une catastrophe et l'alcool me permet de m'évader. Les discothèques deviennent mon refuge.

Travaillant dans un village vacances, le vin est à volonté le midi. Et cela ne convient pas à la direction qui me menace, saisissant la médecine du travail.

Dans un coup de colère je décide que je suis capable d'arrêter définitivement ces alcool qui m'empêche d'y voir clair dans les problèmes qui s'accumulent. Je me fais suivre par un thérapeute qui me conseillera d'étudier ma généalogie.

Comprenant que mon alcoolisme n'est pas une fatalité et que la loyauté familiale est suicidaire tant pour moi que pour les miens, je décide d'arrêter toutes dépendances.

Le tabac, ce sera un an plus tard. Enfin je quitterai ma compagne pour vivre dans un 9m carrés durant un an et demi.

Sans cuisinière, ni frigo j'apprends la sobriété dans tous les sens.

Par la suite je décide d'arrêter un travail qui me fait souffrir et je me consacre aux études (licence professionnelle) et à un trek en himalay de trois semaines.

Je me prépare physiquement et moralement à passer les 5000 mètres.

Depuis je me suis marié et je vais défendre ma soutenance à 53 ans.

Que la vie est belle.