

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

### NOIR C'EST NOIR.... JE N'AI PLUS D'ESPOIRS. ..

---

Par [Profil supprimé](#) Posté le 08/08/2016 à 13h50

Bonjour

Je tente ma chance dans un ultime ou dernier espoir de trouver de l'aide. .du réconfort. ..du courage... ici sur ce forum en me disant que je me sentirais moins seule dans mon problème qui est Tabou et dont je ne parle quasiment à personne autour de moi même si tout le monde voit SON problème. ..

Mon conjoint est tombé dans l'alcool il y a 5 ans a peu pres sans forcément le vouloir mais le constat est bel et bien là aujourd'hui. .. Consommation cachée. .. vie sociale au point mort quasiment... l'isolement pour lui et pour moi ça va de paire... la confiance ébranlée sérieusement. .. je vis d'espoirs de guérisons mais les années qui passent commencent à me ramener à une réalité que je fuis depuis bien longtemps... la guérison me semble aujourd'hui impossible...

Je suis perdu... déprimée. .. je culpabilise de ne pas réussir à le sauver... je ressens sa peine et sa douleur mais me sens très clairement impuissante malgré toutes les tentatives parfois peu cavalière de ma part je le reconnais... mais quelle femme ne ferait pas tout pour sauver l'homme qu'elle aime?!

Mon expérience personnelle m'a appris une chose... si ça ne vient pas de lui... c'est foutu.

Lui seul à le pouvoir de se sauver. Moi je renonce un peu plus chaque jour.

J'ai tenter le suivi médicale. .. j'ai tenter les ballons... je le faisais souffler régulièrement pour maintenir un peu de confiance en lui... j'ai téléphoner partout où je pouvais trouver de l'aide et où d'ailleurs on m'envoyais clairement bouler!

Il ne dort pas...dort peu ou très mal... mange peu aussi.. je vois ses traits de caractères changés... Son corps changé aussi..Une jalousie malade... vie sexuelle et amoureuse sur le point de non retour. ... il n'à plus aucunes confiance en lui...on perd nos amis... la honte m'envahit lorsque l'on est en société ...Chaque occasions d'apéritifs en famille me remplisse de colère et d'angoisse. .. trouver des bouteilles et des cannettes cachées. ..et puis la violence à finie par apparaître à son tour...

Et la tu te dis.. c'est fini. Je ne peux plus rien pour lui...pour nous... que vont devenir nos enfants ? Que dois je faire? Et la tu te rend compte que tu souffre alors toi aussi non pas d'alcoolisme mais d'une putain de dépression. .. mais tu reste forte ... en société. .. avec le peu d'amis qu'il te reste tu garde tout... et tu te caches pour pleurer... ou alors de temps en temps quand je perd pied je me surprend à l'agresser. ... j'ai des envies de vengeance pour tout ce mal qu'il nous fait. Et alors la je me défoule et je vide mon sac et je pleure un bon coup... je hurlé. . Je le supplie de se soigner...et la réponse et très souvent la même. .... LE SILENCE.... pas de réponse. .. ou alors encore une promesse d'encouragement qu'il oubliera des le lendemain matin.

C'est le bordel dans ma tête constamment. .. rester? Partir? Aider? Renoncer? Le sauver LUI? Me sauver MOI? Le supplier? L'abandonner. ...?

Comme une conne il m'arrive même de prier quand je suis désespérer. .. si des fois ya un bon dieu pour qu'il me sorte de la... mais bon visiblement il ne m'entend pas... pour tenir.. je me motive en me disant que j'ai dû être méchante ds une autre vie et que je dois payer dans celle ci...

Bon courage à celles et ceux qui s'identifieront à ma vie actuelle..... qui était pourtant si belle il y a 5 ans... on a tout pour être heureux..il a tout gâcher. ..

## 6 RÉPONSES

---

[Profil supprimé](#) - 08/08/2016 à 15h08

Bonjour, juste pour vous envoyé tout mon courage car je ne me reconnait que trop dans vos mots....13ans de vie commune pour ma part, 13ans de vie avec l'alcool, avec les cures, avec l'espoir,avec les rechutes.... si je suis sur ce forum aujourd'hui c'est sans doute parce que je n'y crois plus, j'ai envie de vous conseiller ce que je n'ai pas le courage de faire :sauvez vous, fuyez, pensez à vous,sortez enfin de ce cauchemar !!!!!

---

[Profil supprimé](#) - 09/08/2016 à 13h27

Bonjour eloelody, woaw, tu as bien fais de venir ici vider ton sac, je sais que nous n'avons pas forcément de personne a qui parler de tout ça et que parfois il faut que ça sorte. J'ai l'impression que tu as atteint un point de non retour. D'après moi tu as 2 solutions, soit tu le fais enfermé en centre de désintoxication, le privant ainsi de toi et de tes enfants, soit tu le quittes et tu refais ta vie. Tu as l'air épuisée par la situation, tu as besoin de prendre du recul et de t'éloigner de lui, fais le, vraiment fais le, part te ressourcer, te recentrer sur toi même parce qu'il il y a trop longtemps que tu ne pense qu'à lui et son problème. Vis un peu pour toi, c'est le moment. Bon courage.

---

### Olivier 54150 - 09/08/2016 à 15h04

Votre témoignage m'émeut et je voudrais vous apporter un peu d'espoir.  
J'ai 46 et je suis abstinent depuis 1998.  
J'ai été alcoolisé cinq bonnes années avant la cure qui m'a sauvé.  
Le désespoir et la peur de tout perdre m'a fait réagir. J'ai maintenant 25 ans de mariage.

Effectivement, c'est lui et lui seul qui peut prendre la décision de se soigner.  
Il est très malheureux et à beaucoup de mal à voir votre peine.

Hurler ne sert pas à grand chose. Il doit toucher le fond pour pouvoir, se relever et se prendre en main.

Ne faites rien qui pourrait retarder le déclic qui le fera réagir. Il doit voir le mal qu'il se fait, et le mal qu'il fait à son entourage.  
Exp: (s'il s'endort sur le palier faite une photo et laissez le tel quel.)

Surtout, et c'est le plus important, sachez que rien n'est de votre faute.  
À ce stade seul l'éthanol est coupable.

S'il y a un mal de vivre, le poison ne va rien résoudre bien au contraire. Il finira bien par s'en rendre compte.  
Encore une fois, vous n'y êtes pour rien.  
Protégez-vous. Courage.

---

### Profil supprimé - 09/08/2016 à 19h47

Quel bonheur d'avoir des réponses!  
Merci infiniment pour vos réponses sincères!  
Audrey / carô merci c vrai que je devrais penser à moi.  
Je me focalise trop sur mes enfants... la peur de Les privés de leur père. ... perdre ma maison... c dur...très dur...

Je l'aime malgré tout aussi...

Olivier ton message porte à mon attention un million de questions!!!

Comment as tu fais?  
Qui t'as aider?  
Étais tu sur le point de tout perdre?  
Avez tu tout perdu?  
Tu ne bois plus rien du tout du tout?!

Dans l'attente

Elody

---

### Profil supprimé - 10/08/2016 à 15h33

J'ai les mêmes peur que vous, les mêmes doutes et j'en suis au même point !! Je pense sincèrement le conseil que je vous ai donner meme si aujourd'hui je n'ai pas le courage de l'appliquer! Tout est tellement plus compliqué quand nous avons des enfants au milieu de tout ce chaos ! Aujourd'hui mon compagnon est de nouveau plein de bonnes résolutions au sujet de son comportement envers moi,j'ai beau savoir que sa ne durera pas, j'ai quand même une once d'espoir que ce doit, cette fois, le début d'un déclic, et je m'en trouve ridicule car au bout de 13ans je devrai savoir que ce n'est pas si simple !!! Surtout tenez nous au courant....tenez tout court....!

---

### Olivier 54150 - 10/08/2016 à 15h52

Elody,  
Lorsque je me suis aperçu que je pouvais plus contrôler ma consommation, je suis allé voir mon médecin.  
La perte de confiance de mon entourage (surtout mon épouse) me faisait trop de peine,  
la sensation très désagréable de ne pas voir mes enfants grandir, d'être incapable de m'occuper d'eux,  
aussi la peur de perdre mon permis.

Il m'a prescrit de l'aotal, traitement qui s'est avéré totalement inefficace.  
Conscient de mon alcoolisme, je me suis dit que lutter ne servait à rien et je me suis mis à boire de plus en plus.  
3 à 4 bt de ricard par semaine et +++.  
Il fallait que j'appelle mon médecin pour qu'il m'arrête lorsque je travaillais de nuit, incapable de prendre le volant.

Les problèmes pleuvaient comme les feuilles en automne... Dossier de surendettement, voitures cassées...  
Mon épouse souffrait en silence.

À bout, retour vers mon médecin qui m'envoie chez un alcoologue. Résultat sans appel, dépression et alcoolo-dépendant.  
Il me prescrit un sevrage de 10 jours à l'hôpital et une cure de 5 semaines en maison spécialisée.

Donc depuis août 1998, je ne bois plus, même pas une bière sans alcool, car il y a 1°, même pas un mon chéri,  
je me méfie des pâtisseries, des sirops pour la toux... Zéro, c'est zéro.

Je sais que l'éthanol est un poison pour moi. Un seul verre est, je sais que c'est la rechute, et je ne veux surtout pas revivre ça.

Au départ, c'est bien le milieu médical que m'a aider. Mais pour réapprendre à vivre, c'est l'écriture et Jacque Salomé. (je fais un peu ma propre thérapie)

Je ne suis pas guéri, car c'est impossible, mais je ne consomme pas, donc tout va bien.

Les premières années de mon abstinence, j'avoue que le cannabis m'a bien aidé malgré sa douceur. C'est un moindre mal face à l'alcool. J'ai arrêté aussi, mais c'est une autre histoire.

Je vous conseille le film ou le livre "le dernier pour la route" d'Hervé Chabalier. J'espère vraiment que votre mari va réagir à son problème. Ne le croyez surtout pas lorsque qu'il vous accuse de son mal.

Ne pas pouvoir boire d'alcool est une fatalité, et si on réfléchit bien, une chance. Ce serait bien qu'il commence par s'inscrire ici, car ce sont les groupes d'entraide qui marche le mieux (je l'ai lu récemment). Dans tous les cas, il doit consulter.

S'il est violent, sauvez-vous. Par chance, ce n'était pas mon cas. N'hésitez pas à demander de l'aide, et ici pour d'autres questions. Bon courage. Olivier

---