

## C'ÉTAIT LA FOIS DE TROP.

---

Par **Zouzou13** Posté le 19/12/2020 à 14h06

Bonjour,

Il a 40 ans bientôt, il boit depuis ses 17 ans.

Et hier pour la 1e fois de ma vie j' ai dis stop il n avait plus que moi, mes parents s éloignant de lui de plus en plus.

Un frère qui a fait exploser toute une famille. Il a sûrement ses raisons de boire depuis tant d années vu l enfance, l adolescence qu'il a eu... À l inverse de moi il n à pas eu les ressources nécessaires pour entreprendre une thérapie qui lui aurait sûrement permis aujourd'hui d être en paix avec soi même et son passé.

On est pas tous égaux face à ça, on a pas tous la même résilience, les mêmes ressources.

Des années sans lui parler, mes parents s en occupaient. Puis le jour où ils ceux sont éloignés de lui j ai pris le relais mais la je peux plus et pourtant je m en veux tellement au fond de moi de l avoir jeter de ma vie

Après de multiples tentatives de suicides, de chantages à l affect, de fois où il me téléphoner défoncé en me disant qu'il venait de prendre des médicaments ou j'ai téléphoné au services de secours pour qu'ils arrivent à temps tout en étant à plus de 1000km de lui.

Toutes ces paroles inentenable, cette violence insupportable, toutes ces fois où je me suis dit quand il répondait pas pdt plusieurs jours que cette fois ci c'était fini.

Toutes ces nuits à me prendre la tête.

Toutes ces années à me dire que lorsqu'il entreprenait une démarche d aide cette fois c'était la bonne.

Quand il a pris des mois de sursis cette année avec une obligation de soin je me suis dis enfin il va s en sortir il lui fallait sûrement ça

Il a essayé tellement de fois de s en sortir mais à toujours replongé tête la 1e  
J'ai conscience à quel point pour lui c'est le combat de sa vie d arrêter de boire. Moi je peux plus acceptée

Il devait venir chez moi hier mais jeudi soir il m appel encore défoncé c'était la fois de trop. Alors je l ai jeté, il a téléphone à mes parents qui l ont aussi jeté les seules personnes qui lui rester lui ont tourné le dos et depuis ils nous a bloqué, ne répond plus au tel.

Il sait très bien qu'on est inquiet, mes parents vivent aussi à 800km de lui. Le seul moyen de savoir si il s est pas foutu en l'air cesr de tel au service de secours.

Mais j'ai pas envie je ne veux pas savoir je ne peux plus savoir en fait

Mais ma mère m à dit pour la 1e fois de sa vie que même si c'est son fils si il doit se tuer il sera en paix avec lui même.

C'est très dur à entendre mais on a plus de solutions. On a tt fait pendant des années.

Je ne devrais pas m en vouloir et pourtant... C'est tellement triste et sans mots ces histoires de vie qui sont ravagées par l alcool.

Je sais que c'est un forum sans jugements, mes propos sont durs mais c'est ce que je ressent aujourd'hui.

## 2 RÉPONSES

---

**Moderateur** - 31/12/2020 à 15h37

Bonjour Zouzou13,

Quelle situation difficile vous décrivez-là effectivement. Sachez que vous avez tout à fait le droit d'en avoir marre et de rejeter la situation. C'est même salubre que vous puissiez le dire. Connaître et dire vos limites c'est important. En effet il y a un moment où il faut avant tout s'occuper de soi plutôt que de dépendre du problème d'un autre.

Il en va sans doute de même pour votre mère. Les propos durs qui ont été prononcés sont surtout le reflet de son désespoir, de la souffrance ressentie plutôt qu'un souhait réel d'une fin pour lui.

Maintenant que vous avez dit stop vous allez pouvoir respirer. Bien sûr le fait de ne pas avoir de nouvelles est en soi inquiétant mais dans le fonctionnement qui s'est installé entre vous c'est avant tout une énorme violence à votre égard car vous êtes de toute façon

---

impuissante. Alors oui vous n'êtes pas obligée de demander des nouvelles ou de faire intervenir les secours. Remettez la priorité sur vous, ne vous laissez plus martyriser par cet état de fait sans solution apparente.

C'est une histoire triste et par rapport à laquelle, en tant que proche, vous pouvez recevoir du soutien. N'hésitez pas à en parler pour surtout ne pas garder cela pour vous et ne pas être rongée par le remord. Vous pouvez appeler notre ligne téléphonique, vous pouvez aussi contacter un centre de soins, d'accompagnement et de prévention en addictologie (CSAPA) qui reçoit l'entourage. Nos écoutants peuvent vous donner des adresses. Enfin, l'association al-anon organise des groupes de parole pour l'entourage des personnes alcooliques. Ces réunions de groupe vous aideront à vous sentir moins seule et à accepter votre impuissance. Voici son site internet : <http://al-anon-alateen.fr/>

En vous souhaitant de retrouver un peu de sérénité.

Cordialement,

le modérateur.

---

**Odreyrosse - 03/01/2021 à 00h35**

Bonsoir,

Zouzou13 je vous comprends tellement, je vis cela depuis 12 ans avec mon mari.

Je l'ai connu il buvait déjà. Des fois il s'est arrêté, lorsque nous nous sommes marié ou lorsque nous avons eu ma fille. Mais a la moindre épreuve il a rechuté. Et a chaque fois encore plus fort. Il m'a trompé une fois sous l'effet de l'alcool, une fois j'ai pris un coup mais le lendemain lorsqu'il redescendait il était sincèrement désolé. Croyez moi ou pas mais lorsqu'il ne boit pas il est le meilleur des mari. Mais plus on avance dans le temps plus il devient un monstre et malheureusement c'est presque tout le temps.

Plus le temps passe plus je perd mon mari au dépend d'un homme odieux et vissieu. J'ai été son epaule pendant 12 ans alors que tout le monde lui tourne le dos petit à petit. J'essaye un maximum de protéger ma fille qui a 4 ans et qui commence a voir que je souffre de tout cela.

Comme vous ce soir j'ai compris que cela ne pouvait plus durer quand apres des reflexion sur moi j'ai ressentit une envie folle de l'etrangler. La je me suis dit que ça allait réellement mal finir. Même si je sais que je vais détruire mon mari en voulant m'éloigner de tout cela, je sais aussi que je n'ai plus le choix si je ne veux pas mal finir moi aussi.

Je ne sais pas encore comment je vais faire, car je ne peux pas partir de chez moi pour la scolarité de ma fille, pour ma vie professionnelle et puis c'est ma maison je la paye toute seul tout les mois (car il ne travail plus et je paye tout ) Je voudrais qu'il comprenne le danger que cela représente aujourd'hui et qu'il parte de lui même.

Je n'en peux plus je suis a la limite du burn out

Voilà j'avais besoin ce soir le le dire  
Merci

---