

ALCOOLIQUE DEPUIS 2 ANS.

Par **Diego06250** Posté le 30/12/2020 à 00h24

Voilà mon histoire triste mais vrai.. j'ai 22 ans bientôt 23.

Je suis née d'une famille sportive avec des parents aimant bien sûr à l'adolescence les soirées commence.. l'alcool et bien sûr dans la partie.

Je n'ai jamais touché à des drogues ou à la cigarette je buvais en juste en soirée mes parents pensait que c'était normal de faire la fête pendant cette période là sans se douter du pire.

Pendant les vacances de 2018 j'étais au camping pendant 3 semaines l'alcool était là tout les jours je buvais énormément je ne mangeais presque rien je pensais arrêter une fois rentrée chez moi mais le lendemain, pris de sueur froide de tremblement j'avais terriblement envie de boire de l'alcool sachant que les seuls alcool que je console c'est {Whisky, Vodka}.

Je suis donc allée dans l'épicerie la plus proche pour acheter une bouteille de vodka 70cl je l'ai enfilée plus de 55-60cl dans l'après midi avec de la RedBull j'ai jeté le reste je suis rentrée raide défonce.

Depuis ce jour là j'ai arrêté le sport j'ai la peau sur les os mes parents ne supportent plus de me voir dans cet état là je suis donc parti vivre à la montagne chez mes grands parents mais je continue à boire.

A l'heure où j'écris ce message j'ai acheté de l'alcool {Vodka} je suis raide, j'ai terriblement honte mais je suis accro je ne peux plus m'en passer..

J'ai perdu mes parents mon foyer mes amis mon sport tout à cause de cette saloperie.

Mais j'ai vraiment envie de changer avoir un avenir, je ne suis pas au bas de l'échelle non plus je travaille depuis plus d'un an en préparateur de commande.

Je veux changer mais je n'y arrive pas je veux me faire aider mais sans que personne ne soit au courant ou allez comment faire ,? Merci d'avoir pris le temps de lire..

1 RÉPONSE

barti - 31/12/2020 à 07h32

Bonjour Diego et bravo pour ce message courageux.

Pas simple de passer le cap et d'écrire qu'on ne va pas bien, de mettre des mots sur ce que l'on ressent au plus profond de nous même et écrire que l'on serait bien incapable de dire à haute voix.

J'ai 41 ans, mon alcoolisme a probablement commencé à ton âge seulement moi, à 22 ans, bientôt 23, je ne me suis pas aperçu que j'avais un problème et je n'ai pas vu la pente. 20 ans plus tard et beaucoup, beaucoup de dégâts plus tard, la prise de conscience est arrivée. Bientôt 2 mois d'abstinence et c'est une véritable renaissance.

Grâce à ce fil notamment. Ici, on peut tout dire, tout écrire, sans être jugé. On s'en sort, on rechute, on fait une pause, on progresse, en somme on partage.

Et cette maladie qui nous ronge, quel que soit notre âge, nous la combattons.

J'ai retenu une phrase qu'un vieil ami alcoolique qui ne boit plus a écrit sur ce fil: on ne demande pas à un malade d'Alzheimer de faire un effort pour retrouver la mémoire, on ne lui dit pas qu'il manque de volonté. Pour nous autres alcooliques, c'est la même chose. Ne laisse personne ne te culpabiliser, te renvoyer que tu ne vaux rien, que tu n'as pas de volonté. Tu as démontré en écrivant ce message que tu avais l'extraordinaire volonté de te rendre compte de ton état, de prendre conscience qu'il y a quelque chose qui cloche.

Je vois que tu as mis la barre haut dès le départ côté conso; excellente chose! Tu ne vivras probablement pas la descente aux enfers pendant 10.20.30 ans.. Tu l'as vécu en 2 ans, douloureusement, catastrophiquement mais le passé est le passé. L'important c'est l'avenir!

Ecris sobre, raide, défoncé, triste, joyeux, dans n'importe quel état mais écris, tu en découvriras plus sur toi même que durant les innombrables introspections seul dans ton coin.

Tu as plein de solutions qui s'offrent à toi; arrêter net, ralentir, boire épisodiquement, continuer à carburer. C'est notre grande force, nous sommes vivants donc maîtres de nos choix. Enfin, maîtres.. le problème est que l'alcool fausse considérablement notre jugement, agit comme un puissant psychotrope qui nous transforme.

Je ne compte pas sur les autres pour m'aider, j'entends mes proches, mes parents. Ils seront heureux c'est certain de voir en nous ces nouvelles pulsions de vie mais ils en seront spectateurs, pas acteurs. Les acteurs ce sont nous!

Il n'y a pas de solution miracle. Pas de remède prêt à l'emploi. Pour moi, et après avoir tourné la question depuis maintenant 10 ans, je suis intimement persuadé que seule l'abstinence me sauvera. A toi de trouver ta solution sans mettre la barre trop haut, juste en vivant au jour le jour. Un jour à la fois, une victoire à la fois.

Bon courage et dis toi que tu n'es pas seul, nous sommes des millions dans ta situation. Reviens sur ce fil et d'autres et sers t'en pour

avancer.

A très vite

Barti
