

## FORUMS POUR L'ENTOURAGE

# NE PAS REPLONGER

---

Par **Ariane33** Posté le 25/03/2022 à 06h43

Bonjour tout le monde,

Inscrite fraîchement depuis ce matin je poste déjà mon premier message.

De nombreux témoignages sont des pépites.

J'ai besoin de votre aide et de votre retour d'expérience sur un soutien post consommation que j'essai d'apporter à mon conjoint.

Lorsque je l'ai connu la drogue dirigeait sa vie.

Nous n'étions alors pas ensemble.

Quand il a arrêté, je l'ai rencontré lui.

C'est l'homme de ma vie.

Il a tient bon depuis 7 mois.

Et nous parlons ouvertement de sa victoire au quotidien.

Mais nous vivons une relation à distance et cela le fragilise beaucoup.

Je sens que par moment son envie de reprendre vient parasiter notre relation.

Si je vous écris aujourd'hui ne n'est pas pour vous demander de ne pas avoir de point noir dans notre relation mais j'ai besoin de vous pour savoir comment l'aider à ne pas replonger.

Après un arrêt de sept mois et une belle rencontre comme la nôtre ce

Serait dommage.

Toute aide serait la bienvenue. Quels sont les signes qui montrent une envie de consommer de nouveau ? Comment l'aider a surmonter ça ? À distance ? Le manque de nous ( relation à distance) peut il être nocif pour son combat ( un manque en appelant un autre ?)

Merci pour vos conseils

## 4 RÉPONSES

---

**Pepite** - 28/03/2022 à 09h59

Bonjour ARIANE33,

Bienvenue sur ce forum.

J'aime bien votre pseudo qui me renvoie à une belle énergie, celle de la fusée Européenne qui part à l'aventure spatiale.

C'est en quelque sorte ce que vous faites avec cet homme, vous souhaitez expérimenter le couple avec comme "handicap" relationnel la drogue.

Cela me fait penser un peu à Pékin express et la contrainte imposée pour arriver au bout du voyage. Vous voyez de quoi je parle ?

J'ai le sentiment qu'ici vous venez chercher la sécurité pour poursuivre votre idylle, c'est cela ? Vous espérez qu'il existe un mode d'emploi ou "des outils" pour contrôler l'état émotionnel de votre compagnon. Ai-je bien compris ?

Souhaitez-vous anticiper un éventuel malheur ? Et si oui, lequel ?

De quoi avez-vous peur ?

Sentez-vous libre de ressentir ce qu'il se passe en vous.

Pépité

---

**Ariane33** - 29/03/2022 à 13h54

Merci beaucoup pépité pour cette réponse.

La référence était plutôt à celle du fil d'Ariane pour qu'il ne s'éloigne jamais de la surface dans son combat et retrouve toujours le chemin de la vie.

Je le laisse très libre de ces déplacements pour ne pas l'étouffer, le frustrer, le contraindre.

En vrai c'est son combat. Je veux être là pour lui mais il faut qu'il s'en sorte seul.

Avec mon fil pour le sécuriser.

Mais j'adore l'idée de la fusée et son énergie.

Je ne crois pas que son ancienne addiction soit un handicap pour nous. Bien au contraire. Il renforce notre amour comme essence dans son combat. Je veux juste que cette essence continue à bien faire fonctionner la machine de la résistance.

Je vois très bien la contrainte de Pékin express. Je suis là exactement pour ça. Pour les répéter. L'aider dans un combat dont je ne connais pas les règles. Je veux juste faire ce qu'il faut. Et je ne sais pas trop si j'ai les bons codes.

Je suis ici pour maximiser ses chances de réussites. Tout essayer pour l'aider au mieux. Aucun doute pour la sécurité de notre idylle.

Parfois juste un peu peur pour la sienne de sécurité.

Je ne redoute aucun malheur. Je serai là pour lui quoiqu'il arrive.

J'ai juste l'envie de rechercher sans cesse les moyens de l'accompagner mieux que je le fais déjà. Tout outils serait le bienvenu effectivement.

Merci pépité

---

**Pepite - 29/03/2022 à 16h13**

Bonjour Ariane33,

J'adore la mythologie mais Ariane n'était pas aimée par Thésée qui lui avait menti en lui promettant de l'épouser dans le but de sortir du labyrinthe.

C'est pour cela que je n'ai pas choisi ce récit car beaucoup de personnes dépendantes trahissent elles aussi (régulièrement) leurs proches.

Pourquoi le font elles ? Parce qu'elles sont prisonnières de leurs substances qui leurs procurent des moments (courts) de bonheur.

Comment s'en sortir ? Ou comment donner du sens à sa vie ? Elles seules cheminent avec le soutien du milieu qui agit en fonction de ses possibles.

Je ne suis peut-être pas la personne de vos attentes car mon fils est toujours dépendant.

Cependant je viens vous affirmer que votre éloignement met une distance émotionnelle et favorise votre prise de recul vis à vis de votre relation.

Je viens aussi vous témoigner que seule vous allez vous épuiser alors je vous invite à réfléchir sur votre énergie. Que souhaitez vous donner et qu'attendez vous en retour ?  
Discutez-en avec un professionnel.

Ensuite, pour ce Monsieur, l'idéal serait qu'il soit accompagné par un CSAPA et qu'il cherche à comprendre d'où vient cette dépendance. Avec un bon psychiatre par exemple.

Il a de la chance de bénéficier de votre empathie, de votre disponibilité et de votre bienveillance.  
Ces 3 ingrédients sont déjà énormes.

B Cyrulnik, neuropsychiatre, que j'affectionne et que vous pouvez écouter en ligne avec P Brenot dit que l'amour est délirant, que c'est le plus joli moment pathologique dans la condition humaine.

Prenez soin de vous, c'est la clé.

Pépité

---

**Ariane33 - 29/03/2022 à 17h51**

Merci beaucoup pépité,  
Ces mots me touchent beaucoup.

Il est effectivement très bien suivi et c'est sûrement ce qu'il le fait tenir.

Mon amour inconditionnel lui suffit pour l'instant. J'anticipe juste le jour où ça ne lui suffira plus car je sais que ce jour arrivera.

Merci pour la précision sur le fil d'Ariane, ce me ressemble bien de le guider même si ses sentiments envers moi n'étaient pas réels et s'il avait l'intention de le trahir un jour. Aujourd'hui, je sais que ce n'est pas le cas.

Cet éloignement met une distance qui m'est insupportable en vrai. Car oui, vous avez raison, je m'inquiète constamment alors que quand on est ensemble je me sens rassurée.

Je ne suis pas seule, il est constamment avec moi.

Je vais écouter le neuropsychiatre dont vous me parler.

Milles mercis pour vos messages.

Je crois que c'est la réponse que j'attendais.

Bon courage avec votre fils.

Prenez soin de vous également.

Nous prenons soin l'un de l'autre.

---