

J'AI HONTE

Par [Profil supprimé](#) Posté le 01/06/2024 à 14h57

Bonjour,

Je ne sais par ou commencer, j'ai commencer à boire de l'alcool au lycée et j'ai très vite enchaîner les cuites. Ce qui semblait cool à très vite dégénérer et j'ai passer des années a sortir dans les bars , a boire à ne plus se souvenir de comment j'étais rentrée et pire encore. On m'avait prévenue d'un " état pathologique lié à l'alcool " a 18 ans mais j'ai ris...

J'arrive a ne pas boire pendant de longues périodes mais le problème est que quand je commence il est impossible de m'arrêter , je suis en train de boire mon verre que je réfléchi déjà a ce que je vais prendre après et je me réveille la tete dans le gaz si je ne me suis pas vomi dessus...

J'ai honte à chaque réveils,ça commence de façon " festive" et ça fini en déchéance, je ne suis plus moi même je raconte n'importe quoi, je dis des horreurs que je ne pense pas.

Hier soir j'ai bu avec mon conjoint a la maison et l'alcool a dérapé j'ai fini ivre, j'ai oublier la plupart de la soirée, mais je sais que j'ai raconter des choses dont j'ai profondément honte.

Je bois quand mon fils de 2 ans est déjà endormi mais j'ai honte pour lui, je ne fais que me dire qu'il ne mérite pas que je soit sa mère, j'ai peur qu'un jour il me vois comme ça. Je raconte des horreur comme quoi je regrette ma vie d'avant, qu'il a gâcher ma vie et tout un tas de truc et j'en ai mal au ventre de honte je me dis que je suis horrible.

Je me lève pour lui avec la barre au crane je fais comme si tout allait bien alors que j'ai envie de pleurer quand je l'ai dans les bras car je me sens mal.

ça me fait du bien de l'écrire.