

J'AI BESOIN D'EN PARLER

Par **Profil supprimé** Posté le 03/08/2015 à 15h15

Bonjours a tous et a toutes,

J'ai 27ans, une copine que j'aime et qui m'aime, on a un très beau chez nous, je suis sans boulot pour l'instant car je reprend une formation en décembre donc je fait 2, 3 tafs a gauche, à droite. Bref malgré l'attente de la formation, c'est le bonheur...
...enfin ça pourrai être le bonheur.....

J'ai commencé a boire de temps en temps a l'âge de 13ans, c'était exceptionnel, 1 ou 2 bières de temps en temps. Puis vers 16ans je suis passé a la petite planifié, 1 ou 2 pacs de 24 et d'autre bières (je ne me souviens plus) et ça a 4, tout les mercredi. Ensuite vers 18ans je ne planifié plus, mais je commencé a boire plus régulièrement, du moins quand j'avais du temps libre et de l'argent. Puis arrivèrent mais 20ans, et mon engagement dans l'armée, au début je ne buvais presque plus, mais après 1 ans se fut la dégringolade, aucune limite, j'arrêtai de boire que quand mon corps me disait stop (c'est à dire quand je me réveiller dans mon canapé, ne sachant pas comment j'étais rentré), impossible de m'endormir sans boire.....

Cela dura 6ans sans aucune interruption, et ça faisait déjà un bout de temps que je le savais, j'étais alcoolique, je me voilé pas la face sur ça....

Il y a 2 ans j'ai rencontré ma copine, et la ce fut la première fois que j'ai eu honte, honte de voir avec quel facilité je faisais basculé des verres, honte de mon comportement, honte de moi, de mon alcoolémie. Au début je ne voulais pas lui dire mon problème, j'essayé de le cacher, j'essayé de gérer ça dans mon coin avec l'espoir que jamais elle s'en apercevrait.... évidemment elle s'en est aperçût.

Elle veut m'aider et j'aimerai qu'elle m'aide, que quelqu'un m'aide, mais parlé de ma vie, de se que je ressente, c'est pas vraiment évident pour moi, depuis toujours je ne me suis jamais confié que se soit pour n'importe quel sujet, je n'aime pas ça, j'ai peur d'ennuyer, qu'on se moque, qu'on me juge, qu'on s'apitoie sur mon sort ou même qu'on me plaigne.... alors depuis toujours je garde tout pour moi.

Mais la je commence a craquer, je n'arrive plus a m'en sortir, je risque de perdre tout se que j'aime et c'est pas se que je veux.

Donc me voila sur le site, décidé a faire des efforts pour en parler, et surtout décidé a me sortir de l'emprise de l'alcool...

(je suis désolé pour les fautes mais je n'est pas le courage de me relire)

3 RÉPONSES

combattante - 03/08/2015 à 16h52

bjr MaQ ton mail me touche et je t'encourage en effet !!!!!!! Si votre amour est fort il vous faudra beaucoup de patience car dans un couple avec l'alcool on est pas deux on est trois et ce troisième fiche la merde , vous sépare
En voila une bonne motivation d'arreter !!!!! l'amour que tu lui porte, elle elle ne pourra pas bcp t'aider à part garder confiance et patience , mais le plus difficile incombe à toi meme et tu le sais très on en est la tous sur sur forum, il n'y a qui soi même qui puisse faire évoluer l'arrêt de cette merde d'alcool qui nous rend si nuls malades et honteux parfois et nous bouffe la santé
Je suis de tout coeur avec toi, moi j'ai un endroit avec mon pseudo combattante en détresse tu vois..... on se comprend tous et on s'épaule et tu vas y arriver j'en suis sûre
Bon courage !!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!
Cordialement
Combattante

Profil supprimé - 03/08/2015 à 17h37

Bienvenu ici et pas de problème pour papoter avec nous.

Juste un rappel, tu as des liens sur ce site qui sont vraiment bien fait, un chat et un téléphone aussi.

Tu vas devoir faire des choix qui ma foi sont assez restreints: tenter de maîtriser sa consommation ou l'abstinence...

En attendant tu as fait un premier pas qui coûte peut être mais , si tu lis un peu ce forum, tu verras que tu n'es pas seul.

Je pense quand même qu'il te faudrait voir un professionnel, car tu bois beaucoup depuis longtemps, l'abstinence sans aide ça risque d'être super dur.

Je te souhaite bon courage en attendant.

Patrick

Profil supprimé - 04/08/2015 à 00h59

Merci, vos reponse me touche, et me donne encore plus de motivation.
