

RECHUTES

Par **Profil supprimé** Posté le 18/02/2016 à 09h01

Des années d'alcool au quotidien. De la cocaïne (beaucoup) - pour aider. Une position sociale valorisée et des qualités humaines et intellectuelles reconnues. Le bonheur.

J'ai tout perdu.

J'ai fui.

Je me soigne depuis plusieurs années. Plus exactement, je me bats, je lutte. Dépressions, rechutes, sevrages, cures, tentations suicidaires, rage, colère, anxiété généralisée, médicaments, perte de contrôle, espoir, soleil levant, alcool.

Je ne sais plus quoi faire. Me défoncer au Valium et aux pétards jusqu'à la fin mes jours ? Moyen.

Mais, je vous écris. Il est neuf heures du matin, je bois du café et je vous écris. C'est pas mal.

Je vous écris pour la première fois et je me demande bien qui vous êtes. Vous voulez bien me parler de vous ? Je souffre. Je n'en peux plus. Merci.

4 RÉPONSES

Profil supprimé - 18/02/2016 à 16h32

Bonjour Jean Phi . Si vous voulez me connaître un peu , vous pouvez me suivre ici . Des solutions ? Oui , sans doute , elles existent pour certains d'entre vous . Excusez moi , si ces mots écrits ici vous paraissent désuets ... et par tous autres mots ... à accoler à certains qualificatifs qui ne vous pousseraient pas vers du positif . N'oubliez pas que vous ne pourrez pas lutter seul , efficacement . Être seul , c'est aller à l'échec quand la maladie a trop avancé ; mais pourquoi vous traumatiser davantage ? En vous isolant . Vous avez raison de communiquer , au travers des mots il y a le déclic ; déclic que les médecins d'associations sauront j'espère trouver . Savez vous que certains médecins , ne sont pas forcément pour les médicaments ? Il y a tant d'arguments que nous ne pouvons exprimer ici , tant il existe de mots et d'attitudes que nous , qui ne sommes pas "addicts" ne pouvons exprimer . Ce que vous exprimez est un premier pas , au delà des mots , de ces mots que l'on ne peut dire qui se cachent au fond de votre volonté qui est là ; cette volonté en vous qui est une présence et qui se manifeste dans votre message . Il y a sans doute cet espoir là ; que vous saurez exprimer en vous rapprochant de gens qui ne jugeront pas et en qui il faut avoir confiance . Allez vers eux , ils vous soutiendront , même s'il est possible que vous ne vous sentiez pas toujours compris , parce que l'on ne peut se mettre à votre place . Les centres CSAPA pourront vous aider dans votre démarche personnelle qui va vous demander un effort de patience , envers vous même ; et aussi de la patience , ces ingrédients que tous possèdent ; qu'ils soient malades ou écoutants . Vous avez toutes vos chances de réussite . Les rechutes certes , surviennent aussi ; mais qui n'a pas eu ces moments de découragements ? Ne restez pas seul , vous venez de faire un pas ; même petit c'est un pas . Qui sait ? Je ne suis pas toubib , et ne peut vous conseiller comme eux qui en ont la capacité et les moyens matériels nécessaires . En tout cas , si c'est vous qui décidez et faites la démarche ; ceux qui le peuvent vous y aideront ; y compris les associations Al Anon , où tout est anonyme ; sans culpabilité , dans lesquelles on apprend à se guérir aussi ; pour nous non addicts . Les réunions sont libres et ouvertes , un jour par semaine ; les autres jours ce sont pour les familles et leurs proches . Bon courage , vous y parviendrez .

Profil supprimé - 18/02/2016 à 18h41

Bonjour jean phi

je suis moi meme nouveau sur le site, je me suis intéressé au forum " besoin d'aide" j'y ai lu des témoignages émouvants et instructifs. Depuis ça me fait du bien de communiquer avec les gens de ce groupe que je ne verrais sans doute jamais, mais chaque message de ce que j'appellerai mes potes de galère me font du bien!!

courage a toi

Profil supprimé - 18/02/2016 à 19h32

Merci.

Merci beaucoup - en vrai.

Le problème, c'est que je ne sais plus comment faire, ni à qui parler (peut-être à internet ?), et pour dire quoi ? Que n'ai-je déjà dit cent fois ? Que n'ai-je perdu qui puisse encore l'être ?

Je reconstruis. Je vis avec une femme incroyable, ses filles m'aiment bien.

Depuis une semaine, je reprends quelques unités. 2.8 unités d'alcool / canettes x2 / jour. Je connais le chemin. La bouteille de vodka est toute proche.

Je sors de cure. 3 mois sans une goutte et avec le sourire.

Va savoir pourquoi, 2.8.

Je sais que vous ne pouvez pas grand'chose. Mais j'écris un peu. La bouteille à la mer.

Profil supprimé - 28/02/2016 à 08h17

Courage Jeanphi,
Continue à te faire suivre, vois d'autres soignants si besoin.
