

## JE BOIS DEPUIS DÉBUT JANVIER ET JE CONTRÔLE POUR L'INSTANT

---

Par **Profil supprimé** Posté le 03/03/2016 à 17h50

Bonsoir,  
J'ai 51 ans, et j'ai commencé à boire très récemment (début janvier 2016). je ne bois que du vin rouge, mais uniquement des vins rouges plutôt puissants (type Madiran, Cahors, Bordeaux supérieur). J'ai détesté le vin rouge toute ma vie, jusqu'à début d'année 2016 ou j'ai eu envie d'essayer, de goûter pour voir.  
Il faut dire qu'à la base je n'aime pas l'alcool en général, je veux dire que je n'avais aucune attirance particulière, je dirai même que je ressentais un dégoût, rien qu'à l'odeur du vin rouge. Je pense que j'ai fait un blocage depuis jeune, lorsque ma mère m'a forcé à manger des plats en sauce à base de vin rouge... Plus je refusais et plus elle me forçait... Bref je ne vais pas entrer dans les détails, mais toujours est il que, je ne sais pas pourquoi, ce 4 janvier 2016 j'ai acheté un vin rouge, un cahors. j'en ai bu un verre, le soir en cachette, car mon épouse connaît mon aversion pour cette boisson et elle n'aurait pas compris que je lui dise : "chérie, ce soir je bois du vin rouge", alors que rien que le fait de voir passer une bouteille entamée au dessus de mon assiette m'a révolté (j'avais jusqu'à maintenant un vrai problème avec ça). bref, j'ai bu ce verre et environ 20 minutes après, je me suis senti "bizarre, sur un nuage". Etant donné que je n'ai quasiment jamais bu d'alcool, ce verre m'a procuré une sensation de bien être. la tête me tournait... et j'ai recommencé le lendemain, puis le jour suivant et ainsi de suite. Mais avec l'habitude, il m'a fallu augmenter la dose et progressivement je suis arrivé à une consommation d'une demi bouteille par soir, mais pas plus. pendant un moment j'ai eu peur parce que j'ai cru que je contrôlais la situation. mais je me suis rendu compte que tous les soirs il me fallait boire pour me sentir bien... Je n'arrivais pas à me dire : ce soir je ne bois pas... j'ai quand même réussi il y a 15 jours, à sauter un soir et la semaine dernière 2 soirs. Mais je n'arrive par contre pas à me dire : aller j'arrête. D'autant que je ne peux m'empêcher d'aller acheter un vin rouge d'un cépage différent, pour goûter.... J'ai plus de bouteilles en réserve que je ne pourrai en boire (je cache ça dans mon coffre de voiture), et j'ai à ce jour 14 bouteilles en réserve. en gros j'en ai pour un mois à raison d'une demi bouteille. En fait ce qui me plaît c'est le début, lorsque la tête commence à tourner un peu, cette fausse sensation de chaleur, et du coup je n'ai absolument pas envie d'arrêter. une fois que mon épouse s'endort, je file boire ma demi bouteille (je consacre environ 40 minutes puis je vais me coucher avec cette sensation puis je m'endors). Est-ce que quelqu'un vit la même chose que moi ? Comprendons nous bien, je n'ai pas envie de me bourrer "la gueule" pardonnez mon vocabulaire, mais j'ai juste besoin de ce petit moment à moi. Le lendemain je me lève je vais bosser normalement. Est-ce que mon cas est désespéré ? Est-ce que je risque de ne plus contrôler ? merci pour votre aide.

### 6 RÉPONSES

---

**Profil supprimé** - 03/03/2016 à 21h57

Chance, bonsoir,

Je reconnais que ton histoire m'inquiète, tu te caches pour boire, tu stockes, tu planques, t'as peur d'une pénurie et de perdre un plaisir. C'est comme ça que j'ai commencé et fini bien plus grave.  
Sache que le corps va s'habituer à ta consommation, pour retourner sur le petit nuage pour reprendre ton expression il te faudra augmenter les doses, puis encore, puis encore et un jour et la ça va faire mal, ta femme va te trouver dans un état lamentable, plus de retour en arrière possible car si l'alcool peut tuer, le manque d'alcool peut tuer également, tu te fais plaisir c'est bien on ne peut pas te le reprocher, mais il y a un mais : calmer le jeu, faire des poses c'est bien mais pour te voir écrire j'ai une cave pour plusieurs jours montre que tu n'a pas envie d'arrêter.

C'est un très bon début d'alcoolisme, continue tu vas en plein dedans, je suis un peu dur de te le balancer en pleine face, mais comment te le faire comprendre, apparemment tu ne connais rien sur l'alcool et ses hauts risques et c'est bien normal, c'est un sujet que personne ne veut aborder, sauf pour vendre ce poison on en revient au fric. Je vais te donner un film en 4 parties qui explique très bien la complication liée à l'alcool, c'est vraiment le b.a b.à à connaître, après tu me diras merci, je ne dis pas que tu es alcoolique, je dis que tu en prends le chemin, si je passe du temps à t'écrire, c'est que j'ai de la peine pour toi. Tu poses une question en espérant qu'on te dise c'est bien continue, aucun risque et bien non, je ne peux pas te laisser faire, après c'est toi qui vois, je viens de sortir de cet engrenage et maintenant tu veux y entrer.

C'est YouTube, Reportage choc 2015 addiction alcool partie1.mp4 visionne de partie 1 à partie 4 durée 15 minutes.

Et fais moi plaisir de me donner une réponse du genre tu m'a aidé ou alors de quoi tu te mêle. De toute façon pour moi c'est un plaisir de faire réfléchir sur le sujet alcool qui a essayé de me tuer et malheureusement en tuera d'autres.

Esperant t'avoir apporté une aide.

Cordialement.

Prosper

---

**Profil supprimé** - 04/03/2016 à 11h38

Salut Chance01

Prosper a entièrement raison: tu vas droit dans le mur les yeux fermés.

Pour ma part, je faisais des insomnies, je me levais, me mettais devant l'ordi en buvant un whisky, me disant que cela me servirait de somnifère. Au fur et à mesure, il me fallait la demi bouteille de sky comme médoc. Alors un jour, je me suis posé la question : ai je vraiment un problème de sommeil, ou mon corps se réveille pour aller chercher sa dose; Julien Lepers aurait dit "oui!!! vous êtes champion"

Depuis je me fais suivre, on m'a prescrit un vrai médoc, et j'attaque mon 3ème jour d'abstinence. Certain dirait puceau, mais faut bien commencer

Bon courage et accroche toi

---

**Profil supprimé - 04/03/2016 à 14h03**

Bonjour Prosper. merci pour ton message choc !!! et merci pour ces 4 vidéos que j'ai regardé attentivement. je n'avais pas conscience que l'on pouvait être accro et dépendant à ce point la.... Ce qui est sur, c'est que je n'ai pas envie de devenir comme ça. Je ne savais pas que l'on pouvait mourir du manque d'alcool.... J'ai appris beaucoup de chose en très peu de temps. Je ne peux pas te promettre à cet instant précis que je vais tout arrêter, mais je peux te promettre en revanche que je vais beaucoup réfléchir après avoir vu les 4 films et avoir lu ton message. Est-ce que l'on peut rester en contact ? Tu dis que toi tu en est sorti, j'aimerais donc garder le contact et accepter la main que tu m'as tendu, si tu en est d'accord.... Pour répondre à ta question, oui tu m'as apporté une aide. Cordialement, et a bientôt. Chance

---

**Profil supprimé - 04/03/2016 à 19h30**

chance prosper

Bien sur que l'on reste en contact.

Sur que mon dernier message clair, net, dur et ferme ça claque. C'était le but. Naturellement le film, je l'ai choisi vu la circonstance : taper fort.

Mais, mais , mais prudence, mesure, calcule quand l'engrenage démarre malheureusement il peu accélérer. Maintenant ton histoire ne m'inquiète que peu puisque t'as pris conscience du problème.

Content de t'avoir servi, bonne route à toi.

Tiens moi au courant pour la suite

prosper

---

**Profil supprimé - 08/06/2016 à 16h11**

Bonjour Prosper.

J'ai stoppé net toute consommation d'alcool depuis plus de 3 semaines maintenant. J'ai fait le tour de la question je pense... être en état second m'a apporté plus de choses néfastes... Je me sens bien mieux maintenant. J'ai l'esprit clair, et il n'y a pas photo. ce passage de 5 mois environ restera un épisode de ma vie, mais j'ai réussi à garder le contrôle. je pense, car je n'ai jamais dépassé une consommation supérieure à 600 ml de vin rouge, (soit moins d'une bouteille) par soir. Je pense que tout cela est derrière moi maintenant.

Merci à toi.

A un de ces jours peut-être....

Chance 01

---

**Profil supprimé - 10/06/2016 à 06h15**

Bonjour Chance,

Merci de m'apporter de tes nouvelles, un bon travail qui me fait plaisir et cela demande beaucoup d'efforts.

Tu vas pouvoir revivre et cette situation toute nouvelle n'a pas de prix.

Maintenant, tu as de quoi comparer les deux situations, je suis certain que tu ne reviendra pas en arrière.

Bonne continuation à toi.

Félicitations.

Prosper.

---