

J'AI DÉCIDÉ D'ARRÊTER DE RESSEMBLER À QUELQU'UN UN QUI N'EST PAS MOI

Par [Profil supprimé](#) Posté le 28/08/2018 à 11h07

Bonjour à tous,

Pour me présenter rapidement, je suis un jeune sportif de 24ans. Mes parents ayant divorcés il y a maintenant 17 ans, mon père et ma mère on tout deux sombrés dans l'alcoolisme (je m'en suis rendu compte que très tard, je n'ai pas voulu le comprendre étant plus jeune). J'ai très mal vécu cette période et j'ai donc pris mon indépendance dès mes 18 ans.

J'ai rencontré ma compagne à l'âge de 19 ans et j'ai été très vite apprécié dans sa famille. Seulement, sa famille étant une famille de bon vivant, mon beau-père m'a très vite appris le bon whisky et le bon vin... un peu trop...

Vivant avec ma compagne depuis 4ans, j'ai toujours réussi à cacher mon addiction à l'alcool et j'ai toujours trouvé une occasion pour prendre l'apéro (le jeudi soirée étudiante, le vendredi et le samedi pour fêter le week-end, et le dimanche soir pour fêter la fin de week-end...). Seulement, ma compagne a été muté pour un an dans une autre région et je me retrouve seul la semaine... et c'est là que tout a commencé. J'ai compris que j'avais un réel problème avec l'alcool quand j'ai commencé à boire tout seul, toujours sans alcool fort (whisky ou rhum). Sans pouvoir m'arrêter. Bien sûr à côté de ça je mange n'importe quoi (gâteau apéro, chips, glace, j'ai même pris la voiture plusieurs fois complètement alcoolisé pour aller chercher une pizza..).

Lorsque nous avons des invités et que j'ai encore inventé une occasion pour prendre l'apéro, je ne choisis pas en fonction de ce qui me donne envi mais en fonction de ce qui va me saouler le plus possible (je me suis inventé une passion pour le whisky et pour le rhum afin que ma famille n'y voit rien).

Seulement aujourd'hui je n'en peux plus. Je n'en peux plus d'avoir peur de l'alcool, je n'en peux plus de voir parfois le regard de ma femme sur moi lorsque je me ressert une « rincette » à l'apéro, je n'en peux plus d'être Déçu de moi le lendemain matin après avoir passé ma soirée à boire et chercher dans la poubelle pour voir ce que j'ai bu et mangé, étant sportif, je gâche chaque jour mes résultats et je n'arrive pas à avoir le corps rêvé a cause de l'alcool.

J'aimerais arrêter cette consommation d'outrance et retrouver une consommation et surtout une relation NORMALE avec l'alcool. Ne plus boire d'alcool fort juste pour être saoul mais boire un verre de vin si nous sommes avec des amis, ne plus inventer des occasions juste pour « fêter ça », ne plus être encore une fois déçu de moi le lendemain matin, savoir dire NON quand on veut me resservir un verre (car j'ai une descente rapide de mon verre de vin, c'est impressionnant!), savoir dire NON parce que je conduis après, bref, avoir une vie normale et pas me poser tant de questions à 24 ans... j'ai tellement peur de gâcher une vie à cause de l'alcool et du peu de bonheur que ça apporte....

C'est décidé, à partir d'aujourd'hui j'arrête cette relation malsaine, et surtout je profite des bons moments avec ma famille et mes amis sans être alcoolisé.