

Réunion du 19 octobre 2018

Thème : « L'alcool et le mensonge »

Pourquoi ment-on ?

Parce qu'on a une mauvaise image de soi, on refuse d'avouer qu'on boit de l'alcool, on sait que ce n'est pas bien, mais il nous est devenu nécessaire . « *On est mal, mais on ne veut pas le reconnaître et on dit que ça va* » . C'est le besoin d'alcool qui fait mentir, c'est une souffrance permanente .

« Au début, on consomme une dose d'alcool dès le matin pour tenir le coup, pour affronter les gens, pour pouvoir aller au travail, mais peu à peu, on a besoin de boire de plus en plus pour ne pas trembler et se donner de l'assurance » .

La notion de honte et la peur d'abandon nous poussent à mentir de plus en plus .

« Quelquefois les mensonges étaient tellement énormes que nous-même avions du mal à croire ce que l'on affirmait, mais personne n'aurait pu nous le faire avouer » .

Le malade alcoolique minimise, il diminue systématiquement sa consommation à tel point qu'il finit par y croire lui-même . le malade dépendant, dans la phase de déni de la maladie peut-être si convaincant et si efficace qu'il arrivera à faire douter l'autre (le conjoint par exemple) qui lui reproche d'avoir trop bu .

« Le mensonge nous amène à trouver des caches et des astuces pour que l'on ne sache pas que l'on a consommé » .

« J'allais souvent chercher du bois pour faire du feu dans la cheminée, mais c'était surtout pour trouver ma bouteille que j'avais cachée » .

Nous nous comportons comme des enfants qui cachent avoir volé des bonbons et les avoir mangés . Nous sommes les seuls à penser que nous dupons les autres . Et pourtant nous ne sommes pas dupes de nos mensonges, nous savons que nous mentons, mais c'est plus fort que nous .

« Qu'est-ce que j'ai pu raconter comme histoires !!! Maintenant, je me dis que je prenais les gens pour des imbéciles en pensant qu'ils allaient gober ça, et pourtant à cette époque, ça me paraissait tout à fait possible » .

l'entourage : *« J'ai quelquefois accepter ses mensonges en espérant éviter un conflit, mais je n'étais pas dupe ... »*

Il y a beaucoup d'occasions de boire de l'alcool que ce soit au travail ou en dehors : anniversaires, départs à la retraite, fêtes etc...toutes les occasions sont bonnes.

« Un jour après une fête, après avoir soufflé dans un alcootest, j'étais le seul à être positif. J'ai raconté que c'était à cause du médicament que je prenais . J'ai même dit que le médecin m'avait prévenu » ...

« je prenais des bonbons pour cacher l'odeur d'alcool à mon conjoint ».

On a tous été dans le mensonge à un moment de notre vie de malade alcoolique , mais désormais abstinents, il faut savoir choisir et dire « non » .

« Le mensonge est un danger pour soi et pour les autres » . Il ne faut plus mentir pour aller mieux et être bien dans une abstinence heureuse .