

### ON PEUX TOUS RÉUSSIR.. L' ALCOOLISME D'ARKANGE

---

Par Arkange Posté le 27/08/2020 à 00:16

Bonjour,

Je suis pas un grand adepte des forums, c'est même la première fois que je me dévoile sur une plate forme mais peut être pourrais-je en aider plus d'un, suite à ce témoignage..

Je préfère rester anonyme je m'appelle Arkange, je suis un garçon de 23 ans.. Il y a de cela 2 ans j'ai été diagnostiquer personne sujette à des " dissociation de personnalité " et à " une hypersensibilité émotionnelle " qui m'a conduit à pas mal de soucis de santé physique et psychologique.. Quand la maladie c'est déclarer j'ai subi une crise qui m'a valu l'arrêt et ensuite la perte de mon travail. J'ai aussi à la suite de cette maladie était envoyer en hôpital psyatrique qui a été un enfer, pour à mon retour fini abandonner par mes amis.. Et le clou du spectacle largué et même cocu par la fille qui était tout.

J'ai donc sombrer dans l'alcool à la suite de tous ses événements.. Je suivais et suis toujours un traitement et le mélange était assez chaotique. Malgré cela j'ai toujours eu un caractère combatif et extremement altruiste à l'égard de moi même et des autres (le genre de gars qui va aider plus les autres que lui). Je me suis donc battu mais j'ai sous estimer ma douleur et j'ai sombrer et ressombrer dans l'alcool pour compenser la douleur physique et mental devenu trop forte. Une sorte de morphine en somme. J'ai commencer la chanson.. Étant toujours été écrivain dans l'âme.. J'ai appris tout seul, et je me suis entraîner comme un fou pour atteindre cette objectif durant cette période qui était début 2019 sachant que mon alcoolisme a débuter Octobre 2018, j'ai arrêter assez subitement l'alcool et me suis concentrer dans la chanson..

À la suite de cela, j'ai perdu encore plus d'ami, car sortir d'un hôpital ne donne pas une bonne réputation apparemment.. Et n'ayant personnes autour de moi et ne subissant que des échecs affectif (précision que je suis plutôt introverti et que je fournissait l'effort d'aller vers les personnes, car d'habitude je ne vais vers les gens que quand ils ont besoin de moi.. Je ne sais pas faire l'inverse) j'ai ressombrer en Octobre 2019, et de façon assez forte.. Mon ex copine me hantant chaque jour par l'amour incroyable que j'avais pour elle et tous l'abandon de mes amis et leurs trahison. J'ai donc ressombrer.. Ce rituel.. Cette réalité était un cauchemars est l'alcool était la seule substance où entité capable de me redonner encore une brimade de motivation pour mes écrits, ma motivation et même mon sourire.. Car bien que cette période ma santé se dégringolait.. J'avais l'envie de me battre sous alcool.. Sûrement la dose de confiance qu'on n'a pas sobre et je la recherchait et je buvais pour trouver la réponse sans comprendre que la réponse n'était pas dans la bouteille..

J'ai cacher tout à mes proches.. Car incapable de comprendre.. Dans la famille l'alcoolisme est un affront suite à des événements assez dramatique et c'était une honte de leur avouer.. J'avais peur de perdre les seules 3 personnes qui m'appréciait encore.. (Précision que je n'ai jamais de mal à qui que ce soit.. La solitude s'est abbatu d'un coup sans prévenir)

Alors j'ai poursuivis ma descente jusque Avril 2020 durant le confinement..

Dans la période de Octobre 2019 à Avril 2020, je buvais essentiellement des bières fortes contenance 50 litres pour un taux allant de 7 à 12 degré.. J'en buvais 5 de 14h jusque 18h quand j'arrivais encore à les boire.. Plus je buvais plus j'en avais envie et plus je buvais, plus son visage me manquais et me rendais triste.. C'était une magnifique rousse et plus je buvais plus je pouvais voir la couleur de ses cheveux oranges rayonnait en flash dans mes yeux.. Et à chaque flash c'était une gorgée.. Comme une sorte de punition pour penser à elle " tiens tue toi par l'alcool " et quand mon ex copine ne me manquait pas je cherchait de l'attention par des amis qui m'ignorait.. Me ridiculisant encore plus par mon comportement d'ivrogne.. Un cercle vicieux.. Qui heureusement c'est arrêter mais pas tout à fait..

L'alcool était pour moi un ami.. C'était cette personne qui me rendait bien qui me faisais voir ma force, mon inspiration, ce monde, une meilleure image.. Mais ce n'était que sur la première car la deuxième m'enfonçait et la troisième encore plus et la quatrième encore plus pour au final voir la 5eme finir dans la cuvette. C'était cette personne que je n'avais plus.. C'était un présence.

Ma maladie psychologique n'a rien arranger, car selon ma psychologue j'étais en dépression nerveuse, en plus de toutes ses mères. D'où mon alcoolisme.. Vers Mars 2020 j'ai commencer à boire le matin.. Quand je n'avais pas fini les bières de la veille.. Et c'est la que j'ai eu un " ola ", malgré cela j'ai continuer.. Et un jour je me suis regarder dans le miroir j'avais pris du poids, une bouée, moi ayant toujours été athlétique et sportif.. À la suite de cela j'ai décider de me reprendre en main.. J'ai arrêter de boire pendant 1 mois cela a été mon objectif que j'ai réussi... Le 17 Avril 2020 j'ai arrêter et j'ai repris le 20 modérément... Je n'aurais jamais du..

À la suite de cela, poursuivant la musique, et mes projets professionnels (car j'ai oublier de préciser à cause de ma maladie il est difficile pour moi de trouver du travail, cela fait 2 ans que j'en recherche et j' ai donc décider de créer mon entreprise qui est en cours de création) je buvais modérément en de rare occasion m'étant interdit de boire chez moi.. Et un jour sans crier garde je suis retomber sur un projet vidéo (court métrage) que j'avais créer avec mon ex copine et un meilleur ami qui m'a laisser tomber.. De nature froide et dur je n'ai rien exprimer mais mon cœur a implorer, comme un

retour en arrière, et j'ai commencer à me dire " Arkange accorde toi 2 bière " pour te calmer... Et vous ne pouvez que deviner la suite.. La 2eme bière a été fatale car elle m'a anéanti encore plus, 1 mois sobre et une simple bière vous donne le tourni..les sentiments néfastes et tristes sont revenu.. Elle me manquait encore et encore plus et mes amis aussi.. J'ai donc rechuter.. Aujourd'hui à l'heure que je vous parle.. Cela fait 3 jours que je n'ai pas bu j'essaye de continuer à lutter.

J'ai toujours lutter pour le bonheur de ceux que j'aime, je n'ai jamais véritablement su comment faire avec moi, la solitude m'a rendu alcoolique et pas que ma maladie à était le précurseur et c'est encore une source d'alimentation.. Le traitement que j'ai actuellement est modéré et qu'une fois par jour.. Le mélange alcool médicament étant presque nul comparé à avant. Si l'alcoolisme tue à petit feu.. La solitude est l'essence qui vient l'alimenter.. À vous de balancer le seau pour arrêter tous cela.. Si vous avez du monde par chance.. Parlez en et si vous ne pouvez pas comme moi.. Alors parlez ici.. Je vous souhaite la paix.. Ce témoignage est extrêmement long et sans doute bourré de fautes.. Mais il fallait que j'en parle.

Courage.. Car la véritable lumière se trouve au dessus de l'ombre qui vous suis..

Arkange