



Lettre ouverte à ma famille

Je suis une toxicomane. Je sais qu'il me serait utile d'avoir de l'aide car je peux difficilement m'en sortir seule.

Vous voulez m'aider, alors ne cherchez pas de solutions à ma place. Ceci m'amène à ne plus vous respecter et à me révolter.

De grâce, pas de sermons, ni morale, ni réprimande, ni blâme, ni argumentation, que je sois sous l'effet de drogues ou non. Cela peut vous soulager, mais cela ne m'aide pas car je me blâme déjà moi-même et plus je souffre plus je veux me geler.

N'écoutez pas mes promesses. La nature de ma maladie m'empêche de les tenir même si je suis sincère à ce moment-là. Les promesses représentent mon seul moyen de fuir ma souffrance.

Restez ferme dans vos décisions. Ne changez pas d'idée constamment car je suis habile à vous manipuler même si je sais que je paierai la note un jour. Ne vous mettez pas en colère contre moi, cela vous détruit.

Ne laissez pas une grande inquiétude à mon égard vous envahir car elle vous pousse à prendre mes responsabilités et m'empêche de subir les conséquences de mes gestes. Ne dissimulez pas ou n'essayez pas de cacher mes gaffes vis-à-vis des autres. Cela peut réduire les crises mais cela fait progresser ma maladie.

Par dessus tout, ne fuyez pas la réalité comme je le fais. Essayez d'être heureux malgré tout... malgré moi... Ma dépendance aux drogues s'aggrave à mesure que ma consommation persiste.

Votre bonheur sera sûrement pour moi l'occasion de croire que je peux, moi aussi, être heureuse...

SANS DROGUE!

