

TOUJOURS LÀ

Par [Malu](#) Posté le 07/02/2021 à 21h54

Depuis 2018, toujours au même point. Des mieux, des moins bien. Aujourd'hui c'est moins bien. Je consomme le soir à l'apéro. Des promesses de j'arrête demain, je connais... les psy, les traitements adéquats, je connais, la dépression chronique, les antidépresseurs, anxiolytiques, somnifères, j'ai donné. Je dors depuis plus de 20 ans avec des somnifères.

Juste le soir... c'est un mieux. Parfois, j'arrête. Le 1er confinement a été exempt total d'alcool. Sans effet de sevrage. Je ne consomme que du Whisky. 2 grands verres pour occuper mon cerveau à ne plus trop penser. Je me sers un verre et je bois au goulot pour le reste.... À oublier. Je ne sais même pas quoi... Depuis tant d'années. Mais là, je suis fatiguée. Je me sens mal en forme. Alors, je me dis ce soir, en revenant vers vous, que demain prut être le bon jour. Un jour à la fois, je le sais. Je sais que pour moi ce 1er jour sans alcool en annonce quelques autres ensuite. Donc je me souhaite un demain fort et sobre, pour un répit...