FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

SOBRE..OU PRESQUE.

Par Profil supprimé Posté le 23/02/2015 à 12h40

Bonjour a tous,
pas facile d'écrire ces lignes quand on ce sent coupable,j'ai bu de nouveau,j'ai craquer d'ou mon silence sur le forum.
j'ai bu pour la première fois depuis bien longtemps avec modération,je ne me suis pas saouler 2 verres et terminer.
je suis a la fois heureux et triste,ma femme est contente elle retrouve son mari (qui fait du sport),qui est " sortable",et plus apaise dans la vie quotidienne.et triste car je n'est pas tenue mes belles paroles et resolutions.
je suis actuellement une personne que j'aime être,1 verre ou 2,et stop!
je dit pas de conneries,me rend pas pitoyable,et je me souvient de tout oui de tout quand je fait une soirée entres amis et j'adore ca!!
maintenant la vraie question est: pour combien de temps!
je ne boit plus une gouttes la semaine,je me le suis interdit.
j'ai rdv vendredi avec l'addicto,je suis toujours motiver,je ne veut plus jamais causer de tort a ma famille a cause de l'alcool.
a bientot

2 RÉPONSES

Profil supprimé - 23/02/2015 à 13h52

Bonjour GT

Heureux de te retrouver . N'ayant plus de tes nouvelles sur ce forum, je ne cache pas que j'étais plus ou moins tranquille. Je me doutais un peu d'une possible réalcoolisation. C'est souvent ce qui se passe quand on s'éloigne du sujet qui nous tient tant à coeur. Plus tu t'éloignes de ce forum, plus le verre se rapproche. Du coup, avec des remors et de la culpabilité, tu n'oses plus revenir et ainsi de suite. Toi tu as vaincu cette culpabilité et tu reviens en toute humilité avec beaucoup d'honneteté. C'est énorme et positif car comme tu as du le lire ici, c'est pas grave de tomber de vélo, mais il faut remonter tout de suite.

2 verres puis stop .... Oui, tu t'es rendu compte que c'était agréable, que tu te souvenais de tout, que tu ne te mettais pas dans des états pitoyables mais tu l'as compris, la grande question c'est : jusqu'à quand. Il s'agit de la grande question de gérer ou non sa consomation. Tu as su t'arreter à 2 verres parceque ton corps venait de vivre une période de sevrage et qu'il ne te réclamait pas plus parcequ'il n'en avait pas besoin. Tu dis t'interdire de boire la semaine, c'est donc que tu t'autorises le week end ? La difficulté que tu vas rencontrer est quand commence le week end et quand s'arrête il ? et parfois en semaine, tui auras des situations stressantes ou autres qui te feront dire, bon allez, juste aujourd'hui. Les verres vont se rapprocher et comme tu es dépandant de l'alcool, ton corps va de nouveau te réclamer et très vite le piège va se refermer.
La meilleure façon de lutter, c'est de rendre les armes et dire que l'alcool est plus fort que toi. Ne pas se battre avec plus fort que soit.

Crois moi, la motivation dont tu as fait preuve jusqu'à maintenant te permet de devenir abstinent et heureus si tu l'as décidé.

En ce qui me concerne, un verre c'est trop et 100 c'est pas assez. Et je crois savoir que nous sommes atteints de la même maladie.

Toutes les personnes que je connais qui ont essayé de gérer le consomation se sont très vite fait dominer. Fais attention à toi, pour toi, pour ta famille.

Conseils d'abstinent heureux.

Sébastien

Profil supprimé - 23/02/2015 à 16h39

salut gt,

j'aimerais pouvoir t'aider mais j'ai pas le recul de Seb et je voudrais pas te dire de connerie.

Tu es de nouveaux là et c'est très bien, ta femme est pas contente et ça s'entend de l'autre coté tu t'es raisonné donc c'est positif.

Le problème comme dit Seb c'est que tu risque de nouveau de te retrouver piéger par l'alcool, c'est délicat comme situation.

Tu pourrrais peut être faire le point avec l'adicto (vendredi) pour voir si il est possible de reboire de manière normal ou s'il est préférable de plus y toucher, je pensse que si tu es honnete envers toi même tu trouvera la réponse a ta question, en tout cas reste pas avec ta souffrance vient en parler, on reste a ton écoute.

bisous