

MAINTENANT C'EST VRAIMENT MAINTENANT

Par [Didine42](#) Posté le 19/06/2021 à 14h07

Je rentre chaque soir après une bonne journée de travail la peur chevillée au ventre! Vais-je encore craquer ce soir?! Finalement la décision est souvent prise juste avant. Vais je m'arrêter à l'épicier prendre ma bouteille ou vais je résister ? Si je le fais, je serai à la fois heureuse d'avoir tenu et en même temps déprimée et fatiguée par la soirée à venir parce que d'abord viendront avec cette soirée une énorme fatigue, l'envie de m'allonger et ensuite l'impuissance à gérer mes puces et leurs « caprices » tout légitimes. Finalement je n'arriverai à rien de positif!!!! Je me coucherai bourrée et amnésique et me prometterai le lendemain e faire mieux au moins quelques heures jusque-là ce que le monstre m'appelle à lui! Souvent je m'interroge : comment est je pu en arriver là ? Que s'est il passé? Pourquoi ne suis je pas aussi forte que ces personnes qui affrontent chaque situation avec force! Finalement à regarder les autres, je ne me regarde pas moi ce qui m'arrange bien! Aucune potion miracle mais juste quelques rares personnes autour de soi qui comprennent et veulent aider! En fin de compte, aujourd'hui je ne boirai pas d'alcool et je participerai à tous les groupes de paroles disponibles. Aujourd'hui je décide de m'en sortir! De vivre le vrai présent sans alcool, sans ce filtre qui me faisait me sentir puissante, confiante, heureuse ! C'est du vent et ce bonheur devra venir de moi! Courage! Avançons! Ne soyons pas seuls

1 RÉPONSE

[patricem](#) - 22/06/2021 à 07h41

Bonjour,

Allez voir, en parallèle aux groupes de paroles qui sont très bien, un psychiatre addictologue. Il existe plusieurs molécules donc il peut y avoir pas mal d'échec avant de retrouver ce qu'il me fallait : le Revia.

Cela fait plusieurs mois que je n'ai plus du tout envie de boire ne serait-ce qu'un verre. Je vais au bistrot prendre des cafés crèmes tous les jours, le patron et la serveuse savent qu'il ne faut pas me proposer d'alcool et ils respectent cela.

Pour les groupes anonymes, téléphonez si possible avant : il y a encore la limitation à 6 personnes dans une salle close il me semble.

Courage,

Patrice
