

TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

DÉBUT D'ABSTINENCE

Par DABOU Posté le 15/01/2024 à 18:34

Bonjour tous le monde. Alcoolique compulsif et quotidien ce que je vx dire par là c qd ça vas bien 1 litres de bières ts les jours , à l'inverse qd je suis au fond du trou 3 litres de bières + mélange avec cannabis ou médoc. Du grd n'importe quoi, de l'autodestruction. Mes débuts à l'âge de 12 ans. Ca pique. j'ai 50 ans. Ts ça pour dire que comme toutes addictions, au début on en prend pour s'amuser, pour être bien, ensuite on en prend pour ne pas être mal. Et c à partir de ce moment là que ts bascule. On perd ces véritables amis, la famille, les proches, ses repères, l'instabilité professionnel et social, on rentre ds une spirale infernal alcool/dépression, solitude, manque de confiance, on se sent pommer et on continue, à quoi bon, et puis patatraque la Justice. Ca m'a couté 3 fois le bracelet électronique et pour finir la prison, 9 mois ferme. Ts ça pour dire que l'alcool n'arrange rien et qu'il fo faire très attention avec ce produit. Je ne parle pas d'une façon général, ts le monde n'est pas ds ce cas là et heureusement mais ts le monde n'as pas la même santé mental, le même passé, les mêmes armes. En conclusion et vs avez bien compris qu'a un moment donner ts ne tourne pas autour de l'alcool, même si c ancrer pour certaines personne comme moi.

Voilà, pour ma part, je vais essayer de tourner la page, essayer de commencer une nvelle vie. Que se doit être beau derriere ce brouillard, d'être soi même. Je reste prudent qd même car on trouve de l'alcool partout et puis les incitations et mauvaise fréquentation.

Et n'oublier pas, on est pas seul. Prise de conscience, action, c'est long, je pense que ça vaut le coup, faut se faire violence.

PS : Je vais démarrer une cure plus psychothérapie