

LES RAISONS D ARRETER DE BOIRE A OUTRANCE DE TIOTE 1976

Par Profil supprimé Posté le 04/01/2017 à 19h10

Tiote 1976

Bonjour

J'ai besoin et envie de lister ici toutes les raisons qui doivent me motiver à arrêter de boire. De les écrire, de pouvoir les relire me semble être une bonne idée. Ainsi, je pourrai venir les relire en cas de craquage imminent...lorsque le démon murmure à l'oreille que "ce n'est pas grave, pour une fois..." par exemple...et que je me laisse tenter. Je vous propose d'en faire de même. Qu'en pensez-vous? Je recherche comme chacun du soutien...Merci d'avance pour votre contribution.
(pour information, j'ai écrit sans m'arrêter, j'ai tout jeté ici, donc cela peut sembler brouillon, je m'en excuse).

Parce que je ne veux pas avoir d'AVC ou de rupture d'anévrisme et finir avec un handicap, parce que je ne veux pas choper de cancer de l'estomac ou autre, parce que rien que l'idée d'être gravement malade de ma faute, à cause de mon comportement serait juste insupportable pour moi, parce que j'ai la chance d'être en bonne santé, parce que j'ai un petit garçon adorable, parce que les murges deviennent de plus en plus fréquentes, parce que les quantités augmentent à chaque fois, parce que j'ai peur, parce que je me sens très très mal le lendemain, mais vraiment mal, parfois au point de devoir rester au lit, de demander à mon conjoint de quitter son taf pour pouvoir s'occuper du petit, parce que j'ai besoin de me redorer le blason, plus que jamais, parce que je n'ai aucune raison de me mettre dans de tels états, parce que j'ai tout pour être heureuse (un petit, un conjoint, une maison, la santé, une famille et des amis), parce que je peux rester des jours sans boire, parce que j'ai peur...

colibri74 - 10/12/2016 à 14h25

Parce que j'ai peur de mourir, parce que je veux pouvoir me regarder dans un miroir sans honte, parce que je ne veux plus culpabiliser mais vivre sereinement, parce que j'aime mes enfants et que je ne veux pas qu'un jour ils aient honte de moi, parce que ma vie vaut mieux que ça!

Flo66

Ne pas reboire parce que...

Ca fait du bien de faire autre chose que vomir du sang juste après le réveil, parce que j'aime que ma transpiration, que ma respiration ne sente pas l'alcool, parce que l'alcool est juste une came, plus la mienne, parce que je sais que ça n'apporte aucune réponse, parce que cela ne m'amènerait que sur des chemins que je connais déjà, parce que fuir use, parce qu'affronter certaines de ses peurs les rendent insignifiantes, parce que moins de douleurs, parce que c'est un beau voyage celui qui mène à soi, parce que ben, en fait un bar pmu, je trouve que ça pue, parce que je peux rire sans, parce que je peux pleurer sans, parce que je peux vibrer sur de la musique, devant du beau sans, parce que je peux baiser sans, parce que sans je peux aimer, parce que je ne suis plus l'esclave de chaînes aussi lourdes, parce que j'aime ressentir, parce que sans j'ai changé ma conscience sur le monde, sur la vie, parce que je n'y pense plus, parce que ce n'est pas vivre, et que finalement bah ça me dit bien de vivre.

Kcirtap55 - 11/12/2016 à 10h25

Pour retrouver la santé, une hygiène de vie correcte, pour retrouver sa dignité, retrouver l'envie de vivre, en fait redevenir une personne raisonnable qui donne envie, qui rassure, quelqu'un devient le "héros" de ses enfants et petits-enfants et c'est fou ce que ça fait du bien !

Après quasi 1 an et demi d'abstinence, je suis devenu un autre homme, et pourtant j'étais tombé bien bas, comme quoi rien n'est irréversible, maintenant j'ai une compagne, un travail, un beau logement, des relations avec ma famille apaisées et je vois qu'ils sont fiers de moi.

Bref courage à tous !

Pat