FORUMS POUR LES CONSOMMATEURS

L'ALCOOL ET NOUS

Par Profil supprimé Posté le 09/02/2018 à 16h38

Bonjour à tous et toutes. Je suis malade alcoolique abstinent depuis le 4/02 et lance ce fil d'Ariane à tous ceux qui par leur expérience , témoignages laisseront une trace de ce que cette maîtresse nous ordonne, de ce que la bouteille à causer comme dégâts dans notre vie, de la rupture de la société avec le produit, bref de nos vies d'alcoolique.
Je vie mieux cette abstinence cette fois ci, la première de 4 mois avant rechute me semble loin mais brouillon. Celle ci est plus sereine, reste fragile, 24 h après 24 h , plus à l'écoute de moi même et des autres car oui arrêté seul l'alcool est quasi impossible, et de l'aide existe alors pourquoi s'en privé.
J'aime l'alcool depuis que j'ai 12/13 ans , mes premières cuite à 18 ont vite suivi, les soirées entre amis, les réunions, les enterrements , les mariages bref tout les prétextes étais bon pour me soûler. L'important n'es pas de savoir pourquoi on bois, ça une psychothérapie est conseiller dans ce cas mais plutôt qui contrôle qui.
Reconnaître être comme sous contrôle de l'alcool est je pense sincèrement le premier pas vers le rétablissement.