

## UNE RECHUTE DÉSASTREUSE...

---

Par **Profil supprimé** Posté le 19/03/2019 à 23h50

Bonjour, je reviens vers vous quelques mois après mon premier post, où j'expliquais la place et l'impact qu'avait l'alcool dans ma vie... Comme je l'avais annoncé j'ai été suivi par une professionnelle qui m'a énormément aidé à stopper ma consommation. J'ai tenu 3 mois sans une seule goutte d'alcool même si parfois c'était très très dur.

Mais malheureusement au bout des 3 mois j'ai rechuter comme une merde, j'ai pris un jack avec des amis pour fêter ma mutation en Martinique et ça m'a été fatal. Dès le lendemain j'ai repris une consommation excessive et aujourd'hui je suis retombé au fond de la bouteille. Je reste chez moi tous les après midis où je me saoule sur ma terrasse pour me réveiller le matin complètement legumisé et reparti pour un tour

Je n'en peux plus de cette situation mais je l'accepte, j'accepte d'avoir un problème et j'accepte que la seule chose qui me permette d'y faire face soit l'alcool. Aidez moi celà fait deux mois que j'ai replongé et ma situation ne fait qu'empirer à vue d'œil. Santé

### 1 RÉPONSE

---

**moune78** - 20/03/2019 à 09h44

Bonjour Ludz,

Tu es retombé au fond de la bouteille, et moi, j'ai la tête dans le goulot.

Tu sais que tu es capable d'arrêter. Et moi aussi je sais que j'ai ce problème, je ne fais pas l'autruche, ce qui est, déjà à mes yeux, le début du combat.

Accepter notre problème ... 😞

As tu repris contact avec un addicto? As tu un traitement?

Comment avais tu réussi à décrocher 3 mois?

Il est clair que la rechute planera toujours sur nous comme l'épée de Damoclès.

J'aimerais tout comme toi retrouver ma liberté, reprendre ma vie en main, ressentir le bien être, un teint frais et des idées claires... Mais c'est si difficile de résister. Et parfois, j'ai pas envie d'ailleurs de lutter. J'ai juste envie/besoin de boire, un verre, puis un deuxième, jusqu'à ce que la bouteille soit vide.

Tous les matins je dis STOP, j'arrête.... Tous les soirs, c'est autrement.

Essayons tout de même de rester positif sur nos victoires, aussi petites soient-elles.

Au plaisir de te lire,

Moune

---