

JOUR 8

Par [Profil supprimé](#) Posté le 06/10/2019 à 10h08

Bonjour,

J'entre dans ma 2e semaine de sevrage. Il m'est agréable de me lever sans la gueule enfarinée et d'avoir les idées claires. J'en suis à analyser cette phase importante de ma vie. 50 ans, 2 enfants de 15 et 18 qui me glissaient des petites remarques depuis des années et que j'ai fini par écouter, mon amie qui m'a donné le "coup de pied la où j' pense" et qui m' encourage, c'est ma coach, et des premiers effets et changements de vision du monde. Je pense arriver à relativiser les soucis que je rencontre, j'ai testé ma nouvelle 'socialisation' hier, c'est à dire que je me suis retrouvé à une fête avec buvette, le genre d'endroits où l'accident est possible. Heureusement on y dansait et je n'ai pas succombé. Entre 2 danses je me suis posé et j'ai observé les gens dans cette ambiance festive.. Une sorte de méditation. J'ai aussi vu le cheminement de 2 ou 3 pochetrans de service et cela m'a presque amusé. Pour la pitié cela viendra. Je me suis vu avant en train de chercher toujours de la compagnie avec ma 'béquille alcool'. J'étais bien hier à cette fête, serein. Je me suis dit que je pouvais envisager d'être en paix avec moi même. Je reviendrai ici et si cela peut vous intéresser de me lire ce sera un plaisir. Ifig, Bretagne.