

TOUJOURS UNE BONNE EXCUSE

Par **Stressfull77** Posté le 04/01/2021 à 19h09

Bonsoir ce n'est pas parce que c'est 2021 que j'ai l'idée de peut-être arrêter mais parce que j'ai mal à l'estomac. J'essaie de réfléchir au pourquoi du comment j'ai accéléré drastiquement ma consommation et j'ai 1000 excuses mais pourquoi j'ai commencé alors là je n'en sais rien, peut-être parce que ma maman buvait un peu trop que dans sa famille c'est un penchant de génération en génération, bref j'ai toujours une bonne excuse... Heureusement que toutes les personnes qui ont des soucis ne sont pas alcooliques comme moi. C'était ma réflexion du jour et vous quelles excuses avez-vous ?

5 RÉPONSES

Profil supprimé - 05/01/2021 à 12h08

Bonjour Stressfull77,

J'ai déjà trouvé toutes les excuses du monde je crois !
Fêter une victoire, une bonne nouvelle, un compliment reçu au travail,
Il fait beau, il fait chaud,

j'ai tenu X jours donc c'est ma récompense (la pire celle là)
Finalement je n'ai pas de problème, allez un godet !

Je m'ennuie, je déprime, rien à faire,
Il pleut ! ben oui ça marche aussi... et il fait froid, alors là c'est le pompom !

Il y a une promo pour 2 bouteilles achetées, je me prépare à la fête arrosée de demain,
Mes enfants sont insupportables (ça c'est souvent)

Sur le chemin en voiture, on m'a fait une queue de poisson, on m'a klaxonnée, je me sens agressée ! vite, un godet !
Mon mari est déprimé, mon mari m'a proposé ! c'est lui qui a commencé, aller un godet !
On m'a offert genre 6 bouteilles à Noël (véridique)

Je crois que je pourrais écrire des pages alors je vais pas continuer 😊
Mais on a tous compris l'idée !
courage

Onycrois - 05/01/2021 à 13h08

Bonjour Stressfull77,

Comme je le disais dans un précédent post, on a toujours une bonne excuse pour s'en resservir un petit et comme dit Manuelouly, nous sommes tous trouvés toutes les excuses du monde !!

Alors moi, j'ai décidé de ne plus m'en trouver.
En gros ma démarche a été de dire que j'aurais toujours une bonne excuse pour ne pas arrêter, le problème c'est que justement tu ne t'arrêtes jamais.

Donc si tu veux vraiment t'arrêter, c'est peut-être déjà de se dire que l'excuse n'est plus une excuse.

Personnellement, c'est le chemin que j'ai décidé de prendre, je n'ai pas la prétention de détenir la vérité, mais pour le moment, c'est la mienne et elle me permet au moins d'essayer de démarrer quelques choses.

Ce soir, ce sera le deuxième jour où je ne me trouverai pas d'excuse (du moins j'espère)

Onycrois.

Sebouz59 - 05/01/2021 à 13h52

Il y a toujours une fausse "bonne" raison pour boire. C'est très (trop) facile de justifier sa consommation. La liste ci-dessus en est un exemple à peine exhaustif.

Mais il y a aussi et heureusement de vraies bonnes raisons pour ne pas boire, comme dormir mieux, être moins stressé, avoir une meilleure mine, être en forme, passer du temps avec sa famille , ne plus culpabiliser, être en paix avec soi-même, être libre, etc...

Kooky17 - 08/01/2021 à 02h13

Le problème est qu'on peut toujours trouver une excuse. En plus on est dans une société qui nous aide pas. À nous de trouver la force.
Courage
Ce soir je veux moi aussi ne pas me trouver d'excuses...

Stressfull77 - 17/01/2021 à 09h40

Bonjour Manuelouly, Onycrois Sebouz59 Kooky17, j ai essayé de réfléchir au pourquoi du comment bon je n ai pas d excuses valables, j ai un boulot, une maison, des enfants qui vont bien, un mari, des animaux, des idées en pagaille pour m occuper mais voilà quand je suis sur le chemin de la maison, la seule perspective intéressante, ce sont les verres que je vais pouvoir me servir...du coup, je ne fais rien de constructif et je reste affalée sur le canapé en rêvant aux milliers de choses que je pourrai faire...
