

J'AI ENVIE DE REPRENDRE ! 2ANS ET DEMI D'ABSTINENCE

Par **avi** Posté le 11/01/2021 à 19h53

J'ai déjà contribué sur ce forum en 2015, j'ai fait quelques updates jusque l'an passé je crois et encore je ne suis pas sûr d'avoir réécrit ici depuis que j'ai fêté mes 1an d'abstinence.

Aujourd'hui c'est vraiment chaud sa mère. Je suis sorti avec une fille pendant qlq semaines qui me disait que certes je pouvais avoir un problème d'alcool mais que je n'étais pas alcoolique. Elle me disait que je pourrais boire que j'avais bien évolué aujourd'hui que ça serait différent.

Elle a planté cette graine dans ma tête cette c***as*e. Surtout que j'ai trop envie de boire. Parfois c'est parce que je vais pas bien et que j'ai besoin d'une soupape, parfois c'est pour partager un bon moment, parfois pour marquer le coup comme célébrer un évènement.

Cet été au déconfinement j'ai repris la clope. Une taffe, puis 4 taffes, puis une demi clope, puis une puis deux, puis un paquet, puis la clope du matin, puis les clopes du matin, la clope d'après le sport.... Bref j'ai retrouvé cette aliénation horrible de la cigarette. Je suis HEUREUX COMME JAMAIS d'avoir vécu ça car j'ai eu la preuve que je peux pas me contrôler. Certes on sait tous que la clope c'est de la merde, mais j'ai trop peur que ça refasse pareil.

Ce qui est dur, c'est que personne ne comprend que je m'identifie comme alcoolique alors que j'ai pas vécu des trucs de fou avec, que j'ai jamais torché une bouteille de vodka au petit déjeuner mais bon... faut pas être dupe non plus...

Quand j'ai fêté mes deux ans d'abstinence j'ai hésité à trinquer avec mes potes (oui j'ai organisé une fête car j'étais très fier) mais un ami m'a dit des choses qui m'ont faites ne pas craquer. Maintenant je ne me bats que pour atteindre le chiffre 3, ne pas décevoir les gens, je ne sais plus trop si je le fais pour moi.

Dieu seul sait tout le bien que j'ai a ne pas boire, toute les bonnes choses qui m'arrivent, toute la fierté que j'ai et une santé super. Pourtant je commence à vraiment me battre avec cette envie de boire. C'est plus un ras-le-bol du genre "c'est bon j'en ai marre, j'ai envie ce soir"

Aujourd'hui j'essuie encore les stigmates de ma rupture avec cette fameuse fille dont je vous parlais au début. Je suis très triste et j'ai vraiment envie de penser à autre chose. Je suis allé chez un ami pour la semaine pour pas rester seul. Je suis bien entouré mais bon je commence à en avoir gros...

4 RÉPONSES

Maya21 - 12/01/2021 à 11h39

Salut Avi !

Mais vous êtes super fort ! 2 ans !

Et super intelligent ! Avoir identifié que la demoiselle ne comprenait pas la situation et qu'elle était potentiellement nocive,

Juste en ce moment, après avoir franchi quelques cols à bonne vitesse et sans escale ni ravitaillement en vol, vous avez un léger coup de mou .

Jetez un (rapide) coup d'œil sur le chemin accompli,

appesantissez-vous vous un peu plus sur les bienfaits que vous en retirez au quotidien,

galopez sur les forums pour discuter avec des personnes qui comprennent le courage qui vous habite et vous permet d'avancer au jour le jour,

nourrissez vous de cette solidarité, puisez y la force de gagner la bataille quotidienne et dormez chaque soir du sommeil du juste après vous être auto-congratulé (nous le valons bien)

Pensez à vous, pensez à nous, on pense à vous.

Cherio !

Maya

Et pour la clope on en reparlera un autre jour

Olivier 54150 - 12/01/2021 à 12h26

Bonjour avi

Vivre avec cette dépendance c'est super dur.

Arrêter de boire c'est super dur.

Tu te rappelles ?

Si non, parcours un peu le forum.

Reboire, en plus avec un coeur blessé, tu risques une belle descente au enfer.

Pas cette année, pas pour elle...

La vie ne peut pas être toujours moche, la roue tourne... Mais ne l'a fait pas tourner à l'envers avec une ré-alcoolisation. Stp.

Oliv

avi - 12/01/2021 à 13h05

C'est très étrange, c'est plutôt quand je suis ici à écrire que l'envie de boire est encore plus forte et que les larmes me montent aux yeux. Vraiment très étrange. Pas complètement dénués de sens non plus à bien y réfléchir.

Oui, vous lire me fais du bien. Surtout avec le chemin parcouru je devrai plutôt être un moteur, mais aujourd'hui je n'ai pas envie. Ne vous inquiétez pas j'ai de quoi m'occuper. J'ai vraiment pas l'intention de boire, je suis encore conscient et maître de moi-même. Disons que c'est plutôt le moral qui est en baisse.

Vous vous rendez compte, on m'a quitté car je suis trop "Healthy" et elle "trop "épicurienne" Franchement on marche sur la tête avec cette histoire là. Se. voir reprocher qu'on est pas fun c'est dur.... Saviez vous pareil que j'ai rencontré une fille incroyable qui m'a quitté aussi quand elle a su que j'étais alcoolique, son frère était à sa énième cure, d'ailleurs le pauvre est décédé en novembre.

Je vous assure la France c'est vraiment un pays aux codes sociaux complètement hermétiques aux "prendre soin de soi"

Onycrois - 12/01/2021 à 13h34

Salut Avi

J'ai envie de te dire :
As-tu envie de revivre la galère de l'arrêt ?
Non, je ne pense pas

N'es-tu pas mieux à pouvoir faire du sport et être plein d'énergie ?
N'es-tu pas mieux à avoir les idées claires ?

La preuve, cela t'as permis de voir que cette demoiselle ne te convenait pas.

Positive sur ta victoire, je sais que c'est plus facile à dire qu'à faire, mais tu l'as déjà fait.

Courage

Onycrois
