

## PRENDRE CONSCIENCE

---

Par **Moi68** Posté le 31/01/2022 à 02h56

Bonjour, je ne sais pas par où commencer. J'ai un problème avec l'alcool depuis je ne sais pas en fait et je ne comprends pas pourquoi. J'ai tout pour être heureuse un mari (qui m'aimait jusqu'à cet après-midi) 3filles géniale un travail mais il faut toujours que je foute tout en l'air. Cet après midi j'ai bu du vin blanc dégueulasse juste pour m'évader mais le problème je ne sais pas m'évader de quoi et ma fille m'a vue.

Elle a appelé son père puis le mien. Je n'ai pas répondu au mien et mon mari m'a traitée de tout les noms.

Je n'ai pas l'impression d'avoir un besoin physique mais dès que je me retrouve seule c'est plus fort que moi il faut que je boive...

Demain c'est lundi un beau jour pour arrêter de foutre ma vie en l'air je ne pense pas pouvoir regagner le cœur de mon mari je lui ai trop fait de promesses en l'air mais je ne veux plus que ma fille me traité d'alcoolique.

Je me sens tellement seule ...

J'ai conscience que ça n'a ni queue ni tête ce que j'ai écrit mais j'ai tellement d'émotions en même temps que j'ai un peu de mal à me canaliser...

### 1 RÉPONSE

---

**Profil supprimé** - 31/01/2022 à 10h10

Bienvenue Moi68

Bienvenue parmi nous .

Je t'ai répondu sur le fil " Dry January " .

Je peux t'inviter à ne plus rester seule avec ton sérieux problème d'alcool qui t'empoisonne la vie mais aussi celle de tes proches et surtout d'entrer dans une association où tu te retrouveras beaucoup d'aide parmi tes semblables en vis à vis, et ce en tout anonymat . C'est avec eux, les AA, que j'ai débuté mon abstinence . J'ai rechuté une fois durant 9 mois après une abstinence de 3 mois et j'y suis retourné , plus battu que jamais . J'ai enfin capitulé et depuis lors et ça fait des années, je suis abstinent et heureux dans ma vie .

Je te souhaite une belle journée sans alcool avec nous . Accroche-toi, cela en vaut la peine;  
salmiot1

---