

TOUJOURS PLUS.

Par **TheEdgeJah** Posté le 17/02/2022 à 13h43

Bonjour à toutes et à tous.

J'ai 27 ans et j'ai un gros souci avec l'alcool.

Je pense ne pas être "alcoolique" à proprement parler.

Je peux passer une semaine sans boire.

Mais il y a des moments où je ne peux plus m'arrêter.

Je pense que je vais juste boire une bière comme ça, et ça fini par 4 ou 5 à la suite.

Il me suffit d'un verre pour en vouloir plus. Je me dis non cette fois c'est juste une bière, mais je ne me contrôle plus.

Je fait ça en cachette car je sais que ma femme serais très en colère si elle le savait.

Je n'arrive pas à me sortir de ça.

J'ai plusieurs fois essayer d'arrêter tour court la consommation mais il suffit d'une fois avec la famille ou des amis et c'est reparti.

Avec les gens jessai de me cacher pour piquer des bouteilles, je ne suis plus moi même.

Je ne sais plus quoi faire ni pourquoi je fais ça.

J'ai besoin d'aide mais je suis absolument perdu.

1 RÉPONSE

sebos - 18/02/2022 à 17h47

Salut à toi,

Je t'invite à te joindre à nous sur le fil : Le premier jour du reste de ma vie ?

On est tous dans ton cas, on essaye, on y arrive, ou pas... Mais si on tombe on recommence et on essaye encore. Tu verra que tu n'est pas seul, que chacun propose ses "trucs" pour passe le cap de l'envie et surtout que personne ne juge personne puisqu'on est tous dans la même galère.

Échanger avec ceux qui vivent la même chose m'apporte personnellement beaucoup de soutien. J'espère que ça pourra t'aider.

Bon courage et n'oublie pas que l'échec fait parti de l'apprentissage : "La chute n'est pas un échec. L'échec c'est de rester là où on est tombé"

A bientôt peut être, au plaisir de te lire, plus on est nombreux plus on est fort.

Seb
