

RECOMMENCER À VIVRE

Par **Natura** Posté le 06/10/2022 à 19h59

Bonsoir à toutes et à tous,

Cela fait à peu près plus de 5 ans que je bois quasiment chaque soir. J'excelle dans l'art de cacher ça. J'ai 25 ans. Et oui, mes premières années de ma jeunesse gâchée par l'alcool.

Mais je suis juste épuisée, mon visage est terne, je n'ai plus d'énergie pour rien et j'ai enfin envie d'être moi et vivre ma vie sans passer des heures et des heures à planifier mes aller retours au supermarché ou à gâcher mes matinées avec des gueules de bois.

Alors aujourd'hui, c'est mon premier jour sans alcool. Tout va bien. Je me sens pas en manque. C'est vraiment le fait de me dire que je suis tombée là-dedans qui me mine le morale. J'ai hâte de vivre les prochains jours. Je les redoute aussi. Je vais être de plus en plus lucide, face à mon passé. Mais je vois ça comme une immense chance pour vivre enfin sa vie et aussi une immense preuve de courage. Je vais voir le médecin lundi.

Je veux vraiment retrouver ma joie de vivre et ne plus me laisser miner le morale par la vie et les autres.

Toute personne qui essaye d'arrêter est courageuse

1 RÉPONSE

Carte - 07/10/2022 à 04h48

Bonjour et bravo Natura

Tu es jeune et effectivement c'est bien maintenant qu'il faut essayer de se remettre dans le droit chemin.

Si tu n'es pas en manque à l'arrêt, c'est génial.

Bois beaucoup d'eau fraîche et mets toi un objectif de 3 mois devant toi sans alcool. tu pourras refaire un point dans 90 jours (c'est une idée)

Passe un bon wk à l'eau fraîche

Courage

Sylvain
