

ARRÊT DU SUBUTEX

Par **Pierre1** Posté le 14/03/2023 à 08h26

Bonjour à tous et à tous

Je voudrais partager mon expérience et faire profiter ceux qui ont envie de retrouver leur liberté....

Jeudi 9 mars 2023 j'étais à 24 mg jour de sub

Vendredi 10 mars a 7h du matin a16 mg

Samedi 11 mars a 7 h a 16 mg

Dimanche 12 mars a 12 mg

Lundi 13 mars a 7h30 a 12 mg (j'ai ressentie des bâillements hier vers 17 h , rien de méchant, des petits crampes au cou et de la mâchoire environ 30 secondes puis plus rien , insomnie mais même a 24 mg j'avais déjà des insomnies donc je ne sais pas

Mardi 14 mars 8 mg , l'heure de vérité je vais rester sur ce dosage si je tien pendant au moins 3 à 4 jours pour comprendre mon fonctionnement, j'aviserais ensuite.

Ceux que j'en retiens, l'idéal et d'être accompagné verbalement au moins par une personne de confiance ou qu'elle sub a qui ont tien énormément....c'est ceux que je ressent , ceux que jusqu'à aujourd'hui je n'ai pas fait , je me suis tourné vers Dieu après chacun doit faire à mon avis selon Son ressentie , mais ceux doit être sincère.

Je vais essayé de tenir ce fil de discussion jusqu'à que je n'en prend plus , après cela je supprimerai mon compte pour oublier cette vie

J'espère sincèrement y arriver je le suis fixé comme objectif mois d'un mois , mais au fond de moi je croie qu'il faut juste avoir comme objectif d'arrêter, de savoir pourquoi ont arrête, et ne pas ce fixer de dates butoir, mais bon je fonctionne mieux je croie sous la pression, voilà pourquoi un mois.

Écrie ici m'aide énormément, c'est comme se confier avec les désagréments en moins , ça n'engage que moi....

Je vous dit à demain ou un peut plus tard en fonction et j'espère qu'il y auras des personnes dans la même situation qui voudront tenter l'expérience avec moi, à plusieurs ce doit être plus facile je pense.

Bon courage, et rappeler vous la chose la plus précieuse sur cette terre après la vie , c'est la LIBERTÉ