

JUSQU'ICI TOUT VAS BIEN

Par **Profil supprimé** Posté le 02/03/2015 à 13h14

Bonjour,
j'ai donc rencontré l'addictologue, c'est une personne très douce, à l'écoute bien sûr et qui aide en fixant certains objectifs sans jamais mettre la pression, j'ai trouvé cela très bien.
elle m'a mis sous traitement de départ sans pour autant m'obliger à le prendre. (vivement conseillé)
je lui est dit toute la vérité, je ne me suis plus saoulé depuis le 19 janvier, mais j'ai bu de nouveau avec beaucoup de modération (4 à 5 verres sur l'ensemble du week end). (3 jours)
je suis sur la bonne voie, l'alcool redevient plaisir et le manque a disparu. je fais du sport à gogo et ça m'aide énormément.
des choses ont changé, j'ai la pêche, je ne suis plus introverti, j'ai retrouvé confiance en mes capacités, je me sens libéré.
peut-être aller vous croire que c'est trop tôt, mais je ressens vraiment ce truc.
je sais aussi que cela reste très fragile, mais ce rythme de croisière me convient très bien, et je suis très motivé à rester cette personne présente.
à bientôt

2 RÉPONSES

Profil supprimé - 02/03/2015 à 17h56

salut gt,

c'est super, tu as trouvé ton rythme de croisière on dirait, même si tu as raison de te méfier car oui c'est fragile, mais tu en as pleinement conscience donc tu devrais t'en sortir.

tu es une autre personne plus rayonnante alors oui reste comme ça si tu es plus heureux, merci de nous faire profiter de tout ça, ça fait un bien fou.

donne des nouvelles régulièrement

bisous

Profil supprimé - 03/03/2015 à 13h52

Bonjour Gt,

Tu sembles aller bien, je te félicite de ton avancement. Je n'ai pas eu ton courage, aller voir un médecin ou un addictologue. Ça fait néanmoins un peu plus d'un mois que j'ai stoppé toute consommation d'alcool, ça va, loin d'être simple tous les jours, je pallie, j'ai d'autres dérives mais plus saines 😊 et à chaque jour suffit ça peine je savoure autant que je le peux. je vais plutôt bien.
Tu sembles être forte pour contrôler ta consommation, j'avoue que ça m'épate. C'est un geste que je n'ose imaginer chez moi il me fait peur. J'ai arrêté de fumer il y a un peu plus de 17 ans (j'ai 41 ans..), j'ai stoppé net. Marre comme l'alcool de cette dépendance, de ce lien invisible qui t'enchaîne malgré tout, sauf pour l'alcool le degré et les dégâts me semblent plus forts. Bref, je sais néanmoins même après 17 ans que si je reprends une cigarette je replonge. J'aurai tant aimé pourtant pouvoir garder la clope "plaisir", comme j'aurai aimé garder le verre festif, gastronomique que j'aimais beaucoup....

Je te souhaite bon courage, j'espère sincèrement que tu arriveras à gérer tout cela, je serai contente de savoir où tu en es et heureuse de sentir du goût au bonheur de la vie simple aussi 😊

À très bientôt
