

QUELLE EST CETTE PUISSANCE

Par **Profil supprimé** Posté le 06/04/2015 à 07h11

bonjour, J'ai 58 ans, je suis alcoolique. Après être resté abstinente entre 2001 et 2013 j'ai replongé. Depuis 6 mois, chaque matin je culpabilise et je suis angoissé. Cette une réelle souffrance, c'est terrible. Je suis si mal que je jure, je me promet d'arrêter le soir même. Mais ce puissant démon, dans l'après-midi m'aide à trouver toutes les excuses pour acheter une bouteille. Et après une journée de souffrance et de soucis, vers 18h je m'abrutis d'alcool jusqu'à la nuit. Ce matin la souffrance était encore plus difficile à supporter. Ce soir je ne dois pas boire, ce soir il ne faut pas que je cède à cette horrible puissance, à ce poison. Comme j'aimerais, demain matin, écrire ici, je n'ais pas bu hier soir.

7 RÉPONSES

Profil supprimé - 07/04/2015 à 12h55

salut,

pourquoi a tu replonger ? te fait tu aider ? psy, addictologue ? je crois que c'est nécessaire pour que tu avances, tu es restée abstinente pendant longtemps tu peux donc recommencer.

ne perds pas espoir, ne courage.

à bientôt

Profil supprimé - 08/04/2015 à 12h40

Bonjour

J'ai 39 ans et je vis la même chose. Comment as tu arrêté en 2001 ?

Profil supprimé - 09/04/2015 à 07h02

bonjour, en 2001 j'ai arrêté à mon retour de l'étranger en allant à une dizaine de réunions des AA. Là je ne me fais pas aider, je pense aller à une réunion des AA. En fait, en recommençant, j'ai peur d'avoir perdu cette formidable force de 2001. Je me sens tellement blasé, seul et coupable.

Profil supprimé - 09/04/2015 à 09h57

Ce qui est certain c'est que tu n'es pas seul, nous sommes tous ici pour les mêmes raisons...

Fait toi aider, tu l'as fait. Quand tu as envie, écris nous, nous te répondrons, nous sommes tous là pour se soutenir face à ce que tu appelles poison et que moi j'appelles mon démon!

Profil supprimé - 09/04/2015 à 12h12

Bonjour jean64000,

J'ai arrêté 2 mois et sans aucune difficulté puis j'ai repris sur l'insistance d'un quelqu'un qui ne voulait pas boire seul et que j'avais invité chez moi.

Je crois que notre entourage ne se rend pas vraiment compte de ce que nous vivons. Il ne pense pas à mal en nous demandant d'accompagner leur verre.

Pour cette raison, je me suis cloîtré chez moi, peu de famille, plus d'ami. Voilà près de 50 jours et même comme ça, je n'arrive pas à surmonter le démon qui est en moi.

Pourquoi est-il plus facile de faire le mal (de se faire du mal) que le contraire ?

Mais tu as réussi une fois, tu y parviendras à nouveau.

Bon courage

Profil supprimé - 10/04/2015 à 07h03

Merci pour vos message d'encouragement. Apres ma longue période d'abstinence et la reprise d'alcool, le danger est que je me suis dis: je peux reprendre car j'ai déjà réussi à arrêter Et maintenant je constate que non ! c'est encore plus difficile, angoissant. Je déteste le moment en fin d'après midi ou je cède. Lundi, mardi abstinent, mercredi re-poisons-démon, jeudi abstinent. Ce soir je dois tenir je le dois. Le sevrage physique arrive au bout de combien de jours ? 1 semaine, 1 mois ?

Profil supprimé - 10/04/2015 à 10h28

salut jean

le sevrage physique c'est en moyenne une semaine, le plusdur c'est le psychologique, c'est pour cela qu'il est important de se faire aider par des pro.

téléphone dans un csapa pour prendre rdv et en place un protocole de soin.

biz
