

DERNIÈRE CHANCE

Par [Profil supprimé](#) Posté le 20/10/2017 à 20h28

Bonjour,
Après 25 ans d'alcoolisme qui a augmenté de manière exponentielle, je pense avoir atteint le fil du rasoir. Depuis quelques semaines, j'accumule les situations de plus en plus limites. Me réveiller dans ma voiture à 6h du mat devant l'hôtel ou j'aurais du prendre une chambre le soir, casser une voiture de location et payer moi-même la réparation parce que je ne pouvais pas dire à mon employeur que j'avais roulé 15 km sur la jante, me retrouver aux urgences parce que les pompiers m'ont retrouvé inanimé dans une gare.
Sans parler de la terrible souffrance que j'inflige à ma famille.
Mon prochain dérapage pourrait être définitivement tragique.
Pourtant j'ai vu des psychiatres, j'ai fait des cures, des addicto, j'ai même fait de la sophrologie, du yoga....
Je crois avoir compris pas mal de choses, d'avoir pas mal bossé sur moi et que je suis prêt d'arrêter, c'est la dernière bascule que je n'arrive pas à faire.
Pour ceux d'entre vous qui ont réussi, quel a été l'élément, le dernier coup de pouce qui vous a fait passer la ligne?
Merci.

1 RÉPONSE

[Profil supprimé](#) - 23/10/2017 à 16h28

Bonjour,
J'ai pour ma part eu la chance d'avoir une prédiction d'échéance de vie à court terme et surtout des douleurs qui m'envoyaient à l'hôpital et qui ont évité les reprises trop longues.

"

pour info ça fait plus de 140 mois que je n'ai plus bu un verre et suis sûr que ma descente absolue ayant provoqué mon incarcération était MA façon d'arrêter l'alcool. Ne pouvant le faire seul, j'ai trouvé cette solution qui m'a convenu, malgré avoir mis en péril ma vie personnelle et professionnelle"

C'est une phrase qui sonne juste je trouve. Je crois que c'est à chacun de trouver sa façon, venir écrire ici montre que tu n'es peut-être pas loin, je te le souhaite. Et tu ne sautes pas dans l'inconnu cette fois, tu as pu déjà enlever des peurs...

Tu peux essayer d'engager une action, aller voir un toubib, un groupe de parole, une asso, et voir ce qu'il en ressort. Une action c'est toujours un pas vers l'arrêt, même si ça nous semble faire des détours 😊

Bonne journée et courage.
