

Díky za každé střízlivé ráno

Vložil Zdenka - 11/11/2011 13:22

Jmenuji se Zdenka a je mi 53 let. 31.1.2006 jsem dobrovolně nastoupila protialkoholní léčbu v Bohnicích. Svého rozhodnutí jsem nikdy nelitovala. Sice začátky byly těžké, ale brala jsem to tak, že moc chci se změnit, začít jinak a hlavně ukázat svým rodičům a dětem, že to dokážu. Ta představa, že bych mohla ztratit důvěru a lásku těch nejbližších, mne každý den usvědčovala v mém rozhodnutí, že jsem se vydala tou správnou cestou. Režim, který jsme musely vstřebat do našich prázdných hlav byl pro mnohé z nás nepochopitelný. Žádné kafičko, čokoládíčka apod. Vše se jmenovalo stejně-spouštěč. Nevím proč, ale vše jsem brala tak, že to musí být, abych obstála. Myslím si, že jsme byly správná parta společně s doktory,terapeuty a sestřičkami.Jsem spokojená, stále abstinuji, ikdyž můj muž i syn se rádi napijí, v práci se tento nešvar také praktikuje, ale naučila jsem se s tím žít.Je pravda, že jsem se spíše uzavřela do sebe, nechodím do společnosti, jsem nejradši sama.Stresy a nálady řeším procházkou, nebo si koupím něco sladkého. Ale stejně, je to vážně jen na každém z nás, co si zvolí za osud. Všem, kteří vydrželi držím palce, těm, co se rozhodli svou závislost řešit vzkazuji - vytrvejte, mějte pevnou vůli, stojí to zato!

=====

Re: Díky za každé střízlivé ráno

Vložil Liba - 11/11/2011 16:46

Zdeni, ve všem máš pravdu, ale! neříkali Ti v léčebně, že přestat pít nestačí, že se máš doléčovat?Třeba AA?Bacha!Chlast je zrádný.Bude číhat pořád.

=====

Re: Díky za každé střízlivé ráno

Vložil Roman Roman - 03/05/2012 19:02

Ahoj Zdenko.

Taky já, ti držím palce.

Tu větu....díky za každé střízlivé ráno, si pamatuj.

Možná, časem vypustíš i to slovo střízlivé. Je v tom podstatně víc! Klidně si říkej...díky, za každé nové ráno....

Začátek je samozřejmě těžký a sebedůvěru získáváš postupně.

Život, není jen o nepití, ale o žití!

Hodně štěstí :) .

=====

Re: Díky za každé střízlivé ráno

Vložil Jana Mertosová - 15/05/2012 10:19

Romane.Ty také děkuješ za každé nové ráno?Jsem ráda,že se tu aspon´občas ukážeš.Proč nezdělíš,jak pokračuješ ty sám?Zcela jistě by se ti aspon´trochu ulevilo.

=====

Re: Díky za každé střízlivé ráno

Vložil Roman Roman - 15/05/2012 16:12

Ahoj.

Jak pokračuju? Nepiju. To ostatní nezvládám nejlíp.

Neděkuju za každý nový ráno, ale bezpečně vím, že kdybych za něj děkoval, nemám ty problémy co mám. A proto to sem taky píšu.

Jasně že je dobře, že si člověk může ulevit, ale reaguju na věci, co souvisí se závislostí. Nechci Vás tu moc zatěžovat problémy, co si stejně musím nějak pořešit sám.

Ahoj.

=====

Re: Díky za každé střízlivé ráno

Vložil Jana Mertosová - 15/05/2012 16:20

Romane.Právě v tom je velická chyba převážné většiny abstinujících alkoholiků.Bojí se sdílení se sebou samým-TOTO JE ÚSTŘEDNÍ PROBLÉM Z KTERÉHO VYCHÁZÍ SPOUSTU DALŠÍCH PROBLÉMŮ,KTERÉ DOKÁŽOU V ŽIVOTĚ PŘIVÉST SPOUSTU KOMLIKACÍ.

=====

Re: Díky za každé střízlivé ráno

Vložil Jana Mertosová - 15/05/2012 16:34

Můžeš namítnout,že toto je diskuse o alkoholismu.Jistě budeš mít pravdu.Jenom je třeba vědět a připravit se na to,že jen nepítit nestačí pro život.Je to nejdůležitější a základní,ale nestačí proto,aby člověk **NORMÁLNĚ DOKÁZAL UNÉST VŠECHNY ŽIVOTNÍ SITUACE A KOMLIKACE.PŘEVÁŽNÝ VĚTŠINA PROBLÉMŮ ZŮSTÁVÁ POKUD ALKOHOLIK NEDOKÁŽE NASTOUPIT CESTU NAPROSTÉ ZMĚNY SAMA SEBE.**

=====

Re: Díky za každé střízlivé ráno

Vložil farfalle - 29/05/2012 19:23

Zdenka,wau!klobuk dole a drzim palce.Istotne si uvedomujes,ze zivotbez alkoholu je lepsi,ako s nim..

Moja mama pije uz od detstva..

Drz sa,paa. :)

=====

Re: Díky za každé střízlivé ráno

Vložil karlik1065 - 30/05/2012 09:12

ahoj všem

jsem alkoholička, ale nevyhledávám pití potají ani nechodím po barech a hospodáchou. Piji většinou s kamarádkou, když chodí na návštěvy nebo mi k nim. Vypiji třeba i 3 L vína a pak je mi druhý den pěkně zle. Můj problém spočívá v tom, že jsem pak vztahovačná a zlá na lidi v mém okolí. Druhý den si nic nepamatuji. Manžel se se mnou chtěl před týdnem rozvést, ale slíbila jsem mu, že si nic už nedám. Je to teprve 8 dní, co jsem nic nevyčila, ale stálo mě to velké odříkání.

Dost jsem to s manželem probírali a požádala jsem ho o oporu při mé abstinenci. Odpovědí mi bylo to, že je to můj problém a že mi drží palce. Mrzelo mě to, ale asi má pravdu. Od té doby se mě nezaptal jak se mi daří, jest-li mi není zle a já to nemám s kým probírat:-(Zavolala jsem psycholožce a 11.6. jdu na sezení, na které se moc těším. Také si začínám uvědomovat a přehodnocovat svůj život. Den ode dne je to lepší, ale zrovna dnes je mi dost zle. V noci jsem nemohla spát a dnes je mi na zvracení. Je to absták????

Míša 35 let, dvě děti, vdaná

=====

Re: Díky za každé střízlivé ráno

Vložil karlik1065 - 30/05/2012 09:13

karlik1065@seznam.cz

=====

Re: Díky za každé střízlivé ráno

Vložil Liba - 30/05/2012 13:27

Míšo, najdi si AA, pořád dokola se to tu opakuje, sama těžko budeš tento problém zvládat, manželovi se nediv, on neví, protože není alkoholik, co je to za trápení, nemůže to pochopit, pro něj je to lehké.

=====

Re: Díky za každé střízlivé ráno

Vložil Veronika de Visser - 30/12/2012 18:47

Miso vydrz! Mrzi mne, ze tvuj muz neni tou nejvetsi oporou ale mozna se na tebe zlobi za veci, ktere jsi mu rekla, nebo udelala. Vsichni vime, jak nas alkohol promeni. Mozna budes muset resit vic, nez jen svou nemoc alkoholismus. Psycholog je urcite dobry napad. S kamaradkou je lepe se nevidat. Zkus se rozhlednout po jine, ktera si libuje v necem zdravejsim, nez je piti a klaboseni. Ve mne mas rozhodne okamzitou oporu. je mi 45 a v lednu to bude rok co abstinuji. Pila jsem vice, ci mene 20 let. Prestala jsem ze dne na den. Podporil mne na rozdil od tebe muz, ktery dokonce sam zacal abstinovat abych v

tom nebyla sama. Az odpadnou nejhorsí dny a mesice :) zacnes sledovat drobne odmeny, ktere ti zivot posila za tvou silu. Ja rozhodne drzim vsechny palce! Veronika.

=====

Re: Díky za každé střízlivé ráno

Vložil Jana Mertosová - 30/12/2012 19:24

Určitě to je lepší, když mám někoho o koho se opřít můžu. Já neměla zprvu nikoho. Musela jsem se naučit opřít o svoji víru, která přišla zároveň s přiznáním si alkoholismu, své závislosti na alkoholu, na partnerovi jak jsem zjistila mnohem později, na jeho nemocných emocích, kterými jsem trpěla nejen já ale i děti- byl také alkoholik. On se upil, léčit se nechtěl, vysmíval se tomu a chtěl věřit, že pití a nepití je jeho vlastní vůle, kterou to chtěl dokázat. Já jsem nastoupila opět do léčebny. Tam jsem se konečně jsem se vzpamatovala a našla sílu a chuť žít. Dnes jsem za svoji víru vděčná. Hodně mi pomáhá zvládat to, z čeho jsem měla strach a utíkala před tím k pití. Nacházím v ní sílu pokračovat i přes pády se opět zvednout a chtít jít dál. Nevzdávat svůj život.

=====

Re: Díky za každé střízlivé ráno

Vložil Liba - 03/01/2013 17:42

Jsem moc ráda, že nepiju, má to tolik výhod, včera v Tv poučovali, jak koupit kvalitní, neškodlivý alkohol. To abych měla sebou poradce, zjišťovat- kody, kolky, šarže, pak ještě mrknout na internet, zjistit něco o firmě, a nejlepší ještě zajít na hygienickou stanici, dát si ověřit tu flašku, jestli je opravdu nezávadná! No, zbytek toho vyčichlého alkoholu vypít? Fuj!