

## Asi už v tom taky lítám.

Vložil ota - 05/11/2012 22:53

---

Dobrý den, ahoj.

Mám takový pocit, že začíná démon alkohol řídit můj život a nějak se mi to nechce líbit. Nejsem člověk, který by pil každý den, ale jakmile přijde volný pátek a sobota jsem jak urvaný ze řetězu. Nemusím sice tvrdý alkohol, ale piv vypiju teda hodně. Neumím si u třetího říci dosti a jít domů. No prostě se musím vždy zhuřlákat. Mám strašně rád běhání a hory i vše co k tomu patří jenže když vypiju nic se mi nechce a jsem paralyzovaný a jediné co zvládnou je se buď otočit na posteli a nebo se spravit. Většinou to vydržím dva dny táhnout, ale pak už to naštěstí nedávám a přicházejí ony slavné deprese i výčitky. Hodně se na sebe zlobívám. Nejednou mé myšlenky směřovaly, jak odejít z tohoto světa. Naštěstí za pár dní střízlivění a sportování to přejde. Ještě se pokusím to nějak sám zvládnout, ale pokud to půjde tak dále budu muset asi vyhledat odbornou pomoc čehož se obávám, že budu pro okolí takový ten špatný, i když já obdivuji každého kdo se s tím pere a smekám klobouk před lidma, kteří abstinují. Víím určitě, že bez alkoholu je svět mnohem krásnější a člověk si ho může více užívat. Asi bude nejlepší úplně přestat a zvyknout si na to jak se bude okolí na mě dívat. Oni si časem zvyknou snad a ani jim to nepřijde.

P.s. nemám moc kamarádu, kterým bych se takhle mohl svěřit a celkem dost mi to chybí, tak aspoň jsem se chtěl podělit tady a trošku vykecat ze sebe.

=====

## Re: Asi už v tom taky lítám.

Vložil Liba - 06/11/2012 05:35

---

Oto, hodně toho víš o alkoholismu, radit nepotřebuješ. Zatím zajdi na AA, poblíž bydliště nějaká skupina je, je to anonymní, nesmí se mluvit o tom, kdo tam byl. Tam najdeš spřízněné lidi, možná i přátele, určitě neřeš okolí. Myslíš, že by Ti pomohli, kdybys padal na hubu? Že by Ti někdo nabídl pomoc? Přestaneš pít a poznáš opravdu dobré lidi kolem sebe, možná ten, o kterém ani nevíš, to uzná, a to bude dobrý kámoš.

=====

## Re: Asi už v tom taky lítám.

Vložil Jana Mertosová - 06/11/2012 15:31

---

Oto. Díky za upřímnost. Vážím si jí. Chlast a sport, či túry a radost z pohybu a už vůbec vychutnávat krásy okolí s chlastem nejdou dohromady. Nefunguje to. Je fajn, že máš záliby, kterých jsi si vědom, že jsi na ně docela nezapomněl. No přibyla záliba a teď už posedlost pít, která ti nedělá dobře. A ty to velice dobře chápeš. Jediná cesta? Seknout s tím jednou provždy. Seknout s pitím. Deprese budou sílit, výčitky taktéž až zůstane jedna jediná nenávisť k sobě a k životu vůbec a upiješ se. Tvůj budík zvoní na poplach. Ty víš, že nadešel čas se rozhodnout. Tak hodně zdravého rozumu a síly.

=====

## Re: Asi už v tom taky lítám.

Vložil Standa - 07/11/2012 19:12

---

Čau Oto. Chlape já chlastal a mezi tím běhal maratony. Hrůza. Asi by mne to zabilo. Ale když jsem se napil byl jsem línej jak veš. Pokud nemáš kontrolu nad svým pitím=máš pravděpodobně problém. Nemusíš být ještě alkoholik, ale sám na to zřejmě nemáš. Můžeš dělat řadu věcí, které tu jsou mnohokrát popsány. Je jen na tobě, jakou cestou se vydáš. Rád ti nabídnu moji cestu a můžeš mne kdykoliv kontaktovat.

Standa, nepijící alkoholik s úsměvem...

=====

**Re: Asi už v tom taky lítám.**

Vložil ota - 08/11/2012 13:36

---

Ahojte. Moc díky vám za reakce. Z mého okolí by to asi nikdo takhle nevzal. Většinou si lidé myslí, že to mají pod kontrolou a takový problém, který mám já si nějak nepřipouštějí. Kámen úrazu je v tom, že opravdu přijde pátek a začnou chodit smsky pojd' na pivo a podobného ražení i já moc neumím říci ne, protože jsem momentálně bez partnerky a tím aspoň trochu zaženu nudu. Sám od sebe bych asi nešel, i když... Budu muset prostě těm lidem říkat, že klidně pujdu někam ven i sednout, ale nesmí mě nutit, abych pil a ani mít nějaké narážky vůči tomu. Teď, ale budu nějakou dobu spíše odmítat a budu se bavit tím co mě zatím nejvíc naplňuje a to jsou hory a sport. Začínám si dělat kolečka do kalendáře kolik dní to vydržím. Ideální by bylo kdybych mohl dát kalendář do jednoho velkého kroužku. Uvidíme.

Zatím se mějte famfarově a ještě jednou díky.

=====

**Re: Asi už v tom taky lítám.**

Vložil Jana Mertosová - 08/11/2012 17:28

---

Oto-slůvko NE-SE MUSÍŠ UMĚT NAUČIT VE VŠEM-nejen co se týká alkoholických dýchánek.Ty jsi a zůstáváš zodpovědný JEN SÁM ZA SEBE.

=====

**Re: Asi už v tom taky lítám.**

Vložil Dejv25 - 10/12/2012 10:30

---

Čau Oto, určitě to neházej za hlavu, mám spoustu kamarádů kteří byli sportovci, mohli být úspěšní a teď vasedávají po hospodách, dluží kam se podívají a jsou z nich trosky. Dřív jsme spolu hodně pařili. Přesně jak jsi říkal: táhnu to dva dny v kuse...měl jsem to stejně. Jsou dvě řešení: 1) vyhledej odbornou pomoc nebo za 2) přestaň pít. Já přestal a zničehonic jsem se stal úspěšným člověkem, mám přítelkyni a dobrou práci. Můžu si dovolit ji vzít někam o víkendu, nebo si zajedem na hory k moři. A to všechno díky ušetřeným penězům za alkohol. Nevěřil bych tomu ale alkohol se mi nyní hnusí. Život bez něj je mnohem lepší. Vykašli se na kamarády a běž za tím co chceš:)

=====