Recidiva
Vložil Dobby - 24/03/2014 21:34

Tak jsem skoro po 4 mesicich abstinence zazil recidivu:) ale nejednalo se o zadnou pijatiku ale o pivni zazitek spojeny s navstevou nekolika Prazskych pivnic. Bylo to kontrolovane piti a ja nemam zadne vycitky s toho ze jsem porusil prisnou abstinenci:) tak treba nemusi byt dozivotni abstinence jedine reseni:) (ono asi take zalezi na tom kam az to nechal kazdy dojit)

==========

Re: Recidiva
Vložil Jana Mertosová - 24/03/2014 21:46

PŘÁLA BYCH TI,ABY TO KONTROLOVANÉ PITÍ VYDRŽELO-NO U ZÁVISLOSTI TO NELZE UDRŽET DLOUHO.DŘÍVE, NEBO POZDĚJI PŘIJDE NEKONTROLOVATELNÉ PITÍ.

==========

Re: Recidiva
Vložil Liba - 25/03/2014 08:35

Jsem zvědavá, co budeš tvrdit za měsíc, když budeš takto experimentovat.Věř, že ten alkohol je silnější, než ty.

==========

Re: Recidiva
Vložil Jana Mertosová - 25/03/2014 11:27

TO UŽ JE MARNÉ VYSVĚTLOVAT.uŽ JE TU TOUHA ZKUSIT,VYZKOUŠET A POTVRDIT SI.ZVÍTĚZILA TVRDOHLAVOST A UMÍNĚNOST-STEJNĚ JAKO PŘED 3ROKY U MNE.

==========

Re: Recidiva
Vložil Jan - 25/03/2014 14:39

Doživotní abstinence rozhodně není jediné řešení ale asi řešení nejspolehlivější a ověřené. Přál bych ti aby si měl chlast pod kontrolou ale on spíš bude mít pod kontrolou tebe. Časem začneš asi bohužel posouvat hranice napřed 2,potom 3 pak 8 piv ale o nic nejde ne, pořád to mám přece pod kontrolou ? Až pozdě si většinou uvědomí že pod kontrolou má chlast je..

==========

Re: Recidiva
Vložil Pavla 7 - 26/03/2014 11:20

No Dobby stejně si psal minulí týden nějak že to plánuješ, dá se to čekat, navíc jsi mladý a představa doživotní abstinence může být i dost depresivní. Jde jen o to jak ji člověk začne chápat.
Beru jako vítězství, nad vším a nad všema. Alkoholové opojení je stejně jen iluze že to dává štěstí, a o to jde. Pochopit co tě dělá opravdu šťastným, pokud je to chlast - máš hooodně velký problém. Pokud ti jde o to že ostatní pijí a ty jako - Nemůžeš -najdi si k tomu nějaký postoj.
Uvědom si že když začneš zvládat věci bez alkoholu, budeš silnější a sebevědomější, je jen otázka času kdy si na tento postoj zvykneš. Pokud "kontrolované" pití nezvládneš - a skončí to až padneš. Pojedeš opět od začátku. Avšak recidivi jsou k tomu asi nezbytné.
Jsem nesmírně šťastná že mi moje tříletá práce začíná přinášet ovoce, a v duši cítím že začínám být svobodná. Díky Vám, díky vytrvalosti a nevzdávání se, díky duchovním učitelům a panu Duškovi :kiss:
Když už spadneme na to dno, je důležité vstát a o to víc se snažit vymanit ze spárů závislosti ať už je jakákoliv. Čím méně tím více svobody v srdci, zloby, závisti, zášti, netolerance, to vše zmizí. Ale musíme jít...a nevzdávat se, NIKDY.

==========

Re: Recidiva
Vložil Karel Preisler - 01/04/2014 05:49

Re: Recidiva Před 6 dnů, 14 hodin
Doživotní abstinence rozhodně není jediné řešení ale asi řešení nejspolehlivější a ověřené...
Já osobně si myslím, že doživotní abstinence rozhodně jediné řešení je. U mě jsem o tom přesvědčený. Buď budu abstinovat, nebo chlastat. Jinak to nevidím.

==========

Re: Recidiva
Vložil Karel Preisler - 01/04/2014 05:57

Jde jen o to jak ji člověk začne chápat.
Beru jako vítězství, nad vším a nad všema. Alkoholové opojení je stejně jen iluze že to dává štěstí, a o to jde. Pochopit co tě dělá opravdu šťastným,

Mooooc pěkně napsáno. Pořád jsem si namlouval, že jsem nejšťastnější někde v klubu obklopen "kamarády" a krásnými slečnami...Hovno. Teď si zalezu u rybníku do rákosí, nahodím pruty, koukám po okolí, tam proletí ledňáček, tam se šplouchne kapřík, když se nic neděje vytáhnu Hrabala a je mi OPRAVDU fajn. No a když se ke mně ještě přidá moje Peťka...

==========

Re: Recidiva
Vložil Liba - 01/04/2014 06:18

Tak, tak, Kájo,tamto bylo umělé štěstí, nyní si ho užíváš naplno a přitom stačí málo, co?Já se recidivy bojím, nevím, jestli bych chtěla pak znovu začínat.Asi by mně nestačila síla.

==========

Re: Recidiva
Vložil Karel Preisler - 01/04/2014 06:32

Museli by jsme tu sílu najít! Na začátku léčby jsem lidmi, kteří byli na opakované léčbě pohrdal, ale teď je obdivuji. Nepočítám samozřejmě ty, kteří se jdou na zimu ohřát. Musí to být pecka, taky bych to nechtěl zažít. Už jsem to tu psal, ale věta "Recidíva patří k léčbě" mě zvedala ze židle. Díky ní jsem se taky naučil přijímat názory druhých s přiměřenou dávkou pokory a uvědomil si, že to že má někdo na určitou věc odlišný názor jako já ještě neznamená, že mi ten druhý chce ublížit, nebo se nade mne povyšovat, ale po 40letech jsem si připustil, že taky může mít pravdu :) . Hrůza co já byl za debila.

==========

Re: Recidiva
Vložil Liba - 01/04/2014 07:22

To z tebe dělat chlast, ale lili jsme si ho sami, dobrovolně do krku.Fuj, doufejme, že už nikdy!!!nebudeme s ním kamarádi.

==========

Re: Recidiva
Vložil ko.marti - 01/04/2014 13:18

Když ale ten chlast číhá všude, stačí aby byl člověk alkoholik trochu psychicky oslabený a je v nebezpečí. To mám žít celý život ve strachu z alko? No asi jo. Já osobně si to musím stále uvědomovat, myslet na to, vykřičníky, bacha bacha ! Jsou dny, kdy mi je z toho pěkně ouvej.

==========

Re: Recidiva
Vložil Liba - 01/04/2014 13:44

Časem to přejde, budeš vědět, že nesmíš pít, pak už nebudeš chtít pít a nic ti ten alkohol nebude říkat, přestane tě zajímat.Je potřeba se smířit s tím, že ty flašky jsou a budou všude, no a?

==========

Re: Recidiva
Vložil ko.marti - 01/04/2014 13:59

Bohužel ještě zatím tak dalece nejsem, jsou dny jsem v klidu, vyrovnaná, pak dny kdy neskutečně bojuji, snad jak říkáš, časem to bude slábnout a zbyde jen pohoda klídek na duši.

==========

Re: Recidiva
Vložil Liba - 01/04/2014 14:19

Určitě bude jen lépe, stoprocentně.Proto je ta abstinence těžká, ze začátku jistě.Hned nemůže být dobře, to by bylo recidiv!!!O to víc si pak vážíme střízlivosti, propíjeli jsme se dlouho do těch našich alkoholických stavů, a nemůžeme teda hned mít vše ok.Jen vydržet, stojí to za to.Já nikdy nezapomenu na ty těžké začátky, a je to dobře, aspoň mně ten chlast tak neláká.

==========

Re: Recidiva
Vložil Dobby - 01/04/2014 19:30

Tak nadále pokračuji v mém kontrolovaném pití a zatím si myslím že to i vychází podle plánu. Nastolil jsem si kritéria která když nebudu splnovat tak nebudu pít (např: psychická pohoda, vyspalost, sytost, žádné stresové situace druhý den atd..)a také samozdřejmě max 2 x v týdnu a pouze pivo a to max 4 piva (takže komplet 8 piv max za víkend). Také uvidíme jak to dodržím....

==========

Re: Recidiva
Vložil Jana Mertosová - 01/04/2014 20:12

To jsem sama zvědavá,k čemu se sám dostaneš.Věřím,že to ještě stihneš i upřímně zrekapitulovat.

==========

Re: Recidiva
Vložil ko.marti - 01/04/2014 20:39

Jestli jsi alkoholik, dlouho se ovládat neudržíš, taky jsem měla tisíc pokusů, až jsem to vzdala a přiznala si, že jediná cesta pro mě je a to pouze celoživotní abstinence. Držím palce.

==========

Re: Recidiva
Vložil Dobby - 01/04/2014 20:50

No zadnej silnej alkoholik co by musel vypit par panaku po ranu aby vstal jsem nebyl ale byl jsem pomerne pravidelnym konzumentem piva (cca 4-5x tydne 3-7piv po dobu cca od 18 do 25) takze telo uz proste bylo navykle. Abstinenci jsem mel krutou to je fakt ale to tak u hladinkaru bejva. Ale do sracek jsem se opil max 2x za mesic. Tedka kdyz nad sebou mam strasaka ze si projdu opet tim peklem tak si dam majzla abych zas nebyl hladinkar.

==========

Re: Recidiva
Vložil ko.marti - 01/04/2014 20:57

Zkušenosti ostatních alkoholiků jsou, že první tři měsíce jsou nejhorší, než se člověk vylíže z nejhoršího. Proč jsem se jen musela tolikrát spálit, abych se přesvědčila, že pro mě je chlast tabu. Připadám si jak primitivka, že to ten mozek nedokázal pochopit dříve, mohlo se tolik bolesti a slz ušetřit. Kolik lidí jsem ztratila, ublížila, taky svému tělu, díky bohu, že ten můj andělíček se už na mě nevys...Taky se k němu modlím, aby mi odpustil a stál při mě, dal sílu přijmout to, co změnit nemohu, odvahu přijmout.... a moudrost...

==========

Re: Recidiva
Vložil Jana Mertosová - 02/04/2014 08:34

Marti,přiznat si vlastní alkoholismus,stejně jako požádat o pomoc nám všem bránila především naše vlastní pýcha.

==========

Re: Recidiva
Vložil Liba - 02/04/2014 14:02

Máš dobře nakročeno, vydrž, dej se na Kroky, bude klid, pohodička.....

==========

Re: Recidiva
Vložil ko.marti - 02/04/2014 14:53

Pracuji teď na vlastní inventuře, mám už popsaný A3 papír a to jsou jen body:) Tolik hnusu co nosím v sobě, ale jde to ven a to je moc dobře. Pyšná jsem byla to tedy ano, jen nechápu na co:)Krasavice jedna přechytralá, jen já a já, středobod vesmíru, kde jsem to proboha vzala? Kdo to ve mně pěstoval,snad chlast? Dobře že jsem si namlela hubu.

==========

Re: Recidiva
Vložil Pavel DD - 02/04/2014 15:31

Ou, to mi někoho silně připomíná! (mě :-))

==========

Re: Recidiva
Vložil Liba - 03/04/2014 03:44

Patří to k alkoholismu, a nejhorší je sebelítost, ufňukanost, jací jsme chudinkové, ublížení, celý svět se spojil proti nám, my musíme pít , abychom zapomněli.....

==========

Re: Recidiva
Vložil Pavel DD - 03/04/2014 11:17

Ano, tohel znám také. Vlastně je to neustálý pohyb mezi těmito dvěma extrémy

==========