

Alkohol mi ničí život

Vložil Mara - 11/04/2018 01:51

Ahoj. Tohle je můj první příspěvek zde. Je mi něco přes třicet a piji jako každý řekněme třetí. Tak jednou dvakrát do týdne ale za to pokaždé kolem 8 jednotek. Problém je ale to, co v tom stavu dělám. Cítím se svěle, jako neohrožený dokonalý, vtipný a chytrý bůh. To přináší, že přicházím o přátele, protože se mnou v tom stavu nejde vydržet nebo rozumně komunikovat. Jsem bůh a mám recept na zábavu a to znamená, že si zábavu prostě obstarám. Jdu něco rozbít, do herny, jdu někomu nadávat a porvat se, jdu neodolatelně za slečnou na bar, která vůbec v tu chvíli nechápe, z jakéže planety jsem přilítnul. A když je náhodou vyjímečně klid, tak aspoň protrolím sociální sítě a zanechám na nich svůj otisk, čímž mi známí mají celkem přesnou představu, jaký jsem umaštěný troll a nula. No ale pozor, teď to přijde. Je mi úplně jedno, co komu říkám. Neumím se vůbec ovládat. Lidem z práce začnu klidně sprostě nadávat, šéfa pomlouvat, lhát fabulovat, vyzrazovat tajemství. Také mám často blikance, chvilkový stav, kdy se neovládám už vůbec a jdu někoho napadnout. Vždycky jsem měl rád záporáky ve filmech i za střízliva a když jsem pod parou, cejtím se jako jeden z nich. Bojím se toho, že jednou někomu fakt ublížím případně někdo zmrzačí mně a nebo se dostanu do problému se zákonem. Dosud byly jen drobné pokuty. Takže vztahy, práce, peníze, riziko kriminálu to všechno mi chlast spolehlivě zhoršuje. Přítelkyni nemám, protože každá slušná holka radši vezme nohy na ramena. Prostě jsem čím dál větší blázen když chlastám. Kdysi jsem býval rozumný, do hloubky jsem zpitý přemýšlel nad tím, jak život zlepšit a nikomu jsem neškodil. Dneska je pro mně život jedna hnusná furt stejná cesta do práce, kam musím jet se všemi těmi lidmi, kteří nechápou mou nadřazenost a jsou jen otravné kulisy a překážky v cestě. No když nepiju, tak jsem plně funkční, všechno zařídím, zaspportuji si, přátelím se, mám lidi víceméně rád a nevadí mi. Jenže ten temnej vlak to je pro mně lákadlo, tomu neodolám. Najde si mně dřív nebo později.

Najednou zas prevezme kormidlo ožralej kapitán a připraví mně o to, co se mi povedlo spravít za střízliva. Tak tady si prostě řeknu, že zkrátka stačí nepít a hotovo. No jo, jenže ona je to taková zábava, že já bez toho nemůžu být. Vydržím max. tak 10 dnů abstinovat, než mi můj život začne připadat zoufale šedý a stejný každý den. Takže se jde zas na jedno, no však to znáte. Je to furt dokola a míra škod s každým dalším cyklem narůstá. Můj současný plán je chodit jen na některé vybrané akce, které za to budou stát a kde primárně nejde o chlastání a i tam se krotit co nejvíc to půjde. Hlavně ne jde se do hospody tady 20 metrů od baráku a jde se tam zkrátka chlastat a pak dělat bordel. Zdrzenlivejší styl života by mi celkem pomohl vybudovat si zdravé vztahy a najít si práci, ve které budu spokojenější. Tak uvidíme. Těším se na komentý a až se mi zas jednou bude chtít se vypsát, tak dám nějaký update.

=====

Re: Alkohol mi ničí život

Vložil Drahoslava - 11/04/2018 09:02

Zdravím Maro, vítám tě tady. Cíl sis vytvořil, tak ať se ti daří.

Napsal jsi:

Je to furt dokola a míra škod s každým dalším cyklem narůstá.

Takže i když se držíš, dřívě či později si to stejně zas pokák...

Nevím no, podle mě jediný kdo tady může říct, že zvládne kontrolovaně pít je Jaroslav60. Protože když jde na dvě, tak si dá dvě a jde domů.

Jak se drží člověk nějakou dobu a pak jakože "může" a zrychtuje se pod vobraz, nikam to nepovede a jedině úplná abstinence mu změní život. Ale k tomu se musí změnit něco v myšlení, je to celá změna osobnosti. Pokud ti život bez pití připadá nudný, tak stejně budeš pít. U alkoholika kontrolované pití ze zkušenosti nefunguje, ale může se stát. Chce to vůli, tak do toho a piš, jak se vede.

=====

Re: Alkohol mi ničí život

Vložil Krtek - 11/04/2018 10:19

Neviem, ale pre mňa zvláštny príbeh. Kto používa výrazy ako 8 jednotek? Normálne človek napíše, koľko alkoholu priamo vypije. Pivo, vodku atd. Ale jednotek? Nevravím, že to nemusí byť pravda, len ten celý príbeh je napísaný nejako zvláštne, umelo.

=====

Re: Alkohol mi ničí život

Vložil Ja - 11/04/2018 10:31

Krtek napsal:

Neviem, ale pre mňa zvláštny príbeh. Kto používa výrazy ako 8 jednotek? Normálne človek napíše, koľko alkoholu priamo vypije. Pivo, vodku atd. Ale jednotek? Nevravím, že to nemusí byť pravda, len ten "celý príbeh je napísaný nejako zvláštne, umelo."

Krtko,

žijeme v 21. storočí...

...sú jednotky aj dvojky, panáky, krígle a iná háved'!

(..., ale TO patrí nenávratne do minulosti!) :silly: :P

=====

Re: Alkohol mi ničí život

Vložil Lenka - 11/04/2018 12:54

Ahoj a vitej, Maro. 8 jednotek je pivo a panaky? Nebo jen pivo? Nebo co to je?

Někdo začne blbnout po tvrdém. Dokud pije pivo, je OK. Ale jak dá jednoho frřana, neví, co začíná mlít, dělat a že ostatním ubližuje. Nevím, zamysli se nad tím anebo své pití lépe popiš, ať tě mohou ostatní lépe pochopit.

Ja ti moc neporadim, sama jsem si sem přišla pro rady. Díky lidickam na zdejším fóru, jejich radám a podpory, jsem se skoro měsíc alka nedotkla. A samozřejmě díky svému rozhodnutí.

=====

Re: Alkohol mi ničí život

Vložil Lemonka - 11/04/2018 14:13

Ahoj Maro,

nějak jsem nepochopila, proč přesně jsi tady, respektive, zda hledáš pomoc, či chceš přestat pít nebo se

jen svěřit?

Píšeš, že chceš chodit už jen na vybrané akce a krotit se. To znamená přesně co? Abstinovat nebo si dát jen pár "jednotek", nepřehánět to?

Tady Tě asi zklam, protože zdravý vztah jako alkoholik těžko navážeš. Totéž platí o kontrolovaném pití. Kor, když, jak píšeš, Tě tyto stavy baví a v podstatě je vyhledáváš.

Zkus napsat o svých problémech s alkoholem něco více, protože Tvůj příspěvek, byť dlouhý, ve výsledku neříká téměř nic.

Drž se a hodně sil :)

=====

Re: Alkohol mi ničí život

Vložil Michal - 11/04/2018 21:45

Cau :) ja bych nejak slovo jednoteka neresil pointu to nemeni jestli 8 piv nebo 8 rumu ;) co rict,pokud chces abstinovat a vytshnout se ze sracek mas moznost-je to jen na Tobe :) zpusobu je mnoho,musis si ale priznat,ze jsi alkoholik a chtit byt abstinujici alkoholik...a o kontrolovanem pití nema cenu mluvit,to nebude u Tebe na 100% fungovat,maximalne se prodlouzi intervaly mezi Tvými alkoholovými dychanky s xy problémy..a k Jaroslavovi,tady ho nekdo zminoval muj nazor je,ze Jarda alkoholik neni...

=====

Re: Alkohol mi ničí život

Vložil Lenka - 12/04/2018 09:52

Míšo, ja vim. Jen jsem nadhodila to, ze někdo je v pohodě a začne blbnout po jednom panakovi

=====

Re: Alkohol mi ničí život

Vložil Reminiscence - 12/04/2018 20:10

Pojem "jednotka alkoholu" se používá, zde kopíruji definici, jen tak pro zajímavost.

Základní horní hranice pro tzv. bezpečnou konzumaci je 14 jednotek týdně pro ženy a 21 jednotek pro muže. Konzumace během jednoho dne by neměla přesáhnout 4 jednotky u mužů a 3 jednotky u žen. Jednotka (dávka) je dána určitým množstvím čistého alkoholu (přibližně 10 g).

1 jednotka orientačně
Pivo 12st. sklenice 250 ml

Pivo 10st. sklenice 330 ml

Víno 1 sklenka 100 ml

=====

Re: Alkohol mi ničí život

Vložil Krtek - 12/04/2018 22:05

Však ja viem, ale to sú odborné termíny, ktoré nepoužívajú možno ani lekári. Iba ak v nejakým odborných prácach.

Nájdí mi jeden príspevok na fóre, kde niekto píše, koľko jednotiek vypije.

...Lidem z práce začnu klidně sprostě nadávat, šéfa pomlouvat, lhát fabulovat, vyzrazovat tajemství... Ako dlho by ťa Remi v takej práci tolerovali? Za aký čas by ťa kolegovia "vyštvali"?

...Jdu něco rozbít, do herny, jdu někomu nadávat a porvat se,...chvilkový stav, kdy se neovládám už vůbec a jdu někoho napadnout. ... To sú veci skôr pre psychiatra s psychológom

=====

Re: Alkohol mi ničí život

Vložil Reminiscence - 12/04/2018 22:40

Hohóó, Krtku, to jsem nebyla vůbec pochopena :huh: Napsala jsem o jednotkách jen proto, že ten termín existuje. A že se nad ním někdo pozastavoval, protože neměl představu, kolik zakladatel vypije. Netvrdím, že se používá běžně a už vůbec nechci Mary pítí obhajovat a zlehčovat! Jak tě to vůbec mohlo napadnout, vždyť už mě znáš, přece. Ve mně dřímá poctivá abstinentská duše :P Dobrou noc všem.

=====

Re: Alkohol mi ničí život

Vložil Michal - 12/04/2018 23:17

100ml jednotka x21(tolerance)=2100ml vina 3flasky 0.7l vina tydne to uz je moc si myslim divny tabulky,co drihy den temer svihnout flasku :D jinak co resite furt ty jednotky-je to jen slovo :D ja to beru jako vypiju 8 jednotek=vypiju 8 piv hotovo dvacet...no kdyz pije dela bordel taky mi to neni cizi zrovna nemusí hned hledat psychiatra.Kdyz nebude pit-nezmeni se v hovado-nebude delat bordel jednoducha rovnice..

=====

Re: Alkohol mi ničí život

Vložil Lemonka - 13/04/2018 00:11

No, já celkem rozumím tomu, co tím chtěl Krtek říct. Po přečtení Marova příspěvku mě okamžitě

napadlo, že chlast není jeho jediný problém. Pokud i v práci opravdu dělá věci, které popisuje, pak to něco vypovídá o jeho psychickém stavu. Samozřejmě, předpokládám, že v práci se nenalívá, což z jeho příspěvku není patrné. Popisuje, co a kde dělá, ale ne v jakých situacích (rozumějte - pod vlivem či ne). Ono totiž, pokud člověk trpí nějakou duševní poruchou (ne nemocí), alkohol tyto psychické problémy mnohonásobně posílí. Mluvím z vlastní zkušenosti. Ale jak už jsem psala - z jeho příspěvku nejsem moc moudrá :S Snad napíše a bude tentokrát podrobnější.

=====

Re: Alkohol mi ničí život

Vložil Ja - 14/04/2018 09:00

Mara,

máš celkom obstojný *troll-ing* aj sloh. Až príliš však pripomínaš Puškinovho - Onegina - typ "zbytočného/(=líšného) človeka/človeka". Tak sa, "zbytočný človeček", veľmi rýchlo preber a zobuď do života a ži si svoj ("trápny") život ako všetci ostatní... Fantázie prenechaj rojkom, bohatierov a hrdinov vráť do antických bájí a iných mýtov alebo ich ponechaj počítačovým závislákom. V kyberpriestore je na TO voľných "cloudov" dosť! :silly: :P

"Na zdravie!!!"

=====

Re: Alkohol mi ničí život

Vložil Richard Abraham - 14/04/2018 09:01

Mara napsal:

Ahoj. Tohle je můj první příspěvek zde. Je mi něco přes třicet a piji jako každý řekněme třetí. Tak jednou dvakrát do týdne ale za to pokaždé kolem 8 jednotek. Problém je ale to, co v tom stavu dělám. Cítím se svěle, jako neohrožený dokonalý, vtipný a chytrý bůh. To přináší, že přicházím o přátele, protože se mnou v tom stavu nejde vydržet nebo rozumně komunikovat. Jsem bůh a mám recept na zábavu a to znamená, že si zábavu prostě obstarám. Jdu něco rozbít, do herny, jdu někomu nadávat a porvat se, jdu neodolatelně za slečnou na bar, která vůbec v tu chvíli nechápe, z jakéže planety jsem přilítnul. A když je náhodou vyjímečně klid, tak aspoň protrolím sociální síť a zanechám na nich svůj otisk, čímž mi známí mají celkem přesnou představu, jaký jsem umaštěný troll a nula. No ale pozor, teď to přijde. Je mi úplně jedno, co komu říkám. Neumím se vůbec ovládat. Lidem z práce začnu klidně sprostě nadávat, šéfa pomlouvat, lhát fabulovat, vyzrazovat tajemství. Také mám často blikance, chvilkový stav, kdy se neovládám už vůbec a jdu někoho napadnout. Vždycky jsem měl rád záporáky ve filmech i za střízliva a když jsem pod parou, cejtím se jako jeden z nich. Bojím se toho, že jednou někomu fakt ublížím případně někdo zmrzačí mně a nebo se dostanu do problému se zákonem. Dosud byly jen drobné pokuty. Takže vztahy, práce, peníze, riziko kriminálu to všechno mi chlast spolehlivě zhoršuje. Přítelkyni nemám, protože každá slušná holka radši vezme nohy na ramena. Prostě jsem čím dál větší blázen když chlastám. Kdysi jsem býval rozumný, do hloubky jsem zpitý přemýšlel nad tím, jak život zlepšit a nikomu jsem neškodil. Dneska je pro mně život jedna hnusná furt stejná cesta do práce, kam musím jet se všemi těmi lidmi, kteří nechápou mou nadřazenost a jsou jen otravné kulisy a překážky v cestě. No když nepiju, tak jsem plně funkční, všechno zařídím, zasportuji si, přátelím se, mám lidi víceméně rád a nevadí mi. Jenže ten temnej vlak to je pro mně lákadlo, tomu neodolám. Najde si mně dřív nebo později. Najednou zas prevezme kormidlo ožralej kapitán a připraví mně o to, co se mi povedlo spravit za

střízliva. Tak tady si prostě řeknu, že zkrátka stačí nepít a hotovo. No jo, jenže ona je to taková zábava, že já bez toho nemůžu být. Vydržím max. tak 10 dnů abstinovat, než mi můj život začne připadat zoufale šedý a stejný každý den. Takže se jde zas na jedno, no však to znáte. Je to furt dokola a míra škod s každým dalším cyklem narůstá. Můj současný plán je chodit jen na některé vybrané akce, které za to budou stát a kde primárně nejde o chlastání a i tam se krotit co nejvíce to půjde. Hlavně ne jde se do hospody tady 20 metrů od baráku a jde se tam zkrátka chlstat a pak dělat bordel. Zdrzenlivejší styl života by mi celkem pomohl vybudovat si zdravé vztahy a najít si práci, ve které budu spokojenější. Tak uvidíme. Těším se na komentý a až se mi zas jednou bude chtít se vypsát, tak dám nějaký update.

Zatím chapete realitu a dokazete sebekriticky vyhodnotit situaci. A co s tím? V jedné větě jste si odpověděl sam.....

Hodně stesti.

=====

Re: Alkohol mi ničí život

Vložil Hana - 23/04/2018 08:42

Maro, na mém nedávném sezení, kde se snažím pochopit, že chlast není cesta, mi byla řečena jedna věc - lidi si myslí, že po chlastu jsou sebevědomější, odvážnější... nejsou. Je to jen oblbnutí mozku. A to, co děláme, k čemu se odhodláme, s hladinkou, to jsme pořád my, chlast nás nezmění. Tohle je v nás. Něco nastartuje, odblokuje. Ale kdyby to tam někde v hlavě nebylo, těžko by to mohl spustit. Mně to bylo řečeno proto, abych pochopila, že jsem osobnost sama od sebe, ne s půllitrem v ruce. Tobě to píšu pro zamyšlení. Máš to v sobě. Když víš, co to spouští, tak to nedělej - nepij. Ale možná se zamysli nad tím, že ten problém není jen chlast... Zkus nějakou odbornou terapii. Nebo se jen s někým pobavit, poradit.

=====