

## Příběh jednoho alkoholika

Vložil Roman Roman - 16/01/2012 02:30

---

Ahoj.Jmenuju se Roman a je mě 43 let.Před chvilkou,jsem podobný příspěvek psal, ale rozhodl jsem se ho napsat po své registraci ještě jednou.

Vám, kteří nemáte zcela jasno v otázce Vy a alkohol,se nemám problém svěřit, jít s kůží na trh,nebo jen ukázat část života, (mého života),okořeněného adrenalinovou jízdou ve vlaku, co nemá brzdy.Smyslem a mým velkým přáním je,aby jste při jakémkoliv pocitu , "že toto znáte", se ještě zamysleli nad tím, jetli "toto" opravdu chcete.

Nepiju už 14 let,s jednou recidivou před měsícem, což v závěru dopovím.Budu mluvit o sobě, nikoliv o Vás, neboť mé nedostatky jsou jen mémi, nikoliv Vašimy a přesto...možná, může být v některých případech i u Vás život podobný jízdě na horské dráze, což bych Vám zcela určitě nepřál.Po přečtení mého článku, můžete mít někteří pocit, že to nemám v hlavě moc v pořádku. Věřte mi, že nemám. Ale o alkoholu vím své, a tak se chci s Vámi podělit o svou zkušenost.

### Kariéra:

Jako alkoholik jsem měl před sebou už jen velmi krátké období "kariéry". Víím, co jsou to halucinace, počůrávání, agreesivita, deprese, sebelítost a pocity že všechno je na h..

Vím co to je, když si člověk lže a hledá "důvody" ke všemu, co s alkoholem souvisí a zejména důvodu ke svým pocitům a názorům.Prošel jsem si i brekem, kdy mě na zlomek sekundy došlo, že sem alkoholik.To je třeba ve chvíli, kdy Vám to řekne nějaký odborník v poradně a nedej bože je tam s vámi ještě k tomu žena, nebo Vám to řekne někdo, kdo překonal závislost na drogách.A řekne Vám i to, jak přesně to bude dál. Od toho "zlomku sekundy, uběhla ještě dlouhá doba,než mě to konečně došlo. Mezitím, se se mnou rozvedla žena, a já přišel o práci, a úspěšně jsem si vybudoval image notorika.

### ŽELIV:

Asi jistě nemusím popisovat význam tohoto slova. V mých očích,je význam stejně silný, jako pocity při shlédnutí filmu "Dobří holubi se vracejí".Počátečním motivém toho, že jsem vůbec někam jel, bylo to, že jsem nechtěl přijít o svoji novou partnerku.

První pocity v léčebně, mohu popsat jako neuvěřitelnou směs chaosu ve vlastní hlavě, strachu z neznámého, nejistoty v cokoliv, ale s uklidňujícím pocitem izolace od všeho.Od lidí, od města, od rachotu toho "rozjetého vlaku, co nemá ty brzdy" a každý večer uspávaný zvony místního kláštera.Moje rozhodnutí, se postupem léčby měnilo za "sám kvůli sobě".

Je to těžká práce, protože to musíte udělat jen Vy sami, a nikdo jiný a dlouhou dobu máte pocit, že jdete proti sobě.

Pobyl jsem tam pár měsíců,za tu dobu jsem pochopil, že umím i myslet jinak. To slovo jinak je důležité.Protože postupně jinak prostě myslíte.Prostě si myslím, že alkohol vytáhne tu horší část ve Vás.Máme ji všichni, to dobré, a to špatné v nás.Bohužel alkohol je hodně sebestředný a jen těžko, pouští ke slovu, tu dobrou část Vašeho já.Na alkoholu uznávám jen jednu věc, a to...že neexistuje kompromis. Jinak řečeno, nedá se to nijak očůrat, utéct a tak. Prostě Ti, kterých se to týká, budou postaveni před volbu.

Já jsem léčbu nedokončil, utekl jsem po té, co jsem dostal funkci a situaci nezvládl.

### Nový život:

Začal jsem od nuly, bez chlastu, s nulovou sebedůvěrou a jistotou v cokoliv a s pohledy v zádech, které říkají "ten na to nemá".

Při letmém pohledu na tyto stránky, se mi připomínají důvěrně známé poučky z odvykací léčby :) .Ty poučky jsou jistě potřebné a na začátku Vaší abstinence musí prostě něco být.Jen jsem přišel na to, že si musí každý tu abstinenci "Přišít na tělo".Přestal jsem třeba všude při hledání práce "troubit", že jsem abstinující alkoholik, protože bych žádnou práci nesehnal, atd.Nezkolaboval jsem při prvním snu, že jsem se napil, a prostě přijmul fakt, že člověk nějak začít musí.

Postupně, s každým malým úspěchem, s každým malým krokem v abstinenci, se moje sebedůvěra zvedla. Můžu říct, že jsem na 14 let alkohol zvládl. Vůbec nevádí, pokud jste alkoholik a nepijete, není to vada na kráse :). Začnete to brát, jako svoje plus, jako kdyby jste překonali těžkou nemoc a nemáte obavu, o tom otevřeně mluvit.

Další pokračování mého příběhu, je možná určeno pro ty, co již pracují na své abstinenci, či mají problémy s recidivou...

V mém příběhu, uběhlo 14 let. Narodila se nám dcera, já hodně pracoval a ani si nevšiml, jak léta běží. Po 13 letech našeho vztahu, kdy jsme se od sebe úspěšně odcizily, byla vrcholem moje nevěra, a pocit oboustranného ublížení.

Při pohledu na svůj život, musím konstatovat, že to se mnou neměla jednoduché. Jsem sebestředný člověk, co v sebe má kromě dětského vzdoru jen pramálo pokory. Vlastně Vám to píšu jen z jednoho důvodu, alkohol, je jen důsledek. Důsledek něčeho, co nechcete vidět, tak jako já. Je jedno, jak člověk utíká, někdo droguje, jiné pracuje, jiné....

Happy end:

Začal jsem znovu, s pocitem, že mě tak dobře. Bohužel, ne každý, si umí unést následky svých vlastních činů. S pocitem štvaného zvířete, v patách s rozrušeným psem, co vidírá, manipuluje a vyhrožuje, věren své nedokonalosti zvládat náročnou situaci, jsem se po dlouhé době vzdal všeho. Bytu, práce, budoucnosti.

Pro ty z Vás, co jsou ochotni ve svých útěch zajít až na pokraj mohu říct, že ani tam alkohol nepotřebujete.

Dnes, jsem bezdomovec, co ještě není na ulici, v patách horda exekutorů a otazník nad vším. Všechno úsilí vkládám do snahy domyslet něco, co domyslet prostě nelze. Dokud budu mít sílu, zkusím to. Co? Zkusím hledat cestu, kam se svým životem.

A co ta placka?

Ano, je to dřina, to do sebe dostat po těch letech. Další jsem si nekoupil. Proč? O alkoholu rozhoduju prostě já. A když už bych si koupil, věřte tomu, že rovnou s práškama.

KDO ZA TO MŮŽE?

Nikdo. Není tady viník. Jsme jací jsme, s tím dobrým, i špatným. Život, je jen naším dílem, nikdo nám za něj nemůže. Když budem obviňovat sebe nebo druhé, oslepeni svým vlastním sobectvím, si zavřeme cestu do našeho vlastního srdce. Tak jako já.

Tak jestli chcete, píšete sem a pokud budu moct, odpovím Vám.

Nemám patent na rozum, nejsem chudáček, neradím Vám, jen dám svoji zkušenost.

Ahoj Roman

---

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 16/01/2012 18:31

ahoj Romane. Víím o čem mluvíš. I já měla loni recidivu po více jak 8 letech. Dovolila jsem si žít nějaký čas mimo realitu Vidina velké výhry vidina jak finančně pomůžu a zajistím své děti. Byl to překrásný sen, který jsem si nechala sama pro sebe, mělo to být ohromné překvapení. Sázela jsem jak divá (hlavně aby o tom nikdo nevěděl) A překvapení se také konalo! Jen jiné! Začala jsem pít! Za týden jsem se dostala opět do léčebny abych si zopakovala a zapsala za uši, kdo jsem? a kam patřím! Držím Ti palce. Nebudeš to mít teď jednoduché. Zároveň víš, že to budeš mít jednodušší, než s alkoholem.

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Kateřina - 16/01/2012 21:20

---

Víš, já tě obdivuju, jak seš smířený s tím že lidi prostě pijí. Mám pocit, že za to někdo může. Nechci přitom někoho obviňovat, ale jsou tu lidé kteří se tím živí a ten pocit nesnesu. Jsou tu lidé kteří podporují alkoholiky, protože na nich závisí jejich plat. Státní zaměstnanci, kteří zvedaj daně aby z toho něco bylo. Je to na tom takhle postavený. Je to hnus.

Já můžu říct, že jsem chudák, jsem zmanipulovaná vším co se tu na světě děje. Ať to je chlast, lidi, a věta: tak to prostě je!!!

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Bludička - 16/01/2012 22:36

---

Ahoj Romane,

chci ti pogratulovat, ale nějak jsem nepochopila jestli to opět zvládáš, nebo nikoliv.

Ale určitě ti chci poděkovat za tvůj příběh, je to realita a je to těžké. Ale to víme oba, že??? Určitě jsi si prožil peklo, ale popiš jak to jde dál. Věřím, že to jde, ale kdyby ne tak je tu Libuška :P Promiň Libi, ale já za vším vidím čerta?? Né.... to byl vtíp, andílka za vším vidím a to jsi TY!!!

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Roman Roman - 17/01/2012 00:17

---

Ahoj.

Jak to zvládám? V příběhu, co jsem popsal, ukazuju příběh jednoho alkoholika (mě), jen pro to, aby jste Vy, kteří jste smíření s tím, jak to s váma prostě je měli představu o tom, jak by to s Vámi mohlo třeba být dál. A těm, kterým se jejich vlastní představa alkoholické kariéry moc nelíbí, alespoň můžete mít pozitivní motivaci k jinému druhu kariéry. Stavby a pocity jsou autentické, a bohužel zákonitosti závislosti a to jakékoliv, jsou již poměrně ověřené. Jak už jsem psal, nepiju už 14 let. Můžu říct, že sem svým pánem pořád. Neruší mě ani trochu recidiva, co jsem měl. Poznání, že alkohol nepomáhá, znám už dávno. Bohužel, jsem psal i o tom, že většinou za jakoukoliv závislostí, bývá ještě nějaká ta příčina, co alespoň trochu napomohla tomu, že člověk chlastá, nebo ujíždí jinak. Jinak by totiž, kdyby za všechno mohl alkohol, asi chlastali všichni :) .

Nemám žádný strach z toho, že bych se napil, nevidím problém s alkoholem. V mém případě, je to jen o vůli něco vzdát, nebo prostě ne. Když sem zrecidivoval, řekl jsem si druhý den ráno, že jsem prostě padnul na hubu, no a co? Tak sem zase napnul sílu, a vezu tu svoji kárku kousek dál.

Pro mě, již alkohol neznamená nějaké nové poznání. Příště, bych si k tomu koupil rovnou prášky, ale ne z důvodu toho, že bych chtěl aby mě bylo líp. Je to jen o vůli, se prát se svým vlastním životem, který jsem si sám vytvořil, a za který nikoho neviním.

Jinak když Vám řekne někdo aby jste skočily z okna tak skočíte? Mě je srdečně jedno, jak kdo na čem vydělává. Na světě to prostě chodí tak jak to chodí. Kdo chce vidět to dobré, uvidí to a kdo to špatné, taky si to najde.

Jestli jsem smířený s tím, že lidé pijí? Pijí ti, co pít chtějí. Je to jen o nás samých, co budem dělat, nikdo

---

Vám nemůže v ničem bránit, a ani Vás donutit, pokud sami nechcete.

Nikdo nemusí chlastat, brát drogy, půjčky, nebo se třeba oblíkat podle mody. Jinak na ten příspěvek s tím sázením...

Nevím sice, jak to bylo, ale jednou zjistíš, že ať je jak je, nikdy k tomu alkohol nepotřebuješ..

Když budeš chtít klidně napiš, jak to opravdu bylo...

ahoj :)

---

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 17/01/2012 11:32

---

co jsem si přiznala svůj problém s alkoholem a přestala s pitím?začal se můj život neskutečně měnit.Nejen život-změnou jsem procházela i já.Celé mé myšlení a prožívání.No prostě básen',všechno se začalo dařit.Co jediné mne trápilo že syn se bude ženit-vím,že chtějí mladí stavět a bydlet ve svém a moc jsem jim chtěla pomoci.Jsem rozvedená mám celkem 4děti.Občas mne trápilo,že jim moc v životě nebudu moci pomoci.Někde jsem jen zahlédla velký Jackpot Sporty.Nikdy jsem nesázela ale uhnízdlilo se mi v palici co kdyby?A tak jsem začala sázet-ovšem vyletěla jsem naprosto z reality,jen co jsem si vyhlídla domeček i pro sebe.Ani jsem si neuvědomila a začala jsem se přesouvat do svých představ a snů.Jako bych už měla celou výhru v kapse.Nikomu jsem ze strachu nic neřekla-moc jsem tomu bránila.To víš,že by mne rychle vyvedli z omylu.Já se začala o ten svůj svět ve svém snu bát,že bych ho ztratila.Syn se ženil před Vánocemi a mně napadlo po 8letech koupit domů alkohol.Už jsem úplně přestala být opatrná.

---

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Roman Roman - 17/01/2012 12:17

---

Stará vesta.....

V mottu mám napsáno, že mám patent na rozum.Věci, o kterých tu píšu,se mi krom alkoholu, většinou daří jen pramálo.Pro ty, pro které není až tak důležité, že svoje "rady" píše člověk, co si sám neví se sebou rady, je bez práce,bydlení a neschopen se rozhodovat, co vidí většinou vše jen v těch nejnegativnějších barvách, pro ty můžou být některé věci co píšu cenné.Cenné moji vlastní zkušeností. Stará vesta-to jsou ÚTĚKY!

Utíkat se dá různě. Pro ty z vás, kteří abstinují, se otevírá možnost starou vestu prostě zahodit.Alkohol, je prostě jen jedním z takových útěků.Za každým útekem, je prostě jen neschopnost, přijmout danou realitu, co je horší, to je to, že daná realita jsme my sami a svět okolo nás, náš život, který si sami tvoříme.Já vlastně utíkám celý život. Útěky mají různé formy, když to není tedy alkohol, může to být práce,uzavřenost,útěk do kyberprostoru, nebo pouze jen hromada "důvodů" pro svoje konání, které mě ale vlastně vadí.

Dá, se určitě pochopit, že jsi dokázala hodně. Přestat pít, vychovávat 4 děti, atd atd.Není potřeba utíkat do snu. Jen to musíš vědět Ty sama a ocenit se za to, co jsi dokázala!

Další věcí je, že ten sen, ať už je to jakýkoliv, ba Ti i v případě, že by se splnil, stejně nenahradil to, co vlastně chceš. To si můžeš dát jen Ty sama.

Není ani potřeba, aby sji sklopila uši, a říkala, že sis ovědomila, co jsi zač.Není to vada na kráse,děláme v životě chyby,nebo spíš občas padnem prostě na hubu, pod tím svým křížem, co nesem.Svůj kříž, si nese každý, a s každým útekem, ho prostě jen nechcem nést.Klidně si udělej nějaký sen,ale neodmiňuj, mu všechno, tím spíš svůj názor samu na sebe!

Jsi jaká jsi, tak se měj ráda s tím dobrým, i špatným.

Ahoj.

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 17/01/2012 14:46

---

Téhle zkušenosti nelituju. Jen jsem si uvědomila, že musím mít stále na paměti svoji alkoholickou nemoc. Já na ni zcela zapomněla. Můžeš všechno jen když to máš v hlavě srovnané a střízlivost vždy udržuješ na 1 stupni životních hodnot. A co víc? Zaměnila jsem zcela fikci za život a přestala být objektivní. Tam kde není objektivita tam mizí i pokora-toto mne udržuje ve střízlivosti. Toto jsou pro mne základní kameny na kterých stojí můj život.

Romane, základ pro tebe je nepít. To ty víš. Chodím do AA a stýkám se dlouhá léta s těmito lidmi. Věř mi, že bez práce a z pod mostu-jako opravdoví bezdomovci se mnozí vzpamatovali. Díky tomu, že přestali pít? Se jim pomaličku všechno co kdy zahodili kvůli pití začalo vracet. NENÍ TO SCI-FI-ALE SKUTEČNOST!!!! držím palce vím a věřím tomu, že to dokážeš!

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Roman Roman - 17/01/2012 15:21

---

### TERAPIE REALITOU....

Vlastně sem píšu pro to, že mám bytostnou potřebu dělat něco, v čem vidím smysl. Opravňuje mě k tomu mých Prozatím 14 let abstinence. Dělán, ze sebe výkladní skříň ne zdvoudu toho, abych byl oceňován, litován atd, ale proto, že někomu, můžou moje informace pomoci, a to už jakkoliv.

Jsou to stránky, zaměřené na alkohol, rubrika lidí, co se s tímto už jakkoliv potýkají. Jak jsem psal s trochou nadsázky, v úvodním článku, že to nemám v hlavě moc v pořádku, tak jistě že nemám. Zvládnul jsem léta úspěšně bez chlastu, ale nemůžu rozhodně potvrdit, že zvládám svůj život jako takový. Jistěže je pravdou, že člověk co je závislý, nemůže pít. Zavřel by si jediné možné dveře, kterými vede cesta ven.

V tomto věřím, že můžu být já, některým nápomocen.

V tom ostatním, nikoliv. Děkuju, že věříš, že to zvládnou, mě ale nejde o alkohol, ten pro mě není soupeř. Já už vlastně bojuju jen sám se sebou, jestli to skončit, nebo ne, ale zdaleka nejde jen o to, že sem bez práce atd atd. Mám za sebou kromě rozpadlých vztahů, taky stalkink, za který si můžu sám, ale kterým jsem se nechal zlomit. To vše, bez účasti alkoholu.

Ale to už je trošku z jiného soudku.

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 17/01/2012 15:41

---

ROMANE-PRÁVĚ ŽE Z TEBE CÍTÍM, ŽE CHCEŠ VZDÁT ŽIVOT. VEZMI TO PROSÍM JEN JAKO VÝZVU K ŽIVOTU A NE KE SMRTI. SÁM VÍŠ, ŽE BY TOTO ŘEŠENÍ NEBYLO ŘEŠENÍM ALE OPĚT ZVOLENÝ ÚTĚK. ŽIVOT JE A MÁ BÝT O ŽIVOTĚ A NE O SMRTI A ÚTĚKU-I KDYŽ OBČAS TO

SVĚTÝLKO NEVIDÍME.mne kvůli alkoholu vyhodili z práce.Důvod jsem měla uvedený i v zápočtovém listu.Dlouhé roky jsem o práci nezavadila.Mám 4dětí ale dvě nejmladší mi byly kvůli pití odebrány do dětského domova-jejich otec byl také alkoholik.Loni se upil.Ztrácela jsem naději,že jednou začnu žít normálně,že si jednou budu moci děti vzít někam domů.Pokusy o sebevraždu,byla jsem jak šílená bolestí a beznadějí.Dala jsem zabrat lékařům,nejstarším dětem ale též sama sobě než se mi rozsvítilo a dokázala přestat s pitím.Vidíš práci jsem si našla,bydlím,děti jsou pohromadě.Všechno,v co jsem přestala doufat a věřit mám zpátky.Už dávno jsem psala na tyto stránky svůj příběh ženy, která si našla muže alkoholika s naivní vírou,že ho uzdraví.Dopadlo to tak,že se i z ní stala časem alkoholička.Musela jsem se stát alkoholička abych porozumněla co je tato nemoc.

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 17/01/2012 16:06

---

Dnes nelitu ničeho.Musela jsem naučit v životě vážit si svých dětí,svého života a všeho toho co dostávám.OPRAVDU SI VÁŽIT.TOTO JSEM DŘÍV NEUMNĚLA-BRALA JSEM VŠECHNO(PŘIJÍMALA JSEM VŠECHNO) JAKO SAMOZŘEJMOST.

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Roman Román - 17/01/2012 16:15

---

Ano.

Máš úplnou pravdu ve všem co píšeš. Dokázala jsi hodně :)

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Liba - 18/01/2012 05:17

---

Někdy jen zírám , co dokážou lidi!Naše jedna áčkařka včera vyprávěla svůj život, dostala se až na ulici, přítel ji těžce zranil nožem, je v ID, a sbírá se do života, je to těžké, abstinovat, a ještě zkoušet hledat bydlení, práci, přesto se drží a bojuje s kreténama na úřadech, snaží se , aby se vrátila do běžného života , který my máme, vůbec si ho nevážíme.

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 18/01/2012 16:02

---

Libuš,souhlasím s tebou.Kolikrát mne napadlo co bych sama dělala v situaci kdy bych se ocitla na ulici.V dnešní době se to může stát komukoli.Ztratíš práci,nemáš na nájem a letíš.Vím,že bych už hledala pomoc třeba na azylovém domě,či levný podnájem u někoho,kdo by byl rád,že není sám.A vůbec bych

se nestyděla za žádnou práci. I to uklízení a zbírání smetí po sídlištích bych dělala s radostí. Z vlastní zkušenosti vím, pokud nezačnu nad sebou brečet abych se napila? Snažím se řešit všechny problémy. Znáám už díky AA tolik abstinujících alkoholiků, kteří řeší šílené dluhy, které si v životě stihli natropit, že je jasné, že je ve svém životě nemůžou splatit. Dokázali to přijmout, nepít a poprat se s tím. Vážím si jich!

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Liba - 18/01/2012 16:45

---

V azyláku bydlí, horor, baby z basy, dost tvrdé podmínky, žádný klid. Práci bere každou, jenže má bydlíště na výboře, každý ohrne nad ní nos, a spoustu dalších starostí, to si nedovedeme představit.

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 06/02/2012 22:29

---

Ahoj Libo. Stále čekám, že se Roman Roman ozve. Věřím, že žije, že nevzdal svůj život jen tak.

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Roman Roman - 09/02/2012 16:05

---

Ahoj.

Neboj ještě chodím po světě. Je pravda, že kolikrát mám chuť se na všechno vykašlat, ale i to vyžaduje určitou sílu.

Snažím se co nejvíc šetřit s penězma, co mám a co nejméně se rozčilovat popř. propadat zoufalství. Snažil jsem se svůj život nějak domyslet, tedy co a jak asi dál. Nedá se to, při pohledu na realitu doby a mojí situace je to neřešitelné. Je mi jasné, že spousta lidí namítne, že všechno se dá řešit. Je to určitě pravda, ale vyžaduje to podstatně víc síly a odhodlání, než výše zmíněná chuť to zabalit.

Snažím se tedy dál alespoň něco dělat, tedy hledat práci a ubytování, a opravdu se nesnažím věci domýšlet, jelikož vždy bych narazil na nesmyslnost takového počínání. Moje situace je opravdu náročná, nechci tím říct že jiný lidi to mají lehký.

Pro překonávání těžkých situací je jistě velmi důležitá motivace. Bez ní toto nelze. Mám s ní problém. Samozřejmě, alkohol je jistota konce, neděsí mě tato věc, ale spousta jiných.

Mějte se fajn a třeba zase někdy.

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Liba - 09/02/2012 16:58

---

Romane, máš nás, je to málo, ale měli jsme o Tebe strach. Využij v azyláku probační, sociální pracovníky, měli by Ti pomoc se vším. Posílám Ti kus síly, úsměvu, chutě do života. Chytej!

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 09/02/2012 17:11

---

ROMANE-JSEM RÁDA,ŽE SES OZVAL.JEDNOU JSEM ZASLECHLA VĚTU-ALKOHOLICI JSOU ZKRACHOVALÍ IDEALISTI-MYSLÍM,ŽE NA TOM JE KUS PRAVDY.JÁ UTÍKALA DÍKY REALITĚ K PITÍ-STEJNĚ JAKO VĚTŠINA ZÁVISLÝCH LIDÍ.NĚJAK DLOUHO JSEM V TOMTO SVĚTĚ NEMOHLA PRO SEBE NAJÍT MÍSTO A UŽ VŮBEC UPATNĚNÍ.TED´JSEM RÁDA,ŽE JSEM SI TO MÍSTO NAŠLA MEZI PŘÁTELI V AA.POMOHLO MI TO.OPRAVDU!!!!A POMÁHÁ I NADÁLE-TO MI VĚŘ!!!!

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Roman Roman - 09/02/2012 17:45

---

Ahoj.

Jsem rád, že tam chodíš ráda a hlavně, že ti to pomáhá.

Nevím, jestli jsme zkrachovalý idealisti. Alkohol, je jen jedna z mnoha možností, jak se člověk může snažit o útěk před realitou. Možností je bezpočet. Mezi ty sofistikovanější, které se netváří, jako únik, můžeš počítat třeba vorkoholismus atd. Někomu, dokonce stačí sobeckost. Ono totiž před realitou nelze utéct, jen se dá utíkat sám před sebou. V realitě jsme neustále a co je na tom nejlepší je to, že si ji tvoříme jen my sami. U hodně metod, jak utíkat před sebou, je patrná sebedestrukce. Toto a spousta dalších věcí je majetkem nejen alkoholiků, ale spousta dalších lidí. Samozřejmě, že na těchto stránkách je alkohol důležité téma, ale skutečné důvody problémů, které má spousta lidí a z nichž někteří spadnou do závislosti,, jsou podstatně hlouběji. Jasně že je jednoduchý odsuzovat závisláky, jsou totiž nejvíc vidět, a hlavně...je to moc dobrá výmluva pro vlastní neschopnost odpovědnosti ve svém životě. Myslím odpovědnost ve vědomí že si život děláme sami.

Já sem nikdy do AA nechodil. Asi je pravdou, že teprve tam by se daly řešit problémy, který člověk má. Nemyslím tím jako alkohol. No na azylák, nevím, mám tolik problémů, že vůbec si nejsem jistý, že by to mělo nějaký význam.

Asi bych měl na chvíly kde přespat, ale s duhy, prací, bydlením a fobií kvůli stalkingu mě asi těžko pomůžou. Navíc to město, kde mám trvalý pobyt, a kam bych musel jet na azylák,pracák, atd, chci ve svém životě vidět co nejmíň.

Už vůbec nemůžu napsat, že by mě na takovém životě záleželo. Rozhodně na něm nelpím. Nemá pro mě hodnotu. Chci mít klid, a nějakou představu o tom, že bude líp. Jaksi se mi nedaří pozitivně tvořit do budoucna a motivovat se, jsem totiž neustále masírovaný realitou, a ta je bohužel i pro normální lidi dost náročná, tím hůř pro člověka jako já, co má podělanej život a vlastně o něj ani nestojí.

Tak ahoj.

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 09/02/2012 20:30

---

Naděje umírá poslední!A víš kdy?Když vyzkoušíš a vyčerpáš veškeré formy pomoci.A když člověk vůbec nedokáže přiznat své problémy a neumí o pomoc požádat-tak tam ani paprsek naděje nazabliká.Tak do toho.Rozum máš a pusu také:Byl by v tom čert,kdybys nenašel z té bryndy cestu ven.Myslím na tebe!

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil ilona - 06/03/2012 22:17

---

zdravim,chtěla jsem se zeptat ,jaké jsou důvody,že po dlouholeté abstinenci,5,10,15let,že se člověk opět napije,snáším se abstinovat a sílu mi dodava,že lidé dokáží dlouhodobě až do konce života abstinovat,proto jsem trochu překvapená,že se člověk po tolika letech napije.Vím,že alkoholismus je na celý život,věřím tomu,mám vyzkoušeno,akorát nechapu ty důvody ,proč po tolika letech opět alkohol,jestli je to podcenění problému,nebo chvilková slabost nebo nějaká závažná životní událost,vždyt po tolika letech abstinence už musí být jasné priority,i když nikdz nevíme,co nám život přinese.alkohol přece pomůže jen chvíličku zapomenout.jestli máte zkušenosti budu vděčná za názor

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Liba - 07/03/2012 04:41

---

Ilčo, já tuto zkušenost nemám, ale vím od ostatních,že člověk zapomene ,chce se otestovat, myslí si, že jednou!! se nic nestane, když abstinuje léta, chce to vyzkoušet, vždy to dopadne moc zle, bleskově je alkoholik tam, kde kdysi přestal.Je to hořká zkušenost.

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Roman Roman - 07/03/2012 08:26

---

No ahoj.

Představ si, že opravdu dlouho nepiješ, třeba 14-15 let.

Po takové době se naučíš nezabývat alkoholem, bereš to prostě jako fakt, že jseš abstinující. Alkohol pro tebe neznámá strašáka a ani se už za to nestydíš. Naopak, jsem hrdá ne to, že jsi to zvládla.Za roky abstinence si vybuduješ sebedůvěru, co se týká alkoholu. Vybuduješ si ji na základě věcí, které se ti podaří zvládnout. Od těžkého začátku s nedůvěrou lidí okolo, až po běžné životní starosti, jaké mají i lidé okolo nás.

Já se p těch letech dostal do těžké situace. Při třošku reálném pohledu na věc, je prakticky neřešitelná. Priority? Proč?

Nemám nejmenší představu jak budu žít. Spadnul mě domeček z karet.Bohužel patřím k lidem, kteří vidí hodně věcí černě, a vždy jsem se snažil i připravit na nejhorší možnosti. To je ale špatně. Tím, jak uvažujeme, tedy já, tak si ale i tak tvořím život.I když vím, že jsem dokázal dost, nejen nepít, ale i se prosadit pracovně, a vydělávat,na druhou stranu jsem měl dost problémů jinde. Od špatné komunikace , řešení problémů v náročných situacích apod.

Já se napil po těch letech ted nevím, asi před dvěma měsíci.

Určitě nemůžu říct, že bych něco podcenil, nebo v tom něco hledal. Chtěl sem se na všechno prostě vykašlat. Po letech abstinence a vlastních zkušenostech s alkoholem vím moc dobře, že tam nic nenajdu. Je to cílená snaha to zabalit nic jinýho. Okamžik, kdy člověk padne nahubu a zbaběle chce utéct od všeho. Někdy se mi to už nějaký čas stává, že mám upřímnou touhu se zabít. Dá to práci překonat. Proto, mě ani v nejmenším neruší vědomí, že jsem jak vy říkáte zrecidivoval.

Další alkohol sem si nekoupil. Proč? Ráno sem se vzbudil, řekl si tak sem padnul na hubu nio a co? A jdu dál. Nedělám z toho pro sebe tragedii.

Jednoznačně stojí za to nepít. To je cesta do pekel a víme to všichni. Postipem času si krůček za krůčkem vybuduješ sebedůvěru ve všedním životě. Pak, už budeš mít jiné starosti, větší než strašák alkoholu. Zdraví dětí, práce a tak.

Nikdo, ti ale nemůže nikdy zaručit, že v případě, nějaké např. vážné situace, nebudeš zvažovat krajní negativní varianty. To se týká ale i obyčejných lidí. Hodně důležité je pozitivní myšlení. Důležité jsou i některé mechanismy naučeného myšlení. Nejde jen o mechanismy alkoholika, ale hlavně jde o mechanismy díky kterým, vůbec člověk mohl něčemu propadnout.

Tak asi tak. Určitě nepij, pokud cíleně netoužíš po cestě do pekla.  
Roman.

---

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 07/03/2012 09:17

Slabí jsme občas všichni-a právě na toto a podobné stavy naše alkoholická nemoc dokáže čekat,aby se ozvala a uměle prohloubila celý stav,kterým tě alkohol chce dostat do své moci.Tak jak se o to výrazně a všemi způsoby snaží z počátku nepít,tak je to po celou dobu tvého života-jen později už v různě skrytých podobách a formách.PROTO JE TO RECIDIVNÍ ONEMOCNĚNÍ.Aby se člověk dokázal udržet po celý život,musí si udržovat náhled na sebe a svůj život,musí poznávat sám sebe,své reakce,chování,myšlenky a musí se naučit upřímnosti,otevřenosti a důvěře.A musí vědět s určitostí co opravdu chce.

---

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 07/03/2012 10:20

Já do toho spadla po téměř 9letech.Začalo to nevinně.Já se upnula na představu výhry ve Sportce a začala sáset.Bylo to období před svatbou mého nejstaršího syna.Chtěla jsem pomoci dětem a podcenila svoji závislos.Už jsem viděla všechno ve svých představách a odpojilo mne to od reality-Po svatbě byly Vánoce a já jsem uvěřila tomu,že můžeme mít doma alkohol.Vždyť jsem tak velikou svatbu zvládla bez nabití!Během Vánoc jsem nedopatřením vypila sklenku ředěné vodky s džusem,měla jsem žízen a koplá do sebe.Zcela mne to otupilo.Na to přišel syn že zaměnil asi skleničky-naléval sobě džus s a mně bez.Mi to vyrazilo dech,ale v zápětí naskočila myšlenka velice přesvědčivá-víno by ti to určitě neudělalo!Tu myšlenku už jsem nebyla schopna zlikvidovat.Po třech dnech vnitřních soubojů jsem už to víno koupila.Musela jsem přesvědčit na vlastní kůži-tak jak se vším.Výsledek byl?Za pár dní jsem musela do léčebny,abych vůbec zastavila celý rozbíhající proces-jinak bych to nezvládla!

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil ilona - 09/03/2012 18:03

---

ahoj,děkuji za vaše odpovědi,ptala jsem se protože mi abstinence zatím nečiní,žádné větší problémy,abstinuji od vánoc,to není moc dlouho,ale zvládám to v poho.Už jsem jednou přestávala,ale to se nepovedlo asi jsem potřebovala víc času a přesvědčit se,že pítí s mírou u alkoholika opravdu nefunguje,ale i když je to všude psané až osobní zkušenost vás opravdu přesvědčí.Mám to štěstí,že mám zdravé krásné děti,hodného manžela,který o mé nemoci ví a podporuje mě,máme kde bydlet a práci také máme,takže se mi abstinuje úžasně,každý to nemá.ale vážím si toho a jsem ráda,že jsem přestala ,ještě včas,už to začínalo být na hranici možná bych o to všechno přišla,kdybych pokračovala.Asi jsem trochu spadla na takový to svoje osobní dno a rozsvítilo se mi v makovičce.A proto nepijme!!!

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil ilona - 09/03/2012 18:11

---

no ale stejně je to neuvěřitelný,že po devíti letech,ta závislost je pořád tak silná,jak dlouho si potom byla v léčebně a co stebou dělaly,to nemohlo být přece tak zlý,když jsi před tím ,tak dlouho abstinovala,šlo spíše o psychiku?

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 09/03/2012 19:30

---

Když jsem nic netušíc vypila skleničku džusu s vodkou?Silně to se mnou otřásl.Stav, který nastoupil byl jako bych vypila 2sedmičky tvrdého.Nevěděla jsem co se se mnou děje,co se stalo.Až syn přišel s tím,že si odnesl tu moji skleničku a svoji tam nechal.To už mi bylo jasné, která bije.Právě,že mně to tak dorazilo mi skočila přesvědčivá myšlenka na víno.V podstatě jsem se přesvědčila,že je úplně jedno,jak dlouho nepiju ale po svém napiťí okamžitě navážu na stav,v kterém jsem se s alkoholem nacházela předtím.U mne dochází k progresi v pití.Mi už jde opravdu o život.Já to kdysi zastavila v konečné fázi-to můžu mluvit o zázraku,že se mi to vůbec povedlo.Už jsem se rozpíjela na víně a zuby nehty jsem se snažila udržet na 1litru za den.už i abstinenční syndrom pracoval na plné obrátky.Byla jsem v léčebně-ale i tam můj mozek nechtěl vůbec brát,že jsem měla recidivu.Celá alkoholická nemoc je velice zákeřná potvora.A mít se na pozoru a chránit sama sebe není nepodstatné,ale nesmírně důležité.Ted' už nepodceňuju vůbec nic!

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil ilona - 09/03/2012 21:27

---

ano nesmí se to podcenovat, hodně jsem přemýšlela, kdy moje závislost začala a přišla jsem na to, že velice brzy, možná už v takových 16ti letech jsem byla na cestě, když pročítám tyto stránky, setkávám se s názorem, že každý si za svou závislost může sám, že nikdo mu to do krku nelije, ale musím nesouhlasit! Moje matka je alkoholička a alkohol u nás byl vždy dostupný, bylo normální, že máma byla i přes den nalitá i když jsme to jako děti nesnášely- jsme 3 děti- všichni máme s alkoholem více či méně problémy. V pubertě jsme mohli na diskotéku každý víkend, že jsme se vraceli opilí, nikoho netrápilo. A ani ve škole si moc nepamatuju, že by na toto téma s náma někdo moc diskutoval. to spíš byla novinka sexuální výchova. myslím, že by se to mohlo zlepšit a nebrat alkohol jako samozřejmost, která patří k životu. Měl by se brát tak jak to je pravda- tvrdá droga! Je smutné se koukat na reklamu na alkohol, kde ja vše fajn, hezčí lidé- idilka. Miluju svoje děti a nechci se jednou koukat jak padají do propasti .chci jim nenásilnou formou vysvětlit, jak je alkohol nebezpečný, myslím, že když jim to budu cpát do těch jejich hlaviček, něco málo si z toho přece vezmou, i když si nedělám iluze, jednou to budou chtít vyzkoušet, ale podporovat je v tom nebudu. Myslím, že by měl na tom zapracovat i náš stát, víno za 30,- i když krabicové si asi může dovolit každý.

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 09/03/2012 21:42

---

Víš, děti přijímají a učí se vším. Nejen slovem- ale též tím co vidí. Napodobují nás rodiče, své kamarády v tom dobrém, ale i v tom špatném. u nás doma se říkalo jedno a dělalo druhé. Nebyla jednota v ničem ani v přístupu. Otec k nám přistupoval jinak a matka také jinak. Vzali jsme si vzor z toho guláše, který neměl ani hlavu ani patu. Pořekadla sice byly moudré, ale co s tím, když byly jeh v hubě a hlavě. Tak jsme jich znali spoustu, ale co s tím? Je smutné, když kážeš vodu a piješ víno. Je tragedie když víš, jak máš žít, co máš dělat a v podstatě to neumíš! Tady nemůžou nikdy vzniknout žádné základy pro dítě.

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 09/03/2012 22:01

---

Ty jsi poznala hodně. Je dobře, že si dokážeš vážit svých dětí a že je máš ráda. Myslím, že hodně lidí se naučilo brát všechno jako samozřejmost a nikdy nad tím nemuseli tolik přemýšlet. Jen člověk, který cokoliv může ztratit, či ztrácí? Si začne uvědomovat pravé a podstatné hodnoty života tak, jak jsou. Tak jak mají pro nás být!

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Andrea Hurtova - 10/03/2012 11:21

---

zajimave cteni, dnes jsem se zaregistrovala. a budu rada kdyz odpovite na me ktere dotazy. Jsem abstinujici alkoholička po ustavni lecbе. Navrat do civilniho zivota neni pro me jednoduchy ale bojuji

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 10/03/2012 11:30

---

Tak tě tady vítám za nás všechny.

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Roman Roman - 28/04/2012 18:35

---

Ahoj.

No, Jano ta věta že člověk může cokoliv ztratit ... to je dost ošemetný.

Pokud to je člověk, co si to říká, tak taky všechno ztratí a nepoučí se na tom. pokud je to člověk, který se různěma ztrátama učí a váží si nějakých, pro něj důležitých hodnot, tak to potom jo.

Je fakt, že u některých lidí (taky u mě), dojde k tomu, že naplno pochopí a procítí ztrátu teprve tehdy, až k ní dojde.

Do té doby, je to jen teorie, kterou si říkají.

Ahoj :)

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 01/05/2012 15:43

---

Ahoj Romane. Jsem ráda, že jsi na světě. Máš pravdu. Jak piješ těžko se připouští, že vůbec něco ztrácíš. Nenapadne tě o tom vůbec přemýšlet. Já musela všechno ztratit, abych si toho mohla začít vážit. Abych poznala jiné hodnoty, které jsem dřív neviděla a brala jako samozřejmou věc. Nikdo mne na to neupozornil a kdoví, jestli bych vůbec slyšela. Jestli bych o tom vůbec začla přemýšlet a měla sílu vůbec změnit. Alkohol mi vzal všechno - já mu to vlastně vlastně dobrovolně odevzdávala. Poslední věc, kterou po mně chtěl byl můj život. Až toto mne vzpamatovalo z alkoholického opojení!

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Petr - 14/06/2012 23:00

---

ahoj, řekl bych že trpíš komplexem méněcennosti a nedokážeš si najít práci a tím pádem příjem a tím pádem střechu nad hlavou a tím pádem zařadit se do společnosti Petr

=====

## Re: Příběh jednoho alkoholika

Vložil Jana Mertosová - 15/06/2012 17:20

---

Máš pravdu. Alkoholik buď trpí komplexem méněcennosti, nebo je zase přespříliš egocentricky zaměřený jen sám na sebe. je to nejen nemoc, ale též porucha osobnosti.

=====