

## Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Karel Václavěk - 22/07/2016 13:59

---

Mám problém a uvítám, pokud někdo má nějakou radu. Vydržím abstinovat několik měsíců, ale pokaždé selžu v létě. Jakmile začnou teploty překračovat třicítku a když se po pár dnech vyhřejí i byty a já se začnu topit ve vlastním lepkavém potu a není před tím peklem úniku, začne mě strašně přitahovat pivo. Po pár pivech už totiž mi to hnusné horko přestane tolik vadit a zbavím se tak toho utrpení.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Ja - 22/07/2016 14:22

---

Karol,

konzultoval si už niekedy svoj "termoregulačný" problém s odborníkmi? B)  
(Alebo si "len" potrebuješ nechať schváliť svoje pitie piva?) :p

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Karel Václavěk - 22/07/2016 14:37

---

Ja napsal:

Karol,

konzultoval si už niekedy svoj "termoregulačný" problém s odborníkmi? B)  
(Alebo si "len" potrebuješ nechať schváliť svoje pitie piva?) :p

Jsme poměrně zdravý, takže konzultace s odborníky by nevyřešila, proč tolik trpím, když nastanou horka. Nejsem vůbec schopen nic užitečného dělat, jen se nudím a bažím po pivu. Nechci, aby mi moje každoroční letní selhání někdo schvaloval, spíš čekám radu, jak to utrpení překonat bez piva. Nebo nikomu ty horka posledních let nevadí. Nemáte vyhřáté byty na 30 stupňů? Neničí vám to psychiku?

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Angie - 22/07/2016 15:00

---

A co birell? Nebo třeba jen normální vychlazená perlivá voda. Říká se, že chutě se dají přepít - nepřejde to, když vypiješ hodně vody? Já mám na pití doma půllitr, do kterého si udělám normálně vodu z kohoutku s trochou šťávy. Nebo ředím vodou džus. Mám ráda i rozpustit multivitamín, ale to jde jen jednou za den. Nebo se přežírám melounem :laugh: .

Horko mi nějak extra nevadí. A popravdě pivo mi ani nechutná. Ani bych si ho teď nedala třeba přes poledne. Nemám ráda ten stav připití přes den, protože to mě vždycky nutilo doplňovat pak hladinku až

do večera, to člověk lehko přepískne, pak doplnit další den ráno, a už to jelo :S

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Včelař - 22/07/2016 15:13

---

Co jsem přestal chlastat, stal se ze mě someliér minerálních a pramenitých vod. Prostě mi najednou chutná čistá voda. A každý chutná jinak. Nejraději však rakouské z Alp, nebo zde těžce sehnatelné vody ze Skotska :o) Barák, kterej se vyhřeje na třicet - prodat, koupit něco jinýho. Malinko složitější. Takovej kamennej barák a máš po problému. Jen, aby Ti nebylo horko z údržby.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Karel Václavěk - 22/07/2016 15:13

---

Ano, pití chlazených nealkoholických nápojů částečně pomáhá. Ale po několika dnech nastane brain fog a pak nad sebou úplně ztrácím kontrolu. Letos jsem selhal po týdnu tropického horka, ani nevím, jak. Teď už zase 11 dní abstinuju, ale teplota se zase začíná nebezpečně zvedat a trochu mě to děsí.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Ja - 22/07/2016 16:02

---

Karel Václavěk, píšeš:

Ano, pití chlazených nealkoholických nápojů částečně pomáhá. Ale po několika dnech nastane "brain fog" a pak nad sebou úplně ztrácím kontrolu. Letos jsem selhal po týdnu tropického horka, ani nevím, jak...

Řeš s odborníky toho \*Willy Foga/brain fog\*. Vše má svůj důvod i původ. Možná to spolu vyřešíte i za 80 dní... :)

Mlhu rozežene i ventilátor... ;)

Hledej v sobě - proč se chceš nalejt??! :silly:  
Zvyk? Nutkání? Nemoc?

Odpověď vězí (jenom) ve Tvém nitru! :blush:

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil DavidN - 23/07/2016 00:27

---

Karel Václavek napsal:

Nebo nikomu ty horka posledních let nevadí. Nemáte vyhráté byty na 30 stupňů? Neničí vám to psychiku?

Mě to hrozně vadí, jakmile jsou tropické dny a především tropické noci, kdy teplota neklesne po 20°C, tak je to pro mě problém, nejhůře to vnímám v noci, kdy nemohu spát - tam bych paradoxně to pivo asi i pochopil - na lepší spaní - ber s nadsázkou. Ale pokud jde o denní režim/fungování, tak na mě platí litry minerálky, podle chuti - piji slazené Matonni bez bublinek a čaje, případně mi žena připravuje domácí limonády (citronáda, oranžáda, zázvorovka) a dost mi pomáhá vlažná vana, tak 3x denně, nejlépe před spaním. I tak ale zápasím s usínáním. Ten Birell by nemusel být od věci, pokud máš bažení na pivní chutě. Jinak jen tak pro pořádek, od doby, kdy jsem prodělal ledvinovou koliku v roce 2010, piji v těchto parných dnech minimálně 3 - 4 litry denně. Samozřejmě moje disproporce jsou 199cm/125kg (váha dle přidaného sportu), u menšího člověka to asi bude méně. Zkus pravidelně doplňovat pitný NEALKO režim a uvidíš zda Ti to pomůže.

=====

### Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Karel Václavek - 23/07/2016 21:27

---

Snažím se hodně pít studené minerálky a občas nějaký Birell a sprchovat se několikrát denně studenou vodou. Snad nebudou ty horka trvat dlouho.

=====

### Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil DavidN - 25/07/2016 13:42

---

Vedra vystřídala dusna, což je snad ještě horší ... jak to zvládáš?

=====

### Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Karel Václavek - 25/07/2016 15:37

---

DavidN napsal:

Vedra vystřídala dusna, což je snad ještě horší ... jak to zvládáš?

Máš pravdu, teplota na teploměru není vysoká, ale nedá se dáchat. Je vzduch jako v parní sauně. Piju chlazené minerálky, birelly a sprchuju se několikrát denně studenou vodou.

=====

### Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Andrea Dulova - 25/07/2016 15:58

---

ahoj, mala som to podobne - byvala som v podkrovnom byte orientovanom na vychod, takže teploty sa niekedy vysplhali aj na 40°C, bolo tam teplejšie ako vonku. noci sa nedali prežiť, riešila som to liekmi a alkoholom aby som spala aspon par hodin denne.

na to pomaha sa len presťahovat, prípadne presťahovat izbu v ktorej spis do chladnejšej casti bytu.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil DavidN - 25/07/2016 16:49

---

Karel Václavěk napsal:

Máš pravdu, teplota na teploměru není vysoká, ale nedá se dáchat. Je vzduch jako v parní sauně. Piju chlazené minerálky, Birelly a sprchuju se několikrát denně studenou vodou.

Karle, paradoxně by to mělo být tak, že když je vedro, člověk by měl pít spíš nápoje "pokojové teploty" a pokud jde o sprchu, tak spíš vlažnou než studenou, ideální třeba před spaním. Studená voda paradoxně uzavírá póry.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Ja - 25/07/2016 17:18

---

DavidN napsal:

...Studená voda paradoxně uzavírá póry.

...teraz ešte prísť na TO -> ako si celistvo aj funkčne otvoriť myseľ;  
(aj bez paradoxov vo vode, o póroch alebo o pití/hydrórežime.) B)  
(...aj bez Pita, Radlerov, Birellov, Smädných mníchov alebo Sládkových limonád; a podobných opijášskych zázrakov.):p

Myseľ pracuje v každom režime - rovnako ako aj výhovorky! :silly:

Paradoxne ~ aj bez alkoholu! :p "To je objav!!!" :woohoo:

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil DavidN - 25/07/2016 19:07

---

Jo :lol:

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Stopka - 26/07/2016 11:34

---

Zdravím,

doporučuji vypít lák z kvašáků, pak už nebudete myslet na horko, ale na... :) ..odzkoušeno :laugh:  
Jinak se přikláním zde k názoru, že na horko studený nápoj moc nepomůže, leda u vody, kde se osvěžíte navíc i plaváním.

Osobně mi horko nevadí, ale je pravda, že si mám kam "zalézt" do stínu.

Hodně dělám mátovou limonádu a užívám si léta. Sice je spíše takové dusno, nbež slunečno, což mě mrzí. Vždycky se na léto na těším.

Přeji všem krásné abstinování  
a máááááám :)

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil pert - 26/08/2016 12:56

---

Tak zase přituhuje, anebo spíš "přihřívá se", jak to zvládáte?  
Mně to zas nutí jíst vychlazené melouny, mňam :laugh:

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil zdenek - 26/08/2016 13:46

---

Je krásne, slnečno, horúco. Dnes ráno v obchode som len uvidel pivo a alko mozog spustil baženie. Bola to chvíľka len..no zvyk. Tak som si radšej kúpil caprio sirup a pijem s vodou. alebo studený mäťový čaj. Stačil pohľad na pivo a mašinéria v hlave sa spustila. ach jaj. NEHCEM alko.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil pert - 26/08/2016 14:22

---

Žádné ACHJAJ, přenes se přes to, naštví se naň. Jak uvidíš pivo tak si představ místo něho sebe jak se třeseš. Co prochajda s kamarádkou, nedáte to znova dohromady? Činnost-činnost, posečené máš, tak unavit, zaběhat kolem zahrady nebo zřít si jentak cvičně kousek, ikdyž to nepotřebuješ a pít-pít, přidej si led a hlavně to nevzdávej, odolej a hlavu hore! :)

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Ladislav - 26/08/2016 18:00

---

po vzoru Petra jsem si právě pořídil melouna a pouštím se do gurmánské práce :laugh:

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Karel Václavek - 26/08/2016 19:51

---

Dnes mě to horko zase málem zlomilo. Už jsem jednu chvíli byl rozhodnutý koupit si lahváče. Dobré tři hodiny jsem bojoval sám se sebou a nakonec jsem to zvládnul, ale bylo to peklo.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Dee - 26/08/2016 20:31

---

Karle, tohle není dobrý....jednou podleheš. Přestaň bojovat a ber to, že nepiješ jako samozřejmost. Lehko se to napíše, ale každý boj vyčerpává....přenastavit mozek to chce....ale jak...mě to tam ruplo v léčebně....něco jak píše Angie....už nikdy nechci zažít nic podobného

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Karel Václavek - 27/08/2016 08:32

---

Dee napsal:

Karle, tohle není dobrý....jednou podleheš. Přestaň bojovat a ber to, že nepiješ jako samozřejmost. Lehko se to napíše, ale každý boj vyčerpává....přenastavit mozek to chce....ale jak...mě to tam ruplo v léčebně....něco jak píše Angie....už nikdy nechci zažít nic podobného

Máš pravdu, zatím neumím brát svoji abstinenci jako samozřejmost. Vnímám ji jako něco exkluzivního, za co musím bojovat. Kéž by se našel nějaký způsob, jak brát abstinenci jako samozřejmost.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Včelař - 27/08/2016 08:51

---

Karle ještě jsi si v hlavě nepřehodil slovíčko NECHCI za NEMŮŽEŠ. Pak ta základní věta zní. Alkohol nepiju, protože ho NECHCI pít. A je třeba získat sám v sobě přesvědčení o pravdivosti toho. Pak to jde líp.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Ja - 27/08/2016 09:38

---

Karel Václavek, píšeš:....Kéž by se našel nějaký způsob, jak brát abstinenci jako samozřejmost.

Karol, "zvýš počet triezvych opakovaní!" :p

Čím dlhšie sa budeš "prežívať" triezvym životom, tým to bude pre Teba jednoduchšie a samozrejmšie, až triezvosť už aj sám prijmeš za svoj vlastný \*dynamický stereotyp\*.

Kontrolu prevezme podvedomie, hoci budeš v \*bdelom stave vedomia = beta\*.

Zovšednie Ti to - rezignuješ a vnútornú pozornosť aktívne využiješ v ďalších odvetviach vedomej činnosti. :)

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Sochař - 27/08/2016 10:39

---

Ne, tyhle horka hned přejdou. A ty další budou až za dlouho. Takže je to snadný-nenapít se.

Karle, já myslím, že alkomozek s tebou hraje tu starou, známou hru na alibi. Teď mi připadá legrační, že jsem to roky měl docela opačně-vymejšlel jsem si-totíž, já už vlastně nepiju, ale v pořádný zimě si přece toho panáka, můžu dát, ne? A hned mi mozek maloval útulnou horskou putyku, tvrdé lovce kožešin, námořnické grogy, chvílky u kamen se sklenkou-dokonce jsem si připadal, že sem na to káp, že si totiž dám až po výkonu-to znamená, že dojdou do zasněžený horský boudy tolik a tolik kiláků a jako správněj chlap si pak přece můžu dát! Anebo-naštípů dříví, tolik a tolik špalků-a pak se odměním.

Bylo to špatně. Podváděl jsem se. Prostě jsem si lhal. Alkomozek se dožadoval svýho a naopak vyvolával bažící představu, jak se tělo po doušku ZAHŘEJE.

No a jiný si říkaj, třeba celý roky-já vlastně nepiju, ale hernajs, dyk teď je zrovna svatba nebo něčí narozeniny, no tak přece-zbytek dobře známe.

To si prostě závislost v nás vytváří svý pelíšky, místa odkud znovu zaútočí-a chce tě pak sežrat celýho, mne, jen ve vedru, ale úplně komplet.

A to vedro dneska rozhodně není tak hrozný.

Dobrou střízlivost!

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Ja - 27/08/2016 10:54

---

Položme si priamu otázku: (...a ruku, pri tom, na srdce)

"Mám "iba" smäd/žízeň alebo sa chcem omámiť a opiť?" :p

(Alkohol zahusťuje obsah bunky a paradoxne zväčšuje smäd, pretože vyvoláva potrebu zriediť tento vnútrobunečný živný roztok.) :angry:

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Žilínčan - 27/08/2016 22:43

---

Tiež som vyskúšal alkohol za odmenu, "môžem pivo, ale iba na horskej chate počas túry". Dopadlo to

tak, že vůbec neviem ako som z jednej chaty v Alpách zišiel dolu, stratil všetky doklady (našťastie sa potom našli), grr. Jeden "Mass", druhý "Mass"... a už to lietalo. Aspoň, že ja som nelietal.

---

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Sochař - 27/08/2016 23:26

---

Ano, tohle znám. Přesně. Nejvíc mám prochozený Karpaty, Slovensko, Ukrajina, pořádná túra a cíl krčma. Nebo láhev borovičky hnedka u spacáku. Nebo Podjavorinská voda, uch. A ráno vychozovat kocovinu a bolehlav další túrou, sledovat, jak po hodinách potu a chůze kocovina ustupuje a připadat si správně-že když šlapu, tak na to přece mám! A v každý boudě pivo-a právě v Alpách se mi jednou povedla strašná ostuda, zcela jsme se s kolegou zmazali ve společný noclehárně, fuj, trapný, nevzpomínat. Vyhodili nás, fakt jsem byli za blbce a hovada východoevropský. Letos zato střízlivý Krkonoše, radost, že mi nic v báglu ani v kapse necinká a hlavně, že tu vůbec nepotřebuju, nechci, nemusim. Dobrá, lehká chůze.

---

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Karel Václavěk - 28/08/2016 08:36

---

Sochař napsal:

Ne, tyhle horka hned přejdou. A ty další budou až za dlouho. Takže je to snadný-nenapít se. Karle, já myslím, že alkomozek s tebou hraje tu starou, známou hru na alibi. Teď mi připadá legrační, že jsem to roky měl docela opačně-vymejšlel jsem si-totiž, já už vlastně nepiju, ale v pořádný zimě si přece toho panáka, můžu dát, ne? A hned mi mozek maloval útulnou horskou putyku, tvrdé lovce kožešin, námořnické grogy, chvílky u kamen se sklenkou-dokonce jsem si připadal, že sem na to káp, že si totiž dám až po výkonu-to znamená, že dojdu do zasněžený horský boudy tolik a tolik kiláků a jako správnej chlap si pak přece můžu dát! Anebo-naštípu dříví, tolik a tolik špalků-a pak se odměním. Bylo to špatně. Podváděl jsem se. Prostě jsem si lhal. Alkomozek se dožadoval svýho a naopak vyvolával bažící představu, jak se tělo po doušku ZAHŘEJE. No a jiný si říkaj, třeba celý roky-já vlastně nepiju, ale hernajs, dyk teď je zrovna svatba nebo něčí narozeniny, no tak přece-zbytek dobře známe. To si prostě závislost v nás vytváří svý pelíšky, místa odkud znovu zaútočí-a chce tě pak sežrat celýho, mne, jen ve vedru, ale úplně komplet. A to vedro dneska rozhodně není tak hrozný. Dobrou střízlivost!

Tu hru s alkoholem za odměnu jsem hrál mnohokrát taky. :laugh: Z původně plánovaného jednoho piva pak byla otrava alkoholem provázená brutálním zvracením. Pro pokusy o kontrolované pití si alkomozek vždycky najde nějaký důvod.

---

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Ja - 28/08/2016 09:44

Karel Václavěk napsal:

...Pro pokusy o kontrolované pití si alkomozek vždycky najde nějaký důvod.

...Ešte, že dnes, v TU a TERAZ, spoľahlivo vieš v koho hlave ten "fejkový" mozog sídli aj žije. B)  
(Na reklamáciu je už príliš neskoro/pozdĕ, ale behaviorálna prevýchova ešte možná je!) :p

"Vymeň stereotyp alkoholika za stereotyp triezvejúceho!"  
(Stereotypy nakúpiš v každej krčme ale aj na PAL!... alebo aj TU!!!) ;)

---

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Karel Václavěk - 28/08/2016 10:42

---

Včelař napsal:

Karle ještě jsi si v hlavě nepřehodil slovíčko NECHCI za NEMŮŽEŠ. Pak ta základní věta zní. Alkohol nepiju, protože ho NECHCI pít. A je třeba získat sám v sobě přesvědčení o pravdivosti toho. Pak to jde líp.

Ano, snažím se používat NECHCI. Sice alkoholická část mozku říká CHCI, ale snažím se ji ignorovat. Já sám z mojí vůle opravdu NECHCI.

---

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Krték - 28/08/2016 11:10

---

Ja si to v hlavě snažím urovnať asi takto. Najprv bolo Nesmiem piť. Potom bolo Nechcem piť. A nakoniec som došiel k tomu, že pre mňa je najúčinnnejšie povedať si čo chcem a nie čo nechcem. Takže teraz Chcem abstinovať.

---

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Včelař - 28/08/2016 11:44

---

Jo, Krtku, tak nějak to bude. Počkat až se život malinko urovná a pročistí jak tělo, tak hlava. Po nějaké době zjištění, že život je mnohem lepší a lehčí bez chlastu pak chtít žít tím lepším životem - chtít abstinovat. Též si vždycky řeknu. Chceš být zas tam, kde jsi byl? A musel bych být skutečný blázen, abych chtěl zpátky do močálu.

Chce to vydržet nějakou tu dobu. U každého asi bude trvat různě dlouho, to podle toho kolik toho za své alko kariéry dokázal pohnojit. U mě to trvalo půl roku. A myslím, že je to taková optimální doba na které už lze stavět. Na měsíci asi ne. To je příliš krátké a myslím, že nepít měsíc dokáže s větším, či menším sebezapřením každý z nás.

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Ja - 28/08/2016 14:11

---

Krtek napsal:

Ja si to v hlave snažím urovnať asi takto. Najprv bolo Nesmiem piť. Potom bolo Nechcem piť. A nakoniec som došiel k tomu, že pre mňa je najúčinnnejšie povedať si čo chcem a nie čo nechcem. Takže teraz Chcem abstinovať.

Krtko,

"slušná postupka a pritom, (naj)väčší berie!"

Dnes môžem už pokojne deklarováť: "triezviem!" B)  
(Čo je podľa mňa vyšší stupeň rozvoja abstinencie.) :blush:

(Najvyšším bude: (asi) "umieram triezvy!") :silly:  
(Ľudia, nebudte ma!) :ohmy: Vyspím sa z toho??!

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Karel Václavek - 28/08/2016 20:31

---

Krtek napsal:

A nakoniec som došiel k tomu, že pre mňa je najúčinnnejšie povedať si čo chcem a nie čo nechcem. Takže teraz Chcem abstinovať.

Abstinovať tady chceme všetci, ale někdy je to silnejší, než to, co chceme.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Krtek - 28/08/2016 21:35

---

Tak isto, ako tu všetci nechceme piť. Len niekedy je to silnejšie, ako to, že nechceme.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Ladislav - 28/08/2016 22:12

---

Pravdou je, že abstinovať jde jen a pouze pokud to sami chceme. Horší je vyvarovat se situacím, kdy není v zádech opora někoho blízkého. Píšu to ze své zkušenosti, kdy chci, ale pak najednou po čase se to v hlavě přemkne „ stejně tě doma nikdo krom kočky nečeká, nikoho nezajímáš, vždyť pijí všichni koho znáš, proč by jsi si nedal, to zvládneš “ celkem rozumím i tomu, kdy v léčebnách kladou obrovský

důraz na doléčování. V okamžiku, kdy jsem doléčování začal obcházet, již jsem si připravil půdu k recidivě. Problém napříč ČR je také v dostupnosti doléčování, jsou místa, kde je to snadné a opak. Celkem mě to dnes mrzí, že jsem si recidivou nenávratně vzal možnost týdenních pobytů v léčebně. Po rozhovoru s oddělením, by to možné bylo, ale jen po opakovaném léčení, teď už.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Karel Václavěk - 29/08/2016 21:41

---

Ladislav napsal:

V okamžiku, kdy jsem doléčování začal obcházet, již jsem si připravil půdu k recidivě. Problém napříč ČR je také v dostupnosti doléčování, jsou místa, kde je to snadné a opak. Celkem mě to dnes mrzí, že jsem si recidivou nenávratně vzal možnost týdenních pobytů v léčebně. Po rozhovoru s oddělením, by to možné bylo, ale jen po opakovaném léčení, teď už.

Je důležité nepodceňovat nepřítele. Alkohol dokáže geniálně ovládnout mozek a když už si myslíme, že jsme z toho venku, spadnem do toho, ani nevíme jak.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Milan Smolík - 13/06/2019 18:47

---

Jo, to rozpálené peklo člověka přímo nabádá dát si pár piv. Nepiju od silvestra, ale teď v tom šíleném horku mam chuť dát si pár piv, abych utlumil svoje vnímání a netrpěl tolik tím žárem. Alkohol v tomto období u mě fungoval jako anestetikum, znečitlivěl jsem se proti tomu příšernému horku.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil MichalB - 13/06/2019 19:52

---

Tak pij hodně, ale vodu.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Allie - 13/06/2019 20:43

---

Jj. Voda a sprcha. Případně řeka. Taky to pomáhá. ...

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil MichalB - 13/06/2019 21:45

---

Pro me nejhorsí byvat neschopnost se nekterych myslenek zbavit. Ve vztahu k tomuto tematu to byvala myslenka na alkohol - resp. ten utek k nemu, s nim. Nastesti uz to skoro 3 roky nemusim resit.

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Erika - 14/06/2019 07:29

---

Mne je asi jedno jestli je teplo a nebo zima. Myslenky na alkohol mne napadaji denne. Kdyz je chladno, tak na cerveny a kdyz je vedro, tak myslim na strik z bileho vina s ledem :S

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Ja - 14/06/2019 07:52

---

Erika,

...vyskúšaj (si) nealko "cigánsky strik": :ohmy:

=> , vodu so sódomkou :silly: a k nej:

facku/(políček) sprava a na vyrovanie aj zľava :laugh: aby hlava dobre držala v závitoch na krku.

Facky/(políčky) dodávajú nápoju chuť aj grády.

Sprava i zľava preto:

... aby bola zachovaná polarita/(+/-). :P

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil Erika - 14/06/2019 08:13

---

To by me zajimalo jak to vrchni da do EET

Ja psala, ze mam myslenky, zatim to zvladam. Snazim se potlacit i myslenky, ale to mi nejde. Zitra budu v krizi, jdu ma grilovani krut - budou dve. A to mi na pivo fakt budou kanout sliny!!!

=====

## Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít

Vložil stef - 14/06/2019 10:21

---

skoro vsetko ocom sa tady pise moja realita, vola vs zavislost  
piatok vecer, sam doma, myslienky, necem pit, snad ani vecer ma to nedostane a radsej zajtra rano  
zabeham

□□□□□□

=====

**Re: Horké počasí mě nutí začít zase pít**

Vložil krtko - 14/06/2019 10:50

---

Bez vody ani na krok. Vždy so sebou nosím fľašu s vodou.

=====