

## Dotaz od abstinenta

Vložil Ivo - 13/03/2018 10:12

---

Dobrý den,

občas si pročítám toto fórum. Je mi 40 let, mám dvě malé děti, sportuji. Asi půl roku vůbec nepiju alkohol, ne proto že bych musel, ale přestávám fyzicky zvládat alkohol, sport, děti. Dřív jsem si mohl dát dvě piva a večer si jít zaběhat. Teď už se po dvou pivech cítím utahaný.

A z toho pramení můj dotaz, na někoho kdo danému tématu opravdu rozumí. Je těžší přestat pít pro někoho kdo musí nebo někoho kdo "jenom" chce?

Nemám na alkohol chuť, jenom čelím těm klasickým společenským kecům "ty si ani nepřipiješ?".

A vždycky si říkám, že pro mě je tomu těžší čelit, protože já pít přece můžu. Člověk který pít nesmí, tak to má zkrátka vyřešené. Možná se ale pletu :)

=====

## Re: Dotaz od abstinenta

Vložil Michal - 13/03/2018 12:27

---

Ahoj :) tak to je podle me uplne jednoduchy dotaz,tezsi je abstinovat pro toho kdo musi :) -cili je do toho nucen,postaven pred hotovou vec,nema moznost volby,neni to jeho dobrovolne rozhodnuti...kdo chce-rozhodl se tak sam o to je to jednodussi :) ma to ze sve hlavy :) muj nazor,ale myslim si ze spravny :)

=====

## Re: Dotaz od abstinenta

Vložil Šantal - 13/03/2018 12:28

---

Souhlasím s Michalem ;-)

=====

## Re: Dotaz od abstinenta

Vložil Ivo - 13/03/2018 12:44

---

Jak sám píšeš "nemá možnost volby". Takže je to naopak snažší :). Já volbu mám, alkoholik ji nemá. Když přece volbu nemám, tak nepiju a nemusím to vůbec řešit!

Navíc okolí alkoholika jeho nepití chápe, moje rozhodnutí nepít je pro mnohé nepochopitelné.

=====

## Re: Dotaz od abstinenta

Vložil stef - 13/03/2018 12:51

---

Ivo Ahoj,

ak Ti to robi zle tak nepi, ak to nepotrebujes, tak je to jednoduchsie, ako pre niekoho, kto po tom sam bazi.

A myslim si, ze tych rejpalov, moze mat clovek v tomto uplne na haku, podla mna je vacsia frajerina nepit byt osobnost a byt vpohode, ako byt ovca a musiet robit to co ostatni, atd.

=====

## Re: Dotaz od abstinenta

Vložil Renča - 13/03/2018 13:11

---

Ivo napsal:

Když přece volbu nemám, tak nepiju a nemusím to vůbec řešit!

Navíc okolí alkoholika jeho nepití chápe

Ahoj Ivo, u me je problem presne v tom, co jsi napsal. Napsane to zni jednoduse B)

Zdravim, Renca, alkoholicka :)

=====

## Re: Dotaz od abstinenta

Vložil Reminiscence - 13/03/2018 14:33

---

Ale alkoholik má přece taky volbu. Může abstinovat nebo pít. A taky se tak děje. Má to "jednodušší" v tom, že mu to pití přináší pořádné problémy. Takže když se rozhodne nepít, má asi větší motivaci (zachování zaměstnání, vztahu, zdraví, peněz). Ale volbu má.

=====

## Re: Dotaz od abstinenta

Vložil Krtek - 13/03/2018 20:02

---

Ivo. A kde si prišiel na to, že alkoholik nemá voľbu? Ja napríklad piť môžem, koľko mi hrdlo ráči. 24 hodín denne. Kto by mi zabránil? Dokonca aj alkoholik, ktorý zo zdr. dôvodov piť nesmie, má možnosť voľby. Piť alebo nepiť.

=====

## Re: Dotaz od abstinenta

Vložil Krtek - 13/03/2018 20:15

---

Je těžší přestat pít pro někoho kdo musí nebo někoho kdo "jenom" chce?

Z můjho pohľadu, ten kto dlhodobo nepije,lebo musí nepiť, to má ťažšie. Ten, kto chce, robí to pre seba a je s tým zmierený, to má ľahšie. Ale v začiatkoch sme si asi každý prešli obdobím "nesmiem". Nesmiem z rôznych dôvodov. Tá kontrolka ti zasvieti v hlave: Nesmiem, lebo si narobím hanbu, lebo budem mať absták, lebo zase niečo stratím, lebo zase budú depky, výčitky atd. V začiatkoch to pomáha. My síce chceme abstinovať od začiatku, ale vieme aj prečo nesmieme piť. Ak niekto nasilu nemôže piť, s tým neustále bojuje a trápi sa.

=====

## Re: Dotaz od abstinenta

Vložil zdenek.dry - 13/03/2018 21:53

---

..to není vůbec jednoduchý dotaz.Já k tomu jen dodam,že já to mám tak,že ani nesmím,ani nechci.Nechci,pze nemam jinou moznost a je to pro me dlouhodobě jediná cesta a nebylo vůbec jednoduchý se k ní dostat.Jsi v pohodě,tak dej pro sebe závazek,nevím,půl roku,rok bez pití,a souhlasím,že to je fakt frajeřina plus další jiný výhody.Je to rozšířený zvyk to pít,hlavně v naší zemi,jinde mi přijde,že se tolik přiblbě nepije.Není to žádná věda,zhubneš a tak..

=====

## Re: Dotaz od abstinenta

Vložil zdenek.dry - 13/03/2018 22:51

---

..jo,ted čtu,že toho pul roku mas,to tu mame malokdo :laugh:

=====

## Re: Dotaz od abstinenta

Vložil Double D - 14/03/2018 09:59

---

Ivo napsal:

Nemám na alkohol chuť, jenom čelím těm klasickým společenským kecům "ty si ani nepřipiješ?". Na to mozes odpovedat napríklad ze "přestávám fyzicky zvládat alkohol, sport, děti. Dřív jsem si mohl dát dvě piva a večer si jít zaběhat. Ted' už se po dvou pivech cítím utahaný." :D

=====

## Re: Dotaz od abstinenta

Vložil Mulder - 15/03/2018 18:46

---

ZA mě je určitě snadnější nepít když nemusíš. Já jsem nepil dva roky vůbec. A skoro celou dobu četl příběhy zde.

Po dvou letech si sice někdy dám ale nikdy se neopíjím. A jsem za tu možnost volby rád.

Jinak ale se na nějaký kecý "a ty si nedáš" vykašli.. ještě teď když se někdy rozhodnu večer nepít se někdo ptá a mě už je to jedno. navíc jsem zjistil že je i hodně lidí co prostě nepije a nic jim to neříká. Jen když ty piješ tak je moc nevidíš :)

=====