

Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Pijak - 26/08/2018 12:34

Tohle by mě zajímalo. Hodně z nás, mě nevyjímaje mnohokrát zrecla, co se vám honilo při tom v hlavě a proč myslíte, že to bylo?

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Ja - 26/08/2018 13:24

Pijak napsal:

Tohle by mě zajímalo. Hodně z nás, mě nevyjímaje mnohokrát zrecla, co se vám honilo při tom v hlavě a proč myslíte, že to bylo?

Pijak,

isté je "len", že:

pred napitím a nasledujúcim opitím sa, bol spravidla každý ešte triezvy...

"Alebo???"

(..."opäť je niečo dôležité inak?") :silly: :dry:

Skús odfiltrovať z napísaného TU:

<http://www.klubabstinentovzilina.sk/52/recidiva-a-jej-signaly/>

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Maris - 26/08/2018 13:25

No to je jasné najednou cvak a jeto. Máme to tak v mozku nastavené ,že když mozek chce alkohol tak potlačí vzpomínky na to jak nám bylo blbě nebo jaké následky to bude mít. Takto mi to vysvětlil psychiatr a opravdu to tak funguje. Aspon u mě to tak bylo, Krásný den, rozplánované samé dobré věci, a najednou bum temno zapomění a myšlenka však to bude jen jedno pivko, jen na chut. Kdepak to je sekunda co rozhodne a nic Tě nezastaví. Někdy to je hádka a někdy nepříjemná zpráva. Ale většinou je to blesk z čistého nebe. Díky bohu už tyto stavy nemám. Ato jsem teď řešila velmi nepříjemné věci.

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Pijak - 26/08/2018 13:36

Hm. No já třeba po hodně dlouhý době (přes rok), byl namachrovanej, že nepiju, připraven bojovat s celým světem, bránit se nabídkám k pití, ale furt trošku ustrašenej, jak to říct, jako každý bojovník.

Objevil jsem kámoš z picích dob a po pár hodinách povídání mi bylo blbý jakej jsem chudák, že si nemůžu vypít ani jedno blbý pivko a vypil jsem pivo. Věděl jsem, že dělám něco špatnýho, ale lil jsem to.. Pak jsem se rozpil..

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Maris - 26/08/2018 13:50

No to je to ,v téhle společnosti je normální pít a ne nepít nebo nedej bože,že se léčíš z alkoholismu.Hned jsi pro výsměch ne pro obdiv.Ale podle mě se smějou hlupáci,kteří sami mají problém a tiše si ho uvědomují a nechcú přiznat ,že jsou v tom až po uši.Ti kteří si mohou vypít bez potíží,to taky moc nechápou.Myslím ,že nejlepší je říct nepiju,nedělalo mi to dobře a vzal jsem to jako svůj nový životní styl. ať si každý myslí co chce.to je jejich věc jak si to přeberou.Hlavní je co chceš a myslíš si ty co je pro Tebe nejlepší cesta.

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Pijak - 26/08/2018 14:03

Já už na to mám sofistikovanější odmítnutí. A hlavně si nesednu s někým takovým do hospody. Co bych tam taky dělal? A je mi téměř jedno jestli ho to zklame.

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Pistácie - 26/08/2018 14:04

U mě to po těch 9 letech bylo po rozchodu s partnerem, kvůli kterému jsem přestala ašla se léčit - najednou pusti prázdno, které jsem začala zaplňovat scuzkami s kamarádkami a u toho nějaké to pivecko, vinecko... v hlavě mi jelo - 9 let, to už se přece nemůže "zvrtnout" mám to dávno pod kontrolou, jsem vyléčená - jo chyba lávky, nezodpovědně a zcela naivně jsem zapomela na fakt, ze tahle nemoc je doživotně ...

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Pijak - 26/08/2018 14:15

Zase vztahy muž-žena. To slýchám často jako bod zlomu.

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Nespoznáný - 26/08/2018 14:25

Ja spätne vidím, ako som sa pred recidívami cítil ako majster sveta, lepší vo všetkom ako ostatní, a mám predsa nárok na odmenu a dnes večer sa ožrať, nepamätám si ako to skončilo minule a teraz sa to nestane.

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Michal - 26/08/2018 14:50

No predtim nez jsem mel recidivu jsem uvazoval zda se pundu ozrat nebo ne :D :D :D a ted vazne u me zpravidla jsem se nudil-mel nejaky pocit prszdnoty smutku stereotypu, který jsem sel zalit orosenym at tak prazdnej nejsem....

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Pijak - 26/08/2018 14:55

Já jsem chtěl na tu stupidní otázku odpovědět, že jsem si před tím načal pivo, ale zarazili mi 3 věci. Za prvé to není pravda, já se rozpil vždy točeným a za druhé jsem tu otázku položil sám a za třetí mi, když jsem jí pokládal nepřipadala stupidní. :laugh:

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Pistácie - 26/08/2018 16:01

To jsou myšlenkové pochody co? Občas se musím smát, co ten alkomozek vymysli ... tedy alespoň u mě ;)

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Krtek - 26/08/2018 18:53

Mňa by zaujímalo, či ste s tou myšlienkou vypiť si nekoketovali už skôr, teda pred tým prvým "recidívovým" pohárikom.

Maris napríklad napísala: Krásny den,rozplánované samé dobré věci,a najednou bum temno zapomění a myšlenka však to bude jen jedno pivko,jen na chut

Bolo by zaujímavé vedieť pre mňa, či si sa s tou myšlienkou na pivko nezahrávala už skôr, len si ju

zavrhl. A v ten jeden deň nastalo len to konkrétne rozhodnutie.

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Šantal - 26/08/2018 18:57

Mě osobně nečekaně (i bez spouštěče) najednou napadne: vždyť si vlastně můžu dát když budu chtít (je v tom taková závratné štěstí že svobody) a pak to při první příležitosti bouchne.

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Rider - 26/08/2018 19:41

Pri prvnii 16-ti mesicni abstinenci v roce 2011 jsem sel na tridni sraz s tiim ze si dam par piv abych nebyl za sraba pred spoluzaky, nepit me prislo v ty dobe divny.Ja spis ujizdel na tvrdem alkoholu(21 let jsem pracoval v pivnicich,restauracich a barech) Bylo s toho piv deset no pak jsem tak nejak v domneni ze piju kontrolovane probumbal ty dalsi roky a letos uz to zacal vice resit(2 x mesicni abstinence ,uvedomovani si ze me to prerusta atd.)Dnes 13 dni bez alkoholu, za tu dobu vypito 22 -nealko piv a zadny naznak recidivy a to mame doma vino ktere si dava kazdy vecer moje zena/ 2 decky /Muj puvodni plan bylo vydrzet dva roky ,ale jak se tu docitam ,asi to prehodnotiim na dozivotni abstinenci i kdyz to "dozivotni" me tam zatim vubec nepasuje

Hezky vecer Vsem

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil pert - 26/08/2018 19:59

Prošel jsem si různými turbulencemi, ale ke konci své alkoéry mně to začlo vrtat v hlavě, tak nějak nenápadně, takové pocity, ztrácení jistoty, několik dní nebo i týdnů se to tam převalovalo a vždy to skončilo tak, že jsem šel a úplně v klidu si tu flašku koupil. Pak doma jsem si ji postavil na stůl, chvíli na ni hleděl, málem si s ní povídal a nakonec tak pod holka, prospěješ mému podělanému životu a ulevíš mi, pomůžeš hrozně moc... jako nějakou dobu to bylo tak, že flaška jednou za dva týdny, pak jednou týdně a stejně jsem do půl roku byl tam, kde předtím, flaška i víc denně.

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Ondřej Tomek - 27/08/2018 14:22

Ještě než jsem se dostal k součástné cca. 2,5 leté abstinenci, tak jsem měl jeden pokus o nepití, kdy jsem fakt věděl, že to přeháním a nepil jsem 4-5 měsíců. Recidiva nastala, když jsem nějak naznal, že to

mám v pohodě pod kontrolou, páč jsem neměl problém nepít. Dal jsem tenkrát s bývalou přítelkyní 8 pivek a vcelku v pohodě odešel domů. Následovaly asi 2-3 roky totálního pekla, kde prvních pár měsíců jsem měl pocit, že piju tak nějak na pohodu jako kdysi na vejšce. Akorát hlad po dalším alkoholu byl větší a následky stále brutálnější (brutální okna i třeba po 6ti pivech, naprosto neomluvitelné chování v opilosti). Došlo to tak daleko, že jsem byl přesně 24h od toho se stát bezdomovcem. Stalo se mi přesně to, co jsem se později dozvěděl v AA o recidivě. Při recidivě jsem začal přesně tam, kde jsem předtím chlastání utnul...jen s malým bonusem a to s mnohem větší touhou se ožrat víc a víc a víc.

=====

Re: Co jste dělali před tím než jste zrecidivovali?

Vložil Milan Smolík - 28/08/2018 12:51

Selhání u mě vždy předchází nuda, únava, stereotyp, starost, nebo touha sám sebe za něco odměnit.

=====