

## Ted' už opravdu přestanu

Vložil Hana Vrbková - 19/12/2021 06:59

---

Dobrý den všem tady. Ani nevím pokolikáté pročítám tento web, stejně jako různé odkazy AA. Možná čekám, že mi vypsání pomůže. Piju a říkám si, že ne moc. Že přece občas se napít není nic špatného. Jenže co je občas? Má hranice jsou tři dny. Piju tak, že se za sebe stydím. Neumím si dát skleničku. Musím dopít láhev a nejlépe aspoň dvě. Piju tak, že druhý den nevím kde jsem byla a jak jsem se dostala do postele. Podle modřín a bolaveho těla si jen domýšlím co se asi dělo. Já jsem totiž padací. Mám okna, co okna, výlohy. Stydím se za to jak mě vidí manžel, děti a stydím se za svá slova : něco s tím udělám, slibuji, kterým sama nevěřím. Vždycky je to stejný scénář. Morální kocovina, sliby, večer znova chuť dát si jen skleničku. Tak ať nemůže manžel nadávat, ať vidí jak jsem dobrá, nedám si. Za tři dny to zase doženu. Někdy piju každý den na pohodu, jindy s pauzou do nemoty. Nevím kdy jsem naposledy pila třeba s týdenní pauzou. Přesto si pořád namlouvám, že nejsem alkoholik. Rok beru antidepresiva na úzkosti. Ve dnech kdy nepiju se v noci potím a buší mi srdce. Je to začarovaný kruh plný úzkosti. A já se pořád snažím normálně žít, být dobrá máma, manželka... Přes den nepiju, ale těším se na večery kdy to pěkně doháním. Chtěla jsem navštívit AA. Jenže v našem málem městě kde zná každý každého?? Co když tam někoho potkám kdo o mě pak bude vyprávět? To si neumím představit. A pak taky.... Vždyť já tolik nepiju. Chodím do práce starám se o rodinu.. Stále do kola....vyhledám pomoc... Už se nenapiju... Takže teď si to říkám zase. A chci to. Opravdu. Jenže je to 2 dny co jsem strizliva, takže má hranice je zase blízko.

Dekuji vám všem za vaše příspěvky, které můžu pročítat a neztrácet naději.

=====

## Re: Ted' už opravdu přestanu

Vložil Ožralok - 19/12/2021 07:36

---

Pisinko, taky jsem padací... co padací, já nadělala ostudy, že se snad do konce života nepřestanu stydět. Poslední byla deset dní zpět, od té doby nepiju. Strašné, co jsem vyváděla, ale na druhou stranu si říkám, že nebýt toho, asi nepřestanu nikdy... No pořád je mi ze sebe zle, ale už s tím nic neudělám, už můžu jen těžit z toho, jak špatně mi ze sebe bylo. Už to nechci nikdy zažít.

Myslím, že by ses neměla tolik soustředit na manžela, respektive bys měla přestat kvůli tomu, že ty sama chceš být, co já vím, například lepším člověkem ve zdravějším těle.

Do jistý míry chápu, že nechceš na AA nikoho potkat. Na druhou stranu, proč? Vždyť ten člověk by tam byl se stejným problémem. Proč by o tobě měl někde vyprávět, ty bys o něm snad někde říkala něco špatného? Takto je potřeba se na to dívat. My všichni jsme tu alkoholici, není to nic k chlubení, ale zase nic, za co by se měl člověk ukrutně stydět. Zvláště, když se rozhodl s tím něco dělat.

Věřím, že je ti bez alkoholu špatně. Jenže přepít to není řešení. Přijdou výčitky, který bude potřeba přepít a... jsi v začarovaném kruhu, znám to, taky jsem zapíjela úzkosti.

Je tu téma s názvem Tak, jdeme na to... sešlo se nás tam několik začínajících abstinetek, nechceš se přidat? Vytvořila se tam fajn skupinka.

=====

## Re: Ted' už opravdu přestanu

Vložil Pisinka - 19/12/2021 07:48

---

Moc děkuji za odpověď ?????. Do skupinky se ráda přidám. Není to tak, že chci přestat kvůli manželovi. Spíš, že on mě ještě dokáže zabrzdit. Chci to sama, moc. Jenže chci to už tak dlouho a tak dlouho to nejde. Jsem Mistrem lhaní, vymluv a omluv.

=====

## Re: Ted' už opravdu přestanu

Vložil Ožralok - 19/12/2021 07:54

---

Já chápu, že to je těžký, když je ti bez alkoholu zle. Zkoušela jsi to někdy vydržet dýl než pár dnů?

=====

## Re: Ted' už opravdu přestanu

Vložil Pisinka - 19/12/2021 08:06

---

Zkoušela. A vydržela Jsm třeba měsíc. Ale to už je asi tak rok zpátky. Možná dýl.

=====

## Re: Ted' už opravdu přestanu

Vložil krtko - 19/12/2021 10:46

---

Jsem Mistrem lhaní, vymluv a omluv.

To sme všeci. Neexistoval případ, kedy by som si nevedel zdôvodniť, že som si musel vypiť. :laugh:

=====