



Réunion du 16 avril 2021

Thème : « Dans notre abstinence, qu'avons-nous gagné ou perdu ? »

A la sortie de mes 3 semaines de soins, ça été très dur. Je ne retrouvais pas la confiance et il a fallu me battre tout en prenant le traitement que j'avais durant les soins. Au fil des jours, je tenais bon et je me suis testé. Un week-end, je suis allé seul à une fête populaire et tout au long de l'après-midi la soif se fit sentir. En m'approchant de la buvette, je me suis dit : « Je boirais bien une bière, ici personne ne connaît mon problème ! » Plus j'allais vers la buvette, plus me me disais : « Non tu boiras un Perrier ». Mon souhait s'est réalisé et là, j'ai senti une force en moi car j'avais réussi à dire « non ».

Depuis ce jour, j'ai continué de la sorte et voyant que je gagnais du terrain, j'ai trouvé le droit chemin pour renoncer et dire « non » à l'alcool.

Heureusement, j'ai rencontré des personnes de « Espoir-Amitié » qu'au début, je ne portais pas dans mon cœur lorsqu'elles venaient me voir, mais après leur départ, je réfléchissais en me disant qu'elles venaient pour la bonne cause. Je dis que c'est grâce à elles et ne sachant plus que faire que j'ai accepté d'aller en soins.

J'ai retrouvé le goût de vivre, de me lever le matin en forme avec l'envie de faire les choses de bon cœur, que ce soit au travail ou à la maison. Vivre normalement, sans mentir, de rentrer de bonne heure à la maison après le travail et de vivre une vie de couple normale.

J'ai retrouvé la liberté de dire non à un verre d'alcool et de dire non tout simplement, avoir de l'appétit et de profiter des repas réguliers en famille dans de bonnes conditions ! C'est une autre vie car j'ai perdu l'esclavage que je vivais durant ces dernières années, des moments épouvantables jusqu'à me dire : « jusqu'où je vais aller comme ça ? » ...

Quel bonheur de retrouver la joie de vivre, de ne plus avoir peur d'être arrêté à un contrôle routier, de pouvoir regarder les gens en face et d'avoir l'esprit clair lors d'une discussion.

Au travail, j'ai retrouvé la force de regarder mes chefs sans détourner mon regard et ça j'en suis assez fier, car je baissais les yeux systématiquement lorsqu'un supérieur me parlait.

J'ai retrouvé la confiance des miens, au travail et dans le cercle amical où je n'étais plus que celui qui allait finir la soirée soit à dormir complètement défoncé, soit énervé et bien souvent cela terminait mal ...

J'ai retrouvé un rythme de vie normal et les finances qui ne s'évaporaient plus pour rien.

Dès ma sortie des soins, j'ai adhéré à l'association qui m'aide et qui me donne la force d'avoir une abstinence heureuse et durable. Je suis heureux de venir régulièrement aux réunions et de participer à toutes les manifestations qui peuvent avoir lieu. J'y ai trouvé des amis avec qui je peux parler de ce fléau sans être jugé.

J'ai au moins gagné quelque chose de très important dans ma vie : la santé, un corps sain et une vie heureuse.

Bien sûr, j'ai perdu quelques copains de comptoir à qui je disais bonjour, mais ils ne m'intéressent plus et je pense qu'en ne payant plus de tournées, je ne les intéresse plus non plus ...

S'engager dans une association peut aussi briser le tabou qui entoure encore trop souvent la maladie alcoolique. Ce malaise s'explique : celui qui boit trop dérange. Celui qui cesse de boire dérange aussi, car il tend à l'autre un miroir sur sa propre consommation et cela donne à réfléchir ...