

## Réunion du 20 septembre 2019

### Thème : « Notre passé nous oblige à avancer »

Etre alcoolique n'est pas un choix de dépravés . Etre alcoolique n'est pas un vice .  
L'alcoolisme est une maladie, une terrible et néfaste addiction à un produit : l'alcool, comme d'autres sont addicts aux drogues, aux jeux ou au sexe .

L'alcool n'est pas un problème, c'est juste une très mauvaise solution .

On ne devient pas alcoolique du jour au lendemain, mais le glissement de la consommation contrôlée à la dépendance se fait insidieusement, rapidement pour certains, avec toutes les conséquences que cela comporte sur la santé, la famille, le travail etc...

Il arrive un moment où «*On est obligé d'avancer parce qu'on était tombé si bas qu'on ne pouvait qu'avancer vers l'abstinence* ».

« *Quand on est au fond du trou , qu'on a fait 2 fois la cellule de dégrisement, les urgences de l'hôpital, le « delerium » etc...qu'on ne s'en rappelle même plus, mais qu'on a eu le déclic, on n'a plus d'autre choix...* »

« *C'est un problème de choix de vie, certains amis sont au cimetière, j'ai fait le choix de rester en vie* » .

« *Même si on avance, il y aura toujours quelqu'un pour nous rappeler notre passé, mais je veux vivre autrement, je ne veux plus retourner dans ce passé-là et le passé me fait avancer car maintenant l'alcool me fait peur* ».

«*Il est évident que mon passé me tourne dans la tête , mais il me fait réfléchir car, avec du recul, j'ai peur de ce qui aurait pu m'arriver au volant, tuer ou blesser quelqu'un, je ne faisais pas attention à ma conduite* » .

Parce qu'il est relativement facile d'arrêter de boire, mais il est difficile de continuer dans la durée d'être abstinent :

« *Il faut que l'entourage aide , c'est encourageant pour continuer* ».

« *Ma mère dans les textos me donne des bisous, avant elle ne le faisait jamais* ».

« *Mon frère m'encourage, chose qu'il ne faisait pas avant . Je suis content* ».

Il ne faut pas avoir honte de son passé et le passé tu ne peux pas le changer, alors vis au présent et savoure chaque moment !.

« *Bien sûr notre étiquette restera toujours dans la tête de certaines personnes, mais il ne faut pas que cela nous empêche d'avancer dans notre abstinence .Pour rien au monde je ne voudrais retourner dans le passé .*

*Maintenant, je suis :*

***délibéré, libre, débarrassé , content, heureux, zen, honnête, confiant, fier, serein...***

***J'ai retrouvé du plaisir* ».**