

Congrès des 60 ans d'Alcooliques anonymes en France

Espace WEB - Pour les nouveaux-venus

Témoignage d'un membre : J'arrête de boire pour 24 heures

Je savais que je ne pouvais plus boire.

Je le savais, on me l'avait dit.

Mais je ne pouvais pas ne pas boire.

Tous les jours je me disais : il faut que j'arrête de boire.

Mais je ne voyais pas comment.

A ma première réunion Alcooliques anonymes, on m'a dit « essaye de ne pas boire pour 24 heures ».

Je les ai regardés avec étonnement.

24 heures cela me paraissait dérisoire.

Je savais bien qu'il fallait que je m'arrête de boire jusqu'à la fin de mes jours.

On me l'avait dit. Je le savais.

Mais quelque part, cette histoire de 24 heures a complètement simplifié le problème.

24 heures c'était court.

24 heures c'était possible.

24 heures c'était réalisable.

J'essaye de ne pas boire pour 24 heures.

Ça fait 17 ans que ça dure.