

## Från att fara illa till att köra hoj!

---

Det var svårt att komma till insikt om mitt *beroende* av alkohol då jag ständigt förhärligade effekten och förminskade bieffekterna av mitt drickande.

En märklig dag i mitt liv förstod jag, under ett kort ögonblick, att jag faktiskt stod *utanför* all kontroll på grund av mitt eget drickande. I detta korta och insiktsfulla kristillstånd kapitulerade min kropp och hjärna för mitt inre rop på hjälp!

### **HJÄLP ÄR DET ENDA SOM HJÄLPER DIG UR ETT BEROENDE!**

Att finna hjälp och den egna styrkan åter, efter ett 30-årigt umgänge med en drog som givit och tagit kraft åt många dagar och nätter i mitt liv, visade sig fullt möjligt. Det fanns en lösning på problemet och den var enkel:

- Jag *erkände* för mig själv och en annan person att jag var beroende av alkohol.
- Jag *accepterade* att jag inte kan ändra på det faktum att jag är alkoholist.
- Jag *sökte och fann* en lösning (med stöd från behandling och genom AA).

Idag är jag helnykter sedan 2 år och jag lever mitt fina liv en dag i sänder. Jag har hittat tillbaka till livet igen när det är som bäst... och det är det när man är frisk och får köra hoj!

/bb