© Drogues Info Service - 18 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Arrêter le cannabis: maintenant

Par Profil supprimé Posté le 04/07/2019 à 21h36

Bonsoir,

Je viens vers vous sans savoir trop quoi obtenir de vos commentaires; peut être du support ? Je ne sais pas

J’ai commencé à consommer du cannabis à 14 à « cause » de ma petite amie de l’époque. Et j’ai vraiment adoré.
Étant naturellement attirés par les (grands) excès, je me suis retrouvé pendant plusieurs années dans des consommations alarmantes (10-15 joints par jour + alcool etc
Pendant une période, j’ai effectué un métier dans le domaine du médical et j’ai décidé d’arreter complètement le temps de ma mission. Bilan : 5 mois sans fumer et je n’ai attendu qu’une chose c’est de recommencer à fumer. Tous mes souvenirs sont liés à ma consommation et je passe mon temps à être sous l’emprise et je me rassurait en me disant « regarde, les gens font plus rien sous cannabis, ce sont des larves. Toi, tu as des projets, tu suis un curseur d’ingenieur sans probleme, tu passes ton temps à travailler, t’as des amis, des gens pour qui tu compte, ça te freine pas de faire quoi que ce soit etc.)
Mais tout ça c’est sans compter ma santé, des risques d’avoir des problèmes (permis de conduire, aspects legaux du cannabis etc) et également un dernier point:
En dehors de mes cours, je travaille tout le temps. Chaque heure compte : soirs, weekends, vacances et je garde tout cet argent de côté pour accomplir mon rêve : m’acheter une grosse voiture de sport.
Et aujourd’hui j’ai enfin réalisé ce rêve. J’ai travaillé nuit et jour pour y arriver et je n’ai pas l’intention de gacher tout ce que j’ai mis des années à gagner au détriment de petits plaisirs et de ma vie personnelle!
Je ne veux ni risquer d’accident, ni de perdre mon permis de conduire par exemple:
J’ai donc pris la decision d’arreter de fumer mais tout me parait fade maintenant. Je pense à tous mes souvenirs et ils sont tous liés à ma non-sobriété et j’ai l’impression de fournir des efforts surhumains pour chaque taches à effectuer.
J’ai en parallèle diminué de 90% ma consommation d’alcool pour être en accord avec mes démarches et ça accentue beaucoup la situation.
J’ai l’impression qu’au dela de mon addiction (qui semble facile à faire disparaitre) se cache une véritable affection pour le cannabis : son gout, son effet... et pour l’ivresse en général (le ressenti)
Ma question est donc axée sur : en ayant « basé » ma vie sur le fait d’être drogué en permanence, comment passer à autre chose, et enfin profiter de ce que j’ai sans avoir besoin de substances ?