© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

Mon mari fume le cannabis et j'en souffre

Par Profil supprimé Postée le 07/12/2019 20:42

Bonjour,

Mon mari et moi sommes ensemble depuis 18 ans. Mariés depuis 11 ans. Nous avons 3 enfants.
Lorsque nous nous sommes connus, il fumait déjà. Nous étions jeunes et je ne trouvais pas ça anormal. J'ai même fumé avec lui.
A maintenant presque 40 ans, je trouve ça beaucoup moi normal.
Il avait arrêté il y a 5 ans, lorsque j'attendais notre 2 ème enfant. Il était dynamique, courait, faisait du vélo. C'était génial. Nous faisions beaucoup de choses ensemble. Et puis nous avons perdu notre fils. Il a repris les joints de plus belle. Je ne lui ai rien dit. Il avait besoin de fuir la souffrance.
Et puis il a fait son deuil mais a continué à fumer.
J'ai pensé qu'il finirait par arrêter, il me l'avait même promis.
Nous avons eu 2 autres enfants depuis et rien n'a changé
Sauf que j'arrive à un moment de ma vie où je n'ai plus envie de ça. J'ai peur pour sa santé, peur pour mes enfants lorsqu' ils sont en voiture avec lui, peur qu'il ait un accident,...
Par dessus tout, je suis lasse des soirées où il ne dit rien, où il passe beaucoup de temps à fumer sur le balcon à jouer sur son téléphone, dans sa bulle, coupé de Nous, coupé de moi.
Je pense alors qu'il me fuit, que je ne lui suffis pas pour surmonter ce qui ne va pas.
Et puis ras-le-bol de passer pour celle qui râle tout le temps.
J'ai eu beau lui dire, rien n'y a fait. Que de promesses non tenues...
Je sais maintenant que je ne pourrai plus supporter cela très longtemps. Pourtant, comme je peux l'aimer...
Mais je souffre trop de me sentir rejetée et de le voir se détruire et nous détruire ainsi...

Mise en ligne le 10/12/2019

Bonjour,

Nous sommes très sensibles à la souffrance dont vous témoignez concernant l’impact du retrait de votre mari de votre vie conjugale et familiale du fait de ses consommations. Comme cela semble être son cas, certains consommateurs trouvent dans les effets du cannabis un moyen de se couper des autres et du monde, de leurs affects pénibles ou douloureux et d’être dans leur bulle pour reprendre vos termes.

A le vivre au quotidien, la barrière est peut-être mince mais ce mouvement de retrait n’est pas nécessairement à considérer comme un rejet ou le signe d’une insuffisance de votre part. Nous comprenons votre désarroi devant le fait que rien ne change malgré les promesses, ce fort sentiment d’impuissance est particulièrement insupportable à vivre pour les proches.

Vous avez l’un et l’autre, ensemble ou séparément, traversé des événements douloureux, la perte de votre deuxième enfant notamment, qui ont pu creuser vos fragilités réciproques et vous éloigner insidieusement. Vous nos livrez votre lassitude, vos inquiétudes, votre douleur, mais nous dites également à quel point vous aimez encore ou toujours cet homme. Nous ne savons pas quelle voie vous choisirez de donner à votre union mais si votre couple est en péril alors que les sentiments sont là, peut-être pourriez-vous envisager ensemble de vous donner l’occasion d’en parler dans un cadre dédié, avec un thérapeute conjugal par exemple.

Les consommations actuelles de cannabis de votre mari n’ont possiblement plus du tout le même sens ni la même fonction qu’il y a 18 ans lors de votre rencontre. Le cannabis fait probablement office à vos yeux de catalyseur et là où vous percevez le problème votre mari trouve vraisemblablement une "solution" à son malêtre. Les difficultés à résoudre sont très certainement plus fines, plus profondes, en amont des consommations et le cannabis, pour lui comme pour vous, pourrait faire barrage à cela. C'est en tout cas l'hypothèse que nous vous soumettons.

Il est difficile d’aller plus loin dans les pistes de réflexions ou les suggestions dans ce format de « Question/Réponse » mais peut-être vous donnerez vous l’occasion de poursuivre en nous contactant plus directement pour échanger plus précisément sur ce qui vous met tellement à mal. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat de 14h à minuit.

Avec tous nos encouragements.

Bien à vous.