© Drogues Info Service - 14 juin 2025

Forums pour les consommateurs

Mon combat contre le cannabis et ma victoire !

Par Beud Posté le 07/01/2021 à 13h52

J'écris ce post pour laisser un témoignage. Ce témoignage est mon combat contre le tabac et le cannabis jusqu'à ma victoire.
J'ai commencé à fumer de la weed, du shit vers 19 ans, durant deux ans, c'était jamais seul, tout le temps avec des amis et en soirée. Puis, j'ai appris à rouler (grosse erreur) et donc, j'ai commencé à en acheter. Je vivais encore chez mes parents, tout était confortable, je pouvais fumer dans ma chambre dés qu'ils étaient couchés, tout en regardant un film ou deux ou en jouant aux jeux vidéo. Une routine s'est ainsi mise en place, je fumais après la fac avec mes amis, je rentrais chez moi pour manger et puis, le soir, film et joint rythmés ma soirée.
En 8 ans, ma consommation est passée d'un joint de temps en temps, partagé avec des copains, à 10 par jours, solo ou partagés... Je ne fumais pas de cigarette ou très peu.
J'ai souvent pensé à arrêter, à me dire stop, c'est trop. Je me disais, tu peux le faire quand tu veux... Mais non. Je n'y arrivais pas, mes amis étaient aussi de gros consommateurs et c'était dans nos habitudes, personne ne se tirait vers la sortie.
Puis puis... un jour, j'ai été pris de palpitations, de tremblements. Et la je me suis dis que c'était l'avertissement, le signal qu'il fallait vraiment, de toute urgence arrêter. J'ai diminué de 9-10 à 2 par jours, mais les palpitations revenaient de temps en temps. Et un jour, j'ai dit stop, c'est terminé.
Aujourd'hui, cela fait 6 mois que je n'ai pas touché à un joint ni à une clope et je n'ai plus de palpitations. Et c'est sans doute ma plus belle victoire depuis 10 ans. Je n'en ai plus envie, je peux être dans la même pièce que d'autres fumeurs sans vouloir ma taffe, rien du tout. Alors les effets positifs sont la, j'ai envie de faire beaucoup plus de choses, de reprendre le cours de ma vie et de vivre. Mon sommeil est bien meilleur, mon humeur aussi. Puis mon argent me remercie grandement.
J'ai vraiment tenté de résumer ces années de galères même s'il faudrait des pages pour réussir à tout dire, à expliquer combien ce fut dur et combien le cannabis à impacter ma vie en mal.
J'espère que ceux qui consomment "trop" et qui veulent s'en sortir liront ceci, faites très attention à votre santé, à votre vie en général et arrêter n'est rien d'insurmontable. De la part d'un ancien gros gros consommateur..

Bonne journée tout le monde !

P.S : Pas de jugement, merci bien.