

JE CHEMINE...

Par **Folizs2** Posté le 01/03/2023 à 16h46

Bonjour,
J'ai 37 ans depuis l'âge de 17 ans je fume du cannabis tous les jours j'ai commencé les drogues dure à 19 ans arrêter à 24 ans remplacé par l'alcool je suis dans les consommatrices massive j'ai un petit garçon de 4 ans et demi je suis séparé du papa et mon fils une semaine sur deux l'année dernière j'ai pris la décision de changer de vie j'ai coupé les ponts avec tout ce qui me paraissait toxique les relations les relations à l'autre la relation à moi au boulot en assaut en famille proche ou élargie socialement tout était chaotique je ressentais persécuté épuisée au bout du rouleau illégitime et en détresse permanente depuis je chemine je suis sous séresta je bois des bières quasiment tous les jours ce qui est pour moi n'est rien et quelques pétards par jour aussi je vais essayer de faire le grand pas plusieurs fois mais aujourd'hui les conditions me semble plus adéquate même si je sais que la recherche de la guérison je veux voir mon fils grandir alors je vais taper dans toutes les ressources les lectures les cures que j'ai aujourd'hui un magasinier sans forcément les mettre en application je me fais entourer par divers corps professionnel en restant chez moi et autonome au maximum devenir autonome se sentir légitime et ce sacré mots pardon pardonner aux autres mais surtout à soi-même même l'impardonnable même quand tu vois l'un pardonnable dans l'œil des autres les sourires moqueur les regards fuir les silences désagréables effacer ses souvenirs pour en créer d'autres en tout cas faire de la place pour me découvrir enfin tout simplement prendre de la hauteur à partir du 3 mars j'arrête de fumer c'est à dire demain je me fais une séance de laser et l'application en photo d'un service ainsi que le 39 89 avec qui j'aurais rendez-vous avec une conseillère une fois par semaine mais je vis isoler comme beaucoup du coup je pense que je mets les choses de mon côté si je peux discuter de temps en temps avec des gens qui me comprennent un soutien voir me donner des idées des alternatives bon courage à tous oui à la vie non à la survie

1 RÉPONSE

Fleurdelys - 02/03/2023 à 09h03

Bonjour Folizs2,

Déjà, comment vas-tu?

Tu veux tout arrêter d'un coup ? La clope, les pétards et l'alcool ?
Je pense que c'est faisable mais tu ne penses pas que ça risque d'être un peu "trop" ?

Je fume des cigarettes mais pour le moment je préfère me concentrer sur le 0 alcool puis une fois l'abstinence bien installée (me fixe plus ou moins un an), je m'attaquerais à la clope.

Les pétards, j'ai commencé à 17 ans aussi et j'ai arrêté d'un coup en 2011, le sevrage n'est pas compliqué. J'ai connu aussi des drogues plus dures, mais sur une courte période de teuf, je dirais 6 mois et il y a des choses que je m'interdisais de tester, genre héro, crack, la coke basée, je devais avoir 24 ans, je n'ai pas eu de manque non plus car pas accrochée à ces choses.

L'alcool c'est le plus compliqué je le sais en lisant les témoignages de personnes polydépendantes.

Si tu veux discuter, vider ton sac tu es au bon endroit.

À bientôt.
