© Drogues Info Service - 24 novembre 2026

Vos questions / nos réponses

J’en veux à la terre entière

Par Mouth Postée le 07/11/2023 18:03

> Depuis l’arrêt du cannabis il y a quelques jours, je n’en peux plus je suis sur le point d’exploser. Ma femme m’a mis un ultimatums (je suis le seul à fumer des petard) et je n’ai pas eu d’autre choix que d’arrêter. Même si je sais que cela reste pour mon bien elle vient de retirer la seul soupape qui me permettait de tolérer un mode de vie abrutissant articulé autour d’un rythme infernal ou je me lève à 5h00 du matin pour finir à 19h30 le soir. Une fois le soir je participe aux activités de la maison parfois je couche le petit (mais plutôt rarement) nous dînons et ensuite je me faisais mon petit joint. Ma madeleine de Proust est je puis dire. Mais ce n’est pas suffisant madame ne veux pas vivre avec quelqu’un qui se drogue. Mais elle se fout complètement des conséquences de mon côté. J’ai pas le temps de faire du sport mon taf me stress mais rapporte un pognon nécessaire. Bref je suis échec et Mat. Le seul petit plaisir vient de disparaître au profit d’un océan d’obligations, de devoir et de docilité à appliquer au quotidien. Le pétard c’est certainement pas bien mais je vous garantis que c’est parfois mieux que de voir votre cerveau se souvenir et enregistrer toutes les petites frustrations et les montagnes de conneries dont on se fait abreuver tous les jours. Par exemple je suis dans le train et y a un type assis à côté de moi qui mâche sont chewing-gum la bouche ouverte. Je le regarde. Il me regarde et me dit quoi ? Je lui dis vous mâchez la bouche ouverte. Haussement de sourcil et il fait ah et replonge dans son PC. Et la je n’avais qu’une envie c’est de lui sauter dessus et de lui défoncer la gueule. Perso je ne sais pas comment les gens sobres font pour vivre dans ce monde sans avoir constamment envie de se foutre en l’air ou de cogner son prochain. Voilà donc je n’ai pas le choix de devoir vivre ce moments de merde en pleine conscience. Alors qui de l’œuf ou la poule les amis ? Est ce que c’est parce qu’on est entouré de c***d et forcé à faire des trucs débiles qu’on fume ou est ce Parceque c’est notre propre responsabilité qui est engagée ? Je vois des gens ici qui ont commencé a 14 ans mais les gars a 14 ans comment tu peux savoir dans quelle merde tu vas te mettre avec ces conneries ?! Et ensuite 10 plus tard t’as toute la société qui t’explique que c’est de ta faute… J’aime ma femme mais je sais pas combien temps je peux tenir avec toutes ces pensées qui traversent ma tête et toute cette rage que j’ai en moi et que je ne peux pas libérer

---

Mise en ligne le 08/11/2023

Bonjour,

Il semble que l’arrêt de vos consommations vous mette particulièrement à l’épreuve, d’autant plus qu’il ne s’agit pas d’un choix propre et motivé apparemment. Subir les effets du sevrage dans ce contexte est probablement beaucoup plus pénible à vivre. Certains symptômes avec le temps devraient aller en diminuant, d’autres malheureusement pourraient perdurer.

Si, comme vous l'exprimez, le cannabis avait une fonction de « soupape » et que vous ne trouvez pas de nouvel exutoire, la colère et la rage que vous éprouvez risquent fort de vous envahir, voire de déborder, ce qui n'est souhaitable pour personne.

Nous ne savons pas si votre rythme de vie vous permettrait de consulter et ainsi d'être accompagné et soutenu, ni si vous en auriez envie d'ailleurs. Un espace de parole dédié pourrait vous permettre de lâcher ce qu'il y a à lâcher et d'avancer un peu plus sereinement, il faudrait essayer. Vous évoquez le sport que vous n'avez pas le temps de faire, ce serait pourtant une piste aussi, comme pourrait l'être n'importe quelle activité ou pratique visant à décharger ses émotions.

Si, comme vous semblez le dire, c'est votre rythme de vie précisément et votre travail qui vous mettent à mal et vous empêchent de disposer de temps pour vous et pour votre famille, les remaniements à envisager seront alors plus importants et plus complexes à mettre en œuvre. Tout le monde a besoin de sas de décompression, d'occasions de se ressourcer, sans ça c'est « infernal » en effet.

Dans le cas où vous voudriez prendre le temps d'échanger sur votre situation et les difficultés que vous causent l'arrêt de vos consommations, n'hésitez pas à revenir vers nous. Nous sommes joignables tous les jours de 8h à 2h du matin au 0 800 23 13 13 (appel anonyme et gratuit) ainsi que par Chat de 14h à minuit du lundi au vendredi et de 14h à 20h le samedi et le dimanche.

Si vous voulez partager votre expérience avec d'autres internautes, nous vous laissons le soin de poster de votre message dans la rubrique des « Forums de discussion ».

Bien à vous.