

CANNABIS ET AUTODESTRUCTION

Par [mnkstan](#) Posté le 08/07/2024 à 10h26

Bonjour, j'espère que vous allez bien.

Je suis un jeune homme de 22 ans qui consomme du cannabis depuis environ 7 ans, pendant plusieurs années ma consommation ne me posait pas de problèmes, elle me permettait d'oublier les tracas que je laisse trainer depuis mon enfance.

Depuis ma situation à changer, j'ai un travail stable et une situation stable. La seule chose qui n'a pas bougé est ma consommation qui commence à m'inquiéter énormément.

Je crois ne pas être très stable mentalement et connaître beaucoup d'épisodes dépressifs, la beuh me permet de passer ces épisodes plus facilement, mais depuis que je vis seul, cette consommation me ronge.

J'ai déjà essayé plusieurs fois d'arrêter et réussis pendant plusieurs périodes, mais quand les épisodes dépressifs reprennent, je n'ai jamais réussi à ne pas reprendre ma consommation.

Le cannabis me rend très flemmard et me fait prendre beaucoup de poids ma situation il y a quelques mois stable, devient de plus en plus bancal, je m'endette pour ma consommation et tout ce qui suit, cela m'inquiète énormément, j'ai peur de ne plus jamais pouvoir m'arrêter, et de vivre une vie que je ne veux pas vivre.

Aujourd'hui je suis perdu, je ne sais pas si j'emprunte la bonne voie ou non, je ne sais pas si le cannabis est bon pour mes épisodes dépressifs, je ne sais pas si je dois arrêter ou réduire ma consommation, et je ne sais pas vers qui me diriger pour demander de l'aide, et si j'en ai besoin ou pas, c'est pour ces raisons que j'écris sur ce forum.

Merci d'avoir pris le temps de lire, ou de me répondre.