© Drogues Info Service - 7 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

Quand on ne sait même plus pourquoi on prends de la C

Par lautre Posté le 24/01/2025 à 00h20

J'ai 50 ans, j'avais testé la C à 20 ans et m'étais dis que c'était beaucoup trop dangereux pour moi qui ai une grande facilité à l'addiction.
Et 30 ans après suite à un divorce j'ai recommencé à sortir et dans une soirée on m'en a proposé. C'était tellement bien et comme un ami m'avait donné un contact pour acheter de la weed quand j'étais vraiment au fond du trou, j'en ai commandé pour le réveillon et puis pour les week-ends, et puis grâce à elle j'arrivais à m'éclater toute la nuit, être au top au taf, tout gérer comme une reine. Et petit à petit j'en consommais toute seule chez moi et l'habitude s'est installée. Ca va faire 2 ans que je consomme au moins 5g par semaine. Quand je sors de chez moi le premier truc que je prends c'est des mouchoirs, je parle comme un canard, bouffe des anti douleurs toute la journée tellement j'ai mal au nez et aux dents. Je passe toute ma thune dans la C. J'ai conscience que je fais de la merde mais je n'arrive pas à me retenir.
Je me suis décidée à contacter un centre d'addicto, j'ai rencontré une psy spécialisée qui m'a proposé de trouver des techniques pour résister au Craving mais c'est pas de me concentrer sur ma respiration, d'aller me balader ou de faire un puzzle qui m'enlève l'envie de taper. Quand elle me demande ce que la consommation m'apporte je suis incapable de lui répondre, j'en ai envie et je n'arrive pas à résister à cette envie c'est tout. Je fondais tellement d'espoir dans cette prise en charge et quand au bout d'un mois je vois que je consomme autant qu'avant je perd espoir.
Aujourd'hui j'envisage une hospitalisation pour réussir enfin à sortir cette merde de ma vie mais avec la peur qu'une fois toute seule chez moi elle reprenne sa place.
Je sais que chaque sevrage est différent, que nos habitudes ou raison de consommer sont très personnels mais j'ai besoin de croire qu'il est possible de ne plus avoir envie de se pourrir la vie et la santé juste pour une pauvre poudre blanche de merde.
Je suis preneuse de toutes vos expériences, vos conseils. Parce que quand mon addicto me dit d'aller me balader quand j'ai envie de taper je me dis qu'elle ne sait pas ce que c'est.

4 réponses

Harrypotteuse - 27/01/2025 à 04h40

Salut l'autre, je t'es lu et te comprend car je passe par le même chemin. Si on peut discuter plus intimant je suis prenante .. Bon courage à toi

Goth59 - 27/01/2025 à 20h58

Hello à tous,

J'ai l'impression de me lire dans ton récit mais je suppose que c'est tout le monde pareil à peu près, comme tu dis c'est ton addiction donc à toi de trouver le déclenchement pour te sortir de là, même si je t'avoue que je n'est pas encore réussi à me sevrer, juste à réduire et mieux vivre les jours sans conso... Une fois le salaire, tu connais la musique..
Tout ce que je peux te dire c'est que moi aussi je me sens incompris chez l'addictio, les tips sont basiques et pour tout le monde les mêmes donc y'a que l'envie de plus prendre pour te sortir de là..
Au plaisir de vous lire, courage à tous.
Est-ce que tu as vue les autres groupes d'entraide sur les réseaux?

Cassiopee - 28/01/2025 à 18h53

Bonsoir,
Je me tiens loin de la C, mais ce que vous décrivez , je le vois de plus en plus chez mes amis. La C s’est sacrément démocratisée et depuis 5 ans, je suis effarée des dégâts.
Effectivement les conseils du style faire du sport…. Je suis en sevrage de 30 ans de cannabis, bah c’est pas miraculeux. Ne culpabilisez pas, c’est très difficile, et vous êtes loin d’être la seule qui galère.
Personnellement, je suis créative et faire qqch de mes mains m’aide beaucoup, ou m’occuper d’animaux au refuge : ça a du sens pour moi. Alors qu’une balade, bof. Qu’est ce qui vous fait plaisir) en dehors de la C évidemment) Qu’est ce que Vous, vous aimez ? Peut être qu’un projet de réaliser quelque chose qui a dû sens pour vous serait bénéfique. Ca peut être donner du temps aux restos du cœur, ça peut être organiser le voyage dont vous rêvez (trouver l’argent, organiser…) ou que sais je. Si vous n’avez pas de plaisir en dehors de la C, ça paraît difficile de s’en passer.
Là vous êtes au fond du trou mais vous êtes déjà ici pour en parler, vous êtes allée consulter… je crois en vous. Ce sera dur mais j’y crois.
Prenez soin de vous.

Charlie01 - 25/02/2025 à 09h59

Je suis en plein dedans aussi , et je pense qu'un des moyens d'arrêter de penser à ça et de faire taire son envie c'est de changer complètement de vie, change de maison , change de fréquentation, change de travail , voyage si tu peux, même pas loin de chez toi , en tout cas c'est ce que j'ai fais et ça à bien marcher , j'ai réduit ma consommation drastiquement (quoi que quelques rechute de temps en temps) mais je me sens sur la bonne voie et je pense qu'un changement d'habitude est hyper important, sinon tout vas te lier à ça, moi par exemple je peux plus dessiner sans prendre de c , j'ai l'impression de pas avoir d'inspiration, il faut réussit à ce lier à d'autre chose je pense , à d'autre personne , retrouver des passions (j'essaye de me convaincre moi même aussi haha) allez courage à tous ! (Bientôt 48h sans dormir avec pour seule repas mon plateau de c bien rempli , je suis dans la fase culpabilité à mort mais vous me faite du bien)

D'ailleurs est ce que quelqu'un est comme moi et n'arrive pas à aller dormir tant qu'il en reste ? Il me reste 2/3g et impossible de me dire d'aller me reposer ou de manger , je fume clope sur clope , bois un verre d'eau de temps en temps et ça fais 15h que je suis suspendu à mon portable , je veux sortir de ça , force à tout le monde <3