

Forums pour les consommateurs

# J'y suis encore, et c'est terrifiant

Par Joshuaaa Posté le 04/11/2025 à 02h16

Salutations tout le monde.

Je suis un jeune homme de 24 ans, et j'ai le nez dans la verte depuis mes 16 ans.

J'y suis encore aujourd'hui, j'ai à la fois envie et pas envie d'arrêter, évidemment j'ai peur, j'ai honte, donc il est hors de question que j'en parle ouvertement. D'autant que paradoxalement les gens ont une image de moi comme quelqu'un de stable, sur lequel on peut compter et qui sait se tenir et j'adore cette image que je me suis forgé alors j'ai pas envie de devenir le junky de service et de troquer des regards d'approbation contre des regards de pitié...

Je suis bloqué, le cannabis me permet de tenir et j'ai peur que mon sevrage soit violent et que tout le monde s'en rende compte. Je fais des études et dans une filière très compétitive, et je travail à côté dans l'hôtellerie restauration, j'ai l'impression que le cannabis m'aide et me permet de tenir et en même temps je sais très bien que je ne contrôle plus rien.

Je suis persuadé qu'il faut arrêter seulement quand je viens d'en prendre un, et puis quand je me rappelle qui j'étais sans cannabis ça me donne envie d'arrêter. J'ai peur d'avoir défoncés mes neurones pendant la période d'adolescence et d'être devenu complètement débile et rien pouvoir y changer car je suis à l'âge adulte maintenant.

Quand je lis vos témoignages je ne comprends pas. Je suis super admiratif mais je comprends pas comment vous faites et comment c'est possible, je me sens nul et impuissant.

Je suis entouré car en couple et j'ai des amis, tout ce petit monde est au courant de mon addiction ( enfin c'est 3 personnes mdr ) donc c'est cool la dessus j'ai une chance immense et je suis reconnaissant.

Mais je crois qu'il n'y a pas que le cannabis qui cloche chez moi, j'ai simplement peur que l'arrêt du cannabis amplifie ce qui cloche déjà de base. Désolé pour les fautes et pour la longueur du texte. Mais franchement je suis terrifié par la situation, je comprends rien à ce qu'il se passe et comme je souffre de TCA ( trouble du comportement alimentaire) les choses deviennent très difficiles, aujourd'hui je pèse 39 kg pour 1,73m et j'ai l'impression que le cannabis n'y est ai pour rien et j'ai peur de ce qui pourrait m'arriver si je n'arrivais pas à arrêter et que mon poids continuait à descendre.

Quoiqu'il en soit, vous pouvez être vraiment fier de vous, certains et certaines on l'air tellement avancé dans le processus, je me sens tout petit à côté de vous. J'espère vous rejoindre vite du côté des vivants haha.

Merci pour ce que vous m'avez partagé à travers vos mots

## 1 réponse

---

Beto - 04/11/2025 à 14h56

Salut joshuaa,

Je te comprends tellement et compatis à tes problèmes.

J'ai commencé le cannabis à 17 ans(j'ai 39 ans aujourd'hui),avec trois arrêts d'environ 1 an,un en 2012 et un en 2016 et un en 2018.

Celui de 2018, j'ai tenu aussi environ un an puis doucement je me suis laissée séduire par le cannabis CBD.

De base j'ai toujours été un gros consommateur de cannabis thc, ça faisait partie de ma vie, comme une sorte de bonne béquille, mais avec le temps je consommait beaucoup au point de me noyer dedans. C'était du matin au soir,certe 5/6 joint par jour mais des joints bien chargés du style 0,3 0,4 gr par joint voir plus.

Depuis mon 3 ème sevrage d'environ un an début 2018, je me suis tourné avec le temps sur le cannabis CBD, qui était comme ma nouvelle béquille.

Je travaillais la journée,je ne consommait jamais au travail puis une fois rentré chez moi je consommait 3 voir 4 joint de CBD le soir.

J'ai fait ça jusqu'à vers septembre 2023 ou par faiblesse d'esprit, j'ai commencé a trouver sur les réseaux sociaux de quoi me faire livrer du cannabis thc filtré (je ne sais pas si tu connais), c'est du cannabis très dosé en thc...

Je commençais à être de plus en plus nerveux au travail, je m'énervais sur mes collègues et ceux même si mon travail était stressant, avec le temps je voyais qu'il y avait quelques choses qui n'allait pas chez moi.

Dans ma connerie, j'ai voulu faire une rupture conventionnelle pour pouvoir toucher mon chômage,mon entreprise à accepter, c'était en septembre 2024.

Puis une fois chez moi sans travail,je ne faisais plus rien à part consommer en moyenne 7 joint de filtré,je n'ai pas d'amis,je ne voyais personnes, j'ai laissé tomber mes tâches quotidiennes à la maison... Dès le matin, je me sentais déjà très nerveux comme si j'en voulais au monde entier... imbécile que je suis.

Je consommait bien évidemment du matin au soir jusqu'au mois de mai de cette année où je me suis dit que je n'en pouvais plus de cette situation et j'ai donc arrêté d'un coup sans y retoucher jusqu'à aujourd'hui.

Je ne voulais pas me remettre au CBD non plus,je souhaite vraiment me détacher de cette plante.

Aujourd'hui j'en suis à cinq mois de sevrage et c'est très éprouvant comme pour beaucoup de monde qui écrivent leurs parcours sur ce site.

Au début de mon sevrage je me sentais très tendu, irritable j'avais du mal à dormir.

Depuis je me sens déprimé et angoissé avec mon lot de symptômes au quotidien.

Saches que c'est mon expérience et mon vécu, cela peut être totalement différent pour toi. Je n'ai surtout pas envie de te décourager, bien au contraire mon petit gars (c'est affectueux).

Je suis déjà certain que tu es une très bonne personne,tu as conscience de tes problèmes et c'est déjà un très grand pas de fait.

Je te souhaite de vivre la vie que tu désires et de pouvoir te délivrer de tes problèmes.

Courage,force, amour et paix à toi.