

Vos questions / nos réponses

Chauchemard intense l impression d etre en enfer

Par [Jimmy](#) Postée le 09/12/2025 06:26

Bonjour mes amies,amis Jai 44 ans je fume depuis 25 ans non stop pas d autre drogues. A ce jour je suis fumeur jaimerai réessayer d arreter car comme beaucoup dentre nous ca nous ruine nos capacités a vive libre. Il m arrive de tomber en panne même si cest rarement car je vis dans le 14 eme a marseille. A 100 la demi de jaune et 200 la demi de filtré ca naide pas ses prix si bas. Si cest une panne de fin de mois ca ne dure que quelques jours donc de simples nuit a transpirer retourner la couette humide et changer de coté dans le lit classic jusqua la. Et oui je suis celib jai le lit piur mli tout seul????? Jai une fois essayer arreter de fumer 1 mois au bout dune semaine la transpiration sintensifiait vraiment il m aurait fallu une couette a 6 cotés???? Pire les cauchemards on commencé ,evidement quon se rappelle de nos reves et cauchemards plus facilement quavant mais la je me suis vue pourchassé par dsl pour l appellation mais un monstre . Ce monstre me poursuivait mais cetait tellement effroyable je nai pas les mots de la peur enfantine que j'avais face a ca, alors que j'avais 35 ans. Je ne suis pas sur mais jai l'impression d'avoir tellement eu peur d abandonné mon fils tellement apeuré et ca me fait mal ca d avoir fait ca dans ce cauchemard. Dans ce meme cauchemard juste apres je me suis trouvé avec la tête tranchée de mon fils dans mes mains ,oui je sais cest afreux En me reveillant je n osais plus bouger j avais peur du monstre et tres peur de me rendormir ce que je nai pas fais les 36 h suivantes ,jen ai refais d autres tout aussi apeurant je suis sur d avoir traverser l enfer l espace dun instant et non sans sequelles. Je vais faire le lien avec les experiences de mort imlinente ÉMI pour ceux qui connaissent Ce meme enfer raconté par ces experienceur aux quatre coins du monde corespondait a ce que je vivais dans mes cauchemards ,des cris de monstres des hurlements ces choses veulent vous dechirer en lambeaux vos muscles votre peau ,cest juste horrible. Je ne comprend pas quavec tous ces gens concernés par ca ils ne se penchent pas sur le medicament specifique sur le canabis. Il me semble quil y a quelque chose en cours outre atlantique mais rien a ce jour de terminé. Je voulais vous dire que je compatie pour vous notre combat est le même pour ma part je vais ressayer d arreter mais en essayant un anxiolitique,voila jai tres peur de re vvre tout ca mais bon le jeu en vzut la chandelle mes amis Une bonne continuté a toutes,tous

Mise en ligne le 24/12/2025

Bonjour,

Il nous semble comprendre que votre message s'adresse à d'autres consommateurs qui, comme vous, ont pu se sentir ou se sentent actuellement en difficulté dans l'arrêt des consommations. Si votre souhait est effectivement de partager vos expériences, de proposer de l'entraide, nous vous laissons le soin de poster votre message dans la rubrique des « Forums ».

Nous vous souhaitons bonne continuation dans votre nouvelle démarche d'arrêt et restons à votre disposition dans le cas où vous auriez besoin de revenir vers nous. Nos écoutants sont 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.

Avec tous nos encouragements.

En savoir plus :

- ["Les forums de discussion"](#)