© Drogues Info Service - 24 septembre 2025

Vos questions / nos réponses

Simple fait de vivre ...

Par Profil supprimé Postée le 27/03/2012 14:30

Bonjour ,voila d'entrée de jeux je tiens à préciser que je suis de manière général contre la lutte anti drogue (seulement car celons moi un Etat ne devrait pas interdire à des gens de se sentir mieux si cela le leurs permet)on devrais sensibiliser , responsabiliser et non interdire bêtement tout les comportements actictifs

Ma petite histoire : j'ai eu une enfance moyennement traumatisante (divorce + violences + déménagement répété) , J'ai toujours était "gros" alors que je désiré être "normal" à l'entrée du collège je me suis mis aux jeux en ligne ,devenant mon avatar je trouvais une alternative à la vie réel que je trouvais détestable . j'ai donc passer des années collège gros et accro a un MMORPG . jusqu'ici l'évolution du problème (qui pour moi n'en était pas un) était légère et contrôlée mais mes parents (divorcés) voyant que l'un n'arrivais pas à me modeler suivant ses attentes m'envoya vivre chez l'autre . la ce fut le début d'une guerre froide avec mes géniteurs ,voulant réduire mon temps de jeux , controller ce que je manger et me forcer à faire une activité sportive (chose que je détester plus que tout , je faisais en sorte de me blesser pour ne plus avoir à le faire . cette gestion absurde n'a eu comme resultat que de me faire déprimer et songer au suicide et grâce à des amis de me donner envie de trouver des moyens parallèle de parvenir à mes fins plutot que de faire quelque chose d'irémédiable et de stupide (le temps de jeux limité ne me permétant à peine d'accomplir des choses dans le jeu , sachant qu'a lépoque j'était chef d'un groupe de joueurs et que je connaissais des gens dans la vrais vie . je me suis donc mis à faire de l'argent via des moyens moyennement légaux (sur informatique) pour me payer le cyber espace où j'allais jouer dans le dos de ma famille . plus la restriction du temps de jeu ou de la nourriture se faisais importante , plus je m'engouffrais dans le sens opposé de mon coté .

tout cela à duré 1ans , jusqu'a ce que le jeux évolue , change , je m'y retrouvais toujours , mais moins qu'avant , la un amis me proposa de venir voir son sport un jours , ce que je fit , le 1er sport que je trouvais intéressant car ne demandant pas de capacité physique (à 1er vue en tout cas) parralelement en ayant plus qu'asser des régimes et toute ses conneries j'ai chercher de mon coté comment perdre facilement du poids , internet ce révélant être plutôt complet j'ai pu voir un grand nombre de méthode (dont plusieurs auquel j'avais déjà était confronté) j'en trouvais une très intéressante à base de "space cake" n'ayant jamais fumer je suivais trés précisément les conseils que je trouvais sur le sit (un site médical américain) expliquant qu'une ingestion legére le matin aide à perdre du poids . Ce qui fut vrais en 2 mois j'avais predu plus de 20 Kg . voyant que je me faisais mal moi meme afin de ne plus faire sport comme les autre l'autorité parental avais décider de me mettre dans un club de sport pour gros , je n'aimais pas ça dutout , mais lors de la 1er séance je me suis rendu compte que c'était une parfaite excuse pour que mon regime "spécial" ce déroule sans que personne ne remarque rien (ayant commencer les space cake avant le sport je savais deja que ça fonctionnais)ce sport me permetais donc de ne plus avoir l'un des géniteur sur le dos , (début espace cake :3 mois avant le brevet des college , debut du sport 1 mois et demi avant) n'ayant jamais était un éléve studieux j'ai donc échoué mon brevet , voyant

mes capacités en informatique (car m'étant amusé plusieurs fois par le passer à me monter plus malin que le prof en cours d'informatique) ce dernier s'est réellement battu pour moi (et je lui en suis reconnaissant aujourdhuit) je devais partir dans un cap au lieux de ça je me retrouvais en bac pro 3 ans (qui à l'époque n'existais pas , c'était une session pilote) la durant l'été avant la rentée j'ai surpris mon autre géniteur (pas celui avec qui je vivais) en trais de fumer du canabis , je me suis donc amusé à lui faire la morale (comme on me l'avais fait lorsque j'était petit) puis lui prenant le joint des main tirant une latte ou deux dessus , manquant de m'étouffer (car à part quelques test cigarette je n'avais jamais fumer) On s'est retrouver à fumer en famille (ce qui était un point positif car aprés m'être fait mettre à la porte je n'éprouver rien d'autre que du mépris pour ce parent . le canabis nous permis de nous rapprocher , de parler (c'est d'ailleurs une raison pour laquel je hais la lutte anti drogue car dans un environnement controller , ce dernier a était trés positif pour moi) parler lorsque j'était high me permis de faire le point sur nombre de choses , et de comprendre d'autre points de vus ... en parallelle j'ai arreter le sport pour obese et ai décider de me lancer dans un sport qui me plaisais , bien que laborieux au début j'ai sus évoluer)

cela dura 3 ans ,j'ai obtenu mon bac pro et ai décider d'aller à la fac , je ne consommer du canabis que 2 à 3 fois par semaine (le regime space cake n'ayant duré que 2 mois) la pour le debut de la fac je décider d'arrêter de fumer ce que je fit sans l'ombre d'un soucis, je n'avais pas trop aimer le lycée ,mais la fait n'avais rien à voir . J'était heureux avec es gens que j'aime bien et malgré que l'environnement familiale posais problème je me défouler dans mon sport

MAI 2010 je me trouvais à ne plus jouer aux jeux en ligne ou presque (vraiment raisonnablement) et à m'éloigner de plus en plus de l'informatique

Le hic : lorsque on sort d'un bac pro la fac c'est plus que mort , meme en travaillant comme jamais et le plus sérieusement possible je me suis lamentablement planté (je remarquais ça vers decembre)je déprimer séverement et ne savais quoi faire , les partiels était foirés et je n'avais plus de perspective d'avenir ,je recommencer à songer au suicide et la une amie m'a refait fumer , la sensation de bien etre l'oublie de toute la merde de ma vie , ça me faisais un bien incroyable .

j'ai continuer la fac , fumant 2 à 3 fois par semaine , recomançant à fumer avec mon géniteur alors que l'autre (chez qui je vivais) remarquais que je fumer , et avais un discourt plus intéligent qu'en ce qui concerne les jeux , il me dit simplement de ne pas le faire à la maison et de ne pas le faire seul , seulement en soirée avec des amis (point de vu que je trouve vraiment raisonnable et bien pensé !) mais bon je fumer en famille et seul , car j'ai toujours eu du mal à comprendre les jeunes de mon age et l'herbe n'était réellement pas quelque chose que je désirais faire avec eux ...

le fait de ne plus etre sur le PC tout le temps m'a fait perdre le cap et j'ai tout simplement areter de pirater et donc de me faire de l'argent , SOUCIS comment acheter de l'herbe sans argent quand on est à la fac ? je me retrouvais donc à ne presque plus fumer et encore à me retrouver à avoir des idées sombres ....

la octobre 2011 j'ai trouver un emploie , j'ai recomancer à fumer , tout ce passe . je vais bientôt prendre mon indépendance .

MES SOUCIS , QUESTIONS :

1 : j'ai rejoin la fac et arrêter de fumer car je m'orientais vers les métiers de la police , mais lorsque j'ai parler avec un policier du fait d'avoir fumer et de vouloir rejoindre la police il m'a dit que c'est pas vraiment conseiller et que j'aurais du mal , ne voulant pas l'écouter j'ai tout de meme postuler en ADS dans la police , mais n'ai toujours pas était recontacter (et comme je l'ai

dit actuellement je fume ...)que faire ? areter définitivement ? je n'en ai pas l'envie , ce n'est pas une question d'addiction (c'est ce que doivent dire tout les drogués j'imagine) mais moi le canabis m'a apporter un enorme plus dans la vie et m'a empêcher de faire de vrais conneries et même aujourd'hui je suis certain que c'est ça qui me permet d'être un "salarier correct" et de ne pas faire de coneries de peur de justement perdre cette équilibre ....

2 : en mai je doit partir à l'étranger suivre une formation sportive de haut niveau , pour ça j'ai décider d'arrêter de fumer d'avril jusqu'a mon retour (voir ne pas reprendre si je ne le désire pas) je vois vraiment l'effet négatif sur les performances et souhaite via ça faire une petite cure afin d'etre optimal .deja que je ne fume jamais les jours que je pratique la je désire faire un stop net durant un bon mois . Mon soucis : au bout d'une semaine (car j'ai voulu prendre de l'avance et arrêter le 22 mars) je me retrouve à m'emmerder , à penser à des choses auquel je ne veux pas penser , à encore déprimer , et hier en ayant vraiment trop mare je me suis rouler un join et l'ai savourer comme jamais ...me rassurant en me disant qu'avril n'était pas encore la ... en avril je sais comment je vais faire , come les fois précédentes simplement en regroupant tout ce que j'ai dans un seul join et à le fumer jusqu'au BAD TRIP (ce qui me dégoûte du produit pendant un bon moment) mais comment faire pour ne pas déprimer ? pour ne pas avoir des pensées sombre et voir la vie comme elle l'est (vraiment merdique) . . . la j'ai besoins d'aide ! sérieusement . je sais qu'arreter un mois va etre positif , mais si je me retrouve comme une loque simplement à déprimer pendant que je part faire mon stage sportif à l'étranger ...j'ai compris que l'herbe me permet de faire la politique de l'autruche et de ne rien voire , juste apprécier le moment présent .... mais comment faire pour ignorer tout ce qu'on vois lorsque on ne se vide pas la tete ? (fumer) comment faire ?

ps : complément : j'ai déjà essayer coke , champignons ainsi qu'amphé , rien ne m'a trop "donner envie" et c'est plutôt récréatif une fois tout les 3-5 mois et encore quand j'en ai envie ce qui est rare . je préfére m'en tenir à l'herbe et si possible seul

---

Mise en ligne le 28/03/2012

Bonjour,

Il est évident que pour pouvoir entrer dans la police, vous devrez être en mesure de présenter des analyses négatives à la présence de stupéfiants. Vous vous posez la question d'un arrêt définitif, en lien avec ce projet professionnel, et vous y répondez tout seul en disant tout de suite aprés "je n'en ai pas l'envie". Cela veut-il dire que cet "énorme plus" que vous apporte le cannabis est plus important que cette possibilité d'embauche dans la police?

Vous dites que dans votre cas le cannabis n'est pas un problème, plutôt une "solution", et vous relevez, à juste titre certainement, que le problème est ailleurs. A l'arrêt des consommations, vous dites ressentir de l'ennui, de la déprime, des pensées sombres... C'est probablement à ce niveau que vous auriez besoin d'aide, parce que si le cannabis arrive pour l'instant à contenir ce malaise intérieur, il ne le contiendra peut-être pas tout le temps ni complètement. Autrement dit, le recours au cannabis, contrairement à ce que vous semblez penser, n'est peut-être pas une solution si idéale sur le long terme. Vous dites que fumer vous vide la tête, cela semble illusoire, en revanche parler de soi, dire ses difficultés, explorer des voies de résolution pourrait s'avérer plus efficace.

Votre long message, retraçant de manière détaillée votre parcours, vos positionnements, vos difficultés passées et actuelles laisse entrapercevoir les différents "refuges" que vous avez trouvé au fil des années: les jeux en ligne, le cannabis mais peut-être aussi la nourriture et le sport. Votre message laisse également supposer une certaine envie ou un besoin de revenir sur votre parcours de vie, d'être dans l'analyse et la compréhension de ces choses qui vous concernent. A ce titre, et parce que vous insistez sur un mal-être qui semble perdurer depuis des années, nous ne pouvons que vous encourager à envisager d'entreprendre un travail sur vous, de type psychothérapeutique, qui pourra vous permettre d'aller vers un mieux être mais aussi peut-être de préciser vos projets d'avenir.

Si l'idée de commencer un travail sur vous vous intéresse, vous pouvez l'envisager dans un cadre libéral mais également auprés de professionnels plus qualifiés dans la prise en charge des addictions (ou des usages problématiques) au sein de lieux de consultations spécialisées. Ces consultations ont l'avantage d'être gratuites. Vous trouverez ci-dessous les coordonnées de trois lieux d'accompagnement dans votre ville.

Vous avez également la possibilité de nous joindre au 0 800 23 13 13, tous les jours de 8h à 2h (appel anonyme et gratuit depuis un poste fixe), si vous souhaitez approfondir vos réflexions dans un échange téléphonique.

Cordialement.

Pour obtenir plus d'informations, n'hésitez pas à prendre contact avec les structures suivantes :

Centre CSAPA Boris Vian

10 rue Colbert
59000 LILLE

Tél : 03 20 15 85 35
Site web : www.epsm-al.fr
Accueil du public : Du lundi au vendredi (sauf le jeudi) de 9h30 à 12h30 et de 13h30 à 17h30, le jeudi de 9h30 à 13h et de 15h30 à 19h
Substitution : Du lundi au vendredi (sauf le jeudi) de 8h à 12h30 et de 13h30 à 14h30, le jeudi 8h à 12h30. Tel : 03 28 07 26 80
Consultat° jeunes consommateurs : Consultation jeunes usagers et familles du Centre Vernon Sullivan (juste à côté de Boris Vian) joignable au 03 20 31 28 89, du lundi au vendredi.

Voir la fiche détaillée

CSAPA le Cèdre de l'Association CédrAgir

11 rue Eugène Varlin
59160 LOMME

Tél : 03 20 08 16 61
Site web : www.cedragir.fr
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30. Les après midi de 14hà 17h sauf le lundi 19h et le jeudi 18h.
Accueil du public : Du lundi au vendredi de 8h30 à 12h30. Les après-midi de 14h à 17h sauf le lundi 19h et le jeudi 18h
Substitution : Tous les matins (sauf le mercredi) de 8h30 à 10h30. Le lundi après-midi 17h-19h, le jeudi après-midi de 16h-18h.

Voir la fiche détaillée

Trapèze

969 avenue de la République
4ème étage
59700 MARCQ EN BAROEUL

Tél : 03 20 97 74 11
Site web : www.lasauvegardedunord.fr/etablissements/trapeze/
Secrétariat : Du lundi au vendredi de 9H à 16H30. En cas d'absence, coordonnées à laisser sur le répondeur.
Accueil du public : Uniquement sur rendez-vous du lundi au jeudi de 9H30 à 17H. Vendredi 9h-12h.
Consultat° jeunes consommateurs : Sur les mêmes horaires que le CSAPA

Voir la fiche détaillée