© Drogues Info Service - 28 novembre 2026

Forums pour les consommateurs

Message d'espoir!!!

Par Profil supprimé Posté le 14/03/2017 à 15h15

Bonjour, j'ai 28 ans et je suis dans les addictions depuis l'âge de 15 ans, je suis passé par tout type d'addictions comme: le jeux vidéo, le cannabis, l'alcool, la drogue dur, les médicaments, le tabac... et aujourd'hui je me suis sorti de tout sa car j'ai décidé de reprendre ma vie en main donc je vous écrit ce message pour vous dire que c'est possible car tout est possible dans la vie, il suffit d'y croire: la volonté, la motivation ,la confiance en soi, se faire aidé par un centre de soins (psychologue, addictologue, psychiatre...) faire du sport, faire des sorties ciné, bowling, restaurant... quitté les mauvaises fréquentations qui vous poussent vers le bas, quitté les soirées ou les addictions sont maître comme les raves party, boite de nuit ... on peut aimer la musique sans être défoncé, s'entouré des vrais amis, de la famille , trouvé l'amour, trouvé un emploi... tous ces facteurs sont à la base de la réussite et je les ai appliqué et sa a marché sur moi alors que quand j'étais dans mes addictions je n'avais plus gout à la vie , j'étais même prêt à me foutre en l'air, car toute ma vie était une douleur en parti à cause de mes addictions, maintenant c'est fini , j'ai repris gout à la vie et je suis débarrassé de ma vie d'avant , j'ai tourné la page mais elle m'a aidé à être encore plus fort aujourd'hui , n'ayez pas honte de vous , vous n'êtes pas des merdes c'est juste que vous avez emprunter de mauvais chemin comme moi auparavant mais on fait tous des erreurs mais a nous de les corrigés, personne ne le fera à votre place et personne n'arrêteras les addictions à votre place non plus. Les spécialistes peuvent grandement vous aidé à vous en sortir, moi sa a marché et je les remercie chaque jour de m'avoir aidé , j'espère que vous suivrez mes conseils et que sa marchera pour vous, voilà c'était un message d'un ancien tox, drogué, alcoolique... qui était très mal et très bas dans sa vie et qui aujourd'hui est tout en haut grâce à tous mes efforts je peut dire que sa a payé, chaque jour est une victoire, pensez y et n'hésiter pas à écrire des messages d'espoir et positif sur ce fil de discutions , on va s'aider tous ensemble , je me devait d'écrire ce message car je m'en suis sorti et veux désormais aidé les gens à faire de même car j'y suis très bien arrivé alors que j'étais perdu , accroché vous , la clef est dans vos mains , bon courage surtout , la vie est dur mais la drogue l'est encore plus, "la drogue nous a eu que dans la rue j'en voit plus d'un plané ", c'est une réalité certes mais qu'il faut changé!BYE!

5 réponses

Profil supprimé - 16/03/2017 à 04h08

Bonjour Titi95 et aux éventuels futurs lecteurs,
je navigue sur des forums comme celui-çi depuis des années mais ce soir est la toute première fois que j'écris. Je voudrais partager ce qui m'arrive...
J'ai 25 ans et je consomme du cannabis depuis la première. (et la clope depuis le collège)
Au début c'étai récréatif et génial, je me demandais comment j'avais fait pour vivre sans. ca a commencé avec des amis, puis petit à petit je suis tombé dedans. Très vite je me suis mis à en fumer tous les jours. c'était devenu indispensable pour moi. (pour écouter correctement ma musique en me mettant dans une bulle, pour

bien manger, pour jouer aux jeux videos, regarder des films, en boite, chez des amis bref pour TOUT & TOUS LES JOURS PENDANT DES ANNEES !!!).
J'ai réussi je ne sais comment a avoir mon BAC, mais j'ai fais l'erreur de prendre une année sabatique (vous vous doutez bien ce que j'ai fait pdt tte c journées). malgré ça Je pensais pouvoir arréter quand je le voulais. Je m'était éloigné de ma famille sans faire attention, j'ai délaissé ma petite soeur qui avait tant besoin de moi et à qui je manquais énormement mais aussi à mon père, ma mère, mes cousins... a tout le monde. je suis le seul addict de ma famille donc tout le monde remarquais mon absence. Ils ont essayé de me faire prendre conscience mais je n'entendais rien, j'étais amoureux du cannabis.
En grandissant, j'ai fini par comprendre que je fumais pour fuir la dure réalité de ma vie que je n'aborderais pas içi... il était deja trop tard car j'étais deja accro depuis bien longtemps.
J'ai eu deux fois la volonté d'arreter (une première fois j'ai pu tenir 1 mois, et la deuxième fois que 2 semaines).. ca a été très dur. Après ces 2 semaines de sevrages j'ai repri de plus belle et à fond. Toutes mes pensées ont commencées a devenir noires, je devenais et je suis toujours paranoiaque et très anxieux. Des peurs ont grandis en moi (comme la peur de prendre de l'avion qui m'était totalement inconnue avant, la peur de mourir, de perdre mes proches etc...). J'ai donc foiré mon BTS informatique puis j'ai arreter la clope du jour au lendemain pendant environ 1 an et demi sans problèmes... mais j'ai compensé en fumant encore plus de cannabis pdt encore de longues années. je ne pensais qu'a ça. je me ruinais en achetant de l'herbe et du shit. je restais cloitré dans ma chambre à joué a la xbox. je ne cherchais pas a parler a mes proches, je les fuyais tous le temps. je nallais nulle part avec eux. qd ils étaient ala maison et que jpouvais pas fumer jallais dehors fumer avec mes potes, dans la rue, des parkings, a la cité, nimporte ou.
Mais le 23 février 2017 à PEUT-ETRE tous changer dans ma vie... un enfant de putain m'a piégé avec de la drogue dure. J'ai pris UNE TAFF, UNE SEULE ET BOOM le déclic!!! javais limpression que le monde s'écroulait autour de moi, je pensais deja avoir tout perdu, j'ai pensé a ma famille, je me voyais déja fou dans un asile. je narrivais pas m'exprimer distinctement, mon coeur s'accelerait, des frissons remontaient toute ma colonne vertebrale, je suis passé de pozé a hyperactif en une demi seconde. je ne souhaite ça a personne... le choc fut terrible mais bizarrement je remercie Dieu car je n'ai aucune envi d'y regoutter, j'ai encore toute ma tête, et je recois mm des compliments sur mon efficacité au boulot (assistant informatique)... depuis ce fameux 23 février, je n'ai touché a aucun joint. sans médicament, sans suivi sans rien. ça fait maintenant 20 jours, ce qui est très peu en nombre mais c'était INIMAGINABLE pour moi. Malheureusement j'ai repris la cigarette (1 paquet tous les 2 jours) ce qui n'est vraiment pas mieux pour ma santé.
Le point positif pour moi est que je me suis excuser au près de ma soeur, qui a aujourdhui 17 ans, pour avoir été absent pdt toutes ces années, elle a bcp pleurée et moi aussi. je navais pas trop les mots, mais mon coeur lui a parlé. je l'ai gardée dans mes bras pdt une dixaine de minutes et je peux vous dire que rien ne vaut un moment cela. L'amour de ma famille est la seule chose qui puisse me sauver de mon addiction. J'ai biensur envi de fumer mes 5-6 joints quotidiens mais chaque fois je repense a cet épisode du 23 février et j'ai peur... Je voudrais pouvoir fumer une fois de temps en temps mais c'est à risques car c'est soit ca passe, soit je retombe encore plus bas. Plus les jours passent, plus je sens que je vais rouler un joint. Je ne sais pas comment je vais finir mais au moins j'en aurais parler à quelqu'un... à vous. (dsl pour la longueur du texte,c'est peut-etre confus parfois, mais c'est la premiere fois que j'écris ça. j'ai encore tant de choses a dire mais je dois marreter).
BON COURAGE A TOUS !!!

Profil supprimé - 16/03/2017 à 12h31

Bonjour Sosa Sosa, tout d'abord merci d'avoir eu le courage d'écrire ce message, c'est très bien de ta part de l'avoir fait, car tu te rend compte de ce qui va pas dans ta vie mais tu essayes de changer et sa c'est positif. J'ai lu tout ton message et j'ai compris que tu avais un réel problème avec le cannabis car sa t'aide à fuir la réalité, moi aussi quand j'étais dans mes addictions de jeux vidéo, de cannabis , de drogue dur, d'alcool... je tentais de fuir aussi la réalité, c'était pour moi une facilité et on se sent tellement bien quand on est défoncé avec un réel besoin d'évasion, au début c'est des bons moment mais l'addiction grandit et les problèmes avec, j'étais aussi un gros consommateur de cannabis jusqu'au jour ou un pétard m'a fait badé, un peu comme toi : je voyais flou, j'avais chaud et froid en même temps , je me sentais vraiment pas bien , impossible de dormir, de la

parano... depuis ce jour j'ai retenté quelques fois après cette expérience de fumé et toujours pareil, un mal être, de la parano, de l'anxiété... donc c'était mon signal d'alerte pour arrêter et à cause de sa et grâce à sa j'ai arrêté, ce que je veut dire c'est qu' il suffit d'une seule fois pour tout changé, ma perception des choses était différentes par rapport au cannabis, c'était un allié qui est devenu mon ennemi numéro 1 et depuis ce jour je ne fume plus de cannabis par contre après j'ai eu la même expérience avec l'alcool et la drogue dur ou je suis tombé dedans je me sentais bien avec au début et ensuite le cauchemar donc toutes les addictions sont pareils au final , sa aide à fuir la réalité quand on se sent pas bien , on s'évade... mais c'est éphémère et un beau jour c'est ravageur. Toutes les drogues détruisent le cerveau, le corps et l'esprit et la vie, des fois on s'en rend compte un peu tard mais le principal c'est de s'en rende compte avant le drame. Ces expériences m'ont appris à vivre mieux aujourd'hui c'est à dire que j'ai plus besoin de mes addictions pour vivre et je vis nettement mieux qu'avant car le bonheur est dans les choses simples, vivre au jour le jour, s'aimer soi même avec ses qualités et ses défauts, personne n'est parfait mais il faut s'accepter , avoir confiance en soi et pas fuir et s'évader dans la drogue...La drogue est éphémère alors que la vie c'est tous les jours et toutes les secondes donc le mieux c'est de vivre sa vie pleinement sans tout sa, Sa gâche la vie, je le sais car j'étais au bord du suicide donc sa m'a fait partir très loin , on devient parano, anxieux ,on manque de confiance en soi , on a peur de tout, des gens, de la vie...et on se sent exister qu' avec les addictions mais c'est faux aujourd'hui je suis bel et bien vivant a 100% et je ne consomme plus rien, il faut se faire aidé, s'entouré de ses proches, la famille c'est sacré! rencontré l'amour, se remettre dans le droit chemin c'est important et vous verrait vous allez vous aimé, aujourd'hui je m'aime et c'est le plus important car j'aime la vie et les gens grâce à sa! Merci d'envoyé des messages car il faut gardé espoir de s'en sortir, moi j'ai réussi , c'est à votre tour désormais, vous pouvez le faire car je l'ai fait et j'étais désespéré et perdu dans mes addictions, bon courage à tous et n'hésitez pas à écrire des messages comme Sosa Sosa. Sa me fait plaisir de parlé et d'aider les gens.

Profil supprimé - 17/03/2017 à 16h05

Quand je lis votre message ca me redonne de l'espoir. Mon fils de 19ans sombre aujourd'hui dans les drogues dures, n a plus aucune motivation, traine avec ses copains en rave party et toute communication est actuellement impossible. J'ai pris rendez vous pour lui dans un centre anti drogue pour qu'il puisse se faire aider et il n'a pas été a son rendez vous. J'aurai voulu que ce soit une demarche personnelle de sa part mais je pense que pour le moment il n'a pas envie de se faire aider. Le probleme c'est que sa petite amie est accro également et il m'a dit avoir commencé avec elle. voila. c tres dur.....

Profil supprimé - 19/03/2017 à 01h50

Bonjour à vous Titi95 et sylvie1112,
sylvie1112, je pense que tant qu'il n'aura pas décidé d'en sortir par lui-même, tu n'y pourra malheureusement rien. (je ne dis pas ça méchamment). lorsque mon père à découvert que j'étais addict au cannabis, il s'est bcp documenté là-dessus, m'a parlé, bcp parlé... je suis aller avec lui à des rdv mais c'était pour lui faire plaisir car je savais que je continuerais. Maintenant c'est carrement lui qui m'aide à tenir.
Sais-tu exactement les drogues qu'il consomme? Combien de fois par jour, ou par semaine a peu près?
A mon avis le mieux pour toi est de t'informer sur ça. Ensuite, tu pourrais essayer de parler à sa copine, comme elle en prend depuis moins longtemps. Elle saura mieux faire la part des choses je pense, et se reprendre plus vite en main. Il faut qu'il comprenne que les drogues, surtout les dures, ça rigole pas du tout.
Il ne faut pas oublier que le danger de la drogue n'est pas que la consommation, mais surtout l'ignorance du consommateur vis-à-vis du produit.
Bon courage.

Profil supprimé - 20/03/2017 à 10h16

Bonjour Sylvie 1112,

tout d'abord merci d'avoir écrit sur ce fil de discussion.

Le problème c'est que votre fils a 19 ans et qu'il est encore dans l'insouciance de la jeunesse et c'est pour cela que la communication avec lui est difficile voir impossible, votre fils n'a pas du tout de recul par rapport aux dangers de la drogue ... pour l'instant il s'éclate en rave party donc il voit que le positif de l'addiction, c'est-à-dire passer des bons moments et délirer avec ces copains, sa copine... kiffer la musique...

Je viens du milieu de la rave party et j'ai compris très tard que c'était mal ce que je faisais là-bas. Il m'a fallu 2 ans pour comprendre alors que je suis plus vieux que votre fils. Le déclic vient parfois tard, votre fils fait ses propres expériences même si elles sont mauvaises, il fait ses propres erreurs et il s'en rendra compte plus tard que ce qu'il fait en ce moment n'est pas bien, mais pour l'instant il cherche à s'amuser, à s'évader de la réalité, à fuir les problèmes de sa vie et la drogue est un bon remède pour ça. Je le sais car j'étais dans ce cas avant.

Courage Sylvie, ce que vous traversez est dur à la fois pour vous et pour votre fils mais il ne faut pas se décourager et laisser tombé, accrochez-vous, votre fils a besoin de vous, ne le braquez surtout pas, essayez de renouer le contact avec lui , essayez de comprendre sa détresse pour pouvoir cerner ses problèmes et les résoudre ensemble. Posez-lui des questions pour vous renseigner sur ses consommations de drogue pour voir si c'est alertant. Le centre de soin est une bonne idée mais vu que l'idée ne vient pas de lui mais de vous c'est difficile pour lui de l'accepter, il ne sais pas encore qu'il a des problèmes d'addiction car c'est surement les débuts donc les bons moments avec les drogues, il faut savoir qu'au début chaque addiction a des bons cotés mais il faut savoir aussi que la chute est terrible car la réalité fait que les addictions causent beaucoup de problèmes dans la vie des gens. Au début c'est toujours tout rose on découvre , on s'amuse , on délire bien, la musique en rave nous fait kiffer et c'est des expériences uniques en son genre. Mais à force de fréquenter ce milieu on se déconnecte de la vrai vie et on tombe dans la drogue dure, on se démotive de tout, de la vie, et on veut qu'une seule chose c'est de se défoncer la tête le weekend pour oublier la réalité de la vie qui fait parfois mal !

Je vous conseille de faire lire à votre fils ce fil de discussion et d'autres fils de discussion de gens en détresse par rapport à la drogue et ça le fera prendre un peu conscience que ce qui fait va le faire partir très loin dans le mal ! Tous les gens vivent la même chose par rapport aux addictions. Au début c'est pour essayer, s'amuser, délirer avec les gens, faire comme tout le monde et après on ne vit que pour ça, et surtout au début on ne réalise pas tout ce qui peut nous arriver à cause de ça plus tard, c'est ça le réel danger, on est dans l'insouciance totale quand on consomme c'est plus tard quand les problèmes naissent et s'accumulent qu'on se rend compte de nos conneries et des fois il est trop tard. Quand on consomme de la drogue on peut vite partir dans les excès et plus savoir ce qu'on fait. Le risque c'est de trop consommé et de faire des overdoses et de mourir car la drogue dure a des effets retardés d'une demie-heure après la prise donc ça il faut le prendre en compte avant de reprendre quoi que ce soit car les montées sont ultra puissantes !

Même si la communication est difficile entre vous il faut le soutenir et le forcer à se faire aider sans qu'il le voit comme une punition de votre part mais plutôt comme une aide, je veux qu'il lisent ces messages et comprennent que c'est mal ce qui fait mais qu'il peut encore changer et améliorer sa vie, à lui d'être fort et d'être suffisamment mature pour comprendre sinon il le comprendra plus tard mais avec surement des addictions encore plus poussées dans les drogues dures et ça sera encore plus dur pour lui de s'en sortir. A vous de le soutenir et de comprendre son mal être sans le braquer.

Voila j'espère que mon message vous aura aidé , bon courage à vous, la famille c'est important pour décrocher de la drogue donc soyez là pour lui même s'il faut attendre un peu car peut être qu'il est pas encore prêt à entendre ces belles paroles et qu'il aura le déclic un peu plus tard mais vaut mieux tard que jamais, mais ne l'abandonnez pas, il a besoin de vous et des spécialistes pour y arriver !