© Drogues Info Service - 6 décembre 2025

Témoignages de consommateurs

Courage

Par Profil supprimé Posté le 26/06/2017 à 09:27

Bonjour,

Je m'appelle Méline j'ai 20ans et moi le cannabis a gâché 6 ans de ma vie.

J'ai perdu la confiance de ma famille et même la confiance en moi... Je t’écris pour te dire que c'est un combat contre soi-même. C'est très dur de ne pas craquer. Je sais ce que c'est d'avoir des moments de faiblesse et vouloir en refumer juste 1. Mais après on reprend comme avant.

J’espère que tu ne craqueras pas car ça fait déjà 1an que tu as arrêté et c'est déjà très bien donc craque pas et après tu peux aller voir un psy pour en parler. Moi je me change les idées en allant me promener faire du vélo ou même sortir mon chien. Quand tu penses à vouloir fumer essaye de faire autre chose exemple faire un dessin. Ce qui est pour regagner la confiance de tes parent prouve leur que tu peux y arrive dans ta vie. Moi quand je suis rentré en clinique tous mon laissé tomber, c'est comme ça que j'ai fait le tri dans mes amis et petit à petit j'ai repris contact avec ma famille. Aujourd'hui je suis de retour chez ma mère car je sais que je ne fumerai plus de cannabis car ils m'ont vu me détruire à cause de ça.

Je te souhaite beaucoup de courage.