© Drogues Info Service - 4 décembre 2025

Forums pour les consommateurs

La rechute n'est pas un échec !!!

Par Profil supprimé Posté le 27/05/2019 à 17h07

Ca fait maintenant pas loin de 2 ans que je fume tout les jours du cannabis.
Quel choc quand tu commences à percevoir l'emprise que cette drogue prend sur toi, c'est très simple en faite elle te prend tout... Absolument tout et en échange ?

Un sentiment de bien être effectivement mais plus les années de consommation passent plus ce sentiment dépperi en quelques sorte si bien qu'on commence à y songer : Et si j'arrêtais ?
Personnellement j'ai bien essayé une cinquentaine de fois d'arrêter, une cinquentaine d'échec... Du moins au début je le voyais comme ça.

C'est vrai que quand on peut lire sur des forums des témoignage de personnes qui sont sorti de cet enfer du jours au lendemain, et bien on a tendance à considérer la rechute comme un échec. Or, je pense maintenant que la rechute fera parti du sevrage de beaucoup de personnes, surtout si vous êtes à plus de un joint par jours depuis quelques années.
Bah oui faites un peu de calcul de combien de THC vous avez assimilé ces dernières années...
Probablement beaucoup trop si vous êtes ici. Il faut pas s'en vouloir si on rechute. L'important et de comprendre via ces rechute que votre sevrage sera une course de fond et non un sprint. Il va falloir se casser la gueule pas mal de fois pour vraiment réussir à arrêter parce que déjà l'origine même de la vie, c'est l'essai-erreur.
Les êtres vivants présents sur Terre on été façonné par l'essai-erreur, l'évolution,...

Tout ça pour dire que la première étape pour beaucoup de personnes sera une rechute et peut être, sûrement, plus d'une.
Mais chaque rechute vous apporte de l'expérience, vous refaite le même parcours avec une carte plus détaillée à chaque fois, avec des alliés en plus : Mme La confiance, Mr Sport,...

Et finalement passer d'un joint par jour à un joint tout les deux jours et ben c'est déjà fumer deux fois moins...

C'est décidé aujourd'hui je prends ma consommation en main...

Faite de même parce que vous en valez vraiment la peine.