

## TÉMOIGNAGES DE CONSOMMATEURS

# CANNABIS PENDANT 15 ANS

---

Par Bruno-29 Posté le 13/10/2019 à 21:35

Bonjour

J'ai 36 ans. J'ai commencé à fumer du cannabis à 19 ans et durant plus de 15 ans, j'ai fumé tout les jours. Je fumais entre 5 et 10 joints par jours, le premier au réveil avec le café et le dernier avant de dormir. Ma femme m'a connu alors que j'étais fumeur et bien qu'elle n'aimait pas ça, elle le tolérait. Mais elle a fini par ne plus le supporter.

A l'été 2018, nous sommes partis en vacance pendant 3 semaines, je suis partis sans rien en me disant qu'une petite pause me ferait du bien.  
**TRÈS GROSSE ERREUR !!**

Mais ce fut pour moi une grosse prise de conscience vis à vis de mon addiction, les excuses que je m'étais toujours donné sur le fait que je n'étais pas accro, je les ai pris en pleine gueule.

Le 17 septembre 2018, j'ai décidé d'arrêter le cannabis.  
J'avais le soutien de ma femme ( qui n'y croyait pas beaucoup mais qui l'espérait depuis longtemps ).

Le sevrage fut très dur. Pendant plus d'un mois j'en ai bavé, j'ai eu tout les effets que cela peut entraîner. Mais petit à petit j'allais mieux.

Mais j'ai serré les dents et j'y ai mis toute ma volonté.

Aujourd'hui, ça fait 391 jours que je n'ai pas fumé de cannabis et tout va très bien. Et je n'ai plus aucune envie d'y toucher.

Je tiens à préciser que j'ai arrêté le cannabis car JE le voulais.  
Si l'un de vos proches a une addiction au cannabis, il faut qu'il veuille arrêter, le faire « pour faire plaisir » est voué à l'échec.

Merci de m'avoir lu.