© Drogues Info Service - 16 décembre 2025


Forums pour les consommateurs

# 8 mois sans héroïne.

Par Profil supprimé Posté le 19/01/2017 à 23h58

Bonjours à toutes et à tous.

Je m'appelle Julien, j'ai 24 ans et j'ai commencé à me droguer très jeune (14 ans). Comme tout le monde j'ai commencé par fumer des joins avec des amis mais tout à très vite dégénérer. À 16 ans je consommais beaucoup trop j'étais vraiment mal dans ma peau alors bon que pouvais t'il m'arriver de pire ?
Si j'avais su.
La cocaïne marque un tournant de ma vie, la total déconnexion je savais que tout se que consommais me faisait énormément de mal. J'ai perdu 17 kilo ( que je n'ai jamais repris), et j'ai délaissé toutes les personnes qui m'apportait l'équilibre que j'avais besoin. Alors que je passais la plupart de mon temps libre à faire la fête avec excès, la fatigue s'accumulant je me suis mis à consommer n'importe quand, au travail, chez des amies, dans ma famille. J'étais comme enfermé dans mon corps. Je n'arrivais plus du tout à exprimé le moindre sentiments. Pourtant je souffrais vraiment et je ressentais pleins de choses qui ne demandais qu'à sortir. Mais impossible.
À ce moment là mon amie est tombé enceintes. Alléluia ! J'avais une nouvelle raison de vivre, une raison pour tout arrêté changer de vie, oublié se passer et cette personne que j'etais devenue malgré ma propre volonté.
Et j'y ai crus vraiment, je me suis dit facile sa va allez, la drogue n'est pas plus forte que ma volonté.. Quel claque j'ai prises quand au bout de deux moi j'ai retrouver mes mauvaises habitudes. Et le pire étais encore à venir, ma consommation est partit en vrille, ma copine a commencé à avoir des doutes fouiller les affaires etc.. Et pour lui cacher j'ai du me mettre à en vendre pour me payer ma consommation, tout ma vie étais en train de m'échapper et moi je la regardais prendre le large. Impuissant, tantôt très affectée, tantôt je m'en foutiste.
Se qui devais arriver arriva ma compagne me quitta, partant avec mon fils. Je me suis retrouver seul dans cette appartement trop grand. Mais un mec comme moi sa pleur pas sur son sort, sa reste debout faisant croire au monde entier que rien nous touche.
Un jours je suis tombé sur ses seringues que je côtoyais tout les jours au travail ( aide soignant) et sans vraiment me rendre compte de la connerie que je faisait j'en ai piquer une.
Alors je me suis préparée un fichier de cocaïne seul à la maison. Sa y est j'étais dans le pire. Et à qui en parler? À qui demander de l'aide ? Pourquoi je fait sa alors que c'est tout se que je déteste ?
Puis au fond un fix de cocaïne c'est pas si puissant que sa. Moi il m'en faut plus que sa. Mon corps, ce guerriers.
Et c'est comme sa que l'héroïne est entrée dans ma vie. J'avais pas encors 19 ans, j'étais seul et un peut perdu. Alors bon que faire d'autre de toute manière je connaissais que sa. J'avais plus d'amies étant donnée que la drogue fait peur à notre entourage et la peur les faits fuire. Eux croivent que tu veut pas être aidé et toi tu c'est pas comment leurs demander sinistre cercle vicieux.
Puis il y a huit mois ma maman est venue me voir. Sa devait faire un baille que je l'avais pas vue. Elle m'a demandé depuis quand j'avais pas vu mon fils. Et la je me suis effondrée. Sa allait faire plus d'un mois et demi. Je me suis rendu compte du point où j'en étais se point où même l'amour de ton fils n'arrive plus à te faire garder la tête hors de l'eau. Certains penserons surement que je suis un mauvais père etc.. et oui par

moment je l'ai pas été.
Ce jours là j'ai compris que c'était maintenant ou jamais. J'ai compris qu'il fallait que j'accepte les mains qu'on me rendais. Alors j'ai saisi ma chance. J'ai refuser toutes aides médicamenteuse car au fond je savais très bien que je ne saurais pas l'utiliser de la bonne manière. J'ai tout quitter du jours au lendemain. J'ai supprimé tout mes comptes de réseaux sociaux, j'ai changer de numéro et même de région.
Je le vis vraiment comme une renaissance. J'apprends à connaître la personne que je suis vraiment et a accepté mon passé. Je goûte au bonheur d'avoir à nouveau des projets.
Aujourd'hui je ressent le besoin de partager mon expérience car tout sa n'est pas aussi facile. Au début sa la été mais depuis quelques temps je n'arrive plus à dormir dès que je m'endors je rêves que je me fixe et je me lève avec cette envie tout les matin parfois sa peut me prendre une heure pour chasser cette idée de mon esprit. Je garde le moral car j'ai vraiment envie de m'en sortir et que tout sa deviennent qu'un mauvais souvenirs. Si vous avez des conseils pour moi et ce petit soucis je suis preneur.
Mais surtout j'aimerais que mon témoignage puisse vous aidez à prendre cette décision pour vous et pour toutes les personnes qui vous entourent. La vie peut être belle et le bonheur est bien plus intense que l'utopie que nous vend ses merdes. Courage à tous à bientôt.

## 2 réponses

---

Profil supprimé - 20/01/2017 à 21h23

Salut,
Je trouve pas que tu sois un mauvais père, ne pas voir son fils un mois et demi c'est pas grand chose, l'important c'est de rattraper le temps perdu, tu es plutôt fort comme mec, tu peux être fier de toi pour tes décisions, continue comme ça.
Dans mon cas je me défonce à l'ecstasy et là je me sens tellement en dépression dans ma vie que j'ai décidé d'arrêter, ça fait que 2 jours. j
Jai plus de neurones au point de faire des petites conneries au boulot comme perdre un truc que j'ai dans la main, comment expliquer ça à ma chef sans passer pour un abruti, cétait juste le cadenas de son local mais bon.
Bref moi je débute à peine mon abstinence, j'en ai marre j'ai toujours envie de pleurer ou de me mettre en colère mais je compte bien retrouver un état normal avec le temps mais il faut être patient et endurant, en tout cas ton témoignage fait du bien, force à toi !

Profil supprimé - 26/01/2017 à 18h00

Salut jul57, déja merci pour ton message et j'espère que le mien te donne peut être l'envie d'arrêter ses conneries. L'ecsta, c'est tellement jouissif, comme bcp des drogues de synthèse md etc... Mais putin tellement nocif aussi ! J'ai trop connu se genre de situation et je comprend totalement de quoi tu veut parler, des petit oublie a la con, des moments de déprime alors qu'au fond on a pas vraiment de raison. Déjà rien que le fait de penser à arrêter c'est super cool. Je t'encourage vraiment a le faire car même si on s'éclate en soirées etc... Notre cerveaux prend plus qu'on se l'imagine et crois moi qu’après les petits oublies, c'est juste de pire en pire avec les années ! Mais vraiment je t'encourage a le faire car il n'est jamais trop tard et franchement on s'en remet assez bien, moi je vois vraiment la différence au bout de 8 mois et sa fait du bien de se dire j'ai changer et oui mon corps me remercie. Apres selon ton environnement c'est pas toujours facile, toujours un copain pour se laisser embarqué etc, mais sa vaut le coup car après tu te rend compte du temps que tu a perdu avec tout sa. J'espère que tu vas tenir le coup et puis même si des fois tu craque une fois ne t'en veut pas on y arrive pas toujours du premier coup moi il ma fallut bcp de tentative en 6 ans de came mais cette fois c'est

vraiment la bonne. J'ai bcp travailler sur ma façon de voir et ressentir les choses. Prendre le positif même dans les pire moment. Genre trouver le point positif dans une situation négative sa aide vraiment.
Donne des news et hésite pas si ta besoin ! Bonne continuation et bn courage