

LSD, psilocybine et dépression

Voici mon témoignage concernant ma dépression chronique, la psilocybine et le LSD. Qui clairement m'ont sauvé la vie.. Je m'adresse à toutes personnes voulant progresser dans le domaine.

Depuis l'enfance, je suis dépressif sévère. Avec de fortes envies suicidaires et très macabres.

Mon plus vieux souvenirs date de quand j'avais 8 ans, je me rappel être avec mon frère, dans notre chambre, écouter notre père être violent avec notre mère. Après qu'il ait, une fois de plus, violenté mon petit frère. Je lui dis c'est mot " ne t'inquiète pas, plus tard je nous vengerais, et je le tuerais ". Ce moment restera gravé dans ma mémoire à jamais..

Nous avons eu une enfance particulière.

Un père violent et pervers narcissique qui nous a bousillé. Mais en même temps c'était aussi " la belle époque ".

J'habitais en face d'une voie ferrée. Ou chaque nuit, (souffrant déjà d'insomnie et d'envie suicidaire). Je me disais " vas y, au prochain train qui passe tu vas te jeter dessous ".

Mais à cette âge il n'y a jamais eu de véritable tentative de suicide.

Il y a eu quelques expérience sans véritable intérêt. Comme par exemple, me bloquer au fond de l'eau d'une piscine pour comprendre comment fonctionne la noyade et ressentir ses effets. Je devais avoir 12ans...

Les années passent et se succèdent. En grandissant ma dépression morbide et mon état psychotique ne fait qu'empirer.

Je suis constamment déprimé, triste, pleurant parfois en cachette, toujours avec cette envie d'en finir qui est grandissante ainsi que ce 'besoin' de faire du mal.

j'ai une scolarité de cancre. Etant ado je fais plusieurs conneries, dont une assez grave qui m'amène devant un juge pour mineur. J'évite l'IPPJ de justesse.

Je termine ma rétho en 2007 et je commence ma carrière comme ouvrier dans l'entreprise de construction familial qu'a fondé mon grand père dans les années 80.

En 2009 je m'engage dans l'armée belge. un rêve de gosse.

J'ai pu trouvé du réconfort dans la vie militaire, au sein de cette grande famille bienveillante. Mon état général allait globalement bien..

Il m'arrivait, d'avoir des envies suicidaires avec mon arme de service, Ou m'exploser la tête avec une grenade. C'était surtout une parties de mes fantasmes morbides parmi tant d'autres que je ne peux révéler ici..

Mais, heureusement, j'avais une vie bien remplie. Je vivais à du 200 à l'heure ; ma fiancée de l'époque et moi même avions pris un enfant en famille d'accueil sous notre aile. Ce qui m'empêchais de tourner en rond et d'aller trop souvent dans mes fantasmes morbides..

A 25ans, en 2015, je subis LE choc émotionnel le plus important de ma vie :

Je découvre que ma fiancée de l'époque, avec qui j'étais depuis plus de 9ans, me trompe depuis plus d'un an. du coup elle quitte pour mon meilleur ami. (Double trahisons donc, parmi les deux personnes que j'aimais le plus.).

C'est le plus gros choc de ma vie, je n'aurais jamais cru ça possible...

A ce moment la, je sombre et je m'enfonce dans le gouffre infernal de la dépression sévère et de l'alcoolisme.. Je ne combat même plus mes fantasmes morbides...

Je perd énormément de poids en peu de temps..

30kg en deux mois environ.

Je me met à boire énormément d'alcool (même au travail), je me drogue tous les soirs en semaine avec des surdoses de benzodiazépines(+alcool) prescrit par mon médecin de famille pour mes insomnies, (insomnie que j'ai depuis l'enfance). Ayant accès à une infirmerie militaire peu surveillée, il m'arrive de voler des médocs pour les tester.

Je n'en avais *''plus rien à foutre de rien.''*

Je décide d'aller au centre de santé mentale de l'hôpital militaire à Bruxelles. j'y rencontre une psychologue. Nous nous voyons environ 2 fois par semaines. Au fur et à mesure du temps, je lui fais confiance et lui confie une bonne partie de mes fantasmes morbides qui, à cette époque se traduit notamment en réel envie de meurtre sur mon ancien meilleur ami.

Les fêtes de fin d'années 2015 approchent. Je les redoutes grandement, l'on discute d'un éventuel internement en service de psychiatrie pour cette période. Une part de moi a envie d'y aller pour tenter d'aller mieux mais finalement je décline la proposition

Après les fêtes, mon état devient tellement grave et préoccupant que je vois une psychiatre qui me donne des médicaments, dont le fameux Lambipol (qui a eu pour effet de me déconnecter encore plus de la réalité).

Malgré la psychothérapie, et la médication, ma dépression ne fait qu'empirer..

Je ne suis clairement plus dans un état qui ne me permet pas de rester dans le service actif.

L'on m'envoie donc faire une batterie de test durant plusieurs semaines au centre d'expertise de l'armée, la 'CME'.

J'y passe différents tests ; test de Rorschach, test des "matrices de Raven" qui révèle un QI à 123 (ce qui me fait exploser de rire ayant toujours été un cancre), et bien d'autres tests encore.

Certains psy ou médecins sont parfois choqués par ce que je leur raconte. Ce qu'il se passe dans ma tête. Mes fantasmes morbides notamment. Je ne comprend pas leur étonnement.

La CME m'envoie devant la commission militaire d'aptitude et de réforme 'CMAR'.

Le constat est sans appel ; *" trouble anxio dépressif avec bouffées psychotiques, incompatibles à la vie militaire "*

Je suis donc pensionné à l'âge de 27ans et remis à la vie civile, je ne fais pas appel de la décision. cette situation m'arrange bien.

Je suis comme lâché dans la nature. Dans ce monde civil que je ne connais pas.

Il faut savoir que le monde interne de l'armée est très différents du monde civil, je dirais même qu'il est meilleur (mais pas adapté à tous le monde).

J'ai beaucoup de mal à trouver ma place en tant que *simple civil*.

Je vais donc chez un psychiatre à Bruxelles. Je lui raconte mon parcours, lui donne les papiers d'analyse que je suis incapable de comprendre, (forcément je ne suis pas médecin). Celui ci est vraiment étonné que l'on m'ait fait prendre du Lambipol à si forte dose. je lui dis que je comprend le choix de la psychiatre de l'armée vu mon état psychotique à cette époque.

Avec ce psychiatre, il est décidé de changer de traitement médicamenteux. Je prend un traitement de fond, c'est à dire tous les jours jusqu'à la fin de ma vie (du Cymbalta 60mg et du valium 10mg). Ce qui m'a beaucoup aidé. Je suis toujours actuellement sous ce traitement et ne compte pas en changer. je sens que c'est un bon compromis.

Avec ma pension, j'en profite pour faire des études en alternance et je me reconvertis dans le domaine de la construction.

J'aime travailler physiquement et mentalement. C'est donc idéal.

Malgré tout, ma dépression, mon état psychotique et mon alcoolisme continue à empirer. Je suis constamment triste, suicidaire, avec des idées sombres et toujours ses envies/fantasmes macabres (un peu comme le joker de "The Dark Knight", je voulais que ce "monde brûle". Je voulais lui offrir le chaos, j'avais des plans précis.)

Durant ce laps de temps. Entre 2016 et 2020, j'ai enchainé les conneries, la prise de drogue dur, des méfaits et ai fait 3 tentatives de suicides (pendaison, arme à feu et monoxyde de carbone) malheureusement je n'arrive pas à mourir paisiblement.

Tout ça pour en arriver à ce qui me pousse à écrire ce témoignage..

Ce Samedi 10 octobre 2020. C'est décidé, je veux crever !

Je n'ai plus '*d'excuse pour rester en vie*'. Je m'explique : j'ai un putain de bon job qui paye bien, une compagne extra, il me reste également 5 proches qui ne m'ont jamais laissé tomber malgré toutes mes conneries. j'ai également arrêté l'alcool et les drogues dur depuis un déclic en mars 2019.

Malgré tout ça, même avec cette "*vie saine*", j'ai toujours ce foutu démon à l'intérieur de moi qui me pousse à être malheureux, à être triste jusqu'à en pleurer lorsque je suis seul, à vouloir commettre des crimes, à provoquer le chaos.. Je pourrais illustré cela en disant "La voix du Joker me parle à l'intérieur".

J'ai d'ailleurs été condamné pour un méfait, en mars 2020, à 1 an de prison avec suris.

Il est environ 15h quand je me dis que c'est le bon jour. Je vais au Colruyt prendre les quelques bières que j'adorais lorsque je buvais. Je vais au magasin Broze acheter deux bonbonnes d'hélium. Je vérifie que les bonbonnes sont bien concentré en hélium à 99%. Cela fait tellement de temps que je me suis renseigné sur les façon de mourir paisiblement que j'en conclus que la méthode de l'exit bag à l'hélium est la plus simple et la plus douce...

Je vis en collocation avec ma compagne, il est 17h, ma compagne est chez des amis et n'est pas censé revenir avant 22 heures.

Je coupe mon téléphone, j'écris mes lettres d'adieux que je pose soigneusement sur la table du salon. Je ferme la porte à clé de l'intérieur. Je place un gros panneau en carton avec inscrit dessus " NE PAS ENTRER, NE PAS REANIMER ! " Je ne souhaite pas que ma compagne ait la vision de me retrouver mort dans son salon. Les pompiers sont la pour ça, les morts ils ont l'habitude d'en voir...

Je me met de la musique confortable que j'apprécie, Je bois les bières, je regarde quelques photos de bons souvenirs, notamment un voyage en Corse.. Une ile magnifique..

Voilà c'est le moment fatidique, il doit être environ 17h30. Je me couche dans le fauteuil, j'installe un masque à haute concentration sur mon visage, j'ouvre les deux bouteilles d'hélium qui sont reliées à mon masque. Ayant été ambulancier militaire je n'ai aucun soucis pour installer ce type de matériel.

Je ressens très vite les effets d'ivresse du à l'hypoxie. Je me sens bien. je ferme les yeux.

Et après quelques minutes je sombre dans l'inconscient. Je suis "mort" ce jour là...

Le destin en a voulu autrement. Ma compagne est revenue à l'appartement, vers 18h (au lieu des 22h prévues initialement) afin de prendre des affaires pour continuer sa soirée avec ses potes.

Elle voit le panneau sur la porte, fermé à clé de l'intérieur. Elle comprend la situation...

Elle défonce la porte, m'enlève mon exit bag de fortune, je suis apparemment déjà narcosé et bleu. Elle me secoue mais je suis déjà trop loin pour reprendre conscience.

Elle appelle le 112 et les secours me transportent, inconscient donc, à l'hôpital le plus proches..

Je me réveil aux soins intensifs durant la nuit, vaseux, Sans comprendre vraiment où je suis..

" Suis je mort ? C'est ça la vie après la mort ? " me suis-je demandé un court instant..

Je reviens légèrement à la réalité et je comprend qu'on m'a réanimé contre mon gré et que je suis au soins intensif.

Encore sous l'effet de l'alcool et de l'hypoxie. J'enlève les capteurs de l'ecg, je débranche même l'alimentation de la machine pour ne pas qu'elle s'emballé et déclenche une alarme.

J'enlève le cathéter placé à mon bras. Et je m'enfuis de l'hôpital.

Je cherche une voie ferrée pour en finir. Mais la police me rattrape assez vite (alerté par l'hôpital)

Je suis placé en isolement. En chambre capitonné. Puis attaché à un lit. Durant 24h.

Dimanche soir je suis relâché. Je reviens peu à peu à la raison et vais bosser le lendemain.

La dépression est toujours là, le confinement n'arrange rien, et toujours cette putain de vie qui refuse que je la quitte paisiblement.

Je me dis que je dois être encore plus patient.. J'élabore déjà mon prochain plan, beaucoup plus élaboré ; Attendre la fin du confinement et aller en Italie, au pied des montagnes dont je suis originaire, avec un système que je suis occupé de fabriquer. Un exit Bag portable en circuit fermé avec de la chaux sodée, afin de mourir par hypoxie du à l'azote.

Pour passer le temps durant le confinement, je me met à commander des truffes hallucinogènes pour passer le temps le weekend

J'en consomme en bonne quantité et régulièrement.

Je me sens mieux. Mais sans savoir pourquoi. Je n'y connais rien dans ce domaine...

Je me renseigne auprès d'une communauté de psychonaute sur Internet.

Je comprend que la psilocybine contenu dans les [truffes magiques peuvent aider à guérir de la dépression](#) (lien ci bas)

En effet, Ça va de mieux en mieux, je n'ai plus aucun effet Récréatif en prenant des truffes à cause de la tolérance du corps humain. J'arrête d'en commander.

En découvrant la communauté psychonaute je découvre également les RC et le darknet.

J'achète plein de substance que je ne connais pas. Dont notamment du LSD.

Globalement mon état va mieux. Je me sens bien, je souris, suis content d'aller au boulot etc.. Une grande première pour moi qui voit la vie différemment pour la première fois.. J'ai l'impression que mon Joker est partit..

On en arrive à ce jeudi 17 décembre.

Je me réveille avec une négativité, Mon côté sombre revient doucement.. J'en suis dégoûté, je pensais être guéri, que mon cerveau avait ''rebooté'' comme le dit l'article. Mais non, pas totalement en tout cas.

Je vais bosser, nous sommes jeudi et j'ai congé le lendemain. Ma journée se passe bien niveau boulot, de chouette clients bien sympathique. Mais malgré tout j'ai une remontée de mon état dépressif, des envies suicidaire. J'en suis dégoûté. (seul les dépressifs chroniques comprendront que nous le ressentons physiquement à l'intérieur de nous).

Je n'ai plus de truffes chez moi. Il ne me reste que des drogues du darknet que je n'ai encore jamais testé.

Je me renseigne sur internet et tombe sur cette vidéo. Une Interview de Stéphanie Chenet.

J'en vous invite à regarder la vidéo maintenant pour comprendre la suite.

↓↓↓↓↓

<https://www.france24.com/fr/20200213-la-m%C3%A9decine-psych%C3%A9d%C3%A9lique-un-espoir-pour-les-malades-du-cancer>

↑↑↑↑↑

La c'est une véritable révélation.

Je pourrais éventuellement guérir ma dépression chronique, une fois pour toutes, avec une grosse dose de LSD?! J'ai un peu de mal à y croire, moi qui suis très terre à terre. Mais je me dis que je vais tenter l'expérience décrite dans la vidéo, je n'ai rien à perdre de toute façon.

Je check mon stock de drogues.. Je trouve 1500mcg (microgramme) de LSD.

Je décide de tenter l'expérience du ''trip médical'', décrit dans la vidéo, chez moi.

Il est 1h du matin, ma compagne dort. Je me prépare une playlist et une ambiance chill.

Comme dans l'expérience. Je me couche, je suis vraiment bien installé, tout est confortable..

Je prend donc 1500mcg de LSD. Je ferme les yeux. Et me laisse transporter par la musique et les hallucinations, en effet cela provoque une sorte de "voyage intérieur".

Vers 6h du matin. Le trip se finit.

Et je ressens directement que toute ma dépression, ma tristesse latente, mes fantasmes morbides et mon 'joker' ont disparu. Je le ressens physiquement.

Mon cerveau à cette fois ci réellement ''rebooté''. En une nuit, grâce au trip médical. (je suis loin d'être le seul dans ce cas. Je découvre énormément de témoignage similaire)

Je suis tellement heureux de sentir que tous mes démons intérieurs sont partis que j'en pleure de joie.. J'ai 32ans et c'est la première fois que j'ai une émotion totalement et véritablement heureuse..

Depuis, je vois la vie différemment. Comme dans le film Limitless. Tout est plus clair, plus coloré.. je ne vois plus la vie en gris terne.

Même mon sens du goût, et du touché s'est positivement développé.

Mon corps refuse même à présent que je me lave avec les produits chimiques bon marché, que j'utilise depuis ado.

De plus, mes pensées et mes actions du quotidiens sont beaucoup mieux organisés (moi qui ai en galéré avec cette foutue pensée en arborescence)

Je gère aussi mieux la vie quotidienne, je comprend mieux les gens et leur ressenti, j'arrive à rester calme, ne pas stresser et ne pas rentrer en mode " défense / agression" dans une foule, j'arrive à parler normalement avec les gens, choses qui m'était totalement impossible avant.

En conclusion :

En traitement de fond, je vais continuer mon protocole habituel, Cymbalta + Valium, mais je vais ajouter le micro dosage au LSD établi par le psy américain James Fadigan. ([voici un lien](#))

Pour résumer en une ligne.

Le LSD et la psilocybine ont sauvé ma santé mental et ma vie (et certainement celles de mes futures victimes)

J'ai depuis vu et lu pas mal d'article qui en parle. C'est à peine incroyable le potentiel de la médecine psychédélique ... Moi qui pensait, comme tous le monde, que c'était un truc de hippie à la con, incompatible avec ma pensée toujours très militaire de l'époque..

D'ou ma démarche de ce témoignage.

Je comprend totalement que cela peu paraître étrange du point de vue de quelqu'un qui n'est pas passé par la , qui n'a jamais connu un état dépressif chroniques et psychotique (et j'en suis heureux pour lui),.

J'ai envie de faire passer mon message au maximum, tout en restant anonyme, car cela pourrait clairement aider un bon nombre de dépressif chronique. Mais il faut que ce soit encadré.

Il ne faut clairement pas "donner un psychédélique en ordonnance" et laisser une personne dépressive seule chez elle faire l'expérience (comme le dit si bien la journaliste).

J'ai envie d'aider, de devenir actif dans cette lutte contre la dépression chronique qui est un véritable enfer au quotidien.

Si mon cas vous intéresse. N'hésiter pas à me contacter. J'envoie ce témoignage comme une bouteille à la mer en espérant qu'un médecin ou qu'un psychiatre me contacte et que nous puissions en parler librement.

Ceci n'est pas une plaisanterie. Il y a réellement un véritable potentiel de guérison. Les américains sont occupés de développer tout cela et c'est très prometteur

Je vous joint ci dessous une série de lien que je trouve pertinent.

Merci pour votre lecture.

Cordialement.

Silvio.

A voir absolument ! reportage suisse de 25 minutes qui résume mon histoire.

https://www.youtube.com/watch?v=503cSLA0Z38&feature=share&fbclid=IwAR12HAp77t2JQBE1kXqdM_p5KH-VIjRCG-2s5F2u4eZyRn3mwoo9CMUs-tQ

Pourquoi la société a peur du LSD et la Psilocybine ? (Moi même j'avais cette vision)

<https://www.youtube.com/watch?v=D8QNY2bdNck&t>

Lien sur le micro dosage au LSD.

<https://www.youtube.com/watch?v=HV0B0aI33Lc&feature=share&fbclid=IwAR1qz-lcFOrevC9JMHlzKVZQJ6U3qRYICYFPCxw-jAcE1uMtM7m6t10C3zA>

Lien sur les truffes et la dépression.

https://www.sciencesetavenir.fr/sante/cerveau-et-psy/des-champignons-hallucinogenes-pour-redemarrer-le-cerveau-depressif_117461

Lien sur la dépression.

https://www.doctissimo.fr/html/psychologie/mag_2003/mag0117/ps_6382_depression_chronique.htm