

Merci

Posté par Echet 'hail mi yimtsa - le 13 Avril 2015 à 22:13

Bonsoir tout le monde,

ça fait longtemps que je voulais écrire sur ce forum mais étant donné que je suis trop perfectionniste je repoussais toujours en me disant que telle ou telle chose n'était pas assez bien pour un premier message etc.. Mais j'ai compris que tout ça c'est encore et toujours de l'orgueil et de l'orgueil je n'en veux plus, je veux devenir une meilleure personne et faire la Volonté d'Hachem comme Il L'entend Lui et non pas moi. J'en ai marre de prier pour ce que je veux au lieu de me soucier de ce que Lui Veut pour moi..

Alors voilà, un petit message parce qu'il faut bien commencer quelque part :

J'ai 20 ans et je crois que j'ai commencé à tomber là dedans quand j'avais 10 ans en regardant des vidéos sur internet avec des amis. En fait je me rend compte de plus en plus que pendant longtemps je n'ai même pas essayé d'arrêter malgré la petite voix dans ma tête qui me chuchotait que c'était mal et que tôt ou tard je devrais m'y frotter.

J'ai grandi dans une famille traditionaliste assez paradoxale : on parlait tout le temps d'Hachem mais on ne pratiquait pas grand chose à part la viande cachère, les fêtes et le Kiddouch le vendredi en gros. Et comme j'ai toujours été très entier je me disais " de deux choses l'une : soit Hachem Existe vraiment et il faut faire sa Volonté, ou du moins essayer, ou alors Il n'Existe pas ('has vechalom) et alors pourquoi s'embêter avec ces fêtes, ces prières qu'on ne comprend même pas etc.." Et comme j'ai toujours grandi dans un monde goy entre école, amis, télé, musique, internet etc.. et bah j'ai opté pour la deuxième solution et donc je ne me suis jamais préoccupé sérieusement de ce problème avant ma techouva il y a 2-3 ans.

Rien n'a marché jusqu'alors sauf GYE et j'en suis maintenant à mon 64e jour, chose que je n'aurais jamais pensé possible.. Et l'outil qui m'a le plus aidé c'est sans aucun doute le forum.

Alors voilà je commence par ce petit message et bH bli neder j'essayerai de poster assez régulièrement pour raconter comment j'essaye de m'améliorer chaque jour et surtout pour que vous m'apportiez vos conseils et vos expériences à vous aussi !

Yossef

=====

Re: Merci

Posté par Bneisrael555 - le 14 Avril 2015 à 13:57

Bonjour Echet , merci beaucoup pour ton post !

je me suis retrouvé dans ton parcours :

-je suis issu d'une famille traditionaliste,

-j'ai grandi dans un milieu non juif

-j'ai vu mon premier film X avec des copains vers l'age de 12 ans

-j'ai aussi entendu la petite voix me dire lors de mes premières masturbations "ce n'est pas bien !"

-j'ai découvert mon problème après ma techouva il y 4-5 ans

-j'ai eu une longue période de sobriété de 130 jours grâce à GYE .. je dis longue car je n'ai jamais fait mieux :-) Le fait de comprendre que je n'étais pas seul et que des outils existaient m'ont procurés une grande joie !

je suis très heureux d'avoir un nouvel ami actif sur ce forum, car je me sentais un peu seul :-)

QU'Hachem t'aide à t'améliorer (comme tu le dis) jour après jour !

car l'enjeu est bien là : devenir meilleurs et s'élever spirituellement.

J'ai lu dans le livre blanc, que nous avons finalement une énorme chance, nous les dépendants : Hachem nous pousse à faire ce formidable travail que très peu de personne font réellement ; elles passent alors à côté du but de la Vie : établir une connexion véritable avec D.ieu.

=====

Re: Merci

Posté par Echet ´hail mi yimtsa - le 14 Avril 2015 à 20:41

Merci pour ton partage,

effectivement ça change tout de ne plus de sentir seul et incompris là dedans..!

Merci aussi pour tes encouragements, ça me fait chaud au cœur !

Aujourd'hui n'a pas été facile, j'ai un filtre sur mon téléphone et j'ai donné mon iPad à mes parents mais mon ordinateur est toujours sans filtre et c'est vraiment fou de ma part.. A chaque fois que je veux mettre un filtre il y a toujours pleins d'excuses que je me trouve à moi même; notamment le fait que ma sœur utilise mon ordinateur pour télécharger des musiques a partir de YouTube et si du jour au lendemain YouTube est bloqué elle va poser pleins de questions.. Mais je sais que ce n'est pas authentique, je le ressens. Est-ce qu'un malade atteint du cancer ne prendra pas ses médicaments parce qu'il devra se dépatouiller de quelques questions gênantes ? C'est totalement suicidaire et je pense que c'est un peu pareil pour moi.

Heureusement toute à l'heure je suis aller sur GYE mais je sentais que la situation était très tendue, exactement ce dont on parlait la dernière fois, aller sur internet sans but bien précis c'est pas bon du tout ! bH un filtre sur mon pc très prochainement !

En tout cas ce que tu as dis a propos du livre blanc ça me parle totalement.. Il y a encore quelques mois je disais à Hachem : "Mais pourquoi m'avoir mis là dedans ? Je comprends que Tu laisses le libre arbitre aux gens et donc qu'ils sont libres de fauter ou non, mais là mettre un enfant d'à peine 10ans devant des choses pareil où est le libre arbitre..?!"

Mais comme tu le dis si bien Hachem Veut nous pousser à créer une vraie relation avec lui, pas quelque chose de fade et d'habituel et on a une chance terrible..

Je suis actuellement en train de commencer à essayer de faire les 3 prieres par jour mais comme c'est trop long je ne fais que les 3 amidot pour l'instant (avec le chema matin et soir entre autre). Ca fait 3-4 mois que je m'y tiens et bH je suis fier de moi parce qu'en moyenne je passe 8-10mn pour la amida que je pourrais faire 4-5 fois plus vite, et quand je vois tous ces

pauvres gens qui l'a font en 1mn30 de manière si habituelle j'ai beaucoup de peine pour eux, et je me dis que finalement être éprouvé (et spécialement sur ce point là qui demande un besoin constant de rechercher Hachem pour son aide) et bien ce n'est pas si mal !

Merci pour ton soutien, espérons qu'on arrive à s'entraider et à aider tous ceux qui le souhaite en rendant ce forum plus actif !

Yossef

=====

Re: Merci

Posté par Techouva - le 14 Avril 2015 à 21:02

Bonsoir Echet et bienvenue parmi nous!

Je suis aussi un peu comme toi. Je renonce souvent à écrire parce que je veux que ça soit parfait!

Le point que vous avez soulevé toi et Bne me semble extraordinaire!

Quand j'ai rédigé ma première étape (étape où on raconte l'histoire de sa dépendance au cours d'une réunion des 12 étapes), j'ai écrit que depuis mes premières masturbations j'étais conscient de faire quelque chose de "mal".

Lorsque j'ai lu ça à mon sponsor, il m'a arrêté et m'a demandé pourquoi je pensais que c'était mal.

Après un bref instant de réflexion, je lui ai répondu que c'était certainement dû à mon éducation orthodoxe.

Aujourd'hui je ne suis pas sûr d'avoir raison. Vous écrivez tous les deux que bien qu'évoluant à l'époque dans un milieu non-juif, vous avez entendu cette petite voix vous souffler que ce n'est pas bien.

C'est ce que m'ont dit également des amis qui ont fait techouva. Ils m'ont raconté qu'enfants ils éprouvaient un sentiment de malaise face à certains comportements manquant de pudeur dans leur entourage.

Ca voudrait dire qu'il y a un sens inné que D. nous a donné (aux juifs?) pour percevoir et distinguer le "Bien" du "Mal" malgré l'influence de notre environnement.

Merveilleux, non?

=====
=====

Re: Merci

Posté par Bneisrael555 - le 15 Avril 2015 à 09:09

Bonjour à tous,

oui il y a des chances que nous ressentions déjà la douleur spirituelle à cette époque.

quand je chute je me sens comme dévitalisé.. plus d'énergie.

je me demande si je n'étais pas tout le temps comme ça avant.. mais je ne m'en rendais pas compte, c'était "normal" pour moi. quand je suis sobre j'ai l'impression d'avoir une grande "pêche", j'ai envie de faire des choses, de bouger. Mais en fait c'est ça la "normalité" :-)

pour la prière, j'ai beaucoup de mal à rester concentré toute la Amida. souvent d'ailleurs je la termine et je m'aperçois que je n'étais pas du tout dedans ! j'ai déjà du mal à demander à Hachem de m'aider même pendant 5 secondes.. je me demande si je n'ai pas du ressentiment à cause des souffrances que j'ai subies ces dernières années.. le plus dure est de faire des listes de gratitudes. On nous demande d'en faire tous les jours. J'en ai fait à une époque, mais en me forçant, du coup j'en fait quasiment plus. Je ne sais pas trop pourquoi..

j'imagine que cela va se débloquer en avançant dans le rétablissement.

=====

=====

Re: Merci

Posté par Echet 'hail mi yimtsa - le 16 Avril 2015 à 15:33

Merci pour ta réponse Techouva.

Effectivement ça paraît fou, ça me fait penser à ce que dit l'Admour Hazaken dans le Tanya, premier verset du chapitre 2 : " Et la deuxième âme qui est spécifique du peuple d'Israel, c'est une partie du D. d'en haut vraiment".

C'est ce qui expliquerai que durant l'Histoire, des juifs qui ne pratiquaient rien du tout se sont quand même laisser tuer plutôt que de se convertir. Et ça doit être la même chose pour nous, cette partie de D. qui nous chuchote qu'il y a quelque chose qui ne va pas avec ce comportement !

=====

=====