

Choisis la Vie !!

Posté par Bneisrael555 - le 29 Mai 2014 à 01:55

Après près de 25 ans d'esclavage à la pornographie, j'ai B"H fini par capitulé et ai coupé mes accès à Internet. Mais la luxure ne souhaitant pas m'abandonner si jeune (je n'ai que 39 ans !) je me suis trouvé deux nouvelles sources pour me droguer. Une relativement soft : un numéro de téléphone rose, que je peux appeler en toute discrétion et gratuitement au frais de mon entreprise. Et une deuxième beaucoup plus dure : une tentation réelle.

J'ai déjà succombé à la première, facile d'accès et sympathique.

Mais c'est surtout la deuxième qui m'obsède depuis plusieurs jours. Elle me tente beaucoup. Mon cerveau est en ébullition. Ça faisait longtemps que je n'avais pas fantasmé de la sorte ! j'ai chuté plusieurs fois à cause de ces pensées. J'ai tenté d'entrer en contact mais je n'ai pas eu le courage d'aller jusqu'au bout... J'ai envie de passer le cap !

Que dois-je faire ?? Deux choix.. et leurs conséquences :

CHOIX 1 : CEDER A LA TENTATION

Sauf miracle, cette expérience risquera fort de me plaire, et donc de me donner envie d'une deuxième rencontre.

Peut-être pas le lendemain, car je devrais sortir une somme probablement assez importante, et cela se verrait sur mon compte auquel ma femme a accès. Mais dans les 2 semaines ou le mois suivant, en fonction de la somme.

Cela va très certainement tout de suite me remettre dans un état obsessionnel très important : je devrais donc réactiver mon compte internet au travail que j'ai coupé B"H il n'y a que quelques jours.

Je sors à peine d'une longue période où je n'arrivais plus à travailler à cause de mon accès à internet. Dès que j'étais d'une manière ou d'une autre isolé avec mon PC portable, je finissais par craquer, y compris en pleine réunion ! Je m'achèterais donc un nouveau smartphone pour pouvoir me droguer ailleurs qu'au travail. Cela me permettra de travailler à peu près normalement, comme je l'ai fait ces 15 dernières années. Je me droguerais essentiellement chez moi ou ponctuellement au travail. Du coup, je replongerai dans la consommation d'une drogue dure (et non soft comme je l'avais au travail, à cause des filtres internet) et très régulière.

J'en reviens à mon sujet : il me faudra assez rapidement pouvoir sortir de l'argent bien plus régulièrement. Car même si je m'étais contenté jusque là d'internet, la découverte de cette nouvelle dimension ne me permettra plus de m'adonner à mes seules activités en solitaire : je

précipiterais ma décision de divorcer afin de retrouver « ma liberté ». De toutes les façons, ma femme ne veut plus de moi depuis près de deux ans, donc aucun intérêt de réfléchir encore..

Tout cela en cachette de mes parents bien sûre, car je ne veux pas leur faire de la peine. Ils connaissent mon état depuis l'été dernier pour mère (et plus récemment mon père) : je ferais donc semblant d'être sobre et sain d'esprit : j'ai été très doué dans cette comédie toute mon adolescence.. Je me retrouverais donc à nouveau à mener une double vie vis-à-vis de mes parents mais aussi de ma communauté. J'irai prier comme un automate pour faire bonne impression. Mais je lâcherai probablement l'étude de la torah. Impossible d'étudier sous effet de la drogue..

J'essaierais certainement ensuite de nouvelles expériences plus croustillantes ... tout mon salaire passera dedans. J'habite chez parents donc pas besoin de faire d'économie !

Aucun intérêt à chercher à me remarier, j'ai vécu célibataire chez mes parents pendant 26 ans.. j'étais bien.. pourquoi rechercher à nouveau les ennuis ? J'ai bien trop souffert lors de mon précédent mariage.

Je m'achèterais ensuite un appartement pour finir mes jours en solitaire.. ainsi plus besoin de cacher mes activités à mes parents. Je passerais toutes mes soirées à me droguer tranquillement. Et ce jusqu'à la fin de mes jours. Renonçant à ma part au monde future : de toutes les façons qui dit que cela existe vraiment ?? dans le doute mieux vaut profiter de ce monde là un maximum, au cas où il n'y a rien après !

Une vie de rêve ? .. ou un cauchemar ?!

CHOIX 2 : Je renonce à cette tentation.. et à toute forme de luxure.

Certes cette expérience me tente énormément... mais d'un autre côté cela fait maintenant 4 ans que je bats frontalement contre mon addiction. Mon couple est brisé, et je vis à nouveau chez mes parents.. toute cette souffrance pour rien ?

Donc j'essaie jour après jour de l'oublier.. quand sa voix, son visage reviennent dans ma tête, je redresse mes pensées et me mets à prier pour elle : « Qu'Hachem la sorte de cet enfer, lui trouve un autre moyen de subsistance, lui apporte joie et santé. »

Je m'adonne à la prière et à l'étude, et je travaille sérieusement.

Je m'investis dans le programme SA, je progresse dans les étapes, et je deviens à mon tour un parrain afin d'aider quelques uns de mes frères victimes également de cette dure maladie.

Après quelque temps sobre, je vois plus claire et je prends une décision concernant mon couple. Ou Hachem prend en pitié mon couple et décide de le reconstruire : ma femme voit le nouvel homme que je suis devenu et nous décidons de nous donner une nouvelle chance.

Je veux dans tous les cas construire un nouveau foyer juif authentique, dans lequel la présence

divine pourra résider.. une famille paisible, sainte et joyeuse.

Je suis serein et épanoui.. je vis chaque instant pleinement. Je m'élève jour après jour vers D.

Ma famille voit mon bonheur et finit par me suivre dans la voie dans de D.

Une vie de rêve !

=====

VIVE LA VIE

Posté par BENISAAC - le 19 Juin 2014 à 19:06

Bonjour à tous,

Notre objectif à tous : le principe est "sour méra veassé Tov":éloigne toi du mal et fais le bien"

- Nous devons être du matin depuis le réveil jusqu'au soir et aussi toute la nuit des soldats et combattants pour Hachem pour élever Son Nom .Nous devons être des "attaquants "(image du foot)pour marquer des buts positifs de mitsvots

c'est une avodat permanente .

Soit "nous attaquons" vers le positif,le flux Divin ,(assé TOV)

Soit nous devons devenir des supers "defenseurs" .(sour méra)

Les défenseurs seront forts Seulement si notre propre Ratson permet de canaliser notre energie pour HACHEM ,Lieu de Vie Eternel .

Mais Même Si nous nous défendons réellement ,Si nous ne mettons pas les protections solides alors nous risquons malheureusement d'être des victimes de la Sitra A'hara (l autre coté du contraire du bien ,de ce que HACHEM a horreur car nous donnons alors de la vitalité aux "palais de l'impureté" et endroit de la mort").

Si nous succombons aux tentations ,c'est que nous acceptons d'être envahi par un vent de folie qui nous fait oublier notre vrai identité.

IL FAUT SE TRAVAILLER à ce moment là si possible pour penser l'image d'un tsadik GADOL ou sortir des Photos de TSAQUIMS qu'on garde sur soi dans son portefeuille.

Respirer fort ,réciter un pasouk par coeur de Houmach ,le chema israel par exemple ,de Michnayotes ,si possible de TANYA .

si HAS VECHALOM nous succombons nous le renforçons et nous diminuons nos forces positives,et nous nous coupons malheureusement du lien avec la Divinité.

Si nous fautons HAS vechalom à ce moment il faut se dire que je vais etre coupé de D.

il faut se crier et se dire je veux rester lié à hachem et je veux pas etre "infirme".

Lire son téhilim (son age +1)(Par exemple 17ans lire le tehilim 18)

IL Y A 3 dimensions il y a 3 COMBATS :

COMBAT DANS la PENSÉE

Apprenons à maitriser nos pensées! en renforçant notre intellect qui va modifier nos sentiments !

COMBAT DANS LA PAROLE

psoukims limoud

ET COMBAT DANS L ACTION

dans le cas extreme :se dire que ce n est pas bon pour ma santé je ne veux pas devenir " un infirme "

faire des TEFILOTS

des MITSVOTS CONCRETES

AHAVAT ISRAEL S OCCUPER DE MALADES ,téléphoner une personne qu'on sait isolé .

cette energie que l on a sera canalisé vers le coté Positif.

kiboud VAEM

Nous devons apprendre systématiquement à rester dans la lumière de la Divinité de D.ieu dans la thora et Mitsvots Dans ces 3 dimensions.

COMBAT DE LA PENSEE:sour méra

Nos ennemis les images négatives et son environnement internet, le monde des non-Juifs . Apprenons à baisser nos yeux si qqchse devient peut etre une tentation ,il faudra se dire c'est mauvais pour moi et cette créature ne doit etre vu une 2eme fois.et apprenez a fermer les yeux suffisamment longtemps pour oublier cette nouvelle image dans premier pensée et penser à un sujet de Hassidout .Par exemple que HACHEM nous observe de l'intérieur et de l'extérieur à chaque instant et Qu iL est le Maître du Monde.

.Se dire qu on veut etre un Bénoni (il a des sentiments ... mais ils les maitrisent tous et les gagnent tous)qui arrive a dirriger son mauvais sentiment.

Quelques conseils :

-Se rappeler à soi-même sans cesse notre identité et qui nous sommes vis a vis de HACHEM (RESPONSABILISATION)

(aide thérapeutique par exemple Etudier des Maamarims de Hassidout)

-Nous devons apprendre à être très sévères avec soi-même.(FERMETE)

NE jamais s'accorder de compromis car la moindre brèche elle peut être fatale !

Si nous maintenant nous sommes deja INFIRMES à cause de nos fautes :

Parce qu' en s écartant du droit chemin dans une telle manière d'agir

alors il faut entamer un processus de techouva qui apporte la guérison.

Le secret de la techouva est qu'il faut AIMER D ieu ENCORE PLUS QU AVANT la faute.

Etudier des sujets de THORA Et développer sa réflexion sur la Grandeur de D. ET apprendre à le Craindre .

Cette étude permettra d'alimenter sa réflexion et susciter des sentiments pour HACHEM en exclusivité !!!!

BEN

=====

Re: Choisis la Vie !!

Posté par davidjeru - le 20 Juin 2014 à 16:00

Merci Ben pour ce plan d'attaque qui résume très bien les Etzot de nos sages pour lutter contre la Yetzer Hara.

C'est tout à fait adapté pour des personnes...non addictives.

Concernant les autres, ceux qui souffrent d'une addiction sérieuse à la luxure, ce type de plan :

1) a prouvé sa totale inefficacité dans le temps. Les addictifs retombent inévitablement

2) plonge à terme un addictif dans un désespoir encore jamais atteint

3) éloigne encore plus l'addictif de H. puisqu'il se sent abandonné malgré ses efforts surhumains

4) maintient l'addictif dans son illusion qu'il peut LUTTER SEUL ET SANS SORTIR, ce qui très paradoxalement, même s'il pense associer H. à ses efforts, revient à empêcher ce même H. d'intervenir dans sa vie et de l'aider, puisqu'il reste dans le "Kokhi veotzem yadi assa li et hahaïl haze" (autrement dit, c'est par ma force et mes propres efforts que je peux m'en sortir..., mais si telle est le cas que reste-t-il comme cham pd'action pour la Hashga'ha?)

Tout le programme SA des 12 Etapes repose sur le postulat inverse : UN ADDICTIF EST IMPUISSANT DEVANT LA LUXURE ! Il aura beau tout faire, se battre comme un lion, il retombera, parce que la luxure est plus forte que lui.

L'objection classique est empruntée à la Guemara "Barati Yetze Hara, Barati Tora tavlin" ("J'ai crée le Yetzer Hara, J'ai crée la Tora comme antidote". C'EST VRAI. Mais ce n'est vrai que pour une PERSONNE NORMALE.

L'addictif est une personne TRES MALADE.

Le Choulkhan Aroukh établit une distinction très claire dans les dinim entre les personnes en bonne santé, les malades non en danger, les malades en danger. Tout le monde ne peut pas être traité de la même façon et la hala'kha tient compte de l'état de la personne.

Va t-on soigner un diabétique à coup de Tehilim? Non

Va t-on soigner un alcoolique à coup de Dapim de Guemara? Non

Va t-on soigner une forte fièvre par la "volonté"? Non plus

La guérison pour un addictif commence par la PRISE DE CONSCIENCE, puis L'ACCEPTATION de sa CONDITION DE MALADE.

Tant qu'il continue à penser pouvoir guérir par des moyens "classiques", aussi puissants soient-ils, il reste dans le DENI de sa spécificité, qui est sa CONDITION DE PERSONNE MALADE.

Dans les 12 Etapes nous apprenons à LACHER PRISE, à NE PLUS NOUS BATTRE FRONTALEMENT. Nous laissons H. entrer peu à peu dans nos vies, et apprenons à vivre à chaque instant "H. Yila'hem lakhem", à savoir que H. combat pour nous.

Nous apprenons également à accepter le ratzon H. dans les hauts et dans les bas. Nous nous débarrassons peu à peu de cette culpabilité qui entraîne toujours plus bas, parce que nous acceptons que même dans nos chutes, H. nous aime, et qu'il veut qu'on le serve même là-bas, au fond du désespoir, comme il est écrit "Essak chamaim, cham ata, atzia cheol, hineka", autrement dit, comme l'explique Rabbi Na'hman, nous devons sentir la proximité d'H. quelle que soit notre situation, servir "beRatzo Vechov".

Je conçois que tout ceci est plein de paradoxes et que les frontières semblent fines entre l'approche "classique" de nos sages, et celle préconisée dans les 12 Etapes.

Et il n'y a que par la pratique sérieuse de ces 12 Etapes avec son sponsor que l'on peut parvenir à entrevoir de nouveau la lumière et marcher à nouveau devant H., sobre et intègre.

Je parle pour les addictifs uniquement bien sur...

Bonne chance à tous

=====

=====