

C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 21 Janvier 2014 à 14:58

Après B"H 130 jours de sobriété cet été, a suivie une assez longue période de chutes : j'en suis à plus 5 mois.. impossible de tenir plus deux semaines (souvent beaucoup moins). J'ai toujours de bonnes excuses : la vie est trop difficile, je suis trop stressé, je suis trop déprimé, aucun filtre n'est efficace, je me sens seul.. je commence maintenant vraiment à comprendre que je suis impuissant et que je ne peux rien faire d'autre que m'en remettre à Hachem. Il est le seul a pouvoir m'aider. Je veux m'en sortir parce que je veux pouvoir me rapprocher de Lui, étudier Sa Torah.. impossible d'étudier tant que je suis dans cette boue.. je veux vivre ! je ne veux plus être un esclave !! marre de servir cette idole qui me tue à petit feu.. je demande à Hachem de m'aider, de reprendre le contrôle de ma vie, et de m'éclairer de Sa lumière.

je vais avec Son aide, éditer régulièrement ce message pour vous faire part de mon avancement. J'espère BzH que cela me motivera pour rester propre jour après jour.

21/01/14 - JOUR 2

Mon parrain m'a indiqué que je devais écrire au moins 10 remerciements à Hachem par exemple avant de me coucher. B"H j'ai commencé hier soir. Cela doit permettre de recréer une connexion avec Lui.

Hier matin, j'étais extrêmement déprimé suite à ma chute d'avant d'hier. J'ai senti un grand vide et une profonde tristesse.. Je me suis mis de côté pour prier dans mon oratoire.. je ne voulais voir personne. J'ai versé quelques larmes, et j'ai demandé à Hachem de me sortir de cette obscurité.. "je ne veux pas finir dans la débauche" Lui ai je dit. Hé bien B"H, 30 secondes après j'avais retrouvé ma joie et ma vitalité !!

Mon téléphone : après avoir essayé les filtres, les systèmes de verrou d'applications, .. rien à faire, je trouvais à chaque fois un moyen de "pirater" mon système. Ca devenait une véritable obsession.. B"H j'ai acheté hier un téléphone sans internet ! he oui, ça existe encore !! il ne fait rien mis à part me permettre de téléphoner et d'envoyer des SMS. Même pas possible d'y stocker quoi que soit.. une seule sonnerie possible.. pour le fan de l'high tech que je suis, je dois avouer que cela m'a vraiment coûté de me résoudre à ce modèle.. mais d'un autre côté j'ai perdu assez de temps et j'ai assez souffert pour garder un objet qui est l'une des sources de mes obsessions et de mes chutes..

=====
=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 20 Avril 2015 à 09:59

Vraiment je suis malade..

comme je le disais à notre nouvel ami Reouven, je ne suis pas juste comme la plus part des hommes avec un mauvais penchant. J'ai bien sur ce yetser ara des femmes, mais ce n'est pas aussi "simple".

je vais malheureusement divorcer dans les prochaines semaines. Il m'a fallu de longs mois, pour finalement prendre cette difficile décision. Je ne reviendrai pas sur le pourquoi, ce n'est pas l'objet de ce post.

mais voilà, même si je sais que c'est la bonne décision, je suis triste depuis hier. J'ai vu ma future ex pour parler du divorce. Et cela m'a bouleversé. Résultat : j'ai envie d'un verre.. pas d'alcool, mais de luxure. Car c'est ma drogue.

j'aurais pu être alcoolique.. j'ai lu l'histoire de l'un des pionniers de Alcooliques Anonymes. Il disait, qu'il avait eu la chance, ou plutôt la mal chance de supporter très bien l'alcool. Moi non.. j'ai essayé, et B"H je suis très vite très malade.

Mais par contre la luxure ne me donnait pas mal à la tête, ne me donnait pas la nausée. Je la supporte très bien et peut en consommer tous les jours, plusieurs heures sans problème. Et je suis devenu sexolique. C'est la solution depuis des années à tous mes problèmes. Encore aujourd'hui : je suis triste, et je pense encore que la luxure peut m'aider.

Seulement voilà, la solution est devenue le problème, comme il est très bien dit dans notre livre des SA. Et la luxure ne m'aide plus. Au contraire, elle me fait encore plus de mal. J'y renonce donc encore aujourd'hui avec l'aide de D.ieu.

=====

====

Re: C'est reparti !

Posté par Techouva - le 20 Avril 2015 à 12:14

Bonjour David,

En lisant ce que tu as écrit, une phrase de Dov (des mails quotidiens, un type formidable!) m'est revenu à l'esprit:

"Il ne peut rien m'arriver qui soit si grave que le passage à l'acte ne rendrait pas pire"

A l'occasion du premier congrès annuel de GYE, un homme d'environ 60 ans, qui avait l'air d'un vénérable juif et sobre à SA depuis 20 ans, a pris la parole. Il a raconté qu'il avait passé des périodes très difficiles avec sa femme et qu'elle était décédée quelques années auparavant. Il était resté seul avec des enfants dont certains handicapés.

Malgré cette difficile vie, il était resté propre!

Ca m'a beaucoup impressionné! Je crois que c'est une leçon pour tous.

Les évènements, quelles qu'ils soient, ne doivent pas nous faire tomber.

Enfin, je voudrais te dire quelque chose. Il est certainement très douloureux de terminer une relation par un divorce. Cependant, 'Haza"l disent qu'il n'y a pas de plus grande joie que de sortir du doute.

Je pense qu'une fois que tu auras fini ce pénible processus, tu le ressentiras certainement.

Avec beaucoup d'amitié,

Techouva

=====
====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 20 Avril 2015 à 15:43

Bonjour Techouva, merci pour ton message !

oui tu as raison !

cela me rappelle moi aussi ce que me dit souvent mon parrain : "rien ni personne ne mérite que tu reprennes un verre !!"

Il me demande par ailleurs d'écrire ce qu'il y a de positifs dans cette situation.

et comme tu le dis, une des choses très positive est la sortie du doute. Mais je crois effectivement que je me sentirai vraiment libéré une fois cette difficile épreuve passée.

=====

Re: C'est reparti !

Posté par Echet ´hail mi yimtsa - le 20 Avril 2015 à 20:31

Salut Bne,

je suis toujours content de voir que tes messages se finissent chaque fois sur une note positive, notamment en acceptant ton impuissance et en plaçant toutes tes espérances en Hachem !
C'est vraiment très encourageant pour moi alors merci !

Comme l'as très bien dit Techouva, j'espère vraiment que le fait de sortir du doute va vraiment te redonner des forces pour le service de D. et pour le programme plutôt que cette histoire continu à te miner !

J'imagine que ce ne sont pas des moments faciles que tu vis mais saches qu'on est là avec toi et qu'on attend de bonnes nouvelles très bientôt bH !

=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 21 Avril 2015 à 08:28

Merci Echet, vos messages sont pour moi aussi très encourageant !

après une semaine sobre, j'ai un bu un peu de luxure hier matin.

je me suis attardé devant deux kiosques à journaux, pour voir les couvertures de magazines pour adultes, et j'ai épluché quelques annonces rubrique adulte..

j'étais en train de me noyer, mais j'ai pu avoir un ami au téléphone et aussi et surtout une réponse de mon parrain à qui j'avais envoyé un texto de détresse.

B"H cela a permis de me sortir la tête de l'eau, et de reprendre mes esprits.

B"H j'ai évité la chute totale et j'ai passé ensuite un bon après midi.

mais je redémarre donc le compte des 90 jours à aujourd'hui.

je dois absolument lâcher chaque tentation, chaque pensée, une pensée à la fois, un jour à la fois.

La luxure veut m'emmener dans le réel, je le sais...si aujourd'hui je me permets de regarder une image, en me disant que ce n'est qu'une chute partielle, demain je vais me retrouver avec une prostituée, D. préserve.

Je me suis déjà malheureusement isolée avec une prostituée. Elle m'a pris une très grosse somme d'argent, mais je ne sais par quel miracle, elle n'a pas voulu de moi. Mais l'envie de pouvoir passer vraiment à l'acte revient régulièrement.

je suis impuissant, je peux perdre tout contrôle en un clin d'œil. Je dois donc renoncer à toute forme de luxure.

je raconte cela :

1- pour me rappeler ce que je suis, un sexolique ,et ce que je risque.

2- pour expliquer ce que nous disons dans le livre blanc des sexoliques anonymes : l'évolution de la maladie et implacable !

il ne faut pas lésiner sur les moyens à mettre en œuvre quelque soit le niveau de la dépendance, car la maladie évolue doucement mais surement. Plus tôt on fait le travail, plus facile il possible sera de s'en libérer avec la grâce de D.ieu, et le moins l'entourage en souffrira.

J'ai fait énormément souffrir mes parents et j'ai brisé mon couple.

Mais B"H il y a des solutions : il ne pas attendre un jour de plus, et les utiliser.

=====

=====