

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 Echét 'hail mi yimtsa - le 22 Avril 2015 à 20:04

Salut Bne,

désolé d'entendre pour tes petites "gorgées" de luxure mais comme d'habitude je vois que tu ne perds pas le nord et tu continue toujours d'avancer dans la bonne voie, et c'est une grande source de force pour moi alors merci !

Moi aussi j'ai eu des soucis avec la luxure ces derniers jours, notamment parce que c'est les vacances et je dois bientôt passer des examens, du coup je dois rester toute la journée dans ma chambre pour bosser, pas top pour éviter de tomber dans la luxure..

B"H je n'ai pas eu de chute ni en acte ni en vision mais c'était vraiment très très juste, je ne sais pas pourquoi Hachem m'a sauvé comme ça mais ça m'avait calmé pour la journée.

Le lendemain j'ai recommencé a flirté avec la luxure mais juste un tout petit peu sans tomber ni en acte ni en vision et cette fois là (hier) ça a été encore plus dur que la vieille.

Le soir même j'ai pris mon courage à deux mains et j'ai tout avoué à un ami et je lui ai demandé si je pouvais l'appeler en cas de besoin..

Aujourd'hui le même scénario c'est reproduit mais beaucoup beaucoup moins puissant et B"H j'ai réussi à m'en défaire assez rapidement. Mais je regrette tout de même de ne pas avoir appelé ! Je pense que c'est la clé, le bitoul = l'annulation.

Si vraiment on veut arrêter il faut être près à tout, à capituler et à demander de l'aide même si notre ego est touché !

Mais d'un autre côté, la tristesse pour la tristesse n'est vraiment pas bonne. Personne n'est infailible et c'est normal ! On se bat avec nos forces et on doit se réjouir de nos progrès même si de temps à autre on aurait pu faire un peu mieux.

Cet ami m'a dit quelque chose de très encourageant hier : le monde viendra à son aboutissement, et le Machiah' arrivera quand le tikoun (la réparation) du péché originel d'Adam

et Eve sera achevé. Quel était ce péché ? Désobéir à Hachem et manger du fruit de la connaissance du bien et du mal.

Comment réparer ? Le Rambam dit clairement, et je crois que la halakha est tranchée comme ça, que pour savoir si notre Techouva a été accepté il faut voir comment on réagit quand on se retrouve face à la même situation qui nous avait fait fauté.

Donc pour réparer la faute d'Adam il faut qu'on se garde de manger de ce fruit de la connaissance du bien et du mal.

Mon ami m'a dit qu'il avait entendu d'un Rav qu'aujourd'hui ce fruit c'est internet : on peut avoir la chance d'écouter des chiourim de Torah qui touchent aux sujets les plus profonds et en même temps on peut H"V voir les pires horreurs possibles et imaginables..

Il faut se renforcer et se dire qu'Hachem nous a choisis personnellement pour faire la dernière réparation du monde et qu'Il nous a donné le mérite d'amener le Machiah' par nos efforts dans ce domaine !

Toujours très facile à dire, alors qu'Il puisse aussi nous donner la chance de nous en rendre compte et que ça se réalise concrètement !

De tout coeur avec toi,

Yossef

=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 23 Avril 2015 à 10:01

Merci Echet pour ton message.

oui, je connais bien ce que tu décris.. le "flirt" avec la luxure sans tomber..

c'est ce que j'appelle le combat de front contre la maladie. Me concernant je suis aussi très souvent dans ce combat, Hachem m'aide la plus part du temps à ne pas chuter, mais il est claire que l'appel à un ami est un outil très puissant pour ne pas rester dans la lutte, qui finit pour moi très souvent dans la chute partielle voire totale, D. préserve.

Mon parrain me rappelle que je dois lâcher toute envie au plus proche du moment où elle est entrée dans ma tête. L'abandonner à D et appeler un ami.

Mais il reste que, me concernant, cela ne suffit pas non plus toujours.. surtout si j'ai déjà bu un peu. L'envie revient bien plus grande et je n'ai plus la force d'abandonner les tentations.

Je comprends aujourd'hui que je dois vraiment m'engager à renoncer chaque jour, un jour à la fois, à luxure.. et le fait de le dire chaque jour à des amis m'aide à me renforcer dans ma détermination et ne pas rentrer en négociation avec la maladie : car elle a souvent le dernier mot !!

en parallèle il m'est indispensable de travailler sur la racine du problème afin de ne plus, ou moins, avoir besoin de drogue. Chez moi la racine est notamment l'orgueil, la colère. J'ai encore hier levé le ton sur mes parents : ils voulaient m'aider, et ils m'ont donné leur avis sur une décision que j'avais déjà prise. Je n'ai pas supporté qu'ils me contredisent. Je me demande aussi pourquoi, sachant qu'ils réagiraient de la sorte, je leur ai indiqué cette décision ?! je ne suis pas obligé de leur rendre des comptes.. mais j'ai besoin d'être rassuré dans mes choix.. c'est peut être pour cela que je me suis mis en colère quand ils n'ont pas été dans mon sens ??

tout ça pour dire, qu'il me faut ne pas focaliser toute mon attention sur la luxure qui n'est qu'un symptôme d'un problème plus profond. Avec la sobriété, je dois pouvoir si D. veut me voir plus facilement et corriger mon intérieur afin de ne plus avoir besoin de me droguer.

=====
=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 23 Avril 2015 à 12:28

Après réflexion sur ma perte de contrôle d'hier, dû à un manque de confiance en moi , je me demande s'il ne s'agit pas "simplement" d'un manque de émouna ? Si j'avais eu la émouna que D.ieu gère ma vie, qu'il m'aide à prendre et m'accompagne dans mes décisions, je n'aurais pas eu le besoin de devoir être rassuré par quiconque ... non ?

en fait, Echet, si tu veux, tu peux m'appeler (en masqué si tu veux..) si tu as besoin d'un autre ami pour t'aider quand tu es en difficulté face à la luxure. La différence avec un ami 'classique' c'est que moi je connais ce que tu vis :-)

je te donne sans problème mon numéro de téléphone dans un message privé, si cela t'intéresse.

=====
=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 24 Avril 2015 à 07:47

j'ai encore "flirté" hier soir avec avec la luxure..

je me suis installé dans le salon de mes parents et allumé leur PC. Pourquoi ?? Je ne sais pas.. enfin si, je cherchais quelque chose à me mettre sous la dent.

le filtre installé sur le PC laisse forcément passer de petites choses..

j'ai commencé par lire les principes du site, pour finalement chercher des photos. J'en ai vu deux :-)

Je ne suis pas resté dessus plus que quelques secondes, mais c'est déjà beaucoup trop.

Tout le moussar du monde, ne peut rien pour moi. je peux lire des centaines de choses la dessus cela reste des belles paroles, qui me touchent sur le moment, mais qui sont inefficaces pour mon problème. Au moment où la tentation frappe, plus rien ne compte.

Pour moi le travail des 12 étapes (et les outils du programme) est mon seul espoir d'avoir une vie normale un jour à la fois.

Chabbat Chalom

=====
=====

Re: C'est reparti !

Posté par Echet ´hail mi yimtsa - le 24 Avril 2015 à 17:12

Salut Bne,

désolé d'apprendre pour ton "flirt" d'hier soir.. Comme on en a déjà beaucoup parlé je connais trop bien ça moi aussi.. La seule solution serait d'appeler quelqu'un avant même de se mettre devant l'ordinateur quand on sait que la seule raison à cela c'est le flirt avec la luxure. Facile à dire mais pas facile à faire.

Mercredi moi aussi j'ai eu un flirt avec la luxure. B"H ce n'était qu'en pensées mais je n'arrêtais pas de me dire "appelle ton ami, appelle ton ami vite !!" et pourtant je n'ai rien fait. Encore une fois Hachem a fait un miracle et ça c'est arrêté aux pensées sans aller plus loin avant que le désir s'en aille.

Il faut vraiment faire annulation et se faire violence pour prendre sur soi la Volonté d'Hachem.

Quelqu'un sur le forum anglais m'a dit quelque chose qui m'a vraiment marqué même si à priori c'est quelque chose d'assez évident. En gros ça donnait ça : "Hachem Peut tout. Pour lui ce n'est vraiment pas un problème d'enlever le désir de luxure. Seulement il faut qu'on fasse notre travail parce que c'est comme ça qu'Il a Voulu créer le monde. Et donc en fait Hachem n'A vraiment AUCUN problème de vaincre la luxure, mais AUCUN."

Donc pourquoi s'inquiéter ? Tant qu'on fait notre job, c'est à dire ce qu'on peut, alors on a vraiment aucun soucis à se faire..

Qu'Hachem nous donne la force de faire notre travail 😊

[PS: Merci pour ta proposition pour le téléphone mais je t'avoue que j'ai déjà eu beaucoup de mal à commencer à écrire sur le forum et à partager avec des gens que je ne connais pas. Alors même si on a pas mal parlé je pense que je vais en rester à appeler des amis que je connais depuis longtemps pour l'instant (je n'ai même pas réussi encore). Mais merci beaucoup je garde ta proposition en tête !]

Chabbat Chalom, prenons des forces !!

Yossef 😊

=====

=====