

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 16 Mai 2015 à 21:36

on est samedi soir, et comme d'habitude je me sens.. 🍀

zut, flute !

=====

Re: C'est reparti !

Posté par David26fr - le 17 Mai 2015 à 00:03

Mais ce samedi soir sera différent que d'habitude et tu vas réussir à tenir le coup 😊

Fais attention cette nuit, et annonce nous une bonne nouvelle demain avec l'aide d'Hachem 😊

=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 17 Mai 2015 à 11:05

merci David !

j'ai eu ma crise du samedi soir, mais B"H je suis toujours sobre aujourd'hui ! 😊

=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 19 Mai 2015 à 14:18

19 JOURS 🤔

B"H je suis toujours sobre, mais je joue avec le feu depuis quelques jours.

je clique sur google image, fais des recherches sans chercher "officiellement" de la luxure, mais c'est bien ce que je cherche.

Mais étant bloqué à cause de Tapshik, je ferme immédiatement dès que je tombe sur une image "intéressante". Mais du coup, je nourris l'obsession ! C'est pourquoi je prends quelques minutes pour partager cela et demander à Hachem de m'aider à abandonner la luxure rien que pour aujourd'hui.

sinon j'ai senti en grand vide dimanche dernier. je m'ennuie toujours beaucoup. Rien ne m'intéresse... mis à part la luxure. Tout me semble ennuyeux, sans intérêt.. mis à part l'étude de la Torah, mais je suis assez débutant et je ne trouve pas quelque chose à étudier qui me tienne une journée entière. Il y a quelques années j'étais accro aux cours de Leava mais cela ne me suffit plus.

=====

Re: C'est reparti !

Posté par Techouva - le 19 Mai 2015 à 19:03

Salut Bne!

Ne penses-tu pas qu'il serait bon que tu te trouves des activités régulières pour être occupé un maximum et ne pas avoir ces moments d'ennui qu'on cherche à remplir avec... la pire des choses!

Je suis d'accord avec toi que l'étude de la Tora est une bonne chose, à condition que tu y trouves du plaisir et que tu aies une 'havrouta. Seul, c'est difficile.

Mais de toutes les façons, ça ne suffit pas. Il faut aussi d'autres activités comme du sport ou autre.

Ca fait malheureusement longtemps que je n'ai plus fait de sport et je sens que ça me manque.

As-tu des hobbies?

En attendant, je t'en supplie, arrête ce jeu qui ne peut que finir mal.

J'en sais quelque chose!

=====

=====