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 10 Décembre 2015 à 09:22
_____

Hello HappiestLife je suis avec toi !

Qu'Hachem t'aide à te relever de cette chute !!

j'ai repassé en revu une partie des messages que j'ai postés ces derniers mois.. c'est incroyable j'ai l'impression de me débattre dans un sable mouvant.. je raconte souvent les mêmes choses, suis confronté aux mêmes difficultés... c'est tout simplement de la folie. Je suis fou :-)

==========

Re: C'est reparti !
Posté par HappiestLife - le 16 Décembre 2015 à 11:39
_____

Bonjour tous le monde,

J'ai malheureusement eu une chute hier meme avec la méthode TaPhsic ,mais peut être qu'avec le prix du knass difficile que je dois payer je serai dissuader de recommencer.

Si vous avez des conseils je suis preneur!

En tout cas je suis déterminé a vaincre ???? .

J'espere que tout se passe bien pour vous.

Et Bneisrael555 comment vas tu?

==========

Re: C'est reparti !
Posté par Bneisrael555 - le 16 Décembre 2015 à 13:42
_____

Bonjour à tous, et bonjour HappiestLife

j'ai pour ma part payé par deux fois de très grosses sommes avec cette méthode..

me concernant je pense qu'il aurait plutôt fallu que je me contraigne à faire des choses très difficiles..

je ne peux pas conseiller car je suis moi même englué dans cette boue.

je peux juste partager que je tente de nouvelles choses régulièrement.. voici les actions principales que j'ai faites:

j'ai supprimé tout le matériel (smartphone, TV, internet chez moi)

j'ai travaillé près de deux ans dans le groupe des Sexoliques Anonymes = SA (fraternité issue des Alcooliques Anonymes).

Il y a une antenne française sur Lille. cette fraternité marche très bien dans de très nombreux pays comme le Canada, les UE, et même en Israel (ils sont plus de 300 membres la bas). Je ne suis plus actif pour l'instant dans ce groupe, mais j'ai toujours un parrain sur Jérusalem avec qui je travaille.

j'ai compris avec ce groupe, que je ne pouvais pas me contenter de supprimer les accès à internet et mettre des barrières. Cela m'est indispensable pour me protéger de moi même. Mais il me faut surtout travailler à la racine du problème. Nous apprenons comment chez SA.

==========

Re: C'est reparti !
Posté par Bneisrael555 - le 17 Décembre 2015 à 13:49
_____

14 jours

c'est peu et beaucoup à la fois..

peu : car cela fait déjà un bout de temps que je poste sur ce forum et je ne suis qu'à 14 jours !

beaucoup: car j'ai innové lors de mes dernières chutes, et sur place je m'étais dit que je ne pourrai plus jamais me libérer de ce que je venais de découvrir. que j'y passerai toutes mes soirées D préserve.

j'ai vécu un véritable enfer il y a quelques jours.. un harcèlement comme j'en ai rarement subi.. ça a duré toute la soirée et une partie de la nuit.

J'ai miraculeusement résisté à la tentation et depuis je vais mieux grâce à D.

mais je sais qu'il y en aura d'autres.

il me faut prévenir les crises et désamorcer toutes les situations qui peuvent devenir très vite explosives.

je dois garder à tout prix ma connexion avec D., ma foi et donc ma sérénité.

rien n'ai acquis. tout ce que j'ai appris intellectuellement est effacé si je fais une nouvelle crise, D préserve.

je dois lâcher prise.. encore lâcher prise et toujours lâcher prise.

ne pas s'affoler, ne pas s'emballer, ne pas s'énerver, ne pas s'agiter, ...

rester tranquille c'est tout.

rester tranquille quand je suis chez moi, rester tranquille que je suis à mon travail, rester

tranquille quand je suis avec ma famille, rester tranquille que je suis à la synagogue.

rester tranquille c'est tout.

==========
====

Re: C'est reparti !
Posté par HappiestLife - le 20 Décembre 2015 à 17:54
_____

Bonjour a tous,

Je suis retombe , j'en ai marre j'ai vraiment envie d'arrêter ces horreurs mais j'ai l'impression de ne pas y arriver a chaque fois.

==========
====