

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 02 Mars 2016 à 12:39

c'est pas croyable comment cette addiction est puissante.

j'avais envoyé un mail début février à mon sponsor intitulé "à quoi je joue ???"

j'étais propre depuis 12 jours, mais je sentais que j'étais pas clair dans ma tête, que je cherchais à faire des bêtises.

Résultat, j'ai fait n'importe quoi pendant des semaines.. j'ai joué avec mes limites et les ai franchies allégrement jusqu'à me prendre un mur !!!

c'est incroyable car j'en avais conscience puisque je l'avais dit à mon sponsor mais impossible de me remettre sur les rails, jusqu'à ce que je tombe dans le ravin.

c'est la raison pour laquelle je pense qu'il m'est indispensable de partager tous les jours sur mon état afin de mettre à la lumière ce type de dérive avant qu'il ne soit trop tard.

je pensais pouvoir encore faire l'autruche et attendre que ça passe.. mais non ça ne fonctionne pas comme cela pour moi.

=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 03 Mars 2016 à 09:58

Chalom mes frères,

B"H je me sens bien ce matin, calme et serein.

la vie est douce lorsque l'on sait que D.ieu nous aime tel que l'on est, que nous Lui faisons entière confiance.

Il nous accompagne partout, Il est avec nous même dans les moments et les endroits les plus obscures.

Je remercie toute l'équipe de GYE, et en particulier "protéger ma nechama" sans qui je n'aurais pas connu cette Lumière que j'entrevois aujourd'hui.

=====

Re: C'est reparti !

Posté par David26fr - le 03 Mars 2016 à 19:11

C'est une vraie progression bh !

Tu as vraiment avancé dans ton état d'esprit, je suis content que ça aille mieux pour toi 😊

L'essentiel c'est de positiver !

De mon côté, c'est la guerre depuis 2 semaines, sous le feu du yetser quasiment en continu...

Ce qui me fait tenir est que j'ai un taphsic de 3 mois qui se termine dans 2 jours, et à chaque fois que cela devient trop pressant, je lui dit : " Attend, dans quelques jours le taphsic est fini... " et ça passe un peu.

Par contre, ce qui se passera quand le taphsic sera fini, c'est un peu "après moi le déluge"...

Mais à force de tenir face à la dépendance comme un funambule sous des rafales de vent, l'envie même de chuter ne me dit plus grand chose, et je me demande si, pourquoi pas, essayer encore de gratter quelques jours...

C'est un peu bizarre tout ça, et je me demande bien ce qui en sortira ce week-end

=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 03 Mars 2016 à 19:24

et pourquoi attendre la fin de la période pour t'engager sur la suivante ? ;-)

=====

Re: C'est reparti !

Posté par David26fr - le 04 Mars 2016 à 13:25

C'est possible ça ?

Cela ne risque pas de confondre avec plusieurs tapshic à la fois en cours en même temps ?

=====