

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 David26fr - le 05 Avril 2016 à 07:21

Exactement, on se relève et on continue 😊

En tout cas, ta détermination et ta simh'a font plaisir à voir 😊

=====

=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 05 Avril 2016 à 08:44

mais OUI soyons joyeux et dansons !

j'ai assez pleuré ces dernières années, cela suffit.

Hachem m'a montré à quel point il tient à moi et comment Il m'aide jour après jour.

ma joie est la preuve que je suis toujours connecté à Lui et ce malgré ma chute.. certains pourraient croire, qu'Hachem nous laisse tomber, Has vechalom, c'est FAUX ! c'est en réalité, c'est moi qui le crois si je me laisse aller à la culpabilité et la tristesse. Mais Lui, Il est toujours là pour moi !

=====

=====

Re: C'est reparti !

Posté par Lion King - le 06 Avril 2016 à 18:33

En effet, la joie connecte d'une façon profonde et magnifique à HaShem (un immense toda au rav Shalom Aroush de m'avoir fait comprendre cet aspect de la avodat HaShem). Quand on est joyeux, on est beaucoup moins enclin à chuter. Mais j'avoue que c'est dur de ne pas tomber dans la déprime pour x raisons....

Comme tu dit, on est connecté malgré la chute. Ca me fait penser à ce que disait Rabbi Na'hman de Breslev, quand tu viens de chuter comporte-toi après comme si tu n'avais jamais eu de chute ! Après le moment venu (dans ta téfilah ou hidbodedout), tu feras teshouvah. Mais avant ce moment, et après, pas de place pour la tristesse !

=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 11 Avril 2016 à 19:20

nouvelle chute hier.. forcément boire de la luxure c'est comme boire de l'eau salée.. ça redonne soif après.

B"H j'ai passé 24 heures sans boire et je me sens bien.

de plus ça s'est calmé à mon travail.. après un mois de galère je retrouve de la sérénité.

mon divorce est sur les rails.. j'ai posé les actions qu'il fallait même si je n'ai pas envie.

j'essaye d'agir et ne plus me laisser aller..

comme on dit, "je prends ma vie en main" avec l'aide de D.

chavoua tov !

=====

Re: C'est reparti !

Posté par Lion King - le 12 Avril 2016 à 11:30

Idem, hier également.

Ton image est très juste : quand on tombe, c'est plus facile de retomber après. Le plus dur c'est de se dire "je suis tombé mais je ne vais plus tomber !". Car une fois dans la chute on se dit "après tout, au point où j'en suis, une fois de plus ne changera pas grand chose".

Mais si justement, car en refusant cette "fois de plus", on apporte une nouvelle pierre à l'édifice de notre Yessod.

Qu'HaShem nous aide, et Pessah Kasher Sameah 🍷

=====

=====