

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 28 Février 2014 à 18:57

JOUR 24

Je suis depuis hier assez agité.. Des envies de luxure m'envahissent.

Je suis resté trop longtemps ce matin au lit avant de me lever, j'étais paralysé par la fatigue. Des pensées lubriques sont alors entrées dans ma tête, d'abord sur ma femme.. le mauvais penchant m'indiquant que ce n'était pas trop grave de penser à sa femme ! Puis, je me voyais dans la rue à demander services à des prostituées.. J'ai alors B"H coupé la connexion avec mon cerveau, et me suis préparé !

Hier, j'avais également la souris du PC de mon bureau qui me démangeait.

Les bureaux autour de moi étaient vides, je pouvais en profiter pour faire "une petite pause". J'ai bien failli cliquer, puis j'ai B"H capitulé, je me suis levé et suis allé appelé un copain. J'ai ensuite attendu que mes collègues reviennent pour reprendre ma place.

Chabbat Chalom !

=====
=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 05 Mars 2014 à 14:26

JOUR 29

B"H je suis propre au sens du programme SA depuis 4 semaines !

Par contre je traverse depuis dimanche soir une période de crises, et j'avoue humblement avoir vu des choses sur internet.. des choses soft parce que je n'ai internet qu'au travail et il y a un filtre.. mais tout de même de quoi me faire vraiment tourner la tête.

j'étais encore dessus ce matin il y a moins d'une heure.. B"H j'ai appelé mon sponsor et la crise semble être passée au moment où j'écris ces lignes. Je lui ai dit que je parvenais pas à renoncer à la luxure.. il m'a rappelé que ce n'est pas parce qu'il m'arrive de faire encore des bêtises, que je n'ai pas pris la décision de renoncer. S'il suffisait de renoncer une fois pour toute et après c'est fini on est sorti du problème, ce serait trop simple !! le sexolisme est une maladie.. nous faisons le maximum de nos possibilités avec l'aide d'Hachem pour rester sobre jour après jour, mais certains jours sont plus difficiles d'autres.. il y a des crises et il faut l'accepter.

=====
=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 06 Mars 2014 à 19:48

JOUR 30

A ma grande surprise je suis B"H toujours propre aujourd'hui !

C'est un vrai miracle étant donnée la crise d'hier !

Je remercie Hachem qui a soulagé ma douleur

J'avais vraiment perdu le contrôle hier..

déjà hier matin j'ai vu ma voisine en tenue d'Eve, cela m'a mis dans un état de folie que je n'avais pas vécu depuis quelques temps.. ça fait des semaines que je scrutais à la fenêtre afin d'avoir "la chance" d'assister à cela !! cela a déclenché une nouvelle crise qui m'a fait faire n'importe quoi toute la journée.. je regardais dans la rue tout ce qui bougeait, je suis encore allé un peu sur Internet au travail, et même pendant une réunion !!

j'avais une envie terrible de me soulager : j'ai dit à Hachem que j'acceptais cette souffrance, et je Lui ai demandé de m'aider à ne pas chuter.

A peine remis, je me suis levé dans la nuit et à nouveau vu ma voisine.. deux fois en moins de 24h !! j'ai commencé à m'habiller.. pour aller voir d'autres "spectacles" car celui là avait été trop court ! chose que je n'ai jamais fait de ma vie ! je suis toujours resté sur Internet, mais B"H je n'y ai plus accès chez moi. Heureusement qu'Hachem a eu pitié de moi et m'a redonné le contrôle.. je me suis remis au lit..

je me suis levé ce matin avec un enthousiasme rare pour ne pas rater le nouveau spectacle du jour, mais B"H il a du avoir lieu plus tard qu'hier matin et donc je ne l'ai pas vu.

Et ce soir ??

Je demande à Hachem de m'aider face à cette nouvelle épreuve car je suis impuissant sans Lui ! Que je puisse au moins ce soir avoir la volonté de ne pas aller à cette fenêtre !

=====
=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 07 Mars 2014 à 19:39

JOUR 31

B"H 30 jours propre !

B"H je me sens plutôt serein aujourd'hui, j'ai eu une légère crise ce matin.. ma femme m'annonçant qu'elle ne passait pas chabbat avec moi.. j'ai d'un coup eu envie de luxure ! c'est vraiment un vrai déclencheur chez moi.. je me suis programmé comme ça pendant des années : dès que ma femme sort, c'était le feu vert pour m'enivrer tranquillement. De plus, j'avais vu des mails que nous nous étions échangés il y a quelques temps.. des mails finissant pas des 'je t'aime'.. cela fait plusieurs mois qu'il n'y a plus rien entre nous, et cela m'a rendu un peu triste.

B"H j'ai appelé mon sponsor : il m'a dit de réfléchir à ce que je cherche vraiment quand je veux de la luxure.. sachant que même si je cède à cette envie (D. préserve) je ne suis jamais satisfait de ce que je trouve et suis encore plus frustré.. il faut que je me répète chaque jour que je cherche en réalité autre chose, Hachem Lui même, et qu'il faut que je Lui demande qu'il me remplisse de Sa lumière ! Il est LA seule source dont j'ai besoin et que je cherche en réalité.

Chabbat Chalom

=====
=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 10 Mars 2014 à 20:09

JOUR 34

Bon, le problème se confirme : je suis devenu complètement obsédé par ma voisine !

J'ai passé 1h30 dimanche matin et je dirais 1h le soir à attendre le moment où je vais pouvoir la voir en tenue d'Eve. La fameuse scène dure pourtant que quelques secondes et j'ai vu dans ma vie des choses bien plus impressionnantes !

Mon sponsor m'explique que ce n'est pas ce que je vais voir qui m'intéresse vraiment mais l'attente.. je suis comme une lionne guettant patiemment sa proie.. effectivement, c'est bien la réflexion que je me suis faite.

J'ai un vrai défi à relever, car ici je ne peux pas mettre de mot de passe ou des filtres...

Mon sponsor m'a demandé de remercier Hachem pour ce cadeau qui doit pouvoir me permettre de grandir. De m'occuper avant l'heure H, d'appeler un copain avant, pendant et après. Il me faut m'engager au près de ce copain à ne pas aller vers la fenêtre pendant la période critique et si je le fais, l'appeler immédiatement.

La vérité, c'est que je n'ai vraiment pas envie d'appliquer le programme ici !

D'un autre côté, il me faut y renoncer car cela me rend vraiment fou et je risque de rechuter, D. préserve.

Par ailleurs, je ne parviens plus depuis quelques jours à faire quoi que ce soit d'autre que de regarder à cette fenêtre même si je sais que la fameuse scène aura lieu plus tard.. car cette voisine a un copain.. et ma femme les aurait vu commencer à ... faire des trucs. Manquait plus que ça pour éveiller ma curiosité malsaine.

Je demande à Hachem de m'aider à le remercier pour ce nouveau défi et de m'aider à appliquer les actions que mon sponsor m'a indiquées.

Au secours Hachem !!!

=====
=====