

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 Techouva - le 09 Avril 2015 à 12:57

Hag saméah à tous!

Je suis content de voir que vous faites revivre ce forum!

David, tu as écrit "Hachem veut que j'agisse".

Tu m'as fait penser que c'est exactement le message de chvii chel pessah.

Au moment de kariat Yam Souf, il a fallu d'abord que Nahshon ben Aminadav fasse son maximum, rentrer dans l'eau jusqu'au nez, et après seulement D. nous a fendu la mer.

On ne peut pas rester au bord de la mer et attendre que D. la fende pour nous.

Il faut se mouiller!

Je crois que nous avons tous besoin que Hachem nous fende plusieurs mers. Celle de la luxure bien sûr mais aussi celles des défauts de caractère.

Faisons donc ce que nous pouvons pour qu'Hachem fasse le reste.

Hag saméah!

=====

Re: C'est reparti !

Posté par troisaide - le 12 Avril 2015 à 10:28

C'est extrêmement motivant de voir que le forum redevient actif.

Merci David pour tous tes posts. Dans ma situation actuelle, où je ne fais rien pour guérir ma dépendance, où je suis éloigné du programme, ça me rappelle à la réalité, et me fais réaliser

comment cette folie risque de détruire ma vie, encore plus..

Pour moi, une des choses les plus difficiles dans cette lutte, c'est que la dépendance nous persuade que tout le monde ne tourne qu'autour de ça, que les gens ne pensent qu'à ça, et ne font que s'amuser.. De voir ça, sans en profiter nous frustre énormément. Mais la réalité est que les personnes "normales" savent vraiment profiter de leur vie, ils la vivent alors que nous, en essayant de la vivre au maximum, elle passe devant nous sans qu'on puisse attraper une once de bonheur.

Puissions-nous simplement réaliser où la luxure nous mène, simplement réaliser que notre vie ne sera que tristesse et échec si nous continuons à la recherche de fantasmes interminables.

Puissions-nous réaliser que le réel bonheur ne se trouve pas là, pour que nous ayons la force de travailler sur cette folie, à travers les 12 étapes.

=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 12 Avril 2015 à 12:56

merci pour ton partage troisaide, et ton honnêteté.

il m'a fallu de longs mois pour admettre mon impuissance et commencer à travailler.. l'écriture de la première étape m'a permis de me rendre compte comment j'avais perdu le contrôle de ma vie.. c'est pas jolie à voir !

j'en suis qu'au début du travail et ce n'est vraiment pas facile, mais vital pour moi : c'est ça ou ... D. préserve, aller savoir jusqu'où je peux aller !

je suis retombé dans la masturbation compulsive pendant les fêtes et encore hier.

le vide.. a eu raison de moi.

j'ai compris que je ne devais sous aucun prétexte rester à rien faire chez moi. Les fêtes et chabbat sont des journées longues maintenant, et je dois impérativement m'occuper.

j'ai un grand défaut : j'aime manger et beaucoup dormir. Mais cela me déprime.

Je dois trouver pour samedi prochain un ami pour étudier, je ne peux pas rester isolé.

Techouva, merci d'être également revenu parmi nous !

petite question pour toi : avec qui travailles-tu les 12 étapes ? est-ce que tu sais si une autorité rabbinique pourrait autoriser les appels aux amis pendant chabbat ? et si je peux le faire même pour prévenir une crise ? car quand je suis en crise, c'est souvent déjà trop tard !

Chavoua Tov

=====
=====

Re: C'est reparti !

Posté par Techouva - le 12 Avril 2015 à 18:33

J'ai travaillé les 12 étapes pendant une certaine période avec les groupes de GYE.

J'avais un sponsor et j'ai été moi même sponsor.

Mais j'ai quitté au bout d'un moment. Il y a plusieurs raisons à ça et j'espère trouver le temps de vous en parler mais je crois que au fond j'ai senti que ce n'était pas ce qu'il me fallait.

Pour ce qui est de ta question, je ne connais qu'une personne qui peut te répondre à ce genre de question. Il s'agit du Rav Twersky.

Behatsla'ha!

=====
=====

Re: C'est reparti !

Posté par Bneisrael555 - le 13 Avril 2015 à 15:57

Merci Techouva, je suis surpris que tu as quitté le groupe.. sans ma fraternité je me demande

bien ce que je deviendrai ! mais chacun son parcours :-)

sinon, de mon côté j'essaye de rester enfin sobre au moins journée !

à l'heure où j'écris ces lignes, je me sens bien et j'espère qu'Hachem m'aidera à finir ma journée propre.

lorsque l'on remet le doigt dans la luxure, elle nous attrape très vite le bras et tout le reste ! et il est très difficile de s'en extirper.

j'ai beaucoup appris sur moi-même ces dernières semaines. l'inventaire de la 4ème étape est très importante pour identifier les défauts qui sont finalement la racine de mon problème. J'en suis là aujourd'hui. Je commence à demander à Hachem de me délivrer de ces déficiences, et je sens que cela commence à fonctionner. Cela doit me permettre de ne plus arriver à perdre le contrôle de mes émotions, d'être débordé, et devoir m'anesthésier avec ma drogue pour me calmer.

Cela fonctionne pour les autres (et même pour les alcooliques !!) alors, avec la grâce de D.ieu j'espère pour moi aussi !

=====