

On ne lâche rien!

Posté par Ephrayim - le 16 Février 2016 à 00:18

Salut à tous!

J'ai débuté le parcours des 90 jours il y a 13 jours.

Aujourd'hui je viens de chuter. Je ressens de la peine mais j'ai tout de même un sentiment de fierté: je n'ai jamais tenu aussi longtemps.

Alors je ne lâche rien, je vais continuer à me battre et j'anéantirai ce yetser hara!

(les e-mail hizouk ne marchent pas chez moi quand je m'y inscris, si un admin peut faire quelque chose svp?)

=====

Re: On ne lâche rien!

Posté par Lion King - le 16 Février 2016 à 13:01

Shalom à toi Ephrayim !

Mazel tov pour ces 13 jours que tu viens d'accomplir. Dans notre monde rempli de débauche, c'est un coup d'épée dans le yester harâ ! Il est normale de ressentir de la peine, je te comprends, j'ai beaucoup chuté dans mes parcours des 90 jours. Cependant, cette victoire reste inscrite dans le 'olam haba, elle n'est pas perdue, donc accroche-toi !

Tiens-nous au courant de ton évolution s'il te plaît.

Hazak !

=====

Re: On ne lâche rien!

Posté par Ephrayim - le 18 Février 2016 à 13:34

Merci pour ton encouragement!

Le yetser ara a bien profité de ma chute puisqu'après il ne m'a pas lâché. Là j'ai un jour de sobriété, espérons que je puisse arriver aux 90 jours beezerat Hachem!

=====

Re: On ne lâche rien!

Posté par David26fr - le 22 Février 2016 à 14:08

Ne lâche rien, c'est un long travail, tu n'es qu'au début, tu n'atteindras pas forcément les 90 jours du premier coup, le PLUS important c'est de ne pas désespérer 😊

Tu as essayé sur cette page ? guardyoureyes.com/french/tools/chizuk-emails

=====

Re: On ne lâche rien!

Posté par Bneisrael555 - le 25 Février 2016 à 13:22

Bravo Ephrayim pour tes 13 jours et ton honnêteté.

Nos sages expliquent que le yetser hara n'est pas tellement intéressé par la chute mais beaucoup plus par la tristesse qui pourrait s'en suivre ! car la tristesse ou la peine risque de nous maintenir à terre un moment, D.ieu préserve.

Alors surtout reste en joie et dis toi que la sobriété ce n'est que pour aujourd'hui, un jour à la fois !

Que D.ieu t'aide !

=====

=====

Re: On ne lâche rien!

Posté par Bneisrael555 - le 13 Mars 2016 à 09:31

Chalom [Ephrayim!](#)

comment vas tu ?

=====

=====