

Mon histoire, mes combats

Posted by Yirmeyahou - 25 Jun 2013 21:47

Shalom à tous,

Je suis un jeune Juif français et je me permet d'écrire sur ce forum car le forum français ne fonctionne pas, et je parle pas très bien anglais. Si besoin, j'utiliserai google traduction.

Voilà, je me débat avec zéra lévatala/Masturbation depuis l'âge de 12 ans environ, et la pornographie depuis plusieurs années également. J'étudie la Torah, mais je sens que je mène une double vie, et ma vie avec Hashem en est affecté. J'ai beau prier, crier, pleurer, je n'arrive pas à me débarrasser de ces péchés. J'ai aussi un problème avec mes yeux, je regarde souvent les femmes, je n'arrive pas à résister, c'est plus fort que moi.

J'ai regardé le site guardyoureyes, mais je ne comprend pas comment je dois travailler les 12 étapes. Pouvez-vous m'expliquer comment les appliquer ?

J'ai lu beaucoup de témoignages de personnes qui sont propres au bout de 90 jours, c'est un véritable miracle, car moi le maximum c'est 2 semaines et j'ai craqué, c'était trop dur.

Je ne suis pas encore marié, mais j'espère être guéri de cette maladie spirituelle/physique avant mon mariage, pour ne pas amener ce combat dans mon futur couple. Aussi, j'ai tellement fait de masturbation et de pornographie que j'ai peur que Hashem ne me donne pas mon zivoug, pour me punir, c'est une grande crainte.

Je demande donc votre aide pour m'aider, je ne sais plus quoi faire pour m'en sortir.

Toda raba par avance, et qu'Hashem vous bénisse, Shalom Aleikhem.

=====
=====

Re: Mon histoire, mes combats

Posted by gibbor120 - 27 Jun 2013 23:35

[Yirmeyahou wrote:](#)

@ gibbor120 : no I have not seen a therapist. I'm still with my mother, I do not want her to

You say "I grew up with "psychological deficiencies," and developing fears, fears and anxieties, which I still have today." Why not go to a therapist for that? Then you can deal with all your issues. The therapist can't tell your mother anything unless you allow it.

=====

discover these things about me
Re: Mon histoire, mes combats

Posted by Yirmeyahou - 28 Jul 2013 15:35

Shalom,

Sorry for the long delay, I have not had much time lately.

I'm happy to tell you that I want for several days now! Or masturbation or pornography! In fact, many things come into play: it based on the Torah, I made a vow to HaShem, telling Him: I promise to get away from the debauchery, and not fall. Only I do not have the strength. Thus, it is you who keeps me from falling! And so far it works! I also feel that HaShem gives me the strength to protect my eyes, it's great!

I started to jog as I noticed that sport releases accumulated tension in me, and Current I talk to my Father who is in heaven.

I think I'm on the right track! : p

=====

=====

Re: Mon histoire, mes combats

Posted by nitzotzeloki - 28 Jul 2013 18:52

sounds like you did step one and two to me. step one admitting that we are powerless, we cant do it on our own. step two, G-d CAN

=====

=====

Re: Mon histoire, mes combats

Posted by Yirmeyahou - 29 Jul 2013 19:53

Yes, exactly! And it works very well. For some days I feel HaShem leads me and fight for me, it's a weird feeling!

=====

=====

Re: Mon histoire, mes combats

Posted by Yirmeyahou - 11 Sep 2013 18:54

Well, I'm still out in the porn. I continue to fight even if it's hard. When it is not masturbation, it's porn. When it's not porn, it's eyes out. It is a vicious circle that must succeed to break.

I just started to read (in French) the book of alcoholics, I hope it will help me out.

=====

=====

Re: Mon histoire, mes combats

Posted by Brother - 11 Sep 2013 20:54

Reading the AA book is definitely a good start you got to work on the steps and take one day at a time.

You definitely did the right thing by coming here, read the book do the steps that will teach you how to relate to Hashem THROUGH this disease.

=====

=====