Bienvenue à GuardYourEyes. Vous n'êtes plus seul! GuardYourEyes (GYE) est un réseau dynamique de Juifs fraternels de toutes origines, luttant pour se purifier et se libérer de comportements liés à la luxure. Pour la première fois, il y a où se tourner pour trouver de l'aide dans ces domaines.

Au cours des dernières années, le réseau GYE a aidé plus de 1.000 Juifs à revenir sur la voie de la rectitude, la maîtrise de soi et la guérison et a touché la vie de milliers d'autres. GYE est maintenant connu dans le monde juif comme l'adresse numéro un pour faire face à ces défis qui ont atteint des proportions épidémiques.

Les outils de notre programme de rétablissement ont été élaborés avec les conseils des meilleurs experts dans ce domaine, tels que le Rav Dr Avraham J. Twerski, ainsi qu'avec l'expérience personnelle de centaines de Juifs qui ont réussi à se libérer. Nous utilisons une approche unique qui reconnaît les nombreux différents niveaux de ces luttes.

Notre réseau est composé d'un site web, d'un forum, d'e-mails de H'izouk quotidiens, de hotlines de soutien (anglais/hébreu), de thérapeutes, et d'un programme de rétablissement pour tous les niveaux de cette lutte / dépendance.

Tout notre travail est gratuit et nous protégeons complètement l'anonymat de tous nos membres. Sur notre forum, graphiques, permanences téléphoniques et conférences téléphoniques, des surnoms ou des noms non-révélateurs sont utilisés. Pour commencer, vous voudriez peut-être vous créer une adresse e-mail anonyme (quelque chose comme grandir@gmail.com).

Voici quelques petites choses que vous pouvez faire pour vous aider à plonger directement dans votre voyage:

1) Consultez le Programme GYE en résumé qui peut vous aider à identifier rapidement à quel niveau de lutte vous êtes, et quels sont les outils qui vous aiderontt le plus à votre niveau.

2) Installez un filtre solide et nous garderons le mot de passe pour vous. Un logiciel de compte-rendu est également fortement recommandé, pour vous donner la responsabilité.

3) Inscrivez-vous aux e-mails de H'izouk quotidiens sur la page d'accueil pour recevoir du H'izouk tous les jours.

4) Rejoignez le Défi des 90 jours. Des études scientifiques ont montré qu'il faut 90 jours pour changer les chemins neuronaux créés par des conduites addictives dans le cerveau.

5) Postez sur le forum où des centaines de personnes échangent du H'izouk et postent le journal de de leur voyage de rétablissement. Vous intérioriserez que vous n'êtes pas seul, et vous apprendrez les techniques et l'attitude qui marchent pour tant d'autres.

6) Si vous avez besoin d'orientations plus générales, n'hésitez pas à nous écrire à protegermaneshama@gmail.

7) Lisez le programme GYE (vous pouvez télécharger le manuel GYE ici) Le manuel GYE décrit l'approche de GYE en détails, et rend notre réseau beaucoup plus efficace et puissant.

Nos âmes crient à l'intérieur de nous, mais nous nous sommes habitués à bloquer ce cri.

Aujourd'hui, nous pouvons commencer à être la personne que nous voulons vraiment être.

Nous sommes là pour vous.

E-mail Help line GYE: protegermaneshama@gmail.com