

Un Stylo 'Hot'

L'écriture a été pour moi un outil très efficace depuis six ans dans OA. Mon parrain m'a présenté un stylo qu'il qualifiait de 'passionné' en me disant : 'Dépose ton stylo sur une feuille de papier, et bien avant que tu ne t'en aperçoives, tes pensées et sentiments que tu gardais embouteillés à l'intérieur vont s'y retrouver, et tu accèderas à une toute nouvelle liberté. 'Depuis lors, lorsque je griffonne mes pensées et que je les partage, ça me confirme à chaque fois que c'est sage de tenir un inventaire écrit rapide, surtout pratiqué au beau milieu d'agitations et de tracas. À l'occasion, je publie même mes insights dans notre bulletin de l'Intergroupe.

Le mois dernier, j'étais dans un vrai brouillard et j'en perdais même ma sérénité. Un ami m'a suggéré de revenir à la Première et Deuxième Étapes. J'ai admis que j'étais impuissant devant mes émotions, que j'avais perdu la maîtrise de ma vie émotionnelle, et je suppliais ma Puissance supérieure de me rendre la raison.

Le lendemain, un bulletin d'information d'un autre intergroupe est arrivé avec mon courrier. Comme je cherchais de l'apaisement, je l'ouvris et j'y ai lu : 'Jusqu'à ce que j'en vienne à croire que ce programme est la solution dans tous les domaines de ma vie, je vais continuer à rechuter. Je suis impuissant non seulement devant la nourriture, mais aussi devant d'autres personnes, devant mes émotions et devant tous les événements de ma vie.

'Chaque fois que j'ai essayé de contrôler ma vie, ça n'a pas marché. Ça m'a seulement apporté que plus d'adversité. Je me suis placé sur la défensive et je suis devenu misérable, et je ne m'aimais plus ou ne me plaisais plus en compagnie des gens de mon entourage.

'Quand j'en suis venu à croire que ma Puissance supérieure à moi-même pourrait me rendre la raison, tout a changé.'

À mesure que je lisais cet article, l'espoir me revenait. Je n'étais plus seul.

J'ai pu remarquer alors ce que la plume avait barbouillée. Quelle surprise ! Dans cet article, il y avait un extrait d'un article écrit par moi il y a de ça plusieurs mois.

Je remercie Dieu d'avoir mis cette dernière 'coïncidence' sur mon chemin, et je remercie mon parrain de m'avoir appris ce que me rapportait de garder ma plume chaude.

- *Lifeline*, juillet 1982



Réflexion

Les aliments ne peuvent ni faire disparaître ni engourdir la peur qu'il y a en moi. Pour aujourd'hui et avec l'aide de ma Puissance supérieure, je peux et vais décider de persister avec le programme OA.

- Lifeline, février 2003

Une invitation à servir dans OA

Un membre qui désire demeurer anonyme a dit : 'Le service m'a permis de revenir à ce programme de rétablissement pendant plus de trente ans ! Sans mon implication dans les services, j'aurais quitté plusieurs fois. C'est ma connexion au mouvement OA.

Comment allons-nous servir cette semaine ?