

## Le soleil brille ici merveilleusement

Je suis une outremangeuse compulsive et je suis une autorité sur la façon dont on se sent lorsqu'on pèse 136 kg (300 livres) et mesure 1m78 (cinq pieds dix pouces). Je suis une femme et une mère, mais je me sentais à peine humaine et à peine une femme. Chaque kilo d'excès portait le poids d'une vieille blessure et m'imposait de la haine envers moi-même et plusieurs autres. Piégée derrière un mur de graisse, j'outremangeais tous les jours. Jusqu'à aller à crier en désespoir de cause : « Qu'ai-je fait pour mériter cela ? Mon Dieu, aide-moi s'il Te plaît. Permet-moi de manger ce que je désire, de me gaver, mais ne me laisse pas prendre du poids. »

Puis un jour, où l'un des seules personnes à qui je parlais m'a dit : « J'ai entendu parler d'un groupe appelé Outremangeurs Anonymes. Veux-tu m'y accompagner ? » — « Bien sûr, je lui ai dit, ne m'attendant jamais à ce que nous y allions. Mais nous y sommes allés et l'espoir s'est mis à renaître en moi. J'y ai trouvé des amis, des cœurs accueillants, une marraine et la sérénité. J'ai trouvé là une nouvelle moi - quelqu'un de gentil, bon et aimable. J'ai perdu 36 kg (80 livres) et j'ai acquis une nouvelle perspective sur la vie.

J'ai commencé à travailler comme caissière dans une épicerie. Certains peuvent se demander qu'est-ce qu'une outremangeuse compulsive fait dans un magasin d'alimentation, mais c'était un emploi qui me permettait d'affronter le public avec un sourire. J'ai aimé ce job, et mon poids a encore baissé de 20 kg (plus de 43 livres).

À cause de OA, j'ai imaginé des rêves qui ont fini par se réaliser. J'ai trouvé un programme de rétablissement et une bonne façon de composer avec des difficultés de la vie, avec la douleur et le stress de mon quotidien. Mon esprit n'était plus contrarié ou ratatiné. Au lieu de cela, je prends le problème qui se pointe le bout du nez à bras le corps. Je me dis : « Que puis-je tirer de cette situation ? Comment cela peut-il m'aider à devenir une meilleure personne ? »

Je suis libre de grandir petit à petit, de déployer mes ailes comme un esprit libre, planant assez haut dans le ciel. Le soleil brille ici magnifiquement, merveilleusement. Combien l'air est frais ici ... et combien le monde m'apparaît charmant et enchanteur...

- *Lifeline, mars 1980*



## **Réflexion**

Je vois les merveilles de la terre et le miracle de vies changées par OA. Peu importe où que je regarde, là, je vois Dieu à l'œuvre.  
- *Lifeline, novembre 1995*

## **Une invitation à servir dans OA**

Muriel M. de Fayetteville au Tennessee, a dit : « Chaque groupe a besoin d'un trésorier, d'un animateur, d'un représentant de l'intergroupe, et d'une personne-contact pour répondre aux appels qui entrent dans notre boîte de messages téléphoniques. Le service est un outil très important pour gravir les Douze Étapes. »

*Comment allons-nous servir cette semaine ?*