

Le message le plus puissant



Quand je suis arrivé à OA, les gens disaient : 'Si les nouveaux sont prêts, vous ne pouvez pas leur dire quelque chose d'incorrect. Si elles ne sont pas prêtes, vous ne pouvez pas leur dire quelque chose de bien.' C'était vrai dans mon cas. Ce n'est rien que quelqu'un a dit ou fait qui a attiré mon attention, mais c'est plutôt une réponse mystérieuse qui a mis du baume sur mon cœur meurtri.

J'ai également réalisé que je ne dois pas être correct, parfait ou à apprendre tout un ensemble de procédures pour transmettre le message. Si je devais le faire, je ne me serais jamais approché de qui que ce soit. Quand j'ai commencé à parrainer, j'aurais pu m'identifier avec une perte de poids de 11 kg (25 livres) et avec neuf mois dans le programme, mais personne ne m'a demandé quoi que ce soit. Ils m'ont dit que tout ce que je devais faire était de m'habiller et me présenter. Je pouvais bien faire cela et laisser les résultats à Dieu. Aujourd'hui, je vois de nombreuses occasions de transmettre mon message d'espoir, même si je ne me suis abstenu qu'imparfaitement et si je n'ai mis en pratique de façon maladroite notre programme de rétablissement. La seule chose que je devais faire très bien, c'est de continuer à revenir. Ça marche pour moi depuis plus d'onze ans.

C'est essentiel que nous continuions à revenir, même lorsque nous ne sommes pas abstinents, parce que nous sommes toujours un message d'espoir. Si j'ai été hanté par des obsessions ou si j'ai trop mangé et si je fais toujours de mon mieux pour m'abstenir juste pour un repas ou encore si j'assiste à une réunion, c'est une capitulation qui me met en contact avec ma Ps au cœur de ma souffrance.

Je crois que c'est cela qu'on entend par 'Aujourd'hui, l'abstinence est la chose la plus importante dans ma vie sans exception.'

Le message le plus puissant rempli de l'espoir que j'ai entendu de la part de mes frères et sœurs chez les Outremangeurs Anonymes me vient lorsqu'ils me témoignent de leurs douleurs de la compulsion alimentaire et lorsque je les vois malgré des moments difficiles, continuer à revenir.

Donc me voilà, je suis rempli de gratitude envers tous ces outremangeurs compulsifs qui sont imparfaitement en rétablissement, et que moi-même je me retrouve parmi eux. L'espoir est vivant. Continuez à revenir !

- Lifeline, juillet 2001

Réflexion

Le fait d'être avec d'autres personnes qui partagent le même combat que moi renforce ma croissance personnelle et amoindrit mon déni.

- Lifeline, octobre 1989

Une invitation à servir

S.T. de Woodsboro, au Maryland, États-Unis, dit : 'M'impliquer dans les services m'a aidé à sortir de ma coquille. Je suis devenu plus extraverti. Je n'ai plus peur de me lever debout devant un groupe et de m'exprimer pour dire ce que je dois dire.'

Comment allons-nous servir cette semaine ?