

PARTAGEONS

22-23 MAI 2010

THÈME DU CONGRÈS : L'IMPLICATION DANS LES SERVICES

Congrès OA
à Québec

Fraternité
St-Alphonse

1012 boul.
Ste-Anne
Québec

Téléphone :
418 821-0806

L'implication dans les services au cœur de notre rétablissement

Dès mes débuts dans OA, mon groupe d'attache du moment m'a aidé à continuer, à revenir... en me donnant des responsabilités. Depuis lorsque je prends un engagement, je m'investis. Je m'implique dans les services parce que les dividendes sont élevés.

Le service me maintient abstiné. Et présentement, je jouis d'une belle qualité de vie !

Nous célébrons aujourd'hui un nouveau congrès OA à Québec qui s'ouvre avec nous tous impliqués dans notre rétablissement. L'intergroupe OA de Québec m'a demandé de vous parler d'implication dans les services. Mon abstinence est ma priorité.

Et Dieu m'a donné plusieurs projets que je peux amener à une réalisation. Ça ne se fait pas seul. Il y a dix-sept groupes et autant de meetings dans notre intergroupe et il y a une foule de personnes qui ouvrent les salles, étalent la documentation et préparent un décor accueillant pour recevoir les nouveaux et les membres de leur groupe. Mon parrain m'a demandé si je

Renseignements
et information

Chantal :
418 704-1260

Guyline :
418 660-9370

voulais me rétablir. Il m'a dit que plus vite je m'impliquais dans les services plus vite je serais abstiné et je maintiendrais cette abstinence. Malgré tout



cela, une abstinence continue ne s'est pas

pointée le nez avant que je reconnaisse des aliments déclencheurs que je ne voulais pas abandonner. Ces derniers me permettaient de me geler en dernier

recours. Ce n'est pas que Je n'étais pas pris, c'est que telle était la volonté de ma Ps.

Aujourd'hui l'implication dans les services m'amène à persévérer, à changer mes vieilles habitudes, à recevoir

des personnes qui m'invitent à changer, qui provoquent des réactions et m'incitent à me métamorphoser en la personne que ma Ps veut que je devienne. Ça me force à m'améliorer quelquefois malgré moi.

L'implication exige plus de moi, plus de temps, plus d'énergie. Et tout ce temps, toute cette énergie, tout ça vient de ma Ps.

Grâce à l'implication, j'ai amené ce que j'ai appris dans les services dans mes relations avec ma conjointe, avec ma famille. C'est un beau cadeau. Ma Ps se sert des services pour développer l'amour en moi et avec les autres, le monde.

L'implication m'apporte l'humilité, de faire un pas en

avant et parfois un pas en arrière, de prendre une petite ou grande place, celle que ma Ps veut bien que je prenne.

Dans les services, je découvre de belles choses qui existent dans le mouvement. Je vois l'intergroupe qui, des fois, m'a semblé croche et à d'autres moments, je vois des belles personnes avec plein de talents qui grandissent. Mon poste de président de l'intergroupe m'aide à grandir.

Le service m'apprend à comprendre et à vivre les Traditions, les Concepts. Je ne me suis jamais empêché de servir parce que je ne suis pas parfait.

Il y a encore des choses qui me dérangent et je suis capable de rester serein. Je dois une fière chandelle à mon parrain de service qui m'écoute beaucoup et sait me dire les vraies affaires. Il m'aide à me rendre compte que ceux et celles qui en ont à redire ne s'impliquent pas assez.

Merci car beaucoup d'implication m'amène beaucoup de rétablissement.

Gilles



< Le service me maintient abstinent. Et présentement, je jouis d'une belle qualité de vie ! >



REVOIS TA JOURNÉE !

Avant de nous mettre au lit le soir, nous passons notre journée en revue de façon constructive.

Avons-nous été égoïstes ou malhonnêtes ?

Avons-nous éprouvé du ressentiment, de la peur ?

Devons-nous des excuses à quelqu'un ?

Avons-nous gardé pour nous-mêmes quelque chose dont nous aurions dû discuter tout de suite avec une autre personne ?

Avons-nous été bons et bienveillants avec chacun ?

Y a-t-il quelque chose que nous aurions pu mieux faire ?

Avons-nous pensé à nous-mêmes la plupart du temps ?

Avons-nous cherché à être utiles aux autres, à apporter quelque chose dans la vie ?

Toutefois nous devons prendre garde de ne pas tomber dans l'inquiétude, le remords ou la réflexion morbide, car cela nuirait à notre action auprès des autres. Une fois notre examen de conscience terminé, nous demandons à Dieu de nous pardonner nos erreurs et de nous indiquer quelles mesures correctives nous devons prendre.

Les Alcooliques Anonymes, p. 79

Alcooliques Anonymes, Réflexions de Bill, p.89



< AVEC OA, LA BALANCE NE DÉCIDE PLUS
COMMENT TU DOIS TE SENTIR ! >

< Chez nous, les membres donnent beaucoup de leur temps pour leurs camarades (...) >

Les Douze Étapes et les Douze Traditions
des Outremangeurs Anonymes, p. 199

Adresse postale : 2700 boul. Laurier
CP 31121 Québec, Qué. G1V2L8

Téléphone : 418 871-8240 (répondeur)
Courriel : oaquebec@hotmail.com
Site internet : www.oaquebec.org

Dans mes groupes d'attache, j'ai remarqué que les membres qui restent en rétablissement sont ceux qui continuent de servir. Grâce au service, je peux me pratiquer à me libérer des chaînes de l'égoïsme et j'obtiens cette libération en me concentrant sur des choses extérieures à moi. Chaque fois que j'écoute attentivement le partage d'un autre membre je brise l'une des chaînes qui me rattachent à moi-même. Chaque fois que j'assiste à une réunion d'affaires et que je tente de trouver des idées qui favorisent OA dans son ensemble au lieu de servir mes propres intérêts je brise un autre de ces liens. Chaque fois que j'écoute un membre OA et que je l'encourage dans son rétablissement, je me libère de moi-même.

Chaque fois que je sers sans compter mes heures ni souhaiter une récompense, je fais l'expérience de la liberté, de l'amitié, de la joie et du rétablissement dans l'abstinence.

Les Voix du Rétablissement, p.284

