

Mars 2015

Le Partageons

Express



...merveilleux ! (suite)

Tout à coup, mon alimentation est devenue plus saine, je me suis débarrassé des bouteilles de boisson qui me restaient des Fêtes, et j'ai arrêté de prendre des somnifères comme je le faisais tous les soirs auparavant. Quelle joie de savoir qu'il va ainsi ramasser nos fardeaux et les porter pour nous. Il suffit bien de demander. Ce n'est pas étonnant de nous apercevoir que nous nous sentons plus légers lorsque nous Lui confions nos fardeaux.

Quand je cherche dans mon placard pour des vêtements qui selon moi devraient mieux me faire maintenant, je suis en train de compliquer les choses, comme je l'ai fait avec le pic, en ajoutant la perte de poids à ma joie que me procure mon abstinence au lieu de simplement profiter et de jouir de l'abstinence qui est déjà là en moi. Je ne dois pas oublier de garder les choses simples.

Tout simplement merveilleux !

Aujourd'hui, j'ai regardé par la fenêtre et j'ai aperçu un beau grand pic. Son dos était d'un gris anthracite et il avait une tête rouge vif avec des rayures blanches sur les tempes. Je suis allé chercher mes jumelles pour mieux le voir, et il avait disparu.

Parfois, je n'apprécie pas ce qui est juste là en face de moi, et je veux le rendre meilleur et plus clair. C'est la même chose avec mon abstinence. Je dois garder ça simple. Je ne dois pas compliquer ça en essayant de la rendre parfaite ou mieux encore d'en faire...

la meilleure abstinence que qui que ce soit n'a jamais eu.

Après avoir compris cela, j'ai regardé par la fenêtre sans mes jumelles et j'ai tout de suite trouvé le pic. Comme pour mon abstinence, j'apprécie la simplicité et la beauté autour de moi parce qu'elle est un don de Dieu.

Je ne comprends pas toujours que c'est la simplicité même que de demander de l'aide à ma Puissance supérieure. Dieu m'a dévoilé à plusieurs occasions que j'étais sur le point de toucher un bas-fond. À chaque fois que je jurais que ce serait mon dernier et mon véritable bas-fond. La semaine dernière, Il m'a montré une autre mode de vie quand je lui ai affirmé que je ne pouvais pas endurer ça plus longtemps, et que j'étais impuissant devant la nourriture, l'alcool, les médicaments et la cigarette.

Réflexion

Dieu était toujours avec moi. Il m'a aimé quand je ne pouvais pas m'aimer moi-même. Tout ce que j'ai à faire, c'est d'humblement me (ma volonté et ma vie) confier à Lui.

- Lifeline, mars 1999

Une invitation à nous impliquer dans les services

Un membre anonyme a dit : ' Le service n'a pas à être difficile, laborieux ou pénible. Ce peut être aussi simple qu'écrire un article pour le Partageons (le Lifeline) ou tout autre bulletin d'information de notre région. Ce peut être de prendre des tâches et de les réaliser bénévolement pour notre intergroupe. Nous tous sommes responsables de transmettre le message à d'autres outremangeurs compulsifs. S'engager avec ou sans zèle, s'investir dans les services, ça nous aide à y arriver.'

Comment allons-nous servir cette semaine ?