

Le Partageons

Express

Tous les matins, un miracle se produit

Je prends une journée de congé dédiée à ma santé mentale juste pour m'asseoir, respirer et me reposer, de regarder ma vie passer et d'apprécier la présence de Dieu en moi. Ça fait onze ans que je suis membre OA, mais c'est la première fois que j'écris un article pour la revue Lifeline.

Pourquoi ? J'attendais jusqu'à ce que j'aie atteint enfin un programme parfait.

Aujourd'hui, j'ai un parrain qui m'invite à ne plus retenir mon souffle. Ma façon de mettre en pratique mon programme est excellente, mais pas parfaite, juste bien comme ça. La vie est généreuse pour moi, même si les choses ne sont pas parfaites, et les gens ne font pas toujours ce que j'aimerais

Mais ce n'est rien de nouveau.

Ce qui est nouveau, c'est moi, par la grâce de Dieu. Je me suis fait réveiller ce matin par un lever de soleil tout chaud et lumineux, particulier à la Nouvelle Angleterre, par les appels de mes filleuls que je parraine. Puis je me suis mis à genoux pour remercier Dieu pour son amour et sa sollicitude. J'ai mangé un petit-déjeuner abstinent et me suis assis à l'ordi pour prendre le temps de partager ma gratitude. Chaque matin commence bien, peu importe ce qui se produit, parce que le calme m'habite.

Il n'en a pas toujours été ainsi. J'avais l'habitude de me réveiller chaque matin avec en moi la haine de soi, la colère et une peur épouvantable. Je me suis déjà mis à genoux pour me défaire de ma compulsion alimentaire et maintenant je dois le faire pour nettoyer le désordre dans ma vie ou pour chercher une autre façon de me geler. La seule chose qui m'était familière, c'était ma dépendance à la bouffe ; je n'avais aucun autre moyen de faire face à la vie.

Ces jours-ci, mes matins sont devenus des miracles. Je suis libéré de toute panique, toute répugnance envers moi-même et de craintes factices et sans fondement. Je ne mange plus compulsivement. Mon programme commence chaque jour par ce rappel à la raison : 'Ce matin, Mon Dieu, aide-moi à ne pas trop manger, et pas n'importe quoi' et cette prière quotidienne se termine par 'Fais de moi l'instrument de Ta paix'.

Mes jours ne sont pas toujours magiques et merveilleux, mais je suis libéré de la nourriture d'une manière que je n'ai jamais pu imaginer possible. Dieu fait pour moi ce que je ne peux pas faire pour moi-même. La vie est belle, meilleure que jamais.

- Lifeline, octobre 1980



Réflexion

Si je prie pour avoir la bonne volonté — quelquefois pour avoir l'enthousiasme de prier pour avoir cette bonne volonté — et ma Puissance supérieure répond assez fidèlement à mes sollicitations.

- Lifeline, mars 1996

Une invitation à servir dans OA

S.T. de Woodsboro, au Maryland, dit : 'Donner et m'investir dans les services, ça m'a invité à revenir dans le Mouvement. Même si de temps en temps, je n'ai pas envie de participer à une réunion, je dois y aller parce que c'est moi qui a la clé de la salle de réunion, qui a les nouvelles mises à jour de listes de réunions, ou pour y apporter la littérature que d'autres ont commandée.'

Comment allons-nous servir
cette semaine ?