

Après le miracle



Avant d'arriver à OA, je me remplissais à craquer avec la nourriture et ça élargissait mon corps sous toutes ses coutures.

Maintenant, manger sainement et faire de l'exercice sustentent mon corps.

Avant OA, avec des aliments je truffais mon cœur.

Maintenant, les gens prennent toute la place dans mon cœur.

Avant OA, mes obsessions alimentaires gaspillaient tout mon temps.

Maintenant, le service, les amis, et la détente combleront mon horaire.

Avant OA, la nourriture tentait d'apaiser un brin de folie dans mon âme.

Maintenant, grâce à ma Ps, je reçois Sa grâce dans chacun de mes moments présents.

Avant OA, certains aliments anesthésiaient mes sentiments.

Maintenant, mes sentiments me font vibrer.

Avant OA, la nourriture masquait bien ma faible estime de soi.

Maintenant, je crois que je suis fier et digne juste parce que je suis vivant.

-Lifeline, novembre 2011

Réflexion

Le résultat final chez quiconque travaille les Étapes c'est une poussée de croissance de son estime de soi. Les Douze Étapes sont, en effet, plus puissantes que la maladie.

- *Lifeline, juin 1986*

Une invitation à servir dans OA

MDC de l'Ontario, Canada, a dit : 'Quand on demande un bénévole pour une tâche, je lève ma main. Je sais que je dois donner aux autres une chance de s'impliquer dans les comités de services.

Heureusement, les tâches sont nombreuses et il y a beaucoup de travail à faire, et nous pouvons tous contribuer.'

Comment allons-nous servir cette semaine ?