Perdre quelques kilos de trop

J.C.A., Espagne

08/07/2011

Depuis novembre dernier j'ai demandé à saint Josémaria de m'aider à perdre du poids car depuis quelque temps je ne faisais pas attention et j'avais pris quelques kilos de trop.

C'est donc huit mois après avoir commencé à prier pour cette intention concrète que je suis ravi de dire que grâce à son aide et sans

faire de régime spécial (tout en changeant petit à petit mes habitudes) j’ai réussi à perdre 20 kilos. Je suis convaincu que c’est grâce à l’aide de saint Josémaria. Je continue de lui demander de m’aider car le médecin m’a recommandé d’en perdre encore quelques uns.

pdf | document généré automatiquement depuis https://opusdei.org/fr-cd/article/perdre-quelques-kilos-de-trop/ (12/12/2025)