

Εβδομαδιαίο

2014

Σωσίβιο

Τόμος 5, Νο.1, 6-12 Ιανουαρίου

Δυνατός στην πίστη

Για μένα το Πρώτο Βήμα θα έπρεπε να διαβάζεται ως εξής: «Είμαι ανίσχυρος έναντι του εαυτού μου». Έλεγα, «Θέλω να χάσω βάρος» και συνέχιζα να τρώω. Έλεγα, «Θέλω να επανέλθω σε φόρμα» και δεν γυμναζόμουν. Έλεγα, «Θέλω την υγεία μου» και ακολουθούσα ανθυγιεινές συνήθειες. Έλεγα, «Θέλω να αφήσω τη δουλειά μου», αλλά δεν έφαχνα για μια νέα δουλειά ή δεν άλλαζα την κατάστασή μου στην παλιά μου δουλειά. Έλεγα, «Θέλω να γράψω», αλλά δεν έγραφα.

Έλεγα ότι θέλω να αλλάξω. Ένιωθα ότι θέλω να αλλάξω. Πίστευα ότι θέλω να αλλάξω. Παρόλα αυτά δεν άλλαζα. Έλεγα ότι δεν ήξερα από πού να ξεκινήσω. Αρχισα να απελπίζομαι.

Και άρχισα να απεχθάνομαι τον εαυτό μου που δεν ήμουν ικανή να κάνω αυτό που ήθελα. Καμία αλλαγή δεν ξεκίνησε όσο έλεγα «Θα... Θέλω... Πρέπει να...». Η αλλαγή ξεκίνησε όταν διερωτήθηκα, « Πώς; Τι;».

Είμαι ανίσχυρη απέναντι στο ψυχαναγκαστικό φαγητό. Αλλά καθώς ο ψυχαναγκασμός μου είναι ισχυρός στο σκοτάδι, έχω την δύναμη να ανοίξω το φως. Μπορώ να ανοίξω το παράθυρο και τις πόρτες και μπορώ να αισθανθώ τα συναισθήματά μου. Είμαι ελεύθερη και δεν έχει καμία σημασία το ότι δεν νίκησα την αρρώστια μου με τη μάχη της θέλησης. Ελεύθερος σημαίνει ελεύθερος.

Σωσίβιο, Ιανουάριος 1997

Ανώνυμοι Υπερφάγοι
www.anonymoi-yperfagoi.com



Έμπνευση

Η απομόνωσή μου δεν μου προσέφερε τίποτα. Η ανάρρωσή μου στους ΑΥ μου προσέφερε τα πάντα.

- Σωσίβιο
Ιανουάριος 2006

Το τεύχος του τετραμηνιαίου δωρεάν δελτίου των ΑΥ, για το πρώτο τετράμηνο του 2014, είναι διαθέσιμο προς λήψη στη διεύθυνση:
www.oa.org/membersgroups/a-step-

ΚΑΛΕΣΜΑ ΓΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΑ

Ο C.M. από το Rochester της Ν.Υόρκης των ΗΠΑ λέει: " Από την πρώτη μου κιάλας συνάντηση προσέφερα υπηρεσία. Βοήθησα στο συμμάζεμα της βιβλιογραφίας».

Εσύ με ποιον τρόπο μπορείς να προσφέρεις υπηρεσία αυτήν την εβδομάδα;

Θέλετε να διαβάσετε περισσότερα;

Γίνετε συνδρομητές του

e – Lifeline

Είστε ήδη συνδρομητές; *Μοιραστείτε το Lifeline Weekly με τους φίλους σας στους ΑΥ και ενθαρρύνετε τους να γίνουν και αυτοί συνδρομητές!*