

Εβδομαδιαίο 2015 Σωσίβιο

Τεύχος 6, Νο 5, 2-8 Φεβ. .

Στιγμές Ηρεμίας

Πόσες φορές μου είπε ο υποστηρικτής μου «Βάλε μερικές στιγμές ηρεμίας στην καθημερινότητά σου.»

Κομμάτι της αρρώστιας μου, είναι η μανιώδης ενασχόλησή μου με διάφορα πράγματα και η τάση μου να χαρίζω τον εαυτό μου σε τόσους πολλούς ανθρώπους. Αυτό που ξεκίνησε ως επιθυμία μου να φανώ χρήσιμος, μετατράπηκε σε ψυχαναγκασμό. Στο τέλος κατέληξα να γίνω χίλια κομμάτια.

Το Ενδέκατο Βήμα μας λέει να αναζητήσουμε μια συνειδητή επαφή με το Θεό μέσω της προσευχής και του διαλογισμού.

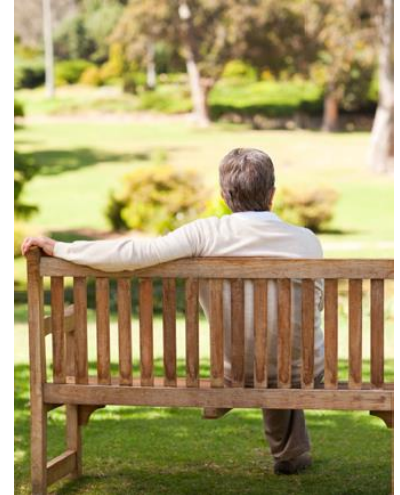
Όταν απολαμβάνω στιγμές ηρεμίας διαβιβάζωμαι εκ νέου πως ο Θεός είναι η πιο σημαντική δύναμη στη ζωή μου. Βάζω τη ζωή μου σε τάξη. Αφιερώνω χρόνο για να μυρίσω τα λουλούδια και έτσι γίνομαι ένας ολοκληρωμένος άνθρωπος. Τότε όλα μπαίνουν στη θέση τους και για πρώτη φορά εδώ και χρόνια είμαι ολοκληρωμένος.

Πιο συγκεκριμένα, το να αφιερώνω χρόνο για να ηρεμήσω, σημαίνει πως ατενίζω τη Δημιουργία του Θεού με στοργή και θαυμασμό, τη σκέφτομαι, την αφήνω να καταλαγιάσει μέσα μου και -αν επιλεγώ- γίνομαι ο αποδέκτης του δώρου της σκέψης του Θεού.

Οι ημέρες που ηρεμώ, είναι οι ημέρες που όχι μόνο κάνω περισσότερα πράγματα αλλά απολαμβάνω και έναν ήρεμο βραδινό ύπνο. Στο παρελθόν οι άυπνες νύχτες ήταν ο κανόνας.

Τέλος, από τις μεγάλες ευλογίες που δέχθηκα είναι η απώλεια 14 κιλών μέσα σε 3 μήνες και με τη βοήθεια της Ανώτερής μου Δύναμης είμαι σε συνεχή αποχή εδώ και δέκα μήνες.

- - Σωσίβιο, Μάρτιος 1986



Έμπνευση

Ο Θεός ήταν παρών όταν έτρωγα ψυχαναγκαστικά. Σήμερα είναι μαζί μου και μπορώ να του ζητώ να με καθοδηγεί και να με απαλλάξει από τα ελαττώματά μου.

Σωσίβιο - Ιούνιος 2010

Οι ΑΥ προσφέρουν
ΔΩΡΕΑΝ διαδικτυακά
Εργαστήρια για τα Δώδεκα
Βήματα. Συμβουλευτείτε το
[Ημερολόγιο](#) για να συμμετάσχετε
ζωντανά ή να ακούσετε τη μετάδοση
στο
<http://www.oa.org/oaodcasts/>

Κάλεσμα σε Υπηρεσία

Ο L.M. από Silver Spring στο Maryland των ΗΠΑ λέει
«Πίστευα πώς είχα άπειρο χρόνο στη διάθεσή μου για να
Προσφέρω υπηρεσία αλλά ο Θεός μου έδειξε πώς αν θέλω να
Κρατήσω αυτό το πολύτιμο δώρο, θα πρέπει να το δώσω».

Εσύ πώς θα προσφέρεις υπηρεσία αυτή την εβδομάδα;

Θέλετε να διαβάσετε περισσότερα;

Γίνετε συνδρομητές του

[e - Lifeline](#)

Είστε ήδη συνδρομητής;

Μοιραστείτε το Lifeline Weekly με
τους φίλους σας στους ΑΥ και
ενθαρρύνετέ τους να γίνουν και
αυτοί συνδρομητές!