

Εβδομαδιαίο 2014 Σωσίβιο

Τόμος 5, Νο.35, 20-26 Οκτωβρίου

Προειδοποιητικό Σινιάλο

Όταν κοιτάζω παλιές φωτογραφίες, βλέπω ένα κορίτσι να κεντάει, να χαμογελάει και να μυρίζει πασχαλιές. Αλλά, οι γονείς μου πήραν διαζύγιο, όταν ήμουν 7 ετών και η ζωή έγινε πολύ πιο δύσκολη. Σταδιακά, αποσύρθηκα και άρχισα να τρώω και να τρώω. Κάθε χρόνο, έβλεπα 5 παραπάνω κιλά στην ζυγαριά και περισσότερη παρενόχληση και εμπαιγμό από την οικογένεια μου. Το βάρος μου εκτοξεύθηκε και παρέμεινε στα 136 κιλά.

Τότε, βρήκα τους ΑΥ, όπου ένοιωσα ότι ανήκα από την στιγμή που διάβηκα την πόρτα. Η ανάρρωση μπορούσε να έρθει μόνο από μια δύναμη έξω από τον εαυτό μου γιατί τα καλύτερα μου τεχνάσματα με οδήγησαν σε αποθαρρυντικό βάρος. Όντας στην ασθένειά μου, πίστευα ότι η λύση ήταν να ασκώμαι ψυχαναγκαστικά. Αυτό ήταν γελοίο εκ των υστέρων. Κανένα πρόγραμμα άσκησης, δεν μπορούσε να εξουδετερώσει τις θερμίδες που προσλάμβανα!

Μέσα, πια, στο πρόγραμμα άρχισα να ασκώμαι με υγιεινό τρόπο και να αντικαθιστώ τη δυσλειτουργία της οικογένειάς μου, με τις Παραδόσεις και τα Βήματα. Από όταν εντάχθηκα στο πρόγραμμα, δέκα χρόνια πριν, έχω παραιτηθεί από πράγματα που πια δεν είναι προς όφελός μου, είτε φαγητό, είτε φίλοι. Έχασα πάνω από 68 κιλά και έχω διατηρήσει το βάρος για πάνω από επτά χρόνια.

Η μεγαλύτερη ευκαιρία και πρόκληση της ζωής μου ήρθε αυτή την χρονιά. Αποδέχθηκα μια δουλειά στην Βραζιλία! Η διαδικασία ένιωσα ότι με ενδυνάμωσε και είμαι χαρούμενη που βρήκα τα Δώδεκα Βήματα και την βιβλιογραφία των ΑΥ και εδώ.

Η Ανώτερη Δύναμή μου με πήρε μακριά από το σπίτι μου, αλλά, η βούληση του Θεού δεν θα με πάει ποτέ σε ένα μέρος όπου δεν θα μπορεί να με προστατέψει η ευλογία του Θεού. Γνωρίζω ότι σε οποιοδήποτε μέρος και αν είμαι στην γη, όσο στρέφομαι μακριά από το υπερβολικό φαγητό και πλησιάζω την Ανώτερη μου Δύναμη, θα τα βγάλω πέρα, με ότι και αν βρεθεί στο δρόμο μου.

Η ζωή μου άλλαξε κατεύθυνση από εκεί που θα βρισκόμουν χωρίς τους ΑΥ. Κάθε φορά που φοβόμουν να παραδώσω κάτι που δεν μου ταίριαζε, επιβραβευόμουν με γαλήνη και ανάπτυξη από την άλλη πλευρά. Στην παράδοση διεκδικώ το πνεύμα, την ζωή που βλέπω σε αυτές τις παιδικές φωτογραφίες του εαυτού μου.

Σωσίβιο, Μάιος 2005

Ανώνυμοι Υπερφάγοι
www.anonymoi-yperfagoi.com



Έμπνευση

Νομίζω, ότι θα μου αρέσει πολύ περισσότερο το νέο μου σπίτι, από ότι το παλιό. Τα παράθυρα είναι μεγαλύτερα. Η θέα είναι καλύτερη.

Σωσίβιο, Φεβρουάριος 2008

Το νέο Καφέ Βιβλίο είναι
εδώ!

Για να παραγγείλετε την
3^η Έκδοση των Α.Υ.
Επισκεφτείτε:

[http://bookstore.oa.org/
products/980-
overeaters-anonymous-
3rd-edition](http://bookstore.oa.org/products/980-overeaters-anonymous-3rd-edition)

ΚΑΛΕΣΜΑ ΓΙΑ ΥΠΗΡΕΣΙΑ

Ο Κ.Ι. από το Σύννευ της Αυστραλίας, λέει : « Ανέλαβα την δημόσια πληροφόρηση αφού έμαθα για αυτό στη Συνδιάσκεψη Εργασίας Παγκόσμιας Υπηρεσίας. Τώρα έχω ένα μεγάλο χαμόγελο στο πρόσωπό μου κάθε φορά που βλέπω μια ανακοίνωση των ΑΥ, που έχω κρεμάσει σε κάποιο πίνακα ανακοινώσεων.»

Εσύ με ποιον τρόπο μπορείς να προσφέρεις υπηρεσία αυτήν 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!