**Kärpäsestä härkänen**

**Tammikuun 19.**

*”Kun lakkaamme elämästä tässä ja nyt, paisuvat ongelmamme kohtuuttomiksi.”*

**Perusteksti s. 108**

Jotkut meistä näyttävät ongelmissaan tekevän kärpäsestä härkäsen. Nekin meistä, jotka jo ovat löytäneet jonkin verran tyyneyttä, ovat jossain vaiheessa toipumista suurennelleet jotain ongelmaa kohtuuttomiin mittasuhteisiin - jos emme vielä ole niin tehneet, niin luultavasti ennen pitkää teemme.

Kun huomaamme olevamme pakkomielteisiä jonkin elämämme ongelman suhteen, on hyvä pikimmin palauttaa mieleemme, mikä kaikki menee hyvin. Ehkä pelkäämme, ettemme pysty maksamaan kuluvan kuukauden laskuja. Sen sijaan, että istuisimme laskimen kanssa ynnäilemässä velkojamme uudestaan ja uudestaan, voimme miettiä miten olisi mahdollista vähentää kuluja. Tämän mini-inventaarion jälkeen jatkamme sitä, mitä oli tekeillä ja muistutamme itseämme siitä, että niin kauan kuin itse teemme jalkatyön, huolehtii rakastava korkeampi voima elämästämme.

Vuoren kokoisia ongelmia tulee aina joskus, mutta meidän ei tarvitse itse niitä luoda. Usko rakastavaan korkeampaan voimaan, sellaisena kuin hänet käsitämme, saa suurimman osan ongelmistamme niiden oikeisiin mittasuhteisiin. Meidän ei enää tarvitse luoda kaaosta tunteaksemme jännitystä elämässämme. Toipumisemme tuo meille lukemattomia tosielämän tilaisuuksia jännitykseen ja dramatiikkaan.

**Juuri tänään:** Katson ongelmiani realistisesti ja näen, että useimmat niistä eivät ole kovin vakavia. Annan niiden olla ja nautin toipumisestani.

Epävirallinen käännös ”Just for Today” – kirjasta, vain NA:n sisäiseen käyttöön.