

Samo za danas

Reci sebi:

Samo za danas, moje misli će biti na mom oporavku; živjet ću i uživati život bez droge.

Samo za danas, vjerovat ću u nekog iz NA tko vjeruje u mene i tko mi želi pomoći u mom oporavku.

Samo za danas, radit ću program. Pokušat ću ga slijediti najbolje što mogu.

Samo za danas, uz pomoć NA pokušat ću bolje sagledati svoj život.

Samo za danas, neću se bojati, moje misli će biti na mom novom društvu, ljudima koji se ne drogiraju i koji su našli novi način života. Tako dugo dok slijedim taj put, nemam se čega bojati.

Kad smo došli u program Anonimnih narkomana, donijeli smo odluku prepustiti svoj život na brigu Višoj sili. Ta nas predaja oslobađa tereta prošlosti i straha od budućnosti. Dar sadašnjosti je napokon u pravoj perspektivi. Prihvaćamo i uživamo život kakav jest upravo sada. Kad odbijamo prihvatiti realnost sadašnjosti, mi poričemo vjeru u svoju Višu silu. To može donijeti samo još više patnje.

Učimo da je danas poklon bez garancije. S ovime na umu, beznačajnost prošlosti i budućnosti, te važnost naših postupaka danas postaju naša stvarnost. Ovo pojednostavljuje naš život.

Kad usredotočimo svoje misli na danas, noćna mora drogiranja nestaje i budi se nova stvarnost. Shvaćamo da kad se nađemo u nevolji možemo povjeriti svoje osjećaje drugom ovisniku u oporavku. Dijeljenjem svoje prošlosti s drugim ovisnicima, otkrivamo da nismo jedinstveni i da imamo puno toga

zajedničkog. Razgovor s drugim članovima NA, bilo da s njima dijelimo teškoće i izazove svoga dana ili njima dopuštamo da svoje probleme podijele s nama, način je na koji Viša sila djeluje putem nas.

Nemamo razloga za strah ako danas ostavimo čisti, bliski svojoj Višoj sili i svojim prijateljima iz NA. Bog nam je oprostio naše pogreške iz prošlosti, a sutra još nije došlo.

Meditacija i osobno preispitivanje pružit će nam spokoj i vodstvo kroz današnji dan. Odvajamo par trenutaka od svoje dnevne rutine da zahvalimo Bogu kako smo ga shvatili, što nam je dao sposobnost da se nosimo sa današnjim danom.

„Samo za danas“ odnosi se na sva područja našeg života, a ne samo na apstinenciju od droge. S realnošću se moramo suočavati na svakodnevnoj osnovi. Mnogi od nas osjećaju da Bog od nas ne očekuje da učinimo ništa više od onoga što smo sposobni učiniti danas.

Prorada programa Dvanaest koraka NA dala nam je novi pogled na naš život. Danas se više ne moramo opravdavati za ono što jesmo. Dnevni kontakt s Višom silom popunjava praznine u nama koje nikad prije nismo mogli ispuniti. Nalazimo ispunjenje u življenju danas. Uz našu Višu silu koja nas vodi, mi gubimo želju za drogiranjem. Savršenstvo danas više nije naš cilj, ali možemo postići da se odgovarajuće ponašamo.

Svaki ovisnik koji može ostati čist jedan dan je čudo, i to treba zapamtiti. Odlazenje na sastanke, prorada koraka, dnevna meditacija i razgovor s ljudima u programu su stvari koje radimo da bismo ostali duhovno zdravi. Odgovorno živjeti je moguće.

Usamljenost i strah možemo zamijeniti ljubavlju udruženja NA i sigurnošću novog načina života. Nikad više ne moramo biti sami. U udruženju smo stekli više iskrenih prijatelja nego što smo ikad pomislili da je moguće. Samosažaljenje i ogorčenje zamje-

njuju tolerancija i vjera. Dobili smo slobodu, spokoj i sreću koje smo tako očajnički tražili.

Puno toga se dogodi u jednom danu, kako negativnog tako i pozitivnog. Ukoliko ne nađemo vremena da zahvalimo za oboje, možda ćemo propustiti nešto što nam može pomoći da se razvijamo. Naša životna načela vode nas u oporavku kad ih koristimo. Shvaćamo da je neophodno nastaviti to činiti svakodnevno.



Narcotics Anonymous®
Anonimni narkomani

IP br. 8-CR

Samo za danas

Copyright © 2010 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Sva prava zadržana

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
Tel. (818) 773-9999
Fax (818) 700-0700
Website: www.na.org

World Service Office—CANADA
Mississauga, Ontario

World Service Office—EUROPE
Brussels, Belgium
Tel. +32/2/646-6012

World Service Office—IRAN
Tehran, Iran
www.na-iran.org



Ovaj prijevod literature je odobren od strane udruženja
Anonimnih narkomana.

Narcotics Anonymous,    i The NA Way
su registrirani zaštitni znaci
Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 978-1-55776-833-9

Croatian

7/10

WSO Catalog Item No. CR-3108