

Juuri tänään

Sano itsellesi:

Juuri tänään ajatukseni ovat toipumisessani, elän ja nautin elämästä ilman huumeiden käyttöä.

Juuri tänään minulla on luottamus johonkuhun NA:ssa, joka uskoo minuun ja haluaa auttaa minua toipumisessani.

Juuri tänään minulla on ohjelma. Yritän noudattaa sitä parhaan kykyni mukaan.

Juuri tänään pyrin NA:n kautta saamaan paremman näkökulman elämäni.

Juuri tänään olen peloton, ajatukseni ovat uusien ystävieni kanssa, ihmisten, jotka eivät käytä ja jotka ovat löytäneet uuden elämäntavan. Niin kauan kuin seuraan tätä tietä, minulla ei ole mitään pelättävää.

Kun tulimme Nimettömien Narkomaanien ohjelmaan, teimme päätöksen luovuttaa elämämme korkeamman voiman huomaan. Tämä antautuminen vapauttaa meidät menneisyyden taakasta ja tulevaisuuden pelosta. Saimme tämän päivän lahjaksi ja näemme sen nyt oikeasta näkökulmasta. Me hyväksymme elämän sellaisena kuin se juuri nyt on ja nautimme siitä. Kun kieltäydymme hyväksymästä tämän päivän todellisuutta, kiellämme uskomme korkeampaan voimaamme. Tästä voi seurata vain lisää kärsimystä.

Opimme, että tämä päivä on lahja ilman takuita. Menneisyyden ja tulevaisuuden merkityksettömyys ja tämänpäiväisten toimiemme tärkeys tulee meille todelliseksi, kun pidämme tämän mielessämme. Tämä yksinkertaistaa elämäämme.

Kun keskitämme ajatuksemme tähän päivään, niin huumepainajaisemme hälvenee uuden todellisuuden sarastaessa. Meille selviää, että kun olemme vaikeuksissa, voimme uskoutua tunteinemme toiselle toipuvalle

addiktille. Jakaessamme menneisyytemme toisten addiktien kanssa huomaamme, ettemme ole ainutlaatuisia, vaan että jaamme yhteisen taakan. Puhuminen toisten NA-jäsenten kanssa, joko jakaen päivämme koetelemukset ja saavutukset heidän kanssaan tai antaen heidän jakaa omansa meidän kanssamme, on eräs tapa jolla korkeampi voimamme työskentelee kauttamme.

Meidän ei tarvitse pelätä, jos tänään pysymme puhtaana, lähellä korkeampaa voimaamme ja NA-ystäviämme. Jumala on antanut anteeksi menneet virheemme, eikä huomina ole vielä tässä. Mietiskely ja henkilökohtainen itsetutkiskelu auttavat meitä saavuttamaan tyyneyttä ja ohjausta koko päiväksi. Käytämme muutaman hetken päivittäisestä rutiinistamme kiittääksemme jumalaa, sellaisena kuin hänet käsitämme, tälle päivälle saamistamme voimavaroista.

”Juuri tänään” soveltuu kaikille elämämme alueille, ei vain huumeista pidättäytymiseen. Todellisuus on kohdattava päivittäin. Monet meistä kokevat, ettei jumala odota meiltä sen enempää, kuin että tekisimme ne asiat, joihin tänään kykenemme.

NA:n kahdentoista askeleen ohjelman työskentely on antanut meille uusia näkymiä elämäämme. Tänään meidän ei enää tarvitse pyydellä anteeksi sitä, keitä olemme. Päivittäinen yhteytemme korkeampaan voimaan täyttää ne tyhjät kohdat sisällämme, jotka eivät koskaan ennen voineet täytyä. Löydämme täyttymyksen tämän päivän elämisestä. Korkeamman voiman ohjauksessa meiltä häviää käyttämisen halu. Tänään emme enää tavoittele täydellisyyttä, vaan voimme kokea itsemme riittäviksi.

On tärkeää muistaa, että kuka tahansa addikti, joka pysyy yhden päivän puhtaana, on ihme. Kokouksissa käyminen, askelten työskentely, päivittäinen mietiskely ja ohjelmassa olevien ihmisten kanssa keskusteleminen

ovat asioita, joita teemme pysyäksemme hengellisesti terveinä. Vastuullinen eläminen on mahdollista.

Voimme korvata yksinäisyyden ja pelon toveriseuran rakkaudella ja uuden elämäntavan turvallisuudella. Meidän ei tarvitse enää koskaan olla yksin. Toveriseurassa olemme saaneet enemmän tosi ystäviä kuin koskaan uskoimme mahdolliseksi. Suvaitsevaisuus ja usko ovat korvanneet itsesäälän ja kaunaisuuden. Meille annetaan se vapaus, tyyneys ja onnellisuus, joita niin epätoivoisesti olemme etsineet.

Yhdessä päivässä tapahtuu paljon, sekä kielteistä että myönteistä. Jos emme arvosta molempia, menetämme ehkä jotain, joka auttaa meitä kasvamaan. Periaatteemme ohjaavat meitä toipumisessamme, kun käytämme niitä. Pidämme välttämättömänä jatkaa niiden käyttämistä päivittäin.



Narcotics Anonymous®
Nimettömät Narkomaanit

Copyright © 1995, 2001 by
Narcotics Anonymous World Services, Inc.
Kaikki oikeudet pidätetään

World Service Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
T 818.773.9999
F 818.700.0700
Website: www.na.org



World Service Office—CANADA
Mississauga, Ontario

World Service Office—EUROPE
Brussels, Belgium
T +32/2/646 6012

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



Käännös NA-toveriseuran hyväksymästä kirjallisuudesta.

Narcotics Anonymous, , , , ja The NA Way
ovat Narcotics Anonymous World Services, Incorporatedin
rekisteröityjä tavaramerkkejä.

ISBN 978-1-55776-276-4 Finnish 6/12

WSO Catalog Item No. FI-3108

IP N° 8-FI

Juuri tänään