

Nur für heute

Sage dir selbst:

Nur für heute werden meine Gedanken bei der Genesung sein, beim Leben und bei der Freude am Leben ohne Drogen.

Nur für heute werde ich einem Mitglied von NA vertrauen, das an mich glaubt und mir in meiner Genesung helfen will.

Nur für heute werde ich ein Programm haben. Ich werde versuchen, ihm so gut wie möglich zu folgen.

Nur für heute werde ich durch NA versuchen, ein besseres Verhältnis zu meinem Leben zu gewinnen.

Nur für heute werde ich nicht ängstlich sein, meine Gedanken werden bei meinen neuen Bekannten sein, bei Leuten, die keine Drogen nehmen und die einen neuen Lebensweg gefunden haben. Solange ich diesem Weg folge, brauche ich nichts zu befürchten.

Nachgedruckt vom Weißen Büchlein, *Narcotics Anonymous*.

© 1994 by Narcotics Anonymous World Services, Inc., PO Box 9999, Van Nuys, CA 91409, USA
German 10/12