

Puedes decirte:

- SÓLO POR HOY pensaré en mi recuperación viviendo y disfrutando la vida sin consumir drogas.
- SÓLO POR HOY confiaré en alguien este grupo que crea en mí y quiera ayudarme en mi recuperación.
- SÓLO POR HOY tendré un programa y trataré de seguirlo lo mejor que pueda.
- SÓLO POR HOY a través este grupo intentaré tener una mejor perspectiva de mi vida.
- SÓLO POR HOY no tendré miedo, pensaré en mis nuevas amistades, gente que no consume y que ha encontrado un nuevo modo de vivir. Mientras siga este camino no tengo nada que temer.

Cuando llegamos a este grupo de recuperación, tomamos la decisión de poner nuestra vida al cuidado de Cristo. Esta entrega aligera la carga del pasado y el miedo al futuro. El presente es un regalo que ahora sabemos apreciar en su justo valor. Disfrutamos y aceptamos la vida tal y como es ahora mismo. Cuando rechazamos aceptar la realidad de hoy, negamos la fe en Dios, cosa que sólo puede traernos más sufrimiento.

Aprendemos que el hoy es un regalo sin garantías. Con esto en mente, tanto la insignificancia del pasado y del futuro, como la importancia de nuestras acciones presentes, se hacen realidad para nosotros.

Cuando concentramos nuestros pensamientos en el día de hoy, la pesadilla de las drogas desaparece oculta por el amanecer de una nueva realidad. Descubrimos que cuando tenemos problemas podemos confiar nuestros sentimientos a otro adicto en recuperación. Al compartir nuestro pasado con otros adictos, nos damos cuenta de que no somos únicos, que nos unen muchos lazos en común. Hablar con otros miembros, ya sea para compartir los problemas y las dificultades de nuestro día, o para dejar que ellos compartan los suyos con nosotros, es una de las maneras en que nuestro Dios funciona a través de nosotros.

Si hoy estamos limpios y cerca de Dios, no tenemos por qué tener miedo. Dios ha perdonado nuestros errores del pasado, y el mañana todavía no ha llegado. La meditación y un inventario personal nos ayudarán a obtener serenidad y orientación a lo largo de este día. Dedicamos unos minutos de la rutina cotidiana para agradecer a Dios, por darnos la capacidad de enfrentar este día.

El «sólo por hoy» es aplicable a todas las áreas de nuestra vida, no únicamente a la abstinencia de drogas. Tenemos que enfrentarnos con la realidad partiendo de una base diaria. Creemos que Dios hoy no espera de nosotros más de lo que podamos hacer.

Hoy ya no tenemos que disculparnos por lo que somos. Nuestro contacto diario con Dios llena vacíos interiores que antes nunca se llenaban. Descubrimos la satisfacción de vivir en el presente. Perdemos el deseo de consumir guiados por el Espíritu Santo. La perfección ya no es la meta del día; pero sí podemos adaptarnos a éste tal como es.

Es importante recordar el milagro que supone que un adicto pueda mantenerse limpio por un día. Asistir a reuniones de grupo, trabajar los Doce Pasos, meditar diariamente y hablar con gente que esté en el grupo, es lo que hacemos para mantenernos espiritualmente sanos. Es posible vivir responsablemente.

Muchas cosas suelen suceder en un día, tanto negativas como positivas. Si no nos tomamos el tiempo para apreciar ambas, es posible que pasemos por alto algo que nos ayudaría a madurar.