

فقط برای امروز

۲۸ تیر

تحقق رؤیاهای خود

«رؤیاهایی که مدتها پیش از آنها دست برداشتیم، اکنون می توانند به واقعیت تبدیل شوند.»

کتاب پایه



همه چیز با یک رؤیا شروع می شود. اما چند نفر از ما به رؤیاهای خود در دوران مصرف تحقق بخشیدیم؟ حتی اگر در انجام کاری که شروع کرده بودیم موفق می شدیم، اعتیاد معمولاً همه افتخارات حاصل از موفقیت ما را می ربود. شاید وقتی مصرف می کردیم، رؤیای روز پکی خود را در سر می پروراندیم. این روز فرا رسیده است. می توانیم از این روز برای تحقق بخشیدن به رؤیاهای خود استفاده کنیم.

برای تحقق رؤیاهای خود باید اقدام کنیم، اما کمبود اعتماد به نفس شاید ما را از تلاش باز دارد. می توانیم با تعیین اهداف واقع بینانه شروع کنیم. موفقیتی که در هنگام دستیابی به اهداف اولیه خود به دست می آوریم، به ما این امکان را می دهد تا برای بار بعدی رؤیاهای بزرگتری را در سر بپرورانیم.

برخی از اعضای ما می گویند از مقایسه آرزوهای خود در اولین روز پکی با آنچه واقعاً در دوران بهبودی به دست آورده اند، شگفت زده شده اند. در دوران بهبودی، شاهد تحقق رؤیاهای فراتر از حد تصور خود هستیم.



فقط برای امروز: به خاطر می سپارم همه چیز با رؤیا شروع می شود.
امروز، به خود اجازه می دهم رؤیای خود را تحقق بخشم.