

Solo for hoy

Indianapolis Literature Depot

Pamphlet of the Month

January 2024

SM-12

\$0.25

SÓLO por
hoy

Sólo por hoy trataré de pasar el día, sin esperar resolver el problema de toda mi vida en un momento. Sólo durante doce horas puedo proponerme hacer algo que me espantaría, si creyera tener que seguir haciéndolo durante toda la vida.

Sólo por hoy seré feliz. Abraham Lincoln tenía razón al decir: "Casi todo el mundo es tan feliz como se propone".

Sólo por hoy me ajustaré a lo que es, sin tratar de amoldar todo de acuerdo con mis deseos. Tomaré la "suerte" como venga y me acoplaré a ella.

Sólo por hoy trataré de fortalecer mi mente. Estudiaré. Aprenderé algo útil. No seré un apático mental. Leeré algo que requiera esfuerzo, pensamiento y concentración.

Sólo por hoy ejercitaré mi alma de tres formas: Le haré un bien a alguien sin esperar recompensa y sin que nadie lo sepa; si alguien se enterara, esto no contaría. Haré por lo menos dos cosas que no quera hacer, sólo como un ejercicio. No le demostraré a nadie que mis sentimientos han sido heridos; puedo estarlo, pero hoy no lo demostraré.

Sólo por hoy seré agradable. Me mostraré lo mejor que pueda, vestiré apropiadamente, hablaré en voz baja, actuaré cortemente, no haré crítica alguna, no le encontraré faltas a nada, trataré de no superar ni dirigir a nadie más que a mí mismo.


Grupos de Familia Al-Anon
Ayuda y esperanza para los familiares y amigos de las adicciones

Ofrece ideas de Al-Anon para hacer de cada día un día especial, así como recordatorios para centrar la atención en el presente.

+ Oración Para Hoy

Indianapolis Literature Depot – una tienda para Literatura de Al-Anon
4627 Carvel Ave. Indianapolis, IN
317 257 2693
indyldc@indiana-al-anon.org