



[www.nicotine-anonymous.org](http://www.nicotine-anonymous.org)

متن ترجمه شده زیر از خدمات جهانی نیکوتین افراد مجهول الهویه ، به اعضای نیکوتینن مجهول الهویه ارسال شده است. خدمات جهانی نیکوتین افراد مجهول الهویه صحت ترجمه را بررسی نکرده است. با این حال ما این متن را با حسن نیت ارائه می‌دهیم.

خط مشی حفظ حقوق حق تکثیر.

همه اعضا، افراد و سازمانها می بایست قبل از هرگونه چاپ و تکثیر و ارایه نشریات نیکوتینی های گمنام دارای مجوز کتبی از دفتر خدمات جهانی نیکوتینی های گمنام باشند. کپی کردن نشریات نیکوتینی های برای توزیع عمومی و یا در اختیار قرار دادن آن به هر وب سایت دیگر نقض آشکار قوانین حق تکثیر می باشد. ما اعضا، افراد و سازمانها را تشویق به خواندن نشریات نیکوتینی های گمنام از طریق بخش فارسی وب سایت رسمی انجمن نیکوتینی های گمنام می نمایم. همگان می توانند نشریات ترجمه شده را که با اعتماد به مترجمان و سلب مسئولیت از انجمن آن را پذیرفته و بخشی از اموال انجمن قرار داده ایم را از فروشگاه آنلاین دفتر خدمات جهانی نیکوتینی های گمنام خریداری نمایند.

هرگونه تکثیر و توزیع و فروش نشریات ترجمه شده نیکوتینی های گمنام توسط اعضا، افراد و سازمان ها می بایست از قبل به دفتر خدمات جهانی گزارش داده شود. کمک های مالی که از این طریق به دفتر خدمات جهانی فرستاده می شود توسط خدمت گذاران خدمات جهانی تعیین خواهد شد.

## قدم های دوازده گانه نیکوتینی های گمنام

- 1- ما پذیرفتیم در برابر نیکوتین عاجز بودیم و اختیار زندگی از دست مان خارج شده بود.
- 2- ما به این باور رسیدیم که يك نیروی برتر می تواند سلامت عقل را به ما بازگرداند.
- 3- ما تصمیم گرفتیم اراده و زندگی مان را به مراقبت خداوندی که درك می کردیم بسپاریم.
- 4- ما يك ترازنامه اخلاقی جستجو گرانه و بی باکانه از خود تهیه کردیم.
- 5- ما چگونگی دقیق خطاهای مان را در برابر خداوند، خود و يك انسان دیگر پذیرفتیم.
- 6- ما آمادگی کامل پیدا کردیم تا خداوند کلیه نواقص شخصیتی ما را برطرف سازد.
- 7- با فروتنی از او خواستیم کمبود فضایل اخلاقی ما را مرتفع سازد.
- 8- فهرستی از تمام کسانی که به آن ها آسیب رسانده بودیم تهیه کرده و خواستار جبران خسارت از تمام آن ها شدیم.
- 9- ما در هر جا که امکان داشت از این افراد جبران خسارت کردیم، مگر در مواردی که اجرای این امر به ایشان و یا دیگران آسیب برساند.
- 10- ما به تهیه ترازنامه شخصی خود ادامه دادیم و هر گاه در اشتباه بودیم سریعاً آن را پذیرفتیم.
- 11- ما از راه دعا و مراقبه خواهان ارتقاء رابطه آگاهانه خود با خداوندی که درك می کردیم شده و فقط جویای آگاهی از خواست او برای خود و قدرت اجرایش شدیم.
- 12- با بیداری روحانی حاصل از برداشتن این قدم ها کوشیدیم این پیام را به نیکوتینی های دیگر برسانیم و این اصول را در تمام امور زندگی خود به اجرا در آوردیم.

قدم های دوازده گانه نیکوتینی های گمنام با دریافت مجوز از دفتر خدمات جهانی الکلی های گمنام، اقتباس گردیده است. دریافت مجوز به این مفهوم نیست که الکلی

هاي گمنام و نيکوتيني هاي گمنام به يکديگر وابسته اند. الکلې هاي گمنام يک برنامه بهبودی از الکلېزم است که برنامه خاص خود در رابطه با بهبودي از الکلېزم را دنبال مي‌کند و هيچ عقیده اي در مورد مسائل خارجي ندارد.

**چگونه مي توان اطلاعات بيشتري در مورد نيکوتيني هاي گمنام بدست آورد؟**

اطلاعات بيشتري در مورد انجمن ما بر روی سايت دفتر خدمات جهاني نيکوتيني هاي گمنام موجود است. خدمت گزاران پاسخگويي به نامه ها آماده همکاري با شما هستند. خبر نامه فصلی هفت مطلب طريق ديگری برای دريافت اطلاعات بيشتري در باره ماست. برای پيدا کردن جلسات با دفتر خدمات جهاني تماس حاصل نماييد.