



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

Esta literatura es la opinión expresada por el traductor de Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos y actualmente no ha sido aprobada por la conferencia. El traductor es miembro de Nicotina Anónimos. Apoyamos y publicamos esta literatura con buena fe de que sirva y ayude a los adictos a la nicotina a liberarse de esta poderosa droga.

#### **Póliza de Derechos de Autor y Reimpresión**

Todos los individuos u organizaciones deben obtener permiso, por escrito, de la Oficina de Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos antes de citar o reimprimir cualquier material original de Nicotina Anónimos. Fotocopiar literatura de Nicotina Anónimos de material impreso o copiar del sitio web de los Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos a cualquier sitio web o para distribución pública es una violación de derechos de autor. Se anima a los individuos a leer los folletos de Nicotina Anónimos en la página web oficial de Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos y/o comprar cualquiera o toda nuestra literatura disponible en nuestra tienda web.

Todas las traducciones de la literatura de Nicotina Anónimos proporcionadas a Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos que son aceptados de buena fe de acuerdo con la exención de responsabilidad publicada, pasan a ser propiedad de Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos. Los individuos, organizaciones o miembros de Nicotina Anónimos con permiso para producir múltiples copias de materiales traducidos para distribución y/o venta deben reportar tales actividades a la Oficina de Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos.

Contribuciones financieras de apoyo a Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos en proporción a dichas actividades podrían ser pedidas, y la cantidad se determinará en consulta con los miembros de la junta directiva de Servicios Mundiales de Nicotina Anónimos.

## **Los Doce Pasos de Nicotina Anónimos**

1. Admitimos que éramos impotentes ante la nicotina, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables.
2. Llegamos al convencimiento de que un Poder Superior podrá devolvernos el sano juicio.
3. Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, como nosotros lo concebimos.
4. Sin miedo, hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.
5. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos, y ante otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestros defectos.
6. Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de todos estos defectos de carácter.
7. Humildemente le pedimos que nos liberase de nuestros defectos.
8. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos.
9. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otros.
10. Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos, lo admitíamos inmediatamente.

11. Buscamos, a través de la oración y la meditación, mejorar nuestro contacto consciente con Dios, como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla.

12. Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar este mensaje a otros usuarios de la nicotina y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.

Derechos de autor 1990, 1992, 1999 por Nicotina Anónimos®

Los Doce Pasos reimpresos y adaptados aquí con el permiso de Alcoholics Anonymous World Services, Inc. La autorización para reimprimir y adaptar los Doce Pasos no implica que AA está afiliado con este programa. AA es un programa dirigido a la recuperación del alcoholismo - el uso de los Doce Pasos en relación con programas y actividades que asemejan el concepto de AA pero que se dirigen a otros problemas no infiere lo contrario. Vea los Doce Pasos de Alcohólicos Anónimos a continuación.

1. Admitimos que éramos impotentes ante el alcohol y que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables. 2. Llegamos al convencimiento de que un Poder Superior a nosotros mismos podría devolvernos el sano juicio. 3. Decidimos poner nuestras voluntades y nuestras vidas al cuidado de Dios, como nosotros lo concebimos. 4. Sin miedo hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos. 5. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos, y ante otro ser humano, la naturaleza exacta de nuestros defectos. 6. Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de todos nuestros defectos de carácter. 7. Humildemente le pedimos que nos liberase de nuestros defectos. 8. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos. 9. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otros. 10. Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente. 11. Buscamos a través de la oración y la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios, como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente que nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla. 12. Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar el mensaje a los alcohólicos y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos. Derechos de autor 1939, 1955, 1976 por Servicios Mundiales de Alcohólicos Anónimos, Inc.

### **¿Cómo puedo obtener más información sobre Nicotina Anónimos?**

Un Directorio Mundial de Reuniones actualizado también se publica anualmente en *SevenMinutes* (el boletín trimestral de Nicotina Anónimos) además de estar disponible en nuestra página web **[www.nicotine-anonymous.org](http://www.nicotine-anonymous.org)** En ciudades de los Estados Unidos y Canadá consulte las páginas blancas de su directorio telefónico local. Si no puede encontrar una reunión, por favor escriba a la Oficina de Servicios Mundiales.