



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

متن ترجمه شده زیر از خدمات جهانی نیکوتین افراد مجهول الهویه ، به اعضای نیکوتین 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.

خدمات جهانی نیکوتینی های گمنام و هیئت نمایندگان چه چیز در اختیار عضو و گروه قرار می دهند؟

#### خدمات جهانی نیکوتینی های گمنام

نیکوتینی های گمنام يك انجمن همیاری از زنان و مردانی است که به یکدیگر کمک می کنند تا يك زندگی رها از نیکوتین را تجربه کنند. تنها لازمه عضویت در نیکوتینی های گمنام تمایل به قطع مصرف نیکوتین است. خدمات جهانی نیکوتینی های گمنام و هیئت نمایندگان منطقه برای حمایت از گروه ها و تك تك اعضا بوجود آمده است. خدمت گذاران دفتر خدمات جهانی و هیئت نمایندگان منطقه در صدد فراهم آوری هرچه آسانتر رساندن پیام بهبودی به معتاد نیکوتین در عذاب است. خدمات جهانی و هیئت نمایندگان منطقه وظیفه حل مشکلات گروه ها را بر عهده دارند.

#### قدم ها و سنت های دوازده گانه

نیکوتینی های گمنام با دریافت مجوز از الکلی های گمنام قدم ها و سنت های دوازده گانه اقتباس نموده است. بدینگونه این امکان برای گروه و تک تک اعضا وجود دارد تا جهت رهایی از اعتیاد نیکوتین قدم ها و سنت های دوازده گانه را بکار برند.

قدم ها و سنت های دوازده گانه به انجمن های گوناگون در سراسر جهان کمک نموده و میلیون ها نفر را از اعتیادهای مختلف رها ساخته است. بیداری روحانی حاصل از کار کردن قدم ها، شادمانی و آرامش را به زندگی بسیاری از معتادان و خانواده های آنان هدیه کرده است. رهایی از اعتیاد نیکوتین، تنها یکی از هدایایی این برنامه است.

#### نشریات راه اندازی جلسه

دفتر خدمات جهانی نیکوتینی های گمنام نشریات لازم برای راه اندازی جلسه را در اختیار کسانی که مایل به راه اندازی جلسه هستند قرار می دهد. مجموعه نشریات شامل يك نسخه از هر جزوه و فرمت های پیشنهادی جلسات و برگه اطلاع رسانی جلسه می باشد. دفتر خدمات جهانی تداوم و ثبات انجمن همیاری ما را حفظ می کند و بدینگونه هر عضو می تواند در هر نقطه از جهان از فرهنگ بهبودی یکسان برخوردار باشد.

## نشریات

دفتر خدمات جهانی نیکوتینی های گمنام توسط کتاب پایه، مسیر ما بسوی رهایی، نود روز نود راه، یک سال معجزه، کتابچه تازه واردان و شماری جزوه که در بر دارنده اطلاعات با ارزشی است از کلیه اعضاء در سراسر جهان پشتیبانی میکند. این نشریات توسط معتادان به نیکوتین نوشته شده است. تجربه گروهی ما نشان داده است **با بخش دریافت می کنیم**. یکی از ابزارهای بهبودی خدمت است. دفتر خدمات جهانی امکانات وسیعی برای خدمت در سطح جهانی در اختیار اعضاء قرار داده است.

## خبر نامه فصلی " هفت مطلب "

خدمت گذاران دفتر خدمات جهانی همچنین تهیه و انتشار خبر نامه فصلی **هفت مطلب** را بر عهده دارند. خبر نامه فصلی هفت مطلب شما را از فعالیت های دفتر خدمات جهانی و رویدادهای جلسات سراسر جهان آگاه می سازد. هیئت های نمایندگان می توانند از این طریق رویدادهای گروه های خود را به اطلاع سایر گروه ها برسانند. همچنین اعضاء می توانند داستان بهبودی شخصی، اشعار، کاریکاتور و غیره را در خبرنامه درج و بدینگونه مشارکت نمایند. خبر نامه فصلی هفت مطلب می تواند یک جلسه بهبودی باشد در قالب يك نامه.

## جلسات تلفنی و اینترنتی

خدمت گذاران دفتر خدمات جهانی سازماندهی و تهیه فهرست جلسات تلفنی، اینترنتی و مکاتبه ای را برای اعضاء سراسر جهان که دسترسی به جلسات ندارند را بر عهده دارد. به کلیه اعضاء در سراسر جهان پیشنهاد می کنیم از این امکانات برای به مشارکت گذاردن تجربه بهبودی خود با سایر اعضاء استفاده نمایند.

## آنان که توتون می جوند

نیکوتین يك ماده مخدر است و ما در جستجوی رهایی از آن هستیم.

خدمات جهانی نیکوتینی های گمنام از تمام معتادان نیکوتین شامل آنان که نیکوتین را بصورت خوراکی و جذبی مصرف می کنند حمایت و پشتیبانی می کند. این روش مصرف زیان های سنگینی برای مصرف کنندگان نیکوتین به بار آورده است.

## آدرس جلسات سراسر جهان

دفتر خدمات جهانی نیکوتینی های گمنام تهیه آدرس جلسات سراسر جهان و تغییرات سالیانه آنرا بر عهده دارد. بدین شکل اعضاء می توانند جلسه ناحیه خود را پیدا کنند. فهرست آدرس جلسات برای کسانی که در مسافرت هستند ابزار با ارزشی است. بسیاری از اعضاء که از این فهرست استفاده می کنند عقیده دارند ملاقات با معتادان نیکوتین با فرهنگ های گوناگون تجربه با ارزشی است.

## خدمات اینترنتی و تلفنی

شبکه تلفنی و اینترنتی نیکوتینی های گمنام راهی دیگر جهت پیام رسانی دفتر خدمات جهانی به اعضاء سراسر جهان است. کلیه نشریات NICA، آدرس جلسات سراسر جهان و اطلاعات ارزشمند دیگری بر روی شبکه اینترنتی دفتر خدمات جهانی نیکوتینی های گمنام موجود می باشد. تعدادی از نشریات انجمن به زبان های مختلف ترجمه و بر روی سایت اینترنتی نیکوتینی های گمنام قرار گرفته است.  
(آدرس اینترنتی، شماره تلفن و آدرس پستی ما در تمام جزوه های انجمن موجود است.)

## پشتیبانی مالی

اگر چه هزینه یا شهریه ای از اعضاء دریافت نمی شود، اما سنت هفتم می گوید:

### ما از طریق کمک های داوطلبانه اعضاء متکی به خود هستیم.

خدمات جهانی نیکوتینی های گمنام سرمایه مالی خود را از طریق فروش نشریات، اشتراک خبرنامه فصلی هفت مطلب و مازاد کمک های داوطلبانه گروه ها که توسط هیئت نمایندگان و شوراهای متطقه به دفتر خدمات جهانی ارسال می گردد بدست می آورد.

لازم است به یاد داشته باشیم وقتی سبد سنت هفتم به گردش در می آید در حال پشتیبانی از بهبودی خود از طریق کمک به حفظ جلسه، هیئت نمایندگان و دفتر خدمات جهانی هستیم.  
این برنامه یک برنامه ما می باشد.

## ساختار دفتر خدمات جهانی نیکوتینی های گمنام چگونه است؟

هر سال در یک شهر از پیش معین شده از کلیه اعضاء و خدمت گذاران دفتر خدمات جهانی دعوت به عمل می آید تا جهت تشکیل کنفرانس خدمات جهانی گرد هم آیند. در این کنفرانس در مورد چگونگی عملکرد انجمن و انتخاب سه نفر خدمت گذار جدید

صحبت و رأي گيري مي شود. خدمت گذاران جديد عبارتند از: گرداننده، منشي و خزانه دار. خدمت گذاران جديد وظائف مشخصي بر عهده دارند كه توسط سه خدمت گذاران قبلي به آنان آموزش داده مي شود. خدمت گذاران قبلي تا سال بعد بعنوان علي البدل خدمت مي كنند. خدمت گذاران علي البدل، سال سوم خدمت را در سمت بازنشسته خدمت مي كنند. اين نه نفر با به مشاركت گذاردن تجربه، اميد و نيرو در جهت حفظ اصول انجمن و باز نگري خدمات ارائه شده قبلي، با يكدیگر همكاري مي كنند. اعضای كادر خدماتی دفتر خدمات جهانی نيكوتيني هاي گمنام عملکرد خدمت گذاران اين سه كمیته را باز نگري می نمایند. خدمات جهانی همچنين كمیته اي بنام كمیته سنت ها دارد. اين كمیته راهنمائي انجمن را در راستای سنت های دوازده گانه بر عهده دارد.

#### هيئت نمايندگان چيست؟

هيئت نمايندگان شامل نمايندگان بين گروه يك ناحيه مي باشد. نمايندگان بين گروه خدمت گذارانی هستند كه براي ارايه مشكلات، پيشنهادات و اخبار گروه خود در هيئت نمايندگان گرد هم می آیند. بر اساس آمار سال 1998 تعداد 21 هيئت نمايندگان وجود دارد. اگر مايل به راه اندازی هيئت نمايندگان در ناحيه خود هستيد لطفا با رابط هيئت نمايندگان دفتر خدمات جهانی تماس حاصل فرماييد.

#### هيئت نمايندگان چه خدماتي ارايه می دهد؟

يكي از مهمترين كارهاي هيئت نمايندگان اطلاع رسانی و معرفي نيكوتيني هاي گمنام است. هيئت نمايندگان در راه اندازي جلسات جديد شركت و براي آنان سخنران انتخاب و ارسال مي كند.

هيئت نمايندگان مي تواند يك خط تلفن براي ارتباط دادن اعضاء با خدمت گذار آدرس جلسات اختصاص دهد تا هر عضو بتواند با اين شماره تماس گرفته و جلسه اي را پيدا كند. وقتي كمك هاي داوطلبانه گروه ها به هيئت نمايندگان به حد كافي باشد، هيئت نمايندگان مي تواند نشريات خريداري كند و آن را با قيمت ارزان تر در اختيار گروه ها قرار دهد. هيئت نمايندگان مي تواند همایش بهبودي ساليانه در ناحيه خود تشكيل دهد. همچنين می تواند به عنوان رابط دفتر خدمات جهانی عمل كند.

حرف آخر: این برنامه يك برنامه "ما" می باشد  
غير ممكن شما ممكن ماست. این یکی از شعارهای برنامه ماست،  
زیرا این برنامه يك برنامه "ما" می باشد.

ما به كمك يكديگر تغيير می کنیم. نیروی انجمن به اعضا نیرو  
می بخشد. بهبودی ما با اتحاد و یکپارچگی میسر می گردد. ما  
در پی فارغ التحصیل شدن نیستیم، بلکه در پی قدر شناسی  
هستیم. **خدمت قدرشناسی در عمل است.**

كمك های داوطلبانه اعضا، گروه ها و هیئت نمایندگان طرق  
مهم برای خدمت، قدرشناسی و كمك در جهت رساندن پیام امید  
به سایر معتمدان نیکوتین در عذاب است.

اگر مشتاق خدمت در سطح جهانی هستید، راه های بسیاری  
وجود دارد. ما همیشه طالب خدمت گذارانی هستیم که به تلفن  
و نامه های اعضا پاسخ دهند. ما نیاز به خدمت گذار برای  
مقاله نویسی و ویرایش و چاپ خبر نامه فصلی هفت مطلب  
داریم. اعضا خدمت گذار می توانند در کمیته های مختلف از  
جمله کمیته اطلاع رسانی و کمیته ترجمه نشریات فعالیت  
نمایند.

ما نیاز به ترجمه نشریات به زبان های دیگر جهت درج در  
سایت اینترنتی نیکوتینی های گمنام داریم تا سایر اعضا در  
سراسر جهان با زبان های مختلف بتوانند از آن بهره مند  
شوند.

اگر مایل به اینگونه خدمات هستید لطفا با گرداننده دفتر  
خدمات جهانی تماس حاصل نمایید. ما عهد و پیمان خود را تحقق  
می بخشیم و به یاد خواهیم داشت که:

### **ما چیزی را از دست نداده ایم.**

با رهایی از اعتیاد نیکوتین هدیه گرانبهائی دریافت  
کرده ایم. با بیداری روحانی حاصل از کار کردن قدم های يك  
زندگی رها از نیکوتین همراه با سرور و شادمانی به ما هدیه  
گردیده است.