

Our Promises
Nicotine Anonymous

وعده های ما

نیکوتینیهای گمنام

قدمهای دوازده گانه نیکوتینیهای گمنام به ما فرصتی داده است تا پیچ و خمهای وسوسه، احساساتی بودن، پریشانی و نداشتن اختیار زندگی را با موفقیت عبور کنیم. توسط قدمهای دوازده گانه، درمسیرمان بسوی رهایی، شادی، سرور و آرامش، راهنمایی و هدایت میشویم.

زندگی روحانی ما یک تئوری نیست، ما لازم است آنرا زندگی کنیم.

برای بسیاری از ما پیشرفت جسمی سریع خواهد بود. حس بویایی و چشایی ما باز میگردد، دنیا برایمان اهمیت، رنگ و شفافیت جدیدی پیدا میکند. با درک نیروی برتری که ما را از دنیای **انکار** که در آن به تدریج در حال نابود کردن خود بودیم بیرون آورده است، احترام به خودمان روز به روز بیشتر میشود.

ما دیگر مجبور نیستیم هر بیست دقیقه یکبار به "وسوسه مصرف" پاسخ مثبت دهیم. ما کمک این برنامه را انتخاب میکنیم و دیگر مجبور نیستیم یکی از میلیونها اشخاصی باشیم که هر ساله جان خود را نا بهنگام بر اثر مصرف نیکوتین از دست میدهند.

ما یاد میگیریم تا ببینیم در گذشته کدام قسمتهای زندگی پر خاشگر و یا واکنش گر بوده ایم. ما همچنین یاد میگیریم که خودمان را دوست داشته باشیم. با از میان رفتن رخوت و سستی، احساسات شادی آفرینمان بیدار میشوند و میتوانیم خطراتی که محاصره مان کرده بود را ببینیم.

آرام آرام اشتیاق ما از نیکوتین بر روی نیکوتینیهای گمنام متمرکز میگردد. شروع میکنیم که فراموش کنیم مصرف کننده نیکوتین بوده ایم، مگر در جلسات. اکنون باین درک رسیده ایم که در یک شوخی فریبنده عظیم شرکت داشته ایم.

"ما چیزی را از دست نداده ایم".

سلامتی تجربه جدیدی است. ما با فروتنی سپاسگزار این هدیه هستیم. نیروی برتر ما از طریق این برنامه کاری را برایمان انجام داده است که ما به تنهایی قادر به انجام آن نبوده ایم.

خدمات جهانی نیکوتینیهای گمنام

Nicotine Anonymous World Services

419 Main street, PMB#370

Huntington Beach, CA92648

(877) TRY-NICA

(415)750-0328

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

[E-Mail:info@nicotine-anonymous.org](mailto:info@nicotine-anonymous.org)