



www.nicotine-anonymous.org

Este folheto é literatura aprovada pela Conferência Mundial de Serviços. Esta literatura é a opinião expressa do tradutor da literatura aprovada pelos Serviços Mundiais de Nicotina Anônimos, e ainda não foi aprovada em conferência. O tradutor é um membro de Nicotina Anônimos. Apoiamos e divulgamos esta literatura acreditando que poderá servir e permitir que pessoas dependentes da nicotina encontrem a libertação desta poderosa droga.

Política de Direitos Autorais e Impressão

Todo indivíduo ou organização deve obter permissão por escrito de Nicotine Anonymous World Services Office antes de citar ou imprimir qualquer material original de Nicotina Anônimos. Fotocopiar literatura impressa de Nicotina Anônimos ou copiar para qualquer site ou para distribuição pública qualquer material do website de Nicotina Anônimos Serviços Mundiais constitui violação de direito autoral.

Toda pessoa é bem vinda para ler a literatura de Nicotina Anônimos no site oficial de Nicotina Anônimos Serviços Mundiais e/ou adquirir qualquer item de nossa literatura disponível na loja do site. Toda tradução de literatura de Nicotina Anônimos fornecida a Nicotina Anônimos Serviços Mundiais, que for aceita de boa fé, de acordo com o Aviso Legal (Disclaimer) postado nesses casos, torna-se propriedade de Nicotina Anônimos Serviços Mundiais. Indivíduos, organizações ou membros de Nicotina Anônimos que obtiverem permissão para produzir cópias de materiais traduzidos para distribuição e/ou venda devem reportar tais atividades para o escritório de Nicotina Anônimos Serviços Mundiais. Contribuições financeiras para suportar as atividades de Nicotina Anônimos Serviços Mundiais em relação a tais atividades podem ser solicitadas, e a quantia é determinada sob consulta da junta de servidores de Nicotina Anônimos Serviços Mundiais.

Nossas Promessas

Em nosso caminho para a liberdade, alegria e serenidade, somos guiados pelos Doze Passos de Nicotina Anônimos, que nos permitem superar com sucesso as traiçoeiras armadilhas da vontade, emocionalidade, confusão e descontrole. Nossa vida espiritual não é uma teoria; nós temos que vivê-la.

As melhoras físicas são quase imediatas. Nosso olfato e paladar voltam, o mundo assume uma nova dimensão de cor e claridade. Nossa auto-estima é alimentada pelo genuíno reconhecimento de que um Poder maior do que nós tirou-nos do atoleiro da negação, onde por tanto tempo estivemos nos matando lentamente. Não temos mais que responder ao vontade compulsivo a cada vinte minutos! Estamos fora da lista dos escolhidos para figurar entre as milhões de mortes prematuras relacionadas com a nicotina a cada ano. Que alívio!

Estamos aprendendo a ser assertivos quando antes éramos ou agressivos ou passivos. Também estamos começando a nos amar. Ao sairmos do entorpecimento começamos a sentir novamente, algumas vezes para o perigo temporário das pessoas ao nosso redor!

Gradualmente nosso interesse passa a se focalizar em Nicotina Anônimos ao invés da nicotina. Começamos a esquecer que já fomos usuários de nicotina, exceto nas reuniões. Percebemos agora que estivemos participando de um grande logro. Nós não desistimos de nada!

A saúde é uma nova experiência. Estamos humildemente gratos por este presente. Nosso Poder Superior, através deste programa, fez por nós o que não pudemos fazer por nós mesmos.