



Narcotics Anonymous®

معتادان گمنام

IP NO. 9-FA

زندگی به روال برنامه

دوازده قدم و دوازده سنت با مجوز
از خدمات جهانی AA، اقتباس گردیده

Copyright © 2003
Narcotics Anonymous World Services, Inc.

حق چاپ محفوظ

WorldServices Office
PO Box 9999
Van Nuys, CA 91409 USA
Tel. (818) 773-9999
Fax (818) 700-0700
Website: www.na.org

World Services Office - EUROPE
Rue de l'Été 48
B-1050 Brussels, Belgium
Tel. + 32/2/646-6012
Fax +32/2/649-9239

World services Office - CANADA
150 Britannia Rd. E. Unit 21
Mississauga, Ontario, L4z 2A4, CANADA
Tel. (905) 507-0100
Fax (905) 507-0101



ترجمه نشریات تأیید شده انجمن NA

Narcotics Anonymous,    The NA Way

علائم تجاری ثبت شده برای

Narcotics Anonymous World Services, Incorporated.

ISBN 1-55776-463-8 Farsi 2/03

WSO Catalog Item No. FA-3101

آیا امروز رفتار صلح جویانه ای داشتم؟

آیا امروز آگاهانه به خاطر داشتم که دیگر حق انتخاب دارم؟

خداوندا، به من نشان بده که امروز چه

کاری را درست و چه کاری را نا درست

انجام دادم. به من نشان بده که فردا

چگونه میتوانم بهتر زندگی کنم و در

خدمت اراده تو باشم.

تلفن های ضروری

یا امروز دعا یا نیایش کرده ام؟

مین کار چگونه روی زندگی من تاثیر گذاشت؟

امروز کدام یک از اصول روحانی را توانستم در زندگی

بکار گیرم و تمرین کنم؟

یا امروز مهم ترین مسئله برایم در زندگی پاک ماندن

بود؟

فقط برای امروز ترسی نخواهم داشت.

به روابط تازه ام و آنها که چیزی مصرف

نمیکنند و راه تازه ای برای زندگی پیدا

کرده اند فکر خواهم کرد. مادامیکه

این راه را دنبال کنم از هیچ چیز واهمه

نخواهم داشت.

یا امروز بی آنکه انتظاری داشته باشم چیزی از خود

پنار کرده ام؟

یا امروز شادی یا ناراحتی شدید احساس کرده ام؟

یا امروز با یکی از افراد برنامه تماس تلفنی یا حضوری

داشته ام؟

یا امروز برای کسی دعا کرده ام؟ آیا امروز خوشحال

بودم؟