

Die Zwölf vorgeschlagenen Schritte der NicA

"Die intensive Beschäftigung mit diesen Schritten trägt wesentlich zum Fortschritt im NicA-Programm bei. Die Prinzipien, die sie verkörpern, sind universell; jedermann kann sie anwenden, gleichgültig, welche Glaubenshaltung er hat. In NicA bemühen wir uns um immer tieferes Verstehen dieser Schritte und bitten um die Weisheit, sie in unserem Leben anwenden zu können."

1. Wir gaben zu, dass wir dem Nikotin gegenüber machtlos waren – und unser Leben nicht mehr meistern konnten.
2. Wir kamen zu dem Glauben, dass eine Macht, größer als wir selbst, uns unsere geistige Gesundheit wiedergeben kann.
3. Wir fassten den Entschluss, unseren Willen und unser Leben der Sorge Gottes – wie wir ihn verstanden – anzuvertrauen.
4. Wir machten eine gründliche und furchtlose Inventur in unserem Inneren.
5. Wir gaben Gott, uns selbst und einem anderen Menschen gegenüber unverhüllt unsere Fehler zu.
6. Wir waren völlig bereit, all diese Charakterfehler von Gott beseitigen zu lassen.
7. Demütig baten wir Ihn, unsere Mängel von uns zu nehmen.
8. Wir machten eine Liste aller Personen, denen wir Schaden zugefügt hatten, und wurden willig, ihn bei allen wieder gutzumachen.
9. Wir machten bei diesen Menschen alles wieder gut – wo immer es möglich war –, es sei denn, wir hätten dadurch sie oder andere verletzt.
10. Wir setzten die Inventur bei uns fort – und wenn wir Unrecht hatten, gaben wir es sofort zu.
11. Wir suchten durch Gebet und Besinnung die bewusste Verbindung zu Gott – wie wir Ihn verstanden – zu vertiefen. Wir baten Ihn nur, uns Seinen Willen erkennbar werden zu lassen und uns die Kraft zu geben, ihn auszuführen.
12. Nachdem wir durch diese Schritte ein spirituelles Erwachen erlebt hatten, versuchten wir, diese Botschaft an andere Nikotinsüchtige weiter zu geben und unser tägliches Leben nach diesen Grundsätzen auszurichten.