Codependientes Anónimos

www.coda.org

Protegido por los derechos de autor© 2010 Co-Dependents Anonymous, Inc., y sus concedentes –Todos los derechos reservados.

Los Doce Pasos de Codependientes Anónimos* ©

1. Admitimos que éramos impotentes ante otros y que nuestra vida se había vuelto ingobernable.

2. Llegamos al convencimiento de que un Poder Superior podría restaurar nuestro sano juicio.

3. Decidimos poner nuestra voluntad y nuestra vida al cuidado de Dios, como cada uno entendemos a Dios.

4. Sin miedo, hicimos un minucioso inventario moral de nosotros mismos.

5. Admitimos ante Dios, ante nosotros mismos y ante otro ser humano la naturaleza exacta de todos nuestros errores.

6. Estuvimos enteramente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de todos nuestros defectos de carácter.

7. Humildemente le pedimos a Dios que nos libere de nuestros defectos.

8. Hicimos una lista de todas aquellas personas a quienes habíamos ofendido y estuvimos dispuestos a reparar el daño que les causamos.

9. Reparamos directamente a cuantos nos fue posible el daño causado, excepto cuando el hacerlo implicaba perjuicio para ellos o para otros.

10. Continuamos haciendo nuestro inventario personal y cuando nos equivocábamos lo admitíamos inmediatamente.

11. Buscamos a través de la oración y de la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios, tal como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente nos dejase conocer su voluntad para con nosotros y nos diese la fortaleza para cumplirla.

12. Habiendo obtenido un despertar espiritual como resultado de estos pasos, tratamos de llevar el mensaje a otros codependientes y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.

Los *Doce Pasos* no se los permite reimprimir ni volver a publicar sin el permiso escrito de Co-Dependents Anonymous, Inc. Este documento se puede reimprimir del sitio Web www.coda.org (CoDA) para el uso de miembros de la Fraternidad de CoDA.

Derechos reservados © 2010 Co-Dependents Anonymous, Inc. – Todos los derechos reservados

***Los Doce Pasos son reimpresos y adaptados con permiso de Servicios Mundiales de Alcohólicos Anónimos, Inc.**