

Preámbulo de CoDAteen

CoDA Teen, parte de Codependientes Anónimos, es una comunidad de jóvenes cuyo propósito común es desarrollar relaciones saludables. El único requisito para ser miembro es el deseo de tener relaciones sanas y amorosas. Nos reunimos para apoyarnos y compartir unos con otros en un viaje de autodescubrimiento: aprender a amarnos a nosotros mismos. Vivir el programa nos permite a cada uno de nosotros ser cada vez más honestos con nosotros mismos sobre nuestras historias personales y nuestros propios comportamientos codependientes.

Confiamos en los *Doce Pasos* y las *Doce Tradiciones* para el conocimiento y la sabiduría. Estos son los principios de nuestro programa y guías para desarrollar relaciones honestas y satisfactorias con nosotros mismos y con los demás. En CoDA Teen, cada uno de nosotros aprendemos a construir un puente hacia un Poder Superior de nuestro propio entendimiento, y les permitimos a otros el mismo privilegio.

Este proceso de renovación es un regalo de sanación para nosotros. Al trabajar activamente en el programa de CoDAteen y Codependientes Anónimos, cada uno de nosotros puede experimentar una nueva alegría, aceptación y serenidad en nuestras vidas.

Bienvenida de CoDAteen (versión corta)

Le damos la bienvenida a CoDA Teen, una parte de Codependientes Anónimos - un programa de recuperación de la codependencia, donde cada uno de nosotros puede compartir nuestra experiencia, fortaleza y esperanza en nuestros esfuerzos por encontrar la libertad donde hubo ataduras y la paz donde existió confusión en nuestras relaciones con los demás y con nosotros mismos.

La codependencia es una conducta compulsiva profundamente enraizada, nacida en nuestro sistema familiar algunas veces moderado y en otras extremadamente disfuncional. Hemos intentado utilizar a otros como nuestra única fuente de identidad, valor y bienestar y como una manera de restaurar las pérdidas emocionales. Nuestras historias personales también pueden incluir otras adicciones poderosas que a rato hemos usado para enfrentarnos a nuestra codependencia

En la vida, todos hemos aprendido a sobrevivir, pero en CoDA Teen estamos aprendiendo cómo vivir la vida. Mediante la aplicación de los *Doce Pasos* y de los principios de CoDA en nuestra vida diaria y en nuestras relaciones, tanto presentes como pasadas, podemos experimentar una nueva liberación de nuestros estilos autoderrotistas de vida. El compartir nuestras experiencias es nuestra manera de identificarnos y nos ayuda a liberarnos de las ataduras emocionales de nuestro pasado y del control compulsivo de nuestro presente

Independientemente de cuán traumático haya sido su pasado o cuán desesperanzado le parezca su presente, en el programa de CoDA Teen y Codependientes Anónimos hay la esperanza de un nuevo día. Esperamos que aquí encuentre una nueva fortaleza interior para ser lo que Dios pretende que sea: valioso y libre.

Bienvenida de CoDAteen (versión completa)

Le damos la bienvenida a CoDA Teen, una parte de Codependientes Anónimos - un programa de recuperación de la codependencia, donde cada uno de nosotros puede compartir nuestra experiencia, fortaleza y esperanza en nuestros esfuerzos por encontrar la libertad donde hubo ataduras y la paz donde existió confusión en nuestras relaciones con los demás y con nosotros mismos.

La mayoría de nosotros hemos buscado la manera de superar los dilemas debidos a los conflictos de nuestras relaciones y de nuestra niñez. Muchos de nosotros nos criamos en un entorno familiar donde existían adicciones; para otros, no fue así. Pero en cualquiera de los casos, nos hemos dado cuenta de que en cada una de nuestras vidas la codependencia es una conducta compulsiva profundamente enraizada, nacida en nuestras familias y otros sistemas algunas veces moderado y en otras extremadamente disfuncional.

Cada uno de nosotros ha experimentado a su manera el doloroso trauma del vacío de nuestra niñez y de nuestras relaciones a lo largo de nuestra vida. Hemos intentado utilizar a otros – a nuestros hermanos y amigos y hasta nuestros padres, como nuestra única fuente de identidad, valor y bienestar y como una manera de restaurar las pérdidas emocionales de nuestra niñez. Nuestras historias personales también pueden incluir otras adicciones poderosas que a rato hemos usado para darnos abasto con nuestra codependencia.

En la vida, todos hemos aprendido a sobrevivir, pero en CoDA Teen estamos aprendiendo cómo vivir la vida. Mediante la aplicación de los Doce Pasos y de los principios de CoDA en nuestra vida diaria y en nuestras relaciones, tanto presentes como pasadas, podemos experimentar una nueva liberación de nuestros estilos autoderrotistas de vida. Es un proceso de crecimiento individual. Cada uno de nosotros va creciendo a su propio ritmo y continuaremos haciéndolo mientras nos mantengamos receptivos, día a día, a la voluntad de Dios. El compartir nuestras experiencias es nuestra manera de identificarnos y nos ayuda a liberarnos de las ataduras emocionales de nuestro pasado y del control compulsivo de nuestro presente.

Independientemente de cuán traumático haya sido su pasado o cuán desesperanzado le parezca su presente, en el programa de CoDA Teen y Codependientes Anónimos hay la esperanza de un nuevo día. Ya no necesita confiar en los demás como un poder superior a sí mismo. Esperamos, en cambio, que aquí encuentre una nueva fortaleza interior para ser lo que Dios pretende que sea: valioso y libre.