

Двенадцать Шагов сообщества Анонимные Созависимые

1. Мы признали, что мы бессильны перед другими людьми и что наша жизнь стала неуправляемой.
2. Пришли к вере, что сила более могущественная, чем мы, может вернуть нам здравомыслие.
3. Приняли решение препоручить нашу волю и нашу жизнь заботе Бога, как мы Его понимаем.
4. Провели тщательную и бесстрашную нравственную инвентаризацию самих себя.
5. Признали перед Богом, собой и другим человеком истинную природу наших заблуждений.
6. Полностью подготовили себя к тому, чтобы Бог избавил нас от всех дефектов характера.
7. Смиренно просили Бога исправить наши недостатки.
8. Составили список всех людей, которым мы причинили вред, и преисполнились желанием возместить им всем ущерб.
9. Лично возмещали ущерб этим людям, где только возможно, кроме тех случаев, когда это могло навредить им или кому-то другому.
10. Продолжали самоанализ и, когда были неправы, сразу признавали это.
11. Стремилась путём молитвы и медитации улучшить наш сознательный контакт с Богом, как мы Его понимаем, молясь лишь о знании Его воли для нас и о силе для её исполнения.
12. Достигнув духовного пробуждения, к которому привели эти Шаги, мы старались нести весть другим созависимым и применять принципы программы во всех наших делах.

Перевод выполнен Переводческим Комитетом РГО CoDA, 2024г.