



Orações dos Passos de CoDA

<p>Oração do Passo Um</p> <p>Neste momento, eu não tenho que controlar ninguém, inclusive eu. Se me sinto desconfortável com o que outra pessoa está fazendo ou não, posso me lembrar que eu sou impotente perante essa pessoa e sou impotente perante a minha compulsão por agir de modo inadequado.</p>	<p>Oração do Passo Dois</p> <p>Neste momento posso acreditar que nunca estou sozinho. Eu posso experimentar a sensação de liberdade que ter um Poder Superior me oferece. Posso me lembrar que crer é também uma ação e se eu estou disposto a praticá-la, um momento de cada vez, vou desenvolver a minha fé.</p>
<p>Oração do Passo Três</p> <p>Neste momento, eu posso escolher o meu próprio Poder Superior. Posso deixar de lado todas as velhas crenças sobre quem eu não sou e ser quem eu sou — um filho de Deus. Posso me lembrar de que a fé em um Poder Superior torna-se a fé em mim, e que a minha recuperação está em eu ser fiel a mim mesmo e ao meu Poder Superior.</p>	<p>Oração do Passo Quatro</p> <p>Neste momento, estou disposto a me ver como eu realmente sou: um ser espiritual crescendo e amadurecendo nas mãos de um Deus amoroso. Posso separar quem eu sou do que eu tenho feito, sabendo que o meu verdadeiro ser está se formando — amoroso, alegre e completo.</p>
<p>Oração do Passo Cinco</p> <p>Neste momento, vou comprometer a mim mesmo a fazer o que era mais difícil para mim. Vou descansar na presença magnânima do meu Poder Superior. Eu sei que assumi inteiramente meu compromisso com minha jornada de recuperação, abrindo a mim mesmo e o meu coração para um outro ser humano.</p>	<p>Oração do Passo Seis</p> <p>Neste momento, eu estou totalmente pronto para ser libertado de todas as minhas imperfeições. Neste momento, eu estou pronto para entregar esses defeitos de caráter a Deus, sabendo que minha vontade de recuperação é grande. Cada novo passo que dou na minha recuperação, não importa quão pequeno possa parecer, é uma afirmação da minha integridade.</p>
<p>Oração do Passo Sete</p> <p>Neste momento, peço ao meu Poder Superior que remova todos os meus defeitos de caráter e me alivie do fardo do meu passado. Neste momento, coloque-me na mão de Deus, confiando que o vazio que sentia está sendo preenchido com o amor incondicional do meu Poder Superior para mim e para as pessoas da minha vida.</p>	<p>Oração do Passo Oito</p> <p>Neste momento, eu vejo não só o impossível tornar-se possível, mas real. Como eu perdôo as minhas imperfeições, sou capaz de perdoar os outros, abrindo o caminho para uma mudança verdadeira e duradoura no meu comportamento. Obrigado, meu Deus.</p>
<p>Oração do Passo Nove</p> <p>Neste momento, eu confio no meu Poder Superior para me guiar em fazer reparações sinceras e honestas. Neste momento, pratico a minha gratidão com Co-Dependentes Anônimos e com os Doze Passos de recuperação, sabendo que, como eu estou disposto a vivenciar este programa, compartilhar a irmandade, e caminhar com Deus, eu sou livre.</p>	<p>Oração do Passo Dez</p> <p>Neste momento, eu vivencio a minha vida de uma maneira nova. Enquanto continuo a abrir meu coração e mente, pouco a pouco, um dia de cada vez, revelo o meu verdadeiro eu, reparo meus relacionamentos, e sinto-me próximo de Deus.</p>
<p>Oração do Passo Onze</p> <p>Neste momento, acalmo meus pensamentos e abro minha mente e coração à orientação de Deus para mim. Neste momento, sinto a suave paz que o contato consciente com Deus permite. Se estou perturbado e em dúvida, ou alegre e sereno, dirijo-me a Deus. Sei que meu caminho será revelado e o caminho para o meu bem maior será conhecido.</p>	<p>Oração do Passo Doze</p> <p>Neste momento, eu agradeço a Deus por meu despertar espiritual. Neste momento, eu escolho viver todos os princípios deste programa simples. Sei que a sabedoria trabalhando através de mim, vai tocar tudo que eu encontrar, com o amor e a compreensão de Deus. Estou em paz.</p>