Orações das 12 Tradições de CoDA

Oração da 1ª Tradição: "Poder Superior, aprofunde minha consciência para incluir o bem-estar do todo, deixando de lado meu desconforto e agenda. Ajude-me a falar minha verdade e permitir que outros tenham o mesmo privilégio, confiando que o espírito de unidade apoia minha própria recuperação."

Oração da 2ª Tradição: "Poder Superior, conceda-me a humildade de ser um servidor de confiança, lembrando que ninguém governa. Juntos nós buscamos a orientação e a expressão amorosa de - Sua vontade - por meio de nosso processo informado de consciência de grupo."

Oração da 3ª Tradição: "Poder Superior, ajude-me a deixar de lado meus medos e expectativas em meu desejo de relacionamentos saudáveis e amorosos. Conceda-me coragem para ser honesto, de mente aberta e disposto a reconhecer limites saudáveis à medida que aceito a mim mesmo e aos outros."

Oração da 4ª Tradição: "Poder Superior, deixe-me abraçar os princípios espirituais de Autonomia e Unidade. Decisões afetam outras pessoas e a comunidade como um todo. Deus, que eu possa honrá-lo, usando os dons que recebi para prestar serviço enquanto me recupero."

Oração da 5ª Tradição: "Poder Superior, ajude-me a levar a mensagem de esperança do CoDA, compartilhando minhas lutas e meus triunfos com outros codependentes que ainda sofrem. Que eu ouça com o coração aberto e a mente aberta. Ajude-me a aceitar a responsabilidade pela minha parte na criação de relacionamentos mais amorosos e reuniões de CoDA mais saudáveis."

Oração da 6ª Tradição: "Poder Superior, ajude-me a manter meu foco no objetivo espiritual primário e no poder dos princípios do CoDA. Mostre-me como construir relacionamentos iguais com os outros, liberando o controle, o mau uso do poder e a preocupação excessiva com as posses materiais."

Oração da 7ª Tradição: "Poder Superior, ajude-me a me tornar autossuficiente; financeiramente, emocionalmente, fisicamente e espiritualmente. A lidar com meu desconforto ao me tornar responsável por meu comportamento. Guia-me para prestar serviço e apoio financeiro com humildade, sinceridade e com entusiasmo para garantir a saúde e o crescimento de nossa comunidade CoDA. Que eu possa cooperar como um parceiro(a) igual em todos os meus relacionamentos para que todos possam se beneficiar, inclusive eu."

Oração da 8ª Tradição: "Poder Superior, Obrigada por me mostrar que cada um de nós é uma criação preciosa com habilidades e talentos únicos e valiosos. Que possamos contribuir de igual para igual na busca de soluções compartilhadas em benefício de todos. Dá-me coragem para dizer sim ao serviço, e a pedidos que vão me ajudar a crescer."

Oração da 9ª Tradição: "Poder Superior, apoie-me enquanto faço minha parte, compartilhando humildemente na rotatividade do serviço, lembrando que nenhum indivíduo está no comando. Que eu possa perder meu controle e aceitar a consciência de grupo informada como uma expressão de Teu amor e orientação espiritual."

Oração da 10ª Tradição: "Poder Superior, encoraje-me a contribuir para um ambiente seguro, mantendo nossas reuniões focadas na Recuperação em CoDA. Ajude-me a ficar longe de controvérsias prejudiciais e questões externas, criando espaço para relacionamentos saudáveis crescerem."

Oração da 11ª Tradição: "Poder Superior, devo estar atento para permanecer anônimo em todas as formas de comunicação pública. Que minha vida reflita os Princípios de CoDA, atraindo assim, novos membros para nossa Irmandade. Ajude-me a lembrar de falar por mim mesmo, não pelos outros, ou por CoDA como um todo."

Oração da 12ª Tradição: "Poder Superior, obrigado pelo princípio do anonimato como fundamento espiritual das Doze Tradições do CoDA. Ajuda-me no desapego das expectativas e da minha necessidade de reconhecimento. Posso me lembrar de basear minhas decisões em princípios, em vez de personalidades."

Copyright © 2010 Co-Dependents Anonymous, Inc. and its licensors – All Rights Reserved.

Estas orações não podem ser reimpressas ou divulgadas sem o consentimento prévio e por escrito de Co-Dependents Anonymous, Inc. e sem que seja citada a fonte e a organização Codependentes Anônimos. Este documento pode ser reimpresso do nosso website para uso por membros da Irmandade de CoDA sem prévio aviso. Todos os direitos reservados.