



Los doce pasos de ACA

- 1) Admitimos que éramos impotentes ante los efectos del alcoholismo u otras disfunciones familiares, que nuestras vidas se habían vuelto ingobernables.
- 2) Llegamos a creer que un poder superior a nosotros mismos podría devolvernos el sano juicio.
- 3) Decidimos poner nuestra voluntad y nuestra vida al cuidado de Dios tal como nosotros lo concebimos.
- 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 nuestras faltas.
- 6) Estuvimos completamente dispuestos a dejar que Dios nos liberase de todos estos defectos de carácter.
- 7) Humildemente le pedimos que nos liberase 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 un 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 la meditación mejorar nuestro contacto consciente con Dios tal como nosotros lo concebimos, pidiéndole solamente que 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 este mensaje a otros que todavía sufren, y de practicar estos principios en todos nuestros asuntos.

Los doce pasos han sido reimprimidos y adaptados de los doce pasos de Alcohólicos Anónimos.

Adult Children of Alcoholics®/Dysfunctional Families
www.adultchildren.org | info@acawso.org | +1(310) 534-1815

©2006 ACA WSO, Inc.
Todos los derechos reservados