



## Добро Пожаловать!

Мы приветствуем Вас в Содружестве Анонимных Созависимых, в программе выздоровления от созависимости, в которой каждый из нас может делиться своим опытом, силой и надеждой в своих усилиях обрести свободу там, где была зависимость, и покой там, где был беспорядок в наших взаимоотношениях с другими людьми и с самими собой.

Большинство из нас искало пути преодоления сложностей в разрешении конфликтов в наших взаимоотношениях и трудностей нашего детства. Многих из нас воспитали в семьях, где существовали какие-либо формы зависимости, некоторых – нет. В обоих случаях в жизни каждого из нас мы обнаружили, что созависимость – это наиболее глубоко укоренившееся навязчивое поведение и что оно зародилось в наших иногда умеренно, а порой крайне дисфункциональных семейных системах. Каждый из нас по своему пережил болезненную травму пустоты в детстве и взаимоотношений на протяжении всей своей жизни.

Мы пробовали использовать других людей, своих близких, друзей и даже своих детей в качестве своего единственного источника целостности личности, ценности и благополучия и как способ в попытках душевно восстановиться от эмоциональных потерь нашего детства. Наши жизненные истории, возможно, содержат проявления других мощных зависимостей, которые мы временами использовали, чтобы справиться со своей созависимостью.

Все мы научились выживать, а в CoDA мы учимся жить полноценной жизнью. Применяя Двенадцать Шагов и принципы, обнаруженные в CoDA, в повседневной жизни и в своих взаимоотношениях, как прошлых, так и настоящих, мы можем испытать новую свободу, свободу от саморазрушающего стиля жизни. Это индивидуальный процесс роста. Каждый из нас развивается в своём темпе и будет продолжать расти, пока мы ежедневно остаёмся открытыми Божьей воле, предназначенной для нас. Наш обмен опытом на каждодневной основе – это наш способ отождествления, и он помогает нам сбросить эмоциональные оковы нашего прошлого и навязчивого контроля нашего настоящего.

Каким бы травмирующим не показалось Ваше прошлое или безнадёжным Ваше настоящее, в программе Анонимных Созависимых есть надежда на новый день. Вам больше не надо полагаться на других как на силу, более могущественную, чем Ваша. Вместо этого здесь Вы обретёте новую внутреннюю силу быть таким, каким задумал Вас Бог, - Любимым и Свободным.