



## *Os Doze Passos de ACA*

- 1) Admitimos que éramos impotentes perante os efeitos do alcoolismo ou de outra disfunção familiar, e que nossas vidas haviam se tornado incontroláveis.
- 2) Viemos a acreditar que um poder maior do que nós mesmos poderia restaurar nossa sanidade.
- 3) Decidimos entregar nossa vontade e nossas vidas aos cuidados de Deus, conforme o entendemos.
- 4) Fizemos um minucioso e destemido inventário moral de nós mesmos.
- 5) Admitimos a Deus, a nós mesmos e a outro ser humano a natureza exata de nossos erros.
- 6) Prontificamo-nos inteiramente a deixar que Deus removesse todos esses desvios de caráter.
- 7) Humildemente pedimos a Deus que removesse nossas limitações.
- 8) Fizemos uma lista de todas as pessoas a quem tínhamos prejudicado e nos dispusemos a reparar os danos a elas causados.
- 9) Fizemos reparações diretas a tais pessoas sempre que possível, exceto quando fazê-las pudesse prejudicá-las ou a outrem.
- 10) Continuamos fazendo nosso inventário pessoal e, quando estávamos errados, o admitíamos prontamente.
- 11) Procuramos, através da oração e meditação, melhorar nosso contato consciente com Deus, conforme o entendemos, pedindo apenas o conhecimento de sua vontade para conosco e a força para realizá-la.
- 12) Tendo experimentado um despertar espiritual como resultado desses Passos, procuramos transmitir essa mensagem àqueles que ainda sofrem e praticar esses princípios em todos os aspectos de nossa vida.

Os Doze Passos foram reimpressos e adaptados dos Doze Passos originais de Alcoólicos Anônimos.

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

©2006 ACA WSO, Inc.  
Todos os direitos reservados