



DROGADICTOS ANONIMOS

Los 12 Principios de DA.

El Paso 12 de DROGADICTOS ANONIMOS sugieren que "practiquemos estos principios en todos nuestros asuntos". Los principios pueden definirse como verdades, creencias, valores o filosofías fundamentales. Vivir de acuerdo con los principios espirituales puede ser un desafío para toda la vida, que es donde entra en juego la parte de la "práctica". La siguiente lista no lo abarca todo, pero estos son doce principios esenciales del D.A. programa de recuperación:

HONESTIDAD

La honestidad es la capacidad de diferenciar lo verdadero de lo falso. Ser honesto requiere la voluntad de cambiar nuestra percepción. Ser honesto es esencial para la sobriedad y es un elemento clave para comenzar en nuestra nueva forma de vida. En D.A, se nos anima a ser honestos, de mente abierta y dispuestos. La honestidad es necesaria si queremos ser felices, alegres y libres.

ESPERANZA

Encontramos esperanza en los otros adictos en recuperación que nos han precedido. Sus historias nos cuentan cómo fue, qué pasó y cómo es hoy. La esperanza se puede encontrar en la risa, un abrazo o el brillo en los ojos de alguien. Cuando nos damos cuenta de que D.A. ofrece una salida, la esperanza abre la puerta para



DROGADICTOS ANONIMOS

conectarse verdaderamente con nuestro Poder Superior.

FE

La fe es una creencia o confianza en algo. En D.A., se sugiere que encontremos un Poder Superior de nuestro propio entendimiento. La fe es tanto una práctica como un viaje a medida que descubrimos y desarrollamos nuestra relación con nuestro Poder Superior. Para algunos, la fe es esperanza con un historial y, por lo tanto, muchos C.A. los miembros eligen depositar su fe en el grupo hasta que puedan desarrollar una relación con su propio Poder Superior. Gradualmente, como resultado de asistir a las reuniones y trabajar los 12 Pasos, adquirimos una fe en abundancia.

VALOR

El coraje es la voluntad de enfrentar nuestros miedos. Se necesita valor para cruzar las puertas de un D.A. reunirse y pedir ayuda. Se necesita valor para pedirle a alguien que nos apadrine o amadrine. Con la dirección de ese padrino o madrina, nos miramos a nosotros mismos y a nuestra historia para examinar las causas, los efectos y las consecuencias de nuestras acciones. Desarrollamos el valor para cambiar y para tomar las acciones necesarias para lograr ese cambio.

INTEGRIDAD

La integridad resulta del uso de los principios de D.A. para



DROGADICTOS ANONIMOS

orientar nuestros motivos, intenciones y acciones. Nos esforzamos por que nuestras acciones reflejen nuestras intenciones. Trabajar los Pasos de Drogadictos Anónimos nos ayuda a desarrollar el carácter. Demostramos integridad cuando somos auténticos, veraces y reales.

VOLUNTAD

La voluntad es la llave que abre la puerta a la sobriedad. Necesitamos estar dispuestos a dejar de lado nuestras viejas ideas. Nos rendimos y nos abrimos a la voluntad de nuestro Poder Superior para nosotros. Estamos dispuestos a hacer todo lo posible para mantenernos sobrios y crecer en nuestra recuperación.

HUMILDAD

La humildad proviene de comprender a dónde nos ha llevado nuestra enfermedad. Aprendemos que no somos especiales ni únicos. Finalmente podemos ver la verdad sobre nuestra adicción y nuestra incapacidad para dejar de consumir por nuestra cuenta. Hacemos un esfuerzo por dejar de lado todas las cosas que creemos saber para abrirnos a la luz del sol del espíritu. Ser humilde es una oportunidad para rendirse por completo a nuestro Poder Superior. Aprendemos más humildad al estar al servicio de los demás.

AMOR

Al principio, los demás nos aman hasta que podemos



DROGADICTOS ANONIMOS

amarnos a nosotros mismos. A medida que trabajamos los Pasos y nuestro espíritu sana, seremos capaces de recibir amor. Comenzamos a mostrar amor a los demás y a nosotros mismos. El espíritu de amor revela nuestro verdadero yo, que ya no está oculto por el velo de la adicción.

PERDÓN

A medida que trabajamos en los Pasos, desarrollamos la voluntad de perdonarnos a nosotros mismos y a los demás. Al hacer nuestro propio inventario, descubrimos nuestra parte en las situaciones y nos volvemos más comprensivos con los demás. Orar por aquellos por quienes nos resentimos y por la voluntad de perdonar nos libera. El perdón trae paz mental y serenidad.

DISCIPLINA

La disciplina es un concepto nuevo para muchos de nosotros cuando empezamos a estar sobrios. Con la dirección de nuestro padrino o madrina, aprendemos buenos hábitos de recuperación. Asistimos a las reuniones con regularidad, leemos literatura, trabajamos los Pasos y nos involucramos en el trabajo de servicio. Desarrollamos el hábito de verificar nuestros motivos y observar nuestras acciones con regularidad. Este es el comienzo de lo que se convertirá en una forma de vida. Estos comportamientos mejoran nuestra experiencia en la sobriedad.

CONCIENCIA



DROGADICTOS ANONIMOS

A través de un inventario regular, nos mantenemos conscientes de nuestros propios motivos, intenciones y comportamientos. A través de la oración y la meditación, nos esforzamos por mejorar nuestro contacto consciente con Dios tal como lo entendemos. A medida que buscamos continuamente el crecimiento espiritual, nuestra conciencia también crece.

SERVICIO

El servicio brinda la oportunidad de salir de nosotros mismos y pensar en los demás. Ser útil es una buena manera de compartir nuestra experiencia, fortaleza y esperanza mientras mejoramos nuestras vidas y las vidas de los demás. También nos ayuda a convertirnos en miembros útiles de la sociedad. Trabajar con otros por un bien mayor construye amistades, unidad y nos ayuda a mantenernos sobrios. El servicio es la forma en que devolvemos lo que se nos dio tan libremente y expresamos nuestra gratitud a Drogadictos Anónimos.